

เราทำเอง

พระอาจารย์สงบ มนัสสุนโต

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๑๑ มิถุนายน ๒๕๖๐

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

ถาม : เรื่อง “กราบขอขมา”

นมัสการหลวงพ่อดี...ได้เคยมาปฏิบัติธรรมที่วัดของหลวงพ่อรหว่างปีพ.ศ. ๒๕๕๕-๒๕๕๖ ต่อมาหลวงพ่อบอกว่าไม่รับให้อยู่ภาวนาแล้ว แต่ให้ไปหาผู้ทำบุญได้ โยมเข้าใจดีว่าเป็นความผิดของโยมเอง แต่โยมจะไม่มาเยี่ยมหลวงพ่่อีก เพราะโยมไม่สามารถยอมรับเศษกรรมของหลวงพ่อดี โยมขอกราบขอขมาหลวงพ่อดี ณ โอกาสนี้ หากได้เคยล่วงเกินด้วยกาย วาจา ใจ ขอหลวงพ่อดีโปรดโทษให้ด้วยค่ะ ขอโปรดพิจารณาด้วยค่ะ จบแล้วค่ะ เจริญในธรรมต่อไป

ตอบ : นี่คำถามมาเนาะ คำกราบขอขมา ใจเรื่องขอขมา เราไม่ติดใจอยู่แล้ว แต่บอกว่า “ไม่ต้องมารับเศษกรรมจากหลวงพ่อดี” ฉะนั้น เขาเคยมาภาวนาที่นี่ แล้วเราให้เขาออกไป แต่โดยสามัญสำนึกของเรา ที่สาธารณะ เหมือนการคมนาคม การเดินทาง ใครก็เดินทางผ่านได้ ฉะนั้นเวลาการคมนาคม ใครเดินผ่านไปผ่านมา แวะทำบุญหรือแวะมา เราอนุญาตได้

แต่เขาบอกว่ามันเป็นเศษบุญเศษกรรม เขาไม่ยอมรับ เขาไม่ยอมรับ เราเลยขอประกาศว่า ห้ามทั้งหมด ห้ามทั้งการเข้ามาด้วย ห้ามทั้งมาทำบุญด้วย ห้ามทั้งหมด

เวลาเราห้าม เราห้ามโดยธรรมไง ห้ามคือว่า ในเมื่อเขามีเจตนาว่ามันเป็นเศษบุญเศษกรรม จะไม่พบเห็นหน้ากันอีกเลยก็จบไป ก็ดีนะสิ เรายิ่งชอบใหญ่

แต่ที่เราพูดก่อนหน้านั้นเพราะเรารู้ว่า สิ่งที่เราบอกว่าห้ามเด็ดขาด มันเป็นไปได้ยาก เพราะวัดเป็นที่สาธารณะ เพราะมันเป็นที่สาธารณะ ใครจะไปใครจะมามันก็ได้เป็นเรื่องธรรมดา

แต่ถ้าเราห้ามสิ่งใดไปแล้ว เพราะเราพูดคำไหนคำนั้น ถ้าห้ามไปแล้วเราก็ต้องคอยจัดการ แต่เราอาจจะลืมไปก็ได้ หรือเราจำไม่ได้ก็ได้ ถ้าเราห้ามแล้วเขาเข้ามา มันเหมือนกับเราเสียคำพูด เราถึงบอกว่าแล้วแต่เขาเลย แต่ถ้าเขาบอกว่าเขารับไม่ได้ก็จบ ห้ามทั้งหมด ห้ามทุกเรื่อง ห้ามหมดเลย

แล้วอย่างว่า สิ่งที่เขาบอกว่าเขารับไม่ได้เพราะว่าเขาเคยมาทำบุญที่นี่ สิ่งต่างๆ

ไอ้เนี่ยเขาก็พูดเองว่ามันเป็นความผิดของโยม กรรมของสัตว์ เราทำเองทั้งนั้น เห็นไหม เรามาวัดมาวา วัดมันเป็นที่ปฏิบัติ วัดที่ปฏิบัตินะ เราเป็นพระ เราบวชมาแล้วเราไปแสวงหาจากครูบาอาจารย์หลายวัดมาก จากครูบาอาจารย์ที่เป็นธรรมๆ บางวัดท่านก็เข้มงวด บางวัดท่านก็ปล่อยปละละเลย บางวัด บางวัดๆ มันเป็นเรื่องจิตนิสัยใจ

ฉะนั้น พอมาถึงวัดของเรา เวลาเราสร้างวัดขึ้นมาแล้ว เราเป็นคนจัดการเอง ข้อวัตรปฏิบัติฝั่งของพระก็เรื่องหนึ่ง เราดูแลของเราเอง ฝั่งของโยม เราก็ดูแลของเราเอง ดูแลของเราเอง ใครจะมาประพฤติปฏิบัติในวัดเรา มาแต่ตัว แล้วเอาหัวใจมาด้วย แล้วประพฤติปฏิบัติเลย การประพฤติปฏิบัติของเรา เราจะไม่มีงานให้ทำ

ส่วนใหญ่แล้วทางภาคอีสาน เวลาใครไปปฏิบัติแล้วต้องทำสวน ต้องทำสวนครัวด้วย ต้องทำอาหารด้วย ต้องช่วยงานวัดทั้งนั้นนะ ฉะนั้น เวลาปฏิบัติมันก็น้อยลง เรื่องของผู้หญิง

แต่เวลามาถึงวัดเรา เราห้ามเด็ดขาดเลยนะ แม้แต่คนจะเอาของมาเข้าครัวก็ยังห้ามของในครัวเราห้ามเอาเข้ามาเด็ดขาด ถ้าเอาเข้ามาแล้ว โยมมาตอนเข้าก็เอาผักมาคนละกำสองกำ แล้วเราก็ต้องมาทำบุญชื้อรายรับรายจ่าย มันวุ่นวายไปหมดนะ เพราะอะไร เพราะว่าคนมี

น้ำใจๆ ไซ้ใหม่ มีน้ำใจก็เอามา เวลาเอามา ผู้ที่รับมันเป็นภาระไปทั้งนั้นนะ ฉะนั้น สังเกตได้ว่า
ของที่เอามา เราจะห้ามเด็ดขาด

แต่ที่นั่นเป็นเนื่อนาบุญของโลกไซ้ใหม่ เวลาเอามาก็กองไว้ นั่นไง คำว่า “กองไว้
เป็นส่วนกลาง” ส่วนกลาง เวลาเขาไปวัดไปวา กัน เขาก็ทำสังฆทานๆ นี่ก็เหมือนกัน เอามาวัด
เราส่วนใหญ่แล้วจะให้เป็นส่วนกลาง เป็นสังฆทาน เป็นของสงฆ์ พอวางเสร็จแล้วเป็นของ
ส่วนกลาง ไม่มีของเป็นส่วนบุคคล

นี่ก็เหมือนกัน เราทำของเราเพื่อตัดภาระ เพื่อตัดภาระให้ใครไปใครมาให้สะดวกแก่
การประพฤติปฏิบัติ วัดนี้เป็นวัดที่ประพฤติปฏิบัติ สร้างวัดนี้มา ๑๐ ปี แต่เรามาอยู่ของเรา
ตั้งแต่ปี ๒๕๓๐ เกือบ ๓๐-๔๐ ปีแล้ว เราทำอย่างนี้มาตลอด ทำอย่างนี้มาตลอดเพราะอะไร

เพราะเราไม่เอาเปรียบใครไง เราไม่เอาเปรียบญาติโยม แล้วก็ไม่ใช่ญาติโยมเอา
เปรียบคนอื่น คำว่า “ไม่เอาเปรียบ” คือมาโดยตัว มาแต่ตัวกับหัวใจ เอาหัวใจมาประพฤติ
ปฏิบัติ ใครมาที่นี้สะดวกมากในการปฏิบัติ แต่เวลาคนที่ไม่ปฏิบัติมาที่นี้แล้วเขาจับไม่ได้ จับ
ไม่ได้เพราะไม่มีกิจกรรม ไม่มีกิจกรรม เวลาว่างเยอะไง

เวลานักปฏิบัติ ดูทางโลกเขาบอกเลย ในพระไตรปิฎกบอกว่า ทางของสมณะเป็นทาง
ที่กว้างขวาง ทางที่กว้างขวางคือการประพฤติปฏิบัติตลอด ๒๔ ชั่วโมง ทางของฆราวาสเป็น
ทางที่คับแคบ คับแคบเพราะต้องทำหน้าที่การงาน เวลาจะปฏิบัติแล้วต้องสวดมนต์สวดพร
สวดมนต์เสร็จแล้วก็นั่งภาวนา เข้า ๕ นาที เย็น ๑๐ นาที เท่านั้นเอง เป็นทางคับแคบ คับแคบ
คือโอกาสที่ปฏิบัติมันน้อย

ฉะนั้น พอมาที่วัดนี้ ๒๔ ชั่วโมง ผู้หญิงก็ ๒๔ ชั่วโมง โยมผู้หญิงมา ทานอาหารเสร็จ
ช่วยเก็บล้างเสร็จแล้ว เพราะมันเป็นมารยาท เราใช้เอง เราก็ต้องทำความสะอาดเอง ทำเสร็จ
แล้วเก็บขึ้นเอง แล้วก็กลับไปภาวนา ๒๔ ชั่วโมงเหมือนกัน

กลับไปแล้ว งานฝั่งนู้นนะ โยมมาวัดภาวนาวัดนี้ไม่มีงานอะไรเด็ดขาด เว้นไว้แต่ตอน บ่ายโมงไปกินน้ำร้อนกัน พอกินน้ำร้อนกันแล้วก็เก็บกวาดบริเวณนั้นเล็กน้อย นี่มันเป็นข้อวัตร ที่พูดถึงกฎกติกาของวัดนี้ เราไม่เคยเอาเปรียบใคร แล้วไม่ให้โยมเอาเปรียบกันเอง

ที่นี้โยมเอาเปรียบกันเองไง บอกว่าที่นี้เป็นสำนักปฏิบัติใหม่ บอกว่าวัดป่าสายหลวง ปู่เสาร์ หลวงปู่มั่นเป็นสำนักปฏิบัติ แล้วปฏิบัติอะไร ไปสูมหัตถ์นินทากันใหม่ ถ้ามาที่นี้มันต้อง ปฏิบัติ

ฉะนั้น นี่วัดปฏิบัติ ไม่ใช่สนามชนไก่ ไม่ใช่ค่ายมวย ถ้าสนามชนไก่ก็มาสิ เดี่ยวเอาไก่ เปรียบกันแล้ว ตีไก่ คนนู้นจิกคนนี้ คนนี้จิกคนนู้น คนนู้นทำอย่างนั้น มันเป็นเรื่องไร้สาระทั้งนั้น นะ นี่พูดถึงวัดปฏิบัติไฉน

ที่นี้เราเป็นผู้ดูแลเอง เป็นผู้ควบคุมเอง ฉะนั้น เวลามาแล้วก็เป็นความผิดของโยม ก็ โยมมาสร้างซุ้ม สร้างคณะ มาถึงมาฝ่ายนู้นฝ่ายนี้ร้อยแปดพันเก้า ถ้ามีปัญหาเราไล่ออกหมด เราไล่ออกหมด

เพราะเราอยู่กับหลวงตามา หลวงตาบอกว่านี่ก็เลสหยาบๆ เวลาพระในวัดที่วัดป่าบ้าน ตาดนะ ท่านบอกว่า ถ้ามีการทะเลาะกัน ไล่ออกทั้งคู่ ถ้ามีผลการกระทบกระเทือนกัน ไล่ออก ทั้งคู่ ไล่ออกหมด ไล่ออกหมด ท่านบอกว่ามันของหยาบๆ

ของหยาบๆ หมายถึงว่า คนคนหนึ่งเป็นคนระรานเขา แต่อีกคนหนึ่งโดนระราน ถ้า ไม่ตอบโต้มันจะมีปัญหาไหม ใจคนระรานมันผิดอยู่แล้ว แต่ใจคนตอบโต้ก็ผิดด้วย หลวงตาท่าน ตัดสินอย่างนี้

ฉะนั้น เวลาวัดของเรา กรณีนี้เราพยายามจะไม่ให้มีผลกระทบกระเทือน ที่นี้เวลาเข้ามา อยู่มันมีผลกระทบกระเทือนไฉน เทียบพูดทางนู้น ยุแยงทางนี้ ยุแยงตะแคงรั้ว มันวุ่นวายไป หมดนะ ที่นี้พอวุ่นวายไปหมด เราถึงบอกว่าไม่ให้เข้ามา เพราะที่นี้เขามาถอดเขี้ยวถอดเล็บ คือ

ถอดทิวภูมิมานะของตน ไม่ใช่มายุมาเหยย มาสร้างพรรคสร้างพวกสร้างอะไร ที่นี้ไม่ใช่สนามชนไก่ ไม่ใช่ค่ายมวย

ถ้าเป็นค่ายมวย เดียวนี้การกีฬากำลังเจริญ มวยไทยเป็นที่นิยมมาก ผู้หญิงฝึกหัดมวยไทยเยอะแยะเลย นู่น ถ้าเอ็งอยากจะออกกำลังกาย อยากจะแอ็กชั่น นู่น ค่ายมวย เอ็งไปสมัครได้เลยที่ค่ายมวย แต่ไม่ใช่วัดของพระสงฆ์

ฉะนั้น ถ้ามาทำอย่างนั้นมันมีปัญหาทั้งนั้นนะ เราบอกว่า สิ่งที่ทำๆ มา ทำเอง กรรมของสัตว์นะ เป็นกรรมของสัตว์ สัตว์มันก่อเวรก่อกรรมขึ้นมาเอง แล้วบอกว่าเป็นเศษเวรเศษกรรม

สพฺเพ สตฺตา สพฺเพ สตฺตา สัตว์ทั้งหลายเป็นเพื่อนทุกข์เกิด แก่ เจ็บ ตายด้วยกันทั้งหมดทั้งสิ้น จงเป็นสุขๆ เกิด อย่าได้เบียดเบียนซึ่งกันและกันเลย ขอจงไปหาที่ประเสริฐๆ ที่เอ็งพอใจเกิด อย่าหันมาทางที่นี้ อย่าหันหน้ามา เป็นสุขๆ เกิด ไปหาที่เอ็งพอใจ ที่ถูกใจ ที่เขายกย่องสรรเสริญในการดิ้นรนทนทาน ในการหาพรรคหาพวก สร้างแก๊งสร้างก๊วน เชิญตามสบายไปที่นู่น อย่ามาที่นี้ ไม่รับ

ฉะนั้น เขาบอกว่ายอมรับเศษกรรมไม่ได้

ก็จบกันไป ไม่มีเศษเลย ห้ามเด็ดขาด

แล้วบอกว่าขอขมา ว่าเราอาฆาตมาดร้าย

เราบอก**สพฺเพ สตฺตา**ไป เป็นสุขๆ เกิด ไม่มีการอาฆาตมาดร้าย ขอเชิญ ขอเชิญไปหาที่ที่พอใจ หาที่ที่เราพอใจที่ไหน เชิญ แต่ไม่ต้องบ่ายหน้ามาทางนี้ คือจะบอกว่า ถ้าไม่สนใจเราก็ไม่ต้องเขียนมา ไม่สนใจเรา ก็ไม่ต้องยุ่ง เพราะอะไร เพราะมันเป็นสิทธิ์ของแต่ละคน มันเป็นสิทธิ์ของเขา เขาทำของเขาเอง แล้วถึงที่สุดแล้วก็จะมา เวลาบอกว่ากราบขอขมา แต่เขาบอกว่ารับไม่ได้ จะไม่ไปหาหลวงพ่อ

ใครเชิญ ใครเชิญ ไม่มีใครเชิญนะ แม้แต่มาที่นี้ทำผัดขังไล่ออกเลย ใครเชิญมา เราไปเชิญมาหรือ ฉะนั้น ไม่ต้องมา แล้วไม่ต้องหันหน้ามาทางนี้ ไม่ต้องมาสนใจ ไปที่พอใจ กรวดน้ำคว่ำขันกันเลย จบ จบแล้วนะ นี่พูดถึงจบ ฉะนั้น มันเป็นกรรมของสัตว์

ก็เขาบอกเลย เป็นความผิดของหนูเอง เป็นความผิดของโยมเอง

ก็บอกว่า เป็นความผิด แล้วจะมีอะไรอีกล่ะ เป็นความผิดมันก็เป็นบาปเป็นกรรมไปแล้ว สร้างเวรสร้างกรรมทั้งนั้นนะ ถ้าเป็นความผิด เอ็งก็รู้อยู่ว่าเป็นความผิด แล้วมาเรียกร้องเอาอะไร ความผิดมันก็คือความผิด

กรรมดี กรรมชั่ว กรรมดีก็คือกรรมดี กรรมชั่วก็คือกรรมชั่ว ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว ใครทำดีก็ต้องได้ดี ใครทำชั่วก็ต้องได้ชั่ว มันอยู่ที่การกระทำ ไม่มีใครเหนือกรรมหรอก แม้แต่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านยังปล่อยตามกรรมเลย องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ายังเคารพในกรรมอันนั้นเลย ในธรรมอันนั้นเลย ในทุกอย่างที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าต้องการอย่างนั้น

แล้วนี่ก็เหมือนกัน เอ็งทำทั้งนั้นนะ แล้วจะมาขอขมา แต่บอกว่าไม่ยอมรับเศษกรรมแล้วขอขมาอะไร ขอขมาครั้งหนึ่ง แล้วก็เหินแสมครั้งหนึ่ง ฉะนั้น ไม่ต้อง ไม่ต้องขอขมาด้วย แล้วไม่ต้องเหินแสมด้วย **สพฺเพ สตฺตา** เป็นสุขๆ เกิด อย่านำได้เบียดเบียนซึ่งกันและกันเลย

แล้วเราไม่เคยเบียดเบียนใครนะ เพราะเราไม่เคยออกจากวัดนี้ไปไหนเลย เราไม่เคยไปไหนเลยนะ เราอยู่ในวัดของเรา แล้วเราบำเพ็ญเพียรของเรา เราทำเพื่อประโยชน์กับศาสนา เราทำเพื่อประโยชน์กับโลก เราทำประโยชน์เพื่อหัวใจของเรา ฉะนั้น สิ่งที่มีความคิดสิ่งใดนั้นจบ เอ็งทำของเอ็งเอง จบแล้ว

ถาม : เรื่อง “การท่องแบบไม่ได้กำหนดจิตถือว่าเป็นคำภาวนาหรือไม่”

กราบเรียนหลวงพ่อด๊ะ การที่เราท่องคำใดๆ กลับไปกลับมาบ่อยๆ โดยไม่ได้กำหนดจิตตาม หรือไม่ได้กำหนดจิตพิจารณาอะไร เพียงแต่ท่องไปเรื่อยๆ เช่น ท่องคำว่า “**พุทฺธํ สรณํ คจฺจ**

ฉามิ ธมฺมํ สรณํ คจฺฉามิ สงฺฆํ สรณํ คจฺฉามิ” กลับไปกลับมาตลอดเวลา บางที่เป็นจังหวะดนตรี จะเป็นการภาวนาใหม่คะ หรือว่าการภาวนาจะต้องกำหนดสติไปด้วยถึงจะถูกคะ

ตอบ : นี่คือการภาวนา เวลาหลวงปู่เฒ่าท่านพูด อย่าหายใจทิ้งเปล่าๆ หายใจเข้านี่ก็พุท หายใจออกนี่ก็โ

โดยธรรมชาติของคน การเกิดมาอยู่ในครรภ์ของมารดา เราก็หายใจผ่านท่อสะดือ หายใจผ่านแม่ คลอดออกมาแล้วครั้งแรกเลย ผดุงครรภ์เขาต้องตบกันให้ร้อง แล้วให้หายใจเอง ตั้งแต่เกิดจนตายต้องหายใจตลอดไป การหายใจนี้หายใจเพื่อดำรงชีพ

แต่ในทางธรรมๆ ท่านบอกว่าการหายใจทิ้งเปล่าๆ การดำรงชีพในภพในชาตินี้ เหมือนกับหายใจทิ้งเปล่าๆ แต่ถ้าหลวงปู่เฒ่าท่านบอกให้ตั้งสติ หายใจเข้านี่ก็พุท หายใจออกนี่ก็โ เราจะเป็นอย่างานาปานสติ คำว่า “อานาปานสติ” คือมันได้ฝึกจิตใจ ถ้าฝึกจิตใจ มันต้องกำหนดใจ ถ้ากำหนดแล้วเป็นการตั้งสติในการกำหนดอานาปานสติ

เห็นไหม หายใจมันก็มีลมอยู่แล้ว แต่เราหายใจเปล่าๆ เราไม่ได้กำหนดจิตที่ไปจับ มันเป็นอย่างานาปานสติหรือไม่ ถ้าเป็นอย่างานาปานสติ คนที่เกิดมามีอานาปานสติตั้งแต่เกิด คนเกิดมามีอานาปานสติทุกคนเลย

แต่ความจริงไม่ใช่ เขามีลมหายใจ แต่เขาไม่ได้กำหนดจิตเพื่อกำหนดรู้ลมหายใจ เขาถึงไม่มีอานาปานสติ แต่ถ้าเรามีสติ เรากำหนดลมหายใจ เราจะมีอานาปานสติ แล้วกำหนดดีขึ้นมา จิตมันจะสงบระงับเข้ามาถ้ามันเป็นตามความเป็นจริง นี่เป็นคำสอนของหลวงปู่เฒ่า

แต่เป็นคำสอนของหลวงตามหาบัว ท่านบอกในการภาวนาต้องมีสติ ในการทำหน้าที่ การงานต้องมีสติ ถ้าขาดสติ มันสักแต่จะทำ ถือว่างานนั้นไม่มีคุณภาพ งานนั้นเป็นสักแต่ว่า ไม่มีประโยชน์

ฉะนั้น เวลากำหนด เวลาครูบาอาจารย์ท่านสอนทั่วไป ท่านจะบอกว่า ให้ฝึกหัดสติ รู้จักสติ สติคือระลึก รู้ สติคือมีความรู้สึกตัว รู้สึกตัวแล้วค่อยกำหนดลมหายใจ ลมหายใจต้องท่องพุทโธ นี่เวลาครูบาอาจารย์ท่านสอนอย่างนั้น

แต่เวลาเรา เราจะบอกว่า **พุทธโธชัดๆ พุทธโธชัดๆ** คำว่า “พุทธโธชัดๆ” ถ้ามันจะชัดๆ ได้ สติต้องสมบูรณ์ ถ้าเราบอกพุทธโธชัดๆ เราพยายามชัดๆ ในพุทธโธนั้นนะ สติมันต้องมาพร้อมกับความกำหนดพุทธโธนั้น ฉะนั้น พุทธโธชัดๆ มันต้องพร้อมใจ

ถ้าพุทธโธไม่ชัด คือว่าพุทธโธสักแต่ว่า หรือพุทธโธที่ไม่มีสติ พุทธโธนั้นมันก็เบาบาง พุทธโธนั้นมันก็จะหายไป หายไปก็เป็นการหายใจทิ้งเปล่าๆ ใจ

คำว่า “ต้องมีสติ” ใจ ถ้าคำว่า “มีสติ” หลวงตาท่านสอนว่า ถ้ามีสติ การปฏิบัตินั้นถึงจะเป็นความเพียร ถ้าขาดสติ การปฏิบัตินั้นเป็นการปฏิบัติสักแต่ว่า สักแต่ว่าก็สักแต่เป็นวัตถุ วัตถุ วัตถุธาตุไม่มีข้าวของ ไม่มีใครดูแลใจ

ฉะนั้นบอกว่า การกำหนดที่ว่า **พุทฺธํ สรณํ คจฺฉามิ ธมฺมํ สรณํ คจฺฉามิ สงฺฆํ สรณํ คจฺฉามิ** ท่องไปท่องมามันเป็นการภาวนาหรือเปล่า

เวลาเราสวดมนต์ ตอนนี่เรามีเทพสวดมนต์ชาย มีวิทยุเล็กๆ เราเปิดทิ้งไว้ มันเป็นอาณานาสนติหรือเปล่า เปิดวิทยุทิ้งไว้มันเป็นการภาวนาหรือเปล่า วิทยุเสียงดังแจ๊ๆๆ เลย วิทยุสวดมนต์มันเป็นการภาวนาหรือเปล่า นี่ใจ เวลาถามมันก็แปลกเนาะ เขาทำของเขาอย่างนั้น

ฉะนั้น เขาบอกว่า อ้าว! ถ้ามันไม่ใช่ หนูเคยท่องของหนูแล้วจิตใจมันดี

มันดีมันก็ระลึกถึงธรรมะใจ มันดีมันก็แบบเป็นคนดีคนทั่วไป เวลาที่มีสิ่งใดเขาคิดถึงพ่อแม่เขา ระลึกถึงพ่อแม่เขา นั่นเป็นคนดีใหม่ นั่นก็เป็นคนดี แต่เอ็งได้กตัญญู ได้เลี้ยงดูพ่อแม่หรือเปล่านั้น เออ! ถ้าเอ็งคิดถึงพ่อแม่ด้วย แล้วเอ็งดูแลพ่อแม่ด้วย เอ็งรักษาพ่อแม่ด้วย เออ! นั่นก็สมบูรณ์ใช่ไหม ใจนี่ระลึกถึงพ่อแม่ แต่ทิ้งพ่อแม่ไว้อยู่ที่บ้าน มันก็ไปเที่ยวหย่าเป

นี่ก็เหมือนกัน ฉะนั้น ถ้าเราบอกกำหนดพุทธานุสติ ธรรมานุสติ สังฆานุสติ แล้วมีสติหรือเปล่า มีสติหมายถึงว่าระลึกถึงใจเราหรือเปล่า ถ้าใจของเรามันสมบูรณ์ขึ้นมา เพราะสมาธิมันเกิดที่ใจนั้น

สมาธิมันเกิดที่ไหน ความรู้สึกมันเกิดที่ไหน มันเกิดที่ใจทั้งหมด ถ้าเกิดที่ใจทั้งหมด ใจมันต้องมีสติสัมปชัญญะ แล้วสติสัมปชัญญะมันละเอียดเข้าไป พอละเอียดเข้าไป ใ้โฮ! มันมหัศจรรย์นะ พอจิตละเอียดเข้าไป ขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ อัปปนาสมาธิ มหัศจรรย์มาก มหัศจรรย์ แม้แต่สมาธินะ สมาธิจริงๆ มันมีความสุขมาก

แต่ที่มันพูดกันอยู่นี้ “ว่างๆ ว่างๆ” มันไม่ใช่สมาธิ มันไม่มีสมาธิ แล้วมันไม่รู้จักสมาธิ แล้วก็ทำกัน เอาตรรกะมาพูดกัน ใครมีวิหารที่ดีกว่า ใครมีสัญญาอารมณ์ที่ดีกว่า จำได้แม่นกว่า ท่องจำได้ดีกว่า เอาอันนั้นมาคะคานกัน แต่ความจริงมันไม่มี ความจริงไม่มีเพราะพูดแล้วไม่มีเนื้อหาสาระไง

เวลาหลงตาท่านพูดไป เวลาเทศน์นี่ฟังออกเลย ถ้าเทศน์มันเทศน์จากสัญญา เทศน์จากความจำนะ มันแห้งๆ มันก็เหมือนเราอ่านหนังสือ แต่ถ้าเป็นหลงตาเทศน์ หลวงปู่มันเทศน์ครูบาอาจารย์เทศน์ อู้ฮู! มันซึมเข้าหัวใจเลยนะ เพราะมันออกมาจากใจใจ มันออกมาจากความจริงอันนั้น

ถ้ามันออกจากความจริงอันนั้นนะ หลวงตาใช้คำว่า “มันมีธรรม” มันมีธรรม มันมีคุณธรรมในใจ ถ้ามีคุณธรรมในใจมันพูดออกมา พูดจากคุณธรรมนั้น คุณธรรมนั้นเกิดที่ใจ แล้วมันก็แทงเข้ามาที่ใจเราเลย เพราะกิเลสมันอยู่ในใจเราไง นี่ถ้าเป็นฟังธรรมๆ พระกรรมฐานมันเป็นอย่างนี้ มันมีความรู้สึก มันมีคุณธรรมในใจ เวลามันออกมาเนี่ยมันตีหัวกิเลสไป มันตีหัวกิเลสกิเลสหงอเลยไป

แต่ถ้าอ่านหนังสือ เราก็อ่านได้ ใครก็อ่านได้ อ่านแล้วมันตีไม่ถูกหัวกิเลสไป มันพูดถึงทฤษฎี พูดถึงธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แต่มันไม่มีธรรมะ ฟาดหัวกิเลสไป แต่ถ้าเป็นหลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่น ครูบาอาจารย์ของเราท่านมีคุณธรรมของท่าน ธรรมะอันนั้นนะมันตีหัวกิเลสไป ใ้คนฟังขนลุกเลย นี่ถ้ามันเป็นความจริง เป็นความจริงอย่างนี้

ถ้ามันไม่เป็นความจริงมันก็สักแต่ว่า คำว่า “สักแต่ว่า” สักแต่ว่าอันนี้เป็นการภาวนาหรือไม่ ถ้าขาดสตินะ มันก็ทำสักแต่ว่า แต่มันก็ดีกว่าไม่ทำ

แต่เขาจะถามว่ามันเป็นการภาวนาหรือเปล่า แล้วเราบอกว่าเป็นการภาวนา เขาบอกบางที่ท่องเป็นเสียงเพลงไปเลย

เวลามันพัฒนาขึ้นไปมันจะรู้เอง นี่คนปฏิบัติใหม่มันก็มีความเข้าใจผิดบ้างเป็นธรรมดา อันนี้ความเข้าใจผิดนะ แต่ถ้าความเข้าใจถูกนะ เดี่ยวจะตอบอันนี้ อันต่อไป

ถาม : กราบนมัสการหลวงพ่อดี โยมกราบเรียนถามคำถามว่า

๑. วิธืหาความสุขจากภายใน

๒. โยมจับลมหายใจทุกอิริยาบถ รู้สึกมีความสุข แต่มีครูบาอาจารย์บอกว่า “ให้ทิ้งลมหายใจแล้วมาดูจิตได้แล้ว มันเลยมาแล้ว” กราบขอคำตอบจากหลวงพ่อดี

ตอบ : แสดงว่า “แต่ครูบาอาจารย์ท่านบอกว่า” แต่ครูบาอาจารย์องค์นี้แสดงว่าภาวนาไม่เป็น ครูบาอาจารย์องค์ที่ตอบว่าให้ทิ้งลมหายใจแล้วมาดูจิต แสดงว่าอาจารย์องค์นี้ภาวนาไม่เป็น ถ้าอาจารย์องค์นี้ภาวนาเป็น เขาจะไม่พูดแบบนี้ ถ้าอาจารย์พูดแบบนี้แสดงว่าอาจารย์ทำสมาธิไม่เป็น ถ้าทำสมาธิเป็นนะ เดี่ยวจะอธิบาย ทำไม่ถึงเป็น ทำไม่ถึงไม่เป็น

แค่นี้รู้เลยว่าพระองค์นี้ภาวนาไม่เป็น พระองค์ที่บอกโยมบอกว่าให้ทิ้งลมหายใจแล้วมาดูจิตนี้ภาวนาไม่เป็น ถ้าภาวนาเป็นไม่พูดแบบนี้ แล้วไม่พูดแบบนี้ ด้วยเหตุผล เดี่ยวจะเรียงลำดับให้ฟัง

บอกว่า “๑. วิธืหาความสุขจากภายใน” วิธืหาความสุขจากภายใน คำถามที่ ๑. นะ

หาความสุขจากภายใน ภายในมันก็ต้องอาศัยภายนอก ภายนอกคืออาศัยชีวิตนี้ ถ้าชีวิตนี้มันก็มีปัจจัยเครื่องอาศัย แม้แต่บวชพระมา เวลาบวชพระอุปัชฌาย์จะถาม ปัตตัง ถาม เรื่องจีวร บริหาร ๘

คำว่า “ปริขาร ๘” คือปัจฉัย ๔ บาตรก็คืออาหาร จีวรก็เครื่องนุ่งห่ม แล้วที่อยู่อาศัยก็ อยู่โคนไม้ แล้วเวลาฉันน้ำมูตรเน่า น้ำมูตรเน่าคือพวกสมอดอง พวกนี้ปัจฉัย ๔ คือมียารักษาโรค มีอาหาร มีเครื่องนุ่งห่ม มีที่อยู่อาศัย นี่เอง ปัจฉัย ๔ นี้พูดถึงมีปัจฉัย ๔ พอปัจฉัย ๔ แล้ว พระมีปัจฉัย ๔ แล้วพระก็พยายามประพฤติปฏิบัติหาความสุขจากภายใน

เราจะบอกว่า จะหาความสุขจากภายใน แล้วก็ดิฉันนึกทานั้นนะ “หาความสุขจาก ภายในยังมาบิณฑบาตอยู่เลย หาความสุขจากภายในยังมาอยู่กับโลกนี้เลย”

อ้าว! ก็เป็นคนนะ เป็นคนบวชพระ พระก็ต้องมีชีวิต มันก็ต้องมีปัจฉัย ๔ เป็นเรื่อง ธรรมดา เรื่องธรรมดาเสร็จแล้วเขาก็มีคุณธรรมอยู่ในปัจฉัย ๔ นั้น เขาไม่เลยเถิดไปเกินกว่านี้ นี่ พูดถึงว่าจะหาความสุขจากภายในมันก็ต้องฉลาดรักษาชีวิตนี้ไว้ รักษาชีวิตนี้ไว้เพื่อประพฤติ ปฏิบัติไป ชีวิตนี้จะอยู่ได้ต้องมีปัจฉัย ๔ ถ้าปัจฉัย ๔ แล้ว เขาบอกจะหาความสุขจากภายใน

จะหาความสุขจากภายใน เราก็ต้องมีอาชีพ เราก็ต้องมีหน้าที่การงานของเรา ถ้ามี หน้าที่การงานแล้วเรามีชีวิตอยู่ได้ เราก็จะหาความสุขจากภายในได้

ถ้าพูดถึง ถ้าเราไม่มีชีวิต จะไปหาความสุขจากภายในที่ไหนล่ะ ก็มันไม่มีภายนอก ภายในก็มันตายไปแล้ว แต่ถ้ามันยังมีชีวิตอยู่ ภายนอกก็ร่างกายนี้ ก็หาปัจฉัยเครื่องอาศัย ภายในก็หัวใจของเรา เราก็ดูแลหัวใจของเรา นี่ข้อที่ ๑.

พอข้อที่ ๒. “โยมจับลมหายใจทุกอิริยาบถ โยมมีความสุขอยู่ แต่มีครูบาอาจารย์บอก ว่าให้ทิ้งลมหายใจได้แล้ว แล้วมาดูจิตแทน”

ถ้าทิ้งลมหายใจ มันก็เท่ากับไม่ได้ภาวนานะสิ ถ้าทิ้งลมหายใจ เรากลับไปอยู่ที่ปุถุชน กลับไปอยู่สามัญสำนึก

อ้าว! เรากำหนดลมหายใจเข้าและลมหายใจออกใช่ไหม เรากำหนดลมหายใจมันก็เป็นอานาปานสติใช่ไหม ถ้ากำหนดลมหายใจก็เป็นอานาปานสติ เราก็กำหนดเพื่อความสงบ ของใจ แล้วถ้าเราทิ้งลมแล้วไปไหนต่อล่ะ

โดยธรรมชาติทั้งลมก็หลับไป ถ้าทั้งลม ถ้าไม่หลับก็ไม่ได้ภาวนาไป แล้วบอกทั้งลมมาดูจิต เอาที่ไหนมาดู ดูจิตที่ไหน ดูอารมณ์ทั้งนั้นนะ

ที่ว่าดูจิตๆ ดูความคิด มีจิตที่ไหนให้ดู เพราะจิตมันส่งออก เพราะว่าจิตที่มันจะดู ความคิดนั้นก็เกิดจากจิต แล้วจิตไปดูอะไรละ ก็ดูความคิดไป ก็ดูความคิดที่มันออกไปข้างนอกนั้นนะ เอาอะไรมาดูจิต ถ้าเอาอะไรมาดูจิต มันต้องมีสติ

มีสติ ถ้าจิตมันสงบ ถ้าเป็นปัญญาอบรมสมาธิ ปัญญาอบรมสมาธิดูความคิด ดูความคิดด้วยเหตุด้วยผลจนความคิดมันดับลง ความคิดมันดับลงแล้วมันเหลืออะไร ถ้ามันเป็นสมาธิ มันก็เหลือจิต ถ้ามันไม่มีสมาธิ มันก็ไม่มีจิตไป

แต่ถ้ากำหนดลมหายใจ ลมหายใจที่มันละเอียดเข้าไป จากเริ่มต้นลมหายใจติดๆ ชัดๆ ลมหายใจไม่ได้ พอเราพิจารณาของเราไป ลมหายใจเริ่มละเอียดขึ้น คำว่า “ลมหายใจละเอียดขึ้น” เห็นไหม แต่เดิมเวลาลมหายใจเข้าก็คิดเรื่องนั้นเรื่องนี้อะไรๆ ลมหายใจออกก็ไปวิตกกังวลว่ามันจะออกหรือไม่ออก มันไม่ราบรื่น

แต่เพราะเรากำหนดลมหายใจบ่อยครั้งเข้ามันมีความชำนาญมากขึ้น ลมหายใจกับความรู้สึกมันเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน กำหนดลมหายใจได้ง่ายขึ้น

ลมหายใจเข้าออกพร้อมกับสตินะ พร้อมกับสติ พร้อมกับความรู้เข้าใจ ถ้าพร้อมกับสติ พร้อมกับความรู้ ลมหายใจมันละเอียดขึ้น พอละเอียดขึ้น ถ้าลมหายใจละเอียดขึ้น ถ้ามันละเอียดจนมันไม่ปล่อย มันไม่เป็นสักแต่ว่า ไม่เป็นสักแต่ว่านะ ลมหายใจนี้ชัดแจ้วเลย ใสเป็นแก้วเลย แต่ก็ยังรับรู้อยู่

ลมหายใจๆ ลมหายใจจนละเอียดขึ้น จนลมหายใจไม่ได้ ลมหายใจนี้ จับลมหายใจไม่ได้ ละเอียดจนลมหายใจไม่มีเลย แต่สติมันชัด จิตมันชัด นี่ไง นี่ตัวจิต ตัวจิตคือตัวสมาธิไป ถ้าจิตมันสงบเข้ามา มันปล่อยลมหายใจเข้ามาละเอียดเป็นขั้นๆ เข้ามาไป

จากที่กำหนดลมหายใจขลุ่ยหลักๆ กำหนดลมหายใจไม่ได้เลย คนกำหนดลมหายใจใหม่ๆ มันทำไม่ได้หรอก แต่มันด้วยความกดดัน ด้วยการทับไว้ ด้วยการสติเข้มแข็งไว้ มันก็เอาลมหายใจเป็นตัวตั้ง ให้ความสำคัญ ให้ความสำคัญที่มันจะส่งออกที่กระทบกระทั่งอันมันเป็นอารมณ์ที่รกรุง อารมณ์ที่รกรุงมันสู้ความเพียรเราไม่ได้ มันสู้สติปัญญาเราไม่ได้ พอสู้ไม่ได้ มันก็เบาลงๆ อารมณ์ที่รกรุงจะเบาลง อารมณ์ที่เป็นลมหายใจเข้าออกมันจะชัดเจนขึ้น ชัดเจนขึ้น จนชัดเจนขึ้นเป็นอันเดียวกัน

อันเดียวกันคือว่าลมหายใจกับจิตเป็นอันเดียวกัน มันก็หายใจเข้าหายใจออกโดยชัดเจน ชัดเจน พอจิตมันละเอียดขึ้น ถ้ามันไม่ละเอียดจนมันปล่อยลมหายใจได้ มันก็จะเห็นลมหายใจใส ใสเลย

แต่ถ้ามันพิจารณาจนลมหายใจหายไปเลย ลมหายใจจะหายไปจากความรู้สึก แต่ลมหายใจไม่หาย ลมหายใจหายจากความรู้สึก จิตเด่นชัดมาก นี่สมาธิเป็นแบบนี้ จิตเป็นแบบนี้

ทั้งลมหายใจคือทั้งความเพียร ทั้งลมหายใจคือทั้งวิธีการปฏิบัติ แล้วไปดูจิตเอาอะไรไปดู นี่ไง อาจารย์ที่บอกว่าให้ทั้งลมหายใจแล้วมาดูจิต ถ้าทั้งลมหายใจ จิตมันก็ยังหยาบ ไปดูจิตก็ไปดูที่ไหน จิตมันอยู่ที่ไหน เอาอะไรไปดู เวลามันพูดนี้มันขัดแย้งกันไปหมดเลย นี่เวลามันขัดแย้ง

นี่พูดถึงว่า นี่เขาพูดเอง “ครูบาอาจารย์ท่านบอกว่า”

นี่มันมีครูบาอาจารย์จริงหรือเปล่า หรือว่าเป็นความรู้สึกของตนแล้วเขียนมาเอง แต่ถ้าเป็นครูบาอาจารย์ ครูบาอาจารย์องค์ไหน ถ้าเป็นครูบาอาจารย์ แสดงว่าครูบาอาจารย์ภาวนาไม่เป็น

คนทำสมาธิเป็นนะ มันจะรู้เลยว่า ทำสมาธิ ๔๐ วิธีการ ทำอย่างไรเป็นสมาธิ ทำอย่างไรไม่เป็นสมาธิ แล้วบอกมาให้ทั้งลมหายใจ มันจะเป็นสมาธิได้อย่างไร

คนเรานะ นักกีฬาฝึกหัดเล่นกีฬาอยู่นี้ บอกว่าไม่ต้องฝึกเลย นั่งเฉยๆ เดี่ยวเอ็งเก่ง นักกีฬาทุกชนิดเลยบอกไม่ต้องฝึก ไปบอกเลย สโมสรนักกีฬาทั้งหมดบอกว่ายกเลิกการฝึก ทั้งหมด แล้วเวลาแข่ง ลงแข่งเลย มันมีที่ไหน

นี่ก็เหมือนกัน บอกว่าให้ทิ้งลมหายใจเลย ไม่ต้องฝึก ไม่ต้องทำ มาดูจิตเฉยๆ เอาอะไร มาดู ดูอย่างไร ถ้ามันไม่มีค่าบริกรรม เป็นไปไม่ได้ พูดอย่างนี้เลย เป็นไปไม่ได้ สมารถทำอะไร

นี่ถ้าพูดอย่างนี้ เพราะเราฟังมาทั่ว ใ้พระที่เทศน์กันอยู่นี้ ฟังแล้วนะ ไม่พูดเฉยๆ เพราะอะไร เพราะความสามารถเขามีเท่านั้น มันน่าเห็นใจนะ คนเราบวชมาแล้วเป็นพระ พรรษามากขึ้น มีหน้าที่ต้องสอนธรรมาวาส หน้าที่ต้องสอนโยม แต่ไม่มีวุฒิภาวะ ไม่เคยทำมา อย่างนี้ แล้วเห็นครูบาอาจารย์นั้นก็พูดอย่างหนึ่ง ครูบาอาจารย์หนึ่งก็พูดอย่างหนึ่ง ก็ไป รวบรวมเก็บมาเป็นไฉนเดียวของตัวเอง เวลาเป็นไฉนเดียวของตัวเองก็มาพูดต่อ พอพูดต่อขึ้นมา มันไม่เป็น ความจริงหรอก

บอกว้ให้ทิ้งลมหายใจ ทั้งอย่างไร

กรณีทิ้งลมหายใจมันมี ๒ ประเด็นนะ มันมีโยมเยอะมากเลย เมื่อก่อนมีพระองค์หนึ่ง มาหาเรานะ บอกว่า ลมหายใจมันต้องขาด ต้องขาด

ธรรมดาเวลาครูบาอาจารย์ท่านพูด เวลาพูดถึงอุปปนาสมาธิ ใ้ ลมหายใจนี้ดับหมด แต่ลมหายใจที่มันจะดับ มันจะจากหายาบ จากละเอียด จากละเอียดสุด จากจิตที่มันลงถึงฐาน มันไม่รับรู้ความรู้สึกอันนั้น มันไม่รับรู้ถึงลมหายใจ แต่มันชัดเจนมาก เพราะมันอาศัยลมหายใจ พัฒนาการมาเป็นขั้นๆ จนมันปล่อยวางลมหายใจไว้ตามความเป็นจริง แล้วจิตนี้เป็นเอกเทศ นั่นคืออุปปนาสมาธิ สักแต่ว่ารู้ ชัดเจนมากเลย

เวลาจิตมันจะพัฒนาเป็นสมาธิเข้ามาเป็นขั้นๆ เข้ามา บอกว่าเวลาอุปปนาสมาธิมัน ดับจากความรู้สึก แต่มันยังมีของมันอยู่

เขายืนยันว่ามันต้องดับหมด พอดับหมด ทีนี้พอความเข้าใจใจ ความเข้าใจของปุถุชน ความเข้าใจของเราที่เราเป็นนักปฏิบัติใจ เราก็พยายามกดไว้ให้ลมหายใจไม่มี คือพยายามจะดับมัน คือพยายามจะดับมัน คือพยายามจะไม่รับรู้มัน คือพยายามจะปฏิเสธมันไป

พยายามปฏิเสธ มันก็ไม่ใช่วิธีการที่ว่าจากหายาบ จากกลาง จากละเอียดขึ้นมาใช้ใหม่ คือจิตมันไม่ได้พัฒนาขึ้นมาใจ พยายามจะไปตัดตอนมันไป พยายามตัดตอน เรายืนยันว่าลมหายใจต้องดับ ก็เลยจะดับมันเสีย พอดับ มันก็ไม่เข้าสมาธิใจ มันก็ดับหายไปเลยใจ มันก็เป็นภวังค์

มาหาเรา เราก็แก้ เรายืนยันว่า ลมหายใจไม่มีวันดับ ต้องไม่ดับ คือเราต้องชัดเจนอยู่กับมันตลอด แล้วถ้ามันจะดับ มันจะดับโดยข้อเท็จจริงของมัน มันจะดับจากความรู้สึก แต่มันมีอยู่

ฉะนั้น เวลามันจะดับ เราก็บอกไว้ว่า “อู้ฮู! ลมหายใจจะดับแล้วเนาะ ถ้าคนไม่หายใจเดี๋ยวก็ตายเนาะ” ออกอีก จิตนี้มันกววนไปหมด ก็เลยมันจะพลิกแพลงตลอด

พุทโธๆ มันละเอียดเข้ามาๆ ก็ตกใจ จิตพอจะเข้าอุปนาสมาธิ มันจะตกใจ มันจะกลัวตาย มันจะวิตกกังวลร้อยแปด

เราก็เลยตัดประเด็นเลย บอกว่า **ห้ามดับ**

คำว่า “ห้ามดับ” เราชัดเจนไปกับมัน ถ้ามันจะดับ มันจะดับโดยคุณสมบัติของตัวเองเอง คือมันจะละเอียด ละเอียดจน ใ้อ้อ! ชัดเจนมากนะ เวลาละเอียดขึ้นมา ละเอียดจนแบบว่าเหมือนอากาศเลย จับต้องอะไรไม่ได้เลย แต่เวลาเป็นความรู้สึกละเอียดจนสติมันพร้อมไป สติมันสมบูรณ์ตลอด ละเอียดๆ ละเอียดจนมันปล่อยหมด แต่ตัวจิตชัดมาก อุปนาสมาธินี้ชัดชัดมาก สักแต่ว่ารู้ สักแต่ว่ารู้ชัดมาก นี่คือสัมมาสมาธิ

นี่ไง แล้วเขายืนยันว่า อาจารย์บอกไว้ให้ทิ้งลมหายใจ

เพียงแต่ว่าอาจารย์พูดกับคนที่เขียนมานี้ฟังมาถูกต้องหรือเปล่า ถ้าพูดอย่างนี้แสดงว่าอาจารย์ของคณีนี้อาจจะยังไม่รู้จักสมาธิ ทำสมาธิไม่เป็น แล้วบอกว่าให้กลับมาดูจิต

ดูอะไร คำว่า “ดูจิต” นะ คำว่า “ดูจิต” ของเขาคือการวิปัสสนา เราจะบอกว่า เขาหมายความว่า เพราะมันเลยแล้ว มันข้ามขั้นไปแล้ว ต้องไปดูจิตแล้ว ต้องไปใช้ปัญญาแล้ว

ปัญญามันฝึกฝน เรากำหนดลมหายใจมันจะหาย มันจะละเอียด เวลามันออกมา เราก็ฝึกหัดใช้ปัญญาของเรา ถ้าปัญญามันพิจารณาแล้วมันดีขึ้น เวลามันไปกำหนดลมหายใจ มันก็ละเอียดขึ้น มันก็ดีขึ้น

พอดีขึ้น กลับมาใช้ปัญญาพัฒนาระหว่างสมถกรรมฐานกับวิปัสสนากรรมฐานไปด้วยกัน มันจะพัฒนาเป็นขั้นๆ ขึ้นไป แล้วเดี๋ยวจะไปเห็นเลย เห็นกาย เห็นเวทนา เห็นจิต เห็นธรรม เห็นจิตคือเห็นสติปัญญาฐาน ๔

ไอนี้ไปดูจิตๆ ไปดูจิตคือความหมายของเรา ดูจิตคือความคิดของเรา ดูจิตคือการคิดว่าเราจะดูจิต แต่มันไม่มีจิตให้ดู ก็มันเป็นสติปัญญาฐาน ๔ ใจ กาย เวทนา จิต ธรรม ถ้าไปดูจิตๆ มันก็เป็นวิปัสสนาไป เราก็สร้างภาพจินตนาการกันไง ไอนี้พระที่ไม่เป็นสอนกันอย่างนี้ แล้วไอนี้คนที่ทำไม่เป็นก็เชื่อ แล้วก็ทำตามนั้นด้วยนะ พอทำตามนั้นมันก็เป็นวิปัสสนานี้ มันนี่ของมันไปอย่างนั้นนะ เราก็ “อู้ฮู! สุดยอด สุดยอด”

ไอนี้สอนมันก็สอนด้วยความไม่รู้ ไอนี้คนทำก็ทำไปด้วยความเชื่อ แล้วพอมันไปเกิดสัญญาอารมณ์ เกิดประสบการณ์ก็ “สุดยอด สุดยอด อู๋! มันเย็นสบาย อู๋! มันสุดยอด...” ตาลยอดด้วยไง มันเป็นไม่จริงหรอก คนจริงไม่จริง ภาพนาเป็นไม่เป็น เรื่องคำตอบคำถามชัดเจนมาก มันจะชัดเจนในตัวของมันเอง

นี่เขาพูดเองบอกว่า ไปเจอพระองค์หนึ่งเขาบอกว่าหาความสุขจากภายใน เขากำหนดลมหายใจของเขาอยู่ เขามีความสุขอยู่ แต่อาจารย์บอกว่าถึงลมหายใจได้แล้ว มาดูจิตภายในได้แล้ว มันเลยขั้นนั้นมาแล้ว

ชั้นน้ำ มันจะเข้าสู่ชั้นน้ำ แล้วทำอย่างนี้ละ มันก็ภาวนาสักแต่ว่า ก็ทำกันอยู่อย่างนี้ แล้วก็หย่าเบกันอยู่อย่างนี้ แล้วมันไม่พัฒนา เพราะอะไร เพราะมันเริ่มตันผิดใจ ตันคด ตันมันคดมา

คูลี แรงงานต่างด้าวอยู่ในเมืองไทยเขาเข้ามาอยู่ในเมืองไทยเป็นแรงงานต่างด้าว เขาไม่ใช่คนไทย แต่เขาเข้ามาทำงานในเมืองไทย เขามีบัตรพิเศษเข้ามาอยู่ในเมืองไทยชั่วคราว

นี่ก็เหมือนกัน เราจะภาวนาโดยสังขธรรม สติปัฏฐาน ๔ กาย เวทนา จิต ธรรมโดยความเป็นจริง แต่โดยโลก โดยโลกก็ไม่ใช่พื้นฐานอันนั้น ไม่ใช่สังขจะความจริงในอริยสังข์ เหมือนกับแรงงานต่างด้าว จะทำงานมากน้อยขนาดไหนมันก็ไม่ได้ผลตามนั้นหรอก เพราะไม่ใช่คนสัญชาตินั้น ไม่ใช่อริยสังข์ มันทำงานอยู่นอกอริยสังข์ ทำงานอยู่นอกความจริง

แต่ถ้ามันทำความจริง ๆ มันเป็นคนชาตินั้น มันเกิดที่นั่น เกิดที่จิต เกิดที่จิต เกิดจากความรูสึกของเรา มันทำที่นี้ มันก็ทำลงสู่ที่จิต มันก็เป็นผู้ทำงานตรงกับชาติกำเนิดของตน ตรงกับจิตของตน ตรงกับสังขจะความจริงของตน อันนั้นมันถึงจะเป็นความจริง

ไฉนมันไม่ใช่เป็นความจริงหรอก อันนี้เขาพูดอย่างนั้น พอพูดอย่างนี้เราถึงอธิบายให้ฟัง อธิบายให้ฟังเพราะมันมีเหตุใด บอกว่า “ให้ทิ้งลมหายใจได้แล้ว”

คำว่า “ทิ้งลมหายใจได้แล้ว” เพราะโดยส่วนมากก็อย่างนี้ทั้งนั้นนะ มันทิ้งโดยความโง่ทิ้งโดยความไม่เข้าใจ ทิ้งโดยความหลงลืม มันเลยทำสมาธิกันไม่เป็นอยู่วันยังคำนี้ไง ใ้การทิ้งลมหายใจ เราถึงได้โต้แย้งกับสังคมตลอดมา

อย่าทิ้งผู้รู้ อย่าทิ้งพุทธโธ

หลวงปู่มั่นสั่งหลวงตาไว้ “มหา จำไว้ให้แม่น ๆ นะ อย่าทิ้งผู้รู้ อย่าทิ้งพุทธโธ” แล้วเราก็เอาคำนี้แหละ เพราะคำนี้หลวงตาท่านใส่เกล้าไว้ จากคำสั่งคำสอนของหลวงปู่มั่น แล้วท่านก็รักษาตัวของท่านมา ปฏิบัติของท่านมา แล้วท่านก็พูดเทศน์ซ้ำแล้วซ้ำเล่า

ไอ้เรานี้รีบจับเอาไว้อย่างไร แล้วมาขยายโฆษณาต่ออยู่ “อย่าทิ้งผู้รู้ อย่าทิ้งพุทโธ” เพราะอะไร เพราะเราเห็นคุณค่าของมันไง เราเห็นคุณค่าของมัน เราเห็นการกระทำมันมาจากสติสัมปชัญญะ มันมาจากกรกระทำด้วยถูกต้อง มันถึงว่าเป็นครูบาอาจารย์ของเราไง นี่เป็นครูบาอาจารย์ของเราที่ท่านประพฤติปฏิบัติมา ท่านถึงที่สุดแห่งทุกข์ ท่านถึงมาสอนพวกเราด้วยความเป็นจริงใจ

แล้วพอสอนพวกเรา แล้วที่นี้ไอ้พวกที่จำๆ กันมา จริงๆ ที่เราไม่ค่อยอยากจะพูดอยู่ที่นี่ เพราะเราเห็นใจพระที่ภาวนาไม่ค่อยเป็นกัน คือเขาไม่รู้ โยมฟังคำนี้นะ คนที่ไม่รู้แล้วพูด เขาจะแวงไหม เขากลับเราจะถามเขาไหม

ฉะนั้น เราถึงไม่ค่อยอยากถามใครๆ ไอ้ที่เราไม่ค่อยอยากถาม ไม่อยากพูด เพราะเราไม่ต้องการให้พวกนั้นหน้าแตก เรายังรักษาหน้าเขาไว้ แต่เวลาพูดออกมา เพราะวันนี้มันเป็นคำถามขึ้นมาเอง บอกพระอาจารย์สั่งว่าให้ทิ้งลมหายใจ...นี่แหละเผาบ้านเผาเรือนเลย นี่ทำลายถึงรากเหง้าของการปฏิบัติเลย

บางคนบอก “ไม่ต้องพุทโธ จิตมันมีอยู่แล้ว เดียวมันเป็นสมาธิได้เอง”

เราก็ได้ยินมานะ อ้อหืม! เศร้า ถ้ามันจะเป็นได้เอง ฤๅษีชีไพรเขาเป็นไปหมดแล้ว ฤๅษีชีไพรในสมัยพุทธกาลเขาปฏิบัติทั้งชีวิตนะ เขาทุ่มเทกว่าพวกเราหลายร้อยเท่า ถ้ามันจะเป็นไปได้เอง เขาเป็นกันไปหมดแล้ว มันเป็นไปไม่ได้เองหรอก มันต้องเป็นด้วยการกระทำทั้งนั้น มันเป็นไปด้วยสติสัมปชัญญะทั้งนั้น แล้วสติสัมปชัญญะ

“ห้ามทิ้งผู้รู้ ห้ามทิ้งพุทโธ”

หลวงปู่มั่นสั่งไว้เลย “อย่าทิ้งผู้รู้ อย่าทิ้งพุทโธแล้วไม่เสีย”

นี่บอกว่าให้ทิ้งลมหายใจ นี่ให้ทิ้ง มันเป็นไปได้อย่างไร

หลวงปู่มั่นสั่งหลวงตาไว้เอง “มหาจำเริญะ อย่าทิ้งผู้รู้ อย่าทิ้งพุทโธ”

ถ้าภาษาเราก็อยาทั้งลมหายใจ อยาทั้งพุทโธ แล้วกำหนดไปเรื่อยๆ พอจิตมัน
ทำไปเรื่อยๆ เหมือนเราทำไปเรื่อยๆ น้ำหยดลงหิน น้ำหยดลงหินทุกวันๆ เราก็ดูแลไป
หินต้องกร่อนแน่นอน

นี่ก็เหมือนกัน เราทำของเราไป จิตใจของเรามันเข้มแข็งขนาดไหน เราก็มีสติปัญญา
ของเราไป เดียวมันเป็นต่อหน้า มันต้องเป็นต่อหน้ามันถึงเป็นปัจเจก ตั้ง เป็นสันติปฏิริโก มันถึงไม่
สงสัยไง

ไฉนนี่มาฟังครูบาอาจารย์พูดแล้วเล่าให้ฟัง ไฉนเราก็ไปจินตนาการก็ยังสงสัยอยู่ แต่ถ้ามัน
เป็นต่อหน้าเราจะไปสงสัยอะไร ก็เราทำเอง นี่ไง ปฏิบัติไปถ้ามันเป็นจริงขึ้นมามันทำเอง พอทำ
เองจบแล้วนะ ไฉนใครโกหกก็รู้หมดเลย ก็เราเคยทำตามนั้น เราเคยหลงมาตามนั้น เราเคยเป็น
อย่างนั้นมาตลอด แล้วเรามาทำของเราเองมันยังเป็นแบบนี้ไง

ฉะนั้นบอกว่า เราได้แย้งเลย “แต่ครูบาอาจารย์บอกว่าให้ทิ้งลมหายใจแล้วมาคิดได้
แล้ว มันเลยมาแล้ว”

มันเลยมาแล้ว มันใกล้เป็นพระอรหันต์แล้วนะ ทิ้งทั้งหมดเลยแล้วมันเป็นหมดเลย
ทิ้งทุกอย่างเลย มีสมบัติทั้งหมดโอนให้คนอื่นหมดเลย แล้วบอกว่าเรามีสมบัติเยอะหรือ มัน
เป็นไปไม่ได้หรอก มันไม่มีอยู่จริง มันไม่เป็นความจริงอันนั้น แต่มันพูดกันมาด้วยความจำใจ

เวลาพูดอย่างนี้เจ้าตัวรู้เข้าบอกรับปฏิเสธเลย “ไม่ได้พูด ไม่ได้พูด คนเขาฟังผิด ไม่ได้
พูด” แต่ถ้าเราไม่ได้แย้งนะ เขาบอกว่าเขาพูดถูกพูดเก่ง พอเราได้แย้งบอก “ไม่ได้พูด สงบเข้าใจ
ผิดเรื่อยเลย สงบเข้าใจคนนั้นผิดคนนี้ผิดตลอดเลย”

คนภาวนาไม่เป็นมันลั้งเลสงสัยไปทั้งนั้นนะ เพราะเราเคยภาวนาไม่เป็นมาก่อน เรา
โดนครูบาอาจารย์หลอกมาเยอะ เพราะด้วยความมูมานะด้วยความจริงจัง คนหลอกเรามา
เยอะ แล้วเราก็พยายามของเราจนไปเจอหลวงปู่จวน ไปเจอหลวงตาภูนี่แหละ ภูไปเจอของจริง
เข้า ภูถึงรู้ว่าคนอื่นโกหกไปเจอของจริงเข้าแล้วภูทำตามคนของจริงจนหัวใจภูเป็นขึ้นมา ภูถึง
ได้รู้ว่าพวกมึงโกหกไป แล้วเป็นอย่างนี้เกือบร้อยทั้งร้อย

ฉะนั้น เราถึงไม่อยากคุยกับใครทั้งสิ้น เพราะพูดออกมาแล้วเขาจะปล่อยไถ่มาอย่างนี้ ปล่อยไถ่มาตัวหนึ่งสองตัว ถ้าปล่อยไถ่มาแสดงว่าจบ ถ้าคนเป็นมันจะปล่อยไถ่ใหม่ ไถ่กูจับไว้ เชือดหมดเลย เอาไว้อย่างทำไถ่อย่าง กูไม่ปล่อยไปหรอกไถ่ ไถ่นี้มันปล่อยไถ่มาสองตัวสามตัว ปล่อยมาเรื่อยเลย แล้วบอกว่าภาวนาเป็น เป็นไปไม่ได้

อันนี้พูดถึงว่า ที่เขาบอกว่าทิ้งลมหายใจ เราเศร้ารู้ใหม่ เหมือนเรา พวกเรามีอาวุธ มี ทุกๆ อย่างพร้อมไว้รักษาหัวใจของเรา แล้วมีคนมาหลอกให้โยนอาวุธทิ้ง หลอกนะ สติก็ไม่ต้อง ทำ ไถ่รุ่นนี้ไม่ต้องทำ เหมือนเรามีอาวุธไว้ป้องกันตัว แล้วมันมีคนมาหลอกว่าอาวุธเราโยนทิ้ง ให้หมดเลย แล้วทรัพย์สินสมบัติมันจะไม่หาย...เออ! งง

เวลาหลวงตาท่านสอนนะ สอนให้ลับหัวใจ จิตนี้ให้ลับกับขั้น ๕ ฝึกหัด ปัญญาๆ ครูบาอาจารย์ของเรามีแต่ฝึกหัดให้ฉลาด ฝึกหัดให้เข้มแข็ง ฝึกหัดให้มี สติปัญญา ไม่ได้ฝึกหัดให้ทิ้ง ให้เลิกละ ให้มันง่าย ให้ทำอะไรนึกเอาเอง ครูบาอาจารย์ ไม่สอนแบบนี้

ครูบาอาจารย์มีแต่สอนให้ละเอียด ให้มีสติสัมปชัญญะ ให้พยายามสร้างคุณงาม ความดี ไม่บอกให้ละให้ทิ้ง ไม่มี ไม่มีครูบาอาจารย์บอกอย่างนี้

ครูบาอาจารย์เราจะบอกจะให้เรารอบคอบ ให้ขยันหมั่นเพียร ให้ทำความดี ของเราเพื่อประโยชน์กับเรา นี่ถึงจะเป็นครูบาอาจารย์ที่แท้

ไถ่นี้บอกว่า ให้ทิ้งไถ่รุ่น ให้ทิ้งไถ่รุ่น

ทิ้งแล้วเอาไปให้เอ็งไซ้ใหม่ ทิ้งแล้วเอาไปให้เอ็งเยอะๆ มันเป็นไปไม่ได้หรอก

แต่ถ้ามันเป็นจริงแล้วนะ เวลาฆ่ากิเลสมันฆ่าด้วยมรรค เวลาสติปัญญามันฆ่า เรารู้เราเห็นของเรา มันเป็นปัจเจกตั้ง เป็นสันตภิสุทธิโก เห็นใหม่ องค์สมเด็จพระ สัมมาสัมพุทธเจ้าสรรเสริญถึงการฆ่ากิเลส การฆ่ากิเลส องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธ เจ้าสรรเสริญมาก เพราะกิเลสเป็นนามธรรม เวลาฆ่าแล้วฆ่าในหัวใจของผู้ที่ปฏิบัติ เวลาฆ่าอันนั้นแล้วประเสริฐ ประเสริฐตรงนั้น ไม่ใช่ว่าสัญญาอารมณ์บ่าบคอแตก

เพราะคำพูดอย่างนี้ 'ใครคนถามมันก็อยากจะมาเยาะเย้ยเราไง เพราะเราบอกว่า "อย่า
ทิ้งผู้รู้ อย่าทิ้งพุทธ"

เขาก็เลยบอกว่ามีพระบอกว่าให้ทิ้งลมหายใจ เขาก็พยายามจะเอาสิ่งที่ตรงข้ามกับเรา
มาถามเราให้เราพูดไง ตรงข้ามไง ตรงข้ามกับสิ่งที่หลวงปู่มันสั่งสอนไว้ไง ให้ทิ้งลมหายใจ

เอ็งพอใจจะทิ้ง เอ็งก็ทำตามอาจารย์เอ็งเลย แต่ทำแล้ว องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธ
เจ้าสอนเรื่องกาลามสูตร อย่าเชื่อทั้งอาจารย์เขา อย่าเชื่อทั้งอาจารย์เอ็ง แล้วอย่าเชื่อทั้งพระ
สงฆ์ด้วย เพราะกุบบอกว่าห้ามทิ้งใจ ห้ามทิ้งผู้รู้ ห้ามทิ้งพุทธ ปฏิบัติไปตามความเป็นจริง

อย่าเชื่อทั้งพระสงฆ์และอย่าเชื่อทั้งอาจารย์เอ็ง แล้วเอ็งปฏิบัติได้ยวเอ็งจะรู้ว่าควรทิ้ง
หรือไม่ควรทิ้ง เอวัง