ต้นทาง

พระอาจารย์สงบ มนสฺสนฺโต

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๑๗ กันยายน ๒๕๕๔
ณ วัดป่าสันติพุทธาราม (วัดป่าเขาแดงใหญ่) ต.หนองกวาง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

มันข้อ ๖๐๙. มันไม่มี จนถึง ๖๑๑. ข้อ ๖๑๒. เนาะ

ถาม : ๖๑๒. เรื่อง “การเห็นดวง”

หลวงพ่อ : เขาถามมาเฉยๆ คนใหม่ไง

ถาม : ขอถามว่าการเห็นครับ คือการเห็นดวงกลมๆ โดยตาเนื้อ แต่เวลานั่งไม่มีนิมิตครับ เห็นตลอดทั้งวันแต่ไม่เห็นตลอดเวลาครับ ครั้งแรกที่เห็นเท่ากับปลายเข็ม แต่ตอนนี้ใหญ่เท่าหัวไม้ขีดแล้วครับ และวงกลมๆ ที่เห็นเป็นดวงใสมาก ดวงดำบ้างครับ

หลวงพ่อ : เห็นเป็นดวงเนาะ แล้วประสาเรานี่ ถ้าจิตปกตินะ การเห็นนี่ถ้าจิตเป็นปกตินะ อย่างถ้าคนเรามันแบบว่าเวลามันลุก-นั่งเร็วมันจะเห็นดาว คำว่าเห็นดาวๆ นั่นเป็นอีกเรื่องหนึ่ง เห็นดาว เรากระทบของแข็งมันก็เห็นดาวได้ แต่ว่าการเห็นดวง เห็นต่างๆ ถ้าจิตเป็นปกติ สิ่งนี้เราตั้งสติแล้วมันจะหยุดได้ มันหยุดหมดเลย

เพราะกรณีอย่างนี้ เวลาการปฏิบัติ โดยทั่วไปถ้าเป็นฝ่ายอภิธรรมเขาบอกว่าให้กำหนดนามรูป กำหนดรู้เท่าทุกอย่างมันจะดับหมด กำหนดนามรูป เห็นไหม การกำหนดเคลื่อนไหวของเขา รู้นามรูปต่างๆ สิ่งต่างๆ นี้มันจะดับหมด

ทีนี้เรากำหนดพุทโธ พุทโธนี่ เรากำหนดพุทโธ พุทโธ ถ้าเราทำความสงบของใจ คืออานาปานสติพอจิตมันสงบ การเห็นนี่เพราะเราพยายามจะกำหนดพุทโธแต่มันยังไม่เป็นพุทโธ มันยังไม่เป็นพุทโธเพราะจิตมันยังไม่สงบ พอจิตยังไม่สงบ จิตมันมีอาการเคลื่อนไหว พอมันรู้มันเห็นต่างๆ มันมีการเคลื่อนไหวของมัน

©2011 www.sa-ngob.com

ถ้ามีการเคลื่อนไหวของมัน เห็นไหม ถ้าจิตปกตินะ ปกตินี่เราทำเข้ามามันจะเข้ามาสู่ความสงบได้ แล้วเราละวางสิ่งที่เห็นเป็นดวงๆ นั้น.. เราจะบอกอย่างนี้นะ ดูอย่างคนเรานี่ถ้าเป็นเวลาปกติ คนเราเดินร่างกายจะเป็นปกติ แต่ถ้าเวลาคนเดิน พูดถึงเท้าไม่เท่ากันเขาต้องเสริม เสริมให้เท่ากันให้เป็นปกติ นี่เวลาถ้ามันเป็นปกติแล้ว เวลาปกติ ศีลคือความปกติของใจ

ถ้าศีลมันไม่ปกติ เห็นไหม ดูสิเวลาคนที่เข้มแข็งนะ เขาทำผิดศีลนี่เขาทำสมาธิได้ไหม? ได้ เพราะความผิดศีล เพราะศีลมันไม่เป็นปกติ ทำเป็นสมาธิขึ้นมาแล้วมันเป็นมิจฉา คือมันควบคุมสิ่งใดไม่ได้ มันควบคุมจิต มันน้อมจิตให้ไปทำสิ่งที่ผิดได้ว่าอย่างนั้นเลย แต่ถ้ามีศีลเป็นความปกติของใจ นี่มีศีลด้วย พอมีศีล ศีลคือความปกติของใจ เวลามันจะทำออกนอกกรอบนี่ศีลมันคุมไว้ เห็นไหม ถึงเป็นสัมมาสมาธิ

ฉะนั้น ถ้ามันเห็นดวง เห็นดวงถ้ามันเป็นจิตปกติเรากำหนดให้ชัดๆ เรากำหนดให้ชัดๆ แล้วปล่อยวางสิ่งนั้น.. เวลาอาการนะ เวลาอาการของใจ นี่เวลาจิตมันจะเข้าสู่ความสงบมันอยู่ที่จริตนิสัยของคน บางคนจะไม่เห็นสิ่งใดเลย พอสงบเข้าไปเฉยๆ แต่บางคนตกจากที่สูง บางคนจะเห็นดวง เห็นต่างๆ ถ้าเห็นอย่างนั้นเพราะจิตมันเห็น จิตมันเห็น พอจิตมันเห็นมันจะเป็นความสงบไหม?

นี่เขาเรียกว่าส่งออกแล้วไง มันออกไปรู้ แต่ถ้าเราต้องการให้ความสงบของใจนะ ความสงบของใจ ถ้ามันจะรู้ดวง รู้ต่างๆ เราไม่ต้องการ แต่ถ้ามันจะรู้เราน้อมไปหากาย น้อมไปหากาย เราน้อมจิตของเราไปหากาย ถ้ามันเห็นนะ สมมุติเราเห็นดวง นี่จิตสงบแล้วเห็นดวง เห็นแว็บๆ ว่าเห็นเป็นอาการของใจ ถ้าเราน้อมอาการนี้ไปสู่สติปัฏฐาน ๔

นี่ความจริงเห็นดวงมีความสงสัยไหม? มันมีอารมณ์ มันมีความรู้สึก นี่ถ้ามีสตินะจับความรู้สึกนั้นมันก็ได้แล้ว จับความรู้สึกที่เห็นดวงนั่นน่ะ เห็นดวงมันต้องมีความสงสัย มีความสงสัยมันต้องมีอาการรับรู้ อาการรับรู้มันต้องมีวิญญาณรับรู้ มีเวทนา มันรู้ของมันหมดแหละ แต่! แต่จิตเรายังไม่ละเอียดพอไง พอจิตมันเห็นปั๊บมันตามเข้าไปหมดเลย เห็นแล้วก็สงสัย เห็นแล้วก็คิดตามไป แต่ไม่ได้สงสัยในตัวเอง ไม่ได้สงสัยในผู้เห็น ถ้าผู้เห็นมันสงสัยมันจับมันนี่มันก็หยุด พอหยุดมันก็ไม่เห็นไง ถ้าเห็นนี่มีการกระทบ

©2011 www.sa-ngob.com

นี้พูดถึงการเห็นดวงนะ นี่เขาบอกว่าเขาเป็นผู้ที่ปฏิบัติใหม่ วิธีแก้.. วิธีแก้ถ้าเรากำหนดสิ่งใด เราก็กำหนดสิ่งนั้นชัดๆ ไว้ คำว่าชัดๆ ไว้นี่มันชัดๆ ไว้ชั่วคราว มันเป็นสิ่งภายนอก แต่จริงๆ ความรับรู้คือตัวจิต ทีนี้สิ่งภายนอกมันไม่ชัดเจน มันไม่เข้าถึงไง อย่างเช่น พุทโธ พุทโธ พุทโธมันก็เป็นวิตก วิจาร เป็นสิ่งภายนอก แต่สิ่งภายนอกนี่ใหม่ๆ เราไม่รู้สิ่งใดเลย เราก็อาศัยสิ่งภายนอกที่จิตออกไปรับรู้

อย่างเช่นตา หู จมูก ลิ้น กาย เห็นไหม มันก็ออกรู้รูป รส กลิ่น เสียง นี่เสียงที่มันออกไปรับรู้ ทางกลิ่น ทางรูป ทางรสต่างๆ ออกไปรู้ นี่เราก็อาศัยสิ่งนี้ย้อนกลับ นึกพุทโธมันเป็นแค่ความรู้สึกนึกคิดเหมือนกัน นึกคิดเหมือนกัน ฉะนั้น มันยังไม่ถึงตัวใจไงมันถึงออกแฉลบได้

แฉลบไปรู้เรื่องนั้น แฉลบไปรู้เรื่องนี้ แต่ถ้าพุทโธ พุทโธจนเป็นพุทโธเอง จนเป็นพุทโธมันสงบระงับของมันเอง มันจะไม่รู้สิ่งใด แต่! แต่มันรู้ตัวมันเอง มันรู้ตัวมันเอง พอมันรู้ตัวเองพลังงานมันไม่ส่งออก เห็นไหม มันรู้ตัวมันเอง พอรู้ตัวมันเองสิ่งนี้มันจะเป็นความสงบระงับ ถ้าความสงบระงับ นี่วิธีแก้

เพราะเขาถามว่า “แล้วจะแก้อย่างไร? เห็นดวงๆ นี่จะแก้อย่างไร?”

ฉะนั้น บางลัทธิเขาต้องการให้เห็น เขาว่าเห็นอย่างนั้น เห็นอย่างนั้นมันเป็นวิปัสสนา ถ้ามันเห็นอย่างนั้น ถ้ามันมีสติปัญญานะ มันขยายส่วนแยกส่วนนั่นมันเป็นอีกเรื่องหนึ่ง นี่พูดถึงแต่ละทฤษฎี แต่ละแนวทางในการปฏิบัติ การเห็นดวงไง เห็นดวงกลมๆ แต่เราไม่ต้องการให้เห็น ถ้าจะเห็นเราต้องเห็นสติปัฏฐาน ๔ เห็นกาย จับต้องเวทนาได้ เห็นจิต เห็นความผ่องใส ความเศร้าหมองของจิต เห็นธรรมารมณ์ ธรรมารมณ์ก็อารมณ์ความรู้สึกกระทบ กระทบจับสิ่งนั้นได้มันจะเป็นประโยชน์

ฉะนั้น นั่นคือการปฏิบัติไปข้างหน้า แต่ถ้าปัจจุบันที่มันเห็นอยู่ แล้วเราสงสัยอยู่ จากที่มันเล็กๆ ตอนนี้มันโตขึ้นมาเรื่อยๆ นี่ถ้าเรามีอุปาทานแล้วยึดมัน มันก็จะโตไปเรื่อยๆ โตไปเรื่อยๆ ถ้าโตไปเรื่อยๆ นะมันไม่มีวันจบหรอก ถ้าส่งออกแล้วไม่มีวันจบ ถ้าจิตดีมันก็เห็น ถ้าจิตไม่ดีมันก็ไม่เห็น นั่นถ้าเป็นปกตินะ

©2011 www.sa-ngob.com

เราจะพูดถึงคำว่าปกติคือจิตปกติ กับจิตคนที่ไม่ปกติ จิตคนไม่ปกติคือมันไม่สมบูรณ์ จิตคนขาดตกบกพร่อง ทีนี้อาการนั้นมันยิ่งไปร้อยแปดเลย เพราะเวลาบอกว่าเรื่องชีวะ เรื่องจิตนี่สำคัญมาก เรื่องชีวิตนี่สำคัญมาก เพราะว่าสิ่งที่สัมผัสธรรมะได้คือความรู้สึก คือหัวใจของเรา นี่สิ่งใดในโลกนี้จิตถึงก่อน จิตสำคัญที่สุด แต่ถ้ามันผิดปกติมันก็ให้ผลร้ายที่สุดเหมือนกัน.. มันให้ผลร้ายที่สุด ผลร้ายคืออะไร? ผลร้ายคือมันให้ผลกับตัวมันเองไง ให้ผลกับตัวมันเอง ให้ผลมีความบกพร่องกับตัวเอง

ฉะนั้น ถ้าไม่ปกติเราต้องทำจิตเราให้ปกติก่อน พอจิตเราเป็นปกติแล้วเรากำหนดพุทโธ พุทโธไป หรือกำหนดพุทโธ พุทโธก็ต้องการให้จิตเป็นปกติ จิตไม่เป็นปกติเพราะจิตมันบกพร่อง พุทโธหรืออานาปานสติ หรือสิ่งใดก็ได้ให้มันชัดเจนขึ้นมา พอมันชัดเจนขึ้นมานั่นล่ะมันจะฟื้นฟูสู่ความเป็นปกติ ถ้าจิตตั้งมั่น จิตมีกำลังมันเป็นปกติ แล้วพอปกติแล้วมันจะไม่ตื่นเต้น ไม่สงสัยในสิ่งใด

สิ่งใดที่เรารู้ เราเห็น เราวางไว้ วางไว้ เราจะเดินต่อไปข้างหน้า เราพยายามเข้าไปสู่ต้นทาง ฐีติจิตเข้าไปสู่จิตของเรา มีความสงบระงับ ใช้ปัญญาของเราใคร่ครวญว่าดวงนี้ก็เป็นอนิจจัง ดวงดาวก็มีอยู่แล้ว แสงสว่างก็มีอยู่แล้ว แล้วของเราแค่นี้ทำไมไปสงสัยมัน เห็นไหม ถ้าเรามีสติปัญญานะเราพูดกับตัวเอง เราใช้ปัญญาสอนตัวเอง พอตัวเองมันเข้มแข็งขึ้นมานี่มันเฮ้อ! วางหมดเลยนะ สิ่งที่เห็นเป็นดวง ที่มันเล็กจากปลายเข็มจนมันโตขึ้นมานี่วางไว้ ยังไม่ถึงเวลา เวลาของเราคือต้องการความสงบ

“สุขอื่นใดเท่ากับจิตสงบไม่มี”

เราต้องการจิตให้พัก ให้มันสงบก่อน แล้วเราใช้ปัญญาทีหลัง เราจะกลับมาชำระล้างสิ่งที่เราลังเลสงสัยอยู่นี้ นี่คือการปฏิบัติไปอนาคต.. การปฏิบัติใหม่ๆ นะ เราต้องมีหลักมีเกณฑ์ของเรา เราต้องมีความเข้มแข็งของเรา มีความเข้มแข็ง ความเข้มแข็งทั้งร่างกายและจิตใจ ถ้าจิตใจมันเข้มแข็งนะ เราทำสิ่งใดประสบความสำเร็จทั้งนั้นแหละ มันจะทุกข์จะยากขนาดไหนเราก็จะฝืนทำไป เราจะอดทนเข้มแข็งทำไป

แล้วการทำงาน เห็นไหม นี่น้ำหยดลงหิน หินมันยังกร่อน เราทำงานของเราทุกวัน เราตั้งสติของเราทุกวัน มันจะไม่เป็นให้มันรู้ไป แต่! แต่พอจิตใจเราอ่อนแอ เราไม่ค่อยสู้ เราไม่ได้ทำสิ่งนั้นมันเลยปัญหาเกิดขึ้นมา นี่เราไม่ปฏิบัติเราก็ทุกข์ยากอยู่แล้ว พอมาปฏิบัติ มารู้

©2011 www.sa-ngob.com

มาเห็นอะไรให้มันทุกข์ยากเข้าไปอีก ก็ไหนว่าปฏิบัติแล้วจะให้มีความสุขไง ทำไมปฏิบัติแล้วจะมีแต่ความสงสัย ทำไมปฏิบัติแล้วมีแต่สิ่งใดมากดถ่วงหัวใจตลอดเวลา

นี่ปล่อยวางๆ ไง งานไม่เคยทำมันก็มีอุปสรรคบ้าง แต่พอเราทำแล้ววางๆๆ วางให้หมด พอวางให้หมด วางแต่มีสตินะ วางทุกอย่างแต่มีสติไว้ กำหนดอานาปานสติ กำหนดที่กำหนด หรือใช้ปัญญาอบรมสมาธิกำหนดไว้ ทำอย่างนี้.. สิ่งใดเข้ามานี่เหมือนเราทำความสะอาด สิ่งใดสกปรกเราชะล้างไป ชะล้างไป มันต้องสะอาดเข้าสักวันหนึ่ง

นี่ก็เหมือนกัน เราพุทโธ พุทโธนี่ไม่คิดสิ่งใดเลย หรือว่าอานาปานสติอยู่กับลมตลอดเวลา ลมชัดๆ ลมชัดๆ เดี๋ยวจะรู้จะเห็น แล้วมันจะแก้ไขไป แล้วมันจะสู่ความสงบ นั่นล่ะ “สุขอื่นใดเท่ากับจิตสงบไม่มี” พอมันสงบแล้วนะเราใช้ปัญญาของเรา ตอนนั้นเรื่องอย่างนี้จะไม่มีปัญหาเลย นี้เป็นข้อ ๖๑๒. เรื่อง “การเห็นดวง”

ข้อ ๖๑๓. ไม่มี

ข้อ ๖๑๔. นี่พูดคล้ายๆ กัน ถามปัญหาคล้ายๆ กัน แต่ไม่เหมือนกัน

ถาม : เขาเคยมาทำบุญที่นี่ เขาบอกเขามาเห็นพระป่าเขาชอบมากต่อความเรียบง่าย ความสงบ และศรัทธาในสายพระกรรมฐาน ตอนนี้ผมเดินทางกลับมาศึกษาต่อที่อเมริกาแล้ว กระผมได้เริ่มฝึกสมาธิได้เป็นเวลา ๒ อาทิตย์ ในการนั่งแต่ละครั้งใช้เวลาประมาณ ๑ ชั่วโมง ในห้องนอนของกระผม แล้วจะเปิดฟังซีดี (เขาว่าอย่างนั้นนะ)

กระผมเป็นเด็กน้อยที่เริ่มเข้ามาสนใจในการนั่งสมาธิ ส่วนตัวผมเรียนในสายวิทยาศาสตร์ สิ่งที่ทำให้ผมมีความสนใจในเรื่องการนั่งสมาธิ คือเริ่มจากศรัทธาความอยากรู้ว่าการบรรลุมรรคผลต่างๆ มีจริงหรือไม่? และผมก็อยากจะลองพิสูจน์ด้วยตัวเองของผมว่าในการนั่งสมาธิ ถ้าเราเกิดสมาธิ เกิดปัญญาแล้ว ความรู้สึกนั้นจะเป็นอย่างใด? ปัญญามันจะเกิดแบบไหน? นี้เป็นเหตุผลของการฝึกสมาธิของกระผม

และในใจยังหวังว่า สักวันหนึ่งถ้าเราตั้งใจปฏิบัติดังคำสอนของพระพุทธเจ้าได้สั่งสอนไว้ เราควรที่จะสามารถได้เห็นความจริงในพุทธศาสนาสักวันหนึ่ง

หลวงพ่อ : อืม.. ความคิดอย่างนี้ดีมากๆ สักวันหนึ่งใช่ไหม? ฉะนั้น คำถาม..

©2011 www.sa-ngob.com

ถาม : ๑. การนั่งสมาธิไปพร้อมกับการกำหนดพุทโธนั้น เราสามารถเปลี่ยนคำบริกรรมเป็นอย่างอื่นได้หรือไม่ เช่น นะมะพะทะ นะโมพุทธายะ (นี่เขาเขียนมาเยอะมาก) วนไปเรื่อยๆ ผมเคยลองทำหลายอย่าง เช่นการดูลมหายใจ การภาวนาพุทโธ และการภาวนาแบบยาวๆ ข้างต้น ส่วนตัวผมจะชอบการดูลมหายใจ เพราะขณะทำแล้วผมรู้สึกว่าจิตใจของผมมันนิ่งกว่าแบบอื่น ผมนิ่งแล้วผมค่อยมากำหนดคำภาวนาพุทโธ ในกรณีของผมหลวงพ่อมีคำแนะนำอย่างไรครับ เราสามารถดูลมแล้วภาวนาคำบริกรรมได้หรือไม่ครับ หรือสลับกันไป

๒. โดยปกติในการเข้าถึงสมาธินั้นต้องใช้เวลานั่งอย่างน้อยกี่ชั่วโมงครับ ขอให้หลวงพ่อช่วยยกตัวอย่างของตัวเองด้วย

๓. ตอนผมนั่งสมาธิผมรู้สึกว่าผมเป็นคนที่หลับตาไม่สนิท ดังนั้นจะมีแสงลอดเข้ามาแบบนี้จะมีผลต่อการปฏิบัติหรือเปล่าครับ

หลวงพ่อ : อันนี้ข้อที่ ๑. ก่อนนะ ข้อที่ ๑. เวลานั่งสมาธิ เห็นไหม เขาบอก “ต้องกำหนดยาว กำหนดสั้น หรือดูลมหายใจ”

อันนี้กรรมฐาน ๔๐ ห้อง นี่กรรมฐาน ๔๐ ห้องหมายถึงว่าวิธีการทำความสงบของใจ วิธีการทำความสงบ เพราะคนเรามันมาจากแตกต่างหลากหลายนัก คนเรานี่บารมีไม่เท่ากัน เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้ธรรมขึ้นมาแล้วนะอยากรื้อสัตว์ขนสัตว์ แล้วเวลาเสวยวิมุตติสุขอยู่ เล็งญาณอยากจะรื้อสัตว์ขนสัตว์นี่ทอดธุระเลยล่ะ พอทอดธุระขึ้นไปจนพรหมมานิมนต์ บอกว่าองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้ธรรมขึ้นมาแล้วควรจะให้เป็นประโยชน์ไง

นี่เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเล็งญาณแล้วจะไปเอาใคร เห็นไหม นี่จะไปเอาใคร? จะไปสอนใคร? มันได้เท่าไรล่ะ? ฉะนั้น สิ่งที่มันควรที่จะเข้ามารู้ได้มันแสนยาก แล้วแสนยาก แล้วคนที่มีพื้นฐานที่จะเข้ามาแล้วทำอย่างไร? ฉะนั้น องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าถึงวางกรรมฐานไว้ ๔๐ ห้องไง เพราะสิ่งต่างๆ คนที่มันแตกต่างหลากหลายโดยความรู้สึกนึกคิด ในมุมมอง ในความเห็นต่างๆ นี่ร้อยแปดพันเก้าเลย แล้วถ้ามีสิ่งใด มีวิธีการทำความสงบเฉพาะอย่างเดียว แล้วเขาจะทำกันอย่างไร?

©2011 www.sa-ngob.com

ฉะนั้น องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงวางแนวทางในการทำความสงบไว้ถึง ๔๐ แนวทาง ๔๐ แนวทาง เห็นไหม พุทธานุสติ ธัมมานุสติ สังฆานุสติ ปัญญาอบรมสมาธิทำอย่างไรก็ได้ ฉะนั้น พอทำอย่างไรก็ได้แต่ต้องมีสติ ทำอย่างไรก็ได้แล้วทำให้มันถูกต้อง ทำอย่างไรก็ได้ เพราะทำอย่างไรก็ได้ เวลาสงบแล้วก็คือสงบอันเดียวกัน ฉะนั้น สิ่งที่บอกว่าต้องภาวนาสั้น ภาวนายาว

คำว่าภาวนายาวมันมีกรณีของหลวงปู่อ่อน ในประวัติหลวงปู่อ่อนท่านบอกว่า “หลวงปู่มั่นเป็นคนบอกเองให้ท่านท่องยาวมาก” ให้หลวงปู่อ่อนท่องยาวมาก แต่องค์อื่นท่านจะให้พุทโธ พุทโธ แต่เฉพาะหลวงปู่อ่อน ฉะนั้น หลวงปู่มั่นยังให้บางองค์ใช้วิธีการอย่างอื่น เพราะว่าถ้าทำอย่างนี้แล้ว ประสาเรานะว่าคนที่ทำได้ประโยชน์ อีกคนหนึ่งทำไม่ได้ประโยชน์ อีกคนหนึ่งทำจะไม่ได้เรื่องเลย คนนี้ได้ประโยชน์ อีกคนทำอีกทางหนึ่งจะได้ประโยชน์ อีกคนทำอีกทางหนึ่งจะได้ประโยชน์

ฉะนั้น อนาคตังสญาณนี่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามี หลวงปู่มั่นก็มี แต่พวกเรานี่แบบว่ามันเป็นพวกสีเทาๆ ทั้งนั้นเลย มีแต่เทาๆ หมดเลย เราถึงต้องพยายามพิสูจน์ตัวเองไง พิสูจน์ตัวเองว่าตัวเองอย่างไร? หลวงตาท่านบอกว่า

“ถ้าเราทำแล้วนะ เรากำหนดพุทโธ อานาปานสติทำสิ่งใดก็แล้วแต่ ถ้ามันปลอดโปร่งมันโล่ง มันเบา มันสะดวก นั่นคือทางของคนนั้น”

นี่หลวงตาท่านวางหลักเกณฑ์ของท่านไว้ ถ้าใครทำแล้วมันสะดวก มันปลอดโปร่งมันโล่งโถง มันทำแล้วมันมีช่องทางไป นั่นล่ะทางของเรา

ฉะนั้น สิ่งที่แบบว่าต้องทำแบบนี้ก่อน ทำแบบนี้ก่อนนี่เริ่มต้นไง เริ่มต้นเหมือนการแข่งขันในการวิ่งร้อยเมตร เห็นไหม เขาต้องจุดสตาร์ทร้อยเมตรก็จบ ทีนี้ในการปฏิบัติมันเป็นอย่างนั้นไหมล่ะ? ในการปฏิบัตินะ มันเป็นผลของวัฏฏะ คำว่าวัฏฏะนี่มันมีอดีตมายาวไกล แล้วมาเกิดเป็นมนุษย์ใช่ไหม? แล้วถ้าเกิดเป็นมนุษย์ แล้วถ้ามนุษย์ไม่ถึงที่สุดแห่งทุกข์มันจะไปอีกไม่มีที่สิ้นสุด นี่มันยาวไกลมาก

เราจะบอกว่าวิ่งร้อยเมตรมันขนาดนั้น เราจะพูดถึงทางโลกไง ทางโลก เห็นไหม เราสอนทางวิชาการ เราเรียนด็อกเตอร์เดี๋ยวชีวิตนี้ก็จบ แต่ในการปฏิบัติมันจะจบไหม? ทีนี้มัน

©2011 www.sa-ngob.com

จะจบไหม? นี้เริ่มต้นพอบอกว่าวิ่งร้อยเมตร วิ่งร้อยเมตรคือทางวิทยาศาสตร์ที่พิสูจน์ในทางทฤษฎีว่าอย่างนี้ผลทดสอบแล้วมันจบ แต่ในการปฏิบัติมันจะต้องปฏิบัติแล้วต้องให้ได้ผล ต้องให้ได้ผลใช่ไหม?

คำว่าให้ผล คนที่ขยันหมั่นเพียร คนที่มีอำนาจวาสนาบารมีมา เห็นไหม ชาตินี้จบ แต่ถ้าคนไม่มีอำนาจวาสนาบารมีมา พยายามทำต่อเนื่องๆ ให้เป็นพื้นฐานไป พื้นฐานไป เพราะมันทำให้มากไปกว่านี้ไม่ได้ นี่เขาเรียกพละ พละคือใจ ใจที่มีความเข้มแข็งมากน้อยแค่ไหน ใจที่มีความเข้มแข็งนะ เวลาปฏิบัติไปนะ ตาย ขอดูว่าอะไรตายก่อน เขาขอดูเลยอะไรตายก่อน มันพิสูจน์ มันเข้าไปเผชิญกับทุกอย่างที่เกิดขึ้น ไม่มีความท้อถอยเลย

อย่างเช่นจิตใจคนอ่อนแอนะ โอ๋ย.. เขาบอกจะตาย โอ๋ย.. จะตายขอพักก่อน เดี๋ยวตายไปแล้วไม่ได้ปฏิบัติ.. นั่นน่ะ เขามีปัญญานะ มีปัญญาเพื่อจะแก้ไขตัวเองไง เดี๋ยวมันตายไปแล้วไม่ได้ปฏิบัติ ต้องผ่อนคลายก่อน ผ่อนคลายก่อนให้ชีวิตนี้รอดไว้จะได้ปฏิบัติต่อไป นี่เวลามันแก้ไขอย่างนี้ ฉะนั้น บอกว่าวิ่งร้อยเมตรนะถ้าคนเข้มแข็งมันไปได้ ถ้าผลของวัฏฏะมันยาวไกลกว่านั้น นี่ย้อนกลับมาที่ว่าทำไมต้องสั้น ต้องยาว ทำไมต้องดูอย่างไร?

ตอบเหมือนไม่ได้ตอบไง ตอบเหมือนกับว่าสูตรสำเร็จไม่มี พอสูตรสำเร็จไม่มี เรานี่เห็นไหม เขาบอกว่าเขาเรียนทางวิทยาศาสตร์ เรียนทางวิทยาศาสตร์นะ ฉะนั้น ให้พูดมาให้ชัดเจน ให้เราแนะนำให้ชัดเจน แนะนำนี่ชัดเจนมาก ชัดเจนคือว่าเขาบอกว่าเขากำหนดนิ่งๆ ก่อนแล้วค่อยมาพุทโธทีหลัง แล้วมันได้ผลดีมาก

ถ้ามันได้ผลดีมาก นี่เราทำความสงบของใจนะ พอจิตมันสงบ พอมันได้ผลดีมากเราใช้ปัญญา ใช้ความคิดถึงชีวิตของเรา ถึงความเป็นอยู่ของเรา ถ้าคิดถึงชีวิตความเป็นอยู่ของเรา ถ้ามันพิจารณาแล้ว ใช้ความคิดแล้วมันสลดสังเวช สิ่งนั้นเราคิดได้ แต่ถ้ามันคิดแล้วไม่มีประโยชน์เรากลับมาพุทโธต่อ ทำความสงบของใจต่อ ฝึกหัดใช้ปัญญาไปเรื่อย ฝึกหัดใช้ปัญญา ถ้าจิตมันสงบแล้วใคร่ครวญได้ ใคร่ครวญสิ่งใดก็ได้ แล้วถ้ามันไปเตลิดเปิดเปิงเราค่อยกลับมาสู่ความสงบของใจ

นี่คือต้นทางนะ ถ้าไม่มีต้นทาง เห็นไหม เราจะหมุนเวียนไปอย่างนี้ไม่มีต้นทาง ไม่มีต้นทาง ถ้าจิตมันสงบแล้ว พอจิตเริ่มต้นทางต้องทำความสงบของใจ ถ้าใจสงบแล้วเราฝึกหัดใช้ปัญญา การฝึกหัดใช้ปัญญานี่ ถ้าโดยข้อเท็จจริงมันก็คือโลกียปัญญานี่แหละ มันยังไม่เป็น

©2011 www.sa-ngob.com

ภาวนามยปัญญา เพราะว่าความสงบของใจ พื้นฐานของมัน มันยังไม่แน่นพอ แต่ถ้าเรารอให้พื้นฐานแน่นพอแล้วเมื่อไหร่มันจะแน่นพอ

พอไม่แน่นพอนี่ทำงานอยู่ชนิดเดียว คือทำความสงบของใจอย่างเดียว มันก็ต้องละล้าละลัง มันก็ต้องเบื่อหน่าย แต่พอจิตมันสงบแล้วเราใช้ปัญญาใคร่ครวญมันจะเกิดการถอดถอน ถอดเสี้ยน ถอดหนามในใจ พอมันเกิดความถอดถอนนี่มันมีความสุข มันมีความสงบระงับ มันกลับมาทำความสงบของใจมันก็สดชื่น มันสดชื่นมีกำลัง นี่ต้นทาง

พยายามทำของเราเข้าไป พอจิตมันสงบได้พื้นฐาน จิตมันสงบจนมีหลักมีเกณฑ์นะ พอเราใช้ปัญญาไป ถ้าเป็นภาวนามยปัญญามันแตกต่างมหัศจรรย์ ผลให้ค่าแตกต่างกัน พอให้ค่าแตกต่างกัน คนที่ภาวนาได้รับรสของธรรม รสของปัญญา รสของวิปัสสนา กับรสของปัญญาอบรมสมาธิมันแตกต่างกัน

รู้ด้วยตัวเราเอง ปัจจัตตัง สันทิฏฐิโกมันรู้ของมันหมด แล้วตอนนั้นจากต้นทางการดำเนินไปมันจะเริ่มจากความสงบระงับ เริ่มจากการฝึกหัดใช้ปัญญา เพราะปัญญามันจะซึมลึก มันจะลึกเข้าไปสู่ใจของเรา มันจะเป็นประโยชน์ เป็นขั้นตอนของมันไป

นี่พูดถึงว่า ถ้าเราดูลมหายใจ เห็นไหม เวลาเรากำหนดพุทโธ กำหนดลมหายใจจนสงบแล้วเราค่อยมาใช้คำภาวนา ทำอย่างไรก็ได้ เขาว่าทำสลับกันไปนี่ผิดไหม? ทำสลับกันไป สิ่งใดถ้าเป็นประโยชน์ พอเราทำไป พอมันคุ้นชินมันก็เกิดสิ่งที่ไม่สะดวก ไม่สะดวกหมายถึงว่าไม่ได้ผลอย่างนั้นล่ะ เราค่อยหาอุบายเปลี่ยนแปลงไปเรื่อยๆ มันต้องหาอุบายเปลี่ยนแปลงไปเรื่อยๆ เพราะ! เพราะความคุ้นชิน

ถ้าจิตใจมันคุ้นชินกับสิ่งใดปั๊บ เริ่มต้นมันดี ใหม่ๆ นี่ดีหมดแหละ เหมือนเด็กได้ของเล่นใหม่ พอใจทั้งนั้นแหละ แต่พอคุ้นชินแล้วนะมันเบื่อ ยิ่งเด็กยิ่งเบื่อเร็วมาก เล่นไม่กี่ทีมันขว้างทิ้งแล้ว มันจะเอาของใหม่แล้ว แต่ถ้าเราปฏิบัติเราบอกว่า ต้องให้มันแบบว่าต้องไม่ย้ายต้นไม้บ่อย ต้องให้จริงจัง

จริงจังก็ต้องจริงจัง แต่กรณีที่เราฝึกหัดใช้ปัญญานี่เราไม่ใช่ขว้างทิ้ง เราเพียงแต่จะฝึกสอนใจของเรา เราพยายามฝึกสอนใจของเราให้มันเห็นโทษ ถ้ามันเห็นโทษขึ้นมา พอมัน

©2011 www.sa-ngob.com

ใช้ปัญญาขึ้นมามันเห็นโทษของมัน มันยิ่งลึกซึ้ง มันยิ่งซาบซึ้ง มันยิ่งใช้ปัญญาได้มากขึ้น นี่คือการฝึกหัดใช้ปัญญา

ฉะนั้น สิ่งที่บอกว่าถ้ากำหนดก่อน ใช้ความรู้สึกก่อนแล้วค่อยมากำหนดลม กำหนดแล้วค่อยมาพุทโธถูกไหม? สิ่งใดก็ได้ถ้าใจมันสงบเนาะ

ถาม : ข้อ ๒. โดยปกติแล้วการเข้าถึงสมาธินั้นต้องใช้เวลานานกี่ชั่วโมงครับ ขอให้หลวงพ่อยกตัวอย่าง

หลวงพ่อ : การนั่งสมาธินี่อยู่ที่อารมณ์ อยู่ที่ใจดี พื้นฐานดี นั่งไม่นานก็ลงสมาธิได้ แล้วเวลาคนชำนาญนะ ยืน เดิน นั่ง นอนก็เป็นสมาธิ คนที่มีความชำนาญ คนที่มีความชำนาญเท่านั้นที่บอกว่าไม่ต้องกำหนดพุทโธ หรือว่ากำหนดอานาปานสติ นี่สติมันพร้อมกับจิตเลย สติพร้อมกับจิตแต่มันมีความชำนาญของมัน ถ้าคนมีความชำนาญ สตินี่พอมันตามทันอยู่เฉยเลย อยู่เฉยเลย

คำว่าอยู่เฉยมันก็บอกว่าเฉย เฉยไม่มีสติหรือ? สติมันตามทัน นี่ตามทันตลอด ฉะนั้นสิ่งที่คนที่ชำนาญในวสี ชำนาญเต็มที่นี่กำหนดจิตได้ง่ายๆ ทีนี้พอกำหนดจิตได้ง่ายๆ ปั๊บเวลาใช้ภาวนาไป มันใช้วิปัสสนาไป ใช้ปัญญา พอใช้ปัญญามันต้องใช้กำลังของสมาธิ พอใช้กำลังของสมาธินี่สมาธิเริ่มอ่อนลงแล้ว พอสมาธิอ่อนมันใช้ปัญญาบ่อยครั้งเข้า ทีนี้พอใช้สติมากำหนดให้จิตสงบนี่ไม่สงบแล้ว

ไม่สงบเพราะอะไร? เพราะว่ามันพร่องไปมาก กำลังมันพร่องไปมาก ถ้ากำลังมันพร่องไปมากเราต้องใช้คำบริกรรมพุทโธ พุทโธ หรือใช้ปัญญาอบรมสมาธิควบคุม ควบคุมให้จิตนี้มันมีการสะสมตัวขึ้นมาจนมันได้ระดับของมัน ได้ระดับเราวางพุทโธได้เลย เราวางพุทโธได้ เราวางลมได้ถ้าสติมันพร้อมนะ

ฉะนั้น ที่บอกว่าต้องนั่งกี่ชั่วโมงอะไรนี่ อันนี้มันเป็นมาตรา ชั่ง ตวง วัดว่าต้องกี่ชั่วโมง ต้องน้ำหนักเท่าไร? ทีนี้คำว่าน้ำหนักเท่าไรนี่มันเป็นน้ำหนักใช่ไหม? แต่มันไม่ใช่ความรู้สึก ถ้าความรู้สึกนี่วันนี้อารมณ์ดี วันนี้อารมณ์ไม่ดี วันนี้ทำได้ง่าย วันนี้ทำได้ยาก ฉะนั้น เวลานี่มันถึงไม่ตายตัวไง

©2011 www.sa-ngob.com

แต่ถ้าเราปฏิบัติต่อเนื่องเหมือนนักปฏิบัติ เห็นไหม เวลาปฏิบัติต่อเนื่อง ปฏิบัติต่อเนื่องพอภาวนาไปตอนนี้ดี แต่พอภาวนาไปนี่กิเลสมันรู้ตัวแล้ว กิเลสมันเริ่มหาทางหลอก กิเลสมันต้องหาทางต่อต้าน พอกิเลสหาทางต่อต้านนี่ทำได้ขลุกขลักๆ ทำไม่ได้สะดวกแล้ว ไม่สะดวกเราก็ต้องตั้งสติต่อเนื่องไป ต่อเนื่องไป

ถ้าคำว่าต่อเนื่องไปนี่สะดวกก็สงบ ไม่สะดวก มีอาการอุปสรรคมากมันก็สงบ แต่เวลามีอุปสรรคมากมันจะทำให้เราปฏิบัติยากขึ้นๆ แต่ก็ทำต่อเนื่องๆ ต่อเนื่องไปจนกิเลสมันไม่มีอุบายจะมาหลอกเราได้.. การทำต่อเนื่องๆ ไปนี่การปฏิบัติ ไอ้เราปฏิบัติชั่วครั้งชั่วคราว เดี๋ยวก็ดี เดี๋ยวก็ร้าย แต่ถ้าพระเรา หรือผู้ที่ปฏิบัติจะให้ถึงที่สุดแห่งทุกข์นี่เขาทำตลอดชีวิต เขาทำทุกวินาที ทุกการเคลื่อนไหวที่มีสติ ถ้าทุกการเคลื่อนไหวมีสตินี่มันเป็นวัน เป็นเดือน เป็นปี เป็นหลายๆ ปี

นี้กิเลสมันต้องต่อสู้กันตลอด ต่อสู้ตลอดนะ นี่เราทำตลอดไป สติมันตามพร้อมไปตามพร้อมไป ถ้ามันชำนาญ พอมันชนะหรือว่าทำความสงบของใจได้ ใช้ปัญญาได้มันจะก้าวล่วงไป ก้าวล่วงไปจนมีพื้นฐานเลย

ฉะนั้น คำว่าเวลากี่ชั่วโมง อันนี้เราทำเป็นครั้งเป็นคราว กี่ชั่วโมงเราตั้งไว้ แต่เวลาเราทำแล้วเราใช้สตินะ จะคิด จะใช้ปัญญาอย่างไรก็ได้ให้มันสงบเข้ามา แล้วใช้ปัญญาของเราใคร่ครวญเพื่อประโยชน์กับเรา นี่มันได้ประโยชน์แล้วแหละ ถ้ามันได้ประโยชน์เพราะ! เพราะนี่มีความสนใจไง มีความสนใจ

ฉะนั้น ยกตัวอย่าง นี่ตัวอย่างเยอะมาก เพราะว่าวงกรรมฐานเรา เวลาเราไปอยู่กับครูบาอาจารย์องค์ใดก็แล้วแต่ ครูบาอาจารย์ท่านเทศน์ออกมา อย่างเช่นครูบาอาจารย์ของเราทุกองค์ที่เทศน์ออกมา คือเทศน์จากประสบการณ์นั่นแหละ เทศน์จากประสบการณ์ พอเทศน์จากประสบการณ์ เห็นไหม ดูสิพระอรหันต์แต่ละประเภท เตวิชโช เตวิชโชนี่วิชชา ๓ รู้ตั้งแต่บุพเพนิวาสานุสติญาณ จุตูปปาตญาณ อาสวักขยญาณ ท่านจะเทศน์โดยแนวทางของท่าน

นี่ถ้าเป็นปัญญาอบรมสมาธิ เป็นเจโตวิมุตติ เป็นอะไรนี่ท่านก็เทศน์ตามความชำนาญของท่าน ฉะนั้น เวลาครูบาอาจารย์ท่านฟังเทศน์ ท่านจะฟังกันออก ฟังกันเป็น ฟังกันออกว่าเดินมาแนวทางไหน? ถ้าเดินแนวทางไหนจะพูดอย่างนั้น

©2011 www.sa-ngob.com

นี้ถ้าพูดถึงเจโตวิมุตติ เห็นไหม มันใช้จิต ใช้กำลังสมาธิพิจารณากาย มันเป็นการทำงานซึ่งๆ หน้า นี่ปัญญาเปรียบเทียบมันไม่ค่อยมี พอมันไม่ค่อยมี เวลาเปรียบเทียบธรรมะมันถึงไม่แตกฉาน คำว่าแตกฉาน เห็นไหม พอเวลาแตกฉานในธรรม ถ้าแตกฉานในธรรมมันก็จะเป็นประโยชน์กับลูกศิษย์ลูกหา

ฉะนั้น สิ่งที่เราฟังครูบาอาจารย์เทศน์ท่านเทศน์จากประสบการณ์ ฉะนั้นประสบการณ์ใครมีมากมีน้อยท่านเทศน์ตามประสบการณ์นั้น ถ้าประสบการณ์ผิด เห็นไหม ถ้าประสบการณ์ เพราะคนพูดนี่พูดแต่ตามที่รู้ที่เห็น แต่คนที่เขาเป็นนะเขารู้เลยว่าถ้ามันเป็นการปฏิบัตินะ ๑ ๒ ๓ ๔ มันจะเป็นอย่างนั้นจริงๆ นะ โสดาบัน สกิทาคามี อนาคามีมันจะเป็น ๑ ๒ ๓ ๔ แล้วถ้า ๑ มันไม่มี มันจะมี ๒ ได้อย่างไร?

ถ้าอยู่ดีๆ มันกระโดดขึ้นไป ๓ ๔ ๕ เลยมันยิ่งไม่มีเข้าไปใหญ่ นี่คนเป็นเขาจะรู้ เขาจะรู้ของเขา แล้วถ้าเวลาเทศน์อย่างนั้นปั๊บ ถ้าเป็นอาจารย์ที่เป็นนะเขาจะแก้ไขของเขา นี่พูดถึงว่าเทศน์ตามประสบการณ์ แล้วถ้าคนเป็นจริงหรือไม่เป็นจริงประสบการณ์นั้นมันจะฟ้องมันจะบอก มันจะบอกไปตามนั้น

ถาม : ข้อ ๓. ตอนผมนั่งสมาธิ ผมรู้สึกว่าเป็นคนที่หลับตาไม่สนิท ดังนั้นจะมีแสงลอดเข้ามาบ้างบางที แบบนี้มีผลไหม?

หลวงพ่อ : ถ้ามันเป็นกังวล.. ความจริงนะถ้าเราลืมตาเห็นแสงสว่าง หลับตานี่ถ้าจิตมันสงบแล้วแสงสว่างมีมากกว่านั้น ฉะนั้น นี่กิเลสเวลามันจะออกมันจะออกอย่างนี้ มันจะทำให้เราวิตกกังวล มันจะบอกว่าเป็นอย่างนั้น เป็นอย่างนั้น เป็นอย่างนั้น แต่ความจริงนะ ไอ้สิ่งที่รู้ที่เห็นมันก็เป็นอย่างนั้นได้ มันจะไม่มีผลกับเรา

เพราะว่าเวลาเดินจงกรม เห็นไหม เดินจงกรมเราลืมตาเดินเลยล่ะ จิตมันก็สงบได้ เวลานั่งสมาธิ หลับตานี่จิตเราก็สงบได้ ถ้าจิตคนที่สงบมันสงบจากภายใน แต่ถ้ามันรู้แสงเห็นแสง จิตมันออกไปมันรับรู้ มันรับรู้มันเป็นความกังวล เพราะว่าที่เราทำนี่เราต้องการทำให้จิตมันสงบ อย่างเช่นเวลาคนปกตินั่งสมาธิ ภาวนาก็ดี แต่ทีนี้เวลาคนพิการแล้วเขานั่งสมาธิได้ไหมล่ะ? มันก็ไม่ได้ ถ้ามันไม่ได้อย่างนั้นแสดงว่าเขาก็ไม่มีโอกาสภาวนาหรือ? ไม่ใช่

©2011 www.sa-ngob.com

เวลาเราปกติ เห็นไหม จิตใจมันอยู่ในร่างกายนี้ ถ้ามันอยู่ในร่างกายนี้ เวลาเราปฏิบัติเราต้องการให้จิตใจนี้สงบระงับ ทีนี้จิตใจนี้มันอยู่ในร่างกายนี้ ร่างกาย นี่เราก็ให้ร่างกายสถานที่วิเวก กายวิเวก จิตวิเวก ถ้าเราไปในที่สงบสงัด เราไปเห็นสถานที่ โอ้โฮ.. สภาพแวดล้อมดีมาก เราเห็นแล้ว โอ้โฮ.. ที่นี่สภาพดีมาก มันมีความพอใจ ถ้าร่างกายเราสงบเข้ามา สถานที่วิเวก กายวิเวก จิตวิเวก

ฉะนั้น เวลาถ้าคนพิการล่ะ? คนพิการนี่ ในเมื่อกายมันสภาพร่างกายเป็นแบบนี้ เราก็อยู่ในสภาพแบบนั้น แต่เราต้องการให้จิตวิเวก ฉะนั้น เวลาย้อนกลับมาที่แสง มีแสงหรือไม่มีแสงมันเป็นเรื่องภายนอก เราต้องทำความสงบของใจต่างหากล่ะ ทีนี้พอเราไปรู้สิ่งใด เราว่าสิ่งนั้นจะเป็นอุปสรรค สิ่งนี้จะเป็นอุปสรรคมันก็เป็นความกังวล พอเป็นความกังวลมันเหมือนกับแผลเป็นนี่นะ ดูสิบาดแผลนี่เวลามันเป็นแผลเป็น แผลเป็นจะอยู่กับเราตลอดไป

แผลเป็นของใจ ถ้าใจมันรับรู้สิ่งใดนะ มันเหมือนแผลเป็นในใจ ถ้าแผลเป็นในใจนะ นี่เวลานั่งมันรู้สึกสัปหงกโงกง่วง มันจะฝังใจๆ แล้วมันจะลงร่องอย่างนั้นแหละ นี่เราใช้คำว่า “แผ่นเสียงตกร่อง แผ่นเสียงตกร่อง” นี่เราต้องแก้ไขอย่างนั้น

นี้ก็เหมือนกัน ถ้าจิตใจมันเห็นแสงเราก็ไปกังวลกับมัน กังวลกับมันจิตมันก็ซับ ทีนี้ถ้าเราปล่อยล่ะ? เราปล่อยแล้วนะมันเป็นเรื่องปกติ ทุกอย่างเป็นเรื่องปกติ มันเป็นธรรมดาของมัน ถ้าเป็นธรรมดาของมันแล้วนะเราวางไว้ ถ้าเราหลับตาได้เราก็หลับ เราหลับตาให้เป็นปกติ หลับตาเบาๆ หลับตาแล้วไม่ต้องไปสนใจสิ่งใด แล้วกำหนดพุทโธ พุทโธ หรือใช้ปัญญาอบรมสมาธิ

สิ่งที่ทำมานี่ถ้าใจมันสงบได้แค่นี้พอ แค่นี้พอ แล้วถ้าใจมันสงบแล้วนะ เพราะคำถามมันบอกว่าความตั้งใจ..

“เวลาตั้งใจนี่ฝึกหัดทำสมาธิโดยในใจหวังว่าสักวันหนึ่งเราจะตั้งใจปฏิบัติดังคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เราควรที่จะสามารถได้เห็นความจริงในพุทธศาสนาสักวันหนึ่ง” เห็นไหม

นี่คือเป้าหมาย เป้าหมายตรงนี้ดีมาก ทีนี้เป้าหมายดีมาก สิ่งที่เราจะรู้จะเห็น นี่เราจะรู้จะเห็นว่าสักวันหนึ่งเราจะรู้ธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ตอนนี้เราก็ฝึกหัด

©2011 www.sa-ngob.com

เห็นไหม สักวันหนึ่งเราจะรู้.. เอาอะไรไปรู้? จิตนี่รู้ เวลารู้ธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้านี่รู้กลับมาที่ใจของเรา

"ผู้ใดเห็นธรรม ผู้นั้นเห็นตถาคต"

นี่พุทโธ ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน.. ผู้รู้นี่เป็นผู้รู้ ผู้เห็น ผู้รู้มันจะชำระกิเลสในหัวใจของผู้รู้นั้น ถ้าผู้รู้ เห็นไหม นี่เวลาผู้รู้นะทำลายสิ่งต่างๆ เข้ามาทั้งหมดเลย ว่างเข้ามาหมด ทำลายทุกอย่าง ว่างเข้ามาหมดเลย แต่ตัวมันยังไม่ว่าง พอมันทำลายตัวมันว่างด้วย.. ทำลายตัวมัน! ทำลายผู้รู้นั่นล่ะ ถ้าเจอผู้รู้ที่ไหน ให้ทำลายผู้รู้ที่นั่น ถ้าทำลายผู้รู้ที่นั่น นี้เราไม่เห็นผู้รู้

ถ้าจิตเราเป็นสมาธิ จิตเราเป็นสมาธิ.. พอจิตเราเป็นสมาธิเราออกใช้ปัญญา เห็นไหม นี่ออกใช้ปัญญา ออกใช้ปัญญา นี่รักษาผู้รู้ไว้ ผู้รู้ออกธรรม ผู้รู้ออกธรรม มันทำจนสักกายทิฏฐิ นี่ขันธ์ ๕ ไม่ใช่เรา เราไม่ใช่ขันธ์ ๕ นี่ผู้รู้ออกไปทำลายขันธ์ ๕ ผู้รู้ออกไปอุปาทานในขันธ์ ๕ ผู้รู้ออกไปทางปฏิฆะ กามราคะ เหลือแต่ผู้รู้ชัดๆ ผู้รู้ชัดๆ แล้วผู้รู้นี่พอมันเห็นผู้รู้ มันทำลายผู้รู้ ถ้าทำลายผู้รู้แล้วมันก็จบไง

"สักวันหนึ่งจะรู้ธรรม เห็นธรรมเหมือนองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า"

ถ้าเรามีเป้าหมายอย่างนั้น ฉะนั้น เวลาคำถามข้อ ๑ ๒ ๓ นี่ ๑ ๒ ๓ นี้เพราะว่าเราเป็นผู้ปฏิบัติใหม่ เราอยากจะว่าทำแล้วมันจะได้ผลใช่ไหม? เราพูดตั้งแต่ต้นเรื่องการวิ่งร้อยเมตร ระยะทางของโลก กับระยะทางของวัฏฏะ เพื่อให้เห็นว่าเราปฏิบัติไป ถ้าเป็นธรรม.. ธรรมเป็นธรรม โลกเป็นโลก แต่ถ้าเราคิดเป็นโลก เห็นไหม นี่ต้องเป็นอย่างนั้น ต้องเป็นอย่างนั้น ต้องเป็นอย่างนั้น

เราจะไปบังคับทุกอย่างให้เป็นอย่างที่เราคาดหมายไม่ได้ เวลาเป็นจริงมันเหนือโลก เหนือความคาดหมาย เหนือทุกอย่าง ศึกษาธรรมขนาดไหนว่านิพพานจะเป็นอย่างนั้น พอไปเจอเข้าจริงๆ โอ้โฮ.. นิพพานเป็นอีกอย่างหนึ่งที่เราคาดหมายเลย

ฉะนั้น เขาบอกว่าเขาเรียนวิทยาศาสตร์ด้วย แล้วอยากให้มันเป็นไปตามนั้น ฉะนั้นบอกว่าสิ่งนี้ข้อ ๑ ๒ ๓ ๔ มันเป็นเรื่องเราทดสอบของเรา ฉะนั้น ให้ทำเข้ามาก่อน

ข้อ ๒. พอข้อ ๒. เข้ามานี่ว่า "ถ้าสงบต้องใช้เวลาเท่าไร?" จบ

©2011 www.sa-ngob.com

ข้อ ๓. ที่ว่า “อุปสรรคในการภาวนา” เห็นไหม นี้ภาวนา ถ้าภาวนาเสร็จแล้วนี่ ทำสิ่งนี้ไปเป็นพื้นฐานขึ้นไปเพื่อให้เราได้เข้าไปเห็นความเป็นจริง

นี้เป็นต้นทางนะ ต้นทางของการปฏิบัติ ต้องทำความสงบของใจให้ได้ก่อน ถ้าใจมันสงบแล้วฝึกหัดใช้ปัญญา ต้นทางแล้วเราทำของเรา ปฏิบัติของเรา เปิดช่องทางให้เดินได้ พอต้นทางเปิดทางได้ เราเข้าสู่ถนนหนทาง เข้าสู่มรรคญาณ ถึงที่สุดแห่งทุกข์นะเราจะได้สิ่งที่เราปรารถนา สิ่งที่เราตั้งใจว่า “สักวันหนึ่ง เราจะรู้ธรรม เห็นธรรมเหมือนกับองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า” เอวัง

©2011 www.sa-ngob.com