

รู้ไม่ถึง

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรมวันที่ ๒ พฤษภาคม ๒๕๖๓

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

ถาม : เรื่อง “ธรรมใหม่”

กราบหลวงพ่อบ ขอบพระคุณหลวงพ่อบามากครับที่ให้คำสอนคอยเตือนสติและตอบคำถามข้อสงสัยก่อนหน้านี้ ผมก็เริ่มกลับมาทำความเข้าใจใหม่ ในครั้งหนึ่งผมตั้งสัจจะภาวนาตลอดรู้งนั่งภาวนาพุทโธสลับกับเดินจงกรมภาวนา

พอเดินจงกรมภาวนาพุทโธแล้วมันดีมาก มันจะนั่งอย่างเดียว แทบเดินไม่ได้เลย พุทโธรัวๆ มันจะจดจ่อที่เดียว แล้วพอเดินไปๆ มันรู้สึกจะเดินไม่ไหว เหมือนจะต้องนั่งตรงนั้นเลย พอเป็นแบบนี้ก็กลับมานั่งภาวนาพุทโธ แต่ครั้งนี้รู้สึกเหมือนจิตจะส่งออกปฏฐิเห็นเยอะมาก มีภาพอะไรหลายๆ อย่างมันมาอย่างรวดเร็วมาก แต่ก็ภาวนาพุทโธไม่ขาด พุทโธได้ตลอดเวลา ไม่ทิ้งเลย พยายามปล่อยสิ่งที่จิตจะพาออกไปมาอยู่กับพุทโธนั่น คือคือนั่งภาวนาพุทโธตลอดรู้งครับ

ครั้งนี้ผมนั่งฟังเทศน์ของหลวงพ่อบแล้วก็นั่งสมาธิทำความเข้าใจ พุทโธชัดๆ พุทโธตลอดเวลาไม่ทิ้งเลย แล้วเวทนามันกลับเกิดขึ้นก็พิจารณาเวทนา พิจารณาแล้วก็ไม่ลืมพุทโธ ไม่ทิ้งเลย ครั้งนี้จะพุทโธอย่างเดียว ไม่ยอมทิ้งพุทโธ แต่จิตในขณะนั้นมันจดจ่อกับพุทโธแทบตลอดเวลา แต่อาการเวทนามันก็เกิดขึ้นมาอยู่เรื่อยๆ ก็พิจารณาไป มีแต่เวทนาที่เข้ามา ไม่มีอาการอย่างอื่นเข้ามาแทรกเลย ก็พิจารณาเวทนาอยู่ แล้วก็กลับมาพุทโธชัดๆ อยู่อย่างนี้ตลอดเวลา แล้วก็ค่อยๆ ถอนออกจากสมาธิ กราบขอบพระคุณหลวงพ่อบอย่างสูง

ตอบ : นี่คำขอบคุณนะ คำขอบคุณๆ ขอบคุณ เพราะเวลาถามตอบปัญหากัน ถ้าถามตอบปัญหากันนะ เวลาหลวงตาท่านถามตอบปัญหากับครูบาอาจารย์ที่ท่านไปแก้ไข ท่านบอกให้พูดมา ถ้าพูดมาแค่ไหนๆ ขึ้นไหนก็รู้

พอขึ้นไหนแล้วท่านบอกให้พูดต่อไป ถ้าพูดต่อไป บอกแค่นี้จบแล้ว แล้วคิดว่าอะไรล่ะ ก็คิดว่าเป็นสิ่กเลสแล้ว ท่านบอกว่าไม่ใช่ ไม่ใช่แล้วท่านก็อธิบายให้ฟังๆ อธิบายให้ฟังแล้วบอกว่าให้ภาวนาต่อเนื่องไป เวลาภาวนาต่อเนื่องไปมันมีช่องทางไปแล้วมันก็หลุดภาวนาต่อเนื่องไป มันยังมีช่องทางไปต่อ เห็นไหม

ขนาดที่บอกว่า แล้วเข้าใจว่าอย่างไรล่ะ ก็เข้าใจว่าสิ่กเลสแล้วไง นิพพานเป็นอย่างนี้ ท่านบอก อุตตาย มันยังไม่ใช่ ท่านก็ชี้หน้าต่อไปๆ

เวลาท่านแก้ไข ธมฺมสากจุณา เวลาแก้ไขกันในวงกรรมฐาน เขาจะสนทนาธรรมแล้วมันจะเข้าใจได้ เข้าใจได้เพราะอะไร เข้าใจได้เพราะจิตมันระดับเดียวกัน จิตมันเหมือนกัน จิตมันเป็นอันเดียวกัน เวลาเป็นอันเดียวกันนะ อริยสัจมีหนึ่งเดียว

จะภาวนาอย่างไร จะเป็นเซน จะเป็นเว่ยหลง จะเป็นหลวงปู่มั่น จะเป็นอะไร นิพพานอันเดียวกันนะ ไม่มีต่างกันหรอก นิพพานคืออันเดียวกัน แล้วมันมีที่มาที่ไปด้วย

เพราะหลวงตาท่านพูดไง พวกเว่ยหลงนี่ปัญญาวิมุตติ ปัญญาวิมุตติคือใช้ปัญญานำหน้า แต่เถรวาทเรา เถรวาทเรามีประเพณีวัฒนธรรม มีศีล มีสมาธิ มีปัญญา ให้มีระดับ ท่าน ศีล ภาวนา

ถ้าทำทานๆ ทำทานเพื่อหัวใจให้มันเปิดกว้าง คำว่า “เปิดกว้าง” ดุสิ ชาวพุทธมากมาย มหาศาลเลยนับถือพระพุทธศาสนา แต่ไม่สนใจเรื่องพระพุทธศาสนาเลย คนโดยส่วนมากนับถือพระพุทธศาสนาไม่เชื่อนรกสวรรค์ ไม่เชื่อเรื่องการเกิดและการตาย ไม่เชื่อๆ เห็นไหม จิตใจมันแตกต่างกัน

แต่เวลาประพฤติปฏิบัติขึ้นมาถ้ามีศรัทธามีความเชื่อขึ้นมา เถรวาทเรา ทาน ศีล ภาวนา เวลาภาวนาขึ้นมาแล้ว เวลาหลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่น เวลาท่านสอนไป อย่างเช่นหลวงปู่ดูลย์นี่ ปัญญาวิมุตติ หลวงปู่ฝั้นเจโตวิมุตติ

เจโตวิมุตติคือว่าสมาธินำ พวกสมาธิเป็นหลัก แล้วใช้สมาธิเห็นกาย พิจารณากายไป โดยเจโตวิมุตติ ถ้าพิจารณาปัญญาวิมุตติ จิตสงบโดยมีหลักแล้วจะใช้ปัญญาไปเลย ใช้ปัญญา

พิจารณาต่างๆ แต่มันอันเดียวกัน อันเดียวกันหมายความว่าอริยสัจมีหนึ่งเดียว อริยสัจมีหนึ่งเดียว

จะพิจารณาอย่างไร จะเป็นอย่างไรก็แล้วแต่ พระอรหันต์เหมือนพระอรหันต์ พระอรหันต์ไม่แตกต่างจากพระอรหันต์ แต่วิธีการเป็นพระอรหันต์แตกต่างหลากหลายมาก แตกต่างหลากหลายเพราะคนมันสร้างบุญสร้างกรรมมาแตกต่างกัน

เวลาแตกต่างกันขึ้นมามีการกระทำขึ้นมา ถ้ามีหลักมีเกณฑ์ขึ้นมา สิ่งที่เป็นจุดยืน จุดยืนคือว่าถ้าสิ่งใดมันยังเป็นโลกียะ มันเป็นโลกๆ พยายามจะบรรเทาให้มันน้อยลงๆ จะลอกมันออกแหวกจอกแหนๆ มันเป็นจอกเป็นแหน มันบังน้ำไว้ เพราะไม่มีน้ำ จอกแหนมันเกิดไม่ได้ เวลามันเกิดขึ้นมามันเกิดอยู่บนที่ผิวน้ำนั้น จอกแหนมันบังไปหมดเลย

นี่แหวกจอกแหนๆ ทำความสงบของใจเข้ามา ทำความสงบของใจเข้ามา พุทโธชัดๆ ถ้ามันเห็นน้ำแล้ว เห็นน้ำก็คือน้ำไง น้ำก็เอามาทำกสิกรรม เอามาใช้ดำรงชีวิต เอามาทำสิ่งต่างๆ พอมีสมาธิแล้ว น้ำมันจะเป็นปัจจัย ที่ไหนมีน้ำ ที่นั่นมีชีวิต แล้วมีชีวิต ชีวิตที่จะดำเนินการต่อไปอย่างไร

แต่ของเรา เราเหมือนไม่มีน้ำ เราเหมือนคนแห้งแล้งอยู่ที่กลางทะเลทราย น้ำหยดเดียวก็มีค่านะ เกิดมามีกายกับใจๆ เราพิจารณาขึ้นมา เราทำความสงบของใจเข้ามา ใจต้องสงบเข้ามาก่อน ถ้าใจสงบเข้ามาก่อนมันก็มีแหล่งน้ำไง

แหวกจอกแหน จอกแหนมันปิดหมดเลย จิตมันทึบจนไม่เชื่อว่ามีน้ำ ถ้าไม่เชื่อว่ามีน้ำเวลามันภาวนากัน เวลาภาวนาไปแล้วต่างคนต่างภาวนาไปว่านั่นเป็นธรรมๆ

ยัง มันต้องทำความสงบของใจเข้ามาก่อน

เวลามันคิด มันคิดได้ด้วยปัญญาทั้งสิ้น เวลาคุยกัน เวลาที่มีจิตใจมีสูงมีต่ำแล้ว เวลาอริยสัจมีหนึ่งเดียว พระอรหันต์เหมือนกันหมด แต่พระอรหันต์มีหลายประเภท แต่เหมือนกันหมด ไม่มีความแตกต่าง แล้วไม่สงสัยในอริยมรรค ไม่สงสัยในมรรค ~ ไม่สงสัยใดๆ ทั้งสิ้น เพราะอะไร เพราะมันได้มาจากนั้นไง

ถ้ามรรคมันไม่สามัคคี มรรคไม่รวมตัวขึ้นมา จะเป็นอริยบุคคลขึ้นมาไม่ได้ แล้วเวลาเป็นอริยบุคคลขึ้นมาแล้วมันเป็นอริยบุคคลไปด้วยมรรค ๘ สมบูรณ์แบบ

ถ้ามรรค ๘ สมบูรณ์แบบ จะไม่บอกสมาธิจำเป็นไม่จำเป็น ไม่กล่าวพูดหกรอก คนที่เป็นจริงแล้วไม่กล่าวพูด ไม่กล่าวแยกแยะเลยว่ามรรค ๘ แตกต่างกันอย่างไรร

มรรค ๘ เป็นมรรค ๘ สมบูรณ์แบบ แต่ที่มาที่ไป ปัญญาวิมุตติ เจโตวิมุตติ แล้วแต่ว่าเดินทางทางไหนทั้งสิ้น นี่พูดถึงว่า ถ้ามันเป็นอันเดียวกันมันเหมือนกันหมด

แต่เวลาเราผู้ปฏิบัติใหม่ไฉน เวลาปฏิบัติใหม่ไปแล้ว เวลาเราไปเห็นสิ่งใด เวลาคนเรานั่งเฉยๆ มีความคิดต่างๆ มีความคิดมีความรู้ความเห็นต่างๆ พวกนักวิทยาศาสตร์เขาจดไว้เลยนะ เพราะเดี๋ยวมันแว็บขึ้นมา ความคิดขึ้นมา นี่โลกๆ ทั้งนั้นนะ ปัญญาโลกๆ ไฉน

ดูสิ ดูนักประพันธ์ เวลาเขามีความคิดขึ้นมาเขาจะจดเอาไว้เลย ประเดี๋ยวเขาไปขยายความต่อได้ เวลาแล้วเรามาภาวนากัน เวลาภาวนาพอจิตไปรู้ไปเห็นนี่ไฉน ไปเห็นนู่นเห็นนี่เป็นนิมิต เวทนาต่างๆ

ยัง มันเหมือนนักประพันธ์มันมีความคิดแว็บขึ้นมาในความคิด ในความคิดก็จดไว้ๆ นี่พอนั่งภาวนาทำความสงบของใจ พอไปรู้ไปเห็นเรารู้ว่ามันไฉน

ไม่ เริ่มต้นต้องทำความสงบของใจเข้ามาก่อน หลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่น ครูบาอาจารย์เราให้ทำความสงบของใจเข้ามา ถ้าทำความสงบของใจก็คือทำสมาธินั่นแหละ แต่สมาธิเป็นบาทเป็นฐาน ไม่ใช่สมาธินี้เป็นเป้าหมาย เพราะสมาธิแล้ว เวลาเป็นบาทเป็นฐานแล้ว เวลาฝึกหัดใช้ปัญญา อันนี้สำคัญมาก

หลวงตาท่านสอนประจำ การที่ภาวนามียากอยู่ ๒ คราว คราวหนึ่งคือคราวเริ่มต้น คราวเริ่มต้นกับคราวที่จะจบ คราวที่จะจบ อวิชชาจะจับได้ยากมาก

หลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่น ครูบาอาจารย์ท่านบอกเลยนักภาวนาทั้งหมดไปยอมจำนนอยู่กับอวิชชา มันเป็นอุปกิเลสไฉน มันฟ้องไสมันแวววาวไฉน มันเห็นมหัศจรรย์ไฉน แล้วก็ โอ้โฮ! นี่ถือว่าเป็นสิ่งที่มหัศจรรย์ นั่นคืออวิชชา

นักปฏิบัติทั้งหมด ประวัติหลวงปู่มั่น หลวงปู่มั่นเทศนาว่าการ นักปฏิบัติทั้งหมดไปยอม
จำนนกับวิชาทั้งสิ้น ไปยอมจำนนกับความสว่างไสว ไปยอมจำนนกับความว่าง ไปยอม
จำนนกับวิชาหมดใจ นี่ไง เพราะมันจับไม่ได้ไง

ที่มันยาก มันยากอยู่ ๒ คราว คราวหนึ่งคราวเริ่มต้น คราวเริ่มต้นจะทำอย่างไร เพราะ
เราเกิดมาเป็นมนุษย์ มนุษย์เกิดมามีอำนาจวาสนาบารมี มีปัญญา มีความรู้สึก มีปัญญาที่
ยิ่งใหญ่คิดได้ร้อยแปดเลย แล้วความคิดอย่างนี้คิดโดยอะไร คิดโดยวิชา คิดโดยแบบโลก
โลกทัศน์ นี่ไง โลกคือหมู่สัตว์ หมู่สัตว์มีภวาสวะ มีภพ มีตัวจิต

นี่ตัวจิตขึ้นมา แล้วพอมิตัวจิตขึ้นมา พองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสอนเรื่อง
อริยสัจ เวลาเกิดภาวนามยปัญญา เกิดวิปัสสนาปัญญา ปัญญา รู้แจ้งในกิเลสของตน ที่นี้เราก็
คิดเอาเลย พอคิดเอาเลยมันก็คิดได้นะ

เหมือนนักประพันธ์ นักประพันธ์ ดูลิ เขาได้รางวัลนะ เขาได้โนเบลเลยแหละในสาขา
วรรณกรรม โลกเขายกย่องเลย ใ้เราก็มานั่งคิดกันอยู่เนี่ย คิดไปๆ มันก็ร้อยแปดไป แล้วเวลาคิด
ไปแล้ว แล้วก็รู้จริงๆ นะ ก็คิดจริงๆ ก็จับได้จริงๆ ก็เห็นจริงๆ แต่เห็นโดยสามัญสำนึก นี่ไง โลกใน
นี้ผลของวิญญะ ผลจากการเกิดเป็นมนุษย์แล้วมีสมอง มีกายกับใจๆ แล้วเวลาคิดกันไปก็คิด
แบบโลกๆ

โลกๆ คือต้นทุนของเราไง ต้นทุนจากพื้นฐานเดิม ต้นทุนจากทัศนคติ ต้นทุนจากบารมีที่
คิด ที่นี้สิ่งนี้นั้นไม่เหมือนกัน มันไม่เท่ากัน บารมีคนไม่เหมือนกัน

ฉะนั้น เวลาหลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่น ครูบาอาจารย์เรา องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า
อานาปานสติ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าโดยพื้นฐานก็ทำแบบนี้ ศึกษาไปกับเจ้าลัทธิ
ต่างๆ ร้อยแปดเลย ปัญญามหาศาลเลย สุดท้ายแล้วเอาตัวไม่รอด เอาตัวไม่รอดก็ทั้งหมดเลย
ไม่ใช่ทางแล้วละ ก็มากำหนดอานาปานสตินี้ไง

แล้วพวกเราก็กำหนดกันอยู่เนี่ย พยายามทำความเข้าใจ ที่นี้พอจะทำความเข้าใจของ
ใจเข้ามา ใ้สิ่งที่กิเลสมันมาหลอกมาหลอนกันนี้ไง รู้ทันเห็นนี้แล้วก็บอกว่าวิปัสสนา สติปัฏฐาน
๔

วิปัสสนิก คิดกันไปเรื่อยเปื่อย ถ้าคิดไปเรื่อยเปื่อยนะ ถ้ามีครูบาอาจารย์ที่ดีท่านก็พยายามจะแก้ไขตรงนี้ ถ้าเขามีวาสนานะ

ถ้าไม่มีวาสนานะ มันก็คิดไปทางโลก เราทำอะไรก็ผิด เวลาครูบาอาจารย์พูดกับเราก็ดมันก็อันเดียวกันนะ กายก็คือกายเหมือนกัน ทำไมมันผิดตรงไหนล่ะ ก็พูดคำเดียวกัน ก.ไก่ สระอา ย.ยักษ์ แล้วเราผิดได้อย่างไร เราก็กายเหมือนกันนะ ท่านก็ว่ากาย พิจารณากายๆ เราก็กาย แล้วมันผิดกันตรงไหน

ผิด ผิด ผิดเพราะเรามีกิเลส ผิดเพราะมีความเปลี่ยนแปลง ผิดเพราะมันสร้างภาพ ผิดเพราะเป็นอุปาทาน ผิดเพราะมันคิดขึ้นมาเอง

นี่ไง ฉะนั้น เวลาจะชี้ว่าผิด เราก็กังขาเพราะเราก็คือแบบนี้นะ เราก็คือเหมือนกัน ตอนภาวนาใหม่ๆ เราก็คือแบบนี้นะ มันเหมือนหมดเลย มันเหมือนในตำราหมดเลย แต่มันก็ไม่ได้ผลไง

แล้วเวลาหลงปุ้มท่านพิจารณาของท่าน พิจารณากายไปแล้วมันก็ธรรมดา มันไม่มีอะไรดีขึ้นมาเลย จนท่านต้องมาลาพระโพธิสัตว์ของท่าน แล้วลาพระโพธิสัตว์แล้ว ไปปฏิบัติ แล้ว การที่ปฏิบัติจะยากก็ยากตอนเริ่มต้นนี่ จับพลัดจับผลูกับหลงปุ้สหาย พยายามค้นคว้า พยายามเต็มที่เลย อะไรที่เป็นสิ่งกีดขวาง ละหมด ละหมดเลย สุดท้ายก็ต้องมาปรึกษาเจ้าคุณอุบาลี เหมือนกัน เจ้าคุณอุบาลี ก็เป็นนักวิชาการ นักปราชญ์ นักปราชญ์ นักวิชาการ ทางวิชาการนี้ทะลุปรุโปร่ง ก็ต้องมาปรึกษามาอะไร

เวลาจะไปได้ ยากที่สุดคือคราวเริ่มต้น มันเหมือนนะ มันเหมือนกับหนังสือ เหมือนกับตำรา เหมือนกับคำเทศน์ครูบาอาจารย์ เหมือนหมดเลย เหมือนก็โดยกิเลสไง คู่เหมือนไง แต่ไม่ใช่คู่จริง คู่จริงไม่ใช่คู่เหมือน

เวลาคู่จริงจิตมันสงบแล้ว อ้อ! จิตสงบเวลามันเสื่อมมันก็รู้ว่าเสื่อม แล้วเวลามันเสื่อมแล้วจะให้เจริญแสนยาก เวลาปฏิบัติกรรมฐานมันเสื่อม พอเสื่อมแล้วไปเลย

นี่เหมือนกัน เราถึงสงสาร เวลาบอก เริ่มต้นในการประพฤติปฏิบัติ เขาถึงบอก จะบอกที่เรามากกว่า เวลาพูดไปแล้วมันน่าเห็นใจ “อะไรๆ ก็ผิด ทำไมคนอื่นถูก ทำไมเราผิดๆ”

ผิดเพราะว่ามันเป็นโลก ผิดเพราะมันเป็นนิमित ที่รู้เห็นมันเป็นเรื่องโลกทั้งนั้นนะ ภาวนาไปแล้วเป็นอย่างนี้ มันก็ไปรู้ไปเห็นของมัน แต่ถ้าคนมีवासนานะ เราเป็นอย่างนี้ แต่มีवासนา ยกกันเลย

มีवासนาเพราะไปอ่านประวัติของหลวงปู่หลุยกับอัตโนประวัติของหลวงปู่เทสก์ ท่านเขียนเอง อัตโนประวัติของหลวงปู่เทสก์ “เราติดสมาธิ ๑๗ ปี อีกองค์หนึ่งติดสมาธิ ๑๑ ปี” พออ่านแล้วมันหนาวเลย ๑๗ ปีนี้ละ ย่ำอยู่กับที่ ๑๗ ปี

ไปอ่านอัตโนประวัติของครูบาอาจารย์ ๒ องค์นี้ ตั้งแต่วันนั้นมาจะรู้จะเห็นสิ่งใด ปฏิเสธ ปฏิเสธตั้งแต่นั่งเลยว่าจะไม่เอานิमित ไม่เอาทั้งสิ้น เอาความสงบของใจเท่านั้น พอนั่งไปแล้วนะ มันรู้มันเห็นสิ่งใดก็ปฏิเสธๆ พุทโธชัดๆ แล้วปฏิเสธ ปล่อยาวๆ เข้าไปจนกว่าจะเข้าไปสงบจริง

มันมีอุตมคติเพราะอ่านหนังสืออัตโนประวัติหลวงปู่เทสก์กับหลวงปู่หลุย องค์หนึ่งติดสมาธิ ๑๗ ปี ๑๗ ปี องค์หนึ่งติด ๑๑ ปี ท่านพูดเอง เพราะเวลาท่านติดแล้ว ติดแล้ว ประวัติหลวงปู่เทสก์ ให้ใครแกก็ไม่เชื่อฟังใคร ไม่ฟังใครทั้งสิ้น ท่านก็ตระเวนอยู่อย่างนั้นนะ สุดท้ายแล้วขึ้นไปหาหลวงปู่มันที่เชียงใหม่ นั่นแหละไปแก้กันที่นั่นนะ ไปแก้เวลาติดอยู่ ๑๗ ปีนี้แหละ

ฉะนั้น พอตติดอยู่ ๑๗ ปี นี่ครูบาอาจารย์ที่ท่านปฏิบัติ นี่ประวัติของท่านนะ ประวัติท่านเขียนเอง ท่านเอาความผิดพลาดของท่านเองมาเป็นคติแบบอย่างให้อนุชนรุ่นหลังได้ศึกษา พอเราศึกษา ๒ องค์นี้แล้วหนาว ตั้งแต่นั้นมานะ นิमितไม่เอา สิ่งใดเห็นแล้วไม่เอา ไม่เอา อธิษฐาน ไม่เอาตั้งแต่ก่อนนั่ง ถ้านั่งแล้วมาก็ปฏิเสธ

เขาบอกว่าปฏิเสธไม่ได้ นิमितมันมา ที่ว่าใครมาถาม

ทำไมจะไม่ได้ เราทำมาหมดแล้วแหละ พุทโธชัดๆ มันไม่ส่งออก ไม่เห็นหรอก สิ่งที่จะรู้จะเห็นคือส่งออกหมด คือเราทำความสงบของใจแล้วเราคิดของเราไป มันก็รู้เห็น มันเหมือนพลังงานที่ส่งออก มันเห็นก็เห็นโดยจิตสงบแล้วเห็น นิमितทำไมจะไม่รู้ไม่เห็นอย่างไร แล้วเห็นเห็นเพราะอะไร แล้วแก้ แก้อย่างไร เพียงแต่เวลาจะสอนก็

“โอ้ย! อะไรวะ ก็ผิด”

อ้าว! โทษนะ ก็ผิดมาแล้ว ก็ผิดมาก่อน แต่เวลาพูดแล้วไม่มีใครเชื่อ มันต้องให้คนคนนั้นได้สำนึกเอง ได้ทำสมาธิแล้วเสื่อมไปทั้งหมด ได้ภาวนาแล้ว ๕ ปี ๑๐ ปีแล้วไม่ได้อะไรเลย เขาจะได้คิดว่า เอ๊ะ! ทำไมเราทำแล้วเราไม่ได้

ไม่ได้เพราะว่ามันเหมือนกับการทำอะไรทำนา การทำอะไรทำนา เราไถนาไปพร้อมกับหญ้า ทำหัวเหวหมูพร้อมกับวัชพืชแล้วก็หว่านข้าวไป เอ็งทำไปเถอะ ข้าวมันสู้พวกวัชพืชไม่ได้หรอก วัชพืชมันขึ้นนะ ข้าวขึ้นไม่ได้หรอก

นี่ก็เหมือนกัน “เวลาพอวิปัสสนา กายานุปัสสนา จิตตานุปัสสนา” มันคิดไปเองไง มันจะวิปัสสนาไปพร้อมกับกิเลสไง มันก็เหมือนกับทำนาพร้อมกับวัชพืช พร้อมกับหัวเหวหมู พร้อมกับวัชพืชในนานั้นนะ เป็นไปไม่ได้หรอก

ชาวนาที่เขาฉลาดเขาไถแล้วนะ เขายังคราด ทั้งคราดทั้งไถให้สะอาด ทั้งคราดทั้งไถขนาดนั้นเวลาปลูก หญ้ามันยังขึ้นเลย เวลาเขาหว่านข้าวแล้ว หญ้ามันขึ้นเขาก็ต้องมาเก็บหญ้า มาเก็บต่างๆ

นี่ก็เหมือนกัน กิเลสต้นหาความทะยานอยากเราก็เหมือนหญ้า มันมีอยู่แล้ว หญ้าไม่ต้องปลูก ฝนตก ขึ้นเลย กิเลสไม่ต้องไปค้นหา อยู่ໃใจ มันมีตลอดเวลา มันขึ้นเลย

เราถึงต้องทำความสงบของใจใจ เหมือนชาวนาที่ฉลาด ไถคราด ไถแปร ไถแล้วไถเล่า ไถจนดินนั้นควรแก่การงานถึงจะหว่านพืชของเราลงไป แล้วหว่านพืชก็เหมือนกัน ยกขึ้น วิปัสสนาใจ แล้วหว่านอะไรละ หว่านได้ข้าวลีบไซ้ไหม หว่านข้าวที่เขาต้มน้ำร้อนแล้วไซ้ไหม หว่านข้าวที่อะไรละ

นี่ก็เหมือนกัน ยกขึ้นสู่วิปัสสนา วิปัสสนาอะไรละ นี่ก็เอาอุปาทานเอาหรือเป็นจริงละ เวลาหว่านข้าว ไปซื้อพันธุ์ข้าวที่เกิดไม่ได้มาหว่าน นี่ก็เหมือนกัน ยกขึ้นพิจารณากาย พิจารณา กายโดยความพอใจของตนโดยความชอบของตน...ไร้สาระ

อันนี้เพราะเขาชอบคุณใจ เขาชอบคุณถึงการบอกกล่าวเตือน เราเห็นแล้วเราสงสาร เพราะอะไร เพราะเราก็เป็นแบบนี้ นักภาวนาเริ่มต้นใหม่เป็นแบบนี้หมดละ มันเกิดจาก

จินตนาการ เกิดจาก...โทษนะ จะเกิดจากทิวภูมิมานะของตนก็ได้ เกิดจากความเห็นของตอนนี้แหละ แล้วกิเลสมันก็คือการละความทิวภูมิมานะ ละมานะอหังการของตน

แล้วละอย่างไรละ อะไรคือละละ แล้วละหรือยังละ แล้วจะละตรงไหนละ

นี่พูดถึงว่า ถ้ามันมีครูบาอาจารย์ที่ติงามท่านจะสอนไปนะ มันจะบอกว่าวิปัสสนีกกับวิปัสสนามันอยู่อันเดียวกันนั่นแหละ

วิปัสสนานะ จิตสงบแล้วยกขึ้นสู่วิปัสสนา มันเป็นภาวนามยปัญญา วิปัสสนีกมันนี่กตั้งแต่ต้น นึกตลอดเวลา

“เหมือนกัน แล้วทำไมเรามีแต่ผิดๆ คนอื่นเขาไม่ผิด”

ผิดหมดนะ ถ้าเป็นความจริงแล้วมันถึงจะสงบจริงๆ มันจะเป็นความจริงของมัน นี่พูดถึงว่าถ้ามันเป็นอย่างนั้นนะ

เขาบอกว่า เวลาเขาพิจารณาไปแล้วเวลาจิตมันสงบแล้วครั้งหนึ่ง แล้วกลับมาพิจารณาต่อไปเรื่อยๆ พุทโธชัดๆ อยู่ตลอดเวลา มันดีมาก มันดีมาก

มันดีมากเราก็พุทโธไปก่อน แล้วธรรมดา เวลาคนเรานั่งสมาธิ เดินจงกรม มันจะเกิดเวทนา คือมันทั้งเหนื่อยมันทั้งทุกข์มันทั้งยาก เวลามันทั้งทุกข์มันทั้งยาก มันจะทุกข์มันจะยาก เพราะจิตมันเคลื่อนมาแล้วแหละ จิตมันเคลื่อนออกจากรูฐานมันก็มารับรู้ร่างกาย รับรู้เรื่องเวทนา

ถ้าเราพุทโธชัดๆ อยู่นะ มันเข้าไปสู่ฐานของมัน ไม่เคลื่อนออกมานะ ว่างหมดเลย เดินจงกรมทั้งวันทั้งคืนเหมือนลอยไปลอยมา นั่งสมาธิ โอ้โฮ! มันโล่งหมดเลย ถ้าจิตมันอยู่ในฐานที่ตั้งนะ

แต่ถ้ามันคายออกมา ชักปวดๆ แล้ว ชักเจ็บๆ แล้ว มันออกไปรับรู้ไง แล้วออกไปรับรู้เราก็จะเชื่อมั่นใช่ไหม ออกไปรับรู้แล้วก็จะตามเวทนาไปใช่ไหม แล้วตามเวทนาไป จะเป็นเวทนาอุปัสสาใช่ไหม

ไม่ใช่ เพราะจิตมันไม่มีฐาน จิตไม่ตั้งมั่น

จิตตั้งมั่น เวลามันจับเวทนานะ มันเหมือนกับถ่านไฟแดงๆ มันมีคิมไปคิบ เราไม่ร้อน หรอก เราไม่ร้อน เราไม่ทุกข์ไม่ยาก แต่เรามีคิมคิบถ่านแดงๆ ได้

นี่ก็เหมือนกัน พอจิตสงบแล้วมันจับเวทนานะ เวทนาก็เป็นเวทนา จิตก็เป็นจิต พอเวทนาเป็นเวทนา จิตเป็นจิต จิตมันก็จะพิจารณาเวทนา

เพราะคนถือคิมไปคิบถ่านแดงๆ ถ่านแดงๆ มันอันตราย พอมันโดนแล้วมันจะเกิดแผล มันจะเกิดพุพองขึ้นมา คิบแล้วจับขึ้นมา ถ้ามันสงบแล้วจิตเป็นสัมมาสมาธิ มันรู้จักมีสติสัมปชัญญะ มันรู้จัก มันระวังไม่ให้ถ่านหล่นใส่ตัวเอง

ไม่ใช่ว่าเผอเรอเราก็หยิบถ่านขึ้นมา หยิบถ่านมากก็ไ้บนหัวเลย มันไม่มีหรอกถ้าสติสัมปชัญญะมันพร้อม นี่พูดถึงว่าถ้ามันพร้อมนะ

ฉะนั้น เวลาที่บอกว่าเขาพุทโธๆ แล้วมันดีมาก

พอพุทโธมันดีมากเราก็อยู่กับพุทโธของเราไปก่อน แล้วถ้าจิตมันสงบแล้วมันเดิน ที่ว่าจะนั่งตลอดรุ่ง มันไม่จำเป็นถึงจะนั่งตลอดรุ่ง เราอยู่ตลอดรุ่ง เนสัชชีกดีที่สุด แล้วยืน เดิน นั่ง นอน เรานั่งก็ได้ ลุกยืนบ้างก็ได้ เราทำสิ่งนี้ของเราตลอดไป

แล้วมันพุทโธไปเรื่อยๆ พุทโธชัดๆ พุทโธชัดๆ แล้วไม่ต้องไปห่วงใยว่าแล้วเมื่อไหร่จะวิปัสสนาละ แล้วเมื่อไหร่เราจะบรรลุธรรมเป็นพระอรหันต์เสียทีละ ไม่ต้องไปคิด

เอาพื้นฐาน เอาเบสิกของเราให้มันคง เอาตรงนี้ให้มันดีงามของเรา แล้วถ้ามันดีงามแล้วเรารู้เราเห็นนะ ใจที่ว่าเวทนามันเกิด ใจพวกที่ว่ามันเจ็บมันปวด เวลาเป็นสมาธิแล้วจะรู้

เพราะมันไม่เห็นใจ เป็นสมาธิแล้วจะยกขึ้นวิปัสสนา แล้ววิปัสสนาอย่างไรละ แล้วมันจะเห็นกายอย่างไรละ มันไม่เห็น

เวลาสิ่งที่จิตสงบแล้วจะเห็นมันเป็นรอยต่อ สมถกรรมฐานยกขึ้นสู่วิปัสสนากรรมฐาน ใจ รอยต่อระหว่างสมถะกับวิปัสสนา ใจรอยต่อ ส่วนใหญ่แล้วรอยต่อของคนมันต่อกันไม่ได้ มันต่อไม่ติดหรอก มันต่อไม่ติดมันเลยวิปัสสนาไม่เป็น มันเลยวิปัสสนากันไม่ได้ พื้นฐานมันเลยไม่ได้

ใจ จิตสงบแล้วให้มันอยู่ในความสงบ แล้วถ้ามันสงบแล้ว อย่างที่ว่ามันออกมา รู้จักเวทนา ถ้าจิตสงบแล้วนะ เวทนามันจับแล้วมันพิจารณาปล่อยหมด

เวลานั่งเล่นไฟ ๗ วัน ๗ คืนไม่มีเวทนา เวลาเล่นเกมนั่งทั้งวันเลยไม่มีเวทนา นั่งสมาธิ เวทนามันเกิดตลอดเวลา เพราะอะไร เพราะจิตใจมันไปจดจ่อกับเกม จดจ่อกับการพนัน

แต่นี้จิตใจมันจดจ่อพุทโธๆ พักหนึ่ง มันโผล่มา จิตมันโง่ จิตมันก็ไปรับรู้เวทนา เวทนาถ้าไม่ไปรับรู้มัน ถ้ามีสติปัญญาพอ เวทนามันก็ไม่เกิด เวทนาจึงเป็นเวทนา

แต่ถ้าจิตมันสงบแล้วถ้าเวทนามันจะเกิด ถ้าจับเวทนาได้ มันจับเวทนาได้แบบที่ว่าคิม คีบถ่านแดงๆ มันไม่เจ็บไม่ปวดเท่าไรหรอก มันยี้มๆ เลยละ พิจารณาเวทนาได้

แต่ถ้าจิตมันอ่อนแอ จิตมันทุกข์มันยากนะ มันยิ่งกว่าภูเขาไฟทับอีกนะ เจ็บแสบปวดร้อน เจ็บสองเท่าสามเท่า นี่เวลาวิปัสสนาไป เวลาผ่านการภาวนาไปแล้วมันจะรู้มันจะเห็น ถ้ารู้เห็นแล้วอย่างนั้นมันก็เป็นอีกอย่างหนึ่ง

ฉะนั้น ให้พุทโธชัดๆ ไว้ก่อน เวทนา เวทนาที่มันเกิดขึ้นเพราะอะไร เพราะจิตมันคายออกมาเวทนา ถ้าเราพุทโธๆ อยู่ จิตมันอยู่กับพุทโธ จิตมันรับรู้ได้หนึ่งเดียว มันจะรู้จักเวทนาได้อย่างไร

เราพุทโธๆๆ “หลวงพ่อบอกคุณมาก หลวงพ่อบอกให้พุทโธชัดๆ ชัดๆ”

ไม่ชัดแล้ว ถ้าชัดมันอยู่กับพุทโธ มันไม่มาเวทนาหรอก ถ้ามันมาเวทนา มันรับรู้เวทนานั้นพุทโธไม่ชัดแล้ว เพราะพุทโธไม่ชัดจิตมันถึงไหลมาอยู่กับเวทนาไง ถ้าจิตมันยังอยู่กับพุทโธชัดๆ มันจะไม่ไหลมาเวทนา เวทนามันไม่เกิดหรอก

เวทนาเวลาอยู่กับพุทโธชัดๆ เวทนาไม่มี เวทนามันหายไปไหนละ เวลาจิตมันโง่ มันทั้งพุทโธมา พอมารู้เวทนา “เวทนามันรู้ก็อยากพิจารณาเวทนา”

ชัดๆ ไว้ก่อน ชัดๆ ไว้ก่อน

นี่ขนาดขอบคุณนะ แหม! หลวงพ่อเตือนมันสุดยอด แล้วเริ่มต้นใหม่ ทำใหม่อย่างนี้ไปก่อน ทำใหม่ของเราไปเรื่อยๆ อยู่กับพุทโธชัดๆ ไป ไม่ต้องไปห่วงว่าจะอะไรมันจะเกิด

สิ่งที่มันจะเกิดคือมันไหลออกมาจากพุทโธนั่นนะ มันไหลมาแล้ว พุทโธ ใ้ปากกับพุทโธไป ใ้ใจมันไปอยู่ที่เวหนานั่นนะ

พุทโธ ปากกับใจให้มันตรงกัน ใ้อยู่กับพุทโธอย่างนั้นชัดๆ อย่าให้มันไหลไป มันไหลไปนั่นคือตัวพลังงาน ใ้ปากนี้พูดเป็นสักแต่ว่า นักแก้วนกขุนทองไง แต่ใ้ตัวจริงมันไหลไปเวหนามันถึงเวหนามันถึงเจ็บใจ

แล้วถ้ามันกลับมาที่พุทโธ เวหนาก็หาย เพราะจิตมันวกกลับมาอยู่ที่พุทโธ มาอยู่กับพระพุทเจ้า กอดพระพุทเจ้าไว้ เคารพพระพุทเจ้าไว้ เอาพระพุทเจ้าเป็นที่พึ่ง พุทชะ ๆ พุทโธนั่นนะ ทำต่อเนื่องไปแล้วมันจะดีขึ้นของมันไปต่อเนื่อง อันนี้จบ

ถาม : เรื่อง “กราบขอหนังสือครูบาอาจารย์”

กระผมข้าราชการบำนาญครูลาออกมา ๓ ปีแล้ว จะขอหนังสือ

ตอบ : เดียวจะให้เจ้าหน้าที่เขาจัดการให้ ถ้าเขาจะขอหนังสือ จบ

ถาม : กราบหลวงพ่อกับ ผมนั่งสมาธิทำความสงบใจเข้ามาจนจิตรู้สึกสงบได้ในระดับหนึ่ง จนสักพักรู้สึกว่ามันทุกข์มาก มีความรู้สึกว่ามันทุกข์ แต่ภาวนาพุทโธตลอดไปไม่ได้ขาดเลย เพราะไม่เชื่อความรู้สึกนี้ มันต้องเป็นสัญญาแน่ๆ เลยกลับมาพุทโธอยู่ตลอด แต่ความรู้สึกทุกข์นี้ยังอยู่ตลอด ทั้งที่ไม่ได้ปล่อยพุทโธเลย

เลยจับมาพิจารณาว่า ทำไมถึงทุกข์ ทำไมถึงรู้สึกอย่างนี้ เป็นอย่างนี้ พิจารณาไปอย่างนั้น แต่ก็ไม่ค่อยออก เลยกลับมาพุทโธ มันก็รู้สึกอยู่ ทั้งๆ ที่ไม่สนใจสิ่งอื่นสิ่งใดนอกจากพุทโธเลย มันแฉลบก็ว่าไม่ใช่ เพราะมันชัดมาก แล้วสักพักผมก็ค่อยๆ ถอนจากสมาธิ

หลวงพ่อกับ ผมขอคำชี้แจงเลยครับ กราบขอบพระคุณ

ตอบ : เมื่อไหร่มันบอกเวลาพุทโธๆ ไปแล้วจิตมันดีขึ้น มันดีขึ้น มันเห็นได้ชัดเจนขึ้น พอเห็นได้ชัดเจนขึ้นมันก็ไหลไปเวหนา

ใ้มันหัดใหม่ ใ้มันทำสมาธิ พอทำสมาธิๆ สมาธิแล้วมันทุกข์มากๆ

ทุกข์มันก็ทุกข์อยู่แล้ว แต่ด้วยความที่เราได้ศึกษาธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามาแล้ว เราเชื่อมั่นในธรรม ในอริยสัจ ทุกข์ เหตุให้เกิดทุกข์ ทุกข์ดับ วิธีการดับทุกข์ เราเชื่อมั่นในอริยสัจ ในมรรคผลนิพพานขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เราถึงตั้งใจจะมาภาวนาพุทโธๆ

ถ้าพุทโธๆ แล้วพอภาวนาไปสักพักรู้สึกว่าการทุกข์มากๆ

มันก็ทุกข์ มันทุกข์อยู่แล้ว โดยสัจจะ ทุกข์นี้เป็นสัจจะ ทุกข์นี้เป็นความจริง คนเกิดมาทุกข์เกิดขึ้น ทุกข์ตั้งอยู่ แล้วทุกข์ดับไป ทุกข์นี้เป็นสัจจะเป็นความจริงเลย ถ้าทุกข์เป็นสัจจะเป็นความจริง

แต่ทางโลกเขา โลกเขามันเป็นเรื่องโลกใจ พอเป็นเรื่องโลก ความทุกข์อย่างนั้นเป็นการทุกข์แบบหาปัจจัยเครื่องอาศัย ความทุกข์ของโลกนี้ ทุกคนเกิดมาแล้วมีหน้าที่การงานต้องพยายามขวนขวายหาอยู่หากินมีหน้าที่การงานมันก็เป็นความทุกข์ เราอยู่ในสังคม สังคมมีการดิฉินนินทา สังคมมีการเบียดเบียนกันเราก็ทุกข์ใช่ไหม เราไปอยู่ที่ไหนมีแต่การขาดแคลนเราก็ทุกข์ใช่ไหม นี่มันเป็นเรื่องประจำโลกเลย นี่ทุกข์อยู่แล้วนะ

แล้วถ้าเราเป็นชาวพุทธ เรามีอำนาจวาสนาบารมี เราอยากจะประพฤติปฏิบัติ เราอยากพ้นจากทุกข์ เวลาปฏิบัติไป ความทุกข์ในการปฏิบัติมันทุกข์ยิ่งกว่าทางโลกเขา ทางโลกเขาทุกข์เพราะหลง ทุกข์เพราะปรารถนา ทุกข์เพราะต้องการให้เขาชื่นชมเรา ทุกข์ๆ แล้วผลตอบแทนคือศูนย์ ไม่ได้อะไรเลย

แต่ถ้าเรามีความเชื่อในพระพุทธศาสนา เราจะประพฤติปฏิบัติขึ้นมา เวลาปฏิบัติ ปฏิบัติเข้าไปเผชิญกับความจริง คือเข้าเผชิญกับทุกข์ มันจะทุกข์มาก แต่ทุกข์ด้วยความพอใจ เราเผชิญหน้ากับความทุกข์ ให้ด้วยศรัทธาด้วยความเชื่อด้วยความมั่นคงของเรา จนความทุกข์มันต้องอาย มันต้องหลบหน้าไปเลย เราเข้าเผชิญกับความจริง เผชิญกับความทุกข์เลย เผชิญกับความทุกข์ เผชิญกับสัจจะความจริง

นี่ไง การปฏิบัติไฉน จะบอกว่า เวลาปฏิบัติทุกข์ไหม ทุกข์ แต่ทุกข์เพราะเราต้องการจะพ้นทุกข์ ในเมื่อเราต้องการจะพ้นทุกข์ เราก็จะไปเผชิญกับทุกข์ เหมือนหนามยอกเอาหนามบ่ง

เวลาเดินไปนะ เราเหยียบเอาหนามยอกนะ เสี้ยนตำทำนั้นนะ ถ้าเราไม่กล้าบ่งออกนะ มันจะเป็นหนอง มันจะเป็นแผล มันจะเป็นบาดทะยัก

อันนี้ก็เหมือนกัน เราเผชิญกับทุกข์ เราจะเอาอริยสัจ เอาความเพียร เอาเดินจงกรม นั่งสมาธิภาวนาขึ้นมา เข้าไปเผชิญกับทุกข์ ทำไมจะไม่ทุกข์ ทุกข์ ทุกข์ ทุกข์แต่พอใจ แล้วถ้าพอใจแล้วทุกข์มันก็เป็นทุกข์

ทุกข์ไม่ใช่เรา เราไม่ใช่ทุกข์ เวลาทุกข์ไม่มีในเรา เราไม่มีในทุกข์ เห็นไหม

เวลาเป็นความจริงทุกข์ใหม่ ทุกข์ มันเป็นความทุกข์เป็นความจริงอยู่แล้ว แต่เป็นเราหรือเปล่าล่ะ มันไม่ใช่เรา แล้วมันก็ไม่อยู่ในเราด้วย แต่เราคิดเพี้ยนไป เราคิดว่าเราปฏิบัติแล้วเราจะพ้นทุกข์ เราจะไม่มีทุกข์

ทุกข์ เสี้ยนตำเท้า แล้วเราจะบ่งเสี้ยนนะมันเจ็บ แต่ถ้ามันบ่งเสี้ยนออกแล้วมันหายทุกข์

แต่ทางโลกเขา เขาไม่กล้าบ่ง เขาปล่อยให้มันเป็นหนอง แล้วเขาก็ไปหาพระไปหาเจ้าให้พ่นน้ำลาย พวंग! พวंग! อยู่กันนั้นนะ อยากจะให้เสี้ยนมันหลุด ไม่หลุดหรอก เดี่ยวเสี้ยนมันจะเข้าไปลึกกว่านั้นอีก แต่ของเรานะ พอเท้าตำเสี้ยนแล้วเราจะบ่งออก ทุกข์ใหม่ ทุกข์

ฉะนั้น คำว่า “ทุกข์แล้ว” เราจะบอกว่า ถ้ามันเป็นความทุกข์ มันเป็นสิ่งใดนะ เรามีสติมีปัญญาขึ้นมา เราเข้าใจได้ ถ้าเราเข้าใจได้นะ เราเข้าใจได้แล้วเราวางได้ พอวางได้ เวลาจิตมันสงบระงับอย่างที่ว่านี้ ว่างหมดเลย เดินจงกรมนี้ละ ลอยไปก็ลอยมา โอ้โฮ! เอ๊ย! มันทำไมเว้ง ว้างอย่างนี้วะ เอ๊ย! ทำไมมันมีความสุขอย่างนี้วะ แต่นานๆ เป็นครั้งหนึ่งนะ มันจะทุกข์ ๙๐ เปอร์เซนต์

เวลาเดินจงกรมนี้ทั้งทุกข์ทั้งยากทั้งลำบากลำบาก ทุกข์แสนเข็ญ ทุกข์ตลอดเวลา ทุกข์ ๙๐ เปอร์เซนต์ ใจที่ว่าตัวเบาๆ ลอยๆ นานๆ จะได้สักทีหนึ่ง

มันเป็นการยืนยันว่าทุกข์มันไม่มี เป็นการยืนยันว่า ถ้าจิตมันสงบแล้วมันเว้งว้าง เดินจงกรมเหมือนลอยไปลอยมานะ ว่างหมดเลย มีความสุขมาก แล้วทุกข์มันไปไหนล่ะ

แต่ก่อนที่จะบ่งหนามออก ก่อนที่มันจะบ่งทุกข์ออก ใจที่ว่ามันเป็นทุกข์มากนี้

ฉะนั้นบอกว่า ทุกข์มากแล้วไปถามหลวงพ่อก่อน หลวงพ่อสอนผมที่ว่าทำแล้วไม่มีทุกข์เลย

ทุกข์ทั้งนั้นนะ แต่เราต้องวางอารมณ์ความรู้สึกของเรา เราต้องวางใจของเรา เราวางใจของเรา อย่าไปหมกมุ่นกับทุกข์ เราไปหมกมุ่นกับทุกข์ ทุกข์มันจะขยายตัวใหญ่ขึ้นๆ จนทำให้เราอ่อนแอ จนทำให้เราเหยิง จนทำให้เราไม่กล้ากระทำไง

เราอย่าไปหมกมุ่นกับทุกข์สิ เราไม่ไปหมกมุ่นกับทุกข์ เราเชื่อมั่นในธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ผู้ใดปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม ๗ วัน ๗ เดือน ๗ ปีต้องสิ้นกิเลส

คำว่า “๗ วัน ๗ เดือน ๗ ปี” ผู้ใดปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม สมควรแก่ธรรม เราต้องวางหัวใจเราไว้ที่สติ เราวางหัวใจเราไว้ที่สติ ที่สมาธิ ที่ปัญญาสิ เราไม่เอาหัวใจเรา เอาความรู้สึกของเราไปกองไว้กับทุกข์สิ

ทุกข์มันเป็นทุกข์อยู่วันยังค่ำ แล้วทำไมต้องเอาหัวใจไปกองไว้กับที่ทุกข์นั้นล่ะ ให้ทุกข์มันกระที่บ้ำสองชั้นสามชั้นล่ะ ทำไมเราไม่เอาหัวใจไปตั้งสติล่ะ

การประพฤติปฏิบัติมันตั้งสติขึ้นมา สติสัมปชัญญะขึ้นมาแล้วเดินจงกรมไป ทุกข์มันจะอยู่ที่ไหน ทุกข์มันไม่มี แต่เราต่างหากไปยอมจำนนอยู่กับทุกข์แล้วให้ทุกข์มันเหยียบย่ำซ้ำอีก แล้วบอกว่าทุกข์ๆ

ทุกข์เพราะเราปรารถนา เราจะได้เดินจงกรม เราจะได้นั่งสมาธิ เราจะได้ภาวนา มันจะทุกข์แค่นั้น จะทุกข์เจียนตายให้มันตายไปซะ แล้วที่มันเหลือมันจะเหลืออะไร ถ้ามันคิดอย่างนี้มันก็จบไป

นี่บอกว่า ไอ้โฮ! มันทุกข์มากเลย แล้วหลวงพ่อนะน่าจะรู้ว่าแก้ทุกข์อย่างไร

ไอ้โฮ! เรานั่งอยู่นี้เราก็อทุกข์นี้ นั่งอยู่นี้ก็เหนื่อยนะ ภาษาว่าหลวงพ่อก็อทุกข์ แล้วหลวงพ่อก็คจะไปช่วยใครล่ะ หลวงพ่อก็อทุกข์อยู่นี้ แล้วคนอื่นทุกข์ ก็ทุกข์เราก็อเต็มตัวอยู่แล้ว แล้วเราจะไปช่วยทุกข์ใครล่ะ

ภาวนาไปเถอะ เวลามันปล่อยวางแล้วมันก็จบ

นี่พูดถึงเวลาว่ามันทุกชั้นนะ สักพักหนึ่งความทุกข์มันเกิดขึ้นมาก ผมก็กลับมาพุทโธต่อไปๆ พุทโธไม่ได้ขาดเลย

พุทโธต้องให้พุทโธจริงๆ แล้วภาษาเรา สักสามสิบนาที ชั่วโมงหนึ่ง เวลาเราตั้งอยู่พุทโธๆ โดยธรรมชาติจิตมันต้องไหลไปรับรู้เรื่องอื่นเยอะเยอะไปหมดนะ เราก็ต้องฝึกหัดดี ใ้ฉันเราเพิ่งเห็นช่องทางใช้ใหม่ แต่เดิมเราก็เชื่อความรู้ความเห็นเราตลอด

ไม่เชื่อ อย่าเชื่อ อย่าเชื่อความเห็น อย่าเชื่อทุกข์ อย่าเชื่อว่าเรารู้

พุทโธไว้ชัดๆ พุทโธไว้ชัดๆ ไม่เชื่อใครเลย เชื่อความจริงที่มันเกิดขึ้นไง พุทโธชัดๆ พุทโธชัดๆ ทำเท่านี้

ไ้ที่เวทนามันจะเกิดมันจะทุกข์มันจะยาก มันเป็นเรื่องธรรมดา คนกินข้าวอึมนะ กินจนอืดก็ทุกข์นะ คนกินข้าวกินกินพอดีนั้นก็ทุกข์ เรื่องกินยังทุกข์เลย กินเข้าไปล้นคอนั่นนะ จนจุคตายนุ่่นนะ

นี่พูดถึงว่า ตั้งสติให้ดีสิ ตั้งสติให้ดี แล้วสิ่งที่มันเกิดขึ้นเราอย่าไปรับรู้มัน เราเชื่อมั่นในพระพุทเจ้า

เวลาของเราเนะ เราประพฤติปฏิบัติเวลาเราทุกข์เรายากขึ้นมา เราจะคิดถึงองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่ยังหลงผิดอยู่ ๖ ปี ท่านทำทุกรกิริยานะ ท่านไปนอนบนตะปูอย่างนี้ ไปลุยน้ำลุยไฟ ไอ้โฮ! ทุกข์มาก เรายังทุกข์น้อยกว่าท่านเยอะ

แล้วเราก็คิดถึงหลวงปู่มั่น หลวงปู่มั่นขนาดเป็นพระที่ดั่งามนะ ขนาดว่าฝ่ายปกครองเขาไม่พอใจ เขาไล่ ไม่ให้ใส่บาตร ไม่ให้กิน ไอ้โฮ! ทำความดีมาขนาดนี้ บิณฑบาตเขายังจะจับเลยนะ

โธ! ทำดีใครจะคิดว่ามันดี ทำดีก็เพื่อดีของเรานั้นนะ ฉะนั้น เราทำของเราไป

แล้วอย่างที่ว่า เวลาทำไปๆ แล้วมันเหมือนคอยจะส่งออก

มันส่งออกมันเป็นธรรมชาติของมันอยู่แล้ว พลังงานทุกอย่างกระจายตัวออก ไม่มีย้อนกลับ พลังงานในหัวใจ ความคิด มันส่งออก

มันบอกมันแฉลบ

มันไปอยู่แล้วโดยธรรมชาติของมัน พุทโธๆ จนมันนิ่ง มันไม่ส่งออก ส่งออกไปเห็นนิมิต
ส่งออกไปรับรู้ทุกข์ ส่งออกไปเอาแต่คำติฉินนินทามาแบกไว้ ส่งออกไปดูเขานินทา เจ็บปวด
แสบร้อน แต่ความดีไม่เคยคิดถึง นี่มันไปหาเรื่อง จิตเราทั้งนั้นนะ

ฉะนั้นบอกว่า ที่มันแฉลบออกไป

ก็มันแฉลบอยู่แล้วไง เราถึงต้องพุทโธชัดๆ ใจ เวลามันแฉลบไปก็ดึงกลับมาใหม่

แล้วมันแฉลบไป บอกว่ามันแฉลบไปแล้วมันชัดมาก

มันชัดมากแสดงว่าเราหลง เราหลงไปเชื่อมั่น หลงไปเชื่อมั่นก็ปล่อยพลังงานไปชัดมาก
นั่นเลย แต่ถ้าเป็นความจริงมันจะชัดตรงไหน มันจะมีอะไร ถ้าหัวใจยังอยู่กลางอกนี้ ถ้า
ความคิดยังอยู่กับเรา มันจะมีอะไร ใจที่มันออกไปรับรู้เพราะมันทิ้งฐานแล้ว มันไปอยู่ที่แฉลบนั่น
ไปอยู่ที่เวทนานั้น ไปอยู่ที่ทุกข์นั้น

ความคิดที่เร็วที่สุดในโลก ลองคิดถึงอเมริกาตอนนี้สิ เราคิดอยู่นี่เราไปนิวยอร์กกลับมา
สองเที่ยวแล้ว เราจะไปวอชิงตันกลับมาสามรอบ เราไปบาหลีกลับมาแล้ว มันไปอย่างนั้นนะ
แล้วจะว่ามันไม่แฉลบ มันแฉลบอยู่แล้ว มันเป็นธรรมชาติของจิต ธรรมชาติของใจจิตใจตัว
กะล่อน

หลวงตาท่านสอนลูกศิษย์ประจำ วันนี้หมดกล้วยก็หิว จิตมันกะล่อนมันคิดมาก วันนี้
หมดกล้วยก็หิว มันวอกแวกยิ่งกว่าลิง แล้วมันไปรับรู้อะไร เชื่อมันหรือ

อย่าไปเชื่ออะไร ไม่เชื่อ เราเชื่อพระพุทธเจ้า เชื่อพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ แล้วเรา
เชื่อที่นี้ ถ้าทำให้มันถึง

มันไม่ถึงธรรมไง มันถึงความคิดของตนใจ แล้วมันอยู่ที่จิตนิสัยใจ อยู่ที่จิตนิสัยอำนาจ
วาสนาสรางมามากน้อยแค่ไหน ถ้าสร้างมามากมันจะมีจุดยืน อิทธิบาท ๔ ฉันทะ วิริยะ จิตตะ
วิมังสา

คนมีอิทธิบาท ๔ เรามีอิทธิบาท ๔ เรามีฉันทะ มีความพอใจ ฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา
เรามีฉันทะ มีวิริยะ ความขยันหมั่นเพียร มีจิตตะ มีการใคร่ครวญ มีวิมังสา ถ้ามันรู้ถึงแก่น รู้ถึง
ความจริง รู้ถึงความจริงมันไม่รู้ตามอารมณ์ รู้ตามความรู้สึก รู้ตามกิเลส รู้ไม่ถึง

เวลาบอก “อะไรๆ ก็ผิด”

ผิดเพราะมันไม่รู้ไม่ถึง รู้ไม่จริง รู้แต่อารมณ์ รู้แต่สันดาน รู้แต่ความชอบ รู้แต่พฤติกรรม แต่
ไม่รู้ธรรม แต่พูดธรรมะนะ

มันไม่รู้ไม่ถึงไง ถึงทำความเข้าใจเข้ามา เพราะจิตสงบแล้วเป็นตัวของมัน แล้วถ้ารู้
ขึ้นมา รู้ให้ถึง แบบรู้ให้ถึง ทำสิ่งใดทำให้มันเป็นกิจจะลักษณะทำความเข้าใจขึ้นมา มันก็จะ
เป็นความจริงแน่นอน ๗ วัน ๗ เดือน ๗ ปี อย่างน้อยต้องเป็นพระอนาคามี

เราท่องทุกวันเลยตอนปฏิบัติใหม่ๆ ๗ วัน ๗ เดือน ๗ ปี ๗ วัน ๗ เดือน ๗ ปี แล้วลุย
เต็มที่ ลุยเต็มที่ ผิด ขึ้นหาอาจารย์ หลวงตาขึ้นไป ผัวะ! กระเด็นเลย หลวงปู่เจี๊ยะอัดกันทั้งคืน
เลย

เพราะเราต้องการความจริง เราไม่ต้องการของจอมปลอม ไม่ต้องการให้ใครมายกย่อง
สรรเสริญ ไม่ต้องให้ใครยินยอม เราจะเอาความจริง เอาความจริงขึ้นหาครูบาอาจารย์ที่เป็นจริง
ผัวะ! กระเด็นทุกทีเลย แต่มันก็ได้ความจริงไง แล้วความจอมปลอมเต็มหัวใจ

นี่ก็เหมือนกัน รู้ไม่ถึง รู้ไม่จริง แล้วพูดธรรมะเหมือนกัน แล้วพอพูดว่า “ทำไมเราผิดละ
ทำไมมันถูกละ” มันก็ถูก เราผิดคนเดียว”

เราผิดมากยิ่งขึ้นอีก ผิดมาจนหลวงตากระที่บๆ เอา จนเล็ดออกมาจากรอยนิ้วร่องนิ้ว
จนมานั่งอยู่

เวลามันรู้มันเห็นรู้เห็นร้อยแปด เชื้อไม่ได้ทั้งสิ้น แล้วเวลาเชื้อไม่ได้ ฉะนั้น เวลาพูดไป
แล้ว เมื่อก่อนเริ่มต้นเขียนมาเยอะแยะไปหมดเลย เราว่ามันไหลไปเรื่อยๆ นี่ก็ยังไม่หยุด แฉลบ
คือไหลไปแล้ว มันไหลไป พอมันไหลไปมันไม่เป็นจริงเป็นจังหรอก

ถ้าเป็นจริงเป็นจัง จิตตั้งมั่น เห็นชัดๆ จากอุคคหนิมิต วิภาคะขยายส่วน การขยายส่วน คือไตรลักษณ์ ไตรลักษณ์มันเป็นอย่างไร อนิจจังเป็นอย่างไร ทุกอย่างจะเป็นอย่างไรมันจะรู้จริงเลย ถ้ารู้ถึงแล้วนะ จบ

ฉะนั้นบอกว่า ตั้งใจนะ พุทโธชัดๆ แล้วที่มันเวทนงเวทนามันไหลไปแล้วละ มันไหลไปเหมือนเดิม แล้วชัดๆ ขึ้นมา ชัดๆ ป่อยๆ แล้วตั้งมั่นให้ได้ ให้อยู่กับความสงบ ให้เราแบบว่าให้มีความฟิต ร่างกายแข็งแรง จิตใจแข็งแรงแล้วเราค่อยไปฝึกหัดวิปัสสนา ตอนนี้ไม่ต้องไปเชื่ออะไร ทำของเราได้ก็เป็นปัจจัยตั้ง สันติภูมิโก เป็นผลการปฏิบัติของเราให้รู้จริง เราต้องการความจริง ต้องรู้ให้ถึงแก่น ไม่ใช่รู้ตามกิเลสมันปลิ้นมันปล้อนมันหลอกมันลวง มันฉลอบนี่แหละ

เหมือนกับยิงเป้าบิน เขาเอาเป้าปลอมโยนให้ยิง โยนให้ยิงอยู่นั่นนะ ไม่โดนตัวมันเลย นี่ก็เหมือนกัน รู้ตามความคิด รู้ตามความเห็น รู้ต่างๆ รู้ตามกิเลส ไปยอมจำนนกับมันทั้งสิ้น ไม่เป็นความจริงสักที

ถ้าเป็นความจริงมันจะเป็นปัจจัยตั้ง เป็นสันติภูมิโก ถ้ารู้จริงนะ “หลวงพ่อก็ไม่ต้องพูด หลวงพ่อก็ไม่ต้องพูด อย่าพูดๆ” ถ้ามันรู้แล้ว มันไม่ให้ใครพูดเลย มันกลัวพูดแข่งหน้ามัน แต่ถ้าไม่รู้มันจะวิ่งถามอย่างนี้

ถ้ารู้แล้วนะ “เงียบ อย่าพูดๆ” รู้มันรู้จริง มันเป็นปัจจัยตั้ง เป็นสันติภูมิโก นี่ พระพุทธศาสนามันคงยอดเยี่ยม พระพุทธศาสนาเท่านั้น เอวัง