

สูตรเฉพาะไม่มี

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๖ ตุลาคม ๒๕๕๖

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

ข้อ ๑๔๒๗. เนาะ

ถาม : ข้อ ๑๔๒๗. เรื่อง "สงสัยในการภาวนา"

กราบนมัสการหลวงพ่อบรมิคำถามขอเรียนถามดังนี้ครับ เมื่อผมลองพยายามยกจิตขึ้นพิจารณาจะมีอาการคือผมเริ่มพิจารณาได้เล็กน้อย หลายครั้งจะพบปัญหาจิตถอนออกจากสมาธิทันที ทำให้พิจารณาต่อไม่ได้ ผมจึงอยากทราบว่าเพราะเหตุใด และควรจะทำอย่างไรครับ ขอบพระคุณอย่างสูง

ตอบ : คนถามที่ถาม ถามมาเยอะมากเลย ถามเรื่องการภาวนามาเยอะ แล้วพอถามมาแล้ว ก่อนที่จะปัญหาเขาก็เขียนสรุปมาว่า "ผมรบกวนหลวงพ่อบรมิคำถามแล้ว ผมจะพยายามทำเต็มที่ แล้วผมจะรบกวนหลวงพ่อบรมิคำถาม" มาอีกแล้ว

นี่ไงเพราะก่อนที่เขาถามมานี้เราก็ตอบมาเรื่อย เราตอบมาเพราะว่าเรื่องการแสวงหาครูบาอาจารย์นี้แสนยาก เราบวชใหม่ๆ นะหาครูบาอาจารย์ไปเถอะ เพราะเราไม่มีพื้นฐานสิ่งใดเลย เพราะเรื่องศึกษาทางธรรมะเราไม่ได้ศึกษามาเลย ไม่ศึกษามาเพราะอะไร? เพราะเราไปทำบุญ สมัยก่อนจะบวชเราไปทำบุญ เราไปตามวัดป่า แล้ววัดป่าเขาจะให้เน้นปฏิบัติเป็นหลัก แล้วถ้ารู้มาก ยิ่งรู้มาก ฉลาดมากในทางโลก จะโง่มากต่อกิเลส กิเลสมันจะจี๋หัวเอา เรื่องการศึกษาทางปริยัติ

ขนาดเราออกไปรุดงค์นะ ไปเจอกับมหาอุดร เขาเป็น ๕ ประโยคจากวัดบวรฯ ตอนนั้นเขาสึกไปแล้วไปเป็นศาสตราจารย์เลยนะ นี่เขาสึกไปแล้ว แต่ไปเจอกันในป่า เขาขอร้องให้เราเรียนก่อนนะ เพราะเวลาคุยกันโดยส่วนตัวไปเจอกันในป่าแล้วมันคุยกัน เขาเห็นว่าเรามีเขาวนัปัญหา เขาได้ขอร้องบอก หงบเว้ย ขอร้องนะให้ไปเจอเขาที่วัด ด้วย

ความที่เราเป็นลูกผู้ชายคุยกันเราก็ไป เราไปพักที่วัดบวรฯ ไปพักกับเขานี้แหละ ชื่อมหาอุดร ๕ ประโยค สึกไปแล้ว ตอนนี้เป็นทหารอากาศหรืออะไร เพราะเขาสึกไปแล้วไปเจอกันอยู่เขาพยายามจะให้เรียนไง เขาอ่อนวอนขอจะให้เรียนก่อน แต่เรากลัวมาก เรากลัวว่าการปฏิบัติเรามันจะก้าวหน้า ไม่ก้าวหน้า

ฉะนั้น สิ่งที่ก่อนที่เราบวช การแสวงหาครูบาอาจารย์นี้แสนยาก พอหาครูบาอาจารย์แสนยากปั้บเราก้รู้คงค้ไป ปฏิบัติไปกับครูบาอาจารย์ในแนวทางปฏิบัติ คือพระป่าว่าอย่างนั้นเถอะ แล้วก็โดนหลอกเยอะมาก ครูบาอาจารย์ที่ปฏิบัติยังไม่เป็น พื้นฐานพอเริ่มปฏิบัติ เพราะไปเจอครูบาอาจารย์ที่เป็นจริงแล้วมันซาบซึ้งมาก ซาบซึ้งเพราะไปเจอหลวงตา หลวงตาท่านพูดประจำ นี่มันซาบซึ้งเพราะอะไร? ซาบซึ้งบอกว่าการปฏิบัติยากที่สุดคือคราวแรก คราวเริ่มต้นยากที่สุด กับคราวสุดท้าย การปฏิบัติมันยากตอนพื้นฐาน พื้นฐานตอนเริ่มต้นนี้ยากมากเลย เพราะมันเหมือนหญ้าปากคอก หญ้าปากคอกมันจับปลัดจับผลูยากมาก แล้วจะยากอีกทีหนึ่ง

นี่คำพูดของพระอรหันต์ คือหลวงตาเป็นคนพูดเอง แล้วเราปฏิบัติไป โอ้โฮ มันซาบซึ้งมาก ท่านบอกว่ายากที่สุดคือคราวแรก คราวแรกที่จะภาวนาเริ่มต้น เขาเรียกภาวนาให้เป็น เพราะภาวนาเป็นปั้บ เหมือนคนทำงานเป็นมันก้าวเดินไปได้แล้ว แล้วมันจะไปสรุปอีกทีหนึ่งตอนจะเสร็จงาน ตอนเริ่มต้นทำงาน ระหว่างทำงานนี้คล่องตัว เพราะเราทำงานเป็นแล้วใช้ใหม่มันก็ขยับไปได้เรื่อยๆ ตอนเริ่มต้นทำ เริ่มต้นทำคนประกอบธุรกิจใหม่ จะจับปลัดจับผลูหาทางไปได้ยากมากเลย แต่พอธุรกิจเรายืนตัวได้แล้ว ไปแล้ว แล้วตอนที่เลิก เซ้งให้คนอื่นไป ตอนที่เลิก ถ้าไม่เลิกนะจะมีคู่แข่งันยากที่สุดคือตอนเริ่มต้นกับตอนที่สุด นี่หลวงตาท่านพูด

ฉะนั้น พอท่านพูดเสร็จปั้บเราก้เอามาประสบการณ์ของเรา ประสบการณ์ของเรา นะตอนที่เราก้ออกปฏิบัติ เวลาไปเจอมหาอุดรเขาก็จะให้เราไปเรียน เราไปวัดบวรฯ ไปอยู่พักหนึ่ง โอ้โฮ ต้องใช้เขาวนัญญานาคูละ เพราะ

๑. จะรักษาคุณกวัตรของตัวเองไว้เพราะไม่ฉันท

๒. สิ่งที่เป็นจุดคงค้ สิ่งที่เป็นจุดคงค้หมายความว่ากินมือเดียว เพราะเขากินนมกันว่าอย่างนั้นเถอะ เราก้ต้องหลบ ต้องหลีก

โธ่ย ไปอยู่ที่นั่นต้องใช้เขาวนปัญญาอย่างสูง เพราะรู้จักสนิทกัน สนิทกันแล้วเราจะไปทำอะไรที่มันเป็นการหักพร้าด้วยเขามันก็ไม่สวย โธ่ย ต้องใช้เขาวนปัญญาอย่างสูงเสร็จแล้วก็หาอุบายออกไปเที่ยวต่อ เราถึงมาเห็นนะ แล้วพอไปศึกษากับผู้ที่ปฏิบัติ อย่างนี้ไปไหนมาสามวาสองศอก ตามอย่างหนึ่งก็ตอบอย่างหนึ่ง แต่เรากาวนาไม่เป็นเราก็เชื่อคำตอบของเขา พอเชื่อคำตอบของเขา กาวนาไปมันก็หลงทางไป จับพลัดจับผลูอยู่อย่างนี้ เราเป็นมาเอง

สิ่งที่ว่าครูบาอาจารย์หายาก ครูบาอาจารย์หายาก เวลาหลวงตาท่านพูด ครูบาอาจารย์ท่านพูดมันซาบซึ้ง ซาบซึ้งเพราะอะไร? ซาบซึ้งเพราะครูบาอาจารย์ของเรา ทุกคนที่ปฏิบัติ ทุกคนเรียนหนังสือมา ทุกคนจะเจอครูที่ดีและครูที่เห็นแก่ตัว เจอครูที่แสวงหาผลประโยชน์ เจอครูที่กะล่อน ทุกคนเรียนหนังสือมาทุกคนจะรู้ ปฏิบัติก็เหมือนกัน ถ้าไปเจอครูบาอาจารย์ที่จริง ครูบาอาจารย์ที่ดีนะท่านจะบอกเราโดยที่ว่าโธ่ยโธ่ย ยิ่งกว่าพ่อยิ่งกว่าแม่ พ่อแม่ครูจารย์ ยิ่งกว่าพ่อยิ่งกว่าแม่เพราะ ท่านจะบอกอุบายเรา ถ้าบอกตรงๆ คนเรามีทิฐิมานะ คนเราถือตัวถือตน คนเรามันมีประสบการณ์จากภายใน

คำนี้ไปชนกับคำพูดของหลวงปู่ดูลย์ เวลาเกิดนิมิตเห็นจริงไหม? จริง แต่ความเห็นนั้นจริงไหม? ไม่จริง นี่เพราะคนที่ไปรู้ไปเห็นมันเห็นจริง แล้วมีครูบาอาจารย์ที่เป็นครูบาอาจารย์ของเราท่านจะบอกให้เราว่าไม่จริง โดยที่ให้เรายอมรับเป็นไปได้อากเราไปรู้ไปเห็นขึ้นมา นี่เด็กมันไปหาเพื่อนมันมา เพื่อนมันกรอกหума แล้วพ่อแม่บอกว่าเพื่อนโกหกๆ มันเชื่อไหม? ลูกเราจะเชื่อไหมว่าเพื่อนมันโกหกมา ลูกมันไม่เชื่อหรือ

เหมือนกันเราไปเห็นจริง แต่ความเห็นนั้นไม่จริง แล้วครูบาอาจารย์ที่ท่านเป็นครูบาอาจารย์ที่แท้จริงท่านต้องผ่านประสบการณ์อย่างนี้มา ถ้าผ่านประสบการณ์อย่างนี้มา ท่านจะรู้เลยว่าจิตใจของคนทีรู้ที่เห็นมันจะมหัศจรรย์ขนาดไหน จิตใจของคนทีรู้ที่เห็นมันจะยึดมั่นถือมั่นขนาดไหน แล้วเราจะใช้อุบายอย่างไรพูดให้เขาพอรู้ถึงเล่ห์เหลี่ยมกิเลสที่มันพาเราไปรู้ไปเห็น รู้เล่ห์เหลี่ยมนะ รู้เล่ห์เหลี่ยม ถ้าไม่รู้เล่ห์เหลี่ยมเราจะบอกว่สิ่งที่เราดูเราเห็นมันเป็นธรรมดาๆ นี่ในภาคปฏิบัติมันเป็นแบบนี้ไง นี่การหาครูบาอาจารย์แสนยาก

ฉะนั้น การหาครูบาอาจารย์แสนยาก ทีนี้ผู้ถาม ก่อนหน้านั้นถามมาเราตอบทุกเที่ยวเลยละ เราตอบทุกเที่ยวเพราะอะไร? เพราะหาคนที่สนใจจริงได้ยาก คนที่สนใจจริง

เขาจะชวนขวยของเขา เขาจะชวนขวย พยายามศึกษา พยายามจะหาความรู้ให้ได้จริง
ของเขา เขาพยายามถามมา พยายามมา พยายามถามมันจะบอกเลยว่านี่มาจากตำรา มาจาก
ภาคปริยัติ ถ้ามาจากตำราเราก็ตอบทุกปัญหา เราไม่เคยเฉไฉเลย เราตอบทุกปัญหาเลย แต่
ตอบปัญหาในทางวิชาการ ในทางวิชาการไป แล้วเรารอ เรารอตรงนี้ เรารอตรงนี้ เรารอ
ที่ว่าเอ็งศึกษาเป็นปริยัติแล้วเอ็งต้องปฏิบัติ แล้วถ้าปฏิบัติไปแล้วมันจะมีอุปสรรคอย่างนี้
มันจะมีอุปสรรคแบบนี้ แล้วถ้ามีอุปสรรคแบบนี้มันจะรู้เลยว่าสิ่งที่เราศึกษามา เราเรียน
มามันช่วยเราไม่ได้เลย

สิ่งที่ศึกษาทางปริยัติมา สิ่งที่เป็นทางวิชาการมามันช่วยอะไรไม่ได้เลย มันมีแต่มา
ยุ่งแยะแยะแยะให้เราสงสัย สิ่งที่เราศึกษามาทั้งหมดทางวิชาการ เวลาปฏิบัติแล้วมันจะมายุ
แยะแยะแยะใจเรา เอ๊ะ น่าจะเป็นแบบนี้ ตำราว่าอย่างนั้น ครูบาอาจารย์ท่านว่าอย่างนี้
นี่การศึกษามา เวลาปฏิบัติไปแล้วมันจะมายุแยะแยะแยะ มันจะมาเจาะเรื่อเราให้รู้ แล้ว
เรื่อเราจะจมน้ำ นี่ปริยัติเป็นแบบนี้ ฉะนั้น ปริยัติสำคัญไหม? สำคัญ ต้องเรียนไหม? ต้อง
ต้อง ต้องเรียน แต่เรียนมาแล้ว นี่มันมีประสบการณ์ใจ เราก็มีประสบการณ์อย่างนี้มา

แล้วครูบาอาจารย์ของเรา เห็นไหม คุณเวลาเรายกหลวงตา หลวงตาเป็นพระที่
มหัศจรรย์ มหัศจรรย์ที่ว่าเพราะท่านเรียนทางวิชาการมาเป็นมหา ที่นี้พอเป็นมหา เรียน
มาแล้วไง แล้วท่านถึงบอกเลย พอได้เป็นมหา ความรู้มันก็คือความรู้ แต่ทสิ โอโฮ เรา
เป็นมหาเชียวนะ โอโฮ ท่านบอกว่ากิเลสมันอันขึ้นเยอะแยะเลย แล้วท่านอยากปฏิบัติ ที่
นี้พอปฏิบัติแล้ว พอไปหาหลวงปู่มัน หลวงปู่มันท่านเป็นนักปฏิบัติจริงๆ ท่านถึงสอน
ท่านถึงเอาอยู่นะ นี่คำว่าเอาอยู่คือเหตุผลจิตใจเราลง คำว่าลงคือยอมรับ ถ้าจิตใจไม่ลงนะ
มันฟังเข้าหูซ้ายทะลุหูขวา

เวลาหลวงตาท่านบอกเลย ท่านไปหาครูบาอาจารย์นะ ถ้าครูบาอาจารย์องค์ไหน
ไม่มีความรู้จริง เวลาพูดออกมามันจะรู้ อย่างเรานี้เรามีวิชาชีพใดก็แล้วแต่ เราอยู่ในสังคม
ของเรา ในสังคมของเราเขาพูดถึงวิชาชีพออกมาโดยที่ว่าคุณตกบกพร่อง เรารู้ได้ว่าเขา
จริงหรือไม่จริง นี่ก็เหมือนกัน นักปฏิบัติ เวลาครูบาอาจารย์ท่านพูดอะไรออกมาด้วย
ความขาดตกบกพร่อง หลวงตา ท่านพูดอย่างนี้นะ ท่านบอกว่าความรู้แค่นี้หรือจะสอน
เรา? ก็เราเห็นเลยว่าเขาพูดผิด แล้วความเห็นอย่างนั้นหรือจะมาสอนเรา

นี่พูดถึงหาครูบาอาจารย์ที่แท้จริงนะ ทีนี้หาครูบาอาจารย์ที่แท้จริงมันจะเข้าตรงนี้แล้ว เข้าตรงที่ว่า สิ่งที่ว่า

ถาม : ๑. ผมลองพยายามยกจิตขึ้นพิจารณา มันจะมีอาการคือพอเริ่มพิจารณาแล้วได้เล็กน้อย หลายครั้งจะพบปัญหาจิตถอนออกจากสมาธิทันที

ตอบ : นี่ไงที่ว่าปริยัติมันจะมาผูกโยงตะแคงรั้ว อ้าว ก็ศีล สมาธิ ปัญญาไง ก็รู้ตัวทั่วพร้อมไง ปัญญาพร้อมแล้วก็พิจารณาไปสิ เวลาเราทำทางวิชาการทุกอย่างมันพร้อมทุกอย่างที่มันพร้อมมันจะเป็นไปได้ แต่การปฏิบัติมันไม่มีสูตรสำเร็จ มันไม่มีสูตรเฉพาะ เวลาทำศีล สมาธิ ปัญญา ใครทำความสงบของใจได้ เห็นไหม เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้านี้ศาสดา องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นครูเอก ครูเอกเพราะอะไร? เพราะครูเอกก็รู้ว่าจริตนิสัยของคนไม่เหมือนกัน

การทำความสงบของใจ ๔๐ วิธีการ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าให้โอกาสการทำความสงบถึง ๔๐ อย่าง ๔๐ อย่าง ถ้า ๔๐ อย่างเพราะอะไร? เพราะต้องการให้จริตนิสัยของคนที่ไม่เหมือนกัน จิตใจคนที่แตกต่างกันให้ทุกคนมีโอกาสไง ถ้าทุกคนมีโอกาส มีโอกาสแล้วยังทำได้ยาก ทำได้ง่าย ทำแล้วเริ่มต้นดี นี่ดีตอนต้น ไปแย่งท่ามกลางไปลำบากที่สุด นี่เริ่มต้นลำบากมาก แล้วไปท่ามกลางพอไปได้ พอถึงที่สุดมันสะดวกสบาย มันแตกต่างหลากหลายมหาศาลในการปฏิบัติ ฉะนั้น ในการปฏิบัติแล้ว สิ่งที่ว่าพอทำความสงบของใจเข้ามา ถ้าใจสงบเข้ามาแล้ว เห็นไหม นี่ที่เขาถามมา

ถาม : ๑. ผมได้ลองพยายามยกจิตขึ้นวิปัสสนา

ตอบ : เพราะอะไร? เพราะปริยัติเป็นอย่างนี้ เราศึกษามาแล้ว เรารู้แล้ว เราเข้าใจแล้ว แล้วเราจะทำ นี่ทำอย่างนี้เขาเรียกว่าทำตามโลกไง นี่โลกียปัญญาทำตามโลกทำตามวิทยาศาสตร์ ทำตามสิ่งที่เราศึกษามา พอศึกษามาแล้วนี่ทำตามศึกษามา นี่ทางทฤษฎีคือทางปริยัติ แล้วทางปฏิบัติล่ะ? ทางปฏิบัตินะ ถ้าเราพยายามลองยกจิตขึ้นพิจารณา พอพิจารณาได้เล็กน้อยๆ มันจะถอนทันที ถอนทันที แล้วทำอย่างไรต่อ? ทำอย่างไรต่อ?

เรามีเงินนะ เรามีเงินอยากซื้อของนะ เราไปจ่ายเงินเราก็แลกสินค้ามา จบ แต่เรามีสมาธิแล้ว พอมีสมาธิเราทวิปัสสนา นี่มันเกี่ยวกับอำนาจวาสนา เกี่ยวกับจริตนิสัย

เกี่ยวกับกำลังพอ ไม่พอ เกี่ยวกับสติปัญญา สติเรารอบคอบแค่ไหน คุณลักษณะของเรา พอกระทบมันไปเลยไหม เราทำความสงบของใจ ใจสงบเวลาอะไรกระทบมันออกไปทันทีเลยใช่ไหม? นี่รักษาจิตให้สงบก็แสนยากแล้ว แล้วรำพึงไป น้อมไป น้อมไปเห็น กายยกขึ้นพิจารณา ยกขึ้นพิจารณาแล้วกำลังพอไหม? นี่ให้ผู้ใหญ่ยกของหนักผู้ใหญ่ยกได้ง่าย ให้เด็กยกของหนักเด็กยกไม่ได้

จิตใจถ้าเราเข้าสมาธิ นี่พอยกขึ้นใช้ภาวนามันไปไม่ได้แล้ว กลับมาทำความสงบเฉยๆ นี่กลับมาพุทโธ กลับมาปัญญาอบรมสมาธิ กลับมาสู่ความสงบของใจ ให้ใจมันสงบให้ได้ พอใจมันสงบแล้วนะเราไปพิจารณาต่อ แล้วถ้าพิจารณาไป ถ้าพิจารณาถ้ากำลังมันดี พิจารณาไปแล้วบางคนนะ บางคนพิจารณากาย พิจารณาไปเรื่อยๆ พิจารณา กาย พิจารณาไปพิจารณามา พิจารณาอยู่อย่างนั้นแหละมันไม่ไปหรอก พอมันเปลี่ยนไป เป็นเวทนา อ้าว เปลี่ยนไปเป็นจิต อ้าว ทำไมมันก้าวเดินไปล่ะ? ทำไมมันไปได้ คล่องแคล่วล่ะ? พอมันคล่องแคล่วไปแล้ว เดี่ยวมันก็มีอุปสรรคอีกแล้ว พอมีอุปสรรคแล้วทำอย่างไรต่อไป?

ฉะนั้น มันถึงมีสติปัญญา ๔ ใจ สิ่งใดสิ่งหนึ่ง สิ่งใดสิ่งหนึ่งจับอะไรก็ได้ กายก็ได้ เวทนายก็ได้ จิตก็ได้ ธรรมก็ได้ ถ้าธรรมก็ได้ทำอย่างไร? ถ้าทำไปแล้วมันไปได้มัน ไปได้ พิจารณาไปได้ พอไปได้มันก็ปล่อย ปล่อยตทั้งหมด พอตทั้งหมดแล้วมันก็ยังมิของมันอีกนะ ถ้ามีของมันเราก็ทำความสงบของใจให้มากขึ้นแล้วจับอีก พิจารณาอีก พิจารณาซ้ำๆ มันยกขึ้นพิจารณาแล้ว พิจารณาแล้วได้เล็กน้อย แล้วมันจะถอนจากสมาธิทันที ทำพิจารณาต่อไปไม่ได้ ทำต่อไปไม่ได้

ถ้าทำต่อไปไม่ได้ นี่ถ้าเราคิดถึงว่าในทางความเห็นของทางวิทยาศาสตร์ ถ้าทำต่อไปไม่ได้เราก็ต้องพยายามใช้ไหม นี่พอบอกความเพียรชอบเราก็ต้องมีความขยัน มีความหมั่นเพียร มีความมุมานะ ถ้าเรามีความมุมานะ นี่มันชอบหรือไม่ชอบล่ะ? ถ้ามันชอบนะมันเป็นไปไม่ได้ เวลาเราจะทำไปมันพิจารณาต่อไปไม่ได้ พิจารณาต่อไปไม่ได้ เราก็ต้องมีอุบาย มีอุบายย่อนหน้า ย่อนหลัง เวลาพิจารณา เห็นไหม พิจารณาภายนอก พิจารณาภายใน พิจารณาภายในออกมา ถ้าพิจารณาไม่ได้เราพิจารณาจากข้างนอกเข้าไป ถ้าไม่ได้เราวางไว้ก่อน วางไว้ก่อน กลับมาทำความสงบของใจอีก

คำว่าทำความสงบของใจนี่นะ คนเราทำงานแล้วมันจะเหนื่อย นี่เวลาใช้ปัญญา ทุกคนจะชอบเลยนะ เวลาใช้ปัญญาจะเหนื่อยมาก พอเหนื่อยมากสมาธิมันอ่อนลงแล้ว เราต้องวาง วางเลยกลับมาทำความสงบของใจ ถ้าใจมันสงบแล้วเหมือนคนได้พักผ่อน คนได้พักผ่อนนอนหลับแล้ว มันสดชื่นแล้ว เราไปทำงานอีกมันก็ทำได้ ทีนี้เวลาคนมันกลับมาพักผ่อน เห็นใหม่ แต่ก่อนทำงานเราพิจารณากายอยู่ พอเราพักผ่อนแล้วกลับไปหากาย ไม่เจอกายแล้ว อ้าว ไม่เจอแล้วมันไปไหนล่ะ? เวลาเราทำงานอยู่มันแบบว่ามันต่อเนื่อง เวลามันกลับมาทำความสงบ พอไปแล้วมันพิจารณากายมันหาไม่เจอ

ถ้าหาไม่เจอมันก็ต้องพลิกแพลง ราฟึง พอราฟึงไป แต่ถ้าคนมีความชำนาญนะ พอเราพิจารณากายใช้ใหม่เราก็ปล่อย ปล่อยกลับมาทำความสงบของใจ พอจิตสงบแล้ว มันขึ้นมาเลย มันขึ้นมาเลย เห็นใหม่ เริ่มต้น ท่ามกลาง ที่สุดของจิตมันมีอุปสรรคแตกต่างกัน ถ้ามันแตกต่างเขาถึงบอกว่าสูตรเฉพาะมันไม่มีไง ถ้าสูตรเฉพาะมันไม่มี เราศึกษา นี่ถามปัญหาเยอะมาก ถามมากเยอะมากสิ่งนั้นมันถามปัญหาเพื่อความเข้าใจ เพื่อความมั่นใจ พอเข้าใจ มั่นใจแล้วเราก็จะเริ่มปฏิบัติแล้ว พอเริ่มปฏิบัติไป สิ่งที่เราเข้าใจเป็นภาคทฤษฎีทั้งหมดเลย

ภาคทฤษฎี เห็นใหม่ ทีนี้ภาคปฏิบัติแล้ว เขาเรียกว่าปัจจุบันธรรม ถ้ามันขึ้นมาตามความเป็นจริงเขาเรียกว่าปัจจุบันธรรม นี่ของจริง แต่ถ้าเราศึกษามาแล้วนะ นี่มันเป็นทฤษฎีใช้ใหม่ เป็นภาคความจำใช้ใหม่ เวลาปฏิบัติบ๊ึบสิ่งนี้มันเป็นจิตใต้สำนึก มันเป็นตะกอนของใจ มันเอาสิ่งนี้ เอาสิ่งนี้มาหลอกมาล่อ เอาสิ่งนี้ขึ้นมา นี่มันก็ต้องแก้ไขอีก เพราะถ้ามันเป็นสัญญาใช้ใหม่ มันสร้างภาพขึ้นมามันไม่เป็นปัจจุบัน มันไม่เป็นตามความเป็นจริง ถ้าไม่เป็นตามความเป็นจริง พิจารณาไปแล้วมันขลุ่ยขลุ่ย ขลุ่ยขลุ่ยมันไม่จริงหรอก

ฉะนั้น เราต้องวางให้หมด มันต้องวางให้หมด มันต้องขึ้น เวลาจิตสงบแล้วถ้าไปเห็นกาย เห็นเวทนา เห็นจิต เห็นธรรมตามความเป็นจริง เห็นใหม่ นี่ไงที่บอกว่าถ้าจิตมันจริง สมาธิจริง จิตจริง เวลามันรู้มันเห็น มันรู้จริงๆ ก็เหมือนกับที่เราเจ็บไข้ได้ป่วย เรารักษาโรคเราด้วยยาแผนปัจจุบันไม่หมดอายุ มันมีคุณภาพทางยา แต่ถ้ายามันหมดอายุล่ะ? ยาหมดอายุหรือว่าเรารักษาโดยที่ว่าวินิจฉัยไม่ตรงกับโรค มันไม่ตรงกับโรคมันรักษาโรคไม่ได้

พิจารณาไป มันพิจารณาไปแล้วเราพิจารณา พิจารณาโดยกาย โดยเวทนา โดยจิต โดย
 ธรรม พอพิจารณาไปมันเริ่มสะท้อนตัวมัน สะท้อนตัวมัน มันเป็นความมหัศจรรย์ มัน
 เป็นความลึกซึ้งมาก เวลาภาวนาไปมันจะเป็นปัจจุบัน มันจะรู้ของมันอย่างนี้

ถ้ารู้ของมันอย่างนี้ปั๊บ เวลาเราภาวนาไปแล้วแต่ละรอบ แล้วครูบาอาจารย์ ถ้าลูก
 ศิษย์ใครภาวนาได้อย่างนี้ละ ถ้าภาวนาเป็นนะ อาจารย์ที่สอนท่านจะคอยประกองไว้เลย
 คอยประกองไว้ให้เขาทำมา เพราะมันเหมือนกับส้อมหล่นนะ ทำสิ่งใดก็แล้วแต่เราทำได้
 หนแรกส้อมหล่น คือว่าพอทำครั้งที่สองทำไม่ถูก พอจะไปรบใหม่เงอะๆ งะๆ ไปไม่ได้
 เลยนะ แต่พอทำครั้งที่สอง เอ้อะๆ ครั้งแรกมันส้อมหล่นนะ ส้อมหล่นคือมันพลุก มันลง
 พอดี มันทำอะไรนี่เหมมมันดีไปหมดเลย พอจะทำครั้งที่สอง เอ๊ะ มันทำไม่ได้ มันทำ
 ไม่ได้แล้วทำอย่างไรละ?

นี่มันก็ต้องกลับมาตั้งสติ ตั้งสติแล้วทำไป ถ้าคนที่ไม่เคยได้อย่างนี้เลยมันก็แบบ
 แห้งแล้ง โอ๊ย ปฏิบัติไปแล้วทุกข์แล้วยาก แล้วลำบากหมดเลย แต่พอมันส้อมหล่นมันก็ฝึ
 ใจมาก แล้วมันก็อยากได้ อยากได้อย่างนี้มันได้ยากมาก พอได้ยากมาก ครูบาอาจารย์ที่
 ผ่านมาจะรู้ พอส้อมหล่นแล้วนะให้ทำความสงบของใจ วางไว้ เราฝึกหัดของเรา ถ้าเราทำ
 ได้ครั้งที่สอง ครั้งที่สามถ้าทำได้นะ คำว่าทำได้นี้เราเห็นร่องเห็นรอยแล้ว อ้อ อ้อ อ้อแล้ว
 มันก็ยังหลอกต่อไป ถ้าหลอกต่อไป เพราะบางทีมันปล่อยแล้วนะเราก็มั่นใจว่าเราทำได้
 แล้ว พอเราทำได้เราจะทำต่อไปนะ

พอมันปล่อย เรามั่นใจใจใหม่เราก็จะทำได้ พอทำไปทำมา เราว่าจะทำได้แต่มัน
 ไม่ได้ แต่มันไม่ได้แต่เราเคยทำได้ครั้งแรก อันนี้อารมณ์อันนี้มันมีอยู่ เราก็พยายามจะ
 สร้างว่าเราได้อารมณ์นี้ เราได้อารมณ์นี้ ความจริงมันไม่ได้หรอก แต่มันจะสร้างว่าเราได้
 อารมณ์นี้ ได้อารมณ์นี้ จนกว่าพอมันทำบ่อยครั้งจนมันสำนึก เฮ้ย มันไม่ได้จริงๆ หรือ
 เราหลอกตัวเองนี่หว่า นี่มันถึงจะรู้ตัว พอมันรู้ตัวนะมันก็ต้องเริ่มกลับมาทำใหม่ นี่พอทำ
 อย่างนี้ พอรู้ตัวปั๊บ พอรู้ตัวเราก็เริ่มทำใหม่ ทำสมาธิให้ได้เราก็ตั้งสัจจะแล้ว เราจะไม่เชื่อ
 อะไรทั้งสิ้น เราไม่เชื่อสิ่งที่เห็น แล้วเราไม่เชื่อสิ่งที่มันจะชักจูงไป

หน้าที่ของเราทำมรรคให้สะอาดบริสุทธิ์ เห็นไหม ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค นิ
 โรคเกิดจากมรรค เราอยู่กับมรรค เราอยู่กับเหตุผล สัจจะความจริงอันนี้ มันจะเกิดขึ้นสิ่ง
 ใดมันเป็นผลของมรรค ถ้าจะนิโรธ นิโรธะมันดับ มันจะดับได้มันก็ดับด้วยมรรค ฉะนั้น

อยู่กับมรรค อารมณ์อะไรที่จะเกิดขึ้นมาข้างหัวมัน ไม่รับรู้ อยู่กับมรรคนี้แหละ ทำแล้ว ทำเล่า ทำแล้วทำเล่า ถ้าเราอยู่กับมรรค ถ้าเราอยู่กับมรรค วิธีการดับทุกข์ ถ้ามันวิธีการดับทุกข์ เราทำวิธีการดับทุกข์ให้ชัดเจนของมัน วิธีการที่มันจะดับทุกข์ ถ้ามันจริงของมัน มันชัดเจนของมัน นิโรธชัดเจนเลย ถ้านิโรธชัดเจน พอมันขาดมันจะชัดเจนตรงนั้น

ถึงจะบอกว่า นี่เขาว่า

ถาม : ทำพิจารณาต่อไปไม่ได้ ผมจึงอยากรู้ว่าเพราะเหตุใด แล้วควรทำอย่างไร?

ตอบ : ถ้าเหตุใดนะ นี่สิ่งที่เรายกขึ้นวิปัสสนา เราพยายามยกจิตขึ้นพิจารณานี้ ถูกต้องดีมาก ดึงมากหมายความว่าเราศึกษาทางภาคทฤษฎีมา ทางปริยัติศึกษามาแล้ว ศึกษามาสาธุ สิ่งนี้เป็นธรรมเนียมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เราศึกษามาเพราะเราเป็นชาวพุทธ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าฝากศาสนาไว้กับบริษัท ๔ เราเป็นอุบาสก อุบาสิกา ในเมื่อฝากไว้เราศึกษามาเป็นความรู้ของเรา แล้วเราพยายามปฏิบัติ ถ้าเราปฏิบัติให้มันเป็นจริงขึ้นมา ถ้ามันเป็นจริงขึ้นมา เห็นไหม เป็นจริงขึ้นมาเพราะถ้าเป็นจริง ก่อนที่จะเป็นอย่างนี้ ถ้าคนไม่เคยปฏิบัติมันจะไม่สงสัยเรื่องอย่างนี้ มันทำต่อไปไม่ได้

ถาม : ผมถึงอยากรู้ว่ามันเป็นเพราะเหตุใด มันทำต่อไปไม่ได้

ตอบ : เพราะความรู้ก็เรียนจบแล้ว ทฤษฎีพระพุทธรเจ้าเรียนจบหมดแล้ว แล้วทำอย่างไรล่ะ? ทำอย่างไรต่อไป นี่เวลาครูบาอาจารย์รุ่นแรกนะที่ไปอยู่กับหลวงปู่มั่น ส่วนใหญ่แล้วหลวงปู่มั่นจะสอนให้ใช้คำบริกรรมพุทโธ แต่หลวงปู่อ่อนท่านให้ใช้คำภาวนา นี้นานมาก เพราะอะไรรู้ไหม? เพราะว่าถ้าพุทโธ พุทโธ ถ้าคนที่มันหน่วงบางที่มันก็หลับได้ ท่านจะให้ท่องยาวๆ ให้ท่องยาวๆ ก็มี บางคนบอกเกศา โลมา นขา ทันตา ตโจท่องไป กลับก็ได้เพราะเป็นคำบริกรรม ยิ่งถ้ามันยาว บางคนพุทโธ พุทโธไม่ได้ ต้องพุทโธ ชัมโม สังโฆ พุทโธ ชัมโม สังโฆ ถ้าพุทโธไม่ได้มันจะหลับ

พุทโธ ชัมโม สังโฆ เห็นไหม มันไม่มีเหมือนกันหรอก เพียงแต่พวกเราไม่มีोनาคตั้งสยฐาน ไม่รู้ว่าจิตดวงใดควรทำอย่างไร แต่พระพุทธรเจ้ารู้ หลวงปู่มั่นก็รู้ ถ้าคนจะมีความรู้ว่าจิตดวงนี้ควรใช้อย่างนี้ จิตดวงนี้ควรใช้อย่างนี้ อาจารย์องค์นั้นต้องสร้าง

บุญญาธิการมากมาย ถ้าอาจารย์องค์นั้นสร้างบุญญาธิการมากมาย จะรู้เลยว่าจิตดวงนี้ควร
 บริกรรมอย่างนี้ จิตดวงนี้ควรทำอย่างนี้ จิตดวงนี้ควรทำอย่างนี้ แต่พวกเรานี้เราไม่ได้
 สร้างบุญญาธิการมาขนาดนั้น ถ้าเราไม่ได้สร้างบุญญาธิการขนาดนั้น เราก็ต้องเอาธรรมะ
 ของพระพุทธเจ้าเป็นตัวตั้ง เห็นไหม กรรมฐาน ๔๐ ห้อง แล้วมีคำบริกรรมไว้ แล้วสิ่งนี้
 ไว้ แล้วทำอย่างนี้ไว้ นี่มันก็จะเพราะเหตุใดไป

ถ้าเพราะเหตุใด เพราะเหตุใดมันก็เป็นเพราะเวลาลูกศิษย์คนหนึ่งเขาเคยมาหา เขา
 บอกว่าเขาศึกษามาแล้ว เขาบอกว่าทำทานมันไม่มีประโยชน์อะไรเลย เขาก็มีศีลแล้ว
 ภาวนาไปเลย แล้วพอเขาภาวนาไปๆ เขาไปเจอนะ เขานั่งไปนี่ไปเจอเรื่องกามราคะโถม
 ทับใส่เขา แล้วเขาบอกเขาสู้อะไรไม่ได้ เขานั่งคอตกละ แล้วมีลูกศิษย์อีกคนหนึ่งเขาบอก
 เขาทำบุญของเขาเนะ เขาทำบุญของเขา เขาสร้างพระประธานของเขา เขาสร้างของเขา
 เวลาเขานั่งไปจะมีเหตุการณ์สิ่งต่างๆ ขึ้นมา พระประธานจะเข้ามาเป็นที่กำบังเขาได้เลย
 ทานนี้

ฉะนั้น เรื่องทาน ศีล ภาวนา เรื่องทานองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าวางไว้ให้
 เป็นทางเดินของพวกเรา แล้วเวลาฝ่ายปฏิบัติเขาบอกว่าทานนี้เราปฏิบัติแล้วใช่ไหม? พอ
 เราปฏิบัติแล้วเราก็อยากจะมีเวลามากใช่ไหม? เราอยากจะต้องการปฏิบัติมาก ให้อธิบาย
 ทานต้องหุงข้าว หุงหาอาหารมันช้านักก็ปวดทึงเลย ฉะนั้น เวลาภาวนาไป พอไปเจอ
 อุปสรรคเข้ามันไม่มีใจ มันไม่มีเรื่องของท่าน เรื่องทานมันเป็นบารมี บารมีมาค้ำจุนใจเรา
 ให้เข้มแข็ง มาค้ำจุนใจเราให้มั่นคง ถ้าเราค้ำจุนใจเรามั่นคง เจออุปสรรคอะไรมันก็
 พิจารณาได้ มันก็แยกแยะได้ แต่ถ้าเราไม่มีบารมี พออะไรมันโถมใส่เข้ามาล้มเลย

เพราะลูกศิษย์นั้นเล่าให้ฟัง บอกว่าหลวงพ่อก่อนนั่งอย่างนี้ แล้วให้มันกระต๊อบผม
 เลย ไม่มีกำลังจะสู้ แล้วไม่มีปัญญาแยกแยะ ทำอะไรไม่ได้เลย รู้ๆ อยู่ว่ากิเลสมันทำร้าย
 แต่นั่งคอตกอย่างนี้ให้มันกระต๊อบเอา เราก็ถามกลับเลย แล้วไหนมึงบอกว่าทานไม่มี
 ประโยชน์ไร แต่เดิมเขาทิวมากนะ เขามาหาเราเขาบอกว่าทานไม่สำคัญ แล้วเขาไม่ทำ
 ด้วย เขามากับเพื่อนเขานั่งเฉยๆ ให้เพื่อนทำ แล้วเขาเหยียดด้วย อ้าว มึงทำกันไป กูไม่ทำ
 จริงๆ ลูกศิษย์ โอ๊ย ทิวของคนไม่เหมือนกันหรอก เขามาเป็นก๊กของเขา เพื่อนเขาทำบุญ
 นะเขานั่งเฉย เขาไม่สน แล้วเขาพูดกับเรา เพื่อนเขาพามาให้เราแก้ใจ

สุดท้ายแล้วพอเขาไปเจออุปสรรค เขามาสารภาพกับเราเอง อืม มันมีผลจริงๆ แต่เพราะความทิว เพราะความเข้าใจอย่างนั้น นี่ถึงบอก นี่พูดคำนี้ออกมาเพราะว่าผมอยากรู้ว่าเป็นเพราะอะไร เป็นเพราะอะไรก็เป็นเพราะว่าอำนาจวาสนา เวลาภาวนาไปมันมีกรรมเก่ากรรมใหม่ กรรมเก่าหมายถึงคุณงามความดีที่เราได้สร้างมาตั้งแต่อดีตชาติ ถ้าคุณงามความดีสร้างมาตั้งแต่อดีตชาติ ในชาติปัจจุบันนี้เราเกิดมาแล้วเราจะไม่ทุกข์ยากจนเกินไป นี่คือกรรมเก่า แล้วกรรมเก่าแก้ก็ไม่ได้ กรรมเก่ามันเสริมมาเป็นจิต เป็นนิสัย เป็นความเห็น เป็นทิฐิมานะของเราเนี่ยแหละ แล้วมันจะแก้ก็ไม่ได้ต้องกรรมใหม่ กรรมปัจจุบัน มันต้องทำกันสดๆ ร้อนๆ

นี่กรรมเก่าแก้ก็ไม่ได้หรอก แต่กรรมเก่ามันมีตัวแปร ตัวแปรให้เราที่มีความคิดมีทิฐิมานะ มีมุมมอง นี่มาจากของเก่า ทิฐิมานะ มุมมองต่างๆ นี่กรรมเก่า มันได้สร้างมาอย่างนี้มันถึงมีมุมมองทิฐิมานะแบบนี้ แล้วทิฐิมานะแบบนี้มันก็วิบากเป็นผล มันเป็นผลเป็นวิบาก ทีนี้เป็นวิบาก เพียงแต่เรามีวาสนา เรามาสนใจ มาศึกษาธรรมะของพระพุทธเจ้า แล้วเราศึกษาที่นี้ เราก็จะเอาธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่เป็นธรรมสาธณะ นี่พยายามมาฝึกฝนให้มันเป็นของเรา ให้เข้ามาบาลานซ์กับกรรมเก่า ให้บาลานซ์กับความรู้สึกเรา ให้บาลานซ์มาแยกแยะในสิ่งที่เป็นอวิชชาของเรา ถ้าปัจจุบันนี้แก้แบบนี้

ฉะนั้น ถึงบอกว่ามันเป็นเพราะเหตุใด เขาถามว่าเพราะเหตุใดมันถึงเป็นแบบนี้ ถ้ามันเป็นแบบนี้มันไม่มีสิ่งใดเฉพาะ มันไม่มีสิ่งใดว่าเป็นสูตรสำเร็จ ไม่มี แต่มันต้องอาศัยพื้นฐาน อาศัยความเป็นจริง นี่ภาคปฏิบัตินะ เพราะภาคปฏิบัติมันมีความจำเป็นแบบนี้ ครูบาอาจารย์เราถึงได้แสวงหาผู้รู้จริง แล้วให้ผู้รู้จริงคอยชี้แนะ ถ้าผู้รู้จริงคอยชี้แนะมันก็เป็นประโยชน์ ทีนี้ผู้รู้จริงคอยชี้แนะ ผู้ที่ปฏิบัติได้จริง ได้รับการชี้แนะที่เป็นจริงมันก็ยอมรับกัน

ถ้าผู้ปฏิบัติไม่มีความจริงใจ แล้วหาผู้รู้จริง ผู้รู้จริงมันไม่จริง พอไม่จริงมันชี้แนะอะไรไป เราไม่มีความจริงอยู่แล้วมันก็เหลวไหลไป แต่ถ้าครูบาอาจารย์ของท่านรู้จริงเหมือนกัน คือท่านปฏิบัติจริงของท่านมา แต่ยังไม่มีการชี้แนะได้ ถ้าปฏิบัติผู้รู้จริง ผู้รู้จริงชี้เข้ามาที่ใจเรามันผลต่างๆ มันเข้าถึงใจเราหมดใจ นี่ผู้รู้จริงกับผู้รู้จริงสำคัญมาก ฉะนั้น จิตจริง สมาธิจริงมันจะเห็นสติปัญญา ๔ ตามความเป็นจริง ถ้าตามความเป็นจริง

แล้วมันก็จะจริงใจ ฉะนั้น พอเป็นจริง นี้อริยสัจ อริยสัจเป็นความจริง แต่มันจะเข้ากับใจเราไหม? มันจะรู้กับเราไหม?

ฉะนั้น ควรจะแก้ไขอย่างไร? เขาว่าควรแก้ไขอย่างไร? ควรจะแก้ไขอย่างไร เห็นไหม นี่กรรมเก่ากรรมใหม่ กรรมเก่าคือจรตนิสัย ถ้ามันไปไม่ได้เราก็กลับมาทำความสงบของใจ ทำความสงบของใจเป็นพื้นฐาน เพราะทำความสงบของใจ คนเรานี้จะถ้ามันสดชื่น เราสดชื่น เรามีเงินมีทองทุกอย่างพร้อม เราไม่เสียหายหรอก แต่ถ้าเราแห้งแล้งแล้วเราล้มลุกคลุกคลาน นี่มันจะไป

ฉะนั้น พุทฺโธ พุทฺโธ ทำสมาธินี้คือทำให้จิตใจเรามั่นคง มันจะไปข้างหน้าไม่ได้ มันก็พร้อมที่จะไป นี่มันพร้อมที่จะไป พอพร้อมที่จะไป พอมันกลับมาพุทฺโธ กลับมาทำความสงบแล้ว มันมีกำลังแล้ว มันพร้อมที่จะไปมันแยกแยะเอง มันแยกแยะ มันหาช่องทางไป ช่องทางนี้พิจารณาาก็ได้ ผมยกขึ้นพิจารณา แล้วพิจารณานี้ถ้ามันได้เล็กน้อยมันถอนทุกที ถอนทุกที ถ้าถอนทุกทีเราพิจารณาอย่างอื่น เราทำให้ใจเราสงบมากขึ้น ถอนทุกที ก็เหมือนจะไปซื้อของ เขา ๑๐๐ บาทมี ๕ บาท ไปต่อรองเขาอยู่นั่นล่ะ เขาไม่ขายให้หรอก กลับมาพุทฺโธให้ได้ ๑๐๐ บาทก่อน แล้วไปถึงวาง ๑๐๐ บาทเอาของนั้นมาเลย

นี่ก็เหมือนกัน เราพุทฺโธให้จิตเรามีกำลังมากขึ้น กำลังมากขึ้นปัญญา ก็จะเสริมให้เข้มแข็งขึ้น ถ้าพิจารณาต่อไปมากขึ้น ทีนี้ถ้าสมาธิมันไม่มีกำลังพอ ๕ บาท ของเขาตั้ง ๑๐๐ หนึ่ง นี่มันไปกันไม่ได้หรอก เราต้องเสริมสมาธิเราให้มากขึ้น แล้วสมาธิ เวลาเราใช้ปัญญาไปแล้วสมาธิมันจะอ่อนลงธรรมดา เหมือนกันใช้บ่อยๆ ครั้งเข้ามันก็ต้องหาเงินเพิ่ม

นี่ก็เหมือนกัน พอพิจารณาแล้วกลับมาทำความสงบของใจ เราจะบอกว่าฐาน สมถกรรมฐาน ฐานที่ตั้งแห่งการงาน สมาธิ สมถะนี้สำคัญ สำคัญคือกลับมาที่นี้ เสริมที่นี้ให้มั่นคง ถ้าออกมาใช้ปัญญา เดี่ยวจะไปได้ เดี่ยวจะไปได้ ถ้าลองได้มันจะเข้าด้ายเข้าเข็ม ถ้ามันยกขึ้นพิจารณาแล้วมันไปไม่ได้ ทีนี้ว่ายกขึ้น ตอนนี้นั้นมันเป็นสัมหล่น ยกขึ้นโดยกำลังของเรา ยกขึ้นแล้วมันทำได้จริง ไม่ได้จริง เดี่ยวทำบ่อยครั้งเข้าๆ บ่อยครั้งเข้ามันจะผ่านตรงนี้ไป แล้วปัญหามันยังอีกเยอะนัก ภาวนาไปเถอะปัญหามันมีตลอดทาง ไม่อย่างนั้นครูบาอาจารย์ท่านจะ

โธ่ย หลวงตาท่านบอกว่าเก็บของออกจากหลวงปู่มันไป ๒ วันกลับมาอีกแล้ว หลวงปู่มันถามว่า อ้าว ไป ๒ วันมาอีกแล้ว โธ่ย เต็มหัวใจมาเลย แก้ให้ทีเถอะ แก้ให้ที ปัญหามันเยอะถ้าเราภาวนาจริงนะ เว้นไว้แต่เราภาวนาไม่จริง พอภาวนาไม่จริงเราก็ไม่ได้แก้ไข เราไม่ได้รักษาหัวใจเราเลย แต่ถ้าเราภาวนาจริง รักษาหัวใจจริง โธ่ย ปัญหา ยิ่งอีกเยอะนัก ปัญหาร้อยแปด ถ้าเราแก้ได้ เราพิจารณาได้ มันแก้ได้มันก็เป็น ประสบการณ์ นี่ถ้ายังใครแก้ได้ ภาวนาได้นะประสบการณ์เยอะมาก เยอะมากถ้าเรา ภาวนาไปแล้ว นี่ประสบการณ์อันนี้จะเก็บไว้เป็นปัญญาของตัวเอง ไว้สั่งสอนใครก็ได้ เพราะใครภาวนามากก็เป็นแบบนี้ ถ้าภาวนาแล้วต้องเป็นแบบนี้หมด

ฉะนั้น สิ่งที่ว่าไม่มีอะไรเลยแล้วมากันได้เองมันเป็นไปได้หรือก ถ้ามันเป็นอย่างนี้เราทำจริงของเรา ถ้ามันทำจริงมันจะเป็นจริง ให้ภาวนาไปก่อน แล้วมีสิ่งใดให้ถามมาใหม่

ข้อ ๑๔๒๘. ไม่มี

ข้อ ๑๔๒๙. นะ

ถาม : ๑๔๒๙. "กราบนมัสการหลวงพ่อก"

มีคำถามครับ ผมฝึกปฏิบัติแล้ว ๔ เดือนติดต่อกัน มีอาการหลงทางหู ได้ยินเสียงคนคุยกัน ผมเลยไปรักษากับจิตแพทย์ ได้ยามาทาน อาการทุเลาลงคือไม่ได้ยินเสียงแล้ว แต่หมอมียาคำเตือนว่าห้ามทำสมาธิที่เป็นการบริกรรมตลอดชีวิต เพราะอาการทางจิตอาจกลับมาเป็นซ้ำอีก และมีอาการมากกว่าเดิม ผมรู้สึกเสียใจที่จะบริกรรมพุทโธไม่ได้แล้ว แต่ผมนึกขึ้นได้ยังมีหลวงพ่อกที่จะช่วยได้ คือผมพอมีวิธีปฏิบัติอย่างไรบ้างที่เหมาะสมกับผม ที่ไม่ให้ประสาทหลอน (ผมยังอยากได้บุญสมาธิอยู่นะเพราะเป็นบุญใหญ่) ขอบพระคุณครับ

ตอบ : การปฏิบัตินะ แค่ทำความสงบของใจ ส่วนใหญ่แล้วมันไม่มีผลกับทางให้จิตใจเราเสียหายหรือก ทำดีต้องได้ดี ทำชั่วต้องได้ชั่ว การกำหนดพุทโธ การปฏิบัติ เป็นสิ่งที่เราทำคุณงามความดี องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอกไว้ว่า นี่สั่งพระอานนท์ไว้เลย

"อานนท์ เธอบอกประชาชนนระอย่างนูชาเราด้วยอามิสเลย นูชาเราด้วยการปฏิบัติ
นูชาเถิด"

การปฏิบัตินูชา เป็นการปฏิบัตินูชาของคัมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เป็นการทำ
คุณงามความดี แล้วมันจะเสียหายได้อย่างไรล่ะ? การปฏิบัตินูชาเป็นสิ่งที่องคัมเด็จพระ
สัมมาสัมพุทธเจ้าฝากกับพวกเราไว้ให้เราปฏิบัตินูชากัน แล้วเราปฏิบัตินูชาแล้วมันจะ
เป็นโทษกับเราได้อย่างไร ไหนี่มันจะเป็นโทษกับเราก็อ่อนกลับไปเรื่องเมื่อกี้ ไหนี่กรรมเก่า
กรรมใหม่ คนเราส่วนใหญ่แล้วถ้าจิตเป็นปกติมาภาวนานะ แล้วภาวนาโดยความถูกต้อง
ไม่มีหอรอก ไม่เสียหายหอรอก ไอ้ที่ว่านี้ส่วนใหญ่แล้วพอปฏิบัติไป คนที่เป็นแบบนี้เพราะ
อะไรล่ะ? เพราะผมปฏิบัติ ๔ เดือนมีอาการหลงทางหู ๔ เดือน แล้วก่อนหน้านั้นล่ะ?

จิตของเรานี้ นะ จิตคนที่ปฏิบัติแล้วจะมีอาการอย่างนี้ คือว่ามันผิดปกติตั้งแต่
ต้น อย่างเช่นเรามีความเครียดจนเราเป็นจิตเภท แต่เราเก็บไว้ภายใน แล้วเราก็อยากปฏิบัติ
พอเราปฏิบัติ เพราะจิตเรานั้นผิดปกติอยู่แล้ว ไหนี่โดยพื้นฐานจิตของเรานั้นมีความผิดปกติ
อยู่แล้ว แล้วพอมาปฏิบัติปั้บมันก็สร้างภาพ ยิ่งสร้างภาพยิ่งทำให้เราหูแว่ว ยิ่งทำให้มันมี
อาการมากขึ้น ถ้ามีอาการมากขึ้นเขาต้องพยายามฝึก ต้องมีสติ ฝึกหัดสติ พอฝึกหัดสติมา
ให้สิ่งที่ว่าความผิดปกติของเราให้มันเจือจางลง ถ้าความผิดปกติเราน้อยลงๆ จนมันไม่มี
แล้วเรากลับมาปฏิบัติ

เราปฏิบัติ ถ้าปฏิบัติโดยพื้นฐาน โดยความปกติ สิ่งที่ว่าปฏิบัติไปแล้วจิตหลง
ปฏิบัติไปแล้วมันมีเสียงแว่วทางหู ปฏิบัตินี้มันจะเกิดได้ยาก แต่พวกเราดูสิโดยธรรมดา
จิตพวกเราก่อนแออยู่แล้วไซ้ไหม แล้วเราไปรู้ไปเห็นอะไรแล้วมันไปเชื่อตามนั้น ไหนี่สิ่งที่
เสียหาย เสียหายเพราะอะไร? เสียหายเพราะไม่มีคำบริกรรม ไม่อยู่กับคำบริกรรม ได้รู้
ได้เห็นสิ่งใดแล้ว ไปเชื่อ ไปเห็นตามความรู้ของตัวเอง แล้วไปตามนั้นหนึ่ง

สอง จิตของคนเวลาสงบไปแล้ว ไปเห็นสิ่งใดที่มหัศจรรย์แล้วตกใจ พอดตกใจ พอ
ตกใจมันหลุดไปเลย อย่างนี้ก็มี อย่างนี้ ไหนี่เวลาที่ปฏิบัติ เวลาจิตที่มันถึงกะณะองเขาถึงต้อง
มีครูบาอาจารย์ที่สมบูรณ์ มีครูบาอาจารย์ที่รู้เท่าทัน ฉะนั้น ถ้าจิตของคนมันไปรู้ ไปเห็น
อะไร บางทีมันตื่นตื่น ถ้ามันตื่นตื่น ครูบาอาจารย์ที่ท่านเป็นนะหยุดๆ หยุดก่อน หยุด
ก่อน พุทโธเบาๆ พุทโธเบาๆ พุทโธมันหนักมันเบาได้ ไหนี่พูดถึงเขาบอกว่าภาวนาแค่ ๔

เดือนแล้วจิตมันหลอนไป ทีนี้ไปหาจิตแพทย์ จิตแพทย์ให้ยามาทูเลา ตอนนี้อยู่ไม่ได้ยินเสียงแล้ว

ไม่ได้ยินเสียงแล้วนี่ดีมาก ถ้าไม่ได้ยินแล้ว แล้วเรามีสติของเราไว้ ด้วยความเป็นปกติขณะนั้นมันก็แค่กดประสาทไว้เท่านั้นแหละ แล้วกดประสาทคือช่วยกัน สิ่งที่เป็นจริงๆ คือจิตมันเป็น ถ้าจิตมันเป็นเราให้จิตมันกลับมาเป็นปกติ เห็นไหม เวลาบอกว่าเรามีสติคือความปกติของใจ ใจเป็นปกติ ใจตั้งมั่น แล้วใจตั้งมั่นแล้วเราใช้ปัญญาอบรมสมาธิก็ได้ เราใช้ปัญญา เราพิจารณาของเรา ถ้าเขาบอกไม่ให้พูดอะไร ทีนี้เพราะถ้าเวลาเราไปหาหมอ แล้วหมอเขาให้ยามาแล้ว หมอส่วนใหญ่เขาว่าอย่างนี้ ห้ามภาวนานะ พอให้ยาแล้ว ห้ามภาวนานะ ถ้าภาวนามาคราวหน้าไม่รักษา เพราะในโรงพยาบาลมันเป็นแบบนี้เยอะ แต่เราพิจารณาของเรา

เมื่อก่อนเราไม่เชื่อเรื่องนี้เลยนะ เราไม่เชื่อว่าคนภาวนาแล้วเสีย เราไม่เชื่อ แต่พอเรามาเจอโดยตัวเราเองถึงเชื่อ เพราะคนที่มาปฏิบัติแล้วเขามีอาการแบบนั้น พอมีอาการแบบนั้นเราก็มั่นใจเพราะอะไร เขาไปเห็นเทพ เห็นผี แล้วเขาเชื่อว่าเขาสื่อสารได้ เขาเชื่อว่าเขาสื่อกับพวกเทพได้ พอเขาเชื่อว่าสื่อสารกับเทพได้ ทีนี้เขามาหาเรานะ หลวงพ่อ ถ้าเสียงผมพิมพ์ๆ หลวงพ่อไม่ต้องตกใจนะ ผมกำลังคุยกับเทพ ปวดหัวเลย เสร็จแล้วเขาก็ค่อยๆ แก่ ส่งไปหาหมอเหมือนกัน แล้วหายแล้วเหมือนกัน อ้อ ถึงได้ อ้อ มันเป็นเรื่องจริง มันมีได้จริง มีได้จริงเพราะว่าเขาบอก

เราก็มั่นใจว่าทำไมเป็นอย่างนี้ เขาไปภาวนาอยู่ในป่า แล้วไปเห็นเทพ ไปเห็นเทพแล้วมันสื่อสารกันได้ ตั้งแต่นั้นมานะ โอ้โฮ เขาสื่อได้ตลอด แล้วนั่งพูดทั้งวัน แล้วเขาจะมานั่งอยู่กับเรา เวลาเราตอบปัญหาเขาจะบอกเลยหลวงพ่อสอนผิด เขาบอกเราผิดหมดเลย เขาถูก หลวงพ่อต้องเชื่อผมสิ ผมถูกหลวงพ่อดี ผิดก็ผิดไม่เป็นไร เอ็งตั้งสติให้ดีๆ เห็นอย่างนี้มา

ถ้าเห็นอย่างนี้มาแล้ว นี่กรรมเก่ากรรมใหม่ ทีนี้กรรมเก่ากรรมใหม่ สิ่งที่เป็นมานี้นะ ถ้าจิตของเรา บางคนจิตเราโดนกระทบกระเทือนแรง สังคมมันบีบบีบตีไฟ สังคมคูสิเอาโรคเอาเปรียบกันจนเราเสียใจ เก็บหมักหมมไว้ในใจ แล้วสิ่งนี้มันมีแล้วทำไมเราไม่ระบายออกล่ะ? เราไม่ต้องไประบายกับใครหรอก เรากำหนดพูดอะไร เราใช้ปัญญาอบรมสมาธิปล่อยวางมันไป เราต้องระบายด้วยตัวของเราเองไง เราไม่ใช่เอาความเครียด เอา

ความในใจเราไปบรรยายใส่คนอื่นไม่ใช่ เราต้องระบายในใจเราออกไปด้วยคำบริกรรมของเรา

ฉะนั้น สิ่งที่หมอเขาบอกว่าห้ามกำหนดพุทโธอีกแล้ว ห้ามใช้คำบริกรรม อันนั้นมันเป็นคุณพิษ มันเป็นความเห็นของหมอเขา แต่เราเป็นชาวพุทธ เราจะเชื่อองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าหรือเราจะเชื่อหมอละ? หมอเขาก็รักษาโรคทางจิตใช้ไหม ถ้าจิตแพทย์เขารักษาโรคทางจิต แต่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านรักษากิเลสนะ ท่านทำให้กิเลสในใจของสาวก สาวกะ ในนี้ถึงกับหมดสิ้นไป ฉะนั้น สิ่งนี้เราเอาไว้ เราพิจารณาของเราไว้ แล้วเขาบอกว่าหมอห้ามบีบผมก็คิดถึงหลวงพ่อดี หลวงพ่อจะให้ผมทำอย่างไรละ?

เราภินชาไปแล้วเรารักษาใจ รักษาตัวเราเองไป นี่ร่างกายปกติ จิตปกติ ร่างกายปกติ จิตเป็นปกติ เราเป็นมนุษย์ปกติ เราเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ อันนี้มีบุญกุศล แล้วถ้าเราปฏิบัติไป เราอยากได้บุญกุศลที่มากขึ้นเราก็หาอุบาย หาทาง หาทางหมายความว่าเราภาวนาของเราเอง เราเดินจงกรมของเราเอง ถ้าจิตมันดี ทำแล้วมันเป็นประโยชน์เราก็ทำ ถ้ามันทำแล้วมันเริ่มใจไหวๆ แล้ว มันเริ่มผิปกจิตเราหยุด เราหยุด เราฝึกหัดอย่างนี้ มันเหมือนกับคนเราเวลาเจ็บไข้ได้ป่วย เวลาหมอเขาผ่าตัดแล้วเขาต้องให้กายภาพเพื่อฟื้นฟูร่างกาย

นี่ก็เหมือนกัน จิตใจของเราถ้าเรามีปัญหาแล้วเรามาฟื้นฟูจิตของเราให้เป็นปกติ ฟื้นฟูจิตเราเป็นปกติ เรารู้ใจ เราเป็นคนรู้เอง เวลาโยมป่วยนะ โยมไปหาหมอ โยมต้องกินยานะ นี่ก็เหมือนกัน จิตของเราถ้ามันหวั่นไหว จิตของเราไม่เป็นปกติเราก็รู้ เราบริกรรมพุทโธ พุทโธ ถ้าจิตเราเป็นปกติ มันดีขึ้นเราก็บริกรรมของเราไป ถ้าบริกรรมไม่ดีเราก็วางไว้ เห็นไหม เราไปหาหมอ หมอก็รักษาถามว่าเราหายไหม? เราดีไหม? เขาก็ต้องถามอาการจากเราเหมือนกัน

นี่ก็เหมือนกัน ถ้าเราปฏิบัติไปแล้ว ถ้าจิตใจเราเป็นอย่างไรเราก็รู้ตัวเราเอง ถ้ารู้ตัวเราเห็นไหม นี่ไงเพราะเราพุทโธ พุทโธ ถ้าจิตเราสงบได้ ผู้ใดเห็นธรรม ผู้นั้นเห็นตถาคตนะ เวลาเราไปหาหมอ หมอให้ยามา เวลาเราพุทโธ พุทโธเราจะไปเฝ้าองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ผู้ใดเห็นธรรม ผู้นั้นเห็นตถาคต พุทโธ พุทโธ นี่พุทโธเป็นพุทโธ เป็นชื่อขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เราจะไปเจอตัวผู้รู้ ตัวพุทโธเอง

ถ้าเราทำของเราได้ สิ่งนี้มันเหนือกว่าเยอะ สิ่งที่เราเป็นพุทธะมันเหนือกว่ายา
 เยอะ มันเหนือกว่าจิตแพทย์ให้ยาเยอะแยะ มันเหนือกว่าทุกอย่าง เพียงแต่ว่าจิตใจเรา
 สมบูรณ์พอไหม? เรามีสติปัญญาสมบูรณ์เพียงพอไหม? เราต้องเทียบตรงนี้นะ ไม่ใช่
 บอกว่าเราทำได้ๆ แล้วเราจะมูทะลุทำไป จิตใจเราอ่อนแอ จิตใจเราผิดปกติ แล้วเราก็
 เชื่อมันในธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าโดยให้กิเลสมันหลอก แล้วเราก็
 พยายามกระทำไป กระทำไปนะมันเคยพลาดมาแล้วมันก็จะพลาดอีก ตอนครั้งที่แล้วไป
 หาหมอมา หมอให้ยามา คราวนี้หมอเขาจะให้ยามาสองเท่า สามเท่า

นี่มันเป็นปัจจัยตัดัง มันเป็นการปฏิบัติของเรา นี่ความเห็นของเรา แต่ความเห็น
 ของเรา เราคิดว่าถ้าจิตมันเป็นปกติ เรารักษากิจของเราให้เป็นปกติได้ ภาวนาได้ แต่ต้อง
 ให้จิตเป็นปกตินะ พยายามทำจิตของเราให้ดี เพราะเราจะบอกว่ายานี้ก็รักษาได้แต่ทาง
 ร่างกาย ทางความเป็นอยู่ แต่ถ้าเป็นธรรมนะมันรักษากิจใจให้หาย ถ้าจิตใจให้หายเรา
 ดูแลอย่างนี้ รักษาอย่างนี้เพื่อประโยชน์กับเรา เราดูแลเรามันเป็นประโยชน์กับเราเพื่อตัว
 เราเอาเท่านี้ เอวัง