

รู้ทันกิเลส

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๑๗ ธันวาคม ๒๕๕๙

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

ถาม : เรื่อง “รายงานผลการฝึกมาตลอดหนึ่งปีที่มาฝึกที่วัดและที่บ้านครับ ผิดถูกอย่างไรขอ
หลวงพ่อดีใจด้วยครับ”

๑. ด้านในนิมิตส่วนมากไม่เจอ จะเจอช่วงแรกๆ ที่ฝึกใหม่ครับ ปัจจุบันปกติไม่ตื่นแล้ว
ครับ

๒. ด้านสมาธิก็จะฝึกที่บ้านทุกวัน เวลาที่วัดก็พยายามฝึกให้นานขึ้นไปอีกครับ
อะไรแปลกๆ จะไม่สนใจแล้วครับ ถือว่าเป็นได้ทุกคน อยู่กับพุทโธแบบที่หลวงพ่อดีใจเทศน์บอก
ก็พอแล้วครับ

๓. ลูกพยายามฝึกให้ก้าวหน้าเพิ่มขึ้นไปอีก หลวงพ่อดีใจจะให้ลูกฝึกแบบไหนเพิ่มขึ้นไปอีก
ครับ ข้อนี้ก็ต้องขอหลวงพ่อดีใจแนะนำให้ลูกด้วยครับ ลูกยังมั่นใจๆ ไปต่อไม่ได้ครับ ได้แค่ฝึกแบบเพิ่ม
เวลา และระวังระดับการฝึกให้คงที่ แค่นี้ครับ ผิดถูกประการใดให้หลวงพ่อดีใจช่วยชี้แนะด้วยครับ

ตอบ : นี้พูดถึงว่าคำถามเนาะ คำถามว่า รายงานผลการปฏิบัติมาหนึ่งปี แล้วถ้าปฏิบัติต่อไป
ให้มันดีขึ้นได้อย่างไร

ถ้ารายงานผลของการปฏิบัติ เห็นใหม่ ผลของการปฏิบัติ เวลาสมัยที่องค์สมเด็จพระ
สัมมาสัมพุทธเจ้ายังมีพระชนม์ชีพอยู่นะ เวลาพระประพาศปฏิบัติขึ้นไปแล้ว ถ้าไม่ไว้ใจใครก็จะ
ไปหาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เวลาออกพรรษาแล้ว ออกพรรษาที่ไปหาองค์สมเด็จพระ
พระสัมมาสัมพุทธเจ้า เวลาปฏิบัติแล้วผลที่เราปฏิบัติเป็นอย่างไร

แล้วสมัยนั้นมันมีลัทธิศาสนาแตกต่างหลากหลาย แล้วถ้าไปทางอื่นนะ เขาก็ว่ามันถูกต้องๆ แต่เวลาไปองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านจะแก้ให้ ถ้าแก้ให้ๆ การประพฤติปฏิบัติเป็นแบบนี้

ในวงการพระแต่เดิมมันมีฝ่ายวิปัสสนาธุระ วิปัสสนาธุระมีครูบาอาจารย์ที่ท่านปฏิบัติเป็น พอปฏิบัติเป็น ท่านจะรู้ตามข้อเท็จจริง แต่ถ้าเป็นคณฤชระคือแบบฝ่ายปกครอง ฝ่ายปกครองเขาศึกษารวมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ทรงจำธรรมวินัยไว้แล้วตัดสินไปตามนั้น

แต่ถ้าฝ่ายวิปัสสนาธุระมันต้องมีครูบาอาจารย์ที่เป็นไฉ่ ถ้าที่ไม่เป็นบิ๊บบันก็บั้น วิปัสสนิกไป พอวิปัสสนิกไปมันก็นึกจินตนาการไป พอจินตนาการไปมันก็ว่า จะบอกว่าห่างไกลจากศาสนาไปเรื่อยๆ มันจะเป็นการนับถือผีไปนู่น

ฉะนั้น สิ่งที่ว่าเวลาเราฝึกแล้วถ้ามันจะอะไรดีขึ้นหรือไม่ดีขึ้น ถ้าเวลามีครูบาอาจารย์ ครูบาอาจารย์ท่านจะคอยชี้แนะคอยบอกเส้นทาง คอยบอกเส้นทาง ที่นี้ครูบาอาจารย์แต่ละองค์ที่จะเป็นครูบาอาจารย์ที่จริงนะ

หลวงตาท่านพูดไว้ ครูบาอาจารย์ที่จะเป็นครูบาอาจารย์ของเราท่านฝึกฝนของท่านมาแล้ว ท่านเอาชีวิตแลกมาแล้ว ท่านข้ามความเป็นความตายมา นี่ข้ามความเป็นความตายมา ท่านฝึกมาขนาดนั้น ถ้าฝึกมาขนาดนั้น แต่เวลาเราฟังแล้ว เวลาฟังเทศน์ มันก็เหมือนกับของที่เราศึกษา เราเข้าใจได้ แล้วเราก็ทำตามที่เราเข้าใจนั้นนะ ทำตามที่เราเข้าใจมันก็ได้แต่ความเข้าใจใจ แต่มันยังไม่เข้าถึงธรรมะไง ถ้าถึงธรรมะ เห็นไหม

นี่คำถาม “๑. ด้านในนิมิตส่วนมากไม่เจอะเจอเหมือนช่วงแรกๆ ที่ฝึกใหม่ครับ เป็นปกติ ไม่ตื่นเต้นไปกับมัน”

เราไม่ต้องไปตื่นเต้นไปกับมัน ใจคำว่า “นิมิตๆ” นิมิตไม่ต้องไปตื่นเต้น แต่คนเราเวลาปฏิบัติ เวลาปฏิบัติแสนทุกข์แสนยากนะ เพราะเราฝึกหัดใหม่ๆ นั่งห้านาทีสิบนาทีนี้ อู้ฮู! เป็น

หลายชั่วโมง ห้านาทีสิบนาทีเท่านั้นนะ เพราะว่าเวลาหลับตาไปแล้ว อู้ฮู! มันยาวไกลมาก เวลา ลืมตาอยู่ที่นี่ อู้ฮู! วันๆ แป๊บเดียว แต่พอหลับตาขึ้นมา ใจโฮ! วินาทีมันยาวไกลมาก ฉะนั้น พอ อย่างนั้นปั๊บมันก็ว่าหนักหนาสาหัสสากรรจ์ นี่คนปฏิบัติใหม่ๆ เป็นอย่างนั้น เพราะเราเอาชีวิต เรา เอาความจริงของเรามาเป็นเครื่องยืนยัน ครูบาอาจารย์ก็เป็นแบบนั้น ถ้าเป็นแบบนั้นปั๊บนะ เวลาเราเริ่มหลับตามันยาวไกล มันกว้างขวาง มันยิ่งใหญ่ แต่ความจริงนิดเดียว

ฉะนั้น ถ้ามันยิ่งใหญ่ ยิ่งใหญ่เพราะอะไร เพราะว่าจิตของเรามันยิ่งใหญ่ มันเคย ครอบงำเราอยู่ ฉะนั้น พอเราจะมาประพฤติปฏิบัติคือเราจะค้นหาจิตของเราเอง ถ้าค้นหาของ เราเองมันก็เลยจับพลัดจับผลู จับไม่ได้ พอจับไม่ได้ขึ้นมา ปฏิบัติขึ้นไปแล้ว ถ้าเอาตามความ พอใจ เอาตามความสะดวก เดี่ยวมันไปแล้ว ออกนอกเรื่องไปหมดเลย แล้วก็ไปไหนก็ไม่รู้ จะ รู้ตัวอีกทีหนึ่งก็เสียคนไปแล้ว

นี่ก็เหมือนกัน เวลาปฏิบัตินะ เวลาปฏิบัติขึ้นมาถ้ามันจะเป็นจริง ถ้าเป็นจริงคือความ ปกตินี้แหละ เราเป็นคนดี เราเป็นคนดีแบบในหลวงบอก ในหลวงบอกไว้ละ เราเป็นคนดี เรา เป็นคนดี คนดีเป็นยาก เป็นคนดีต้องทวนกระแส แต่ถ้าไม่ปฏิบัติมันก็จะเลว ถ้าไม่เป็นคนดีมันก็ จะเป็นคนชั่ว กิเลสมันลากไปอย่างนั้นนะ ฉะนั้น ถ้าไม่ปฏิบัติ ถ้าเราไม่มีจุดยืน เราไม่ฝืน มันก็ จะเป็นคนชั่ว

คนชั่วคืออะไร คนชั่วคือเอาแต่อารมณ์เอาแต่ใจของตนไง เอาแต่ความคิดของ ตนไง เอาตนเป็นใหญ่ใจ ใหญ่ ถ้าปล่อยไปก็เป็นอย่างนั้นนะ ตัวตนมันจะใหญ่ขึ้น เรื่อยๆ มันจะเหยียบย่ำเขาไปเรื่อยๆ แต่ถ้าเป็นคนดี คนดีตัวตนเล็กลงเรื่อยๆ คน เท่ากับคน ถ้าเป็นคนดี ฉะนั้น ที่เราประพฤติปฏิบัติเพื่อความเป็นคนดี

ฉะนั้น ที่เขาบอก สิ่งที่เป็นนิमित นิमितภายในมันไม่มีแล้ว

ถ้าปฏิบัติไปแล้วมันไม่มี แต่จริงๆ แล้วนิमितนะ ลมหายใจ อานาปานสติ ลมหายใจก็ เป็นนิमितของจิต พุทโธๆ นี่พุทธานุสติ สิ่งต่างๆ เอาจิตเกาะไว้ๆ นี่คือคำบริกรรม คือกรรมฐาน

๔๐ ห้อง

กรรมฐาน จิตมันเป็นนามธรรมใช่ไหม เรายังเกาะไว้ เกาะลมหายใจก็ลมหายใจเป็น
นิमित เรายังเกาะไว้ แต่พอจิตมันสงบปั๊บ มันส่งออกไป ส่งออกไปนี่มันเป็นเรื่องภาพ เรื่องเอาอะไร
ออกไป อันนั้นยังใช้ไม่ได้

ฉะนั้น ถ้าบอกว่านิมิตจะไม่มีอยู่แล้ว ความรู้สึกมันมีอยู่ ถ้าความรู้สึกมันมีอยู่ แต่มัน
เป็นสัมมา เป็นความถูกต้องดีงาม คือจิตมันต้องรู้ตัว จิตมันต้องรู้ตัว มันจะเกาะอะไร มันจะ
พาดพิงอะไร รับรู้สิ่งนั้นไว้แล้วชัดเจนของเราไว้ให้มันละเอียดเข้ามา คือถ้ามันปล่อยสิ่งที่มัน
พาดพิงได้มันก็เป็นตัวของมัน เห็นไหม สัมมาสมาธิคือจิตตั้งมั่น จิตที่ไม่พาดพิงอารมณ์ใดๆ
ทั้งสิ้น จิตที่เป็นอิสระ จิตที่มั่นคง นี่คือสัมมาสมาธิ

แต่สิ่งที่มันจะเป็นอิสระได้ มันจะมั่นคงได้ มันอาศัยเกาะ อาศัยเกาะนะ อย่างเช่น
ปุณฺณของเราระหว่างความคิดเกิดขึ้นมันสวยเต็มๆ คือมันไม่ได้เกาะ มันเป็นสิ่งเดียวกันเลย เรายัง
ไม่รู้สึกรู้ตัว เราไม่รู้สึกรู้ตัวนะว่าเราเกาะอารมณ์ คือว่าเราสวยอารมณ์ คือเราอยู่กับมันนะ เราไม่
รู้สึกตัวเลย อาศัยพุทโธๆ จนมันชัดเจนของมันแล้วมันปล่อยเข้ามา ละเอียดเข้ามา ละเอียดคือ
มันปล่อย ปล่อยจนมันไม่พาดพิงกับพุทโธ มันไม่ระลึกรู้ถึงพุทโธใจ มันทรงตัวมันเองได้ไง แล้วก็
แป็บเดียว เดี่ยวแป็บเดียว ถ้าไม่มีสตินะ มันจะวูบหายไปเลย เราก็ต้องพุทโธไว้ พุทโธไว้ อย่าให้
ตกอวังค์ อย่าให้หายไป ถ้ามันจะทรงตัวอยู่ได้ต้องทรงตัวอยู่ได้ด้วยสัมมาสมาธิ ด้วย
สติสัมปชัญญะละเอียดรอบคอบ

ไม่ใช่หายวูบไป ไม่ใช่ว่าหลับไปแล้วตื่นมา ไม่ใช่ทั้งนั้น แล้วถ้ามันไม่ใช่ซะ มันเป็นสอง
ทาง อีกทางหนึ่งก็สวยอารมณ์ไปเต็มๆ เลย คือความคิดเป็นเรา เราเป็นความคิด ความโกรธ
เป็นเรา ความโลภเป็นเรา ความหลงเป็นเรา ทุกอย่างเป็นเรา ยึดมันถือมัน ทุกข์ยากมาก เวลา
มันจะพุทโธๆ พุทโธมา มันก็วูบหายไป นี่ไง ทางสองส่วนที่ไม่ควรเสพ ตกซ่ายและตกขวาไม่เอา
ทั้งสิ้น มัชฌิมาปฏิปทาความสมดุลความพอดีของมัน ความสมดุลความพอดีของมันที่มันทรง
ตัวมันโดยที่ไม่เอียงซ้ายและเอียงขวา นี่สัมมาสมาธิ ถ้าสัมมาสมาธิ

นี่พูดถึงว่า “ถ้าในด้านนิमितส่วนมากไม่เจอ จะเจอช่วงแรกๆ ที่ฝึกใหม่ๆ ปัจจุบันนี้ปกติไม่ตื่นเต้นไปกับมัน”

เห็นไหม ไม่ตื่นเต้นไปกับมัน ยิ่งปฏิบัติยิ่งเป็นคนดี คนดีคือคนมีสติสัมปชัญญะ คนดีคือคนที่ควบคุมตัวเองได้ เราดีคนหนึ่ง เราเป็นคนดีคนหนึ่ง สังคมมีคนดีๆ คนดีทั้งหมด สังคมจะมีความสุขมาก ไม่ต้องไปหวังว่าให้คนอื่นเป็นคนดี เราก่อนเป็นคนดี ตัวเราก่อนเป็นคนดี ดีที่เรานี้ นี่พูดถึงว่าด้านในนิमितไง ถ้านิमितมันเป็นอย่างนั้น

“๒. ด้านสมาธิที่จะฝึกที่บ้านทุกวัน เวลาที่วัดก็พยายามฝึกให้นานขึ้นไปอีกครับ อะไรแปลกๆ จะไม่สนใจแล้วครับ ถือว่าเป็นได้ทุกคน อยู่กับพุทโธแบบที่หลวงพ่อกเคยเทศน์สอนไว้เทศน์บอกก็พอแล้ว”

อยู่กับพุทโธๆ เราอยู่กับองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าปลอดภัยที่สุด เพราะว่าคำที่เรายึดมั่นนะ เพราะหลวงตาท่านเองตอนที่หลวงปู่มั่นท่านจะเสีย หลวงตาท่านพยายามชวนชวายมาก เพราะตอนนั้นท่านกำลังเข้าด้ายเข้าเข็ม แล้วหลวงปู่มั่นท่านก็ห้วงมาก แต่มันธรรมดาอายุชัชชของคนเนาะ ท่านก็ต้องสิ้นไป หลวงตาท่านก็ต้องพยายามประพฤติปฏิบัติอยู่ แล้วเวลาท่านจะสิ้นไป ท่านทิ้งคำสั่งสุดท้ายไว้ “อยู่กับผู้รู้ อยู่กับพุทโธ จะไม่เสีย”

อยู่กับผู้รู้ อยู่กับพุทโธ มันจะไปเห็นนิमित มันจะไปตื่นเต้นกับอารมณ์สิ่งใด ใครจะมายกย่องสรรเสริญ อยู่กับผู้รู้ อยู่กับพุทโธ อยู่กับสติสัมปชัญญะของเรา จะไม่เสีย

คนเราจะเสียคนต่อเมื่อคนนั้นมายกย่องสรรเสริญ คนนั้นมาชกจูง แล้วภาวนาไปก็ไปรู้ไปเห็นอะไรที่มันมหัศจรรย์แล้วเราก็ตื่นเต้นไปกับมัน ฉะนั้น ให้อยู่กับผู้รู้ คือสิ่งที่เขาจะมายกย่องสรรเสริญ สิ่งที่เขาจะมายกย่องบูชา ก็ถ้าเราไม่รู้ มันก็ไม่มีใจ ผู้รู้ อยู่กับผู้รู้ซะ อย่าไปรับรู้อารมณ์นั้น สิ่งที่เป็นรู้ไปเห็นสิ่งใดก็อยู่กับพุทโธ อย่าออกไปข้างนอก สิ่งนั้นจะไม่เสีย

แล้วไม่เสียจริง ๆ ถ้ามั่นอยู่กับผู้รู้ อยู่กับพุทโธ อะไรที่มันจะเกิดขึ้น อะไรที่เป็นโลกธรรม ๘ จะเกิดขึ้น มันจะเกิดขึ้นไม่ได้หรอก เพราะเรามีสติสัมปชัญญะ แต่ถ้ามันจะเกิดขึ้นเพราะผลอะไร เพราะไปเห็นคุณค่าของมัน ถ้าผลของมันก็ไปเห็นสิ่งที่เขายก

ย่องสรรเสริญมีค่า เพราะมันยกย่องสรรเสริญ มันมีความรู้สึก มันก็มีค่าขึ้นมา แล้วถ้าไปเห็นสิ่งใดมันก็จะหลงไป ถ้าอยู่กับผู้รู้ อยู่กับพุทธโธ สิ่งที่เขามายกย่องสรรเสริญสิ่งนั้นมันจะไม่มีค่าเลย พอไม่มีค่า ไม่มีค่า มันจะมีเหนือหัวใจเราได้อย่างไร

ฉะนั้น เขาบอกว่า เอาแต่พุทธโธที่หลงพอบอก

ถ้ามันยังช่วยตัวเองไม่ได้ อยู่กับพุทธโธนี่ปลอดภัย ถ้าพุทธโธๆ พุทธโธจนมันจะละเอียดเข้ามาขนาดไหนเราก็อยู่กับพุทธโธ เวลามันจะพุทธโธไม่ได้เลย เราก็อยู่กับความรู้อันนั้น อยู่กับผู้รู้ เวลามันคลายตัวออกมาก็อยู่กับพุทธโธ เวลามันคลายตัวออกมา พุทธโธได้ เราก็พุทธโธต่อเนื่อง พอมันพ้นจากพุทธโธมา มันก็อยู่ที่ผู้รู้ ผู้รู้ก็สักแต่ว่ารู้ นี่มันไม่พาดพิงใครทั้งสิ้น มันเป็นอิสระในตัวของมันเอง สัมมาสมาธิจะเป็นแบบนี้ สัมมาสมาธิจะรู้จักตัวตนของตัวเองดี แล้วเป็นอิสระ มีความสุข ถ้าเราปฏิบัติต่อเนื่อง แล้วถ้ามันต่อเนื่องไป เห็นไหม มันต่อเนื่องไป

“๓. ลูกอยากจะฝึกให้มันก้าวหน้าต่อไป หลวงพ่อจะให้ลูกฝึกอย่างไร”

ถ้าจะให้ก้าวหน้าต่อไปนะ เราอยู่กับผู้รู้ อยู่กับพุทธโธแบบข้อที่ ๒. นี้ เวลาถ้ามันมีกำลังของมันนะ ก็ฝึกหัดใช้ปัญญา ฝึกหัดใช้ความคิดใจ อยู่กับผู้รู้อยู่กับพุทธโธ นี่คิด เราคิดเราพิจารณาของเราไป ถ้ามันคิดพิจารณาของเราไป คิดอย่างนี้ คิดเรื่องชีวิต คิดเรื่องต่างๆ คิดเรื่องชีวิตนี้แหละ เพราะสิ่งที่สำคัญก็เรื่องจิตนี้แหละ

ถ้าจิตนี้ ชีวิตนี้คืออะไร พระสารีบุตรถามนักบวชนอกศาสนา ชีวิตนี้คืออะไร ชีวิตนี้คือไอนุ่น ไอนุ่นที่มันตั้งอยู่บนกาลเวลา ชีวิตนี้ก็อยู่ในธาตุรู้ นี่คืออยู่ที่จิตนี้ ไอนุ่น ไอนุ่นคือพลังงานคือจิต แล้วมันตั้งอยู่บนกาลเวลา เพราะมันยังไม่ตายใจ ถ้ามันตายมันก็จบ ชีวิตคือไอนุ่น ไอนุ่นนี้ที่ตั้งอยู่บนกาลเวลา กาลเวลาก็สืบต่อไปแล้ว ทีนี้ถ้าเรามีสติปัญญา เราใช้สติปัญญาของเรา ฝึกหัดอย่างนี้ ถ้าฝึกหัดอย่างนี้ เห็นไหม

เขาบอกว่าเขาพยายามจะฝึกหัด

สิ่งใดทำให้มันเจริญขึ้น ให้มันดีขึ้น เราฝึกหัดของเราอย่างนี้ ถ้าเราฝึกหัดของเราอย่างนี้ สิ่งที่จะเกิดขึ้นกับเรามันเป็นข้อเท็จจริง มันเป็นความจริง คือจิตเราพัฒนา จิตเราดีขึ้น ถ้าจิตเราพัฒนา จิตเราดีขึ้น เราเป็นคนดี คนดี คนดีดีขึ้นเป็นขั้นเป็นตอนขึ้นไป แต่ถ้าเราไม่ได้พัฒนาขึ้นมามันจะไหลลงไปเรื่อยๆ

ฉะนั้นบอกว่า ถ้าเราจะฝึก ฝึกให้มันดีขึ้น อยู่กับสัจจะ อยู่กับความจริง ฝึกหัดของเราอยู่อย่างนี้ ถ้าฝึกหัดของเราอยู่อย่างนี้ เราจะเป็นคนดี ฝึกเพื่อความเป็นคนดีไฉน ความดีเพื่อความถูกต้องดีงามในหัวใจของเรา ให้มันพัฒนาขึ้น ให้มันดีขึ้น

นี่ข้อที่ ๓. เขาถาม รายงานผลการปฏิบัติไฉ่ ถ้าปฏิบัติอย่างนี้มันได้ผล มันได้ผลตามความเป็นจริงนะ จบ

ถาม : เรื่อง “สติปัฏฐาน ๔ จริงๆ หรือแค่สัญญา”

กราบนมัสการหลวงพ่ोज้าคะ หนูสงสัยว่าอาการแบบนี้เกิดขึ้นจริงหรือเป็นแค่สัญญาคะ คือเมื่อหนูจิตสงบแล้วมีอาการปิติเกิดขึ้น (หลวงพ่อบอกหนูว่ามันเป็นปิติ ซึ่งอาการปิตินี้หนูเกิดขึ้นหลากหลายมาก)

หลวงพ่อบ : นี่เขายืนยันไว้ก่อนว่าหลวงพ่อบอกเองว่าเป็นปิติ

ถาม : ใจมันนึกน้อมเข้าไปในพิจารณาเรื่องโลกธรรม ๘ คือก่อนหน้านี้มีอาการสังเวชเกิดขึ้น คือจะมีคำถามผุดขึ้นมาตลอดว่า เราเกิดมาเพื่ออะไร เราเกิดมาเพื่ออะไร แล้วใจมันก็อยากหาคำตอบโดยการยกการเกิด เติบโต จำเรียน ทำงาน เจ็บป่วย ตาย ยกสิ่งนี้ขึ้นมาพิจารณา คือหนูพิจารณาว่า เราเกิดมาแล้วเมื่อเติบโตต้องจำเรียนเพื่อให้ได้งานดีๆ รายได้ดีๆ เมื่อได้เงินมาแล้วก็แสวงหาแต่วัตถุ บ้าน รถ เสื้อผ้า อาหาร อุปกรณ์สื่อสารต่างๆ ติดอยู่ในลาภยศสรรเสริญ ต้องการให้คนยอมรับนับหน้าถือตา

คือจริงๆ แล้วบ้านก็คือแค่อาศัยหลับนอนเท่านั้น ทำไมจะต้องใหญ่โต อาหารก็แค่พออิ่มบำรุงร่างกาย ทำไมต้องดีเลิศและราคาแพง เสื้อผ้าก็แค่สวมใส่ปกติกักร้อนหนาวเท่านั้น

ทำไมจึงต้องมีมากมายหลากหลายรูปแบบ สรุปคือทั้งชีวิตที่เกิดมาเพื่อแสวงหาแต่วัตถุมารำรุงกิเลสเพื่อให้คนนับหน้าถือตาของสรรเสริญ สุดท้ายแล้วก็ตายไปเปล่าๆ ชีวิตนี้ทั้งชีวิตเกิดมาเพื่อแค่แสวงหาแต่สิ่งเหล่านี้

แล้วอาการที่เกิดขึ้นก็คือใจมันปล่อยวางจากสิ่งเหล่านี้ (ปล่อยวางชั่วคราว) น้ำตาไหลพรากบนทางจงกรม ตอนนั้นมีความรู้สึกเกิดขึ้นว่า นี่เป็นการเห็นกิเลสตัวเองเป็นครั้งแรกในชีวิต ที่เราพูดๆ กันว่ากิเลสๆ ที่ผ่านมาเราไม่ได้เห็นมันเลย พอพิจารณาไปแล้วมันก็ค่อยๆ ปล่อย ค่อยๆ ปล่อยไปที่ละเรื่องๆ แต่ละอาการยึดมั่นถือมั่นในสิ่งเหล่านี้ ยิ่งพิจารณายิ่งดูดีมีน้ำตาไหล มันสลดมากๆ ค่ะ หลวงพ่อ ทำไมทั้งชีวิตเราจึงต้องมาติดอยู่กับเรื่องแค่นี้ คือชีวิตมนุษย์และสัตว์ล้วนติดอยู่ในโลกธรรม ๘ ด้วยกันทั้งสิ้น

แล้วพอเวลาผ่านไปอีกอาทิตย์หนึ่งลูกกลับมาพิจารณาเรื่องนี้อีก แต่มันกลับไม่เป็นเหมือนตอนที่เกิดครั้งแรก คือมันไม่สะเทือนใจเหมือนครั้งแรก หนูเลยคิดว่า คงกลับมาพิจารณาเรื่องเดิมไม่ได้ หนูจึงพิจารณาถึงชีวิตมนุษย์และสัตว์ในขณะที่เดินจงกรมอีก เกิดความรู้สึกเข้าใจและสงสารเขาอย่างจับใจ มีอาการร้องไห้ น้ำตาไหลพรากอีกครั้ง สุดท้ายจิตมันผุดขึ้นมาว่า เราจะละชั่ว ทำแต่กรรมดี เราจะรักษาศีลให้บริสุทธิ์ เราจะไม่ทำความชั่วทุกชนิด มันสะเทือนใจและสังเวชมากๆ ค่ะ

ต้องขอขมาหลวงพ่อกับที่หนูเล่ามายืดยาวมาก หนูไม่อยากจะเข้าข้างตัวเอง หนูจึงอยากจะกราบเรียนถามหลวงพ่อกว่า อาการที่เกิดขึ้นนี้มันถูกต้องแล้วหรือเป็นเพียงแค่ออกใจหลอก ความทรงจำในธรรมเท่านั้นที่หนูค่อนข้างมั่นใจว่าใช่ เพราะว่ามันมีอาการปล่อยวางแบบสะเทือนใจมากขนาดน้ำตาน้ำตาไหลสลดสังเวชในชีวิตมากค่ะ และหนูก็มั่นใจว่านี่เป็นการเห็นกิเลสของตัวเอง แต่หนูก็มั่นใจว่ามันจะเป็นแค่ออกใจหลอก เพราะฟังเทศน์หลวงพ่อ หลวงพ่อบอกว่าคนเป็นกันเยอะมากเรื่องสัญญาความจำมา จริงๆ แล้วหนูไม่กล้าถาม แต่เพราะกลัวว่า

มันจะไม่ใช่ แต่หลวงพ่อบอกว่า เรามีครูบาอาจารย์ มีอะไรให้ถามท่าน ไม่ต้องอาย ไม่ต้องกลัว เสียหน้า หนูจึงตัดสินใจเขียนคำถามนี้ขึ้นมาค่ะ รบกวนหลวงพ่อบอกหนูด้วย

ตอบ : แล้วถ้าวันไหนมาวัดแสดงตัวหน่อยเนาะ วันไหนมาวัดแสดงตัวให้เห็นหน่อยนะไอ้คนนี่ เขาว่าหนูกลัวขายชีหน้า

อันนี้เวลาพูด พูดอย่างนี้ ฉะนั้น เวลาคำถามนะ ถามมาทั้งหมดเลย สิ่งที่ว่านี้ สิ่งทีบอก ว่ามันเป็นจริงหรือไม่เป็นจริง

คำว่า “เป็นจริงหรือไม่เป็นจริง” นะ คำว่า “เป็นจริง” เวลาเราตอบ ตอบปัญหาไป เวลา ผู้ที่ประพฤติปฏิบัติเวลามันเป็นจริงมันเป็นจริงของมันระดับนี้ไง นี่บอกว่าเป็นจริงไหม คำถามนี้ เป็นจริง เป็นจริงเพราะอะไร เพราะเขาน้ำหูน้ำตาไหล เพราะมันสะเทือนหัวใจของเขา เพราะมัน สะเทือนธาตุขันธ์ของเขา มันเป็นความจริงของเขา ถ้าความจริงของเขา ถ้าบอกเป็นความจริง ใหม เป็นความจริง

แต่ความจริงมันเป็นความจริงแค่นี้ ความจริงแค่นี้ แต่เวลาการประพฤติปฏิบัติ ปุุุุุุ กัลยาณปุุุุุุ โสดาปัตติมรรค โสดาปัตติผล สกิทาคามิมรรค สกิทาคามิผล อนาคามิมรรค อนาคามิผล อรหัตตมรรค อรหัตตผล มันจะดำเนินต่อเนื่องกันไปเรื่อยๆ

แต่ถ้าบอกว่าเป็นความจริงใหม่ มันก็เป็นความจริง เป็นความจริงของผู้ที่ประพฤติ ปฏิบัติ เราจะบอกว่าเป็นความจริงของคนไทย อยู่ในประเทศไทยนี้เป็นความจริงใหม่ จริง ใน ประเทศไทย เราอยู่ในประเทศไทย แล้วบ้านเราละ ถนนหนทางละ มันยังไปอีกไกล แต่พอขึ้น ถนนไป ถนนเพชรเกษมนี้จริงใหม่ ไซ้ ไปยืนบนถนนเพชรเกษมนี้จริงใหม่ จริง แต่ถนนเพชร เกษมมันตั้งแต่บางแคถึงนนทบุรี สุโขทัยไกลกนะ แล้วมันยังมีถนนแยกออกไปอีก ถนนแล้วก็มี ถนนซอยไซ้ใหม่ ถ้าเป็นซอยบ้านเรา เข้าซอยที่ ๑ นี้ถูกใหม่ ไซ้ซอยนี้ใหม่ ไซ้ แล้วเข้าไปในซอย แล้วมันเจออะไรอยู่ในซอย ในซอยบ้านเยอะเยอะเป็นหมู่บ้านเต็มไปหมดเลย แล้วเข้าบ้านเราถูก ใหม ถ้าไม่เข้าบ้านเราถูกนะ ซอยถูกใหม่ ถูก แต่เข้าบ้านไม่ถูก แล้วถ้าเข้าไปถึงบ้าน เข้าบ้านถูก

แล้ว นี่บ้านของเรา เขาปิดประตูบ้าน เข้าไม่ได้ ไปเจอบ้าน เข้าบ้านไม่ได้ บ้านของเราใช้ใหม่ ใช้ แต่เข้าบ้านไม่ได้

ความถูกมันมีถูกในระดับของตรงนั้นไง นี่ก็เหมือนกัน สิ่งที่คุณมั่นใจว่า สิ่งที่คุณเห็นนี่ถูกใหม่ ถูก แต่คำว่า “ถูกของเรา” ถูกแค่นั้น ถูกในการประพฤติปฏิบัติตรงนั้นนะ แต่เวลาปฏิบัติต่อไปมันต้องมีพัฒนาขึ้นดีขึ้นไปอีกไง

เวลาบอก เข้าตัวใจ เวลาใครมาถามว่าถูกใหม่ บอกถูก เขาบอกว่าเขาเป็นโสดาบันเลยนะ ใครรับประกัน ก็หลงพอใจ เอ๊ะ! ภูริรับประกันตอนไหนล่ะ อ้าว! ก็หนูกถามหลงพอแล้ว หลงพอว่าถูกใจ โอ้ย! ตายเลย เอ็งกินข้าวถูกใหม่ ก็ถูก ก็เอ็งกินข้าวแล้วก็ถูก กินข้าวแล้ว

เดี๋ยวนี้ถ้าบอกว่าถูกใหม่ ถูก ถ้าถูกอย่างนี้ เราบอกว่า สิ่งที่เราทั้งหมดนี้เป็นปัญญา อบรมสมาธิ ถ้าเป็นปัญญาอบรมสมาธินะ ปัญญาอบรมสมาธิเพราะอะไร เพราะมันปล่อยวาง เห็นใหม่ เวลาเราพิจารณาของเราไปแล้วมันสะท้อนใจนะ พอมันสะท้อนใจ มันวางๆ นี่มันปล่อยวาง ถ้าปล่อยวาง ตนปล่อยวางนี้เป็นสมาธิ แต่เป็นแป็บเดียวเดี๋ยวมันก็คิดอีก เพราะว่า ถ้าปัญญาอบรมสมาธิมันจะวาง วางแล้วก็คิดต่อ

แต่ถ้าเป็นพุทธานุสตินะ เรากำหนดพุทโธๆ เวลามันเป็นสมาธิ มันจะพุทโธจนละเอียดละเอียดจนมันวางพุทโธหมด มันรสชาติต่างกัน ลึกซึ่งต่างกัน แล้วมันแนบแน่นต่างกัน แต่ถ้าเป็นปัญญาอบรมสมาธิมันใช้ปัญญามา ถ้าใช้ปัญญามา มันจะเลาะมาๆ เรื่อยๆ กรณีนี้หลงตาทำนเทศน์ ปัญญาอบรมสมาธิ สมาธิอบรมปัญญาไป

นี่ก็เหมือนกัน แต่ถ้าเราไปพุทโธๆ คนที่เป็นพุทธรจริตมันใช้พุทโธแล้วมันต่อต้าน แต่ถ้าใช้ปัญญามันจะปัญญาดี แล้วพอปัญญาดีมันจะปล่อยมาเป็นอย่างนี้ ถูกใหม่ ถูก ถูกตรงไหน ถูกตรงที่ว่าเป็นปัญญาอบรมสมาธิ ถ้าถูก ถูกตรงที่ธรรมเกิด

เวลาธรรมมันเกิด เวลาที่มีความคิดเกิดขึ้นมามันมีสติปัญญาเท่าทัน นี่ธรรมเกิด เวลาธรรมเกิดเพราะอะไร ธรรมเกิดเพราะมีสติควบคุมดูแลจิตของเราไป แต่ถ้าเราไม่ควบคุมจิตของ

เรา บางทีมันก็ผุดขึ้น ถ้าคนมีปัญหา นะ คนมีอำนาจวาสนา มันจะผุดขึ้น เวลาคนจะทำชั่ว ทำสิ่งใด มันจะมีสติมายับยั้งไง ไม่ดี ไม่ควรทำ นี่วาสนาของคน นี่ธรรมเกิด

แต่ถ้าคนมีสติ มีสมาธิ เวลามันเกิดนี่เกิดเป็นขั้นเป็นตอนเลย คือที่เวลาหลงตาทำนบอกว่าธรรมมาสอนท่านนะ เวลาท่านพิจารณาไปว่างหมดเลย ที่นี้ธรรมกลัวว่าท่านจะหลงทางไง “ความแจ้งสว่างนั้นเกิดจากจุดและต่อม” นี่ธรรมมาเตือนเลยนะ

พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ สัจธรรมที่มันมีอยู่ๆ สัจจะความจริงมันมีของมันอยู่ แต่คนมีสติปัญญา มีอำนาจวาสนามีบารมีมากน้อยแค่ไหนที่มันจะมาผุดขึ้นกลางหัวใจ ถ้ามันผุดขึ้นกลางหัวใจนะ มันผุดโดยอำนาจวาสนาก็มี

ฉะนั้น เวลาพุทธโง่ๆ หรือใช้ปัญญาอบรมสมาธิ เราใช้สติควบคุมดูแลขึ้นมา มันผุดขึ้นมาจากใจของเรา นี่ธรรมสังเวช ธรรมเกิด สภาวะธรรม คือข้อเท็จจริง คือสติปัญญานี้แหละ คือความถูกต้อง ความคิดขึ้นมาเนี่ย แต่มันเป็นสัจจะมันเป็นข้อเท็จจริง เขาเรียกธรรมเกิดๆ ใจ

นี่ก็เหมือนกัน เวลาเราใช้ปัญญาอบรมสมาธิเข้าไป เข้ามาที่คำถาม “สติปัฏฐาน ๔ จริงๆ หรือแค่สัญญา”

มันก็อาศัยสัญญา อาศัยสัญญา อาศัยการศึกษา อาศัยข้อมูล นี่คือสัญญา ถ้าเราไม่มีสัญญาเลย เราก็ไม่รู้ถูกรู้ผิดเหมือนกัน แต่ถ้ามีสัญญาแล้วเราใช้ปัญญาของเรา มันจะสั่งเข้ามาๆ จนเป็นปัจจุบัน จนเป็นความคิดปัจจุบันที่ไม่ใช่สัญญา คือเป็นความคิดของเราเองไง แต่อาศัยสัญญา เพราะเราเป็นสาวกสาวกนะ เป็นผู้ที่ได้ยินได้ฟัง

เราจะบอกว่าเราไม่เคยได้ยินพุทธโง่เลย มันเป็นไปไม่ได้หรอก เราเป็นชาวพุทธ เราได้ยินทุกวันนะ พุทธโง่ๆ เราก็ได้ยินมา แต่เรากำหนดพุทธโง่ไม่ได้ แต่เรามาระลึกพุทธโง่ แล้วหายใจเข้าออกนึกพุทธโง่ๆ ท่องพุทธโง่ ท่องจนมันท่องชำนาญ ท่องจนจิตมันละเอียดพอจนมันไม่ต้องท่อง มันจะเป็นตัวมันเอง นั่นนะตัวพุทธโง่แท้ๆ ใจ

เราก็ฟังพุทธโธมา ได้ยินมาทั้งนั้นนะ พุทโธฯ นะ แต่ในใจเราไม่มีหอรอก มันเป็นสัญญา อารมณ์ทั้งนั้นนะ แต่เวลาพุทโธฯ จนมันละเอียดเข้าไป ใจมันเป็นพุทโธเสียเอง

นี่ก็เหมือนกัน สิ่งที่ว่า มันเป็นสติปฏิฐาน ๔ จริง หรือมันเป็นแค่สัญญา

ก็อาศัยสัญญานั้นแหละ อาศัยสัญญานั้นไป พอสัญญาขึ้นไป เราใช้ปัญญาของเราเข้าไป สิ่งที่ยังเป็นจริงมันก็จะจริงขึ้นมา

ฉะนั้น สิ่งที่เขาบอกว่า เวลามันเกิดขึ้นมา เวลาปัญญามันเกิด ปัญญามันไล่เข้ามาจะ อย่างที่เขียนมานี้ “คนเราเกิดมา เกิดมาเท่านั้นหรือ เกิดมาเพื่อแสวงหาสิ่งที่เป็นปัจจัย ๔”

มันเป็นปัจจัยเครื่องอาศัยดำรงชีวิตนะ ถ้ามันเป็นปัจจัยเครื่องอาศัยดำรงชีวิตนะ พอ มันคิดได้ คนมีสติปัญญามันคิดได้ มันวางได้ๆ มันละเอียดเข้ามาๆ นี่มันมีปัญญาไง ปัญญาที่ เวลาเกิด เวลาปัญญาที่มันเกิด คือจริงๆ เวลาธรรมเกิด

“คือความจริงบ้านก็แค่อาศัยแค่หลับนอน ไม่ต้องใหญ่โต อาหารก็แค่กินอิมบำรุง ร่างกาย ไม่ต้องดีเลิศราคาแพงขนาดนั้น เสื้อผ้าก็แค่ปกปิดความร้อนความหนาวเท่านั้น ทำไม จะต้องมีมากมายขนาดนั้น สรูปชีวิตนี้เกิดมาเพื่อแสวงหาวัตถุเพื่อบำรุงกิเลส”

วัตถุ สิ่งที่วัตถุแก้วแหวนเงินทองมันไม่ใช่กิเลสหอรอก วัตถุมันไม่ใช่กิเลสเลย แต่ไอ้กิเลสในใจมันไปกระตุ้น นี่ไง แก้วแหวนเงินทองมันไม่ใช่กิเลส แต่ค้นหาความ ทะยานอยากของคนต่างหาก

ทีนี้ค้นหาความทะยานอยากของคนไข้ใหม่ เวลาทุนนิยม ทุนนิยมเขากระตุ้นไป กระตุ้นบริโภคนิยมไป กระตุ้นก็ให้ใช้จ่ายไป กระตุ้นๆ ใจ แต่พอมาสังคมนิยมเขาก็เป็น คอมมิวนิสต์ไ้แล้วพวกคอมมิวนิสต์เขาบอกองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นคอมมิวนิสต์ คนแรกของโลกไป แต่ไม่ใช่

ไฉนมันเป็นธรรมดา เวลาเป็นธรรมขึ้นมา มันมีสัจจะ มันมีปัญญาขึ้นมา ก็ใช้เท่าที่
ความจำเป็น ถ้าใช้เท่าที่ความจำเป็น วัตถุก็เป็นวัตถุ แต่ใจของคนมันสูง ถ้าใจของคนมันต่ำ ใจ
ของคนมันต่ำมันก็เห็นวัตถุเป็นของที่มีค่า ก็ไปเป็นขี้ขำมัน

แต่เวลาเขาใช้ปัญญาของเขา เขาคิดใจ “คนเราก็มีเท่านี้ บ้านก็ต้องใหญ่โต อาหารก็
ต้องเลอเลิศ ต้องสินค้าราคาแพงทุกอย่าง”

ชีวิตเราไปเป็นขี้ขำมัน

สรุป เขาว่า “สรุปทั้งชีวิตเลย ก็ต้องแสวงหาวัตถุมาเพื่อบำรุงกิเลส”

ใช่ ถ้าสติปัญญาไม่มีมันก็มาบำรุงกิเลส แต่ถ้าสติปัญญามันมี ครูบาอาจารย์ท่านมี
วัตถุต่างๆ ของท่าน ท่านก็ใช้เพื่อประโยชน์กับสังคม เพื่อประโยชน์กับโลก ตัวเองใช้นิดเดียว

ดูเศรษฐีสิ ถ้าเศรษฐีจริงๆ นะ เขาใส่เสื้อคอกกลมตัวเดียว เศรษฐีปลอมๆ ไอ้โฮ! มันโปะ
เข้าไปในตัวมันเต็มเลย เศรษฐีแท้ๆ นะ เขาใช้ชีวิตสมถะ เขาใช้ชีวิตสบายมาก เพราะเขาเป็น
เศรษฐีจริง ไอ้เศรษฐีปลอมๆ ไอ้โฮ! มันโปะตัวมัน ไอ้โฮ! ขยับไม่ไหวเลย อวดเขาไป นี่ถ้ามันเป็น
ความจริงไม่ต้องหาวัตถุนิยมมาโปะตัวมันเอง สิ่งที่มี ถ้าคนมีบุญมันก็มีของมันอยู่อย่างนั้น
แหละ

ฉะนั้น สิ่งที่ต้องให้คนยกย่องนับหน้าถือตาจะทำให้คนมาตายเปล่า

นั่นความคิดของเขาไปชั่วคราว มันก็ดี น้ำหูน้ำตาไหลพรากๆ เวลามันเป็น มันเป็นอย่าง
นั้นนะ เพราะมันสะเทือนใจ ธรรมสังเวช มันเป็นธรรมสังเวชนะ ถ้าทำได้ สิ่งที่ได้ มันทำได้
มันเป็นครั้งเป็นคราว

แต่ถ้าพอทำซ้ำนี้ไง ถ้าทำซ้ำหรือใช้ข้อมูลซ้ำ

“สติปัฏฐาน ๔ จริงหรือเป็นแค่สัญญา พอหนึ่งอาทิตย์ผ่านไป หนักก็กลับมาพิจารณา
ต่อ แต่ครั้งนี้มันไม่เหมือนครั้งแรก มันไม่สะเทือนใจ”

นี่ไง ถ้าเป็นปัจจุบันมันถึงเป็นปัจจุบัน ถ้าเป็นปัจจุบันนะ ถ้าเราทำของเรามันเป็นปัจจุบัน ฉะนั้น คุบายวิธีการความคิดมันต้องเปลี่ยนไปเรื่อยๆ ถ้ามันเปลี่ยนแปลงไปเรื่อยๆ เพราะมันเป็นจริงในปัจจุบันนั้น

แต่ถ้ากรรมมันเกิดโดยอำนาจวาสนาบารมีมันก็เกิดเอง ถ้าเป็นกรรมเกิดโดยที่เรามีสติ มีปัญญา นี่เป็นปัญญาอบรมสมาธิ มันพิจารณาเข้ามามันจะเกิดปัญญาอย่างนี้ พอเกิดปัญญาอย่างนี้มันจะปล่อยๆ แล้วพอปล่อยแล้วเดี๋ยวก็คิดอีก คิดอีก เราก็ใช้ปัญญาต่อเนื่องไปอีก

ถ้ามันใช้ปัญญาต่อเนื่อง ถ้าปัญญาที่มันเคยใช้แล้ว ก็เหมือนขโมยมันรู้อยู่แล้วว่า ตำรวจมา มันวิ่งหนีหมดนะ แต่ถ้าขโมยมันโง่ๆ ใจ มันเห็นตำรวจมา มันไม่รู้จักตำรวจ มันจะไปลักปิ่นตำรวจใจ เห็นตำรวจมา มันจะไปฉกปิ่นตำรวจ เออ! เข้าไปก็ไม่ได้เสียเลย

นี่ก็เหมือนกัน ถ้าใหม่ๆ มันยังไม่รู้ว่าเป็นตำรวจมันก็ไม่กลัวอะไรทั้งสิ้น พอเข้าไป ตำรวจจับก็จบเลย แต่พอรู้ว่าเป็นตำรวจมา มันวิ่งหนี เห็นไหม นี่ก็เหมือนกัน ถ้าเคยใช้แล้ว ใช้ อีก ใช้ไม่ได้

ครูบาอาจารย์ถึงบอกว่า สิ่งที่เคยใช้แล้วถ้าใช้ต่อไปมันจะเป็นสัญญา สัญญาคือกิเลส มันรู้เท่าแล้ว มันเห็นตำรวจมา ตำรวจไม่ต้องมาหอก มันแค่เห็นคนเดินมา มันยังวิ่งหนีเลย มันกลัวตำรวจ

นี่ก็เหมือนกัน พออาทิตย์ผ่านไปมาคิดอีก มันจืดชืดเลย

มันก็จืดชืดนะสิ เพราะว่ามันรู้ทันทั้งหมดแล้ว ฉะนั้น เขาก็บอกว่าเขาก็เปลี่ยน เขาก็เปลี่ยน “พออาทิตย์ต่อมาหนูก็พิจารณาของหนูใหม่ พิจารณาเป็นมนุษย์ เป็นสัตว์ เป็นมนุษย์บ้าง เป็นสัตว์บ้าง เป็นอย่างอื่นบ้าง แล้วมันก็สะท้อนใจอีก”

ถ้ามันเป็นข้อมูลใหม่ มันเป็นปัญญาปัจจุบันนั้น มันพิจารณาของมันไปแล้ว ถ้ามันพิจารณาโดยสติปัญญานะ ถ้าสติปัญญา ถ้าพิจารณาไปแล้วจะเป็นอย่างนี้บ่อยครั้งเข้าๆ จนรูป รส กลิ่น เสียงเป็นบ่วงของมาร เป็นพวงดอกไม้แห่งมาร

ความรู้สึกนึกคิด สิ่งที่เกิดขึ้นมันก็เกิดจาก รูป รส กลิ่น เสียง รูป ความเป็นสัตว์ เป็นตัวตน เสียง เสียงก็เสียงดี เสียงชั่ว กลิ่น กลิ่นดี กลิ่นชั่ว เหมือนกัน รูป รส กลิ่น เสียงเป็นบ่วงของมาร เป็นพวงดอกไม้แห่งมาร พิจารณาซ้ำแล้วซ้ำเล่าๆ ถ้าพิจารณาไปเรื่อยๆ เดี่ยวมันจะเห็นโทษ เห็นโทษอย่างที่พูดเมื่อกี้ บอกว่า เราแสวงหาแต่วัตถุเพื่อมาเหยียบย่ำตัวเอง เป็นทาสนะ เพื่อหามาบำรุงกิเลส

แต่พอสติปัญญามันเท่าทันนะ รูป รส กลิ่น เสียงเป็นบ่วงของมาร เป็นพวงดอกไม้แห่งมาร มันเก๋ๆ เขินๆ มันเข้ามาในใจเราไม่ได้เลย พอมันเข้ามาในใจไม่ได้ มันจะรักษาสมาธิได้ดีขึ้น มันจะฉลาดขึ้น มันจะคุมได้ดีขึ้น พอจิตมันสงบตั้งมั่น เห็นใหม่ เพราะรูป รส กลิ่น เสียงเป็นบ่วงของมาร เป็นพวงดอกไม้แห่งมาร

เราจะบอกว่า แก้วแหวนเงินทองไม่ใช่กิเลส รูปอันวิจิตรก็ไม่ใช่กิเลส เสียงอันวิจิตรก็ไม่ใช่กิเลส ตัณหาความทะยานอยากของเราต่างหาก ความต้องการของเราต่างหากคือกิเลสอยากได้อย่างนั้นๆ แต่พอพิจารณาไปแล้วมันจะเห็นอย่างนี้เลยนะ แยกเลย

ภาษาเรานะ มันจะขาด ขาดคือเก๋ๆ เขินๆ จะเข้ามากับใจดวงนี้ไม่ได้เลย ใจดวงนี้จะรักษาสมาธิได้ง่ายขึ้น ใจดวงนี้จะมั่นคงขึ้น ถ้ามันคงขึ้นนะ แล้วสังเกตให้ดี ต่อไปสังเกตให้ดีว่า มันจะเสวยอารมณ์อย่างไร นี่พูดถึงว่า การปฏิบัติต่อเนื่องไปนะ

ฉะนั้น “หนูจึงอยากกราบเรียนหลวงพ่อกว่า อาการที่เกิดขึ้นถูกต้องแล้ว หรือเป็นเพียงแค่กิเลสหลอก”

มันรู้เท่าทันกิเลสไง มันรู้เท่าทันกิเลส กิเลสมันก็หยุด นี่รู้เท่าทันกิเลส จนจิตเราสงบแล้ว การรู้เท่าทันนะ ต่างคนต่างอยู่ แต่พอจิตมันสงบแล้ว ถ้าเราเห็นกิเลส เห็นใหม่ ไม่ใช่ต่างคนต่างอยู่ เราจะจับกิเลสมาพิจารณา เราจะเข้าไปต่อสู้กับมัน เราจะจับกิเลสว่ากิเลสตัวตนมันเป็นอย่างไร กิเลสมันหลอกหลวงเราอย่างไร ที่เราเป็นขี้ขามันอยู่ที่นี่มันเป็นอย่างไร แต่เวลาเรารู้ครั้งแรกเราจะรู้อย่างนี้ไม่ได้

ความรู้ครั้งแรกก็รู้ต่างคนต่างแยก กิเลสส่วนกิเลส จิตส่วนจิต แยกออกมาจากกัน เห็นใหม่ ปุถุชน กัลยาณปุถุชน แล้วถ้าจิตมันสงบแล้ว จิตสงบที่ว่าพิจารณาบ่อยๆ ครั้งเข้า มันจะปล่อยวางอย่างนี้ น้ำหนักตาจะไหลอีก เดี่ยวจะเอาโองไปใส่ ใส่ น้ำตาไว้เยอะๆ เพราะมันต้องพิจารณาขนาดนั้นนะ แต่เราไม่ต้องไปวิตกกังวล มันจะเป็นประสบการณ์นะ เป็นการปฏิบัติประสบการณ์ตรง มันจะรู้มันจะเห็นของมันเข้ามา

พิจารณาซ้ำแล้วซ้ำเล่า ให้ชยัน แล้วมันจะเป็นอย่างนี้อีก ถ้ามันเป็นอย่างนี้คือปัจเจกตั้งสันติภูมิจาก เป็นอย่างนี้คือเป็นข้อเท็จจริง เป็นแล้วมันพิจารณาแล้วมันไม่ปล่อย อันนั้นกิเลสมันมีส่วนร่วม พอกิเลสมีส่วนร่วม มันไม่สะอาดบริสุทธิ์พอ มันไม่ได้ ถ้ามีสิ่งใดเจือปน กิเลสมันเจือปนเข้ามา ถ้าเราพิจารณาแล้วเราไม่มีสติปัญญา ไม่มีความรอบคอบ กิเลสมันจะเจือปนเข้ามา

เราพิจารณาซ้ำๆ ฝึกหัด ฝึกหัดกลั่นกรอง กลั่นกรองกิเลสมันออกไปเรื่อยๆ มันก็ปล่อยวางเข้ามาๆ แล้วมันจะปล่อยวางเรื่อยๆ แล้วจะชำนาญมากขึ้น จะชำนาญดีขึ้น ชำนาญจนเราทำได้ แล้วไปคุยกับใครเขาจะบอกว่า เอ๊ะ! ทำไมมันทำได้ ทำไมเราทำไม่ได้วะ

นี่เพราะความชำนาญของเราไง แต่ถ้าไม่ชำนาญก็อย่างที่ว่า อาทิตยหนึ่ง อาทิตยสอง ทำยังไม่ได้เลย รักษาของเราจนดีขึ้น ดีขึ้นเสร็จแล้วขั้นต่อไปจิตสงบแล้วเสวยอารมณ์ ถ้าจับตรงนั้นได้จะเห็นสติปัญญา ๔ ตามความเป็นจริง จิตเห็นอาการของจิตใจ ตอนนี่จิตรู้เท่า

“กรณีอย่างนี้ถูกต้องหรือไม่ เป็นกิเลสหลุดหรือไม่”

รู้เท่าทันกิเลส ยังไม่เห็นกิเลสจริง แต่รู้เท่าทันมันแล้ว แล้วต่างอันต่างจริงใจ กิเลสก็เป็นกิเลส จิตก็เป็นจิต แยกออกมา แล้วถ้าชำนาญต่อไป อย่างที่ว่านี่ รูป รส กลิ่น เสียงเป็นบ่วงของมาร เป็นพวงดอกไม้แห่งมาร คือ รูป รส กลิ่น เสียง กับจิต เก้อๆ เหมินๆ มันก็เข้ามา มันเข้ามาไม่สะดวก มันเข้ามาไม่ได้แล้วเพราะเราฝึกหัดจนมีสติปัญญาเท่าทัน

แต่ถ้าคนไม่เท่าทันนะ มันเปิดช่องไว้เลย มันมาเป็นเนื้อเดียวกันเลย คิดเมื่อไหร่ เห็นเมื่อไหร่ เป็นอันเดียวกันหมดเลย แต่ถ้าพอฝึกไปบ่อยๆ เข้านะ คิดหรือเห็นนะ เออ! อยู่ข้างนอก

พอจะคิด เออ! คิดหรือไม่คิด จะเห็นนะ ใช้หรือไม่ใช้ มันไม่ใช่อันเดียวกันแล้ว ถ้าพิจารณา ต่อเนื่องไปเรื่อยๆ นะ ฉะนั้น ถ้าพิจารณาต่อเนื่องไปเรื่อยๆ รู้เท่าทัน รู้เท่าทันกิเลส รู้เท่าทันมัน มันก็เริ่มต่างคนต่างอยู่ เริ่มต่างคนต่างเป็นอิสระ ถ้าเป็นอิสระเป็นสัมมาสมาธิแล้วพิจารณาของเรา

เขาบอกว่า “มันเป็นกิเลสหลอกหรือไม่ หนูมั่นใจ และที่เห็นนี่กิเลสของตนเอง แต่หนูก็ หวั่นใจว่ามันเป็นแค่กิเลสหลอก”

“หนูมั่นใจว่า” ใช่ หนูมั่นใจแน่นอนเพราะหนูเห็นเอง หนูเห็นด้วยตัวเองใช้ไหม เห็นจริงๆ แต่เห็นในระดับนี้ถูกไหม ถูก ถูกในระดับของปัญญาอบรมสมาธิ ถูก แล้วพอปัญญา อบรมสมาธิจนสมาธิมันคง สมาธิเข้มแข็งขึ้นมา สมาธิมีพลังขึ้นมา แล้วถ้าจิตเห็นอาการของจิต นั้นนี่ถึงจะเห็นกิเลส ถ้าจิตเห็นอาการของจิตคือจิตเห็นสติปัฏฐาน ๔ ตามความเป็นจริง จิต เห็นอาการของจิต จิตเห็นจิตคือจิตเห็นสติปัฏฐาน ๔ ตามความเป็นจริงแบบที่หลวงปู่ดูลย์สอน

หลวงปู่ดูลย์ให้ดูจิตๆ ดูจิตจนจิตตั้งมั่น จิตตั้งมั่นแล้วจิตเห็นอาการของจิต เห็นไหม คิดเท่าไรก็ไม่รู้ ต้องหยุดคิด แต่การหยุดคิดก็ต้องใช้ความคิด

เวลาใช้ความคิด เวลาปัญญามันจะเกิดมันเป็นความคิดทั้งนั้นนะ แต่เป็นความคิดที่มี สัมมาสมาธิ เป็นความคิดที่เป็นข้อเท็จจริง เป็นมรรค ถ้าเป็นมรรค มันเป็นขึ้นมากกลางหัวใจ เป็นขึ้นมาโดยที่ผู้ประพฤติปฏิบัติ เป็นขึ้นมาเป็นปัจเจกตั้ง เป็นสันตสิทธินิโง มันเป็นจริงๆ ขึ้นมา เป็นตามความเป็นจริง เป็นความเป็นจริงในอริยสัจด้วย

ฉะนั้น สิ่งที่เขาบอกว่า “สิ่งนี้เป็นกิเลสหลอกหรือไม่ แต่หนูมั่นใจว่าหนูเห็นกิเลส”

เราจะบอกว่า เห็น รู้เท่าทันกิเลส รู้เท่าทันมันแล้ววาง

“แต่หนูมั่นใจว่ามันเป็นแค่กิเลสหลอก ฟังหลวงปู่เทศน์ หลวงปู่บอกว่าคนเป็นกัน เยอะมากเรื่องสัญญาความจำจริงๆ แล้วหนูไม่กล้าถาม”

แต่ก็ถามมาแล้ว ทีนี้ถามมาแล้ว เคลียร์ปัญหาให้จบไป เคลียร์มาเป็นขั้นๆ เคลียร์มาเป็นประเด็นๆ จนว่าวางใจได้ วางใจได้จนปฏิบัติต่อไปได้ วางใจได้ว่า เรารู้เท่าทันกิเลส เรารู้เท่าทันมันแล้ว ฉะนั้น พอรู้เท่าทันมันแล้วเราก็ทำต่อเนื่องขึ้นไปให้มันคงให้แข็งแรง ให้ต่างคนต่างแข็งแรง มันคงแข็งแรงแล้ว ผู้ที่แข็งแรงแล้วทำอะไรจะเป็นประโยชน์ไปทั้งนั้นนะ ผู้ที่ยังไม่แข็งแรงมันก็จะสงสัย ความสงสัย ความสงสัยถ้ามันไม่มีกำลังนะ จะเป็นนิรวรณเลย นิรวรณปิดกั้นสมาธิเลย

แต่ถ้ามันเป็นความมั่นคง มันผ่านไป นิรวรณธรรมดาหมด จิตมีกำลัง แล้วจิตมีกำลังแล้วจิตทำต่อเนื่องไป ถ้าใช้ปัญญาอย่างนี้ใช้ไปเรื่อยๆ แต่ใช้ขณะคิด คิดเรื่องชีวิต คิดเรื่องสัตว์ คิดเรื่องความโกรธ คิดเรื่องความหลง คิดเรื่องความไม่เอาไหนของตน คิดอย่างนี้ พอยังคิดเท่าไรนะมันเห็นความบกพร่องของตน เห็นความบกพร่องของตนที่ไรก็น้ำตาไหล น้ำตาไหล จิตก็ปล่อย น้ำตาไหล จิตก็ปล่อย ทำบ่อยๆ ทำจนมันคิดไม่ได้เลย พอมันจะคิด อะ! หยุดหมด พอมันจะคิด คิดไม่ได้เลย ถ้าทั้งหมดนะ ควบคุมจิตได้นะ ต่างอันต่างจริง มันคงมาก แล้วสังเกตให้ดี ตอนนั้นจะเห็นสติปัฏฐาน ๔ ตามความเป็นจริง เห็นสติปัฏฐาน ๔ จิตเห็นอาการของจิตคือ เห็นกาย เห็นเวทนา เห็นจิต เห็นธรรมตามความเป็นจริง เอวัง