

ธรรมเขียนมาร

พระอาจารย์สงบ มนสฺสํโตะ

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๑๙ เมษายน ๒๕๕๗

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

ถาม : เรื่อง “มาร”

กราบนมัสการพระคุณเจ้า ที่หลวงพ่อก่อกกล่าวไว้ในเทศนาครั้งหนึ่ง ประโยคตอนจบว่า “มารเอ๋ย เราจะไม่ตำริถึงเจ้าอีกต่อไปแล้ว เอวัง”

ผมรู้สึกว่ามันมีความหมายลึกซึ้งมาก ในที่นี้หมายความว่าถึงสิ่งทั้งหลายทั้งปวงจงลงที่ความคิดใช้หรือไม่ครับ

ตอบ : นี่คำถามไง จะนั้น คำถามเขากลามาเพราะไปพึ่งเทศน์มา มันไม่ใช่การปฏิบัติ มันไม่ใช่การปฏิบัติแล้วมีปัญหา หรือว่าไม่ใช่ว่าความสงสัยของตน เพียงแต่ไปพึ่งเทศน์ของเราไง

ที่นี้พึ่งเทศน์ของเรา “มารเอ๋ย เราจะไม่ตำริถึงเจ้า เจ้าจะเกิดบนหัวใจเราไม่ได้ อีกละ” อันนี้เป็นคำขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า อยู่ในบาลี จะบอกว่าอยู่ในพระไตรปิฎก เขาก็จะบอกอยู่ที่ไหนอีกละ

อยู่ในพระไตรปิฎกนะ เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าโต้แย้งกับมารๆ มารคืออะไร มารคือสิ่งที่ว่าอยู่ในหัวใจของ เห็นไหม เทพฝ่ายมาร เทพฝ่ายเทพ ถ้าฝ่ายเทพคือเทพฝ่ายดี เทพฝ่ายสัมมาทิฎฐิ ถ้ามีจณาทิฎฐิ เขามีกิเลสในหัวใจของเขา มันเป็นตัวแทนไง อย่างพวกพญามารเขามีตัวแทนของเขา ตัวแทนฝ่ายที่ทำลาย ฝ่ายทำลายของเขาแหละ แต่ถ้าเป็นความจริง ความจริงเข้าไปในกิเลส กิเลสในใจของเราคืออวิชชา คือความไม่รู้ของเรา

ฉะนั้น เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเวลาท่านจะปรินิพพาน ท่านพยายามบอกเป็นเครื่องหมาย บอกให้พระอานนท์อาราธนาไว้ถึง ๑๖ คราว มารดลใจพระอานนท์ทั้งหมดเลย มารดลใจทั้งนั้นๆ

เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เขาเรียกว่ามันเป็นวิหการธรรม เวลาพิจารณาถึงก้านสาขาธรรมในหัวใจ มารจะมาโต้แย้งนะ “องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้านิพพานเถิด จะอยู่ไปทำไมให้เดือดร้อนไป เพราะองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นพระอรหันต์แล้ว จะมาอยู่เดือดร้อนทำไม ก็นิพพานซะ เพื่อจะได้ไปเสวยวิมุตติสุข โดยความเป็นจริง” นี้โต้แย้งกับมารมาตลอด

แต่พวกเรา มารมันคืออะไร มารมันคืออะไร ฉะนั้น เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าให้พระอานนท์ บอกเป็นนิมิตเป็นเครื่องหมาย บอกเป็นเชิงว่าให้พระอานนท์อาราธนาถึง ๑๖ หน แล้วมารก็ดลใจตลอด ให้องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้านิพพาน

พอถึงที่สุดแล้ว พระอานนท์โดนมารดลใจแล้วรู้เท่าไม่ถึงการณ์ ไม่ได้นิมนต์เลย องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเลยปลงอายุสังขาร พอปลงอายุสังขารขึ้นมาโลกธาตุหวั่นไหว โลกธาตุหวั่นไหว พระอานนท์ถึงไปถามพระพุทธเจ้า นี่คืออะไร มันเกิดอะไรขึ้นถึงเป็นแบบนี้

พระพุทธเจ้าบอกว่า มันก็เป็นเพราะว่า หนึ่ง พระพุทธเจ้าเกิด พระพุทธเจ้าตรัสรู้ พระพุทธเจ้าเทศนา พระพุทธเจ้าปลงอายุสังขาร โลกธาตุจะหวั่นไหว

พระอานนท์ถึงได้หุตาสว่าง จะมาอาราธนา

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอกว่า หหมดแล้ว เราได้ปลงอายุสังขารแล้ว จบไปแล้ว

นี่ไง ฉะนั้น สิ่งที่ว่าเวลามารดลใจ มารมาแบบว่าชักนำ ก็คือความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ ความลังเลในใจต่างๆ นั้นนะ

ฉะนั้น เวลาถึงที่สุด องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเยี่ยมมารัง เยี่ยมมาร เพราะวามารจะมาครอบงำ มารจะมาต่างๆ นี้ธรรมเยียมาร “มารเอ๋ย เธอเกิดจาก

ความดำริของเรา เราจะไม่ดำริถึงเจ้าอีกแล้ว ต่อไปนี้เจ้าจะเกิดในใจเราไม่ได้เลย” นี่มันเป็นเรื่องไฉน เป็นเรื่องที่ว่าธรรมเขี้ยวมาร

ธรรมในใจขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นความจริง ถ้าเป็นความจริง เห็นไหม “เราจะไม่ดำริถึงเจ้า” ดำริถึงเจ้า เพราะไม่ดำริถึงเจ้าก็ไม่เปิดช่อง ไม่เปิดช่อง มารก็เกิดไม่ได้ ไม่เปิดช่องให้มารได้ขยับเลย แล้วมารไม่มีอยู่ในใจขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าอยู่แล้ว แต่ไม่เปิดช่องเลย เห็นไหม

ฉะนั้น สิ่งนี้มันเป็นบาลี เป็นที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าในพระไตรปิฎก พระพุทธเจ้าพูดถึงตรงนี้เยอะมาก ถ้าพูดถึงตรงนี้เยอะมาก มันเป็นผลที่ปฏิบัติแล้วสำเร็จแล้ว ฉะนั้น สิ่งนี้เป็นความจริง เป็นความจริงว่า สิ่งที่มีมันมีอยู่ เรามีกิเลสอยู่ เรามีมารอยู่ในหัวใจ แต่เราไม่รู้ ไม่เคยรู้ไม่เคยเห็นของเรา เราศึกษาธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เราก็ไปสัจญามา ก็อปปีมาแล้วก็ว่าเราเข้าใจ นี่มันเป็นทางวิชาการ แล้วเราก็ศึกษามา

เหมือนพระสารีบุตรเลย ไปฟังพระอัสสชิณะ **เย ธมฺมาฯ** องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าพูดถึงเหตุไฉน “ธรรมทั้งหลายมาแต่เหตุ ให้ไปชำระล้างที่เหตุนั้น” พระสารีบุตรฟังพระอัสสชิหนเดียวเป็นพระโสดาบันเลย พวกเราชาวพุทธจะท่องได้หมด

นี่ก็เหมือนกัน เวลาว่า “มารเอ๋ย เธอเกิดจากความดำริของเรา เราจะไม่ดำริถึงเจ้า เจ้าจะเกิดไม่ได้อีกเลย” แล้วเราก็จำธรรมข้อนี้แล้วก็ไปวิจัยกัน ไปวิเคราะห์กันว่า มันจะเป็นเรื่องอย่างไร มันเป็นอย่างไรมันเป็นอย่างไร ไม่มีทางได้รู้เรื่องหรืออีกไกลนัก ใจนี้มันอีกไกลนัก แต่เป็นสิ่งที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเขี้ยวมาร

ฉะนั้น คำนี้เราชอบเอามาพูดบ่อย บ่อยเพราะอะไร เพราะเขี้ยวเขี้ยวมันไฉน เขี้ยวเขี้ยวไอ้พวกไม่รู้ใจ ไอ้พวกไม่รู้ มึงรู้ได้ไฉน เขี้ยวเขี้ยวมึง แล้วก็เขี้ยวเขี้ยวให้มึงได้คิด ให้มึงได้สนใจ ให้มึงได้กลับมาค้นหา

นี่พูดถึงว่า คำคำนี้เป็นคำขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า “มารเอ๋ย เธอเกิดจากความดำริของเรา เธอเกิดจากความดำริของเรา เราจะไม่ดำริถึงเจ้าอีกแล้ว เจ้าจะเกิดบนดวงใจของเราไม่ได้อีกเลย ไม่ได้อีกเลย” เห็นไหม

ฉะนั้น อันนี้เพียงแต่ว่าข้อสงสัยของเขา “ผมรู้สึกมันมีความหมายที่ลึกซึ้ง ในที่นี้หมายถึงสิ่งทั้งปวงทั้งหลายจบลงที่ความคิดใช่หรือไม่ครับ”

ความดำริ คำว่า “ดำริ” ไร ดำริ เป็นความคิดหรือยัง เขาบอกว่าเป็นที่ความคิด ไร โลกคิดได้แค่นี้ ไร โลกคิดได้แค่นี้และไม่มีครูบาอาจารย์ที่ชี้แนะ ไม่มีครูบาอาจารย์คอยบอกคอยกล่าวไร ก็บอกว่าอยู่ที่ความคิด ไร ความรู้สึกนึกคิดของเรา ความฟุ้งซ่านของเรา ดูจิตๆ ก็ดูความคิดเท่านั้นแหละ ไร พวกดูจิต ไร พวกวิเคราะห์วิจัย ก็ความคิดทั้งนั้นนะ เป็นความคิดแต่เรื่องโลกๆ นะ มันคิดได้แค่นี้ ถ้าคิดได้แค่นี้ก็เป็นความคิด ถ้าความคิดดับ ความคิดดับก็วางยาสลบไป สตาฟจิตไว้ ไร สตาฟจิตไว้เลย เหม่อไปเลย ไร เหม่อไปไม่รู้สิ่งใดเลย นี่ความคิดไม่มี แล้วความคิดไม่มีแล้วเป็นอย่างไรต่อ ทำอย่างไรต่อ มารมันครอบอยู่เต็มหัวใจ

ที่นี้คนเราไปคิด “มันมีความหมายลึกซึ้งนัก แล้วมันไปจบลงที่ความคิดเท่านั้น ถ้าเราจบที่ความคิด ความคิดมันหมดสิ้นไปก็คือการปฏิบัติสิ้นสุดใช่ไหม”

มันไม่ใช่หรอก ความหมายของคน คนไม่เข้าใจเอง คนไม่เข้าใจเองก็คิดว่า เพราะว่าคนเรามีกายกับใจ ร่างกายนี้ ตาเห็นมันสัมผัสได้ แต่เวลาจิตใจ เห็นไหม เราเห็นหน้าได้ แต่เราเข้าใจความคิดเขาไม่ได้ เรารู้หน้าได้ แต่รู้ใจเขาไม่ได้ ถ้ารู้ใจเขาไม่ได้ ที่นี้ความคิดมันก็คิดว่าความคิดมันละเอียดแล้ว ถ้าความคิดละเอียดแล้วมันก็สิ้นสุดที่ความคิดใช่ไหม...อีกไกลนัก

พุทธๆ ก็เป็นความคิด คิดจนมันหยุดคิด หยุดคิด พุทธๆ จนพุทธไม่ได้ พุทธไม่ได้คือสัมมาสมาธิ ถ้ามีสติสัมปชัญญะ ถ้าพุทธๆ ไป ถ้ามันตกภวังค์ไป พุทธนั้นนะมันเป็นมิจฉาสมาธิ มิจฉาสมาธิคือว่ามันตกภวังค์ไป ตกภวังค์ไปเลยนะ หายไปเลย พอมันจะรู้สึกตัวเอง มันสะดุ้งขึ้นมา นั้นนะสะดุ้งเหมือนสะดุ้งตื่น นั้นตกภวังค์ นี้ลงภวังค์ไป ลง ๓ ชั่วโมง ๔ ชั่วโมง มิจฉาสมาธิ

ถ้าพุทโธๆ พุทโธจนมันชัดเจนของมัน มันชัดเจนของมัน เห็นใหม่ ขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ อปัปนาสมาธิ ละเอียดเป็นชั้นเป็นตอนๆ เข้าไป พุทโธๆๆ จนละเอียด ละเอียดคือว่ามันรับรู้ของมันละเอียดมาก ละเอียดมาก บางคนมันมีความสุขแล้ว เพราะมันเป็นอุปจาระ มันรู้ของมัน มันมีสมาธิของมัน มันถึงกำหนดพุทโธได้ชัดเจน แล้วพุทโธกับจิตมันไปด้วยกัน สัมพันธ์กัน ไปด้วยกัน มันไม่คิดนอกเรื่อง คิดเรื่องเดียว คิดเรื่องพุทโธ รู้แค่พุทโธ มันก็อยู่ที่สมาธิ อยู่ที่อุปจาระ เพราะมันรับรู้ของมัน

ถ้าพุทโธต่อเนื่องไปๆ มันทั้งเข้ามาเลย มันทั้งพุทโธเข้ามาเป็นตัวมันเอง ถ้าตัวมันเองก็เป็นสักแต่ว่า ถ้าสักแต่ว่า มันไม่คิดแล้ว ไม่คิดพุทโธเลย ไม่รู้อะไรเลย แต่รู้ เพราะมันเป็นความคิดใจ พอความคิดดับหมดแล้วมันมีอะไรต่อ มันแค่สมาธินะ แค่ปล่อยวางเฉยๆ ยังไม่ได้ทำอะไรเลย ถ้ายังไม่ทำอะไรเลย เห็นใหม่

เวลาจิตออกจากอปัปนามา มันก็รับรู้พุทโธได้ มันก็รู้ความคิดได้ เห็นใหม่ จิตเห็นอาการของจิต จิต จิตคือพลังงาน เห็นอาการคือจับต้องความคิดนั้นได้ ถ้ามันจับต้องความคิดนั้นได้ มันพิจารณาของมันไปเป็นชั้นเป็นตอนขึ้นไป นี่ไง มันจะแยกแยะของมัน เห็นใหม่

ที่ว่ามันจะละทิ้งความคิดได้อย่างไร ชั้น ๕ ไม่ใช่เรา เราไม่ใช่ชั้น ๕ ชั้น ๕ ไม่ใช่ทุกข์ ทุกข์ไม่ใช่ชั้น ๕ ความรู้สึกนึกคิด ในรูป ในความคิดมันก็ยังขยายต่อไป มันมีรูปคือความรู้สึกนึกคิด มันมีเวทนาคือความดีใจ ความพอใจไม่พอใจในความคิดนั้น มันมีสัญญา เพราะมีสัญญามันถึงเทียบเคียงความคิดนั้นได้ต่อไป มันมีสังขารสังขารที่ความที่ปรุ่ที่แต่งต่อไป ความคิดนั้นมันถึงก้าวเดิน มันถึงต่อเนื่องกันไป อารมณ์ความรู้สึกมันก็ขับเคลื่อนไป มันมีวิญญาณรับรู้ๆ

ในความคิดมันเอามาแยกแยะได้อีกเป็นชั้นเป็นตอน ความคิดเอามาขยายความได้อีกมหาศาลเลยถ้าคนจับได้ตามความเป็นจริงนะ

ฉะนั้น “มารเอย เธอเกิดจากความดำริของเรา เราจะไม่ดำริถึงเจ้า เจ้าจะเกิดบนหัวใจของเราไม่ได้เลย” มันเป็นที่กระบวนการที่เขารู้แจ้งหมดแล้ว เขาถึงรู้ว่าอะไรเป็นอะไร ใจอะไรเป็นมาร อะไรไม่เป็นมาร

อะไรเป็นธรรม อะไรไม่เป็นธรรม ธรรมชาติคือธาตุของธรรมทั้งหมด เลย มันวิมุตติสุข มันพ้นไปแล้ว มันถึงเห็นจริงใจ

ถ้ามันไม่เห็นจริงนะ มันก็ยังเป็นการคาดหมาย ถ้าการคาดหมายมันก็จะยุ่ง
อย่างนี้ การคาดหมายก็คาดหมายว่า มันไปสิ้นสุดที่ความคิดใช้ใหม่ โอ้โฮ! ความคิดนี้มัน
ละเอียดมากเลย เวลามันปล่อยความคิดไปแล้ว มันจบแล้วใช้ใหม่ นี่มันก็คาดหมาย
ไป นี่มันเป็นเรื่องการคาดหมาย ผู้ใดปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม นี่มันไม่สมควร มัน
เป็นการคาดการณ์หมาย อันที่ว่าสิ่งที่เป็นอย่างนี้เป็นธรรมะ

ธรรมะเยาะเข็ยใจ เยาะเข็ยมาร เยาะเข็ยมารเพราะได้ทำลายมันตามความเป็น
จริงแล้ว

แต่ถ้าเรายังทำลายไม่ได้ มันก็คาดหมายเป็นแบบนี้ แล้วไม่คาดหมายเป็น
แบบนี้ธรรมดานะ พอคาดหมายไป ครูบาอาจารย์ท่านปฏิบัติจริงรู้จริง ท่านพูดของ
ท่าน มันเป็นคำพูดเฉพาะ เฉพาะความเข้าใจ เฉพาะความรู้แจ้งของท่าน

แต่ไอ้ของเรามันไม่เฉพาะ มันคลุกเคล้า มันคาดมันหมาย มันจินตนาการ
แล้วตีความไป พอตีความไปมันก็เป็นปัญญาโลกๆ แล้วปัญญาโลกๆ นะ มันที่ว่า
ปัญญาโลกๆ เราก็คือโลก มันเข้าใจได้ไง พอเข้าใจได้ มันซาบซึ้ง

แต่ถ้าเป็นความหมายเฉพาะของผู้ที่ปฏิบัติ มันเข้าใจไม่ได้ เพราะเราทำอย่าง
นั้นไม่ได้ เราเข้าใจอย่างนั้นไม่ได้ เราก็งงงใจ เพราะเรางงใจ เรางง เราก็อามาวิเคราะห์
วิจัย มันก็เป็นเรื่องโลกไป เรื่องโลกไปก็เป็นอย่างนี้ “ทั้งๆ ที่ความรู้สึกมันมีความหมาย
ที่ลึกซึ้งมาก”

มันลึกซึ้งยิ่งกว่าลึกซึ้ง มันลึกซึ้งจนพ้นจากโลกไป เพราะคำว่า “มารเออย” มัน
มีของมัน มารเออย มันมีตัวตน มีความพอใจไม่พอใจ แล้วยังมีอย่างหยาบ อย่างกลาง
อย่างละเอียด เพราะมารมันมีหลานของมัน มีลูกของมัน มีพ่อแม่ของมัน แล้วมีปู่ย่า
ตายาย

ถ้าหลานของมันก็เด็กๆ เด็กๆ มันจะทำให้เราลืมหืมเลย เราไม่รู้เท่าไรมันไม่ได้
เลย แต่ถ้าเรารู้ทันได้ไม่ได้ เราละสลักกายทิฏฐิ นี่หลานมัน

ถ้าลูกมันละ ลูกมัน เราพิจารณาไป พิจารณาของมันต่อเนื่องไป ถ้าเป็นธาตุ กลับสู่ธาตุเดิมของเขา ถ้าพิจารณาขั้นธ้อย่างหยาบ อย่างกลาง อย่างกลางมันก็ชำระ ล้างของมัน ถ้ามันสมุจเจตพหวน มันก็ฆ่าลูกมัน

พ่อแม่มันนะ พ่อแม่มัน พ่อแม่นี้กามราคะ กามราคะมันลึกซึ้งมาก อู้ฮู! มันทำให้ เราล้มลุกคลุกคลาน ต่อสู้ด้วยมหาสติมหาปัญญา ถ้าทำลายพ่อแม่มัน พ่อแม่คือจอม ทัพ ถ้าจอมทัพ ทำลายคือแม่ทัพ ถ้าแม่ทัพมันคุมทัพนายกองออกแสวงหา ออกทำ สงคราม ออกต่าง ๆ นี่พ่อแม่มัน ที่นี้พ่อแม่มันถ้าทำลายตรงนี้ ทำลายพ่อแม่มัน ทำลาย กามราคะ ขึ้นไปถึงเจ้าวัฏจักร ถ้าขึ้นไปถึงเจ้าวัฏจักร นี่ปุ๋ยตายายของมัน

มารมันเป็นชั้นเป็นตอน สติปัญญากว่าจะเข้าไปถึง ไปถึงที่ว่า มารเอย เห็น ไหม เจ้าวัฏจักร “มารเอย เธอเกิดจากความดำริของเรา” นี้คุณนโยบาย แค่คุณ นโยบายแล้วจัดการไป ไอ้แม่ทัพนายกองมันเรื่องกามราคะ ไอ้เรื่องบริษัทบริวารนั้น มันเป็นสิ่งที่กามราคะปฏิเสธอย่างหยาบ ไอ้พวกที่ไพร่พล พวกเบี้ย พวกสักกายทิฎฐิ เห็นไหม หลานมาร ลูกมาร พ่อแม่มาร ปุ๋ยตายายของมาร

แล้วเวลาพระพุทธเจ้าเข็ยมารใจ เข็ยปุ๋ยตายาย เรือน ๓ หลัง คือ ความโลภ ความโกรธ ความหลง แล้วมันรวมเป็นเรือนยอด เรือน ยอดคือเจ้าวัฏจักร นี่เยาะเย้ย เยาะเย้ยเจ้าวัฏจักร พ่อของมาร ปุ๋ยตา ยายของมาร มารเอย เธอเกิดจากความดำริของเรา เราจะไม่ดำริถึงเจ้า ไม่ดำริ มันไม่เกี่ยวกันแล้ว เอ็งไม่เกี่ยว ไม่มี ไม่ดำริถึงเจ้า จะเข้ามาใช้ ดวงใจดวงนี้เป็นที่อยู่อาศัย ใช้ดวงใจดวงนี้เป็นที่ออกไปหาผลประโยชน์ ไม่ได้ไปอีกเลย ไม่มีสิทธิ์เข้ามาสู่ธรรมธาตุอันนี้อีกเลย เห็นไหม พระพุทธเจ้าถึงเยาะเย้ยมาร

ที่นี้เยาะเย้ยมาร เราจะพูดบ่อย พูดบ่อยเพราะว่าให้มันเห็นว่ามันมีอยู่จริงใน คนทำได้จริงคือองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ธรรมะเข็ยมาร พอเข็ย มันเข็ยตาม ความเป็นจริง

แต่พวกเราศึกษา ศึกษาเป็นทางวิชาการก็ซบซึ่ง ละเอียดอ่อนต่าง ๆ ละเอียดอ่อน เป็นการยืนยันเฉย ๆ ว่าสิ่งนี้มีอยู่จริง ถ้ามีอยู่จริง ทำได้จริงนะ ฉะนั้น นี่ มีอยู่จริง

แต่เวลาว่า ขณะที่ผู้ถามบอกว่า “ผมรู้สึกว่ามันลึกซึ้งมาก ในที่นี้หมายความว่า ทั้งหลายทั้งปวงจบลงที่ความคิดใช่หรือไม่”

“ทั้งหลายทั้งปวงจบลงที่ความคิด” นี่มีฉันทิภูฏิ ทั้งหลายทั้งปวงจบลงที่ ความคิด จบลงที่ความคิดนะ ความคิดมันไม่ใช่เรา เวลาเรามีความรู้สึกนึกคิด เราก็คิด ของเราอย่างนี้ เวลาเรานอนหลับ เวลาเราปลดปล่อย เราไม่มีความคิดเลย แสดงว่าตอน นั้นไม่มีมารณะ เพราะจบแล้ว ความคิดจบแล้ว

เวลาเราสบายใจ เรามีความสบายใจ เราปลดปล่อยของเรา ความคิดเราไม่มี เราปล่อยใจเราว่าง ๆ ไม่มีความคิดเลย นั่นนะมารทั้งนั้นนะ แต่เพราะไม่มีการประพฤติ ปฏิบัติ เพราะไม่มีครูบาอาจารย์

ถ้ามีครูบาอาจารย์นะ สิ่งนี้มันเป็นโลกีย์ปัญญา มันเป็นสามัญสำนึกของมนุษย์ สามัญสำนึกของคน ฉะนั้น คนเราต้องทำความสงบของใจเข้ามา ถ้าใจมันสงบเข้ามา สงบเข้ามาแล้ว นี่สัมมาสมาธิ มันจะรู้ถึงตัวตนของมัน มันมีกำลังของมัน มันบริหารจัดการของมันได้ ถ้าบริหารจัดการของมันได้ จิตเห็นอาการของจิต ก็เห็นความคิด เห็นขั้น ๕ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ถ้ามันจับต้องของมันได้ มันจะมี วิปัสสนา มันจะเริ่มเป็นภาวนามยปัญญา มันจะเริ่มเข้าสู่อริยสัจ มันมีที่ไปที่ไป มัน ต้องมีเหตุมีผล ถ้าภาวนาอย่างนี้มันจะเป็นสัมมาทิฏฐิ เป็นความเห็นถูกต้อง

พอจิตสงบแล้วเห็นกาย เห็นเวทนา เห็นจิต เห็นธรรมตามความเป็นจริง สติ ปฏิฐาน ๔ เห็นไหม วิปัสสนา ปฏิบัติในแนวทางสติปฏิฐาน ๔ มันต้องสติปฏิฐาน ๔ โดยจิตที่มันรู้มันเห็น สติปฏิฐาน ๔ ที่จิตกระทำ มันมีการกระทำ มันมีวิปัสสนาญาณ

ไม่ใช่สติปฏิฐาน ๔ โดยจำมาใจ “อ้อ! อย่างนี้เป็นสติปฏิฐาน ๔ เป็นกาย เป็น เวทนา เป็นจิต เป็นธรรม เป็นการปฏิบัติในแนวทางสติปฏิฐาน ๔” นี่ก็คิดเอาหมดเลย มันก็เป็นปริยัติเท่านั้นเองนะ นี่ไง ถ้ามันเป็นปริยัติ

“ทั้งหลายทั้งปวงจบลงด้วยความคิดใช้ใหม่”

ถ้าจบแล้วก็จบ อย่างนั้นคนที่เจ้าชายนิทราเป็นพระอรหันต์ เจ้าชายนิทรา มันก็ไม่มีความคิด มันนอนนิทราอยู่นั้นนะ ก็จะต้องไปกราบแล้ว กราบพระอรหันต์นอนตามโรงพยาบาลเยอะแยะไปหมดเลย มันไม่ใช่

“ทั้งหลายทั้งปวงจบลงด้วยความคิดใช้ใหม่”

ต้องทำความสงบของใจเข้ามา แล้วใจเห็นความคิด แล้วพิจารณาแยกแยะ ความคิดว่า ความคิดไม่ใช่เรา เราไม่ใช่ความคิด ความคิดไม่ใช่ทุกข์ ทุกข์ไม่ใช่ความคิด คือมันสละความคิด มันปล่อยวางความคิดได้ตามความเป็นจริง มันสละทั้งหมดเลย แล้วมันเข้าใจตามนั้นหมดเลย แล้วมันตั้งคปทาน มันปล่อยวางชั่วคราว ถ้ามันสมุจเฉท ปทาน มันตัดขาดอย่างไร ตัดขาดสังโยชน์ขาดอย่างไร

เพราะเราพูดไป พูดเพื่อยืนยันกันไง เพราะคำนี้มันยืนยัน แล้วเวลาโลกเขา สอน เขาสอนไปอีกอย่างหนึ่ง อันนี้พูดถึงเรื่องของมารณะ ฉะนั้น กรณีนี้มันมีอยู่ใน พระไตรปิฎก แล้วเวลาใครเรียนปริยัติ มันอยู่ที่ว่าจริตนิสัยคนชอบใจไม่ชอบใจ ถ้า ชอบใจอย่างไร อะไรที่มันเป็นที่ฝักใฝ่ใจมันจะชอบของมัน ถ้าไม่ฝักใฝ่ใจมันก็ไม่ฝักใจ มันก็ ไม่สนใจ อันนี้ประเด็นที่ว่าจริตนิสัยของคน จบ

ถาม : เรื่อง “มันคือเวรกรรมของลูกหรืออาการข้างเคียงของการนั่งสมาธิคะ”

กราบนมัสการหลวงพ่อดี้อะ อาการนี้ก็กลับมาอีกแล้วคะ ขอความเมตตาหลวง พ่อดี้อะช่วยดูด้วยคะ ลูกคิดว่ามันเป็นอาการข้างเคียงหรือเปล่านั้นคะ หรือว่ามันคือเวรกรรม ของลูกคะ

ไม่ว่ามันจะเป็นอะไร ลูกก็จะยอมรับคะ ลูกจะตั้งใจภาวนาต่อไป ถ้าเป็นเวร กรรม ลูกก็จะใช้กรรมต่อไปคะ ถ้าไม่ใช่เป็นผลของการกระทำผิดวิธี ก็ขอความเมตตา ให้หลวงพ่อดี้อะช่วยแนะนำลูกด้วยนะคะ

คือตั้งแต่เริ่มนั่งสมาธิคะ แต่ก่อนเมื่อนั่งสมาธิได้ดีเท่าไร เมื่อนอนไป อาการก็จะรุนแรงไปมากเท่านั้นคะ เมื่อช่วงที่ลูกหยุดนั่งสมาธิ อาการมันหายไปแล้วคะ แต่มาตอนนี้นี้ลูกมาภาวนาใหม่ ถึงแม้ว่าจะไม่ได้เหมือนเดิม แต่อาการเหล่านั้นก็กลับมา

อีกแล้วค่ะ มันเป็นช่วงนอนหลังจากนั่งสมาธิ ไม่ใช่ฝันค่ะ แต่ลูกก็บอกไม่ถูกว่ามันคืออะไร

เริ่มจากรู้สึกถึงกลุ่มพลังงานหนึ่งที่เกิดขึ้นช่วงหน้าและศีรษะนี้ค่ะ ที่ทำให้ตาในลูกรู้สึกตื่นขึ้นมา ถ้าลูกตั้งสติ พยายามควบคุมสถานการณ์ได้ ท่องพุทโธต่อไป มันจะเป็นการทำสมาธิ

แต่ถ้าลูกทำไม่ได้ดี อาการก็เตลิดไปเลย กลายเป็นการนอนที่ฝันร้าย มั่วทุกข์ทรมานแบบไม่สุขสบายค่ะ ที่ลูกว่าไม่สุขสบายเพราะคือลักษณะพลังงานนี้แหละค่ะ มันทำให้รู้สึกเหมือนมันวิดิวบซ่าซ่าแหละค่ะ เหมือนมานั่งสมาธิบางครั้งก็รู้สึกวิดิวบ หมุนตัว ซึ่งมีสติอยู่ทุกอย่าง แต่เวลามันมากวนช่วงนอนหลับนี้สิคะมันแย่ แต่ลูกตั้งสติไม่ได้ดี ลูกกลัวว่าหลุดออกไปเหมือนตอนที่หัดนั่งสมาธิใหม่ๆ ค่ะ ลูกนั่งสมาธิแล้วนอน ก่อนนอนก็ท่องพุทโธ แล้วเกิดอาการขึ้น แล้วก็หลุดออกไปยืนอยู่ที่ปลายเท้าค่ะ หลวงพ่อช่วยลูกที

ตอบ : ใ้อันนี้เขาเคยถามมาเมื่อก่อนหนึ่งทีหนึ่ง แล้วเขาถามมา ก็พูดไปเรื่อยๆ เวลาจิตเขาหลุดออกไป จิตเขามีต่างๆ ก็พยายามแก้ไขกันมาจนเป็นปกติ แล้วปกติแล้วก็หายไป แล้วนี่พอภาวนาไป มาอีกแล้ว

เวลาภาวนาไป มาอีกแล้ว มันเป็นนิสัยของคน ถ้าเป็นนิสัยของคน สิ่งต่างๆ เราจะวางให้หมด นี่มันตกใจใจ เวลาภาวนาไปเห็นอาการขึ้นมาแล้วมันจะตกใจ แล้วมันจะมีอะไรวูบวาบไปหมดเลย

ถ้ามีอะไรสิ่งต่างๆ วางไว้ แล้วกำหนดพุทโธไว้ เรากำหนดพุทโธไว้ไม่ให้จิตมันออกไปรับรู้ มันอาการของจิตทั้งนั้นนะ อะไรจะเกิดขึ้น จิตออกไปรับรู้ มันเป็นอาการของมันไปรับรู้สิ่งต่างๆ ไปรับรู้เรื่องนั้นเรื่องนี้ เรื่องต่างๆ แล้วมันเป็นทีนีสัย นิสัยของคน ถ้ามันเริ่มสงสัย ถ้าเราสงสัยแล้วเราอยากรู้ อยากเห็น นี่จิตมันหลอกแล้ว มันจะให้เราออกไปตามที่มันต้องการ

แต่ถ้าเรามีสตินะ ถ้ามันมีสติ เราต้องการบริการรรมให้อยู่กับพุทโธอย่างเดียว คือให้จิตเรามันเป็นเอกภาพ จิตเราเป็นหนึ่งเดียว อยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่มีมันบังคับให้อยู่

กับสิ่งนั้นด้วย ไม่ใช่ว่าอยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่งแล้วจะปล่อยไปตามธรรมดา ปล่อยไปตามธรรมดา ธรรมดาที่รู้มันจะรู้เรื่องนั้น รู้เรื่องอย่างอื่นบ้าง เรารู้พุทโธด้วย แล้วก็รู้อย่างอื่นเจือปนไปด้วย

ทีนี้ พุทโธๆๆ พุทโธมันเป็นคำบริกรรมเพื่อให้จิตสงบ ทีนี้คำบริกรรม จิตมันมีอาการขึ้นมามันก็ออกรับรู้สิ่งต่างๆ ออกรับรู้ใจ ถ้าออกรับรู้ไป สิ่งที่ได้รับรู้มันก็สงสัย มันอยากรู้ มันอยากรู้ อยากเป็นไป

แต่ถ้าเรามีสตินะ มันยังไม่ถึงเวลา อะไรจะเกิดขึ้น วางให้หมด อยู่กับพุทโธไปเรื่อยๆ อยู่กับพุทโธไปเรื่อยๆ เพราะเรากำหนดพุทโธแล้ว พอมันปล่อยวางเข้ามา มันปล่อยวางอารมณ์ความรู้สึกต่างๆ มาอยู่กับพุทโธเฉยๆ อยู่กับพุทโธชัดๆ อยู่กับลมหายใจชัดๆ อยู่กับลมหายใจก็ได้

อยู่กับลมหายใจ อยู่กับมรณานุสติ อยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่จิตจับเป็นหนึ่งเดียว เพราะจับเป็นหนึ่งเดียว จิตมันเป็นหนึ่ง จิตเป็นหนึ่งมีกำลัง กำลังมันถึงออกรู้ใจ คือสิ่งที่เราทำขึ้นมามันมีกำลัง มันเป็นความดี แต่ความดีของเรา อำนาจวาสนาของเรามีแค่นี้ พอเรามีกำลังบีบ มันก็แฉะ ออกไปรู้นู่นรู้นี้ แล้วเราเองเราก็อยากไปรู้ เราเองเราก็มีกิเลสอยู่ เราก็มีมารอยู่ที่ว่าเราก็ออกไปรับรู้ใจ รับรู้มันก็สะท้อนไปหมด

แต่ถ้าเราวางละ เราพุทโธชัดๆ ไว้ มันรู้สิ่งใด รู้นั้นก็เข้าใจว่ารู้ เข้าใจ เรารู้เราเข้าใจแต่ไม่สงสัย ตอนนี้เราเคยสงสัยแล้วเราเคยตามไป เคยตามไป เดียวก็ออกรู้แล้วหนึ่ง ฐานของกำลังมันจะเสื่อมไป เพราะสิ่งที่จะรู้ได้เพราะเราพุทโธ เราทำจิตของเราเป็นเอกภาพ มันมีกำลัง มันถึงรู้ เพราะมันถึงรู้

ฉะนั้น เพราะเราถึงรู้ มันจึงออกไปรู้ พอออกไปรู้ ใจฐานนี้มันก็เสื่อมลงๆ ใจความรู้นั้นมันไปแล้วนะ ที่ไปเห็นแล้ว เห็นอาการต่างๆ มันก็ชัดเจน พอจิตมันตามไป เดียวก็พรั่มัว แล้วเดี๋ยวก็จับต้นชนปลายไม่ได้ แล้วเดี๋ยวตัวเองก็งง เดียวตัวเองก็ล้มลุกคลุกคลาน

แต่ถ้าเราไม่สงสัย เราไม่ตามมันไป เราอยู่กับพุทโธ อยู่กับอานาปานสติ อยู่กับมรณานุสติ อยู่กับอะไรก็ได้ชัดๆ อยู่ที่นี่ มันก็อยากรู้ อยากเห็นนั้นแหละ แต่ว่าเราบังคับ

ไว้ ไม่ไป ไม่ไป มันก็พุทโธไปเรื่อย พุทโธไปเรื่อย ถ้ามีกำลังขึ้นมาจะ ความสงบจะ มากขึ้น

ก็เรานี้สงบเอง เรานี้สงบเอง เรานี้รู้เอง เรานี้เป็นไปเอง นี่เป็นปัจจัยตั้งใจ ถ้า ปัจจัยตั้ง อันนี้มันจะดีขึ้น มันไม่เสียหาย แต่ถ้าออกไปรู้มันจะเสียหาย มันจะเป็นไปกับ เขา ฉะนั้น เราไม่ไปตามนั้น เรากำหนดรู้ไว้

ฉะนั้น สิ่งที่ว่ามันมาอีกแล้ว คำถาม เห็นไหม “เวรกรรมของลูกหรือว่าอาการ ข้างเคียงมันคืออะไร” นี่สงสัยไปหมด

ถ้าเราสงสัย สงสัยคือนิเวศธรรม เห็นไหม วิจิกิจจา สิลัพพตปรามาส มัน เป็นนิเวศน์ นี่เป็นนิเวศน์ มันก็เป็นความลังเล ลังเลแล้วมันก็กำกึ่ง พอกำกึ่ง ล้มลุก คลุกกลานหมดนะ

วางให้ได้ ทำให้จริงจัง วางไว้หมด ปัจจุบันนี้เราจะเอาพุทโธ เราอยู่ กับพุทโธ เราจะไม่มีไปสิ่งใดเลย เราทำแค่นี้ เพราะเราภาวนาเพื่อความ สงบของใจ ไม่ต้องหวัง ไม่ต้องคาดหวัง เห็นไหม คาดหวังว่าเราจะเป็น อย่างนั้น เราจะเป็นอย่างนี้ ไม่ต้อง

เพราะว่าเรากำหนดพุทโธ เราใช้ภาวนาเพื่อความสงบระงับ เพื่อ ความสุขของเรา เพื่อความเป็นจริงใจ

คนที่เขาจะไปเที่ยวไหนก็แล้วแต่ เขามีข่าวของเงินทองขนาดไหนก็แล้วแต่ เขาก็ใช้แค่ปัจจัยเครื่องอาศัยในชีวิตเท่านั้นแหละ

นี่ก็เหมือนกัน เราทำความสงบของใจก็เพื่อความ สุขความสงบของเรา เพื่อ เป็นความจริง ให้จิตใจมันได้สัมผัส เห็นไหม ศีล สมาธิ ปัญญา เราทำแค่นี้ ใ้อสิ่งรับรู้ๆ มันเป็นเรื่องข้างเคียง มันเป็นเรื่องที่มันมาทีหลัง เราต้องการอริยสัจ เราต้องการพ้น จากทุกข์ เราต้องการความสงบร่มเย็นในใจ เราไม่ต้องการว่าเราจะมีทรัพย์สมบัติจะไป อวดใคร จะไปรับรู้กับใคร อันนั้นมันเรื่องปลีกย่อย มันไม่ใช่หลัก ไม่ใช่ความจริง

ความจริงมันคืออริยสัจ ความจริงมันอยู่ที่ความสงบระงับอันนี้
เราอยู่ที่ความจริงอันนี้ไง ถ้าอยู่ที่ความจริงอันนี้ มันจะมาหลอกอะไร
เราไม่ได้เลย ใ้ที่นี่ล้มลุกคลุกคลานไปหมดเลย โดยหลักมันเป็นแบบนี้

แล้วถามหลวงพ่อกว่า แล้วหลวงพ่อบอกช่วยหนูที

หลวงพ่อก็อู้นี่ อยู่ที่นี่ ผู้ถามก็อยู่ที่บ้านของตัวเอง แล้วจะให้ทำอย่างไรละ มัน
ต้องมีสติมีปัญญาของเรา เราต้องช่วยเหลือตัวเอง ถ้าเราช่วยเหลือตัวเอง เรา
ทำที่นี่ เราทำประโยชน์ที่นี่ มันก็จะจบที่นี่

ฉะนั้น ถ้าจบที่นี่ ตั้งสติ ตั้งสติไว้นะ ระลึกถึงพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ พุทโธ
ธัมโม สังโฆ แล้วถ้ามันมีปัญหา ก็ขอขมาลาโทษนะ ขอขมาลาโทษนะ แล้วเอาที่ฟัง
รัตนตรัยเป็นที่ฟัง ที่ฟังของเรา รัตนตรัย แก้วสารพัดนึก พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์
เป็นที่ฟังของเรา เป็นรัตนตรัย เป็นแก้วสารพัดนึกของเรา เราเอานี่เป็นที่ฟัง แล้วเรา
กำหนดที่นี่ แล้วเราหัดฝึกภาวนาของเรา ทำที่นี่ของเราได้ มันก็จะมีที่ฟังได้

ถ้าจะว่าหลวงพ่อกว่า หลวงพ่อกว่าเป็นที่ฟัง

อยู่ไกลนะ อยู่ไกล แล้วเวลามันสุขมันทุกข์ มันสุขมันทุกข์ในใจ ถ้าเรามีหลักมี
เกณฑ์ หากความสุขความทุกข์ในใจของเราได้ มันจะเป็นประโยชน์กับเราได้ ถ้าเป็น
ประโยชน์กับเราได้นะ เอาที่นี่ เห็นไหม ผู้ใดปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม เป็นปัจจัยตั้ง
เป็นสันติภูมิไว้ในหัวใจของเรา เอวัง