

เป็นคนดี

พระอาจารย์สงบ มนัสสุนโต

ถาม-ตอบ ปัญหารธรรม วันที่ ๒๖ พฤศจิกายน ๒๕๕๙

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

ถาม : เรื่อง “ทำอย่างไร”

นมัสการหลวงพ่อกี่เคารพ ขอโอกาสสอบถามปัญหาการปฏิบัติ จึงขอเมตตาหลวงพ่อบรรเทาทุกข์คำตอบให้กระผมด้วย

๑. กระผมภาวนามานานพอสมควรแล้ว แต่ผลของการปฏิบัติยังไม่เป็นที่น่าพอใจเท่าใดนัก อาจจะด้วยอาศัยปัจจัยแวดล้อมทางโลกจึงไม่ก้าวหน้าเท่าที่ควร แต่ก็ได้พยายามตลอดมา ขออธิบายดังนี้ครับ

กระผมภาวนาเอาอานาปานสติเป็นหลักในการภาวนาเพราะถูกจริตนิสัยกันดี พร้อมพุทโธแนบกัน จนวันหนึ่งประมาณปี ๒๕๕๑ ขณะนั่งจ้องมองการทำงานอย่างหนึ่ง จิตเกิดวูบลงกลางอกด้านซ้าย สว่างจ้าอยู่อย่างนั้นประมาณห้านาที จิตก็ถอนออกมา เห็นจิตเย็นใจอย่างบอกไม่ถูก เหมือนกับเอาน้ำเย็นๆ มารดอยู่กลางอกตลอดเวลา รู้ลมเข้าออกเป็นอัตโนมัติ เป็นอย่างนี้เรื่อยมาจนถึงปัจจุบัน กระผมก็เลยเอาจิตตามดูลมนี้ตลอด ก็มีผลที่ไปคิดหรือเผลอที่สติจะตามดูลมบ้าง นานๆ เข้ารู้สึกแน่นหนาขึ้นเรื่อยๆ จนจิตเห็นความคิดปรุง รู้ตามทันความคิดบ้าง พอรู้ปั๊บก็นำมาพิจารณาลงในไตรลักษณ์ว่า ไม่เที่ยง ไม่มีประโยชน์ เกิดดับๆ มันก็เป็นอย่างนี้เอง แต่นานๆ เข้าถ้าวันไหนที่ไม่ได้ทำสมาธิ รู้สึกว่าวันนี้ความคิดความปรุงมันเยอะ แต่ก็ยังตามดูเผลอดูบ้างก็มี เป็นแบบนี้มานาน ไม่รู้หน้าบ้างเลย ขึ้นๆ ลงๆ บ้าง อยากให้หลวงพ่อบรรเทาทุกข์ชี้แนะหน่อยครับ

๒. เกิดเหตุการณ์ครั้งหนึ่งว่า ผมไม่ได้ทำสมาธินาน สมาธิมันคลาย คือจะกำหนดอย่างไรมันไม่เป็นเหมือนเก่า คือไม่ยอมลงให้ ซึ่งขณะนั้นรู้เลยว่าสมาธิเริ่มคลาย แต่ว่าวันไหนไม่ได้ทำสมาธิ ก่อนนอนก็จะฟังคำเทศน์ของครูบาอาจารย์ เช่น หลวงพ่อ หลวงปู่มหาบัว หลวงปู่เหรียญ หลวงปู่ศรี ทำแบบนี้ตลอดมา รู้สึกเย็นจิตเย็นใจดี สมาธิก็เริ่มกลับมา ทำแบบนี้โดยไม่ได้นั่งสมาธิ เพราะว่าภาระงานมากระทบ ขอหลวงพ่อบอกช่วยเพิ่มเติมว่าควรทำอย่างไรดีครับ

๓. ด้วยหน้าที่การงานกระทบคือการรักษาศีล เพราะเผลอทำผิด พวดิบบ้าง ที่นี้ต้องสมาทานงดเว้นตลอด ในการรักษาให้ไม่ต่างพร้อยเลยซึ่งถือว่าทำยากอยู่มาก หากศีลต่างพร้อย สมาธิวันนั้นก็ไม่งออยู่ดี ขอโอกาสหลวงพ่อบอกช่วยชี้แนะด้วย อุบายที่จะให้ได้รับรักษาคือให้ได้ร้อยเปอร์เซ็นต์ครับ

ตอบ : นี่พูดถึงว่า ผู้ที่ภาวนาเนาะ การภาวนาเริ่มต้นของเรา นี่พูดถึงเวลาภาวนาไปแล้ว ผมภาวนามาตลอดประมาณห้าปี เขาภาวนาตั้งแต่ปี ๒๕๕๑ สี่ปีห้าปีภาวนามาตลอด แล้วมันเจริญรุ่งเรืองตรงไหน

คำว่า “เจริญรุ่งเรือง” นะ เวลาในหลวงท่านเตือนสติใจ ท่านเตือนสติบอกว่า “ต้องทำคุณงามความดี ถ้าไม่ทำคุณงามความดี จิตใจมันก็จะไปทำชั่ว” นี่ไง ที่ว่าเราต้องทำคุณงามความดีๆ ใจ

นี่ก็เหมือนกัน ที่เราจะประพฤติปฏิบัติ ประพฤติปฏิบัติแล้วเราสี่ปีห้าปีแล้วมันจะไปไหน มันจะเป็นอย่างไร ทำอย่างไรๆ

ก็ทำให้เป็นคนดีใจ ถ้าทำให้เป็นคนดี เพราะทำให้เป็นคนดีนี่ก็คือการทำแล้ว คือการทำแล้ว คือการที่เรามีสติมีปัญญา เรามีสติปัญญา เราเกิดเป็นมนุษย์ มนุษย์มีสมอง มนุษย์ต้องมีศีลมีธรรม ถ้ามีศีลมีธรรม มนุษย์ต่างจากสัตว์ก็เพราะมีศีลมีธรรม

เวลาถ้าเป็นสัตว์ สัตว์มันไม่มีศีลไม่มีธรรมของมันนะ สัตว์มันรักฝูงรักพวกของมัน แต่ถึงเวลามันเป็นสัตว์นะ มันไม่ไว้น้ำใครทิ้งล้นเพราะมันเป็นสัตว์เดรัจฉาน แต่เราเป็นมนุษย์

มนุษย์ต่างจากสัตว์เพราะมีศีลมีธรรม ถ้ามนุษย์ต่างจากสัตว์เพราะมีศีลมีธรรม เรามีศีลมีธรรมด้วย เห็นไหม

ดูสิ เวลาเราเกิดเป็นมนุษย์ คนที่เป็นมนุษย์ที่เขานับถือพระพุทธศาสนาในทะเบียนบ้าน คนที่เกิดมานับถือพระพุทธศาสนาแต่ที่ทะเบียนบ้าน เขาก็สักแต่ว่าเป็นมนุษย์ไง เขาเป็นมนุษย์แต่เขาไม่ทำอะไรสิ่งที่เป็นมนุษย์เลย

แต่เราเป็นมนุษย์ เราเป็นมนุษย์แต่เรามีศรัทธามีความเชื่อแล้วเราจะประพฤติปฏิบัติของเรา ถ้าเราจะประพฤติปฏิบัติของเรา หายใจเข้านึกพุท หายใจออกนึกโธ สัตว์ประเสริฐ สัตว์อาชาไนย สัตว์ประเสริฐ สัตว์อาชาไนยเขาเลือกอาหารของเขา เขาเลือกสถานที่ของเขา

นี่ก็เหมือนกัน โลก โลกเขาแสวงหา แสวงหาปัจจัยเครื่องอาศัยกัน โลกเขาแสวงหาสิ่งนั้น แสวงหาสิ่งนั้นเพราะอะไร เพราะเขาคิดว่าสิ่งนั้นจะเป็นความสุข เขาคิดว่าสิ่งนั้นจะเป็นสมบัติของเขา

แต่ธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า สมบัติโลก สมบัติโลกเป็นสมบัติสาธารณะ เวลาเงินนะ เงิน ดูสิ รัฐบาลตราเงินตราออกมา พอตราเงินตราออกมา ใครทำงานสิ้นเดือนรับเงินเดือน ใครทำธุรกิจการค้าเขาได้ผลตอบแทน เห็นไหม ก็เงินตราเป็นของชาติแล้วใครมีอำนาจวาสนาขึ้นมา

พูดถึงเป็นธรรมาภิบาลนะ ทำด้วยความถูกต้องดีงามนะ ขนาดทำโดยถูกต้องดีงาม สมบัตินี้เป็นสมบัติสาธารณะ ใครมีสติปัญญาแสวงหามาเพื่อเป็นของตน มาเพื่อเป็นของตน มาเพื่อจับจ่ายใช้สอยในชีวิตของตน

แต่ใครถ้ามีกิเลสตัณหาความทะยานอยากมาก ใครที่มีกิเลสปิดหูบังตามาก เขาทำทุจริตๆ สิ่งนั้นเขาก็หามาเพื่อเลี้ยงปากเลี้ยงท้องเหมือนกันแต่เขาได้บาปได้อกุศลนะ เขาได้บาปอกุศล ผลของมันคือบาปอกุศล คือตกนรกอเวจี คือทำความผิดพลาด ทำผิดตลอดมา

แต่ถ้าคนที่ทำถูกต้องดีงามมีศีลมีธรรมเขาก็แสวงหาสมบัติของเขา เขาแสวงหาสมบัติของเขาด้วยความสุจริต ด้วยความสุจริต มันยังเป็นสมบัติสาธารณะเลย สมบัติสาธารณะตรงไหน ตรงที่เราไม่พลัดพรากจากเขา เขาก็พลัดพรากจากเรา ของนี้ต้องพลัดพรากจากเรา เพราะเราใช้สอยของเราไปตลอด ถึงเวลาเราสิ้นชีวิตไป เราต้องพลัดพรากไปจากเขา มันเป็นเรื่องของเราที่ไหน มันไม่มีอะไรเป็นของเราเลย แต่ของของเราคือบาปคือบุญ ความดีความชั่วเป็นของของเรา เห็นไหม

ดูสิ เราใช้ชีวิตของเราโดยปกติของเรา เราแสวงหาด้วยความสุจริต สิ่งที่เราแสวงหาด้วยความสุจริต เราทำเพื่อประโยชน์ๆ นี่บุญกับบาปๆ สิ่งนี้เป็นสมบัติสาธารณะ แต่ด้วยจิตใจด้วยมีศีลมีธรรมไง ถ้าด้วยมีศีลมีธรรมปั๊บ คนที่มันจะเจริญงอกงามขึ้นๆ เห็นไหม คนที่สว่างมาสว่างไป

คนที่สว่างมาแล้วมืดไป เกิดมานี้สว่าง เกิดมานี้มีศรัทธามีความเชื่อ แต่มาท้อแท้เหนื่อยใจ จะปฏิบัติขึ้นมาก็บอกว่าล้มลุกคลุกคลาน ปฏิบัติแล้วก็ไม่ได้สิ่งใด เลิกไปเลย พอเลิกไปเลย บางคนเลิกแล้วไม่เท่าไรนะ ยังกลับมาติ แหม! เสียเวลาดังนาน รู้แบบนี้ไม่มาตั้งแต่ที่แรก สว่างมามันจะมืดไปนะ

แต่ถ้าคนมืดมา เริ่มต้นมาทุกข์มายาก มาโดยไม่มี ความเชื่อถือศรัทธาสักสิ่งใดเลย แต่มาประพฤติปฏิบัติขึ้นไปแล้วจิตมันสว่างโพล่ง มันมีความสุขของมัน นี่มืดมาสว่างไป นี่ก็เหมือนกัน ถ้าเรามีศีลมีธรรมของเรา เห็นไหม

นี่เขาถามว่า ที่ทำๆ มา ทำมาเพื่ออะไร

ทำมาเพื่อเป็นคนดีไง เพื่อเป็นคนดี ถ้าเป็นคนดี ความดีอันนั้นนะ ความดีอันนั้นเป็นหนทาง มัคโคๆ ทางอันเอก ทางอันเอก มรรคสามัคคี มรรคสามัคคี ทางอันนั้นสรุปลงได้ แต่หนทางของเรา หนทางของจิต หนทางของหัวใจของคน เวลาจะค้นคว้าเวลาจะเป็นไป หนทางนั้นต้องหาขึ้นมา ถ้าใครมีหนทางนั้นจะพาหัวใจดวงนี้ไปสู่

เป้าหมายของเรา ถ้าไปสู่เป้าหมายของเรา ไปสู่มรรคสู่ผล ถ้าสู่มรรคสู่ผลแล้วมันจบลงที่นั่นไง

ที่เขาเถียงกัน นิพพานเป็นอัตตา เป็นอนัตตา

มันเป็นกิเลสกับธรรมนั่นแหละ แต่เวลานิพพานแล้ว นิพพานก็เป็นนิพพานไง นิพพานคือเป้าหมายไง พอถึงเป้าหมายแล้วมันก็จบไป จบแล้วมันก็สิ้นกิเลส มันก็จบกระบวนการแล้วมันก็จบไป

แต่คนไม่ได้ทำถึงเป้าหมายไปศึกษามา ศึกษามาแล้วก็มาเถียงกันปากเปียกปากแฉะ นิพพานเป็นอัตตาหรือเป็นอนัตตา

โอ้โฮ! นิพพานเป็นนิพพานอยู่แล้ว อัตตามันก็เป็นอัตตา อนัตตาก็เป็นอนัตตา มันเป็นคนละคน มันไม่เกี่ยวอะไรกันเลย แต่คนมันไม่รู้จักทางซ้ายทางขวา มันไปจับมามัดผูกกันแล้วก็เอามาอ้างอิงอวดว่าตัวเองมีความรู้

ความจริงมันไม่เกี่ยวอะไรกันเลย อัตตาก็เป็นอัตตา อัตตาก็ทิวฐิमानะ อนัตตาคือความมันแปรปรวนของมัน นิพพานคือจบสิ้นกระบวนการ

นี่พูดถึงว่า ถ้ามันมีหนทาง เราเป็นคนไข่มใหม่ เราต้องมีหนทางของเรา เราจะปฏิบัติของเรา นี่พูดถึงว่า ปฏิบัติมาตั้งห้าปี

ที่พูดนี้เพราะเห็นใจคนที่ปฏิบัติ เวลาปฏิบัติแล้วได้อะไรบ้าง ปฏิบัติแล้วล้มลุกคลุกคลาน ถ้าล้มลุกคลุกคลาน เราก็จะเป็นคนดีไหม สิ่งที่เราอยู่ในร่องในรอย เราเป็นคนดี นี่แหละแนวทาง แนวทางขึ้นมา

เรามาบวชพระ บวชพระถ้าจิตใจเราเป็นธรรม เราก็มีศีลมีธรรมของเรา เรามีศีล พระที่ดีกับพระที่มีศีลมีธรรมนี้พอแล้ว แต่ถ้าพระที่ดีต้องมีคุณธรรม มีคุณธรรมคือว่าเขามีคุณธรรมในใจ ถ้ามีคุณธรรมในใจ เขาเป็นโสดาบัน เป็นสกิทาคามี เป็นอนาคามี เป็นพระอรหันต์ พวกนี้เขา

ไม่พูดหрок เก็บเงียบในใจเลย เว้นไว้แต่เวลามีลูกศิษย์ลูกหา ลูกศิษย์ลูกหาที่เขามีหมีตาเขามาถามปัญหา

คนเราเขาจะถามปัญหา คนถามปัญหามันก็เหมือนมาขอยา ขอยา เราก็ให้ยาเขาไปให้ยาเขาไปมันก็จบ นี่ก็เหมือนกัน เขาไม่คุยไม่โอ้อวดหрок เพราะอะไร เพราะมันไม่เกี่ยวกับคนอื่นนะ นิพพานก็คือนิพพาน นิพพานอยู่ในใจดวงใดมันก็เป็นสมบัติของใจดวงนั้น คนอื่นเอาอะไรไปไม่ได้ คนอื่นแย่งชิงสิ่งใดไปไม่ได้ แล้วคนอื่นจะไปทำความเข้าใจก็ไม่ได้ เพราะเขาไม่มีปัญญาที่จะรู้สิ่งนั้นได้ แล้วจะไปพูดให้เขาฟังทำไม นี่พูดถึงว่า ถ้าเป็นความจริงแล้วอยู่ในใจดวงใดก็อยู่ในใจดวงนั้น ถ้าเวลาถึงเป้าหมายแล้วก็จบ

แต่ได้ที่ยังชี้ไปยังพูดอยู่นั่นแหละ นั่นแหละไม่จบสักที ไม่จบเพราะอะไร เพราะพูดอยู่เรื่อย กลัวเขาจะไม่ยอมรับ แล้วคำว่า “กลัวเขาไม่ยอมรับ” มันเกิดที่ไหนล่ะ นี่มันก็เป็นไป

นี่พูดถึงว่า เวลาเราว่าปฏิบัติแล้วมันจะได้อะไร เขาบอกว่า ที่ปฏิบัติมา กระผมภาวนามานานพอสมควรแล้ว ปฏิบัติไม่ไปถึงไหน

ถ้าไม่ไปถึงไหน มันก็รักษาเราไว้เป็นคนดีนี่ไง รักษาเราไว้ รักษาเราไว้ที่ไหน รักษาเราไว้ เรายังระลึกถึงพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ ถ้าเราระลึกถึงพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ เราก็ต้องมีศีล ถ้าเรามีศีลปั๊บ มันก็ไม่ทำให้เราไปสร้างสิ่งที่เป็นบาปเป็นกรรม นี่ไง ขอให้เราใกล้ชิดพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์เถิด สิ่งนั้นมันเป็นประโยชน์กับเราอยู่แล้ว แล้วเวลาปฏิบัติขึ้นมาถ้าจิตมันสงบมันก็สงบ

อย่างเช่นที่ว่าข้อที่ ๑. เวลาเขาบอกว่าเขากำหนดอานาปานสติพร้อมกับกำหนดลมหายใจ พุทฺโธพร้อมกับอานาปานสติ ประมาณปี ๒๕๕๑ ขณะที่มองการทำงานสิ่งใดอยู่ จิตมันเกิดวูบลง

จิตมันเกิดวูบลง มันจะวูบลงอย่างไรนั่นอีกเรื่องหนึ่งนะ

แต่มันมีความสว่างกลางหัวอกทางด้านซ้าย แล้วมันเป็นอยู่ห้านาที แล้วจิตมันเย็นจิตเย็นใจตลอด

การควบลงมันเป็นธรรมก็ได้ แต่ถ้าเป็นสมาธินะ มันเป็นสมาธิแต่สติปัญญาเรายังไม่เท่าทัน มันก็ควบไปอย่างนั้นก็ได้ แต่ถ้ามันเป็นธรรมเกิด ๆ มันก็ควบลงอย่างนั้นเหมือนกัน แต่ถ้าเราฝึกหัดบ่อยครั้งเข้า คราวต่อไปเราตั้งสติให้ดีขึ้น เรากำหนดพุทโธพร้อมกับลมหายใจเข้าออก พร้อมกับสติปัญญา ถ้ามันจะเป็นอย่างไรไปสติเราพร้อม เราพร้อมไป มันจะเป็นขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ อัปปนาสมาธิ คือมันจะสงบมากสงบน้อย เราก็มีสติสัมปชัญญะรักษาตัวของเรา

นี่ไง เขาบอกว่า เราได้มีโอกาสได้บริหาร ถ้าเราได้บริหาร การบริหาร การบริหารด้วยการใช้ปัญญา ถ้าบริหารด้วยการใช้ปัญญา เราจะทำให้จิตใจเราดีขึ้น ถ้าจิตใจเราดีขึ้น นี่ตรงนี้สำคัญที่สุด สำคัญเพราะอะไร สำคัญเพราะเวลาความคิดก็เกิดตรงนี้ กิเลสก็เกิดตรงนี้ แล้วธรรมะก็จะเกิดตรงนี้ไง

ธรรมะมันจะเกิดบนหัวใจของสัตว์โลก ความคิดมันก็เกิดบนหัวใจของสัตว์โลก เวลาความทุกข์ความยากมันก็เกิดบนหัวใจของสัตว์โลก เวลาจิตมันสงบเข้ามาก็จิตสงบเข้ามาสู่ใจของตน แล้วเวลามันเกิดปัญญาขึ้นมา ที่มันสำคัญที่สุด สมถกรรมฐาน ฐานที่ตั้งแห่งการงานที่เราจะใคร่ครองของเร ถ้าใคร่ครองของเร ถ้ามันจะควบลงอย่างไร เรามีสติสัมปชัญญะของเรา แล้วถ้ามันเป็นไปอย่างนั้นมันเป็นไปแล้ว มันเป็นไปแล้วคือว่ามันเป็นอดีตไปแล้ว

เวลาครูบาอาจารย์ท่านประพฤติปฏิบัตินะ วันนี้ทำแล้วดี พรุ่งนี้มันจะเอาอย่างนี้อีกอด เวลามันดีทีหนึ่งแล้วมันก็ติดดีอย่างนั้นตลอดไป ดีทีหนึ่งก็ให้มันดีอยู่อย่างนั้นนะ แล้วเราทำให้มันดีทุกคราวไป ดีในปัจจุบันนี้ ดีทุกคราวไป คือลงสมาธิได้ตลอดไป ถ้าลงสมาธิได้ตลอดไป จิตตั้งมั่น

แต่ถ้ามันเคยลงสมาธิแต่เรานึกเอา นี่เราเคยได้มาตั้งห้าปีที่แล้ว แล้วมันก็ยังเย็นๆ มาจนปานนี้

ก็มันห้าปีที่แล้วนะ สมาธิก็คือสมาธินะ สมาธิมันอยู่กับเราไม่นานหรอก สมาธิจะอยู่กับเราได้เพราะเรามีสติแล้วมีคำบริกรรม ธรรมทั้งหลายมาแต่เหตุ ถ้ามีเหตุ ผลมันก็จะเกิดขึ้น

แต่ถ้าเหตุอย่างนี้เหตุตั้งห้าปีที่แล้ว มันเป็นสัญญา

พอมันเป็นสัญญาเทียบเคียงมา วางไว้ มันเป็นการยืนยันเท่านั้นนะ เวลาเราภาวนาไปแล้ว ใครภาวนาไปแล้วนะ จิตมันเคยสงบ จิตมันเคยมีบาทฐานอย่างไร มันเป็นการยืนยันว่า จิตเราปฏิบัติแล้วมันได้ผลอย่างนี้ มันเป็นการยืนยันว่า จิตถ้ามันสงบระงับจนเต็มที มันเป็นการยืนยันว่า จิตของเรา ใครเข้ามาถึงจิตของตนก็ได้เข้ามาเห็นตัวตนของตนไป

ถ้าตัวตนของตน มันเป็นตัวเป็นตน ใส มันเป็นตัวเป็นตน แต่เป็นตัวเป็นตน แต่เป็นตัวจริงนะ แต่ความรู้สึกนึกคิดเป็นตัวปลอม อารมณ์นี้เป็นตัวปลอม อารมณ์เกิดจากจิตๆ ความคิดนี่ของปลอมหมดเลย ตัวจริงๆ คือตัวธาตุรู้ แล้วเข้าไปถึงตัวมัน ไปถึงตัวจริง ถ้าถึงตัวจริงแล้ว แล้วถ้าฝึกหัดใช้ปัญญา ปัญญาจะเกิดขึ้นที่นี่

แต่เวลามันภาวนาไปแล้วมันจะไม่เกิดตรงนี้ มันจะไปเกิดที่อารมณ์ ไปเกิดที่อารมณ์ เกิดที่ความคิดใจ ความคิดมันเป็นเงา ส่วนใหญ่แล้วมันเป็นความคิดทั้งนั้นนะ ความคิดเกิดดับ ความคิดเกิดจากจิตแต่ไม่ใช่จิต ความคิดเกิดจากจิตแต่ไม่ใช่จิต อยู่อย่างนั้นนะ เป็นเงาทั้งนั้นนะ เป็นอาการทั้งนั้น แล้วส่วนใหญ่แล้วมนุษย์ทำได้แค่นี้ ไม่เคยเข้าถึงตัวใจได้สักที

ทีนี้ถ้ามันวูบลงแล้วมันเย็นจิตเย็นใจ มันเย็นถึงตัวมันนะ พอมันเย็นแล้วมันถูกต้อง เห็นไหม เขาบอกว่า มันเป็นอย่างนี้มาตลอด มันเป็นอย่างนี้ มันรู้โดยอัตโนมัติ รู้ต่างๆ

นี่มันเป็นคุณสมบัติ จิตเวลาคนสงบแล้วนะ มันจะมีคุณสมบัติของมัน คุณสมบัติของมันคือว่ามันจะรู้อะไรมาอย่างน้อยแค่ไหน นี่คือการวามารมีของคน แล้วถ้าวามารมีของคนเราต้องพัฒนาขึ้น

นี่พูดถึงข้อที่ ๑. ไง เขาถามถึงว่า แล้วเขาควรจะทำอย่างไร ควรจะปฏิบัติอย่างไร ใ้ข้อที่ ๑. พอรู้อย่างนั้นปั๊บ แล้วพอเขาจะเดินหน้าต่อไป

เพราะว่าการปฏิบัติ ทำความสงบของใจเข้ามา พอใจสงบแล้วก็ฝึกหัดใช้ปัญญา พอใช้ปัญญาไปแล้ว โดยหลัก โดยหลักที่เราศึกษาเราเรียนรู้อย่างมันเป็นสมถกรรมฐาน วิปัสสนากรรมฐาน เราก็เลยมารู้หลัก

แต่เวลาคนที่รู้หลักแล้วทำถูกต้องหรือเปล่า โดยรู้หลักแล้วเราก็นัดหลักนั้นไว้ พอยึดหลักนั้นไว้ เราทำความสงบของใจเข้ามาแล้วก็สร้างภาพสร้างอารมณ์ว่าสงบ แล้วพอใช้ปัญญาก็สร้างอารมณ์ว่าใช้ปัญญา ส่วนใหญ่ถ้าเป็นสัญญาอารมณ์เป็นแบบนี้ คือทำให้มันถูกตามทฤษฎี ทำให้ถูกตามทฤษฎีแล้วบอกก็ทำแล้ว แล้วก็ไม่เคยได้สักที...ก็กิเลสมันสอนให้ทำ มันไม่ได้ทำตามความเป็นจริง

ถ้าตามความเป็นจริงมันมีรสชาติ รสของธรรมะซึ่งรสทั้งปวงนะ เวลาทุกข์เวลายากนี่ทุกข์ยากมาก เวลาจิตสงบมันสุขมาก ความทุกข์ก็เป็นอนัตตา เวลาสรรพสิ่งในโลกนี้เป็นอนิจจัง สิ่งใดเป็นอนิจจัง สิ่งนั้นเป็นทุกข์ สิ่งใดเป็นทุกข์ สิ่งนั้นเป็นอนัตตา คือเราจะบอกว่าความทุกข์ไม่อยู่กับใครตลอดไปหรอก ความทุกข์มันอยู่ชั่วคราวแล้วมันก็เปลี่ยนแปลงของมัน ความสุขก็เหมือนกัน สมานก็เหมือนกัน พอมันเป็นอนัตตา มันแปรสภาพของมันอยู่แล้ว

ทีนี้เวลาเราศึกษาธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เขาก็เลยบอกว่า พอจิตสงบแล้วเขาฝึกหัดใช้ปัญญา พอสิ่งใดแล้วเขาพิจารณาให้เป็นไตรลักษณ์ จับพิจารณาปั๊บ พอมันรู้ปั๊บ มันก็ปล่อยๆ มันก็ฝึกหัด ก็ใช้ไป แต่การฝึกหัดอย่างนี้ การฝึกหัดอย่างนี้ถ้าจิตมันดี เรายังมีศรัทธาความเชื่ออยู่ มันทำได้ แต่ถ้าจิตมันเสื่อม จิตมันเสื่อมแล้วมันมีผลกระทบรุนแรง มันคิดไม่ได้หรอก มันเหนื่อยหน่าย มันทุกข์มันยาก เวลาจิตมันเสื่อมนะ เวลาจิตมันเสื่อมแล้วกิเลสมันคือด้าน ทุกข์มากนะ

เวลาปฏิบัติถ้ามันลงสมาธิ มันสงบ มันก็มีความสุข แล้วถ้าฝึกหัดใช้ปัญญา ปัญญาที่มันมีกำลังของมัน พิจารณาแล้วมันปล่อยๆ มันมีความสุข มันมีผลตอบแทน แต่เวลามันพิจารณาไปแล้วจิตมันเสื่อม จิตมันเสื่อมแล้วมันลงสมาธิไม่ได้ เราย้อนไปหมด นั่งก็ไม่ได้ จะ

เดินก็ไม่ได้ จะทำอะไรก็ไม่ได้ ทุกข์ยากไปมากนะ ธรรมชาติของมนุษย์มันก็ทุกข์อยู่แล้วไง ไปปฏิบัติมันจิตเสื่อม เวลาจิตมันท้อถอยมันยิ่งทุกข์เข้าไปใหญ่ ทุกข์ซ้อนทุกข์เลยละ

แต่ครูบาอาจารย์เราก็ต้องแก้ แก้ไขของเราไง แก้ไขของเรา เห็นไหม เราดำรงชีวิตโดยปกติแล้วมันก็ยังทุกข์ยากขนาดนี้ เราก็พยายามผ่อนออกให้เสปจจัยเครื่องอาศัยให้น้อยลง แล้วพยายามของเรา แล้วก็ฝึกฝนมัน ใช้สติรักษาดูแลมัน พยายามดึงกลับมา พิจารณาถึงเต็มที่แล้ว พอมันทุกข์ถึงที่สุดแล้วนะ มันก็จบ

ที่นี้เวลามันทุกข์ไม่ถึงที่สุดนะสิ เวลามันเสื่อม เวลามันทุกข์ก็ทุกข์อยู่อย่างนั้นนะ ครึ่งๆ กลางๆ ก็ทุกข์แล้วทุกข์เล่า ก็ทุกข์อยู่อย่างนั้นนะ

สู้กับมัน ทุกข์ให้ถึงที่สุดเลย พอมันถึงที่สุดแห่งทุกข์ แล้วทุกข์มันจบแล้วมันเหลืออะไร ไอ้โฮ! โล่งหมดเลย ว่างหมดเลย แต่มันก็เปลี่ยนแปลงตลอดเวลา

นี่พูดถึงว่าเวลาเขาบอกว่า จิตสงบแล้วเขาฝึกใช้ปัญญา พิจารณาให้มันเป็นไตรลักษณ์

ถ้าพิจารณาให้เป็นไตรลักษณ์ เราพิจารณาถ้ามันเป็นความจริงก็ใช้ได้ ถ้ามันพิจารณาไปแล้วถ้ามันไม่มีผลตอบแทนคือมันไม่มีรสชาติ นั่นเป็นสัญญา นั่นคือทำตามทฤษฎี

ถ้าทำความเป็นจริงนะ เราพยายามทำความเข้าใจ ถ้าใจสงบแล้วมันจะมีกำลัง ถ้ามีกำลังแล้ว เวลาจับสิ่งใดพิจารณาปั้มมันจะรวดเร็วมาก ถ้ารวดเร็วมันจะเป็นประโยชน์ ถ้ามันไม่เป็นประโยชน์ เรากลับไปทำความเข้าใจแล้วทำให้เป็นข้อเท็จจริง

แล้วผู้ที่ปฏิบัติมานี้ ผู้ที่ถามปฏิบัติมาห้าปีแล้ว เวลาผิดพลาดไปที่จิตมันไม่ลงก็รู้ได้ แล้วถ้าจิตมันลง จิตมันลงหมายความว่าทำแล้วมันประสบความสำเร็จ มันจะมีความสุขมาก วัดกันตรงนี้ไง วัดที่ทำแล้วมันมีความสุข ทำแล้วมันมีประโยชน์ ทำแล้วมันเกิดปัญญา ปัญญามันคมกล้ามาก ถ้าปัญญามันคมนะ ก็เลสมาเผชิญหน้าไม่ได้เลย หายหมดเลย ถ้าปัญญาดีๆ นะ ถ้ามีสมาธิ ถ้ามีปัญญาดี อู้ฮู! เหมือนกับเทวดาเลยเรานะ อู้ฮู! สุดยอดคน ขณะที่ดีๆ นะ วัด

กันตรงนี้ ถ้าเวลามันเสื่อมนะ เสื่อมจนใช้อะไรไม่ได้เลย แต่ถ้ามันดีมันจะเป็นอย่างนี้ แล้วพอเป็นอย่างนี้ปั๊บก็วัดกันตรงนี้ นี่พูดถึงว่า ปฏิบัติแล้วได้อะไร

๒. เกิดเหตุการณ์ครั้งหนึ่ง ผมทำสมาธิแล้วนานไปจิตมันเสื่อมไป มันคลายออก เวลา มันคลายออกแล้วเหมือนมันไม่ยอมลง ในขณะที่มันรู้สึกเลยว่ามันคลายออก ฉะนั้น เวลาที่นอนก็นั่ง ฟังเทศน์ครูบาอาจารย์ สมาธิก็เริ่มกลับมา ทำแบบนี้โดยที่ไม่ได้นั่งสมาธิเพราะมีธุระ

ถ้ามีธุระ มีธุระ เราก็อยู่กับงาน คนเรานะ ต้องมีหน้าที่การงาน ถ้ามีหน้าที่การงาน เราก็ทำหน้าที่การงานของเราด้วยสติอยู่กับงานนั้น เสร็จงานแล้วก็มาฝึกหัดภาวนา ฉะนั้นว่า เวลาเจริญแล้วเสื่อม เสื่อมแล้วเจริญ นี่เป็นเรื่องปกติ เป็นเรื่องธรรมดาเลย

คุณก๊ากฟ้าลี นักกีฬาทุกประเภทเวลาฟอร์มเขตก นักกีฬาเก่งๆ ขนาดไหน มันจะถึงเวลาฟอร์มตก ฟอร์มตกนะ เขาก็ต้องกลับมาหยุดพัก กลับมาเรียกความมั่นใจ เรา นักปฏิบัติก็เหมือนกัน เวลามันดีมันก็ดีนะ แต่เวลาถ้ามันเสื่อม เขาก็ต้องแก้ไข เพราะเราปฏิบัติต่อเนื่อง การปฏิบัติต่อเนื่องมันจะรู้เลยว่าเราปฏิบัติแล้วจะได้ผลหรือไม่ได้ผล

ที่นี้เวลาทางโลกเขาปฏิบัติกันไง เวลามันดี อุปาทานหมู เวลาดี ดีไปหมดเลย เวลาข้างหน้าเขาเลิกนะ เวลาเป็นอุปาทานหมูไม่มีใครขึ้นน่านะ จบเลย แล้วไปไม่เป็นนะ มันเป็นอุปาทานหมู

แต่เวลาปฏิบัติของเรามันเป็นของเราเอง ถ้าเวลามันดี มันดีอย่างไร ถ้าเวลามันเสื่อม เราจะแก้ไขอย่างไร ถ้าเราแก้ไข เห็นไหม ระหว่างที่เวลาจิตมันเสื่อมแล้วเราฟื้นกลับมาได้ ถ้าฟื้นกลับมาได้มันทำต่อเนื่องๆ เราถึงได้ผล เห็นไหม ปฏิบัติเพื่อการเป็นคนดี คนดีทำสะสมความดีอันนั้นจะเป็นคนดีที่ยั่งยืน ถ้าเป็นคนดีที่ยั่งยืน ในการปฏิบัติมันเจริญก้าวหน้า นี่พูดถึงว่าข้อที่ ๒.

๓. ด้วยหน้าที่การงานที่ผลกระทบในการรักษาศีล เพราะผลของความผิด พุตผิดบ้าง ที่นี้ต้องสมทานงดเว้นตลอดในการรักษาไม่ให้ต่างพร้อยเลย ซึ่งถือว่าทำยากอยู่มากหากศีลต่างพร้อย

คำว่า “ศีลต่างพร้อย” ศีลต่างพร้อย เราก็ต้องกลับมา กลับมาวิธีที่อย่างที่ว่านี้ อย่างที่เขาพูดนี้ถูกต้อง เวลาศีลมันต่างมันพร้อย เราผิดพลาดไปแล้วเราก็เริ่มต้นของเราใหม่ เริ่มต้นของเราใหม่

ฉะนั้น คำว่า “ศีลต่างพร้อย” ศีลต่างพร้อยเพราะอะไร เพราะเรายังอยู่กับโลกไง เรายังอยู่กับโลก เรายังต้องมีหน้าที่การงานของเรา เรายังต้องหาผลประโยชน์ของเรา คำว่า “หาผลประโยชน์” ถ้ามันผิดครั้งนี้ ครั้งนี้มันผิดแล้วเรารู้สึกเสียใจหรือไม่ ครั้งต่อไปเราก็จะไม่ทำผิดอีก ถ้าทำผิดหรือให้มันผิดน้อยลงๆ จนเรามีสติสัมปชัญญะของเรา จากการรักษาศีลมันก็เป็นอธิศีล ศีลจากภายใน ถ้าศีลจากภายใน สิ่งต่างๆ มันก็จะเบาบางลงๆ

มันอยู่ที่จิตนิสัยไง คนระดับสัทธาจริต สัทธาจริตเขามีความเชื่อมั่นในทานของเขา ศรัทธาความเชื่อของเขา ในพุทธจริต พุทธจริตมีปัญญามาก มีปัญญามาก จะรักษาศีล พอตัวเองพูดอะไรผิดมันก็ว่าผิด

ถ้าผิดแล้วก็รู้ว่าผิด ถ้ารู้ว่าผิด มันเป็นที่จิตนิสัย ถ้าจิตนิสัย เวลาผิดเราก็หลีกเลี่ยงเอา หลบหลีกเลี่ยงๆ

ถ้าเขาบอกว่าเลี่ยงบาลีๆ

เลี่ยงบาลีนั่นอย่างหนึ่ง เลี่ยงบาลีนั่นคือเห็นแก่ตัว แต่เราไม่เลี่ยงบาลี เราต้องการสร้างสะสมคุณงามความดีของเรา เราอยากภาวนาของเรา เราจะรักษาศีลของเราให้เป็นปกติ ฉะนั้น ให้เป็นปกติ เรามีหน้าที่การงานทางโลก เราก็พูดด้วยไม่ผิดศีลนะ พูดด้วยความไม่ผิดศีล พูดด้วยความซื่อสัตย์ ที่นี้มันพูดโดยซื่อสัตย์ จะมากน้อยขนาดไหนมันก็อยู่ที่การฝึกหัดพัฒนา ถ้าจิตใจมันฝึกหัดพัฒนาขึ้นมามันก็จะไปตามนั้น นี่พูดถึงเรื่องของศีล ฉะนั้น เรื่องของศีล

ข้อ ๑. ๒. ๓. จบ จบเพราะอะไร จบเพราะต้องการให้ปฏิบัติ ปฏิบัติแล้วให้เป็นคนดีใจ
ปฏิบัติ

เขาว่า จะทำอย่างไรต่อไป

เราปฏิบัติเพื่อความเป็นคนดี ๆ ความเป็นคนดีมันเป็นหนทาง มันเป็นหนทางที่พาให้จิต
มันพัฒนาขึ้นไป ถ้าเราไม่ทำความดี มันจะไปทางชั่ว ลองไม่ทำดีสิ ไม่ทำดีมันก็ล้าละเทเมาไป
ทำอย่างไรก็ได้ไง ถ้าเราจะตั้งมาดีใจ พอตั้งมาดีขึ้นมาแล้ว “ทำดีไม่เห็นได้อะไรเลย” ก็ได้ ได้เป็น
คนดีใจ ได้ดี ได้ดีที่เราเป็นอยู่แล้ว

ถาม : เรื่อง “แนวทางปฏิบัติเริ่มภาวนา”

กราบนมัสการหลวงพ่อ เมื่อวันเสาร์ที่ ๒๒ ตุลาคมที่ผ่านมา ผมได้ขึ้นไปทำบุญที่วัด
แต่พบว่าหลวงพ่อไม่อยู่ ซึ่งผมก็นอยากรจะขอแนวทางปฏิบัติภาวนาที่เหมาะสมจากหลวงพ่อ
ด้วยตัวผมเองเป็นคนชอบสวดมนต์อยู่เป็นนิจ แต่ไม่ค่อยได้ทำสมาธิภาวนา ส่วนใหญ่จะนั่ง
สมาธิภาวนาประมาณ ๑๐-๒๐ นาทีเท่านั้น เคยฝึกแบบยุบหนอพองหนอบแบบที่โรงเรียนสอน ก็
พบว่าไม่สามารถกำหนดแบบนั้นได้ จึงอยากขอคำแนะนำวิธีปฏิบัติจากหลวงพ่อครับ

ตอบ : วิธีการปฏิบัติ วิธีการปฏิบัติเริ่มต้นจากมีศรัทธามีความเชื่อ คือมีศรัทธามีความเชื่อคือว่า
เราต้องเชื่อมั่นในตัวเราก่อน คำว่า “เชื่อมั่นในตัวเรา” คือเราเคารพตัวตนของเราไง เราเคารพตัว
เรา

ส่วนใหญ่โลกเรานี้แหละ เกิดมาแล้วไม่เห็นตัวตนของตนเอง เห็นแต่คนอื่น โทษเขาไปทั่ว
เลย สังคมไม่ดี ๆ ทุกอย่างไม่ดีหมดเลย แต่เรา โอ้ย! ภูเป็นคนดีคนเดียว

แต่ถ้าเราเริ่มต้นของเรา คนเหมือนกันทั้งนั้นนะ พอคนเหมือนกันแล้ว คนก็มีศักดิ์ศรี
ความเป็นคนเท่ากันทั้งนั้นนะ ฉะนั้น ถ้าเราเคารพตัวเราเองไง ถ้าเคารพตัวเอง เรามีหน้าที่การ
งานอย่างใดเราก็ทำหน้าที่การงานของเรา

เพราะการเกิดมา มนุษย์เกิดมาเป็นญาติกันโดยธรรมชาติ คือเกิดมามีชีวิต เกิดมามีชีวิต มันต้องมีหน้าที่การงาน เพราะมันต้องเลี้ยงชีวิต ถ้าเลี้ยงชีวิต เลี้ยงชีวิตไว้ทำไม เลี้ยงชีวิตไว้ คุณชีวิตทางโลกเขาก็ล้มเหลวเหมือนกัน ถ้าเขามีสติมีปัญญาเขาก็ประกอบสัมมาอาชีวะเลี้ยงชีพของเขาไป ถ้าชีวิตที่มีสติมีปัญญาอย่างเช่นพระ เขาก็สละทางโลกมาบวชพระ บวชพระขึ้นมาแล้ว พระถ้าบวชมาแล้วก็เป็นพระที่มีการศึกษาเพื่อจะทรงจำธรรมวินัย

แต่พระที่เขาศึกษาแล้วเขาจะประพฤติปฏิบัติ เวลาเขาประพฤติปฏิบัติขึ้นไปเขาจะมีครูบาอาจารย์ของเขาสั่งสอนของเขาขึ้นไปจนเขาทะลุปรุโปร่งเข้าไปถึงสุจิตใจของเขา ชำระล้างกิเลสเป็นขั้นเป็นตอนขึ้นไปจนสิ้นกิเลสไป

พอสิ้นกิเลสไป เห็นใหม่ มนุษย์เหมือนกัน หลวงปู่มั่นท่านอยู่ในป่า เทวดามาฟังเทศน์นี่ไง มนุษย์แท้ๆ เลย ทำไมเทวดามาฟังเทศน์ล่ะ ไร่เรานี่แหล่ะ! อยากเป็นเทวดา อยากเห็นเทวดา แต่ครูบาอาจารย์ของเรา เทวดาต้องมาราบการะขอฟังธรรม มนุษย์เรา

นี่ไง ที่ว่าเคารพความเป็นมนุษย์ ถ้าเราเคารพความเป็นมนุษย์ของเรา เราซื้อสัตย์ของเรา ถ้าเราซื้อสัตย์ของเรา เราจะบอกว่า ถ้าเราซื้อสัตย์ของเรา เราจะมีคุณค่า มีคุณค่าที่ไหน มีคุณค่าที่มันมีสติ มีจิตใจ

มนุษย์มีกายกับใจ ถ้ามีกายกับใจแล้วเราอยากภาวนาแล้ว ถ้าอยากภาวนาแล้ว พอภาวนา เขาใช้อะไรภาวนา เขาใช้ใจภาวนา อานาปานสติก็กำหนดลมหายใจเข้าออก

โรงงานอุตสาหกรรมนะ โรงงาน คุณ โรงงานไอน้ำเขาใช้ลม เขาก็มีลมทั้งนั้นนะ ทำไมไม่เป็นอานาปานสติ ทำไมเราหายใจเข้าจมูกนี่เป็นอานาปานสติ เป็นอานาปานสติเพราะมันมีจิต จิตของเรามันรับรู้ลม

ถ้าธรรมตามมนุษย์เกิดมาต้องมีลมหายใจ ใครไม่มีลมหายใจห้านาที สมองตาย ต้องมีลมหายใจ เขาก็หายใจอยู่ ทำไมไม่เป็นอานาปานสติ คนหายใจอยู่ทำไมมันไม่เป็นอานาปานสติ แต่ของเราพอมีสติตั้งกำหนดลมนี้เป็นอานาปานสติทันทีเลย เพราะอะไร เพราะจิตใจ

เพราะจิตใจของเรา จิตใจของเรามีค่ามาก เห็นไหม หลวงตาท่านไปไหนๆ ท่านไปเอา หัวใจของคนๆ หัวใจของคนมีค่ามาก จิตนี้มีค่ามาก เพราะจิตนี้เวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะ คนเราเพราะมีจิตในร่างกายนี้มันถึงมีชีวิตไง พอจิตนั้นออกจากร่างไปเป็นคนตาย เป็นท่อนฟืน

นี่ไง ฉะนั้นบอกว่า ถ้าเราเคารพตัวตนของเรา พอจิตมันมีคุณค่าขึ้นมา จิตมันมีคุณค่าขึ้นมา พอเรากำหนดลมหายใจเข้าลมหายใจออกเป็นอานาปานสติ แล้วถ้ามันระลึกพุทโธเป็น พุทธานุสติ ถ้ามันระลึกถึงความตายเป็นมรณานุสติ มันก็เป็นขั้นเป็นตอนขึ้นไป ถ้าเป็นขั้นเป็น ตอนขึ้นไป

เพราะเขาถามเรื่อง หลวงพ่อ จะปฏิบัติอย่างไร

แล้วเวลาไปบอกปฏิบัติมันถึงอีกนะปฏิบัติอย่างไร แต่เวลาพูดถึงวิธีการ ญไม่ได้สอน เอ็งนะ ญบอกถึงวิธีการปฏิบัติ แล้วคนที่ปฏิบัติก็ต้องปฏิบัติตามวิธีการนี้ ถ้าปฏิบัติตาม วิธีการนี้มันถึงเป็นการปฏิบัติ ถ้ามันไม่ปฏิบัติตามวิธีการนี้มันก็สร้างภาพ มันก็หนีไปเอง นี่ไง มันถึงไม่เข้าทางพระพุทธศาสนาไง

ถ้าเข้าทางพระพุทธศาสนา พระพุทธเจ้าสอน ดูสิ เวลาสุภัททะ สุภัททะไปถาม พระพุทธเจ้า เขามีปัญญามาก “อู้อู! ศาสนานั้นก็ดี ศาสนานี้ก็ดี หนุนยอดๆ ไปหมดเลย แล้ว พระพุทธเจ้าว่าอย่างไร”

พระพุทธเจ้าบอกเลย “ศาสนาไหนไม่มีมรรค ศาสนานั้นไม่มีผล”

ไม่มีมรรคตรงไหน ไม่มีมรรค ดูสิ ศาสนาก็ยอดๆ มันคิดเอาเอง จินตนาการไปเอง แต่ ศาสนาพระพุทธเจ้าต้องอานาปานสติต้องกำหนดลมหายใจ จิตต้องทำทั้งหมด

ศาสนาที่ว่ายอดๆ ยอดๆ เพราะอะไร เพราะมันไม่ต้องทำอะไรมันเลยยอดไง ไม่ต้องทำอะไรเลย ยอด แต่พระพุทธศาสนานี้ต้องทำทุกอย่างเลย ทำเพราะอะไร ทำเพราะจิตมันทำ เพราะจิตมันทำแล้วจิตมันเป็นสมาธิ จิตมันเกิดปัญญา จิตมันฟอกจิตมัน จิตมันทำชำระล้าง กิเลสมัน จิตมันพ้นจากกิเลสมัน มันมีจริงไง

“ศาสนาไหนไม่มีมรรค ศาสนานั้นไม่มีผล สุภทฺธะ เธออย่าถามให้มากไปเลย” ให้พระอานนท์บวชให้คือนั้น บวชคือนั้น เขาพิจารณาคือนั้น เขาเป็นพระอรหันต์คือนั้นเลย

แล้วที่ว่ายอดๆ ยอดตรงไหนล่ะ มันก็ยอดมะพร้าวไง แต่ถ้ามันยอด นี่พูดถึงมันยอด

นี่เขาถามว่า วันนั้นมาหาหลวงพ่อ แล้วอยากจะปฏิบัติ อยากจะหาแนวทางปฏิบัติ แต่ก็ไม่เจอหลวงพ่อ

ถ้าอยากเจอ ถ้าเจอเราก็วิ่งหนีเลย เพราะเราก็ไม่พูดกับคน ถ้าคนจะเอาอย่างนั้นๆ ตลอดไป แต่โดยหลัก โดยหลักวิธีการปฏิบัติ กรรณฐาน ๔๐ ห้อง กรรณฐาน การทำความสงบ ๔๐ วิธีการ ฉะนั้น เวลาการทำความสงบ ๔๐ วิธีการ นี่มันอยู่ในพระไตรปิฎก

เวลาทางวิชาการเขาบอก “พระพุทธเจ้าไม่ได้สอนๆ”

เวลาจะทำความดีพระพุทธเจ้าไม่ได้สอนทั้งนั้นเลยนะ เวลาจะล้างกระเป๋ายาโมณะ พระพุทธเจ้าสอน เวลาจะเอาตั้งค์เขานะ โอ้ย! นี่พระพุทธเจ้าสอน สอนให้เอาตั้งค์เขา เวลาจะประพฤติปฏิบัติบอกพระพุทธเจ้าไม่ได้สอนๆ...แล้วสอนเรื่องอะไรล่ะ สอนอะไร

พระพุทธเจ้าสอนให้ปราบกิเลสของตนนะ ถ้าการจะปราบกิเลส การทำความสงบ ๔๐ วิธีการ เราจะบอกว่า การทำความสงบ ๔๐ วิธีการ เพราะมันเป็นพุทธคุณนะ ปัญญาคุณขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า การทำความสงบ ๔๐ วิธีการ เพราะอะไร

เพราะครูบาอาจารย์ของเราท่านลูกศิษย์ลูกหามาก หลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่นลูกศิษย์ลูกหามาก ฉะนั้น ลูกศิษย์ลูกหามาก จริตนิสัยของคนมันไม่เหมือนกัน จริตนิสัยของคน การสร้างอำนาจวาสนาบารมีของคนมันแตกต่างกัน คนที่มาแตกต่างกัน คนที่จริตนิสัยแตกต่างกันจะทำให้เหมือนกันมันเป็นไปได้

ฉะนั้น พอเป็นไปได้ จริตนิสัยที่แตกต่างกัน เหมือนแร่ธาตุเลย ดุสิต จะแร่เหล็ก แร่เหล็กมาจากเหมืองไหน ถ้าแร่เหล็กเหมืองนั้นมีคุณสมบัติอย่างไร มันจะเข้าเตาหลอมชนิดนั้น ดู

ดี น้ำมันที่มันซื้อมา น้ำมันประเภทที่ว่ามีคุณภาพมากมีคุณภาพน้อยต้องเข้าโรงกลั่น โรงกลั่นก็ต้องโรงกลั่นที่มีคุณภาพไม่มีคุณภาพแตกต่างกันไป

คนที่มันเกิดมาจริตนิสัยมันก็เป็นแบบนั้น ฉะนั้น องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าถึงเปิดไว้ ๔๐ วิธีการไง ฉะนั้น เวลาหลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่นท่านถึงบอกว่า กำหนดอันแรกเป็นพุทโธก่อน พุทโธคืออะไรจะระลึกถึงศาสดาก่อน ระลึกถึงศาสดาคือว่าองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า พุทธะ พุทธะคือพุทโธ ธัมโม สังโฆ นี่ไง พระพุทธรูป พระธรรม พระสงฆ์ เราจะระลึกถึงก่อนถ้าทำได้ ถ้าทำไม่ได้ก็อานาปานสติ ปัญญาอบรมสมาธิ มรณานุสติ นี่มันเป็นไปถึง ๔๐ วิธีการ พระพุทธเจ้าอย่างนี้เลย

เพราะว่าถ้ามันมีแนวทางเดียว คนอื่นจะทำได้ไหมไม่ได้ โอกาสของคนที่จะเข้าทางนี้มันทำไม่ได้ไง แล้วพอทำไม่ได้ ก็เหมือนกับเราโง่เง่าเต่าตุ่นจะบอกให้เป็นดอกเตอร์ โอ้ย! อีกห้าชาติกูก็เป็นไม่ได้

เออ! กูหัดอ่าน ก.ไก่ นี่กูทำได้ ให้กูหัดอ่าน ก.ไก่ เออ! ใครจะเป็นอะไรก็ได้ ขอให้อ่านออกเขียนได้ ทำงานเป็น ใช้ได้ พออ่านออกเขียนได้ ทำงานเป็นแล้วก็ฝึกหัดมา พอมันไปทำหน้าที่การงานขึ้นมาเดี๋ยวมันมีอาชีพ เดี่ยวมันเลี้ยงชีพมันได้ เดี่ยวมันปฏิบัติแล้วมันก็มีหน้าที่การงานของมัน เดี่ยวมันก็มีครอบครัวสร้างเนื้อสร้างตัวมันได้ เดี่ยวมันก็เป็นคนดีขึ้นมา นี่พระพุทธเจ้าเปิดกว้างอย่างนี้

ทีนี้เวลาครูบาอาจารย์ของเราท่านถึงเปิดกว้างมากนะ ฉะนั้น เวลาหลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่นท่านสอน ท่านสอนเฉพาะ คนคนนี้จะสอนอย่างนี้ๆ ท่านสอนเฉพาะจริตนิสัยของคน แล้วท่านรู้ถึงจริตนิสัยของคน

โอ้เราไปแล้ว เวลาสอนเราน่ะไม่ดีๆ ไปแอบนั่งฟังสอนคนอื่นนะ เวลาสอนคนอื่นนะไปลักขโมยเขามาแล้วก็ทำไม่ได้อย่างเขา แล้วก็บอกว่าทำไมฉันทำไม่ได้...ก็เขาไม่ได้สอนเอ็ง เขาสอนคนอื่น เวลาเขาสอนเอ็ง เอ็งก็ไม่เอา เวลาสอนตรงๆ มันไม่เอานะ เปื่อ ไม่ชอบ เวลาเขา

สอนคนอื่นนะชอบ หุยาเวเขียว ไปแอบฟังของเขา ไปสอนใครก็ไม่วู้เนาะ ไปเอาของเขา มา แล้วพอทำไม่ได้ก็ “นี่ผมทำไม่ได้” “ทำไมทำไม่ได้ละ” “ก็วันนั้นหลวงพ่อสอนคนนั้น ผมไปฟังมาไง”

อ้อหืม! เขาสอนคนนั้น คนนั้นมันมีคุณสมบัติอย่างนั้น เขาก็สอนอย่างนั้น เอ็งมีคุณสมบัติอย่างนี้ เขาก็สอนอย่างนี้ เอ็งมีคุณสมบัติอย่างนี้ เอ็งก็ควรทำอย่างนี้ เพราะมันตรงกับน้ำม้นดิบของเอ็งมันมีกำมะถันเยอะ มันก็ต้องเข้าโรงกลั่นประเภทนี้ ใส่น้ำม้นดิบของเขามันประเภทเบา เขาก็เข้าโรงกลั่นประเภทนั้น

เอ็งนี้ไม่รู้เรื่องเลย แต่ชอบ ชอบหุยาเวเขียว ไปฟังของคนอื่นมา แล้วปฏิบัติแล้วไม่ได้เรื่อง แล้วก็มา “โอ้ย! หลวงพ่อ ไม่ดีอย่างนั้นไม่ดีอย่างนี้” “ทำไมละ” “ก็วันนั้นหลวงพ่อสอนคนนั้น ผมฟัง แหม! มันถูกใจมาก”

เวลาของของเอ็งนะไม่เอา เหมือนเราเลย ในครัวบ้านเราไม่ทำ ชอบไปกินข้าวบ้านคนอื่น บ้านของตัวชี้เกียจ ชี้เกียจล้างเง ชอบไปกินครัวบ้านคนอื่น ในการปฏิบัติ ในการปฏิบัติมันเป็นแบบนี้ นี่พูดถึงแนวทางปฏิบัติเง

ฉะนั้น แนวทางปฏิบัติแล้วโดยเริ่มต้น ถ้าเราเคารพตัวเราเอง เริ่มต้นต้องเคารพตัวเราเองก่อนนะ เคารพตัวเราเองมันเหมือนกับเราให้โอกาสจิตของเราเง ใส่นี้ไม่อย่างนั้น ดูถูกตัวเอง เราทำอะไรไม่ได้ คนอื่นยอไปหมดเลย มีเราคนเดียว

เรากำหนดลมหายใจของเราดี ทำของเราขึ้นมา เคารพตัวเอง ผีกหัดของเรา แล้วถ้าจิตมันสงบก็ให้สงบของเรา จิตสงบเพราะมีสติ เพราะมีคำบริกรรม แล้วถ้ามันดีแล้วสงบแล้วผีกหัดใช้ปัญญา ผีกหัดใช้ปัญญา มันจะมากจะน้อยก็ผีกหัดใช้ ผีกหัดใช้ปัญญาเป็นแนวทาง แล้วเดี่ยวถ้ามันชำนาญขึ้นมา มันเข้มแข็งขึ้นมา แล้วเราก็จะเดินของเราไปได้

เด็กมันเกิดมาทุกคนนะ อย่างใดก็แล้วแต่มันต้องเดินได้ เด็กเกิดมา ไม่มีเด็กคนไหนเกิดมาแล้วมันเดินได้ มันต้องหัดนั่ง หัดคลาน แล้วก็หัดเดิน มันเดินได้แล้วมันก็วิ่งได้ จิตของเรา

ก็เหมือนกัน เด็กอย่างไรมันก็เดินได้ แต่จิตของเราถ้าไม่ฝึกหัดมัน มันเดินไม่ได้ มันวิปัสสนาไม่เป็น แล้วไปไม่ได้

แต่ธรรมชาติของเด็กมันต้องเดินได้ แต่ธรรมชาติของจิตมันวิปัสสนาไม่เป็น มันต้องฝึกหัดมันต้องมีการกระทำขึ้นมา ถ้าทำขึ้นมาแล้วมันต้องมีครูบาอาจารย์สอน พอสอนขึ้นมาพอมันเป็นไปได้นะ เด็กมันเดินได้แล้วนะ มันไม่ต้องการให้ใครอุ้มเลย มันจะวิ่งเล่นไปหาเพื่อนมันทั้งนั้นนะ แต่เวลาถ้ามันยังเดินไม่ได้มันจะวิ่งเข้ามาเลย อุ้มๆๆ เพราะมันยังเดินไม่ได้ มันอยากให้เราอุ้มมันไป แต่ถ้ามันเดินได้แล้วมันวิ่ง มันไปมันเอง มันแอบด้วย ไม่ให้เราเห็นด้วย แต่ถ้ามันยังเดินไม่ได้นะ เดินเข้ามาเลย อุ้มๆ อุ้มๆ อยากจะไป มาอุ้มให้อุ้มตลอด เพราะมันยังเดินไม่ได้

นี่เวลามันฝึกหัด มันฝึกหัดอย่างนั้น ถ้าธรรมชาติของเด็กมันต้องเดินได้โดยธรรมชาติของมัน แต่ธรรมชาติของจิตเดินไม่ได้ ถ้าไม่ฝึกไม่หัด ไม่ฝึกหัดใช้ปัญญานี้ไง ฝึกหัดใช้ปัญญาฝึกทำของเราไป ถ้ามันเป็นไปได้ มันก็เป็นไปได้

นี่เขาถามไฉ่ “กราบนมัสการหลวงพ่อกับ ฝอยอยากขอแนวทางปฏิบัติภาวนาจากหลวงพ่อกับจะทำอย่างไร”

ก็ทำอย่างนี้ หายใจเข้านึกพุท หายใจออกนึกโธ ไม่ต้องคิดว่ามันจะสูงส่งขนาดไหน มันจะสูงส่ง ดุสิต คนเราเกิดมามันต้องมีอากาศหายใจนะ มนุษย์เกิดมามีน้ำ มีน้ำ มีอากาศ นี่ก็เหมือนกัน จิตใจของเราให้หัดกำหนดพุทโธ ให้ใช้ปัญญาอบรมสมาธิ ให้มันสงบเข้ามาเหมือนกับมนุษย์ มนุษย์ขาดน้ำอยู่ไม่ได้ นี่ก็เหมือนกัน จิตถ้ามันขาดความสงบแล้วมันจะทำอย่างไร

ศาสนามันเหมือนน้ำ เหมือนอากาศที่ใครๆ ก็ปรารถนาอากาศที่บริสุทธิ์ ใครๆ ก็ปรารถนาที่บริสุทธิ์ นี่เราก็อทำเหมือนกัน ทำหัวใจของเราให้มันสะอาดบริสุทธิ์ แล้วถ้ามัน

สะอาดบริสุทธิ์แล้วนะ เรามีน้ำ มีอากาศที่ดีนะ เราอยู่สบาย เราทำอะไรก็ได้ แล้วเวลา
ภาวนามันจะเป็นของมันไป ปฏิบัติเพื่อความเป็นคนดี เอวัง