

ทำอย่างไร

พระอาจารย์สงบ มนัสสุนโต

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๑๕ ตุลาคม ๒๕๕๙

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

ถาม : เรื่อง “สมาธิ”

หลวงพ่อกับ คือเวลาผมภาวนาแล้วจะใช้พุทโธ ธัมโม สังโฆ พร้อมภาวนาไปสักพักก็จะลืม ต้องกลับมาภาวนาใหม่ จึงเปลี่ยนการภาวนามาเป็นอานาปานสติ กำหนดลมหายใจ รู้สึกว่าภาวนาได้ดีกว่า ภาวนาไปสักพักจะรู้สึกว่ามีแต่ลมเข้าออก ก็กำหนดดูลมหายใจไปเรื่อยๆ แต่ไม่รู้ว่าภาวนาต่อไปจะเป็นอย่างไร

ตอบ : ใช้นี้คำถามเริ่มแรกนะ แต่คำถามนี้มันจะคำถามต่อเนื่องเยอะมากเลย ที่นี้คำถามเริ่มแรกจะปูพื้นมาเรื่อยๆ ถ้าจะปูพื้นไว้เรื่อยๆ ว่า เวลาเขากำหนดพุทโธ ธัมโม สังโฆ สักพักหนึ่งแล้วก็ลืม แล้วก็ลืม แล้วเราพุทโธๆ

คำว่า “พุทโธ” มันต้องระลึกขึ้น ในการประพฤติปฏิบัตินะ เราต้องทำนะ ถ้าเราไม่ทำส่วนใหญ่แล้วมันเป็นการจำ มันเป็นการจำ มันก็เป็นสัญชาตญาณของคน โทษนะ เราเป็นคนเราไม่ใช่สัตว์ เราเป็นคน เราทำสิ่งใดเราต้องมีสติปัญญาใช้ไหม สัตว์เวลามันทำ มันทำตามสัญชาตญาณ พวกสัตว์นี่นะมันทำตามสัญชาตญาณ มันไม่มีสมองใจ เราถึงภูมิใจกันว่าเราเป็นมนุษย์ไง

มนุษย์เป็นสัตว์ประเสริฐ มนุษย์มีสมองใช้ไหม มนุษย์มีสติปัญญาใช้ไหม ถ้ามนุษย์มีสติปัญญา เราต้องทำด้วยสติด้วยปัญญาของเรา ถ้าเราทำด้วยสติปัญญาของเรานะ มันถึงเป็นภาคปฏิบัติไง

ปริยัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ ส่วนใหญ่แล้วเป็นภาคปริยัติคือการศึกษา การศึกษา ทุกคนก็ ภูมิใจ เพราะเรามีการศึกษาทำให้เราเข้าใจเรื่องศาสนา ถ้าเข้าใจเรื่องศาสนา ศาสนาจะมั่นคง อันนี้เราก็เห็นด้วย เห็นด้วยนะ เพราะเราไม่เข้าใจเลย เราจะตักบาตรทำบุญ เราก็ทำไม่ถูกต้อง ใช่มั้ย ถ้าเราตักบาตรทำบุญ เห็นไหม สมเด็จพระมหาสมณเจ้าท่านถึงได้เขียนตำราไป ศาสน พิธีเป็นตำราที่แต่งขึ้นนะ พวกศาสนพิธี ใ้เรื่องนวโกวาท นี่เป็นการแต่งขึ้นมา ถ้าเป็นการแต่ง ขึ้นมา เราก็ศึกษาๆ ศึกษามาเป็นวัฒนธรรมของเรา นี่เป็นการศึกษา ถ้าศึกษา เราศึกษาเรื่อง ศาสนามาเพื่อความเข้าใจ แต่เวลาจะปฏิบัติ ถ้าเราไม่ทำอะไรเลย ศึกษา เราก็ไปอ่านมา อ่าน มา ครูบาอาจารย์เราก็ดูตามนั้น แต่ถ้าเราไม่ระลึกรู้พุทโธขึ้นมา ใจเราไม่ได้ทำ

เวลาระลึกรู้พุทโธ เขาบอกว่า เขาระลึกรู้พุทโธ ธัมโม สังโฆ สักพักหนึ่งมันก็ลืม

มันลืมไป ก็เหมือนเราทำ ตอนนี้อยู่พวกการออกกำลังกาย ฟิตเนสกำลังมาแรงมากเลย ทุกคนอยากมีกล้ามเนื้อๆ เวลาปฏิบัติแล้ว เวลาฝึกแล้วนะ เวลาออกกำลังกายแล้วยังต้อง ควบคุมอาหารอีกต่างหากนะ เวลาทำขึ้นมา เราทำแล้วเราไม่ประสบความสำเร็จ ออกกำลัง เกือบตายไม่ได้อะไรเลย ก็ต้องไปหาโค้ชมา เขาต้องสอนเรื่องวิธีการกินเลยละ ต้องกินอย่างนี้ ต้องอยู่อย่างนี้ มันถึงจะมีอย่างนี้

ใ้นี้ก็เหมือนกัน ในการประพฤติปฏิบัติขึ้นมา เวลาพุทโธ ธัมโม สังโฆแล้วมันลืม มัน ลืมขึ้นมา ลืมขึ้นมา เราทำความเข้าใจไป เราต้องทำความเข้าใจว่าที่เราศึกษาธรรมะ เราศึกษา ธรรมะ ศึกษาธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ศึกษาเพื่อทำความเข้าใจ ถ้าความ เข้าใจแล้ว เวลาปฏิบัติเราไปรู้แจ้ง การรู้แจ้งมันต้องรู้แจ้งจากการประพฤติปฏิบัติ ถ้าเวลาการ ประพฤติปฏิบัติขึ้นมา เวลาปฏิบัติ ถ้ามันปฏิบัติ ผู้ใดปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม

คำว่า “สมควรแก่ธรรม” ธรรมทั้งหลายมาแต่เหตุๆ มันชัดๆ นะ ศาสนาพุทธเป็น ศาสนาที่ชัดเจนมากเลย เป็นศาสนาแห่งเหตุและผล แล้วชัดเจนเป็นวิทยาศาสตร์เลย พิสูจน์ได้ ด้วยสัจจะเลย แต่เราทำด้วยอารมณ์ความรู้สึกของเราไป เราทำด้วยความพอใจไป เราทำก็

เหมือนทางโลกที่เขาบอกว่าชาวพุทธไม่มีวุฒิภาวะจะเชื่ออะไรง่าย ๆ เห็นต้นกล้วยสองหน่อสามหน่อก็ไปกราบกันแล้ว นี่ไง เราเชื่อตามๆ กันมาไง เราไม่ได้ใช้ปัญญาไง

ไฉนก็เหมือนกัน เวลาศึกษาธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า สิ่งที่เราศึกษามา ศึกษาว่ามันเป็นการศึกษา เวลาปฏิบัติขึ้นมา เราจะเชื่ออะไรละ ศาสนาพุทธที่ชัดตรงๆ ศาสนาพุทธเป็นศาสนาแห่งเหตุและผล

เวลาพระสารีบุตรถามพระอัสสชิ เห็นไหม ธรรมทั้งหลายมาแต่เหตุ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสอนให้ทำเหตุนั้น ดับที่เหตุนั้น ไม่ได้ดับที่ความรู้สึกเราเลย ดับที่เหตุ อารมณ์ความรู้สึกมันมาจากไหน มันมาที่เหตุ

นี่ก็เหมือนกัน เวลากำหนดพุทโธฯ ถ้าเราไม่มีสติไม่มีปัญญาขึ้นมา ก็เหมือนกับอ่านหนังสือ เหมือนการศึกษาไง อ่านแล้วก็จำเอา เองง่ายๆ ชุบมือเปิบไป แล้วเวลาทำขึ้นมามันก็ทำไม่ได้ไง นี่ทำไม่ได้นี่อย่างหนึ่ง

ฉะนั้นบอกว่า เขาบอกพุทโธ ธัมโม สังฆโม แล้วมันลืม พอมันลืมแล้วเขาไปกำหนดอานาปานสติ กำหนดลม มันสะดวกว่า

จริง เพราะลมมันมีอยู่แล้วไง พุทโธมันคำบริกรรมต้องนึกขึ้นใช้ใหม่ ถ้าเราไม่นึกพุทโธ พุทโธมันอยู่ไหนละ อ้าว! พุทโธมันก็พุทโธ พุทโธคือองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า พุทโธคือผู้รู้ ก็หัวใจของเรา แต่มันไม่เห็นมันไม่รู้ แปลกมาก เราไม่ชัดตรงกับธรรมไง เราไม่ชัดตรงกับธรรม เราทำไม่ตามความเป็นจริงไง ก็เลยล้มลุกคลุกคลานกันอยู่นี้ แล้วไปที่ไหนเขาก็เหมือนกับการครอบครู เอาชฎาสวมหัวให้ ไฉ้! รำป้อเลย...เสรีจ

นี่ก็เหมือนกัน ไปไหนอาจารย์ก็ชี้ให้ ไฉ้นั้นได้ไสดาบัน ไฉนี้ได้ไฉนั้น ก็ได้ก็ครอบครูไง ไฉ้ชฎาอันหนึ่งบนหัวไง ไฉ้นี้ก็ได้คำชมใจ ได้การยินยอมไง แล้วมันมีอะไรเป็นจริงละ มันไม่เป็นจริงหรอก

ครอบครัว ครอบครัวด้วยความเคารพนะ เรามีการศึกษามาจากครูบาอาจารย์ เราก็ครอบครัวด้วยความเคารพ แต่เวลาเราไปทำประกอบอาชีพใหม่ๆ ศิลปะเราก็ทำเป็น เราก็ทำได้ เราก็รู้ทำ รู้ทาง นี่คือการรู้ของเราไง ใจครอบครัว ครอบครัวนั้นมันมีความกตัญญูทเวทีใจ ครอบครัวแล้ว ใจไม่เป็น ทำอย่างไรละ หนูซึกไซใหม่

นี่เง นี่ก็เหมือนกัน เวลาเราศึกษามา ศึกษามาแล้วเราต้องมีสติปัญญา ที่นี้พอบอกว่า อานาปานสติ ลมมันมีอยู่แล้วไง ลมมีอยู่แล้ว แต่ถ้าเราไม่กำหนดลม มันก็ลมหายใจทิ้งเปล่าๆ ลมก็มีอยู่แล้ว เรากำหนดลมมันถึงอานาปานสติ ฉะนั้น เขาก็เลยไปกำหนดลม ถ้ากำหนดลม ลม อากาศธาตุ อากาศธาตุที่ความรู้สึกไปจับต้อง ถ้าเราระลึกพุทโธมันก็ต้องระลึกขึ้น นี่การทำ ความสงบ ๔๐ วิธีการ

ฉะนั้น เขาบอกว่า ถ้าเขากำหนดพุทโธ ธัมโม สังโฆ สักพักมันก็หายไป สุดท้ายแล้วเขาก็มาทำอานาปานสติ กำหนดลมหายใจ รู้สึกว่ามันดีกว่า

แต่ดีกว่าแล้ว ดีกว่า มันทำอะไรก็ได้ นี่พูดถึงว่าโดยพื้นฐาน โดยพื้นฐานของการปฏิบัติ ถ้าโดยพื้นฐานของการปฏิบัติ ตอนนี้มีมวยไทยกำลังฮิตมากเลย คูสิ พวายุโรปเขามาฝึกหัดมวย ไทยๆ โดยพื้นฐานคนเรา เด็กไทยมันจะมีพื้นฐานของมวยไทย

นี่ก็เหมือนกัน โดยพื้นฐานๆ การทำความสงบของใจนี้โดยพื้นฐาน ถ้าทำความสงบของ ใจแล้วใจมันสงบจริง โดยพื้นฐาน ถ้าพื้นฐานที่ดี มวยไทยๆ เด็กไทยมันมีพื้นฐานของมัน เวลา มันฝึกของมัน มันจะเนียนกว่า มันจะทำได้ชัดเจนกว่า

นี่ก็เหมือนกัน เราเป็นชาวพุทธๆ เราต้องทำความสงบของใจเข้ามา ถ้าใจไม่สงบ มันก็ เหมือนพวกทางยุโรปมาเรียนมวยไทย ทำอะไรก็ทำแก๊งๆ ก้างๆ แก๊งๆ ก้างๆ แต่ถ้ามันฝึกจริงๆ มันก็ทำได้ นี่ก็เหมือนกัน พูดถึงการภาวนา ถ้าการภาวนา เราต้องทำจริงทำจังของเราแล้วมัน จะเป็นประโยชน์กับเรา

นี่พูดถึงว่า พุทโธ ธัมโม สังโฆแล้วมันไม่ถนัด แล้วพอเราไปอานาปานสติมันดีกว่า

ดีกว่า มันก็เหมือนกับว่าตรงกับจริตของตน ถ้าตรงกับจริตของตนแล้วทำอย่างไรต่อไป ทำให้มันดีขึ้น นี่โดยพื้นฐานนะ โดยพื้นฐานเราต้องทำของเรา ผู้ใดปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรมสมควรแก่ธรรมคือเราเป็นคนทำเอง เราทำเอง เราทำเอง มันเป็นสัจจะของเราเอง มันจะเป็นประโยชน์กับเรา จบ

ถาม : เรื่อง “จิตหรือกิเลส”

หลวงพ่อกับ ผมภาวนาอานาปานสติ กำหนดลมหายใจไปเรื่อยๆ ก็รู้สึกเหมือนร่างกายตั้งอยู่เฉยๆ แล้วตัวก็หดเข้ามาเรื่อยๆ จนรู้สึกว่าจับได้แต่ลมหายใจ ผมเลยภาวนาดูลมหายใจต่อไปเรื่อยๆ ก็รู้สึกว่าตัวหมุน หมุนไปเป็นวงกลมทางซ้ายไปทางขวาบ้าง จากบนลงล่างบ้าง มันเริ่มหมุนแรงขึ้นเรื่อยๆ ผมก็เลยคิดว่าผมเข้าไปเห็นจิต นี่เป็นอาการของจิต ผมจึงพยายามพิจารณาว่านี่ใช่อาการของจิตหรือเปล่า จากนั้นมันก็รู้สึกว่าหมุนเบาลง แต่ก็ยังหมุนอยู่ พอหลังจากนี้ผมเริ่มพิจารณาไม่ได้แล้ว รู้สึกว่ามันอึดไปหมด ผมจึงหยุดนั่งสมาธิครับ ผมจึงอยากถามหลวงพ่อกับว่า อาการอย่างนี้ ความรู้สึกนี้เป็นกิเลสมันหลอกให้คิดว่าผมเห็นจิตหรือเปล่าครับ

ตอบ : ล้วนเปอร์เซ็นต์นะ มันยิ่งกว่าหลอกอีก นี่พูดถึงจิตมันหลอกใจ

เริ่มต้น เริ่มต้นเมื่อกี้นี้บอกเวลาเราพิจารณา ที่คำถามบอกว่า กำหนดพุทโธ ธัมโม สังฆโมแล้วกำหนดไม่ได้ กำหนดอานาปานสติมันดีกว่า แต่อันนี้บอกกำหนดอานาปานสติ กำหนดอานาปานสติแล้วตัวมันหดเข้า ตัวมันหดเข้า หดเข้าเรื่อยๆ

การหดเข้าหรือการรับรู้ต่างๆ เราไปอยู่ที่ลมเฉยๆ กำหนดพุทโธหรือการกำหนดอานาปานสติ นี่คือการปฏิบัติธรรม

มวยไทยๆ มวยไทย คุณสิ นักมวยที่เขามีชื่อเสียงเวลาที่เขาจะชก เขาบอกเขาจะลงนวมกี่ร้อยยก ลงนวม ๕๐ ยก คราวนี้ลงนวม ๕๐ ยกเพราะคู่ต่อสู้ไม่ค่อยแข็งแรง ถ้าคู่ต่อสู้มีสถิติที่ดี

เป็นนักมวยที่มีชื่อเสียง เราต้องลงนวมอย่างน้อย ๘๐ ยก อ้าว! ถ้าเราจะชิงแชมป์ เราจะต่อสู้กับนักมวยที่มีความชำนาญ เราต้องลงนวม ๑๒๐ ยก

เวลานักกีฬา โค้ชที่เขาเป็นโค้ชเขาจะคำนวณคู่ต่อสู้ที่มีความชำนาญมากน้อยแค่ไหน เราซ้อมมากน้อยแค่ไหนเราถึงจะต่อสู้กับเขาได้ เห็นไหม เขาคำนวณอย่างนั้นเลย คำนวณอย่างนั้นโดยที่ที่เราฝึกหัดของเรา ใ้เวลานี้เวลาเราทำของเราไป ถ้ามันโดยพื้นฐานเราซ้อมของเรา เราทำของเรามาดี เราขึ้นไปแข่งขัน เราขึ้นไปต่อย เราจะแพ้หรือชนะขึ้นอยู่กับความสามารถของเราอีกชั้นหนึ่ง

อันนี้ก็เหมือนกัน อย่างที่ว่า ถ้าเรากลับมาที่กำหนดลมหายใจเข้าออก หรือเรากำหนดพุทโธ ธัมโม สังโฆ กรรมฐาน ๔๐ ห้องนะ แล้วถ้ามันมีปัญหา เราแนะนำ ส่วนใหญ่แล้วเราแนะนำให้ปัญญาอบรมสมาธิ

ถ้าปัญญาอบรมสมาธิมันไม่ใช่วิปัสสนา มันไม่ใช่สติปัฏฐาน ๔ มันเป็นการทำความเข้าใจของใจเข้ามา ถ้าใจสงบแล้วถ้าไปเห็นกาย เห็นเวทนา เห็นจิต เห็นธรรม นั่นถึงจะเป็นสติปัฏฐาน ๔ ฉะนั้น เวลาที่กำหนดการฝึกซ้อม ที่นี้เวลาการฝึกซ้อมขึ้นมา การฝึกซ้อมก่อนขึ้นชก ดูลี นักกีฬาของไทยเรา เขาบอกว่าแชมป์สนามซ้อม แต่เวลาแข่งแพ้ทุกที

นี่ก็เหมือนกัน เวลาที่เราที่กำหนดลมหายใจเข้าออกต่างๆ มันจะหุดตัวเข้ามา มันจะหันซ้ายหันขวา นี่มันเป็นอาการทั้งนั้น มันเป็นอาการของจิตทั้งนั้น ถ้ามันจะหุดตัวเข้ามา มันจะหุดตัวอย่างไร เราอยู่กับพุทโธ ถ้าเรากำหนดลมหายใจเข้าออก เราอยู่กับลมหายใจอย่างนั้น แล้วต้องมีสติ ต้องมีสติ ต้องมีกำลัง ถ้ามีสติ มีกำลัง มันจะอยู่ที่ลมหายใจได้

แต่ถ้าคนเรามันวุฒิภาวะคือวาสนาไม่มั่นคงใจ คือว่าทำมาจิตใจไม่แน่วแน่ ไม่แน่วแน่ พอมันหุดตัวลง ใ้โฮ! มันหุดตัวแล้วนะ เวลามันขยายตัวขึ้น ใ้โฮ! มันจะไปแล้วนะ...ใ้โฮมันแค่เป็นอาการ

ถ้าพูดถึงถ้ามีสติปัญญาณะ ถ้าคนที่มีสติปัญญาแล้วจิตใจเข้มแข็งนะ เวลามันหดตัวลง เวลามันขยายตัวขึ้น เขาบอกเลย มันเป็นอาการที่มันเกิดปิติ วิตก วิจาร ปิติ สุข เอกัคคตารมณ จิตตั้งมั่น นี่เป็นองค์ของสมาธิ สมาธิจะมีความรู้สึกอย่างนี้สมบุรณ์

แต่นี่เวลาเราพุทโธๆ เข้าไป คำบริกรรมเรามีใช่ไหม เราชะลึกพุทโธๆ พอมันมีการเคลื่อนไหวมันจะเกิดการรับรู้คือเกิดปิติ ถ้าเกิดปิติ ถ้าเกิดปิติมันจะขยายตัวขึ้น มันจะพองตัวขึ้นอย่างไร มันเกิดปิติ

ถ้าสติปัญญาเรามันคงอยู่นี่ เราอยู่กับพุทโธไปเรื่อยๆ มันจะขยายจากปิติ ปิติมันรู้เท่าไรไหม ปิติมันหลอกเราไม่ได้ มันจะเกิดความสุข เกิดความสุข เกิดความระงับ ถ้าเกิดความสุข เกิดความระงับ เราจะพุทโธต่อเนื่องไปๆ มันก็จะวางหมด พ้นจากความสุขไปมันเป็นเอกัคคตารมณ จิตตั้งมั่น พอตั้งมั่นของมัน มันจะเป็นของมันอย่างนี้ ถ้าเป็นความจริง

แต่นี่มันหดตัว มันหดตัว หดตัวหรือขยายตัว มันเป็นอาการอย่างนั้น แต่หันซ้ายหันขวา มันเป็นอาการทั้งหมด มันเป็นอาการทั้งหมด ทีนี้เป็นอาการทั้งหมด เขาถามว่า อาการที่มัน เป็นกิเลสหรือมันเป็นจิต

กิเลส กิเลส มันเกิดจากจิตทั้งหมด ทุกอย่างเกิดจากจิต ถ้ามันไม่มีจิตคือคนไม่มีชีวิต ไม่มีจิตคือไม่มีการกระทำ ซากศพ คนตายไม่มีจิตใช่ไหม ถ้ามีจิต จิตเดิมแท้นี้ฝั่งใส สู้ติจิตๆ จิตเดิมแท้นี้ฝั่งใส อวิชชามันเกิดบนนี้ ความทุกอย่างมันเกิดบนสู้ติจิตนี้ ถ้ามันเกิดบนสู้ติจิตนี้ แล้วที่นี้พอเกิดจากสู้ติจิต มันอยู่ที่वासนาของคนแล้ว พันธุกรรมของจิตๆ ถ้าจิตของคนที่มีอำนาจวาสนานะ มันมันคงนะ มันคง กำหนดพุทโธ อะไรจะเกิดขึ้น พาดินจะล่มสลาย พาดิน จะมีพลิกพาดินว่าดินอย่างไรไม่สน อยู่กับพุทโธ อยู่กับพุทโธ มันหลอกไม่ได้นะ มันจะไปไหน

ไถ่นั้นคือเหมือนกับไพร่พลเขายกเข้ามาอย่ายี้เรา เรานั่งเฉย มันร้องให้กลับไปเอง มันเสียใจ เออ! ไม่กินเหยื่อเราเลยเนาะ ถ้าเราขยับ เสรีจมันหมด

มันจะมีใครมันจะทุ่มเทมาขนาดไหน เคย พุทโธอยู่กับพระพุทธเจ้า เราไม่ยุ่งกับมัน เราไม่ได้ทำ เราไม่ได้ยุ่งส่งเสริม เราไม่ได้รับรู้อะไร เรามีความผิดอะไร ไม่มี เอ็งเท่านั้นนะ เอ็งจะเข้ามาหลอกลวง สุดท้ายมันกลับไปหมดนะ นี่ก็เหมือนกัน มันจะเกิดอาการอย่างไร ถ้าคนมีอำนาจวาสนานะ

เว้นไว้แต่คนที่อ่อนแอไปเห็นอะไร โอ้โฮ! จิตนี้สุดยอด...ไปแล้ว สุดยอด ยอดอะไร ยอดหนอไม่มีง เขาจะหักไปแกงนะ หมดเกลี้ยง มันอ่อนแอ มันอ่อนแอเพราะอะไร เพราะไม่ได้อยู่ในวงของผู้ที่ปฏิบัติ แล้วในวงของผู้ที่ปฏิบัติมันก็อยู่ในวงของครูบาอาจารย์ที่เป็นธรรมนะ ถ้าวงครูบาอาจารย์ที่เป็นธรรม เพราะครูบาอาจารย์ท่านผ่านวิกฤติมา กว่าจิตมันจะสงบได้ กว่าจะรักษาจิตที่มันคงได้ จิตที่มันคงแล้วเราจะยกขึ้นสู่วิปัสสนาเป็นขั้นเป็นตอนขึ้นไป ครูบาอาจารย์ท่านทำมานะ

ฉะนั้น เวลาครูบาอาจารย์ทำมา อย่างเช่นหลวงปู่มั่น ท่านพูดกับพระ “การแก้จิตแก้ยากนะ ให้ภาวนามา ผู้เฒ่าจะแก้วะ ถ้าผู้เฒ่าล่วงไปแล้วไม่มีใครแก้ะ”

ไอ้คนที่แก้มันก็ไอ้พวกเชิญยิ้มนะ แก้แบบเชิญยิ้มร้อยแปดพันเก้าบ่าบอคอแตกกัน อยู่เนี่ย ในวงปฏิบัติเชิญยิ้มเดี๋ยวนี้ยุ่งมาก ไม่มีก็ถือว่ามี ไม่เป็นก็ว่าเป็น พุดไม่เป็นก็แต่งเรื่องขึ้นไป ร้อยแปด แล้วก็อ้างพระพุทธเจ้า ศาสนาพุทธเรียบง่าย ทำแล้วสะดวก

แต่ครูบาอาจารย์ของเราเนะ ท่านอยู่ในวงใน ท่านอยู่ในวงของครูบาอาจารย์ที่ท่านเป็นจริงท่านจะให้ทำความสงบของใจเข้ามา ถ้าใจสงบแล้ว ถ้าใจสงบเป็นจิตที่เป็นสัมมาสมาธิ จิตที่ควรแก่การงาน ไม่ใช่จิตของเรา จิตที่มีกิเลส จิตที่มีความโลภ ความโกรธ ความหลง จิตที่มันมีแรงปรารถนา จิตที่มันคึกคะนองร้อยแปด แล้วมันจะได้อะไรมาละ ก็ได้สิ่งที่มันพอใจเท่านั้นนะ สิ่งที่มันไม่พอใจมันก็ไม่ได้

นี่พูดถึงว่า “ถ้ามันหุดตัว มันหมุนซ้ายหมุนขวา แล้วผมเข้าใจว่านี่มันเป็นจิตหรือมันเป็นกิเลส”

ถูกเห็นเพียงแต่ว่า เมื่อมีสมาธิในระดับหนึ่ง จิตตั้งมั่นในระดับหนึ่ง มันจะรู้ของมันเอง มันควบคุมตัวมันเองได้เลย มันปกครองตัวเองได้ ไม่ให้เข้าไปในความคิดต่างๆ (ตัวเรา) หรือจับความคิดแล้วมันก็ปล่อยความคิดนั้น แล้วมันจะเลื่อนไปหมุนไปข้างหน้าต่อไปเรื่อยๆ เท่านั้น เจ้าค่ะ ส่วนเรื่องว่างๆ นั้นมันเป็นแค่ไม่กี่ครั้งเอง

คำถาม

๑. ความสงบและสมาธิแค่นี้เพียงพอหรือไม่เจ้าค่ะ

๒. จำเป็นไหมที่จะต้องพยายามทำให้สงบมากกว่านี้เพื่อให้มีกายขึ้นมาพิจารณาก่อน

๓. หรือไม่ต้องก็ได้ ให้ทำในสิ่งที่ทำอยู่นี้ให้มันแจ่มแจ้งชัดเจนขึ้นมา เน้นไปที่รู้สึกตัวทั่วพร้อมที่สุด เพียงแค่นี้ก็พอเจ้าค่ะ กราบขอบพระคุณ

ตอบ : ใ้ฉันเขาถามมาเรื่อยๆ ใ้ฉันเขาอยู่อังกฤษ เขียนมาเลย อยู่อังกฤษ แล้วถามมา เมื่อก่อนถามมานะ ก็ทุกข์ๆ ยากๆ แล้วพระไปเผยแผ่ธรรมทางนั้นไง แล้วเขาก็ไปศึกษาธรรมะมาเรื่อยๆ แปะ แล้วบังเอิญเขาเข้าไปดูในเว็บไซต์เรา ถ้ายังไม่ได้ดูในเว็บไซต์เรา เขาก็ยังหกล้มคลุกคลานอยู่นั่นแหละ แต่พอฟังเว็บไซต์เรา เขียนมาเราก็ตอบไปเรื่อยๆ ตอบไป เขาบอก เออ! เขาเข้ามาถูกทาง เข้ามาด้วยความพอใจ เสร็จแล้วก็ทำไปล้มลุกคลุกคลานนะ เดี่ยวเสื่อมเดียวดีมาตลอด สุดท้ายถามมาๆ เราก็บอกว่า มันจะต้องปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม คือคนที่ปฏิบัติธรรมจะมีความสุขความสงบระงับในใจ ให้ปฏิบัติขึ้นมา อย่าไปรับรู้ อย่าไปฟังเรื่องศัพท์เพหะระ แต่คำถามนี้เริ่มเข้าคำถาม

“กราบนมัสการหลวงพ่อกี่เคารพอย่างสูง ลูกได้ฟังเทศน์ของหลวงปู่มั่น (มุตโตทัย) หลวงปู่เหรียญ และอาจารย์สิงห์ทอง ทุกท่านกล่าวถึงการพิจารณากายก่อน”

มันเป็นแบบที่พูดเรื่องเมื่อกี้ เรื่องของสังคมกำลังประพฤติปฏิบัติมันแบบว่าแซร์ลูกใช่ ถ้าใครลงทุนกับเราเดือนหนึ่งจะได้ ๒๕ เปอร์เซ็นต์ ๑๐๐ เปอร์เซ็นต์ อู้ฮู! ใครๆ อยากลงใหญ่เลย

นี่ก็เหมือนกัน การปฏิบัติมันต้องเห็นกายๆ เห็นกายแล้วเราจะสมัคร ที่นี้รับสมัคร สัปเหร่อ ใครอยากจะทำปฏิบัติมาสมัครที่เราเลย เดี่ยวเราจะเปิดห้องดับจิต ใครตายแล้วที่นี้รับ ผากศพ จะได้เห็นกายไง ฝากายเอาไว้เลย เราจะสมัครสัปเหร่อ ใครอยากเป็นสัปเหร่อยกมือ ด่วน ที่นี้ขาดแคลน ต้องการรับสมัครสัปเหร่อ

ในทางประพจน์ปฏิบัติในแนวทางปฏิบัติในสติปัฏฐาน ๔ สติปัฏฐาน ๔ เราพูดอยู่ทุก วัน สติปัฏฐาน ๔ จอมปลอม การเห็นกายปลอมๆ การนี้การสร้างภาพการเห็นกาย ไม่มีอยู่ จริง

การเห็นกายความเป็นจริงต้องทำความเข้าใจเข้ามา ใจที่มันสงบระงับแล้ว จิต สงบแล้วถ้ามันรำพึงเห็นกายได้มันก็เห็นกาย ถ้าคนที่จิตไม่สงบเห็นกายนั้นมันเห็นกายด้วย จินตนาการ การจินตนาการนั้นนะ พอเห็นกายโดยจินตนาการไปแล้ว ปฏิบัติไปแล้วนะ เดียวก็ ไปล้มลุกคลุกคลาน มันไปไม่รอดหรอก มันเป็นไปไม่ได้ สิ่งที่เป็นไปไม่ได้

จะมีธนาคารชาติใดที่รับฝากเงินให้ดอกเบี้ยย ๒๕ เปอร์เซ็นต์ มีธนาคารใดในโลกนี้รับ ฝากเงินให้ ๒๕ เปอร์เซ็นต์ ดอกเบี้ย ๒๕ เปอร์เซ็นต์ มาได้เลย มีธนาคารใดให้ มีไหม ตอนนี ดอกเบี้ยติดลบนะ เอ็งฝาก กูต้องจ่ายตั้งค์ ฎีปุ่่นดอกเบี้ยติดลบครับ ไม่มี ๒๕ เปอร์เซ็นต์หรอก

อันนี้ก็เหมือนกัน เราจะบอกว่าเราสงสารนะ ที่พูดนี้พูดด้วยความสงสารมากๆ สงสาร มากๆ เพราะว่าผู้ที่ถามมานี่ถามเรามาตลอด ถ้าถามเรามาตลอด ที่นี้ด้วยความเป็นอยู่ของเขา เขาอยู่ในสังคมแบบนั้น พอเขาอยู่ในสังคมแบบนั้น คนไทยไปอยู่เมืองนอกมันก็มีสังคมชาวไทย อยู่กลุ่มหนึ่ง พอสังคมชาวไทยอยู่กลุ่มหนึ่ง เวลาเจอกันคุยกันมันก็จะคุยกันเรื่องสารทุกข์สุกดิบ แล้วถ้าใครไปภาวนามาจากไหนก็บอกว่า นี่ไง ที่นั่นปฏิบัติอย่างนั้น ที่นี้ปฏิบัติอย่างนี้ไง

แต่ผู้ถามเรานี้ถามพระสงฆ์มาตั้งนาน ไม่น่าโง่งอย่างนี้ มันน่าจะฉลาดบ้าง แล้วถาม พระสงฆ์มา ก็คุยกันมานาน เพราะคำถามว่า ๑. เขาฟังเทศน์หลวงปู่มั่นในมุตโตทัย หลวงปู่ เจริญ หลวงปู่สิงห์ทอง

๓-๔ องค์นี้สาธุ นี่ครูบาอาจารย์ของเราทั้งนั้นนะ อาจารย์สิงห์ทองก็อาจารย์ของเรา หลวงปู่มั่นนี่อาจารย์ใหญ่ หลวงปู่มั่น อาจารย์ใหญ่ ครูบาอาจารย์เหล่านี้ เวลาผู้ที่ปฏิบัติ ท่านสอนให้กำหนดพุทโธ ท่านสอนให้ทำความสงบของใจก่อน ใจสงบแล้วถ้ามันรำพึงไปเห็นกาย นั่นนะถ้าจิตสงบแล้วเห็นกายมันจะเป็นความจริง

อันนี้ดอกเบี๋ยติดลบหรือดอกเบี๋ยกีเปอร์เซ็นต์มันก็ตามข้อเท็จจริงของท้องตลาด ถ้าท้องตลาดที่เราจะฝาก เราอยู่ในชุมชนใด เงินของเราต้องเดินบัญชีในชุมชนนั้น ชุมชนนั้นเขา กำหนดราคาดอกเบี๋ยเท่าไรมันก็ต้องเป็นราคาตามท้องตลาดนั้น

นี่ก็เหมือนกัน จิตของคนที่สงบแล้ว จิตคนสงบแล้วถ้าไปเห็นกาย เห็นเวทนา เห็นจิต เห็นธรรมตามความเป็นจริง มันถึงจะเห็น

แต่มันมีอยู่สองประเด็น ประเด็นหนึ่งคือว่าไปพึ่งเทศน์เอง ดีความผิด หรือว่ามีคนไปหา

ไ้พวกเขาเห็นกายๆ พิจารณากาย กายอะไร รับสมัครสัปเหร่อ เราจะตั้งเมรุเผาศพ จะมาพิจารณากายกันอยู่ี่ไ้ สัปเหร่อมันก็เห็นกาย สัปเหร่อมันเห็นทุกวันเลย แล้วสัปเหร่อก็อาชีพเขา สาธุ ไม่ได้ดูถูกนะ ถ้าพูดไปแล้วก็เหมือนกับเราไปดูถูกวิชาชีพ ไม่ใช่ดูถูก เพียงแต่เอามาเป็นคติธรรมเฉยๆ สัปเหร่อเขาเห็นกายของเขา แต่อาชีพของเขา สาธุนะ เขาก็ทำประโยชน์สังคมนะ ฉะนั้น เขาเห็นของเขาเป็นวิชาชีพใหม่

นี่ก็เหมือนกัน ในการปฏิบัติๆ ครูบาอาจารย์ท่านสอนว่าต้องเห็นกายๆ การเห็นกายของครูบาอาจารย์ของเราเห็นโดยจิตสงบ แล้วครูบาอาจารย์ที่เป็นจริงด้วย หลวงปู่มั่น ที่หลวงปู่มั่นบอกพิจารณากาย ในมุตโตทัยท่านพูดถึง หนึ่ง สอง สาม สี่ ห้า หก เจ็ด แปด เก้า ศูนย์ ศูนย์นะ ในมุตโตทัยนั้นนะ

มุตโตทัย เราอ่านทุกสำนวน ในมุตโตทัยที่แบบว่า ธรรม ๒๕ เปอร์เซนต์ ๕๐ เปอร์เซนต์ ที่ว่าธรรมสะอาด ธรรมที่ไม่เจือด้วยกิเลส ถ้าธรรมไม่เจือด้วยกิเลส ถ้าเป็นพระ

โสดาบันมันยังมีคุณธรรมส่วนหนึ่ง มีกิเลสอีก ๗๕ ส่วน พระสกิทาคามีมีคุณธรรม ๕๐ เปอร์เซ็นต์ มีกิเลสอยู่ครึ่งหนึ่ง พระอนาคามีมีคุณธรรมในใจ ๗๕ เปอร์เซ็นต์ มีกิเลสอยู่ ๒๕ เปอร์เซ็นต์ ถ้าพระอรหันต์นะ มีคุณธรรม ๑๐๐ เปอร์เซ็นต์เลย เป็นทองคำที่สะอาดบริสุทธิ์ ท่านเปรียบว่า ทองคำในเหมืองคือทองคำที่มีแร่ธาตุอื่นเจือปน กับทองคำที่อยู่ในร้าน ทองคำบริสุทธิ์ ไง นี่มุตโตทัย

โอ้! หลวงปู่มั่นก็ครูบาอาจารย์ใหญ่ของกรรมฐาน หลวงปู่เหรียญก็ครูบาอาจารย์ของกรรมฐาน ยิ่งอาจารย์สิงห์ทองก็ครูบาอาจารย์ของกรรมฐาน แล้วเราฟังมาหรือคนมาไซโคละ

คนเขามาไซโคละ เขาจะให้ดอกเบี๋ย ๑๒๕ เปอร์เซ็นต์ เขาจะให้ดอกเบี๋ยอย่างนั้นเลย นี่ไง แล้วก็อ้าง อ้างความน่าเชื่อถือ อ้างหลวงปู่มั่น อ้างหลวงปู่เหรียญ อ้างอาจารย์สิงห์ทอง อ้าง อ้าง ไม่เป็นความจริง

กรณีอย่างนี้มันเป็นกรณีคนต้องมีปัญญามันถึงได้แย้งเรื่องอย่างนี้ได้ ถ้าฟังมาคือความเห็นของคนพูด ถ้าฟังเองโดยเทปของอาจารย์สิงห์ทอง ของในมุตโตทัย นั้นเราตีความผิด ถ้าเราฟังจากคนอื่นมา แสดงว่าคนอื่นเขาจงใจจะให้ดอกเบี๋ย ๑๒๕ เปอร์เซ็นต์ ให้เราลงขัน ให้เล่นแชร์ลูกโซ่ แต่ถ้าเราฟังเอง เราฟังเอง วุฒิภาวะของเราไม่เข้าใจ

เดี๋ยวนี้ออกเบี๋ยทองตลาด ๑๒ เปอร์เซ็นต์ ๑๓ เปอร์เซ็นต์เหมือนกับเมืองไทยสมัยก่อน ไม่มีอีกแล้ว ตอนนี่ไม่รู้แน่ ตอนนี่เท่าไรก็ไม่รู้ ๓ หรือ ๔ ตอนนี่เราก็ไม่รู้วาก็เปอร์เซ็นต์นะ แต่เมื่อก่อน ๑๐ กว่าเปอร์เซ็นต์ เดี๋ยวนี่ไม่มีอีกแล้ว ที่ว่าดอกเบี๋ยเงินฝาก ๑๒ เปอร์เซ็นต์ไม่มีอีกแล้ว มันเป็นอยู่ในทองตลาด

ถ้าเราฟังมาเอง เราก็ต้องมีวุฒิภาวะ แต่ถ้าเป็นคนอื่น ลูกศิษย์ลูกหาหรือสังคมเขาคูยกัน ไร้สาระ ไร้สาระ อ้าง อ้างมุตโตทัย อ้างหลวงปู่เหรียญ อ้างอาจารย์สิงห์ทอง อ้าง อ้างเอาครูบาอาจารย์มาเป็นเครดิต อ้างครูบาอาจารย์มาเป็นความน่าเชื่อถือ

เพราะครูบาอาจารย์ของท่านสอนพุทโธ อาจารย์สิงห์ทองทำสมาธิอยู่ หลวงตาท่านขึ้นชมอยู่ตลอดเวลา แล้วพิจารณากายตรงไหน แต่เวลาจิตมันสงบแล้ว หลวงตาท่านก็สอนให้ออกมาพิจารณา ท่านสอน จิตสงบแล้วท่านถึงสอนวิปัสสนา เพราะจิตมันสงบแล้วมันถึงจะเห็นสติปัฏฐาน ๔ ตามความเป็นจริง

ที่เราพูดอยู่ทุกวัน สติปัฏฐาน ๔ จอมปลอม กับสติปัฏฐาน ๔ จริงๆ

ไอ้รู้เท่าทันสติปัฏฐาน ๔ ไอ้ นั่นนะมันจำทั้งนั้นนะ นั่นมันกิริยาจำ นั่นนะฝึกทหาร ฝึกการปฏิบัติอย่างนั้นเป็นการฝึกทหาร ตอนเช้าเพิ่งพูดอยู่ว่าพระสงฆ์ ธมฺมา กุสลา ธมฺมา อกุสลา ธมฺมา เอาอีกแล้ว

ก็คำถามมันยั่ว คำถามมันถามมาอย่างนี้ คำถามมันถามมาอย่างนี้ บอกว่า เขาพิจารณากายกัน ทำไมเราพิจารณากายไม่ได้

เราก็พิจารณากายเลยสิ การพิจารณากายมันก็เหมือนเงา เหมือนกับว่าเราชิงสุกก่อนห่าม ถ้าการชิงสุกก่อนห่าม การปฏิบัติไปไม่มั่นคงหรือ การปฏิบัติมันก็ต้องขึ้นไปตามศีลสมาธิ ปัญญา ครูบาอาจารย์ของเราให้เบสิกให้พื้นฐานมันเข้มแข็งขึ้นไป ประพฤติปฏิบัติขึ้นไป เป็นขั้นเป็นตอนขึ้นไป ไม่ใช่ชิงสุกก่อนห่าม อยากรู้ได้ยอดดี อยากรู้เด็ดยอด แล้วก็ล้มลุกคลุกคลาน ธรรมเป็นไปไม่ได้

หลวงปู่มั่น หลวงปู่เหรียญ อาจารย์สิงห์ทอง มีองค์ไหนบ้างที่ไม่อยากให้เห็นกาย มีองค์ไหนบ้างที่ไม่อยากให้ลูกศิษย์ภาวนาเป็น ก็อยากให้ลูกศิษย์ภาวนาเป็นทุกคนทั้งนั้นแหละ แต่การพิจารณาเป็นมันต้องพิจารณามาจากเบสิก มาจากพื้นฐาน มาจากการค้นคว้า การฟังตนเองได้ก่อน

การฟังตนเองได้คือทำสมาธิ จิตตั้งมั่นได้ จิตตั้งมั่นได้แล้วจิตมันค้นหา ค้นหาในสติปัฏฐาน ๔ เห็นกาย เห็นเวทนา เห็นจิต เห็นธรรมตามความเป็นจริง นั่นถึงจะเป็นสติปัฏฐาน

๔ จริงๆ สติปัฏฐาน ๔ จากจิตดวงนั้น เพราะจิตดวงนั้นสงบระงับแล้วจิตดวงนั้นยกขึ้นสู่วิปัสสนาโดยวิธีการสติปัฏฐาน ๔

แล้วสติปัฏฐาน ๔ แล้ว ถ้าใครเห็นกาย เห็นกายตามความเป็นจริงมันก็เห็นกาย ถ้าคนไม่เห็นกายเขาก็เห็นเวทนา คนไม่เห็นเวทนาเขาก็เห็นจิต คนไม่เห็นจิตเขาก็เห็นธรรม เห็นสิ่งหนึ่งสิ่งใดก็ได้ นี่ถ้าตามความเป็นจริงมันจะเป็นอย่างนี้

ไม่ใช่ว่า “ทำไมเขาบอกต้องเห็นกาย แล้วของหนูก็ไม่เห็นกายเลย แล้วหลวงพ่อก็หลอก หนูพุทโธๆ อยู่นี้ หนูพุทโธมากับหลวงพ่อดังหลายปีไม่เห็นได้อะไรเลย”

ไม่ได้อะไรเลย ถ้ามองตัวเองว่าสุขหรือทุกข์ ที่ถามปัญหา มา ถ้ามองปัญหามาว่าล้มลุกคลุกคลานมีแต่ความทุกข์ความยากจนเบื่อหน่ายไม่อยากทำงานนะ แล้วเราตั้งสติปัญญาจนกลับมาพุทโธ กลับมาใช้ปัญญาอบรมสมาธิจนจิตใจจะจับ มีความสงบ แล้วกลับมาทำงานได้ นั่นคืออะไร นี่เราปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม เราปฏิบัติธรรมเพื่อชีวิตของเรา เพื่อจิตของเราให้มันวิวัฒนาการ ให้มันพัฒนาขึ้น จากที่ล้มลุกคลุกคลาน จากที่พึ่งตัวเองไม่ได้ ให้มันพึ่งตัวเองได้ พึ่งตัวเองได้แล้ว ถ้ามันทำความสงบระงับมากขึ้นมันจะเป็นสัมมาสมาธิ ถ้าสัมมาสมาธิแล้วเราจำพึ่งไปที่กายให้มันเห็นกาย นั่นถึงจะเห็นกายสติปัฏฐาน ๔ ตามความเป็นจริง นั่นก็จะเป็นการพิจารณากายแล้วแหละ

แต่ของหนู หนูไม่เคยเป็นอย่างนั้นเลย แล้วเวลาที่เขาสงบเข้ามา เขาเป็นสมาธิอยู่บ้าง มันเป็นระดับหนึ่ง มันควบคุมตัวเองได้ มันระงับตัวเองได้ ไม่ให้เข้าไปติดกับความเป็นตัวตนของเรา แล้วมันจับความคิดแล้วมันก็ปล่อย มันก็เลื่อนไป มันหมุนไปข้างหน้า มันไปได้เรื่อยๆ แค่นี้ แล้วจะทำอย่างไรต่อ

ก็ให้มันสงบ เพราะเราทำสมาธิเพื่อความระงับใจตัวเอง เพื่อความสงบของตัวเอง ถ้าจิตมันสงบระงับแล้ว นั่นแหละคือความสุข สุขอื่นใดเท่ากับจิตสงบไม่มี

จิตมันโง่ จิตมันได้ตะครุบเงา มันได้ไปตะครุบความคิด ไปตะครุบเอาความน้อยเนื้อต่ำใจ ไปตะครุบเอาแต่ปมด้อยของชีวิตเอามาทับถมชีวิตตลอดเลย มันไม่เคยอิสระเลย มันโง่ มันโง่ มันให้กิเลสมันมาหลอกลวง แล้วบอกนี่ภาวนาเก่ง เวลาพุทโธๆ พอจิตสงบเข้ามาไม่เห็นมันได้อะไรเลย

ไม่เห็นได้อะไร เอ็งทำไมไม่ทุกข์ล่ะ ไม่คิดน้อยเนื้อต่ำใจเหมือนเดิมล่ะ ทำไมไม่ตีอกชกตัวแบกอยู่ตลอดเวลาล่ะ ใ้ฉันนี่มันคืออะไรล่ะ ใ้ที่ไม่ตีอกชกตัวอยู่นี่มันเพราะอะไรล่ะ

ก็เพราะว่าพุทโธโง่ ก็พุทโธ นี่โง่ เวลาเราปฏิบัติเราได้น้ำได้เนื้อ เราไม่เห็น แล้วเวลาคนเขาบอกว่าต้องพิจารณากาย เราก็จะทิ้งบ้านเราไปตะครุบเงา ทำงานอยู่นี้จะเป็นสัปเหร่อหรือจะไปสมัครงานสัปเหร่อไซ้ใหม่ จะไปเห็นกายนะ

เห็นกายเราก็เห็นกายของเรานี่สิ ถ้าจิตสงบแล้วมันค่อยเห็น

ใ้ที่ว่า หลวงปู่มั่น มันติตขัดที่ว่าเขาเอาอาจารย์มาบังไว้เนี่ย มันบัง มันก็ครูบาอาจารย์เรานี้แหละ ที่นี้พอครูบาอาจารย์เราเป็นพระผู้ใหญ่ไซ้ใหม่ ถ้าพระผู้ใหญ่พูดอย่างนี้แล้ว พระสงฆ์พระภิกษุก็ออก ก็ต้องพูดตามครูบาอาจารย์สิ เอาครูบาอาจารย์มาอ้างไง

เราบอกว่า สังคมเขาเป็นกันอย่างนี้ ชายแบรรด์กัน ยี่ห่อนั้น ยี่ห่อนี้ แต่เนื้อแท้มีหรือเปล่า เนื้อแท้มันรู้อะไร ไม่มี ไปเอายี่ห่อของอาจารย์สิงห์ทอง เอาหลวงปู่มั่นมา แล้วคิดว่าใ้หงบกกก็อกมันจะยอมจำนน

คารวะนะ นี่ครูบาอาจารย์เราจริงๆ แต่คนที่ศึกษาตีความมั่นเป็นความเห็น มันเห็นความเห็นของคน แล้วเอาครูบาอาจารย์มาบัง นี่กิเลสบังเงา กิเลสเอาธรรมะมาบังไว้แล้วคิดว่าความรู้นี้เป็นธรรม เดียวนี้เป็นอย่างนี้เยอะมาก แต่เอามาขายกับเราไม่ได้ ถ้าไม่ได้แล้ว

อย่างนั้นกรณีอย่างนี้ที่ว่า เพราะเขาบอกว่าเขาต้องพิจารณากาย แล้วของเราไม่พิจารณากาย เราก็ผิดสิหลวงพ่อ หลวงพ่อนี้สอนหนูผิดเลย หลวงพ่อสอนหนูผิดตั้งนานนะ อายเขาจะตายอยู่แล้ว ไม่พิจารณากายสักที

ถ้าพิจารณากาย พิจารณากายอะไรละ พิจารณากายหลอกแตกอย่างนั้นนะหรือ พิจารณากายมันต้องพิจารณาจริงๆ สิ ถ้ามันถึงเวลาจะพิจารณามันถึงจะพิจารณา มันต้องถึงเวลาว่าเรามีคุณสมบัติอย่างนั้น เราถึงทำเรื่องอย่างนั้นได้ เราไม่มีคุณสมบัติอย่างนั้นแล้วเราก็พยายามจะเป็นมันได้กัน พยายามจะสร้างเครดิตกัน แล้วสร้างเครดิตแล้วมันก็ไม่ได้ด้วยกลายเป็นโกหกปกคลุม มหาโจรเที่ยวหลอกหลวงชาวบ้าน

นี่พูดภาษาคนก็ก๊อ ก ใ้หงบมันก็ก๊อ ก ไม่ได้สอนให้พิจารณากาย เอ็งเห็นกายมาสิ เอ็งทำได้เดี๋ยวก็จะเข็นมึงไปเองถ้ามึงทำได้ นี่ทำไม่ได้

นี่พูดถึงให้คนมีจุดยืน แล้วมีปัญหาอย่างนี้ คำถาม “๑. ความสงบและสมาธินี้เพียงพอหรือไม่เจ้าคะ”

เราทำความสงบของใจเข้ามา ที่เขาบอกว่าทำสมาธิได้ๆ ทำสมาธิ สุขอื่นใดเท่ากับจิตสงบไม่มี ในภาวะสังคม สังคม ถ้าเราทำจิตของเราสงบระงับ มันมีความสุข มีความสงบ มีความระงับ

แต่ใ้ที่เขามาหลอกโยมที่เขามาเล่าให้โยมฟังว่าพิจารณากายๆ เขาจะล้วงกระเป๋ายโยม แล้วรู้ไหม ถ้าจะพิจารณากายต้องไปหาอาจารย์นั่น ต้องมีค่ารถ ต้องมีค่าใช้จ่าย เดี่ยวต้องมีค่าขึ้นครู อาจารย์ท่านไม่สบาย ท่านจะพาให้ไปรักษา ต้องจ่ายอีกเท่านี้ๆ เดี่ยวเถอะ ใ้พิจารณากายที่จะพาไปนั้นนะ นั้นมันจะล้วงกระเป๋ายังไม่รู้จักอีกใ้ไหม

“๒. จำเป็นไหมที่ต้องพยายามทำให้มันสงบมากกว่านี้”

เราทำความสงบของเราเข้าไป ใ้ที่ว่าจะเห็นกายไม่เห็นกายมันเป็นวาสนาของคนเหมือนกัน ถ้าคนมีวาสนามันก็จะใ้รู้ใ้เห็น ถ้าคนไม่มีวาสนา เราก็ค้นคว้าหาของเรา ถ้าค้นคว้าหาของเรา คนเราทำความสงบแล้ว ค้นคว้าก็คือพิจารณาความเกิด แก่ เจ็บ ตายนี้แหละ ถ้าพิจารณาการเกิด แก่ เจ็บ ตาย ถ้าจิตมันชัดเจนขึ้นมา จิตมันสงบระงับเข้ามา มันจับเลย พอ

มันจับเลย มันสั้น มันชั่วหัวใจมันสั้นไหวกิเลส นั่นนะถึงจะเป็นความจริง การเห็นกาย การเห็นเวทนา การเห็นจิต การเห็นธรรมตามความเป็นจริง นี่การเห็นตามความเป็นจริง

เพราะว่ากิเลสมันเป็นนามธรรม กิเลสเป็นความรู้สึก กิเลสเป็นความรู้สึก แต่มันมีตัวมีตนนะ มันมีความรู้สึก แต่เวลามันจะแสดงตัวตนของมัน มันแสดงตัวตนของมันโดยกาย เวทนา จิต ธรรม มันอาศัยกาย เวทนา จิต ธรรมเป็นสนามหลอกหัวใจนี้ เป็นสนามหลอกมนุษย์ กิเลส มันเอากาย เอาเวทนา เอาจิต เอาธรรมเป็นสนามหลอกดวงมนุษย์ แล้วมนุษย์คนที่มีสติปัญญา ถ้าจิตสงบแล้วจะเข้าไปหากิเลส

ครูบาอาจารย์ท่านถามบ่อย เห็นกิเลสใหม่ๆ ถ้ามันเห็นกิเลสคือมันเห็นกาย เห็นเวทนา เห็นจิต เห็นธรรม เพราะมันเห็นสนามที่กิเลสมันหลอกใช้อยู่นี้ ถ้าจิตมันสงบแล้วถ้ามันเห็นของมัน ถ้ามันจับต้องของมันได้มันถึงจะเป็นสติปัญญา ๔ ตามความเป็นจริง ถ้ามันเห็นสติปัญญา ๔ ตามความเป็นจริง ถ้าจิตสงบนี้พอใหม่ๆ เราทำความสงบของใจเราเข้ามา

คนไม่มีวุฒิภาวะ คนที่ไม่มีอำนาจวาสนาจะสมัครทำหน้าที่การงานอย่างนั้นไม่มีประสบการณ์ งานเขาเสียหาย เขาไม่รับหรอก คนที่จะทำงานอย่างนั้นได้เขาต้องผ่านงานของเขา เขาทำของเขาได้ จิตที่มันผ่านพ้นกิเลสขึ้นไปมันต้องมีสติปัญญาของมัน

นี่พูดถึงว่า เราทำความสงบของใจของเราต่อเนื่องไป แล้วถ้าเวลาใจสงบแล้วเราพิจารณาการเกิด การแก่ การเจ็บ การตาย สติปัญญา ๔ ไม่สติปัญญา ๔ เดียวจะรู้กัน ทำความสงบของใจเข้ามาแล้วพิจารณาเกิด แก่ เจ็บ ตาย แล้วเดี่ยวถ้าจิตมันเป็น จิตมีอำนาจวาสนา เดี่ยวมันจับต้องของมันแล้วจะรู้ตามความเป็นจริง นี่ภาคปฏิบัติ

“๓. หรือไม่ต้องก็ได้ ให้ทำในสิ่งที่เราทำอยู่นี้ให้แจ่มแจ้งชัดเจนขึ้นมา เน้นไปที่ความรู้สึกตัวทั่วพร้อมที่สุดเพียงแค่นี้หรือเจ้าคะ”

ชักคิดได้เนาะ ถ้ามอง คิดเอง ใ้!

ตั้งสติให้ดี ตั้งสติให้ดี เพราะเราปฏิบัติมา เราเป็นชาวพุทธนะ ชาวพุทธเราจะไม่ให้ใครหลอกใครหลวงเราไง เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสอน หลวงตาท่านสอนว่า ให้เป็นปัจเจกตั้ง เป็นสันติภูมิจึง ให้รู้แจ้งเห็นจริงตามความเป็นจริงของตน นี่ไงไม่ให้ใครหลอก

ไอ้เนี่ย แหม! พอเขาบอกไม่พิจารณากาย เขียนมาถามเลย กลัวพระก็กกกมันหลอกเอา เราอยู่ไกลกันคนละทวีปนะ ไม่ด้วงกระเป่าหรอก ไม่หลอก ไม่หลอก เพราะหลอกก็ไม่ได้ตั้งค์ ไอ้ที่หลอกอยู่ใกล้ๆ กันนั่นนะ ไอ้ที่ชวนกันไปนั่นนะ มันติดกันนั่นนะ มันต้องเสียค่าใช้จ่าย ไอ้ที่นั่นนะมันจะหลอก ไอ้เรามันอยู่คนละทวีปนะ เราอยู่บ้านเรา ไม่หลอก ไม่หลอก ฉะนั้น ไอ้กกกก็อกมันไม่พาไปเสียคนหรอก ทำตัวให้ดีๆ ทำของเราได้

นี่เขาบอกว่า ทำต่ออย่างไร ทำอย่างไร

ทำแล้วมันจะได้ผลของมัน ปฏิบัติของเราเพื่อตัวของเราเนาะ เอวัง