

เห็นจริงแล้วไม่ทุกข์

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๑๕ มีนาคม ๒๕๕๔

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

ข้อ ๑๕๒. ปัญหาเก่าเขาขอบคุณมาไง

ถาม : ๑๕๒. เรื่อง “ที่ใครมีรัก ที่นั่นมีทุกข์ แต่ตัดใจไม่ได้ค่ะ”

กราบนมัสการหลวงพ่อบุญคุณถามในเรื่องใจลึกลับ หนูก็ทราบว่าที่ใครมีรัก ที่นั่นมีทุกข์ แต่ตัดใจไม่ได้ค่ะ ใจไม่เข้มแข็งพอ กราบเมตตาจากหลวงพ่อดังด้วยค่ะ

หลวงพ่อบุญคุณ : กราบเมตตาขอกำลังใจ เพราะกำลังใจกับชีวิตเรา ชีวิตเรามันก็ลุ่มๆ ดอนๆ ใจใหม่ แล้วเขาก็พยายามภาวนาอยู่แล้วมันตัดใจไม่ได้ เรียบอกว่าสิ่งใดที่ไหนมีรัก ที่นั่นมีทุกข์ คือเราไปกังวลใจ เราไปกังวลว่าสิ่งนั้นไม่สมความปรารถนา สิ่งนั้นขาดตกบกพร่อง

สิ่งใดก็แล้วแต่ นี่เรียบอกว่าที่ใครมีรัก รักก็หมายถึงว่าเราไปถนอมรักษาส่งใจอยู่ สิ่งนั้นจะทำให้เรเสียใจ สิ่งนั้นจะทำให้เรเจ็บปวด ที่ไหนมีความเมตตา พ่อแม่รักลูก เห็นไหม เราก็ปรารถนาดีกับลูก เราก็สร้างคุณงามความดีให้ลูก ได้หรือไม่ได้มันก็เป็นอย่างนั้นแหละ เพราะความเมตตากรุณาเราก็พยายามทำให้ดีที่สุด นี่พูดถึงนะ

แล้วเขียบอกว่าแต่ใจไม่เข้มแข็งพอ.. หลวงตาท่านพูดอย่างนี้ หลวงตาบอกชาวพุทธเวลาเจอพระก็ยกมือไหว้ที่หนึ่ง เจอพระก็ยกมือไหว้ที่หนึ่ง ท่านบอกไอ้ยกมือไหว้ก็แค่นั้นแหละ เรียบอกมือไหว้ไง ยกมือไหว้เป็นประเพณีแต่พวกเราไม่ได้ฝึกใจ เราไม่เคยฝึกสติกัน เราไม่เคยยับยั้งความคิดรู้สึกเรา แล้วที่ไหนมีรัก ที่นั่นมีทุกข์ก็รู้อยู่นะ ที่ไหนมีรัก ที่นั่นมีทุกข์ก็เหมือนกับโลโก้ที่นั่นล่ะก็เขียนไว้ อ่านก็อ่านไปวันๆ หนึ่งแต่ไม่เคยฝึกใจ

ที่ไหนมีรัก ที่นั่นมีทุกข์เราก็ต้องพิสูจน์ว่ามันจริงไหม แล้วถ้ามันจริงเราก็มีสติ
 ขึ้นใจไหม ที่ไหนมีรักเราก็รัก แต่รักเมตตา รักผูกพัน นี่รักแล้ววางไว้ แต่ถ้ารักแบบหุดตา
 บอดใจ พอรักแล้วก็ไปของกู ผิดจากกูไม่ได้ ก็ไปยึดมันถือมันมันก็เกิดการ
 กระทบกระทั่งกัน

ไอ้เรื่องรักเรื่องความรู้สึกนี่ห้ามกันไม่ได้หรอก แต่เรารักเราเมตตา เราถนอม
 รักษาของเรา เราก็พยายามดูแลของเรา แต่ถ้ามันจะเปลี่ยนแปลง ถ้ามันจะเสียหายไปก็เรา
 ทำดีที่สุดแล้ว เห็นไหม ที่นั่นมีรัก แล้วที่นั่นไม่มีทุกข์ด้วย.. ที่ไหนมีรัก ที่นั่นมีทุกข์ มี
 ทุกข์เพราะไปยึดมัน มีทุกข์เพราะไปปรารถนาให้สมความปรารถนาเรา แต่ถ้าเรามีรักใช้
 ใจไหม เรามีรักที่เราเกิดบุญชานี้มันก็เป็นความรัก พ่อแม่เราเราก็รัก ทุกอย่างเราก็เคารพ
 บุญทั้งนั้นแหละ แต่พอแก่ชราภาพไปมันก็เป็นธรรมดา พอเป็นธรรมดาไปมันก็ไม่ทุกข์
 เห็นไหม อันนี้มันเกิดจากอะไรละ เกิดจากการฝึก เกิดจากการฝึกฝน เกิดจากการฝึกหัด
 หัวใจ เกิดจากการตั้งสติ เกิดจากการกระทำ

ว่าที่ไหนมีรัก ที่นั่นมีทุกข์ แล้วก็หัวปักหัวปำร้องไห้ทุกวัน ก็มีรักก็มีทุกข์ก็ไป
 ทุกข์อยู่นั้นแหละ ทำไมถึงทุกข์ล่ะ ก็เอ็งไม่ฝึกใจ เอ็งไม่ฝึก เอ็งไม่พัฒนา เอ็งไม่มีการ
 ฝึกฝน ถ้าเอ็งมีการฝึกฝน เอ็งทำให้หัวใจเอ็งเข้มแข็งขึ้นมามันก็ไม่ทุกข์ใจ นี่ใจเขาบอกว่า
 ให้หลวงพ่เมตตา นี่เมตตาแล้ว เพราะเมตตาคือการเราต้องฝึกหัด เราต้องฝึกหัด เราต้อง
 ตั้งสติปัญญาของเรา

ไอ้ไม่รักมันไม่มีหรอก ไอ้ความรักความชอบมันมีเป็นธรรมดา แต่คำว่าธรรมดา
 อย่างนั้น ถ้ามันรักได้เวลามันเสียหายได้เราก็ธรรมดาสิ เวลาเรารักได้ใจไหม เรารักได้เรา
 ถนอมได้ ถ้ามันเสียหายได้เราก็ต้องรับได้ เรารับได้เพราะอะไรละ เรารับได้เพราะเราฝึก
 ใจเราใจ เรารับได้เพราะเราฝึกใจ ฝึกใจว่าสิ่งนั้นมันเป็นอย่างนี้ เห็นไหม วันเวลามันหมุน
 ๒๔ ชั่วโมง มันเปลี่ยนไปเช้า สาย บ่าย เย็นมันก็หมุนไป ตกเย็นก็นั่งร้องไห้ลิ้ลมันผ่าน
 ไปแล้ว อ้าว.. เช้า สาย บ่าย เย็น ทำไมเรารับได้ละ รับได้เพราะพรุ่งนี้มันจะมาใหม่ พรุ่งนี้
 ก็เช้า สาย บ่าย เย็น พรุ่งนี้มันจะมาใหม่

อันนี้ก็เหมือนกัน สิ่งใดที่มันพลัดพรากไป มันหลุดจากมือเราไป สิ่งใดมันเสีย
 หายไปเราก็สร้างใหม่ของเราขึ้นมา ความรู้สึกดีๆ ถ้ามันมีกระทบกระทั่งเหมือนกันแล้วเราก็

สร้างความรู้สึกดีๆ ของเราขึ้นมาใหม่ สิ่งนั้นมันเป็นอนิจจัง มันสลายไปแล้ว เห็นใหม่ อันนี้มันเกิดจากการฝึก

ใจไม่เข้มแข็งพอ.. ใจไม่เข้มแข็งพอเพราะอะไร เพราะมันเข้าใจผิด เข้าใจผิดว่า สิ่งที่เรารักแล้วต้องคงที่แล้วมันไม่มี พอสิ่งที่รักแล้วคงที่มันไม่มี สิ่งที่เรารักเรารักบูชาเพราะ คุณงามความดีของท่าน เพราะฉะนั้นเรารักสิ่งใดก็แล้วแต่ แล้วมันแปรสภาพไปเราก็รับรู้ ได้ แล้วเราก็ทำของเราขึ้นมา

มันเป็นแบบนี้ มันอยู่ที่การฝึกหัด มันเป็นที่การฝึกหัด อยู่ที่การศึกษา ถ้ามันทำความเข้าใจแล้วเราก็จะไม่ทุกข์ มันสะท้อนใจทุกคนสะท้อนใจแหละ คำว่าสะท้อนใจ เห็นใหม่ คุณธรรมสังเวชมันเป็นธรรมะ แล้วมันสลดสังเวช เวลาเราทุกข์เราร้อนนี้เรา เสียใจ แต่มันเป็นความจริง มันต้องเปลี่ยนแปลงไป แล้วมันเป็นธรรมะมันเป็นสังฆธรรม มันเป็นอย่างจริง แล้วเราก็สะท้อนใจ

ธรรมสังเวช มันสังเวชว่า เห็นใหม่ ไม่มีใครคิดขวางได้ ไม่มีใครชะลอสิ่งนี้ได้ มันต้องเป็นไปอย่างนี้แล้วเราก็สังเวช เห็นใหม่ สังเวชคืออะไร สังเวชคือว่าเราก็เกิด แก่ เจ็บ ตายกันอยู่อย่างนี้ ฉะนั้นถ้ามันสังเวชขึ้นมาแล้วนี่เราก็ต้องหาทางออก หาทางออกก็มีการฝึกหัด มีการฝึกหัดพัฒนาขึ้นมา ธรรมสังเวชคือธรรมะมาเตือนเรา แต่ถ้าเป็นโลกนี้ มันทุกข์ๆๆ แล้วมันไม่สังเวชมันจะเอาอีกใจ ทุกข์แล้วก็จะมาทุกข์ซ้ำ แต่ถ้าธรรมสังเวชมันเตือนเรานะ เตือนให้เราหาทางออก นี่ธรรมสังเวช

ฉะนั้นมันถึงว่าถึงเป็นธรรมมันก็ยังสังเวชเลย องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เวลาคนไปถาม “มันเป็นอย่างไรเอง! มันเป็นอย่างไรเอง!” มันเคยเป็นมาแล้วไม่ใช่หรือ เวลาเตือนพระนะ แล้วมันก็จะเป็นอย่างนี้ตลอดไป แล้วพวกเธอประมาททำไม เห็นใหม่ ธรรมมันเป็นอย่างไร ธรรมคือสังฆธรรมคือความจริงมันเป็นอย่างไร พอเป็นอย่างนี้บ๊อบแล้ว เราฝึกใจเราใหม่ มันเป็นอย่างนี้แล้วใจเราก็เรรวนเราก็ทุกข์ไป

มันเป็นแบบนี้ พอใจเราเข้มแข็งมันก็สังเวช สังเวชว่าแม้แต่พระพุทธเจ้าก็ต้องปรินิพพานไป ทุกอย่างต้องเปลี่ยนแปลงไป เราเปลี่ยนแปลงไปทุกอย่าง แต่ทุกอย่างไปเรามีกำลังเข้ามา เราฝึกใจเราแล้วเราจะแก้ไขได้ นี่ถึงบอกว่า ที่ใดมีรัก ที่นั่นมีทุกข์

ถาม : ๓๕๓. กระผมได้สนทนากับหลวงพ่อ ธรรมะหลวงพ่อนะเมื่อเริ่มเร่งคำ
บริการ.. คำถาม ผมปฏิบัติแล้วมันเสื่อมจะทำอย่างไรดี

หลวงพ่อ : เห็นใหม่ เคยคุยธรรมะกันแล้วมันปฏิบัติไปแล้ว..

ถาม : เริ่มนั่งบริการแล้วไม่เอาลมครับเอาแต่พุทโธ อาการต่างๆ ก็เกิด แล้วเกิดเร็ว
ขึ้น เพียงนั่งไม่กี่นาทีก็มีอาการปิติซาบซ่าน ตัวโยกโคลง ก่อนได้สนทนากับหลวง
พ่อมันนานมาก ล้อมมาเป็นชั่วโมงๆ กว่าอาการซาบซ่าน ตัวโยกและปิติจะเกิดขึ้น แต่
เดี๋ยวนี้พุทโธไม่นานก็รู้สึกเลยแต่ครองไม่ได้ครับ มันมาไวไปไวรู้สึกสั้นๆ ลง และ
บางครั้งถอนการนั่งเพราะอาการง่วงจะตามมาทันที จะรู้สึกอึดอัดถึงง่วงซะแล้ว แล้ว
สัปหงก

ทำไมถึงเป็นอย่างนี้ เลยลองสลับลมหายใจอยู่กับคำบริการก็ง่วงอีก เคยฟังเทศน์
ว่า “ถ้าเคลิ้มนี้ปล่อยมันไม่ได้ เพราะง่วงมันหายไปแล้วครึ่งหนึ่ง” มันไม่รู้สึกรู้สึกับคำ
บริการ อาการปิติก็เริ่มมา แต่แป๊บเดียวสั้นมากๆ แล้วมันก็คล้ายตัวแบบนี้ มันคือ
แผ่นดินเสียงผมตกร่องไซ้ใหม่ครับ ผมกำลังชำนาญในการนั่งหลับไซ้ใหม่หลวงพ่อ

ไอ้จะใช้ปัญญาอบรมสมาธิก็ฟังชานไปโน้น เดี่ยวเราก็จะได้โน้นได้นี้บ้างละ คิด
เข้าข้างตัวเองไปเรียกกลายเป็นนั่งตริกแต่ได้ฟังชานมาแทน ทั้งหมดนี้ผมว่ามันเป็นความ
เสื่อมไซ้ใหม่ครับ ไม่ได้เหตุได้ผลเหมือนอย่างก่อนหน้าที่จะไปสนทนากับหลวงพ่อนั้น
ก็อยู่แคंपิติ แล้วหลวงพ่อเปรียบว่า “ได้อุณหภูมิแล้วต้องกลืนมันให้ได้” ผมเติม
ความรู้สึกที่จะก่อให้เกิดแผ่นดินเสียงตกร่อง ให้นึกถึงรถที่จะข้ามสะพานที่เคยแพ้มันมา
ตลอด ผมว่าอย่างนี้แก้อย่างใด

ปัจจุบันยังไม่เลิกความเพียรที่ปฏิบัติ ก่อนนั่งก็คิดแล้วจะได้หรือไม่ได้ก็ช่าง
หัวมัน พยายามตั้งใจแบบนั้นแต่ไม่คาดหวัง คิดว่าที่ทำนี้ทำถวายพระพุทธเจ้า ถวายเป็น
ความกตัญญูต่อหลวงพ่อและครูบาอาจารย์ทั้งหมด

หลวงพ่อ : นี่เขาพูดถึงเจริญแล้วเสื่อม คำว่าเจริญแล้วเสื่อมนี้ไม่มีฐานในการปฏิบัติ..
เจริญแล้วเสื่อม เจริญแล้วเสื่อม ถ้าคนปฏิบัติแล้วมันจะมีของมันนะ คำว่าปฏิบัติไปแล้ว
มันจะเจริญแล้วเสื่อม คำว่าเจริญก็ดีขึ้น ดีขึ้นหมายถึงว่าเราได้รับรู้สิ่งใดๆ บ้าง แต่เรา

ปฏิบัติกันอยู่ที่นี่ เราปฏิบัติกันเห็นใหม่ บางคนจะบอกว่าปฏิบัติแล้วไม่เห็นได้อะไรเลย ปฏิบัติไปแล้วความซาบซ่านความรู้ต่างๆ

เช่นเวลาปฏิบัติไปเกิดปีติ พอเวลาเกิดปีติมันจะขนพอง ตัวพอง เกิดอาการโยกคลอน แล้วพอเราปฏิบัติไปพอเราเกิดปีติดีกว่าทำไมปีติมันไม่ดี เพราะอะไร เพราะมันคุ้นชินใจ ปีติครั้งแรกมันจะเกิดอารมณ์และความรู้สึกรุนแรงมาก แต่พอมันเกิดซ้ำๆ มันก็จะจางลงแต่มันมีปีติใหม่

นี่จะบอกว่าเวลาปฏิบัติไปแล้วไม่ได้สิ่งใด ไม่ได้สิ่งใด การปฏิบัติมันได้แล้ว โยมมาทำบุญ เห็นใหม่ นี่ตอนเข้ามาถวายอาหาร อาหารไปไหนหมดล่ะ อาหารของทุกคนนะพระก็ฉันไปแล้ว โยมก็ทานไปหมดแล้วไม่เห็นมีอะไรเลย แล้วมันอยู่ที่ไหนล่ะ นี่มันอยู่ที่การกระทำมันได้ทำไปแล้ว ความรู้สึกนั้นมันประทับใจแล้ว

ไอนี้ก็เหมือนกันเวลาภาวนา เห็นใหม่ เวลาภาวนาพอจิตมันรับรู้แล้วนี่มันประทับใจแล้ว ทีนี้พอประทับใจแล้ว พอมานานเข้ามากเข้ามันจะให้ชัดขึ้น อาหารกินบ่อยๆ เข้า รสที่อร่อยมันก็จืดชืดไป นี่พอบ้างน้อยๆ มันเคยตัวใจ พอมันเคยตัวขึ้นมาเราก็ต้องทำมากขึ้น ทำมากขึ้น.. ทีนี้สิ่งที่มันไม่เสื่อม เวลามันสงบนะความสงบนั้นมันก็แค่นั้นแหละ เห็นใหม่ สมาธิมันถึงว่าน้ำเต็มแก้ว แต่เราใช้ปัญญาของเราปฏิบัติขึ้นไป การปฏิบัติมันต้องมีเทคนิคของมัน เทคนิคเวลาสงบแล้วออกใช้ปัญญา พอปัญญาเสร็จแล้วกลับมาทำความสงบ พอทำความสงบแล้วกลับมาออกใช้ปัญญา

นี่การปฏิบัติมันต้องเดินไประหว่างสองเท้า เท้าหนึ่งคือสมณะ เท้าหนึ่งคือวิปัสสนา แล้วว่าในสมณะมีวิปัสสนา ในวิปัสสนาก็มีสมณะ.. ไซ้! ในเมื่อคนปกติสองเท้า มันก็เห็นว่าเป็นเรื่องปกติ แต่ถ้าคนขาคณะ เขามีขาเดียวนะมันยังดีใส่ขาเทียมขาหนึ่ง ถ้าคนขาคณะสองข้างเลยเขาก็ใส่ขาเทียมทั้งสองข้างเลย ไอนี้มีสองขานะ เดินทุกวันเดินจนไม่เห็นประโยชน์ของตัวเองใจ แต่ถ้าวันไหนขาคณะ โอ้โฮ.. เห็นคุณค่าเลยนะ ไอนี้คนมีขามันดีกว่าเราอีกเพราะเราไม่มีขาต้องกลิ้งไป

นี่ก็เหมือนกันเวลามันเสื่อมใจ เวลาปกติก็เหมือนกับคนมีขามีเท้าอยู่ เดินปกติไม่เห็นคุณค่ามันหรอก เคย แต่วันไหนเท้าขาดไปละอู้อู.. เสียขายเท้า อู้อู.. หายไปแล้ว เป็นสมาธิเวลามันเสื่อมไปใจ เวลามันมีมันทำของเราขึ้นมามันก็เป็นประโยชน์กับเรา แต่เวลา

มันเสื่อมไปเราก็พยายามทำของเราขึ้นมา พยายามทำของเราขึ้นมา ถ้าเราทำของเราขึ้นมา นะ แล้วมันก้าวเดินไปเขาเรียกว่าอำนาจวาสนา อำนาจวาสนานะชิปปาภิญญา เวลาวิปัสสนาไปมันขาดมันรู้ของมันไปเลย แต่ของเรามันซ้ำแล้วซ้ำเล่า ถ้ามันไม่มีผลตอบ มันไม่มีผลตอบสนองว่ามันสิ้นสุดกระบวนการเมื่อไหร่ คือขณะจิตใจ

คำว่าขณะจิตนะ ขณะจิตที่มันเปลี่ยนแปลง คุณิตฺตฺเวลาเปลี่ยนแปลง ปฏิสนธินี้ วิญญาณปฏิสนธิในใจเกิดเป็นมนุษย์ขึ้นมา นี่ขณะที่มันเสวยภพ ขณะที่จิตมันเปลี่ยนแปลงจากปุถุชนเป็นกัลยาณปุถุชน จากกัลยาณปุถุชนนี้พิจารณาแล้วพิจารณาเล่า จนมันเป็นโสดาบัน ขณะที่มันเป็นโสดาบันปฏิสนธิมันยังมีการเกิดการตาย จิตธรรมคาจน เป็นจิตพระอรหันต์เจ้ามันจะมีการเปลี่ยนแปลงอย่างไร

ถ้ามันมีการเปลี่ยนแปลง ขณะจิตที่มันเปลี่ยนจากปุถุชนเป็นโสดาบันนี่ เป็นอย่างไรถึงเป็นโสดาบัน แล้วเป็นอย่างไรถึงเป็นสกิทา เป็นอย่างไรถึงเป็นอนาคา เป็นอย่างไรถึงเป็นพระอรหันต์ ถ้าเอ็งตอบไม่ได้ เอ็งตอบไม่ได้เอ็งก็โง่โง่ เอ็งก็โง่เอ็งก็โง่มา พอจำมานี้จำโครมา จำธรรมพระพุทธรเจ้ามา แล้วเวลาพูด อู้ฮู.. พระองค์นี้พูดขอดเลย ทำไมจะไม่ยอคะธรรมพระพุทธรเจ้ามันจำมาพูด

จะบอกว่าเราไม่ได้ทำงานนะแต่เราได้เงินมาจากพ่อแม่ เราใช้ทุกวันเราใช้เงินทุกวัน เงินเราก็มีใช้เหมือนกันแต่เราหาเงินเป็นใหม่ แต่ถ้าเราหาเงินเป็น เห็นใหม่ นี่หาเงินเป็นก็คือขณะที่มันเป็นเราหาเงินได้ เรามีเงินมีทองเราใช้จ่ายอย่างไรก็ได้ เราได้เงินมาโดยที่เราไม่มีงานทำ

นี่ไง ธรรมะพระพุทธรเจ้าใจ ไประลึกธรรมพระพุทธรเจ้ามาแล้วก็มาคุยโง่กัน แล้วก็บอกรู้.. เทศน์ดีดี คนนั่นก็ดี ทำไมมันจะไม่ดีคะธรรมะพระพุทธรเจ้ามันดีอยู่แล้ว แต่เวลาปฏิบัติถ้ามันเป็นความจริงขึ้นมามันจะมีความจริงของมันขึ้นมา ถ้าไม่มีความจริงขึ้นมามันก็ไม่ใช่ว่าความจริงวันยังค่ำ

ทีนี้ว่าเวลามันเสื่อม เสื่อมก็คือเสื่อม กินข้าวแล้วนะพุงนี้ก็ต้องกินซ้ำอีก คนกินข้าวเสร็จแล้วบอกว่าไม่กินตลอดชาติมันไม่มีหรอก นี่ได้สมาธิหนึ่งก็บอกว่าจะไม่ให้มันเสื่อมเลย เกิดเป็นคนก็ไม่ต้องตายเลย เกิดเป็นคนแล้วจะอยู่เป็นคนตลอดไป เกิดเป็นเทวดาแล้วจะเป็นเทวดาตลอดไป เกิดเป็นพรหมแล้วจะเป็นพรหมตลอดไปไม่มีหรอก

เกิดเป็นพรหมก็ตาย เกิดเป็นเทวดาก็ตาย เกิดเป็นมนุษย์ก็ตาย ทำสมาธิก็เสื่อม ทำปัญญา ก็เสื่อม แต่ถ้าขณะจิตมันพลิกมันจบเป็น โสดาบัน ไม่มีเสื่อม!

ไม่เสื่อมเพราะอะไร เพราะเป็นกุปปธรรม อกุปปธรรม กุปปธรรมคือผลของมัน สัพเพ ชัมมา อนัตตา สภาวธรรมนี้เป็นอนัตตา สภาวธรรมทุกอย่างมันแปรสภาพ สิ่ง ที่แปรสภาพ พระพุทธเจ้าสอนแปรสภาพ เขาก็เลยบอกว่าธรรมก็แปรสภาพด้วย โสดาบัน สกิทาคา อนาคาก็เป็นอนัตตา โอ๊ย.. ปวดหัว นี่คนภาวนาไม่เป็นไง โสดาบันมันจะแปร สภาพได้อย่างไร สกิทาคาจะแปรสภาพได้อย่างไร นี่ไม่แปรสภาพ กุปปธรรม อกุปป ธรรม แล้วเป็นอกุปปธรรมเป็นอย่างไร

อกุปปธรรมคือการไม่แปรสภาพ ถ้ามันไม่แปรสภาพ ทำอย่างไรมันถึงไม่แปร สภาพ ถ้ามันไม่แปรสภาพมันก็ไม่เสื่อมไง นี่เขาบอกว่าถ้ามันเสื่อม มันเสื่อมมันก็เสื่อม ทางเสื่อมกับทางเจริญมันของคู่กัน ถ้ามันไม่มีความเจริญเอาอะไรมาเสื่อม คนเราเวลาไม่ เคยปฏิบัติเป็นสมาธิมันจะเสื่อมจากสมาธิไปได้อย่างไร คนไม่เคยใช้ปัญญาเอาอะไรไป เสื่อม มันต้องมีอะไรไหมมันถึงจะเสื่อม ไม่มีจะเสื่อมได้อย่างไรละ

อ้าว.. ในเมื่อมันมีขึ้นมาได้ จากที่เราไม่มีเลยมันมีขึ้นมาได้แล้วมันเสื่อมได้ แล้ว ทำไมเราจะมีไม่ได้ เห็นไหม เสื่อมกับเจริญ เจริญแล้วเสื่อมมันถึงคู่กันไง ถ้ามันคู่กัน ขนาดไหนเราก็ฝึกของเรา เราทำของเราถ้าเราทำของเราได้ ถ้าเราไม่เสื่อม เราไม่มีตั้งค์เรา ก็ไม่เคยหมดตั้งค์ เราหมดตั้งค์ไม่มีตั้งค์เลย เราก็ไม่เคยมีตั้งค์แล้วมันจะหมดไป ได้ อย่งไรละ

นี่ก็เหมือนกัน มันเสื่อม.. ถ้ามันคิดได้อย่างนี้นะ เพราะเราเคยภาวนามา มันจะ เสื่อม มันจะหลง มันจะเข้าใจผิด มันจะให้ค่าตัวเอง อย่งไรก็แล้วแต่ช่วงหัวมัน พิสูจน์ กันด้วยเวลา มันเสื่อมนะ บางทีเสื่อมด้วย ความหลงคือการเข้าใจผิด เข้าใจว่าได้ธรรม เข้าใจว่าได้บุญได้นี้คือหลง หลงก็หลงมา หลงอย่งไรก็พิสูจน์กัน ถ้ามันหลงก็ลองพิสูจน์ คว้าเดี๋ยวมันจะจริงหรือไม่จริงให้เวลาพิสูจน์

เคยหลงนะหลงว่าตัวเองมีธรรม พอมันถึงเวลาที่ว่า อ้าว.. คนมีธรรมเป็นอย่างนี้ เหรอ? คนมีธรรมทำไมจิตมันหวั่นไหว คนมีธรรมทำไมเจออะไรนี่จิตตกใจหายหมดเลย แล้วมันมีธรรมได้อย่างไร อย่งนี้ต้องไม่ใช่! ถ้าไม่ใช่มันก็แก้ไขไปเรื่อย แก้ไขไปเรื่อย

นี่มันจะเสื่อมมันจะไม่เสื่อมนะ เราเคยเสื่อมเคยมาทุกอย่างแหละ แล้วมันดี อันหนึ่ง ดีคือว่ามันจะเป็นอย่างไรก็ช่างมันอย่างเดียวนะปฏิบัติอย่างเดียว สุดท้ายมันก็ผ่านความเสื่อมนั้นไป ความเสื่อมมันต้องผ่านไป

(โยมอย่าคุยสิ! โยมมาเทศน์แทนเราเอาใหม่! มาเทศน์แทนเราเราจะลงไปคุยแทน .. นี่เวลาธรรมะเป็นอย่างนี้ เวลาธรรมะนะเวลาไปเราก็อาจจะไปหาธรรม เราอยากจะไปหาคุณงามความดี เสร็จแล้วเราก็อาจจะเอาความเห็นของเราไปแข่งกับคุณงามความดี ถ้าแข่งกับคุณงามความดีมันไม่จบหรือ บ้านใครบ้านมัน)

เรื่องหนทางธรรมนะ ข้อ ๓๕๔.

ถาม : ๓๕๔. เรื่อง “หนทางธรรม”

เรียนท่านอาจารย์ค่ะ โยมปฏิบัติธรรมมา ๔-๕ ปี ตั้งใจทำไปเรื่อยๆ ผ่อนบ้างเร่งบ้าง เห็นความเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจของตนเองคือมีความเข้มแข็งมากขึ้น ความกลัวตายน้อยลง แต่ก่อนกลัวตายมาก ละเอียดยากขึ้น ช่างสังเกตและจิตว่องไวมาก แต่สิ่งที่เข้าไปในทางตรงกันข้าม คือยังปฏิบัติแล้วยังรู้สึกว้าวุ่นหนทางสู่นิพพานนั้นมันยังอีกยาวไกลมากจนบางทีรู้สึกท้อ ทำไม่ถึงเป็นอย่างนี้ ขอบพระคุณท่านอาจารย์เมตตาตอบด้วยค่ะ

หลวงพ่ : เวลาเหมือนนี้นะ อาหารการกินเขาจะรักษาของเขามาก เพราะหมอู้จักโรคภัยไข้เจ็บ พวกเราไม่ใช่หมอใช้ชีวิตสมบุกสมบันมาก แต่เหมือนนี้นะเวลาเขาจะใช้ชีวิตของเขานี้เขาจะรู้เลยว่าเขาจะเกิดโรคภัยไข้เจ็บอย่างไร เขาจะดูแลตัวเขาอย่างไร

ผู้ปฏิบัติธรรมก็เหมือนกัน ถ้าไม่ได้ปฏิบัติธรรมนะ คนที่ไม่ปฏิบัติธรรมหรือคนที่มันไม่สนใจในการปฏิบัติ ดูชีวิตทางโลกเขาใช้ชีวิตกันดี เขาปล่อยชีวิตเขา สัพเพหระแล้วเขามีความสุขมาก แล้วเขาก็มองมานะว่าไอ้พวกปฏิบัติธรรมนี่โง่งนำดูเลยความสุขในโลกนี้มีเยอะแยะเลยมันไม่แสวงหา มันไปทำอะไรกัน มาถือศีล โอ๊ย.. มาอยู่วัด โอ๊ย.. พวกนี้โง่งๆ แล้วมันอยู่ของมันมันมีความสุขของมันนะ โอ๊ยโฮ.. มันสัพเพหระมันใช้ชีวิตมันตามสบายเลย

ทำไมเขาคิดอย่างนั้นล่ะ เพราะจิตใจเขาหยาบ จิตใจเขาหยาบ จิตใจเขาไม่มีความละเอียดอ่อน ลึกซึ้งถึงธรรมะไม่ได้ ทีนี้พอเราเริ่มปฏิบัติ เห็นใหม่ เราปฏิบัติไปแล้ว นี่พอยังปฏิบัติไปๆ “ยิ่งปฏิบัติไปแล้วยิ่งรู้สึกว่าการนิพพานมันยังอยู่อีกไกลมาก... แล้วยังไปอีกไกลมากจนบางทีรู้สึกท้อ ทำไมถึงเป็นอย่างนี้”

มันเป็นอย่างนี้เพราะเวลาเราปฏิบัติเรารู้อะไร เหมือนกับว่าชีวิตของหมอ ชีวิตของหมอเขามีการศึกษามา เขารู้เลยว่าอาหารอะไรเป็นประโยชน์เป็นโทษ มันมีลูกศิษย์เขามานะ เขาบอกเลยนะถ้าเมืองไทยเป็นสังคโปร้นะ ร้านค้าหาบเร่แผงลอยในกรุงเทพฯ โคนจับหมดเลย เพราะอาหารที่หาบเร่แผงลอยมาขายมันมีสารพิษทั้งนั้นเลย

เขาบอกว่ากรุงเทพฯ ถ้าเป็นสังคโปร้นะ ไอ้หาบเร่แผงลอยโคนจับเกลี้ยงเลย เพราะอาหารก็มีส่วนประกอบของพวกสารพิษไป ยิ่งไอ้พวกบั้งๆ ย่างๆ แล้วย่างที่ผูกด้วยเชือกฟางแล้วเวลามันละลายไปในเนื้ออย่าง เขาบอกถ้าอย่างนี้พวกนี้ไปอยู่สังคโปร้นะ โคนจับหมด เพราะอะไรเพราะว่าคุณภาพชีวิตมันแตกต่างกัน แต่ของเราเราปล่อยกันตามสะดวกสบายไป

นี่พูดถึงสะดวกสบายปีบมันก็เลยหนทางไม่ยาวไกลไป เพราะมันสะดวกสบายแต่หนทางมันยาวไกลเพราะเราบังคับตัวเอง เพราะเรามีศีล คนมีศีล คนมีความปกติ คนมีชีวิต คนเวลาเพลินแป๊บนิดเดียวนะ แต่เวลาคนทุกวันนี้เวลาทำไมไปช้านัก ช้านัก

นี่ก็เหมือนกันพอเราปฏิบัติ เวลา เห็นใหม่ เวลานั้นสมาธิ ๕ นาที ๑๐ นาที อู้ฮู.. ปวดมาก เวลานั้นคุยกันทั้งวันได้สบายมากมันก็เลยสบายของมันใช่ไหม เวลาจะปฏิบัติ นั่ง ๕ นาที อู้ฮู.. เท่ากับครึ่งวันแล้ว รีบๆ ครึ่งวันแล้วเดี๋ยวมันจะมีด ที่แท้จะไม่ถึง ๕ นาที นี่เพราะอย่างนี้นิพพานมันถึงอยู่ยาวไกลไป คำว่านิพพานอยู่ยาวไกลเพราะว่าเราตั้งใจ เรามีแรงปรารถนา เรามีการปฏิบัติ แต่กิเลสมันก็มีมันทนอย่างนี้แหละ

เวลาปฏิบัติธรรม ธรรมะไม่เคยให้โทษกับใครเลย กิเลสทั้งนั้น ตั้งใจปฏิบัติขนาดนี้ เราตั้งใจปฏิบัติ เราเริ่มทำของเรา มา เห็นใหม่ จิตเราอ่อนโยมมากขึ้น จิตเข้มแข็งมากขึ้น จิตสังเกตเห็นความรู้สึกของตัวเองดีขึ้น นี่ก็อะไร นี่ก็คือผลประโยชน์ของเราทั้งนั้นเลย ทุกอย่างนี่นะ สวะมันอยู่ในน้ำ ถ้าน้ำมันลดลงนะสวะมันก็ต่ำ เวลานั้นน้ำเพิ่มขึ้นสวะที่อยู่บนน้ำมันก็สูงขึ้นๆ

ในการปฏิบัติของคนนะ เริ่มต้นปฏิบัติ อู๋ฮู.. นั่นก็ดี นี่ก็คินะ นี่มันยังเริ่ม พอมันปฏิบัติขึ้นมาละ ปฏิบัติมีหลักมีเกณฑ์ขึ้นมา สวะมันก็สูงขึ้น สวะคือกิเลสมันก็ครอบคลุมทุกอย่าง แม้แต่ไม่ปฏิบัติกิเลสก็คลุมอยู่ แต่พอปฏิบัติกิเลสมันก็คลุมอยู่ พอคลุมอยู่มันก็น้อยเนื้อต่ำใจอย่างนี้

นี่พูดถึงเวลาจิตเสื่อมไง เวลาจิตเสื่อมนะมันจะมีความคิดอย่างนี้ เวลาจิตเสื่อมมันก็เป็นอย่างหนึ่ง เวลาเราปฏิบัติมา เห็นใหม่ มันมีความคิดอย่างนี้มากอยบั่นทอนๆ นี่คือช่องทางของกิเลส กิเลสมันใช้ช่องทางนี้ทำของมันมา กิเลสมันมีกำลังของมัน มันทำของมัน ฉะนั้นเราจะภาวนาด้วย.. เราจะบอกว่าสิ่งที่มันคิดขึ้นมาอย่างนี้มันก็คือกิเลสไง แล้วเรากำลังจะฆ่ามัน เรากำลังจะดูแลมัน แล้วสิ่งนี้มันเข้ามามันก็มาทอนเราไป

ถ้ามันทอนเรา เรารู้ว่ากิเลสปีบ สิ่งที่เราบอกว่านิพพานยังอีกยาวไกล อู๋ฮู.. เหมือนจะไม่มีวันถึงที่หมายได้ มันรู้สึกท้อ นี่คือกิเลสไง พอเป็นกิเลสนี้สติก็มาจับตรงนี้สิ จับอาการท้อ เอ็งท้อทำไม เอ็งทำดีแล้วเอ็งท้อทำไม เวลาเอ็งทำคุณงามความดีนี่เอ็งทำไมมาท้อถอย เวลาเอ็งทำความชั่ว เวลาเอ็งปล่อยเนื้อปล่อยตัว เวลาเอ็งไม่ต้องการสิ่งใดเลย ทำไมเอ็งไม่ท้อละ ชีวิตทั้งชีวิตทำไมไม่ท้อบ้าง

แก่ใหม่.. แก่! ทุกข์ใหม่.. ทุกข์! ทำไมไม่ท้อบ้างละ ไม่เห็นท้อเลยเพราะไม่รู้จะท้ออะไร เพราะกิเลสกับเราเป็นอันเดียวกัน แต่พอเราเริ่มปฏิบัติขึ้นมา เห็นใหม่ มันตรงข้ามไง ตรงข้ามว่าเราจะพ้นจากมัน เราปฏิบัติไปเพื่อจะมีหลักมีเกณฑ์ นี่ทำไมมันท้อละ ท้อก็คือกิเลส ถ้าเราสัพเพหระนี้ไม่เคยท้อเลยมันไปประสามัน แต่เวลาจะทำดีทำไมมันท้อ ท้อนี่เพราะกิเลสกับธรรมมันแข่งกัน

เราจะบอกว่า เวลาเราปฏิบัติขึ้นมามันมีคุณงามความดีขึ้นมา คุณงามความดีกับสิ่งชั่วร้ายในหัวใจ สิ่งชั่วร้ายนะ กิเลสคือความชั่วร้ายในใจของเราเอง ของคนอื่นก็คือของคนอื่น ของคนอื่นไม่เกี่ยวกับเรา แต่ของเรานี้มันจะบั่นทอนเราเอง แล้วเราทันมัน เห็นใหม่ เราทันมัน เรารู้จักมัน เรามีสติสังเกตได้

จิตมันละเอียดยิ่งขึ้น มันช่างสังเกตเห็นความว่องไวของจิต เพราะมันว่องไว มันมีความสังเกต มันถึงรู้สึกละสิ่งๆ ที่ทำความดีทำไมมันท้อ สิ่งใดๆ มันจะถึงที่สุดได้อย่างไร อันนี้แก้ไขของเราไปเองนะ นี่หนทางธรรม

ถาม : ๓๕๕. เรื่อง “เรียนถามหลวงพ่อบึงเรื่องภวนา”

ผมได้ฝึกปฏิบัติมาหลายปีแล้ว ใช้พุทโธเป็นบทบริกรรม ทำไปก็สบายใจดี เมชาติ มีนิเวศน์มารบกวนบ้าง ทำไปนานแล้วก็หายคิดไปเอง หลังฟังการพิจารณาตามแบบฉบับ หลวงปู่เจี๊ยะ “พุทโธดีแล้วดูกาย” ฝึกไปมาคิดปัญหาเรื่องการบริกรรมพุทโธแล้วมีการพิจารณากายคิดไปด้วย คือบริกรรมไป มีรูปกายปรากฏ เวลาดูกายมีพุทโธปรากฏ ในการพิจารณาไม่รู้ทำอะไรเลย ทำรวมไปเลยทีเดียวมันก็ใช้ได้ในความคิดผม แต่ไม่รู้ถูกทาง หรือเปล่า กลัวเป็นศิษย์หนีครู ท่านสอนให้ทำอย่างหนึ่ง แต่ไปทำอีกอย่างกลัวจะไม่ถูก หลักระรรม ทำไปจะหลงเปล่า อาจารย์ช่วยแนะนำการปฏิบัติของผมหน่อยครับเพื่อนำไป เป็นหลักชัยต่อไป

หลวงพ่อบึง : ใช้ได้ ถ้าพุทโธ เห็นไหม เวลาพุทโธเราก็พุทโธ พุทโธนี่คือคำบริกรรม ฉะนั้นบริกรรมไปแล้ว หลวงปู่เจี๊ยะให้พุทโธไว้ๆ หรือว่าให้กำหนดจิตอยู่กับกาย อยู่กับ กายแล้วเคลื่อนไหวไปในร่างกาย ท่านบอกว่าถ้าจิตมันเคลื่อนอยู่ในกายเป็นชั่วโม่งๆ ได้ นั่นคือสมณะ นั่นคือสมณะก็คือกำหนดจิต

ฉะนั้นถ้าคนไม่เคยภวนานะ บอกกำหนดดูกาย จิตอยู่ในกายตลอดนี้เป็น วิปัสสนา บอกพิจารณากายสิ เวลาเห็นกายแล้วพิจารณากาย.. เห็นกายโดยอะไร เห็นกาย โดยสามัญสำนึกกับเห็นกายโดยธรรม ถ้าเห็นกายโดยธรรมจิตมันเห็น จิตสงบแล้วจิตมัน เห็น

หลวงปู่เจี๊ยะบอกว่า เวลาจิตมันอยู่ในกายนี้มันหมุนเป็นชั่วโม่งๆ มันเป็น สมณะเพราะอะไร เพราะจิตมันไม่แหว่บออก มันพุทโธ พุทโธ อยู่กับพุทโธตลอดไป ถ้า เรากำหนดจิตอยู่ในกายนะตามข้อของกระดูกให้มันเคลื่อนไป ให้มันเคลื่อนไป ถ้ามัน เคลื่อนไปอย่างนี้มันเคลื่อนของมันไป มันไม่แผลบออก เห็นไหม

มันก็เหมือนเราอยู่กับพุทโธ พุทโธ พอไม่แผลบออกปั๊บเดียวจิตมันสงบเข้ามา พอมันอยู่ของมันนี่มันอยู่ในกายๆ พอมันอยู่ในกาย พลังงานมันไม่ได้ส่งออก พอ พลังงานมันอยู่ในกาย พลังงานนี้มันจะหดตัวมันเข้ามาจนเป็นสมาธิ พอเป็นสมาธิ พอจิต มันเห็นกายอีกทีหนึ่งนะ เรากำหนดจิตอยู่ในกายนี้มันจะจิตมันเคลื่อนอยู่ในกาย มัน หมุนเวียนอยู่ในกายนี้ แต่พอจิตมันสงบมันเห็นกายนี้มันเห็นเป็นกระดูก เห็นเป็นกระดูก

เห็นเป็นกายเลย พอเห็นเป็นกายเลยมันสะท้อนหัวใจเลย อันนี้เป็นวิปัสสนา แต่! แต่มันก็เกิดเป็นครั้งคราว ถ้าจิตสงบมันจะเห็น

เขาวานิมิตๆ นิมิตนะ นิมิตจริงก็มี นิมิตปลอมก็มี ถ้านิมิตจริงมันเห็นกายนะ พอมันเห็นกายมันสะท้อนหัวใจ คุณสิเราได้แบ่งกัมา เงินนี่เงินแท้ๆ เงินที่ใช้หนี้ได้ตามกฎหมายเราจะมีควมภูมิใจ เราหิยพิเศษกระดาศสิ เราหิยพิเศษกระดาศมานี้ ก็กระดาศก็คือกระดาศ เห็นไหม เราหิยอยู่นี้กระดาศก็คือกระดาศ อู๋.. ถ้าเป็นแบ่งกันะ อู๋.. ใช้หนี้ได้ตามกฎหมายนะ เราจะไปซื้อของได้เลย แต่นี่ไปซื้ออะไรไม่ได้

จิตถ้ามันสงบแล้วไปเห็นกายมันเหมือนแบ่งกัจริงใจ มันมีคุณค่า มันมีความรู้สึกแตกต่างกัน ความรู้สึกที่เราำเงินอยู่ กับความรู้สึกที่เราำกระดาศอยู่นี้แตกต่างกันใหม่นี้ก็เหมือนกัน ถ้าจิตมันเห็นกายนะมันสะท้อนหัวใจ ถ้าจิตสงบแล้วมันเห็นกายวิปัสสนามันเกิดตรงนั้น แต่เราเห็นกันโดยสามัญสำนึกก็เหมือนหิยกระดาศอยู่ เห็นเขาถือแบ่งกัก็มีแบ่งกั เขาถือแบ่งกัอยู่ก็มีแบ่งกั

ด้วยความสำคัญของตนใจ ด้วยความสำคัญของเราว่าแบ่งกัใจแต่มันไม่ใช่ มันไม่ใช่แบ่งกั แต่ถ้าคนเขามีเงินตามกฎหมาย เขาหิยของเขานี้คือแบ่งกัจริงๆ มันแตกต่างกันเพราะแบ่งกัจริงๆ มันใช้ได้ตามกฎหมายใช่ไหม มันใช้ซื้ออาหารก็ได้ มันจะเดินทางก็ได้ มันจะแลกเปลี่ยนเป็นอะไรก็ได้ กระดาศเอาไว้ทำไม กระดาศเอาไว้หลอกตัวเองใจกูมีแบ่งกัๆ เอาไว้หลอกตัวเองใจแต่ใช้ตามกฎหมายไม่ได้

จิตเวลาวิปัสสนา เห็นไหม ถ้าจิตสงบมันจะเห็นของมันตามความเป็นจริง แล้วมันพิจารณาของมัน ฉะนั้นเวลาถ้าเราพุทโธ พุทโธไป ที่นี้เราพุทโธแล้วก็ดูกายไปด้วย ดูกายนี้ถูกต้อง ที่นี้คำว่าคุณกาย ถ้าจิตมันพุทโธแล้วดูกายไปด้วยมันเหมือนกับฝึก

หลวงตาบอกว่า “ปัญญาเกิดเองไม่ได้” ปัญญาไม่มีเกิดเอง สิ่งที่เกิดเองคือสัญญา สิ่งที่เราศึกษาทางวิชาการนี้ มันเกิดเองเพราะเราศึกษามาแล้ว นั่นคือสัญญา.. ปัญญาเกิดเองไม่มี ปัญญาต้องมีการฝึก หลวงตาจะบอกว่า “จิตสงบแล้วต้องฝึกปัญญา” จิตสงบแล้วมันจะเกิดปัญญาไม่มี! ไม่มีหรอก

เราชุดแร่ได้เพชรมา เพชรที่ยังไม่เจียรระโน วางไว้เดี๋ยวมันจะเจียรระโนเองนี่ เป็นไปได้ไหม ได้เพชรดิบๆ มาเม็ดบ่อเริ่มเลย แล้วบอกว่าเก็บไว้เดี๋ยวมันจะเจียรระโนมาสวยสวยเลย มันเป็นไปได้ไหม.. ไม่มีทางหรอก เป็นไปไม่ได้! เราชุดแร่ได้เพชรได้พลอยมา ถ้าไม่เจียรระโนมันก็คือเพชรดิบๆ พลอยดิบๆ อย่างนั้นแหละ

เรามีสมาธิมา สมาธินี้ก็คือพลอยดิบๆ แต่ถ้าเจียรระโนแล้วมันจะเป็นพลอย เป็นหัวพลอย เป็นหัวแหวน จะเป็นสิ่งใดก็ได้ เพชรก็เหมือนกัน นีก็เหมือนกัน พอดีเราพุทโธ พุทโธไป เห็นไหม แล้วเราพิจารณากาย เราดูกายไปเราพิจารณากายไป นี่คือการฝึกปัญญาไง ปัญญาต้องฝึกฝน

หลวงตาบอกว่า “ปัญญาต้องฝึก!” ฝึกจนมันใช้ปัญญาเป็นถึงเป็นภาวนามยปัญญา ใช้อปัญญาที่เกิดเองๆ นี่เขาเรียกว่าสัญญา ไม่มีปัญญาหรอก! สัญชาตญาณไง คุณิเราอ่านหนังสือไว้ แล้วเราก็คิดจินตนาการตามหนังสือนั่นสิปัญญาเกิดใหม่ ก็เกิด แต่ถ้าเราแต่งทางวิชาการเองละ เราเขียนเองมันอีกเรื่องหนึ่ง ฉะนั้นการที่ว่าเราดูกายไป ดูกายไปนี่คือการฝึกปัญญา ถ้าปัญญามันฝึกไป เราฝึกฝนฝึกปัญญาของเราไปเรื่อยๆ ถ้าปัญญาเราฝึกของเรานี้มันใช้ได้

ฉะนั้นสิ่งที่ว่ามันดูกาย ถ้าเวลาพุทโธไปแล้วดูกายมันเลยติดมาไง เขาว่าตอนนี้ เป็นปัญหา คือเรื่องเวลาพุทโธมันก็พิจารณากายไปด้วย เวลาพิจารณากายมันก็พุทโธไปด้วย ถ้ามันสงบนะ เดี่ยวมันจะสงบเข้ามาเอง.. การปฏิบัติอย่างที่เรว่าตอนเริ่มต้น เห็นไหม เวลาเรานี้ หลงก็เคยหลงมา ให้คะแนนตัวเองก็ให้คะแนนตัวเองมา เวลามันผิดพลาดอย่างไรมันก็เคยผิดพลาดมาทั้งนั้นแหละ แต่! แต่ไม่ทิ้งความเพียร ไม่ทิ้งการภาวนา มันจะภาวนาของมันไปเรื่อยๆ

อันนี้ก็เหมือนกัน ถ้าเราไม่ทิ้งการภาวนาเนะมันจะครองของมันเอง อะไรไม่ดีมันจะละไปๆ นะ มันจะเหลือแต่ความจริง ถ้าเหลือความจริงนี่มันก็ถูกต้อง เดี่ยวมันจะเหลือแต่ความจริง ให้พุทโธ พุทโธของเราไว้ แล้วถ้าพิจารณากายเห็นกายทำของเราไปเรื่อยๆ ทำของเราไป การทำมากน้อยแค่ไหน ผลมันตกผลึกคือประสบการณ์ของตัว มันเป็นปัจจัยตั้ง มันเป็นสันติภูมิจิโก การปฏิบัตินี้ต้องเป็นปัจจัยตั้ง เป็นสันติภูมิจิโก เป็นการฝึกหัดปฏิบัติขึ้นมา ถึงเป็นปริยัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ

การปฏิบัติคือการฝึกฝน ทำให้เป็นขึ้นมาจากใจ แต่ในการศึกษา ศึกษาแล้วมันเป็นขึ้นมา นั่นก็คือภาคสุดมยปัญญา ภาคทฤษฎีภาคการศึกษามาเพื่อการปฏิบัติ ทีนี้พอศึกษามาเพื่อปฏิบัติ ปฏิบัติแล้วมันจะได้ผลตามความเป็นจริงไหม ถ้าศึกษาขึ้นมาแล้วถ้าจิตใจเราอ่อนแอพอศึกษาขึ้นมาแล้วบอกว่าการศึกษานั้นเป็นความจริงของเรา พอเวลาปฏิบัติไป..

มันปฏิบัติไป เหมือนกับเราเคารพพระพุทธเจ้ามาก ว่ามาศึกษาธรรมะของพระพุทธเจ้า เวลาปฏิบัติขึ้นไปมันเลยแบบว่าจะยกตัวเองขึ้นเทียบพระพุทธเจ้าไม่ได้ มันก็เลยไม่กล้าทำ ละล้าละลึงนะว่าทฤษฎีนี้ อู้อู.. พุทธพจน์นี้ไว้บนศีรษะเลย ไว้บนหัวเลย แต่เวลาปฏิบัติไปนี่เราไม่กล้าเทียบ แต่ถ้าเวลามันทำจริงๆ แล้วมันเหมือนกัน สมาริทธิอันเดียวกัน ปัญญาที่อันเดียวกัน

พระพุทธเจ้าเป็นพระอรหันต์ ครูบาอาจารย์ที่ปฏิบัติสิ้นกิเลสก็เป็นพระอรหันต์ พระอรหันต์ก็คือพระอรหันต์ พระพุทธเจ้าก็คือพระอรหันต์แต่ท่านสร้างบารมีของท่านมามาก ท่านทำอะไรขึ้นมาแล้วท่านถึงปัญญากว้างขวางมาก แต่พอเวลาปฏิบัติแล้วก็อันเดียวกันนั่นแหละ!

ทีนี้พอเวลาปฏิบัติไปเราก็อู้อู.. ไม่กล้ายกตัวขึ้นเทียบ เดียวว่าจะเป็นการลบหลู่ จะเป็นการตีเสมอ แต่ความจริงคุณธรรมมันเหมือนกัน เราปฏิบัติเพื่อจะชำระกิเลส ทีนี้เวลามันเป็นของมันขึ้นมา ให้มันเป็นปัจเจกตั้ง เป็นสันติวิสุทธิโก เป็นจริงๆ ขึ้นมา แต่พอเวลาเป็นจริงๆ ขึ้นมาเราก็ไม่กล้า เราก็แบบว่าเราคนวานาน้อย เราปฏิบัติไปมันจะพ้นกิเลสไปได้อย่างไร เราปฏิบัติไปจะมีคุณธรรมได้อย่างไร วานาน้อยๆ นี้กิเลสมันตลบหลังไปพอตลบหลังนะทำไปก็ละล้าละลึง ทำไปไม่เป็นเอกภาพ จิตไม่เป็นหนึ่งเดียว แต่ถ้าจิตมันสงบแล้วมันปฏิบัติไปนะ

ฉะนั้นผู้ที่ปฏิบัติขึ้นมาในหัวใจของผู้ปฏิบัติแต่ละคนนะ เวลามันทรงคุณธรรมขึ้นมาเนี่ยมันเก็บไว้ในใจใจ มันกระหึ่มอิมมย่องในใจนะ

“คนเหมือนคนแต่คนไม่เหมือนกัน ใจเหมือนใจแต่ใจไม่เหมือนกัน” แล้วมันไม่เหมือนกัน ทำไมมันถึงไม่เหมือนกันละ มันไม่เหมือนกันเพราะมันมีคุณธรรมไง มันมีเหตุมีผลในการประพฤติปฏิบัติขึ้นมา มันเป็นปัจเจกตั้ง เป็นสันติวิสุทธิโกในการปฏิบัติ

ฉะนั้นสิ่งที่ทำมานี้ถูกต้องไหม ถูก! เพียงแต่ถูกแล้วนี่ตอนนี้มันละล้าละลังใจ กลัวถูก กลัวจะผิด กลัวจะผิดมันก็น่ากลัวอยู่ แต่ถ้ากลัวจะผิดแล้วเราไม่กล้าทำอะไรเลย มันก็จะไม่ได้สิ่งที่ดีขึ้นใจ สิ่งที่ดีขึ้น เห็นไหม สิ่งที่ดีขึ้นไปกว่านี้ ความดีที่จะดีไปกว่านี้ ยังมีอยู่ แล้วที่เราทำความดีๆ อยู่ แต่ดีกว่านี้ยังมีอยู่ แต่เราไปติดดี นี่ที่บอกว่ามรรคหยาบ ฆ่ามรรคละเอียด.. เวลาภาวนาไป เวลาที่มีความรับรู้ที่อันนี้เป็นธรรม แล้วจะขยับไปมากกว่านี้ไม่ได้เลยกลัวใจ แต่นี่พอมันคิดหยาบอันนี้มันจะลงไปละเอียดได้อย่างไร

นี่ก็เหมือนกัน เวลามันรู้สิ่งใดแล้วมันจะมีความรู้ดีกว่านี้ มีความรู้ที่ละเอียดกว่านี้ พอรู้แบบนี้มันก็ประหลาด มหัศจรรย์อยู่แล้วละ มันจะละเอียดกว่านี้ไปไหนอีก มันไม่กล้า เวลาลงสมาธิเวลามันจะดังลงก็ไม่กล้า ทำอะไรก็ไม่กล้า กลัวเป็นกลัวตายไปหมดเลย แต่ถ้าความจริงนะเป็นไงเป็นกัน! จะตายก็ชาติก็ให้มันตายไป ตายเป็นตาย โอ้โฮ.. มันเข้าไปนะ มันจะโอ้โฮ.. มหัศจรรย์กว่านี้เยอะเลย

ฉะนั้นใครบอกว่าโอ้โฮ.. มันละเอียดมากๆ เออ! เคี้ยวจะรู้ว่าละเอียดขนาดไหน มันจะละเอียดขนาดไหนมันก็จะละเอียดอยู่ในขั้นตอนของมรรค.. มรรค ๔ ผล ๔ ถ้ามันมรรค ๔ ผล ๔ เราปฏิบัติของเราไปเพื่อประโยชน์กับเรานะ

อันนี้พูดถึงว่าการปฏิบัตินี้ถูกต้องไหม ข้อ ๓๕๕. “เรียนถามเรื่องภาวนา” อันนี้ว่า ถูกต้องแล้วทำไปได้ นี้อธิบายให้เห็นถึงผลของมันในการปฏิบัติของมันนะ เอวัง