

# ชีวิตคน

พระอาจารย์สงบ มนัสสุนโต

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๑๙ สิงหาคม ๒๕๖๐

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

ถาม : เรื่อง “กราบขอพระคุณหลวงพ่อ”

กราบนมัสการหลวงพ่อกับเศียรพญายักษ์ ลูกเขียนมาเพื่อกราบขอพระคุณหลวงพ่อกันให้โอกาสลูกได้มาปฏิบัติที่วัด ๓ วัน แม้จะเป็นเวลาที่น้อยนิดแต่ก็มีค่ามากในชีวิต

การอยู่ทางโลกทำให้การฝึกภาวนาล้มลุกคลุกคลาน จนบางครั้งลูกก็เกิดความท้อแท้ กิเลสก็ยิ่งได้โอกาสโจมตีชักจูงให้อ่อนแอถดถอยจากความเพียร มีความรู้สึกเหมือนเป็นคนป่วย การได้มาปฏิบัติที่วัดและได้ฟังเทศน์หลวงพ่อก็เป็นเหมือนการเข้ารักษาอาการเจ็บป่วยและฉีดวัคซีนป้องกันกิเลส

ลูกขอโอกาสกราบเรียนรายงานการปฏิบัติอันอ่อนด้อย เพื่อขอความเมตตาจากหลวงพ่อดีด้วยค่ะ

๑. ในการภาวนาของลูกถนัดเดินจงกรม จึงอาศัยการเดินจงกรมเป็นหลักโดยอาศัยพุทโธกำกับ วันแรกเห็นความรู้สึกฟุ้งซ่านแต่ก็ทำได้ความเพียรไปเรื่อยๆ คิดแค่ขอให้ได้ทำความเพียรก็พอ จนตอนหลังเริ่มมีความสงบนิ่ง รู้สึกว่าใจมั่นคงมากขึ้น แม้ร่างกายจะปวดเมื่อยจากการเดิน แต่ใจไม่ทุกข์เลย กลับรู้สึกว่าเข้มแข็งกว่าเดิม เหมือนเป็นผู้ใหญ่มากขึ้น จนถึงวันสุดท้ายที่เดินจงกรม แต่ร่างกายเดินเองโดยที่ไม่ได้บังคับ รู้สึกมีกำลังใจในการทำ ความเพียรมากขึ้น

๒. ลูกกลับมาสู่ชีวิตทางโลกโดยที่การภาวนายังไม่เข้มแข็งนัก อยากจะกราบขออุบายที่จะรักษาใจให้อยู่กับการภาวนาได้อย่างมั่นคง ไม่ถูกลากจูงด้วยกิเลสให้อ่อนแอหลงไป และลูก

อยากขอความเมตตาหลวงพ่อไปปฏิบัติที่วัดอยู่เป็นระยะๆ เพื่อให้มีกำลังใจเข้มแข็งขึ้น กราบ  
ขอพระคุณหลวงพ่ออย่างสูง

**ตอบ :** นี่เขาว่านะ นี่พูดถึงว่า เขาพูดถึงว่าอยู่ทางโลกกับทางธรรม

ถ้าอยู่กับทางโลก เวลาออกไปอยู่ทางโลกมันล้มลุกคลุกคลาน เวลาได้มาปฏิบัติที่วัด  
แค่ ๓ วันมันก็ได้เป็นที่พึ่งที่อาศัยบ้าง นี่ไง ถ้าเป็นสังคมาชาวพุทธ สังคมาชาวพุทธ เวลาหลวงตา  
ท่านพูดประจำ ที่ไหนมีหมู่บ้าน เขาก็มีสร้างวัดไว้เป็นที่พึ่งทางใจของเขา

นี่ก็เหมือนกัน ถ้าเราลงใจที่ไหนไง ถ้ามันที่ใกล้บ้าน ที่ใกล้บ้านเราอาศัยเป็นที่ภาวนา  
แล้วถ้าครูบาอาจารย์ถ้าอยู่ไกล อยู่ไกลขนาดไหน ในสมัยปัจจุบันนี้การสื่อสารมันไว เราฟังเอา  
จากตรงนั้น

แล้วถ้ามันถึงเวลา เวลาหลวงตาท่านพูด เวลาคนที่ไปเยี่ยมเยียนท่านนะ ท่านจะ  
ขอบคุณนะ ขอขอบคุณที่มาเยี่ยมเยียน ขอขอบคุณที่มาเยี่ยมเยียน

เราฟังแล้วยังบอกว่าทำไมต้องขอบคุณด้วยละ

ท่านจะขอบคุณนะเวลาเทศน์พวกโยมไปเยี่ยมเยียน แล้วท่านบอกท่านมีธรรมไป  
ต้อนรับ เวลาใครมาเยี่ยมเยียนท่านจะมีธรรมไปต้อนรับๆ ฉะนั้น เวลาท่านเห็นน้ำใจของพวก  
เราไง

นี่ก็เหมือนกัน จะไปเยี่ยมไปเยือนไปกราบครูบาอาจารย์เป็นครั้งเป็นคราว ถึงเวลาเรา  
จะปฏิบัติที่ไหนมันก็ปฏิบัติได้ ถ้าปฏิบัติแล้วอยู่กับทางโลก ทางโลกมันเป็นแบบนั้น ทางโลกนะ  
เพราะอะไร

เพราะเวลาเราจะพูดเรื่องนี้ เราจะพูดถึงตอนที่เราก่อนบวช ก่อนบวชเราอยู่กับโลกมา  
ไง เวลาจิตใจอยู่กับโลกมามันแบบว่ามันอึดอัด เพราะโลกมันไม่จริงกับเราไง เราจริงกับเขาจะ  
นิสัยมันเป็นนิสัยของคน

ที่นี่เราจริง เราจริงกับเพื่อนๆ จริงกับสังคมทั้งนั้นนะ เราจริงกับเขาทั้งหมดเลย แต่เขาไม่จริงกับเรา เขาไม่จริงกับเรา เวลาตกลงอะไรกันไปแล้ว สัญญากันไปแล้วเขาไม่ทำตามทีตกลงใจ ใ้เรานี่ตกลงทั้งนั้นนะ เราทำตามนั้นๆ

แล้วมันก็มาคิดเอาเองไง ตอนนั้นมาพิจารณาของตัวเอง “เฮ้ย! แล้วโลกนี้มันมีอะไรเป็นความจริงวะ โลกนี้มันมีอะไรเป็นความจริง” นี่มันคิดของมันนะ ก่อนที่จะออกบวชไง แล้วมันบังเอิญ บังเอิญพระบิณฑบาตผ่านหน้าบ้านไง “ไอ้โฮ! สงสัยนี้แหละ” ใหม่ๆ ที่ยังไม่รู้อะไรเลยนะ “สงสัยนี้แหละ สงสัยนี้แหละ” ก็เลยศึกษามาๆ

เห็นไหม มันไม่จริงกับเรา โลกไม่จริงกับเรา แล้วคนจริงมันหายาก เวลาไม่ใช่เป็นสมราวาสนะ เวลาเป็นพระมาก็เหมือนกัน

เป็นพระมา เวลาอยู่ในวงพระ เวลาอยู่กับครูบาอาจารย์มา หลวงตาท่านพูด เวลาท่านประพฤติปฏิบัติท่านจะไม่ให้ใครเห็นเลย เวลาอยู่กับหลวงปู่มัน เวลาถ้าเขายังไม่หลับไม่นอน ท่านจะนั่งสมาธิจนกว่าเขาจะเข้าอนกัณห์หมดแล้วหรือว่าเขาขึ้นกุฏิแล้ว ๔ ทุ่ม ๕ ทุ่มท่านถึงเดินลงทางจงกรมไม่ให้ใครเห็นเลย นี่ท่านจริงกับตัวท่านเองไง

แล้วไปอยู่กับเขา เขาไม่จริงกับเรา เขาไม่จริงกับเรา

เวลาปฏิบัติ เวลาท่านบอกท่านเรียนหนังสืออยู่ เวลาจะเดินจงกรม นั่งสมาธิ หมู่คณะที่อยู่ด้วยกัน ท่านบอกเพื่อนกันไง ก็แซว ไอ้โฮ! จะไปนิพพานแล้วแหละ อย่างนั้นอย่างนี้ “วันนี้ทำอะไร” เขาว่านะ “เดินจงกรม” “ไอ้ย! จะไปนิพพาน”

พอรู้ถึงว่าโลกมันไม่จริงกับเรา เวลาเผลไพลไปเดินจงกรม เขาไปเห็นเข้า “วันนี้ทำอะไร” “อ้อ! มาบริหารร่างกาย”

เหมือนเราต้องโกหกไปกับเขา เราจะมาปฏิบัติ เราจะเดินจงกรม แต่เขามาเห็น เขามาถาม “ทำอะไร” “มาบริหารร่างกาย มันขบเมื่อยก็มาเดิน”

เพราะโลกมันไม่จริงกับเราไง พอไม่จริงกับเรา มาบวชเป็นพระแล้ว มาเป็นพระแล้วมันก็เป็นแบบนี้เหมือนกัน ถ้าเป็นแบบนี้เหมือนกัน มันก็ต้องอาศัยในหัวใจเราแล้ว ถ้าเราจริง เราต้องจริงกับพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์

พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ สัจธรรมที่เป็นความจริงใจ อริยสัจ ถ้าเรามีความจริงในอริยสัจ เราเห็นตรงอริยสัจนะ เราจะมีดวงตาเห็นธรรม

แต่มันจริงด้วยอารมณ์ไง อารมณ์จริงจังซึ่งขังนะ แต่มันไม่จริง มันจริงที่ความคิดไป ความคิดไม่ใช่จิต เพราะจิต ความคิดมันเกิดจากจิต ถ้าความคิดเกิดจากจิต ถ้าเราจริงแล้วเราจะอยู่หลักความจริงของเรา

ถ้าอยู่ทางโลก บอกว่าอยู่ทางโลกมันลุ่มๆ ดอนๆ ถ้าอยู่ทางโลกจะทำอย่างไรต่อไป

ถ้าอยู่ทางโลก เราก็ต้องมีหลักมีที่พึ่งของเรา แต่เราเกิดกับสังขม เกิดกับโลก เพราะหน้าที่การงานอยู่ที่นั่น ถ้าอยู่ที่นั่นก็ทำงานไปกับเขา ทำงานไปกับเขา เราก็หลบหลีกของเราเอง หลบหลีกของเราเองมันต้องฉลาด ถ้าต้องฉลาด หลบหลีกของเราเพื่อเป็นความจริงของเรา

แต่ถ้าเราไปจริงจังกับเขา ไปร่วมวงไปบุญลย์กับเขา เวลามีปัญหาขึ้นมา เราเป็นโลก ล้วนๆ เลย เวลามีปัญหาขึ้นมาติดคุกติดตะรางนู่นนะ ถ้ามันผิดกฎหมายนะ ผิดติดคุกติดตะรางนี่ไปเลย แล้วเวลาถึงเวลาแล้วเราไปปรับกรรมอยู่คนเดียว

แต่ถ้าเวลาเราสนุกครึกครื้นมีเพื่อน เพื่อนเยอะเยอะ แต่เวลาเราเปลี่ยวพล้ำ เราอยู่คนเดียวทั้งนั้นนะ แต่ถ้ามีสติสัมปชัญญะ เวลาครึกครื้นอยู่กับเพื่อนฝูง เวลาเราคนเดียว เราคนเดียวเราก็ฝึกหัดปฏิบัติของเรานี่ไง

นี่เขาบอกว่า อยู่ทางโลกมันลุ่มๆ ลุกๆ ลุกๆ ลุกๆ มันทำให้เกิดความท้อแท้

ความท้อแท้ ท้อแท้มันก็เรื่องธรรมดา แต่ถ้าเห็นว่าท้อแท้เป็นเรื่องธรรมดาก็จบ ถ้าท้อแท้เป็นความจริง ไปท้อแท้ไปกับมันเลย

ท้อแท้เป็นเรื่องธรรมดา คนเราเหนื่อยแล้วพักก็หาย เวลามันทำอะไรได้มันก็ลุ่มๆ ดอนๆ กันอย่างนี้

นี่พูดถึงว่า ถ้าอยู่ทางโลกกับเขา เวลามันอ่อนแอ มันถดถอย แต่ถ้ามาวัดแล้วมันได้มา  
ประพฤติปฏิบัติที่วัดแล้วได้ฟังเทศน์หลวงพ่อก็เหมือนได้มีวัคซีนป้องกัน

วัคซีนไม่ใช่วัคซีนป้องกันหรอก กลัวโดนด่าต่างหาก พอกลัวโดนด่า ไม่กล้าทำอะไรเลย  
วัคซีนที่ไหนล่ะ นี่ไม่หน้าสามมนะ โอ้โฮ! ผัวะๆ เลย ถ้าพูดถึง เพราะเวลาครูบาอาจารย์ท่านทำ  
ท่านทำอย่างนั้นไง

อย่างที่ว่า หลวงตาท่านบอกเลย ท่านไม่เคยว่าใคร ไม่เคยติเตียนใคร แต่ท่านพยายาม  
ไขก๊สกิเลสของคน

เวลาท่านบอกท่านไม่ได้ว่าใครนะ ไม่เคยว่าใครเลย แต่ว่ากิเลสของคน สับไขก๊ส  
ของคน ถ้าคิดได้อย่างนี้ จบนะ

แต่ถ้าบอก “ว่าเราๆ” เออ! จบนะ ถ้า “ว่าเราๆ” มันไม่กล้าสู้หน้า แต่บอกว่าไขก๊ส  
กิเลสของเรา ถ้ากิเลสของเรามันจบนแล้วก็คือจบ

ดูสิ เวลาสิ่งที่เป็นคติธรรมที่หมู่คณะเอามาเป็นแบบอย่าง เวลาท่านอาจารย์สิงห์ทอง  
เวลาอาจารย์สิงห์ทองท่านก็นิสัยเป็นอย่างนั้นนะ เวลามีปัญหาขึ้นมาท่านไล่อาจารย์สิงห์ทอง  
ไปเลย

อาจารย์สิงห์ทองท่านก็รู้ว่าหลวงตาท่านเป็นคนมีศีลจะ ท่านเป็นคนจริงขนาดไหน  
เวลาไล่อาจารย์สิงห์ทอง อาจารย์สิงห์ทองเก็บบริวารไปเลย

สัปดาห์เดินกลับมาใหม่

“อ้าว! ก็บอกไล่ไปแล้วไง”

“อ้าว! ก็สิงห์ทองไปแล้ว นี่คนใหม่ นี่สิงห์ทองใหม่”

ท่านก็ฆ่า เห็นไหม แล้วท่านก็กลายเป็นฆ่า ฆ่าอาจารย์สิงห์ทองไป

แต่ถ้าพอไล่ที่แรกไม่ยอมไปนะ มันเป็นการที่เราไปตีอู่แข่งกับอาจารย์ของเรา เวลาไล่  
แล้วท่านก็เก็บของไปเลย อาจารย์สิงห์ทองเก็บของไปแล้ว สัปดาห์หนึ่งเดินกลับมา เดินกลับมา

“อ้าว! ก็ไล่ไปแล้ว กลับมาทำไม”

“อ้อ! สิ่งทองไปแล้ว นี่องค์ใหม่”

ก็เลยกลายเป็นเรื่องขบขัน เรื่องขบขันก็แล้วกันไป นี่พูดถึงเวลาครูบาอาจารย์ที่ท่าน เป็นจริงๆ เป็นจริงอย่างนั้น ท่านเคารพกันจริงๆ นะ เคารพจริงๆ เพราะมันฝากผีฝากไข้กัน นั่น ความจริงเป็นแบบนั้น

ที่นี้ความจริงของเรา ใครได้สร้างเวรสร้างกรรมมาด้วยกันมากน้อยแค่ไหน ถ้าได้สร้าง เวรสร้างกรรมมาได้มากน้อยแค่ไหน เราจะได้เพื่อนดี เพื่อนแท้ ถ้าเราไม่ได้สร้างความดีมา มาก น้อยขนาดไหน เราก็พึ่งตัวเราเอง

จะไปโทษใครไม่ได้หรอก ต้องโทษตัวเองก่อน ตัวเองไม่ไว้ใจเขาเอง ตัวเองไม่พอใจเขาเอง ตัวเองเดินเล่เอง แต่ถ้าตัวเองโดนมีปัญหามาแล้วตัวเองจะจำได้ ครั้งที่ ๑ ไม่มีครั้งที่ ๒ แล้วพยายาม จะบอกว่าไม่ให้เชื่อใครเลยก็ไม่ได้ มันต้องมีเหตุมีผลไง มีเหตุผล นี่พูดถึงว่าทาง โลก

แล้วเวลาเขาบอกว่า ต่อไปเวลามาปฏิบัติที่วัดได้จิตวัคซัน ได้มีความป้องกัน

ป้องกันแล้วมันก็เป็นประโยชน์กับเรา นี่พูดถึงว่าถ้ามันมีความเพียรไง มีความเพียร มี ความเป็นจริง มันเป็นจริงของเรานะ เพราะชีวิตของเรา เราต้องรักษาความดีของเรา รักษา ของเราเองนะ

คนมีวาสนา ถ้าคนมีวาสนามันถึงเวลานะ มันมีเหตุมีผล มันมีสิ่งเหตุการณ์รองรับ มัน มีเหตุการณ์ทำให้ต้องได้พลัดได้พราก มันเป็นเหตุให้ได้พบได้เจอ มันเป็นเหตุ ถ้าเป็นพระก็เป็น เหตุให้ต้องได้ออกปฏิบัติ ถ้าเป็นเหตุต้องได้บวช ถ้าเป็นเหตุออกไป นี่ถ้ามีวาสนานะ ถ้าไม่มี วาสนามันมีแต่จมทุกข์อยู่นั่นนะ ถ้ามันเป็นวาสนาของคน ถ้าเราสร้างคุณงามความดีของเรา มา

นี่คำถามนะ “๑. ในการภาวนา ลูกถนัดเดินจงกรม ก็อาศัยการเดินจงกรมเป็นหลัก โดยอาศัยพุทโธกำกับ วันแรกๆ มันก็ฟังชานของมัน”

แต่มันมีสติมีปัญหา ถ้าคนมีประสบการณ์เป็นอย่างนี้ เขาวงเล็บไว้ “คิดแต่ว่าขอให้ได้  
ทำความเพียรก็พอ”

ถ้าคิดแต่ว่าขอให้ได้ทำความเพียรก็พอ เหมือนเรา ถ้าเราทำแต่งงานไป ถ้าไม่ทำงาน เรา  
เบื่อหน่าย เรานั่งเฉยๆ ก็ไม่ได้อะไรเลย แต่เราทำของเราไปเรื่อยๆ เราทำของเราไปเรื่อยๆ ด้วย  
ความไม่ย่อภาคได้ เขาใช้ความคิดไป คิดแค่ว่าพอได้ทำความเพียรก็พอ ถ้าได้ทำ ได้ทำความ  
เพียรมันก็พอ

ถ้าได้ทำความเพียร ถ้าความเพียรมันถูกต้องถึงงามมันก็เป็นผลวันยังค่ำ ถ้าได้ความ  
เพียร ถ้ามันไม่ได้ ไม่ได้เราก็ต้องฝึกหัดกัน บังคับตัวเราเองให้อยู่ในความเพียรนั้น มันก็เป็นบุญ  
กิริยาวัตร คือเอาความเพียร กิริยาอื่น เดิน นั่ง นอน ถวายองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

ไม่ใช่ว่ายืน เดิน นั่ง นอนด้วยความพอใจของกิเลส มันจะนอนจมของมัน มันจะนั่งเล่น  
นั่งหัว มันจะเดินโดยขาดสติ นั่นนะโดยกิเลสทั้งหมดเลย

แต่ถ้าเรามีสติสัมปชัญญะแล้วเราเดินจงกรม นั่งสมาธิภาวนา นีบุญกิริยาวัตร ความ  
สะอาดกายของเรา เราเอาความเพียรนี้เพื่อบูชาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เราบูชาองค์  
สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เราทำให้ได้ทำความเพียรก็พอ

เขาบอกพอตอนหลังรู้สึกมันนิ่งขึ้น มันแข็งแรงขึ้น มันดีขึ้น

มันดีขึ้น พอดีขึ้นขึ้นมา คนเดินจงกรมจะรู้ เวลาดีขึ้นขึ้นมา เดินจงกรมแล้วเหมือน  
ร่างกายเดินเองโดยที่ไม่ได้บังคับเลย เวลามันกลมกล่อม มันเข้ากันได้ เดินจงกรมแบบนี้จะ  
หยุดไม่ได้แล้ว จะไม่เดิน มันก็เดินของมันอยู่

แต่ที่แรกๆ มันไม่เดินนะสิ เวลาเดินจงกรมมันไม่เดินหรอก มันขี้เกียจขึ้นร้าน มัน  
ต่อต้านทั้งนั้นนะ มันไม่ยอมทำ แต่ถ้าเราทำไปๆ แบบเครื่องยนต์ เครื่องยนต์พอเครื่องมันร้อน  
เครื่องยนต์มันสุดของมัน มันไปของมันเลย

นี่ก็เหมือนกัน เวลาอยู่กับจิตมันเข้ากัน เดินจงกรมโดยร่างกายเดินไปเอง ไม่ต้องบังคับเลย มันเดินของมันไปเองเลย เดินไปเองเลย ถ้าจิตมันดีขึ้นๆ พอเดินไปเองมันไม่ฟุ้งซ่านแล้วแหละ มันไม่ส่งออก

โดยธรรมชาติของมัน มันส่งออกไปรับรู้เรื่องต่างๆ ทั้งสิ้น แต่เวลาเดินจงกรมไป เรามีสติ โดยแค่ที่ว่า คิดแค่พอได้ทำความเพียรก็พอ คิดแค่ได้ทำความเพียรก็พอ

จิตมันอยู่ตรงนี้ จิตมันอยู่กับคำบริกรรม มันอยู่กับสติ มันอยู่ของมันแค่นี้ ทำมันไปเรื่อยๆ เวลามันสมดุขของมัน นี่เดินจงกรมแบบไม่ต้องบังคับเลย มันเป็นของมันเอง แล้วสุขแล้วสบาย มันจะมีความพึงใจ ความพึงใจนี้เกิดจากอะไร

เกิดจากสติ เกิดจากการกระทำของเราทั้งนั้นนะ ถ้าไม่เกิดจากการกระทำของเราจะ ถ้าไม่กระทำ มันไปทางโลก ทางโลกคือคนนั่งเหม่อลอย เวลานั่งเหม่อลอยสบายใจๆ

สบายใจนั้นขาดสตินะ เวลาคนเราเวลาถึงยุคถึงคราวมันจะเหมือนว่านั่งสบายๆ สบายๆ แล้วได้อะไรละ แต่ถ้าเวลาเราเดินจงกรม เดินจงกรมจนร่างกายมันเดินไปเอง ร่างกายมันเดินไปเอง

คำว่า “ร่างกายมันเดินไปเอง” มันไม่ตกจากทางจงกรม มันถึงหัวทางจงกรม ทำยทางจงกรม มันกลับมา มันพร้อมใจ มันไม่ใช่คนเหม่อลอย

เวลาคนสบายๆ มันเหม่อลอย คนเหม่อ คนลอย คนขาดสติ อันนั้นเรื่องหนึ่ง นั้นเรื่องทางโลก ถ้าพูดถึงทางธรรมก็กว้างค์ มันหายไปเลย จิตนี้ไม่มีใครรักษา

แต่เราบริกรรม เราเดินจงกรม นั่งสมาธิภาวนา สติมันรักษาจิต สติมันรักษาความรู้สึก แล้วความรู้สึกมันตั้งมั่น ความรู้สึกมันไม่ส่งออก เป็นตัวของมันเอง มันก็เดินได้เลย เดินแบบไม่ต้องบังคับเลย นี่สติสัมปชัญญะเราดีขึ้นๆ เดียวมันไม่รับรู้เลย ไม่รับรู้ ต้องยื่นแล้ว ยื่นรำพึงในธรรม



เวลาเดินมันยังรับรู้อยู่ อุปจาระมันรับรู้ ส่งออกได้ ถ้ามันละเอียดเข้าไป มันไม่รับรู้เลย ถ้าไม่รับรู้ ต้องยืน ยืนไม่ได้ ต้องนั่งลง นั่งลงทางจงกรมนั่นแหละ ไม่ต้องไปห่วงว่าจะเลอะไม่เลอะ หัวใจมันไม่เลอะ หัวใจมันขาวสะอาดอยู่นี้ หัวใจกำลังจะลงอยู่นี้

ไม่ต้องไปห่วงว่าจะเลอะ เลอะเดียวอาบน้ำได้ ขอให้จิตมันลงเถอะ ถ้ามันเป็นจริงนะ นี่เวลาถ้ามันเป็น มันต้องเป็นแบบนี้ นี่ไง การปฏิบัติโดยชอบ แล้วถ้ามันรู้โดยชอบ รู้จากความจริง ภายใน อันนี้จะเป็นประโยชน์กับเรานะ

นี่พูดถึงว่า แคเขามาวัดมาปฏิบัติแล้วมันได้ผลอย่างนี้

“๒. ลูกกลับมาใช้ชีวิตทางโลกโดยที่ภาวนายังไม่เข้มแข็งนัก และอยากกราบขออุบายที่จะรักษาใจให้อยู่กับการภาวนาได้อย่างมั่นคง ไม่อยากถูกลากไปด้วยกิเลสให้อ่อนแอลงอีก”

นี่เวลามันภาวนาได้แล้วมันก็ดีใจภูมิใจ ทีนี้เวลากลับไปโลก มันก็ธรรมดาณะ โลกกับธรรม ธรรมต้องอยู่เหนือโลก ธรรมนี้สุดยอด ธรรมนี้อยู่เหนือโลก เหนือหัวใจของเรา หัวใจของเราถ้ามันเป็นธรรม มันมีสติปัญญาแล้วมันเป็นธรรม

แต่เป็นธรรม คำว่า “เหนือโลก” แต่เวลาออกไปอยู่กับโลกก็ต้องอยู่กับเขา ถ้าอยู่กับเขา มันก็ต้องเหมือนเราเป็นผู้ใหญ่ ผู้ใหญ่อยู่กับเด็ก ถ้าผู้ใหญ่อยู่กับเด็ก เด็กมันมีความรู้ของมันในระดับนั้น ผู้ใหญ่เรามีเหตุผลที่มากกว่า แต่เราพูดไปแล้วเขาไม่รู้อะไรกับเราหรอก

ถ้าเขาไม่รู้อะไรกับเรานะ ถ้าไม่รู้อะไรกับเราแล้ว ถ้าเรายังไปพูด เขาจะดึงเราให้กลับไปเป็นเด็กเหมือนเดิม เป็นเด็กก็ไปเล่นกันอย่างเท่าไร ถ้าเป็นเด็กเหมือนเดิมก็ยิ่งพาไปเที่ยวเล่นกันเหมือนเดิม ถ้าไม่อย่างนั้น ยิ่งถ้าเป็นหมู่คณะรักกันมาก ยิ่งจะเป็นผู้ใหญ่ที่เขาจะไม่ยอมเลย ยิ่งเขาจะเอาเครื่องล้อมาล้อให้เราไปอยู่กับเขา

ฉะนั้น เวลากลับไปอยู่กับทางโลกแล้ว ถ้าจะให้มันเข้มแข็ง จะขออุบาย ถ้าเขาขออุบาย

**เราก็ต้องตั้งสติกับเรา ตั้งสติไว้**

เวลาเรามีคำถามมาจากพระใหม่ๆ ประจํา เพราะพระใหม่ๆ เวลาเขาบวชมาแล้วเขา มาจากโลกมาแล้วมาบวชเป็นพระใหม่ แล้วบวชเป็นพระเวลาไปสัมพันธ์กับทางโลกสังคมมัน ก็มีพวกสีกา พวกสังคมต้องรับรู้ เขาบอก “หลวงพ่ทำอะไร”

เราบวชใหม่ๆ เราก็ทำอย่างนี้ เราบวชใหม่ๆ นะ เราบวชใหม่ๆ เราคิดถึงว่า ในเมื่อ มนุษย์เราเกิดมา เราเกิดมาเป็นญาติกันโดยธรรมชาติ เราคิดว่าเป็นญาติเลย เราคิดว่าพวกนี้เป็น ญาติเป็นพี่เป็นน้อง เป็นญาติ เป็นน้ำ เป็นตา เป็นยาย เราคิดว่าเขาเป็นญาติกับเรา

คำว่า “ญาติ” คำว่า “เครือญาติ” เราก็ไม่ก้าวล่วงไปใหม่ ไม่คิดนอกเรื่องนอกราว ดุสิต พี่น้องอยู่ในบ้านอยู่กันสุขสบาย พี่น้องอยู่ในบ้านก็ไม่มีปัญหา ถ้าเป็นคนอื่นอยู่กับบ้านไม่ได้นะ ใครเข้ามาในบ้านโดยที่เป็นคนแปลกหน้ามาไม่ได้ เดี่ยวของหาย เดี่ยวในบ้านมีปัญหา

แต่ถ้าเราเป็นญาติกัน ถ้าเราคิดว่าเป็นญาติ เวลาพระมาถามเรา เราใช้อุบายนี้ เพราะ อุบายนี้เราใช้กับเรามาตอนบวชใหม่ๆ คิดว่าเป็นญาติ เป็นพี่เป็นน้อง เป็นพ่อเป็นแม่ เราคิด อย่างนั้น

เวลาหลวงตาพูดนี้ซึ่งใจมาก เวลาท่านบอกว่า เวลากิเลสมันแว็บไปคิด ธรรมะคอยตบ ไว้ๆ เวลาจิตมันแว็บออก ตบไว้ๆ เวลามันจะคิดนะ

เวลาหลวงตาท่านพูดเลยนะ เวลาถ้าเราคิดไม่ทัน ครูบาอาจารย์ท่านจะคอยตบไว้ มือ จะจับอะไรก็ นี่แน่ะ! นี่แน่ะ!

ไฉนก็เหมือนกัน เวลาจะคิดอะไร นี่แน่ะ! บังเอิญเราก็ใช้อย่างนี้มาเหมือนกัน แต่ตอน บวชใหม่ๆ ใจ คิดเลย เป็นญาติเป็นพี่เป็นน้อง เราคิดของเรา มันก็ไม่คิดนอกเรื่องนอกราวนะ ถ้า ไม่คิดนอกเรื่องนอกราว เราก็ไม่ต้องเอาไฟมาสูมเราใจ

ไฉนก็เหมือนกัน ถ้าเรากลับไปอยู่กับทางโลก เราไม่ได้ภาวนา ถ้ากิเลสเข้มแข็ง ขอ อุบาย

คำว่า “อุบาย” ก็นี่ไง อุบายก็คือใจเรา อุบายมันก็ต้องคิดกันที่นี้ ถ้าคิดกันที่นี้ เราไปทำงาน ต้องทำงาน ถ้าเรามีสติสัมปชัญญะนะ เวลางานทำด้วยความเข้มแข็งเลย งานทำได้ชัดเจนมากเลยเพราะว่าเรามีสติสมบุรณ์ แล้วมีสมาธิ เราพร้อมที่จะทำงาน เพราะอะไร

เพราะอยากทำงาน ทำเสร็จจะได้กลับบ้าน ทำเสร็จจะได้ภาวนา งานที่อยากเสร็จ งานที่อยากให้มันทำให้ลุล่วงไป แล้วเราจะได้มีเวลาไปภาวนา มันทำได้เต็มที่เลย แต่ถ้าเขาทำงานเพื่องาน ทำงานอยู่กับงานก็คลุกคลีอยู่นั่นนะ ถ้าคลุกคลีอยู่มันก็เป็นอย่างนั้น

นี่พูดถึงว่า ขออุบายรักษาใจให้การภาวนาได้มั่นคง

ถ้ารักษาอย่างนี้ ถ้ารักษาอย่างนี้นะ รักษาได้ ดูแลหัวใจของเรา รักษาที่ไหนก็ได้ หัดภาวนาของเราเพื่อบำรุงใจของเราให้มีจุดยืน ไม่ไหลไปกับเขา

นี่ไง เวลาธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ทางของศฤงฆ์เป็นทางที่คับแคบ คับแคบแบบนี้ แม้แต่จะภาวนายังคุยกับเขาไม่ได้เลย ถ้าภาวนาไปคุยกับเขา เขาจะพูดเลย จะแซวเลยนะ โอ้ย! จะไปนู่นจะไปนี่ ว่าไปเรื่อย

เราไม่ต้องพูดให้ใครฟัง เว้นไว้แต่สังคมเดียวกัน สังคมเดียวกันเขาคุยกัน คุยกันก็คุยกันพอประมาณ ไม่ต้องคุยกันจนให้เขาเข้าใจหรอก ไม่ต้องคิดว่าจะไปลากใครมา เอาใจเราให้ได้ก่อน ไม่ต้องไปคิดว่าจะลากใครหรอก ใจเราลากให้ได้

เพราะว่ายิ่งพูดมากมันยิ่งแบบว่าวิตกกังวลนะ เวลาพูดไปแล้ว เวลามามาภาวนา เอาแล้ว ใจคำพูดมันจะมาหลอก ใจเราธรรมดา ใจกิเลสมันก็หลอกอยู่แล้ว แล้วยิ่งไปคลุกคลีกันพอคลุกคลีกัน เวลาเข้าทางจงกรม ใจที่คลุกคลีกันจะมาปล่อยวาง เสียเวลาเป็นครึ่งชั่วโมงเลย

มันไปเอาคำพูดที่เราพูดกับเขามาทบทวน มาทบทวน จริงไม่จริง มาอุณกินใจ รำคาญ แต่ถ้าเราไม่ไปคลุกคลีกับเขามันก็ไม่มีเชื้อใจ ไม่ให้กิเลสมันเอาอันนี้มาอ้างไง

ฉะนั้น เวลาในวงการปฏิบัติเขาไม่ให้คลุกคลีตีโมง เขาไม่ให้คุยกันมากเกินไป เพราะคุยกันมากเกินไปมันจะเป็นผลของการทำลาย

ไอ้นี้ก็เหมือนกัน เวลาเราไปอยู่ในสังคมไง เราจะไปพูดเรื่องอะไรละ ถ้าพูดเรื่องงานก็คุยกันไป แต่เรื่องภาวณาถ้าเป็นคอเดียวกัน เราก็พอกคุยกันได้ แต่คุยกันพอเป็นพิธี แต่เวลาภาวณาแล้วเป็นเรื่องของเรา เรื่องของเรา เวลาคนนั้นเขาทำได้ ฟังเขาทำได้ แต่เราไปทำ ทำไม่มันไม่ได้ละ อ้าว! แล้วของเราละ

แล้วของเรานะ ถ้ามันเป็นปัจจุบัน ภาวณาเกือบเป็นเกือบตายไม่เห็นมันได้อะไรเลย พอวางอารมณ์ใหม่ พลิกใหม่ ผัวะ! ได้เลย แล้วทำไมมันไม่ได้ละ มันได้เพราะอะไร ได้เพราะกิเลสมันตามไม่ทัน

ไอ้ที่จะได้จะไม่ได้อยู่นั้นะต่อรองกันมาตลอด สติกับกิเลสต่อรองกันมาตลอด ต่อรองมันก็เป็นประเด็นนั้น เวลามันพลิกอารมณ์ใหม่ขึ้นมา กิเลสมันมาไม่ทัน มันคิดว่าเราจะไปเถียงมันอยู่นั่นไง พอกลับมาบีบ มันลงได้ นี่ปัจจุบันธรรม ถ้าปัจจุบันธรรม นี่คือการรักษา

เขาบอกอุบายวิธีการรักษา ถ้าเราอยู่กับโลก อยู่กับโลก โลกมันเป็นเรื่องของโลกๆ เราจะไม่บอก โลกเป็นเรื่องการแข่งขัน โลกเป็นความเห็นแก่ตัว เป็นเรื่องของกิเลส ก็จริงอย่างนั้นอยู่ แต่เราก็ต้องอยู่กับเขานะ ถ้าอยู่กับเขา อยู่กับโลกโดยไม่ติดโลกนี้ดีที่สุด อยู่กับโลกเพราะเราจำเป็นต้องอยู่

แต่พระ คูสิ ขนาดว่าหลักเรือนขนาดไหนมันก็ต้องบิณฑบาต มันก็ต้องอยู่กับสังคมนั้นแหละ แต่อยู่กับสังคม แต่เราไม่ไปกับเขา อยู่กับสังคมโดยที่เราก็ศึกษาธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า มันจะเป็นประโยชน์กับเรา ถ้าอยู่กับสังคมแล้วก็ไปเป็นผู้นำสังคมต่างๆ นั่นอีกเรื่องหนึ่งเลย เพราะเรื่องความสำคัญคือเรื่องของตนยังไม่เสร็จ

เวลาหลวงตาท่านอยู่กับหลวงปู่มัน หลวงปู่มันท่านบอกว่าท่านทำคุณงามความดีไว้มาก พระมีความคิดเห็นอย่างไร

มีความรู้สึกพร้อมอยากจะเชิดชู อยากจะกระทำ แต่งานของตนยังไม่เสร็จ

หลวงปู่มันบอกว่าใช่ ทำให้เสร็จก่อน

เวลางานของตนจะเสร็จเกือบเป็นเกือบตาย แล้วพองานของตนเสร็จ เวลาท่านมาเขียน*ประวัติหลวงปู่*นั้นนะ ท่านบอกว่าถ้าไม่รู้เขียนไม่ได้

ถ้าไม่รู้เขียนไม่ได้ เพราะว่า เวลาท่านพูดอย่างนั้นมันอยู่ตรงไหน เวลาหลวงปู่ท่านพูดอย่างนั้นมันอยู่ตรงไหน แต่ถ้าคนมันรู้ล่ะ พูดถึงอารมณ์ตรงนั้น อยู่ตรงนั้นๆ

อย่างต้นไม้ อยู่โคนต้นไม้ อยู่กลางต้นไม้ อยู่บนคอต้นไม้ เวลาคนปีนต้นไม้ด้วยกัน เวลาบอกถึงว่า เฮ้ย! เราปีนไปแล้วอยู่ตรงนี้ๆ ไ้คนที่ไม่เป็นมันถึงงั้นะ มันก็จินตนาการของมันไป

แต่คนเคยปีน อ้าว! ต้นไม้ต้นนี้ขึ้นด้วยกัน หลวงปู่มันขึ้นต้นไม้ เราก็เคยขึ้น โอ้ย! โคนมันขึ้นยาก โอ้โฮ! กว่าจะขึ้นได้เกือบเป็นเกือบตาย โอ้โฮ! พอขึ้นไปแล้ว ขึ้นไปถึงกลางต้น ขึ้นไปถึงคอ อย่างเช่นต้นมะพร้าวอย่างนี้ ไปถึงคอตันมะพร้าว จะขึ้นไปนั่งบนกิ่งมัน จะขึ้นไปเก็บลูกมะพร้าวขึ้นอย่างไร นี่เวลาท่านพูดไป ปีนอย่างไร ทำอย่างไร ไ้คนเคยขึ้นรู้หมดเลย

นี่ก็เหมือนกัน พอท่านบอกว่างานของตนยังไม่เสร็จ พองานของตนท่านเสร็จแล้วท่านกลับมาเขียน*ประวัติหลวงปู่*นั้นนะ แล้วเวลาเขียน*ประวัติหลวงปู่*นั้น ท่านเขียนด้วยความแยบยลด้วย ท่านไม่เขียนเรียง*ประวัติหลวงปู่*นั้นหรอก

ไปอ่าน*ประวัติหลวงปู่*นั้นสิ *ประวัติหลวงปู่*นั้นมีแต่เทศน์ธรรมะทั้งนั้นเลย อ่างคติธรรม อ่างถึงประวัติความทุกข์ยากของหลวงปู่มันข้อหนึ่ง แล้วท่านก็เทศน์ไป เทศน์เป็นคั่งเป็นแคว เป็นเทศน์ทั้งนั้นเลยนะ *ประวัติหลวงปู่*นั้นของหลวงตาอ่านๆ ไปมันไม่เหมือนกับประวัตินะ มันเหมือนกับเป็นธรรมเทศนา *ประวัติหลวงปู่*นั้นนะ

*ประวัติหลวงปู่*นั้นโดยเวอร์ชันของหลวงตานะ ถ้า*ประวัติหลวงปู่*นั้นโดยเวอร์ชันคนอื่นนั้นเรื่องของเขา คนไม่รู้เขียนไม่ได้ คนกิเลสเต็มหัวเขียนแต่เรื่องกิเลสตัดหาความทะยานอยาก

คนที่ เป็นธรรมชาติ นะ ท่านเขียนเกียรติประวัติของหลวงปู่มั่น แต่ท่านก็แทรกธรรมะเข้าไป แทรกธรรมะเข้าไปโดยเอาหลวงปู่มั่นเป็นเหตุ เอาหลวงปู่มั่นเป็นเหตุแล้วท่านก็เทศน์ธรรม เทศนาเข้าไป เห็นไหม นี่เพื่อประโยชน์

แล้วเวลาเขียนจบแล้ว เวลาท่านพูดทบทวนกลับมาเรื่องประวัติหลวงปู่มั่น ท่านบอกว่า เขียนแค่ ๗๐ เปอร์เซ็นต์ เขียน ๑๐๐ เปอร์เซ็นต์ไม่ได้ โลกเขาไม่เชื่อ โลกเขาไม่เชื่อ

แล้วเวลาเราไปศึกษาประวัติหลวงปู่มั่น ว่าหลวงปู่มั่นท่านโดนขบไล่ออกมาจากอุบลฯ ไปที่ไหนมีแต่คนขบไล่ ในประวัติหลวงปู่มั่นไม่พูดถึงเลย

**เพราะหลวงตาท่านบอกว่า ถ้าเป็นธรรมะมันควรเป็นน้ำใสสะอาด เป็นประโยชน์ มันไม่ให้เป็นที่ขบ ไล่สิ่งที่หลวงปู่มั่นท่านไปทุกข้ไปยากมันเป็นกิเลสของคน ที่อิจฉาริษยาเห็นคนอื่นทำความดีแล้วตัวเองก็ไม่ได้ทำ แต่ก็ไม่อยากให้คนอื่นทำ**

คนอื่นจะทำความดีก็ไม่อยากให้เขาทำ แล้วเขาทำแล้วก็ยังไปกีดขวางเขา ท่านบอกว่า เรื่องอย่างนี้มันเป็นเรื่องลบ ไม่ควรเอามาเขียนในประวัติหลวงปู่มั่นให้มันเศร้าหมอง นี่ ความเห็นของพระอรหันต์

ถ้าเป็นความเห็นของเรา จะเขียนเยาะๆ เลยนะ ไล่ที่เรื่องรังแก มันจะได้เป็นตัวอย่าง เป็นตัวอย่างว่าคนทำดีขนาดนี้ยังโดนคนอื่นเขาโจมตี เขาทำลาย แต่ท่านไม่คิดแบบนี้ นะ นี่ ความคิดของหลวงตาท่านคิดอีกอย่างหนึ่ง ท่านคิดเป็นแง่บวก คิดบวกหมด

**สิ่งใดที่มันกระทบกระเทือนกัน ท่านพูดอย่างนี้ ท่านบอกว่า สิ่งใดที่กระทบกระเทือนกัน สิ่งใดที่มันเศร้าหมอง เราไม่ควรเอามาพูดซ้ำๆ พูดซ้ำๆ พูดซ้ำๆ ให้สะเทือนกัน**

ในประวัติหลวงปู่มั่นในเวอร์ชันของหลวงตาถึงเป็นประวัติหลวงปู่มั่นแล้วมีธรรมะเป็นเรื่องธรรมล้วนๆ เป็นธรรมปฏิบัติ เป็นธรรมที่เป็นเกร็ดให้พวกเราได้ชวนชวนมาให้เราปฏิบัติตาม

แต่ไล่เรื่องที่หลวงปู่มั่นท่านทุกข์ท่านยากอะไรมา ท่านเก็บไว้ในอกของท่านกับในอกของหลวงปู่มั่น เพราะหลวงปู่มั่นเล่าให้ท่านฟังเอง ท่านฟังสิ่งใดมาที่มันเป็นทุกข์เป็นยาก ท่านหันหน้าเข้าข้างฝาแล้วร้องไห้เลย

ทั้งๆ ที่ไม่ใช่คนโดนนะ คนโดนคือหลวงปู่มัน หลวงปู่มันเป็นคนโดนมาแล้วมาเล่าให้ท่านฟัง ท่านแค่ฟังท่านยังน้ำตาไหล น้ำตาไหลเพราะอะไร น้ำตาไหลเพราะท่านกตัญญูกับหลวงปู่มันไง ท่านผูกพัน

แล้วคนที่เรารักเคารพไปทุกข์ไปยากมา มันสะเทือนใจ อู้ฮู! น้ำหูน้ำตาไหล แต่ไม่ได้เขียนในประวัติเลย เอามาเล่าหลังไมค์กับพวกเรา เอามาเล่าหลังไมค์ ใ้เราฟังไปแล้วเราก็จำซีปากมาพูดต่อ พูดต่อให้มันจารึกไว้ ให้มันจารึกไว้ในศาสนาของเราไป

นี่พูดถึงอุบาย อุบายเราก็พลิกกลับมา พลิกกลับมาว่า ถ้าเราทำ ยังปฏิบัติไม่ได้เราก็พยายามหาอุบายวิธีการรักษาใจของเรา แต่อุบายมันเป็นขั้นเป็นตอนขึ้นไป อย่างเช่นเรื่องไม่รู้ไม่รู้เขียนไม่ได้ ถ้าไม่รู้ก็ยังไม่เอาตัวรอดไม่ได้

เห็นไหม หลวงปู่มันท่านรอดไปแล้ว แต่เวลาหลวงตาท่านยังไม่รอด ท่านบอกท่านต้องเอาตัวรอดให้ได้ก่อน หลวงปู่มันท่านก็เห็นด้วย บอก เออ! ใช่ ต้องเอาตัวรอดให้ได้ก่อน

เวลาท่านเอาตัวรอดได้แล้วท่านทำประโยชน์ ประโยชน์ของผู้ที่เอาตัวรอดได้แล้วมันเป็นประโยชน์ล้วนๆ เลย

ทั้งๆ ที่เป็นเรื่องจริงนะที่หลวงปู่มันท่านโดนกลั่นแกล้งต่างๆ ท่านบอกไม่เอามาเขียน มันเลอะ มันสกปรกในหนังสือ มันเป็นเรื่องที่กระเทือนใจคน มันไม่ดี

แต่ถ้าอ่าน หลวงปู่มันท่านมีความเพียร หลวงปู่มันท่านลงสมาธิ หลวงปู่มันท่านมีดวงตาเห็นธรรม หลวงปู่มันท่านมีความสุข ใครอ่านแล้วก็ชื่นใจ นี่มันเป็นแง่บวก

นี่มันเป็นนิสัยไง มันเป็นนิสัย มันเป็นจริตของท่าน ท่านมีความเห็นอย่างนั้น นี่พูดถึงว่าเวลาที่ว่าแก้ไขตัวเองได้แล้วมันเป็นประโยชน์

ฉะนั้น ถ้าแก้ไขตัวเองยังไม่ได้ ใ้สิ่งที่เราอยู่ในสังคม เราจะมีอุบายรักษาตัวรอดอย่างไร

เราก็เอาประวัติครูบาอาจารย์เป็นที่ยึดเหนี่ยว เอาประวัติครูบาอาจารย์เป็นที่ยึดเหนี่ยว

เห็นไหม ครูบาอาจารย์บางองค์มีความอหังการ มีความเข้มแข็ง ประพฤติปฏิบัติไปแล้ว สุดท้ายแล้วท่านก็สึกหาลาเพศไป

ครูบาอาจารย์บางองค์ท่านประพฤติปฏิบัติแล้ว ท่านปฏิบัติแล้วท่านยังไม่ได้ถึงธรรม ท่านก็พยายามประพฤติปฏิบัติของท่านเพื่อเอาความจริงของท่าน อยู่ในกรอบของธรรม

ครูบาอาจารย์ของเราบางองค์ท่านประพฤติปฏิบัติไปแล้วเวลาท่านสิ้นสุดแห่งทุกข์ไป ท่านมีหลักมีเกณฑ์ของท่าน

นี่เราเอาคติตัวอย่างมาเทียบเคียงแล้วดูการดำรงชีวิตอย่างไร ทำตัวอย่างไร แล้วเราจะทำตัวอย่างไร

เราก็ดูอย่างนี้นะ เวลาเราออกวิเวกไปอยู่กับครูบาอาจารย์ องค์ไหนเป็นอย่างไรราก็ไปศึกษามาทั้งนั้นนะ ศึกษา มา ศึกษา มา แล้ววาง ศึกษา มา แล้ววาง

แบบที่หลวงตาสอนเลย หลวงตาท่านบอกท่านไปตามวัดตามวา ถ้าที่ไหนไม่ดี เตือนตัวเองไว้เลยนะ อย่างนี้ไม่ทำ อย่างนี้ไม่ทำ จำเอาไว้นะ อย่างนี้ไม่ดี อย่างนี้ไม่ดี

เราก็คิดอย่างนี้นะ อะไรที่ไม่ดีๆ แต่เอามาพูดบ่อย เอามาพูดให้เป็นคติเป็นตัวอย่าง พูดแล้วไม่ทำ ถ้าบอกว่าไม่ดีแล้วไม่ทำนะ

ถ้าบอกว่าไม่ดีแล้วทำ แสดงว่าเราแยกไม่ถูกว่าดีหรือไม่ดี บอกเขาไม่ดี เราทำแต่ไม่ดีๆ ได้อย่างไร บอกไม่ดีแล้วไม่ทำ ถ้าบอกว่าดี ทำ อันไหนดี ทำ

เวลาเที่ยววิเวกไปก็เจอสภาพแบบนี้ ไปรู้ไปเห็นอะไรเข้า สิ่งใดไม่ดีก็ศึกษาไว้แล้ววางไว้ ไม่ไปยุ่งกับเขา แต่อยากจะศึกษาแต่เรื่องดีๆ อยากจะหาครูบาอาจารย์ที่เป็นตัวอย่าง ครูบาอาจารย์ที่ทำดีนะ มันจะฝังใจ ฝังใจมาตลอด

แล้วเวลาครูบาอาจารย์ที่ดีมันแบบว่าชื่อตรงต่อหน้าและลับหลัง พูดอย่างไร ทำอย่างนั้น ทำอย่างไร พูดอย่างนั้น โอ้โฮ! ครูบาอาจารย์อย่างนี้เราเคารพมาก พูดอย่างไร ทำอย่างนั้น



แต่ส่วนใหญ่แล้วมันเจอแต่พูดอย่างทำอย่างนี้เยอะ พูดที่ไม่รู้ ใ้ที่รู้ไม่พูด ใ้ที่ทำก็ทำแบบที่ตัวเองว่าไม่ดีขึ้นนะ ทำกันอยู่อย่างนั้นนะ เจออย่างนี้มากก็มาก อย่างนี้ก็เป็นคติ นี่ก็เป็นอุบายอันหนึ่งว่าทำไมโลกเป็นแบบนี้ ถ้าโลกเป็นแบบนี้

เพราะเขาปฏิบัติยังไม่ได้ผลไง ถ้าเขาได้ผลแล้วเขาทำอย่างนี้ไม่ได้ ถ้าเขาทำอย่างนี้ไม่ได้เพราะอะไร เพราะมันเศร้าหมอง พอมันเศร้าหมองแล้ว สิ่งที่เราทำมา เราพยายามรักษา มาเกือบเป็นเกือบตาย แล้วมันจะสูญเปล่า สูญเปล่าอย่างนั้นหรือ

แล้วดูสิ อย่างภาวนาเจริญแล้วเสื่อม เวลามันเสื่อมไปแล้วเป็นอย่างไร เวลาเสื่อมไปแล้วนะ โอ้โฮ! เกือบเป็นเกือบตายนะ ทุ่มขนาดไหนกว่ามันจะเป็นได้ขนาดนี้ แล้วเป็นแล้วเสื่อม เป็นแล้วเสื่อม

แต่ผู้ที่ปฏิบัติส่วนใหญ่ก็เจอแบบนี้แหละ มันจะเจริญแล้วเสื่อม เสื่อมเพื่ออะไร เพื่อให้รู้จักรักษาใจ เพราะถ้ามันเจริญแล้วก็ลืมตัว แล้วพอมันเสื่อมไปทุกซักรอนมาก พอทุกซักรอน กว่า จะเอาคืนมาได้ เอาคืนมาได้คราวนี้ระว่างเต็มที่แล้ว ระว่างเต็มที อย่าให้เสื่อม

ถ้าเสื่อมก็รู้ว่ามันเสื่อม ถ้าเสื่อมไปแล้วก็ไม่ทุกซักรอนเหมือนคราวแรก เพราะรู้ว่ามันเสื่อม ก็เสื่อมเหมือนคราวที่แล้วนั่นแหละ เดี่ยวถ้าเอาจริงเอาจังมันก็กลับมา แต่จะเอาจริงเอาจังตอนไหนเท่านั้นเอง ถ้ายังกลับมาไม่ได้ก็ทุกซักรอนอย่างนี้ เพราะมันร้อนในใจไง

แต่ถ้าพอมันกลับมา เออ! เย็นสบาย อยู่ได้สบายๆ ถ้ามันกลับมาแล้ว ถ้ามันกลับมาแล้ว เราก็รักษาอย่างนั้น ถ้ายังไม่กลับมาละ เราก็พยายามของเรา แต่ร้อนมาก

แต่ถ้ากลับมาแล้ว กลับมาแล้วเวลาภาวนาไปแล้ว เวลามันเป็นอกุปปธรรม เวลาขาดเป็นขั้นเป็นตอนเข้าไป ใ้ที่ขาดนั้นมันไม่เสื่อม ใ้ที่ค่อยยังชั่วหน่อย

เวลาพอมันถึงที่ว่าพอมันได้หลักได้เกณฑ์แล้วนะ มันมีอกุปปธรรมอยู่บ้าง เป็นขั้นเป็นตอนขึ้นไป เออ! ใ้ข้างบนนะเสื่อม ใ้ข้างล่างไม่มีทางเสื่อม คงที่ ใ้ตรงนี้รองรับไว้ พออยู่พอกิน พออยู่พอโต แต่ข้างบนยังเร้าร้อน ข้างบนนี้ยังพยายามจะสู้กับมันเต็มที่

แต่ยังเจริญแล้วเสื่อม ปีนแล้วตก ปีนแล้วตก หลวงตาใช้คำนี้ละ “ปีนแล้วตก ปีนแล้วตก” พอถึงเวลามันอกุปปัตถรรวม เออ! ไม่ตก คาอยู่นั่นเลย นี่มันรองรับไว้

นี่พูดถึงว่า อูบายวิธีการที่จะรักษาเรา รักษาเราเพื่อประโยชน์กับเราเนาะ

นี่พูดถึงว่า ชีวิตคน ชีวิตคนมันต้องผ่านมาแบบนี้ ถ้าเราทำได้จริงเป็นความจริงขึ้นมา เป็นมงคลชีวิต แต่ถ้ามันทำไม่ได้เนะ มันก็เป็นกิเลสแผดเผา ถ้ากิเลสแผดเผา

นี่พูดถึงว่า กราบขอบพระคุณหลวงพ่อก มาภาวณา ๓ วัน เติบจนกรมจนมันเดินเองเลย

เราก็ว่าภาษาเราเนะ โยมมีบุญนะ เพราะอะไร เพราะเขามาเต็มวัดเลย ไม่เห็นเขาเดินเองสักคน ให้อเดินเองๆ มันมีกี่คน เห็นมาถึง เวลามาก็ “สวัสดิ์หลวงพ่อก มาอยู่วัด” เวลากลับ “โอ้ย! หลวงพ่อก ไม่ได้เรื่องเลย ทุกข์มาก ทุกข์มาก” มีแต่คนบ่นนะ มันอยู่ที่वासना

แต่นี้มาแล้วมันยังเดินจงกรมเอง มันยังเบาบ้างอะไรบ้าง มันเป็นทรัพย์สมบัติของเรา มันเป็นทรัพย์ภายใน มันเป็นเรื่องความรู้สึก มันเป็นเรื่องหัวใจ

**เห็นไหม มากี่เป็นคนเหมือนกัน กลับก็คนเดิมนั่นแหละ แต่หัวใจที่ดีขึ้นหรือหัวใจที่เสมอดัว หัวใจนี้เท่านั้นนะ เราปฏิบัติเพื่อหัวใจ เราปฏิบัติเพื่อใจเรา เป็นมงคลชีวิตกับชีวิตของเรา เอวัง**