

## แก้ภาวนา

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสนฺโต

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๑๘ ตุลาคม ๒๕๕๒

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

หลวงพ่ : เวลาที่ไปชมพระนี่ไปไหนนะ

โยม : ปี ๓๘ ครับผม

หลวงพ่ : ๓๘ แล้วไปอยู่กับใคร

โยม : ไปในงานปฏิบัติ ท่านอาจารย์.....ท่านให้ขึ้นที่นอน หมายถึง ให้นอนกลางวัน คืออยู่จำวัดประมาณสัก ๔ ชั่วโมง ก็พอดีบ่ายโมงมันเข้าสมาธิ อะไรสักอย่างหนึ่ง หลังจากนั้นที่ ๒-๓ วันพักหลัง จิตมันก็เลยรวมครับผม สว่างเหมือนเป็นแก้วเลย ก็เลย..ไอ้เรื่องที่ปรุ้งแต่งตรงนั้น พอคิดถึงตรงนี้ปั๊บ มันกระเพื่อมทุกวัน พอกระเพื่อมทุกวันก็เลยตั้งสติดูว่า ทำจนถึงวันนั้น ก็เลยดู ตอนหลังก็เลย มันก็เริ่ม ความสว่างเริ่มหมดกำลัง ก็ลุกขึ้นเดินจงกรม ก็สว่างขึ้นอีก รู้ๆ รู้อะไรที่ไม่เคยรู้ ถึงเข้าใจว่า โอ้..การประพุดติการปฏิบัติมันเป็นอย่างนี้ มันเป็นเรื่องของจิต มันเป็นการปรุ้งแต่ง

หลวงพ่ : พอมันสว่างปั๊บนี้ พอมันกระเพื่อมปั๊บนี้ เรากำหนดพุทฺโธหรือกำหนดอะไรแล้วมันสว่างต่อไป

โยม : ครับผม พอหลังจากนั้นก็เดินจงกรมต่อก็สว่างขึ้นไปอีก มันรู้ รู้เรื่องของภายใน พอหลังจากนั้นก็อีก พอมันพอกำลังของมันอิมในปิติ พอรุ่งอีกวันหนึ่ง จิตฝ่ายอกุศลมันเกิดขึ้น

หลวงพ่ : ไม่ได้แล้ว

โยม : จิตฝ่ายอกุศลมีบริวารเยอะครับ แล้วจิตฝ่ายกุศลครับ ก็คัดค้านจิตฝ่ายอกุศล  
 อบรม จิตรวมๆ เกิดดับๆ ฉันไม่ได้เลย อ้วนหมด ผมก็เลยเร่งความเพียรมาตลอด ตั้งแต่  
 นั้นมาก็เลย..รู้สึกรู้ว่า.. จิตมันเลยชั้ดมาตลอดเลย

หลวงพ่ : ชั้ดมาตลอดเลย

โยม : ครับ

หลวงพ่ : พอชั้ดมาตลอดแล้วทำอย่างไรต่อไป

โยม : ก็เพียรดูมันแล้วก็มา เอ๊ะ.. ทำไมล่ะ เห็นจิตเหวอ ก็ว่า.. มันก็เข้ามาหนีหมด ก็เลย  
 มามุ่งสู่ มาดูตรงนี้ อสุภกรรมฐานภายใน กระผมก็เลยว่า อ้อ..มันทนทรมาณ

หลวงพ่ : แสงสว่างนั้นเกิดจากจิต แสงสว่างเกิดจากจิตเราสงบมันถึงเห็นแสงสว่าง  
 นั้น แล้วแสงสว่างนั้นมันก็เป็นสิ่งที่ว่า แสงสว่างนะ โอภายถึงคะ ความสว่างไสวต่างๆ นี้  
 มันเป็นอาการของใจทั้งหมด แสงสว่างมันบอกถึงใจเราใจนี้ ใจเรามีหลักมีเกณฑ์ พอใจเรา  
 มีหลักมีเกณฑ์เพราะอะไร เพราะเรากำหนดมาเห็นใหม่ ธรรมทั้งหลายมาแต่เหตุ

พระพุทธเจ้าสอนธรรมทั้งหลายมาแต่เหตุ ความสว่างนั้นคือผล เพราะสว่างนั้น  
 ใครเป็นคนเห็นว่าสว่างล่ะ เห็นใหม่ความสว่างนั้นเป็นความสว่าง แต่จิตเห็นความสว่าง  
 นั้นนะ พอจิตเห็นความสว่างนั้น ความสว่างนั้นมาเป็นเครื่องบอกว่า จิตเราใจนี้มีหลักมี  
 เกณฑ์เท่านั้นเอง

ทีนี้เราไปติดอยู่ที่ความสว่าง มันก็เท่านั้นแหละ พอจิตสว่างปั๊บ พอเวลาจิตมัน  
 สงบนี้ ที่ว่าจิตเป็นกุศล อกุศล ที่ว่าจิตอกุศลเข้ามาไม่ได้ จิตมันจะเป็นความว่าง มันมี  
 ความสว่าง มันมีความพอใจ นี่สมณะ นี่ๆ สมานะ เป็นสมานะแล้ว ถ้าเป็นสมานะแล้วนี่ถ้าจิต  
 มันมีหลักแล้วนี้ เราค่อยออกมาพิจารณา ทีนี้ออกมาพิจารณานี้ ทำอย่างนี้ถูกที่ว่าออกมาดู  
 อสุภะมาดูอะไรต่างๆนี้ถูก มาดูอสุภะปั๊บนี้

พวกเราปฏิบัติใหม่ๆ ทุกคนเป็นอย่างนี้หมด มันจะสุด มันจะไปข้างใดข้างหนึ่ง  
 สุดโต่ง ถ้าทำสมาธิก็สมาธิสว่างเลย พอพิจารณาแล้วก็นึกว่าพิจารณาจะเอาไปข้างใดข้าง  
 หนึ่ง คนปฏิบัติใหม่ๆ มันจะมีอุปสรรคตรงนี้ เราจัดตัวเองไม่ถูกว่าเราควรจะทำอย่างไร

ต่อไป ที่นี้พอกาวนาไปมันก็จะมึอุปสรรค มันจะมีปัญหา คือว่าเจริญแล้วเสื่อม เสื่อมแล้วเจริญอย่างนี้ แล้วก็ถูไถไปอย่างนี้

นี่มันก็เพราะ ไม่อยากพูดว่าขาดครูบาอาจารย์ แล้วถ้าขาดครูบาอาจารย์ บางทีนี้ครูบาอาจารย์พูดไปนี่ ครูบาอาจารย์ท่านพูดชี้แนะไปก่อน พอชี้แนะไปก่อนนี่ เราไม่เข้าใจนี่เราก็ มันจะเป็นไปได้หรือ จะเป็นไปได้หรือ เราทำของเราคืออยู่แล้ว ทำไมท่านพูดไปอย่างนั้น ทำไมมันทุกข์ได้อย่างไรละ แต่พอทำไปแล้วมันจะเป็นอย่างนั้นหมด

ฉะนั้นอย่างนี้ปัญหาของมัน ปัญหาของมันเราก็กลับมา กลับมา จะกำหนดอะไรก็ได้แล้วแต่จะต้องให้มีความสงบของใจ หลักต้องมี นักกีฬาทุกคนต้องมีกำลังก่อน ทักษะหรือเทคนิคนี้มันฝึกได้ แต่ถ้านักกีฬาคนไหนก็แล้วแต่เคยมีความสามารถมากเลย แต่ประมาทไม่มีการฝึกซ้อมนะ นักกีฬาคคนนั้นไปไม่รอดหรอก สมณะเหมือนกัน สมณะสำคัญมาก

ที่นี้สมณะสำคัญมาก พอพิจารณา พอถ้าจิตมันสงบนี้มันจะสว่างอย่างนั้นละ มันสว่างอย่างนั้นเพราะเราไปแปลกใจมัน เราไปแปลกใจ เราไปตื่นตื่น แล้วก็คิดว่าความสว่างนั้นมันเป็นประโยชน์กับเรา ความสว่างนั้นมันเป็นแค่บอกรัง อย่างเช่น กินข้าวอิ่ม แหม่ม สบายมากเลย เดียวก็หิวอีก ใส้แสงสว่างนั้นมันบอกถึงอิมใจ เห็นไหม สุขมาก พักมาก เพราะมาก แต่เดี๋ยวมันก็หิวนะ

นี่อันนั้นมันไม่ใช่ความผิด ไม่ใช่ความผิดหรอก เพียงแต่ว่าเราบริหารมันไม่เป็น ถ้ามันเป็นอย่างนั้น คือมันต้องเป็นอย่างนั้น แต่พอเราบริหารไม่เป็น คือว่าเรากินอิ่มแล้วต้องทำอะไรต่อไปละ กินอิ่มแล้วก็ต้องหาข้าวไว้สิ กินมือน้ำต่อไป จะให้มีข้าวกินมือน้ำต่อไป

ฉะนั้นมันต้องกลับมา กำหนดอะไรก็ได้แล้วแต่กลับมากำหนดที่นั่น แล้วตั้งไว้ ใส้อย่างนี้พออย่างนี้บ๊ีบ พอรุ่งขึ้นบ๊ีบ นี้อุศลจะเข้าทันทีเลย เพราะกิเลสมันไม่รู้เรื่องหรอก กิเลสนี้ เวลาปฏิบัตินี้ กิเลสเป็นเรา ทุกอย่างเป็นเรา เราปฏิบัติไปมันเป็นธรรมขึ้นมา พอเป็นธรรมขึ้นมาบ๊ีบเห็นความสว่างนั้นละเป็นสันติภูฏิโก เป็นปัจฉัตตัง พอจิตมันไปเห็นสันติภูฏิโก เห็นปัจฉัตตังนี้มันก็ตื่นตื่น มันเป็นธรรมใส้ไหม

กิเลสนี้มันเสียใจมากเลยว่า แหมปล่อยให้จิตดวงนี้ไปรู้ได้อย่างไร จิตดวงนี้เดียว มันจะหลอก เดียวมันจะพ้นจากมือกูไป พอรุ่งขึ้นปีบนี้มันตามกระที่บเลยละ อกุศลเข้าแล้ว นี่มันเป็นธรรมดาของมันเลย ธรรมชาติของกิเลสเป็นอย่างนี้ ธรรมชาติของธรรมนี้ เราสร้างกันตายห้าเลย กว่าจะได้ขึ้นมา ธรรมชาติของกิเลสมันเป็นอย่างนี้อยู่แล้ว แล้วมันจะตามกระที่บเลย

นี่มันตามกระที่บแล้วเราก็อไม่รู้ไง เพราะกิเลสเป็นเรา ธรรมะก็เป็นเรา เพราะเราสร้างขึ้นมา อะไรเป็นเราหมดเลย พอเป็นเราหมดเลยนี้ เราก็อเข้าไปร่วมกับกิเลสด้วย เราก็อไปร่วมกับความคิดด้วย เราก็อไปร่วมทุกอย่างเลย กิ่งงนะสิ เฮ้ย..ทำไมเป็นอย่างนี้วะ เฮ้ย..ทำไมอย่างนี้วะ งงเป็นไก่ตาแตก หมุนซ้ายหมุนขวาไปไม่ถูกเลย

นี่ปฏิบัติใหม่ๆ เป็นอย่างนี้ทั้งนั้นแหละ อาศัยเอาความชำนาญ อาศัยทำบ่อยๆ อาศัยทำมากขึ้น นี่พอชำนาญปีบนี้ก็มีครูมีอาจารย์นี้แหละ มีครูบาอาจารย์นี้เพราะอะไร เพราะองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอกทางเราเท่านั้น ครูบาอาจารย์ชี้แนะทางให้เราเท่านั้น เราเป็นผู้ประพฤติปฏิบัติ เราเป็นคนที่จะปฏิบัติขึ้นไปเอง นี่เวลาปฏิบัติขึ้นไปเองนี้ เหมือนเด็กๆ เลย พอมันโตขึ้นมาให้มันหัดกินข้าว พ่อแม่ก็พยายามให้มันกินข้าวนะ จนมันกินข้าวเป็น

ไอ้นี้ก็เหมือนกัน เราต้องหัดจิตเราให้มันเป็น นี่มันกินข้าวไม่เป็น เรากินข้าวอยู่แต่ให้พ่อแม่ป้อน กินเองไม่เป็น เวลาปฏิบัติไปเจออุปสรรค กินธรรมะ กินกิเลสกินธรรมะนี้ มันจะทำอย่างไรให้มันมีหลักมีเกณฑ์ได้ เหมือนกัน ถ้าเหมือนกันเราก็อต้องฝึก เราก็อต้องฝึกของเรา เราพยายามฝึกของเรา ถ้าฝึกของเรามันจะได้ของมัน พอฝึกของเรา เราจะได้ประโยชน์ของมันขึ้นมา

ถ้าได้ประโยชน์ขึ้นมาเนี่ย ลองผัดลองถูกไป ไม่มีครูบาอาจารย์คนไหนบอกว่า จับมือเราวางอย่างนี้ อย่างนี้ ไม่ใช่ ! เราจะต้องประสบ ฝึกเอาฝึกเอา แต่หลักเป็นอย่างนี้ถูกต้อง โดยหลักถูกต้อง แต่ที่มันผ่านมาแล้ว อ้ออ้อ.. ตั้งแต่ปี ๓๕ เลยนะ โอ้อโฮ..

**โยม :** แล้วก็พอมันไม่ได้ความสงบ มันจะร้อนเหมือนกับกระแสไฟฟ้าหมดทั้งร่าง มันจะไหลไปครบ ทุกข์มาก แล้วก็ทนนๆ

หลวงพ่อก : เวลากำหนดนี้กำหนดอะไร เวลาทำทำอย่างไร

โยม : พุทฺโธ พุทฺโธ ไม่มีหยา

หลวงพ่อก : กำหนดพุทฺโธไว้ อะไรจะเกิดขึ้นเราก็พุทฺโธไว้ แล้วถ้ากำลังพ้อออกพิจารณาไป พ้อออกไปพิจารณาเสร็จแล้วนี่ วิปัสสนา สมณะกรรมฐาน วิปัสสนากรรมฐานจะไปคู่กัน คนเรามีสองเท้า ซ้ายกับขวาต้องเดินก้าวไปด้วยกัน ถ้ามันทุกข้มันร้อน กลับมาที่พุทฺโธ พุทฺโธจนจิตใจเริ่มเย็นแล้วนี่ออกใช้ปัญญา

ออกใช้ปัญญานี้มันเป็นปัญญาอบรมสมาธิ มันต้องไม่เป็นวิปัสสนาหรือ เพราะว่าเรายังจับ นาย ก. ข โยมของไป เรารู้กันว่านาย ก. นี้ข โยมของไป เรายังจับนาย ก. ไม่ได้นี่ เรารู้ว่านาย ก. ข โยม แล้วจับไม่ได้ทำอย่างไรละ

นี่ก็เหมือนกัน ในเมื่อเรายังไม่เห็นกาย เวทนา จิต ธรรมโดยสังขาร เวลาวิปัสสนาไปนี่ มันก็เป็นการฝึกฝน เป็นการฝึกฝนมันยังไม่ได้ นาย ก. มานี่ มันยังไม่ได้ประโยชน์อะไรขึ้นมาหรือ แต่ก็ฝึกไป ฝึกไป ฝึกไปจนจิตมันเห็นใหม่ ระหว่างที่จิตสงบแล้ว ออกมาวิปัสสนา ออกมาใช้ปัญญา มันก็..วิปัสสนานี้มันทำให้จิตฉลาด พอใช้ปัญญานี้จิตฉลาด พอจิตฉลาดขึ้นมา เราที่ว่า ป้อนข้าวเด็ก เด็กมันจะได้กินข้าว เออ..ข้าวอึ้นนะ ถ้าไม่ได้กินข้าวมันจะหิวนะ นี่ถ้าจิตมันสงบ เออ..มันดีนะ เวลาไม่สงบก็ฟุ้งซ่านอย่างนี้ละ เห็นใหม่ มันสอนมัน มันสอนมัน

นี่พุทฺโธ พุทฺโธให้มันสงบเย็น แล้วใช้ปัญญาไป ใช้ปัญญาไป จนถึงที่สุด มันจะไปเห็นกาย เห็นเวทนา เห็นจิต เห็นธรรมโดยจิต ! โดยจิต ! แต่ในปัจจุบันนี้โดยสติปัญญา อารมณ์ โดยความคิด เห็นกายเห็นเวทนานี้โดยความคิด โดยสามัญสำนึก มันไม่เห็นโดยจิต ถ้าเห็นโดยจิตนี่ อ๊ะ.. ผงะเลย เพราะว่ากิเลสมันอยู่ที่จิต ฉะนั้นเราถึงบอกให้ขยันแล้วทำไปอย่างนี้ถูกต้อง ถูกต้อง แนวทางนี้ถูกต้องเด็ดขาด เพียงแต่เราจะเดินไปถึงหรือไม่ถึงเท่านั้นเอง มันอยู่ที่ความขยันหมั่นเพียรของเรา ความขยันหมั่นเพียร ไม่มีทางอื่นหรือ

ไอ้ใครจะไปไหนนะ ลัดสั้นลัดทางลงนรกหมดแหละ ลงนรกหมด ปล่อยมันไป ไม่มีทาง เป็นไปไม่ได้ มีทางนี้อัดเข้าไป กลับมาพุทฺโธ พ้อพุทฺโธจิตมันสงบแล้ว จิตมันมี

กำลังแล้ว อย่างที่ว่าสว่างไสว พอมันมีความสุข พิจารณามัน แล้วพิจารณาของมันแบบว่า พอมันพิจารณาไปแล้ว น้ำมันนี้ไต่รถมา พอไปถึงมันจะหมดถึงเราต้องเติม ถ้าไม่เติมนะ เดี่ยวหมดถึงนะ คราวนี้ต้องเดินไปซื้อน้ำมัน

นี่ก็เหมือนกัน วิปัสสนาไปเรื่อยๆ ใช้ปัญญาไปเรื่อยๆ ถ้ามันไม่มีความสงบนะ นี่มันทุกข์ มันร้อน กลับมาพุทโธอย่างเดียวยาย เติมน้ำมันให้เต็มถึง แล้วคิดเครื่องไปได้ใหม่ กลับมาพุทโธคือเติมน้ำมัน ถ้าไม่กลับมาพุทโธนะ มิ่งเงินรถนะ มิ่งต้องเงินมันไป ไม่ใช่ นั่งกันไปนะ นี่รถมันพาเรามา เวลาน้ำมันหมดเราต้องเงินมันไป เวลามันร้อน ขึ้นมา เดี่ยวมิ่งจะรู้ว่ามิ่งจะเงินมันไป

ทำอย่างนี้ไปเรื่อยๆ ทางอื่นไม่มี ! ทางอื่นไม่มี ! ถ้าใครขยันหมั่นเพียรแล้วมันจะทำได้ แล้วเดี๋ยวมันจะมีความสุขบ้าง ความทุกข์บ้าง เป็นเรื่องธรรมดา เพราะจิตมันก็เจริญแล้วเสื่อมเป็นธรรมดา ไม่มีใครจิตเจริญแล้วไม่มีเสื่อม ไม่มี ครูบาอาจารย์ท่านผ่านอย่างนี้มาหมด มันผ่านอย่างนี้มาทุกคนละ แล้วผ่านมาด้วยความขยันหมั่นเพียร ผ่านมาด้วยปฏิภาณไหวพริบ

ปฏิภาณนะ หยิบผิดหยิบถูกนี้ จิตดีไม่ดีนี้ หยิบของมันยังหยิบง่ายๆนะ ตั้งสติแล้วตั้งใจนี้ โอ้โฮ..มันยิ่งยากกว่านี้อีก มันเป็นนามธรรมแล้วจะจับอย่างไร หยิบของแค่นี้ โอ้โฮ.. ค่อยๆ ความขยันหมั่นเพียร ไม่มีทางใดดีกว่าทางนี้อยู่แล้ว ไม่มี ! แล้วถ้าทำได้ อย่างนี้ เห็นไหมนี่เขาเรียกว่าเป็นทุกข์ตา ถ้าเราพอปฏิบัติขึ้นมาไม่มีทุกข์ตาเลย คือว่าจิตเราไม่สัมผัสอะไรเลย เวลาพูด พูดธรรมะของพระพุทธเจ้านะ โอ้คนพูดก็พูดเปรียบเทียบ มันไม่มีทุกข์ตา ไม่มีทุกข์ตาไม่มีประเด็นในหัวใจก็จับต้องไม่ได้ แต่มีทุกข์ตามีประเด็นนี้จับได้แล้ว พวกกันไม่รู้เรื่องหรอก

**โยม :** อาจารย์ครับ หมายถึงว่ามันมีเวทนาที่โหยหา โหยหาสัญญาอารมณ์เก่าที่มันติด มันติดและมันโหยหา พอมันทำมันยังโหยหา มันต้องอ่อนๆ

**หลวงพ่ :** ความอยากซ้อนความอยาก โดยสามัญญ์สำนึกของคนมีความอยากโดยจิตได้สำนึกอยู่แล้ว ทุกคนเป็นอย่างนี้ อยากเป็นคนดีหมดแล้ว ทุกคนอยากเป็นคนดี พอทุกคนอยากเป็นคนดีอยู่แล้วเห็นไหม นี่ในอภิธรรมบอกว่า นี่ถ้ามีความอยากปฏิบัติไม่ได้ ไม่ใช่หรอก

เราต้องมีความอยากโดย เรามีความอยาก ความโหยหาของจิตใต้สำนึกมันมีอยู่แล้วเพราะอะไรรู้ใหม่ เพราะพระโพธิสัตว์นี้ สร้างมา ๔ อสงไขย แต่ละภพแต่ละชาติมันตั้งเป้ามานี้มันมีของมันอยู่แล้วใช่ไหม ทีนี้พอเราปฏิบัติแล้ว มันมีค้นหาปัจจุบันนี้ ใจค้นหาจิตใต้สำนึกนี้ ก็เลสมืออยู่ที่จิตใต้สำนึก โดยสัญชาตญาณของมนุษย์ โดยสัญชาติของจิตมันมีของมันอยู่แล้ว แต่เราอย่าไปเพิ่มมันตอนปฏิบัติมันสิ

เวลาปฏิบัติ คำว่าโหยหานี้ ถามมันเลย ถามมันกลับเลย “มึงโหยหาอะไร มึงจะบ้าไหม ถ้ามึงโหยหานี้มึงจะทุกข์สองชั้นสามชั้น” จิตใต้สำนึกคือเราปรารถนาดี คืออธิษฐานบารมี บารมีสิบทิศ พระพุทธเจ้าถ้าไม่มีอธิษฐานบารมีขึ้นมาจะไม่ได้เป็นพระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าอธิษฐานมาเป็นพระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าอธิษฐานตั้งแต่เป็นพระโพธิสัตว์มา

จิตใต้สำนึกมันมีของมันอยู่แล้วใช่ไหม แล้วอย่างนี้เราห้ามมันไม่ได้ แต่ในปัจจุบันนี้เราห้ามมันได้ ปัจจุบันนี้ เขาเรียกว่าค้นหาซ่อนค้นหาใจ ความโหยหาโดยจิตใต้สำนึกนี้มันอันหนึ่งนะ แต่ความโหยหาในความคิดเรา โดยสมอง โดยขั้น ๕ นี้ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ โดยสามัญสำนึกโดยปัจจุบัน แต่ไอ้จิตใต้สำนึกนี้ ไอ้จิตใต้สำนึกที่เราควบคุมมันไม่ได้ อันนั้นมันมีกิเลสของมันอยู่แล้วนะ

ทีนี้ นี่ค้นหาซ่อนค้นหาใจ ความอยากซ่อนความอยากใจ ความอยากโดยสัญชาตญาณนี้เราแก้ไม่ได้หรอก มันต้องเป็นอย่างนั้นแหละ แต่เราพยายามทำความสงบของมันขึ้นมา แล้วเดี่ยวพิจารณาเข้าไป มันจะไปเจอตรงนั้น ฉะนั้นถ้าเวทนา สิ่งต่างๆ นี้ มัน เราตัดได้ด้วยปัญญา คำว่าปัญญาของเราก็คิดสิ เราคิดว่าสิ่งนั้นเป็นอดีตนะ หลวงปู่หลุยสอนไว้ อารมณ์ความรู้สึกความคิด

**โยม :** เจริญกลับมาใหม่ หมายถึงว่าสัญญาอารมณ์เก่าที่ให้เกิดอาการต่างกัน มันจะเป็นเหมือนเก่า

**หลวงปู่ :** ไม่ได้ สัญญาเก่าใช้ไม่ได้เลย นี่หลวงปู่หลุยท่านสอนไว้เห็นใหม่ ว่าสัญชาตญาณนี้เปรียบเหมือนเมล็ดที่คายทิ้งไป แล้วไปเลียแฉกมัน เลียกินมันตลอด นำขยะแขยงใหม่ สิ่งนี้ ถ้าเราเทียบใจมันอย่างนี้ปั๊บ มันก็จะไม่คิดถึงสัญญาอันเก่ามัน

สัญญาอันเก่าณะ ถ้าพูดถึงสัญญาอันเก่ามันเป็นประโยชน์ ถามตัวเองนะ เราเป็นเด็กมา ร่างกายนี้มันเป็น.. เซลล์นี้ ๗ ปีมันตายหมด สมัยที่เราเป็นเด็ก กับสมัยที่เราเป็นปัจจุบัน เซลล์ของร่างกายนี้มันคนละตัวเลย มันคนละตัวแล้วมันเกิดจากอะไร มันก็เกิดจากเซลล์อันเก่ามันล่ะ เซลล์อันเก่านี้มันพัฒนาของมันขึ้นมา ก็ว่ามันตายขึ้นมา มันก็มาสร้างกระดูกใหม่ ไขข้อใหม่ ทุกอย่างใหม่ สร้างใหม่หมด

นี่มันเป็นเซลล์ใหม่แล้วนะ แต่อยู่ในร่างเก่า ไอ้ที่มันเคยเห็นหรือเคยได้มา มันได้มาจากการปฏิบัติของเรา ที่ว่า โหยหาแต่เวทนານั้นนะ ไปกินแต่ของเก่าไง คูสืออย่าง โยมเจ้านี่เห็นใหม่ ไปคูสมบัติของพระเห็นใหม่ เศรษฐีธรรม เศรษฐีธรรม เราได้อะไรล่ะ ผ่านธนาคารนี้ เงินเต็มธนาคารเลย เงินของใครล่ะ

นี่ปัญญาอย่างนี้มันต้องไล่เข้ามา เงินในธนาคารของใคร เราเดินผ่านธนาคารไปนี่ เงินไม่ใช่ของเราเลย แต่ถ้าเป็นบัญชีของเราละ เรามีเงินตามในบัญชียี่นั้น เราจะบอกว่า เวลาปฏิบัติขึ้นมา ความสุข ความทุกข์ ความดีความงามนี้ มันเป็นของเราตรงนี้ อย่าไปโหยหาอันเก่ามัน ปัจจุบันธรรม อดีตอนาคตแก้กิเลสไม่ได้ ปัจจุบันแก้กิเลสได้ แล้วปัจจุบันอันนั้นล่ะที่ทำให้เราหายทุกข์

แล้วนี่มันทุกข์เพราะอะไร ทุกข์เพราะอดีตไง นี่ปัญญาอย่างนี้ไล่มันเข้าไปในทุกข์เพราะอดีตใช่ไหม เพราะเคยได้ เคยทำได้ เคยทำได้อันนั้นนี่เคยทำได้ มันคืออย่างหนึ่ง เคยทำได้เขาเรียกว่ามีทุกข์ตา คนเรานี้ไม่เคยสัมผัสอะไรเลย นี่พูดกันยาก ถ้าเคยได้แล้ว ก็ได้แล้วก็คือได้แล้ว เมื่อก่อนทำบุญแล้วก็ทำบุญไปแล้ว ทำบุญก็ได้บุญไปแล้ว แล้วนี่อะไรล่ะ แล้วก็ว่า ทำบุญแล้วทำไมทุกข์ขนาดนี้วะ ทำไมทุกข์ขนาดนี้ ไอ้ทุกข์ก็ทุกข์เพราะใคร โทษนะ ทุกข์เพราะมึงโง่โง่ มึงยึดเองไง

ถ้ามันปล่อยเดี๋ยวนี้ละ อย่างน้อยก็เป็นกลางแล้ว ถ้าปล่อยเดี๋ยวนี้ละ ปล่อยความยึดมั่นนะ แล้วพุทโธ พุทโธนี่เห็นใหม่ มันเริ่มสบายใจแล้ว มันเริ่มสบายใจส่วนหนึ่ง แล้วถ้าพุทโธ พุทโธในปัจจุบัน ตะกอนนี้ น้ำอยู่ในตะกอน พุทโธ พุทโธนี่แกว่งสารส้มไป ถ้าตะกอนมันนอนกันนะมันก็ใส ไอ้ที่คิดมันตลอด

เราจะบอกนะ ความคิดของพวกเรานี่ความคิดสกปรก ความคิดอย่างนี้ความคิดแบบตะกอน ความคิดสกปรก พุทโธ พุทโธนี่เห็นใหม่ น้ำเสีย พุทโธ พุทโธมันกวาน้ำไป



เวลาน้ำเสียนี่ เขาก็รีไซเคิลน้ำ ให้น้ำมันสะอาด พุทโธ พุทโธ พุทโธมันกวนน้ำเห็นใหม่ แล้วบอกความคิดอันนั้นทำไมคิดได้ละ ถ้าอันนั้นคิดได้ พุทโธคิดทำไม เห็นใหม่

ความคิดเหมือนกันนะ คิดอันหนึ่งเป็นรีไซเคิล เป็นพุทธานุสสติ เราคิดถึง พระพุทธเจ้า เราคิดถึงคุณงามความดี ถ้าพลังงานเป็นความคิด จิตมันเป็นความคิดอยู่แล้ว พลังงานมันมีอยู่ ความคิดนี้เป็นพลังงานของจิต จิตอาการของจิตมันมีของมัน โดยธรรมชาติของมัน แล้วมันก็คิดจากโดยธรรมชาติของมัน คิดแต่โดยกิเลสตลอดเวลา

พุทโธ พุทโธ พุทโธก็ความคิดเหมือนกัน เปลี่ยนความคิดจากคิดชั่วมาคิดดีใน พุทโธก็เป็นความคิดอันหนึ่ง แล้วถ้ามันคิด มันคิดถึงอารมณ์อันเก่า ถามมันว่า มึงทำไม ไม่คิดพุทโธ ถามมัน ถามมัน ทำไมไม่คิดถึงพระพุทธเจ้า ไปคิดถึงไอ้โง่ทำไม คิดถึงเศษ เเดนเง เคยเป็นสมาธิ เคยเป็นอย่างนั้นนี่เศษเดนนะ ทำไมไม่คิดถึงพระพุทธเจ้าละ

“ผู้ใดอยู่ฟากตะวันตกนะ ไม่ปฏิบัติตามเรา ผู้ใดเกาะชายจีวรเราไว้ ไม่ปฏิบัติตาม เรา เหมือนไต้อยู่ห่างเรา”

“ผู้ใดอยู่ถึงฟากตะวันตก ปฏิบัติตามเรา เหมือนเกาะชายจีวรเรา”

นี่ในพุทโธ พุทโธ พุทโธ พุทธานุสสตินี้ ทำกันตามพระพุทธเจ้า นี่เกาะชายจีวร ไว้เลยนี้ เคยได้สมาธิ เคยได้สมาธิ ทุกข์ตายห่าเลย อยู่ถึงฟากตะวันตกเลยนะ แต่ปฏิบัติ ตามพระพุทธเจ้า พุทธานุสสติ ธัมมานุสสติ สังฆานุสสติ ธรรมฐาน ๔๐ ห้อง นี่เห็นใหม่ ปัญญาอย่างนี้ไล่เข้าไปปีบนะ มันจะไปปล่อยเองไป

เคยมีเงินอยู่บาทหนึ่ง ใช้หมดไปแล้ว ก็คิดถึงหนึ่งบาทนั้นละ แล้วมันจะเอาอะไร ใช้ละ มึงไม่หาเงินใหม่ เคยมีเงินอยู่บาทหนึ่ง บาทหนึ่งนั่นหมดไปแล้ว แล้วก็โหยหาแต่ บาทนั้นละ มึงไม่โหดหรอก มันต้องหาเงินใหม่สิ ไอ้บาทนั้นก็เลี้ยงกูมานี่ไง มึงต้องหาเงิน บาทใหม่ กูจะทำของกูไป ต้องต่อสู้อย่างนี้ ถ้าปัญญาอย่างนี้เกิดขึ้นมันจะตัด ถ้าไม่มี ปัญญาไปตัดเลย อู้ฮู.. ก็เคยคิด ก็คิดอยู่นั่นละ มันก็เหมือนคนนี่ คนมันทำผิดอย่างนั้นก็ ผิดอยู่วันยังค่ำละ แล้วทำไมไม่เปลี่ยน

อตฺตา หิ อตฺตโน นาโถ ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน ใจของเราเราจะพึ่งมันเอง ใจของเรา เราเปลี่ยนของเราเอง มันเปลี่ยนด้วยปัญญาของเรา ถ้าปัญญาอย่างนี้เกิดขึ้นมานี้ มันก็

ตัดอันนั้นออกไป พอตัดอันนั้นออกไปแล้วนะ ก็เหมือนกับมันเป็นปกติ เป็นปกติเราก็ต้องสู้ไปอีก สัญญาอารมณ์ เป็นสัญญาอารมณ์ โอ้อโฮ..เทศน์ครูบาอาจารย์ทุกกัณฑ์ท่านก็คิดตรงนี้ แล้วเรารู้ว่าทุกข์ตรงนี้ เหมือนเราหิวไฟไว้ ร้อน ร้อน ร้อน แต่แหม่งไม่ปล่อย มึงร้อนไปเถอะ ตกโวย แล้วก็ โอ้อโฮ..จับไฟไว้แล้วก็บอก ร้อน ร้อน ร้อน ก็จับไว้ทำไมล่ะ ก็ปล่อยไม่เป็นไง

นี่ไงพอปล่อยไม่เป็นเพราะอะไรรู้ไหม เพราะว่าเวลาพระพุทธเจ้าเยี่ยมมารนี่ “มารเอ๋ย เธอเกิดจากความดำริของเรา” นี่ก็เกิดจากความดำรินะ เกิดจากความคิดไง แต่เวลาพวกเรานี้ปฏิบัติใหม่ๆ เห็นไหม รูป รส กลิ่น เสียง เป็นบ่วงของมาร เป็นพวงดอกไม้แห่งมาร ความคิดเรานี้เป็นบ่วงของมาร รัศคอเลย เป็นพวงดอกไม้มันล่อมาให้คิดไง กิเลสหยาบๆ เห็นไหม มันล่อให้คิด คิดถึงเคยได้ไง มันล่อนี้ บ่วงของมาร พวงดอกไม้แห่งมาร มันล่อให้เราคิด แล้วเราก็จะคิด มันล่อไปอย่างนี้ มารมันล่อ แล้วเราก็ตะครุบ แล้วปฏิบัติไปก็มาทุกข์ใจ

ใคร โง่งล่ะ เราบอก มึงนี่ถามตัวเองว่ามึงนี่โง่ ธรรมะพระพุทธเจ้าถูกหมดเลย เราใช้ผิดทำผิด ถ้าเราทำถูกนี้ เราทำถูกตามนั้นเห็นไหม ผู้ใดปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม สิ้นละ สุดติง ยันติ สิ้นละ โภคะสัมปทา ใครปฏิบัติ ใครทำถึงศีลนะ ถึงความสงบ มีโภคทรัพย์ มีทุกอย่างพร้อมเลย ถ้าเราทำตามนั้น แต่เราไม่ทำตามนั้นนะ ทำตามกิเลสนะ กิริยาเหมือนกันนะ นั่งเหมือนกัน พุทโธเหมือนกัน อีกคนหนึ่งนั่งโดยธรรมนะ อีกคนหนึ่งโอ้อโฮ.. นั่งอยู่นี่คิดไปถึงบ้าน คิดร้อยแปดเลย นั่งเหมือนกันนี่ นี่ที่ว่าไม่ปฏิบัติโดยธรรมไง ถ้าปฏิบัติโดยธรรม นั่งเหมือนกันนี่ ใจวางให้เป็นกลางให้ได้ ทำให้ได้เหมือนกัน

**โยม :** บางครั้ง กานาช่วงที่อยู่ป่า ได้ไป คือคล้ายๆ ว่าได้ไปอยู่ตามป่าตามเขาบ้าง อะไบบ้าง พอจิตมันเบิกบานอยู่มันจะรักษาได้

**หลวงพ่ :** โอ้อโฮอย่างนี้มันเป็นเรื่องธรรมดา จิตเป็นของที่รักษายาก แต่จิตนี้มหัศจรรย์มาก ถ้าจิตนี้ทำไว้ได้นะ จิตนี้ถ้าเรารักษาแล้ว สุขยอดมาก แล้วการรักษานะ อย่างครูบาอาจารย์ท่านพูด อย่างหลวงตา หลวงปู่เจี๊ยะ เวลาท่านพูดถึงอาจารย์สิงห์ทอง ท่านอาจารย์สิงห์ทองนี่ เวลาเล่น นี่จึ้เล่นนะ แต่เวลาปฏิบัติขึ้นมา เดินจนทางจงกรมเป็น

ร้องเลย นิสัยนี้ละ เวลาเล่นก็เล่นจากข้างนอก แต่ข้างในเอาจริงเอาจังใจ แต่อย่างพวกเรา  
นี่มันสงบเสงี่ยมแต่หัวใจมันคึกคักเห็นใหม่

มันถึงว่านี่ใจที่ว่ารักษายากใจ รักษายาก ครูบาอาจารย์ที่ว่ารักษายากใจ เราอยู่กับ  
อาจารย์จวนอย่างนี้ หลวงปู่จวน อู้อู..ท่านก็ทำของท่านเต็มทีเห็นใหม่ เราต้องจริงจังของ  
เราก่อน ถ้าจริงจัง ความจริงจังความตั้งใจคือตรงใจมีสติ คนมีสติแล้วทำอะไรจะไม่  
ผิดพลาด คนขาดสติทำอะไรก็ผิดพลาดไปทั้งหมด มันจะรักษายากรักษาได้ง่ายก็ต้องรักษา  
มันก็เป็นอยู่ที่อินทรีย์ด้วย นี่มาด้วยกันอินทรีย์ไม่เหมือนกันเลย

อินทรีย์คือพลัง ๕ นี้สัมโพชฌงค์ แล้วถ้าจิตมันมีอินทรีย์ มันมีบารมีของมันนะ  
อะไรมันจะสะเทือนใจมันจะคิดของมันนะ แต่ถ้าจิตของเรานี่อินทรีย์มันอ่อนใจ เหมือน  
เด็กเลย เขาทำอะไรก็ไป เป็นผู้ใหญ่เอาอะไรมาต่อ เออ.. ใ้มันล่อกูหรือเปลววะ ใ้มัน  
มันคิดเลยนะ นี่ต่างกันแล้ว มันอยู่ตรงนี้ด้วยนะ อยู่ที่อินทรีย์

เราพูดบ่อยเรื่องพันธุกรรมทางจิต จิตนี้มันสร้างของมันมา แต่ละคนมันไม่  
เหมือนกัน พันธุกรรมทางจิต มันถึงส่งผลให้ถึงนิสัยใจ ใ้เป็นนิสัยใ้ความคิดนี้ นิสัย  
ความคิดความตั้งมั่น จิตนี้มันมีกำลังมากน้อยแค่ไหน นี่ แล้วถ้าที่อินทรีย์มันแก่กล้า มันมี  
กำลังของมัน จะเป็นประโยชน์กับมัน ใ้อย่างนี้ต้องฝึกหมดละ ไม่มีอะไรลอยมาจากฟ้า  
ต้องต่อสู้ ทุกข์ยากก็ต้องสู้

โยม : มันเหมือนสติปัญญา คือปกติเราใช้พุทโธ พุทโธกับสติปัญญาที่...

หลวงพ่ : ไม่ใช่.. พุทโธเป็นพุทโธ สติปัญญา ๔ นี้ สติปัญญา ๔ ยังไม่ต้องไปห่วง  
มัน เวลาเราพูดถึงการใช้ปัญญานี้ มันก็ใช้ปัญญาในกาย เวทนา จิต ธรรม นี่แหละ แต่มัน  
ไม่เป็นสติปัญญา ๔ หรือก เดียวเราจะใ้ซิดี มีสติปัญญา ๔ ด้วย เราพูดถึงสติปัญญา ๔  
ว่า ผู้ที่ปฏิบัติสติปัญญา ๔ นี้ ปฏิบัติผิดหมดเลย ผิดหมด

โยม : เพราะบางที ทำพุทโธไปนี่ ทำพุทโธไปนี่ดีๆ อย่างนี้ เอ..อ่า..สติปัญญาถึง  
บอกว่ามันเป็นเอกนามกิง มันเป็นทางสายเอกเป็นทางสายเดียว กลับไปเอาคำนี้มาวิตก  
กังวลว่า เอ๊ะ.. อันไหนมันถูก เอ๊ะ..มันอย่างไร

หลวงพ่อก : ย้อนกลับมาที่นี้ เมื่อที่นี้ เวลาเดินจนจิตสงบแล้วเห็นไหม สายขนาดไหน มันเป็นผลของจิต จิตมันรู้ จิตสงบแล้วนี้ ถ้าจิตสงบแล้ว พอจิตสงบแล้ว แล้วออกใช้ ปัญญาของเรา มันยังไม่เป็นสติปัญญา ๔

อย่างที่พูดเมื่อที่นี้ นาย ก. ลักของไป ยังไม่เห็นนาย ก. นี้ สติปัญญา ๔ เรา พิจารณาภายใต้ การพิจารณาภายในมันพิจารณา เหมือนกับเราไปบวชเลย อุปัชฌาย์ให้เลย เกสา โลมา นขา ทันตา ตโจ มันคืออะไร ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง ผมขนเล็บฟันหนังนี้เรามา กำหนด ท่องผม ขน เล็บ ฟัน หนัง นี้มันก็เหมือนกับท่องพุทโธเห็นไหม บางคนท่อง ผม ผม ผม ผม เล็บ เล็บ เล็บ เล็บ ฟัน ฟัน ฟัน ฟัน นี้ อธิ อธิ อธิ พุทโธ พุทโธ พุทโธ มันเป็นคำบริกรรมไป

ฉะนั้นพอจิตเราสงบแล้วนี้เรามาคิดตรงนี้ได้ ไม่มีปัญหาหรอก ที่นี้คำว่า เราบอกว่าสติปัญญา ๔ มันผิดตรงไหน ผิดเพราะจิตเรายังไม่สงบ สติปัญญา ๔ ต้องจิตเห็นกาย เห็นเวทนา เห็นจิต เห็นธรรม โดยตามข้อเท็จจริง ตามข้อเท็จจริงคือจิตสงบ ถ้าจิตไม่สงบนะ ตอนนี้อาจจิตเราไม่สงบนี้ เขาเรียกสัญญาอารมณ์ สัม เปลือกสัมผัส ความคิดคือเปลือกสัมผัส จิตคือตัวเนื้อสัมผัส

ที่นี้ถ้าจิตนี้ พลังงานนี้มันจะผ่าน มันจำเป็นต้องผ่านเปลือก มันต้องผ่านเปลือก ออกมา เปลือกคือ ... (เทพสิ้นสุดเพียงเท่านี้)