

จิตไม่ปกติ

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๒๔ เมษายน ๒๕๕๔

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

ข้อ ๓๕๗. คำถามนี้มันกำกวม คำถามนี้มันทำให้คนหลงผิดได้เยอะมากเลย ข้อ ๓๕๗. เรื่อง “กายทิพย์ออกครบหลวงพ่อก” เขาว่ากายทิพย์เขาออก แล้วเขาก็อธิบายมาเป็น ๒-๓ หน้าแน่ะ ว่ากายทิพย์ออกแล้วไปเจอไอ้หนู เจอไอ้นี้ ทั้งๆ ที่คนถามนี้เคยถามเรื่อง ภาวนามาเยอะนะ

ฉะนั้นข้อนี้ไม่พูด เพราะเรื่องอย่างนี้มันไม่ใช่เรื่องอริยสัจ มันไม่ใช่เรื่องเกี่ยวกับศาสนา มันเป็นเรื่องของอำนาจวาสนาบารมีของจิต จิตของคนไม่เหมือนกัน ฉะนั้นเวลาเราแก้พระ เวลาออกไปนี่จิตออกอย่างไร โอ๊ย.. ยิ่งกว่านี้อีกเยอะ แต่นี่พูดไปอย่างนี้มันแบบว่า ถ้าคนฟังแล้วไม่เข้าใจมันจะไปตามนี้หมดใจ ฉะนั้นเอาแต่คำถามที่มันพอเป็นคำถาม แล้วจะอธิบาย

ถาม : ๑. เพราะอะไร ตอนกายทิพย์ออกไป จึงรู้สึกเหนื่อยตอนกลับมา ทั้งๆ ที่ร่างกายก็นอนอยู่เฉยๆ

๒. เพราะอะไร ตอนนึกถึงพระพุทธเจ้าแล้วนิพพาน กายทิพย์ที่นอนอยู่จึงรู้สึกหนักครับ

๓. เพราะอะไร ตอนออกไปแล้วเจอพวกโอบปาติกะต่างๆ ไม่รู้สึกกลัวเท่าไร พยายามไล่ตามให้มัน พยายามคุยกับเขา

๔. เพราะอะไร เวลากายทิพย์ออกไปแล้วถึงเห็นพวกโอบปาติกะต่างๆ

๕. ถ้าสมมุติกายทิพย์หลุดออกไปแล้ว การไปพูดคุยกับโอบปาติกะจะต้องระวังอย่างไร

หลวงพ่ : อันนี้เราจะไม่พูดถึงเลย ไม่ตอบ ไม่ยุ่งเลย

ถาม : ๖. ระหว่างถ้ามีสติตอนกายทิพย์ออกไป ถ้าเรามีสติบริกรรมภาวนาได้ เราควรทำหรือไม่ครับ

หลวงพ่ : นี่เขาพูดถึงว่ากายทิพย์มันออก ความเข้าใจของเขาต่างๆ ฉะนั้นเรื่องกายทิพย์ออกนี่ มีพระมาหาเราหลายองค์ เวลาจิตมันออก จิตมันหลุดออกไป ไปอยู่ตรงไหน ไปเห็นอะไร เห็นต่างๆ ไปหมดเลย

คำว่า “จิตออก” เพราะอะไรรู้ใหม่ เพราะเวลาหลวงปู่มันท่านพูด คนที่แบบว่าจิตคึกคะนอง เวลานั้นกำหนดพุทโธ พุทโธไป พอจิตมันสงบปั๊บ เห็นตัวเองขึ้นไปนั่งอยู่บนก้อนเมฆ เห็นตัวเองนะ คนที่จิตมันไป จิตมันไป บางทีมันหลุดออกไป พอออกไปนี่เห็นตัวเองนั่งอยู่บนก้อนเมฆ เห็นตัวเองเดินจงกรมอยู่บนอากาศ เวลาจิตมันลงแต่ละบุคคลมันไม่เหมือนกัน เขาเรียกจิตคึกคะนอง

ฉะนั้นเวลาจิตคึกคะนอง จิตมันออกไปนี่ มันออกไปแล้วมันเป็นอย่างไรล่ะ ทีนี้มันเป็นอย่างไรปั๊บมันต้องกำหนดพุทโธ พุทโธเอาจิตไว้ไง ถ้าจิตเราออกไป เห็นใหม่ จิตเราออกไปนี่มันเป็นปกติใหม่ล่ะ? มันออกไป มันรับรู้อะไรล่ะ?

ถ้าจิตมันออก ขนาดที่ว่าพระนะ พระกับพระหลายองค์ที่มานี่เขาแก้กันไม่ได้ พอแก้ไม่ได้ เขาบอกว่าเวลาเขาออกไปนะ ออกไปเหมือนกับเขาออกไปรู้อีกมิติหนึ่ง อีกโลกหนึ่งเลย แล้วไม่ได้รู้ธรรมดานะ รู้บอกว่ามันจะเกิดเหตุการณ์อะไร เหตุการณ์อะไร แล้วตรงเปรี๊ยะๆ เขาก็เกิดทิฐิมานะของเขาว่าเขารู้อะไรของเขา เขารู้ของเขาแล้วรู้อะไรล่ะ เขารู้อะไรของเขา แล้วเขาได้ประโยชน์อะไรกับเขา

เวลามาหาเรานี้เราบอกว่าเรื่องอย่างนี้เรื่องไร้สาระเลย ไร้สาระเพราะอะไร เพราะออกไปแล้วเอ็งได้อะไรขึ้นมา เวลามาหาเรานะเราพยายามจะบอกว่า “ต้องกำหนดสติไว้ ต้องรั้งให้จิตนี้มันอยู่กับเรา” ก็คือต้องให้จิตกลับมาเป็นปกติ จิตมันผิดปกติ ก็มันผิดปกติไปกับเขา อย่างเช่นคนสูงผิดปกติ สังกมก็มองแปลก คนต่ำผิดปกติก็มองแปลก เห็นใหม่ คนมีอวัยวะเกิน ๓๒ เขาก็มองเป็นของแปลก

จิตปกติคือจิตที่มันเป็นศีล สมาธิ ปัญญา ถ้ามันมีสมาธิของมัน มันตั้งมั่นของมัน พอตั้งมั่นของมันปั๊บมันจะเป็นประโยชน์กับเรา อย่างพวกเรา เห็นไหม ร่างกายเราเป็นปกติ พอร่างกายเป็นปกติ เราจะทำหน้าที่การทำงานอย่างไร เราก็ทำของเราได้ ถ้าร่างกายเราไม่ปกติเราจะทำอะไร เราก็ไปมองความผิดปกตินี้ โอ้โฮ โอ้โฮ เลย

นี่จิตมันผิดปกติ.. เวลามันออกไปนี่จะเห็นเป็นกายทิพย์ออก กายทิพย์เข้า เวลาครูบาอาจารย์ของเราเนะ เวลาเข้าสมาบัติ โอ้โฮ.. มันไปได้หมดล่ะ เวลาสมาบัติเสร็จแล้วเนะ หะเหินเดินฟ้า จะรู้อะไร ถ้าเข้าสมาบัติแล้ว โอ้เรื่องนี้นะ เรื่องอภิญญา ๖ รู้วาระจิต เสียงทิพย์ หูทิพย์ ตาทิพย์ ทำได้ทั้งนั้นแหละ แต่ทำแล้วมันได้อะไร? มันได้อะไร เห็นไหม

แต่เวลาหลวงปู่มันท่านทำ จะบอกว่าไม่ใช่ของมันไม่มี ของมันมี แต่ของมันมี นี่หลวงปู่เจี๊ยะท่านถามหลวงปู่มันเองว่า

“อภิญญา ๖ แก่กิเลสได้ไหม? หูทิพย์ ตาทิพย์ต่างๆ แก่กิเลสได้ไหม?”

“ไม่ได้”

“ไม่ได้แล้วหลวงปู่มันทำทำไม?”

นี่ไง ถามหลวงปู่มันว่าถ้าอภิญญาแก่กิเลสไม่ได้ หลวงปู่มันทำทำไม หลวงปู่มันท่านไม่ได้ทำ หลวงปู่มันท่านพยายามภาวนาของท่าน ท่านภาวนาแก่กิเลสของท่าน ท่านเดินอริยสัจ เดินสัจจะความจริง เดินสติปัญญาเพื่อจะฆ่ากิเลส แต่! แต่เพราะหลวงปู่มันท่านเคยปรารถนาเป็นพระโพธิสัตว์มาก่อน พอปรารถนาเป็นพระโพธิสัตว์มาก่อน จิตของท่านมันมีอำนาจวาสนาบารมี สิ่งนั้นมันมีมาไง มันมีของแถมมา ถ้ามีของแถมมา ท่านก็ทำของท่านให้มันเป็นประโยชน์ไง เป็นประโยชน์หมายถึงว่า ท่านพูดกับหลวงปู่เจี๊ยะบอกว่า

“อภิญญา ๖ แก่กิเลสไม่ได้ แต่เอาไว้เป็นเครื่องมือสอนคน”

คำว่าเครื่องมือสอนคน เห็นไหม เวลาหลวงปู่มันท่านเทศน์ ถ้าใครคิดออกนอกเรื่องนี้ท่านดักหน้าเลย ท่านรู้หมดแหละใครคิดอะไรต่างๆ ท่านรู้ของท่าน แต่ท่านรู้แล้ว..

ถ้าหลวงปู่มันท่านไม่ได้เป็นพระอรหันต์ก่อน ท่านรู้ของท่านแล้วท่านเป็นพระอรหันต์
ได้ไหม?

ท่านรู้ของท่าน ท่านก็รู้ของท่าน แต่ถ้าพูดถึงเวลาท่านเป็นพระอรหันต์ขึ้นมาแล้ว
ความรู้อันนั้นเป็นเครื่องมือใด เป็นเครื่องมือบอกเวลาท่านเทศน์นะ เวลาเทศน์ก็ควรฟัง
เทศน์ ควรตั้งจิตให้มันสงบ ควรใช้ปัญญาของเรา ไม่ควรคิดนอกเรื่องนอกราว อันนี้มัน
เป็นเครื่องมือการสั่งสอนคน ทีนี้คำว่าเครื่องมือการสั่งสอนคน ถ้าเครื่องมือการสั่งสอน
คนมันก็เหมือนเครื่องมือแพทย์นี่แหละ ถ้ามันมีแต่เครื่องมือ แล้วเครื่องมือจะรักษาคนได้
ไหมล่ะ?

เครื่องมือก็รักษาคนไม่ได้หรอกถ้าไม่มีแพทย์ มันต้องมีหมอใช้ไหม เครื่องมือ
หมอมันถึงจะรักษาคนใช้ได้ มันต้องมีจิตที่บรรลุธรรมใช้ไหม มันต้องมีคนรู้ธรรมใช้
ไหม มันต้องมีจิตที่มันรู้แล้วมันถึงจะใช้เครื่องมือมันเป็นประโยชน์ใด ถ้ามีแต่เครื่องมือ
แต่ไม่มีผู้ใช้ มันเป็นประโยชน์อะไรขึ้นมา เรามีเรา เรามีเรานะ เรามีทั้ง ๑. เราก็ไม่รู้ด้วย
เครื่องมือก็เลยหลอกเราไปนอกเรื่องนอกราว

จะนั่นสิ่งที่ว่ากายทิพย์ฯ นี่ไม่เกี่ยว! ไม่เกี่ยว แต่บอกว่าจะไม่มีก็ไม่ใช่ มี แต่พอมี
ขึ้นมาแล้วมันไม่เกี่ยวกับอริยสัจ มันไม่เกี่ยวกับพุทธศาสนาเลย พุทธศาสนาไม่ได้สอน
เรื่องนี้เลย พุทธศาสนาสอนเรื่องมรรค ๘ พุทธศาสนาสอนเรื่องอริยสัจ เรื่องสัจจะความ
จริง สัจจะความจริงนี้เป็นธรรม แต่ไอ้สิ่งที่มันเกิดขึ้นมานี้มันเกิดขึ้นมาจากจิตที่มันมี
อำนาจวาสนาแตกต่างกัน จิตที่มันสร้างบารมีของมัน อย่างที่ว่าสูง ต่ำ ต่ำ ขาว มันเป็นเรื่อง
เป็นกรรมของคน คนเกิดมาด้วยกรรมพันธุ์ต่างๆ มันก็สูง ต่ำ ต่ำ ขาวเป็นอย่างนั้นแหละ
แต่หัวใจของคนมันเป็นประโยชน์ได้ไง

นี่ก็เหมือนกัน เรื่องที่ว่ามันจะหลุด มันจะไม่หลุด มันจะออกหรือไม่ออก ยิ่งออก
ก็ยิ่งเสียเวลา ยิ่งออกนะ พอออกไปแล้วรู้อะไรขึ้นมา ถ้ารู้ขึ้นมาจะไม่ถาม เพราะคนถามนี้
มันถามมาเยอะมาก ตอนถามเมื่อก่อนนั้นก็ถามเกี่ยวกับธรรมะ แต่ถามไปถามมาเกี่ยวกับ
กายทิพย์ เอ๊ะ.. ถามแล้วมันจะเจริญขึ้น หรือถามให้มันเสื่อมลงก็ไม่รู้เนาะ

เวลาถามขึ้นมา ถ้ามันถามเกี่ยวกับอริยสัจขึ้นมา เกี่ยวกับสัจธรรม มันก็น่าจะ
พัฒนาขึ้น นี่ถามเรื่องอริยสัจ ถามเรื่องความจริงนะ คู่กันมานาน แต่พอถามไปถามมา

ออกนอกเรื่องไปเลย นี่ไงที่บอกว่า ธรรมะจะออกทะเลไง ถ้าไม่มีหลักนะออกทะเลกันหมด เรือล่มปากอ่าว เวลาเรือจะล่ม ออกปากอ่าวล่มแล้ว ใต้น้ำมันจะพากันออกทะเลเลย ออกทะเลไปมันก็เป็นเรื่องไสยศาสตร์ไปเลย เป็นเรื่องรู้อวาระจิต โอ้โฮ.. เป็นเรื่องรู้อดีตอนาคต แล้วมันเกี่ยวอะไรกับทุกข์ล่ะ?

ยิ่งรู้อะไร ยิ่งรู้ยิ่งมีศักยภาพ ยิ่งรู้ออกนอกทาง แต่ถ้าเป็นองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เป็นครูบาอาจารย์ที่จิตใจท่านเป็นธรรมแล้วนะ มันเป็นเครื่องมือสอนคน มันเป็นเครื่องมือ เป็นวิธีการที่เราจะมาเป็นประโยชน์กับการสั่งสอน อย่างเช่นเราที่เราจะเชื่ออะไร แต่ถ้าครูบาอาจารย์มาพูดถึงความรู้สึกเรานี้ อืม.. หยุดเลยนะ

อืม! อืม! เพราะมันพูดถึงภายใน ถ้าความรู้สึกเรานั้นผิดปกติ แล้วเราก็ไม่รู้ของเรา แต่ครูบาอาจารย์คอยบอกเรานี้ เราจะสะท้อนเลย พอสะท้อนขึ้นมา เห็นไหม “ใจดวงหนึ่งสู่ใจดวงหนึ่ง” ใจดวงนั้นสำคัญมาก

ถาม : ๖. ระหว่างที่สติตอนกายทิพย์ออกไป ถ้าเรายังมีสติบริกรรมภาวนาได้ เราควรหรือไม่ควร

หลวงพ่ : ควรมากเลย แล้วถ้ามีคำบริกรรมอยู่นะ มีสติอยู่มันไม่ออกหรือ ใ้อันนี้ออกนี่เพราะมันขาดสติ มันไปตามแรงขับไปของมันไง

“ถ้ามีสติตอนกายทิพย์ออกไป” เวลามันออกไป ถ้ากายทิพย์ออกไปแล้วไม่มีประโยชน์แล้ว เพราะมันต้องจิตสงบเข้ามา ถ้ากายทิพย์ออกไป ถ้าเราเห็นกายนั้นอีกเรื่องหนึ่งนะ ถ้าเราเห็นกาย เห็นไหม คุณใช้เวลาเดินจงกรม ในทางจงกรมมันจะมีแบบว่าเป็น โครงกระดูกเดินอยู่ตรงหน้า เดินไปเดินกลับ เดินอยู่ตรงหน้า

เราเดินไป ถ้ามีสตินะ แต่พอเราเริ่มคิดเรื่องอื่นนะ โครงกระดูกหายเร็วเลย เพราะอะไร เพราะจิตเราขยับ พอจิตเรากระเพื่อมนะทุกอย่างจะหายหมดเลย แต่ถ้าจิตเรานิ่งนะ มันจะมีโครงกระดูกนะ บางทีบางคนเดินอยู่จะเห็นโครงกระดูกอยู่ต่อหน้าเราเลย นี่แสดงว่าจิตดี

โครงกระดูกต่อหน้าเรา ฟังนะ! โครงกระดูกต่อหน้าเรา ใครเป็นคนเห็นโครงกระดูก จิตมันเห็นโครงกระดูก เราเห็นโครงกระดูก พอเราเห็นโครงกระดูก เห็นไหม

เพราะเราเป็นคนเห็น เพราะเราเดินจงกรมอยู่ เรามีสติสมบูรณ์เราถึงเดินจงกรมได้ เราไม่ใช่นอนหลับ เราไม่ใช่ฝัน ทีนี้พอเราเดินอยู่ พอมีโครงกระดูกขึ้นมา นี้เราจะบอกว่าจิตมันสมบูรณ์ไง จิตเป็นปกติ

พอจิตสมบูรณ์มีสติพร้อม เห็นใหม่ พอมีสติพร้อม อย่างพวกเรานี้ตอนนี้จะเห็นโครงกระดูกใหม่ ไม่มีใครเห็นหรอก เพราะจิตเราไม่เป็นสมาธิ.. จิตเราไม่เป็นสมาธิเพราะอะไร? เพราะจิตเรานี้คือพลังงาน แต่ความรู้สึกที่เราฟังเสียงอยู่นี้ เสียงนี้คือสิ่งกระทบ คืออายตนะ

อายตนะนะ เวลาความคิดมันเกิดขึ้นมานี้ ตัวพลังงานคือตัวความรู้สึก ตัวความรู้สึกมันคิดใจ มันคิดแว็บๆ แวบๆ นี่มันกระทบแล้วไง พอจิตมันได้กระทบแล้วมันไม่มีโอกาสได้เห็นอย่างอื่นไง มันไม่มีโอกาส เพราะจิตมันได้เสวยอารมณ์แล้ว จิตมันได้ทำงานเต็มมือมันแล้ว จิตมันได้ใช้งานเต็มมือมันแล้ว แต่เวลาพุทโธ พุทโธจนจิตมันสงบเข้ามา เห็นใหม่ พอสงบเข้ามา เวลามันรู้โครงกระดูก มันเห็นโครงกระดูกเพราะจิตมันสงบใช่ไหม มันไม่มีอารมณ์ใช่ไหม ไม่มีผลกระทบ มันเป็นหนึ่งในใหม่ พอจิตสงบเป็นหนึ่งใน

เวลามันเห็นโครงกระดูกจากข้างนอกนี่มันเห็นของมัน เห็นใหม่ แต่ตอนนี้เห็นใหม่ ไม่มีสิทธิ์! ไม่มีสิทธิ์เพราะอะไร เพราะจิตมันไม่ใช่อะไร จิตมันมีความรู้สึกกระทบอยู่แล้ว แต่เวลาจิตสงบเข้าไปแล้วมันไม่มีการกระทบ พอไม่มีการกระทบ พอมันเห็นกายมันเห็นชัดๆ ถ้าจิตมันดีโครงกระดูกนั้นจะอยู่กับมัน

โครงกระดูกนี้ เดินจงกรมเดินวนกลับ โครงกระดูกจะมาตลอด พิจารณาตลอดเห็นใหม่ แต่พอคิดเรื่องอื่นแว็บ โครงกระดูกหายแว็บเลย เพราะความคิดมันกระทบ จิตมันไปกระทบกับความคิดแล้ว พอจิตมันกระทบกับความคิด เหมือนกับเราหลับตาปั๊บไม่เห็นแล้ว ลืมตา ตาก็ส่งออกแล้ว เพราะจิตมันกระทบออกไป

นี่พูดถึงว่า การเห็นโครงกระดูกกับกายทิพย์แตกต่างกัน ระหว่างที่กายทิพย์ออก กายทิพย์ออกนี่เราออก พลังงานนี่ออก เราออกไปกับมัน มันไม่มีใครเฝ้าบ้าน มันเรื้อนร้างแล้ว ฉะนั้นถ้ามีสติอยู่ เรากำหนดของเราอยู่แล้วมันมีสติของมัน เห็นใหม่

เราจะบอกว่า อริยสัจ! กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน จิตตา เวทนา ธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐาน มันต้องมีจิตสงบ พอมันเห็นของมัน มันรู้ของมัน อันนี้อันหนึ่ง.. แต่อันนี้เวลาว่าจิตออก ใจนี้มันไสยศาสตร์เลย มันไสยศาสตร์ มันส่งออกเลย มันเป็นไปเลย คือเราไปหมดเลย แต่ถ้าเวลาจิตมันเป็น เวลาคนมันเป็นนี่เขาต้องแก้

นี่ในเวลาพวกอภิธรรมบอกว่า ติดนิमित ติดต่างๆ จะเป็นนิमित หรือเป็นอะไรก็แล้วแต่ มันมีเพื่อการฝึกหัด การดำรง.. เราจะบอกว่าลายนิ้วมือ ลายพิมพ์จิต ลายนิ้วมือคนไม่เหมือนกัน ลายพิมพ์จิต คือจิตของคนไม่เหมือนกัน จิตทุกดวงใจที่นิ่งอยู่นี้ไม่มีใครเหมือนกันเลย แม้แต่คู่แข่งนะ เวลาคู่แข่ง เห็นไหม เราเกิดมาจากไข่ใบเดียวกัน แต่ออกมาจิตปฏิสนธิ ๒ ดวง มันเข้าไปปฏิสนธิในไข่ฟองนั้น ออกมาเป็นคู่แข่ง คู่แข่งนิสัยยังไม่เหมือนกันเลย คู่แข่งยังทะเลาะกัน คู่แข่งยังมีปัญหากันระหว่างคู่แข่งกับคู่แข่ง คู่แข่งทำไมมันไม่เหมือนกันล่ะ?

ลายพิมพ์จิตๆ ลายพิมพ์จิตหมายถึงว่าเหมือนพันธุกรรมของมัน หรือว่าจริตนิสัยของมัน มันถึงว่าไม่มีสิ่งใดเป็นรูปแบบที่ตายตัว ฉะนั้นการกระทำมันต้องทำไปเพื่อเข้าไปสู่จิตนั้น นี่คือสังขรณ์นะ นี่คือสังขรณ์ในธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

ฉะนั้น เพราะเห็นคำถามนี้นะ มันรู้สึกว้า.. ก่อนหน้านี้ผู้เขียนเคยถามปัญหามาเยอะ แล้วถามปัญหาในเรื่องอริยสัจ ในเรื่องความจริงนะ แต่สุดท้ายมาออกเรื่องอย่างนี้ ถ้าออกเรื่องอย่างนี้ปั๊บมันนอกอริยสัจ มันนอกศาสนา มันเป็นไสยศาสตร์ การเป็นไสยศาสตร์ ทำไมกรรมฐานเราเวลาภาวนาไปเห็นนู่นเห็นนี่ การเห็นของกรรมฐานมันเห็นตามข้อเท็จจริง มันเห็นเหมือนลายพิมพ์จิต คือจิตมันเป็นแบบนั้น พอจิตเป็นแบบนั้น เราจะต้องแก้ไขเข้ามาสู่อริยสัจ

หลวงปู่มั่น ครูบาอาจารย์เรา นี่ไง “คันถธุระ วิปัสสนาธุระ”

คันถธุระคือการศึกษา คือการปกครอง

วิปัสสนาธุระ จิตใจที่วิปัสสนาธุระต้องมีความชำนาญในวิปัสสนาญาณ มีความชำนาญในจิต ในเรื่องการทำตามสงบของใจ ในเรื่องที่จะเคลื่อนออกไปในการใช้ปัญญา

วิปัสสนาธุระเขาจะแก้กันไง นี่งานของวิปัสสนาธุระ ไม่ใช่วิปัสสนาธุระแล้วนั่งหลับหูหลับตาอยู่โคนต้นไม้ วิปัสสนาธุระนี้ไม่ทำอะไรเลย วิปัสสนาธุระก็คือหลวงปู่มันเราไง หลวงปู่มันวางรากฐาน วางโครงสร้าง วางประเพณีวัฒนธรรมการปฏิบัติของเมืองไทยทั้งเมืองไทยเลย

หลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่น ครูบาอาจารย์เรานี่วิปัสสนาธุระ! วิปัสสนาธุระคือการสั่งสอน คือการควบคุม การดูแลเรื่องแก้ไขจิตใจที่มันมีการกระทำ ที่มันพอเริ่มกระทำมันจะมีปัญหาของมัน คนทำงานใครไม่มีปัญหา มีไหมในโลกนี้มีไหม แม้แต่งานทางโลก เห็นไหม เวลาทำงานยังมีปัญหาไปหมด ผู้ที่เป็นหัวหน้างานจะต้องคอยแก้ไข คอยซ่อมแซม คอยทำงานนั้นให้มันผ่านพ้นไป

วิปัสสนาธุระระหว่างครูบาอาจารย์ เห็นไหม ครูบาอาจารย์กับลูกศิษย์ นี่ครูบาอาจารย์ต้องเหนือกว่า จิตใจที่สูงกว่า มันจะดึงลูกศิษย์ที่ต่ำกว่าขึ้นมา.. ที่นี้พอภาวนาไปใครเห็นนิมิตอย่างไรก็แก้ตามนิมิตนั้น ถ้านิมิตเขาเป็นอย่างนั้น พอเขาเห็นปั๊บเขาจะแก้ไขของเขาไป แต่ถ้าใครภาวนาแล้วไม่เห็นนิมิต แต่จิตใจเขาดี จิตใจเขาเป็นสมาธิ จิตใจเขาวิปัสสนาได้ ก็ต้องให้เขาออกวิปัสสนา แต่เวลาจิตใจเขาเป็นปกติ จิตใจเขาไม่เห็นนิมิตต่างๆ แล้ววิปัสสนาไม่ได้ด้วย เพราะเขาทำไม่ได้ นี่ครูบาอาจารย์ต้องพยายามดูแลเขา เพื่อพัฒนาของเขา

นี่คือวิปัสสนาธุระ! วิปัสสนาธุระเขาควบคุมกัน เขาดูแลกันโดยการปฏิบัติ โดยผู้รู้จริง เห็นไหม ที่ครูบาอาจารย์เราเป็นจริง แล้วเขาเชื่อใจกัน ลงใจกัน เขาก็เชื่อฟัง เชื่อฟังเพราะอะไร เพราะเราทำอะไรไปทำนรู้หมดเลย ถ้าท่านไม่เคยปฏิบัติมา ท่านไม่เคยผ่านมา ท่านจะเอาอะไรมาสอนเรา คนเราไม่มีประสบการณ์ทำงานเลย แล้วจะไปสอนพวกผู้ชำนาญการ ใครทำได้.. พูดถึงถ้าปฏิบัติแล้ว จะมีความชำนาญการขนาดไหน แต่ยังไม่ประสบความสำเร็จ ผลงานนั้นยังไม่เป็นผลงานขึ้นมา ผู้ที่ผ่านผลงานนั้นมาแล้วสอนได้หมด แก้ไขได้หมด

ฉะนั้นจะบอกว่าเวลาฝ่ายวิปัสสนาธุระ คือว่าผู้ปฏิบัติจะติดนุ่น จะติดนี้ จะเห็นนิมิต จะอะไรก็ว่ากันไป เห็นก็คือเห็น เห็นก็คือเห็น ถ้าเห็นแล้วนะ ไม่พูดอะไรก็ได้ ไปใช้นามรูป ใช้ปัญญาขนาดไหน ถ้ามันมีนิมิตมันก็เห็นนิมิต นิมิตทั้งนั้นเลย พันธุกรรมมัน

เป็นอย่างนั้น มันเป็นอย่างอื่นไปไม่ได้ แต่พันธกรรมเป็นอย่างนั้น แล้วเราจะแก้ไขอย่างไร?

นี่ต่างหาก สำคัญตรงนี้! สำคัญที่มันมีปัญหาขึ้นมาแล้วต้องแก้ไข แล้วทำให้มันถูกต้อง นี่วิปัสสนาธุระเขาทำกันอย่างนั้น แก้ไขให้มันถูกต้อง ถ้ามันจะมีใครใช้คำบริกรรมอย่างไร ใช้ภาวนาอย่างไร มันก็คือมี ถ้ามีแล้วเราแก้ไขมันสู่ธรรม มันก็คือถูกทาง

ฉะนั้นสิ่งที่ว่ากายทิพย์หลุด กายทิพย์ออกนั้น ในวงกรรมฐานเขาบอกว่า เป็นของไร้สาระ จิตไม่ปกติ ฉะนั้นสมาธิคือจิตปกติ ศิล! ศิลคือความปกติของใจ แม้แต่ศิลเราก็ก้ามาเป็นความปกติ แล้วถ้าจิตมันกึกคะนอง จิตถ้ามันเป็นอย่างนั้น ครูบาอาจารย์จะคอยแก้ไข แก้ไขแล้วตัดแปลงให้มันเข้ามาตามความเป็นจริง ถ้าเข้ามาตามความเป็นจริงมันก็จบ

ถ้าจิตเป็นปกติแล้วนะ พอเริ่มออกวิปัสสนา เริ่มใช้ปัญญา สติปัญญา ๔ เกิดตรงนั้น แต่ถ้าไม่มีสมาธิเลยแล้วก้ากันไปนะ ค้าน้ำก้าไปเรื่อยเรื่อย ค้าน้ำไปนะ โอ้โฮ.. ค้าก้าไป ชุ่นชุ่นอย่างไรรู้ค้าก้าไปอย่างนั้นแหละ ไม่มีวันจบหรือก้าให้ค้าไป

นี่พูดถึงว่า ถ้าพูดถึงการกำหนดการภาวนาไป ฉะนั้นจะตอบแค่นี้ ถ้ามันตอบออกไปมันเป็นเรื่องกายทิพย์อะไรนี้ โอ้โฮ.. มันไปใหญ่เลย แล้วกรรมฐานนี้ พระเราก้ามี สตินะ บอกว่าไสยศาสตร์กับพุทธศาสตร์มันแตกต่างกัน แต่ก็ออกจากจิตดวงเดียวกัน จิตที่เป็นอย่างไรจะออกอย่างนั้น

ฉะนั้นถ้าเป็นไสยศาสตร์ ไสยศาสตร์คือเรื่องภูต ผี ปีศาจ เรื่องทิพย์ เรื่องอะไรนี้ มันเป็นเรื่องผลของวิญญะ เรื่องของจิตวิญญาน แต่พุทธศาสตร์มันเป็นการชำระกิเลส ถ้าชำระกิเลสในดวงใจเราทุกดวงใจนะ หลวงตาท่านพูดอย่างนี้ ท่านบอกว่า

“จิตนี้แหละ ถ้าโดนชำระล้างสะอาดหมดแล้ว มันครอบสามโลกธาตุ”

คูสิจักรวาลหนึ่ง แต่จิตดวงนั้นมันครอบสามจักรวาล กามภพ รูปภพ อรูปภพ เพราะอะไร เพราะจิตดวงนี้มันเคยเวียนตายเวียนเกิดในทุกภพทุกชาติ ฉะนั้นจิตมันเคย

ไปทุกภพทุกชาติ มันจะเข้าใจหมด มันจะรู้ไปหมดเลย ฉะนั้นถ้าจิตพ้นจากกิเลสนี้มัน
ครอบสามโลกธาตุ

ฉะนั้น คำว่าสามโลกธาตุตั้งแต่พรหมลงมา ฉะนั้นเรื่องกายทิพย์ๆ นี่พระอรหันต์
จะสงสัยไหม เขารู้หมดแหละ เขารู้ไว้หมดแล้ว แล้วเขาวางเอาไว้หมดแล้ว ไม่ต้องไป
ตื่นตื่นกับมัน แล้วเราวางไว้ก่อน แล้วทำใจให้เป็นปกติ ทำความสงบเข้ามา แล้วพอเกิด
ปัญญาขึ้นมาจะ เดี่ยวจะเข้าใจเรื่องนี้หมดเลย ไอ้ที่ถามมาโอปปาติกะหนุ่ม โอปปาติกะนี้..
กำเนิด ๔! กำเนิดเป็นโอปปาติกะ ก็เท่านั้น

ฉะนั้นถึงบอกว่าให้ตั้งสติ ให้ตั้งสติไว้ แล้วพยายามจะไม่ให้มันออก แล้วถ้าจิต
มันสงบแล้วค่อยพิจารณาไป อันนั้นมันจะเป็นเรื่องของวิปัสสนาธุระนะ

ถาม : ๓๕๘. เรื่อง “ขณะนั่งสมาธิ”

หลวงพ่ : เห็นไหม นี่การกระทำ เวลากรรมฐานเขาสอนกันอย่างนี้

ถาม : ตอนนี้นั่งสมาธิพยายามพุทโธ แต่ใจเหมือนไม่ชอบ ก็เลยคลุมหายใจแทน
ตอนนี้หนุอาศัยคลุมหายใจ หนุั่งสมาธิคลุมหายใจไปเลย มันจะผ่านช่วงมีความทุกข์
ตั้งแต่เกิดขึ้นกับร่างกาย เช่นอึดอัด หายใจไม่ออกเหมือนจะตาย หนุก็นั่งสมาธิต่อแล้วก็ดู
ลมหายใจ จากนั้นไม่ถึงนาที สภาวะที่อึดอัดก็เปลี่ยนเป็นเบาโล่ง เมื่อถึงตอนนี้ลมหายใจ
แทบไม่เจอ บางทีก็เห็นแต่ท้องที่พองยุบอยู่

เมื่อถึงตอนนี้หนุก็เห็นความคิดและความจำเรื่องราวต่างๆ ที่ผ่านมา ให้รับรู้และ
จากไป หรืออาจจะรู้สึกที่ร่างกายว่ามีอาการชาๆ แล้วหนุก็กลับมาอยู่ที่ลมหายใจ หาก
ไม่รู้ลมหายใจก็อยู่กับท้องพองยุบ เมื่อถึงตรงนี้หนุก็ไม่รู้ว่าจะทำอย่างไรต่อไปค่ะ ขอ
ความเมตตาจากหลวงพ่ด้วย

หลวงพ่ : มันต้องตั้งสตินะ การภาวนาของพวกเราชาวพุทธ นี่ตามองค์สมเด็จพระ
สัมมาสัมพุทธเจ้าว่า “แก้วสารพัดนึก พระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์”

พระพุทฺธเจ้าเป็นเจ้าของศาสนา เป็นผู้รู้คั่นศาสนา

พระธรรม คือสิ่งที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้มา

พระสงฆ์ คือปฏิบัติแล้วรู้ธรรมนั้น

ธรรม เห็นใหม่ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้ธรรม อริยสาวกหรือพวกเราปฏิบัติเพื่อจะถึงธรรมนั้น ถ้าถึงธรรมนั้น ที่ว่าธรรมเหนือธรรมชาติ ธรรมนั้นเหนือธรรมชาติ เหนือทุกๆ อย่าง แม้แต่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ายังกราบ ฉะนั้นเวลาปฏิบัติไป เวลาเรากำหนดลมหายใจเข้าไปจนถึงมันปล่อยวางหมด นี่ความรับรู้สึกมันไม่มีเลย แล้วให้หนูทำอะไรต่อไป

ให้หนูทำอะไรต่อไป..

ก็กำหนดลมหายใจ กำหนดลมหายใจแล้วพุทโธไว้ เห็นใหม่ กำหนดลมหายใจหรือพุทโธ หรืออะไรก็ได้ ถ้าจิตมันเกาะสิ่งนี้อยู่ พอมันสงบเข้ามาๆ สงบเข้ามาแล้วมันหายไป มันหายไปหรือว่ามันไม่มีสติ บางทีมันหายไปโดยตกหวังก็ก็ได้ แต่ถ้ามันมีสตินะ มันจะไม่ขาดช่วงอย่างนี้ไง ถ้าเราพุทโธ พุทโธ พุทโธนะ หรือกำหนดลมหายใจ ถ้ามันละเอียดเข้ามาเราจะรู้ตัวตลอดเวลา ไม่มีสิ่งที่ว่าเราไม่รู้หรือมันไม่มีสิ่งใดเลย มันจะชัดเจนของมัน

มันชัดเจนของมัน เห็นใหม่ ขณิกสมาธิที่เราสงบเล็กน้อย แล้วเราพุทโธต่อไป พุทโธต่อไปใช้กำหนดลมหายใจต่อไป หรือทำอะไรก็ได้ต่อไปเรื่อยๆ จิตจากสงบเล็กน้อย มันจะสงบมากขึ้น มากขึ้นเป็นอุปจาระ ถ้าเป็นอุปจาระนี้ ขณะที่อุปจาระจิตมันมีสมาธิมากขึ้น ถ้ามากขึ้นนะ ถ้าลายพิมพ์จิตคือจริตินิสัย ถ้ามันเห็นนะมันออกเห็นแล้ว

อุปจาระคือจิตสงบแล้วเห็น นี้อย่างที่เราเห็น อย่างเช่นน้ำนะ เราอยู่เหนือน้ำเราจะเห็นสภาพของเรา เห็นใหม่ พอเราดำน้ำลงไป เราจะมองใต้น้ำเห็นใหม่ เรามองใต้น้ำไม่เห็น แต่ถ้าจิตมันพุทโธ พุทโธไป พอลงไปอีก มันลงไปลึกกว่านั้น ถ้าน้ำมันใสมันจะเห็นของมัน

ถ้าความเห็นอันนั้น.. เห็นเหนือน้ำกับเห็นใต้น้ำต่างกันไหม? ความเห็นพื้นน้ำนี้เห็นโดยปกติ คือความเห็นของเรา เห็นโดยสามัญสำนึกไง นี่เราเห็นปกติ แต่ถ้าจิตมันลง

ไปในน้ำมันมีแรงอัดไซ้ใหม่ มันมีทุกอย่างพร้อมไซ้ใหม่ นี่แล้วลงไปเห็นในน้ำ เห็นในน้ำมันจะแก้ไข มันจะทำความสะอาดในตัวมันอย่างไร

นี่อุปจารสมาธิ แล้วกำหนดพุทฺโธ พุทฺโธ พุทฺโธไปเรื่อยๆ จากอุปจารสมาธิ ถ้ามันออกเห็นแล้วมันเห็นนะ ถ้ามันไม่เห็นมันก็เป็นอุปจาระ คือมันมีสมาธิแล้วมีกำลังของมันอันหนึ่ง พุทฺโธต่อไป พุทฺโธต่อไปนะ มันจะลงไปเป็นอัปนาสมาธิ พอลงไปเป็นอัปนาสมาธิ เราลงไปถึงฐานนะ ไปถึงกั้นคลองเลย ทำอะไรไม่ได้เลย

นี่ทำอะไรไม่ได้เลย นั่งอยู่อย่างนั้นแหละ แล้วพอมันพ่นออกมา เหมือนกับเราลงไปในการเล่น อยู่ในเล่นมันทำอะไรไม่ได้ ถ้าเราสะดุ้งตัวออกมาจากเล่น เห็นไหม แล้วเราขึ้นมาจากเล่นขึ้นมา มันเป็นน้ำที่เราขยับตัวได้ ฉะนั้นอุปจารสมาธิมันทำประโยชน์ตรงนี้ทำได้

ทีนี้พอทำได้.. นี่พูดถึงจะตอบปัญหานี้ไง ปัญหาว่า

“เวลาหนูกำหนดลมหายใจเข้าไปจนลมหายใจมันหาย ถึงตอนนี้หนูไม่รู้จะทำอย่างไรต่อไป หนูไม่รู้จะทำอย่างไรต่อไปเลย”

มันไม่ชัดเจน ทำอย่างเดิมนี่แหละ คำว่าทำอย่างเดิมนี่นะ คุณคือนักกีฬา เห็นไหม นักกีฬานี้ถ้าเขายังไม่ชำนาญในกีฬาที่เขาเล่น เขาต้องฝึกซ้อมอย่างนั้นบ่อยครั้งๆ เทคนิคต่างๆ เขาต้องฝึก ฝึกของเขาตลอดเลย

จิตนี้ถ้าพูดถึงว่าเรายังไม่มีความชำนาญ เราก็กำหนดลมหายใจ กำหนดพุทฺโธ ต่อเนื่องกันไป ต่อเนื่องกันไป นักกีฬานั้นพอมีความชำนาญขึ้นไป เห็นไหม มีความชำนาญขึ้นไปแล้ว เวลาเขาขึ้นไปแข่งขัน เขามีคู่แข่งขัน จิตสงบแล้วยังไม่เห็นกิเลส ยังไม่ทำอะไรเลย ยังไม่เห็นกิเลสเลย แต่พอมันเห็นกิเลส กิเลสมันอยู่ในอะไร เห็นกิเลสทีหนึ่งเป็นตัวๆ ไซ้ใหม่ กิเลสมันจะเป็นยักษ์เป็นมารมาหาเราหรือ? ไม่ใช่

กิเลสมันอาศัย กาย เวทนา จิต ธรรม ออกหาเหยื่อ พิจารณาให้เห็นที่กายนี้แหละ เห็นกายเรานี้แหละ ถ้าเห็นกายแล้วนะ ถ้าเห็นกายโดยความเป็นจริง ถ้าจิตสงบแล้วเห็นกายนะมันจะไม่เห็นอย่างนี้หรอก อันนี้เห็นกายนะต้องอาบน้ำเพราะมันสกปรก โอ้โฮ.. เห็นกายนี้มันต้องทาครีม มันจะได้ผิวดีขึ้น เห็นกายอย่างนี้เห็นกายแบบโลก.. แต่ถ้าเห็น

กายแบบจิตมันสงบแล้วมันเห็นนะ พอมันเห็นขึ้นมามันจะเห็นรูปชุมชน เห็นเป็นชน เป็น
ต่างๆ พอมันขยายมันอะไรรนะ ตกใจซ็อกเลย มันซ็อกตรงไหน ซ็อกที่จิตไปผูกพันกับมัน
ง ฐัฐ ฐัฐ ฐัฐ.. พอจิตมันไปเห็นเข้าแล้วมันทิ้งเลย

ความเห็นแตกต่างกัน เห็นใหม่ ความเห็นของธรรมกับความเห็นของโลกมัน
แตกต่างกัน มันถึงต้องอาศัยสมาธินี้ไง ถ้ามันมีสมาธินะ ความเห็นจากจิตไม่เป็นอย่างนี้
หรอก เห็นอย่างเรานี้เห็นแบบโลกอย่างหนึ่ง เห็นแบบธรรมอย่างหนึ่ง ฉะนั้นกำหนดไป
เรื่อยๆ พุทโธไปเรื่อยๆ ถ้ากำหนดพุทโธได้ พยายามกำหนดพุทโธต่อเนื่องกันไป เวลา
มันหายไปเลยทำอะไรไม่ถูก ก็กลับมาพุทโธใหม่ พุทโธใหม่ แล้วพุทโธอย่างนี้มันก็น่า
เบื่อ

ตรงนี้แก่ยาก ใครๆ ก็มาถามว่าเบื่อ แล้วให้ทำอะไรล่ะ ไม่รู้จะทำอย่างไร เบื่อก็
ไม่มียาแก้เบื่อ มีแต่ยาเบื่อ กินแล้วตายเลยมี แต่ยาแก้เบื่อไม่มี ถ้ายาเบื่อก็ จะเอาอะไรมา
บอกจะหายยาเบื่อ ไอ้เบื่อนี้มีคนเบื่อบ่อย ที่นี้คำว่าเบื่อนั้นเป็นที่กำลังของใจใจ หลวงตา
ท่านพูดคำนี้ เราฟังแล้วซึ่งใจมาก ท่านบอกท่านปฏิบัติอะไรก็ได้แล้วแต่ เวลามันผิดพลาด
ไปนะท่านใช้คำว่า “เฉชะ”

ไอ้ไอ.. คำนี้ซึ่งมาก เราสนใจคำนี้มาก ท่านบอก “เฉชะมันไม่ทิ้ง” คือเวลาท่าน
ทุกข์ ท่านยาก ท่านเสื่อมอะไรนี่นะท่านบอก “เฉชะ” คือมันขยันหมั่นเพียร มันชวนขยาย
ของมัน มันเลยฟื้นมาได้ มันเลยเติบโตมาได้

ไปฟังเทศน์หลวงตาสี หลายๆ อันเวลาท่านพูดถึงความรู้สึกรู้จักของท่านตอนที่มัน
ท้อถอย ตอนที่มันเบื่อ ท่านบอก “เฉชะมันไม่ทิ้งของมัน มันยังต่อสู้ของมัน มันยัง
ชวนขยายของมัน” ท่านรอดตายมาจากตรงนี้ไง ตรงที่บอกว่า “เฉชะ มันไม่ยอมทิ้งของ
มัน” อย่างพวกเราพอเบื่อนี้แล้วก็เลิกใจ แต่ถ้าคนมีหลัก เห็นใหม่ นี้คนที่ปฏิบัติได้ก็ตรงนี้
แหละ มันจะเบื่อ มันจะไม่สู้ โลกมันจะถล่ม ฐัฐ.. ก็ทำของเขาไป คือเรามั่นคงของเราไป
อันนี้เป็นอำนาจวาสนานะ

ที่นี้คำว่าเบื่อๆ นี่มันมีของมัน ถ้าเบื่อนั้นขนาดไหนเราก็แก้ไขของเรา เราแก้ไขด้วย
วิธีนี้แหละ แก้ไขด้วยการปลุกเร้าใจ ปลุกเร้าใจ พยายามจะหาวิธีทำให้เราเข้มแข็งขึ้นมา

เราก็จะได้ไม่ต้องเบื่อก่อน ไม่ต้องทุกข์ยากไปกับมัน ถ้าทุกข์ยากไปกับมันนะ กิเลสมันคอย
ซ้ำเติม มันซ้ำเติมของมันไป.. นี่พูดถึงสมาธินะ การฝึกสมาธิ

อีกข้อหนึ่งได้ใหม่ การนั่งสมาธิใช้ใหม่ นี่พูดถึงสมาธิ.. ทำอย่างไรต่อไป? ผล
ของสมาธิ

ถาม : ข้อ ๓๕๕. เรื่อง “ทำสมาธิแล้วเกิดแบบนี้ จะแก้ไขอย่างไร”

หลวงพ่อก : (หัวเราะ) เหมือนหนังสือรีขันธ์เลยนะ ต่อเนื่องเลข ข้อ ๓๕๕. เรื่อง “ทำสมาธิ
แล้วเกิดแบบนี้ จะแก้ไขอย่างไร” ข้อนี้อ่าน ข้อเมื่อกี้เรื่องกายทิพย์นี่มันเป็นอย่างนี้เราไม่
อ่าน เพราะมันทำให้คนไขว้เขวได้

ถาม : การปฏิบัติของข้าพเจ้าเป็นดังนี้ สมัยเด็กมีพระมาสอนทำสมาธิให้ภavanaพุท
โธที่โรงเรียน ต่อมาโตขึ้นมาหน่อยก็มีญาติพาไปปฏิบัติที่วัดแห่งหนึ่ง ได้ไปทำสมาธิโดย
สมมุติการเพ่งแสง และภavana สัมมา อระระหัง ข้าพเจ้าก็ปฏิบัติตามนั้น แต่รู้สึกไม่ถนัด

เทพยวประมาณเกือบ ๒ ชั่วโมงครึ่งบอกใช้พุทโธได้ ข้าพเจ้าจึงใช้พุทโธ ก็ได้
แสงจากดวงใหญ่ กำหนดที่ท้องน้อยเคลื่อนมาที่ระหว่างคิ้ว เพ่งจนแสงเล็กลงเป็นจุด
เล็กๆ และสว่างจ้าสวยงามมาก มีความรู้สึกสงบสบายแบบไม่เคยเป็นมาก่อน ออกจาก
สมาธิก็ยังอิมสุขอยู่ และฝึกนั่งอีกต่อมาก็พบว่า จุดที่เล็กสว่างสีขาวนั้นมีสีต่างๆ ปรากฏ
ขึ้นมาอย่างสวยงาม ในเทพไม่บอกเป็นอย่างไร ข้าพเจ้าก็มองแสงนั้น มีสีเขียว สีแดง สี
ขาว สลับกันไป น่าชมอย่างยิ่ง พอออกจากสมาธิรู้สึกอยากได้อีกเป็นอย่างยิ่ง

สิ่งที่แปลกมากและสวยงามมากๆ เทพพระท่านก็หมั่นมาจบพอดี ก็จะเปิดเทพ
ท่านขณะนั่งปฏิบัติทุกครั้ง แต่ขณะเกิดแสงขึ้นมา ไม่รู้ว่าท่านพูดเรื่องอะไร ครั้งต่อมาก็
ปฏิบัติเหมือนเดิม แต่คราวนี้หลังแสงนั้นแสดงอยู่สักพัก ก็แสดงภาพตัวเองเป็นเด็กสมัย
ทารก ค่อยๆ โตมาเป็นเด็ก ๓ ขวบวิ่งเล่นในบริเวณบ้านสมัยเด็ก

เหตุการณ์นี้ทำให้ข้าพเจ้าติดตามดูอย่างเป็นสุขมากๆ ด้วยทั้งแปลก และ
เหตุการณ์จริงๆ ที่ข้าพเจ้าเกือบจะลืมไปทั้งหมด พอได้เห็นจึงจำได้ว่า เลือสมัยเด็กชอบ

ใส่ และสถานที่ที่ชอบเล่น กลับมาจำได้ชัดเจนอีกครั้ง ขณะกำลังชมอยู่นั้น เทปหมุนมาจน ตีออก ปกติข้าพเจ้าจะออกจากสมาธิก่อนเทปหมด รู้สึกเสียงมันดัง แต่ครั้งนี้ขณะที่นั่งอยู่ เสียงมันดังเหมือนข้าพเจ้าได้ยินเสียงฟ้าผ่าตรงหน้า ตกใจสุดขีด ออกจากสมาธิยังรู้สึก ใจเต้นแรง

เวลาทำงานอยู่จะรู้สึกเป็นคนตกใจง่าย บางครั้งได้ยินความคิดคนคิดหยาบๆ ภายๆ ในเรื่องเล็กน้อยที่ต้องรอรถโดยสาร คนก็มารอมาว่าแย่งกัน แต่ไม่ได้ยินไปทุกคน ทำให้ไม่กล้านั่งสมาธิอีก

(คำถาม)

๑. จะแก้ไขอย่างไรไม่ให้ตกใจง่าย

๒. แล้วทำไมได้ยินความคิดที่ร้ายกาจของคนในสังคม

๓. สมาธิที่ทำเป็นระดับใด

หลวงพ่ : นี่คำถามเนาะ นี่เขาเล่ามาถึงประสบการณ์ของเขาว่าทำไมเขาเป็นแบบนี้ เพราะนั่งสมาธิไปแล้ว พอจิตสงบแล้วมันไปรู้ไปเห็นต่างๆ จากไปเห็นต่างๆ แล้วเทปมัน เต็งออกมาก็เลยตกใจ

การตกใจนี้ คนตกใจง่าย ความตกใจนั้นก็ตกใจไป ใฮ้มันค่อยๆ แก้ เหมือนกับ คนเราเวลาปฏิบัติไปแล้วไปเห็นสิ่งใด อย่างเช่นเห็นภูต ผี ปีศาจ แล้วมีความตกใจออกมา เหมือนที่เราปฏิบัติแล้วมีปัญหาที่ว่าหลุด เวลาเราตกใจออกมาแล้วมันจะหลุด ฉะนั้นพอ เห็นสิ่งใดแล้วนี้ไม่ต้องตกใจ ไม่ต้องตกใจแล้วตั้งสติไว้ แล้วกลับมาพุทโธ สิ่งนั้นจะ หายไป

ถ้าเห็นนิมิตนะ เห็นนิมิต.. เวลาเราไปเห็นสิ่งใดที่ร้ายกาจ สิ่งใดที่เป็นสัตว์ร้ายที่ จะทำลายเรา เราจะตกใจมากเลย แต่ถ้าเราตกใจแล้วนี้ ความตกใจมันก็จะขยายภาพนั้น มันเคล็ดเปิดเปิงไป แต่ถ้าเรามีสตินะ อะไรจะเกิดขึ้น โทษนะ เหมือนเครื่องฉายหนังเลย มันออกมาจากจิตหมดเลย จิตฉายไปก็เห็นภาพไง ถ้าเรากลับมาที่จิตนะ กลับมาที่เครื่อง ดับเครื่องแล้วภาพจะมีไหมล่ะ?

ฉะนั้นถ้ามีสิ่งใดขึ้นมา เวลามันตกใจขึ้นมาเราก็พุทโธ พุทโธ พุทโธ พอจิตมันสงบ มันกลับมาที่ตัวมันนะ ภาพนั้นจะหายไปหมด เพราะจิตนี้ไปเห็นใจ จิตนี้เห็น จิตนี้รู้ จิตนี้ออกเสวยอารมณ์ จิตนี้ทั้งนั้น ถ้าเราตั้งสตินะมันจะกลับมาสู่ที่นี้

นี่พูดถึงการตกใจนะ พยายามตั้งตรงนี้ไว้ ภาวนาใหม่ นี่ถ้าภาวนาโดยการเปิดเทปแล้วเห็นอย่างนั้นใช่ไหม เพราะว่ามันมีเทปให้จิตมันเกาะ นี่มันก็ภาวนาได้ง่าย จะเปิดเทปอีกก็ได้ แล้วตั้งใจไว้ ตั้งใจไว้ แก่ใจตรงนี้ให้หายไ้ พอมันหายไปแล้วนะมันก็หายตกใจ

นี่พูดถึงการตกใจง่าย การตกใจง่ายก็ตั้งสติไว้ แล้วแก้ไขของเราไป นั่งสมาธิโดยไม่มีเทปก็ได้ หรือยืน เดินจงกรม ลืมตาก็ได้ ฝึกสติให้จิตนี้มันเข้มแข็งใจ พอจิตนี้เข้มแข็งแล้วมันก็จะหายไปเอง

ถาม : ๒. แล้วทำไมได้ยินความคิดของคนในสังคมล่ะ

หลวงพ่ : กรณีนี้มันเป็นกรณีแอ็กซิเดนที่ไ้ บางคนนะจะมีความรู้สึกว่าคุณนั้นคิดอะไร คนนี้คิดอะไรนะ ถ้ามันรู้สึก แล้วถ้าเราตามความรู้สึกนั้นไปนะ เรานี้ทุกข์ ๒ ชั้นเลย มันเป็นความคิดของเขา แล้วไปคิดให้ความคิดของเขามาเป็นทุกข์ของเรา นี่โง่งนำดูเลย ใจ่ความคิดของเราก็ทุกข์พอแรงแล้ว ยังไปทุกข์กับความคนอื่นอีก ไม่รู้ว่าใคร โง่ใครฉลาด

ฉะนั้น ความคิดของเราที่เราได้ยิน ถ้ามันรับรู้นะ เราถึงบอก นี่โง่โง่เลยเวลามันขับคันออกมา ทำให้ทุกคนทุกข์ไปหมดเลย ถ้าเรามีสติเราก็มาดูความคิดของเราดีกว่า นี่จับความคิดของเรา ความคิดของเขาก็เป็นความคิดของเขา แล้วความคิดของเขา นี่เราคิดออกไปมันรับรู้ อาจถูกอาจผิดไ้ แต่ความคิดของเรามันถูกซัดๆ เลย รู้ซัดๆ เลย

เอาความคิดของเรา ความคิดของเขาว่างไว้ สังคมคือสังคมไ้ สังคมเกิดจากมนุษย์รวมกันอยู่เป็นสังคม เราคนหนึ่งเป็นคนดี เขาจะร้ายกาจอย่างไรก็เรื่องของเขา เราทำความดีของเรา เห็นไหม การแย่งชิงต่างๆ การแข่งขันมันก็มีไปประสามัน แต่การแย่งชิงด้วยธรรม

การแข่งขันเพราะอะไร เราไม่ใช่คนตายใช่ไหม ไม่แย่งชิงแล้วก็นอนกองตายอยู่
อย่างนั้น ไปไหนไม่ได้เลย แต่เราเป็นคนเป็น เห็นไหม เราก็ขวนขวาย ทำคุณงามความดี
ของเรา เราแย่งชิงในสิ่งที่ดี เราทำคุณงามความดีที่ดี มันก็เป็นประโยชน์กับเรา..
ประโยชน์กับเรา แล้วพอเราทำเป็นตัวอย่างเขา เขาจะทำตามเรามา

ถาม : ๓. สมาธินี้เป็นระดับใด

หลวงพ่ : สมาธินะ ถ้ามันกำหนด เห็นไหม ขณิกสมาธิ อุปจาระ การที่ออกฐนี่มัน
เป็นอุปจาระ ทีนี้ เป็นอุปจาระบางคนก็เห็น บางคนก็ไม่เห็น.. บางคนก็เห็น บางคนก็ไม่
เห็น เห็นนี้อุปจาระเหมือนกัน นี่อุปจาระคือจิตมันออกฐนี้ได้ อุปจาระคือบ้านที่มีระเบียบ
ไง ระเบียบคือรอบบ้าน อุปจาระคือจิต คือตัวบ้าน แล้วรอบบ้านนั้นออกฐ เขาเรียกว่าอุป
จาระรอบตัวมัน

ฉะนั้นถ้าคนมีระเบียบ ไม่ใช่ระเบียบหรือใช้ระเบียบไม่เป็น มันก็มีระเบียบ อุปจา
ระก็คืออุปจาระ ทีนี้อุปจาระเห็นหรือไม่เห็นนั่นอีกเรื่องหนึ่ง ใจบางคนมีระเบียบนะ แล้ว
ก็ใช้ระเบียบเป็นประโยชน์ใช่ไหม อู้ฮู.. ใช้ตรงนั้นเก็บของ ใช้ตรงนั้นเป็นที่พักผ่อน นี่ใช้
ระเบียบ คือว่าอุปจาระแล้วมันออกฐของมัน.. แต่เรามีระเบียบแล้วก็ไม่รู้จักใช้อะไร อุปจา
ระคืออุปจาระ แต่มันจะใช้ประโยชน์หรือไม่ใช้ประโยชน์ หรือว่าคนที่ออกใช้ประโยชน์
เป็น และออกใช้ประโยชน์ไม่เป็น นั่นอีกเรื่องหนึ่ง

ฉะนั้น สิ่งที่ว่าออกฐๆ นี่มันเป็นอุปจาระ คือจิตมันระดับอุปจารสมาธิ คือสมาธิที่
ออกฐได้ แต่ถ้าสมาธิที่เป็นอัปนา เห็นไหม คอน โคมิเนียม จะว่าไม่มีระเบียบมันก็มีเนาะ
(หัวเราะ) จะบอกว่าตึกสูงที่ไม่มีระเบียบเลย ตึกกล่องไม้ขีด กล่องไม้ขีดไม่มีระเบียบ
อัปนาไม่มีสิ่งใด ออกไม่ได้เลย นี่อัปนาสมาธิ ออกไม่ได้เลย.. อัปนาสมาธิมันสักแต่
ว่าฐ คือตัวจิตนี้มันละเอียดจนมันไม่ออกรับรู้อะไรเลย แล้วมันจะทำอะไรได้ เว้นแต่มัน
คลายตัวออกมาเป็นอุปจาระ ถึงตรงนี้ถึงจะสร้างประโยชน์ได้

ฉะนั้น “สมาธินี้เป็นระดับใด”

ระดับอุปจารสมาธิเนาะ แต่มันก็ผ่านไปเฉยนะ เรามีเงินอยู่บาทหนึ่ง พอเราใช้เงินไปหมดแล้ว แล้วเขาถามว่าเงินบาทหนึ่งอยู่ไหน ก็เงินบาทหนึ่งเคยมีแต่ใช้ไปหมดแล้ว

นี่ก็เหมือนกัน สมาธิที่มันเกิดขึ้นๆ นี่มันผ่านไปเฉย มันเป็นอดีต อนาคต ไม่ใช่เรามีเงินบาทหนึ่ง ชาตินี้ก็บาทหนึ่ง ชาติน้ำก็บาทหนึ่งจะไปใช้บนสวรรค์ เขาไม่ใช่เงินบาทนี้หรือบนสวรรค์ เขาใช้ทิพย์.. นี่มีเงินบาทหนึ่ง เคยมีสมาธิ เราก็นี้ว่าสมาธิจะอยู่กับเราตลอดชาติ ไม่ใช่หรือ! สมาธิมันมีเจริญแล้วเสื่อม เสื่อมแล้วเจริญ เราอาจจะมียุเงินบาทหนึ่ง เราเอาไปทำประโยชน์ขึ้นมาเป็น ๕ บาท ๑๐ บาท เราทำสมาธิของเราบ่อยๆ เราฝึกของเราบ่อยๆ สมาธิเราจะมั่นคงแข็งแรงของเราขึ้นไป

ฉะนั้นสมาธิระดับไหนมันผ่านไปเฉย หน้าทีของเราคือสร้างเหตุ คือตั้งสติแล้ว กำหนดคำบริกรรมให้จิตมันเกาะที่นี้ไว้ ไม่ให้จิตมันเร่ร่อน ไม่ให้จิตมันไปที่อื่น ถ้าอยู่ตรงนี้สมาธิมันจะมั่นคงของมัน

สมาธิมาจากเหตุ มาจากสติ แล้วมาจากคำบริกรรม ถ้าเรามีสติ มีคำบริกรรมตลอด สมาธิไม่เคยเสื่อม สมาธิไม่เสื่อม ไม่เสื่อมเพราะเหตุนี้มันส่งเสริมตลอดใจ แต่ถ้าเราสมาธิระดับไหน แล้วเราก็นอนตีแปลง สมาธิระดับไหนแล้วก็เที่ยวเล่นไปนะ สมาธิมันก็ไม่มีการออก มีงเคยมีต่างหากละ เคยเป็นสมาธิ แต่ตอนนี้ไม่ได้เป็น เพราะไม่มีการรักษา ไม่มีการรักษา ไม่มีการดูแล สมาธิมันก็ไปอีกเรื่องหนึ่งซะใหม่

ฉะนั้นเราดูแลรักษาของเรา นี้แล้วจะแก้ตรงนั้น “ข้อ ๑. ตกใจง่ายทำอย่างไร”

ตั้งสติของเราเนาะ ตั้งสติของเรา แก้วไข ภาวนาต่อหน้านี้แหละ ภาวนาไม่ต้องหลับตา ภาวนาไม่ต้องให้เห็น ไม่ต้องสิ่งใด พุทโธ พุทโธไป เดี่ยวพอมันดีขึ้น.. เพราะเรามีลมหายใจเข้าออก ทำงานเรามีสติ เราก็พุทโธของเราไปตลอด แล้วพอมันเข้มแข็งขึ้นมา เดี่ยวมันก็จะหายไปเอง

เรื่องของความคิดที่ได้ยินก็เรื่องหนึ่ง เรื่องของสมาธิระดับใด ถ้าระดับที่จิตมันออกฐู้ได้ ออกเห็นได้ คืออุปจารสมาธิ เอวัง