

ภavanaติด

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสนฺโต

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๒๓ กันยายน ๒๕๕๕

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

ถาม : ๑๑๕๑. เรื่อง “ทำไมภายหลังทำสมาธิแล้ว รู้สึกมีอาการเพ่งที่บริเวณจมูก และหน้าอกเกือบตลอดเวลา”

กราบนมัสการหลวงพ่อบุญ ได้ฝึกนั่งภavanaมาประมาณ ๕ ปีแล้ว โดยใช้คำบริกรรมพุทโธพร้อมคุณมหายใจ ทุกวันนี้เวลาที่ผมใช้ในการนั่งภavanaประมาณ ๑-๒ ชั่วโมงขึ้นไป อยู่กับว่าวันไหนรู้สึกตัวเบา จิตเบาก็นั่งนานหน่อย ผมจะไม่ค่อยเห็นนิมิต แต่มักจะมีความคิดผุดขึ้นมาบ่อยๆ แต่ผมใช้สติกำหนดรู้สิ่งที่ใจเท่านั้นโดยไม่ตามความคิดไป และตอนนี้ผมมีปัญหาข้องใจมาเกือบ ๒ อาทิตย์แล้วครับ ที่ผ่านมามีได้ลองพยายามแก้ปัญหาด้วยตัวเอง แต่แล้วก็ยังไม่ได้ ผมจึงอยากขอความเมตตาจากหลวงพ่อบุญครับ

๑. ตอนที่นั่งภavanaไปผมรู้สึกว่ามีอาการตึงบริเวณจมูกบ้าง เพดานช่องปากบ้าง หน้าอกบ้าง เหมือนกับจิตมันไปเพ่งนะครับ แต่อาการเหล่านี้มักจะเป็นอย่างๆ ในช่วงแรกเป็นเฉพาะตอนนั่งภavana แต่พักหลังมานี้ แม้ไม่ได้นั่งภavanaก็มักจะรู้สึกได้เกือบตลอดเวลา ก่อนที่ผมจะเป็นแบบนี้มีอยู่กินหนึ่งตอนที่นั่งสมาธิแล้วเกิดปีติ ขนลุกขนพองแรงมาก ซึ่งเมื่อปีติเกิดขึ้นแล้วก็ดับไป และเกิดดับอย่างต่อเนื่องเป็นระยะ ประมาณ ๑๐ กว่านาทีได้ (จากความรู้สึก)

แล้วจากนั้นมา ผมนั่งภavanaไม่นานผมก็มีความรู้สึกว่ามันวูบลง ๒-๓ ที แล้วก็จะมีสติชัดขึ้นมาทันที แล้วอาการตึงหรือเพ่งก็จะเกิดขึ้นเร็วมาก แต่ไม่ได้เกิดตลอดการนั่งนะครับ และไม่ไม่นานมานี้ผมนั่งภavanaไปจิตมันผุดขึ้นมาว่า “หลวงปู่มัน” หลังจากนั้นก็ปรากฏภาพหลวงปู่มันทำยื่นขึ้นมา (ผ่านไปได้แค่วันเดียว ได้เห็นรูปหลวงปู่มันจากหนังสือเล่มหนึ่งที่รุ่นพี่เอามาให้อ่านเหมือนในนิมิตที่เห็นขณะนั่งภavana)

เมื่อภาพหลวงปู่มั้นหายไป สักพักก็ปรากฏนิมิตพระพุทธรูปขึ้นมา ซึ่งนิมิตพระพุทธรูปก่อนหน้านี้นี้มักเห็นบ่อย หลังจากนั้นอาการความคิดก็เกิดขึ้นแล้วดับไปอย่างต่อเนื่อง จนถึงที่สุด อยู่ๆ ก็เกิดได้ยินเสียงหัวใจเต้นแรงมาก ผมมีความกลัวเกิดขึ้น แต่ก็กำหนดรู้อยู่ตลอด ระยะเวลาหนึ่งอาการก็หายไป แล้วผมก็ล้มตาคืน อีกประมาณ ๒ วัน ถัดมาผมก็ได้ยินเสียงลมออกหูคังมาก ซึ่งในขณะนั้นเหมือนมีลมวิ่งวนอยู่ในศีรษะ และมีอาการเสียวนิดหน่อย

ที่นี้กลับมาที่อาการเพ่งนะครับ อาการนี้มักจะทำให้ผมนอนไม่ค่อยหลับ ขณะนอนลงหลังจากหลับตาจะเกิดอาการตึ๊งขึ้นมาทันที และมีอยู่ครั้งหนึ่ง ขณะนั่งกินข้าวอยู่ ผมได้ลองนึกพิจารณาแยกแยะการเกิดขึ้นของอาการนี้ กายและจิตจนเกิดปีติขึ้น หลังจากนั้นอาการนั้นก็หายไป แต่ก็ไม่หายขาด จนผมมีความรู้สึกว่ามันเป็นอุปสรรคต่อการภาวนา และการใช้ชีวิตประจำวันอย่างมาก ไม่รู้ว่าเป็นเพราะกรรมหรือเปล่า ซึ่งตอนนี้ผมกำลังคิดว่าจะลองเลิกนั่งภาวนาไปสักระยะหนึ่ง เพื่อรอดูว่าอาการนี้จะหายไปไหม? หลวงพ่อโปรดเมตตาชี้แนะด้วย

๒. ผมเป็นคนนอนดึกประมาณตี ๒ ตี ๓ และมักจะตื่นเมื่อนอนไปสักประมาณ ๕ ชั่วโมงกว่า ซึ่งเมื่อตื่นมาแล้วผมก็จะนอนภาวนาไปจนกว่าจะหลับอีก แต่พอเวลาเคลิ้มๆ จะหลับจะมีอาการขยับตัวไม่ได้เหมือนผีอำ (คิดไปเอง) จนเมื่อสัปดาห์ที่แล้ว ในช่วงเช้าผมเกิดอาการแบบที่กล่าวมา แต่พอล้มตาคืน ได้มองเห็นประตูห้องน้ำเปิด-ปิดเอง จนผมคิดว่าคงมีวิญญาณเข้ามาในห้องผม ผมจึงได้ตั้งจิตอุทิศส่วนบุญให้ ทันใดนั้นเองก็ปรากฏภาพผู้ชายพุ่งออกมาจากห้องน้ำเข้ามาหาผมอย่างรวดเร็วและขอบคุณครับ หลังจากนั้นก็มักจะรู้สึกตัวขยับไม่ได้ในช่วงเช้าเกือบทุกวัน บางทีก็รู้สึกว่าได้ยินเสียงผู้หญิง ผู้ชายมาเรียกชื่ออยู่ในหู ซึ่งผมก็อุทิศบุญให้ อาการก็หายไป แต่ผมรู้สึกว่า เป็นบ่อยๆ อย่างนี้ไม่ไหวครับ ผมควรจะทำอย่างไร?

ตอบ : นี้เริ่มต้นจากการภาวนา “ผมภาวนามา ๕ ปีครับ” ๕ ปีมาแล้วกำหนดอยู่ การกำหนดมา คำว่าภาวนา ๕ ปี เห็นไหม กำหนดพุทโธ พุทโธพร้อมลมหายใจเข้า-ออกแล้วมันดีขึ้น พอดีขึ้นภาวนามันก็เป็นเครื่องอยู่ ถ้าเป็นเครื่องอยู่ของใจ ใจถ้ามันมีหลักมีการภาวนาอยู่ มันก็มีหลักให้ใจมันได้มีที่พัก มันก็มีเครื่องอยู่ ถ้ามีเครื่องอยู่

ภavanaไปๆ การภavana เห็นใหม่ คนภavanaถ้ามีสติต้องมีปัญญา ถ้าไม่มีสติปัญญา อาการอย่างนี้เขาเรียกว่าติด

นี่ถ้าภavanaติดนะ พอภavanaติดใช้ใหม่ ภavanaพุทโธ พุทโธแล้วกำหนดลมหายใจ พร้อมกับลมหายใจ หรือกำหนดลมหายใจอย่างเดียว หรือภavanaอย่างเดียวนี้ ภavanaไปได้ แล้วถ้ามันเกิดปิติ เกิดอาการต่างๆ พอเกิดขึ้นมา ถ้ามันไม่ติด มันไม่ติดนะ สิ่งที่เกิดขึ้นมามันรู้ใจ สิ่งใดที่เรารู้เราเห็นนี่รู้ได้หมด รู้แล้ววาง รู้แล้ววางแล้วกำหนดพุทโธต่อไป มันจะละเอียดต่อไป มันจะละเอียดเข้าไป แต่เราไปติด คำว่าติดนะ คำว่าติด เพราะเราไม่รู้ถึงติด ถ้าเราไม่รู้เราไม่ติดหรอก อย่างเช่น เราบอกว่าถ้าเราทำสิ่งใดที่มันผิด กฎหมายเราไม่อยากจะทำหรอก แต่ที่เราทำไปเพราะเราประมาทโดยที่เราไม่รู้เราถึงทำไป พอทำไปแล้วถึงว่า อ้อ อันนี้ผิดกฎหมาย ผิดกฎหมาย

อันนี้ก็เหมือนกัน คำว่าภavanaติดๆ เพราะจิตมันติด พอจิตมันติดขึ้นไป พอภavanaไป กำหนดพุทโธพร้อมกับลมหายใจ แล้วพอจิตมันเบา มันนานหน่อย แล้วก็มักจะมีความคิดผุดขึ้นมา แล้วผมก็ใช้สติกำหนดรู้ที่ใจเท่านั้น พอรู้ที่ใจเท่านั้นนี่ปล่อย พอกำหนดพุทโธหรือลมหายใจอานาปานสติ ให้จิตมันเกาะอยู่ที่อานาปานสติ ถ้าจิตมันสงบเข้าไป จิตมันละเอียดเข้าไป นี่ลมหายใจจะละเอียดเข้าไป ถึงกับลมหายใจไม่มีเลย แต่มันรู้ตัวมันชัดเจน มันไม่มีช่องว่างให้กิเลสมันเข้ามาสอด

พุทโธ พุทโธ พุทโธ นี่พุทโธจนพุทโธละเอียด พุทโธจนพุทโธมันละเอียดจนจะนึกไม่ออกเลย แต่ความรู้สึกเราชัดเจน พอความรู้สึกเราชัดเจน เห็นใหม่ เราพุทโธ พุทโธ พุทโธ พุทโธ พุทโธจนพุทโธไม่ได้เลย แต่สติกับจิตมันแน่น มันรู้ตัวตลอดเวลา นี่กิเลสมันเสียบเข้ามาไม่ได้ แต่ถ้าพุทโธ พุทโธ พุทโธแล้วเบื่อ เมื่อย เกรียด วางพุทโธ นี่ช่องนี้จะเป็นช่องให้กิเลสมันเข้ามา

พอมันละเอียดเข้ามา เห็นใหม่ เขาบอกว่า

ถาม : ผมพุทโธพร้อมกับลมหายใจ พอจิตมันเบา พอมีความคิดเกิดขึ้นผมก็ปล่อย นี่ปล่อยพุทโธ ผมก็ปล่อย เห็นใหม่ คือมันปล่อยบ่อยๆ ผมใช้สติกำหนดรู้เข้าไป

ตอบ : คำว่าสติกำหนดรู้ที่ใจ กำหนดรู้ที่ใจ หลวงตาท่านบอกว่าท่านภavana พุทโธ พุทโธนี่นะแล้วเรียนหนังสือไปด้วย ๗ ปีจิตมันรวมได้ ๓ หน แต่พอออกไป

ปฏิบัติจริงๆ ขึ้นมาท่านก็กำหนดรู้ลงที่ใจ นี่จิตมันก็เป็นสมาธิได้ แต่พอเวลามันเสื่อมแล้ว ๑ ปีกับ ๕ เดือนทุกข์เกือบตาย นี่พอมันดูที่จิต มันกำหนดรู้เฉยๆ กำหนดรู้ที่ใจ กำหนดดูจิตนี้แหละ กำหนดรู้ กำหนดดู กำหนดรู้ กำหนดดูนี่มันผลอได้ พอมันผลอได้ ความรู้สึกนึกคิดที่มันเกิดขึ้นมา นี่มันไหลออกมา พอมันไหลออกมา เห็นไหม ไหลออกมาไม่ไหลออกมาธรรมดาอะ พอไหลออกมาแล้วคิด พอคิดขึ้นมาแล้ว พอคิดขึ้นมา ก็มีอาการอย่างนี้เกิดขึ้น

นี่ภาวนาติด พอภาวนาติดขึ้นมาแล้วใครจะแก้ล่ะ? ใครจะแก้ มันก็ต้องจิตดวงนั้น เป็นผู้แก้ แก้อย่างไรล่ะ? แก้กกลับมาที่พุทโธ ึง พุทโธ พุทโธ พุทโธ พุทโธนี่อย่างทั้ง พุทโธ พุทโธไป หรือกำหนดลมหายใจไป อาการที่มันบอกว่า รู้มันรู้มันจะรู้ไม่ได้ รู้ไม่ได้เพราะอะไร? เพราะจิตมันอยู่กับพุทโธ มันเกาะพุทโธไว้ มันรู้เฉพาะตัวแล้วชัดเจน ถ้าไม่ชัดเจนนะจิตมันจะละเอียดเข้ามาไม่ได้

อย่างเช่นพุทโธ พุทโธ พุทโธแล้วละเอียดขึ้น หรือลมหายใจละเอียดขึ้น ละเอียดเพราะอะไร? ละเอียดเพราะจิตมันจับอยู่ จิตมันมีคำบริกรรม จิตมันมีอานาปานสติเป็นที่อาศัย จิตมันต้องมีที่อาศัย พอจิตมีที่อาศัย มันอาศัยสิ่งนี้เข้าไปบ่อยๆ จนมันละเอียดเข้าไป จนเป็นสมาธิมันก็เป็นสมาธิ พอเป็นสมาธิขึ้นมา แต่ถ้าพอเป็นสมาธิแล้วมันเกิดนิมิต นิมิตก็คิดนิมิตอีก

ถ้าคิดนิมิต เห็นไหม นี่พอบอกว่าเวลาพุทโธ พุทโธไปเกิดว่าเป็นภาพหลวงปู่ขึ้นมา เกิดภาพได้ทั้งนั้น ถ้าหลวงปู่มันนะ เราพุทโธ พุทโธ หรือว่าเรากำหนดจิตจนละเอียดเข้ามาเห็นภาพหลวงปู่ หลวงปู่มันมาว่าอย่างไร? หลวงปู่มันมาให้เห็น มาให้เห็นบอกว่าเอ็งกำลังจะปล่อยพุทโธนะ เอ็งกำลังจะมีปัญหาในหัวใจนะ ถ้าหลวงปู่มันมา ถ้าด้วยนิมิตเราตีความว่าอย่างไร? แต่ถ้าครูบาอาจารย์ของเราะ เวลาหลวงปู่มันมา หลวงปู่มันสื่อความหมายกับผู้ที่จิตสงบนั้นได้ด้วย หลวงปู่มันจะสื่อความหมายเลย สื่อว่าจะทำอะไร? ควรทำอะไร? เราจะถามว่าเราจะปฏิบัติอย่างไร?

ถ้าจิตดีนะ ถ้ามันเป็นสัมมาทิฐิ มันเป็นแบบว่าธรรมะมาสอน ธรรมะมาสอน ธรรมะมาเตือน ธรรมะมาบอก ถ้าธรรมะมาบอกมันจะเป็นแง่บวก แง่บวกให้คนที่ภาวนา เจริญออกงาม มีเขาวน มีปัญญา แต่ถ้าเป็นหลวงปู่มันมา แล้วยังมายิ่งง ยังมายิ่งแปลกใจ นี้อย่างนี้มันมาทางลบ ทางลบหมายความว่ากิเลสมันสร้างภาพ ถ้ากิเลสมันสร้างขึ้นมา

มันมีกำลังของมันเราก็พิจารณาได้ เราใช้ปัญญาได้ ถ้าใช้ปัญญาได้จิตมันก็สงบขึ้นมา สงบขึ้นมา ทีนี้สงบอย่างนี้มันก็ไม่ไปติดข้องใจ ภวนาคิตมันจะติดไปหมดเลย ติดแล้ว แก้ไม่ได้

นี่เวลาคนที่ว่าเขาภวนาคิต ติดในขั้นของสมาธิ ติดในขั้นของปัญญา แล้วจะไป ติดตรงไหนล่ะ? ถ้ามันติดไปแล้วนะ พอมันติดนี่เจตนาดีแต่ประสงคร้าย ติดขึ้นมาก็เป็น ธรรม ก็เป็นสมาธิเหมือนกัน แต่ทำไมมันเป็นโทษล่ะ? เป็นโทษคืออะไร? ก็องงๆ ึง ก็อ ขยับไปก็ไม่ได้ ขยับมาก็ไม่ได้ เพราะ เพราะ

ถาม : ๑. ตอนที่นั่งภาวนารู้สึกว่ามีอาการตึงที่บริเวณจมูกบ้าง เพดานช่องปาก บ้าง หน้าอกบ้าง แล้วจิตนี้มันก็เพ่งไป แต่อาการเหล่านี้จะเป็นๆ หายๆ

ตอบ : เริ่มต้น เริ่มต้นมันจะเป็นๆ หายๆ แต่พอเป็นๆ หายๆ แล้วงงไป สงสัยว่า นี่มันคืออะไร? พอสงสัย ไอ้ที่ว่ามันตึง มันปวด มันเจ็บมันก็จะชัดเจนขึ้น แล้วพอชัดเจน ขึ้น จากเป็นๆ หายๆ มันก็เป็นตลอดเวลา พอมันเป็นตลอดเวลา แม้แต่ภาวนาออกมาแล้ว มันก็ยังเป็นอยู่ นี่มันเป็นอยู่ไปเลย ทีนี้พอเป็นอยู่ไปเลย ทีนี้ก็ภาวนา ภาวนาแล้วมันต้องดี ขึ้น ต้องสุขสบาย ทำไมภาวนาแล้วตึงเครียดไปหมดเลย ทำไมภาวนาแล้วหนึ่งมันตึง มัน ทำให้เจ็บปวด มันทำให้ชีวิตนี้ มันใช้ชีวิตปกติไม่ได้เลย

จิตนี้มันเจตนาดี เราเจตนาจะภาวนา แต่มันประสงคร้าย ประสงคร้ายทำให้เรางง ทำให้เราส่งออกไปตามแต่สิ่งนั้น แต่ถ้าเรากลับมาที่พุทโธนะ เจตนาดีต้องให้ผลดี ถ้า เจตนาดีนะ ครูบาอาจารย์ของเรา เวลาภาวนาอยู่ ถ้ามีข้อใดสงสัยนะ อย่างเช่นหลวงปู่ขาว หลวงปู่ขาวท่านเล่าให้หลวงตาฟัง ว่าเวลาท่านอยู่ของท่านนะ ถ้าวันไหนท่านวาง แม้แต่ วางบริหารไว้ผิดที่

คำว่าวางบริหารผิดที่ พระกรรมฐานเวลาเขาเข้าไปที่พัคนะ บาตรนี่เขาจะเอาไว้ ตรงหัวไหล่ใหม่ มีบาตร มีผ้าครอง เขาจะวางของเขาเป็นที่ที่เป็นทาง ถ้าวันไหนวางของไว้ ผิดที่ คือนั่นนะท่านบอกว่าท่านภาวนานะ หลวงปู่ขาวท่านพูดนะว่าคือนั่นท่านนั่ง ภาวนา หลวงปู่มันจะมาเตือนเลย นี่การทำอย่างนี้มันไม่ถูกต้อง การทำที่มันถูกต้องต้อง ไว้เป็นที่ที่เป็นทาง แล้วเป็นที่ที่เป็นทาง แล้วเราเป็นอาจารย์เขา เป็นผู้ใหญ่เราต้องทำเป็น ตัวอย่าง เราไม่ควรทำสิ่งใดที่ลูกศิษย์เห็นแล้วเอาไปเป็นตัวอย่างที่ผิด

นี่หลวงปู่ขาวเล่าให้หลวงตาฟังนะ แม้แต่ของที่วางผิดที่ หลวงปู่มันท่านนั่ง ภาวานานะ พอนั่งภาวานาแล้วจิตมันเป็นสมาธิ จิตมันเป็นกลาง พอจิตเป็นกลาง จิตที่มี คุณธรรม หลวงปู่มันท่านเป็นพระอรหันต์ ท่านละกิเลสไปแล้ว ท่านนิพพานไปแล้ว แล้ว ท่านเอาอะไรมาสอนล่ะ? มโนสัญญาเจตนาหาร นี่สิ่งที่มาคอยบอก คอยสอนหลวงปู่ขาว เพราะหลวงปู่มัน เวลาหลวงปู่มันท่านยังมีชีวิตอยู่ท่านก็บอกกับหมู่คณะนะ บอกว่า หลวงปู่ขาวได้คุณธรรมะกับท่านแล้ว หลวงปู่ขาวมีดีทั้งนอก ทั้งใน เพราะหลวงปู่มันรู้ว่า พระองค์ใดจะมีอำนาจวาสนาบารมีเป็นหลักให้คนอื่นได้เกาะ ให้คนอื่นได้อาศัย

ฉะนั้น ท่านจะมาเตือนหลวงปู่ขาวประจำ หลวงตา หลวงตาท่านไปอยู่ที่จันทบุรี นี้อยู่ที่น้ำตกพลี๊ว เวลาบิณฑบาต นี่พระบิณฑบาตในสวนก็ต่างคนต่างแยกไป แล้วท่าน เดินกลับมา กลับมาแล้วพระเดินนี้ฝนมันตก พอฝนมันตก มันเดินเข้ามามันเป็นคลอง เล็กๆ เขาเอาไม้ลำเดียววางไว้ พระเดินข้ามคลองนั้นแล้วพลาดตกน้ำ เปียกและหมดเลย กลับมาคืนนั้นหลวงตาท่านนั่งภาวานา หลวงปู่มันมาเข้าในนิมิตเลย เป็นหัวหน้าแล้วเอา เปรียบให้พระเด็กๆ เดินแต่ไกลๆ แล้วหัวหน้าก็เดินแต่รอบๆ แค่วัดนี้เอง

นี่หลวงปู่มันท่านมาสอนหลวงตาตอนที่ไปอยู่ น้ำตกพลี๊ว นะ เพราะอันนั้น ตั้งแต่ นั้นมาหลวงตาท่านบอกว่าที่ไหนที่มันเป็นทางไกลที่ลำบาก หัวหน้าต้องไปเส้นนั้น หัวหน้าต้องทำอย่างนั้นเป็นคติ เป็นแบบอย่าง ลูกน้องเอาไว้ข้างหลัง เหมือนเรา ลูกเรา เราจะให้สะดวกสบาย ลูกเราจะให้อยู่ในที่ดีๆ แต่พ่อแม่มันจะหาอยู่หากินเพื่อเลี้ยงปาก เลี้ยงท้องลูกของมัน

นี่ก็เหมือนกัน เราเป็นหัวหน้านะ ถ้าหลวงปู่มันท่านมาเตือน ท่านมาเตือนให้เห็น มันเป็นเรื่องที่เป็นธรรม เป็นธรรมมันเป็นคุณ เป็นประโยชน์ แล้วคนที่ภาวานานะ ครูบา อาจารย์เยอะมาก เวลาภาวานาไปติดขัด นี่พอหลวงปู่มันมาชี้ทางเลย ต้องอย่างนี้ ต้องอย่าง นี้ ต้องอย่างนี้ งงนะ หลวงตาท่านเป็นบ่อ้อย อย่างเช่นเวลาท่านเดินจงกรม จิตนี้ว่างหมด สว่างไปหมดเลย มันก็มองไปสิ่งใดมันแว้งแว้งไปหมดเลย สักพักเดียวธรรมะเตือน ธรรมะไง ธรรมะนี้หลวงปู่มันเตือน ความสว่างไสวนั้นเกิดจากจุดและต่อม ความสว่าง ไสวจะสิ่งใดก็แล้วแต่มันต้องมีที่เกิด มันต้องมีที่ดับ ของสิ่งใดไม่มีจุดกำเนิด จุดเริ่มต้น ถิ่นกำเนิด มันไม่มีสิ่งกำเนิดมันจะเกิดสิ่งนั้นขึ้นมาไม่ได้

ฉะนั้น สิ่งที่สวยงามๆ มันสว่างมาจากไหนล่ะ? มันก็สว่างมาจากภาวสวะ สว่างมาจากภพ สว่างมาจากใจ มันสว่างมันส่งออกไป เห็นไหม พอมันส่งออกไปเราก็มองดู สว่างไปหมดเลย อยู่ เว้งว้างไปหมดเลย แหม ทำไมมันมหัศจรรย์ ส่งออกแล้ว จิตมันออกมาแล้ว นั่นแหละมันบังไว้ไม่ให้ทวนกระแสกลับไปเห็นตัวมัน นี่ธรรมะมาเดือนเลย สิ่งที่สวยงามใสวขนาดไหนนะมันเกิดจากจุดและต่อม มันมีที่กำเนิด แต่ขณะนั้นนะหลวงปู่ มันท่านเสียไปแล้วไง ท่านยังงงของท่านอยู่

สิ่งที่เป็นธรรม ถ้าเห็นแล้วมันเป็นเจตนาดี สิ่งที่เป็นคุณธรรม ผลก็จะดี สิ่งที่ดี แต่ถ้าเป็นคิด คิดโดยกิเลส คำว่าคิดคือกิเลส กิเลสมันเป็นยางเหนียว ตัณหาคือยางเหนียว นี่เอาสิ่งนี้มาหลอกมาล่อ มาหลอกมาล่อว่าเห็นหลวงปู่มัน เห็นภาพหลวงปู่มัน แล้ว วันรุ่งขึ้นก็มีคนเขาเอาหนังสือมาให้ดู นี่เหมือนกับที่เห็นในนั้นเลย เห็นแล้วทำไมมันตึงๆ ละ? เห็นแล้วทำไมมันยังปวดหัวอยู่นี่ละ? เห็นแล้วทำไมมันทุกข์อยู่นี่ละ? เห็นแล้วทำไมเราไม่เข้าใจอะไรเลยละ?

แต่ถ้าเห็นหลวงปู่มันตามธรรมนะ หลวงปู่มันมากก็จะเตือน จะเตือนนะ จะเตือนว่าอย่าทิ้งพุทโธ อย่าทิ้งคำบริกรรม ถ้าเราไม่ทิ้งคำบริกรรมนะ เหมือนเราจูงโค จูงวัวเรา จูงด้วยเชือกไป เราจะจูงพุทโธ พุทโธ พุทโธ พุทโธจนเอาวันนี้เข้าคอก ถ้าเอาวันนี้เข้าคอก ได้มันก็จับโซ่ไหม? นี่จูงมาๆ เสร็จแล้วก็ปล่อยมันกลางทาง วัวมันก็ไปกินหญ้า เส็มหญ้า อยู่ข้างทาง มันก็เข้าป่า เข้าเขาของมันไป มันก็หายไปเลย

นี่ก็เหมือนกัน เราทิ้งคำบริกรรม เราทิ้งกำหนดลมหายใจ ถ้าเราไม่ทิ้งลมหายใจ เราไม่ทิ้งคำบริกรรม สิ่งที่ว่ามันตึงมันจะค่อยๆ หายไป แล้วเราไม่ต้องไปสนใจมัน นี่ เพราะไปสนใจ เจตนาดีไป พอภาวนาไปแล้วมันมีความสว่าง มันมีความเว้งว้าง คิดใจ พอคิดใจขึ้นมา แล้วพอมันสะท้อนขึ้นมามันก็มาตั้งตรงนั้น ตั้งตรงนี้ แล้วพอตั้งตรงนี้จิต มันข้อม มันยังตึงยังสนใจ ยิ่งตึงยิ่งพิจารณา ยิ่งพิจารณาก็ยิ่งตึงมากขึ้น ตึงมากขึ้นก็ยิ่งปวดมากขึ้น มากขึ้น จากมันเป็นๆ หายๆ กลายเป็นขนาดไม่ภาวนาก็เป็น จนบอกว่าตอนนี้จะ เลิกภาวนาพักหนึ่ง

นี่เจตนาดีแต่ประสงค์ร้าย ประสงค์ให้เลิกภาวนา คนเราทำงานยังลำบากลำบากอยู่ ไม่พอกิน บอกว่าไม่ทำงานแล้วมันจะพอกิน พอกินไหม? ทำงานอยู่ อาบเหงื่อต่างน้ำยัง อดมือกินมือ มันบอกว่าไม่ต้องทำงานเลยนะ เสียข้าวปลาอาหารจะไหลมาเลย นี่ก็

เหมือนกัน ภาวานาอยู่ยังทุกซัขนาดนี้ บอกเลิกดีกว่า แล้วเดี๋ยวมันจะดีขึ้น นี่เจตนาดีแต่ ประสงค์ร้าย ภาวานาดินี้ละ คำว่าดีดี ทุกคนภาวานามันก็เป็นอย่างนี้ นักกีฬาที่เขาฝึกหัด กัน เขาต้องฝึกหัดฟิตร่างกายแล้ว โค้ชเขาจะสอนเทคนิคต่างๆ สอนเทคนิคต่างๆ แล้วจะ พัฒนาขึ้น สอนเทคนิคแล้วต้องมีความชำนาญ ต้องมีไหวพริบ ต้องมีปฏิภาณ ต้องมีต่างๆ เพื่อเอาชนะคู่แข่ง

การภาวานาของเรา เห็นไหม กิเลสมันเป็นคู่แข่ง กิเลสกับธรรมเป็นคู่แข่งขันในใจ นี่เราเกิดมาจากกิเลส ทีนี้เราภาวานาไป เราภาวานาไปเพื่อจะชำระกิเลส พอภาวานาเริ่มต้น กิเลสเห็นว่าผู้ปฏิบัติคนนี้ยังไม่มีโอกาส หรือยังไม่เห็นตัวตนของเราเขาก็ปล่อย เราภัก ภาวานาแบบสะดวกสบาย แต่พอเรามีหลักมีเกณฑ์ขึ้นมาละ เดี่ยวมันก็หลอกล่อ เราซ้อม อยู่เห็นไหม แหมบ่สนามซ้อม แต่เวลาแข่งแพ้ทุกที แต่เวลาซ้อมเก่งทุกที

นี่ก็เหมือนกัน เวลาเราฝึกหัดของเราเป็นไปหมดเลย แต่พอเอาจริงเอาจริงจังขึ้นมา เกิดปัญหาแล้ว เกิดปัญหา นี่ภาวานาแล้วคิด แล้วที่ภาวานาเขาไม่คิดล่ะ? เขาไม่คิดนะเพราะ เขาวางพื้นฐานมาดี วางพื้นฐานคือกำหนดพุทโธ พุทโธ หรือปัญญาอบรมสมาธิโดย ความมั่นคง แล้วเวลาออกหัดใช้ปัญญา ปัญญามันมีสัมมาสมาธิ มันมีหลัก มีเกณฑ์ของ มัน มันจะมีกำลังของมัน มันพิจารณาของมันไป มันก็เป็นขั้นเป็นตอนของมันไป คนที่ ภาวานาน้อยมากที่จะไม่คิด มันต้องมีคิด ไม่คิดสมาธิก็ติดปัญญา

ติดปัญญาคือหมายความว่าเวลามันใช้ปัญญาไปแล้วปัญญามันดีมาก มันเห็น ผลประโยชน์มาก อย่างเช่นหลวงตา เห็นไหม คิดสมาธิ ๕ ปี เวลาออกไปใช้ปัญญาขึ้นมา นี่กลับมาคิดสมาธินะ สมาธิมันอนตายอยู่ตั้ง ๕ ปี สมาธิไม่มีประโยชน์อะไรเลย เราก็ใช้ ปัญญาเต็มที่เลย พอใช้ปัญญาไปมันใช้ปัญญามากแล้ว มันไปไม่รอดใจ นี่ขึ้นไปหาหลวง ปู่มัน หลวงปู่มันบอกไอ้บ้ำสังขาร บ้ำสังขาร ต้องให้กลับมาทำสมาธิใจ อ้าว ถ้ามันไม่ใช้ ปัญญาก็แก้กิเลสไม่ได้ไง ก็คิดสมาธิ ๕ ปีมันก็เจ็ด พอเจ็ด ถ้าไม่ใช้ปัญญามันก็แก้กิเลส ไม่ได้

แล้วนี่ก็ใช้ปัญญาแล้ว เออ ปัญญาอย่างนี้ไอ้บ้ำสังขาร อ้าว ถ้ามันไม่บ้ำมันก็แก้ กิเลสไม่ได้ นั่นยิ่งโคตรบ้ำเลย อู๋ย มันได้คิด เห็นไหม กลับมาต้องได้คิด พอได้คิดขึ้นมา มันต้องมีพื้นฐานไปด้วยกัน นี่จะบอกว่าเวลาติดขั้นปัญญามันก็ติด ติดขั้นของสมาธิก็ติด การภาวานาของเรา เราไม่เคยรู้เคยเห็น ทำสิ่งใดไปมันติดหมดแหละ ติดมาก ติดน้อย ถ้า

คิดน้อยมันก็พอจะแก้ไขตัวเองก็ได้ แต่ถ้าคิดมากแก้ไขตัวเองไม่ได้มันต้องมีครูบา
อาจารย์คอยแก้ไข

คำว่าครูบาอาจารย์คอยแก้ไข คือท่านจะให้โจทย์ให้ โจทย์ที่ตรงข้าม ให้โจทย์
ที่แตกต่างกันไป ให้การกระทำที่แตกต่างจากที่เคยทำ แล้วพอเราทำไป เราทำสิ่งที่
แตกต่างมันจะเห็นเอง เพราะสิ่งที่แตกต่างเราจะเทียบเคียงเลยว่าครั้งที่แล้วทำแบบนี้เป็น
อย่างนี้ พอทำแตกต่างผลมันจะเป็นอย่างนี้ สิ่งที่ผลลัพธ์นั้นแหละเราเอามาเปรียบเทียบ
เราจะรู้เลยว่าอันนี้ผิด อันนี้มันไปไม่รอด อันนี้ถูก

นี่ถ้าพูดถึงความแตกต่างมันมี เราทำแล้วครูบาอาจารย์ท่านจะแก้ไข ถ้าเราแก้ไข
ไม่ได้นะพุทธโศกของเราไปก่อน นี่พุทธโศกไป สิ่งที่ว่าเห็นหลวงปู่่มั่น เห็นพระพุทธรูป เห็น
ก็เป็นนิมิต เห็นสิ่งใดก็คือเห็น แต่เห็นแล้วนะ ถ้ามันเห็นกาย เห็นกายก็เป็นสติปัญ
ฐาน ๔ ถ้าจิตมันสงบแล้วมันเห็นจิต เห็นธรรมนี่เห็นอย่างไร? ถ้ามันเห็นโดยโลกอันนั้น
เห็นเป็นจินตนาการ การจินตนาการก็อย่างหนึ่ง ความจริงก็เป็นอย่างหนึ่ง นี่พูดถึงผู้
ปฏิบัตินะ ปฏิบัติมา ๕-๖ ปีแล้ว ค่อยๆ ทำของเราไป นี่พูดถึงข้อที่ ๑

ทีนี้สิ่งที่เกิดขึ้น เวลาข้อที่ ๑ ที่ว่าเวลาเรานั่งภาวนาแล้ว ขณะกินข้าวอยู่เราใช้
ปัญญาพิจารณาแยกแยะ อารมณ์อย่างนี้ จิตอย่างนี้อารมณ์มันเกิดขึ้น อารมณ์นี้มันค่อยๆ
หายไป เพราะถ้ามันไปติดอยู่มันเป็นอย่างนั้น ขณะเราใช้ปัญญาขึ้นมา นี่เวลาที่เรา
แยกแยะ กินข้าวอยู่เอามาแยกแยะว่ามันเกิดขึ้นอย่างไร มันเป็นอย่างไรมันแยกแยะได้ พอ
แยกแยะได้ปัญญามันจะมาสอนใจ ถ้าใจมีปัญญามาสอนมันแล้วมันจะรู้เท่าทันของมัน
พอรู้เท่าทันมัน มันก็เลิกคิด เลิกคิด กำหนดพุทธโศกก็พุทธโศกไป ปัญญาอบรมสมาธิก็ปัญญา
อบรมสมาธิไป เราทำของเราไปตามข้อเท็จจริงนั้น แล้วมันจะเป็นประโยชน์หรือไม่เป็น
ประโยชน์เราจะรู้ของเราเอง แล้วมันจะเป็นของมันไปเอง นี่ข้อที่ ๑ นะ

ข้อที่ ๒. บอกว่า

ถาม : ผมเป็นคนนอนดึก ที่ว่านอนแล้วเคลิ้มคือเกิดผีอำ

ตอบ : คนปฏิบัติแล้วนี่นะ อาการของใจเป็นเรื่องหนึ่ง อาการที่ผีอำ เรื่องของ
โลกมันเป็นไปได้ เพราะโลกนี่นะ สิ่งที่เป็นนามธรรมคือเรื่องจิตกับวิญญาณ เวลาเรื่อง
เทพ เรื่องเทวดา อินทร์ พรหมต่างๆ ก็มี นรก อเวจีก็มี ทีนี้สิ่งนี้มันเป็นผลของวิภูษะ

ธรรมดานี้พรหมก็ต้องอยู่ชั้นพรหม เทวดาก็ต้องอยู่ชั้นเทวดา มนุษย์ก็อยู่ชั้นมนุษย์ สัมภเวสี ฝิเปรตมันก็ต้องอยู่ในภพภูมิของเขา แล้วทำไมมันมาอำกันล่ะ?

กรณีอย่างนี้ พวกไสยศาสตร์เขาเลี้ยงผี เล่นผี เขาเลี้ยงผี เล่นผี เขาทำสิ่งนั้นมาเพื่อประโยชน์กับเขาเอง เพราะอะไร? เพราะว่าเป็นไสยศาสตร์ เป็นการนับถือผี หลวงปู่มั่น หลวงปู่เสาร์ กongsatthamm ได้พยายามดึงชาวพุทธเราให้กลับมาถือพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ถือรัตนตรัย ถ้าถือรัตนตรัย เรามีพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์เป็นแก้วสารพัดนึก เป็นที่พึ่งอาศัย ของสิ่งนี้ ของที่ว่าเป็นผีอำๆ นั่นเป็นเรื่องของเขา

ฉะนั้น บอกว่าเวลาเราภาวนาไป เรามองไปที่หน้าต่างมันเปิด-ปิดได้ เดียวนี้เขาใช้ ริโมทเขาก็เปิด-ปิดได้ จะเข้าประตูบ้าน เขากคริโมทมันก็เปิดเลย ริโมทมันก็เปิด-ปิดได้ ลมพัดมันก็เปิด-ปิดได้ ฉะนั้น ถ้ามันเปิด-ปิดได้มันก็เรื่องของเขา ทีนี้พอเราคิดไปอย่างนั้น พอเราคิดบอกว่ามันเป็นเรื่องของจิตวิญญาณ มันมีภาพผู้ชายพุ่งเข้ามาหาเราเลย มีภาพผู้ชายก็คือภาพผู้ชาย กรณีอย่างนี้ เห็นไหม เราจะบอกว่าภาวนาติดมาตั้งแต่ต้น เวลาข้อที่ ๑ มันก็ติดมาแล้วใช่ไหม? พอติดขึ้นมา นี่มันติดขึ้นมามันก็เป็นอย่างนี้ แต่ถ้าเวลาไม่ติดล่ะ?

หลวงปู่จวนท่านไปภาวนาที่ภูเกล้า ภูเกล้าที่ขอนแก่น พอจิตมันสงบลงกลิ้งเหม็นมาหมดเลยนะ พอกลิ้งเหม็นมาเต็มทีมันก็เห็นเปรตมาสองคนพี่น้อง มาอ้อนวอนมากราบหลวงปู่จวน บอกให้หลวงปู่จวนช่วยเหลือเมตตาด้วย หลวงปู่จวนบอกว่าทำไมเป็นอย่างนี้ล่ะ? ก็บอกว่าเขาทำด้วยอาชีพของเขา เขาได้ทำอย่างนี้มาเขามาเกิดเป็นเปรต ขอให้หลวงปู่จวนเมตตา หลวงปู่จวนท่านก็บอกว่าเมตตา ท่านก็อุทิศส่วนกุศลนะ ท่านภาวนาของท่าน จิตของท่าน เพราะท่านเป็นผู้มีคุณธรรม ท่านแผ่เมตตาให้

นี่เปรตสองคนนั้นก็ลาไป สุดท้ายแล้วหลวงปู่จวนท่านภาวนาวันรุ่งขึ้นนะจิตท่านก็สงบลง เห็นผู้หญิงมาสองคน เป็นเทวดามาสองคนมากราบหลวงปู่จวน ขอบคุณๆ ว่า หลวงปู่จวนท่านได้แผ่เมตตาให้ จากเปรตสองคนนั้นได้ไปเกิดเป็นเทวดา ที่ภูเกล้า จังหวัดขอนแก่น อยู่ในหนังสือประวัติของหลวงปู่จวน ของอย่างนี้ถ้าจิตของหลวงปู่จวนท่านแผ่เมตตาให้ ท่านทำของท่านให้ แล้วเขาก็ได้ประสบความสำเร็จจากเปรตไปเกิดเป็นเทวดา จากเปรตกลายเป็นเทวดา อันนั้นเป็นข้อเท็จจริงของผู้ที่มีคุณธรรม

เราจะบอกว่าเรื่องของวิญญะ เรื่องของกามภพ รูปภพ อรูปภพมันมีอยู่จริง มันมีอยู่จริงด้วยคุณธรรมของจิตใจผู้ที่มีคุณธรรมมันก็เป็นจริง แต่ของเรามันขี้ทุกข์ ขี้ยาก เวลาเปิดขึ้นมาเห็นบานหน้าต่างมันเปิด เห็นลมพัดหน้าต่างมันไหว เห็นประตุมันเปิด ลมพัดมันก็เปิด นีลมนแรงๆ ประตุนีบั้งๆ มันเปิดอยู่ทุกวันแหละ ไม่มีอะไรค้ำไว้ประตุมันติดตลอดแหละ กรณีนี้เราจะบอกว่าสิ่งนี้ไม่มีจริง เรว่ามันมีอยู่จริง ถ้ามีอยู่จริงแล้วมันจะมีประโยชน์ถ้าคนที่มีความคุณธรรม แต่คนที่ยังไม่มีคุณธรรม สิ่งนี้เราไปตื่นตื่นอะไรกับเขา รู้แล้ววางไว้เฉยๆ

ในเรื่องของโลกของจิตวิญญาณของสัมภเวสีเขาก็มีกรรมของเขา เราก็มีกรรมของเรา เราเกิดมาเป็นมนุษย์ขี้ทุกข์ ขี้ยากอยู่ที่นี่เราก็มีกรรมของเรา เราก็พยายามรักษาเราให้พ้นจากทุกข์อยู่ที่นี่ เรากาวนาเราก็กาวนาเข้าสู่อริยสัจสี่ เราไม่ได้เข้าไปเป็นผู้วิเศษไปรู้เรื่องจิตวิญญาณ ไปรู้เรื่องผี เรื่องสาง เรื่องทำอะไรให้เป็นประโยชน์กับเขา ตัวเองยังเป็นประโยชน์กับตัวเองไม่ได้ แล้วมันจะเป็นประโยชน์กับใครล่ะ? เห็นไหม ภาวนาคิด ของนี้มีอยู่จริง หลวงปู่จวนก็ทำได้ แล้วหลวงปู่จวนท่านทำที่ภูเกล้านะ อาจารย์สิงห์ทองท่านก็ทำได้ หลวงตาท่านบอกเทวดามาขอพินท่านเลย

สิ่งที่คนที่เขาทำได้เขาทำได้จริงๆ เขามีคุณธรรมจริงๆ เขารู้ เขาเห็นกันตามความเป็นจริง แล้วมันจะไม่เป็นโทษกับใคร มันจะเป็นคุณทั้งนั้น เห็นไหม เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้ธรรมขึ้นมาเป็นท้าวมนุสสานัง สอนเทวดา สอนอินทร์ สอนพรหม สอนทั้งหมด พระอรหันต์สอนตั้งแต่พรหมลงมา สอนได้ทุกชั้นเลย แล้วมันไม่เป็นโทษกับใครมันถึงสอนได้ เป็นอาจารย์เขาสอนเขาได้ แต่ของเรามันยังทุกข์ มันยังยาก แล้วพอไปเห็นสิ่งนี้

นี่เราพูดมาชะยาวเลยเพราะเราอยากจะให้วางให้หมดใจ คือไม่ให้คิด ไม่ให้คิด แม้แต่การปฏิบัติของเรา แล้วกำหนดคำบริกรรมไว้ชัดๆ จุงโค จุงว้วจะจุงเข้าคอก ต้องส่งที่ปากประตูคอกแล้วปิดประตูให้ดี อย่าจุงมาครึ่งทาง ก่อนทางแล้วปล่อยให้มันหลุดออกไป พอหลุดออกไปแล้ว พอโค ควายมันไปกินข้าวใคร กินถั่วเขียวใคร กินพืชไร่ของใครจะต้องไปใช้หนี้เขา

จิตเวลามันพุทโธ พุทโธมันไม่เข้าถึงจิต มันหลุดออกไปกลางทาง ข้างทางออกไปรู้ ไปเห็นสิ่งที่เห็นมา แล้วก็มาเป็นโทษกับตัว เป็นเวรเป็นกรรมมาหลอกมา

หลอนตัวเอง ให้ตัวเองจะต้องไปใช้ใคร วัวเราไปกินข้าวใครเขาก็ปรับค่าข้าวนั้น ไปกิน
ถั่วเขียวใคร ไร่ถั่วเขียวใครเขาก็ปรับค่าไปกินไร่ถั่วเขียวเขา จิตออกไปรู้มัน รู้มันไปกิน
แล้ว มันไปรู้แล้ว เอาโค เอาควายเราเข้าคอกซะ มีคำบริกรรมพุทโธ พุทโธ พุทโธส่งมัน
เข้าคอกไป มีอานาปานสติกำหนดลมหายใจ เอาหัวใจเราส่งเข้าไปสู่ใจของเราเป็น
สัมมาสมาธิไป อย่าปล่อยให้มันหลุดไป กินข้าว กินถั่ว กินพืชไร่ของคนอื่นให้มัน
เสียหายกับเรา นี่ถ้าภาวนาจิตมันเป็นแบบนี้ ถ้าภาวนาไม่คิดนะมันจะเป็นประโยชน์กับ
เรา

ฉะนั้น

ถาม : แล้วหลังจากนั้นรู้สึกขยับตัวไม่ได้ตั้งแต่เช้าเกือบทุกวัน

ตอบ : ขยับได้ วางไว้หมดใจ เวลาภาวนาเราก็ภาวนา ออกจากภาวนาเราก็เป็น
ปกติ หลวงตาท่านนั่งตลอดรุ่งนะ ท่านบอกว่าที่แรกไม่เข้าใจ นั่งเสร็จก็ลุกเลยล้มตึงเลย
ล้มตึงเพราะอะไร? เพราะมันเหน็บชากินใจ ฉะนั้น เวลาวันไหนถ้ากำหนดดีๆ มันลงดี
นะ ร่างกายไม่บอบช้ำ ลุกไปได้เลย นี่ปกติ แต่ถ้าวันไหนภาวนาไม่ค่อยลง แบบว่ากิเลส
มันต่อต้านมาก ต้องต่อสู้กันเต็มที่เลย

นี่จิตก็ลงเหมือนกัน เพราะนั่งตลอดรุ่งทั้งคืนมันต้องลง แต่ลงด้วยการต่อสู้กัน
ด้วยความรุนแรง เข้าขึ้นมามันจะชาหมด เวลาท่านจะลุกนะ ท่านบอกว่าออกจากสมาธิ
แล้วขานี้ยกขาออกไปก่อน แล้วนั่งรอให้เลือดลมมันเคลื่อนไหวก่อน พอเสร็จแล้วลอง
ขยับปลายเท้า พอปลายเท้าขยับได้ท่านถึงลุกขึ้นแล้วเดินออกไป

ฉะนั้น สิ่งที่ว่าเวลาภาวนา ถ้าวันไหนภาวนาดีมันจะไม่มีสิ่งใดเป็นโทษกับ
ร่างกายเลย แต่ถ้าวันไหนภาวนาไม่ดี เห็นไหม มันจะเหน็บชา มันจะชาไปหมด ร่างกาย
ชาไปหมด นี่พูดถึงเวลาที่เขาภาวนาต่อสู้กับกิเลสมาเขาเจอประสบการณ์แบบนี้ แล้ว
เราเวลาภาวนาไปแล้ว นี่เขาว่า

ถาม : หลังจากนั้นรู้สึกขยับตัวไม่ได้ เป็นเกือบทุกวัน

ตอบ : ขณะที่เราออกมาแล้วให้เป็นปกติ เวลาเข้าภาวนาก็ต้องสู้กันในภาวนา
นั้น นี่มันจะเวทนาเกิดขึ้นมาไหน ถ้าจะสู้กันก็สู้กันให้จบ ถ้าเวทนาสักแต่ว่าเวทนา หรือ

เวทนามันดับลงหมดมันก็คู่สมมาซิ แต่เวลาเราออกมาแล้วก็คือปกติ เราไม่คิดใจ ไม่คิดว่า
 ในเวลานั่งภาวนาก็คิดถึงเวลาจะนอน เวลาจะนอนก็คิดถึงอยากจะไปภาวนา เวลากินข้าว
 ก็อยากนอน เวลานอนก็อยากกินข้าว มันมั่วไปหมดมันก็เลยไม่ได้ประโยชน์สิ่งใดๆ เลย
 นี่ภาวนาติด

ถ้าภาวนาติดนะ แม้แต่กลืนน้ำลาย คนนั่งปกติก็ปกตินะ พอกกลืนน้ำลายแล้วจิต
 มันติด มันรับรู้กลืนน้ำลายนั้น เท่านั้นแหละกลืนน้ำลายอีก อีกอยู่นั้นแหละ เห็นไหม จิต
 มันติด เวลานั่งไปแล้วตัวโยก ตัวคลอนนะ จิตมันไปรับรู้ ตัวคลอนนะ ตัวโยกนะ นั่งก็
 โยกอยู่อย่างนั้นแหละ นี่จิตมันติด แล้วจะแก้ก็แก้พุทโธๆ ให้ชัดๆ นี่จิตมันติด ภาวนาติด
 มันจะเป็นแบบนี้ ค่อยๆ แก้ไป นี่พูดถึงบอกว่าภาวนาแล้วทำไมมันจะเป็นแบบนี้ พอเป็น
 แบบนี้ ภาวนาถ้าดีก็ดีไป ถ้าดีแล้วพอมันติดก็เป็นแบบนี้ ถ้าติด ติดแล้วแก้ไข

จะบอกว่าถ้ามันติด นี่พุทโธ พุทโธจิตมันจะติดนิमित พุทโธไม่ใช่ปัญญา นี่เขา
 บอกว่าพุทโธแล้วมันไม่มีปัญญาเลย พุทโธแล้วมันจะติดตลอดเวลา ติดนิमितไปหมดเลย
 คนเราไม่ติดก็มี ติดก็มี คำว่าติดมันอยู่ที่อำนาจวาสนา แต่บอกว่าใช้ปัญญาไปเลยไม่ต้อง
 กำหนดพุทโธเลย ไม่ต้องทำสมณะเลย อันนั้นมันเป็นสตาฟจิตไว้ สตาฟจิตไว้ในสมมุติ
 สตาฟจิตไว้ในโลก มันไม่เข้าสู่โศคาปัตติมรรค เข้าสู่โศคาปัตติมรรคไม่ได้ เพราะจิตมัน
 โคนสตาฟไว้ สตาฟไว้ไม่ให้เกิดปัญญา สตาฟไว้ไม่ให้ลงสู่สัมมาสมาธิ อันนั้นก็เป็นอย่าง
 หนึ่ง เพราะว่ากรณีถ้าพุทโธ พุทโธเขาจะติเตียนตรงนี้มาก

ฉะนั้น ติเตียนตรงนี้มันก็เป็นเรื่องธรรมดาของคนทำงาน คนทำงานทุกคนต้องคิด
 มาก่อน ถ้าคิดแล้วเราก็แก้ไขให้ถูก คนทำงานมาไม่คิดเลยนี่เอาที่ไหน? องค์สมเด็จพระ
 สัมมาสัมพุทธเจ้ายังคิดพลาดมาก่อน ปฏิบัติอยู่ ๖ ปี คั่นคว่าอยู่นี้มีธรรมใหม่? แต่ตรัสรู้
 ธรรมขึ้นมาแล้วก็จบ นี่ก็เหมือนกัน เราปฏิบัติของเรา มันแก้ไขของเราไปให้เป็น
 ประโยชน์กับเรา จบ

ข้อ ๑๑๕๒. ไม่มี ถึงข้อ ๑๑๕๘. นะ

ข้อ ๑๑๕๙. เรื่อง “ปลากินมดหรือมดกินปลา” เขาได้จัดการแก้ไขแล้วเป็นมดกิน
 ปลา

ข้อ ๑๑๖๐. ไม่มี

ถาม : ข้อ ๑๑๖๑. เรื่อง “ทำอย่างไรสามีติดการพนัน”

กราบเรียนหลวงพ่อก่อน จะมีทางแก้ไขปัญหานี้อย่างไร หรือปล่อยให้ไปตามกรรม

ตอบ : นี่เวลาติดนะ ติดการพนัน บางคนนี่เกิดมาเริ่มต้นเป็นคนดีมากๆ เลย แต่พอมีเพื่อนฝูงหรือมีใครชวนไปเล่นการพนันแล้วติดการพนันนะ ในครอบครัวนั้นจะทุกข์ยากมาก แม้แต่สามีหรือภรรยาคนใดคนหนึ่งติดการพนัน เพราะการพนัน เห็นใหม่ เพราะขณะที่ว่าอ้างเล่าให้ในธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า นักเลงพนัน นักเลงต่างๆ สิ่งนี้มันเป็นสิ่งที่ผิดปกติหมด ถ้าผิดปกตินั้นมีปัญหาแล้ว ถ้ามีปัญหาจะ คำว่าแก้ แก้เราก็แก้ที่ตัวเรา เห็นไหม คุยกันด้วยเหตุด้วยผลว่ามันเป็นคุณหรือมันเป็นโทษ แต่เขาก็บอกว่ามันเป็นของเล็กน้อย มันเป็นเรื่องของแบบว่าเสี่ยงดวง เรื่องให้ชีวิตมีรสชาติ

นี่เวลากิเลสมันหลอกมันหลอกอย่างนี้ แต่เวลามันถลำไปแล้วนะมันไม่เสี่ยงดวงนะสิ มันหมดเลย นี่ติดการพนัน คำว่าแก้ไข เขาถามปัญหาว่า

ถาม : จะแก้ไขอย่างไร? หรือจะปล่อยให้ไปตามกรรม

ตอบ : ในเมื่อเรามีส่วนร่วม ถ้าสามีกับเราเป็นบุคคลคนเดียวกัน ในเมื่อเกิดหนี้สินมันก็เป็นหนี้สินเหมือนกัน ก็ต้องคุยกันด้วยเหตุด้วยผลถ้าเขาฟัง ถ้าเขาไม่ฟังมันก็อย่างที่ว่านี่ปล่อยให้ไปตามกรรม ถ้าเขาไม่ฟังนะ ถ้าไม่ฟังมันก็ต้องดูเหตุผล ใอันนี้มันอยู่ที่เวรกรรม

ข้อ ๑.สามีติดการพนันนะ แล้วถ้าเกิดว่าเราติดการพนันล่ะ? นี่เวลาคนติดการพนันเขาคิดอย่างไร? เขาเห็นอย่างไร? ใจเขา ใจเราใจ คนเขาคิดอย่างไร? แล้วเราคิดถึงความรู้สึกอันนั้น แล้วเราค่อยๆ อธิบาย ถ้าอธิบายไม่ได้มันก็อย่างที่ว่านี่มันเป็นไปตามกรรม

ถาม : ข้อ ๑๑๖๓. เรื่อง “ผู้ที่รักษาศีล ๕ จะไปบำเพ็ญภาวนาที่วัดท่านได้หรือไม่?”

กราบนมัสการด้วยความเคารพอย่างสูง ดิฉันอยากไปภาวนาที่วัดท่านค่ะ แต่ไม่เคยไป ได้แต่ฟังธรรมทางอินเทอร์เน็ต ดิฉันเกษียณปีนี้ค่ะ เวลาเหลืออยู่อยากภาวนา แต่มี

อุปสรรคที่สังขาร ถ้าเวลาหิวจะมีอาการสั่นเพราะเคยเป็นโรคต่อมไทรอยด์เป็นพิษ แต่ขณะนี้หายแล้ว และต้องไปตรวจเช็คเป็นประจำ หลายปีมาแล้วได้ไปปฏิบัติที่วัดบ้านตาด และทุกวันนี้ปฏิบัติอยู่ค่ะ ถ้าที่นี่รักษาстил ๕ ได้ฉันจะไปภาวนาค่ะ อยากไปภาวนาค่ะ

ตอบ : สาธุ สтил ๕ ก็стил ๕ ถ้าพูดถึงผู้ที่มีความจำเป็น มันแบบว่ามาที่วัดแล้วเราจะยกเว้นให้ผู้ที่มีความจำเป็น อย่างเช่นคนที่เจ็บไข้ได้ป่วย คนที่ต้องกินยาอันนี้พอมีสิทธิ์แต่มันต้องเป็นรายบุคคลไป เพราะ เพราะเวลาพูดถึงเงิน เงินทุกคนอยากได้เงินทองมากมาย แต่เวลาถือศีลมันก็เหมือนเงินทอง สтил ๕ สтил ๘ สтил ๑๐ เวลาให้ทอง ๕ บาท ทอง ๘ บาท ทอง ๑๐ บาท อย่าเอา ๑๐ บาท ให้เอา ๕ บาทนะ อย่าเอา ๑๐ บาท เวลาทองอยากได้ ๑๐ บาทไม่เอา ๕ บาท แต่เวลาถือศีลจะถือศีล ๕ ไม่เอาศีล ๑๐ เวลาถ้ามันเป็นประโยชน์คนจะเห็นใจ

กรณีนี้มันอยู่ที่มากุศลกับเจ้าหน้าที่ แล้วถ้ามันมีความจำเป็น มีความจำเป็นเป็นเฉพาะรายบุคคลไป ไม่ใช่ถือศีลตายตัว ไม่ใช่ถือกฎตายตัว กฎของเรานี้เป็นเฉพาะกฎกติกาเพื่อคนกลุ่มชน เพื่อคนกลุ่มใหญ่ แต่ถ้าใครมีความจำเป็นเฉพาะบุคคลอนุญาตเฉพาะบุคคลๆ ไป ที่นี้บุคคลที่ควรจะทำได้ ควรจะมีประโยชน์ได้ เราก็ควรทำเพื่อประโยชน์กับตัวเอง ใครถือศีลที่มากกว่าเป็นประโยชน์กับตัวเองไป อย่างเช่นธุดงค์วัตรๆ พระป่าฉันมือเดียวกับไม่ฉันมือเดียวเขาไม่ปรับอาบัติหรอก แต่ทำไมเราฉันกันมือเดียวล่ะ? ทำไมพระอดอาหารล่ะ? เพราะเขาหวังดี หวังเพื่อประโยชน์กับเขา เขาหวังดี แต่มันต้องลงทุนลงแรงกันมา ฉะนั้น ผู้ปฏิบัติก็ต้องคิดตรงนี้ไป

ฉะนั้น

ถาม : ถือศีล ๕ จะมาปฏิบัติที่วัดท่านได้หรือไม่?

ตอบ : จะบอกว่าได้มันก็เป็นกติกาไปเลยนะ เพราะกติกาของเราฉันมือเดียว กินกันมือเดียว แต่ถ้าผู้ที่มีความจำเป็น ผู้ที่ต้องการ มีความจำเป็น ต่อมไทรอยด์เป็นพิษอย่างนี้ฉันได้ คุณได้ คือถ้ามีเหตุมีผลแล้ว ธรรมะเป็นเหตุและผลรวมลงเป็นธรรม ถ้ามีเหตุมีผล เหตุผลฟังขึ้นใช้ได้ ถ้าเหตุผลฟังไม่ขึ้น ไม่ให้ แต่ถ้าเหตุผลฟังได้ใช้ได้ ถ้าเหตุผลใช้ได้นะ ถ้าเหตุผลใช้ไม่ได้ ไม่ได้ เพราะเหตุผลไม่ได้ก็เลสมันอ้าง ถ้ากิเลสอ้าง

เล่าห์ พวกเราจะไม่มีที่พึ่งอาศัยนะ ก็เลสอ้างเล่าห์พวกเราจะหวังแต่ความสุขสบาย แต่ไม่หวังมรรค หวังผล ถ้ากิเลสอ้างเล่าห์นี้ไม่ได้ แต่ถ้ามีความจำเป็น ถ้ามีความจำเป็นและมีเหตุมีผลพึงขึ้น ได้เอวัง