

## คำเช่า

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

ถาม-ตอบ ปัญหารธรรม วันที่ ๑๓ สิงหาคม ๒๕๖๕

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

**ถาม :** ข้อ ๒๘๒๒. เรื่อง “รายงานผล”

กราบนมัสการหลวงพ่อด้วยความเคารพ ตามที่หนูได้กราบเรียนหลวงพ่อกเกี่ยวกับการภาวนาและถามปัญหาไปด้วย ซึ่งหลวงพ่อกก็เมตตาได้ตอบให้แล้วนั้น และหนูจึงได้นำมาปฏิบัติโดยเน้นการเดินและภาวนาพุทโธรัวๆ ไม่ให้ความคิดอื่นเข้ามาแทรก ใช้เวลาประมาณ ๓ ชั่วโมง จิตจึงเริ่มสงบ จึงมานั่งภาวนาพุทโธรัวๆ จนรู้สึกเหนื่อย หนูจึงเปลี่ยนมาภาวนาพุทโธโดยเน้นการจับลมหายใจเข้าออกซ้ำๆ จนจิตเป็นสมาธิตั้งมั่นละเอียดดีแล้ว หนูก็ไม่อยากทำสมาธิต่อ จึงรำพึงว่า เขาพิจารณาอสุภะกันอย่างไร

แป๊บเดียว จิตหนูเกิดเป็นภาพขึ้นมาว่า หนูกินอาหารเคี้ยวกลืนลงลำคอไป อาหารผ่านลำคอ ผ่านลำไส้ลงกระเพาะและขับถ่าย และมันก็เกิดความรู้เห็นในแต่ละส่วนที่ผ่านล้วนแล้วกลายเป็นของเน่าเสีย และทุกสิ่งอย่างในร่างกายเกิดภาพตั้งแต่ผมถึงเท้าล้วนแต่เป็นของเสีย จากนั้นภาพทั้งหมดก็หายไป

หนูก็เลยถามอีกว่า แล้วเขาพิจารณากามราคะกันอย่างไร

สักพักก็เกิดภาพชายหญิงขึ้นมาคู่กัน และมันก็ไล่เทียบเคียงให้ดูตั้งแต่เส้นผมลงมาถึงปลายเท้า แล้วก็วกขึ้นไปทีเพศชายและหญิง มันจับแยกออกมาเป็นชิ้นเนื้อ และขณะที่ภาพมันเกิดขึ้น หนูก็จะเกิดความรู้เห็นในแต่ละส่วนที่ผ่านล้วนไม่มีอะไรแตกต่างกัน

หนูนั่งดูภาพเหล่านั้นจนรู้สึกเหนื่อย จึงคิดจะหลบเข้าไปบริการรมพุทโธ แต่จิตหนูมันไปจับเวทนา หนูจึงเลิก แล้วหนูมาดูเวลา ปรากฏว่าหนูสามารถนั่งภาวนาได้เกิน ๑ ชั่วโมง หนูดีใจมาก

หนูขอโอกาสกราบเรียนถาม

๑. อาการที่มันเกิดขึ้นนี้ ถ้าเทียบเคียงกับที่หนูพึ่งเทศน์ที่หลวงพ่อดอปคำถามและมีประโยคหนึ่งที่หลวงพ่อบอกว่า “เราสามารถพิจารณาโดยไม่ต้องเห็นกายก็ได้” แบบนี้ถือว่าใช่ไหมคะ

๒. การพิจารณาแบบนี้เขาเรียกว่าอะไรคะ

กราบขอบพระคุณมาก

**ตอบ :** เวลาคำถามเนาะ คำถามส่วนคำถามนะ แต่คนถามนี้มีलग ได้लग ได้โชค

คือเวลาประพจน์ปฏิบัติขึ้นมา เราพยายามทำของเรา ทำอะไรสมนุสสมบัตินั้นมันไม่ได้ มันไม่ได้ เวลามันไม่ได้ มันไม่ได้หรอก

เวลาเราสมนุสสมบัตินั้นนะ เราเพียรพยายามเต็มที่เลย มันไม่ได้ แต่เวลามีโชคมีलग ปฏิบัติแล้วมันจะได้ เห็นไหม

เวลาหนูนั่งสมาธิภาวนามา พุทโธเข้า พุทโธออกมา ๓-๔ ชั่วโมง เวลา ๓-๔ ชั่วโมงแล้วนึกขึ้นมาเลยว่า ถ้าเขาพิจารณาอสุภะ เขาพิจารณาอย่างไร มันเกิดขึ้นให้เห็นเลย เห็นไหม นี่โชคलग อันนี้มันเป็นโชคเป็นलगที่มันเกิดขึ้น มันเกิดขึ้น

โชคलगที่เขาได้ เขาต้องถูกหวนถูกเบอร์ เขาถึงมีโชคมีलग แต่ของเรามันไม่ใช่ ของเราภาวนา เราภาวนาถวายองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แล้วเวลาเราอยากได้ มันมีกิเลสใจ มีตัณหา กิเลสคือตัณหาความทะยานอยาก อยากได้ ไม่อยากให้มันมี หรือว่าคงที่อยู่ นี่ตัณหาภวตัณหา วิภวตัณหา

มันมีตัณหาความทะยานอยากเป็นตัวเชื่อม เป็นตัวเชื่อมไม่ให้มันปิดมันพลั่ว มันไม่ได้ผลตั้งใจปรารถนา

แต่เวลาโยมภาวนามา ๓-๔ ชั่วโมงไป เอ๊ะ! เขาภาวนาอสุภะกันอย่างไร

เวลาเกิด เห็นไหม คำว่า “เกิดเอง” มันไม่ใช่ คำว่า “เกิด” มันเกิดจากทำความสงบบมาพอสมควร แล้วเวลามันได้ นี่โศคลาก เราใช้คำว่า “โศคลาก” เวลาโศคลากมันเกิด นี่ธรรมเกิด

เวลาเกิดขึ้นมา สิ่งที่ยอมรับมาทั้งหมด นั่นนะเวลาที่จิตเขาสงบแล้ว ที่เขาพิจารณาอสุภะหรือเขาพิจารณากาย เขาพิจารณาอย่างที่ยอมรับมานี้ เวลามันเป็น มันเป็นอย่างนี้ เวลามันเป็นไง มันเป็นโดยธรรม ไม่ได้เป็นโดยกิเลส

ถ้าเป็นโดยกิเลส มันอยากได้อะไรดี อยากเป็น ไม่เป็นหรอก แล้วถ้าเป็นนะ มันก็ครึ่งๆ กลางๆ มันเป็นแล้วมันติดๆ ชัดๆ มันไม่ราบรื่นไง

แต่นี้ะ มันเหมือนหนังเลย มันฉายให้ดูเป็นซีรีส์เลย แต่บังคับมันไม่ได้ เร็วมาก เพราะความเร็วของจิต

เวลามันเป็น มันเป็นอย่างนี้ มันเป็นอย่างที่เขียนมานี้แหละ แต่มันเป็น ถ้ามันเป็น เราบอกว่านี่ธรรมเกิดๆ เวลามันเกิด มันเกิดอย่างนี้

แล้วเวลาคนที่ฝึกหัดภาวนา เวลาถ้าเป็นวิปัสสนาๆ เขาจะเห็นสภาวะแบบนี้ แล้วสภาวะแบบนี้เขาควบคุมได้ด้วย ควบคุมได้ เวลาจะให้พิจารณาก็ได้ ให้ปล่อยวางกลับมาทำสมณะก็ได้

เวลาคนภาวนาเป็นนะ คำว่า “ภาวนาเป็น” ถ้ายกขึ้นสู่วิปัสสนา พอจะพิจารณาอสุภะ มันจะเป็นที่ยอมรับว่า มันไปเลย แล้วบังคับไม่ได้ บังคับให้มันเป็นดังความปรารถนานะ แต่มันจะเป็นปัจจุบัน มันจะเป็นกำลังของสมาธิ มันจะเป็นกำลังของสติปัญญาของคน แล้วก็เป็นที่วาสนาของคนไง

ฉะนั้น เวลาบอกว่า เวลาหนูพิจารณาอสุภะอย่างไร มันพิจารณาจนเห็นว่าเป็นอาหารเป็นร่างกายไง พิจารณาอสุภะ

นี่เวลามันเกิด เราถึงใช้คำว่า “โศคลาก” ทั้งๆ ที่เวลาภาวนาอยู่ๆ มันเป็นปัจจุตัง มันเป็นสมถกรรมฐาน วิปัสสนากรรมฐาน ไม่ใช่โศค ไม่ใช่โศคลากอะไรทั้งสิ้น พระพุทธศาสนาไม่ให้เชื่อ หลวงตาไม่ให้หวัดด้วย ไม่ให้เทศน์ให้ฝึกหัดของเราเอง

ไฉนก็ฝึกหัดของเราเอง แต่เราได้ แต่เราได้ เราควบคุมไม่ได้ไง ถ้าภาษาเราพูดนะ คือเรายังภาวนาไม่เป็น คือเราทำสมถะ เราชำนาญในวิธี ชำนาญในการเข้าและการออก ถ้าชำนาญในสมถะไง การเข้าและการออก ฝึกหัดสะสมจนมันมีกำลังของมันแล้ว น้อมไปเห็นสติปัฏฐาน ๔ ถ้าเห็นสติปัฏฐาน ๔ แล้ว กำลังพอ กำลังไม่พอ

ถ้ากำลังพอมันก็จับสติปัฏฐาน ๔ ได้ ก็พิจารณาของมันไป แยกของมันไป นั่นคือปัญญา ถ้าปัญญาไม่พอ มันเสื่อม มันเสื่อม สิ่งที่เราพิจารณาก็พิจารณาไปไม่ได้ ต้องกลับมาพุทโธ กลับมาสมถะ ระหว่างสมถะกับวิปัสสนาจะเดินไปคู่กันด้วยการฝึกหัด โดยที่มีครูบาอาจารย์คอยแนะนำ คอยคุ้มครอง

แนะนำคุ้มครองนี้หนึ่ง

จริตนิสัยนี้หนึ่ง

อำนาจวาสนาอีกหนึ่ง

การจะภาวนามันมีส่วนประกอบเยอะเลย ส่วนประกอบจากวาสนาของคน คนที่เชื่อไม่เชื่อ คนที่วาสนามีมาก คือว่าคนมีทุนแบบว่ามีทุนหนา บางคนมีทุนน้อย มันแตกต่างกัน เวลาเกิดมันแตกต่างกันหมดนะ

ฉะนั้น สิ่งที่ว่าเวลาเป็น มันเป็นอย่างนั้นนะ

แล้วเวลาเขาพิจารณากามราคะอย่างไร

ยังดิ้นะ ขึ้นมาเป็นเพศหญิง เพศชายเลย แล้วให้เห็นเลย

เวลาถ้าภาวนาไป นี่ยังภาวนาไม่เป็นนะ ถ้าเวลาภาวนาเป็นแล้วมันก็จะไปเกิดสถานการณแบบนี้ แต่มันเป็นปัจจุบันตอนนั้น อันนี้เป็นปัจจุบันตอนนี้ แล้วตอนนี้เป็นอดีตไปแล้ว เป็นอดีตไปแล้ว เรียกว่า โหยหา อยากได้ ไม่ได้หรอก

เป็นการยืนยันว่า พระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ สัจธรรมมันมีอยู่จริง สัจธรรมมันมีอยู่จริง แล้วเราทำของเราให้เป็นความจริงของเราขึ้นมา มันก็จะเป็นความจริงของเราขึ้นมา นี่ก็เป็นการฝึกหัด

นี่พูดถึงว่าอาร์มภท เวลาคำถามว่าหนูเป็นอย่างนี้ๆ ไง

หนูเป็นอย่างนี้เป็นที่ยืนยัน เวลาธรรมเกิด เกิดอย่างนี้ วิปัสสนาก็เป็นอย่างนี้ แต่ วิปัสสนาเขามีสติมีปัญหา คำว่า “มีสติปัญญา” มันรำพึงได้ พิจารณากาย พิจารณากายจนมัน แหกเหลวไปหมดเลย มันเหลือแต่โครงกระดูก แล้วโครงกระดูกคืออะไร นี่มันพิจารณา

ถ้าเป็นของหลวงตาพระมหาบัว โครงกระดูกคืออะไร มันเกิดดินทับหมดเลย แปรสภาพ กลับเป็นดินไปหมด บางคน โครงกระดูกมันคืออะไร มันจะเกิดไฟเผาขึ้นมาเลย ไฟมันจะเผา เป็นผุยผงไปเลย เวลาแต่ละบุคคลไม่เหมือนกัน ไม่เหมือนหрок วาสนาคนไม่เหมือนกัน พันธุกรรมของจิตๆ ไม่เหมือนกันแต่ละบุคคล

แล้วบุคคลคนเดียวกัน การกระทำต่างวาระกันก็ไม่เหมือนกัน อารมณ์ของคน ใจของคน แตกต่างกัน วุฒิภาวะมันสูงขึ้นเรื่อยๆ มันมีสติปัญญามากขึ้นเรื่อยๆ มันจะละเอียดขึ้นและ รอบคอบขึ้นเรื่อยๆ มากขึ้นเรื่อยๆ จนถึงที่สุดเวลามันขาด ผลที่สุดคือสมุจเฉตปหาน คือขาด จบสิ้นกระบวนการแต่ละคู่ๆ ขึ้นไปเป็นบุคคล ๔ คู่

นี่พูดถึงอาร์มภทนะ

คำถาม

๑. อาการที่เกิดขึ้นนี้เทียบเคียงกับสิ่งที่หนูฟังหลวงพ่อบุญตอบคำถามที่มีประโยคหนึ่ง ว่า “การพิจารณากายโดยไม่ต้องเห็นกายก็ได้” แบบนี้ถือว่าใช่ไหมคะ

ใช่แบบนี้ ถ้าพูดภาษาเราว่าเป็นโชคเป็นลาภ แต่ถ้าเป็นการวิปัสสนา ไม่ใช่ ไม่ใช่ ตรงไหน ไม่ใช่เพราะเราไม่ใช่เป็นคนพิจารณาไป

ถ้าวิปัสสนา เราเป็นคนพิจารณา ถ้าเราเป็นคนพิจารณา เราดูเราเห็นโดยสติ โดยปัญญา มันสะสมไป ทำซ้ำ ทำซ้ำ ทำซ้ำ ผูกมัดจนวุฒิภาวะของใจมันสูงขึ้นๆ คือความรู้มันมากขึ้น ประสบการณ์ดีขึ้น ความชำนาญมากขึ้นๆๆ ตังคับหานบ่อยครั้งๆ จนถึงสมุจเฉตปหาน

แต่นี้คำว่า “ไม่ใช่” ไม่ใช่คืออะไร ไม่ใช่คืออะไร เราควบคุมอะไรไม่ได้เลย เราไม่ใช่เป็นผู้ ควบคุมใช่ไหม

พอหนูพิจารณาว่า พิจารณากายเป็นอย่างไร มันไปเลย มันไปเลย เห็นไหม มันขาดการควบคุมไง มันขาดผู้บริหารจัดการ เราไม่ได้บริหาร เพราะมันเป็นธรรมชาติ มันเกิดขึ้นปั๊บๆ โยมทำอะไรบ้าง โยมควบคุมอะไรบ้าง ไม่ได้เลย

แต่มันเป็นไปนะ แต่เริ่มต้น ไซ้ เริ่มต้นเพราะโยมรำพึงขึ้นมาไง เขาพิจารณาสุภะอย่างใด

แต่ถ้าคนเขาพิจารณาเป็นนะ เขาจะโน้มไปที่กายที่ส่วนใดส่วนหนึ่งที่มีมันเกิดขึ้น นั่นเขาควบคุม

ไฉน “เขาพิจารณาสุภะอย่างใด” แสดงว่าเราไม่รู้ เราไม่ได้ควบคุม แล้วมันเกิดขึ้นแบบโซคลาภ คือธรรมชาติ นี่वासनาคะ

เวลาที่หลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่น ครูบาอาจารย์ที่ท่านประพฤติปฏิบัติ เวลาท่านพิจารณาเป็นอย่างนี้ เป็นอย่างที่โยมเป็นนี้ แต่เขาควบคุมได้ เขามีสติสัมปชัญญะรำพึงให้เป็นอย่างนั้นๆ เป็นไตรลักษณ์ เห็นไหม เวลาผู้พิจารณา พิจารณากายจนร่างกายนี้ย่อยสลายไปหมดแล้วมันเหลืออะไร ถ้าเหลืออะไรต่ออะไร เหลืออะไร พอเหลืออะไร เราก็บริหารจัดการต่อไป ถ้าเหลือเป็นโครงกระดูก โครงกระดูกทำอย่างไร เป็นอย่างไร นี่ที่ว่าพิจารณากายโดยเห็นกายก็ได้ ไม่เห็นกายก็ได้

แต่ของโยมนี่ธรรมชาติ แต่เหตุการณ์มันเกิด จะบอกว่าเกิด เพราะมันเกิดจากโซคลาภไม่รู้ไม่เห็นอะไรเลย มันมาเองเลย แล้วบริหารอะไรไม่ได้เลย แต่เป็นการยืนยันว่า สมถกรรมฐาน วิปัสสนากรรมฐาน หรือว่าสังขารมันมีอยู่จริงใจ แล้วโยมทำได้ ปัจจัตตัง สันทิฏฐิโก ยืนยันโดยหัวใจของเรา

ใครทำสมาธิได้ จะมันคงในพระพุทธศาสนา ใครฝึกหัดใช้ปัญญาได้ เวลาฝึกหัดใช้ปัญญา ถ้าใช้ปัญญาก็เป็นแบบนี้ เป็นแบบที่เป็นนี้ แล้วโยมจะเป็นอย่างนี้อีกไหม จะทำได้หรือเปล่า แต่ก็ฝึกหัดแล้วพยายามทำไป

การพิจารณาโดยเห็นกายก็ได้ เห็นกายคือเจโตวิมุตติ หลวงปู่ชอบ หลวงปู่คำดี หลวงปู่เจี๊ยะ นี่เจโตวิมุตติ คือจิตสงบแล้วเห็นภพกาย หลวงปู่เจี๊ยะไง อยู่ในข้อกระดูก ๓-๔ ชั่วโมง

เป็นสมณะ แล้วพอจิตสงบแล้ว ถ้ามันอยู่ในข้อกระดูกอีก มันขยายส่วนได้ กระดูกนี้มันขยายได้ แยกได้ นี่วิปัสสนา นี่เห็นกาย เจโตวิมุตติ

ปัญญาวิมุตติ หลวงปู่ดูลย์ หลวงตาพระมหาบัว ท่านก็เห็นกาย ถ้าไม่เห็นกายก็ได้ หลวงปู่ดูลย์บอกไม่ต้องเห็นกาย ใช้สติปัญญาเทียบเคียงต่างๆ ได้ อันนี้มันก็พิจารณากายเหมือนกัน แต่พิจารณากายโดยเห็นกายก็ได้ ไม่เห็นกายก็ได้

ไม่เห็นกายก็ได้ แต่มีปัญญานะ ไม่เห็นกายก็ได้ มีจิตนะ มีจิตที่สงบ มีจิตที่คิดว่าคิดเท่าไรก็ไม่รู้ ต้องหยุดคิด จิตมันหยุดคิด จิตเห็นอาการของจิต จิตคือมันรำพึงถึงกาย มันสัมพันธ์กับกาย ถ้ามันสัมพันธ์กับกาย มันก็สัมพันธ์กับสังโยชน์นี้ไง คือมันต้องสัมพันธ์กับกิเลส เพราะกิเลสมันมีอยู่แล้ว

ที่นี้พอสัมพันธ์ กิเลสในสติปัฏฐาน ๔ ในกาย ในเวทนา ในจิต ในธรรม กิเลสก็อาศัยสติปัฏฐาน ๔ เป็นเครื่องมือหาผลประโยชน์เหมือนกัน

เราเป็นเจ้าของ เราเป็นเจ้าของสติปัฏฐาน ๔ คือร่างกายกับใจเราโดยข้อเท็จจริงเลย แต่เป็นสมมุติ เป็นสมมุติเพราะเป็นสมมุติโลก สมมุติบัญญัติ มันไม่เป็นความจริงกับเรา พอเวลาเป็นจริงกับเรา ทำความสงบของใจเข้ามา ใจเราสงบแล้ว แล้วเราเห็นสติปัฏฐาน ๔ เห็นกาย เห็นเวทนา เห็นจิต เห็นธรรมตามความเป็นจริง มันเกี่ยวพันกันกายกับใจ เพราะการผูกมัดของสังโยชน์ การผูกมัดของสังกายทิฐิ วิจิกิจฉา สลัปปตปราคาส มันผูกมัด ผูกมัดโดยกิเลสใจ

เวลาวิปัสสนา วิปัสสนาคือแยกแยะใจ แยกแยะให้เห็นแตกต่างกับความยึดมั่นถือมั่นนี้ เพราะ สพเพ ธมฺมา อนตฺตา ไตรลักษณะนี้ วิภาคะใจ การกระจายออกไป นี่คือการวิปัสสนา

จะบอกว่า มันไม่เหมือนกันอย่างไร ไม่เหมือนกันอย่างไร

มันไม่เหมือนกันก็มันจับต้องกิเลสไม่ได้ไง แล้วเป็นสมมุติไง สมมุติเป็นวิทยาศาสตร์ เป็นวิทยาศาสตร์ทุกคนจับต้องได้หมดเลย รู้เข้าใจหมดเลย ไม่มีสังโยชน์ ไม่มีกิเลส จับต้องกิเลสไม่ได้

วิปัสสนามันจับได้ จับได้ไง

นี่บอกว่า อาการที่เกิดขึ้นนี้เทียบเคียงกับที่หนูฟังหลวงพ่อบอกว่า “เราสามารถพิจารณาโดยไม่ต้องเห็นกายก็ได้” แบบนี้ใช่ไหมคะ

ถ้าจะบอกว่าเป็นการพิจารณาโดยใช้ไหม ใช้ แต่นี่เป็นการพิจารณาโดยที่เวลาที่ว่ามันขาดตกบกพร่อง ก็เหมือนกับขาดตกบกพร่องที่เราไม่ได้บริหารจัดการ เราไม่เป็นคนที่ควบคุม แต่ถ้าเป็นการวิปัสสนา อาการที่จะเป็นจริงมันก็เป็นอย่างนี้ เป็นอย่างที่โยมเป็นนี่ แต่ที่มันสับสนหลงใหล ธรรมเกิดไฉ่ แต่ก็ฝึกหัด

เพราะธรรมเกิดเป็นแนวทาง นี่เป็นแนวทาง เป็นสารตั้งต้น แล้วเราก็ก็นึกหัดของเรา ทำอย่างนี้ แล้วถ้าได้อย่างนี้เทียบเคียง

พอโยมพิจารณาอย่างนี้ เห็นว่าเขาพิจารณาอะไรอย่างไร เขาพิจารณากามราคะอย่างไร

เวลาเกิดการเห็นอย่างนี้ แล้วผลของมันคือหัวใจเป็นอย่างนี้ ความเข้าใจ ความอึดอึด ความสุขในใจ เห็นไหม เพราะมันได้สัมผัสธรรมไฉ่

หลวงตาท่านบอกว่า ในสามโลกธาตุนี้ไม่มีอะไรสัมผัสธรรมได้เลย เว้นแต่หัวใจของคน หัวใจของคน หัวใจของเรา

ที่นี้หัวใจของเรามันจะเกิดโดยโศคลาภ แต่มันก็ได้สัมผัส แล้วพอมันสัมผัสจบแล้ว หัวใจเป็นอย่างนี้ ความคิดเกี่ยวกับร่างกาย ความคิดเกี่ยวกับโลก ทัศนคติเปลี่ยนแปลงไหม ถ้ามันเปลี่ยนแปลง ถ้าวิปัสสนาไปมันจะเกิดการพัฒนาของมัน มันจะเกิดการพัฒนาของมัน หัวใจมันสูงขึ้นเรื่อยๆ ไฉ่

นี่พูดถึงว่า การพิจารณาโดยไม่เห็นกายและไม่เห็นกาย

เห็นกายก็ได้ ไม่เห็นกายก็ได้ ถูกต้องหมด

แต่เวลาที่โยมเป็น บอกว่ามันเป็นหรือไม่เป็น

มันเป็นที่ว่าเราไม่ได้เป็นคนควบคุม เราไม่ได้เป็นคนบริหารจัดการ เราพูดถึงตรงนี้นิดเดียว แต่ผลของมัน การกระทำเป็นอันนี้ คนที่พิจารณามันเป็นอย่างนี้ แล้วเป็นข้อเท็จจริง แล้ว



เป็นความจริงด้วยนะ ไม่ใช่จำมา จำมาคือสัญญา จินตนาการ สร้างภาพ นั่นเป็นอีกเรื่องหนึ่ง นี่  
ข้อ ๑.

## ๒. การพิจารณาแบบนี้ เขาเรียกว่าอะไรคะ

ถ้าการพิจารณาแบบนี้เรียกว่าอะไรคะ เราก็เรียกว่าธรรมเกิด สัจธรรม เพราะเวลาครูบา  
อาจารย์ผู้ประพฤติปฏิบัติ เวลาพิจารณาไปแล้วเขาเป็นอย่างนี้ แต่เป็นปัจจัยตั้ง เป็นสันทิฏฐิ  
โก เป็นเพราะใจดวงนั้น ใจดวงนั้นมีกิเลส ใจดวงนั้นเป็นปุณฺณ ใจดวงนั้นจะเป็นกัลยาณชน ใจ  
ดวงนั้นเป็นโสดาปัตติมรรค ใจดวงนั้นเป็นโสดาปัตติผล ใจดวงนั้นเป็นสกิทาคามีมรรค สกิทา  
คามิผล อนาคามีมรรค อนาคามีผล อรหัตตมรรค อรหัตตผล เป็นที่ใจดวงนั้น เป็นที่ปัจจุบัน  
เป็นที่จิตวิปัสสนา จิตดวงนั้นรู้เห็นตามข้อเท็จจริง วิปัสสนาคือรู้แจ้งในจิตของตน เป็นอย่างนั้น

นี่พูดถึงว่า แบบนี้เขาเรียกว่าอะไรคะ

เรียกว่าที่เราอารัมภบทมาตั้งแต่ต้นนั่นนะ มันเป็นธรรมเกิด มันเป็นโศคลาภนะ ถ้าอย่าง  
นี้ถือว่าเป็นบุญเป็นกุศล เป็นการยืนยันว่าสัจธรรมมีจริง สัจธรรมมีจริง แล้วมีจริงในหัวใจของผู้  
ที่ประพฤติปฏิบัติ จบ

ถาม : ข้อ ๒๔๓๒. เรื่อง “กราบเรียนถามปัญหาหลวงพ่อกะ”

หลังจากที่หลวงพ่อนำวิธีแก่นิมิตให้หนูได้ด้วยการใช้พุทโธและปัญญาอบรมสมาธิ  
รวมถึงไม่ส่งจิตออกนอก ตอนนี้อากการติดนิมิตของหนูหายหมดแล้วคะ ไม่โผล่ขึ้นมาอีก

ตอนนี้หนูเริ่มฟื้นฟูจิตใจเสื่อมด้วยการเริ่มสวดมนต์ มีสมาธิมากขึ้น รู้สึกว่าจิตโล่งสบายขึ้น  
ฟังธรรมะมีสติแยกแยะมากขึ้นคะ แต่หนูดันเกิดอาการใหม่คะ คืออยู่ดีๆ ก็เกิดอึดอัดมาก  
ทรมานมาก เหมือนอยู่ในหลุมดำ ไม่มีเหตุผล อาการที่ไม่เคยเกิดขึ้นมาก่อน เป็นนานหลาย  
ชั่วโมง ระหว่างสภาวะนั้นจะขาดทั้งสติ ทั้งสมาธิ นี่กรรมอะไรไม่ออก ที่เคยเริ่มฟังธรรมได้ก็  
ไม่ได้ ที่เคยเริ่มสวดมนต์ได้ก็ตั้งสติไว้ไม่ไหว ในช่วงเวลาที่หนูรู้สึกว่ายากลำบากมากๆ เลยคะใน  
ชีวิตภาวนาของหนู

ขอถามว่า

๑. อาการใหม่นี้เกิดจากอะไรคะ เป็นกิเลสหรือเป็นกรรมที่หนูเคยทำไว้ พอจิตมีสภาวะนี้เหมือนร่างกายจะตึงแน่นไปหมด แต่ถ้าจิตผ่อนคลาย อาการทางใจจะไม่มี

๒. ขอลองพ่ช่วยแนะนำหนูด้วยค่ะ จะแก้ยังไงดีคะ หนูพยายามพุทโธู้ พังธรรมรู้ พยายามเรียกสติกลับมา แต่มันก็ไม่มา เหมือนโดนหลุมดำดูดเลยคะ

กราบขอบพระคุณ

**ตอบ :** เห็นไหม กรรมจำแนกสัตว์ให้เกิดต่างๆ กัน คนที่ประพฤติปฏิบัติจะมีอุปสรรค อุปสรรคแต่ละคนไม่เหมือนกัน เวลาอุปสรรคแต่ละคนไม่เหมือนกัน มันอยู่ที่อำนาจวาสนาของคนที่ยกยอ

มนุษย์จะล่วงพ้นทุกข์ด้วยความเพียร

ความเพียร ความวิริยะ ความอดุสหาะ แม้แต่เวลาบวชเป็นพระๆ เพศของพระเป็นเพศของนักรบ การรักษาเพศของพระไว้มันก็ยังมีความทุกข์ยากพอสมควร ทุกข์ยากเพราะจิตมันดิ้นจิตมันรน แต่ถ้าเรารักษาจิตของเราได้ เพศของพระเรารักษาไว้ได้ นี่สถานะของการเป็นนักปฏิบัติ

เราอยากจะทำปฏิบัติๆ เพราะอยากปฏิบัติ การปฏิบัติมันก็เท่ากับเช็ก เช็กหัวใจของเราเลย ว่าเรามีบุญมีวาสนามากน้อยแค่ไหน ถ้ามีบุญมีวาสนามาก ขิปปาภิญญา ผู้ที่ปฏิบัติง่ายรู้ง่าย ผู้ที่ปฏิบัติยากรู้ยาก แต่ถ้ายังปฏิบัติได้มันก็คือวาสนา เพราะไม่มีบุญกุศลใดมากไปกว่าการนั่งสมาธิภาวนา เพราะว่ามันเป็นจุดสุดยอดของพระพุทธศาสนา

ปฏิบัติบูชาของศรัทธาพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ปฏิบัติแล้วเรามีสังกรรมขึ้นมาในหัวใจ แล้วเราชำระล้างกิเลสเป็นขั้นเป็นตอนขึ้นไปนะ เราจะเข้าถึงสังกรรมอันนั้นได้

แต่กิเลสต้นหาความทะยานอยากของคนแต่ละบุคคลที่เป็นอุปสรรค ที่มันกัดมันขวาง มันกรรมของสัตว์ กุสลา ธมฺมา อกุสลา ธมฺมา เพราะเราทำมาทั้งนั้น ถ้าเราทำมา เห็นไหม

เริ่มต้นมันเป็นการยืนยันว่า ที่ว่ามันมีนิमित มีต่างๆ พังเทศน์หลวงพ่อดบปัญหาจากนิमितต่างๆ หายหมดแล้ว ตอนนี้นั้นมีความกดดันเฉยๆ มันมีการตั้ง การปวด

เหมือนกัน อาการแตกต่างกัน แต่กิเลสตัวเดียวกัน

ถ้าอาการมันต่างกัน เราก็ปฏิบัติบูชาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ปฏิบัติบูชาของเรา ถ้าสิ่งใดที่มันทำได้ เราก็ทำ สิ่งใดที่ทำได้ไม่ได้ เราก็มีอุบายไง อุบายวิธีการเปลี่ยนแปลงในอุบายออก

ถ้ามันภาวนาไม่ได้เลย มันทำอะไรไม่ได้เลยนะ เราก็เคลื่อนไหวไปก่อน เดินจงกรม นั่งสมาธิภาวนาของเราไป แล้วถ้าสิ่งใด เราชะลิกถึงอย่างอื่นก่อน แล้วถ้าถึงที่สุดแล้วเราก็กลับมาภาวนาใหม่

นี่เขาบอกว่า อาการใหม่ที่เกิดขึ้นนะคะ มันเป็นกรรมของหนูที่เคยทำไว้ จิตที่มีสภาวะที่เหมือนร่างกายมันตึงมันแน่น แล้วผ่อนคลาย ผ่อนคลายทางหัวใจมันไม่มีเลย มันตึงเครียดไปหมด

เวลาไปเที่ยวชายทะเลนี้หายหมดเลย ไปสวนสนุกนี่เกลี้ยงเลย ไปตากแอร์ในศูนย์การค้า เออ! แก้ววิธีนี้แหละ กระเป๋าคิดเลย แก้ววิธีนี้เลย นี่วิธีโลกไ้

แต่ของเราเนะ ทางจงกรมก็คือทางจงกรม ๕ วัน ๑๐ วันก็ทางจงกรมสายเดิมนั้นแหละ ถ้าหัวใจมันดีขึ้นนะ โอ้โฮ! มันเบาสบายเลย แต่ถ้าหัวใจมันหนักแน่นมันก็ทุกข์ยากของมัน แต่เราก็เดินจงกรมของเรา เราไม่ทิ้งของเรา นี่พูดถึงว่าถ้าคนที่มัวอำนาจวาสนานะ เราฝึกหัด แก้ว

เพราะนิमितต่างๆ เรายังแก้ได้ แต่พอนิमितต่างๆ เราแก้ได้ เพราะมันเท่าทัน มันก็อยู่กับผู้รู้ มันก็จบไป นี่ผู้รู้ตัวมันเอง อัดแน่นไปเลย ตึงเครียดไปหมดเลย

แต่ครูบาอาจารย์เรามากมายนะ เดินจงกรมเหมือนกับลอยเลย หลงปุ้เจียะนี่ประจำเดินนี้ “เหาะ เหาะ” ท่านพูดให้ฟังไง มันเหมือนจะเหาะ แต่มันไม่เหาะ

เวลาจิตมันดีนะ ท่านบอกเดินไปๆ มันลอย มันเหมือนจะลอย เหมือนจะลอย มันเบาร่างกายมันเบาเลย ท่านพูดบ่อย มันเหมือนจะเหาะ เวลาเดินไปบอกว่า “เหาะ เหาะ” คือว่าถึงปลายทางจงกรมอยากจะเหาะไปเลยไง มันไม่ไป นี่เวลาจิตมันดี เหมือนจะเหาะ เบาสบาย

แต่ของเรามันทุกซ์ มันตึงเครียด มันกิเลส เราหาอุบายวิธีการที่จะผ่อนคลายไ้ ผ่อนคลายให้มันเปิดโอกาสให้เราได้ปฏิบัติบ้าง แล้วถ้าปฏิบัติ ถ้าสติปัญญาเรามา กิเลสมันกลัวนี้แหละ กลัวสติ กลัวปัญญา กลัวความเพียรของมนุษย์ที่จะชนะมันไ้ นี่ข้อที่ ๑.

๒. ขอให้หลวงพ่ช่วยแนะวิธีการด้วยคะ จะแก้อย่างไรดีคะ หนูพยายามสู้พุทโธ สู้ฟังธรรม พยายามเรียกสติกลับมา แต่มันก็ไม่มาเสียที มันเหมือนหลุมดำเลย

นี่เพราะใจใจจริงใจหรือเปล่า มันถึงยังก่อกรวนใหญ่เลย เราทำทางสายกลางในพระพุทธศาสนาไ้ เราไม่หวังว่าจะได้ ไม่หวังจะเสีย เราทำบุญของค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ไม่ให้กิเลสมันมาแบ่งปัน

เวลาทำอะไรก็กิเลสมันมาแล้ว จะเป็นอย่างนั้น จะเป็นอย่างนั้น จะเป็นอย่างนั้น กิเลสมันแบ่งไว้ครึ่งหนึ่ง กิเลสมันขุดหลุมพรางไว้เลยนะ ภาวนาจะเป็นอย่างนั้น จะเป็นอย่างนั้น แล้วเป็นหรือไม่เป็น ถ้าเป็นก็เข้ากิเลส ไม่เป็นก็กิเลสมันแกล้ง มันกิเลสทั้งนั้นนะ

แต่ถ้าเราทำคุณงามความดีของเรา ทำทาน ร้อยหนพันหนไม่เท่ากับถือศีลบริสุทธิ์หนหนึ่ง ถือศีลบริสุทธิ์ร้อยหนพันหนไม่เท่ากับทำสมาธิได้หนหนึ่ง ได้สมาธิได้ร้อยหนพันหนไม่เท่ากับภาวนามยปัญญาขึ้นมานหนหนึ่ง

เราทำหนหนึ่งๆ เราบูชา บูชาของค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเพื่อหัวใจของเรา บูชาพุทธะในหัวใจของเรา หัวใจของเราจะเป็นพุทธะ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน ถ้าปฏิบัติถูกต้องตามความเป็นจริง

แต่ที่มันทุกซ์ๆ ชี้น้ำกิเลสเลย มึงแกล้งกูอีกแล้ว มึง มึง มึงเท่านั้นนะ ชี้น้ำกิเลสเลย

อย่าไปตีโพยตีพายพูดไปป้ายใครทั้งสิน ชี้น้ำกิเลสในใจเราเลย ชี้น้ำกิเลสเลย เอ็งนะครอบงำ แล้วทำให้ทุกข์ยากมาทุกภพทุกชาติ ทุกภพทุกชาติ แล้วก็สู้ไม่ได้ สู้ไม่ไหว ในปัจจุบันมีสติปัญญา จะสู้มันบ้าง จะสู้มันบ้าง ชี้น้ำมันเลย แล้วสู้กับมัน จบ

ถาม : ข้อ ๒๘๒๔. เรื่อง “สงสัย”

กราบนมัสการหลวงพ่อก่อน หนูขอกราบเรียนถามหลวงพ่อก่อนว่า หนูปฏิบัติมานาน แต่หนูรู้สึก ว่าเหมือนหนูย่ำอยู่กับที่ แต่มีอยู่ ๒-๓ ครั้ง หนูนั่งสมาธิไม่น่าจะถึง ๑๐ นาที หนูได้ยินเสียงรอบข้าง แล้วจู่ๆ ก็ดิ้งวูบลงไปเลย ทั้งที่ยังได้ยินเสียงรอบข้าง แต่เมื่อมันดิ้งลงไปแล้ว มันรู้สึก ว่าเหมือนมีความสงบเงียบมากและว่าง โดยที่ไม่รู้จะหาอะไร มันว่างจนบอกไม่ถูก แต่มันเหมือนมี ความสุข แต่มันเหมือนมีความสุข สุขแบบแปลกๆ แล้วมันก็สงสัยว่าทำไมมันไม่มีอะไรเลย มัน ว่างไปหมด

หนูก็เลยกลับมาท่อกพุทโธ แล้วมันก็บอกว่า ออกเถอะ แล้วมันก็ออกจากความรู้สึกที่ว่า ว่างมาเลย

จึงสงสัยว่าหนูยังไม่ได้นั่งนานเท่าไร และหนูก็ไม่ได้รู้สึกว่ามันเกิดเป็นสมาธิอะไรเลย จน ทุกวันนี้ก็ไม่เคยเป็นแบบนั้นอีก

ทุกวันนี้บางครั้งจะเดินหรือนั่งก็ไม่เคยมีความสงบเลย บางครั้งหนูสงสัยว่า ที่หนูปฏิบัติ มาทั้งหมด ทำไมหนูจึงรู้สึกว่าเหมือนหนูย่ำอยู่กับที่และหัดใหม่อยู่ตลอดเวลา ไม่เคยมีความรู้ ะอะไรเลย

หนูก็เลยคิดตามที่หลวงพ่อบอกว่า ปฏิบัติบูชาของคัมภีร์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าอย่าง เดียว (ตัวหนูเองก็มีปัญหาเรื่องสังขารมาก) บางครั้งนั่งไม่ไหว ปวดหลังมากก็ทนเอา เดินแล้วก็ ปวดหลังมาก ก็ทนเอา

หนูเลยคิดอธิษฐานจิตเอาไว้ว่า เอาความทรมานของสังขารนี้แหละปฏิบัติบูชาไปเลย ถ้า หนูทำแบบนี้ไปเรื่อยๆ หนูจะทำถูกต้องไหม และทุกครั้งที่ทำเสร็จ หนูก็จะอุทิศให้เสีย ให้แม่ของ หนู และเดียวกับแม่ของแฟนหนู แบบนี้จะมีบุญให้พวกท่านหรือเปล่าคะ

**ตอบ :** มี มีเยอะๆ ด้วย ปฏิบัติบูชาของคัมภีร์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า การปฏิบัติบูชา ของคัมภีร์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ปฏิบัติบูชา

เวลาเขาทำบุญกุศลนั้นอามิสบูชา บูชาด้วยอามิส บูชาด้วยรูปเทียน อาหาร ปัจจัย เครื่องอาศัย นั้นนะเราทำบุญกุศลใน นั้นนะอามิสบูชา

บูชาในพระพุทธศาสนา เราอุทิศส่วนกุศลให้กับเจ้ากรรมนายเวร ผู้มีพระคุณต่อเรา มันก็ต้องเป็นบุญกุศล เพราะเรามีการกระทำ แล้วได้บุญได้กุศล เราอุทิศส่วนกุศลให้กับเจ้ากรรมนายเวร ให้กับผู้มีพระคุณ

เราปฏิบัติบูชาฯ ปฏิบัติบูชา คำที่ว่า โยมทุกขโยมทรมานมาขนาดไหน ปฏิบัติบูชาของค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เราถวายบูชาของค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ ทำไมเราจะอุทิศส่วนกุศลให้กับเจ้ากรรมนายเวร ผู้มีพระคุณกับเรา

ได้ ได้ เหมือนกัน

แล้วที่ปฏิบัติบูชา ผู้ใดเห็นธรรม ผู้นั้นเห็นตถาคต มันยังมีความสุขมากกว่า มันยังเป็นบุญเป็นกุศล เป็นสัจจะเป็นความจริงของเราเลย

ฉะนั้น สิ่งที่ว่าเวลาคำถาม คำถามที่ว่าข้างต้น มันเหมือนคำถามคำถามแรกเลย คำถามแรกนะ เวลาเขาปฏิบัติของเขาแล้ว แล้วเขารำพึง เขาพิจารณาอะไรอย่างไรวะ มันรู้มันเห็นของมันไปโดยวาสนาของเขา โดยวาสนา นี่มีโศคลาภ

ของโยมก็เหมือนกัน นั่งภาวนามา ๕ ชั่วโมง ๑๐ ชั่วโมง เวลามันทุกข์มันยาก มันทุกข์ยากมาทั้งนั้นนะ มีอยู่ ๒-๓ ครั้งที่หนูนั่งสมาธิไม่ถึง ๑๐ นาที เวลานั้นอยู่ หนูได้ยินเสียงรอบข้างแล้วจู่ๆ มันก็ดิ้นวูบ

คำว่า “ดิ้นวูบๆ” เหมือนกับถ้ามันจะลงสมาธิไป มันก็วูบไปเลย แล้วกลั้วเป็นกลั้วตายทั้งสิ้น แต่นั่นมันไม่ มันดิ้นวูบไปเลย แล้วมันว่างเปล่าๆ

มันไม่ใช่ว่างแบบเราไง มันว่างแบบเรา มันมีเรานะ

การทำสมาธิสมาธิคือจิตสงบตัวลง จิตสงบตัวลง จิตมันเป็นอิสระ

จิตมันไม่สงบตัวลงเพราะมันมีกิเลสคอยค้ำคองเชี่ยง จะเป็นไฉนนั้น จะเป็นไฉนนี้ จะเป็นไฉนนั่น กิเลสมันคอยค้ำคองเชี่ยง กิเลสมันจะเรียกร่องสิทธิ์ไฉ

มันยึดครองหัวใจดวงนี้ แล้วหัวใจดวงนี้เป็นข้ามัน แล้วมันบอกมันเป็นเจ้านาย มันเก็บค่าเช่า เก็บค่าเช่า เก็บผลประโยชน์กับมันไฉ

เราก็อ่างๆ แบบนั้นนะ อ่างๆ แบบว่ามีนุ่นมีนี่ มีนี่มีนั่นไง กิเลสมันจะแบ่งปันไ้ มันไม่  
เป็นอิสระไ้

กิเลสมันแบ่งปันนะ มันก็เลยเป็นสมาธิแบบเรา อ่างๆ อ่างๆ นี่กิเลสมันเก็บค่าเช่า มันไม่  
สลับ มันชัดเจนของมันนะ แล้วมันจะเก็บผลประโยชน์ของมันไ้ อ่าง เก็บค่าเช่าครั้งหนึ่ง

เวลาโยมนั่ง มีอยู่ ๒-๓ คราว หนูนั่งไม่ถึง ๑๐ นาทีเลย จู่ๆ มันดิ้งวูบไปเลย เสียรอบ  
ข้างก็ไ้ยินอยู่

นี่มันไม่สั้แต่ไ้ไ้เสียรอบข้างก็ไ้ยินอยู่

แต่เมื่อมันดิ้งลงไปแล้วมันรู้สึกว่ามันมีความสงบ เงียบมาก และอ่าง แต่ก็ไ้รู้ว่าจะหา  
อะไรไ้มันอ่าง มันบอกไ้ถูก

เวลามันเป็นอิสระ มันเป็นอิสระอย่างนั้นนะ มันไม่มีกิเลสเก็บค่าเช่า มันไม่มีกิเลสมา  
แบ่งปันไ้ มันเป็นอิสระ มันเป็นอิสระชั่วคราว มันก็โดยสัจจญาณของมนุษย์นะ มันก็  
สงสัย เวลาสงสัยมันจะออก เวลาสงสัยมันจะดิ้งให้จิตออกเลย

ถ้าจิตมันลงไปแล้วนะ มันเป็นอิสระ เป็นหนึ่ง ไ้พาดพิงอะไรทั้งสิน

สงสัยคือกิเลสไ้ มันมาแบ่งแล้ว มันจะเก็บค่าเช่า มันจะเก็บ มันจะยึดครอง

ไ้ที่เราทำสมาธิๆ ก็ตรงนั้นนะ สมาธิคือจิตเป็นอิสระนะ ไ้พาดพิงอารมณ์ไ้ๆ ทั้งสิน  
นั้นเป็นสัมมาสมาธิ

ไ้ว่า่างๆ อ่างๆ ไ้กิเลสมันแบ่ง ๕๐-๕๐ มึงครั้งหนึ่ง กูครั้งหนึ่ง อ้าว! ก็ไ้ไ้่างครั้งหนึ่ง  
ไ้ เติจกรรมเกือบตาย นั่งสมาธิเกือบตาย จะสงบๆ กูให้ไ้ไ้ครั้งเดียว อ่างๆ อ่างๆ แต่ของกู  
ครั้งหนึ่งนะ เพราะยังรู้สึกอยู่ ยังมีตัวตนอยู่ ครั้งหนึ่ง

แต่ถ้าเป็นสมาธินะ เห็นไหม แต่เมื่อดิ้งลงไปแล้วรู้สึกเหมือนมันสงบเงียบมาก มันอ่าง  
โดยที่ไ้รู้ว่าหาอะไรมาเทียบ บอกไ้ถูก

ก็มันเป็นตัวของมันเองไง มันเป็นอิสระไง มันไม่พาดพิงอารมณ์ใดๆ ทั้งสิ้นเลย ไม่จ่ายค่าเช่า ตอนนี้นำไปโรมันให้อยู่ฟรี เป็นสมาธิอยู่ฟรีช่วงหนึ่ง แต่สงสัยสมาธิ มาทันที เพราะสงสัยคือตัวมัน สงสัย พิสูจน์ ตรวจสอบ นั่นนะตัวมันทั้งนั้น แล้วพอมันมานะ คนละครั้ง จ่ายมา จ่ายมาคนละครั้ง มันก็เลยออกมา อันนี้ถ้ามันเป็นข้อเท็จจริงใจ

เราจะบอกว่า หนูเวลากลับมาท่องพุทโธ เวลาท่องพุทโธ แล้วเวลาที่มันว่าง บอกมันว่า ออกเถอะ ออกเถอะ

ถ้าเราไม่ออก เราไม่ออก ไม่ออกมันอยู่ที่เหตุ เวลาพุทโธไวๆ พุทโธไวๆ ๓-๔ ชั่วโมงมันจะเป็นสมาธิแค่ ๕ นาที ถ้าเราพุทโธ ๒๔ ชั่วโมงมันเป็นสมาธิสักครึ่งชั่วโมง ถ้าพิจารณาต่อเนื่อง พุทโธๆ จนพุทโธตลอดไป มันลงดังเลย มันอยู่ที่เหตุ นี่ถ้าอยู่ที่เหตุ ถ้าโดยข้อเท็จจริงใจ

แต่เนี่ยยังมีสติอยู่นะ เวลาเข้าไปอยู่ มันเจิบมาก มันว่าง มีความสุข แล้วมันบอกไม่ถูก มันแปลกมาก เวลาถึงที่สุดแล้ว ออกเถอะ

ออกเถอะก็ออกจากฐานตรงนั้นออกมา ออกมาก็เป็นข้อเท็จจริงของโลกใจ เป็นข้อเท็จจริงของมนุษย์ใจ มีกายกับใจนี้ใจ มีสมมุติบัญญัติใจ นี่ข้อเท็จจริง

ฉะนั้น เวลาที่ว่าเดินจงกรม นั่งสมาธิเกือบเป็นเกือบตาย มันมีกิเลสมันเข้ามาพัวพัน แต่ถึงเวลาแล้วเราวาง เราปฏิบัติบูชาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า มีสติ แล้วมีคำบริกรรม มีอานาปานสติ แล้วถ้าจะลงอย่างไร มันลงไปว่างๆ นั่นละมันมีความสุขใหม่ มันแปลก มันมหัศจรรย์ นั่นนะความสุข แล้วเวลามันออกมาแล้วมันมีกำลังใจ คือถ้ามันออกมาแล้วเราจะคิดเราจะพิจารณาอะไร มันเข้าใจ เพราะมันมีฐานใจ

ศีล สมาธิ ปัญญา

ถ้ามันมีสมาธิ ปัญญามันจะตัดสินใจได้ชัดๆ เลย

แต่ถ้าไม่มีสมาธินะ เป็นสมาธิ ถ้ากิเลสมาบวkd ด้วย ๕๐ เก็บค่าเช่าครึ่งหนึ่ง แล้วถ้าเป็นปัญญา เหมือนกัน ปัญญาถึงงๆ นะ สงสัยของมันอยู่อย่างนั้นนะ



แต่ถ้ามันเป็นธรรมๆ เป็นธรรมเพราะมันมีกำลังของมัน แล้วมันมีกำลังแล้วมันส่งเสริมให้ปัญญานั้นแกวักล้าอยู่ชั่วครั้งชั่วคราว พอสมาธิมันเสื่อมลงเบาลง ก็ความคิดเดิมนี้ในความคิดแบบนี้

แต่หนูมีโรคประจำตัว หนูมีความทุกข์ความยาก

เวลาปฏิบัติเนะ ก็ปฏิบัติคิดว่าเอาความทุกข์ความยาก เอาอันนี้บูชาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเลย มันมีความเจ็บความปวดต่างๆ ความเจ็บความปวด ถ้าเราพิจารณาได้ มันปล่อยได้ มันวางได้ ความเจ็บความปวด เวทนา เกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป แต่ถ้าร่างกายมันแข็งแรงนะ ประพฤติปฏิบัติไปจนโรคภัยไข้เจ็บหายหมดเลย

ปฏิบัติฯ โรคภัยไข้เจ็บหายได้ หายด้วยธรรมโอสถ

แต่เวลาถ้าเป็นวิปัสสนา มันรู้แจ้งในกิเลสต้นหาความทะยานอยาก มันแทงทะลุกิเลสไป อันนั้นมันเป็นมรรค

แต่อันที่ว่าอันที่ธรรมโอสถทำให้ความเจ็บไข้ได้ป่วยหาย มีครูบาอาจารย์ที่เจ็บไข้ได้ป่วยหายจากโรคภัยไข้เจ็บนี้มากมาย

นี่ก็เหมือนกัน เราปฏิบัติฯ โรคภัยไข้เจ็บมันเบาบางลงหรือไม่ ถ้ามันปฏิบัติแล้ว ถ้าโรคภัยไข้เจ็บ มันมีโรคภัยไข้เจ็บ เราก็ไปหาหมอ มียาประทั่งของเราไป ถ้าหมอรักษาเรื่องสุขภาพกาย เรายักษาด้วยสุขภาพจิต

แล้วถ้าสุขภาพจิตถ้ามันมีกำลังของมัน ทั้งสุขภาพจิตและสุขภาพกายกลับมาเป็นปกติหายจากโรคภัยไข้เจ็บได้

ถ้าเรานูชาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้านะ อย่าปฏิบัติด้วยความกดดัน อย่าปฏิบัติด้วยความปรารถนา ความอยากได้

เราปฏิบัติโดยธรรมๆ ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม มันจะได้สติ ได้สมาธิ ได้ปัญญา เพราะมันสมควรแก่ธรรม คือมันเป็นข้อเท็จจริง เป็นเหตุเป็นผล

แต่ถ้าเรามีอารมณ์ความรู้สึก อารมณ์ๆ มันคาดหมายคาดการณ์ แล้วปรารถนาอยากได้ให้เป็นอย่างนั้นๆ ไง เราไม่ต้องการสิ่งนี้

หลวงตาพระมหาบัวท่านใช้คำว่า “สมุทัยเจือปนเข้ามา”

สมุทัยเจือปน สมุทัยคือตัณหาไง สมุทัยคือกิเลสไง มันเจือปนเข้ามา ๕๐-๕๐ เก็บค่าเช่า

เราพยายามฝึกหัดจนมีความชำนาญ เพราะเรามีกิเลสโดยข้อเท็จจริง แล้วเราพยายามจะประพฤติปฏิบัติ ทำสมาสมาธิให้กิเลสสงบตัวลง ถ้ากิเลสสงบตัวลงเป็นสมาสมาธิ มีกำลังแล้ว ถ้าเราฝึกหัดใช้ปัญญา ภาวนามยปัญญา จะเข้ามาฟาดมาฟัน มันชำระล้างให้เกิดเป็นมรรคเป็นผลในหัวใจของเรา

ขอให้เรามีขันติ มีความอดทน แล้วพยายามฝึกหัดประพฤติปฏิบัติบูชาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

ร่างกาย ถ้ามันเจ็บไข้ได้ป่วย ไปหาหมออะ เราต้องหาหมอ หมอเขาให้ยา ถ้าเป็นยาแผนปัจจุบัน เป็นยาสมุนไพร สิ่งใดก็ได้แต่รักษาร่างกายนี้ มันเสื่อมชราคร่ำคร่าโดยธรรมชาติของมัน

โรคหิวเป็นโรคประจำธาตุขันธ์ เรายังต้องกินอาหารทุกวันๆ ร่างกายเจ็บไข้ได้ป่วยเราก็รักษามัน แล้วเราก็พยายามฝึกหัดประพฤติปฏิบัติ

ถ้ามีธรรมโอสถ รักษาทั้งกายและใจ

หัวใจเป็นได้หลากหลายนัก เป็นได้ทุกๆ อย่าง เป็นคนดีก็ได้ เป็นคนที่มีคุณธรรมก็ได้ เป็นคนที่ประพฤติปฏิบัติก็ได้ แต่ไม่เป็นคนไม่เอาไหน ไม่เป็นคนที่ไม่ปฏิบัติ ไม่เป็นคนที่ว่าปฏิบัติแล้วมัววนเสีย ไม่เอาอย่างนั้น เอวัง