

ไม่รู้จักจิต

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺสฺโต

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๑๒ เมษายน ๒๕๕๗

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

ถาม : เรื่อง “จิตที่สับสน”

หลวงพ่ : เขาเขียนมาอย่างนี้เลยนะ แล้วสับสนจริงๆ ด้วย

ถาม : ผมมีข้อสงสัยตั้งแต่สมัยตอนบวชเมื่อนานมาแล้ว การนั่งสมาธิ เมื่อนั่งทำสมาธิแล้วภาวนาพุทโธ เกิดความรู้สึกว่า จิตของตัวเองเบาสบายแล้วลอยขึ้นสูงขึ้นไป แล้วเหมือนหมุนขึ้นไปด้วยความเร็วเหมือนไม่มีที่สิ้นสุด แล้วเกิดความกลัว จึงหยุดการทำสมาธิ ไม่รู้ว่าสิ่งที่เกิดขึ้นคืออะไร สงสัย ไม่เข้าใจว่าลอยไปไหน สูงขนาดไหน ทำให้เกิดความกลัวการนั่งสมาธิ กลัวจิตของตัวเองจะกลับไม่ได้ แต่ความรู้สึกจิตขณะนั้นรู้สึกสบาย พอรู้สึกตัว สิ่งที่เกิดขึ้นคืออะไร สงสัยมานานมาก ไม่รู้คืออะไร กลัวครับ

อีกข้อหนึ่ง ตอนทำวัตรเช้าเสร็จแล้วนั่งสมาธิ หลังจากสวดมนต์ มีการนั่งสมาธิ ตัวผมเองเกิดดวงนอน แล้วจิตตัวเองเหมือนหลุดออกมามองเห็นบริเวณรอบๆ พระรูปอื่นๆ และตัวเองกำลังนั่งสมาธิอยู่ ผมทดลองทำแบบนี้หลายครั้ง เป็นเหมือนเดิม ความรู้สึกแบบนี้คืออะไรครับ

ตอบ : เวลานั้นปฏิบัติมันมีอะไรแปลกประหลาดอย่างนี้ แล้วมันมีอะไรแปลกประหลาดอย่างนี้ อย่างนี้เป็นความจริงหรือเปล่า ถ้าเป็นความจริงหรือเปล่า ทางวิทยาศาสตร์บอกว่าสิ่งนี้มันเป็นจินตนาการ มันเป็นการเพ้อฝัน มันเป็นเรื่องที่พิสูจน์ไม่ได้ ทางวิทยาศาสตร์จะว่าอย่างนั้นนะ

แต่ถ้านักปฏิบัติจะ พอฟังอย่างนี้แล้ว ไอนี้มันหญ้าปากคอก ไอนี้มันของเล็กน้อย ไอนี้มันเป็นเริ่มต้น เห็นไหม เวลาพูดเรื่องอย่างนี้บ๊ิบ เราก็จะย้อนกลับไปทีหลวงตาบอกว่า การภาวนามียากอยู่ ๒ คราว คราวหนึ่งคือคราวเริ่มต้น คราวเริ่มต้นนี้ กับอีกคราวหนึ่ง คราวจะสิ้นสุดแห่งทุกข์ การปฏิบัติมียากอยู่ ๒ คราว คราวอย่างนี้ เริ่มต้นปฏิบัติ เห็นไหม

คำถามนี้ละ คงจะเก็บไว้ในใจนาน ผมเคยบวชนานมาแล้ว แล้วสิ่งนี้เวลาบวชไป ไปภาวนาสั่งนี้มันก็ฝังใจอยู่คนเดียว แล้วไปปรึกษาใครก็ไม่ได้ แต่บังเอิญลงมาเจอในเว็บไซต์ มีคนปากจัดชอบพูดมากอยู่คนหนึ่ง ก็เลยถามมา ถามไ้คนปากจัดมันชอบพูด เรื่องร้อยแปดพันเก้า ก็เลยถามไ้ได้ ก็เลยถามมา

เพราะอะไรรู้ใหม่ เพราะมันไม่เป็นเรื่องแล้ว เป็นเรื่องที่ว่าผมเคยบวชเมื่อนานมาแล้ว แล้วมันเป็นแบบนี้มันคืออะไร

มีพระมาหาบ่อยมาก มีบางองค์มานะ บอกว่า เวลานั่งสมาธิไปแล้วเห็นจิตของตัวเองหลุดออกไปจากร่าง แล้วก็มองกลับมาเห็นตัวเองนั่งอยู่ แล้วพอมันทำบ่อยครั้งเข้าๆ พอจิตเขาออกไป เขาออกไปเป็นชั่วโมงๆ เลย แล้วออกไปนี่แปลกด้วยนะ ออกไปในหมู่บ้านนั้นนะ เขาอยู่ในป่าใน ในหมู่บ้านนั้นเขาจะรู้เลยว่า บ้านใดจะมีงานอะไร บ้านใดจะมีสิ่งใด เขารู้เห็นไปหมด แล้วเวลาเขาตื่นเข้ามาเขาจะบอกพระ เวลานั้นปฏิบัติ พระปฏิบัติด้วยกัน เขาจะทดสอบกันอย่างไร เขาจะบอกพระไว้เลยว่า วันนี้ออกบิณฑบาต บ้านนั้นจะมีเหตุการณ์นี้ บ้านนี้จะมีเหตุการณ์อย่างนี้ บ้านนี้จะมีเหตุการณ์อย่างนี้ แล้วออกไปนะ ตรงเบ๊ยะๆๆ เลย เขาก็ทิ้งกันนะ แล้วพอบ่อยครั้งเข้าๆ จนเขาเกิดเป็นทิวฏฐิ

พอเกิดเป็นทิวฏฐิ พระก็เลยพามาหาเรา พามาหาเราว่า เขาถอดจิตออกไปได้ พอถอดจิตออกไปได้แล้วเขาจะไปรู้ไปเห็นว่ามันจะเกิดเหตุการณ์ข้างหน้า เขาเห็นก่อนเลย แล้วถูกต้องตามนั้นหมดเลย แล้วก็ท้ายพระไ้หมด พระที่อยู่ด้วยกันกลัวเขาหมดเลย

แล้วพามาหาเรา เราบอกว่า เรื่องอย่างนั้นมันก็เป็นการส่งออก เรื่องอย่างนั้นไม่เกี่ยวกับเรื่องอริยสัจ ไม่เกี่ยวกับการภาวนาเลย เรื่องอย่างนั้นมันเป็นจิตของจิต นิสัยของจิต มันเป็นแบบนี้ แล้วถ้าปล่อยไปมันมีแต่เสียกับเสีย ถ้าจะให้แก้ไขนะ แก้ไขก็ต้องมีสติ เรากำหนดพุทโธหรือใช้ปัญญาอบรมสมาธิ แล้วมีสติสัมปชัญญะรู้ตัว รู้ตัวตลอดเวลา

จิตหยาบ จิตละเอียด เราจะรู้จิตของเราหยาบหรือจิตของเราละเอียด ถ้าจิตของเราละเอียด ละเอียดอย่างไร พุทโธ พุทโธชัดๆ พอพุทโธชัดๆ มันชัดๆ แต่มันเบาลง ชัดๆ แต่เบาลง ไม่ใช่พุทโธมันเบาลง พุทโธมันเลื่อนลอย อย่างนั้นไม่ใช่ชัด อย่างนั้นคือการเพ้อเจ้อ

พุทโธชัดๆ ชัดๆ นี้ เพราะคำว่า “ชัดๆ” คือสติพร้อม สติพร้อม ลมหายใจเข้าออก มันพร้อม แล้วกำหนดพุทโธชัดเจนนมาก แล้วละเอียดเข้ามา ละเอียดเข้ามาหมายความว่า

พุทโธนี่ชัดเจน แล้วสิ่งที่เป็นลม ความรู้สึกมันละเอียดขึ้น ละเอียดขึ้น ละเอียดเข้าไป ๆ จนพุทโธไม่ได้ แต่ความรู้สึกนั้นชัดเจน เห็นไหม

คำว่า “ชัด ๆ” ชัด ๆ ตั้งแต่เริ่มต้นพุทโธหยาบ ๆ พุทโธหยาบ ๆ มันรู้แบบประสาสามัญสำนึกของเรา แต่พอมันละเอียดเข้าไป มันเป็นเรื่องอาการ เรื่องอาการของจิตที่มันละเอียด อาการของจิตที่ละเอียด ความรู้สึกที่ละเอียดขึ้นมา เราไม่สามารถจะบังคับให้มันหยาบละเอียดได้ มันจะละเอียดในตัวของมันเอง ถ้าละเอียดในตัวของมันเอง มันจะรู้สึกตัวชัดเจนของมัน มันละเอียดเข้ามา ละเอียดจนมันนึกไม่ได้เลย แต่มันก็ชัดเจนของมัน นี่คือสัมมาสมาธิ

แต่เวลาพอกำหนดพุทโธ จิตมันหลุดออกไป ออกไปแล้วก็ไปรู้อื่นต่าง ๆ พอรู้อื่นต่าง ๆ แล้วมันถูกต้องด้วย พอถูกต้อง มันชัดเจนด้วย ชัดเจนด้วย

เราบอกอย่างนั้นส่งออกไป ส่งออกไป เห็นไหม ถ้าอย่างนั้นนะ มันก็เหมือนแสงเลเซอร์ อย่งทั่วไปเวลาเขายังออกไป มันไปผ่าตัดได้ มันทำสิ่งใดได้ มันเป็นพลังงาน แล้วมันได้อะไรขึ้นมา

จิตก็เหมือนกัน ส่งออกไป ส่งออกไปแล้วเราได้อะไรขึ้นมา มันไม่เห็นได้อะไรขึ้นมาเลย ถ้าไม่ได้อะไรขึ้นมาแล้ว นี่เป็นตรัสจณานวิชา มันเป็นวิชาทางโลก เพราะจิตมันเป็นแบบนั้น จิตมันเป็นแบบนั้น เวลาทำไปแล้วเป็นแบบนั้น

ถ้ามีครูบาอาจารย์ที่เป็นจริงนะ อย่างเช่นหลวงตาท่านไปแก้แม่ชีแก้ว หลวงปู่มั่น ท่านไปแก้ครูบาอาจารย์ที่เวลาส่งออกไป นี่ส่งออกไป ส่งออกไปแล้วพอไปรู้ไปเห็นขึ้นมาแล้วมันถูกต้องไหม ถูกต้อง พอถูกต้องแล้วมันเกิดอะไร เกิดทิวฏฐิ เกิดทิวฏฐิว่าฉันรู้ฉันเห็น ฉันเก่ง นี่ไง แล้วมันเป็นประโยชน์อะไรขึ้นมาละ

เขาพาพระมหาเรา เราก็บอกว่าต้องตั้งสติไว้ไม่ให้ออก มันก็เหมือนหลวงตาไปแก้แม่ชีแก้ว ถ้าวันไหนจิตมันส่งออกไปรู้เห็นสิ่งต่าง ๆ วันนั้นนะเก่ง ถ้าวันไหนจิตมันไม่ไปรู้อะไร วันนั้นภาวนาไม่ดี

นี่ก็เหมือนกัน ถ้ามันหลุดออกไปแล้ว วันนั้นตัวเองไปรู้ไปเห็นอะไรมา มาคุยไม้กับพระว่าไปรู้ไปเห็นอะไรมา แล้ววันไหนมันออกไปแล้วไม่รู้ไม่เห็นอะไรละ มาคุยไม้

เราบอกว่าไม่ได้หรอก หลวงตาท่านสอนว่าให้ออกก็ได้ ไม่ออกก็ได้ คือว่าเริ่มต้นมันต้องยันกันไว้ก่อน ถ้ายันไว้ก่อนนะ ถ้าทำไม่ได้ บอกมันไม่ได้ มันอึดอัด มันไม่ชอบใจอย่างนั้นให้ลงจากเขาไปเลย ไม่ให้ขึ้นมา

ที่นี้พอไม่ให้ขึ้นมา ด้วยที่ว่าไม่มีที่พึ่ง ก็เลยตั้งสติ ตั้งสติบังคับว่าไม่ให้ออก พอไม่ให้ออก พุทฺโธ จิตพุทฺโธ มันทัดขึ้น พุทฺโธชัดๆ มันทัดๆ แล้วมันละเอียดขึ้น มันไม่ออกไป มันละเอียดขึ้น พลังงานในตัวมันเองก็เกิด เพราะพลังงานไม่ได้ส่งออก พอพลังงานตัวมันเกิดขึ้นมามันก็เป็นสมาธิ

พอเป็นสมาธิ สิ่งทีพลังงานที่ออกไปโดยที่มันใช้สัญญาเปล่ามาตลอด มันก็ทรงตัวมัน พอมันทรงตัวมันปั๊บ มันมีกำลังของมัน ที่นี้อำนาจวาสนาตัวเองมีขนาดไหน มันจะรู้จะเห็นแล้ว มันจะไปเห็นกาย เห็นกายของตัวเองขึ้นมา

เห็นกายของตัวเองขึ้นมา เห็นหลวงตาท่านเดินมา เอามืดมาพิน พินคือเป็นไตรลักษณ์ พินให้มันแปรสภาพ มันเห็นแล้วมันสังเวช มันเศร้าใจ ความเศร้า ความโศก ความผูกพันของจิต พอจิตมันคายตรงนั้นออก นี่อันนี้ของจริง พอของจริงขึ้นมา เห็นไหม เห็นภายในมันถึงถูกต้อง นี่ทวนกระแส ปัญญาขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ปัญญาทวนกระแสกลับ ไม่ใช่ปัญญาส่งออก

พอทำได้จริง ขึ้นมาราบหลวงตา รู้เลยว่าสิ่งที่ทำมาที่ว่าตัวเองบอกว่าสิ่งนั้นถูกต้อง สิ่งนั้นดีงาม มันไม่ใช่ แต่เวลาพุทฺโธ จิตมันสงบ จิตมันมีหลักมีเกณฑ์ มันเห็นกาย เห็นเวทนา เห็นจิต เห็นธรรมตามความเป็นจริง

เห็นจิต เห็นกายใช่ไหม เวลามันส่งออก จิตมันหลุดออกไป ไปเห็นกายเขา ไปเห็นคนนั้น ไปเห็นคนนี่ ไปเห็นคนนั่งอยู่ แล้วเห็นแล้วได้อะไร เพราะอะไร เพราะมันไม่ใช่ ปฏิสนธิจิตเห็น มันไม่ใช่จิตเราเห็น มันส่งออกไป มันเหมือนสัญญาอารมณ์ข้างนอกมันไปเห็น แล้วมันไม่ได้อะไร เห็นไหม

สุดท้ายแล้วเขาพามาหาเรา เราก็แก่เขาไป แก่เขาไป เขาทำไม่ได้ พระที่จิตหลุดออกไป ที่จิตออกไปข้างนอก ที่ไปเที่ยวรู้เห็นสิ่งต่างๆ เดียวนี้ละ สึกหมดแล้ว สึกไปหมดแล้ว มันได้อะไรขึ้นมาละ

แต่ถ้ามีครูบาอาจารย์นะ ถ้าจริง ต้องรั้งไว้ ต้องแก้ได้ ถ้าแก้ แก้นี้เป็นทางทฤษฎี แต่ตัวผู้เป็นต้องแก้ได้ด้วย ถ้าแก้ มันก็จะเป็นความจริงขึ้นมา

นี่พูดถึง ถ้ามันแบบว่าจิตหลุดออกไป จิตไปรู้ไปเห็น

คนที่ภาวนาไม่เป็นมันก็ไปตีใจกับเขา แต่คนที่มีจิตนิสสัยนะ คือว่าใฝ่ดีอยากปฏิบัติ แต่ขาดครูบาอาจารย์ ขาดคนชี้แนะ พอเราขาดคนชี้แนะ พอเราเป็นอย่างนั้นเอง เหมือนเราเป็นไข้ เราเป็นไข้ แต่เราไม่มีหมอ เราต้องรักษาตัวเอง มันก็น่าวิตกกังวลนะ

อย่างเราเป็นไข้ เรามีโรคร้าย แล้วเราหาหมอไม่ได้ เราต้องวินิจฉัยตัวเราเอง เราจะมีความรู้สึกอย่างไร นักปฏิบัติถ้าไม่มีครูบาอาจารย์ พอจิตมันเป็นอะไรไปแล้วมันไม่มีคนจะแก้ไข ไม่มีคนบอก มันก็วิตกกังวลเป็นธรรมดา มันกลัวไง

เราไม่รู้จักจิตของเรา จิตของเรา เราไม่รู้ไม่ได้ รู้จักไม่ได้เพราะอะไร เพราะมีวิชา อวิชา มารมณ์ครอบงำไว้แล้ว ฉะนั้น เวลาเราปฏิบัติไป เราปฏิบัติไปเพื่อทำสมาธิให้มารสงบตัวลง ให้เรามีโอกาสได้แยกแยะ ให้เรามีโอกาสได้จิตเป็นสัมมาสมาธิ ให้จิตมันมีกำลังของมัน

แล้วได้แยกแยะ เห็นไหม ขณะที่เราแยกแยะ เหมือนเด็กน้อย เด็กน้อยไปอยู่กับผู้ใหญ่ ไปอยู่กับคนที่มีประสบการณ์ชีวิต คนที่เป็นผู้เฒ่าผู้แก่ ผู้เฒ่าผู้แก่ ประสบการณ์ชีวิตเขา มาขนาดไหน เด็กน้อยจะเอาความรู้สึกอะไร เด็กน้อยจะเอาปัญญาอย่างไรจะไปเท่าทันกับผู้เฒ่าผู้แก่

ผู้ที่ฝึกหัดใหม่ จิตมันยังไม่เคยภาวนา จิตมันยังไม่มีหลักมีเกณฑ์ มันจะเอาอะไรไปรู้เท่าทันกับอวิชา มันถึงไม่รู้จักจิตตัวเองไง ทั้งๆ ที่จิตนี้เป็นของเรา โดยสัจจะ จิตนี้เป็นของเรา เราเป็นเจ้าของเลยละ แต่เราโดนอวิชา โดนพญามารมณ์ครอบงำไว้ แล้วพอเราจะมาสู้กับมัน เราจะมาแก้ไข เราไปสู้ เหมือนเด็กน้อย

หลวงตาท่านใช้คำว่า คนจะสู้เสือด้วยมือเปล่า มันทุกข์นะ เสือ เราจะสู้เสือ อย่างน้อยเราก็ต้องมีอาวุธชนิดใดชนิดหนึ่งเพื่อสู้กับเสือ นั้น เราไปสู้กับเสือโดยมือเปล่าไง แล้วถ้าจะสู้กับเสือ เราจะเอาอะไรไปสู้ล่ะ มันก็เอาสติ เอาสมาธิ เอาปัญญาไปสู้กับมัน

ถ้าเราจะมี เราทำสมาธิมาสมาธินะ กำหนดพุทโธ ใช้ปัญญาอบรมสมาธิ ถ้าจิตมันสงบเข้ามา มันมีสมาธิ สมาธิคือกำลัง แล้วมันมีสติมีปัญญา เราจะไปสู่กับเสือ เราต้องมีสติมีปัญญาไปสู่กับมัน ถ้าไปสู่กับมัน มันก็แก้ไข

แต่ถ้าเราไม่มีสติปัญญา เราบอกเวลามันกลัว ก็เขียนมาว่า จิตที่มันเบา เวลามันเป็น มันเป็นอย่างนี้จริงๆ

เวลาจิตมันส่งออก เห็นไหม จิตมันส่งออก มันเป็นมัจฉาสมาธิ เป็นสมาธิ เป็นมัจฉา มันก็มีตัวเบาเหมือนกัน มีความสบาย มันลอยขึ้น

ลอยขนาดไหน จะลอยไปไหน ลอยก็คืออาการลอย ถ้าลอย ดูลิ เขาขึ้นเครื่องบิน เขาก็เหาะเหินเดินฟ้าได้ ไปอวกาศ เขาออกไปจากแรงโน้มถ่วงเลย แล้วมันได้อะไรขึ้นมาล่ะ อันนี้อาการความรู้สึก อาการๆ มันเป็นไปไต่ทั้งทางโลกและทางธรรม ทางโลกคือโลกีย์ปัญญา เป็นฌานโลกีย์ มันก็เป็นของมัน

แต่เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ศาสนาพุทธเป็นศาสนาแห่งปัญญา แต่ปัญญามันเกิดจากสมาธิสมาธิ ปัญญามันเกิดจากศีล สมาธิ ปัญญา ไม่ใช่ปัญญาดิบๆ อย่างเรา เราปัญญาดิบๆ เราคาดการณ์ ยิ่งคาดการณ์ไปมันยิ่งกลัว กลัวตัวเอง กลัวจิตของตัวเอง

จะเข้าไปสู่จิตของเรา พอเราจะเข้าไป เราจะเดินเข้าไปสู่บ้านของเรา เรากลับบ้านของเราเอง เรากลับนะ

แต่ถ้าเราปฏิบัติใหม่ๆ มันก็มีความกลัว มีความตื่นเต้น เห็นไหม ผู้ใดเห็นธรรม ผู้นั้นเห็นตถาคต ถ้าทำสมาธิได้ มันก็มีหลักของมันแล้วละ ถ้ามีหลักของมัน เราทำงานชานาญ เราเข้าบ้าน เราทำความสะอาดบ้านเรา เราออกจากบ้านเรา เราปิดประตู เราเปิดประตูเข้าบ้านเรา เราทำความสะอาดบ้านเรา เราออกจากบ้านเรา ออกจากบ้านเรา เราปิดประตูไว้ พอจะเปิดประตู เราก็ทำความสะอาดบ้านเรา ชานาญในวิธี ชานาญในการเข้า ชานาญในการออก จะรักษาของเรานะ เต็มมันจะเข้าใจเรื่องนี้

แต่ถ้ามันไม่ชานาญ เวลามันเป็นสมาธินี้สัมผัส หล่น พับ! เป็นสมาธิเลย วูบ ไปแล้ว แล้วเป็นอย่างไรต่อล่ะ มันก็เหมือนกับเราตกจากเครื่องบินอยู่บนกลางอากาศ ลอยคว้างคว้างไปเลย แล้วควบคุมอย่างไรล่ะ ควบคุมอย่างไร เต็มมันก็ตกสู่พื้น เต็มมันก็ตาย แต่จิตมันไม่ตาย

จิตมันเป็นอาการ มันไม่เหมือนมนุษย์ มนุษย์มีร่างกาย มันจะตกสู่พื้น ตกสู่พื้นก็แหลกหมดแหละ

นี่ก็เหมือนกัน มันพับ! มันเป็นสัมพล่น มันเป็นมาเอง แล้วก็กลัว ฉะนั้น มีครูบาอาจารย์นะ ต้องตรงนี้ ถ้าจะโดดจากเครื่องบินมันก็ต้องมีร่มลงมา มีร่มลงมา เราฝึกของเราชำนาญในวสี จะขึ้นข้างบน จะลงข้างล่าง จะเป็นอย่างไรไป ใ้ที่ว่ามันลอย มันสบาย จริงๆ มันลอย จากจะสัมพล่น จะเป็นสมาธิมันก็เป็นอาการเดียวกัน ถ้าเป็นนักโดดร่ม ยิ่งครูฝึกโดดร่ม เขาจะฝึกลูกศิษย์ของเขาให้โดดร่มได้ เขาฝึกจนมีความชำนาญ

ถ้าครูโดดร่มกับนักเรียนโดดร่ม โดดลงมา มันก็อยู่บนอากาศ มันก็ตัวเบาเหมือนกัน มันก็ลอยเหมือนกัน แต่คนคนหนึ่งมีความชำนาญ เป็นครูฝึก บอกว่าต้องทำอาการอย่างนั้น ต้องกระตุกร่มอย่างนั้น ในระดับความสูงเท่านั้น อย่าปล่อยต่ำไปกว่านี้ นี่เขาสอนมา นั่นนะคนที่ชำนาญ ใ้คนที่ไปฝึกกับครู เก่งๆ กังๆ ทำอะไรไม่ถูก นี่สัมพล่น เห็นไหม

ฝึก ฝึกจนชำนาญ ชำนาญต่อไป ใ้เด็กฝึกหัดใหม่ต่อไปก็จะเป็นครูฝึก จะเป็นครูฝึกมีความชำนาญ

“อาการตัวเบา อาการที่มันลอยหมุนขึ้น ที่มันหมุนขึ้นไปนั่นมันคืออะไร”

มันจะไม่มีเหมือนกันนะ ใ้ที่ว่าหมุนขึ้นๆ ที่มันเร็วขึ้นไม่มีที่สิ้นสุด ไม่มีที่สิ้นสุด อาการของจิตไม่มีที่สิ้นสุด ถ้าตามไป ไม่มีสิ้นสุด

แต่ถ้าอยากพิสูจน์ เราดู ดูให้มันเห็นกับตา ถ้าดูนะ บางคนมีกำลังพอนะ ดูไปเดี๋ยวมันไปหยุดข้างหน้า แต่ถ้ากำลังไม่พอนะ มันจะมีของมันไปเรื่อยๆ มีของมันไปเรื่อยๆ นี่อาการหนึ่งนะ

อีกอาการหนึ่ง อย่างที่จิตของเรา เราจะเป็นสมาธิ คนจิตที่มันคึกคะนอง เวลามันวูบลง วูบๆ ถ้าเราตามไปนะ มันไม่จับสักที มันวูบไม่จับสักที มันวูบไปไหน มันไม่จับสักที แต่ถ้าเรามีสตินะ เรากำหนดพุทโธไว้ วูบจนถึงที่สุดนะ จับ เพราะมันวูบจะลง ถ้าวูบจะเข้าสู่สมาธิอย่างหนึ่ง

อาการที่มันแบบว่ามันลอย ลอยจนไม่มีที่สิ้นสุด อาการที่มันไปไม่สิ้นสุด ไอ้ออาการอย่างนี้มันไม่ใช่วูบลง อาการอย่างนี้มันส่งออก แต่ถ้ามันวูบลง มันเป็นเฉพาะคน แล้วครั้งแรกเป็นอย่างนั้นะ วูบ ๆ ๆ ถ้าสติไม่ทันนะ วูบจนตกใจ วูบจนถอนออก

แต่ถ้าเรามีสตินะ วูบ วูบก็คืออาการ มันวูบไปไหนละ มันก็อยู่ปกตินี้แหละ แต่อาการวูบ อาการของมาร อาการของสิ่งที่มันจะชักนำให้เสียหาย

ถ้ามันจะวูบขนาดไหน เราตั้งสติเลย เจริญครับ เจริญให้วูบให้สุดไปเลย ให้ถึงที่สุดเลย พอมันรู้ทันมันก็หายวูบเลย พอหายวูบ มันก็จะเอียดเข้ามาๆ มันก็ลงไป ไอ้กรณีอย่างนี้มันอยู่ที่คนเคยมีประสบการณ์ ถ้ามีประสบการณ์นะ

ไอ้อย่างที่ว่า มันสงสัย มันจะไม่มีที่สิ้นสุด มันก็จบไป ถ้ามีครูบาอาจารย์สอน

ถ้าขณะที่เหล็กแดงๆ เราจะตีเหล็กขึ้นรูปอะไรก็ได้ แต่ตอนนี้เหล็กมันไม่แดงแล้ว ใจ เพราะผมเคยบวชนานมาแล้ว นานมาแล้ว ตอนนี้ไปทำอย่างนี้ก็ทำไม่ได้แล้ว

เวลาเหล็กมันแดงๆ ใจ ใครภาวนาตอนไหนแล้วเป็นอย่างนั้น แก้กันตอนนั้น เหล็กแดงๆ แล้วตีกันตอนนั้น จะตีขึ้นรูปได้หรือขึ้นรูปไม่ได้ จิตมันจะเป็นแบบนั้น แต่ตอนนี้ อาการอย่างนั้นมันหมดยุคหมดคราวของมันแล้ว แล้วถ้าจะทำอีกก็ต้องกลับมาทำสมาธิให้ได้

นี่พูดถึงว่า มันสูงขึ้น มันลอยขึ้น มันเร็วมาก ไม่มีที่สิ้นสุด มันเกิดความกลัว รู้สึกว่าสิ่งนั้นคืออะไร

อาการของใจทั้งนั้น อาการ อาการของใจ อาการที่บางคนก็มี บางคนก็ไม่มี บางคนมีรุนแรงกว่านี้ ในประวัติหลวงปู่มั่น เวลาพระที่ปฏิบัติ เห็นไหม เวลามันหลุดออกไป จิตนี้ไปเดินจงกรมอยู่บนก้อนเมฆ ไปนั่งสมาธิอยู่บนก้อนเมฆ แต่มีน้อยองค์ แต่มี แต่ส่วนใหญ่แล้วจะสงบลงเฉยๆ ถ้าสงบลงเฉยๆ

แต่ส่วนใหญ่แล้วมันไม่สงบนะสิ ไม่สงบแล้วก็ต้องลงทุนลงแรงกัน อดนอนผ่อนอาหาร ต้องถือให้มันเคร่งครัดขึ้นเพื่อบังคับกัน บังคับจิตเหมือนบังคับโคถึก โคถึกที่มันจะเที่ยววิดเขา แล้วเราเอาสองมือจับเขามันไว้แล้วบังคับมันๆ เอาโคถึกอยู่ในอำนาจของเรา นี่คือทำสมาธิ

ถ้าพูดอย่างนี้ โอ้โฮ! หลวงพ่อพูดขนาดนี้ เลิกดีกว่า กลับบ้านกันเถอะ ไม่ไหวแล้ว
สู้มันไม่ไหว

อันนี้เวลาพูดถึงถามปัญหาใจ เราก็พูดให้เห็นว่าอาการที่มันเป็น เป็นเปรียบเทียบกับให้
เห็น มันเหมือนโคถึก แล้วเราต้องเอาโคถึกไว้ในอำนาจของเรา ฉะนั้น ถ้าสู้ไม่ไหว เราก็ต้อง
พยายามอดนอนผ่อนอาหาร สร้างกำลังของสติขึ้นไปจะยับยั้งมัน ถ้ายับยั้งมันได้ มันจะเข้าสู่
สมาธิ นี่อาการหนึ่งที่มันหมุนนะ

ฉะนั้น ต่อไป “ไม่เข้าใจว่าสิ่งที่ลอยสูงขนาดไหน ทำให้เกิดความกลัว นั่งสมาธิ
กลัวจิตออกไปแล้วจะกลับไม่ได้”

เป็นไปไม่ได้ ถ้าจิตออกไปแล้วนะ จิตออกไปก็กลับได้ เพราะถ้าออกแล้วกลับ
ไม่ได้ก็คือตาย ออก มันกลับได้ คนนอนหลับเวลาฝัน ฝันไปถึงไหนมันก็กลับได้หมด มัน
ยังไม่ถึงที่สุด มันกลับได้ทั้งนั้น

ฉะนั้น ถ้ามันเป็นไสยศาสตร์ สิ่งที่ว่าเขาต้องมีเคล็ดมีอะไร อันนั้นเป็นไสยศาสตร์
ถ้าเป็นพุทธศาสน์ จิตมันจะออกไป มันต้องออกของมันได้ แล้วจิตถ้าไม่ภาวนา มันก็ไม่ออก
ด้วย นี่ถ้าโดยปกติมันก็ไม่เป็น เห็นไหม นอนหลับก็หลับไปเป็นปกติ ตื่นก็ตื่นขึ้นมาเป็น
ธรรมดา แต่มาภาวนาปั๊บ มันเห็นแล้ว หลุดออกไปอย่างนั้น จะมีอาการอย่างนี้

อาการเพราะอะไร อาการเพราะว่าจิตเป็นแบบนี้ แล้วเรามาภาวนา ภาวนาก็เข้าไป
ไปสู่จิตเดิมแท้ เข้าไปสู่จุดที่มันเก็บบุญเก็บบาปอันนั้นไว้ แต่ถ้าคนนอนหลับ บุญและบาป
มันก็อยู่ที่จิตนั้นนะ แต่มันนอนหลับพักผ่อนโดยสัญชาตญาณของมนุษย์ไง มันแตกต่างกัน

ฉะนั้น ถ้าจิตมันออกจากร่างไปแล้วกลัวมันกลับมาไม่ได้ นั่นก็เป็นอาการของเรา คือ
เป็นความคิดของเราเอง เป็นความคิดของเราเองเพราะเราไปรู้ไว้เยอะ เราไปอ่านนิยาย
ธรรมะไว้เยอะ แล้วพอคิดว่าจิตเป็นอย่างนั้น เราจะเป็นอย่างนั้น เราไปให้ค่า ให้ค่ามันก็
เกิดการฟู เกิดทำให้จิตนี้มันยังมีอาการของมัน ยิ่งไปใหญ่เลย

“อีกข้อหนึ่ง ตอนทำวัตรเสร็จแล้วนั่งสมาธิอยู่ สวดมนต์แล้วมีการนั่งสมาธิ เกิด
ความง่วง แล้วจิตตัวเองเหมือนหลุด...”

เห็นไหม เขาใช้คำว่า “เหมือนหลุด”

“...ออกไปมองเห็นบริเวณรอบๆ เห็นพระรูปอื่นๆ ตัวเองนั่งสมาธิอยู่ ผมทดลองทำแบบนี้หลายครั้งก็เหมือนเดิม ความรู้สึกแบบนี้คืออะไร”

ความรู้สึกแบบนี้คือจิตที่มันได้สร้างเวรสร้างกรรมมาแบบนี้ จะทำอย่างไรมันก็เป็นแบบนี้ แล้วถ้าเป็นแบบนี้ มันจะแก้อย่างไร

ถ้าแก้ก็แก้ได้ ถ้าแก้ไม่ได้ ก็แก้ไม่ได้ รุ่งเช้าสมาธิมันก็เป็นมรรค เป็นศีล สมาธิ ปัญญา ถ้าไม่รุ่งไว้มันก็ส่งออกอย่างนี้ ส่งออกไปนะ ถ้าด้วยมาร ด้วยกิเลส ด้วยความทวิภูมิมานะของตัวเองไปเสริม ไปเสริมว่า เราสำคัญตน เรามีวิชาพิเศษ เราทำอะไร มันจะทำให้เราสร้างเวรสร้างกรรมมากขึ้น แล้วสร้างเวรสร้างกรรมแล้วถ้าไปทำสิ่งใดขึ้นมากก็ไปกระทบกระเทือนคนอื่นมากขึ้น

แต่ถ้าเป็นสัมมาทิฏฐิ เป็นความเห็นที่ถูกต้อง เป็นสัมมาทิฏฐิ เป็นสิ่งที่การปฏิบัติถูกต้อง เขาต้องเพิ่มกำลัง ดึงไว้ ถ้าออกไปทางที่ผิด ไม่ให้ออก ให้ดึงกลับมา ให้กลับมาสู่จิตเดิมแท้ ให้กลับมาสู่ตัวตนของเรา สร้างสัมมาสมาธิ มีกำลังของเรา แล้วเวลาออก ถ้าเวลาออก ออกไปสู่กาย สู่เวทนา สู่จิต สู่ธรรม ออกไปสู่สติปัญญา ๔

ออกไปสู่สติปัญญา ๔ เพื่ออะไร เพื่อการฝึกฝน เพื่อทางวิชาการ เพื่อการค้นคว้า เพื่อให้จิตเห็นสติปัญญา ๔ เพื่อการพิจารณา พิจารณาเพื่ออะไร พิจารณาเพื่อให้เห็นสังขาร เห็นสังขารเพื่ออะไร เห็นสังขารเพื่อถอดถอน ถอดถอนความเป็นจริงในหัวใจ ถอดถอนกิเลสตัดทอนความทะยานอยากที่มันฝังอยู่นั้น ถอดถอนอย่างนั้น ถ้าจะปฏิบัตินะ

จะนั้นบอกว่า เวลานั้นสมาธิแล้วเหมือนง่วงนอน เห็นไหม เหมือนง่วงนอน แล้วจิตตัวเองก็ออก

เหมือนง่วงนอนนะมันวูบไปไง วูบไปมันก็เป็นอย่างนั้น แล้วพอเป็นอย่างนั้นนะ “ผมก็ทดลองทำหลายๆ หน มันก็เหมือนเดิม”

ถ้าแผ่นเสียงมันตกร่อง มันตกร่องอย่างนี้ ถ้าเป็นสิ่งที่มันจะทำให้จิตใจเราเสียหาย มันจะเหมือนเดิม แต่ถ้าจิตใจมันจะดีขึ้น มันจะลงสู่สัมมาสมาธิ มันลงสู่ความสงบ มันเข้าได้ยากมากเลย มันเข้าได้ยากมาก เพราะอะไร เพราะกิเลสมันพยายามผลักไส กิเลสมันพยายามต่อต้าน ดุสิ เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าประพาศปฏิบัติ เวลาสะดุ้งมารๆ กองทัพมารมันเข้าทำลายบัลลังก์ธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเลย

นี่ก็เหมือนกัน พอมันง่วงนอน ปล่อยให้จิตวูบลง มันหลุดออกไปเลย แล้วผมก็ทำ
อย่างนี้ มันก็เหมือนเดิมๆ หลายครั้ง

อันนี้มันเป็นของเก่าแก่ละ เราจะบอกว่า คนที่ทำมันทำมานานแล้ว แต่ที่เราเอามา
ตอบเพราะอะไรรู้ไหม เอามาตอบเพราะว่าอาการแบบนี้กับปฏิบัติมันเจอกันเยอะ ใครไปเจอ
อาการอย่างหนึ่ง เห็นอาการจิตหมุ่นๆ อย่างหนึ่ง เห็นอาการร้อยแปดพันเก้า แล้วก็ไม่มีใคร
วินิจฉัยว่านี่มันคืออะไร

นี่ขนาดที่เราปฏิบัติมาแล้ว ทั้งๆ ที่เกิดมา ผมเคยบวชนานมาแล้ว มันฝังใจ

เห็นใหม่ เคยบวช เคยทำนานมาแล้ว มันยังฝังใจอยู่ ถ้าฝังใจอยู่ แล้วครูบาอาจารย์
ที่ปฏิบัติท่านทำอย่างไร เวลาครูบาอาจารย์ปฏิบัติ ท่านพ้นออกไปอย่างไร

ท่านก็มีมรรค ๔ ผล ๔ โสดาปัตติมรรค โสดาปัตติผล สกิทาคามีมรรค สกิทาคามี
ผล อนาคามีมรรค อนาคามีผล อรหัตตมรรค อรหัตตผล บุคคล ๔ คู่ ท่านประพุดติปฏิบัติ
ขึ้นไปเป็นชั้นเป็นตอนขึ้นไป ถ้าประพุดติปฏิบัติเป็นชั้นเป็นตอนขึ้นไป

ไอ้ที่มันหญ้าปากคอก ปุถุชนและกัลยาณปุถุชน ปุถุชนคือคนหนา ดูลิ คนหนาทำไป
ก็ติดอย่างนั่นติดอย่างนี้ ติดไปหมด แต่ถ้ามันมีสติปัญญา มันแยกแยะคัดเลือกแล้วนะ มัน
จะเป็นกัลยาณปุถุชน กัลยาณปุถุชนคือเห็นรูป รส กลิ่น เสียงเป็นบ่วงของมาร เป็น
พวงดอกไม้แห่งมาร

รูป รส กลิ่น เสียง การลอยขึ้นไปมันก็เป็นรูป การลอย มีกลิ่น มีรสต่างๆ รูป รส
กลิ่น เสียงเป็นบ่วงของมาร เป็นพวงดอกไม้แห่งมาร แล้วมันก็รัดคอตายอยู่นั่นละ

แต่ถ้าเรามีสติปัญญาแยกแยะ แยกแยะด้วยสติปัญญา มันจะเห็นเลยว่า รูป รส
กลิ่น เสียงเป็นบ่วง คือมันหลอก เป็นพวงดอกไม้ มันเยินยอใจ ไอ้ทำได้เล็กๆ น้อยๆ อู้ฮู!
เก่ง เป็นท่านอาจารย์ใหญ่ ท่านจะเข้าสู่มรรคผล ท่านจะพ้นไปนะ...มันเยินยอ พวงดอกไม้
มันหลอก มันเชิดชู มันทำให้ลุ่มหลง แต่ถ้ามันเป็นบ่วงล่ะ เป็นบ่วงมันก็รัดคอ รัดคอทำให้
ตกใจ ทำให้เสียหาย ทำต่างๆ นี่มันเป็นปุถุชน กัลยาณปุถุชน

ถ้ากัลยาณปุถุชนมันจะรู้เท่าทัน รู้เท่าทันแล้วก็เห็นตามความเป็นจริงนั้น ถ้าเห็น
ตามความเป็นจริงนั้น สิ่งที่เป็น กรณีนี้มันขาดสติเพราะผมเกิดง่วงนอน แล้วก็จิตหลุด
ออกไป

ขาดสติ พอมันหลุดออกไปแล้วมันก็ไปเห็นต่าง ๆ จิตหลุด จิตหลุดออกไป

ถ้าในการปฏิบัติ มันยังไม่อยู่ในช่องทางเลย นี่หญ้าปากคอก แล้วยังออกปากคอกไปแล้ว ก็อ้วงนอน แล้วทำให้มันหลับหายไป มันหายไปมันก็เห็นหลุดออกไป หลุดออกไป แล้วผมก็ทำอย่างนี้หลายหน แล้วมันก็เป็นอย่างนี้ทุกที แล้วความรู้สึกแบบนี้มันคืออะไร

คือขาดสติ คือตัวเองไม่มีครูบาอาจารย์ที่ดีไง ถ้ามีครูบาอาจารย์ที่ดีในขณะนั้นนะ แต่ในขณะนี้ ขณะนี้ที่เราพูดเป็นแค่ทางวิชาการ เราไม่สามารถจะไปดึงอดีตกลับมาให้โยมได้

ไม่ใช่พอพูดอย่างนี้ปั๊บ “โอโฮ! หลวงพ่อตอบได้ เตียวผมจะไปหาหลวงพ่อก่อน หลวงพ่อต้องเอาศีล สมาธิ ปัญญาให้ผมนะ”

เราทำให้ไม่ได้ แม้แต่ใครๆ ก็ทำให้ไม่ได้ ไม่ได้หรอก เพียงแต่ที่เราตอบที่เราตอบให้เห็นว่า คนที่ปฏิบัติแล้วมันจะมีอุปสรรคเยอะมาก ฉะนั้น เวลาหลวงพ่อกำหนดออกประพฤติปฏิบัติ ท่านเป็นมหานะ เรียนจบมหาแล้วจะออกปฏิบัติ ท่านตั้งสัจจะอธิษฐาน ขอให้เจอครูบาอาจารย์ที่คอยชี้แนะ

ทั้งๆ ที่ท่านเป็นมหานะ แล้วจิตท่านก็มุ่งมั่นไปที่หลวงปู่มั่น มุ่งมั่น ถ้ามีบุคคลคนใดคอยชี้แนะ คอยแก้ไขจิตของเราที่ไปรู้ไปเห็นสิ่งใดที่มันไม่เป็นความจริง ขอให้มีคนชี้แนะ ให้มีคนคอยบอก ให้พาตัวเราให้ไปตลอดรอดฝั่ง

แล้วท่านก็ไปหาหลวงปู่มั่น หลวงปู่มั่นท่านก็เคลียร์ให้เลย ปัญหาว่ายังสงสัยอยู่ มรรคผลยังมีจริงหรือเปล่า อะไรมีจริงหรือเปล่า

นี่ถ้ามีคนชี้แนะ มีคนคอยบอก มันก็จะพอมมีโอกาสไปได้ แต่ถ้าขาดคนชี้แนะ แล้วเราเองเราก็ตัดขาดของเรา ฉะนั้น สิ่งที่เราเวลาประพฤติปฏิบัติ เห็นไหม การแก้จิตนี้แก้ยากมาก ฉะนั้น เราไม่รู้จักจิตของตัวเอง เรายิ่งน่ากลัวใหญ่

ไม่ปฏิบัติก็น่ากลัวว่าเราเกิดมาเป็นมนุษย์แล้วเราไม่มีโอกาสได้ประพฤติปฏิบัติ เวลามันจะมาประพฤติปฏิบัติขึ้นมา เพราะในการปฏิบัติ ก็เลสมันก็อยู่กับเรา เราปฏิบัติธรรม ก็เลสมันก็สุขหัวกัน คอยพยายามชักลากให้เราผิดพลาดไป

ที่นี้การปฏิบัติ คนไม่ปฏิบัติก็ว่าคนคนนั้นไม่จริงจัง คนคนนั้นไม่มีโอกาส คนคนนั้นเป็นคนที่ไม่ใฝ่ดี พอจะใฝ่ดีขึ้นมา ใฝ่ดีแล้วทำไมมาอันต้อย่างนี้ ใฝ่ดีแล้วทำไมเรายังปฏิบัติไปยั้งงไปหมดเลย

กิเลส เราไม่เข้าไปต่อสู่มัน มันก็ขี้คอเรา จะเข้าไปต่อสู่มัน มันยิ่งพลิกหน้ามาแล้วพยายามจะทำให้เราล้มลุกคลุกคลานด้วย ฉะนั้น ครูบาอาจารย์ถึงสำคัญ

นี่ไง ถ้าพูดอย่างนี้แล้วก็อย่างว่า เขาอ่อนกันหมด แต่ทำได้ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้ไปแล้ว ครูบาอาจารย์ของเราท่านประพฤติปฏิบัติจนสิ้นสุดแห่งทุกข์ไปแล้ว แล้วการปฏิบัติ ในสังคมที่มีนักปฏิบัติ มีครูบาอาจารย์ จะทำให้เราดีมาก จะทำให้เรามีโอกาส เราทำของเราเพื่อประโยชน์กับเราเนาะ

นี่พูดถึงว่า “จิตที่สับสนและกลัว”

ถาม : เรื่อง “ขอบคุณ”

หลวงพ่ : ที่นี้อันนี้เรื่อง “ขอบคุณ” ขอบคุณมาหลายทีแล้ว เขาขอบคุณมานะ

ถาม : หลวงพ่เก่งจัง ขอบคุณค่ะ

ตอบ : ขอบคุณ เห็นไหม “หลวงพ่เก่งจัง” เพราะมันถูกใจ ถ้าถูกใจนะ ก็หลวงพ่ดี ถ้าวันไหนตอบไม่ถูกใจนะ หลวงพ่เลย แหม! ถามมาแค่นี้ หลวงพ่ว่าเอาๆ เลย ถามมานิดหน่อย อู้ฮู! พุด แหม! ไปชะกว้างขวางเชียว แต่ถ้าถูกใจนะ โอ้โฮ! หลวงพ่ดี

โลกธรรม ๘ ฉะนั้น “หลวงพ่เก่งจัง” เพราะมันถูกใจนะ ถ้าเราถูกใจ เรารักษาอารมณ์อันนี้ไว้ แล้วเอาสิ่งนี้ ตั้งสิ่งนี้ไว้ให้เป็นบรรทัดฐาน เวลาจิตของเราดี มันดีนะ เวลาจิตของคนมีความสุข มันอยู่กับเราแป็บเดียว แต่เวลาจิตของเรามีความทุกข์ เวลาจิตของเรามีมันสับสน เวลาจิตของเรามีเรื่องมาพอกพูนหัวใจ ตรงนั้นนะมันมีความทุกข์ยากมาก ฉะนั้นอย่างอนใจใจ กาลเวลามันหมุนไปตลอดเวลานะ

เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าถามพระอานนท์ว่า “อานนท์ เธอคิดถึง ความตายวันละกี่หน”

พระอานนท์บอก “วันละ ๕ หน ๗ หน”

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอก “ประมาทมาก ให้คิดถึงความตายทุกลมหายใจเข้าออก ทุกลมหายใจเข้าออก”

นี่นักปฏิบัติเขาทำกันขนาดนั้น นักปฏิบัติ เห็นใหม่ ทุกลมหายใจเข้าออก

หลวงปู่ฝั้นบอกเลย ไม่ใช่หายใจทิ้งเปล่าๆ เราหายใจเพื่อดำรงชีวิต ถ้าเรามีสติปัญญาขึ้นมา มีสติขึ้นมา จิตของเรารับรู้อารมณ์ มันก็เป็นอานาปานสติ อานาปานสติ คือจิต คือจิต เห็นใหม่ คือเจ้าของลมหายใจมันมีสติรับรู้กับลมหายใจนั้นก็ใช่อานาปานสติ

แต่ถ้ามันขาดสติ เราก็กายใจอยู่ คนขาดอากาศหายใจไม่ได้เลย มันหายใจอยู่ตลอดเวลาเลย แต่มันไม่มีสติมารู้ตรงนี้ มันก็ไม่ใช่เป็นอานาปานสติ มันก็เหมือนลมพัดลมพัดลมเพ มันก็เป็นลมพัดลมเพ ลมพัดมันเป็นประโยชน์อะไรกับใคร มันก็เป็นประโยชน์กับธรรมชาติ อากาศมันถ่ายเท มันก็ธรรมชาติไง ธรรมชาติก็แปรปรวนนี่ไง

แต่ถ้าเรามีสติ เรามีสติ มีจิตกำหนดรู้ กำหนดลมหายใจก็เป็นอานาปานสติ อานาปานสติเกิดขึ้นจากเรามีสติรู้ลมหายใจเข้าและลมหายใจออก นี่คืออานาปานสติ

ที่นี้โดยวิทยาศาสตร์ เออ! กำหนดลมแล้วลมมันเป็นอานาปานสติได้อย่างไรละ แล้วอะไรเป็นอานาปานสติ

จิต จิต จิต จิตเป็น จิตเป็น จิตของเราเป็น จิตของเรากำหนด จิตของเราเป็น จิตของเรา เราจะฝึกหัด เราจะภาวนา จิตของเรามันจะกำหนดลมหายใจเป็นอานาปานสติ การทำความสงบของจิต ๔๐ วิธีการ พุทโธนี่พุทธานุสติ ธรรมานุสติ สังฆานุสติ อานาปานสติ นี่ถ้ามีสติปัญญา ถ้ามีสติปัญญาทำอย่างนี้

ไอ้ที่ว่า “หลวงพ่อกังจ้ง”

หลวงพ่อกังจ้งแต่คนดำ แล้วมีงบอกว่าหลวงพ่อกังจ้ง กังจ้งเพราะถูกใจเอ็งไง แล้วจะบอกไฉนนะ ถ้าวันหลังผิดใจ อย่าด่านะ ถ้าหลวงพ่อกังจ้ง ถ้าถูกใจ จำอันนี้ไฉนนะ ถ้าวันไหนมาแล้วไม่ได้ตั้งใจแล้วอย่าจูนนะ อย่าโกรธนะ เวลาถูกใจก็หลวงพ่อกังจ้ง เวลาไม่ได้ตั้งใจก็ ไอ้โฮ! หลวงพ่อนี้อย่างกับยักษ์เลย

โลกธรรม ๘ ธรรมเก่าแก่ ของมันมีอยู่โดยดั้งเดิม เพียงแต่เวลาตอบปัญหามัน เพื่อประโยชน์กับโลก เพื่อประโยชน์ใจ ประโยชน์นะ การฟังธรรมๆ สัจธรรม พูดถึงถ้าเป็น สัจธรรมจริง หาฟังได้ยาก หาฟังได้ยากเพราะอะไร หาฟังได้ยากเพราะผู้รู้จริงมันมีน้อย

ถ้ารู้จริง ความจริงอันนั้นนะ ถ้าพูดถึงสัจธรรม ถ้าธรรมออกมาจากใจที่เป็นสัจจะ มันก็เป็นสัจจะวันยังค่ำ เหมือนจิตใจเรา จิตใจเราถ้าเราใฝ่ดี เราคิดดี เราทำแต่สิ่งที่ดีงาม ทั้งนั้นนะ ถ้าจิตใจของเรามันใฝ่ ใฝ่แต่เรื่องเอารัดเอาเปรียบ จิตใจของเรามันมีแต่การจะทำลายคนอื่น มันคิดแต่เรื่องอย่างนั้นทั้งนั้นนะ

แล้วถ้าจิตใจของคนที่เป็นธรรมละ เห็นไหม ครูบาอาจารย์ท่านพูดนะ สติมัน พร้อม เสวยอารมณ์ หลวงตาท่านพูดนะ ฟังแล้ว แหม! มันตั้งใจ **ท่านบอกความคิด เปรียบเหมือนท่อนซุง**

เวลาความคิดเรา ความคิดเราเกิดดับตลอดเวลา ความคิดมันคิดได้เต็มที่เลย แต่ถ้าคนมีสตินะ ความคิดเหมือนท่อนซุง คิดคูลี ไปแบกหามท่อนซุง มันหนักไหม แบกหามท่อนซุง เราใช้กำลังขนาดไหน สติมันพร้อมใจ ทีนี้พอจะคิดนั้นนะท่อนซุง ท่อนซุง

ทีนี้เราแบกท่อนซุง สติเราก็พร้อม ถ้าท่อนซุงมันอันตราย เราก็แบกให้ดี นี่ถ้าความคิด เห็นไหม ถ้าจิตที่ว่าเสวยอารมณ์ เพราะมันไม่มีการเสวย อันนั้นเป็นธรรมชาติ นั้นเป็นธรรมชาติ เป็นธรรมเหนือโลก แต่เวลาจะสื่อความหมายมันต้องเสวยอารมณ์ เพื่อสัญญา อารมณ์กับอารมณ์ สิ่งที่สะ เศษส่วนที่มันสื่อสารความหมายกัน ฉะนั้น สิ่งที่เป็นจริงอย่างนั้น มันจะเป็นประโยชน์ใจ มันเป็นประโยชน์กับเรา ฟังธรรม ฟังธรรมเพื่อประโยชน์นั้น พูดเพื่อประโยชน์อย่างนั้น ให้เป็นความจริงของเรา

ฉะนั้นที่ว่า “หลวงพ่อกังจั่ง”

เราอ่านแล้วมันเข้าใจ เพราะขอบคุณมาหลายทีก็มีขอบคุณเฉยๆ แต่คราวนี้เขาบวกมาด้วย “หลวงพ่อกังจั่ง” เขาว่านะ “ขอบคุณค่ะ”

ขอบคุณเพราะเขาถาม เวลาเขาถาม คนคนนี่เขาถาม เขาไปฟังเทศน์หลวงตามา แล้วก็ไปเก็บคำเทศน์หลวงตาที่ว่าเขาไม่รู้มาถาม อย่างครั้งที่แล้วถามเรื่องขณะจิต ตอบเรื่องขณะไปไง เขาบอกขณะจิตของหลวงตาท่านคือความหมายว่าอะไร ขณะจิตมันเป็นอย่างไร ไต แล้วเราก็ตอบเรื่องขณะจิตนั้นไป

เวลาเราตอบปัญหา เราจะเห็นประโยชน์เพื่อสังคมปฏิบัติ สังคมปฏิบัติ
อะไรที่มันเป็นเหตุเป็นผล แล้วคนที่ไม่มีจุดยืนเขาพูดสิ่งใดไปมันสับสน
คลุมเครือ มันไม่มีเหตุมีผล ไม่มีเหตุมีผลคือว่า ทุกคนตีความ แล้วตีความเข้า
ตัวเอง มันไม่เป็นความจริง

ฉะนั้น เวลาเขาถามอะไรมา ถ้าเราเห็นว่าสิ่งนี้เป็นประโยชน์กับ
สังคมปฏิบัติ เราก็จะเคลียร์ พูดไว้เป็นหลักฐาน พูดไว้ แล้วเวลาคนเขามี
ประเด็น เขาไปเถียงกัน แล้วถ้าเข้ามาในเว็บไซต์เรา เขาจะเอาตรงนี้เป็น
บรรทัดฐาน เราพูดไว้เพื่อเป็นบรรทัดฐาน พูดไว้ให้สังคมนักปฏิบัติให้มีสิ่งที่
เป็นสัจจะ

ฉะนั้น เวลาถามมา เขาก็แปลกใจเหาะ หลวงพ่อเนี่ย ถามอะไรมาก็ไม่รู้ ตอบไปเรื่อย
เฉื่อยเฉื่อย

นักปฏิบัติกับนักปฏิบัติมันจะรู้ว่าสิ่งใดตรงไหนมันสำคัญ ตรงไหนไม่สำคัญ ในการ
ปฏิบัติ เหตุและผล เหตุถ้ามันสมมูล เหตุมันสมควรของมัน มันจะมีผลของมัน แล้วผลต้อง
เป็นสัมมาทิฐิ

เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้เองโดยชอบ มันต้องเป็นผลที่ชอบธรรม
มันเป็นผลที่ชอบธรรม ถ้าชอบธรรมแล้วนะ กิเลสมันจะโต้แย้งไม่ได้ แต่ถ้าไม่ชอบธรรม
คลุมเครือ ยังคลุมเครืออยู่นี้ กิเลสพอมันตั้งประเด็นขึ้นมาเนะ มันสงสัย พอมันสงสัยแล้วที่นี้
มันหาเหตุหาผล ที่นี้เตลิดเลย

แต่ถ้ามันชอบธรรมนะ มันไม่มีความสงสัย พอไม่มีความสงสัย มันโต้แย้งไม่ได้
ถ้าไม่สงสัย มันโต้แย้งไม่ได้ แต่ถ้ามันไม่ชอบธรรม มันสงสัย พอสงสัยแล้วมันก็โต้แย้ง พอ
โต้แย้งขึ้นมา เออ! เออ! ร้องเออ! นะ เอ้! แล้วปฏิบัติอย่างนี้ถูกหรือเปล่า

ฉะนั้น สิ่งที่ถามมาบางที เอ๊ะ! มันไม่เป็นประเด็น หลวงพ่อตอบอะไร

นั่นละมันเป็นประเด็นของนักปฏิบัติ ถ้านักปฏิบัติเขามีประเด็นอย่างไร แล้วถ้า
ถามมาที่เราจะพูดไว้เป็นหลักเกณฑ์ แล้วพูดไว้ มันไม่เป็นประเด็น หลวงพ่อตอบอะไร

ตอบสิ่งที่ว่า สังคมปฏิบัติ หลักเกณฑ์ของสังคมปฏิบัติ สังคมปฏิบัติเขามีเหตุมีผล มีหลักมีเกณฑ์ อริยสัจมีหนึ่งเดียว นักปฏิบัติกับนักปฏิบัติรู้สำรับ ฟุ้ง เขาเห็นเหมือนกันหมดแหละ คนเป็นไม่เป็น เขามองทะลุกันหมดละ ฉะนั้น เราถึงตอบ

ที่นี้ว่า เอ! ตอบอะไร ตอบไม่รู้เรื่อง ยิ่งวันนี้ เห็นไหม “หลวงพ่อกุ้งจิ้ง ขอบคุณค่ะ”

เราถึงอยากจะตอบว่า จำไว้นะ ถ้าวันไหนขัดใจ อย่าร้องไห้นะ วันไหนไม่ถูกใจ อย่าโต้แย้งนะ เพราะวันนี้ให้รางวัล “หลวงพ่อกุ้งจิ้ง” เอวัง