สุขที่จริง

พระอาจารย์สงบ มนสฺสนฺโต

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๒๑ พฤษภาคม ๒๕๖๐

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

ถาม : เรื่อง “ขอเล่าประสบการณ์ถวาย หลังจากที่ได้คำแนะนำจากท่านอาจารย์ครับ”

กราบนมัสการพระอาจารย์ กระผมเป็นคนที่เคยส่งคำถามเรื่องการฝึกหัดภาวนา และมีคำหยาบต่อพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ครับ ตอนนี้คำหยาบแทบจะไม่เกิดขึ้นแล้ว นานๆ จะเกิดขึ้นทีหนึ่งครับ แต่สามารถรู้ทันและระงับได้แทบจะร้อยเปอร์เซ็นต์ครับ

ตอนนี้เวลาเห็นพระพุทธรูปไม่ว่าจะใกล้หรือไกล องค์เล็กๆ หรือภาพถ่าย จิตก็จะน้อมเคารพ เห็นที่ไหนก็จะไหว้ตลอดเลยครับ บางครั้งอยู่บนภูเขาไกลๆ ก็ยกมือไหว้ระลึกถึงพระองค์ท่านครับ (จนบางครั้งคนใกล้ตัวก็จะงงๆ ว่าไหว้อะไร เลยเปลี่ยน ถ้าสถานการณ์ไหนดูจะแปลกสำหรับคนอื่น ผมจะนึกเป็นผมอีกคนหนึ่งพนมมือและกราบในใจครับ)

ตอนนี้ก็นั่งสมาธิภาวนาเกือบจะ ๓ ปีแล้ว ช่วงแรกๆ ยากมากๆ ไม่รู้จักอะไรเลย ตอนนี้ก็ทำได้ และสามารถใช้กับการดำเนินชีวิตครับ สามารถรู้ตัวมีสติมากขึ้น พอได้รู้จักความสงบจากสมาธิแล้ว เข้าใจเลยคำว่า “เป็นความสุขที่หาจากสิ่งอื่นไม่ได้” มันเป็นคนละความสุขกันเลย

บางครั้งเคยเป็นไข้ก็กำหนดตัวเองอยู่กับลมหายใจสู้กับร่างกายที่ป่วยและพิจารณาอาการที่เป็น มันก็สงบลงไป และอีกวันก็หาย ตอนนี้ก็พยายามจะไม่นั่งสมาธิเอาแต่ความสุขครับ พยายามบอกตัวเองให้ดูอยู่เฉยๆ จะมีปีติ มีสุข มีแสงสว่าง ตัวอ่อน เย็นสบาย ก็มีดีใจ แต่ก็บอกตัวเองให้กำหนดรู้และเดินหน้าต่อไป

©2024 www.sa-ngob.com

บางครั้งสงบไปนานๆ ลองฝึกใช้ปัญญาพิจารณาดูในร่างกายดูบ้าง พอคิดเสร็จ มันก็จะเหนื่อยๆ (แต่ยังไม่มีกำลังพอที่จะเห็นภาพ) เสร็จแล้วก็กลับมาดูลมกับพุทโธครับ ทำสลับกันไปครับ แต่ตอนนี้ก็ยังพัฒนาได้ถึงเท่านี้ครับ เพราะชอบนั่งสมาธิตอนเช้า พอสงบลงไปนานๆ บางครั้งเลยเวลาไปทำงานก็เลยต้องหยุดครับ มีบางครั้งความรู้สึกจะเสียดายว่า อุตส่าห์ทำตัวเองให้มาถึงที่ตั้งแล้ว สำหรับพิจารณาแล้ว แต่ก็ได้แค่แป๊บเดียว ต้องเลิก เลยพยายามหาเวลาไปฝึกตัวเองที่วัดต่อไป บางครั้งเลิกงานก็จะไปไหว้พระ นั่งสมาธิคนเดียวที่วัดใกล้ๆ ครับ

ทุกวันนี้สามารถรู้อารมณ์ของใจและมีสติตามรู้เกิดอะไรขึ้นครับ พยายามทำจิตไม่ให้ฟุ้งซ่านหรืออยู่ทางฝ่ายต่ำ ถ้ากิเลสเกิดขึ้นก็จะดูลมกับพุทโธ บางครั้งเอาไม่อยู่ก็ตั้งนะโมและใช้บทสวดในใจ บางครั้งก็ดูใจตัวเองก็เห็นถึงความไม่เที่ยงของอารมณ์ครับ รู้จักและให้ความสำคัญกับศีล ๕ แต่เวลาเข้าสังคมเขาชวนดื่ม สมัยก่อนเราปฏิเสธและบอกว่าเราถือศีล เขาก็จะคิดกับเราแปลกๆ จนตอนนี้ก็เลยไม่พูดอะไรมากครับ รวมถึงเห็นใครลำบากๆ ก็จะแบ่งเงินให้เขาบ้างตามโอกาส บ้างก็จะพึมพำกับตัวเองเวลาเห็นคนที่ลำบากกว่า ก็จะขอให้เขามีความสุขและหายเหนื่อย

ตอนนี้ชีวิตก็ไม่ทุกข์มากจากเมื่อก่อนตอนที่มีแต่คำหยาบแล้วครับ เหมือนชีวิตที่รู้เส้นทางที่จะไปไม่เคว้งคว้างอย่างไร้จุดหมายครับ ส่วนเรื่องภาวนาตอนนี้ก็รู้ด้วยตนเองครับว่าจะพัฒนาต่อไปได้ก็ต้องทำอย่างต่อเนื่อง มีความเพียรปฏิบัติบูชาต่อไปครับ

ตอบ : เขากราบขอบพระคุณไง อันนี้เริ่มต้นตั้งแต่คำถาม คำถามต่อไป คำถามเริ่มต้นที่เขาบอกเขาเคยถามมาๆ จากว่าเขามีความรู้สึกนึกคิดที่เป็นลบๆ ต่อพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เราก็บอกวิธีการไปว่าให้เขาแก้ไขอย่างไรกับความคิดลบกับพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ แล้วสุดท้ายแล้วเขาก็พัฒนาของเขา จนบอกตอนนี้สบายมาก ไม่คิดลบ

เวลาคนคิดลบไปใกล้ชิด ความคิดมันจะพลุ่งพล่าน หรือไม่เวลาไปเจอสิ่งใดมันจะคิดขึ้นมาในใจ ความคิดของเรามันเป็นความทุกข์นะ แต่เสร็จแล้วเราก็บอกว่าให้เขาขอขมาลาโทษให้เขาขออภัยกับสิ่งที่กระทำมา เพราะสิ่งนี้จริตของใจๆ มันเป็นจริต เป็นความรู้สึกนึกคิดจาก

©2024 www.sa-ngob.com

จิตใต้สำนึก เวลาเข้าไปเจอสิ่งใดมันจะเกิดความโต้แย้ง ว่าความโต้แย้งมันต้องมีเหตุมีผลกันมา ต้องมีการกระทบกระทั่งกันมา ก็ให้ขออภัยๆ

ถ้าใครมีเหตุการณ์แบบนี้ในใจนะ สิ่งใดที่มันคิดลบๆ เราให้อ้อภัยเขา เวลาสวดมนต์ เรา ก็แผ่เมตตาๆ

ถึงเสร็จแล้วเขาบอกว่าตอนนี้เขาดีขึ้นมาก ดีขึ้นมากขนาดว่าไปเห็นพระพุทธรูปที่ไหน จะยกมือไหว้ๆ จนข้างๆ เขางงว่าไอ้นี่เป็นอะไร

แต่เดิมมันคิดลบไง คิดลบนี่เข้าใกล้ไม่ได้นะ คิดลบ พอเข้าใกล้แล้วมันจะเกิดพลัง เกิดพลังแบบว่าให้เราคิดคัดค้าน คิดโต้แย้ง มันจะเกิดคำหยาบขึ้นมา มันจะไม่ดี ไม่ดีต่อเรา ไม่ดีต่อเราเพราะอะไร เพราะสิ่งนั้นเป็นสัญลักษณ์พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์

สิ่งที่รูปปั้นๆ มันก็เป็นแค่อิฐหินปูนทรายนั่นแหละ แต่เขาเป็นสัญลักษณ์ปั้นเป็นรูปพระพุทธเจ้าให้เรากราบไหว้บูชากัน แล้วเราไปคิดตำหนิ คิดลบ มันก็เป็นผลบาปกรรมกับเราไง นี่เราก็แก้ไขกับเรา สิ่งนั้นน่ะเป็นสัญลักษณ์ ธาตุเป็นธาตุ จิตนี้เป็นนามธรรม จิตที่เป็นนามธรรมมันก็มีบุญมีกรรมมา มันมีการกระทบกระเทือนกันมา เราก็ขออภัยต่อกัน

เขาบอกตอนนี้สบายมาก ตอนนี้ดีขึ้นมาก พอดีขึ้นมากแล้วเขาก็พยายามฝึกภาวนา

เวลามาฝึกหัดภาวนา เวลาจิตสงบ พอจิตสงบลงไปแล้วเขาบอกว่า “สุขอื่นใดเท่ากับจิตสงบไม่มี สุขอื่นใดเท่ากับจิตสงบไม่มี”

เราอ่านแล้วเราเชื่อ เชื่อถึงผู้ที่เขียนนี่ไง เพราะคนที่เชื่อ “สุขอื่นใดเท่ากับจิตสงบไม่มี” สุขอื่นใดไม่ใช่เงิน สุขอื่นใดไม่ใช่ยศถาบรรดาศักดิ์ สุขอื่นใดไม่ใช่การยอมรับจากใคร สุขอันนี้มันเกิดจากใจ ไม่ต้องการการยอมรับจากสังคม ไม่ต้องการการรับประกันของใครทั้งสิ้น นี่ไง ถ้าใครทำสมาธิได้ๆ สมาธิจะเป็นอย่างนี้ไง สมาธิคือจิตที่เป็นหนึ่ง ไม่พาดพิงอารมณ์ใดๆ ทั้งสิ้น สมาธิคือความสงบของใจ ถ้าเกิดสมาธิได้มันจะเกิดความสุข มันจะเกิดพลัง

©2024 www.sa-ngob.com

แล้วเรากลับไปที่พุทโธ กลับไปที่ปัญญาอบรมสมาธิบ่อยครั้งเข้าๆ ให้มันตั้งมั่น ให้มันตั้งมั่นของมัน ให้มันมีกำลังของมัน ถ้ามีกำลังของมัน ถ้ามีอำนาจวาสนานะ เรารำพึงไปที่สติปัฏฐาน ๔ ให้เห็นกาย เห็นเวทนา เห็นจิต เห็นธรรมตามความจริง มันจะเกิดวิปัสสนาปัญญาการรู้แจ้ง รู้แจ้งในความเศร้าหมอง รู้แจ้งในความหม่นหมอง รู้แจ้งในขยะในหัวใจ รู้แจ้งในสิ่งที่มันอึดอัดขัดข้องในใจ เวลามันรู้แจ้งมันรู้แจ้งในนี้ มันไม่ใช่ไปรู้แจ้งที่ใบประกาศ ไม่รู้แจ้งสิ่งใดทั้งสิ้น มันรู้แจ้งในนี้ไง นี่ถ้าจิตมันสงบ

ฉะนั้นบอกว่า เราเชื่อ เราเชื่อ เขาบอกว่าเขาทำสมาธิ พอทำสมาธิได้ พอทำสมาธิได้แล้วมันมีความสุข เห็นไหม เขาไม่ได้บอกว่าเขาทำสมาธิได้แล้วมีคนนับหน้าถือตา เขาทำสมาธิได้แล้วมีคนสรรเสริญเขา เขาไม่ได้บอกเลย เขาบอกเขามีความสุข เขามีความสุขของเขา ตั้งแต่ชีวิตที่มันทุกข์มันยาก มันมีแต่ความบีบคั้นหัวใจ ตอนนี้เขาบอกเขามีความสุข ถึงเข้าใจว่าสุขที่เกิดจากสัมมาสมาธิมันแปลกประหลาดอย่างนี้ไง แล้วมันแปลกประหลาดแล้ว คนถ้ามีสมาธิถ้ามีความสุขนะ เวลามันสุขจริงๆ แล้วมันนิ่ง มันสงบ ไม่เวอร์ ไม่คุยโม้โอ้อวด ไม่บ้าบอคอแตก

เขาบอกเวลาเขาทำอย่างนี้ได้แล้วเขามีความสุขของเขา แต่เดิมดื่มกับเพื่อน เวลาไปดื่มกับเขา ตอนนี้เพื่อนมาชวนไปดื่ม ไม่ดื่ม แล้วไม่ดื่มแล้วถ้าเขามาชวน แบ่งตังค์ให้เขาไปดื่ม เราไม่ดื่ม เออ! แต่ก่อนไม่ได้นะ เวลาเขาดื่มก็ไปดื่มกับเขา เขาบอกเลยนะ ตอนหลังๆ นี่นะ เวลาเพื่อนจะไปดื่ม มาชวน ให้เงินเขา ช่วยเขาให้เขาไปดื่ม แต่เราไม่ดื่ม ไม่ดื่มเพราะเรามีความสุขไง

ถ้าจิตมันสงบ ถ้าจิตมันมีหลักมีเกณฑ์ พวกของปัจจัยเครื่องอาศัยมันของอาศัย แต่จิตเรามันมีความสุขมากกว่าสิ่งนั้นแล้ว มันไปห่วงสิ่งใด นี่ไง มันเหนือโลกเหนือสงสารไหม มันเหนือรสชาติของการดื่มสุรา

เวลาดื่มแล้วมันขาดสติ มันปลดทุกข์ได้ คนที่ไปดื่มๆ เพราะมันทุกข์ในหัวใจ มันตรอมตรมในหัวใจ ดื่มให้มันหาย ดื่มให้มันลืม แต่นี่เขาไม่ต้องดื่ม เขาสุขสงบอยู่แล้ว มันมีความสุขเหนือกว่าไหม

©2024 www.sa-ngob.com

แต่เดิมนะ จะดื่มต้องเสียเงิน ต้องไปซื้อหามาดื่ม ดื่มเพื่ออะไร ดื่มเพื่อบรรเทาทุกข์ ดื่มให้มันลืมๆ ไปเสีย แล้วมันก็มีความสุขกันแค่เวลามันลืม เดี๋ยวมีสติต้องไปดื่มต่อ แต่ตอนนี้เขามาชวนไปดื่ม ให้ตังค์เขาไปดื่ม เราไม่ดื่ม

เห็นไหม ที่เราเชื่อเขา เราเชื่อเขาเพราะเหตุนี้ไง เราเชื่อว่าถ้ามันสุขจริงๆ มันสุขอย่างนี้ สุขนี้มันเป็นปัจจัตตัง เป็นสันทิฏฐิโก มันเป็นความจริงของเรา ถ้าเป็นความจริงของเรา มันเป็นความจริงของเรา

ทีนี้ถ้าเป็นความจริงของเราแล้ว เวลาเขาประพฤติปฏิบัติต่อเนื่องไป เราจะบอกว่าเป็นอำนาจวาสนานะ โดยธรรมชาติของเรา เราเป็นนักปฏิบัติด้วยกัน เวลามาปฏิบัติ เราเป็นมนุษย์เป็นปุถุชน เสมอภาคกัน เวลาเราปฏิบัติเราก็ปฏิบัติ แต่นี้เวลาเขามา เขามาแบบว่าต่ำกว่าด้วยต่ำกว่าคือลบมาในใจไง คือมันมีความคิดลบคิดต่างๆ มา ต้นทุนมันต่ำกว่า แต่ทำไมเขาพยายามขวนขวายของเขา เขาทำของเขาขึ้นมาจนเสมอ จนจิตสงบได้ จนขึ้นไปเหนือเราน่ะแล้วเราล่ะ

เวลาเราปุถุชนคนหนาเวลาทำขึ้นมาเรายังทำความสงบจริงๆ ไม่ได้เลย เวลาทำขึ้นมามันก็เป็นสัญญาอารมณ์ทั้งนั้น เวลาฟังใครมาเป็นเป้าหมาย เป็นทฤษฎีไง เป็นเป้าหมาย แล้วเราก็คิดแบบนั้นๆ

เวลาธรรมะของครูบาอาจารย์ของเรานะ เวลาท่านเทศนาว่าการ เหมือนกับคนที่อยู่ที่สูงกว่าเขาพยายามชักนำคนที่ต่ำกว่า ดึงขึ้นไปๆ เราก็พยายามปฏิบัติของเรา เราทำตัวของเราให้ขึ้นไปให้มันเป็นอย่างนั้นสิ

ไม่ใช่ว่าเขาจะดึงขึ้นไปแล้วไปจำของเขามา แล้วเขายังอยู่บนที่สูงกว่า เราอยู่ที่ต่ำกว่า เราคิดว่าที่สูงกว่าเรารู้หมด เราเข้าใจหมด แล้วมันได้อะไรล่ะ มันไม่ได้อะไรเลย

ฉะนั้น เวลาปฏิบัติมันต้องปฏิบัติให้มันเป็นความจริงขึ้นมา เราปฏิบัติของเราขึ้นมา สิ่งที่มันจะเป็นไปข้างหน้าให้มันเป็นไป ถ้ามันเป็นความจริงมันต้องเป็นความจริงอย่างนี้ ถ้าเป็นความจริงอย่างนี้ เห็นไหม

©2024 www.sa-ngob.com

นี่เพียงแต่ว่าเขาขอเล่าประสบการณ์ ไม่ได้ถามสิ่งใดเป็นกิจจะลักษณะ แต่กิจจะลักษณะ เพียงแต่ว่าสิ่งนี้เขียนมาเพื่อให้ตรวจสอบให้ทดสอบว่ามันเป็นจริง แล้วควรทำอย่างไรต่อไป ควรทำอย่างไรต่อไป

ควรทำอย่างไรต่อไปมันอยู่ตรงนี้ ตรงที่บอกว่า เวลาเขาทำของเขา เขาพยายามนั่งสมาธิภาวนาของเขา มีความสุขของเขา แล้วพยายามบอกตัวเองว่าไม่ให้อยู่เฉยๆ ให้ดูสิ่งที่จิตมันมีความสุขแล้ว มันมีปีติ มีความสุข มีแสงสว่าง ตัวมันอ่อน เย็นสบาย มีความดีใจ

สิ่งนี้ถ้าเราทำแล้ว เวลาองค์ของสมาธิ วิตก วิจาร ปีติ สุข เอกัคคตารมณ์ วิตก วิจารคือพุทโธนี่ วิตก วิจาร วิตก วิจาร ระลึกขึ้น พุทโธๆ วิตก วิจาร ถ้ามันเกิดปีติ มันเกิดสุข เกิดเอกัคคตารมณ์ สิ่งนั้นเป็นองค์ของสมาธิ

องค์ของสมาธิ เราก็ทำของเรา เราพิจารณาของเรา พิจารณาของเรา แล้วเวลาออกมา เวลาออกมาเราอยู่โดยปกตินะ ฝึกหัดใช้ปัญญา ฝึกหัดใช้ปัญญา ฝึกหัดใช้ปัญญาบ่อยครั้งเข้า ฝึกหัดใช้ได้ เวลาเราฝึกหัดใช้ปัญญา ปัญญาจะเกิดขึ้นจากการฝึกฝน

ว่า ศีล สมาธิ ศีล สมาธิ ปัญญา แล้วมีคนเข้าใจผิดเยอะมาก บอกว่าทำสมาธิ ทำสมาธิเดี๋ยวปัญญามันจะเกิดเอง

ถ้าปัญญามันจะเกิดเอง หลวงตาท่านพูดบ่อย “ถ้าปัญญามันจะเกิดเอง เราไม่ติดสมาธิอยู่ถึง ๕ ปี”

ติดสมาธิอยู่ ๕ ปี ว่าปัญญามันจะเกิดเอง ก็บอกว่านี่มันเป็นนิพพาน นี่มันจบสิ้นแล้วไง แล้วมันจบสิ้นไหม มันไม่จบสิ้นหรอก ปัญญามันอยู่ที่การฝึกหัดของเรา

แล้วการฝึกหัดของเรา คนที่ฝึกหัดภาวนา ฝึกหัดภาวนากันอยู่นี่ เริ่มต้นจากตรงนี้ ศีล สมาธิ ปัญญา เวลาสมาธิก็ต้องฝึกหัดใช้ปัญญา เพราะปัญญาที่เกิดขึ้นมันเป็นโลกียปัญญาๆ ปัญญาเกิดจากกิเลสทั้งนั้นน่ะ สิ่งที่ทำๆ ถ้าปัญญามันเกิดจากกิเลส ปัญญาที่เกิดจากการ

©2024 www.sa-ngob.com

ค้นคว้าการวิจัยของเรา ปัญญาเกิดจากเรา การค้นคว้าการวิจัยมันเกิดผลอะไร เกิดผลความเข้าใจ พอเกิดผลความเข้าใจ เออ! ใช่ ธรรมะสุดยอด ธรรมะสุดยอด

สุดยอดนี่ธรรมะของพระพุทธเจ้า เรายังไม่ได้เกิด เวลาเราใช้ปัญญาวิเคราะห์วิจัยมันเป็นปัญญาอบรมสมาธิ แล้วถ้าปัญญาอบรมสมาธิ ถ้ามันเป็นสัมมาทิฏฐิ มันมีความเห็นถูกต้องดีงาม เวลามันสงบเข้ามาเป็นสมาธิ เราก็ต้องยอมรับว่านี่เป็นสมาธิ

แต่มันไม่คิดอย่างนั้นน่ะสิ มันบอก “ใช้ปัญญามาแล้ว ใช้ปัญญามันว่างๆ ว่างๆ พอว่างขึ้นมาแล้วมันปล่อยวางขึ้นมา นี่เป็นธรรมๆ”...ไม่ใช่ เพราะอย่างนี้มันถึงเกิดเป็นมิจฉาทิฏฐิ มิจฉาทิฏฐิเพราะความเห็นผิด เห็นผิดว่ามันปล่อยวางเข้ามานั้นเป็นธรรมๆ

การปล่อยวางเข้ามามันปล่อยวางขันธ์ ปล่อยวางความรู้สึกนึกคิดเข้ามา ถ้าปล่อยวางความรู้สึกนึกคิดขึ้นมา ถ้ามีสติปัญญา ปล่อยวางเข้ามาแล้วเป็นสัมมาสมาธิ ถ้ามีสติปัญญานี่เป็นสัมมาสมาธิ มีสติ มันรับรู้ เพราะสมาธิมันมีสติ มีความรับรู้ของเรา

ไอ้นี่สมาธิ สมาธิว่างๆ ว่างๆ ขาดสติ ควบคุมตัวเองไม่ได้ พอควบคุมตัวเองไม่ได้ “ว่างๆ ว่างๆ”

ว่างอะไร

“ว่างก็เป็นธรรมๆ ไง”

ธรรมอะไร เข้าใจผิด มิจฉาทิฏฐิ มันก็เลยไม่เป็นชิ้นเป็นอันไง

แต่ถ้ามันมีสติปัญญานะ พิจารณาของเรา เวลาเราวิเคราะห์วิจัยศึกษาธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่ใช้ปัญญาๆ นี่เป็นปัญญาอบรมสมาธิ อบรมให้จิตใจมันปล่อยวาง อบรมให้จิตใจนี้เป็นอิสระ ความที่เป็นอิสระ เป็นหนึ่ง นั่นล่ะคือสมาธิ แล้วพอมีสมาธิขึ้นมาแล้วฝึกใช้ปัญญา ตรงที่จะฝึกหัดใช้ปัญญานี่ทำกันไม่เป็น ทำกันไม่ได้

เวลาครูบาอาจารย์ท่านแนะ ท่านแนะตรงนี้แหละ ตรงนี้ถ้ามันฝึกหัดใช้ปัญญาได้ พอเป็นสมาธิแล้วฝึกหัดใช้ปัญญาๆ สมาธิทำอย่างไรก็เป็นสมาธิ แต่ถ้าไม่มีสมาธิ เป็นปัญญาไม่ได้

©2024 www.sa-ngob.com

ถ้าไม่มีสมาธิมันก็เป็นปรัชญา เป็นตรรกะความคิดความคาดหมาย สุตมยปัญญา จินตมยปัญญา ได้แค่นั้น ได้แค่จินตนาการ จินตมยปัญญา จินตนาการ

แล้วธรรมดากิเลสนะ จิตนี้เป็นได้หลากหลายนัก หลวงปู่มั่นท่านเป็นคนพูดเอง จิตนี้มหัศจรรย์นัก พอจิตมหัศจรรย์นัก พอเป็นนามธรรมล้วนๆ แหม! เพริศแพร้วเลย คิดได้ทั้งนั้นน่ะ ว่างไปหมดเลย โอ้โฮ! วิมาน อู๋ย! จินตนาการ...มันติดอยู่แค่นั้นน่ะ มันเป็นจินตนาการ มันไม่ใช่ธรรม เพราะมันเป็นผลของวัฏฏะ เป็นผลของกามภพ รูปภพ อรูปภพ เป็นผลของโลก เป็นผลของ ๓ โลกธาตุ มันไม่ได้เป็นของธรรม เพราะธรรมมันเหนือโลก มันเหนือโลกออกไป ถ้าเหนือโลกออกไปมันจะทำอย่างไร

นี่พูดถึงเขาบอกว่าเขาจะทำอย่างไรต่อไปเป็นการฝึกหัดใช้ปัญญาไง

ถ้าฝึกหัดใช้ปัญญาแล้ว สิ่งที่ใช้ปัญญาแล้วมันก็กลับมาทำความสงบของใจอีก ถ้าทำความสงบของใจแล้ว เวลาปฏิบัติมันต้องทำอย่างนั้นน่ะ เพราะการฝึกหัดใช้ปัญญาคือการลงทุนลงแรง มันต้องเหนื่อยยาก พอเหนื่อยยากแล้ว จิตมันเบาบางลงก็กลับมาทำความสงบของใจให้มากขึ้น พอมากขึ้นแล้วกลับไปใช้ปัญญา ฝึกหัดอย่างนี้บ่อยครั้งเข้า

เราเชื่อว่า เราเชื่อว่าการประพฤติปฏิบัติมันมีกรรมเก่ากรรมใหม่ เราจะใช้คำว่า “บุญเก่า” บุญเก่ากับบุญใหม่สมัยปัจจุบัน บุญปัจจุบันนี้กับบุญเก่า กรรมเก่าคือกรรมที่กระทำมา เพราะมันมีสิ่งนั้นเป็นต้นทุนมา เป็นเพราะต้นทุนมา เขาถึงได้ประพฤติปฏิบัติแล้วมันก้าวหน้า คนเราก้าวหน้าแล้วนะ มันเป็นปัจจัตตัง เป็นสันทิฏฐิโก ความก้าวหน้าของจิตที่ปฏิบัติแล้วมันไม่เหมือนโลก

แล้วในสมัยปัจจุบันนี้ในการประพฤติปฏิบัติมันมีสังคมมีชุมชน ในชุมชนใดชักนำกันไปมีความเห็น มีความอย่างไรก็เป็นกลุ่มเป็นก้อน พอกลุ่มก้อน “ต้องปฏิบัติตามแนวทางนี้ ต้องปฏิบัติอย่างนั้น ต้องปฏิบัติอย่างนี้”

©2024 www.sa-ngob.com

การปฏิบัตินะ หลวงตาท่านสอนประจำ ขอให้ปฏิบัติเถิด เวลาปฏิบัติไปแล้วมันจะถูกมันจะผิดนั่นน่ะคือประสบการณ์ คนเราไม่รู้ถูกรู้ผิด ไม่มีประสบการณ์สิ่งใดเลย ฟังแต่เขาเล่าว่า ฟังแต่เขาเล่าว่า แล้วตัวเราก็อ่อนแอ ไม่มีจุดยืน ใครจะชักนำอย่างไรก็เชื่อเขา ไปกับเขา เป็นกลุ่มเป็นก้อน ไปเป็นฐานของเขา โดยตัวเองไม่ได้ปัจจัตตัง ไม่ได้สันทิฏฐิโก คือไม่ได้คุณธรรมในใจไง เราปฏิบัติเพื่อความสุข

อย่างผู้ที่ถามเขาบอกว่าเขาเข้าใจได้เลยว่าสุขในสมาธิมันสุขแตกต่างอย่างใด เขาเข้าใจเลย แล้วคิดดูสิ มีเงินมีทองยังแบ่งปันให้คนอื่นน่ะ ให้เขาไปดื่มเพื่อมีความสุข เพราะความสุขอย่างนั้นเราก็เคยแสวงหามา แล้วเราก็เคยอยู่กับเขามา แต่พอเรามีความสุขอย่างนี้เป็นการยืนยัน มันเหนือกว่า เราถึงว่าสุขอื่นใดเท่ากับจิตสงบไม่มี มันพัฒนาของมันขึ้นมา ถ้าพัฒนาขึ้นมา ที่ว่าเราเชื่อว่าๆ ถ้าคนมันมีสติมีปัญญาอย่างนี้มันทำไปแล้วมันจะเป็นความจริงขึ้นมาได้

สุขจริงๆ สุขที่จริง สุขที่ใจ สุขจากใจ สุขความเป็นจริงอย่างนี้ นี่สุขขึ้นมาไม่อย่างนั้นครูบาอาจารย์ท่านจะดำรงชีพ ดูองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ๔๕ ปี วิมุตติสุขๆ ครูบาอาจารย์เราทั้งชีวิตเลย มันมีความสุขในใจอันนั้น มีความสุข ไม่ต้องไปชิงดีชิงเด่น ไม่ต้องไปทำสิ่งใดๆ ทั้งสิ้นเลย มันพอในตัวมันเองอยู่แล้ว ไม่มีสิ่งใดมีค่า ไม่มีค่าหรอก ของใน ๓ โลกธาตุไม่มีค่า มันเป็นธรรมชาติอยู่อย่างนั้น นี่ธรรมะเป็นธรรมชาติๆ ไง

นี่แค่จิตเป็นสมาธิเฉยๆ นะ แล้วคนถึงได้ติดสมาธิไง ว่านี่คือนิพพาน แต่มันไม่ใช่ พอมันไม่ใช่ขึ้นมาแล้วเราฝึกหัดของเรา เราฝึกหัดใช้ปัญญาได้

ขณะที่เราเข้าสมาธิ เราทำสมาธิของเรา เราใช้พุทโธก็ได้ ใช้ปัญญาอบรมสมาธิก็ได้ ถ้าพอมันสงบแล้วเราก็พักอยู่กับความสงบนั้น ถ้าออกมา เราก็ใช้ปัญญาต่อเนื่องไป การใช้ปัญญาต่อเนื่องไปมันจะเป็นแนวทางไปเรื่อยๆ เพราะปัญญามันจะเปิดกว้าง มันจะค้นคว้า มันจะทำของมันละเอียดเข้าไป พอจิตสงบแล้วจิตเห็นอาการของจิต

©2024 www.sa-ngob.com

พอจิตสงบแล้ว โดยธรรมชาติคนนอนต้องตื่นจากนอน เวลาคนนอนหลับแล้ว เวลาพักผ่อนแล้วเราก็ต้องตื่นนอน พอตื่นนอน นี่มันหลับแล้วตื่นนอน คนเรามันพักผ่อนมาตั้งแต่เด็กจนโตมันก็เป็นเรื่องปกติเป็นธรรมดา มันก็เป็นเรื่องปกติ ไม่เห็นมีอะไรเลย ก็คนตื่นนอนก็ตื่นนอน ก็เท่านั้นน่ะ

แต่ถ้าจิตมันสงบ จิตมันสงบ จิตเห็นอาการของจิต เวลามันจะเสวยอารมณ์ เวลามันจะคิด เวลามันต่างๆ ที่เขาบอกว่า “จิตเขาสงบแล้ว แต่ยังไม่สามารถเห็นกายเป็นภาพได้” คำนี้สำคัญมาก

การเห็นกายมันเห็นกายได้หลากหลายนัก เวลาเราปฏิบัตินะ ในแนวทางสติปัฏฐาน ๔ กายานุปัสสนา เวทนานุปัสสนา จิตตานุปัสสนา ธรรมานุปัสสนา แต่ในกายานุปัสสนา การเห็นกายโดยการเห็นภาพ กับการเห็นกาย จิตเห็นอาการของจิต เห็นความคิด ความคิดเรื่องกาย ความคิดเรื่องเป็นรูปธรรม อันนั้นก็เห็นกายโดยปัญญา

การเห็นกายเป็นภาพนั้น ถ้าเราจะเจาะจงว่าเราต้องเห็นกายโดยภาพอย่างเดียวมันคับแคบ มันคับแคบ เวลาจิตที่เห็นกายนี้เป็นภาพอย่างเดียวนี้เป็นเจโตวิมุตติ เจโตวิมุตติ จิตมันสงบแล้วจิตเห็นกายนี้เป็นภาพ แต่ถ้าเป็นปัญญาวิมุตติ ปัญญาวิมุตติแบบพระสารีบุตรท่านเห็นกายโดยจิตเห็นอาการของจิต

จิตนี้เวลาเกิด เวลาปฏิสนธิในไข่ ในครรภ์ ในน้ำคร่ำ ในโอปปาติกะ นั่นเสวยภพ เสวยภพเป็นบุคคลคนนั้น เป็นชาตินั้น พอชาตินั้นแล้วมันเสวยภพในชาตินั้น พอชาตินั้น นี่มันมีกายกับใจๆ

แต่เวลาจิตมันสงบระงับเข้ามามันจะพิจารณาของมัน จิตเห็นอาการของจิตโดยปัญญาวิมุตติ นี่มันเห็นความสัมพันธ์ ความยึดมั่น ความระลึก ความคิดต่างๆ ในเรื่องกายกับใจ ถ้ามันจับได้

เราจะบอกว่า การพิจารณากายโดยที่ไม่เห็นกายก็ได้ ไม่ใช่เราเข้าใจว่าเราจะต้องเห็นกายเป็นภาพตลอดไป การเห็นกายโดยภาพมันก็เป็นการพิจารณากายใน

©2024 www.sa-ngob.com

แขนงหนึ่ง การพิจารณากายโดยใช้ปัญญาเปรียบเทียบกับความเห็นกาย เปรียบเทียบที่จับต้องกิเลสได้นะ

การเปรียบเทียบที่เป็นปรัชญา เป็นตรรกะ นั่นเปรียบเทียบอย่างนั้นเปรียบเทียบแบบโลกๆ แต่ถ้าจิตมันสงบแล้วโดยใช้ปัญญา มันจับต้องได้ มันสะเทือนกิเลสแล้วมันจับต้องได้ คือมันเสวยกายานุปัสสนา เสวยสิ่งที่เป็นตัวเป็นตน มันจับต้องได้ พอจับต้องได้ นั่นล่ะมันสะเทือนกิเลส ถ้าสะเทือนกิเลส นี่พิจารณาได้

เราจะบอกว่า สิ่งการพิจารณากาย ถ้าเราไม่ได้เห็นกาย แต่ถ้ามันจับแล้วมันสะเทือน มันสะเทือนกิเลส สะเทือนความทุกข์ความยากในใจ อันนั้นน่ะใช้ปัญญาได้แล้วฝึกหัดใช้ปัญญาอย่างนี้ต่อเนื่องๆ

เพราะว่าการพิจารณากายของเขา เขาบอกว่าเขายังเห็นกายเป็นภาพไม่ได้ สิ่งที่พิจารณาจนใช้ปัญญา

อันนั้นมันเป็นแบบว่าเราขีดเส้นไว้ แต่ถ้าเป็นจริงๆ กิเลส เราบอกเราจะจับกิเลสตัวนั้นๆ น่ะ กิเลสมันก็หลบซ่อน เราไปเห็นกิเลสตัวอื่น แต่เราไม่ปรารถนา เราปรารถนากิเลสตัวที่เราจะจับได้ ทั้งๆ ที่ไปเจอกิเลส มันก็เลยเสียโอกาสไปไง

แต่ถ้าเราบอกว่าเราจะจับกิเลสทุกๆ ตัว เออ! เราจะจับกิเลสทุกๆ ชนิด เราจะมีโอกาสได้มากขึ้น ฉะนั้น ได้มากขึ้นนะ พิจารณากายโดยที่ไม่เห็นกาย แต่มันจับต้องได้ มันจับต้องได้

โดยการปฏิบัติ โดยการปฏิบัติเวลาจิตมันประพฤติปฏิบัติขึ้นมามันมีการกระทำ มันเป็นปัจจัตตัง เป็นสันทิฏฐิโก มันรู้สึก เวลาเห็นกิเลสมันจะจับแล้วมันสะเทือนหัวใจเลย เวลาพิจารณาขึ้นมาถ้ามันเป็นความจริงนะ เวลามันปล่อยมันวางขึ้นมามันจะซาบซึ้งมากเลย

แต่ถ้ามันไม่มีสมาธิ เวลาคิดเหมือนกันเลย คิดได้ดีกว่า คิดได้กว้างขวางกว่า แต่ไม่มีรสชาติเลย ถ้ามันเป็นโลกๆ ไม่มีรสชาติเลย มันเป็นความจำ มันเป็นสัญญา พอเป็นสัญญาการปฏิบัติโดยสัญญา

©2024 www.sa-ngob.com

เราบอกว่าถ้าไม่มีการศึกษาจะปฏิบัติไม่ได้ เราพยายามจะศึกษา พอศึกษานี่เป็นข้อมูลเป็นทฤษฎี แล้วเราปฏิบัติ ปฏิบัติสิ่งใดแล้วเราพยายามบอกว่าต้องให้ถูกต้องตรงตามทฤษฎี

ทฤษฎีนั้นเป็นธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า มันเป็นใบไม้ในป่า สิ่งที่สัจธรรมความเป็นจริงเป็นใบไม้ในป่า แต่สิ่งที่เป็นใบไม้ในกำมือนั่นน่ะเป็นทฤษฎี เป็นข้อความที่จดจารึกเท่านั้น แต่ความจริง ๆ เป็นใบไม้ในป่า มันยังกว้างขวางกว่านั้น ฉะนั้น เราปฏิบัติไปแล้วมันจะเป็นแขนงไหนก็แล้วแต่ แต่ถ้ามันเป็นความจริงมันสะเทือนกิเลส เอาตรงที่สะเทือนกิเลส

เหมือนการรักษาโรค ถ้าให้ยาตรงกับโรค ให้ยาแล้วมันถูกกับโรค โรคนั้นจะหาย เอาตรงนั้น เอาตรงที่โรคมันหาย แต่ถ้าบอกว่าต้องใช้ยาชนิดนี้อย่างเดียว ต้องเป็นอย่างนั้น อย่างอื่นไม่ได้ แล้วเดี๋ยวนี้เขาพัฒนาคุณภาพยาดีกว่าด้วย ดีกว่ายาที่เรามีอีก ห้ามใช้ ต้องใช้ของเดิมเรานี่...ไม่ใช่ เราต้องใช้ปัญญาของเราให้เปิดกว้าง แล้วทำสิ่งใดไปเห็นไหม

ฉะนั้น ตรงนี้บอกว่า เพราะอ่านแล้วเขาบอกว่าเขาจะพิจารณากาย แต่มันบอกว่าเขายังไม่มีกำลังพอ ถ้ายังไม่เห็นกายโดยภาพ

อันนี้มันเป็นเป้าหมายของเรา แต่ถ้าเราเป็นจริงนะ ถ้าจิตมันสงบแล้วเราฝึกหัดใช้ปัญญา ให้มันเป็นปัจจุบัน ปัจจุบันจะเกิดอะไรขึ้นก็ได้ ถ้ามันเห็นภาพเป็นกาย สุดยอด เห็นภาพเป็นกาย จับแล้วพิจารณาเลย จับพิจารณาให้มันเป็นไตรลักษณ์ คือให้มันละลาย ให้มันเปลี่ยนแปลง ให้มันย่อยสลาย นั่นคือไตรลักษณ์

เห็นไหม เห็นกายเป็นรูป เวลาพิจารณาไปแล้วมันเปลี่ยนแปลง มันเปลี่ยนแปลงของมัน สิ่งที่มันแปรสภาพนั่นน่ะคือไตรลักษณ์ พอเป็นไตรลักษณ์ให้เราดู ใครที่มีสติปัญญาเห็นแล้ว โอ้โฮ! มันอึ้งเลยนะ อึ้งคือว่ามันฝึกใจไง พออึ้ง เอ๊อะ! ความจริงเป็นแบบนั้น แต่ทิฏฐิมานะของเราเป็นแบบนี้ ถ้าละลายต้องละลายจากหัวลงมาก่อน เออ!

©2024 www.sa-ngob.com

แต่ถ้าเป็นจริง มันจะละลายตรงกลางตัวก็ได้ ละลายทั้งตัวก็ได้ มันละลายตรงไหนก็ได้ แล้วแต่กำลัง ปัจจุบันมันเป็นอย่างนั้น

แต่ความคิดของเรา ความคิดเป็นวิทยาศาสตร์ไง ถ้ามันละลายมันต้องละลายจากหัวลงมา ละลายจากเท้าขึ้นไปไม่ได้ นี่เราคิดของเราไปทั้งนั้นน่ะ เวลากิเลสมันพลิกแพลง แต่ให้มันเป็นประจำของเรา ให้พิจารณาของเรา

แล้วถ้ามันยังไม่เห็นกาย เราจะคิดว่าผู้ที่ปฏิบัติมันจะไม่เห็นกายหรอก แต่มันจับกายได้ จับกายได้โดยการเทียบเคียง จับกายได้โดยเป็นขันธ์ เป็นรูป จับได้แล้วพิจารณาของเรา ถ้าพิจารณาของเรามันสะเทือนได้ เพราะมันเป็นปัญญาวิมุตติ ถ้าปัญญาวิมุตติมันเป็นอย่างนี้ ถ้าเป็นเจโตวิมุตติจะเห็นภาพ เห็นภาพตั้งแต่เส้นผม ตั้งแต่ทุกๆ อย่าง ถ้าจะจับได้ แล้วพอสมาธิมันเบาบางลงนะ มันจะจับต้องสิ่งใดไม่ได้

อันนี้พูดถึงว่าการพิจารณากายของเขา เขาบอกว่าเขายังพิจารณากายเป็นรูปร่างไม่ได้ ฉะนั้น สิ่งที่เป็นรูปร่างไม่ได้ เขาต้องทำสมาธิก่อน

ใช่ ถูกต้อง ทำสมาธิก่อนคือว่าเราทำสมาธิของเราบ่อยครั้งเข้า เพราะห้ามทิ้ง ห้ามทิ้งพุทโธ ห้ามทิ้งลมหายใจเข้าและลมหายใจออก เพราะสมาธิเกิดจากตรงนี้ สมาธิต้องเกิดแต่เหตุ ถ้ามันมีเหตุนะ เราทำของเรา มันจะเจริญ มันจะเสื่อม ไม่สนสนแต่ว่าเราจะกำหนดพุทโธตลอด มีเวลาว่าง เราจะหายใจเข้านึกพุท หายใจออกนึกโธ ถ้าหายใจเข้านึกพุท หายใจออกนึกโธ เราจะรักษาพลังงาน รักษาจิตนั้นให้มั่นคงไว้

แต่ถ้าเราปล่อยให้เราคิดร้อยแปดไป มันไปกว้านเอาสันดานเดิม เอาความพอใจของตน พอเอาสันดานเดิมมันก็เป็นสมุทัย เป็นกิเลส เป็นตัณหาความทะยานอยากเอาไปป้อนใจ พอเอาไปป้อนใจ ใจมันได้รับรสชาติ คือว่าเหมือนเชื้อโรค ใจเรา ความพอใจมันก็ไปหยิบฉวยเอาเชื้อโรค เอาเชื้อโรคมาป้อนหัวใจ หัวใจมันได้รับแต่เชื้อโรคขึ้นมาแล้วมันจะสงบไหม

©2024 www.sa-ngob.com

แต่ถ้าเราพุทโธๆ เราสำรอกเราคาย เราคายเชื้อโรคออกไป พอเราคายเชื้อโรคออกไป ร่างกายก็แข็งแรง ร่างกายแข็งแรงก็คือสมาธิ จิตใจที่มันแข็งแรงก็คือสมาธิ พุทโธๆๆ ให้จิตมันแข็งแรง แล้วมันจะแข็งแรงด้วยอะไร แข็งแรงด้วยหายใจเข้านึกพุท หายใจออกนึกโธ เหมือนคนออกกำลังกายทุกวันๆ ร่างกายมันก็แข็งแรง

นี่ก็เหมือนกัน เราหายใจเข้านึกพุท หายใจออกนึกโธ เราใช้ปัญญาอบรมสมาธิตลอดเวลา มันเหมือนกับเราออกกำลังกายทางจิต จิตมันได้ออกกำลังกายตลอด พอออกกำลังกายตลอด จิตมันก็แข็งแรง เชื้อโรคมันก็ไม่เข้ามา

แต่ถ้าเราไปวาง เราไปปล่อยไง “เออ! จิตเราสงบแล้ว เราขี้เกียจ เราไม่ต้องทำก็ได้” คือมันก็ไม่ออกกำลังกาย คือมันก็ไม่พัฒนาที่จิต จิตมันก็อ่อนแอลง พออ่อนแอลงมันก็ชอบไง ชอบอารมณ์ตามที่อารมณ์ที่ตัวเองชอบ มันก็ไปคิดตามใจมัน คิดตามใจมันก็คือเชื้อโรค พอเชื้อโรคมันก็อ่อนแอไปเรื่อยๆ สมาธิก็หายหมดเลย แล้วก็บ่น “จิตเสื่อม จิตเสื่อม”

จิตเสื่อมเพราะว่าไม่รักษาไง ถ้ารักษา จิตไม่มีวันเสื่อม ถ้ารักษาก็รักษาที่นี่แหละ มันเหมือนนักกีฬาเลย เห็นนักกีฬาไหม เขาซ้อมทุกวัน พวกเราเป็นคนดู อยากจะเป็นดาวเด่นกับเขา แต่ไม่เคยซ้อมกีฬาเลย

แล้วไอ้คนที่เป็นแชมป์ที่เขาแข่งกีฬาประสบความสำเร็จ ไปถามเขาสิทำอย่างไร ซ้อมวันละ ๑๐ ชั่วโมง เช้าขึ้นมาต้องซ้อมตอนเช้า พักเที่ยง เย็นซ้อมอีกแล้ว เขาซ้อมไม่มีวันหยุดเลย ถ้าร่างกายเขาฟิตตลอดเวลา เขาแข่งกีฬาเขาถึงจะชนะ

นี่ก็เหมือนกัน เราจะรักษาจิตของเรา เราต้องพุทโธของเรา เราต้องภาวนาของเรา

แล้วบอก “โอ้โฮ! หน้าที่การงานก็เยอะแยะอยู่แล้ว ยังต้องให้มาพุทโธอีก”

หน้าที่การงานมันทำเป็นอาชีพเป็นธรรมดา แต่เวลาว่างๆ เราก็พุทโธของเรา

©2024 www.sa-ngob.com

นี่ไม่ใช่ เวลาทำงานเหนื่อยเสร็จแล้วก็มานินทากัน ไอ้ตอนนินทานั่นแหละไปพุทโธได้ ไอ้ตอนทำงานก็ทำงานสิ เวลาออกไปแล้วไม่ต้องนินทาก็ได้ พุทโธของเรา ทำงานเป็นหน้าที่ออกมาก็พุทโธไปเรื่อยๆ นี่พูดถึงว่าถ้าจะรักษาจิตให้มันมั่นคง ถ้าจิตมั่นคง

แล้วเขาบอกว่าเดี๋ยวนี้เขาภาวนาของเขา แล้วถึงเวลาต้องไปทำงาน เวลาเลยหน้าที่การงานไป

ไอ้นี่ก็พยายามปรับสมดุลของตน แล้วเวลาหน้าที่การงาน เราก็ไปทำงาน สุดท้ายเวลาตอนเย็น ตอนกลางคืน ตอนค่ำ เราก็มาภาวนาของเรา อย่างที่เขาพูดนี่ถูก ในปัจจุบันนี้ไปหาภาวนาตามวัดข้างบ้าน

ที่ไหนที่เป็นสัปปายะ สถานที่ไง วัดทั่วไปมันสงบร่มเย็นทั้งนั้นน่ะ แต่โดยทั่วไปเขาอยากจะให้วัดมันสวยมันงาม ที่ไหนที่มันเป็นโคนไม้ เป็นที่ร่มรื่น เราไปนั่งภาวนา ถ้าเราไปนั่งภาวนานะ มันยอดเยี่ยมเลย ถ้าพระมาเห็นเข้า พระเขาจะได้สะดุดใจไง โอ้โฮ! โยมเขายังภาวนาเลย แล้วพระนี่น่าอาย พระยิ่งต้องขวนขวาย

เราไปภาวนาที่วัด โอ้โฮ! เป็นอุบายเลยนะ สุดยอด ถ้าพระมันเดินไปเดินมามันเห็นโยมมานั่งภาวนา เขาเขินนะ แม้แต่โยมยังทำเลย พระยังไม่ทำ ทั้งๆ ที่เป็นหน้าที่ของพระแท้ๆ

เขาบอกเดี๋ยวนี้เขาไปภาวนาที่วัด

หัดทำ เพราะทุกคน เป็นสิทธิ ทุกคนเกิดมามีสิทธิ์ในชีวิตของเรา แล้วใครเห็นคุณค่าคุณค่าทางโลก ทำงานทางโลกก็จะได้ผลตอบแทนทางโลก ถ้าใครทำงานทางธรรมไง หายใจเข้านึกพุท หายใจออกนึกโธ โดยมาตรฐาน โดยมาตรฐานนะ หายใจเข้านึกพุท หายใจออกนึกโธ มันพยายามฝึกหัดให้หัวใจแข็งแรง ถ้าหัวใจแข็งแรงแล้วนะ ฝึกหัดๆ คนที่หัวใจแข็งแรงทำอย่างใดมันมีโอกาส

หัวใจไม่แข็งแรงไง นักกีฬาที่ไม่เคยซ้อม ใครๆ ก็อยากเป็นนักกีฬาหมดเลย แต่ลงไปในสนามไม่มีใครเขาสนใจเลย มันเป็นนักกีฬาไปไม่ได้

©2024 www.sa-ngob.com

นี่ก็เหมือนกัน หัวใจเราไม่มีกำลังใจเลย จิตใจเราอ่อนแอ เราอยากจะเป็นนักกีฬา อยากจะปฏิบัติ อยากจะพ้นทุกข์ อยากจะทำความดี ไม่ได้เรื่องหรอก ถ้าได้เรื่องนะ กลับมาหายใจเข้านึกพุท หายใจออกนึกโธ ใช้ปัญญาอบรมสมาธิ

เขาบอกว่า “มันเป็นสมถะ มันไม่ใช้ปัญญา มันเสียเวลา”

คนพูดอย่างนั้นคือคนภาวนาไม่เป็น

เวลามีคนนะ เขาบอกเลยนะ พวกที่ถือศีล ๕ ชีวิตจืดชืด สู้เขาไม่ได้ เป็นสุภาพบุรุษ เช้าขึ้นมาตีหัวหมา ด่าแม่เจ๊ก ตกกลางคืนก็กินเหล้าเมายา โอ้โฮ! ชีวิตมีความสุขมาก ไอ้พวกถือศีลไม่มีความสุข

เราบอกเลย เราเชื่อพระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าวางศีล ศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๑๐ ศีล ๒๒๗ เราเชื่อองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เชื่อปากของศาสดา เชื่อปากของผู้ที่สะอาดบริสุทธิ์ ถ้าเราทำอย่างนี้มันจะได้ประโยชน์

ไอ้ที่ว่าเขาอยู่สุขสบายๆ ที่เขาพูดของเขา ไอ้นั่นพูดอย่างนั้นมันเป็นเรื่องของกิเลส เป็นเรื่องของพญามาร แต่เวลามาพูดแล้ว เราอยู่ในสังคม เราก็คล้อยตามเขาไป เวลาใครปฏิบัติธรรม ใครมีศีล ๕ เป็นสัตว์ประหลาด เวลาคนที่สำมะเลเทเมาเป็นบัณฑิต อู้ฮู! แล้วสังคมเป็นอย่างนั้นน่ะ เราก็อยู่สังคมอย่างนั้นน่ะ แล้วเรามาปฏิบัติสักคนสองคน มาทำ มันเหมือนคนแปลกคน แต่เราก็พยายามทำของเรา

ในสังคมทุกสังคมมีคนดีและชั่ว แต่คนดีมันน้อย ถ้าคนดีมันน้อยก็นับเราด้วยคนหนึ่ง นับเราสักคนหนึ่ง แล้วพยายามทำของเรา แล้วทำของเรามันก็จะได้ประโยชน์ นี่ได้ประโยชน์นะ รักษาตรงนี้ ถ้าจิตใจมันแข็งแรงขึ้นมา เราฝึกหัดของเรา เราจะเป็นคนดีของเรา

แล้วถ้าเป็นจริงนะ เกิดมาเป็นคนนะ เกิดมาชาติหนึ่งไม่เสียชาติเกิด ถ้ามีคุณธรรมในหัวใจนะ เพราะคนเรา มันเป็นสิทธิ์ของคนแต่ละคน หนึ่งชีวิต หนึ่งชีวิตนี้ตั้งแต่เกิดจนตาย ใครทำดีทำชั่วเท่าไหนได้เท่านั้น แล้วเวลาปฏิบัติขึ้นมาในปัจจุบันนี้มันมีความคิดอย่างนี้ มันมี

©2024 www.sa-ngob.com

ประโยชน์อย่างนี้ ฉะนั้น มีประโยชน์อย่างนี้ เราต้องเอาตรงนี้ ถ้าเอาตรงนี้ได้มันจะเป็นประโยชน์มาก ถ้าเป็นประโยชน์ ประโยชน์กับผู้ที่ปฏิบัตินะ ถ้าตามความเป็นจริงถ้าทำได้จริง

ฉะนั้น สิ่งที่เขาเขียนมาเขาบอกว่า ขอเล่าประสบการณ์ถวายหลังจากที่ได้คำแนะนำไปแล้ว ฉะนั้น ให้คำแนะนำไปแล้ว แค่ให้ตรวจสอบ แล้วก็ขอบคุณมา

นี่มันเป็นสัตว์โลก สัตว์โลกเป็นไปตามกรรม กรรมของใครซัดทอดมาอย่างไร ให้ผลักดันมาอย่างไร ผลักดันมาอย่างไรแล้วมันก็เป็นจริตนิสัย จริตนิสัย หมายความว่า ฟังแล้วมันถูกจริต ฟังแล้วมันเข้ากับจริตนิสัย มันฟังแล้วมันมีเหตุมีผล ถ้ามันไม่ตรงกัน มันฟังแล้วมันขัดมันแย้งไปหมด ไม่จริง ไม่น่าจะใช่ ถ้าตรงกับกิเลส ใช่ๆๆ อย่างนี้ใช่ แต่ถ้ามันมีเวรมีกรรมต่อกัน ฟังสิ่งใดแล้วเป็นประโยชน์

ฉะนั้น แม้แต่พระ พระเวลาธุดงค์ไป ถ้าไปอยู่วัดใด ไปดูครูบาอาจารย์ จริตนิสัยเข้ากันได้หรือไม่ ถ้าเข้ากันไม่ได้ ๗ วัน เราต้องเก็บของไป ถ้าไม่เก็บของไปเป็นอาบัติทันทีเลยล่ะ เพราะว่าไม่ขอนิสัย คนมันยังไม่บรรลุนิติภาวะ ไม่ใช่ผู้ฉลาด ไปอยู่ที่ไหนต้องขอนิสัย

เวลาบวช อุปัชฌาย์นี้ได้นิสัยโดยอัตโนมัติ แต่ถ้าไปอยู่กับครูบาอาจารย์ต้องขอ แล้วถ้าขอนิสัยแล้วมันจะพ้นจากวิกาล เวลาวิกาลที่ไม่มีครูบาอาจารย์นะ มันเป็นอาบัติ นี่พูดถึงว่าพระนะ เขาต้องให้บรรลุนิติภาวะ เป็นผู้ฉลาด พ้นนิสัย ถึงจะธุดงค์ ถึงจะทำของเราได้ นี่พูดถึงในทางวินัย

ถ้านี่ของเรา เป็นจริตเป็นนิสัย เวลามันตรงกัน มีเหตุมีผลขึ้นมา มันฟังแล้วมันได้เหตุได้ผลมันจะเป็นประโยชน์กับเรา นี่พูดถึงว่าผู้ที่ปฏิบัติ นี่เราแนะนำ

เขาขอบคุณๆ มา แล้วถามว่าสิ่งที่ทำนี้ได้ประโยชน์ๆ

ใครก็แล้วแต่เวลาปฏิบัติแล้วได้ประโยชน์อย่างนี้ เกิดมาเป็นมนุษย์ เกิดมาพบพระพุทธศาสนาแล้วประพฤติปฏิบัติธรรม เป็นธรรมทายาท ปฏิบัติธรรมได้คุณธรรมในใจ ธรรมนี้เป็นอาหารของใจ ใจต้องการอย่างนี้

©2024 www.sa-ngob.com

ร่างกายต้องการอาหารเป็นคำข้าว ต้องการปัจจัยเครื่องอาศัย แต่ใจต้องการธรรมนะ ธรรมที่เกิดจากการปฏิบัติโดยความเป็นจริง เอวัง

©2024 www.sa-ngob.com