

วิบาก

พระอาจารย์สงป มนฺตฺสฺนฺโต

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๒๗ กรกฎาคม ๒๕๕๗

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

ถาม : เรื่อง “การเพ่ง การพิจารณาภายในของค์ความรู้”

กราบนมัสการหลวงพ่อกีเคารพอย่างสูง ขอเรียนถามหลวงพ่อกีว่า การนั่งสมาธิสลับตาโดยกำหนดการเพ่งส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกาย เช่น แขน ขา เป็นต้น พอกำหนดเพ่งแขนหรือขา การปรุงแต่งภายในแปรสภาพจากแขนปกติ แปรสภาพเป็นแขนขาตามสมาธิที่ให้ เป็น เช่น แขนขาดำ เขียวอ่อน ใหญ่ เล็ก แต่ยังไม่ถึงขั้นเนื้อหนังพองเป็นหนอง ก็พิจารณาสลับกับเนื้อสวาย ถ้าพิจารณาเนื้อสวายขาว เกิดโรค ถ้าพิจารณาหนังดำเขียวอ่อน โรคก็พอสงบตัว

จุดประสงค์หลักของการเพ่งพิจารณาคือฝึกให้รู้จักตัวเอง และให้จิตรับรู้ถึงหลักความเป็นจริงแห่งสังขาร อนิจจัง เป็นทุกข์ อนัตตา นี่ไม่ใช่เรา เราไม่ใช่นี้ ล้วนเป็นอนัตตา แต่คำว่า “จิตหรือตัวรู้” ก็ยังไม่ปล่อยวางง่ายๆ นะครับหลวงพ่อกี การปฏิบัติเพ่งอย่างนี้ชักเข้าชักออก ลมหายใจเข้าออก รูปสวชชกออกเป็นรูปอสุภะ โดยกำหนดที่ร่างกายของตนเองนะครับ อย่างนี้เรียกว่าสมาธิทำงานชอบอย่างไรบ้างครับ และการปฏิบัติต่อไปจะวิปัสสนาได้อย่างไรครับ

ตอบ : การปฏิบัติเริ่มต้นมันก็ปฏิบัติแบบนี้ การปฏิบัติแบบนี้หมายความว่า เวลาเราศึกษาตามทางวิชาการ เราศึกษาตามพระไตรปิฎก ต้องพูดถึงตามพระไตรปิฎกก่อน พอพูดถึงตามพระไตรปิฎก องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นผู้สั่งสอนเอง แต่การสั่งสอนก็สั่งสอนบุคคล สั่งสอนคนที่วุฒิภาวะสูงส่ง อย่างพาคิยะที่ว่า “เธอจงพิจารณาโลกนี้เป็นของสักแต่ว่า” เพราะเขามีพื้นเพ เขามีกำลังของเขา แต่เวลาสอนคนที่ยังปฏิบัติเริ่มต้นก็บอกให้ทำความสงบของใจ นี่การสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าหลากหลายนัก

ที่นี้คำว่า “หลากหลาย” ขึ้นมา พอใครชอบสิ่งใด ใครจริตนิสัยสิ่งใดก็ชอบสิ่งนั้น ถ้าชอบสิ่งนั้น ดูลิ เวลาหลวงตาท่านสอน เวลาก่อนเข้าพรรษา อธิษฐานพรรษาที่ท่านจะยกตัวอย่างของพระจักขุบาลเป็นประจำ พระกรรมฐานเราส่วนใหญ่จะยกตัวอย่างของพระจักขุบาล พระโสณะ

เพราะพระจักขุบาลนี่นะ เวลาภาวนาไปเป็นโรคตาอักเสบ แล้วหมอมายอดตา บอกถ้าไม่นอน ตาจะบอดๆ นี่ตาจะบอดก็ไม่กลัว สู้อย่างเดียวๆ พิจารณาอย่างเดียว จนถึงที่สุดตาบอดจริงๆ แต่หัวใจมันผ่องแผ้ว ก็เลสมันขาด นี่เวลาก็เลสมันขาด

พระโสณะเดินจงกรม เดินจงกรมจนฝ่าเท้าแตก เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไปตรวจกุฏิไป ไปตามวัด ไปตรวจกุฏิ เห็นเป็นรอยทางจงกรม เลือดนี้แดงไปหมดเลย องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าอุทานขึ้นมาว่า “ที่นี่เป็นที่เชือดโคของใคร” คือที่นี้เป็นที่เชือดอะไรมันถึงมีเลือดนองไปขนาดนี้ บอกไม่ใช่ นี่เป็นทางเดินจงกรมของพระโสณะ

พระโสณะเป็นผู้ที่มีฝ่าเท้าบางไป เวลาเดินไป ฝ่าเท้ามันจะลอก มันจะบางจนเลือดแดงไปทั้งทางจงกรมเลย พอเลือดแดง เดินไม่ได้ เดินไม่ได้ก็กลับไป

หลวงตาหรือครูบาอาจารย์ของเรากรรมฐานส่วนใหญ่จะยกพระโสณะกับพระจักขุบาล เพราะเป็นผู้ที่เข้มแข็ง เวลาเจออุปสรรคสิ่งใดก็ยังฟันฝ่าอุปสรรคสิ่งนั้นไปได้

นี่ก็เหมือนกัน เวลาเราพูดถึง ต้องศึกษาตามธรรมเนียมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระไตรปิฎก เรายกเรื่องนี่ก่อน ที่นี้เวลาปฏิบัติไป เวลาปฏิบัติไป ถ้าเรามีครูบาอาจารย์ เราก็จับทาง แล้วครูบาอาจารย์ท่านปฏิบัติได้ถูก ที่นี้เวลาปฏิบัติในวงกรรมฐานนี่เรื่องหนึ่งนะ ในวงของนักปฏิบัติ

ดูลิ ทั่วโลกเขาไปยุโรปกัน ไปดูเขาฝึกหัดสติ เขาเดินทอดน่องกัน แล้วก็ตื่นตั้นนะ ไปเห็นเขาเดินฝึกสติ แล้วก็ตื่นตั้นกัน เวลาไปเจอพวกฆราวาสสอนธรรม ไปเจอในยุโรป ไปเจอในอะไร

โธ่! ฤาษีซีไพรเขาไปสอนในอเมริกา เขาซีโรลส์รอยซ์ เขาคิดชั่วโหม่ง เวลาฝึกหัดนี่คิดเป็นชั่วโหม่ง พอไปเจออย่างนั้น ตื่น อยู่! ตื่นตั้น อยู่! ตื่นตั้น แต่เวลาองค์

สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสอน เวลาครูบาอาจารย์เราสอนไม่ได้สนใจ ไม่สนใจ มันก็ใกล้เกลือกินต่างใจ ของมันพื้นเพใจ เกิดมาก็เห็นวัดมาตั้งแต่เกิดใจ แล้วพระที่พูดก็พูดจนชินหูใจ ฟังทุกวัน ฟังจนเบลอ เอ๊ะ! เหมือนนกแก้วนกขุนทอง พูดกันไปอย่างนั้นนะ “แม่จ๋า” แม่จ๋า มันก็นึกว่ากลัว พอแม่จ๋า ก็กินกลัวคำหนึ่ง

แม่จ๋าก็พ่อแม่เว้ย ไม่ใช่กลัว แม่จ๋า ก็กลัวคำหนึ่งนะ แม่จ๋า ก็ได้กินกลัวนี่อะไร “แม่จ๋า”...นกแก้วนกขุนทอง นี่เวลานกแก้วนกขุนทองในแนวทางปฏิบัติใจ

เวลาเขาบอกว่าตามธรรมวินัยๆ ตามวินัย นั้นนะเป็นทฤษฎี เป็นการชี้เข้าไปสู่ใจ ที่นี้พอเข้าไปสู่ใจ ในวงปฏิบัติมันก็ร้อยแปดใช้ใหม่ มีการปฏิบัติแตกต่างหลากหลาย เราจะไม่พูดถึงลงรายละเอียดไปก็เดี๋ยวนะว่า แหม! เอาดีใส่ตัว เอาชั่วใส่คนอื่นตลอดเลย ถ้าเป็นดีๆ กรรมฐาน เวลาชั่วๆ ละคนอื่นทั้งนั้นนะ

ไม่ใช่ชั่วๆ ไม่ใช่ดีหรือชั่ว ถูกหรือผิดต่างหาก ถ้ามันถูก มันต้องเข้าสู่สมาธิได้ ถ้ามันเป็นความจริง มันศีล สมาธิ ปัญญา ถ้ามันถูกต้องดีงาม เหตุ เห็นไหม ธรรมทั้งหลายมาแต่เหตุ ถ้าเหตุมันสมควรขึ้นมาแล้วมันก็ต้องเป็นผลมาแน่นอน ถ้าเหตุมันไม่สมควรขึ้นมามันก็พ่ายเรือในอ่างอยู่อย่างนั้นนะ มันไปไหนไม่รอดหรอก ไปไหนไม่รอดเพราะอะไร เพราะผู้ชี้หน้าไม่รู้จกกว่า อ่านทศยังหลงทศ ยังไม่รู้จกกว่า เมื่อก่อนเขาดูดวงดาวนะ เดินเรือกัน ตอนมีเข็มทิศขึ้นมา เขาดูเข็มทิศ ตอนนี่เขาดูจีพีเอสแล้วไปตามนั้นเลย แต่ปฏิบัติมันยังไปไหนไม่รอดหรอก ถ้าไปไหนไม่รอด

จะนั้น ในการปฏิบัติ เวลาเขาบอกว่า กำหนดลมหายใจเข้าและลมหายใจออก เวลาเรานั่งลืมตา ลืมตาแล้วการเพ่ง

การเพ่ง จะบอกว่าผิดก็ไม่ใช้ ถ้าบอกว่าผิด เวลาเพ่งกสิณนะ เวลาเพ่งกสิณนะ คนเราถ้ากำหนดพุทโธแล้วสงบไม่ได้ แต่ถ้าเพ่งกสิณ เพ่งเทียนเพ่งอะไร บางคนทำได้ ถ้าทำได้อย่างนั้นมันอันตราย คำว่า “อันตราย” พอเพ่งไปแล้วมันเหมือนฉาน พอฉานมันมีกำลัง มันส่งไป พอมันเพ่งไปแล้วมันจะมีความรับรู้เรื่องฉานโลกีย์ พอฉานโลกีย์มันไปรู้หนูรู้นี่ มันจะออกใจ

ถ้ามันจะออก ถ้าครูบาอาจารย์ท่านเป็นนะ เวลาฟุ้ง ถ้าฟุ้งฉาน ฟุ้งต่างๆ บางคนทำสมาธิทางนี้ได้ การทำสมาธิ กรรมฐาน ๔๐ ห้อง แม้แต่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสอน สอน ๔๐ วิธีการ แล้วถ้าฟุ้ง ฟุ้งกสิณเขียว กสิณขาว กสิณไฟ ฟุ้งอย่างนี้ กสิณไฟ กำหนดฟุ้งไฟ มันเกิดความร้อน ฟุ้งไฟใส อีกฝ่ายหนึ่งได้รับรู้เลย แล้วอีกฝ่ายรับรู้

นี่พูดถึงการลืมตาใจ ฉะนั้น การลืมตาของเรา เราไม่ได้ฟุ้งกสิณ เราฟุ้งไปที่ส่วนหนึ่ง ส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกาย ฟุ้งไปที่ส่วนหนึ่งของร่างกาย แล้วว่าจะถูกไหม มันก็ถูก มันก็ไม่ผิดอะไร

เวลาเราบวชมา พระบวชขึ้นมา เกสา โลมา นขา ทันตา ตโจ เราท่องพุทโธๆ ก็ได้ ท่องเกสา โลมา นขา ทันตา ตโจก็ได้ เนื้อ เอ็น กระดูก เราก็อ่องได้ อัจฉิๆ เราก็อ่องได้ อัจฉิๆ คือกระดูกใจ คนเราก็มีกระดูกเป็นโครงสร้าง ถ้าอยู่กับกระดูกขึ้นมา อยู่กับแก่นแท้ของร่างกายเลย ถ้าอัจฉิๆ มันก็เป็นสมาธิได้

แต่ถ้าเราไปฟุ้งที่แขนขา ถ้าจิตมันเป็น จิตมันมีพื้นฐาน มันจะเป็นอย่างไร โยมถาม เวลาฟุ้งแขนขาไป มันเหี่ยวมันย่น มันขยายใหญ่ขยายเล็ก มันเป็นไปได้ อารมณ์ที่มันสมดุล แต่ถ้าพออยากได้ออยากเป็น ไม่สมดุลแล้ว เพราะความอยากมันทำให้จิตกระเพื่อม พอจิตกระเพื่อมนะ พอฟุ้งไปนะ โอ้ย! มันเหี่ยวมันย่นนะ โอ้ย! มันดีมากเกินไป มันต้องเหี่ยวมากกว่านี้...ไม่เหี่ยวแล้ว ไม่เหี่ยวแล้ว

แต่การที่มันเหี่ยว มันเหี่ยวเพราะอะไร เหี่ยวเพราะเราไม่มีตัวตนใจ เราไม่ได้เข้าไปยุ่งกับมันนะ กำลังมันพอดีใช่ไหม อย่างเช่นลมพัดมา ลมพัดมาเย็นสบายดี ลมพัดมาอีกสิ ไม่มีลม ลมมันพัดมาเพราะอากาศมันสมดุล ความร้อนมันขึ้นไป ลมก็ถ่ายเท ลมก็พัดมา แล้วอยากให้มันพัดมาอีก มันพัดมาใหม่ละ แต่ถ้าเราอยากหรือไม่อยากนั่นเรื่องหนึ่ง แต่โดยข้อเท็จจริงของอากาศ อากาศที่มันร้อน อากาศที่มันเปลี่ยนแปลง มันเกิดกระแสลมขึ้นมา มันเป็นข้อเท็จจริงของภูมิอากาศ ถ้าภูมิอากาศเป็นอย่างนั้นมันก็เป็นแบบนั้น

นี่ก็เหมือนกัน เวลาเรากำหนดเฟงอยู่ๆ ถ้าจิตมันสมดุลงของมันก็เหมือนกับสภาวะของอุณหภูมิมันเป็นไปอย่างนั้น ถ้าเป็นไปอย่างนั้นนะ มันก็เป็นไง มันก็ทำให้แขนนี้มันเหยียวย่น มันเป็นไปสมดุลงของมัน สมดุลงอย่างนี้ที่สมดุลงโดยสัมหล่น สมดุลงโดยธรรมเกิด

แต่ถ้ามันเป็นความจริง ความจริงพอเรากำหนดพุทฺโธ พอจิตเป็นสมาธิหรือกำหนดอัญญิ ถ้ารังเกียจพุทฺโธ อะไรก็ได้ ถ้ารังเกียจพุทฺโธ “อะไรๆ ก็พุทฺโธ เราก็รังเกียจ”...ไม่เป็นไร จะรั้มโมก็ได้ จะสังโฆก็ได้ เทวตานุสติ มรณานุสติก็ได้ อะไรก็ได้ คำว่า “ก็ได้” ถ้าจิตมันสงบ เราควบคุมได้

พอจิตสงบแล้วเราน้อมไป ถ้าเห็นแขน เห็นแขนเห็นขา มันทรงไว้ได้ไหม ถ้าทรงได้ แสดงว่าสมาธิเราใช้ได้ ถ้ามันทรงไว้ไม่ได้ วางไว้เลย กลับมาทำความสงบของใจให้มากขึ้น แล้วน้อมไปที่แขนนั้น มันทรงไว้ได้ไหม ถ้าทรงไว้ได้ ทรงไว้ได้ กำลังจิตของมันดี ถ้ากำลังจิตดี ราพึงแล้ว ราพึงว่าให้แขนเหยียวย่นตามแต่กำลังของเรา มันจะเหยียวมันจะย่น มันจะพุ่มันจะพอง มันจะทำลายตัวมันเอง มันคืนสภาพสู่ธรรมชาติของมัน มันสลายไป ใ้มนี่มันต้องมีกำลัง นี่พูดถึงว่า ถ้าการปฏิบัติต่อเนื่องไปไง มันอยู่ที่ธรรมทั้งหลายมาแต่เหตุ มันอยู่ที่เหตุและผล

ที่นี้เพียงแต่ว่า เวลาถ้ามมาอย่างนี้ถูกใหม่ ถูก เริ่มต้นพื้นฐาน เพราะสิ่งที่ในพระไตรปิฎก สิ่งที่เป็นธรรมวินัย คือว่าสิ่งที่เราพูดถึงอริยสัจ พูดถึงเรื่องต่างๆ มันมีชื่ออยู่แล้วไง มันมีทฤษฎีอยู่แล้วไง แล้วเราก็อจับตัวนี้มาเป็นโจทย์ มาเป็นประเด็นไง ถ้าเป็นประเด็น ถ้าเราดีใจหทัยแตก เราดีประเด็นแตก เราจะมีความรู้ แต่ถ้าเราท่องจำ ท่องจำทฤษฎีว่ามันจะต้องเป็นเกสา มันต้องเป็นโลมา มันต้องเป็นผม ขน เล็บ ฟัน หนัง มันเป็นอย่างนั้นหรือ มันเป็นอย่างนั้นมันก็ไม่เป็นไตรลักษณ์

ถ้ามันเป็นไตรลักษณ์มันก็แปรสภาพ ความแปรสภาพของมันคือไตรลักษณ์ ไตรลักษณ์คือมันแปรปรวน นั่นคือไตรลักษณ์ ไตรลักษณ์ ถ้าเราเห็นความเป็นจริงนะ

เวลามันปฏิบัติไป สิ่งนี้ถูกต้องใหม่

เขาเรียกว่า ผลของการปฏิบัติ วิบากกรรม คำว่า “วิบากกรรม” วิบาก วิบากคือผลกรรมคือการกระทำ ทำแล้วได้ผลอย่างใดก็เป็นวิบากกรรม วิบากกรรมที่เราได้อยู่ที่นี่ วิบากกรรมมันได้มากได้น้อยละ ถ้ามันเป็นจริงขึ้นมาอะ โอ้โฮ! มันจะมหัศจรรย์กว่านี้

ฉะนั้น เวลาที่เราปฏิบัติไป เราปฏิบัติ แต่เราไม่สามารถให้คะแนนตัวเองได้ เราไม่สามารถจะบอกว่า กิเลสจะขาดเมื่อนั้นเมื่อนี้ เราจะได้ผล

เวลาปฏิบัติไปเป็นทางโลกเิง ทางโลก เห็นใหม่ ขนาดว่าเรียนอยู่มหาวิทยาลัยนี้ เรียนไม่จบ ย้ายมหาวิทยาลัย เอาหน่วยกิตนี้ไปส่งต่อมหาวิทยาลัยอื่น เออ! เอาหน่วยกิตนี้ เราเรียนมาแล้วก็หน่วยกิต ก็เอาหน่วยกิตนี้มาเป็นฐานแล้วเรียนต่อ นี่ถือว่าเรียนแล้ว สอบแล้ว ผ่านแล้ว ได้หน่วยกิตแล้ว แต่ถ้าเป็นสมาธิ ไม่ใช่ เวลาเป็นสมาธิก็เป็นสมาธิ เวลาออกมาแล้วสมาธิก็หายหมด จิตรับรู้ที่เคยมีเคยเป็น แต่ถ้าทำอีกก็ทำให้เกิดขึ้นมา

ฉะนั้น สิ่งที่ว่าทำได้แล้วๆ มันเป็นอดีตแล้วนะ สิ่งที่เราทำได้แล้วก็วางไว้ ไม่ต้องไปผูกมัด เพราะเราทุกข์ยากอยู่ที่นี่ก็ไปผูกมัดกับความรู้เดิมใจ เคยได้สมาธิแล้ว เคยได้ แล้วตอนนี้ละ ตอนนี้ทุกข์ร้อนเป็นไฟเลย ตอนนี้ร้อนเป็นไฟเลย แล้วเป็นสมาธิใหม่ สมาธิร้อนเป็นไฟใช่ใหม่

สมาธิไม่ร้อน สมาธิมันเย็น เคยได้สมาธิมา แต่ตอนนี้ร้อนเป็นไฟเลย แต่เคยได้สมาธิมา แล้วก็จะได้อย่างนั้น ไม่ใช่

นี่ถ้าเป็นธรรมเป็นแบบนี้ ไม่ใช่ทางโลกเิง ทางโลกเราเคยได้สิ่งใดมา เราก็คือได้ ความได้ของเราคือได้แล้ว แต่ถ้าเป็นธรรมนะ ความได้ของเราคือประสบการณ์ ความได้ของเราคือเคยทำได้ การทำได้แบบนั้น จะทำอีก ต้องเอาการทำได้อย่างนั้นมาเริ่มต้น ต้องทำให้ได้อย่างนั้นเหมือนปัจจุบัน ทำให้ได้อย่างนั้น ถ้าทำได้อย่างนั้น นี้เขาเรียกว่าชำนาญในวสี ชำนาญในการเข้าออกสมาธิ แล้วชำนาญในการรักษา

ทางโลกเขาวัดกันด้วยปริมาณว่า สมบัติใครมาก สมบัติใครน้อย แต่ทางปฏิบัติ เขาวัดด้วยอุณหภูมิตัว ความจริงในใจนี้ ไม่ใช่ที่เราเคยได้

เราเคยได้ มันเป็นกุปกรรม อกุปกรรม สพุเพ ธมฺมา อนตฺตา ธรรมะมันเป็นของชั่วคราวๆ ชั่วคราวทั้งนั้นนะ มันยังไม่เป็นจริง มันชั่วคราวเพราะอะไร ชั่วคราวเพราะมันพัฒนาได้ มันเจริญได้ ถ้ามันเจริญได้ การทำอย่างนี้ถูกไหม ถูก แต่ทำของเรา หมั่นเพียรของเรา ทำแล้วมันเป็นความจำเป็นไง ว่าเขากำหนดแล้ว เขาเฟ่งสมาธิโดยการลืมตาแล้ว สิ่งที่เฟ่งแขนขามันแปรสภาพของมันไป

การแปรสภาพของมันไปมันเป็นไปได้หลายหลาก มันเป็นไปได้ทั้งนั้นนะ พอมันเป็นได้ทั้งนั้น นักปฏิบัติเราถ้ายังไม่แน่ใจ เขายังไม่พุดออกไป ถ้าพุดออกไปแล้ว เพราะพุดออกไปแล้ว เราพุดอะไรก็แล้วแต่ ปริมาณมันเท่านี้ แต่ความจริงมันต้อง ๑๐๐ เปอร์เซนต์ ฉะนั้น พอปริมาณเท่านี้ คนที่ฟังจะรู้เลยว่าคุณภาพะเราแค่ไหน ภูมิเราแค่ไหน แต่พอเราทำได้มากกว่านี้ เจริญกว่านี้ขึ้นไปละ อ้าว! เรายังไม่ได้ทำทะเบียนหลักฐานว่าเราได้เท่าไร แต่ถ้าเราทำของเราไปเรื่อยๆ ถ้ามันยังไม่ชัดเจน เราก็ทำของเราต่อเนื่องไป ฉะนั้น ทำให้สงบเข้ามา

อย่างที่ว่า เวลาพิจารณาเห็นเป็นเนื้อ เห็นมันพุ่มนพองขึ้นไปนะ ถ้าพิจารณา สลับเนื้อสวดย พอเนื้อสวดยก็เกิดราคะ

มันกระตุ้นมันก็เกิดราคะอยู่แล้ว ถ้าไปสุภะมันก็เกิดราคะ อสุภะมันก็ปล่อยวาง วิราคะ มันพิจารณาไปแล้วนะ ทำแล้วถ้ามันไม่เจริญก้าวหน้า หรือทำแล้วมันทำอย่างไรต่อ ทุกคนคิดว่าทำแล้วทำอย่างไรต่อ ทำเสร็จแล้วเก็บเข้าลิ้นชักใช้ไหม ทำงานเสร็จแล้วเก็บเข้าลิ้นชัก แล้วก็ไปทำงานอื่นต่อไป เวลาจะกลับมาเปิดลิ้นชักเปิดไม่ออก เราเคยทำอะไรไว้ ทำอย่างไร ทำไมมันทุกข์ขนาดนี้ ทำอะไรเสร็จแล้วก็เก็บเข้าลิ้นชักไว้

แต่ถ้าเป็นความจริง ทำอะไรแล้วนะ เราต้องพยายามทบทวนตลอด ต่อเนื่องตลอด ทำต่อเนื่องขึ้นไปมันจะเจริญงอกงามขึ้นไป แต่ในทางโลกนี้ เรามีหน้าที่การทำงาน เราปฏิบัติ ปฏิบัติธรรมในชีวิตประจำวัน ทำเป็นเครื่องอยู่ แต่ถ้าเราทำจริงๆ จังๆ นะ มันจะได้ประโยชน์กว่านี้

ถ้าถูกไหม

ถูก

ฉะนั้น “เวลาการปฏิบัติอย่างนี้ การชักลมเข้าและชักลมออกอย่างนี้ เป็นสุภะ โดยกำหนดร่างกาย อย่างนี้เรียกว่าเป็นสมาธิการงานชอบหรือไม่”

การงานชอบนะ มันเป็นสัมมาทิฐิ ทำถูกต้องดีงาม มันเป็นงานชอบ งานชอบ งานในสมณะ งานในสมาธิ ถ้าวิปัสสนา งานใช้ปัญญา นี่งานชอบ

ถ้างานชอบ ความถูกต้องชอบธรรม มันก็ปล่อยวาง ความถูกต้องชอบธรรม มันก็มีความสุข ความถูกต้องชอบธรรม แม้จะมีเล็กมีน้อย เราเก็บเล็กผสมน้อย ถ้าเรายังทำสิ่งใดไม่ได้ เราก็ฝึกหัดไป ทำสมาธิก็ให้มีสมาธิ ควบคุมดูแลตัวเองได้ เพราะมีสมาธิดูแลตัวเองได้แล้ว ถ้ามันออกฝึกหัดใช้ปัญญาไปแล้ว พอมันได้ประสบแล้ว เหมือนกับเราทานอาหารแล้วอึมหน้าสำราญแล้วเราก็พักเก็บล้าง เดี่ยวมันก็หิวอีก เพราะจิตใจเป็นแบบนี้ จิตใจเป็นแบบนี้ เราก็ทำต่อเนื่อง ๆ ไป

สิ่งที่ว่า อย่างนี้เป็นงานชอบใหม่

ชอบ เป็นงานชอบ แต่งานชอบเป็นงานชอบชั่วคราว งานชอบชั่วคราว ทำต่อเนื่อง ๆ จนมันมั่นคงขึ้นไป เดี่ยวถ้ามันเกิดปัญญาขึ้นมา มันจะพัฒนาไปนะ ถ้าพอพัฒนาไปแล้ว โยมย้อนกลับไป ย้อนกลับไปสิ่งที่เราเคยทำมา มันจะสลดสังเวชเลยละ เมื่อก่อนทำไมเราไปยึดมั่นถือมั่นตรงนั้น คนเรายังไม่เห็นเราผิดเราบกพร่องขึ้นมา เราจะไม่รู้ว่าความผิดความบกพร่องเราเป็นแบบใดเลย พอเราทำสิ่งใดขึ้นมา เราก็พยายามจะเทียบเคียงกับตำรับตำรา เทียบเคียงให้ว่าเราถูกต้อง เราชัดเจน มันอยากให้มันถูกต้อง ฉะนั้น มันถูกต้อง ก็เลสมันก็บังเงา ๆ มาตลอดไป

แต่ถ้าเราปฏิบัติของเราไป มันจะถูกต้องไม่ถูกต้องก็เราปฏิบัติอยู่ที่นี่ เราทดสอบอยู่ที่นี่ แล้วถ้ามันดีขึ้น สิ่งที่ดีขึ้น ดีขึ้นเจริญขึ้น มันก็ต้องรู้สิ่งที่เราเคยผ่านมามันต่ำกว่า มันต่ำกว่า แต่การต่ำกว่านั้น ที่ปฏิบัติที่ถูกใหม่ มันก็ถูก ถูกในคนที่ไม่เคยทำมันก็จับต้นชนปลายไม่ได้

เราเคยนั่งสมาธินะ เรามาถึง เรานั่งสมาธิปั๊บเลย เราก็เริ่มต้นทำสมาธิทันทีเลย
ไอ้คนไม่เคยทำสมาธิ พอมาถึงนะ ทำอย่างไรล่ะ ทำอย่างไร ก็ทำนั่งมันทำไม่เป็น ทำ
กันไม่เป็นหรือก้อทำนั่งนี้ นั่งสมาธินี้ “แล้วนั่งอย่างไรล่ะ โอ้ย! มันเอียงๆๆ โอ้ย! นั่ง
แล้วมันไม่ได้”

ทำนั่งก็คือทำนั่ง รูปปั้น ปั้นรูปไว้ ตู๊กตาเราวางที่ไหนก็ทีนั้นนะ แต่ใจของคนมัน
โลเล เวลาไม่ทำมันก็ไม่มีขอบเขต มันก็ไปอยู่สุขสบายของมัน เวลามันทำมันมี
ขอบเขต เอาแล้ว “นั่งอย่างไรล่ะ มันเอียง นั่งอย่างไร” นี่คนเริ่มต้นฝึกหัดใหม่ แต่ถ้า
คนเคยทำ พอนั่งสมาธิปั๊บ นั่งลงไปก็กำหนดตั้งสติก็เป็นสมาธิแล้ว นั่งเป็นคำบริกรรม
แล้ว

นี่ก็เหมือนกัน ถ้าเราฝึกหัดจนชำนาญแล้ว สิ่งที่ตามมา เวลาพุ่งไปที่แขนที่
ขา มันมีอาการ มันดำ มันเขียว มันช้ำอะไรนี่ ไอ้ที่มันเรื่องเป็นปัจจุบันที่เราพอใจ เรา
ปฏิบัติแล้วเราได้ผล พอได้ผลแล้ว เต็มข้างหน้าต่อไปจะเป็นอย่างนี้อีกมันไม่เป็นอย่างนี้
เต็มมันจะไม่ขาวไม่ดำแล้ว มันจะออกสีม่วงๆ เต็มมันออกช้ำเลือดช้ำหนอง

พอออกจากนั้น “ไม่ใช่ ผิดอีกแล้ว มันต้องขาวๆ ดำๆ”...มันไม่ใช่ จะขาวๆ
ดำๆ มันปัจจุบันก็ใช่ ถ้าปฏิบัติต่อไปข้างหน้ามันจะช้ำเลือดช้ำหนองก็ใช่ มันจะเป็น
อย่างไรก็ใช่ แต่พอเราทำอะไรครั้งแรกปั๊บ มันจะเอาแต่ครั้งแรก อย่างนี้ไม่โตใช้ใหม่ เอ็ง
จะสตัฟฟ์ไว้เลยนะ เด็กเกิดมาก็สตัฟฟ์ ห้ามโต

จิตก็เหมือนกัน พอมันรู้มันเห็นเท่านั้นนะ เอ็งจะไม่รู้อะไรมากขึ้นไปกว่านี้
หรือ เอ็งจะไม่ละเอียดยไปมากกว่านี้หรือ ถ้ามันละเอียดยมากขึ้นไป เปิดกว้างไว้ แล้ว
มันจะเป็นสิ่งใด มันจะเป็นมา ถ้าเป็นมามันก็เป็นความจริง

นี่บอกว่า วิบากกรรมคือผลของการกระทำ เราปฏิบัติถูกต้องตั้งงามมันก็จะ
เป็นผลของเรา ถ้าเราปฏิบัติกำลังขาดตกบกพร่อง มันก็ยังขาดตกบกพร่องไป แต่คำว่า
“ขาดตกบกพร่อง” มันมีขาดตกบกพร่องอยู่แล้ว เพราะว่าเวลาอุปสรรค อฐานะที่มันจะ
ไม่เปลี่ยนแปลง คือโสดาบัน สกิทาคามี อนาคามีขึ้นไป มันจะชัดเจนของมันมาก
ฉะนั้น ถ้าถึงตอนนั้นแล้วนะ จบเลยละ ชัดเจน

ถ้ายังไม่ชัดเจน เราก็ปฏิบัติของเราไป ไม่ต้องเสียใจหรอก ไม่ต้องคิดว่า “หลวงพ่อนี้ แหม! อะไรก็ไม่ใช่ อะไรก็ไม่ใช่”

คำว่า “ไม่ใช่” ก็ต้องบอกของถูกกับผิด ถ้าของมันไม่ถูกแล้วบอกว่าถูก แล้วถ้าปฏิบัติไปข้างหน้าไปเจอของถูก ก็บอกว่าของถูกเป็นของผิดนะ

ถ้าถูกก็คือถูก ผิดก็คือผิด

“แต่เราปฏิบัติเหมือนกันมันผิดมันถูกตรงไหนล่ะ ก็พุทธโฆเหมือนกัน ก็ปฏิบัติเหมือนกัน ก็เห็นกายเหมือนกัน หลวงพ่อก็เห็นกาย ผมนักเห็นกาย มันผิดตรงไหนล่ะ อ้าว! ก็เหมือนกัน หลวงพ่อต้องยอมรับสิ”

อ้าว! เห็นเหมือนกัน แต่มันไม่เหมือนกันนะ เห็นเหมือนกันนะ เรานั่งอยู่นี้ เด็กมาหรือผู้ใหญ่มาก็เห็นเรานั่งกันอยู่อย่างนี้ แต่ภูมิความรู้เขาคิดแตกต่างกันไปทั้งนั้นนะ นี่ก็เหมือนกัน เห็นเหมือนกัน แต่ความชำนาญการมันแตกต่างกัน ถ้ามันแตกต่างกัน มันจะละเอียดไปมากกว่านี้ ฉะนั้น การเห็น ทุกคนเห็นได้ แต่เห็นแล้วก็อยู่ที่อุฏฐิภาวะ เขาจะมีปัญญาอย่างน้อยแค่ไหน

นี่เราเห็นของเราแล้ว เราก็เห็น แล้วรู้อุฏฐิภาวะอย่างน้อยแค่ไหนล่ะ ถ้ามันมาก มันคงไม่ถามมาหรอก ถ้ามันมากนะ มันจะนั่งยิ้มกริ่มเลยล่ะ อืม! อืม! ถ้ามันมากนะ ถ้ามันถามมาแสดงว่าไม่แน่ใจ

ปัจฉัตตัง ปัจฉัตตัง ทำให้ดีเถอะ ทำไป เราเป็นลูกศิษย์พระพุทธเจ้าด้วยกัน เราเป็นบริษัท ๔ ด้วยกันนะ ภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา เราเป็นบริษัท ๔ เป็นลูกศิษย์ขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าด้วยกัน ฉะนั้น ปฏิบัติเถอะ ปฏิบัติไปถึงคุณงามความดี มันจะเป็นคุณงามความดีอันเดียวกัน ให้มันใจ ให้ทำด้วยสัมมาทิฐิความถูกต้องดีงาม ให้ทำไปเถอะ ทำแล้วมันจะเป็นประโยชน์กับเรา

อ้าว! ต่อไป

ถาม : เรื่อง “จิตเป็นอสุภะเป็นอย่างไรครับ”

กราบนมัสการหลวงพ่อกี่เคารพ ก่อนที่จิตจะลงสมาธิ จะมีภาพพุ่งเรื่อย ๆ (มันพุ่งเอง ผมไม่ได้บังคับมัน ๑๐๐ เปอร์เซนต์)

หลวงพ่ : ต้องยืนยันด้วย

ถาม : และผมก็พยายามกลับมายึดลมกับพุทโธ พยายามไม่ไปตามภาพ และละเอียดลงไปจะเป็นเสียงจากสัญญา สังขารของผมนเอง ออกมาเป็นคำๆ เหมือนเสียงจริงๆ (ส่วนใหญ่จำไม่ได้ว่ากล่าวอะไร เหมือนรู้ แต่มันไม่จำ) แต่ถ้าทรงสติไว้อยู่ ไม่หลงประเด็น มันลงไปเข้าตรงส่วนสติที่เพ่งอยู่

ผมเองบางครั้งก็น้อมเห็นรูป กำหนดแปรสภาพจากสุภะเป็นอสุภะอยู่นะครับ แต่ตั้งให้อยู่นานๆ ยังทำไม่ได้ พอถอนออกมา ถ้าไม่ทำต่อเนื่อง สุภะมันก็ฟูขึ้นทีละน้อย และรู้ตัวอีกทีตอนมันมีกำลัง ทั้งๆ ที่การใช้ชีวิตปกตินี้เลี้ยงสติอ่อนๆ อยู่ครับ

เคยฟังเทศน์ของหลวงตาที่ว่าจิตกลายเป็นอสุภะเสียเอง ทำนองนี้ ผมจำไม่ค่อยได้ หมายถึงอย่างไรครับ แม้ไม่ภาวนาก็ปรากฏอยู่ใหม่ครับ กราบขอบพระคุณ

ตอบ : การปฏิบัตินะ ถ้าปฏิบัติ เรามีความพึงอยู่เรื่อยๆ คิดถึงจิตที่เป็นสุภะเป็นอย่างไร จิตเป็นสุภะ เราปฏิบัติแล้ว พอจิตมันมีพื้นฐาน ถ้าเราไม่ปฏิบัตินะ มันก็มีความรู้สึกนึกคิดอยู่อย่างนี้ เวลาปฏิบัติไป เพียงแต่เรามีสติปัญญา มันไตร่ตรอง มันดูแลจิตของเรา มันถึงจะเห็นว่าจิตของเรามันแปลกประหลาด มันคิดเรื่องนั้นคิดเรื่องนี้ มันมีความทุกข์อย่างใด

แต่ถ้าเราไม่สนใจเรื่องศาสนาเลย เราก็ใช้ชีวิตประจำวันของเรา มันก็มีความรู้สึกนึกคิดอย่างนี้ แต่ความรู้สึกนึกคิดนี้เราคิดเป็นวิทยาศาสตร์ คิดเป็นเรื่องหน้าที่การงาน คิดเป็นเรื่องโลก คิดเป็นอารมณ์ความรู้สึกของเรา สิ่งทีละเอียดขึ้นมา เราก็ไม่ได้เห็นมัน

แต่พอเรามีสติปัญญา เราตั้งสติ เราทำความสงบของใจเข้ามา มันก็จะมารู้มาเห็นของมัน เห็นใหม่ รู้เห็นเรื่องเวลามันคิด มันคิดเรื่องหน้าที่การงานก็ทำหน้าที่การงานไป แต่ถ้ามีสติปัญญา เวลาจิตมันย้อนกลับเข้ามา มันถึงมาเห็นตามภาพไป มาเห็นภาพ มาเห็นว่า เรามีเสียงคิดขึ้นมา เรามีความคิด เรามีสัจจะขึ้นมา มันรับรู้ได้

ทำของเราไปเรื่อยๆ ถ้าทำของเราไปเรื่อยๆ ทำความสงบของใจเข้ามา ถ้าใจมันสงบแล้ว ถ้ามันไปเห็นภาพต่างๆ โดยคนที่ปรารถนาความสงบของใจเขาจะปล่อย

วางภาพนั้น เขาละเขาวาง แต่ส่วนใหญ่ของเรา เราปฏิบัติไปแล้วเราอยาก رؤ้ออยากเห็น แล้วมันก็ชวนให้รู้ชวนให้เห็นด้วย

จิตได้สำนึกทุกคนจะสงสัยว่า เรานั่งกันอยู่นี่ อดีตชาติเป็นอะไร ทุกคนคิดว่า อดีตชาติเป็นอะไร แหม! เรามีวาสนามากน้อยแค่ไหน โอ๊ย! มันอยากรู้ ใครๆ ก็อยาก รู้ว่าตัวเองนี้มาจากไหน คุณภาพของจิตเรามีวาสนาแค่ไหน แล้วเขาบอกทำไปก็ อยากจะรู้ แล้วกิเลสมันก็รู้ด้วยกับเรา เพราะเราอยากรู้ กิเลสมันก็อยากรู้ กิเลสมันก็เอา นี้ มาอ้อยเหยื่อ เวลานั่งไปมันก็ไหลมาให้ละ ชาติที่แล้วเป็นยอดหญ้า จิตสงบแล้วมัน เห็นยอดหญ้าพลิวๆ มันก็อยากรู้ โอ้โฮ! ชาติที่แล้วคงเป็นยอดหญ้า อ้าว! มันก็อยากรู้ ต่างไป พอกิเลสมันหลอกจนหัวปั่นเลยนะ พอจะรู้ทันมันนะ เตี้ยมันก็ให้เป็นเงา เป็นเงาของสัตว์ เป็นเงาของอะไรให้เรารับรู้ ชาติที่แล้วน่าจะเป็นแบบนี้ ตามไป...นี่มัน ภาวนาอะไร นี่มันภาวนาอะไร มันภาวนาวิ่งตามกิเลสอยู่นี่ มันภาวนาอะไร

เราภาวนานี้เราภาวนาเพื่อจะชำระล้างมัน เพื่อจะเป็นอิสระจากกิเลส ทำสมณะ คือความเป็นอิสระจากกิเลส ถ้าเป็นอิสระ มันก็เป็นส่วนตัว เป็นส่วนตัว มันก็เป็น เอกภาพ พอเป็นเอกภาพก็คือเป็นสมาธิใจ

แต่ถ้ามันมีกิเลสเจือปนอยู่ เห็นไหม ไม่คิดอะไรก็งงๆ คิดอะไรก็คาดหมายไป นี่ กิเลสสมุทัยมันเจือปนมาตลอดความคิดเรา

เราต้องการความเป็นอิสระ เวลาเราภาวนา เราต้องการให้จิตเป็นอิสระ ถ้า จิตเป็นอิสระได้ อิสระโดยที่ไม่มีสมุทัยเจือปนมา นั่นคือสัมมาสมาธิ ถ้าสัมมาสมาธิ ถ้า กิเลสกับจิตมันอาศัยมาด้วยกัน มันก็เอายอดหญ้ามาพลิวๆ เตี้ยก็ไปไม่ไหว ให้อยาก รุ้ออยากเห็นใจ แล้วเราก็บอกว่า มันเป็นสุภะหรือเป็นอสุภะละ แล้วมันเป็นสุภะหรือเปล่า

แต่ถ้าครูบาอาจารย์ของเราท่านปฏิบัตินะ เราพยายามกำหนดพุทโธ อา นานาสติ อะไรก็ได้ บริกรรมให้ชัดๆ ถ้าสติชัดๆ มันไม่ไปรื้อยอดหญ้า มันไม่ไป รับรู้สิ่งใด

ถ้ามันรู้สิ่งใดเห็นสิ่งใด รูป รส กลิ่น เสียงเป็นบ่วงของมาร เป็นพวงดอกไม้ แห่งมาร มันเป็นพวงดอกไม้บูชาใจ พอนั่งสมาธิไป “โอ้โฮ! ในโลกนี้ไม่มีใครนั่งสมาธิ

สู้เราไม่ได้ เราเป็นยอดคน” นี่พวงดอกไม้ไฉน มันหยอก มันหยอก “อ้อ! เราเป็นยอดคน
 เลยนะ เกิดมาเป็นมนุษย์ด้วย มาประพฤติปฏิบัติด้วย กำลังจะเป็นพระอรหันต์อยู่แล้ว
 แหละ” นี่มันยอๆ มันยอให้ล่อย นี่พวงดอกไม้แห่งมาร

“เวลานั่งสมาธินะ อึดอัดขัดข้องไปหมดเลย อ้อ! มันยุ่งยากไปหมดเลย” นั่นนะ
 บ่วงมันรัดคอ

เวลาปฏิบัติไป รูป รส กลิ่น เสียงเป็นบ่วงของมาร เป็นพวงดอกไม้แห่งมาร
 แล้วเราจะชนะตนเองๆ สิ่งใดที่มันมีสิ่งใดมา จะมียอดหญ้า มีใบไม้ไหว มีสิ่งใด...ไม่เอา
 ยอดหญ้า ฟาร์มเขาเลี้ยงสัตว์ อ้อ! มันเป็นพันๆ ไร่ เขาไล่ต้อนวัวไปกิน เขากิน
 หมดแล้ว ใบไม้ ใบไม้เขาเอามาทำเป็นอุตสาหกรรมเยอะเยอะไปหมด ตอนนีไฟฟ้ามวลรวม
 เขาเอามาเป็นเชื้อเพลิง มันไปตื่นตื่นอะไรล่ะ ทางโลกเขายังเอามาเป็นธุรกิจเลย แล้ว
 ไปตื่นตื่นอะไร

ถ้ามีสติปัญญาอย่างนี้ เรากาวนาเพื่อความสงบใจ เรากาวนาเพื่อความเป็น
 อิสระใจ เราต้องการให้จิตเราเป็นอิสระ เราไม่ต้องการให้มีสมุทัยมาเจือปนนะ แล้ว
 กาวนาไปก็ไปพร้อมกับมัน มันก็แห่เรื่อย มันก็หลอกเรื่อย แล้วไปกับมันนะ แล้วมัน
 จะเป็นสุภะหรืออสุภะล่ะ

เรากาวนาเพื่อจิตสงบ ถ้าจิตสงบแล้วออกฝึกหัดใช้ปัญญานั้นมันเป็นอีกเรื่อง
 หนึ่งนะ เราค่อยๆ ฝึกหัดใช้ เรายังไม่ต้องน้อยเนื้อต่ำใจ ฉะนั้น สิ่งที่มันจะรู้มันจะเห็น
 ต่างๆ มันเป็นเรื่องหนึ่ง

ฉะนั้นบอกว่า พอเขากาวนาแล้วเขาเห็นเป็นสุภะ เป็นสุภะ เป็นอสุภะ มันอยู่
 ใต้นาน ไม่อยู่ใต้นาน ถ้ามันเป็นอสุภะแล้วจิตใจมันก็สงบนิ่ง ถ้าเป็นอสุภะมันก็เฟื่องฟู
 ขึ้นมา...พอมีความรู้สึกนึกคิดอย่างนี้มันเห็นประโยชน์ไหม ทีนี้มันก็คิดว่าอย่างนี้เป็นสุภะ
 เป็นอสุภะใจ แล้วตอนนี้เราเป็นชาวพุทธใช้ไหม เราฟังธรรม เขาบอกฟังธรรมนี้แสน
 ยากๆ แต่ตอนนี้มันมีเสียงธรรมหลวงตา ก็เลยบอกว่าเคยฟังเทศน์หลวงตาบอกว่าจิต
 มันกลายเป็นอสุภะเสียเอง ทำนองนี้ มันคืออะไรผมจำไม่ได้

จิตมันเป็นอสุภะเสียเอง มันละเอียดยัง จิตที่เป็นอสุภะเสียเอง เห็นไหม เวลาจิตมันสงบแล้ว เห็นกาย เห็นเวทนา เห็นจิต เห็นธรรม จิตเห็นจิต ถ้าว่าจิตนั้นเป็นอสุภะไม่ได้ อสุภะคือเป็นวัตถุที่เป็นอสุภะได้ เวลาพิจารณาสติปัฏฐาน ๔ จิตเศร้าหมอง จิตผ่องใส สติปัฏฐาน ๔ มันก็มีจิตไป ถ้าจิตเป็นอสุภะเสียเอง ตัวเราเป็นจิต จิตเราพิจารณาเขา เราไปแยกแยะสิ่งอื่น แต่ตัวเราเองมันก็เป็นอสุภะเสียเอง ตัวเราเองก็ไม่แน่นอนใจ ตัวเราเองมันก็เปลี่ยนแปลงไป ถ้าตัวมันเองเปลี่ยนแปลง มันก็เข้ามาสำรวจ เข้ามาชำระล้างกันที่จิตไป เวลาสำรวจกิเลส มันสำรวจที่จิต มันไม่สำรวจออกที่กายไป

จะนั้น ไม่สำรวจออกที่กาย แล้วพิจารณากายมันจะสำรวจกิเลสได้อย่างไรละ

อ้าว! ถ้าพิจารณากาย เพราะถ้าจิตไม่สงบ จิตมันไม่เห็นกาย เพราะกายนี้มันเกิดจากจิต ถ้าเกิดจากจิต มันก็สะท้อนกับจิต

ถ้าพิจารณาเวทนา เวทนา คนตายไม่มีเวทนา วัตถุธาตุไม่มีเวทนา มีเวทนาแต่สิ่งที่มีชีวิต เพราะสิ่งที่มีชีวิตมันถึงมีเวทนา ชีวิตมันคืออะไร ชีวิตก็คือปฏิสันธิจิต ถ้าปฏิสันธิจิต เพราะมันมีจิต มันถึงมีเวทนา ถ้าจับพิจารณาเวทนา มันก็สะท้อนถึงจิต เห็นไหม

ถ้าพิจารณาจิต จะพิจารณาจิต จิตมันเกิดจากจิตเอง จิตพิจารณาจิต จิตเห็นอาการของจิต

ถ้าพิจารณาธรรม ธรรมะเกิดจากจิต

นี่พูดถึงสติปัฏฐาน ๔ นะ

แต่เวลาถ้าพูดถึง ถ้าหลวงตาม้าบอกว่าจิตมันเป็นอสุภะเสียเอง อันนั้นท่านพิจารณาอสุภะ ถ้าอสุภะ จิตใจท่านมีรากฐานสูงส่งแล้ว เรายังไม่ต้องพิจารณาถึงขนาดนั้น แต่เวลาคำเทศนาว่าการของครูบาอาจารย์มันเป็นคติธรรมได้ ถ้ามันเป็นคติธรรมได้ เราเอาสิ่งนี้มาเป็นประโยชน์กับเรา ถ้าสิ่งนี้เป็นประโยชน์กับเรา เราก็ทำได้

เพียงแต่คำถามเขาถามมา เพราะว่าเราพิจารณาอยู่ใช่ไหมว่าจิตของเรามันโน้มไปที่รูป พิจารณาไปแล้วเป็นสุภะ เป็นอสุภะ ถ้าเป็นสุภะ มันก็เกิดความสุขใจ ถ้าเป็นอสุภะ มันก็ปล่อยวาง

เห็นไหม มันก็เหมือนยา ถ้ายากับของแสง ถ้ำของแสง ยิ่งของแสงเข้าไป โรคภัยไข้เจ็บมันก็รุนแรง ถ้ากินยา ยาก็เข้าไปสงบระงับ สุขะ อสุกะ นี่ไง ระหว่างกิเลสกับธรรม เราพิจารณา เราก็กินของเราเองตามความเป็นจริง แต่ทำไม่ได้ ทำแล้วมันทำอย่างไร มันพิจารณาไม่ได้ เพราะเราเพิ่งฝึกหัดใหม่ จิตใจเราก็อ่อนแอเป็นเรื่องธรรมดา เราถึงทำความสงบของใจให้มากขึ้น พิจารณาต่อเนื่องมากขึ้น เหมือนนักกีฬา นักกีฬาอาชีพ เขาเรียกว่ามืออาชีพ มืออาชีพเขาบังคับชอบนะ เขารับผิดชอบกับความดำรงชีวิตของเขา เพราะเขาเป็นนักกีฬา เขาต้องดูแลสุขภาพของเขา ไปไหนเขาจะดูแล เพราะเขาเป็นมืออาชีพ ใ้พวกเราเมื่อสมัครเล่น นักกีฬาก็จะเป็น เทียวเล่นก็จะ เป็น นักเลงหัวไม้ก็จะเป็น เป็นทุกอย่างเลย มันก็เลยไม่รับผิดชอบอะไรเลย ปล่อยสำมะเลเทเมาไป

นี่ไง มันเหมือนกับการปฏิบัติ ถ้ามืออาชีพ เขามืออาชีพ เขารับผิดชอบ เพราะเขามืออาชีพ ใ้เราไม่ใช่มืออาชีพแล้วยังล้มลุกคลุกคลานไป

มืออาชีพแบบครูบาอาจารย์ของเราท่านภาวนาจริง ๆ ใจ ๒๔ ชั่วโมง ล้มลุกคลุกคลานขนาดไหนก็สู้ เวลาจิตมันดี เวลามันดี มันดีสุดยอดเลย เวลา มันเสื่อม เสื่อมอย่างไรก็สู้ สู้อย่างเดียว คนเราจะล่วงพ้นทุกข์ด้วยความเพียร ความวิริยะ ความอดุสาหะ เราทำของเราอย่างนั้น

ที่ว่า “จิตที่กลายเป็นอสุกะเสียเอง”

อันนั้นความหมายของหลวงตาเป็นอีกกรณีหนึ่ง ความหมายของหลวงตา ท่านพิจารณาอสุกะ พิจารณาจนมันหายหมดเลย ท่านถึงเอาสุกะขึ้นมาเพื่อให้เห็นแสดงตัวออกมา เห็นไหม เวลาพิจารณาๆ มันหายหมด มันว่างหมด ไม่มีตัวตนเลย ท่านบอก ไม่มีเหตุผลอย่างนี้ไม่เอาๆ นี่คนมีสติมีปัญญา

ถ้าเป็นพวกเรา ไม่ใช่ไม่เอาหรือกร รึบตะครุบเลย ใครมาส่งเสริม โอ้ย! สุดยอด คนนี้คนดี ให้ไปประกาศ ๕๐ ใบ มันจะติดรอบบ้านเลย

แต่ของท่าน ท่านไม่เอา เห็นไหม คนที่มีวุฒิภาวะ ถ้าสิ่งใดถ้าไม่มีเหตุมีผล ไม่เอา พอไม่เอา ก็เอาสุกะมาพิจารณา พิจารณาซ้ำพิจารณาซ้ำทั้งสุกะ อสุกะ พิจารณา

ระหว่าง ๒ ข้าง สุดท้ายแล้ว ไปทำลาย อ้อ! จิตเป็นอสุภะเสียเอง มันอุทานนะ เวลามัน เป็นจริงขึ้นมามันอุทานออกมาจากกันบึ้งของใจเลยละ อ้อ! มันเป็นอย่างนี้เอง แต่ถ้า เรายังไม่อุทานนะ จำเขามาๆ จำเขามาหน่อยหนึ่งแล้วมาขยายความ

เราทำของเราอย่างนี้ไง เราบอกว่ามันเป็นวิบากกรรม วิบากกรรม กรรมคือ การกระทำ วิบากคือผล วิบากกรรม ทำถูกต้องตั้งมาก็ได้ผลที่ดี ทำปานกลางมันก็ล้มลุก คลุกคลานอย่างนี้ ทำเหลวไหล ทำพอสักแต่จะทำ มันก็เลยบอกว่า “เอ้! มรรคผลจะมี จริงหรือเปล่า บอกให้ทำก็ทำเต็มที่แล้ว เอ้! มันน่าไม่มีหรอก”...นี่วิบากกรรม

กรรมของคนมันอ่อนแอมันก็ไปดิ้นเขาทั่ว เขาลงทุนลงแรงกันจริงจัง ไ้เรา ก็ทำของเราด้วยจิตใจมันอ่อนนง จับจดนิดๆ หน่อยๆ ก็บอก “โ้ย! ฉันทำเต็มที่แล้ว อ้อย! ฉันสุดยอดเลย อ้อย! มรรคผลไม่มีหรอก ทุ่มทั้งชีวิตแล้ว”

ไ้คนที่จริงจังบอกว่าไ้นั่นมันเดินเล่น มันเดินเล่นอยู่ มันบอกมรรคผลไม่มี แต่ ถ้าคนจริงจังเขาทำจริงจังของเขาเนะ มันทำจริง

วิบากกรรมคือผลของการกระทำ ถ้าคนทำจริงได้ผลตามจริงๆ ถ้าคนทำปาน กลางมันก็ทำเพื่อดำรงชีวิต ทำเพื่อผลบุญกุศล ถ้าทำอ่อนแอมันจะไม่เชื่อเลยละ “หมดแล้วแหละ คงไม่มีแล้วละ ทำมาจนขนาดนี้มันก็ไม่ได้ คงไม่มีหรอก มรรคผลไม่มี หรอก” นี่ถ้าคนมันอ่อนแอ คนอ่อนแอก็คิดอย่างนั้นเพราะจิตใจเขาอ่อนแอ

ถ้าจิตใจเข้มแข็งนะ กาลเวลามา ๒,๐๐๐ กว่าปี ถ้าศาสนาไม่มีเหตุมีผล ทำไมผู้ที่ปฏิบัติเขายังปฏิบัติกันอยู่ แล้วคนทำจริงขึ้นมาทำไมเขาได้จริงละ แล้วคนที่ ปฏิบัติแต่ละคนเขาไม่มีสติปัญญาเลยหรือ คนที่ทำจริงๆ พวกนั้นเขาไม่มีสติปัญญาใช้ ไหม ต้องให้เขาหลอกกันมาตลอดมา ๒,๐๐๐-๓,๐๐๐ ปียังหลอกกันได้อยู่อย่างนั้น จริงๆ หรือ

ถ้ามันเป็นจริง เราหาเหตุผลสิ ถ้าเหตุผลขึ้นมา เรามีปัญญามากกว่า นักปราชญ์ไซ้ไหม มีปัญญามากกว่าหลวงปู่มั่นไซ้ไหม มีปัญญามากกว่าครูบาอาจารย์ที่ ปฏิบัติมา เอ็งมีปัญญาอย่างนั้นจริงๆ เชียวหรือ มันไม่มี ไม่มีก็แสดงว่าเรานี่อ่อนด้อย

มาก เราอ่อนแอมาก แล้วให้กิเลสมันท่วมหัว กิเลสมันสุมหัวหลอกลวงอยู่นี่ ทำให้จริง
วิบากกรรมๆ การกระทำมันส่งผลเป็นความจริงของเรา ถ้าทำจริง มันเป็นจริง

ฉะนั้น จิตเป็นอสุภะเป็นอย่างไร

พิจารณาไปแล้วจะรู้จริง ถ้ารู้จริงขึ้นมาแล้วมาสอนด้วยนะ รู้จริงแล้วช่วย
บอกที่ มันเป็นอย่างไรวะ

แต่ถ้าคนรู้จริงแล้วนะ โอโฮ! มันเป็นปัจจัยตั้ง มันเข้าเผชิญเต็มที่ เป็น
ปัจจัยตั้งนะ รู้จำเพาะตน แต่เป็นครูบาอาจารย์เราสอนได้นะ ไม่ใช่รู้จำเพาะตน
แล้วพูดไม่ได้ ถ้ารู้จำเพาะตน หลวงปู่มั่นเทศน์อยู่นั้นคืออะไร รู้จำเพาะตน หลวง
ตาท่านสอนอยู่นั้นคืออะไร ก็รู้จำเพาะตนไง ท่านถึงมีหลักเกณฑ์ในใจใจ ถึง
บอกหลักความถูกต้องดีงาม ความผิดพลาดของการกระทำมาได้ถูกต้องใจ นี้
ใจ รู้จำเพาะตน แต่รู้จริง ๆ รู้จริง ๆ เห็นจริง ๆ เป็นคุณสมบัติจริง ๆ แล้วมันคง
จริง ๆ ในหลักธรรมนั้น จะเป็นประโยชน์กับผู้ที่ประพฤติปฏิบัติ

ฉะนั้น ทำให้จริงแล้วจะเป็นประโยชน์กับเรา เอวัง