

# น้ำในแก้ว

พระอาจารย์สงบ มนฺสฺสฺนฺโต

ถาม-ตอบ ปัญหารธรรม วันที่ ๒๔ สิงหาคม ๒๕๕๗

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

**ถาม :** เรื่อง “เป็นเม็ดเหงื่อสะท้อนแสงแดด”

**หลวงพ่อบ :** เขาภาวนาแล้วเป็นอย่างนี้นะ เป็นเม็ดเหงื่อสะท้อนแสงแดด

**ถาม :** กราบนมัสการหลวงพ่อบครับ การทำสมาธิภาวนาเหมือนว่าจะตั้งใจได้แล้วครับ เพราะการนั่งสมาธิแบบโบราณนั้นนั่งยากแสนยาก แต่ในปัจจุบันนี้ ๑ ชั่วโมง นั่งไม่กลัว เวทนาการปวดขาอีกแล้ว อาจจะเป็นผลจากการพิจารณาโครงกระดูกของตนเอง ใช้ปัญญาทูปให้ละเอียด แล้วไปรยลงในบึงแก่นนครบ้าง บึงหนองโคตรบ้าง การปวดขาปวดหัวเข่านี้แยกแยะออก เวทนาการปวดขาปวดเข่าไม่มี ก็มีสติพิจารณากาย เวทนา จิต ธรรม แล้วให้สงบเข้ามาก็พอได้ตามกำลังของตนเองครับ

อึ้ง พอบอกทำสมาธิพิจารณาธรรมพอสมควรแก่ธรรมแล้ว เต็มกำลังของตนเอง ออกจากสมาธิ เหงื่อซึมออกตามรูขุมขน สังเกตดูวันแรก วันที่ ๕ เดือน ๘ ค.ศ. ๒๐๑๔ เหงื่อออกแห้งจับเกล็ด สะท้อนแสงไฟ ผมนึกคิดอยู่ว่านี่คืออะไร ทำทุกครั้ง เป็นอย่างนี้ ทุกครั้ง พอวันที่ ๑๐ เดือน ๘ ค.ศ. ๒๐๑๔ ผมทำสมาธิบริเวณพระธาตุที่พระธาตุขามแก่น ออกจากสมาธิ มองดูรูขุมขนก็มีเหงื่อออกมาปรากฏอยู่ ที่รูขุมขนมีเม็ดเล็ก ๆ (เหมือนเม็ดทรายเงิน) สะท้อนกับแสงแดดอยู่ตามหลังมือและแขน ผมพิจารณาว่า นี่ธรรมชาติอะไรหนอ หรือว่าเป็นธาตุน้ำแสดงออกมาให้เห็นครับ วันแม่ไปเล่าให้แม่ฟัง แม่เตือนว่าอย่าหลงนะ ขอเมตตาหลวงพ่อบช่วยอธิบายด้วย

**ตอบ :** การนั่งสมาธิ ผู้ถามเขาเคยถามมา ตอนที่ถามมาเขาเคยบอกว่าใช้ปัญญา ๆ ไป

เราก็บอกว่า ปัญญาอย่างนั้นต้องทำความสงบของใจก่อน เราก็ดึงกลับมาให้ภาวนา

เขาบอกว่าเขาภาวนามาแล้ว เขา นั่งขัดสมาธิเพชรนะ ที่นี้การนั่งขัดสมาธิเพชร เขาถึงเขียนว่าการนั่งสมาธิแบบโบราณนี่แสนยากมาก

การนั่งแบบโบราณ มันอยู่ที่คนถนัด การนั่งขัดสมาธิเพชรกับนั่งสมาธิพื้นราบมันแตกต่างกัน ถ้าการนั่งสมาธิเพชร ถ้ามันยากแสนยาก ภาวนามันไม่ได้ ถ้ามันไม่ได้ มันไม่มีความสงบ พอมันไม่มีความสงบ มันไม่มีอะไรเลี้ยงหัวใจ

เหมือนอาหารนะ อาหาร ดูลิ มีถ้วยมีจาน มีถ้วยมีจานหมดเลย แต่ไม่มีอาหารเลย ถ้าไม่มีอาหารเลย เราทุกข์เรายากนะ เรามีทุกอย่างพร้อม เห็นไหม ดูลิ เรามีกิริยาท่าทางเราพร้อมที่เป็นนักปฏิบัติ รูปแบบภายนอก โอโฮ! เรานักปฏิบัติทั้งนั้นเลย เราปฏิบัติแล้ว แต่มันไม่มี มันเหมือนเรามีแต่ถ้วยโถโอชาม แต่เราไม่มีอาหารในสำหรับเลย หิวนะ ทั้งหิวทั้งกระหาย แต่เรามีถ้วยโถโอชามเอาไว้รอดเขาว่าเรามีสำหรับ บ้านนี้มีสำหรับ มีความพร้อม นี่ถ้าเราภาวนาไม่ได้

แต่ถ้าภาวนาได้นะ ในถ้วยโถโอชามมันมีอาหารเต็มเลย คนมีอาหารเต็ม เราหิวกระหายมา เราก็ได้ดื่มได้กินใช่ไหม ถ้าเราได้ดื่มได้กิน เราใช้สอยสิ่งนี้ไป ชีวิตเรามันก็ไม่ทุกข์ยากจนเกินไป นี่พูดถึงว่าถ้าเราภาวนา

จะนั้น ภาวนา ถ้วยโถโอชามของใครล่ะ ถ้วยโถโอชามของใคร ถ้าถ้วยโถโอชามที่มันประณีต มันก็ต้องราคาสูง ถ้าแบบของพวกเรา อย่างเรา อย่างพระเราใช้ใบตองก็ได้ เราใช้ใบบัวก็ได้ เราใช้อะไรก็ได้ เราใช้สิ่งใดก็ได้ มันเป็นธรรมชาติ จะนั้น เวลาธรรมชาติ มันทำอะไรมันก็ทำได้ง่าย มันทำอย่างไรมันทำแล้วมันก็มีโอกาสใช้ใหม่

แต่ถ้าถ้วยโถโอชามของเรามันประณีต เราทำอะไรมันต้องทุกข์ต้องยาก เวลา นั่งสมาธิไป ถ้ามันไม่ได้ผล ถ้าไม่ได้ผลมันก็ไม่มีอาหารในนั้นเลย เราก็ไม่ได้ดื่มได้กินสิ่งใดเลย แต่ถ้ามันมีอาหารบ้าง มันมีอาหารบ้าง ถ้ามีอาหาร ขอให้มันเป็นอาหารตามความเป็นจริง สมัยนี้เขาทำของไวโซร์เป็นพลาสติก ทำของจิ๋วของเล็กเอาไว้รอดไวโซร์กัน มีกล้วยหอม มีผลไม้เต็มไปหมดเลย เอาไว้ดู กินไม่ได้ กินไม่ได้

ปฏิบัติ ปฏิบัติสักแต่จะทำ ทำกันเป็นว่าเรามาปฏิบัติธรรม มันกินได้ไหม มันมีรสชาติไหม ของกินได้สิ ของกินได้ ของกินได้ ประทับชีวิตได้

นี่ก็เหมือนกัน ถ้าจิตมันสงบ ถ้ามันสงบเข้ามาตามความเป็นจริง ให้มันเป็นความจริงสิ ให้เป็นความจริง ใ้ไหนถ้าเป็นความจริง ความจริงทำไมไม่กล้ายืนยันล่ะ ความจริงไม่กล้ายืนยันกัน ความจริงเก็บไว้ในใจแล้วให้คนอื่นค้ำประกัน คนอื่นค้ำประกัน ค้ำประกันมันได้ประโยชน์สิ่งใดมา แต่ถ้าเราเป็นความจริงนะ มันได้มีความสงบ ถ้าอย่างนี้มันทำได้มีความสงบบ้าง

บอกว่า เตี้ยวนี้มันสามารถเป็นชั่วโมงเลย ไม่กลัวเวทนา ไม่กลัวการเจ็บปวด  
ชา

สิ่งที่ปวดชาเพราะมีการพิจารณา เห็นใหม่ พิจารณากระดูกของเรา พิจารณาเต็มที มันมีสติมีปัญญา มันทัน มันทันแล้วมันมีการต่อสู้ มีการต่อสู้คือการใช้ปัญญา

ถ้าเราไม่ใช้ปัญญานะ เราไม่ใช้ปัญญาเลย เวลาความคิดมันเกิดขึ้น ความคิดมันลากไปหมด จะเอาอย่างไรรู้ก็ได้ อย่างเช่น เราจะทำโครงการอะไร เราจะทำอะไร เรา มีความคิดตลอด ถ้ามีปัญญามันทบทวน ทำแล้วผิดพลาดใหม่ ทำแล้วจะเสียหายใหม่ ทำแล้วถ้ามันประสบความสำเร็จ ควรทำใหม่ นี่พูดถึงว่าเราทำหน้าที่การงาน

แต่เวลาความคิด ความคิดโดยปกติของเรา ไม่ใช่จะให้เราทำนั้น ให้เราทำนี้ ให้เราอยู่ที่อำนาจของมัน ถ้าเรามีปัญญาสวนกระแสกลับไป ทำไมเป็นอย่างนั้น ตามสัจว่าทำไมเป็นอย่างนั้น แล้วถ้าไม่ทำอย่างนั้นได้ไหม ถ้าไม่ทำอย่างที่มีมันคิดแวบขึ้นมาว่าจะทำ ถ้าเราไม่ทำอย่างนั้นได้ไหม

เราไม่ทำอย่างนั้น หนึ่ง เราก็อไม่เหนื่อยเปล่า เราก็อไม่เสียเวลาเปล่า เรา มีเวลากับชีวิตของเราด้วย ถ้าเรามีปัญญาอย่างนี้ มันทวนกระแสกลับไป กิเลส มันโดนตรวจสอบ มันก็ไม่กล้าแสดงตัวของมันโดยเต็มกำลังของมัน เห็นไหม ถ้าเรามีปัญญาตรวจสอบเข้าไป มีปัญญาตรวจสอบเข้าไป

แล้วถ้ามีปัญญา ที่ว่าเขาแยกแยะว่าเป็นโครงกระดูก เป็นต่างๆ เลย แล้วปัจจุบันนี้เขาไม่กลัวเวทนา เวลานั่งสมาธิไป เอาความเจ็บความปวด เอาเวทนา สิ่งนี้เป็นผุเป็นผง เอาไปโยนหนองน้ำเลย แล้วพิจารณาของเรา ถ้าจิตมันเป็นสมาธิอย่างนี้

มันใช้ได้ เพราะเราทำความสงบของใจกัน เพราะเราจะหาความสุขโดยข้อเท็จจริง เราจะหาความสุขโดยความเป็นจริง

เราไม่ใช่หาความสุขจากการเสพ เห็นใหม่ รูป รส กลิ่น เสียง ที่เราไปหาความสุขๆ จากข้างนอก ความสุขจากข้างนอกมันเป็นอามิส มันต้องมีผลกระทบ มันต้องมีการลงทุน มันต้องมีการแสวงหา มันถึงได้ความสุข ความสุขคือความพอใจ นี่กิเลสมันหลอก มันหลอกให้ทำอย่างนั้นนะ แล้วมันเป็นความสุขๆ

แต่ถ้าเรามาพุทธโธ เราใช้ปัญญาอบรมสมาธิ ถ้าจิตมันสงบเข้ามา นี่สุขแท้ สุขแท้ไม่อิงอะไรเลย มันอิงโดยตัวมันเอง มันอิงตัวมันเอง ตัวมันเองเป็นอิสระเอง มันจะมีความสุขของมันเอง ถ้ามีความสุข เห็นใหม่ พระพุทธศาสนาสอนที่นี้ไง

เราดูสิ เวลาพระบวชมาตั้งแต่เถร อย่างเมื่อคืนไปนี่แปลก พระเข้ามา ๓๐ กว่าพรรษาทั้งนั้นนะที่มานั่งคุยกันนะ เราถาม พรรษาเท่าไร

๓๒, ๓๔, ๓๐ เศษๆ ทั้งนั้นเลยนะ พรรษาสูสีๆ เลย บวชมา ๓๐-๔๐ ปี เราบวชมาขนาดนี้ ชีวิตเรามากี่รู้ นี่ไง พระบวชมาตั้งแต่เถร แล้วชีวิตแห้งแล้งอย่างนี้ เข้าก็อยู่กับต้นไม้ ต้นไม้กับต้นไม้ ออกจากกุฏิมาก็ต้นไม้ พ้นจากต้นไม้ก็เข้าไปในกุฏิมีแค่นี้ แล้วมันมีความสุขตรงไหนละ มันมีความสุขตรงไหน

มีความสุขตรงจิตมันสงบ จิตมันสงบระงับนะ นี่ข้อเท็จจริงเป็นแบบนี้

ทางโลก สิ่งที่เกิดขึ้นมา มันมีการสร้างขึ้นมามาทั้งนั้นนะ มันเป็นการสร้างขึ้นมาโดยน้ำมือของมนุษย์ แต่ธรรมชาติเราอยู่กับสัจจะความจริง แล้วถ้าจิตสงบขึ้นมา เราก็คือเป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาตินั้น มันมีความสุขสงบได้ ถ้าจิตสงบอย่างนี้เป็นประโยชน์มาก

ฉะนั้น เวลาจิตสงบแล้ว สงบแล้วก็คือสงบใจ ในแก้วน้ำมีน้ำ เรามีน้ำไว้ดื่มไว้กิน ในแก้วน้ำมีน้ำใจ ฉะนั้น พอในแก้วน้ำมีน้ำขึ้นมา

“อหนึ่ง พอทำสมาธิไปแล้ว จิตพิจารณาไปแล้ว พอสมควรแก่ธรรมแล้วก็เต็มกำลังของตัวเอง ออกจากสมาธิแล้วเหมื่อมันซึมออกมาตามรูขุมขน สังเกตดูแล้วเหมื่อมันแห้ง มันเป็นเกล็ด มันเป็นเม็ดเหมื่อ”

แก้วน้ำนะ เวลาแก้วน้ำ เราเอามือไปจับ ถ้าเราจับแก้วน้ำนั้นนะ เวลาเราปล่อยวางแล้วมันมีลายนิ้วมือใหม่ มันมีลายนิ้วมือ ลายนิ้วมือ ทางนิติเวชเขาหาหลักฐาน เขาทำได้ใหม่ ทำได้ แล้วทำได้แล้วมันเป็นประโยชน์อะไรล่ะ แก้วน้ำ แก้วน้ำเราทำ

เหยื่อ เหยื่อที่มันออกจากร่างกาย เหยื่อที่ออกจากร่างกาย เราเห็นเป็นเกล็ด เป็นอะไร จิตของคนมันเป็นไปได้ทั้งนั้นนะ

เวลาคนที่สติมีปัญหา นะ จิตสงบแล้วเห็นรูปขุมขน รูปขุมขนขยายให้มันใหญ่ขึ้นได้ เส้นผมเส้นหนึ่งนะ เวลาจับได้ จิตนะ เราจับเส้นผม แล้วขยายเส้นผม มีครูบาอาจารย์บางองค์นะ ขยายเส้นผมเหมือนท่อนซุงเลย ขยายออก ในท่อนซุงนั้นมันจะมีท่อนอาหาร เส้นผมนี้ พิจารณาอย่างนั้นนะ นี่เวลาจิตมันพิจารณา ถ้ามันเป็นกาย เป็นเวทนา เป็นจิต เป็นธรรม มันเป็นประโยชน์

แต่ไอ้เกล็ดเงินเกล็ดทอง มันเป็นอะไรก็ไม่รู้ สิ่งนี้มันเป็นประโยชน์ใหม่ ฉะนั้น พอมันเป็นประโยชน์ไม่เป็นประโยชน์ เราไปตื่นเต็นใจ แล้วบอกว่าพอไปเห็นเป็นเกล็ดเป็นอะไร

เราจะบอกว่า แก้วน้ำ ถ้ามันมีน้ำก็เป็นประโยชน์นะ แก้วน้ำ แก้วก็คือร่างกายนี้ น้ำก็คือคุณธรรมในแก้วนั้น แล้วสิ่งที่รอยนิ้วมือต่างๆ ที่จับที่แก้วน้ำนั้นมันก็มีของมัน

สารคัดหลั่ง เหยื่อนี้เป็นสารคัดหลั่ง มันมีออกมาทางร่างกายโดยธรรมชาติของมันอยู่แล้ว แล้วธรรมชาติของเรา คนมันเป็นไปได้ ทางกายแพทย์เขาเป็นได้เลย เพราะว่าสารคัดหลั่งของคนมันมีสารเคมีแตกต่างกัน ถ้ามันจะเป็นอย่างนั้นมันก็คือเป็นอย่างนั้น

แต่นี่เป็นอย่างนั้นบ้าง จิตใจของเรามันกระทบแสง เห็นใหม่ กระทบแสง กระทบต่างๆ เราจะบอกว่า เรื่องอย่างนี้โยมตื่นเต็นใจ แต่เราฟังแล้วจะบอกว่าตลก เตียวโยมก็โกรธหลวงพ่อกี้ หลวงพ่อนี้เหน็บเรื่อยเลย

กรรมฐานนะ เราเป็นนักปฏิบัติ พอเราเป็นนักปฏิบัตินะ โลกเขามีสติมีปัญหา พวกนักปฏิบัติต้องสติปัญญามากกว่าเขา เพราะมันเป็นงานเหนือโลก

ทางโลกเขาจะ เขายังต้องมีสติมีปัญญาเลย แต่พอเรามีสติปัญญา สติปัญญาของเราเพื่อจะเท่าทันเราเอง อย่าให้กิเลสมันหลอก กิเลสมันหลอกนะ แล้วเวลามันหลอก มันบังเงา มันเอาสิ่งที่รู้ที่เห็นมาหลอกเรา แล้วสิ่งที่รู้ที่เห็นมาหลอกเรา พอมันหลอกเรา เห็นอย่างนี้

ถ้ามันเห็นกาย เห็นเวทนา เห็นจิต เห็นธรรม เป็นอีกเรื่องหนึ่งนะ ถ้าเห็นกาย อย่างที่ว่าโยมบอก โยมพิจารณาร่างกายนี้เป็นโครงกระดูกเลย เอามาป่นเลย เออ! อย่างนี้ใช่ เพราะมันตรงตัวใจ

แต่ถ้ามันส่งออกแล้ว มันเป็นส่งออก แล้วส่งออกมา โยมจับเกล็ดนั้นพิจารณา ได้ไหม ให้เกล็ดนั้นมันเป็นอนัตตา ถ้ามันเป็นอนัตตาได้ มันก็จะเป็นประโยชน์กับเรา

ถ้ามันไม่เป็นอนัตตา เราไปตื่นเต้นอะไร มันไม่ควรตื่นเต้นใจ ไม่ต้องไปตื่นเต้นกับของสิ่งนี้ ของที่มันเป็นขึ้นมา เห็นไหม

แก้วน้ำ แก้วน้ำนะ ถ้าแก้วมันไม่มีน้ำ แก้วนั้นมันเอาไว้ประดับบ้าน แล้วเราหิวกระหาย เราก็ต้องไปแสวงหาน้ำมาเพื่อดื่มกิน ฉะนั้น ในร่างกายเรา เราทำความสงบของใจนี่คือน้ำ น้ำในแก้วนั้นมันมีเต็มของมันอยู่อย่างนั้นนะ มันใช้ประโยชน์ได้ตลอด

เวลาหลวงตาท่านพูด ทำสมาธิๆ สมาธิน้ำล้นแก้วๆ ถ้าสมาธิมันเต็มทีก็น้ำล้นแก้วนั้นนะ

แล้วน้ำในแก้วนั้นเราจะใช้ประโยชน์อะไร ถ้าเราไปใช้ประโยชน์อะไร ใช้ดื่มกินก็ได้ ใช้ทำอาหารก็ได้ ถ้ามีมากขึ้นมา ดุสิต อุตสาหกรรมเขาต้องใช้น้ำมาก มันจำเป็นตลอดนะ มันจำเป็นตลอด มันจำเป็นตั้งแต่หัวใจ จำเป็นที่น้ำใจของเราใจ

ฉะนั้น พอจิตมันมีกำลัง หนึ่ง พอสมาธิเกิดขึ้น การพิจารณาธรรมพอสมควรแล้ว

ไอ้เหมื่อมันออกก็คือเหมื่อมันออก เหมื่อมันเป็นอย่างนี้อยู่แล้วแหละ แต่เราไม่ได้สังเกตเอง พอมาสังเกตเข้า พอจิตมันสงบปั๊บนะ มันเกาะแล้ว มันจับแล้ว พอมันจับตอนนี้ปัญหามันตามมาแล้ว มันจะหาเหตุหาผล มันจะพิจารณาของมันไป เตียวมันขยายความไปเรื่อย เหมื่อนี้ถ้าสะสมไว้ต่อไปมันจะเป็นเพชร พอเป็นเพชรแล้วเราไปเจียรใน

เจียรไนเสร็จแล้วเราก็จะมาทำหัวแหวน มันไปเลยนะ มันพาไปไกลเลย แล้วกว่าจะ  
ได้สติกลับมานะ เรานักภาวนาจะมาเป็นพ่อค้าเพชรซะแล้ว เรากาวนานะเว้ย กู  
อยากจะมีมรรคมีผล เอ้! จิตกูจะพาไปเป็นพ่อค้าเพชรไปแล้ว

แล้วจริงๆ มันเป็นเพชรใหม่ละ มันจะเป็นเพชรเป็นพลอยใหม่ มันก็ไม่ใช่ ถ้า  
มันไม่ใช่ เราไม่ต้องไปเสียเวลากับสิ่งนี้หรอก วางเลย วางเลยนะ หนึ่ง เวลา  
ภาวนา ภาวนาเพื่อความสงบ ถ้าจิตมันสงบแล้วฝึกหัดใช้ปัญญาไปเรื่อย ถ้าฝึกหัดใช้  
ปัญญา ฝึกหัดใช้ปัญญาไป ถ้าฝึกหัดใช้ปัญญาไป มันจะละเอียดขึ้นเรื่อยๆ จิตของเรา  
จะละเอียดขึ้นเรื่อยๆ พอจิตละเอียด มันมีการต่อเนื่อง จิตละเอียด จับสิ่งนั้นพิจารณา  
มันจะปล่อยวาง ปล่อยวางคือจิตมันมีกำลังแล้ว พอมีกำลังแล้วมันสวย ก็จับอีก แล้ว  
พิจารณาต่อเนื่องไป ทำอยู่อย่างนี้

แล้วทำไมต้องทำอย่างนี้ละ

เวลาทำแล้ว ส่วนใหญ่แล้วคนคิดว่าอยากจะเสร็จงานไวๆ อยากจะเสร็จงาน  
อยากได้พักผ่อน อยากได้ผลที่เลิศกว่า นั้นนะกลับไม่ได้อะไรเลย เพราะถ้าปล่อยวาง  
อย่างนั้นบ๊าย มันก็กลับมาปุ่กุน กลับมาเป็นสามัญสำนึกเรานี่ไง

แต่ถ้าเราพิจารณาของเราต่อเนื่องไป พิจารณาต่อเนื่องไป จิตมันละเอียดขึ้น  
ไปเรื่อยๆ เพราะมันส่งกัน ในสมณะก็มีวิปัสสนา ในวิปัสสนาก็มีสมณะ ในสมณะคือความ  
สงบของใจ ในวิปัสสนาคือใช้ปัญญา นี่ระหว่างสมณะกับวิปัสสนาเขาจะก้าวเดินไปคู่กัน

ในระหว่างสมาธิกับปัญญามันจะส่งเสริมกัน สมาธิมันจะละเอียดขึ้นด้วย  
ปัญญา ปัญญาจะละเอียดขึ้นด้วยการส่งเสริมของสมาธิ เพราะสมาธิมันละเอียดขึ้นมา  
เพราะมีสมาธิ มีกำลังขึ้นมา มันใช้ปัญญาได้มากขึ้นมันก็จะละเอียดลึกซึ้งขึ้น ปัญญาที่  
ละเอียดลึกซึ้งขึ้น ทำสมาธิให้ชัดเจนขึ้น มันก็ทำให้สมาธิลึกซึ้งขึ้น สมาธิลึกซึ้งขึ้น มัน  
ก็ส่งเสริมปัญญาให้ละเอียดขึ้น ปัญญาที่ละเอียดขึ้น มันก็ส่งเสริมให้ทำสมาธิได้ดีขึ้น นี่  
มันส่งเสริมกันไป มันส่งเสริมกันเป็นชั้นเป็นตอนเข้าไป

แต่เราบอกว่า เราต้องทำความสงบของใจ ใจสงบแล้วค่อยใช้ปัญญา

ปัญญาที่ปัญญาอบรมสมาธิก็มี สมาธิอบรมปัญญาก็มี นี่มันส่งเสริมกัน  
ส่งเสริมกันด้วยการปฏิบัติ

แล้วบอกว่า แล้วจะปฏิบัติไปทำไมละ

อ้าว! ก็อยากให้มันเสร็จๆ

ให้มันเสร็จนั้นนะกิเลสมันหลอก กิเลสมันหลอก งานมันเสร็จแล้ว พิจารณา  
ไปแล้ว เสร็จแล้ว พิจารณาเสร็จแล้วมันเป็นเรื่องทางโลกใจ ทางโลกเขาคิดว่าเขาเก็บ  
ของเสร็จแล้วก็คือเสร็จใจ แต่เวลาของเขาเก็บไว้นานแล้ว เดี่ยวก็ต้องเอาออกมาทำ  
ความสะอาดอีก เพราะมันเก็บไว้นานก็สกปรกของมัน

นี่ก็เหมือนกัน เวลาพิจารณาไปแล้วจิตสงบแล้ว สงบแล้วก็คือสงบ พอมัน  
คลายไปแล้วมันก็จบแล้ว ถ้ามันยังทรงตัวอยู่ได้ จิตสงบบ่อยครั้งเข้ามันจะเป็นสมาธิ  
สมาธิคือการตั้งมั่น พอตั้งมั่นแล้วมีหลักมีเกณฑ์ มันคิดสิ่งใดก็ได้

แต่ถ้าสมาธิมันไม่บ่อยครั้ง มันไม่ตั้งมั่น พอมันวูบเข้าไปสงบ มันก็สงบ คลาย  
ออกมามันก็ปกติ แล้วเวลามันไปแล้ว มันคิดว่ามันทำได้แล้ว สมาธิ ฉันก็รู้จักแล้ว  
ศึกษารวบรวมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอกศีล สมาธิ ปัญญา สมาธิ เราได้  
สัมผัสแล้ว พอสัมผัสแล้ว เรามีสมาธิแล้วเก็บตรงนั้นในกระเป๋ายาว เดี่ยวจะเกิดปัญญา  
นะ พอปัญญาเกิดขึ้น บอกนี้ปัญญาเกิดขึ้นแล้ว เกิดขึ้นแล้วเพราะเรามีสมาธิอยู่แล้ว

สมาธิมันมีแต่อดีตชาติหนุนนะ แล้วมันก็จะมาสมกับสติปัญญาในชาตินี้ แล้วมัน  
ก็จะไปเอาผลในชาติหน้า นี่โดยมันคิดไปเอง เพราะของมีแล้วมันก็คือมีแล้วไง

แต่นักปฏิบัติไม่เป็นอย่างนั้น เพราะมันจะมีความรู้สึกไง ถ้าสมาธิมันเกิดขึ้น  
เราควบคุมตัวเราได้ เราจะมีความสุข แล้วใครจะหลอกไม่ได้นะ ถ้ามีสมาธิ ใครพูดอะไรมัน  
รู้ทัน หนึ่ง รู้ทันตัวเองด้วย รู้ทันคนที่มาคุยกับเราด้วย แต่ถ้าไม่มีสมาธินะ เขาไม่ทัน  
พูดเลย ฟังเขาก่อนแล้ว จะตามเขาไปแล้ว จะหลงไปกับเขาแล้ว

เห็นไหม ถ้ามีสมาธิ หนึ่ง เรารู้ทันตัวเองด้วย แล้วไม่หลงสิ่งใดง่ายด้วย ถ้ามี  
สมาธินะ เพราะคนเรามันขาดสมาธิ คือคนมีแต่ร่าง หัวใจมันมีสักแต่ว่า มันส่งออก  
หมด มันไม่มีใครครองเรือน



แต่ถ้าคนมีสมาธิมันมีหัวใจที่เป็นเจ้าของร่าง มันมีจักรพรรดิใจ มีกษัตริย์  
คุ้มครองกายนครนี้ แต่ถ้ามันออกไปรู้ข้างนอกนะ มันไม่ต้องให้เขาหลอกหรือ มันจะ  
ชวนเขาหลอกกันด้วย ตัวเองแท้ๆ นี่

แต่ถ้ามีสมาธิขึ้นมา หนึ่ง มันมีปัญญา มันรู้เท่าทันแล้ว แล้วพอสงบแล้วมันจะ  
มีความสุขในตัวเอง นี่น้ำในแก้ว น้ำในแก้ว แล้วฝึกหัดใช้ปัญญาๆ ฝึกหัดใช้ปัญญา  
ไป มันเป็นทางเดียว มัคโค ทางอันเอก ทางที่หัวใจจะก้าวเดินไปแบบนี้

แต่ถ้าเราบอกว่า เราเกิดมา เรามีอาชีพ เราต้องทำงานๆ

ทำงาน มันรู้อยู่แล้ว เป็นอาชีพแน่นอน แต่เป็นอาชีพแล้วทุกข์ใหม่ละ ถาม  
ตรงนี้สิ ทุกข์ใหม่ละ ถ้าทุกข์แล้วแบ่งเวลามาบรรเทาทุกข์ใจ ให้จิตมันสงบระงับขึ้นมา  
ให้มันเป็นฐาน ให้มันได้พักใจ พอพักแล้ว งานที่ทำที่ว่าทำแล้วมันไม่สะดวก พอจิตมัน  
สงบ จิตมันไม่เครียดต่างๆ ไปทำงานนะ เดียวมันทะเลาะไปร้อง มันทำไปได้หมดแหละ

แต่เราแบ่งเวลาไม่ได้เพราะเรากังวล งานยังไม่เสร็จ งานมันยังยุ่ง มันเป็นไปไม่ได้  
เราต้องทำงานให้เสร็จก่อน...แล้วเมื่อไหร่จึงจะเสร็จละ เมื่อไหร่ละ

แต่ถ้าเราแบ่งเวลา เราแบ่งเวลา พอมันทำได้บ้าง พอมันทำได้ เป็นอย่างนี้  
ทั้งนั้นเลย เพราะคนเรามันไปคิดล่วงหน้า ไปวิตกวิจารณ์ว่าต้องทำแบบนี้ ทำแบบที่เขา  
เคยทำนั่นนะ แต่ไม่ได้ทำแบบองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสอนนะ

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสอนเลยละ สิ่งที่มีค่าที่สุดคือใจของคน  
ปฏิสนธิจิตที่เวียนว่ายตายเกิดมีค่าที่สุด เพราะมันเวียนว่ายตายเกิดขึ้นมา มันเวียน  
ว่ายตายเกิดเป็นเราอยู่นี่ แล้วเป็นเรา มันอยู่ในร่างกายนี้ เป็นพลังงานอยู่ในร่างกายนี้  
แล้วสามัญสำนึกมันก็มีเรื่องเขาวนัสติปัญญา เรื่องจรตนิสยตามแต่คนจะมีอย่างไร  
แล้วก็ทำกันไป ทุกข์ยากกันไปอย่างนี้ จนกว่าจะหมดอายุขัยแล้วก็ตายไป มันก็ไป  
เกิดอีก

แต่ถ้าเกิดมามีโอกาส เกิดเป็นมนุษย์ เกิดเป็นมนุษย์เพราะอะไร เพราะมีสมอง  
นี่ไง พูดยังไงเข้าใจกันได้ไง พูดยังไงมีความเข้าใจ พอมีความเข้าใจ เข้าใจแล้วเราจะ  
ทวนกระแส จะกลับเข้าไปจับตัวมัน

ในพระไตรปิฎก เวลาที่ว่า โปฐิละโบลานเปล่า มีปัญญามาก มีปัญญามาก รั้ว  
หมดนะ มีลูกศิษย์ลูกหาเยอะแยะไปหมดเลย ไปหาพระพุทธรเจ้าบอกโบลานเปล่าๆ

โบลานเปล่าก็มีความคิดได้ คิดได้ ศึกษาโบลานเปล่า โบลานเปล่าคือว่าง  
เปล่า ว่างเปล่าก็ต้องไปปฏิบัติ ไปหาพระอรหันต์ไง พระอรหันต์ก็ทรมาน ส่งต่อจนไปถึง  
สามเณรน้อย สามเณรน้อยให้ปฏิบัติ ทรมานเสร็จแล้วให้ปฏิบัติ ให้เปรียบว่า ร่างกายนี้  
เหมือนจอมปลวก ร่างกายนี้เหมือนจอมปลวก มีรูอยู่ ๖ รู มีเหี้ยตัวหนึ่งอยู่ในรูนั้น มี  
เหี้ยตัวหนึ่งอยู่ในจอมปลวกนั้น เราปิดรูทั้ง ๕ รู เหลือไว้รูหนึ่งนะ แล้วคอยจ้องไว้  
คอยจับเหี้ยตัวนั้น

โปฐิละก็ทำตาม รอจับเหี้ยตัวนั้น เหี้ยตัวนั้นมันจะไผ่ออกมารูหนึ่ง จอมปลวกมี  
อยู่ ๖ รู มนุษย์มีตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ๖ รู ปิด ๕ รู หลับตานั่งนี้ปิดหมดเลย เหลือ  
พุทโธๆ ไว้ เหลือรูเดียว แล้วจับได้ไหม เคยจับเหี้ยตัวนั้นได้ไหม

ถ้าจับเหี้ยตัวนั้นได้ เหี้ยตัวนั้นมันอายนะ พอมันจับได้ มันไม่ตื่นเลย แต่จับ  
มันไม่ได้ แล้วปิดรูนี้ ไปเปิดรูนั้น ปิดรูนั้น เปิดรูนี้ มันไปหมด ตา หู จมูก ลิ้น กาย มัน  
ไปหมด ถ้ามีสติมีปัญญามันทันอย่างนี้ ถ้ามันทันอย่างนี้บ๊ีบ ที่ว่าทำงานๆ สิ่งที่ว่าใจนี้  
มีค่าที่สุดๆ พอเห็นคุณค่าแล้ว ถ้าเห็นคุณค่าแล้วนะ งานก็ทำตามงานนั้นแหละ งานก็  
ทำตามนั้น แล้วทำแล้วไม่เหนื่อยจนเกินไป ไม่เหนื่อย ไม่ทุกข์ไม่ร้อนจนเกินไป งานนี้  
คือหน้าที่ เราเกิดเป็นมนุษย์มีปากและท้องต้องเลี้ยงดู เราก็ต้องดูแลรักษา เราก็ทำงาน  
ของเรา แต่เราก็ไม่เดือดร้อนจนเกินไป คำว่า “ไม่เดือดร้อน” นี้คือความสุขนะ คำว่า “ไม่  
เดือดร้อน” จิตใจมันไม่ตื่นรนนะ

แล้วถ้าไม่ตื่นรน โลกก็ไม่เจริญสิ โลกเขาเจริญ เขาต้องหมั่นเพียร เขาต้องทำแล้ว  
มีความเจริญ

โลกมันเจริญแล้วใจมันเจริญไหม โลกเจริญก็วัตถุมันเจริญไง ถ้าโลกมันเจริญ  
แล้วใจมันเจริญด้วยนี่มันสำคัญ โลกมันก็เจริญใช่ไหม แล้วคนก็ไม่ทุกข์ด้วย ใจนี่โลก  
มันเจริญนะ แล้วดูคนสิ คน ดูสิ มันจะเจริญขนาดไหนละ ถ้าโลกมันเจริญด้วย แล้วใจ  
มันเจริญด้วย โอ้ย! สักคมนะ ร่มเย็นเป็นสุขไปหมด จะให้โลกมันเจริญ แล้วโปฐิละจะจับ

เหยียดตัวนั้น มันจับเหยียดตัวนั้นไม่เจอ โลกมันเจริญ แต่เหยียดตัวนั้นมันฟาดวงฟาดงาอยู่ในใจเลย จอมปลวกมันจะแตกร้างหมดแล้ว ถ้าเอาเหยียดตัวนั้นมาทำความสะอาด ทุกอย่างดีงามไปหมดเลย

นี่พูดถึงว่า น้ำในแก้วๆ คำถามถามมาแล้ว แล้ววันแม่ ไปเล่าให้แม่ฟัง แม่เตือนว่าอย่าหลงนะ

โอย! ถ้าแม่ไม่เตือนคงจะไปเป็นพ่อค้าเพชรแล้ว เพราะแม่เตือน พอแม่เตือนเลยเขียนมาอีกเนาะ อ้าว! เขียนมานะ เราจะบอกว่า การปฏิบัติ จิตใจมันเป็นไปได้ หลากหลายนัก ถ้ามันดีนะ มันก็ดีจนสุดๆ ถ้ามันร้าย มันก็ร้ายสุดๆ

จะนั้น การปฏิบัติ ถ้าเราปฏิบัติมันยาวไกลนัก การปฏิบัติ การเอาชนะตนเอง นี่แสนยาก ถ้าการจะเอาชนะตนเองแสนยาก เวลาปฏิบัติไปมันจะมีปัญหา แล้วมันก็ไปเข้ากับกิเลสทันทีเลย “ชีวิตนี้ก็ยุ่งอยู่แล้ว งานก็เยอะอยู่แล้ว ทำไมต้องปฏิบัติด้วย แล้วปฏิบัติก็ยังยากกว่าโลกอีก ยิ่งยากกว่าการทำงานอีก โอย! กูไม่เอาดีกว่า กูเลิกเลย” นี่เวลาคนที่อ่อนแอเขาคิดอย่างนั้น

แต่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเวลาสอน สอนให้ทำทานก่อน ปลูกพื้นฐานเขาขึ้นมาก่อน เพราะว่ามันยากจริงๆ ต้องปลูกพื้นฐานเขาขึ้นมาให้เขาเสียสละทาน พอเสียสละทานแล้วก็มี การสนใจใจใหม่ มีศรัทธามีความเชื่อ เพราะการเสียสละคือการศรัทธา ศรัทธาแล้วมันจะหาเหตุผล หาเหตุผลของมัน แล้วเหตุผลที่แท้จริงมันคืออะไร เหตุผลที่แท้จริง ทานส่วนนั้นเกิดจากเจตนา เจตนาเกิดจากจิต แล้วถ้ามันยอมรับ เรายอมรับเหตุผล มันไม่ตระหนี่ถี่เหนียวขึ้นมา มันจะยอมรับ เห็นใหม่

หน้าที่การงานก็หน้าที่การงาน แต่งานนี้สำคัญกว่า เราก็กำหนดลมหายใจ กำหนดลมหายใจ ทำงานไปก็กำหนดลมหายใจไป มีเวลาว่างก็กำหนดลมหายใจของเราขึ้นมา ถ้ามีวาสนาขึ้นมา พอมันสงบขึ้นมา โอ้โฮ! มันมหัศจรรย์ มันมหัศจรรย์มาก แล้วพอมหัศจรรย์มาก เห็นใหม่ อันนี้เป็นที่ฟัง ปัจจัยตั้ง สันทิภูฏิกโก จิตมันรู้

ไปศึกษามาขนาดไหน ถ้ายังไม่รู้ไม่เห็นขึ้นมา มันก็ยังสงสัยอยู่ ถ้าจิตใจมันรู้มันเห็นของมัน อันนี้เป็นที่ฟังแล้ว ถ้าเวลาเป็นที่ฟังขึ้นมา เป็นที่ฟัง แล้วเราเอานี้เป็นหลัก

พอนี้เป็นหลัก จะทำอะไรก็ออกจากใจ ออกจากใจ ถ้าใจทำสิ่งใดนะ มันรักษามันดูแล ขึ้นมาจะเป็นประโยชน์กับเรา นี่พูดถึงว่าถ้าใจมันเป็นอย่างนั้น

แต่ที่ออกมาดูๆ พอออกมาดูแล้วที่ไปรู้ไปเห็น ใ้ออย่างนี้มันเกิดขึ้นได้ทั้งนั้น นะ ใ้อที่ว่าเราไปเห็น ทุกคนก็เห็น โดยธรรมชาตินะ นักกีฬาเขาก็เป็นอย่างนี้ มันเป็น เกิดเป็นอะไร มันเป็นนะ จะไม่บอกว่าเวลาคนเป็นโรคผิวหนังก็เป็นอีกอย่างหนึ่ง

แต่ถ้ามันเป็นอย่างนี้มันก็เป็น เวลาเหวี่ยงมันมีเกลือ มันมีอะไรของมัน มันขับ สารอะไรออกมา มันมีของมัน แล้วเวลามันกระทบแสง มันมีอยู่แล้ว แต่เราไม่ได้สังเกต เอง พอสังเกตเอง สังเกตเองแล้วจิตมันขับ จิตมันติดใจ พอจิตมันขับแล้วที่มันสงสัยแล้ว สงสัย มันก็ยึดตรงนั้นแล้ว

ถ้ายึดตรงนั้นนะ เวลามาแกะ ที่ว่าภาวนาไป เวลาจิตไปติดนู่นติดนี่ พอมันมีความรู้ความเห็น มันติดใจ แล้วครูบาอาจารย์จะต้องใช้อุบาย ถ้าสิ่งที่รู้ยูนีมันระดับนี้ใช้ ใหม่ แล้วถ้าเหตุผลที่มันอย่างนี้มันเทียบเคียงกันได้ใหม่ พอเราเทียบเคียง พอเหตุผล มาบีบ มันปล่อยมาเลย มันปล่อยมา เห็นใหม่

ธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอกว่า สวะเวลาไหลไปตามน้ำ ถ้า ไม่ติดสิ่งใดนะ สวะมันจะออกทะเล แต่ส่วนใหญ่แล้วมันไปติด ติดความรู้ความเห็นของตัวเอง ทั้งติดความรู้ความเห็น ติดต่างๆ ถ้ามันไม่ติดมันก็ปล่อยวาง มันปล่อยวาง มันเอาความ สงบ เอาน้ำในแก้ว เอาน้ำในแก้วสำคัญนะ

ใ้อรอยนิ้วมือ ใ้อสิ่งต่างๆ จากแก้ว ถ้ามันไม่มีน้ำ มันไม่มีใครสนใจมัน แต่ถ้า เกิดเขามีปัญหาขึ้นมา เขาต้องพิสูจน์ทางวิทยาศาสตร์ เขาสนใจทันที ถ้าสนใจ มันก็ เป็นหน้าที่การงานของเขา

ถ้าเราปฏิบัติ ปฏิบัติเพื่อเหตุนี้เนาะ

นี่พูดถึงว่า เวลาทำสมาธิ เกิดเหวี่ยงมันสะท้อนเป็นแสงแดด

ถ้าโดยทั่วไปเราก็จะบอกของอย่างนี้เป็นของเล็กน้อย มันเป็นปัญหาของคน คนหนึ่งไง ถ้าเป็นปัญหาของใคร มันก็เป็นเรื่องใหญ่ของคนคนนั้น ถ้าคนคนนั้นยังไม่เจอ

เหตุการณ์อย่างนี้ก็บอกเป็นของเล็กน้อย คือว่ามันเป็นเรื่องของคนอื่น คนอื่นพิจารณาได้หมดเลย

แต่ถ้าเป็นเรื่องของเรา เราไม่รู้เรื่องนะ ถ้าวันไหนเป็นเรื่องของเรา คอตกลงเลย ทำไม่ถูก แต่ถ้าเป็นเรื่องของคนอื่น โอ้ย! มันง่าย ๆ ทำอย่างไรก็ได้ ทำอย่างไรก็ได้ ถ้าเป็นเรื่องของตนเองนะ งงเลย มันเป็นไปไม่ได้ แต่ถ้าทำได้ พยายามฝึกหัดของตัวเองให้เป็นปัจเจกตั้ง สันติภูมิจึงจะเป็นประโยชน์กับเราเนาะ เออวัง