

รู้เฉพาะตน

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสนฺโต

ถาม-ตอบ ปัญหารธรรม วันที่ ๔ ธันวาคม ๒๕๕๔

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

มันข้อ ๓๑๕. เนาะ

ถาม : อยู่ต่างประเทศ ไม่มีครูบาอาจารย์ ศึกษาทางอินเทอร์เน็ต แต่ไม่รู้จะไปทางไหน ถึงจะเหมาะ แต่ใจเน้นเอาพุทโธ เพราะคิดว่าเดินตามหลวงปู่มั่นคงไม่หลงทางแน่ แต่จิตไม่เคยนิ่ง พอเริ่มนั่งสมาธิและเดินจงกรม มันจะไปคิดเรื่องอื่นตลอด เลยท้อใจว่าที่นั่งสมาธิครึ่งชั่วโมง กับเดินจงกรมครึ่งชั่วโมง มันไม่ได้อะไรเลยนอกจากได้ความเพียรที่ปฏิบัติ อยากขอคำแนะนำจากหลวงพ่อด้วยค่ะ

๑. เวลาที่ใจไปคิดเรื่องอื่นแล้วมันพุทโธไม่ได้ มันอยากคิดเรื่องอื่น เราจะบังคับมันคิดถึงเรื่องร่างกาย เรื่องภายในร่างกายว่าเป็นของเนา همینสลับไปกับพุทโธ หรือกำปรกรรมอื่นๆ ที่ยาวๆ ได้หรือไม่? ทำแบบนี้มันจะเป็นสมาธิหรือเปล่า? หรือแค่ให้มีสติอยู่กับปัจจุบันเท่านั้น เรื่องสมาธิไม่ต้องคิด ถึงอยู่กับปัจจุบันขณะให้ได้ก่อน

หลวงพ่ : นี่เวลาเราเริ่มปฏิบัติ เห็นไหม เริ่มปฏิบัติแล้ว ถ้าโดยธรรมชาติของมนุษย์มนุษย์จะเห็นความผิดพลาดของคนอื่นๆ คน แต่มนุษย์จะไม่เห็นความผิดพลาดของตัวเอง อันนี้ก็เหมือนกัน เวลาเราศึกษารธรรมเราเข้าใจทุกๆ อย่าง แต่พอเวลาเราปฏิบัติขึ้นมาจริงๆ เราจะเดินไม่ถูกทางเลย อันนี้เพราะเหตุใด? อันนี้เพราะว่าเรามีกิเลสอยู่ในหัวใจ

ทีนี้คำว่ากิเลสเรารู้ว่าเป็นกิเลสๆ ความซัดเคืองใจ ความไม่พอใจนี่คือกิเลส เราก็คิดของเราอย่างนี้ เราคิดว่ากิเลสเรารู้จักมัน แต่ความจริงไม่ใช่ ความจริงกิเลสมันใช้ความรู้สึกนึกคิดของเราไปหมดแล้ว กิเลสมันอยู่เบื้องหลัง คือเราไม่ทันใจ อย่างเช่นการ

แข่งขัน เราจะอยู่หลังคู่ต่อสู้เราหนึ่งก้าวเสมอ คู่ต่อสู้เราจะเดินไปข้างหน้าตลอด แล้วเราจะไม่ทันคู่ต่อสู้ตลอดไป กิเลสก็คืออย่างนี้ คือมันจะอยู่ก้าวเดินหน้าเราหนึ่งก้าวๆ ตลอด แล้วเราจะไม่เคยเห็นมันเลย แต่ แต่เข้าใจว่าเห็นนะ เข้าใจว่าเห็นเพราะอะไร? หลวงตาบอกว่า

“กิเลสนี้มันขี้ถ่ายใส่หัวใจของเรา แล้วมันก็ไปนอนหลับอยู่นะ เราเพิ่งรู้ว่าทุกข์
ใจ”

มันขี้ถ่ายใส่หัวใจของเราละ แล้วมันก็ไปแล้ว แต่เราเพิ่งรู้จักอารมณ์ใจ ไม่พอใจก็ทุกข์ ขัดเคืองใจก็ทุกข์ แต่ขัดเคืองใจ ไม่พอใจเกิดจากอะไร? เราไม่เห็นการเกิดของมัน ใจ แต่เราเห็นแต่ความไม่พอใจ เห็นแต่ความขัดเคืองใจ แต่เราไม่เห็นเหตุใจ เห็นไหม ผู้ที่ปฏิบัติถึงบอกว่าพวกเราไม่รู้จักทุกข์หรือ เราบอกทุกข์ๆๆ นี่ไม่รู้จักทุกข์ แต่ในอริยสัง
นะ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค ทุกข์ควรกำหนด แต่เราไม่รู้จักมัน เรากำหนดอะไร?

สิ่งที่เรารู้ นั่นคือวิบากนะ คือผลของทุกข์ต่างหาก ผลที่ว่ากิเลสมันขี้ถ่ายในหัวใจ เราแล้วเราถึงทุกข์ นี่เราก้าวเดินตามหลังมันหนึ่งก้าวตลอด แล้วเราก็กไม่รู้จักมันเลย แต่แต่สำคัญว่ารู้ สำคัญตนว่ารู้จักหมดนะ รู้จักอะไร? รู้จักชื่อมันใจ รู้จักตามทฤษฎีที่เราศึกษามาจากพระไตรปิฎกใจ แต่เราไม่รู้จักความจริงเลย ถ้าไม่รู้จักความจริงอย่างนั้น นี่ปริยัติกับปฏิบัติมันแตกต่างกันตรงนี้ใจ

ถ้าปริยัติพูดถึงธรรมะ พูดถึงปริยัตินี้เขาพูดกันเจื้อยแจ้วเลยนะ นกแก้ว นกขุนทองนะ โอ้โฮ ไปได้เต็มทีเลยนะ พูดธรรมะนี่น้ำไหลไฟดับเลย แต่เอาความจริงเข้าไม่รู้ ไม่รู้ แต่เวลาเราปฏิบัติขึ้นมา เห็นไหม เรากำหนดพุทโธ เราตั้งสติขึ้นมา เขาว่าพวกนี้ไม่มีการศึกษา พวกนี้ไม่รู้จักธรรมะ พวกนี้จะปฏิบัติได้อย่างไร? ในเมื่อเราไม่มีปัญญาเราจะปฏิบัติได้อย่างไร? ปัญญาอะไร? ทามปัญญาอะไร?

ปัญญาที่เขาเข้าใจว่าปัญญานั้นคือสัญญาความจำได้หมายรู้ เขาจำตำรา มา เขาจำทฤษฎีมา เป็นปัญญาของเอ็งหรือ? เป็นธรรมะของพระพุทธเจ้าต่างหาก สิ่งที่เป็นเอ็งจำมาคือพระพุทธเจ้าท่านได้ตรัสของของท่าน ท่านชำระกิเลสของท่าน นั่นคือผลงานขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แล้ววางธรรมวินัยไว้ให้พวกเราก้าวเดินตาม เห็นไหม คูสิ

เราเป็นชาวไทย นี่รัฐบาล หรือการปกครองท้องถิ่น เขาทำถนนหนทางไว้ให้ใครใช้ ให้ประชาชนใช้ใช่ไหม? เราใช้ถนนของเขา เรามีความสะดวกสบายเพราะเราใช้ถนนของเขา

ธรรมเนียมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าก็เป็นถนนหนทาง ข้อวัตรปฏิบัติเป็นเครื่องดำเนิน เป็นเครื่องดำเนินให้เราก้าวเดิน ให้เราก้าวเดินบนถนนนั้น แล้วเป็นถนนของเราหรือเปล่า? เป็นหรือเปล่า? ไม่ได้เป็น แต่เวลาชำระกิเลสขณะมันต้องเป็นถนนส่วนบุคคลไง เรามีสถานที่อยู่ที่ใดที่หนึ่ง แล้วเราจะต้องวางแผน เราต้องวางแผนของเรา เราจะต้องตัดถนนหนทางของเราเพื่อความสะดวกสบายของเรา

ฉะนั้น เราเป็นคนตัดถนนซะเอง เราเป็นคนดูแลรักษาซะเอง เราเป็นคนใช้ซะเอง นี่จึงรู้จำเพาะตน สันติภูมิ ใกรู้จำเพาะตน ถ้ารู้เรื่องอย่างนี้แล้วมันก็จะย้อนกลับมาเรื่อง การปฏิบัติ นี่เขาบอกว่า

ถาม : เดินจงกรมวันละครึ่งชั่วโมง นั่งสมาธิวันละครึ่งชั่วโมง มันจะได้แต่ความเพียร เป็นการปฏิบัติเท่านั้นหรือ? มันจะได้เฉพาะความเพียรที่ปฏิบัติมา แล้วมันจะไม่ได้หรือ?

หลวงพ่ : คำถามครั้งแรกนะ เราบอกว่านี่เราเป็นคนที่มีสติปัญญาพอสมควร เพราะเขาบอกว่า

ถาม : อยู่ต่างประเทศไม่มีครูบาอาจารย์ แต่ก็พยายามดำเนินตามหลวงปู่มัน

หลวงพ่ : นี่อันนี้เราว่าเป็นวาสนา ถ้าเดินตามหลวงปู่มัน เพราะครูบาอาจารย์ของเรา มันตรวจสอบกันมา เรามาอยู่ที่นี้ใหม่ๆ เขาถามว่า

“มันใจได้อย่างไรว่าครูบาอาจารย์ของเราท่านพ้นจากทุกข์?”

เราบอกว่าเรามั่นใจมาก มั่นใจมากเพราะเวลาหลวงตาท่านเล่าให้ฟังบ่อย ว่าหลวงปู่มันท่านสั่งสอน แล้วท่านพูดกับหลวงปู่ขาว ท่านบอกว่าหลวงปู่ขาวนี่เป็นที่พึ่งอาศัยได้ คำว่าเป็นที่พึ่งอาศัยหมายถึงว่าพวกนี้พร้อมเสมอ คือรู้จริงแล้ว ที่นี้คำว่ารู้จริงแล้ว หลวงปู่มันท่านรู้จริงเรื่องหลวงปู่ขาวได้อย่างไร? ฉะนั้น หลวงปู่ขาวกับหลวงปู่มันท่านคุยกัน

ท่านต้องมีความรู้จริง แล้วท่านเจ้าคุณจุม ธรรมเจดีย์ท่านให้หลวงปู่ขาวคุยกับหลวงตา ให้หลวงปู่ขาวคุยกับหลวงปู่ฝั้น

คือเราจะบอกว่าในวงกรรมฐานของเรามีการตรวจสอบกันไง ถ้ามีการตรวจสอบกัน ผู้ที่ตรวจสอบกันแล้วมันเป็นความจริงอันเดียวกัน มันจะออกนอกกลุ่มนอกร้างไปได้อย่างไร? เราถึงว่าเรามีความมั่นใจตรงนี้ไง เรามีความมั่นใจว่าสังคมากรรมฐานเรา หลวงตาใช้คำว่า “ครอบครวักรรมฐาน” ครอบครวักรรมฐานเขาจะรู้ก่อนว่าของใครมีจริงหรือไม่จริง เพราะว่าเขาคูยกันด้วยสังขธรรม คุยกันด้วยธรรมะในหัวใจ เขาตรวจสอบกันเขารู้กัน

ฉะนั้น สิ่งที่ว่าครูบาอาจารย์ของเราเนะ เวลาท่านฌาปนกิจออกมาเป็นพระธาตุๆ หลวงตาบอกพระธาตุมันเป็นปลายเหตุ ปลายเหตุหมายถึงว่าจิตนี้มันฟอกร่างกายนั้น พระอรหันต์ใช้จิตฟอกร่างกายนั้น จิตของพระอรหันต์อยู่ในร่างกายนั้น ดำรงธาตุชั้นธัมมา มันฟอกมาตลอด เห็นไหม เวลาไปเผาแล้วออกมาเป็นพระธาตุ มันเป็นเรื่องผล มันเป็นเรื่องวัตถุ แต่ความจริงถ้าจิตมันไม่เป็นพระอรหันต์ จิตมันไม่ฟอกมันจะเป็นอย่างนั้นไหม? มันไม่เป็นอย่างนั้นหรอก แต่เราก็ไปดูว่าพระธาตุๆ

พระธาตุมันเป็นการยืนยันกันว่าใช่ แต่กว่าที่จะเป็นพระธาตุ ในวงครอบครวักรรมฐานเขาจะรู้กันแล้วว่าใครเป็นหรือใครไม่เป็น ใครเป็นได้มาก ได้น้อยแค่ไหน? ฉะนั้น สิ่งที่ว่าเราเดินตามหลวงปู่ฝั้น คำว่าเราเดินตามหลวงปู่ฝั้น เพราะหลวงปู่ฝั้นมีการตรวจสอบกัน ไม่ใช่ว่าผู้ใดผู้หนึ่งทำได้องค์เดียว ทำได้เหมือนกัน ธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอกว่า

“ไม่มีกำมือในเรา”

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอกไม่มีกำมือในองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แบตตลอด เปิดเผยทุกอย่างให้ทุกคนได้ตรวจสอบหมด เพียงแต่เราต่างหากที่ทำเข้าได้ไม่ถึงตรงนั้นต่างหากละ ฉะนั้น พอเราเดินตามหลวงปู่ฝั้น อันนี้เราก็บอกว่า อืม มันก็เป็นวาสนา ฉะนั้น พอเดินตามหลวงปู่ฝั้นเห็นไหม แล้วหลวงปู่ฝั้นนะ นีศาสนา ผู้ที่มี

คุณธรรมในหัวใจจะเป็นผู้ที่อ่อนน้อมถ่อมตน ความอ่อนน้อมถ่อมตน เห็นใหม่ ธรรมะคือสังขารม ตัณธรรมคือเรื่องปกคิธรรมคา

ฉะนั้น ในการประพฤติปฏิบัติ กำหนดพุทโธ ลมหายใจเข้าออกเป็นเรื่องพื้นๆ เป็นเรื่องธรรมดาๆ นี่แหละ แต่ถ้าใครทำได้มันจะเป็นความจริงขึ้นมา โดยทั่วไปใช่ไหม? นี่โดยทั่วไปเขาจะบอกว่าในพระไตรปิฎก ในคำสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามันจะมีสิ่งใดสิ่งหนึ่งเคยมี แล้วเลอะเลือนไป แล้วจะมีผู้มาค้นคว้า นี่ทำให้มันคลุมหัสจรรย์ คุณที่มันแปลกโลก แต่ถ้าเป็นความจริงนะ นี่ชีวิตเรามีค่ามาก จิตใจของเรามีค่ามาก

ในการประพฤติปฏิบัติ คุณแลรักษาใจเราให้มีพื้นฐาน ถ้ามีพื้นฐานขึ้นมา ฐานที่ตั้งแห่งการงาน ถ้าไม่มีฐานที่ตั้งแห่งการงาน โดยการปฏิบัติมันไม่มีฐานที่ตั้งแห่งการงาน เหมือนกับว่าเราเปิดบริษัท แต่เราไม่มีบัญชีรายรับ รายจ่าย มันจะมีเงินเข้ามาได้อย่างไร? การเปิดบริษัทก็ต้องจดทะเบียน นี่ก็เหมือนกัน ถ้าบุคคลไม่ได้ทำจิตของตัวเองสงบ ถ้าจิตสงบนั้นละคือฐานที่ตั้ง กรรมฐาน พระกรรมฐาน ฐานที่ตั้งแห่งการงาน งานเกิดขึ้นบนภวาวสวะ บนภพ บนหัวใจ เพราะหัวใจนี้ปฏิสนธิจิตเป็นการเกิดและการตาย

สิ่งที่มันเกิดและตายคือความรู้สึกร่างกาย ไม่ใช่ร่างกายของเรา เราตายไปร่างกายอยู่ที่นี้ ร่างกายจะไม่เกิดอีก ร่างกายในชาตินี้คืออยู่ที่ชาตินี้ แล้วร่างกายทางการแพทย์บอก ๗ ปีเท่านั้น เซลล์ในร่างกายจะเปลี่ยนแปลงหมด ของเก่าตายเกลี้ยง ที่เกิดใหม่คือของใหม่ทั้งนั้นแหละ ฉะนั้น สิ่งที่ว่าร่างกายนี้มันไม่เกิด ไม่ตายไปกับเราหรอก จิตมันเกิด มันตายไปกับเรา จิตนี้มันจะไปเกิด ไปตาย

ฉะนั้น ถ้าจิตมันสงบมันจะเข้าไปสู่ตรงนั้น ถ้าเข้าไปสู่ตรงนั้นไปแก้ไข ไปคัดแปลงกันที่นั่น ฉะนั้น ถ้ามีความรู้สึกอย่างนี้ เห็นใหม่ มีความรู้สึกนึกคิดอย่างนี้ แล้วเวลาเราทำ เวลาเราจะประพฤติปฏิบัติขึ้นมา ถ้าทำอย่างนี้แล้วมันจะเป็นแค่ แค่เราได้ความเพียรเท่านั้นหรือ? หลวงตาท่านสอนอย่างนี้นะ ท่านสอนว่า

“จิตของเรามันเหมือนโคล เหมือนควาย”

ถ้าโค ควายเป็นอิสาน ทางชนบทเขาถึงเวลาใช้งานเขาเอามาใช้งาน พอหมดงาน เขาเอาไปเลี้ยงในป่านะ เขา “วัวปล่อย” ไร วัว ควาย วัวปล่อยมันปล่อยอยู่ในป่า แล้วถึงเวลาเขาก็ไปเอากลับมาใช้งาน นี่ที่กลับมาใช้งานต้องไปดูแลมันใช่ไหม? ต้องไปหามัน แต่ถ้า “วัวผูก” ท่านใช้คำว่า “วัวผูกโคผูก” ไร โคตามบ้านเราผูกไว้เพราะมันไปรบกวนคนอื่น เราจะผูกไว้ ปักหลักไว้แล้วผูกโคไว้ให้มันกินหญ้าแถวนั้น ถึงเวลาเราจะใช้สอยเราก็ไปจับเชือกนั้น เอาโคนั้นมาใช้งานได้

ในการประพฤติปฏิบัติเรา ไม่ใช่ว่าถึงเวลาแล้วเราก็จะปฏิบัติ วันๆ หนึ่งนะมีแต่ความทุกข์ ความยาก พอถึงทุ่ม ๒ ทุ่ม ทำวัตรเสร็จก็จะนั่งสมาธิภาวนา นี่โค ควายมันอยู่ในป่า วันทั้งวัน ทุกข์ยากทั้งวัน แต่เวลาจะภาวนาจะหาโคของตัวใจ คือจะหาจิต คือจะทำความสงบ จะมาพุทโธนั่นแหละ แล้วจะพุทโธได้ไหม?

เวลาพุทโธมันก็ทุกข์ยากอย่างนี้ไง แต่ถ้าโค ควายของเราผูกไว้ คำว่าผูกไว้ของหลวงตาที่ว่าวันๆ หนึ่งเราต้องมีสติกับความรู้สึกของเรา เราต้องรักษาใจของเราทั้งวัน ไร ถ้าเวลาทำงานเราก็ทำงานของเรา เวลาเราว่างงานปั๊บเราก็จะพุทโธทันที แล้วพุทโธนี้เราดูแลใจของเรามาตลอด เวลาไปภาวนามันก็มีโอกาส วัว ควายของเรา เราไปจับเชือกเราไปปลดเชือกมามันก็ได้มา

นี่ก็เหมือนกัน ถ้าเราจะพุทโธ พุทโธของเรา ถ้าเรารักษาใจของเรา มา ถึงเวลาเราภาวนามันก็มีโอกาสขึ้น ฉะนั้น ถึงบอกว่าเวลาเราภาวนา เวลามันกำหนดพุทโธมันจะไม่ยอมนึก ไม่ยอมคิด เราจะบังคับให้มันคิดถึงเรื่องร่างกายมันก็ไม่ยอมคิด มันคิดแต่เรื่องที่มันพอใจ สิ่งที่มันพอใจเพราะมันมีรสชาติ หลวงตาบอก “จิตนี้มันเป็นผู้ที่หิวโหยมาก” หิวโหยมากนะ

ดูสิเวลาเราหิวอาหารเราจะหิวกระหายมาก พอเรามีอาหาร เราได้กินอาหารแล้วเราก็จะอิมหันต์ราญ จะมีความสะดวกสบายใจ จิตมันหิวโหยมาก พอจิตมันหิวโหยมาก อารมณ์ความรู้สึกผ่านมามันจะกลืนกินตลอด มันจะเสวยตลอด มันจะจับต้องตลอด พอมันจับต้องตลอดเราก็ทุกข์ยากอยู่ที่นี่ไง ถ้าเราทุกข์ยากอยู่ที่นี่ เห็นไหม เวลาเราจะให้มันไปคิดตามที่เราพอใจมันเป็นไปได้

ฉะนั้น เวลาเรากำหนดพุทฺโธ พุทฺโธคือเราบังคับ บังคับไม่ให้มันกินอารมณ์ที่มันพอใจ คือความรู้สึกนึกคิดที่มันอยากคิด อยากนึก พอมันหิวกระหายมันก็ต้องกินของมัน เป็นธรรมดา อะไรผ่านหน้ามามันไม่ปล่อย ไม่วางเด็ดขาด เราก็พยายามเอาพุทฺโธให้มันดื่มกิน แต่มันก็ไม่อยากกิน มันไม่ต้องการกินเพราะรสชาติคนเคย เห็นใหม่ คนติดสุรา เขาจะดสุราเขาต้องมีความทุกข์มาก เขาต้องบังคับตัวเขามาก

จิตใจมันเคยเสวยอารมณ์ที่มันพอใจ รสชาติมันรุนแรง เห็นใหม่ ความโลภ ความโกรธ ความหลง มันให้ความสะเทือนใจมาก แต่มันก็ชอบ ยิ่งคิดเรื่อง โกรธ เรื่องผูกโกรธ มันชอบมากๆ เลย แล้วเราก็บ่นว่าทุกข์ ทุกข์ ทุกข์ มันก็เหมือนกับคนที่ติดสุรา สุราไม่ดี แต่งเว้นไม่ได้ ง่วงไม่ได้ แต่เขาก็ติดของเขา

จิตก็เหมือนกัน มันติดรสชาติของอารมณ์ ติดรสชาติของความโกรธ ติดรสชาติของความหลง ติดรสชาติหมดเลย แล้วพอเราบอกว่าพุทฺโธ พุทฺโธนี่มันสิ่งที่ดี มันก็บอกว่าไม่ดี ไม่พอใจ ไม่เห็นมีรสชาติเลย ไม่พอใจ ไม่พอใจเราก็บังคับ ทีนี้พอบังคับมันก็ดิ้นรน พอมันดิ้นรนเราก็เกิดอย่างนี้ ต้องใช้บังคับนะ ทีนี้เขาบอกว่าการบังคับมันไม่ใช่การปฏิบัติธรรม การปฏิบัติธรรมต้องมีความสุข การปฏิบัติธรรมไม่ใช่ความทุกข์ นี่ปฏิบัติธรรมแล้วมันทุกข์ได้อย่างไร?

สุข สุขต่อเมื่อมันเป็นผล แต่เมื่อมันเป็นหน้าที่การมันก็ต้องมีการบังคับเป็นธรรมดา ในเมื่อมีการบังคับ แต่ถ้าบังคับแล้วมันได้ผลก็ได้ผล ถ้าบังคับแล้วไม่ได้ผล พอบังคับแล้วมันยังดิ้นรน พอยังดิ้นรนเราก็ใช้ปัญญา ใช้ปัญญาที่ว่าหาทางผ่อนคลายหาทางผ่อนคลาย อย่างเช่นพระ เห็นใหม่ พระเขาย้ายสถานที่ ถ้ามันดิ้นรนนักเขาก็เข้าป่าช้า ถ้าเข้าป่าช้าเอ็งยังดิ้นอยู่ไหมล่ะ? เข้าไปอยู่กับซากศพเอ็งดิ้นไหมล่ะ?

พอมันกลัวมันรีบวิ่งเข้าหาพุทฺโธเลยนะ พุทฺโธอยู่ไหนมันกระโดดเข้าไปใส่พุทฺโธเลย แต่ถ้าไม่เข้าป่าช้ามันคิดเร่ร่อนของมันไปเรื่อยแหละ คิดเรื่องนั่น เรื่องนี้ แต่พอเข้าป่าช้านะ พุทฺโธอยู่ไหน? พุทฺโธอยู่ไหน? เพราะมันกลัวผี พอมันกลัวผีมันก็วิ่งหาพุทฺโธ อันนี้เป็นอุบายของหลวงปู่มั่น ในประวัติของหลวงปู่มั่นนะ ท่านบอกว่าท่านใช้ความกลัว ใช้ต่างๆ ย้อนมาเป็นประโยชน์กับการปฏิบัติ แต่พวกเราใช้ความกลัว กระตุ้นความ

กลัวให้ตกใจกลัว แล้วเราก็จะวิ่งหนี บอกว่าสิ่งนั้นไม่ถูกต้อง ไม่ใช่การปฏิบัติ แต่ครูบาอาจารย์ของเราเนี่ยเกลือกจิ้มเกลือก อาศัยสิ่งนั้นเพื่อให้หัวใจมันสงบได้

อาศัยสิ่งนั้น เห็นไหม หลวงปู่มั่นอยู่ที่หนองผือ องค์กรไหนให้เข้าไปอยู่ในป่า ไปอยู่กับเสือ ไปอยู่กับอะไร ครูบาอาจารย์ท่านบอกว่า ในเมื่อหลวงปู่มั่นเป็นพระอรหันต์ ท่านไม่ให้เราไปตายหрок ท่านต้องรู้อะไรของท่าน ให้ไปไหนก็จะไป แต่ถ้าบางองค์ถ้าไม่ลงใจนะ พอให้ไปไหน ไปที่ไม่พอใจนะไม่ยอมไป คือ แต่ถ้าเราเป็นผู้ปฏิบัตินะ ถ้าครูบาอาจารย์ท่านเป็นครูบาอาจารย์ของเรา ท่านต้องรู้ของท่าน

ถ้าเราไปนะ ถ้าครูบาอาจารย์พอไปสถานที่นั้นนะกลัวมาก ไปอยู่เนี่ยเห็นรอยเสือ มันผ่านไปผ่านมา โอ๊ย กลัวมาก พอกลัวขึ้นมาจิตมันระว่างตัว จิตมันตั้งใจของมัน พอตั้งใจของมันนะมันไม่คิดนอกกลุ่มนอกทาง พอมันก็เริ่มดีขึ้นๆ เห็นไหม นี่ครูบาอาจารย์ของเราท่านผ่านกิเลสแล้ว ท่านรู้ว่ากิเลสมันน่ากลัวขนาดไหน ทีนี้ท่านจะหาอุบายเพื่อให้พวกเราได้ประโยชน์

นี่พูดมาซะยาวเลย ให้เห็นว่าในการปฏิบัติครูบาอาจารย์ที่จะเป็นพระอรหันต์ เช่น หลวงปู่มั่น ครูบาอาจารย์ของเราแต่ละองค์ ท่านก็ผ่านความทุกข์ ความยากมาแบบเรานี้แหละ มาแบบที่ว่ามันนั่งสมาธิครึ่งชั่วโมง เดินจงกรมครึ่งชั่วโมง แล้วไม่เห็นได้อะไร ทุกองค์ที่ผ่านมาก็ผ่านมาแบบนี้ แต่ท่านใช้อุบายของท่าน ท่านหาทางหลบหลีกของท่าน แล้วฝึกฝนมา หลวงตาท่านพูดคำนี้ บอกว่า

“ในการปฏิบัติมียากอยู่ ๒ คราว คราวหนึ่งคือคราวเริ่มต้น กับคราวหนึ่งคือคราวกำลังจะสิ้นสุด”

เช่นที่ว่าจุดและต่อมนั้นแหละ ตรงนั้นนะยากมาก กับคราวเริ่มต้น ท่านบอกการปฏิบัติมีอยู่ ๒ ประเด็นคือปฏิบัติที่ยากมาก ยากมากคือตอนเริ่มต้นเรานี้แหละ ที่จับพลัดจับผลู ที่เรายังหาช่องทางไม่ถูก ยากตรงนี้ แต่ถ้าตรงนี้พอเราพยายามพุทโธของเรา หรือใช้ปัญญาอบรมสมาธิของเรา แล้วเราจับประเด็นได้นะ พอจับประเด็นได้เขาเรียกว่า **“ภาวนาเป็น”**

พอคนภาวนาเป็นนี่เหมือนคนขับรถเป็น คนขับรถไม่เป็น หัดขับรถนี่จับพัดจับ ผิดตลอด แต่พอขับรถเป็น แล้วมีความชำนาญแล้วมันจะไปได้แล้ว คือว่าเราจะไปถึง สถานที่ไหน ปลายทางเราจะไปได้ พอภาวนาเป็นปั๊บมันจะเริ่มก้าวเดินของมันไปเรื่อยๆ แต่ก็ยังติดอยู่นะ เพราะกิเลสมันก็จะเอียงไปเรื่อยๆ มันก็จะหลอกหัวปั่นเลยล่ะ แต่ถ้ามีครูบาอาจารย์เราไป แต่มันก็ยังไปกันได้ แต่ที่ยากที่สุดก็ตอนเริ่มต้นนี่แหละ กับ ตอนขั้นสุดท้าย

ฉะนั้น พอเริ่มต้นนี่มันยาก มันยากเพราะอะไร? ยากเพราะไม่คิดๆ ยากเพราะ กิเลสคิดๆ ยากเพราะความเคยชิน เราใช้ชีวิตของเราประจำวัน บางคนนี่ คนที่มาวัดบอก ว่าเราเป็นดี เราไปวัดทำไม? เราเป็นคนที่ดีสังคมเขายกย่องว่าเป็นคนดีๆ คนดีก็ตายเปล่าๆ ไง เพราะความดีมันตกอยู่ที่โลกนี้ไง แล้วจิตนี้มันต้องเคลื่อนออกจากกายนี้ไป

ดีนี่ดีของโลกไม่ใช่ดีของเรา ถ้าดีของเรา เราหาความดีของเรา หาเพชร นิล จินดา จิตนี้มันเหมือนเพชร ได้เจียรระโนมันไหม? ได้รักษามันไหม? ถ้ารักษาขึ้นมา เป็น ประโยชน์ขึ้นมามันจะเป็นประโยชน์กับเรา แต่เรื่องของโลก หน้าที่การงานของโลกมันเป็น พันธุกรรม มันเป็นเรื่องของสังคม มันเป็นไปไม่ได้

ฉะนั้น สิ่งที่บอกว่าเป็นคนดีแล้วเราต้องไปวัดทำไม? ขนาดนี้มันยังไม่อยากทำ เลย แล้วเวลามันทำขึ้นมาแล้วนี่ อ้าว ทุกข์ที่บ้านทุกข์เรื่องงานก็พอแล้ว ทำไมต้องมาทุกข์ ปฏิบัติอีก อู๊ย ทุกข์ ๒ ชั้น ๓ ชั้น ไหนว่าปฏิบัติแล้วมันสุขใจ ก็คิดไปนู่น อยู่บ้านก็ทุกข์ อยู่แล้ว มาวัดทุกข์กว่าเก่าอีกต้องมาบังคับตนเองอีก ก็บังคับตนเองมันถึงเป็นคนดีใจ แล้วถ้าบังคับตนเองแล้วได้ผลนะ

เพราะลูกศิษย์ที่มาปฏิบัติที่นี่หลายคนมาก พอจิตลงนะ จิตสงบนะ ปล่อยโฮๆ เลย แหละ ร้องไห้ โอ๊ย รำพันเลยนะ มันเป็นอย่างนี้ มันเป็นอย่างนี้ แต่ถ้ายังไม่ได้นะก็ลำบาก มาก แต่พอจิตมันลงนะ เขาบอกเลยเขามาเล่าให้เราฟัง ปล่อยโฮๆ เลยล่ะ มันตื่นตันใจ นี่ สมบัติของเราๆ แล้วสมบัติอย่างนี้เงินก็พันล้านก็ซื้อไม่ได้ เงินซื้อสติไม่ได้ เงินซื้อสมาธิ ไม่ได้ เงินซื้อปัญญาไม่ได้ ใครอยากได้ต้องขวนขวายทำเอา ใครอยากได้ต้องหาเอามา จากหัวใจของตัวเอง

นี่เราพรรณนามาให้เห็นว่ามันทุกซ์ มันยากอย่างไรเง เพื่อให้ผู้ถามไม่น้อยใจใจ
เดี่ยวว่า โอ้อโฮ อยู่ที่อยู่ต่างประเทศ อยู่ที่อยู่คนเดียว แล้วปฏิบัติก็ไม่มีพวก แต่ความจริงมัน
เป็นแบบนี้ ถ้าความจริงเป็นแบบนี้ปั๊บบเราก็เริ่มตั้งประเด็นแล้ว ตั้งประเด็นว่าถ้ามันทุกซ์
ได้เราก็ทุกซ์ ถ้ามันทุกซ์ไม่ได้เราตั้งสติไว้ แล้วตามความคิดไป เขาเรียกว่าปัญญา
อบรมสมาธิ หลวงตาใช้ว่า “ปัญญาอบรมสมาธิ” ท่านบอกทุกซ์ ทุกซ์นี่ “สมาธิอบรม
ปัญญา”

“สมาธิอบรมปัญญา” นะ เหมือนต้นไม้ต้นใหญ่ๆ ต้นหนึ่ง แล้วเราก็ใช้มีด ใช้
ขวานที่โคนต้น เราก็กัดของเราไปเรื่อย ก็เราจะโค่นต้นไม้ โคนไปที่โคนต้นเรื่อยๆ
เวลาถึงต้นไม้มันขาดนะ ต้นไม้ทั้งต้นมันจะล้มลงนะ ตึง! ทุกซ์ ทุกซ์ ทุกซ์ เวลาจิต
มันสงบนะ โอ้อโฮ มันจะสงบมาก มันจะลึกลับซับซ้อนมาก แต่ถ้าเป็นปัญญาอบรมสมาธิ
นะท่านบอกว่าเปรียบเหมือนเราเลาะกิ่งไม้ที่ละกิ่ง ๒ กิ่งลงมาเรื่อยๆ มันจะตัดเล็กตัด
น้อยมา ตัดเล็กตัดน้อยมา เวลามาถึงโคนต้นเราจะให้มันล้มนะมันก็ล้มเบาๆ ใจ

นี่ก็เหมือนกัน ถ้าใช้ปัญญาอบรมสมาธิมันจะใช้เป็นกิ่งเป็นก้านใจ เลาะกิ่ง เลาะ
ใบ เลาะไปเรื่อย ความคิดนะ มีความคิด สติปัญญาที่ตามความคิดไป พอตตามความคิด นี่
เลาะที่ละกิ่งใจใหม่? พอกิ่งนี้เลาะแล้วก็ปล่อย กิ่งนี้เลาะแล้วแล้วก็ปล่อย คือสติตาม
ความคิดไป คิดเรื่องชีวิตเรานี้แหละ ถามตัวเองว่าชีวิตนี้เกิดมาจากไหน? เกิดมาทำไม?
แล้วเกิดแล้วจะไปไหน? ตายแล้วไปไหน?

เวลามานี้คิดแล้วมีสติตามไปๆ ประเดี๋ยวพอมันมีเหตุมีผลขึ้นมามันก็หยุด มีเหตุมี
ผลมันก็หยุด เห็นไหม เหตุผล มีเหตุมีผลกิเลสมันไปไม่รอดมันก็หยุด มันหยุดหมายถึง
ว่ามันใช้ปัญญาที่เหนือกว่าไง เหตุผลของปัญญาที่เหนือกว่าความรู้สึนึกคิด นี่ธรรมของ
องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอกว่า “ปัญญารอบรู้ในกองสังขาร”

สังขาร ความคิด ความปรุง ความแต่ง ความคิดเรานี้เป็นสังขาร มันคิด มันปรุง
มันแต่ง แล้วเรามีปัญญา เห็นไหม สติปัญญามันไต่ทัน พอมันไต่ทัน มันรอบรู้ในกอง
สังขาร สังขารก็หยุด สังขารนี้เท่ากับเราเลาะกิ่งได้กิ่งหนึ่ง ได้กิ่งหนึ่ง แต่กิ่งอื่นยังมีนะ
เดี่ยวก็คิดอีก ก็เลาะกิ่งไปเรื่อยๆ เลาะกิ่งไปเรื่อยๆ พอมันรู้เท่าทันนะมันก็หยุด หยุดเดี่ยว
ก็คิดอีก

คำว่าหยุดนั้นนะมันให้เป็นปัจจัยตัดทิ้ง ให้คนที่ปฏิบัติรู้ว่าคิด รู้ว่าหยุด รู้ว่าคิด รู้ว่าไม่คิด คิดก็คิดได้ ไม่คิดก็ไม่คิดได้ มีสติปัญญาทันตลอด นี่มันเป็นปัญญาอบรมสมาธิ อันนี้ไม่ใช่ภาวนามยปัญญาเลยนะ ยังไม่ใช่ปัญญาในพุทธศาสนาเลย เป็นปัญญาอบรมสมาธิ แต่ทางโลกเข้าใจผิด บอกว่าการใช้ปัญญาๆ ก็ใช้ปัญญาแล้วไง พอใช้ปัญญาไปๆ เเละกึ่งแล้วมันหยุดใช่ไหม? นี่ไงมรรค ผล นิพพาน เขาว่าของเขานะ

นี่เพราะอะไร? เพราะขาดครูบาอาจารย์ ถ้าครูบาอาจารย์ของเราปฏิบัติมา ถ้าไม่รู้แบบนี้ ไม่ผ่านแบบนี้เป็นครูบาอาจารย์ใครได้ ถ้ามันรู้แบบนี้ มันผ่านแบบนี้แล้ว ปัญญาอบรมสมาธิเขาเรียกว่าโลกียปัญญา ปัญญาจากสามัญสำนึก ปัญญาจากของเรา ปัญญาจากความรู้สึกนึกคิดนี้แหละ แต่พอมันทันความคิดเรานั้นก็หยุด พอหยุดไปๆ

นี่สมถกรรมฐาน มันจะกลับไปสู่ฐานที่ตั้งแห่งการงาน พอถึงฐานที่ตั้งแห่งการงาน ความคิดมันเกิดใหม่ เกิดใหม่หมายความว่าเวลาจิตมันเสวยอารมณ์ พลังงานมันออก ความคิด มันต้องมีสิ่งกระตุ้น คือมันต้องมีสัญญาของมัน มันมีเหตุกระตุ้นให้จิตคิด คิดมันก็เสวยอารมณ์ อารมณ์เกิดขึ้น ถ้าจับตรงนี้ได้ มันจะเห็นว่ารูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ความคิดไม่ใช่จิต ชันธ ๕ ไม่ใช่จิต จิตไม่ใช่ขันธ ๕

นี่คนจะเห็นชัดเจนมาก นี่เป็นปัญญาวิมุตติ แต่ถ้าพุทโธ พุทโธ พุทโธจนจิตมันสงบไปเรื่อยๆ นะ เวลาจิตมันสงบแล้วเราน้อมไปเห็นกาย เห็นเวทนา เห็นจิต เห็นธรรม นี่เป็นเจโตวิมุตติ เพราะมันเห็นโดยกำลังของจิต เห็นแล้วก็แยกเป็นไตรลักษณ์นั้นล่ะ แต่ถ้าเป็นปัญญาวิมุตติ นี่ใช้ปัญญาอบรมสมาธิมา มันจะเป็นไปได้

เราจะบอกว่าถ้าพุทโธ พุทโธ พุทโธเราก็พุทโธได้ แต่ถ้ามันพุทโธไม่ได้ หรือพุทโธแล้วมันมีปัญหาหนะ เรามีปัญญาแล้วสติตามไป ตามความคิดนั้นไป นี่ที่ว่า

ถาม : คิดร่างกายที่มันเน่า มันเหม็นสลับกับพุทโธ หรือใช้บริกรรมอื่นๆ หรือยาวๆ ได้หรือไม่

หลวงพ่ : ได้ การทำความสงบของใจมีหลากหลายวิธีการ ทำอย่างไรก็ได้ขอให้ใจสงบ พอใจสงบ ต้องสงบ เพราะสงบแล้วมันสงบจากกิเลส สงบจากแรงขั้วของตัณหา ความทะยานอยาก ถ้ามีแรงขั้วของตัณหาความทะยานอยากแล้วมาตริกันในธรรม ความ

ยั่วของต้นหาความทะยานอยากมันเป็นจินตนาการ มันจะสร้างธรรมะให้เราหมดและนิพพานอยู่แค่มือเอื้อมเลย นิพพานแล้วนิพพานเล่า แต่ไม่เป็นความจริงเลยเพราะจิตไม่สงบ

พอจิตมันสงบ สงบจากอะไร? สงบจากแรงยั่ว สงบจากต้นหาความทะยานอยาก ถ้ามันเกิดปัญญา มันจะเกิดปัญญาเป็นสากล เกิดปัญญาโดยข้อเท็จจริง ถ้าเกิดปัญญาโดยข้อเท็จจริง นั่นล่ะเพราะมันไม่มีกิเลสต้นหาความทะยานอยากจากแรงยั่วของเราไปให้ค่าความรู้สึกนึกคิด ความรู้สึกนึกคิดที่มันมีสัมมาสมาธิที่เป็นฐานรองรับมันเป็นพลังงานสะอาด เวลาเกิดปัญญา เกิดปัญญาตามข้อเท็จจริง ถ้าข้อเท็จจริงมันก็เข้าไปชำระ ไปแยกไปแยะ นี่คือนมรรคญาณ

นี่เวลามรรคมันเดินตัว เห็นใหม่ ที่ว่ามรรคเดินตัว เวลาครูบาอาจารย์ท่านบอกนะ เวลามันหมุนตัวๆ โอ้โฮ ภาวนาไปมันจะไปเรื่อยๆ นะ มันจะหยาบ ละเอียดยของมันไปเรื่อยๆ ถ้าภาวนาไป เส้นทางนี้ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสธรรม เป็นใจฟองแรกที่เจาะฟองอวิชชาออกมา เส้นทางนี้ ครูบาอาจารย์ของเราเดินแล้ว เส้นทางนี้ที่ครูบาอาจารย์เดินแล้ว เส้นทางที่ครูบาอาจารย์เดินไปแล้ว แล้วเราเดินตามเส้นทางนั้น ครูบาอาจารย์ไม่รู้เป็นไปไม่ได้หรอก ถ้าไม่รู้ไม่ใช่ความจริง

ฉะนั้น ถ้าเราปฏิบัติของเรา เห็นใหม่ นี่ถ้ามันใช้ปัญญาอบรมสมาธิ มันปล่อยางขนาดไหน มันเป็นปัญญาอบรมสมาธิ เป็นโลกีย์ปัญญา ไม่ใช่ภาวนามยปัญญา ภาวนามยปัญญาคือโลกุตตรปัญญา โลกีย์ปัญญากับโลกุตตรปัญญา แต่ แต่ต้องใช้โลกีย์ปัญญานี้โดยเป็นพื้นฐาน เพราะ เพราะเราเกิดมาเป็นมนุษย์ สถานะของมนุษย์นี่โลกิยะ โลก แล้วเราเกิดมากับโลก เราอยู่กับโลก เราปฏิเสธไม่ได้ ถ้าเราปฏิเสธโลกคือเราปฏิเสธตัวตนของเรา เราปฏิเสธจิตของเรา เท่ากับเราปฏิเสธความเป็นมรรค ผลของเรา

ฉะนั้น เราต้องเริ่มต้นจากโลกีย์ปัญญา เริ่มต้นจากโลก เริ่มต้นจากเรา เริ่มต้นจากตัวตนของเรา เพราะเราจะชำระกิเลสของเรา ฉะนั้น ถ้าเริ่มต้นที่นี้มันไม่ผิดหรอก เริ่มต้นจากความรู้สึกนึกคิดนี้ไม่ผิด ไม่ผิด แต่เวลาเริ่มต้นแล้วเราต้องพยายามฝึกฝนให้มันก้าวเดินไปตามข้อเท็จจริง ไม่ใช่ว่าอย่างนี้ผิดแล้วปฏิเสธเลย ถ้าปฏิเสธตรงนี้เท่ากับปฏิเสธตัวตน เท่ากับปฏิเสธจิต เท่ากับปฏิเสธกิเลส เท่ากับปฏิเสธสิ่งที่เราจะกระทำ

ฉะนั้น เราต้องตามความเป็นจริง เพียงแต่บอกว่าสิ่งนี้เป็นโลกีย์ปัญญา เป็นข้อเท็จจริงอย่างนี้แล้วเราทำของเราไป นี่ทำเป็นสมถกรรมฐานแล้วจะเกิดวิปัสสนากรรมฐาน แล้วตามความเป็นจริงของมันขึ้นไป นี่พูดยาวมากนะเพราะสงสาร เพราะบอกว่าอยู่ต่างประเทศ ไม่มีครูบาอาจารย์ แล้วทำแล้วก็ล้มลุกคลุกคลาน ฉะนั้น ใช้พุทโธก็ได้ ใช้ปัญญาอบรมสมาธิก็ได้

สิ่งที่ข้อที่ ๑.

ถาม : ๑. เวลาที่ใจไปคิดเรื่องอื่นแล้วมันพุทโธไม่ได้ มันอยากคิดเรื่องอื่น เราจะบังคับมันคิดถึงเรื่องภายในร่างกายว่าเป็นของเน่าเหม็น สลับกับพุทโธ หรือคำบริกรรมอื่นๆ ที่ยาวๆ ได้หรือไม่ ทำแบบนี้มันจะได้สมาธิหรือเปล่า? หรือแค่มีสติอยู่กับปัจจุบันเท่านั้น เรื่องสมาธิไม่ต้องคิด ถึงอยู่กับปัจจุบันขณะนั้นให้ไต่ก่อน

หลวงพ่ : คำว่าอยู่ปัจจุบัน นี่เวลาปฏิบัติไปแล้วมันจะวิตก วิจารณ์ไปข้างหน้า คือว่าเราคาดหมายไป คำว่าปัจจุบัน พอจิตมันเป็นสมาธิแล้วนี่คือปัจจุบัน แล้วพิจารณาไปถ้าเป็นปัจจุบันมันจะเห็นสภาวะตามความเป็นจริง แยกแยะได้ แต่ถ้ามันเป็นอดีต อนาคต เพราะสมาธิมันอ่อนลงแล้วมันไม่เป็นปัจจุบัน คำว่าปัจจุบันมันจะเป็นอีกชั้นตอนหนึ่ง แต่ขณะนี้เราทำจิตเราให้สงบ แล้วเพื่อประโยชน์กับเรา

สิ่งที่ถามมานี้ใช้ได้หมด เพียงแต่ว่าพอทำไม่ได้ก็น้อยใจ ทำไม่ได้ก็มีความทุกข์เท่านั้นเอง อันนี้ถูกต้อง นี่ข้อที่ ๑. เนะ

อันนี้มันตรงข้ามเลย แปลกนะปัญหาจะตรงข้ามตลอด

ถาม : ๗๒๐. เรื่อง “ปัญหาโลกกับธรรม”

กราบนมัสการหลวงพ่ที่เคารพอย่างสูง ผมพึ่งเทศน์หลวงพ่ตลอดทุกวัน วันละ ๒-๓ กัณฑ์เป็นอย่างน้อย บางครั้งก็ฟังซ้ำแล้วซ้ำอีก แล้วพยายามปฏิบัติตามและปฏิบัติจริงอย่างสม่ำเสมอ พอมีปัญหาก็นี้กอยากถามหลวงพ่ แต่ไม่ค่อยได้ถามเพราะเกรงใจ เห็นหลวงพ่ต้องคอยตอบคำถามของผู้มีข้อสงสัยมากมาย

การตอบคำถามที่มีเหตุมีผล พยายามให้เข้าใจ น้ำเสียงเข้มข้ม หนักแน่น บางครั้งก็เหมือนคุณ แต่ตอนคุณกลับรู้สึกถึงความเมตตาที่หลวงพ่อยังต้องมาเหน็ดเหนื่อยกับพวกผม แต่อย่างไรก็ขอให้หลวงพ่อโปรดเมตตาช่วยชี้ทางให้พวกผมต่อไปนะครับ ผมจะพยายามเร่งปฏิบัติ ด้วยเหตุนี้ผมจึงมักจะกลับมาเลือกฟังเทศนาภคณ์ที่มีปัญหาคล้ายๆ กับที่ตัวเองประสบ แล้วนำไปแก้ไขตัวเอง ซึ่งก็มักจะได้ผลโดยตลอด

จากการปฏิบัติหมั่นทำสมาธิ จนรู้ถึงความสงบนิ่งและความตั้งมั่นของจิตที่ไม่มีพันธะต่อขั้น มันเป็นความสุขที่ยากจะอธิบายเป็นคำพูดได้ ไม่ใช่ความสุขที่เหมือนได้สิ่งที่ต้องการ ได้ความสนุกหรือของกินที่อร่อย หลังจากที่ผมพบความสุขแบบนี้ ทำให้ผมอยากทำสมาธิอยู่ประจำ เมื่อใดที่ภาวะจิตวุ่นวาย หรือพบกับปัญหาความเครียด ผมก็จะมาทำสมาธิ ความสงบของจิตมันทำให้ผมรู้สึกมีหลัก ไม่ว่าเหว่ ผมคิดในช่วงนั้นว่าถ้าความตายคือจิตแยกจากขั้น ผมไม่กลัวตายแล้วครับ

แต่ต่อมาเมื่อผมเริ่มนำสมาธิไปใช้วิปัสสนา ผมถึงรู้ว่าจิตที่สงบก็แค่จิตที่ไม่ได้ทำงาน แต่มันยังเต็มไปด้วยความสกปรกมากมาย ผมใช้วิธีการพิจารณากาย จนอนาถกับกาย สลดกับสิ่งที่เห็น สิ่งที่รู้ว่ามันเป็นจริงๆ และเราต้องแยกจากกันจริงๆ กายก็ต้องสลายเป็นดินคำๆ น้ำเหม็นๆ ส่วนจิตก็ต้องเป็นจิตที่ยังคงตั้งอยู่ ผมทำซ้ำอยู่หลายครั้งจนมั่นใจว่าเป็นอย่างนั้นจริงๆ แต่ใจหายมาก มันเศร้าสร้อย บางครั้งน้ำตาซึม ผมอาลัยกับมันมากครับ

แต่มาระยะหลังๆ ผมเริ่มจะยอมรับมันมากขึ้นเรื่อยๆ จนมองเรื่องบางเรื่องที่เคยเป็นปัญหาก็กลับไม่เป็น อารมณ์ที่เคยเกิดก็ไม่เกิด หรือเกิดก็เบาลง จนผมรู้สึกว่าตนเองแปลกไป แต่ก็พยายามทำตัวให้กลมกลืนกับสังคมไปเท่าที่จะทำได้ พุดจาไม่ขวางกระแส ทั้งที่บางครั้งก็เห็นชัดว่าไม่ใช่ แต่บางครั้งผมรู้สึกว่าสังคมเป็นปัญหา หรือเป็นเครื่องกีดกันของผมเช่นกัน บางครั้งก็ไม่อยากสนสังคม แต่ผมไม่ได้บวชเป็นพระ ก็ยังต้องอยู่กับสังคมปุถุชน ผมควรจัดการกับสิ่งนี้อย่างใด? ผมขอรบกวนหลวงพ่เพียงเท่านี้ครับ ขอบพระคุณมาก

หลวงพ่อก : เมื่อกี้เขาบอกว่าเขาอยู่ไกลครูบาอาจารย์ ปฏิบัติไม่ได้ใช่ไหม? อันนี้เขาบอกว่าเขาปฏิบัติได้ เห็นไหม (หัวเราะ) มันตรงข้ามเลยนะ อันนี้เขาปฏิบัติได้ แล้วปฏิบัติแล้วมีความสุขมาก

นี่เวลาเขาพูดอย่างนี้ไง คำว่า “ผมต้องจัดการกับสิ่งนี้อย่างใด?” เพราะการปฏิบัติของเขามา นี่ปฏิบัติมาถูกต้องแล้ว แล้วเขาฉลาด คำว่าฉลาดเพราะอะไร? เพราะเวลาเขาสงสัยแล้วเขาจะกลับไปฟังเทศน์ ฟังเทศน์อย่างน้อยวันละ ๒-๓ กัณฑ์ นี่ฟังในเว็บไซค์อย่างน้อยวันละ ๒-๓ กัณฑ์เขาก็จะหายของเขา แล้วพอมันสงสัยเขาก็เปลี่ยนกัณฑ์เทศน์ไป แล้วกัณฑ์เทศน์ไหนถ้าฟังแล้วได้ผล จะฟังซ้ำๆ นี่มันตอกย้ำ

นี่คนปฏิบัติอย่างนี้ เหมือนเราเวลาเราให้ยาไปหาหมอหมอให้ยา ยาที่ต้องใช้ให้ครบนะ เราจะฉีดซ้ำๆ จนกว่าโรคมันจะหาย นี่ก็เหมือนกัน เวลาเขามีปัญหาในใจ เขาเปิดเทป เปิดไปในเว็บไซค์ไปฟัง ถ้ากัณฑ์ใดมันตอบสนอง เราสงสัยแล้วมันตอบใจ พอตอบใจเขาจะฟังซ้ำๆ พอฟังซ้ำ นี่ไงมันจะมาอย่างนี้ มันจะมีประโยชน์ขึ้นมาเพราะมันไปกำจัดข้อสงสัย

๑. กำจัดข้อสงสัย

๒. ในการปฏิบัตินะ ถ้าเราปฏิบัติอยู่ เราเดินจงกรมอยู่หรือนั่งสมาธิอยู่ มันจะเกิดความสงสัยขึ้นมา แล้วถ้าเกิดเราหาทางออกไม่ได้ นี่ไงเวลาหลวงตาท่านบอก อยู่กับหลวงปู่มันนะ ถ้าออกจากหลวงปู่มันไป ถ้าวันไหนยังแก้ไม่ได้นะ ครึ่งวันนี้แก้ไม่ได้จะรีบกลับไปหาหลวงปู่มันเลย ถ้าไม่รีบกลับไปหาหลวงปู่มันนะ ตัวเองจะต้องใช้ปัญญาบางที ๗ วัน เดือนหนึ่งนะแก้ความสงสัยข้อนี้ไม่ได้

เสียเวลามาก เพราะเราละล้าละลังใจ ปัญญาเราไม่พอ กำลังเราไม่พอ เราต้องคิดหาเหตุหาผลอยู่อย่างนั้นแหละ คิดแล้วคิดอีก คิดแล้วคิดอีกนะ พอสมาธิเสื่อมนะมันก็เป็นสัญญาหมดเลย เราก็ต้องทำสมาธิขึ้นมา พอสมาธิเข้มแข็งก็ไปคิดอีกๆ นี่พูดถึงจะเอาชนะกันด้วยตัวเราเองนะ แต่ถ้าวิ่งกลับไปหาหลวงปู่มันนะ หลวงปู่มันตอบเปรี้ยง! เสร็จเลย นี่หลวงตาพูดบ่อย

กรณีนี้ก็เหมือนกัน ถ้าเขาฟังเทศน์ซ้ำๆ แล้วถ้าเทศน์กันที่ไหนที่มันตรงกับจริต คือมันตรงกับข้อสงสัยของตัวเอง ทำขึ้นมาเรื่อยๆ จนจิตเขาสงบได้ พอจิตสงบแล้วทุกคนจะว่าดีมากมาย แต่ แต่พอเขาบอกว่าเขาหัดใช้ปัญญา เขารู้เลยว่าจิตสงบของเขามันแค่สงบเฉยๆ เห็นไหม นี่มันถูกมาหมดใจ เขาทำถูกด้วย นี่เขาทำได้ของเขาด้วย แล้วเขาทำได้ของเขาด้วย นี่เขาบอกพิจารณากายสลายแล้วก็เป็นคนคำๆ น้ำเหม็นๆ ถ้ามันสลายไปแล้ว จิตมันก็แยกออกมา แต่ให้ทำซ้ำๆ ไป

คำตอบที่บอกว่า “แล้วผมควรทำอย่างไร?” นี่ในเวลาเขาบอกว่าในธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ในธรรมในพระไตรปิฎกที่เขาเถียงกันอยู่ เห็นไหม ว่าถ้าใครบรรลุธรรมแล้ว ใครตรัสรู้เป็นพระอรหันต์แล้วนี่ ถ้าไม่บวชต้องตายใน ๗ วันๆ นี่ไง ถ้าอยู่ในสังคม ใครปฏิบัติ ใครไม่ปฏิบัติไม่รู้ละ ถ้าใครไม่ปฏิบัติไม่รู้เขาก็ต้องพูด ในเมื่อเราเป็นเพื่อนฝูงกัน เราอยู่ในสังคมเป็นเพื่อนรักกัน เป็นเพื่อนแหย่เล่นกัน เขาก็แหย่เล่นเป็นธรรมดา แต่ถ้าเป็นพระเขาไม่แหย่นะ ถ้าเป็นพระแหย่เล่น เออ เขากลับกรรมนะ

นี่ก็เหมือนกัน ถ้าใครปฏิบัติได้ ที่เขาบวชพระกันก็เหตุนี้ไง แต่ แต่โลกเขาตีความกันว่าถ้าไม่บวชแล้ว ๗ วันจะตาย อย่างนั้น อย่างนี้ หลวงตาบอกว่า

“ธรรมะจะฆ่าคนหรือ?”

ธรรมะไม่ฆ่าคนนะ แต่ แต่คนที่มีคุณธรรมเขารู้อะไรควรและไม่ควร ถ้าเราอยู่อย่างนี้ ถ้าเราอยู่ของเรา เราก็อยู่ในขอบเขตของเรา แต่ในเมื่อเราเป็นมนุษย์ เป็นคนเรา ต้องอยู่ในสังคม นี่ถ้ามีคุณธรรมนะ หนึ่งในสี่ในธรรมมันสะอาดบริสุทธิ์กว่า อย่างเช่นศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๑๐ ศีล ๒๒๗ เห็นไหม ถ้าศีลมันคง ศีลที่หนักแน่นกว่า เวลาปฏิบัติไปมันก็ต้องสะดวกง่ายดายกว่าเป็นธรรมดา คนมีเงินมากกว่าก็ต้องซื้อสินค้าได้มากกว่า คนที่มีศีลมากกว่า คำว่าศีลมากกว่า เราก็ต้องปฏิบัติได้ดีกว่า

แต่ที่นี้เราปฏิบัติได้ดีกว่า แต่ถ้ากิเลสมันหนานะ มีพระในสมัยพุทธกาล ไปลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะสึกนะ

“สึกทำไมล่ะ?”

“โธ่ เห็นเยอะมาก นุ่นก็ผิด นี่ก็ผิด” จะลาสิกขาให้ได้เลย

พระพุทธเจ้าบอกว่า “ถ้าถือศีลข้อเดียวล่ะอยู่ได้ไหม?”

“ได้”

“เออ อย่างนั้นให้ถือศีลข้อเดียว”

“ข้อไหนล่ะ?”

“ข้อรักษาใจ รักษาใจให้คิดมันไม่ผิดศีลใจ”

“เออ อย่างนี้อยู่ได้”

นี่ถ้าคนมันวิตกกังวล สมบัติมากเกินไป วิตกกังวลว่ามีมากเกินไปก็ทุกข์อีก ใจมีน้อยกว่าทำไม่ได้ ใจมีมากก็ทุกข์ว่าเพราะมีมาก ฉะนั้น มันอยู่ที่ว่า

ถาม : แล้วสมควรทำตัวอย่างใด? จัดการกับเรื่องนี้อย่างใด?

หลวงพ่ : เราก็จัดการเรื่องนี้ มันมีคนเยอะไป เห็นไหม ที่แบบว่ามีความจำเป็น บางคนมีความจำเป็นนะ ถ้ามีความจำเป็น พระกัศสปะอยากบวชมาก แต่เป็นลูกชายคนเดียว พ่อแม่ในสมัยพุทธกาลเขาอยากให้มีครอบครัว ก็หาภรรยาให้ พอหาภรรยาให้ บังเอิญคนมีบุญนะ พอได้ภรรยา ภรรยาที่อยากออกบวช พระกัศสปะก็อยากออกบวช ก็เลยทำสัญญากันว่า เราจะอยู่ด้วยกัน ด้วยพรหมจรรย์นะ เอาดอกไม้ไปไว้บนที่นอนว่าเราจะอยู่โดยพรหมจรรย์ คือว่าเราจะไม่ยุ่งต่อกัน เพราะเรามีจิตใจจะออกบวชด้วยกัน แต่เราต้องอยู่ด้วยกันอย่างนี้จนพ่อแม่ตายหมดใจ

นี่ก็อยู่กันอย่างนี้ ดอกไม้ที่บนหัวนอนสดตลอดเวลา ไม่เฉาเลย เพราะว่าอยู่ด้วยกันด้วยความสะอาดบริสุทธิ์ ถือศีลสะอาดบริสุทธิ์เลย เพราะอยากออกบวช รอจนพ่อแม่ตายหมดนะ พระกัศสปะนี่ พ่อพ่อแม่เสียแล้วนะสมบัติทั้งหมดเอามาแจกไป สละทานหมดเลย แล้วก็ไปด้วยกันไปบวช พระกัศสปะก็ไปทางหนึ่ง อติศรรรยาก็เป็นภิกษุณีไปอีกทางหนึ่ง สำเร็จทั้งคู่

พระกัสสปะที่ว่าเวลาพระพุทธเจ้าในพระไตรปิฎก เกี่ยวกับพระสารีบุตร พระโมคคัลลานะ พระอานนท์ พระกัสสปะนี่เยอะ พระกัสสปะเพราะว่าเป็นหลักชัยในศาสนา เป็นผู้มีราตรีแบบว่าอายุมาก แต่ปฏิบัติตรงควัตรเข้มแข็งมาก นี่คนเรามีความจำเป็น ถ้ามีความจำเป็นนะเราก็รักษาตัวเรา เราก็แยกแยะของเรา แล้วถ้ามีโอกาส นี่ถ้าบวชเป็นพระเราก็มีโอกาสได้ปฏิบัติมากกว่า เห็นไหม ๒๔ ชั่วโมงสูดตลอด แล้วถ้ามีครูบาอาจารย์ที่ดีนะ จะชี้นำไปทางที่ดี ถ้าไม่มีครูบาอาจารย์เราก็ต้องไปเอง

เราต้องไปเอง เหมือนกับเราเข้าไปอยู่ในถ้ำแล้วเราต้องหาทางออก ต้องขวนขวายหาทางออก คั้นร่นหาทางออก นี่ถ้าอยู่ในถ้ำมันมืดไปหมด เวลาปฏิบัตินะ คำนี้เป็นคำพูดของหลวงปู่อ่อน เขาบอกว่ามรรค ๘ แต่หลวงปู่อ่อนบอกว่า

“ตัน ๘ ตัน ๘ ทิศไง”

มรรค ๘ นะ มรรค ๘ เป็นเครื่องดำเนิน ทางอันเอก เป็นทางออก แต่หลวงปู่อ่อนเราฟังเทศน์หลวงปู่อ่อน หลวงปู่อ่อนว่า “มันตัน ๘ ทิศ มีด ๘ ทิศ” มรรค ๘ ก็ตันหมดทั้ง ๘ ทาง มีดมืดหมดเลยไม่มีทางออก หลวงปู่อ่อน เราฟังเทศน์หลวงปู่อ่อนมา จำแม่นเลย ตัน ๘ ทิศ ไม่มีทางไปทั้ง ๘ ทิศ แต่ของเราบอกว่ามรรค ๘ เส้นทางอันเอก

ความจำเป็นของเรา เราแก้ไขของเรา แต่ที่ปฏิบัติมาแล้วนี่ก็ถูกต้อง เพียงแต่ว่าอยู่ในสังคม เราจะรักษาตัวเราให้รอดได้อย่างไร? เพราะว่ามันไม่มีปัญหาเรื่องการภาวนา เพราะภาวนาเขาฉลาด คำว่าฉลาดเราชม คำว่าฉลาดหมายถึงว่าเขาหาทางออกเองได้ ฟังเทศน์ เขาบอกฟังเทศน์วันละ ๒-๓ กัณฑ์เป็นอย่างน้อย แล้วถ้าฟังกัณฑ์ไหนที่มีความติดขัดอยู่ ถ้ากัณฑ์ไหนฟังแล้วที่มันตรงกับกรปฏิบัติ จะฟังซ้าๆ แล้วขยันหมั่นเพียรมันมาได้แบบนี้ พิจารณากายจนปล่อยกายได้ ทุกอย่างเห็นได้ ให้ขยันทำไปเรื่อยๆ ซ้าแล้ว ซ้าเล่า

มีผู้เขียนจดหมายและไปถามปัญหาหลวงตาเยอะมาก ว่า “การปฏิบัตินี้ถูกไหม?”

หลวงตาบอกว่า “ถูก”

แล้วเขาถามต่อว่า “แล้วควรทำอย่างไร?”

หลวงตาจะบอกว่า “ให้ซ้าลงไป ถ้าถูกแล้ว การทำที่ถูกแล้วคือถูกแล้ว ให้ซ้าลงไป ถูก ซ้าๆ” เหมือนกับการกินอาหาร อาหารของเราไม่เป็นพิษ อาหารของเราที่เป็นประโยชน์ กินแล้วถูกไหม? ถูก แล้วทำอะไรต่อไป? ก็กินอาหารอย่างนั้นแหละ กินอาหารที่ไม่เป็นพิษ กินอาหารที่มีคุณสมบัติกับร่างกายนั้นละ นี่ถูก พอกินบ่อยเข้าๆ ร่างกายต้องเติบโตเป็นธรรมดา

การภาวนานี้ซ้าๆ ซ้าที่เราทำถูกต้อง พอซ้าบ่อยครั้งเข้าจิตใจก็มีประสบการณ์มากขึ้นๆ กิเลสพอมันได้ชำระมากขึ้นๆ มันก็ต้องหาทางหลบหลีก หลบหลีกไป เราก็ซ้าๆ มากขึ้น นี่ก็เหมือนกัน สิ่งที่ทำมันถูกต้องแล้วให้ขยันหมั่นเพียร ทำมาแล้ว ดีแล้วให้ขยันหมั่นเพียร อย่าชะล่าใจ

กิเลสถ้ามันยังไม่ตาย มันหลบหลีกนะ มันไม่ได้ตาย เหมือนกับคนที่เขาทำทุจริต เขาจะหาทางออกของเขา เขาหลบหลีกของเขา เขาไม่ใช่ยอมจำนนนะ เขาไปหาหลักฐานหาวิธีการหลบหลีกแล้วจะมาต่อสู้อีก กิเลส ถ้าเราพิจารณาไปแล้ว ถ้ามันปล่อยวางมันยังไม่ขาดนะ ถ้าชะล่าใจนะ เวลามันเสื่อม เวลากิเลสมันฟื้นขึ้นมาะ มันกระที่บตายเลย ฉะนั้น อย่าชะล่าใจ

นี่ครูบาอาจารย์ท่านบอกว่าภาวนาถูกไหม? ถูกๆ แต่ให้ขยันหมั่นเพียร ให้ทำมากๆ เข้า เพื่อความสำเร็จมันจะรออยู่ข้างหน้า ให้ขยันหมั่นเพียรเพื่อประโยชน์กับการประพฤติปฏิบัติ แล้วสังคมก็ให้หลบหลีกเอา สังคมเป็นแบบนี้ โลกธรรม ๘ มีลาภเสื่อม ลาภ มียศเสื่อมยศ ดีแค่ไหน เรียบร้อยแค่ไหน ถ้าเขาไม่พอใจเขาก็ดิ้นนินทาของเขา ถ้าสังคมที่เขาพอใจ เราทำของเราปกติ เขาก็พอใจของเขา หลวงตาเคยสอน แล้วเราเคยจำ แล้วเราชื่นชอบมาก ท่านบอกว่า

“คนโง่กับคนฉลาดใครมากกว่ากัน? ถ้าคนโง่มันมากกว่า เขาติเตียนนี่เรื่องของเขา ไม่ต้องฟัง แต่ถ้าคนฉลาดนะ แม้แต่คนเดียวพูดก็ต้องฟัง”

หลวงตาท่านพูดอย่างนี้ ถ้าคนฉลาดเขาพูดเพื่อประโยชน์กับเรา คำพูดคำเดียวถ้าเป็นประโยชน์กับเรา เราก็ต้องเอามาเป็นประโยชน์กับเรา แต่ถ้าคนโง่ล่ะ ก็ล้วนคนพูดก็เรื่องของเขา เรื่องของเขาไม่ใช่เรื่องของเรา จบเนาะ เอวัง