

คุณพระพุทเจ้า

พระอาจารย์สงบ มนัสสุนโต

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๒๐ พฤศจิกายน ๒๕๕๙

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

ถาม : เรื่อง “หัดสวดมนต์”

กราบนมัสการหลวงพ่อกุญชรพยายามหัดสวดมนต์ ในหนังสือเล่มนี้มีบทสวดชัยปริตร คาถา ปัตติทานคาถา กรณียเมตตสูตร ชันธุสูตร มหาสติปัฏฐานสูตรด้วย ลูกก็สวดทั้งหมดเลย ค่ะ (สวดไปๆ ก็มีคำถามในใจว่า ผู้หญิงที่เป็นฆราวาสธรรมดาๆ สมควรสวดมนต์แบบนี้หรือไม่เจ้าคะ) เนื้อหาดีๆ ทั้งนั้นนะคะ แต่บางส่วนของคูล้ายๆ เหมือนของพระนะคะ กราบขอพระคุณค่ะ

ตอบ : นี่คำถามเนาะ คำถามเวลาถาม กรณียอย่างนี้มันเป็นวัฏนธรรมนะ วัฏนธรรม ดุสิต เมื่อก่อนเราบวชใหม่ๆ เราไปทางภาคอีสาน เราไปภาคอีสานนะ เวลาพระเดินไปทางไหน ชาวบ้านเขาจะก้มลงแล้วกราบ เดินไปทางไหนเขาเจอพระเขาจะหลบหลีกให้

พอไปอยู่ทางภาคอีสาน วัฏนธรรมมันบังคับเลยนะ บังคับว่าพระต้องเป็นพระที่ดี ดุสิต เขาเคารพบูชากันขนาดนี้แล้วเราจะทำตัวไม่ดีได้อย่างไร เวลาเราอยู่ทางภาคกลาง เข้าไปในกรุงเทพฯ ไปดุสิต เวลาพระเดินไปไหน โยมมันจะเดินชนพระกระเด็นไปเลย ไม่มีใครหลบใคร หลีกให้หรอก นี่เป็นวัฏนธรรม เพราะว่าด้วยศรัทธาความเชื่อของเขา

แต่พอไปทางภาคอีสาน เวลาเขาจะพุดกับพระเขาพนมมือนะ แล้วพระเดินไปไหนเขา หลีกทางให้ เวลาเขาเจอพระในวัด เขากราบกับพื้นดินเลย เขาก้มลงที่พื้นแล้วกราบกับพื้นเลย ถ้าเราเป็นพระบวชใหม่ๆ มันสะเทือนใจนะ เรามีคุณธรรมอะไร เรามีสมบัติอะไรเขาถึงเคารพ

บุชานานานั้น แต่ถ้าในปัจจุบันนี้เราเข้าใจได้ว่าเป็นวัฏฉนธรรมของเขา เป็นวัฏฉนธรรมของพื้นดิน พื้นดินเขามีเคารพบูชาอย่างนั้น เห็นใหม่ มันออกมาจากหัวใจของเขา

ฉะนั้น เวลาอยู่ในสภาวะแบบนั้นนะ เราควร เขาบอกว่า เราจะไม่ต้องดูถูกดูแคลนความ เชื่อของคน ความเชื่อใจ ความเชื่อ ฉะนั้น นี่เป็นความเชื่อใช่ไหม ฉะนั้น ในภาคอีสานเขาจะบอก ว่า ไปตามวัดตามวา บนอาสน์สงฆ์เขาจะเขียนว่าผู้หญิงห้ามขึ้นๆ ที่ไหนก็ได้ผู้หญิงห้ามขึ้น ที่นี้ พอดคำว่า “ผู้หญิงห้ามขึ้น” นั่นมันก็เป็นวัฏฉนธรรมใช่ไหม

ถ้าผู้หญิงห้ามขึ้น เราย้อนกลับ เราย้อนกลับมา ดุติ เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธ เจ้าสอนนะ สอนภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา ภิกษุณี ภิกษุณีก็เป็นพระอรหันต์เหมือนกัน ภิกษุ ภิกษุณีก็เป็นเอตทัคคะเหมือนกัน เป็นภิกษุณีก็เป็นเอตทัคคะ แล้วดุติ ในสมัยสองพันกว่า ปี ในสมัยพุทธกาล เรื่องผู้หญิงผู้ชายมันเป็นความเชื่อนะ เรื่องผู้ชาย ผู้ชายมีศักยภาพมาก เวลาผู้หญิงเป็นสมบัติของผู้ชาย ฉะนั้น นี่ความเชื่อของเขา

แต่พระพุทธศาสนาอนุญาตให้ผู้หญิงบวชมาตั้งสองพันกว่าปีแล้ว ถ้าอนุญาตให้บวช มาสองพันกว่าปีแล้ว แต่ในวินัยของภิกษุณี ภิกษุณีจะจำพรรษาอยู่เฉพาะภิกษุณีเองไม่ได้ ภิกษุณีจำพรรษาอยู่ด้วยตัวเองไม่ได้เพราะภิกษุณีเป็นผู้หญิง พอเป็นผู้หญิงแล้ว ภิกษุณี ใน พระไตรปิฎก ภิกษุณีโดนพวกนักเลงหัวไม้ทำร้ายร่างกายเยอะแยะ

ฉะนั้น พอโดนทำร้ายร่างกาย สมัยนั้นเพราะเป็นความเชื่อใช่ไหม สมัยพุทธกาลนะ สมัยสองพันกว่าปีแล้ว สมัยปัจจุบันนี้ผู้หญิงในบางประเทศเขายังไม่ได้รับสิทธิเสมอภาคคนอื่น เลย แล้วสมัยนั้นสิทธิเสมอภาคมันจะมีไหม ถ้าสิทธิเสมอภาคมันไม่มีอย่างนั้น ฉะนั้น วินัยของ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นการปกป้อง ภิกษุณีจะจำพรรษาได้ต่อเมื่อจะมีภิกษุอยู่ ด้วย มันมีอย่างนั้นไง มันเป็นวัฏฉนธรรมเป็นความเชื่อ นี่เราพูดเรื่องวัฏฉนธรรมความเชื่อก่อน

ถ้าวัฒนธรรมความเชื่อแล้ว ทีนี้เราจะบอกว่ามีคนคิดน้อยใจบอกว่า ไปตามวัดตามวา แล้วเขาเขียนไว้บนอาสน์สงฆ์ บนศาลาว่าผู้หญิงห้ามขึ้นๆ แล้วก็ไปคิดแบบเด็กสมัยรุ่นใหม่ไง อ้าว! อย่างนี้มันก็กดขี่กันนะสิ มันไม่เสมอภาค

ความเสมอภาคมันเสมอภาคในหัวใจเราไง ใช้นี้มันเป็นวัฒนธรรม วัฒนธรรมที่เขา ดูแลกันมา เราควรเคารพ เราควรเคารพความเชื่อของเขา วัฒนธรรมของเขา แต่ความเชื่อของเรา ความคิดของเรา เราก็เก็บไว้ในใจของเรา แล้วถ้าเวลาเราจะมาประพฤติปฏิบัติขึ้นมา มัน เป็นสิทธิ์ของเราไง ถ้าเป็นสิทธิ์ของเรา เราทำสิ่งใดก็ได้

นี่พูดถึงไง พูดถึงเวลาตอบคำถาม คำถามบอกว่า เวลาเขาเป็นผู้หญิง เขาเป็นผู้หญิง แต่เขาสวดมนต์ได้ไหม เขาสวดมนต์ มันมีความคิดขึ้นมา เขาสวดไปๆ แล้วเป็นผู้หญิงด้วย เป็น ฆราวาสด้วย เป็นคนธรรมดาด้วย สมควรสวดมนต์แบบนี้หรือไม่

สมควร เพราะว่า การสวดมนต์ การสวดมนต์มันเป็นเจริญพุทธมนต์ พุทธมนต์อันนี้เป็น ธรรมะองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเทศนาว่าการไว้ ถ้า องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเทศนาว่าการไว้ เวลาสวด พระทำวัตรๆ สวดธัมมจักขุ สวด อาทิตตปริยายสูตร อนัตตลักษณะสูตร มันก็เป็นคำสอน ธัมมจักขุ พระอัญญาโกณฑัญญะมี ดวงตาเห็นธรรม สวดอนัตตลักษณะสูตร ปัญจวัคคีย์เป็นพระอรหันต์ สวดอาทิตตปริยายสูตร ชฎิล ๓ พี่น้องเป็นพระอรหันต์ เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเทศนาว่าการจบบทนั้น เป็นพระอรหันต์เป็นพันๆ นะ

แล้วเราก็มาสวดกัน ทำไมเราจะสวดไม่ได้ สวดนี้ประเสริฐ สวดนี้เลอเลิศ เพราะอะไร เพราะเป็นคำสอนไง เป็นคำสอน สอนอนัตตลักษณะสูตร สอนปัญจวัคคีย์

“ซันท์ & เป็นของเราหรือไม่เป็น”

“ไม่เป็นพระเจ้าคะ”

“ไม่เป็นแล้วมันเป็นสุขหรือเป็นทุกข์”

“เป็นทุกข์พระเจ้าคะ”

“แล้วเป็นทุกข์แล้วเธอยึดไว้ทำไม ทำไมไม่ทิ้งไม่ขว้างมันไป”

ก็ทิ้งมาเป็นชั้นๆ เข้ามา จนถึงที่สุดแล้วเป็นพระอรหันต์เลย พอเป็นพระอรหันต์ขึ้นมา
สวดมนต์นี้ เป็นผู้หญิงสวดมนต์ได้ไหม

ได้ ทำไมมันจะไม่ได้ ได้ทั้งนั้นนะ สวดมนต์นี้ได้ มันเป็นเจริญพุทธมนต์ เป็นพุทธคุณ
ด้วย คุณขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า มันประเสริฐทั้งนั้นนะ ที่นี้เวลาสวดๆ ขึ้นมา สวด
นี้ดีมาก เราสวดขึ้นมา สวดแล้วนะ เขาบอกเราสวดแล้วเนื้อหาสาระดีมาก

มหาสมัชช ในมหาสติปัฏฐาน หลวงปู่มั่นสวด หลวงปู่มั่นสวดมนต์ทุกวัน หลวงตาท่าน
บอกท่านก็สวด ท่านสวดของท่านอยู่องค์เดียว เวลาอยู่กับครูบาอาจารย์นะ มันเป็นแบบว่า
ความถนัด

เวลาหลวงปู่มั่นท่านมีปัญหา ท่านรวมก็รวมที่ศาลา ศาลาที่วัดหนองผือ นะ แต่ถ้าเป็น
ปกติจะไปที่กุฏิของท่าน กุฏิของท่าน เราไปอุปัฏฐากใช้ไหม ไปอุปัฏฐากท่าน ไปฟังเทศน์ มันมี
ข้อสงสัยก็ขึ้นไปถามท่าน ท่านก็เทศน์ให้ฟัง แต่ถ้าท่านจะเทศน์เป็นทั้งวัดท่านจะเทศน์ที่ศาลา

นี่ก็เหมือนกัน หลวงตาท่านบอกว่า เวลาท่านรวม ท่านรวมที่ศาลา แต่เวลามีปัญหา
ไปหาที่กุฏิท่าน แล้วเวลาสวดมนต์ท่านให้สวดส่วนตัว คือต่างคนต่างสวด ต่างคนต่างสวด
เพราะการภาวนาจิตของคนไม่เหมือนกัน ถ้าจิตของคนไม่เหมือนกัน คนที่นั่งตั้งคั่นก็ได้ นั่ง
เจ็ดชั่วโมงก็ได้ นั่งมากนั่งน้อยแต่ละคนไม่เท่ากัน ถึงให้ทำเต็มที่เลย มันเหมือนการศึกษา
ของผู้สูงวัยผู้มีอายุ เห็นไหม

แต่ถ้ามันเป็นจัดระเบียบ จัดต่างๆ มันเป็นการศึกษาของโรงเรียนอนุบาล โรงเรียน
อนุบาลถึงเวลาที่ทำวัตรสวดมนต์ ทำวัตรสวดมนต์ นั่งภาวนาที่ศาลา นี่มันโรงเรียนอนุบาล
โรงเรียนประถม แต่ถ้าโรงเรียนผู้ใหญ่เขาวัดหน่วยกิต ถ้าพร้อมเขาก็สอบได้ นี่พูดถึงแนวทางใน
การปฏิบัติมันมีแบบว่าจิตนิสัยครูบาอาจารย์

เราอยู่มาทั้งนั้นนะ อยู่สายหลวงปู่ขึ้นท่านสวดมนต์ทุกเย็นแล้วก็นั่งสมาธิ ท่านจะเทศน์ทุกวันเลย หลวงปู่ขึ้นนี้ ท่านเทศน์นะ เทศน์ด้วยคุณธรรมของท่าน โอ้ย! ฟังแล้วขนลุกทั้งนั้นนะ เพราะคำเทศน์ของท่าน ท่านเทศน์นะ “พุทโธสว่างไสว พุทโธส่องใส”

อู๊ย! มันสะเทือนใจ สะเทือนมาก สะเทือนเพราะอะไร คุณธรรมของท่านนะ บารมีของท่านนะ เวลาไปฟังคนอื่นพูดมันไม่เห็นกินใจอย่างนั้นเลย เวลาคนอื่นพูดมันฟังแล้วจืดๆ เวลาฟังท่านพูดนะ อู๊ย! ขนลุกขนพอง นี่บารมีธรรมของท่าน เวลาท่านเทศน์อย่างนั้นบ๊อบ เรานั่งภาวนาไป จิตมันก็แน่น จิตมันก็ดูดีมี จิตมันไม่แผ่สายอยู่อย่างนั้นนะ มันทำงาน นี่พูดถึงว่าสายหลวงปู่ขึ้น เราเคยอยู่กับสายหลวงปู่ขึ้นมา ท่านทำวัตรเย็น ทำวัตรเช้า แล้วก็นั่งภาวนาต่อ

แต่ถ้าสายหลวงตา อาจารย์สิงห์ทองท่านพูดเอง อาจารย์สิงห์ทองท่านพูดกับพระนะ ครูบาอาจารย์เราท่านไม่พาทำ ท่านให้ต่างคนต่างสวด ต่างคนต่างทำ ต่างคนต่างทำมันเป็นผู้ใหญ่ ใครทำมากทำน้อยให้มูมานะกันไป นี่พูดถึงเวลาสวดมนต์

ที่นี้บอกว่าการสวดมนต์สุดยอดใหม่ สุดยอด สุดยอดเลย แต่สวดมนต์แล้วอย่าลืมพุทโธนะ สวดมนต์แล้วต่อเนื่องไปก็คือภาวนา ถ้าบอกว่าสวดมนต์สุดยอด เราก็จะสวดมนต์สุดยอด สวดมนต์นี่จิตลงได้ จิตเป็นสมาธิได้ แต่ว่าพุทโธๆ เป็นคำบริกรรม มันเหมือนเราเข้าเผชิญกับความจริงเลย เราจะบอกว่า สวดมนต์นี่มันก็เป็นบุญกุศลอันหนึ่ง แต่ขึ้นไปเราก็ต้องภาวนาไป

ถ้าบอกว่า อย่างนี้ดีมาก ๆ เพราะทุกคนนะ ทุกคนจะแสวงหาความดี แล้วพออันนี้ดีก็ติดตรงนั้นเลย อย่างอื่นไม่ทำต่อ

การสวดมนต์ การสรรเสริญพุทธรูปคุณ เป็นการสรรเสริญธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า สุดยอด แล้วสวดแล้วแปลนะ สวดแล้วมีความเข้าใจนะ โอ้โฮ! มันซาบซึ่งมาก ท่านซาบซึ่งกินใจเราเลย แต่เวลาจะเอาจริงๆ ขึ้นมา เราต้องบริหารจัดการได้ เราต้องทำจิตของเราให้สงบ

เวลาจิตสงบแล้วเดี๋ยวมันคลายตัวออกมา เราจะทำให้มันสงบต่อเนื่องอย่างไร แล้วทำให้สงบต่อเนื่องไปแล้ว เพราะจิตสงบแล้วออกมาฝึกหัดใช้ปัญญา มันจะเป็นศีล สมาธิ ปัญญา ปัญญาอย่างนั้นมันก็เข้าสู่มรรค ๓ เข้าสู่มรรค มรรค ๘

ศาสนาไหนไม่มีมรรค ศาสนานั้นไม่มีผล ถ้ามรรคมันไม่ครบใจ คือสวดมนต์มันก็เป็น ศรัทธาใช้ใหม่ มันก็เป็นการสรรเสริญพุทธคุณ แล้วปัญญาของเราละ แต่ถ้ามันแปลความหมาย มา ปัญญาของเราใคร่ควรดูไปด้วยนะ ปัญญาเรามันก็แตกแขนงออกไป เห็นใหม่

ปัญญาอยู่ที่เราพิจารณา มันจะแตกแขนงออกไป มันจะกว้างขวางออกไป มันจะร้อยคั้น กลับมาในใจของเรา ปัญญาของเรา ถ้ามันเกิดขึ้นมันก็ศีล สมาธิ ปัญญา ปัญญาอย่างนี้เกิด จากภาวนามยปัญญา

ฉะนั้น สิ่งที่เขาบอกว่าเขาสวดมนต์ เขาเป็นผู้หญิงสวดได้หรือไม่ เป็นบุคคลธรรมดา ด้วยนะ เขาว่านะ เป็นผู้หญิง เป็นฆราวาสธรรมดาๆ คนหนึ่ง จะสวดมนต์อย่างนี้ได้หรือไม่ เพราะเขาเห็นว่าบทสวดมนต์มันสูงส่งมาก

ใช่ สูงส่งมาก เพราะเป็นคำพูดขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แล้วเรา เอามาสาธยายกัน สาธยายเพื่อเป็นที่ยึดเหนี่ยว สาธยายคุณของพระพุทธเจ้า อันนี้ ประเสริฐมาก อันนี้ดีมาก แต่ต้องภาวนาต่อนะ สวดมนต์ส่วนสวดมนต์ ภาวนาส่วน ภาวนา

ก่อนที่จะภาวนาจิตใจมันฟุ้งซ่านมาก สวดมนต์ก่อน สวดมนต์มันก็เหมือนให้น้ำ สวดมนต์ก็เหมือนน้กมวยไหว้ครู ให้น้ำเสร็จแล้วก็พุทโธต่อเนื่อง เราสวดมนต์ก่อน สวดมนต์เตรียม ความพร้อมของจิตใจของเรา เตรียมความพร้อมร่างกายของเรา แล้วเราก็ภาวนาพุทโธหรืออานาปานสติต่อเนื่องไป

เรายังแบบว่า ทำได้ใหม่ ได้ ดีใหม่ ดี แต่ความดีที่มันจะดีกว่านี้ ความดีที่จะเอาหัวใจของเราไว้ มันยังมีการกระทำข้างหน้าต่อไป เราต้องทำสิ่งที่ดีขึ้นๆ ไปเพื่อให้เราดีขึ้นต่อเนื่องไป นี่พูดถึงว่า สวดมนต์แล้วอย่าลืมภาวนาด้วย

ถาม : เรื่อง “ซ้า”

หลวงพ่อกับ ถึงตอนนี้ผมยังภาวนาแบบเดิมอยู่ครับ พอกำหนดลมหายใจถึงขั้นรู้สึก ว่าลมหายใจแทบไม่มี แต่รู้สึกได้ว่ายังมีอยู่ ร่างกายนี้ก็ตั้งไว้เฉยๆ เลยครับ ผมก็เริ่มออกมาพิจารณาอาการความเจ็บปวดบ้างเวลานั่ง บางทีมันก็เอากายมาเทียบเคียง ประมาณว่า ความเจ็บปวดนี้เกิดจากอะไร ร่างกายของเราหรือ กายเป็นอย่างไร ประกอบด้วยอะไร ก็ลึกๆ ลงไปเรื่อยๆ จนรู้สึกว่าร่างกายนี้พิจารณาปล่อยในระดับหยาบๆ

จากนั้นก็กลับมาพิจารณาความเจ็บ ความเจ็บนี้ทำไมถึงเจ็บ ใครเจ็บ ทำไมถึงบอกว่าเจ็บ ตัวเราหรือ มันก็ไม่ใช่ กายก็เพิ่งพิจารณาไป มันก็ไม่ใช่ คราวนี้มันก็ปล่อยของมันอีก ความรู้สึกว่ามันยังอยู่ชั้นหยาบๆ บางทีผมก็คิดว่ามันเป็นสัญญา แต่มันก็ไม่ใช่ เพราะภาวนาจิตมันสงบได้ที่แล้ว เหมือนมันพร้อมที่จะออกทำงานแล้ว หลวงพ่อกับ จากที่ผมเล่ามานี้การพิจารณาของผมถูกหรือเปล่าครับ ขอบพระคุณครับ

ตอบ : นี่พูดถึงว่า ซ้า คือถามซ้านะ คือยังไม่แน่ใจ ถ้าถามซ้า เห็นไหม

ในการพิจารณาของเรา การพิจารณาอย่างนั้น ถ้าการพิจารณาแบบว่า การพิจารณาร่างกายของเรา การพิจารณาความเจ็บปวดถูกต้องไหม ถูก แต่มันเป็นอดีตอนาคตหรือเปล่า

ถ้ามันไม่ใช่อดีตอนาคต มันก็ต้องเราทำความเข้าใจเข้ามา เวลาใจสงบแล้วเป็นปัจจุบัน เราพิจารณาปัจจุบัน คำว่า “ปัจจุบัน” มันสดๆ ร้อนๆ พอมันสดๆ ร้อนๆ ถ้ามันปล่อยมันก็ปล่อยสดๆ ร้อนๆ แต่คนเรามันเคยปล่อยหนหนึ่ง เวลานั้นพิจารณาแล้วมันก็จะเอาของเดิมมาอุ้งกิน ถ้าเอาของเดิมมาอุ้งกิน นี่ไง ครูบาอาจารย์เราที่ประพฤติปฏิบัติมาท่านถึงหวังตรงนี้ไง หวังเรื่องสัญญาๆ สัญญาคือความจำ ความจำ เห็นไหม

เวลาอาหาร เวลาเราทานหมดไปแล้ว อาหารที่เหลือเก็บไว้จะเน่าบูดหมดเลย แต่ความจำตั้งแต่ชาติที่แล้วมันยังไม่เน่าไม่บูดเลย ความจำมันจำมาตั้งแต่สมัยไหนมันก็ยังบอกของมันใหม่ ๆ “อันนี้ไม่ใช่สัญญา สดๆ ร้อนๆ” ทั้งๆ ที่มันจำมาจนขึ้นราแล้ว มันแบบว่ามันเข้าข้างตัวเองทั้งนั้นนะ เวลากิเลส เราเองเราจะแยกตรงนี้ไม่ถูกหรอก

ฉะนั้น สิ่งที่จะถูกนะ วางให้หมด แล้วกลับไปพุทโธ พุทโธๆ จนจิตสงบแล้วค่อยมาพิจารณา ถ้าพิจารณา ถ้ามันสดๆ ร้อนๆ นะ มันสดๆ ร้อนๆ ของมันสดๆ ร้อนๆ มันทำอะไรของมันจะได้ผลทั้งนั้นนะ เวลาพิจารณาไปถ้าสดๆ ร้อนๆ โอ้โฮ! มันแว้งว้าง มันปล่อยหมดเลย แล้วก็ชอบ แล้วก็ทำอะไรเหมือนเดิมนะ

กิเลสมันรู้เท่าแล้ว คราวนี้มันเอาเปลือกกกล้วยไปวางไว้ เดินไปเหยียบเปลือกกล้วยเดินไปเลย มันหลอกนะ แต่เราไม่รู้ว่ากิเลสเรามันหลอก สิ่งหลอก กิเลสที่มันร้าย มันร้ายอย่างนี้ มันก็เอาของที่เรเคยทำ เอาของที่เรทำแล้วได้ประโยชน์เอามาทำซ้ำ ทำซ้ำขึ้นมา เราก็ไม่ได้

แต่เวลาคนที่ถามปัญหาเรามานะ บอกหลวงพ่อมันติดขัดอย่างไร เราบอกให้ทำซ้ำ ทำซ้ำ หมายความว่า ถ้ามันยังสงสัยอยู่ ทำความสงบของใจเข้ามา พอใจมันสงบแล้วฝึกหัดพิจารณา ถ้าสดๆ ร้อนๆ นะ มันจะเป็นของปัจจุบัน มันมีรสมีชาติ แล้วมันจะปล่อย ปล่อยจริงๆ

แต่ถ้ามันไม่สดๆ ร้อนๆ นะ เราคิดเอาเอง คาดหมายเอาเอง ปฏิบัติธรรมไม่สมควรแก่ธรรม มันก็ครึ่งๆ กลางๆ เก้อๆ เขินๆ จะได้ก็ไม่ใช่ ใส่มิใช่ก็ว่าจะใช่ ใส่มิใช่หรือมันก็ไม่ใช่ มันก็อย่างนี้ ใส่มิใช่ก็ว่าใช่ ใส่มิใช่ก็ว่าไม่ใช่ ใส่มิใช่ก็เลยมั่วกันอยู่อย่างนี้

วาง เวลาครูบาอาจารย์เราสอนให้วางให้หมดเลย กลับไปพุทโธ พุทโธให้จิตสงบ พอจิตสงบแล้ว พอจิตสงบแล้วมันก็ชี้แจงแล้ว โอ้โฮ! กว่าจะสงบเกือบตาย สงบแล้ว “นิพพานแล้วแหละ สุขมาก”

เวลาปฏิบัติไปขยับซ้ายก็ติด ขยับขวาก็ติด ไปข้างหน้าก็ลื่นล้ม ไปข้างหลังหรือมันก็จะตกเหว การปฏิบัตินี้ โอ้โฮ! นี่ไง ที่ว่าปฏิบัติต้องมีสติ ต้องรอบคอบ ต้องอะไร ครูบาอาจารย์ท่านปฏิบัติมาท่านรู้ว่ากิเลสเนี่ยมันร้ายนัก ท่านบอกเหมือนยางเหนียวไง

ยางเหนียวคือมันเป็นยางเหนียวใช่ไหม แล้วเราขยับไม่ได้เลย ซ้ายก็ติด ขวาก็ติด ขยับไป เป๊ะ! ติดแล้ว ค่อยๆ แกะ ตราข้างๆ ติด กิเลสมันคือยางเหนียว ขยับไม่ได้ ติดหมด ติดทุกแห่งทุกมุม ติดทั้งนั้น แต่จะทำอย่างไรให้มันสมดุลงพอดีเป็นช่องพอไปได้ นี่ครูบาอาจารย์ท่านสอนสอนอย่างนี้ เราอยู่กับครูบาอาจารย์มานะ เวลาครูบาอาจารย์ท่านสอน ท่านสอนอย่างนี้

ถ้าสอนอย่างนี้ปั๊บ สิ่งที่เราทำ ทำไมจะพูดไม่ได้ การพิจารณากายเราก็พิจารณามาแล้ว คนที่ไม่พิจารณาเลยมันก็จำมาพูด แต่คนที่พิจารณาแล้วมันทำได้ มันเคยทำได้มันก็พูดได้ แต่การพูดนั้นมันพูดสมบัติเดิม พูดตั้งแต่ชาติที่แล้ว ชาติที่แล้วเคยทำได้ ชาตินี้กำลังขวนขวายอยู่ ชาตินี้กำลังต่อสู้อยู่นี้ แต่นั่นมันชาติที่แล้ว ยังเอามาคุยไม่อยู่ได้นะ

ใช้คำว่า “เอามาพูด” มันไม่เสียหายหรอก เพราะเรามีประสบการณ์มา แต่เวลามาทำปัจจุบันนี้ติดหมด แล้วพอดิติดหมดไปแล้วนะ พอดิติดบ่อยๆ ติดบ่อยๆ แล้วมันล้า พอดิติดบ่อยๆ แล้วมันล้า พอดิติดบ่อยๆ แล้วมันจะแบบว่าไม่อยากทำอีกแล้ว ทำไปแล้วก็เท่านี้ ทำไปแล้วก็ไม่ได้ ทำไปแล้ว โอ้โฮ! กิเลสเนี่ยร้ายนัก

ฉะนั้น สิ่งที่เขาพูดมาเขาบอกว่า เขาถามไถ่ ถามว่า สิ่งที่เขาทำถูกหรือไม่

ถูก ถูกแล้วนะ ต้องให้เป็นปัจจุบัน ถูกแล้ว เห็นไหม พอบอกถูก “ก็หลวงพ่อบอกว่าถูกแล้วก็ต้องถูกสิ”

ถูก ถูกที่พูดมานะถูก แต่ปัจจุบันนี้ไม่ถูก ไม่ถูกเพราะอะไร ไม่ถูกเพราะมันงงๆ นี่ไง ไม่ถูกเพราะไม่เข้าใจนี่ไง แต่ถ้าถูกแล้วมันวางหมดนะ มันวางหมด นี่มีชฌิมาปฏิบัติ สมดุลงพอดีแล้วนะ รอบคอบ สูดทำยดีหมด

แต่ถ้ามันยังไม่ถูก ไม่ถูกก็ทำซ้ำ ทำซ้ำ หมายความว่า กลับไปทำความสงบก่อน ถ้าทำ ความสงบแล้วมันปล่อยวางหมดใจ แบบว่าล้างไฟ พอถ้าเรากลับเข้าไปสู่อุทฺถาโร ให้จิตสงบ เหมือนล้างไฟหมดเลย เริ่มต้นกันใหม่ พอเริ่มต้นใหม่เราก็เริ่มต้นใหม่ เริ่มต้นใหม่ก็งานเก่านี้แหละ แต่เริ่มต้นใหม่ ทำใหม่ ขึ้นยกใหม่ ยกนี้ฟาวล์ ทำแล้วกรรมการจับแพ้ฟาวล์เลย ไม่ได้ อะไรเลย อ้าว! เริ่มต้นใหม่ๆ แต่เริ่มต้นใหม่ต้องกลับไปพุทฺโธให้มีกำลังขึ้นมา

ไฉนมันไม่อย่างนั้น พอเริ่มต้นใหม่มันคิดเลย กายเป็นอย่างนั้น จิตเป็นอย่างนั้น มันคิดแต่ของเดิม มันเป็นความคิด มันไม่มีกำลัง มันไม่เป็นปัจจุบันนะ ไฉนที่คิดมันเป็นอดีตหมดนะ เพราะยกที่แล้ว ยกที่แล้วโดนจับแพ้ฟาวล์ไป ก็จับแพ้ฟาวล์ไปแล้ว ไปคิดอะไรล่ะ พอจับแพ้ฟาวล์ไปแล้วก็จะมาเอาคะแนนยกนี้ได้อย่างไร ก็แพ้ฟาวล์ไปแล้ว เขาไม่ให้

นี่ก็เหมือนกัน เริ่มต้นใหม่ก็ต้องกลับมาเริ่มต้นใหม่ ไปคิดอย่างนั้นไม่ได้ ต้องเปลี่ยน นี่เขาเรียกอุบาย หลวงตาท่านพูดนะ ถ้าใครทำซ้ำๆ ซากๆ ท่านบอกว่า “โง่ยิ่งกว่าหมาตาย” เห็นหมาตายใหม่ หมามันตายแล้ว โง่กว่ามันนะ หมามันนอนตายอยู่นั้นมันไม่มีชีวิตนะ แล้วเราโง่กว่ามันนี่แสดงว่าขนาดไหน

นี่เวลาหลวงตาท่านเห็นเอาให้คนได้คิดใจ ท่านบอกว่า ทำภาวนาโง่อย่างกับหมาตาย ถ้าคนมันก็ต้องคิดบ้างสิเว้ย คนมันก็ต้องมีความคิดสิ มันต้องพลิกต้องแพลงสิ อะไรนี่ภาวนาแบบโง่ยิ่งกว่าหมาตาย ฟังแล้วชอบใจ โง่ยิ่งกว่าหมาตาย หมามันตายไปแล้ว เราโง่กว่ามันนี่แสดงว่า เพราะหมาตายมันไม่มีจิตใจ ไม่มีชีวิต มันคือซาก ซากหมา แล้วเราโง่กว่ามันนี่แสดงว่า อู้อู้อู!

นี่โง่ ฉะนั้น เวลาที่จะทำซ้ำๆ ต้องเป็นคนมีชีวิตด้วย ไม่ใช่โง่กว่าหมาตาย มันก็ต้องใช้ปัญญาอย่างนี้ไง แล้วมันจะได้

ไม่อย่างนั้น ไฉน! ท่านพูดนะ คงจะแบบเต็มทีของท่าน คงจะถามซ้ำถามซาก ถามแล้วถามอีกมันไม่ไปไหนโง่ ท่านบอกเลย นักภาวนาโง่ยิ่งกว่าหมาตาย ไฉน! โง่ยิ่งกว่าหมาตาย

นี่ โห้โฮ! สุกๆ เลย มันจะได้ขึ้นมาเฉลียวฉลาดบ้าง ได้คิดขึ้นมาเพื่อหาทางออกบ้าง ไม่อย่างนั้น
โง่อย่างกับหมาตายอยู่นั่นละ จบ

ถาม : เรื่อง “พุทโธผุด”

กราบนมัสการหลวงพ่อกุญ ได้มีโอกาสมาปฏิบัติธรรมในพรรษาปีนี้ ได้พบความรู้สึกลึก
มากมาย ได้รับความรู้ความเข้าใจจากการฟังเทศน์ ได้รับรู้ว่าจิตสงบเป็นอย่างไร ได้รู้สติ
อยู่กับกายเป็นอย่างไร ได้เห็นโทษเวลาโกรธมันวิ่งและรุนแรงอย่างไร ทำให้เกิดระงับและ
ปล่อยวางได้มากขึ้นและนานขึ้น

ขณะที่ลูกได้ปฏิบัติ ลูกกำหนดพุทโธพร้อมลมหายใจและขาที่ก้าวเดิน เกิดเหตุ
มากมายกับลูก ขอกราบเรียนในเรื่องเดินจงกรม

วันนั้นลูกรู้สึกสบายๆ เดินจงกรมรู้สึกวันนี้อากาศดีมาก ลมเย็นๆ พัด อาจมียุ่งบ้างแต่น้อยกว่าวันอื่นๆ เดินกำหนดพุทโธพร้อมเท้าที่ละก้าว สักพักก็รู้สึกได้ว่าเหมือนผ่านประตูบานหนึ่ง แล้วเสียงปั่นจั่นที่เขาทำงานกัน เสียงจิ้งหรีด แสงเทียนก็หายไป ลูกรู้สึกได้ถึงว่า พื้นจงกรมที่แข็งๆ มันนุ่มเหมือนฟูก ตัวเราเบาสบายๆ เหมือนไม่ได้เดินกระทบกับพื้นเลย ไม่มีตัวตนเราเลย พอจิตถอนออกมา เหมือนโลกนี้เราได้ชาร์จแบตเตอรี่เต็มๆ เบาๆ และชุ่มเย็นในจิตใจอย่างบอกไม่ถูก

ระหว่างปฏิบัติใหม่ๆ ก็ทรมานมากจนคิดว่าจะอยู่ไม่ได้ แต่นึกถึงแม่และสัจจะในตนเองที่ตั้งไว้ตั้งแต่ปี ๒๕๕๘ ลูกก็เดินท่องแต่คำว่า “เพียรๆ” ให้ตัวเองจนอยู่ได้อย่างสงบ ลูกได้ลากลับบ้านในวันออกพรรษา วันจันทร์ที่ ๑๘ ด้วยหัวใจที่พองโต เบาสบาย ชุ่มชื้นอย่างอธิบายไม่ถูก พบใครก็ต้องการให้เขาสุขแบบเรา ไม่ต้องการอะไรอีกแล้ว มีแต่อยากให้ทุกคนมีความสุข กราบเรียนมาดังนี้

๑. อาการที่เกิดจากการเดินจงกรมคือสมาธิหรือเปล้าคะ

๒. ช่วงเวลาภาวนาได้ประมาณสองเดือนกว่า เกิดเหตุการณ์คือภายในจิตของลูกผูก
 ภาวนาเอง จนวันที่ลูกขับรถก็ยังพุทโธๆ เอง ซึ่งลูกไม่สามารถกำหนดให้วางได้ ต้องจอดรถและ
 รวบรวมสติจึงวางได้ ก่อนหน้านี้เคยนอนไม่ได้หนึ่งวัน เพราะพุทโธ เดินตลอดไม่หยุด ลูกไม่
 แน่ใจว่าเป็นอะไร แล้วควรทำอย่างไร

๓. การนั่งภาวนาไปได้ระยะหนึ่ง เมื่อลูกรู้สึกจิตสงบ สิ่งที่เกิดขึ้นคือเหมือนลมหายใจ
 สะดุดและจิตก็จะหลุด แต่หากลูกนั่งภาวนาต่อไป ลมหายใจก็สะดุดถี่มาก ประมาณครึ่งชั่วโมง
 ลมหายใจจึงหยุด อยากกราบหลวงพ่อ ตั้งใจกราบเรียนถามหลวงพ่อ แต่พอถึงเวลาพูดไม่ออก
 จบ

ตอบ : เอาข้อที่ ๑. อาการที่เดินจงกรมแล้วที่ว่าผ่านบานประตูเข้าไปแล้วเกิดความสุขความ
 สบายนั้นนะ อันนั้นเป็นสมาธิหรือเปล่า

การที่จะเป็นสมาธิ สมาธิคือจิตตั้งมั่น จิตที่มั่นสงบ ขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ อัปปนา
 สมาธิ การเป็นสมาธิ สมาธิคือจิตมั่นปล่อยวางเป็นอิสระในตัวของตัวเอง เห็นไหม จิตที่เป็น
 อิสระที่เป็นตัวของตัวเอง สมาธิคือจิตที่ไม่พาดพิงอารมณ์ใดๆ ทั้งสิ้น สมาธิคือจิตที่มั่นไม่
 พาดพิงอารมณ์ใด มั่นเป็นอิสระของมัน ถ้าเป็นอิสระของมันอย่างนี้ นี่สัมมาสมาธิ

ที่นี้เป็นสัมมาสมาธิแล้วมันอยู่ที่จิตนิสัยของคน ถ้าจิตนิสัยของคน ถ้ามันเห็นนิมิต
 มันไปรับรู้สิ่งต่างๆ อันนั้นมันเป็นกรณีๆ ไป บางคนสงบเฉยๆ สงบที่ไม่มีอะไรเลย สงบที่เป็น
 สงบเฉยๆ อันนั้นนะสมาธิที่สมบูรณ์

แต่ถ้ามันเห็นว่าตัวเองหลุดเข้าไปในบานประตู ในบานประตูหนึ่ง มีความสุขมีความ
 สงบมาก มีสิ่งต่างๆ นี่มันรู้มันเห็นของมัน ถ้ามันรู้มันเห็นอะไรของมัน นี่มันออกรับรู้แล้ว ถ้าออก
 รับรู้อย่างนั้นมันเป็นสมาธิหรือไม่

สมาธิส่วนสมาธิ อาการที่เห็นนั้นอีกเรื่องหนึ่งนะ อาการที่เห็นเขาเรียกว่าเป็นนิมิตใจ
 แต่ถ้าอาการที่ไม่เห็น ถ้ารู้สึกในตัวของเราเอง ตัวพอง ตัวใหญ่ ตัวโต นี่เกิดอาการปีติ อย่างเช่น

ที่ว่า เวลาเสียงต่างๆ มันหายไป ตัวนี้มันเบามาก สิ่งต่างๆ มันเหมือนลอยไปลอยมา ถ้าอย่างนี้ มันเป็นปิติใจ

วิตก วิจารณ์ พุทโธนี้วิตก วิจารณ์ ปิติ สุข เอกัคคตารมณ์ มันจะเกิดสิ่งใดกับจิตนั้น อันนี้มันเป็นจิตนิสัย จิตนิสัยอันนี้คืออาการ แต่จริงๆ แล้วเราต้องการความสงบ

ทำความสงบเข้ามา ถ้าจิตมันสงบแล้ว คือ สมาธิ ปัญญา พอจิตสงบแล้วเราอยากเกิดปัญญา ปัญญาในอะไร ปัญญาการรู้แจ้ง รู้แจ้งในอะไร รู้แจ้งในสติปัฏฐาน ๔ เพราะในสติปัฏฐาน ๔ มันเป็นที่อยู่อาศัยของจิตใจ ถ้ารู้แจ้งอันนี้มันเป็นวิปัสสนา วิปัสสนาเพื่ออะไร วิปัสสนาไปเพื่อสอนหัวใจของตนให้ละสักกายทิฏฐิ ละสักกายทิฏฐิ ทิฏฐิความยึดมั่นถือมั่นในกาย ถ้ามันเห็นตามความเป็นจริง อันนี้จะเป็นมรรค

แต่ถ้าข้อที่ ๑. สิ่งที่ว่าเดินจงกรมนั้นมันเป็นสมาธิหรือเปล่า

เราเข้าใจว่าเป็น แต่เราเข้าใจว่านะ คำว่า “เข้าใจว่า” เพราะอะไร เพราะเราไม่พูดเต็มๆ ใจ เพราะสมาธิ สมาธิต้องเป็นอย่างนั้น ทุกคนก็ต้องทำสมาธิให้หลุดเข้าไปในประตูบานหนึ่ง อย่างนั้นเราก็ไปซื้อบ้านกันมีประตูเยอะๆ เข้าหลายๆ บาน มันจะได้เข้าสมาธิได้ มันไม่เป็นอย่างนั้นใจ

อย่างนั้นมันเป็นนิมิตของตนเอง เป็นความเห็นของจิตดวงนั้น เป็นอาการของใจดวงนี้ แต่จริงๆ แล้วจิตมันสงบเข้ามา จิตสงบเข้ามาแล้วถ้ามันรู้มันเห็นอะไรนั้นมันเป็นจิต มันเป็นสิ่งที่เห็น ถ้าบอกอันนี้เป็นสมาธิ เราก็จะไปยึดความเห็นอันนั้นเป็นสมาธิ ถ้าคนไม่เห็นแบบนี้ก็ไม่ใช่ว่าสมาธิจะดี

ฉะนั้น สมาธิเป็นสมาธิ สมาธิคือจิตที่ตั้งมั่น แต่การรู้การเห็นมันรู้เห็นแตกต่างกันไปแล้วแต่จิตนิสัยของคน เห็นก็คือเห็น ไม่เป็นไร เราต้องการเอาความสงบ เพราะมันมีความสงบ มันมีสมาธิ มันถึงเห็น

ถ้าไม่มีสมาธิมันก็ทุกข์ ถ้าไม่มีสมาธิก็เสียงปั่นจั่นทำงานไง ถ้าไม่มีสมาธิ มันไปยึดเสียงข้างนอก ถ้าเป็นสมาธิ มันปล่อยเข้ามาไง มันปล่อยรูป รส กลิ่น เสียงเข้ามาเป็นตัวของมันเองไง แล้วพอเป็นตัวของตัวเองปั๊บ มันไปเห็นต่างๆ อันนั้นเป็นอาการ อาการของจิต ข้อ ๑.

๒. ช่วงสองเดือนที่ผ่านมาเวลาหลับไปแล้วพุทโธมันเกิดเอง พุทโธๆ มันผุดขึ้นนะ

ถ้าพุทโธกับจิตมันละเอียดเป็นอันเดียวกันนี่เรื่องหนึ่งนะ ถ้าพุทโธมันผุดขึ้นๆ ถ้ามันผุดขึ้นมา ถ้าผุดขึ้น ถ้ามันเป็นไปได้อะไร ผุดขึ้นถ้ามีสติพร้อมนะ พุทโธๆ จนพุทโธไม่ได้ พุทโธนี่เป็นคำบริกรรม เราบริกรรมเพื่อค้นหาจิตของเรา

แต่ถ้ามันผุดขึ้นเอง มันผุดขึ้นเองแล้วมันทำให้เราเสียหาย อันนี้ต้องแก้ไขนะ เราพุทโธๆ จนขาดสติ พุทโธจนแบบว่ามันครอบคลุมตัวเรา คือพุทโธจนเราคุมตัวเองไม่ได้ เราพุทโธไปแล้วเราทำอะไรละ

อาการ ๓๒ เราต้องเคลื่อนไหวใช้ไหม เราต้องสื่อสาร เราต้องอะไรถ้าเราออกไป แต่ถ้ามันอยู่ในกุฏิของเรา อยู่ในที่รโหฐานของเรา เราพุทโธๆ เราก็นั่งลงแล้วให้มันสงบ พุทโธแล้วต้องสงบเย็น ไม่ใช่พุทโธแล้วมันพุ่งออก พุทโธแล้วมันจะขยับดันออก อย่างนี้ไม่ใช่ พุทโธแล้วขยับดันเราออก มันให้เราออกไปวุ่นวายกับภายนอก อย่างนี้ไม่ถูก

พุทโธๆ เพื่อสงบระงับ พุทโธเพื่อพุทโธะ พุทโธะ ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน มันตื่นใหม่ มันเบิกบานใหม่ ถ้าพุทโธๆ แล้วมันเฉา พุทโธแล้วมันจะพาเราไปชนไปมีอุบัติเหตุ นี่ไม่ใช่ พุทโธต้องเป็นผู้สงบ สว่าง สงบ เห็นใหม่ พุทโธเป็นผู้เบิกบาน เราต้องการตรงนั้น ถ้าพุทโธจริงๆ เป็นแบบนี้

แต่ถ้าพุทโธๆ เขาบอกว่า กำหนดพุทโธๆ แล้วพุทโธมันผุดๆ ผุดจนเป็นวันๆ นอนไม่ได้เลย

ใครบอกว่าศาสนาเป็นยาเสพติด หลวงตาท่านก็พูด ขอให้มันเสพติด แล้วให้มันติด
เถอะ ถ้าศาสนาเนี่ย มันไม่ติดนะสิ เวลายาเสพติดไปเสพมัน เวลาศาสนาบอกว่ายาเสพติด แต่
เสพแล้วมันไม่ติดไง พุทโธแล้วพุทโธไม่ได้ไง พุทโธก็ไม่ติดสักที

ไอ้ที่มันติดขึ้นมามันส่งออกอย่างนี้ไม่ใช่

มันมีสัมมาและมิจฉา สัมมาคือความถูกต้องดีงาม มิจฉาคือความผิด คือความไม่
ถูกต้อง ถ้ามันพุทโธด้วยความไม่ถูกต้อง อย่างนี้เราต้องแก้ไข

แต่พุทโธด้วยความถูกต้องดีงามอย่างนี้ถูกต้อง พุทโธเป็นสัมมาทิฐิ ความเห็นดีงาม
ถูกต้อง เราต้องการตรงนี้ พุทโธๆ ที่เป็นมิจฉาคือความหลงใหล คือความผิดพลาด อย่างนี้ไม่
เอา ต้องแก้ไขนะ

“๓. พอนั่งภาวนาไประยะหนึ่งรู้สึกว้าจิดมันสงบ เกิดสิ่งขึ้นมาคือลมหายใจที่มันสะดุด
และจิตมันก็หลุด”

ถ้ามันสะดุด เราก็พยายามทำ เวลาภาวนาไปถ้าจิดมันสงบ ทุกอย่างมันดีงามทั้งนั้นนะ
แต่เวลาภาวนาไปมันจะมีอุปสรรคแต่ละคนไม่เหมือนกัน แล้วอุปสรรคของแต่ละคนคราวนี้เป็น
อย่างหนึ่ง คราวหน้าเป็นอีกอย่างหนึ่งนะ

เวลาพุทโธๆ แล้วมันสะดุด มันสะดุดแล้วมันกระเพื่อม สะดุดแล้วมันออก เวลาคนทำ
สงบ พอมันสงบแล้ว เวลาครั้งต่อไปทำแล้วมันทำได้ยาก กรรมของคนมันไม่เหมือนกัน

ฉะนั้น เวลามันพุทโธๆ แล้วมันสะดุด แล้วจิตมันหลุด หลุดออกมาเลย

เราต้องการให้มันทวนกระแสกลับเข้าไปสู่ใจของเรา ไม่ใช่สะดุดส่งออก ฉะนั้น ไอ้ที่จิต
สะดุด จิตพุทโธ กับไอ้พุทโธที่มันสะดุด มันเป็นโรคเดียวกัน แต่มันแสดงอาการแตกต่างกัน เวลา
เราติด เราติดในเรื่องร่างกายของเรา โรคเดียวกัน แต่ติดคนละเรื่องนะ ไอ้ที่มันติดกระแสทาง
แง่มนี่ อันนี้ติดในทางแง่มนี่ มันติดโรคเดียวกันแต่อาการแสดงออกแตกต่างกัน

ไอ้นี้ก็เหมือนกัน ไอ้ที่ผุดๆ นั้นก็โรคหนึ่ง ไอ้ที่ว่าจิตสะดุด จิตหลุด ก็อีกโรคหนึ่ง แต่มัน
ออกมาจากจิตเดียวกัน

ค่อยๆ แก่ ค่อยๆ แก่ อาการมันจะแตกต่างกันไปเรื่อยๆ ถ้าเริ่มต้นนะ เราพยายามพุทโธๆ
รักษาจิตไว้ให้มันสงบเข้ามาๆ ค่อยๆ แก่ มันจะค่อยๆ เบาลงไป จนหายไป แล้วเราก็ภาวนา
ต่อเนื่องไป

แต่คนเรา ก็เลส ครอบครัวยุคของมารมันเจ้าเล่ห์เจ้าจอนมาก พอเราแก้ได้โรคหนึ่ง มันจะ
ไปแสดงออกอีกโรคหนึ่ง แก่โรคหนึ่งแสดงออกอีกโรคหนึ่ง มันจะมีแสดงออกของมันไป พื้นเพก็
คือเชื้อ เชื้อไขคือกิเลสนั่นแหละ เวลาคนปฏิบัติมันจะมีอุปสรรคอย่างนี้ นี้อยู่ที่อำนาจวาสนาของ
คนนะ ค่อยๆ แก่ไป ค่อยๆ แก่ไขเนาะ

เขาถามว่า สิ่งที่ทำมาถูกต้องไหม ตั้งแต่ข้อที่ ๑. สิ่งที่ทำมา เติบงกรรมเป็นสมาธิ
หรือไม่

ถ้าจิตใจไม่ละเอียดย ไม่สงบเข้ามา จะรู้เห็นอาการอย่างนั้นไม่ได้ แต่การรู้เห็นอาการ
อย่างนั้นเป็นอาการ แต่เพราะจิตสงบมันถึงมีอาการอย่างนั้นเกิดขึ้น

๒. ถ้าเกิดว่าพุทโธมันผุด ผุดจนเป็นวันๆ ผุดจนนอนไม่ได้ ผุดจนขับรถต้องจอดรถ

เออ! ต้องจอดๆ แล้วออกมาเป็นปกติแล้วค่อยๆ ไขมันไปใหม่ ออกมาเป็นปกติ รับรู้โดย
เส้นประสาทเรียบร้อยแล้วเราก็ทำของเราเพื่อไม่ให้เกิดอุบัติเหตุใดๆ ทั้งสิ้น

๓. เวลาจิตมันพุทโธๆ หายใจมันสะดุด จิตมันหลุดอะไรอย่างนี้

เราค่อยๆ ค่อยๆ ทำของเราใหม่ แค่ว่าเราได้ทำ เราได้ประพฤติปฏิบัติบูชาองค์สมเด็จพระ
สัมมาสัมพุทธเจ้า อันนี้เราก็เป็นชาวพุทโธ นี่สุดยอดแล้ว

เราต้องฝึกหัด ต้องพยายามประพฤติปฏิบัติเพื่อฝึกหัดใจของเราให้เราเกิดมา
เป็นมนุษย์เกิดมาพบพระพุทธศาสนาแล้วเราได้ประพฤติปฏิบัติธรรม รสของธรรม สัจ

ธรรม ให้จิตใจเราได้สัมผัสเพื่อเราเป็นชาวพุทธ ชาวพุทธที่มีสติมีปัญญา เป็นชาวพุทธ ในความต้องการขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

เพราะองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอกพระอานนท์เอง เวลาองค์สมเด็จพระ
สัมมาสัมพุทธเจ้าจะปรินิพพาน “อานนท์ เธอบอกบริษัท ๔ นะ ให้ปฏิบัติบูชาเราเถิด อย่าบูชา
เราด้วยอามิส อย่าบูชาเราด้วยสิ่งอื่นเลย”

เพราะอามิสสิ่งอื่นใครๆ ก็ทำได้ แต่การปฏิบัติบูชาต้องเข้าไปเผชิญหน้ากับกิเลสของ
เราเอง เข้าไปเผชิญหน้ากับครอบครัวของมารที่มันอยู่ในใจของเราเอง ทุกคนไม่ยอมไป
เผชิญหน้ากับมัน ทุกคนยอมจำนนกับมัน อยู่กับมันให้มันข่มขี่หัวใจ แล้วก็ไปทำเรื่องอย่างอื่น
กันไป

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอกไว้เลย “อานนท์ เธอบอกเขาเถิด ให้ปฏิบัติบูชา
เราเถิด อย่าบูชาเราด้วยสิ่งอื่นเลย”

ปฏิบัติบูชาก็เข้าไปเผชิญหน้ากับไอ้ครอบครัวของมารในใจของเรานั้นแหละ แล้วถ้า
เข้าไปเห็นแล้วมันจะเป็นการปฏิบัติบูชาขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

ต่อไป

ถาม : โยมปฏิบัติที่บ้านลุ่มๆ ดอนๆ ช่วงหลังเดือนกว่าที่ผ่านมายุคอ่านติดตามข่าวสาร ขึ้นรถ
พังธรรมะตลอด ระหว่างขับรถไปทำงานมีจังหวะที่สามารถบริกรรมได้ก็ทำระหว่างใช้
ชีวิตประจำวัน สองสัปดาห์ที่ผ่านมามีเหตุการ์ณที่ทำได้ในอดีตโผล่มาเทียบเคียงกันเป็น
ภาพซ้อนเข้ามาเร็วมาก ทำให้โยมเห็นว่า การกระทำโดยไม่มีสติ ไม่ยั้งคิด ก่อให้เกิดโทษคือ
บาป ตอนนี้อยู่กับบาปจนขนหัวตั้ง ชั่วแสบที่เห็นและรู้สึกกลัว รู้ว่าตัวเองเห็นอารมณ์ชัดและเร็ว
ขึ้น หยุดได้บ้าง กระทำไม่ได้บ้าง เห็นหน้าคนไม่ถูกกัน คำดำเผลอขึ้นมา แต่หยุดไว้ได้เหมือน
เหยียบเบรก แล้วคุยกับเขาเป็นปกติ เสียหายอารมณ์ของความคิดเห็นที่เตลิด โยมก็พลิกมาคิด

อีกด้าน ความคิดก็หยุดลง สังเกตหยุดความคิดได้เร็วขึ้น แต่ความคิดต่อเนื่องมันต่อเนื่องสร้างเรื่องได้ไม่น้อย

ขอเรียนถามว่า ระหว่างใช้ชีวิตประจำวัน โยมเห็นอารมณ์ความรู้สึกแต่ละสถานที่และสถานการณไม่เอื้ออำนวยให้ไล่พิจารณา ในตอนนี้โยมรับรู้และหยุดการสร้างภาพต่อ เพียงพอหรือไม่ หรือต้องทำอะไร แล้วกลับมาทำต่อที่บ้าน มันพิจารณาต่อไม่ได้ เหมือนมันขาดตอนไป โปรดแนะนำด้วยค่ะ

ตอบ : ใ้เวลานี้ถ้ามันมีสติมันมีปัญญานะ เหมือนคนนะ ถ้าปล่อยกรรมตามันก็ไม่รู้ไม่เห็นอะไร แต่เวลามันตั้งใจแล้วมันจะมีอุปสรรคมหาศาล

นี่ก็เหมือนกัน เวลาที่ว่าโดยปกติมันก็อยู่โดยชีวิตประจำวัน แต่พอจะมาประพฤติปฏิบัติ พอมาประพฤติปฏิบัติมันจะไปรู้ไปเห็นสิ่งต่างๆ

การรู้การเห็นสิ่งต่างๆ วางทั้งนั้นๆ เราวางทั้งนั้นนะ เพราะการรู้การเห็นนะ เหมือนสิ่งที่ยังไม่ถึงเวลาที่เราจะมีโอกาสกระทำมัน เรายังทำอะไรไม่ได้หรอก แต่ถ้าเรามีสมาธิ เรามีกำลังแล้วเราจะทำมันนะ ตอนนั้นเราจะทำมัน

แต่เวลาเป็นสมาธิ เวลามันมีกำลัง จะหางานทำก็หาไม่ได้ เวลามันยังไม่มีสิ่งใดนะมันควรจะเอาความสงบของใจขึ้นมาเพื่อจะทำงานไ้ มันก็บอกว่าทำความสงบของใจไม่ได้ ไปรู้ไปเห็น มันชักนำไปหมด

ต้องตั้งสติ ต้องตั้งใจ ตั้งใจได้ เพราะเราทำสิ่งใดเราดูแลได้ไง องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสอนเรื่องสรรพสิ่งในโลกนี้เป็นอนิจจังใช่ไหม สรรพสิ่งในโลกนี้เป็นอนิจจัง สรรพสิ่งในโลกนี้เป็นอนิจจัง ไม่มีอะไรคงที่ ฉะนั้น ไม่มีสิ่งใดคงที่แล้ว เวลาสิ่งที่เกิดขึ้นมันก็เป็นอนิจจังทั้งนั้น สิ่งที่มาเกิดขึ้นๆ มันเกิดขึ้นมาจากสิ่งที่ไม่มี เวลามันไม่มี เราก็ไม่ทุกข์ไม่ยากขึ้นมา

เวลาเราจะประพาศปฏิบัติขึ้นมา ไปเอาสิ่งที่ไม่มีให้มันมีซะ แล้วเวลาเราจะปฏิบัติขึ้นมา ก็ปฏิบัติไม่ได้ไง สิ่งที่มีมันมีขึ้นมา มันมีจากสิ่งที่มีมันไม่มี สิ่งทีภาพที่เห็นมันมาจากไหนละ มันมาจากสิ่งที่ไม่มี เพราะก่อนหน้านั้นมันไม่มี เวลามันมีขึ้นมา เราก็ไปติดสิ่งที่มันไม่มีว่ามันมี

ฉะนั้น สิ่งที่มีมันมีขึ้นมา ทำให้มันไม่มีก็ได้ คือว่าสิ่งที่มันเกิดขึ้น ภาพที่มันรู้มันเห็นขึ้นมา เราจับได้ ไม่เอาๆ เพราะไม่ใช่เวลา

เวลาของเรา ดูลิ อยู่ในรถเราฟังธรรม เราขับรถ เรากำหนดพุทโธของเรา แล้วสิ่งที่มันไหลเข้ามาๆ จะทำอะไรก็ทำไม่ได้สักอย่าง

มันต้องเอาจริงเอาจังใจ แต่สมถกรรมฐาน เราทำความสงบของใจเข้ามา ถ้าใจสงบ แล้วเราค่อยไปพิจารณามัน

แต่ถ้าตอนนี้จะพิจารณาอะไรก็ไม่ได้ จะทำอะไรมันก็ผุดขึ้นมาเรื่อยๆ แล้วจะจับก็จับไม่ได้ ไข่ม้อยจับหรือมันก็จะเสนอให้จับ ทำอะไรก็ทำไม่ได้สักอย่าง

ทีนี้ถ้าทำไม่ได้นะ วางหมด คำว่า “วางหมด” คือเราปฏิเสธได้ สิ่งที่มีมันเห็นๆ นี่นะ เหมือนสวิตช์นะ ถ้าเราดับสวิตช์ ภาพก็ต้องจบไป แต่เราไม่ดับสวิตช์ใจ เราไม่ดับสวิตช์ขึ้นมา แล้วเราจะทำอย่างไร ละล้าละดังๆ

ดับมันไปเลย ดับสวิตช์ไป สิ่งใดที่มีมันมากิดมาขวางมันทำแล้วไม่ได้เป็นประโยชน์ ไม่ต้องไปศึกษามันหรอก ศึกษาของที่ไร้สาระ ศึกษาของที่ไม่เป็นประโยชน์ ศึกษาทำไม

เราทำความสงบของใจเข้ามาให้มีกำลังก่อน ถ้ามีกำลังก่อนขึ้นมาแล้ว พอจะมาศึกษาค่อยไปศึกษามัน เขาเป็นขึ้นเป็นอันนะ เขาเป็นขึ้นเป็นอัน เวลาไม่ศึกษา เราวางเลย ดับได้ ดับได้คือกำหนดพุทโธชัดๆ ดับได้โดยที่ไม่ต้องการรับรู้ภาพนั้น ไม่ต้องการู้เห็นนั้น ไข่ม้อยไม่เห็นๆ นะ

ไข่ม้อยไม่อย่างนั้นนะสิ เอ๊ะ! มันอะไร อยากรู้อยากเห็นนะ

อยากรู้อยากเห็นมันก็มา คือเราจะบอกว่า ขึ้นต้นก็ทำให้ล้มเหลว อนาคตก็จะล้มเหลว แล้วจะล้มเหลวอยู่อย่างนี้นะหรือ เราไม่เอานะ เฮ้ย! มันขึ้นต้นจะเอาความสงบไว้ ขึ้นต้นจะเอาสมาธิ ขึ้นต้นจะเอาสมถกรรมฐาน ฐานที่ตั้งแห่งการงาน เอาตรงนี้ให้ได้ก่อน

แล้วพอตรงนี้ได้มันก็แหยมมาอย่างนี้ มันก็แหยมมา เห็นนู่นเห็นนี่ ควรจะพิจารณาได้แล้ว พอไปพิจารณาแม่งก็ล้มลุกคลุกคลานนั่นนะ

เอาเลย จบ ไม่เอา เอาความตั้งมั่นก่อน พอตั้งมั่นเสร็จแล้วนะ พอตั้งมั่นเสร็จ เข้มแข็งแล้ว มาๆ จะไปฟาดฟันกัน หาไม่เจออีกแล้ว

งานมันเป็นงาน งานเป็นงาน อริยสังขมีหนึ่งเดียว ศีล สมาธิ ปัญญา โสตาปัตติ มรรค โสตาปัตติผล สกิทาคามิมรรค สกิทาคามิผล อนาคตามิมรรค อนาคตามิผล อรหัตตมรรค อรหัตตผล มรรค ๔ ผล ๔ นิพพาน ๑ อริยสังขมีหนึ่งเดียว จะทำแนวทางไหน จะทำอย่างไรก็แล้วแต่ มันต้องเข้าสู่อริยสังขทั้งนั้นนะ ถ้าพูดอริยสังขผิด จบ

จิตนี่ก็ลั่นออกมาจากอริยสังข จิตนี่จะเป็นอริยบุคคลตั้งแต่เป็นโสดาบัน สกิทาคามี อนาคตามี พระอรหันต์ ต้องลั่นออกมาจากอริยสังข ไม่ใช่ตระครุบเงาไปด้วย ทำอย่างไรก็ได้แล้ว มันจะเป็นอริยสังข ไม่มี

ทุกอย่างมันต้องเข้ามาสู่อริยสังข เข้ามาสู่มรรคสู่ผลนี้ แล้วถ้าเข้าสู่มรรคสู่ผลนี้ ถ้าเราจะทำ เหมือนการศึกษานะ ตั้งแต่อนุบาล ประถม มัธยม แล้วอุดมศึกษาเลย นี่ก็เหมือนกัน ตั้งแต่ทำความสงบของใจเข้ามา ตั้งสติระงับมัน ทำให้มันเป็นจริงเป็นจังขึ้นมา พอเป็นจริงเป็นจังขึ้นมามันเป็นสเต็ปขึ้นไปเลย แล้วครูบาอาจารย์รู้หมด

ไฉนไม่อย่างนั้นนะ พอเด็กมาจะให้เรียนดอกเตอร์ พอเป็นผู้ใหญ่แม่งจะให้เรียนอนุบาล มันงไปหมดเลย เด็กพอเข้าโรงพยาบาลมา มันต้องดอกเตอร์ ปริญญาเอกแล้ว เวลา มันควรจะได้ปริญญาเอก ก.ไก่ ยังอ่านไม่ออก ยุ่งไปหมดเลย

วางให้หมด แล้วมาลำดับการปฏิบัติกันใหม่ แล้วทำตนให้ถูกต้องดีงาม ไม่อย่างนั้นมันก็สับกันไปสับกันมา สัพเพเหระแล้วมันจะไม่ได้ความจริง นี่พูดถึงสัจจะ เวลาพูดถึงการรู้การเห็นมันเป็นการรู้การเห็น แต่มันเป็นขั้นเป็นตอนหรือยัง มันเป็นเรื่องที่จะเป็นจังหวะ เห็นใหม่

คูสิ บุคคล ๔ คู่ ถ้าเป็นปุถุชนก็ทำอะไรไม่ได้ ถ้าทำจิตสงบระงับเข้ามาเป็นกัลยาณชน กัลยาณชนนั่นแหละ กัลยาณชนทำความสงบของใจได้มันคงถึงจะยกขึ้นสู่ไสดาปัตติมรรค มันจะก้าวเดินของมันเป็นอย่างนี้

ถ้ายังสับปลับอยู่ ยังอะไรอยู่ แล้วกับบอกว่า เป็นปุถุชนคนหนาหีบจับไปทั่ว อะไรมา อารมณ์อะไรมาก็ไปคว่ำมาหมด แล้วบอกจะเข้าสู่อริยสัจ จะเข้าตรงไหน

จากปุถุชนเป็นกัลยาณชน รูป รส กลิ่น เสียงเป็นบ่วงของมาร เป็นพวงดอกไม้แห่งมาร พอมันวางได้หมดมันก็เป็นกัลยาณชน ถ้าเห็นสติปัฏฐาน ๔ ตามความเป็นจริงมันเข้าสู่ไสดาปัตติมรรค ถ้าเข้าสู่ไสดาปัตติมรรคมันเข้าไปโดยที่สติสัมปชัญญะสมบูรณ์ เข้าไปโดยคนที่ทำงานชัดเจน นี่มันถึงเข้าไปเป็นสัมมาทิฐิ ความเห็นถูกต้องดีงาม ชัดเจนแจ่มแจ้ง มันทำงานเป็นขั้นเป็นอัน นี่ถึงเป็นอริยสัจ เอวัง