

รู้ไหม

พระอาจารย์สงบ มนสฺสนฺโต

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๖

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

ถาม : ข้อ ๒๙๘๘. เรื่อง “รายงานการภาวนาค่ะ”

กราบนมัสการหลวงพ่อบุญ ช่างเดือนสิงหาคม หนูได้เขียนจดหมายมาแล้วครั้งหนึ่ง และหลวงพ่อบุญได้ชี้แนะว่าต้องภาวนาต่อไปอย่างไร หนูจึงขออนุญาตเล่าผลการภาวนาเพื่อขอเมตตาหลวงพ่อบุญส่งสอนต่อไปค่ะ

ตามที่หนูได้กราบเรียนไว้คร่าวๆก่อนว่า เมื่อภาวนาจิตรวมลงแล้วจะเริ่มเห็นจิตเป็นเอกเทศ แยกออกจากกาย อารมณ์ ความคิด และเวทนาต่างๆ ว่าเป็นคนละส่วนกัน

หลวงพ่อบุญจึงได้สอนว่า พอจิตสงบแล้วให้พิจารณาตรงนี้ต่อไปเรื่อยๆ ซึ่งพอหนูทำแล้วได้ผลดังนี้

๑. หนูสังเกตได้ว่า จิตรวมเป็นสมาธิง่ายและรวดเร็วขึ้น เพราะผลของการเห็นทุกสิ่งทุกอย่างแยกออก ไม่เกี่ยวข้องกัน คล้ายกับที่ไม่มีขยะใดๆ มาขวาง ทำให้จิตลงสู่สมาธิได้แน่นอน หนา มันคงได้ง่าย

๒. เมื่อจิตมีกำลังแล้ว การพิจารณาจะเห็นการไม่ข้องเกี่ยวกันระหว่างกาย จิต เวทนา ความคิด กระทั่งลมหายใจที่กระทบตรงปลายจมูกนี้ก็ไม่ใช่ มันไม่เกี่ยวข้องอันใดกับจิตเลย จิตไม่เคยต้องการกระทั้งน้ำ อาหาร อากาศ หรือปัจจัย ๔ จิตเป็นเพียงพลังงานที่ถูกขังในกาย เวียนว่ายตายเกิดเปลี่ยนภพภูมิไปตามแรงบุญแรงกรรม มีกิเลสที่ฝังอยู่และคอยชักจูงต่างๆ หนาๆ และให้ยึดมั่นยึดนี้ว่าเป็นของเรา เราทุกข์เพราะมันเสียม มันบงการ

เมื่อจิตเห็นสิ่งเหล่านี้หลายครั้งขึ้น วันหนึ่งจิตจึงพูดคำเทศนาของหลวงพ่อกออกมาว่า “ต่างอันต่างจริงเป็นอย่างนี้เอง” แล้วจิตก็สะเทือนรุนแรง น้ำตาไหลพราก คล้ายกับอาการ สำรอกคายตอนพิจารณากายลงไปเป็นไตรลักษณ์คะ

๓. หนูเกิดความสงสัยว่า ในขั้นตอนนี้หนูก็ต้องพิจารณากายควบคู่กันต่อไปใช่หรือไม่คะ ผลการภาวนานี้ถูกผิดอย่างไร หนูขอโน้มรับคำสั่งสอนของหลวงพ่ เมตตาชี้แนะด้วยคะ

ตอบ : ใช้นี้คำถามเนาะ คำถามว่า เวลาพิจารณากายไปแล้วมันมีความรู้สึกว่าสรรพสิ่งนี้ไม่ใช่เรา หนูก็ไม่ใช่เรา นี่ก็ไม่ใช่เรา

ไอนั้นมันก็เป็นระดับหนึ่ง แต่ระดับของการประพฤติปฏิบัติ ตอนที่ปฏิบัติถ้าจิตมันว่าง่าย สอนง่าย หรือการปฏิบัติไปแล้วมันก็จะประสบความสำเร็จ มันก็มีความพอใจ แต่ถ้าเดี๋ยวก็เลส มันตื่นตัวขึ้นมา เดี่ยวมันคือมันขึ้นมาเนะ พอมันเจริญแล้วเสื่อมไป

คนภาวนาๆ ส่วนใหญ่แล้วเวลาไม่มีศรัทธาความเชื่อในพระพุทธศาสนา ก็บอกศาสนานี้เป็นของศรีของล้ำสมัย ศาสนานี้เป็นตัวถ่วงสังคม ศาสนานี้ไม่ให้ความเจริญกับสังคมให้มันมีความสุขความสงบไป เวลามันทุกข์มันยากขึ้นมามันก็แสวงหาสิ่งที่พึ่งที่อาศัย

เวลามันแสวงหาสิ่งที่พึ่งที่อาศัยนะ ถ้ามันมีอำนาจวาสนาของมัน ที่พึ่งที่อาศัยของอย่างอื่นมันเป็นของชั่วคราว ชั่วคราว ชั่วคราว บุญกุศล บุญและบาปมันเป็นอมิส สิ่งที่เป็นอมิสมันเจอมาด้วยสิ่งที่เป็นของชั่วคราว นี่มันเป็นเรื่องโลกๆ ไง

ฉะนั้น เวลาจะเอาจริงเอาจังขึ้นมา ถ้ามันแสวงหาความสุขโดยทั่วไปแล้วมันก็ไม่เจอ เวลาเจอความจริงมันก็ต้องให้ละเอียดลึกซึ้งเข้าไป มันก็อยากจะหาของจริง หาของจริงก็ต้องหาที่ในใจของตน

เวลาจะฝึกหัดปฏิบัติขึ้นมามันก็ล้มลุกคลุกคลาน แต่ถ้าคนมีวาสนาพอปฏิบัติได้มันก็มีจิตมันว่านอนสอนง่าย มันก็จะได้ผลเป็นบางครั้งบางคราว

กิเลสนะ เป็นแก่นของกิเลสๆ ที่ว่ามันรู้เห็นสิ่งนั้นเป็นกิเลส สิ่งนั้นเป็นกิเลส นี่กิเลสมัน สมมุติให้ มันสมมุติให้ว่ามันรู้มันเห็นของมันนะ มันรู้มันเห็นก็มันเห็นความทุกข์ มันเห็นสัญญา อารมณ์ มันเห็นความไม่พอใจ มันก็ว่านี่เป็นกิเลสๆ มันก็เป็นของชั่วคราวๆ เหมือนกัน เพราะ อะไร

เพราะคนเรามีธาตุ ๔ และขันธ์ ๕ สิ่งที่เป็นรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ มันมี โดยสัญญาตาญาณ มันมีโดยความเป็นมนุษย์ไง เวลาเป็นเทวดา เทวดาไม่มีธาตุ ๔ แต่ขันธ์มัน เป็นขันธ์อย่างละเอียด ขันธ์ของเราเนี่ยแหละ เวลาครูบาอาจารย์ท่านบอกเป็นขันธ์ ๔ เพราะมัน ไม่มีร่างกายที่เป็นรูปร่างแบบนี้ แต่มันเป็นทิพย์ที่เป็นนามธรรม นามธรรม เทวดามีขันธ์ ๔ พรหมมีขันธ์ ๑ มนุษย์มีขันธ์ ๕ มันก็แตกต่างกันไป

ฉะนั้น เวลาที่จะประพฤติปฏิบัติขึ้นไปมันก็รู้โดยสถานะของความเป็นมนุษย์ เพราะมัน มีอารมณ์ความรู้สึก แล้วศึกษาธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า มันอยู่ดูฌานสูง ต่ำแค่ไหน ถ้ามันสูงขึ้นมันก็เทียบเคียง เทียบเคียงของมันได้ แต่ถ้ามันต่ำๆ มันก็คิดอะไร ไม่ได้เลย จับต้นชนปลายอะไรไม่ถูกทั้งนั้นนะ เวลาเริ่มต้นภาวนามันก็ต้องฝึกหัดภาวนา แค ่หายใจเข้านี้ก็พุท หายใจออกนี้ก็โ

แล้วสิ่งที่ว่าใช้สติใช้ปัญญามันเป็นปัญญาอบรมสมาธิ มันใช้ปัญญาๆ เพราะจิตมันยังไม่สงบ มันยังไม่รู้เช่นเห็นชาติกิเลสตัวจริงๆ

กิเลสตัวจริงๆ เห็นกาย เห็นเวทนา เห็นจิต เห็นธรรมนี้แหละ สติปัญญา ๔ นี้แหละ แต่ ถ้าจิตมันสงบแล้ว ความรู้ความเห็นมันแตกต่างกัน

ความรู้ความเห็นของเรา เรามีภาคทฤษฎี เรามีชื่อมีเสียง มีร่องรอยธรรมะขององค์ สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แต่ไม่ใช่ของเรา จดจำธรรมวินัยๆ จดจำธรรมวินัยไปหาครูบา อาจารย์ ครูบาอาจารย์ก็ให้ท่องบ่นสวดมนต์ พอสวดมนต์ รั้มมัจจฯ เราก็สวดทุกวัน อาทิตตฯ อนัตตฯ สวดทุกวัน

แต่รั้มมัจจฯ นั้นนะเป็นองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าปฐมเทศนา เทศนาครั้งแรกมี พระอัญญาโกณฑัญญะมีดวงตาเห็นธรรม เทศน์อนัตตลักขณสูตรเป็นพระอรหันต์ เทศน์

อาทิตตปริยายสูตร ได้ขโมย ๓ ฟันองเป็นฟันๆ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเทศนาว่าการที่
หนึ่ง พระอรหันต์เป็นฟันเลย

ไอ้ของเราท่องบ่นสวดมนต์ทุกวันๆ นั่นเป็นความจำ แล้วจำแล้วสวดเป็นนกแก้ว
นกขุนทองด้วย ไม่รู้เนื้อหาสาระด้วย แต่พอจะรู้เนื้อหาสาระต้องศึกษาเป็นปริยัติ ศีลธรรม
วินัยขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ศึกษาบาลีแล้วมันแปลได้ แปลได้มันก็เข้าใจ แค
เข้าใจได้ แปลได้ เข้าใจได้ มันก็เป็นโลกีย์ปัญญา ปัญญาโลกๆ ปัญญาสามัญสำนึกไง

แต่ถ้ามันทำความเข้าใจเข้ามา ถ้ามันรู้มันเห็น มันละเอียดลึกซึ้งกว่านี้ ถ้ามัน
ละเอียดลึกซึ้งกว่านี้ สิ่งที่ใช้ปัญญาๆ เราให้ใช้เลย เพราะอะไร เพราะการประพฤติปฏิบัติ จริต
นิสัยของคนไม่เหมือนกัน การกระทำ กรรมฐาน ๔๐ ห้อง ในการพุทโธๆ ก็พุทโธแตกต่างกัน
หลากหลายกันไป พุทโธแตกต่างกันไปมันก็มีภาระทำไง นี่ฝึกหัด ฝึกหัด
ภาคปฏิบัติ เวลาฝึกหัดภาคปฏิบัติ เห็นใหม่

ฉะนั้นบอกว่า เคยถามหลวงพ่อกว่า หลวงพ่อบอกว่า สิ่งที่ว่าจิตมันเป็นเอกเทศ มันแยก
กาย แยกอารมณ์ แยกความคิดต่างๆ มันคนละส่วนกัน

คนละส่วนกัน เห็นใหม่ มีสติปัญญา อารมณ์ อารมณ์นะ สันตติ จิต พุทโธนี่สันตติ มัน
เร็วของมันมาก

ฉะนั้น เราเห็นว่ามันแยกจากกัน เรามีสติสัมปชัญญะเราก็รู้ได้ เราก็เห็นได้ มันแยกจาก
กันเพราะอะไร เพราะมันเป็นอารมณ์ เป็นวรรคเป็นตอน เป็นส่วนๆ ใจ

แต่เดิมมันเป็นอารมณ์เดียวกันหมดเลย อารมณ์มันก็ลากเราไปหมดเลย พอเรามี
สติปัญญา มันก็แยกเป็นส่วนๆ แยกเป็นส่วนๆ เราก็ทำทันอารมณ์เราไป

ฉะนั้น เวลาจะปฏิบัติ ถ้าเราปฏิบัติแล้วเราได้ผล เราก็ปฏิบัติอย่างนั้นต่อเนื่องไป อย่าง
นั้นต่อเนื่องไป อย่างนั้นต่อเนื่องไปจนจิตมันสงบระงับ จิตมันสงบระงับนั่นคือสัมมาสมาธิ

การประพฤติปฏิบัติ จะเป็นแนวทางในพระพุทธศาสนา จะแนวทางใดก็แล้วแต่ ผลของ
มันคือความสงบระงับ ผลของมันคือสมณะ

เพียงแต่ว่า ถ้าในพระพุทธศาสนามีครูบาอาจารย์ที่ถูกต้องดีงาม มันก็จะเป็นสัมมาสมาธิ สมณะนะ เป็นสัมมาทิฐิฐิความถูกต้องชอบธรรม เพราะดำริชอบ ความดำริชอบคือปัญญา ปัญญา ก็เรารู้ เรามีสติปัญญา แล้วเราก็ฝึกหัดพุทโธ ใช้ปัญญาอบรมสมาธิ ผลของมันก็เป็นสัมมา ก็ถูกต้องชอบธรรม ถ้ามันสงบมันก็สงบถูกต้องชอบธรรม

แต่แนวทางในการประพฤติปฏิบัติในจักรวาลนี้ ในโลกนี้ ผลของมันเป็นสมณะหมดละ ผลของมันคือสมาธิหมด

สมาธิๆ วิตก วิจาร์ ปิติ สุข เอกัคคตารมณ

ปิติ ผลของจิตที่สงบแล้วมันเล็กมันใหญ่ มันแตกต่างกันไป ถ้าเล็กน้อยมันก็มีมีความสุข ความสงบเล็กน้อย ถ้ามันมหัศจรรย์ มันรู้เห็น รู้วาระ รู้ไปเรื่อยแปดเลย ปิตินี้ ปิตินี้คือผลของจิตที่มันสงบ แล้วจิตที่สงบมันมีอำนาจวาสนามากน้อยแตกต่างกันไป

สิ่งที่มันรู้ๆ รู้ นั่นคือส่งออก เพราะอะไร เพราะจิตนี้มีอำนาจวาสนาแตกต่างกันไป ก็จิตนิสัยมันแตกต่างกันไป ออกรู้ นั่นนี่คือส่งออก ออกรู้ นั่นนี่

แต่ถ้ามันพุทโธๆ ถ้ามันสงบเข้ามา มีสติสัมปชัญญะ สุขอื่นใดเท่ากับจิตสงบไม่มี

จิตสงบระงับมันรู้อะไร

รู้ในตัวของตัวเอง รู้ในตัวของตัวเอง เพราะรู้ในตัวของตัวเอง มันถึงสืบต่อต่อเนื่องเป็นสมาธิที่ต่อเนื่อง เห็นไหม สมาธิสั้น สมาธิยาว สมาธิลึกแตกต่างกันไป นี่สมณะ

ถ้าไม่มีศีล สมาธิ ปัญญา ปัญญาที่จะเกิดข้างหน้า ปัญญาที่ว่า สิ่งที่ว่าเคยถามหลวงพ่อกว่า ว่ากายกับอารมณ์ ความคิด มันแยกออกจากกัน มันไม่ใช่อันเดียวกัน

พิจารณาของเราไป ถ้าจิตมันรู้มันเห็นอย่างนี้ มันประพฤติปฏิบัติอย่างนี้ ปฏิบัติแล้วมันได้ผลของเรา คือมันเริ่มเห็นสิ่งที่เป็นนามธรรม แต่สติปัญญามันทัน เห็นสิ่งที่เป็นนามธรรม เราสามารถรับรู้ได้ เราสามารถแยกแยะได้ แจกแจงได้ว่าหลักการ ๑ ๒ ๓ ๔ สิ่งนี้ถึงมีสิ่งนี้ สิ่งนี้มีถึงมีสิ่งนี้ไฉน สิ่งที่ยึดต่อเนื่องกันมา

แต่เดิมมันไหลไปเป็นอันเดียวกันหมดเลย แต่ถ้าเราฝึกหัดปฏิบัติ มันไม่ใช่ เพราะมันไม่ใช่ มันแตกต่างหลากหลาย มันถึงจับแล้วพิจารณาแยกแยะได้ แล้วแยกแยะได้ แยกแยะ จำแนกเข้าไปด้วยสติด้วยปัญญา มันก็ปล่อยวาง ปล่อยวาง ปล่อยวาง จิตมันก็จะสงบ มันก็จะปล่อยวางสงบระงับเข้ามาเป็นตัวของมันเอง

ถ้าเป็นตัวของมันเองคืออะไร

ก็สมณะไง ตัวมันเองก็สมาธิไง

พอตัวมันเองก็สมาธิ แล้วสุดท้าย เราถึงได้สอนว่า ให้ทำต่อเนื่องไป ทำต่อเนื่องไป ทำต่อเนื่องไป ด้วยสติด้วยปัญญา แล้วสังเกตคอยดูของเรา ถ้าคนมีอำนาจวาสนานะ

คนที่ไม่มีอำนาจวาสนาทำได้แค่นี้ แล้วเจริญก้าวหน้าไปไม่ได้ มันไม่ได้เพราะวาสนามันเท่านั้น ถ้ามีวาสนา มันจะปล่อยวางๆ แล้วเดี๋ยวจะเห็นตัวของตัวเอง เดี่ยวจะเห็นจิตของตัวเอง ถ้ามันโดยความถูกต้องชอบธรรม

แต่เราไม่อธิบายให้มาก ครั้งที่แล้วเราบอกว่า ให้ทำต่อเนื่องไป ให้ทำต่อเนื่องไป ถ้าใครทำแล้วมันได้ผลประโยชน์ ก็ต้องทำของตนไป แล้วถ้ามันเจริญออกงามขึ้นไปหรือมันลึกซึ้งขึ้นไป ถ้ามันถูกต้องชอบธรรม มันก็จะละเอียดลึกซึ้งเข้าไปเป็นปุถุชนและกัลยาณชน

กัลยาณชนคือมันควบคุมดูแลจิตของตัวเองได้ ทำสมาธิได้ง่ายขึ้น แล้วทำสมาธิได้ง่ายขึ้นแล้ว สมถกรรมฐานยกขึ้นสู่วิปัสสนา

พระกรรมฐานทั้งหมดตายตรงนี้หมดเลย เพราะสมถกรรมฐานไม่มั่นคง สมถกรรมฐานไม่มีกำลัง เวลายกขึ้น ยกขึ้นไม่ได้

ใช้ปัญญาก็ปัญญาที่เราใช้สติปัญญา ปัญญาอบรมสมาธิขึ้นมา ขึ้นมาให้เป็นสมาธิ แต่ถ้ามันขึ้นไปไม่ได้ มันก็กลับขึ้นไปพิจารณาไต่สิ่งๆ ที่มันพิจารณามานะ มันก็เป็นเรื่องสามัญสำนึก มันก็เป็นเรื่องสถานะของปุถุชนนั่นแหละ แล้วพอพิจารณาไปแล้วมันปล่อยวางๆ ก็บรรลุดุจธรรมเป็นขั้นๆ ขึ้นไปเรื่อย มันก็เป็นปัญญาดีๆ คือปัญญาอำนาจวาสนา ปัญญาเกิดจากความ เป็นมนุษย์นี่ไง

แต่ปัญญาในพระพุทธศาสนา บุคคล ๔ คู่ คู่ที่ ๑ คู่ที่ ๒ คู่ที่ ๓ คู่ที่ ๔ สติปัญญา มหาสติ มหาปัญญา มันจะละเอียดลึกซึ้งเข้าไปเป็นขั้นๆ ขึ้นไป นี่ต้องอาศัยครูบาอาจารย์ ต้องอาศัย หลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่นที่ท่านได้ประพฤติปฏิบัติมาแล้วว่ามันคนละประเภทกัน มันคนละ ชั้นตอน คนละขั้นกัน

ถ้ามันคนละชั้นตอน มันคนละขั้น ทำไม่มันถึงมีบุคคล ๔ คู่ล่ะ

บุคคล ๔ คู่ มันก็พัฒนาขึ้นเป็นขั้นๆ ขึ้นไป ถ้ามีอำนาจวาสนา จิตใจที่สูงกว่าจะดึงจิตใจ ที่ต่ำกว่า

แต่ถ้าคนไม่มีวาสนา จิตใจที่ต่ำกว่า กิเลสมันจะลากลงให้ต่ำลงไปกว่านั้นอีก กิเลสมัน จะดึงไปให้อยู่ต่ำ อยู่ได้อำนาจกิเลสไง มันไม่ใช่พิจารณาให้มันสูงขึ้น กิเลสมันจะลากลงให้ ต่ำลง แล้วกิเลสมันก็จะอ้างว่าบรรลุนิพพานๆ นี่โดยข้อเท็จจริง

ฉะนั้น “ครั้งที่แล้วถามหลวงปู่ไป หลวงปู่ก็บอกว่าให้พิจารณาต่อเนื่องไปๆ แล้วหนูก็ พิจารณาต่อเนื่องไป ผลของมันคือ

๑. หนูสังเกตว่าจิตมันรวมเป็นสมาธิได้ง่ายขึ้นและเร็วขึ้น ผลของการพิจารณารู้เห็นทุก อย่างที่มันไม่เกี่ยวของมัน คล้ายกับว่าไม่มีขยะใดๆ ขวางทาง ทำให้จิตลงสู่สมาธิได้แน่นอนหา มันคงและง่ายขึ้น”

ฝึกหัดโดยสติโดยปัญญา โดยความไม่ประมาท

โดยพื้นฐานเราประพฤติปฏิบัติให้จิตเราสุขสงบ สุขสงบและมีกำลังขึ้นมา แล้วพยายาม ใช้สติปัญญา สิ่งใดความคิดที่เกิดขึ้น ความคิดที่มันว่าไม่ใช่เรา ไม่ใช่สิ่งใด สังเกตให้ดีๆ แล้วถ้า มันจับต้องได้ นั่นเราจะเป็นประโยชน์แก่การประพฤติปฏิบัติในข้อที่ ๑.

“๒. เมื่อจิตมีกำลังแล้ว การพิจารณาจะเห็นว่าไม่เกี่ยวข้องกันระหว่างกาย จิต เวทนา ทั้งลมหายใจ ทั้งผลกระทบที่ปลายจมูกก็ไม่ใช่ และมันก็ไม่เกี่ยวข้องอันใดกับจิตเลย จิตไม่เคย ต้องการกระทั่งแม้แต่อาหาร แม้แต่ปัจจัย ๔ เหมือนพลังงานที่ถูกขังไว้ เวียนว่ายตายเกิดใน วัฏฏะตามแรงบุญแรงกรรม กิเลสมันฝังอยู่ที่ใจ มันจะคอยชักจูงไปให้มันยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นเรา เป็นทุกข์”

อันนี้ก็เป็นธรรมชาติขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่เราศึกษามา เราก็มาวิเคราะห์ วิจัยโดยภาคทฤษฎี โดยภาคธรรมชาติขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แต่เราก็คิดว่าเป็น ปัญหาของเรา มันก็มีความสุข มันมีความแยก มันไม่เกี่ยวข้องกัน

พิจารณาเข้าไป

พิจารณาเข้าไปแล้ว นี่เป็นการฝึกหัด นี่เป็นการพิจารณาให้มันละเอียดลึกซึ้ง ให้มันผ่าน จากขั้นตอนสิ่งที่ว่าหยาบละเอียด สิ่งที่เป็นเรื่องโลกๆ เป็นทางวิชาการที่เป็นความรู้ความเห็น พิจารณา ขนาดพิจารณามันยังมีความรู้แบบนี้เลย มีความเห็นว่ามันไม่ใช่เรา มันกักขังไว้ เหมือนกับกิเลสมันกักขังเราไว้

แล้วกิเลสมันอยู่ไหนวะ แล้วกิเลสมันเป็นตัวอย่างไรละ

เราเคยเผด็จบ่อยมากกว่า กิเลสมันตัวอ้วนๆ ตัวมันผอม กิเลสหน้ามันกลมหรือหน้ามันแบน กิเลสหน้าตามันเป็นอย่างไรวะ

เราจะรู้จะเห็น พิจารณาอย่างนี้ต่อเนื่องไปด้วยสติด้วยปัญญา

พิจารณารอบหนึ่งมันก็เป็นการฝึกหัดรอบหนึ่ง เหมือนนักกีฬา นักกีฬาเวลาเขาฝึกซ้อม เขาฝึกซ้อมครั้งหนึ่ง นักมวยยกหนึ่ง ยกเป็นการฝึกซ้อมเป็นร้อยๆ ยก แล้วเวลาขึ้นชกแพ้ชนะนั่น อีกเรื่องหนึ่งนะ

นี่ก็เหมือนกัน เราฝึกหัดปฏิบัติของเรา ถ้ามันไม่ยึดมันถือมัน มันลึกซึ้งขึ้นไป มันก็ต้อง ลึกซึ้งดี มันละเอียดขึ้น คือมันชำนาญขึ้น

คนทำงานไม่เป็นทำงานแล้วจะไม่ได้ผลงานใดๆ ทั้งสิ้น คนทำงานเป็นแล้ว ทำงานซ้ำ แล้วมันจะรอบคอบขึ้น มันจะละเอียดลึกซึ้งขึ้น อันนี้เราก็หมั่นทำงานของเรา เพราะเราต้องการ แสวงหากิเลส

ยืนยันว่ายังไม่เห็นกิเลส แต่อารมณ์ความรู้สึกของคนมันเป็นแบบนี้ แล้วเราก็พิจารณา ตรวจสอบของเราโดยความสามารถของเรา แล้วทำแบบนี้แล้วสังเกตให้ดี จะจิตเห็นอาการของ จิตข้างหน้า ข้างหน้า

แต่ตอนนี้มันเป็นเรื่องของเรา มันเป็นเรื่องสถานะของความเป็นมนุษย์ มนุษย์มีธาตุ ๔ และขันธ์ ๕ มนุษย์มีความรู้สึกนึกคิด มนุษย์มีกิเลส และมนุษย์ถ้าปฏิบัติธรรมมีคุณธรรม ก็จิตนี้มีคุณธรรม

แต่ธรรมอย่างนี้เป็นธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เป็นกิริยา แล้วเรามาฝึกหัดของเรา เรายกสูตร ยกทฤษฎีทั้งหมด แล้วมาปฏิบัติในใจของเรามันจะได้ผลอย่างนี้

แต่ปฏิบัติไปๆ เรายกทั้งเป็นสูตร เป็นทฤษฎี เป็นชุดระบบความคิด แล้วเรายกมาใส่ใจเรา แล้วเราปฏิบัติของเราๆ ถ้ามันเป็นของเรา สูตรและทฤษฎีอย่างนี้มันจะแยกแยะให้เห็นกิเลสได้ แล้วถ้าเห็นกิเลส นั่นคือจิตเห็นอาการของจิต

จิตเห็นอาการของจิตเป็นมรรค แต่การพิจารณาไปเป็นปัญญาอบรมสมาธิ มันเป็นสติและปัญญา โลกก็ยะกับโลกุตตระไง

โลกก็ยะๆ โลกก็ยะทั้งนั้น ก็มึงเกิดมาจากโลก มึงเกิดจากความเป็นมนุษย์ มึงเป็นมนุษย์ทั้งคน มึงคิดโดยความเป็นมนุษย์

แต่ถ้าจิตมันสงบแล้ว คีล สมาธิ ปัญญายังไม่เกิด ปัญญาจะเกิด มันจะไม่เป็นอย่างไรที่ผู้เขียนเขียนมา มันจะเป็นของเราเอง แล้วเป็นของเราเองนะ มันจะให้ผลแตกต่างกัน

อันนี้มันเป็นสูตร เป็นทฤษฎี เป็นชุดที่เราเอาใส่ใจเรา เราพยายามฝึกหัดมาเป็นสูตร เป็นทฤษฎี เป็นชุด นี่เป็นความจำ เป็นเรื่องโลก แต่เราทำของเราไปเดี๋ยวมันจะเห็นจริง

เป็นสูตร เป็นทฤษฎี เป็นชุด นั่นเป็นธรรมและวินัย ปฏิบัติฝึกหัด ฝึกหัด ฝึกหัด เราก็ทำเป็นสูตร เป็นทฤษฎี เป็นชุดนี้แหละ แต่เดี๋ยวมันจะเป็นของเรา

แล้วถ้าเป็นของเราขึ้นมา เห็นไหม หลวงตาพระมหาบัวท่านสิ้นกิเลสไป ท่านกราบพระพุทธเจ้า กราบแล้วกราบเล่าๆ ก็เพราะเหตุนี้ไง เหตุเพราะมันเป็นของเรา

แต่ถ้าเป็นขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ๙ ประโยคก็ศึกษาอยู่ที่นี่ สำนักปฏิบัติทั้งหลายก็พยายามปฏิบัติกันอยู่ที่นี่ เป็นสูตร เป็นทฤษฎี เป็นชุด แต่ของตัวเองไม่เกิดขึ้นเลย ถ้าเกิดขึ้นมันจะมีคุณธรรม แล้วมันจะไม่กะล่อน มันจะไม่ปลิ้นปล้อน มันรู้จริงเห็นจริง

นี่ข้อที่ ๒.

ฉะนั้นที่ว่า “วันหนึ่งจิตมีคำพูดขึ้นมาจากคำเทศน์หลวงพ่อบอกว่าต่างอันต่างจริง”

ทำไปก่อนเถอะ ทำไปก่อน สิ่งนี้ คำถาม เราตอบคำถามมาหลายปี คำถามอย่างนี้ถามมาทุกวัน ถามมาเยอะมาก แล้วก็ป็นสูตร เป็นทฤษฎี เป็นชุดอย่างนี้แหละ แต่เราก็ตอบมาตลอด เพราะมันเป็นผู้ถามใหม่

“๓. หนูเกิดความสงสัยว่า ในขั้นตอนนี้หนูก็ยังคงต้องพิจารณากายควบคุมต่อไปใช่ไหมเจ้าคะ”

ใช่ค่ะ ใช่ด้วย แล้วใช่จริงๆ ด้วย

คนที่ปฏิบัติฯ ไปแล้ว เวลาปฏิบัติไปแล้วมันถลำไปข้างหน้าตลอด อยากรได้มรรคได้ผล แล้วถลำไปตลอด แต่พื้นเพของตัวเอง จิตของตัวเองมันทิ้งๆ ขว้างๆ มันไม่รู้เลยว่าสมถกรรมฐานเป็นอย่างไร วิปัสสนากรรมฐานเป็นอย่างไร ดำริชอบ งานชอบ เพียรชอบ ความชอบธรรมเป็นอย่างไร

มันสรุปลงคำถามข้อที่ ๓. หนูเกิดความสงสัย

เห็นไหม วิจิจกฉา สิลัพพตปราคมาส ก็สงสัยนี่ไง วิจิจกฉาคือความลังเลสงสัย วิจิจกฉา สิลัพพตปราคมาส ลูบๆ คลำๆ ทำแล้วมันไม่ชัดไม่เจน เพราะอะไร เพราะมันไม่จริงใจ

ก็ใช่ ก็มันรู้ว่าปฏิบัติมันยังไม่จริง ก็ถามหลวงพ่อบอกมานี่ไง ถ้าถามหลวงพ่อบอกมา หลวงพ่อก็ตอบอยู่นี่ไง

สิ่งที่เป็นจริงเป็นจังขึ้นมา ฝึกหัด สิ่งที่ทำมาแล้ว สิ่งนั้นไม่เสียหาย สิ่งนั้นจะถูกต้อง คนเราก็ฝึกหัดจากองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสอนผู้ที่มีกิเลสไป เราก็เป็นผู้ที่มีกิเลส ตัณหาความทะยานอยาก เพราะเราเกิดมาเป็นคน

ไ้ที่ว่าเกิดมาเป็นคนแล้วไม่มีกิเลส มันเป็นไปได้ ถ้าไม่มีกิเลส มันไม่มีเชื้อมีไข มันมาเกิดไม่ได้ สิ่งที่เกิด เกิดจากเชื้อจากไข จากกิเลส จากอวิชชา จากพญามารทั้งสิ้น เวลาเกิด

มาแล้ว เกิดมา ใครเป็นคนเกิด จิตเป็นคนเวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะ เพราะจิตมันมีวิชา จิตมีพญามาร มันถึงเวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะ

เกิดเป็นมนุษย์พบพระพุทธศาสนาขึ้นมา เราอยากจะทำผิดประเพณีปฏิบัติ แล้วผิดประเพณีปฏิบัติ เราก็มองวิชา มีความไม่รู้เจ็บอยู่กับการประเพณีปฏิบัติไป เพราะทุกข์ เหตุให้เกิดทุกข์

เหตุให้เกิดทุกข์คือกิเลสต้นเหตุความทะยานอยาก คือสมุทัย สมุทัยเจ็บกับความไม่รู้ลึกนึกคิดของเราไปตลอดเวลา เราถึงต้องพยายามทำความเข้าใจเข้ามาก่อนไง มันถึงเป็นศีลสมาธิไง

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าปรารภว่าสัตว์ขันธ์ สัตว์ขันธ์หรือหัวใจดวงนั้นที่ให้มีอำนาจขึ้นมา ที่จะผิดปฏิบัติขึ้นมาให้เป็นความจริงของปัจเจกตั้ง สันติปฏิรูปจากใจดวงนั้น

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าปรารภว่าสัตว์ขันธ์หรือหัวใจดวงนั้น แต่หัวใจดวงนั้นก็ต้องมีความมูมานะ มีความวิริยะ มีความอุสาหะ มีความเพียรชอบ ความชอบธรรม ความดีงามของใจดวงนั้น แล้วประเพณีปฏิบัติขึ้นมาให้มันเป็นจริงเป็นจังกับใจดวงนั้น มันถึงเป็นผลงานของใจดวงนั้น มันถึงเป็นการประเพณีปฏิบัติละกิเลสของใจดวงนั้น ถ้าใจดวงนั้นละกิเลส มันก็เป็นสมบัติของใจดวงนั้นไง ปัจเจกตั้ง สันติปฏิรูป นี่คือธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

ฉะนั้น จะต้องผิดประเพณีปฏิบัติไปแบบเดิมนี้แหละ แบบผิดที่ทำมาแต่ทำให้ละเอียดลึกซึ้งขึ้น

ไม่ใช่ว่าข้อที่ ๓. หนูเกิดความสงสัยว่าในขั้นตอนนี้หนูจะต้องกลับไป ต้องพิจารณากายควบคู่ไปด้วยหรือไม่

กาย เวทนา จิต ธรรม สติปัฏฐาน ๔ อันใดอันหนึ่งเหมือนกันหมด การพิจารณาสิ่งที่เป็นนามธรรม มันก็เกิดจากกายนี้แหละ เพราะมันมีกาย มีกายกับใจอยู่ด้วยกันถึงเป็นสิ่งมีชีวิต จิตนี้เคลื่อนออกจากกายนี้ กายนี้ก็เป็นซากศพ จิตก็เวียนว่ายตายเกิดต่อไป กายกับจิต

ถ้าเกิดเป็นทวดา อินทร์ พรหมก็เป็นนามธรรม ถ้าเกิดเป็นมนุษย์ เกิดเป็นสัตว์ อบายภูมิ สัตว์ไตรภพ ก็มีธาตุ ๔ และขันธ์ ๕ เหมือนกัน มีพุทธะเหมือนกัน มีจิตเหมือนกัน แต่ไม่มีสติปัญญาสามารถปฏิบัติได้ นรกอเวจีนี้ก็เพราะเรื่องเวรเรื่องกรรม

ฉะนั้น สิ่งที่ถามว่า สิ่งที่ทำมาถูกไหม

ครั้งที่แล้วถามมาไง ก็ตอบไป ให้ทำซ้ำ ให้ทำอย่างนี้ เพราะทำอย่างนี้มันถึงเจริญออกมาขึ้นมา

ถ้าเป็นทางโลก พอพิจารณาแล้วจะไปทำอะไรต่อไป ไข่สิ่งนี้โยนทิ้งเลย แล้วจะไปปฏิบัติบนอวกาศ แล้วเวลาไปอวกาศแล้วก็ทิ้งเลย จะไปดาวอังคาร สุดท้ายแล้วก็จิตดวงนี้อยู่ที่นี้แหละ ตกค้างอยู่ที่นี่

ก็ประพฤติปฏิบัติแบบที่ทำมา แต่มีสติและสัมปชัญญะคอยสังเกตการเจริญและการเสื่อมถอย ถ้ามันเจริญขึ้น เราก็ทำต่อเนื่องไป ถ้าเสื่อมถอย เราก็พยายามปฏิบัติขึ้นมาให้กลับมาเป็นปัจจุบัน

มันมีเจริญแล้วเสื่อม คนที่ไม่เคยเจริญขึ้น คนที่ไม่เคยมีอะไรเลย มันก็จะไม่มีเจริญแล้วเสื่อม ไข่นี้มันปฏิบัติแล้ว ภาคปฏิบัติ ปัจจัยตั้ง สันติปฏิญญาเฉพาะใจดวงนั้น เฉพาะผู้ที่ประพฤติปฏิบัตินั้น

คนเหมือนคน แต่จิตใจคนไม่เท่ากัน จิตใจคนแตกต่างกัน จิตใจคน บุคคล ๔ คู่ เวลาพัฒนาขึ้น ปุถุชน กัลยาณชน คู่ที่ ๑ คู่ที่ ๒ คู่ที่ ๓ คู่ที่ ๔ มรรค ๔ ผล ๔ นิพพาน ๑ ถ้าเป็นปฏิบัติจริง ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม มันจะได้ผลแบบนั้น จบ

ถาม : ข้อ ๒๙๙๐. เรื่อง “น้ำตาไหลตลอด”

เวลาคิดถึงรัตนตรัย น้ำตาจะไหลไม่หยุด บางครั้งร้องไห้หนักมาก เป็นแบบนี้ตลอดไม่ได้เพิ่งเป็น เป็นมานานแล้วครับ

ผมดูลมหายใจเข้าออกอย่างเดียว อย่างอื่นผมไม่สนใจ ผมทำแบบนี้มาได้เกือบปี แต่ไม่ได้ทำต่อเนื่อง ตอนไหนที่สตินึกได้ก็จะดูลมหายใจ แต่ไม่รู้ทำไมมันสะอึกสะอื้น ร้องไห้ น้ำตา

ไหล มันก็องอยู่ในหัวว่าพุทฺธะ พุทฺธะ พุทฺธะ เป็นแบบนี้ตลอด ผมบังคับไม่ให้คิดไม่ได้ครับ มันหยุดไม่ได้ครับ แต่สักพักก็หยุดไปเอง แบบนี้ต้องทำอย่างไรครับ

ผมกลัวคนอื่นเห็น เข้าใจผมผิดครับ อาการแบบนี้ก็อยากเกิดก็เกิดครับ ไปกำหนดเวลาไม่ได้ครับ (ถ้านึกถึงพระรัตนตรัย น้ำตาก็มา บางครั้งไม่นึกก็มาเองครับ)

ตอบ : ใ้มันเป็นจิตเป็นนิสัยของแต่ละบุคคลไม่เหมือนกัน จิตของคนบางคนอ่อนไหว บางคนแข็งกระด้าง บางคนนุ่มนวลอ่อนหวาน แล้วแต่จิตของคน

แต่ถ้าของเราเป็นอย่างนี้ เราก็ตั้งสติไว้ เวลามันจะเกิด เรานึกถึงพระรัตนตรัยแล้วน้ำตาจะไหล เราก็พยายามตั้งสติไว้ ตั้งสติ ฝึกหัดจนกว่ามันจะเบาบางไป แล้วมันจะหายไป เพราะเราจะต้องระลึกถึงพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ของเราต่อเนื่องไปตลอด การประพฤติปฏิบัติบุคคล ๔ คู่ คู่ที่ ๑ คู่ที่ ๒ คู่ที่ ๓ คู่ที่ ๔ ก็จะต้องเจริญเติบโตขึ้นไปจากจิตของเรา

แต่จิตของเราเริ่มต้นมันมีอุปสรรคอย่างใดก็แล้วแต่ เราก็พยายามแก้ไขของเรา สมถกรรมฐาน ปรับพื้นฐานของการประพฤติปฏิบัติของเราให้มั่นคงและแข็งแรง และในการประพฤติปฏิบัติต่อเนื่องไป

ถ้าเราไม่หาฐานของเรา เราไม่ต้องการหัวใจของเรา เราไม่ต้องคิดถึงรัตนตรัย มันก็คิดเรื่องอื่นได้ มันก็พาออกนอกเรื่องนอกราว แล้วก็ไม่มีอะไรเกิดขึ้น ไม่มีปฏิกิริยาใดๆ กับใจของเรา

แต่เวลาเราจะระลึกถึงคุณงามความดี ระลึกถึงพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ มันสะเทือนกิเลส มันสะเทือนหัวใจของเรา น้ำตาน้ำตาไหล เราฝึกหัดได้ เราแก้ไขได้ เราแก้ไขได้ด้วยเราตั้งสติไว้ เราก็ระลึกถึงพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ แล้วถึงว่าน้ำตามันจะไหล เราก็หยุด แล้วเราค่อยๆ ฝึกหัด ค่อยๆ ฝึกหัด ค่อยๆ ฝึกหัด

แล้วถ้าเราอยากจะทำประพฤติปฏิบัติต่อเมื่อเราอยู่คนเดียวในห้องของเรา หรือในบ้านเรือนของเรา เราระลึกถึงพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ แล้วมันจะร้องไห้ ให้มันร้องให้เต็มที่เลย แล้วมึงพอเสียทีนะ ไปข้างนอกแล้วอายเขา

เรารู้ๆนี่ ถ้ามันเป็นเรื่องของเรา เรารู้ว่าเราไม่ได้คิดชั่ว เราคิดถึงพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ แต่ถ้ามันสะเทือนใจแล้วน้ำตามันไหล น้ำตามันไหลมันก็สะเทือนใจ แต่เราฝีกหัดได้นี่

นักกีฬาอ่อนแอเขาก็ฝีกหัดให้เขาเข้มแข็งขึ้นมาได้ ทักษะไม่ดี เขาก็ฝีกหัดทักษะเขาดีขึ้นมาได้

จิตใจของเราถ้ามันระลึกถึงรัตนตรัยแล้วมันร้องไห้ แล้วเราก็เอาสิ่งนี้เป็นจุดบอด แล้วก็จะไม่ระลึกถึงพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์เลย จะไม่ทำความดีเลย จะส่งออก จะออกนอกกลุ่ม นอกทาง

แล้วจิตใจเข้มแข็ง จิตใจแข็งแรง แล้วไม่อายใครเลย แต่เวลาทำคุณงามความดีมันเป็นเรื่องน่าอาย เวลาน้ำหูน้ำตาไหลแล้วมันเป็นเรื่องอ่อนไหว

อ่อนไหวแต่ไม่อ่อนแอ อ่อนไหวแต่ทำให้เข้มแข็งได้ อ่อนไหวแล้วเราฝีกหัดปฏิบัติของเราได้ เราทำได้ ตั้งสติไว้ได้

เวลาสิ่งใดที่มันลากไปทุกข์ยาก เราไม่เคยคิดจะแก้ไขเลย แต่เวลาเราจะระลึกถึงพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ น้ำตามันจะไหลพราก แล้วมันจะเอาเหตุนี้มาอ้างว่าเราไม่ควรทำ หรือเราทำไม่ได้ หรือเราจะหาทางออกทางอื่นไป

ทางออกทางอื่นไม่มี เรามีพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ รัตนตรัยเท่านั้นเป็นที่พึ่ง แล้วทีนี้เราจะเริ่มพึ่งขึ้นมา มันก็มีอุปสรรคแล้ว ถ้ามีอุปสรรคแล้ว เราก็แก้ไขของเรา เพราะไม่มีสิ่งใด พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์เท่านั้น เท่านั้นจริงๆ เพราะอะไร เพราะถ้ามันเป็นข้อเท็จจริงแล้ว พุทธะในใจเรานี้ก็ตัวจริง

แต่ตอนนี้เราเห็นตัวจริงไม่ได้ เพราะเราทำสมาธิไม่เป็น

ถ้าทำสมาธิเป็น นั่นแหละตัวพุทธะแท้ๆ เลย เราจะเห็นพุทธะของเรา เราจะเข้าใจถึงเรื่องพุทธะของเรา เราจะเข้าใจถึงจิตที่เวียนว่ายตายเกิดของเรา

ผู้ใดเห็นธรรม ผู้นั้นเห็นตถาคต

บุคคลคู่อี ๑ คู่อี ๒ คู่อี ๓ คู่อี ๔ ถ้าคู่อี ๔ พระอรหันต์มีค่าเท่ากันหมด องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าก็เป็นพระอรหันต์ ผู้ที่ประพฤติปฏิบัติถึงคู่อี ๔ แล้วก็เป็นพระอรหันต์ พระอรหันต์เสมอกันหมด มันจะไปสงสัยอะไร มันจะมีอะไรเป็นการขาดตกบกพร่อง

แต่ตอนนี้กิเลสล้วนๆ แล้วขวางล้วนๆ แล้วพอจะทำดีขึ้นมา ขวางด้วยนะ แต่ถ้าเลิก ได้ ถ้าไปทางอื่น ดี แต่ถ้าทำดี ร้องให้ ไม่ดีเลย

ค่อยๆ หาเหตุผล

ไฉนนี่เป็นว่า ระลึกถึงรัตนตรัย น้ำตามาทันที แล้วมาแล้วมันจะมาแบบน้ำป่าเลยละ ท่วมทันเลยละ เพราะมันรู้้อยู่

ตอนนี้กิเลสมันทดสอบเรา ทดสอบการที่จิตใจจะเข้มแข็งอ่อนแอต่อไปได้ไหม

แล้วพอกิเลสทดสอบเรา เราบอกว่า มันไม่ถูกทาง ระลึกถึงพระพุทธเจ้าไม่ได้ ระลึกถึงอะไรไม่ได้

ไม่ใช่ กิเลสมันทดสอบ แล้วถ้าเราตั้งสติขึ้นมา เราจะผ่านบททดสอบนี้ไปได้ แนนอน เพราะไม่ได้ระลึกถึงพุทโธ ธัมโม สังโฆ ไม่เห็นมีน้ำตา แล้วระลึกขึ้นมา มันระลึกแต่ใจ มันเป็นนามธรรม ไม่มีน้ำตาก็ได้ เพราะน้ำตามันอยู่ในธาตุ ๔ นี้ไง

แต่เวลาจิตมันสะเทือนใจ เวลาจิตมันไปกระตุ้นต่อมน้ำตา ต่อมน้ำตาไม่ใช่พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ต่อมน้ำตาไม่ใช่พุทโธ ธัมโม สังโฆ

พุทโธ ธัมโม สังโฆเกิดที่ใจ แล้วเวลาใจมันจะเป็นขึ้นมา มันสะเทือนกิเลส

กิเลส เวลาความโกรธ มันเครียด เคมีมันหลั่ง โอ้ย! เตือดร้อนไปหมด

ไฉนนี่ไม่ใช่คุณงามความดี แล้วทำไมจิตมันไปกระตุ้นต่อมเคมีให้น้ำตาไหลละ

เราใช้สติใช้ปัญญาแก้ไขได้ทั้งนั้นนะ มันไม่ใช่การจนตรอก ไม่ใช่กิเลสมันหลอก แล้วไม่ให้กิเลสมันเหยียบย่ำ

เราฝึกหัด จะภาวนาจะหายใจเข้านี้ก็พุท หายใจออกนี้ก็โธ ทำไมต้องน้ำตาไหล ระลึกถึงน้ำตาไหล ระลึกแล้วเห็นโทษสิ ระลึกแล้ว

หลวงตาพระมหาบัวท่านสิ้นกิเลสไป ท่านกราบพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ กราบแล้วกราบเล่า พระพุท พระธรรม พระสงฆ์รวมเป็นหนึ่งในใจของท่าน

ไอ้ของเราเริ่มต้นเท่านั้นแหละ มันยังฟาดวงฟาดวงขนาดนี้

ฉะนั้น ค่อยๆ แก้ไขได้ ถ้าด้วยสติด้วยปัญญา ถ้ามันสงบระงับโดยสมบูรณ์แบบแล้วมันจะไม่ไหล

สิ่งที่ประพฤติปฏิบัติ ความหวั่นไหว กิเลสมันไหว พอไหวแล้วมันจะลบล้าง มันจะทำให้เรางอมืองอเท้า แล้วถ้ามันเลิกไปเลยก็จบไป

แค่มีศรัทธาความเชื่อในพระพุทธศาสนา แค่อายากจะฝึกหัดประพฤติปฏิบัติขึ้นมามันต้องพัฒนาหัวใจขึ้นมาขนาดไหน แล้วจะมาปฏิบัติแล้วอุปสรรคทั้งนั้นนะ แล้วทุกคนมี แต่จะมีในแง่มุมใดเท่านั้นเอง

คนปฏิบัติมีกิเลสทุกคน แล้วคนปฏิบัติ กิเลสมันชี้หัวทุกคน แล้วคนปฏิบัติ พญามารพญามารมันกระที่บ กระที่บ กระที่บ

เราพยายามมูมนานะ ธรรมะเป็นของจริง ต้องการหัวใจที่จริง ต้องการคนจริงมาพิสูจน์พระพุทธศาสนา ผู้ใดปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม ธรรมะจะเข้าสู่หัวใจดวงนั้น เอง