

อยากเป็น

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๑๒ พฤษภาคม ๒๕๖๑

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

ถาม : เรื่อง “ทราบอย่างไรว่า ตนเป็นคนที่ยึดติดเงินจกรม มากกว่านั่งสมาธิ”

กราบนมัสการหลวงพ่อ

โยมภาวนามาประมาณ ๓ - ๔ ปี แต่เพิ่งจะมาจริงจังเมื่อครั้งที่ผ่านมานี้ อยากทราบว่า จะสังเกตอย่างไรว่า โยมเป็นคนที่ยึดติดเงินจกรมหรือนั่งสมาธิมากกว่า ปัจจุบัน ๙๐ เปอร์เซ็นต์ของการภาวนาจะเดินจงกรม เพราะรู้สึกว่าได้เผชิญหน้ากับ กิเลส ทนกับเวทนาและจิตที่ปั่นป่วนตลอด ส่วนการนั่งสมาธิจะได้ การฝึกสมาธิ ซึ่งจิตจะสงบ (โยมไม่ค่อยได้เจอกับเวทนาในการนั่ง เพราะจะเข้าสมาธิก่อนที่เวทนาจะเกิด) โยมไม่แน่ใจว่า ต่อไปความถนัดในการนั่งสมาธิหรือเงินจกรมของโยมจะเปลี่ยนไปหรือไม่ เช่น เมื่อภาวนามีสมาธิตั้งมั่นมากขึ้น อาจชอบนั่งสมาธิ

กราบขอพรให้คุณหลวงพ่อ

ตอบ : นี่คำถามไ้ คำถามว่า “เราจะถนัดเดินจงกรม หรือเราจะถนัดนั่งสมาธิ”

คืออริยาบถ ๔ ทำเดินกับทำนั่ง คำว่า “ทำเดินกับทำ นั่ง” ใ้ฉันนี้ถึงว่าทุกคนเวลาภาวนาก็อยากจะรู้ว่าเราจะปฏิบัติอย่างไร เราควรทำอย่างไรถึงจะได้มีผลสำเร็จ จะทำอย่างไรถึงจะประสบความสำเร็จไ้ แล้วทำไปๆ ใ้ฉันนี้เป็นอารมณ์ อารมณ์ของคนๆ เห็นไหม ถ้าอารมณ์ของคน การทำถ้ามันอารมณ์ หรือความตั้งใจดี เวลาทำทำไ้ไหนมันก็จะไ้ผล

แต่เวลาถ้าอารมณ์ของตนมันต่อต้าน อารมณ์ของคนมีแต่กิเลส อารมณ์ของคนมันไม่ อยากภาวนา จะบังคับ การบังคับคือทำสักแต่ว่า การบังคับไ้ เวลาบังคับกิเลสมันดิ้นรน มันไม่ อยากจะทำ แต่เราบังคับให้มันทำ มันทำ ไ้มันก็จะไ้ไ้ผล ไ้ไ้ผลตามความปรารถนา ไ้พูด

ถึงว่า สิ่งที่ว่า เป็นอารมณ์ๆ นะ แต่โดยส่วนใหญ่ โดยส่วนใหญ่แล้วคนก็อยากจะรู้ว่า ตนเองควรจะ
จะทำ ทำไหน ควรทำอย่างไร ถึงจะประสบความสำเร็จ อันนี้มันอยู่ที่อำนาจวาสนานะ

**ถ้าอำนาจวาสนา ฉะนั้น เวลาว่างในของวงกรรมฐาน เวลาครูบาอาจารย์ท่านคุย
กัน เวลาใครเป็นผู้ถนัดในทางใด จะทำสิ่งนั้นแล้วมันจะประสบความสำเร็จ คือมันจะ
ถนัด มันชอบ แต่ถ้ามันไม่ถนัดมันคือไม่ชอบใจ**

ฉะนั้น เวลาที่เวลาครูบาอาจารย์ เห็นไหม หลวงตา กับหลวงปู่เจี๊ยะท่านชม ชื่นชม
อาจารย์สิงห์ทองว่าเดินจงกรมจนทางเป็นร่อง ทางเป็นร่อง เวลาหลวงปู่จันทร์เรียนท่านชม
หลวงปู่ ชอบที่ท่านชอบเดินจงกรม แต่หลวงปู่จันทร์เรียนท่านบอกว่า ท่านถนัดในการนั่ง ท่าน
ถนัดในการนั่ง ท่านนั่งได้มากกว่า เพราะเวลาที่วัดของท่าน ท่านนั่งภาวนาถึง ๗ - ๘ ชั่วโมง
โดยธรรมชาติ นี่ไง มันอยู่ที่ว่าใครถนัดอย่างไร มันก็ทำอย่างนั้น มันได้ประโยชน์ มันได้
ประโยชน์

ฉะนั้น “แล้วเราจะรู้ได้อย่างไรล่ะว่าเราควรทำอย่างไร เราจะถนัดอย่างไร” ความถนัดก็
นี่ไง เวลาถ้าความถนัด ความถนัดหรือความชอบ ความชอบเวลาเดินจงกรม เขาบอกว่า ๙๐
เปอร์เซ็นต์ของเขา เขาถนัดในการเดินจงกรม ถ้า ๙๐ เปอร์เซ็นต์ในการภาวนาถนัดเดินจงกรม
มันก็เข้าทางแล้วแหละ มันก็ใช่ที่เราถนัดในทางนี้ ถ้าถนัดในทางนี้เวลาไปนั่งแล้ว นั่งแล้วมัน
ต้องทำ มันต้องทำหมายความว่าอิริยาบถ ๔ อิริยาบถ ๔ หมายความว่าเวลาเราเดินแล้วเรา
เหนื่อย เราเพลีย เวลาเดินแล้วร่างกาย มันบอบช้ำ เราก็มานั่งสมาธิ นั่งสมาธิพอบรรเทาไป

เวลาถ้าเราอยู่โดยส่วนตัวของเรา แต่! แต่เวลาคนที่ออกไปเที่ยววิเวกอยู่ในป่าในเขานะ
มันอยู่ที่บรรยากาศ อยู่ที่สถานที่ อย่างเช่น เช่น อากาศ เวลาหลวงตาท่านบอกว่าท่านอยู่ในป่า
กลางคืนหนาวจัด ถ้าหนาวจัด กลางวันท่านพยายามเดินให้มาก เพราะเวลากลางคืน เวลา
น้ำค้างมันจะแบบชุ่มไปหมดเลย เราจะออกมาเดินจงกรมไม่ได้ เราก็อาศัยนั่งต่อนั่น

ถ้าสถานที่ ภาวะแวดล้อมมันบังคับ เราก็พยายามปรับตัวเราให้เข้ากับสิ่งนั้น แต่ถ้าโดย
ความถนัด โดยความถนัด ถ้าทำตามความถนัดของตน ใครเดินแล้วมันคล่องตัว เดินแล้ว
ภาวนาดี คำว่า “ภาวนาดี” คือมันขยัน ถ้ามันไม่ถนัดมันก็เกียจ มันไม่ทำหรอก เวลาทำแล้ว ๑.
จิตซัด ทำไปแล้วไม่ประสบความสำเร็จ ทำไปแล้วเบื่อหน่าย อย่างนี้มันไม่เข้ากับอารมณ์ แต่ถ้า

มันถนัดของตนนะ เดินได้ทั้งวันทั้งคืน เดินได้ทั้งวันทั้งคืน แล้วถ้ามันถนัดแล้วสิ่งที่มันถนัดแล้ว ทำต่อเนื่องไป

คำว่า “เราถนัดทางไหน” คำว่า “ถนัด” หมายความว่า ทำแล้วได้ผลตอบรับ ทำแล้ว ได้ผลดีนั่นคือความถนัดของตน พูดถึงว่าวาสนา วาสนานั้นเป็นอีกเรื่องหนึ่งนะ วาสนา ถนัด แล้ว ส่วนถนัด ถนัดแล้วทำไปแล้ว เห็นไหม มันถูกหรือผิด มิฉฉา หรือสัมมา ถ้ามันยังลุ่มๆ ดอนๆ มันยังทำแล้วมันยังไม่ถูกต้อง มันก็ไม่ลงสู่สมาธิ เวลายกขึ้นสู่วิปัสสนามันก็ไม่เข้าสู่ อริยสัจ มันเข้าสู่กิเลสใจ เข้าสู่ความชอบของตน เข้าสู่ความเห็นของตน แล้วก็ภาวนาอยู่อย่าง นั้น

แต่ถ้ามันจะเข้าสู่มรรค เห็นไหม เข้าสู่อริยสัจ เข้าสู่สัจธรรม เวลาเข้าสู่สัจธรรม เดิน จงกรมไปแล้วภาวนาไปโอ้อโฮ! มันเข้านะ มันยกขึ้นสู่วิปัสสนาได้ มันใช้ปัญญาได้ มันก้าวหน้า ของมันไปได้ ถ้ามันก้าวหน้าของมันไปได้ เห็นไหม ความถนัดแล้วอยู่ที่อำนาจวาสนาบาร์มี อำนาจวาสนาบาร์มีหมายความว่าทำแล้วเข้าสู่มรรคสู่ผลหรือไม่ ถ้าเข้าสู่มรรคสู่ผลนั่นคือ สัมมาทิฐิความถูกต้องดีงาม ถ้าเป็นมิฉฉาทิฐิความเห็นผิด ความเห็นผิด ความประพฤติดีด มันก็เดินจงกรมเหมือนกัน นั่งสมาธิเหมือนกัน ทำเหมือนกัน แต่ทำนะเป็นกิริยา แต่ความเป็น จริงในใจมันเป็นจริงหรือไม่

ถ้าความเป็นจริงในใจมันเป็นขึ้นมา เป็นขึ้นมาไม่ต้องมี ใครบอกเลยละ เพราะว่าอะไร เราล้างถ้วยล้างจาน ถ้าเราล้างถ้วยล้างจานด้วยความถูกต้องดีงาม มันสะอาดบริสุทธิ์ ถ้วยจาน เราก็ดสะอาด เราล้างถ้วยล้างจานของเรานะ ล้างเสร็จแล้ว โอ้อโฮ! ยังเชอะอยู่นั้น ล้างเสร็จแล้ว มันก็เหมือนกับเด็กๆ ล้างถ้วยล้างจาน เด็กๆ ล้างถ้วยล้างจานมันก็ไปเล่น มันไปเล่น ล้างจาน กัน แต่มันล้างสะอาดไม่สะอาดไม่รู้ แต่อาจสะอาดก็ได้ เด็กๆ เวลามันเล่นล้างถ้วยล้างจานกัน แต่ผู้ใหญ่ไม่ใช่ เราล้าง ถ้วยล้างจานเพื่อความสะอาด เพื่อจะใช้งานต่อไป

นี่ก็เหมือนกัน เวลาภาวนาขึ้นไป จิตใจของเรามันรู้เลย มันรู้ของมันโดยสัจจะความจริง เลย แต่! แต่ถ้ามันเป็นสตืออ่อน เวลาอำนาจวาสนามันอ่อนด้อยมันไม่รู้ ทำไปแล้วนะ เวลาว่า ล้างถ้วยล้างจานมันก็มีจานกับมีน้ำ มันก็จับต้องจาน แล้วก็มันน้ำให้ดูบล้านนั้นนะ นี่ก็เหมือนกัน เวลาภาวนาไปมันก็มีอารมณ์ มันก็มีความรู้สึก มันก็ได้ดูบได้คลำมันไป ได้ดูบได้คลำได้รับรู้ไป

นะ แต่จริงหรือไม่ มันสะอาดหรือไม่ ถ้ามันสะอาดขึ้นมาชัดเจน ถ้ามันชัดเจนขึ้นมาอยู่ที่
อำนาจวาสนา

เขาถามว่า “เขาจะถนัดทางนั่งสมาธิ หรือการเดินจงกรม”

ปฏิบัติถนัดการนั่งสมาธิหรือเดินจงกรมเราก็ทำของเราไป ทำของเราไป คือว่า ทำแล้ว
เราชอบ ทำแล้วมันแบบว่ามัน ปลอดภัย ทำแล้วมันสะดวกสบาย ทำแล้วสะดวกสบายคือว่า
มันทำแล้วมันเจริญก้าวหน้าไป ภาวนามันไม่มีสะดวกสบายหรอก มีแต่ความทุกข์ขวางอยู่
ข้างหน้าทั้งนั้น ความอ่อนล้า ความอ่อนเพลีย ความหิวกระหาย ความเหน็ดเหนื่อย มันขวางอยู่
ข้างหน้าอยู่แล้ว เส้นทางที่เราจะต้องประสบแน่นอนอยู่แล้ว ข้างหน้า

ผู้ปฏิบัติทุกคนเวลาปฏิบัติไปแล้วมันต้องมีความเพียร ความวิริยะ ความอดุสหา
การงานทำแล้วมันต้องเหน็ดเหนื่อยเป็นเรื่องธรรมดา คนมันจะทำการงานแล้วไม่รู้จักเหนื่อย
รู้จักเพลียเลย ใ้มันมันเป็นงานที่ไหน ถ้ามันเป็นงานแล้ว สิ่งที่ยืนอยู่ข้างหน้าคือความอุปสรรค
ขัดขวางอยู่ข้างหน้าอยู่แล้ว แต่! แต่ถ้ามันได้ผล ได้ผล เราทำแล้วมันได้ประโยชน์กับเรา
จากที่ เวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะ มันจะเป็นวิวัฏฏะจิตที่ออกจากวัฏฏะไป มันเป็น
ความมหัศจรรย์

ความมหัศจรรย์ตรงไหน ความมหัศจรรย์ที่ว่าขนาดที่ว่า ศาสนาจะบังเกิดขึ้นมา
ได้ด้วยองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ๔ อสงไขย ๘ อสงไขย ๑๖ อสงไขย กว่า
จะตรัสรู้ธรรมเป็นองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ายังต้องได้สร้างบุญญาธิการมาขนาด
นั้น แล้วเวลาบุญเต็มแล้ว บุญเหมาะสมแล้วถึงได้มาตรัสรู้เป็นองค์สมเด็จพระ
สัมมาสัมพุทธเจ้า สิ่งมหัศจรรย์ขนาดนั้น ผู้ที่จะเป็นศาสดา ผู้ที่ขุดค้นสัจธรรมขึ้นมา
ยังต้องสร้างอำนาจวาสนาบารมีมาขนาดนั้น

แล้วเราประพฤติปฏิบัติขึ้นมา เพราะเราเชื่อในธรรมวินัยขององค์สมเด็จพระสัมมา
สัมพุทธเจ้า เรามีศรัทธาความเชื่อ เราจะปฏิบัติของเรา ถ้าทำความจริง ๆ ความจริง เห็นไหม แต่
นี่ว่า คนที่เวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะมันมีทั้งบุญและบาป ทุกดวงใจเคยสร้างบุญกุศลมา แล้ว
ก็เคยทำบาปทำกรรมมาเหมือนกัน กรรมจำแนกสัตว์ให้เกิดต่างๆ กัน ความจริงนิสัยความรู้สึก
นึกคิดก็แตกต่างกัน เวลาเราประพฤติปฏิบัติขึ้นมาก็เข้าไปเผชิญหน้ากับสิ่งนี้ เข้าไปเผชิญหน้า
กับสิ่งที่เราพอใจ เราพอใจอยู่เฉยๆ ฉะนั้น พอเข้าไปเจอสิ่งใด เห็นไหม เด็กๆ หัดล้างจาน มันก็

ลูปๆ คลำๆ มันไปอย่างนั้น อู้ฮู! เหนื่อยนะ เวลาเด็กมันทำงานมันจะมาเรียกร้องเอาความชอบเลยแหละ “ทำมาทั้งวันเลยนะ เหนื่อยมากเลย” เออ! ตบมือ ดี ผีกัดๆ

แต่เวลาทำไปๆ มันเป็นหน้าที่ของเรา เราเกิดมาเราก็ต้องมีปัจจัยเครื่องอาศัย เราก็ต้องกินต้องอยู่ทั้งนั้น ความกิน ความอยู่ เราก็ต้องรู้จักประหยัดรู้จักรักษาของเรา มันเป็นหน้าที่อยู่แล้ว มันทำไปเพราะเป็นผู้ใหญ่แล้ว มันรู้ถึงว่าหน้าที่ของเรา ถ้าไม่หน้าที่ของเรากินแล้วมันจะกองอยู่นั่น ถ้วยจานกองจน ล้นบ้านใครจะดูแลละ แต่ถ้าเราทำของเราก็เป็นประโยชน์กับเรา ถ้าเป็นผู้ใหญ่ทำมันจะเข้าใจอย่างนั้น ถ้าทำอย่างนั้นแล้วมัน ถึงว่า ถ้าทำได้ผีกัดประพาศปฏิบัติขึ้นไป

แล้วถ้าคำถาม ถามว่า “แล้วความถนัดเดินจงกรม นั่งสมาธิจะรู้ได้อย่างไร”

รู้ได้โดยผู้ที่ปฏิบัติมัน ไม่ใช่รู้ได้ให้ใครเป็นคนบอก คนชี้แนะ ถ้าต้องการให้คนคอยชี้ว่าเราจะเดินหรือจะนั่ง นี่แหละช่องทางที่เราอ่อนด้อยเป็นเหยื่อให้คนที่เข้ามาบงการชีวิตเรา แต่ถ้าเป็นการกระทำของเรา เหมือนคนทานอาหาร ถ้าคนเคยทานอาหารสิ่งใดมา เขาก็ชอบทานอาหารสิ่งนั้น นี่ก็เหมือนกัน จิต ดวงใจได้สร้างบุญกุศลมาอย่างใด มันก็ชอบอย่างนั้น ไม่ใช่มีใครจะมาชี้แนะได้ ไม่มีใครจะบงการได้ว่าเราจะต้องเป็นอย่างนั้นๆ เป็นอย่างนั้น มันจะเป็นอย่างนั้นๆ เป็นอย่างนั้นเพราะเราทำมา เราได้สร้างบุญกุศลมา ได้สร้างบาปมา มันถึงเป็นอย่างนั้น

แล้วถ้าเป็นอย่างนั้นปั๊บ เวลาเราไปแก้ ไปแก้ เราปฏิบัติไปถ้าเราไปแก้ มันไปตรงกับกิเลส เห็นไหม มันไปแก้กิเลสได้ นั่นก็เป็นบุญกุศลของเรา เวลาคนที่ประพาศปฏิบัติเราทำอย่างไร ทำอย่างไร ทำอย่างไรก็ได้แล้วแต่ให้มันตรงกับกิเลสของเรา ทำอย่างไรก็ได้เข้าไปลบล้างทำความสะอาดในใจของเรา นั่นแหละจะ นั่นแหละความจริง

ฉะนั้น ไม่ต้องรอให้ใครมาบงการชีวิต เว้นไว้แต่อย่างพวกเราผู้ที่นักปฏิบัติ เราประพาศปฏิบัติขึ้นมา เราก็อยากได้ความจริงใช่ไหม เราก็อยากได้ครูบาอาจารย์ที่เป็นจริง ถ้าครูบาอาจารย์ที่เป็นจริงท่านคอยตรวจสอบเรา ตรวจสอบเราอันนี้สำคัญ แต่ถ้ามีครูบาอาจารย์ที่ดี ท่านจะชี้ไปในแนวทาง ที่ดี ถ้าครูบาอาจารย์ที่ดี เห็นไหม ครูบาอาจารย์ของเรา หลวงตา หลวงปู่เจ้ายะท่านชี้บอกนุ่นเข้าป่าไป เข้าป่าไป

ครูบาอาจารย์ที่ดีท่านจะชี้ให้ไปชัยภูมิที่ดี ให้เข้าป่าเข้าเขาไป เพราะ เพราะครูบาอาจารย์ท่านนั่งรอเราอยู่แล้ว เอ็งเข้าป่าเข้าเขาไปประพาศปฏิบัติขึ้นมาให้มันมีอุปสรรคขึ้นมา ให้มันมีเหตุการณ์ขึ้นมา แล้วมาถามท่าน มาถามท่าน เวลาใครมาท่านต้องการตรงนี้ ครูบาอาจารย์ของเราต้องการผู้ที่ ประพาศปฏิบัติแล้วมีอุปสรรค แล้วมาหาเรา มาหาเรา ถ้าสบายแล้วไม่ต้องมา ถ้าสบาย คนสบายแล้ว คนมีอยู่มีกินแล้วไม่ต้องมา อยู่บ้านเอ็งก็มีอยู่มีกินแล้ว เวลาเอ็งทุกข์เอ็งยากสิ เอ็งอ้าปากไม่ได้ ตักอาหารเข้าปากไม่ได้ มันมีอุปสรรค นั้นละมา มา มันต้องแก้อย่างไร

นี่ก็เหมือนกัน แต่เวลาที่เอ็งยังไม่มีอุปสรรคเลย มีประโยชน์อะไร ฉะนั้น ครูบาอาจารย์ของเราที่เป็นครูบา-อาจารย์ที่ดี ท่านจะไล่ให้เราเข้าป่าเข้าเขา คำว่า “เข้าป่าเข้าเขา” หมายความว่า เข้าไปในที่สงัดวิเวก แล้วฝึกหัดประพาศปฏิบัติคือเข้าไปรื้อค้น เข้าไปค้นคว้า เข้าไปตามความเป็นจริงให้มันเกิดขึ้น ไม่ใช่มาอยู่กันอย่างนี้ กองกันอยู่อย่างนี้แล้วมันจะภาวนาเป็น มันจะมีความจริงในใจขึ้นมามันไม่มี มันไม่มีเพราะอะไร เพราะใจมันไม่ได้ทำไง

คือ มันมานอนกองกันอยู่มันก็เกรงใจกันใช่ไหม จะทำ อะไรก็กระทบกระเทือนใช่ไหม จะทำก็มีการเขินอายกันใช่ไหม จะปฏิบัติขึ้นมา แต่ถ้าเอ็งเข้าป่าเข้าเขาไป ไปอยู่คนเดียว ไปอยู่ในที่สงบสงัด ไปอยู่ที่ไม่มีใครคอยเพ่งโทษ จะทำอะไรก็ได้ ถ้าซื่อสัตย์มันก็จะเดินจงกรม นั่งสมาธิภาวนา ถ้ามันไม่ซื่อสัตย์มันก็ไปนอนนั่น ไปนอนไปกินอยู่นั่นออกมาก็ไม่เป็นประโยชน์อะไรทั้งสิ้น ฉะนั้น ครูบาอาจารย์ที่เป็นจริงท่านจะไล่เข้าป่า เข้าเขาไปเพื่อให้ไปประพาศปฏิบัติ เวลาคนประพาศปฏิบัติแล้วมันจะมีอุปสรรค มีสิ่งกีดขวาง แล้วตอนนั้นแหละอาจารย์จะสำคัญ ตอนนั้นละมาได้เลย ครูบาอาจารย์ท่านจะรอดตอนนั้น

ฉะนั้น เวลาที่ว่า “เราจะถนัดการเดินจงกรม หรือนั่งสมาธิภาวนา”

มันอยู่ที่จิตนิสัยของเรา อยู่ที่ว่ากระทำของเรา ไม่ต้อง ไปแสวงหาให้ใครเป็นคนบอก ว่าเราจะทำอะไร ทำสิ่งใด ถ้าเราแสวงหาสิ่งนั้น แล้วคนที่ชี้เขาเป็นหรือเปล่า ถ้าไปเจอครูบาอาจารย์ ที่ดีก็เป็นโชค โชควาสนานะ ถ้าไปเจอครูบาอาจารย์ที่ไม่เป็น ถ้า ไม่รู้ด้วยยุ่งเลย “ก็อย่างนี้สิ ก็อย่างนี้สิ” มันก็เป็นรูปแบบไป ตอนนี้อย่าไม่ต้องใช้คนแล้ว เขาใช้หุ่นยนต์ โรงงานใช้หุ่นยนต์ทั้งนั้น

นี่ก็เหมือนกัน ถ้าจะให้สวยงาม หุ่นยนต์สิ นั่งสมาธิสวยๆ แล้วถ่ายรูปกัน เดินจงกรมสวยๆ แล้วใจมันสวยด้วยไหม นั่งสมาธิสวยๆ ใจมันสวยด้วยหรือเปล่า ใช้น้ำมันหุ่นยนต์ หุ่นยนต์ในพระพุทธศาสนาไม่ต้องการ ต้องการหัวใจ ต้องการจิตตภาวนา จิตของพวกเราฝึกหัดภาวนา ให้จิตของเราพัฒนาขึ้น สมบูรณ์ขึ้น ดีขึ้น นั่นละเป็นหนทางของคนคนนั้น

ฉะนั้น จะถนัดในการเดินจงกรมหรือนั่งสมาธิไม่สำคัญ สำคัญที่เราประพฤติปฏิบัติแล้วเข้าสู่มรรค ทุกข์ เหตุให้เกิดทุกข์ ทุกข์ดับ วิธีการดับทุกข์ นั้นสำคัญ ฉะนั้นแต่ความถนัดมันเป็นเรื่องถนัดแล้วทำสะดวก ทำคล่องตัว แล้วทำได้นาน อันนี้เป็นวิธีการเฉยๆ เป็นกิริยา กิริยาการกระทำ แต่จริงๆ แล้วต้องการให้จิตเกิดมรรคเกิดผล ต้องการให้จิตเกิดศีล สมาธิ ปัญญา แต่กิริยาเราก็เอาไว้เป็นแนวทางในการปฏิบัติเท่านั้น อย่าไปสงสัยจนต้องแสวงหาให้ใครเป็นคนบอกทาง มันก็เลยไปเข้าทางคนที่เขารอผลประโยชน์ รอเหยื่ออยู่นั่นนะ เราไม่ใช่เหยื่อเพื่อจะให้ใครมาครอบงำ จบ

ถาม : เรื่อง “กราบขอพระคุณสำหรับคำตอบเจ้าค่ะ”

กราบนมัสการหลวงพ่อด้วยความเคารพอย่างสูง

ได้รับคำตอบจากหลวงพ่อด้วยแล้ว จากกัณฑ์ที่ชื่อว่า “ไม่รู้แล้วทำ” ที่ว่ามีโครงกระดูกมาเดินด้วย หลวงพ่อดือนโยม จึงอยากขอโอกาสเล่าถึงผลการปฏิบัติพิจารณากาย และภาวนาพุทโธในอดีตของโยมเมื่อ ๒ ปีก่อนค่ะ ตอนนั้นขยันมากๆ เดินจงกรมและนั่งสมาธิสลับกันทั้งวันค่ะ ผลที่เกิดขึ้นคือพังอสุภะที่วิปัสสนิกไว้ข้างหน้า มันพังและวูบดูดเข้ามาถึงกลางอก เห็นเป็นก้อนกลมสีขาวขนาดประมาณหนึ่งนิ้ว ช่วอกหายไปทั้งท่อน ออกจากสมาธิก็ไม่อยากพูดจากับใคร แต่ไม่ก็วินาทีที่เสื่อมค่ะ

เคยนึกในใจกำหนดให้คนเป็นกองดิน คนที่นั่งอยู่ก็ร่วงเป็นกองดินทั้งหมดค่ะ ไม่เห็นคนเต็มศาลาเลย เป็นกองดินไปหมด หนูเห็นจริงๆ ตอนลืมนตา ไม่ได้นึกมโนเองค่ะ ตอนนั่งสมาธิอยู่เห็นหน้าผู้ชายลอยมา แล้วสักพักก็เริ่มบวมซ้ากลายเป็นคนตาย เป็นเนื้อคนหลุดร่วงลงมากลายเป็นหน้ากระดูก ซึ่งคมชัดเสมือนจริงกว่าที่เห็นภาพที่ไหนค่ะ

เคยนั่งสมาธิได้นานเป็น ๒ ชั่วโมง นึกคิด คิดในร่างกายเผ่าส่วนที่เจ็บ พยายามแยกส่วนต่างๆ อยู่ จนเจ็บหายไปเป็นปลิดทิ้ง ตอนที่เดินจงกรมอยู่มีโครงกระดูกมาเดินด้วยข้างๆ ค่ะ

เหมือนจริงมาก ๆ ทั้งการเดินสมจริงมาก หนูหันไปมองมัน มันก็มองหนูเป็นกระจกสะท้อน ตอนนั้นไม่ทราบว่าจะทำอย่างไร จึงจูงมือกันเดินจงกรมไปด้วยกันเฉย ๆ ค่ะ เห็นตัวเองในกระจกเป็นอสุภะ น่าเกลียดมาก ขนลุกเกรียวเลยคะ จากนั้นหลวงพ่อก็ สอนได้ให้ขั้นตอนปฏิบัติขั้นต่อมา แต่หนูทำแล้วไม่ลงใจคะ จึงได้หยุดไปคะ คงเป็นบุญกรรมของหนูด้วยคะ

มีบางครั้งจู่ ๆ โลกก็เงียบ เหมือนมันมารวมที่กลางอก สมองกับจิตมันคนละส่วนกัน จิตมันพูดได้มันสอนธรรมะออกมาเป็นเสียงเล็กๆ ค่ะ มันไววายว่าไม่อยากกลับมาเกิด และอีกครั้ง มันก็บอกว่าคนคนนี้จะกำลังชวนคุยกับหนู เขาเป็นธาตุ ๔ บางครั้งถึงกับต้องหาสมมุติมาแสดงออก ให้เข้ากับโลก หนูนึกคิดว่าจะทำตัวอย่างไว้ในสถานการณ์นั้น

กราบเท้าหลวงพ่อบุญคุณเมตตาวิเคราะห้ผลที่เกิดขึ้นด้วยนะคะว่า ถูกต้องไหม ข้อใดผิดพลาดทั้งนี้ทั้งนั้นหนูไม่เคยมีหลักใจเลยคะ เวลาออกสมาธิมาก็เหมือนคนปกติ ไม่ได้บริกรรมพุทโธ พอผลออกก็เหมือนว่าเชือกขาดคะ ตอนนี้นั่งภาวนาพุทโธคะ อาจจะสลับกับพิจารณากายบ้าง หากทำแล้วไม่ออกแวกคะ

กราบขอบพระคุณหลวงพ่อบุญคุณเมตตาวิเคราะห้ผลที่เกิดขึ้นด้วยนะคะ ช่วงนี้หนูภาวนาทุกวันคะ

ตอบ : เราจะบอกว่า เวลาภาวนาขึ้นมาแล้วถ้ามันเป็นสัจจะเป็นความจริงนะ เป็นสัมมาทิฐิ ความเห็นถูกต้องดีงามมันจะมีหลักเกณฑ์ของมัน ถ้ามีหลักเกณฑ์ของมันจะมีสติสัมปชัญญะ ไม่ใช่พลั้งๆ เผลอๆ ไม่ใช่พลั้งๆ เผลอๆ แล้วนึกเอา สิ่งที่ทำมาๆ เขาบอกว่ากราบหลวงพ่อดด้วยความเคารพอย่างสูง ได้รับคำตอบจากหลวงพ่อบุญคุณเมตตาวิเคราะห้ผลที่เกิดขึ้นด้วยนะคะ จากกัณฑ์ที่ชื่อว่า “ไม่รู้แล้วทำ ไม่รู้แล้วทำ”

ไม่รู้แล้วทำ เราแปลกใจ เราแปลกใจคำว่า “ฟังอสุภะเข้าไป” พอฟังอสุภะเข้าไป ใ้ฉันมันเป็นจินตมยปัญญา คำว่า “จินตมยปัญญา” มันมีรูปแบบ มันมีการกระทำ แต่ถ้าเป็นธรรมะ ธรรมะ เวลามันเกิดขึ้นมาเป็นปัจจุบันมันไม่มีเขามิเรา มันจะเป็นปัจจุบัน แล้วมันจะมีรสชาติแตกต่างกันมาก ไ้กรณีอย่างนี้มัน ฟังเข้าไปมันเป็นวิปัสสนิก คำว่า “วิปัสสนิก วิปัสสนิก” มันมีที่มาที่ไปแล้วมันจำได้แม่นนะ แต่ถ้าเป็นความจริงๆ บางทีมันคิดไม่ออกหรอก

ฉะนั้น สิ่งที่เขาบอกว่า “เขาฟังอสุภะเข้าไป” เราแปลกใจ แล้วเราแปลกใจมาก พอเราแปลกใจมากเพราะอะไร มันไม่เป็นความจริง ถ้าไม่เป็นความจริงนะ ถ้าไม่เป็นความจริง เรา

ถึงเวลาบอกว่า “ไม่รู้แล้วทำ” เราเป็นห่วงไง เราเป็นห่วงเพราะอะไร เพราะโดยสถิติของกรมสุขภาพจิต ๓๐ เปอร์เซนต์เป็นโรคซึมเศร้า ๓๐ เปอร์เซนต์ของประชากรไทย เป็นโรคซึมเศร้า เวลาโรคซึมเศร้า พวกจิตเภท เวลาภาวนาไปจะมี ปัญหา

เรานั่งอยู่เนี่ย เวลาคนเขียนปัญหาถามมา ถามมา บางทีถามกันตอบกัน ใ๊ฮ้อ! ชัดเจนเลยนะเพราะอะไร เพราะเราบวชใหม่ๆ เราไปถามครูบาอาจารย์ ไปไหนมาสามวาสองศอก เวลาถามอย่างตอบอย่าง ถามมาตอบข้าง ถามข้างตอบว่าตอบควายไปนู่นนะ เวลามันไม่เป็นนะถึงอยู่เนี่ย เพราะอย่างนั้นเราถึงพยายามจะตอบปัญหาอยู่เนี่ย นี่พอตอบปัญหาไป ตอบปัญหาไป เวลาคนตอบปัญหา เวลาเราไปหาครูบาอาจารย์ ครูบาอาจารย์ที่รอเหยื่ออยู่เยอะมาก แล้วพวกนี้ไม่มีหลักเกณฑ์ จะอะไรก็แล้วแต่ก็จะอนุโลมไปกับเขา ยกย่องเชิดชูเขาเพื่อหวังลาภสักการะ

แต่ถ้าเป็นจริงๆ เห็นไหม เป็นจริง พอเป็นจริงขึ้นมาถ้าเป็นจริงเพราะเราตอบปัญหาอย่างนี้ มันมีคนที่ตอบแล้วไม่พอใจมาหาเรา พอเห็นตัวจริงๆ ใ๊ฮ้อ! งงเลยนะ คือแบบว่าตาลอยหมดเลย นุ่งชุดขาวมา แล้วเวลาถามอะไรมาบังคับจะให้ เป็น บังคับให้เป็น คนเราถ้าไม่ปกติเป็นอย่างนั้น แล้วเราเจอกับตัว มาที่วัดหลายคนมาก ๓ - ๔ คนแล้วแหละ เวลาถามปัญหามาอย่างนี้ แล้วเวลาปรากฏตัวจริงขึ้นมาจะมาถามปัญหา คือไม่ปกติว่าอย่างนั้นเลย

ฉะนั้น เวลาไม่ปกติบ๊ีบ แล้วเราติดตามข่าวสาร กรมสุขภาพจิต ๓๐ เปอร์เซนต์ของประชากรไทยเป็นโรคซึมเศร้า ๓ ล้านคนไม่แสดงอาการเพราะอะไร เพราะอายยังเด็กอยู่ ยังไม่แสดงอาการ เวลาจิตมันผิดปกติอย่างนี้เวลาภาวนาไปมันจะเกิดปัญหาร้อยแปด ถ้าเกิดปัญหาร้อยแปด วันนั้นคำถามนี้มา ภาษาเรานะ เราห่วงชีวิตมนุษย์ เราห่วงคน คนคนหนึ่งมันไม่ควรจะผิดปกติไปมาก คนคนหนึ่งถ้ามีความผิดปกติควรไปหาหมอ จิตแพทย์ ให้จิตแพทย์วิเคราะห์ แล้วยามันช่วยบำรุงรักษาให้คนคนนั้นไม่ต้องทุกข์ยากจนเกินไป

เราถึงได้แนะนำว่าให้ไปหาหมอ ให้ไปหาหมอ อย่างไรก็ตามแบบว่า ๓๐ บาทรักษาทุกโรค มันมีโอกาสที่เราจะไปพบแพทย์ได้ แล้วถ้าพบแพทย์ได้ ถ้ามีปัญหาเราถึงไม่พูดอย่างนั้นแล้วเพราะอะไร เพราะคำว่า “พึ่งอสุภะ” เพราะมันไม่มีอยู่ใน วงกรรมฐาน อสุภะมันจะพึ่ง

อย่างไร แล้วคนจะเห็นอสุภะจะเห็นอย่างไร ก็ใ้คนที่เห็นกายๆ ขอให้เห็นกายก็เห็นแสนยากอยู่แล้ว

คนที่เห็นกายนะ เพราะในการประพจน์ปฏิบัติโดยลำดับๆ นะ ปุณฺณ กัลยาณปุณฺณ เวลายกขึ้นสู่วิปัสสนาคือการเห็นกาย เห็นกายกายานุปัสสนา เวลากายานุปัสสนานี้เป็นอสุภะหรือไม่ กายานุปัสสนายังไม่เป็นอสุภะ เป็นกายานุปัสสนา มันเป็น สติปัฏฐาน ๔ เวลาพิจารณาไปแล้ว โสดาปัตติมรรค โสดา- ปัตติผล สกิทาคามีมรรค สกิทาคามีผล อนาคามีมรรค อนาคามีผล อสุภะจะไปเกิดตรงนั้น อสุภะเจอแน่นอน ถ้าคนภาวนาไปโดยขั้นโดยตอน

บอกว่า “อยู่ดีๆ ก็มีอสุภะ แล้วพังอสุภะ” มันแบบว่า มันเหมือนกับภาวนาเก่งเกินไป มันเหมือนกับคนที่ฝึกหัดภาวนา แหม! ทำไมมันเก่ง เก่งผิดปกติ พอมันเก่งผิดปกติแล้วเราถึงแปลกใจตั้งแต่ตอนนั้น พอแปลกใจปั๊บ ถ้าจะพูดถึงการส่งเสริมในการภาวนาเขาบอกว่า “ต้องภาวนาเลย ตั้งสติเต็มที่เลย แล้ว ทำสมาธิให้เข้มแข็ง แล้ววิปัสสนาไปเลย” แล้วถ้าเกิดมันมีอาการที่ผิดปกติ พอส่งเสริมอย่างนี้ไปมันก็ยิ่งทำให้อาการหนักขึ้น เพราะมันจะสร้างภาพขึ้น ทำให้หัวใจนี้ผิดปกติไปมากขึ้น

เราห่วงตรงนั้นไง เราถึงบอกว่าให้วางซะ แล้วกลับมา พุทฺโธ แล้วเสนอว่าให้ไปหาจิตแพทย์ด้วย เพราะ เพราะเราต้องการให้ทุกๆ คนเป็นคนปกติ มีสติสัมปชัญญะเพื่อตัวเราเอง แล้วถ้าตัวเองอันนี้ถ้ามันประพจน์ปฏิบัติตามความเป็นจริง บังคับตั้ง สันติภูมิโก มันจะรู้จำเพาะในหัวใจของตน แล้วถ้า ดึงามขึ้นมา

ฉะนั้น ที่บอกว่า “สิ่งที่ว่าหลงพอเตือนว่าไม่รู้แล้วทำ ไซ้ใหม่ แล้วสิ่งที่เขาว่าให้วิเคราะห์การกระทำของเขา” การกระทำ อย่างนี้มันเป็นไปไม่ได้ มันเป็นไปไม่ได้ “พังอสุภะที่วิปัสสนิกไว้ข้างหน้ามันใช้ไม่ได้แล้ว แล้วมันดูเข้าไป มันดูเข้าไป มันเป็นก้อนกลมๆ สีๆอะไรเนี่ย” เวลาภาวนาไป ถ้าจิตมันสงบแล้ว ถ้าเห็นนิมิตต่างๆ มันร้อยแปด ถ้าเห็นเป็นขุ่นเป็นอะไร ใ้เนี่ย เพราะจิตของเราเอง พอมันสร้างเรื่อง มันสร้างภาพขึ้นมาเป็นเรื่องอะไรแล้วแต่ มันก็ลำดับเรื่องนั้นมา สร้างขึ้นมา แล้วเราก็ จำสิ่งที่เราสร้างขึ้นมาจากที่หลงตาทำนบเกิดดับ เกิดดับ แต่สติปัญญาเราไม่ทัน

เวลามันสร้างเรื่องขึ้นมา สร้างให้เกิดขึ้นมาบนใจของเรา พอสร้างเรื่องเกิดขึ้นมาในใจของเรา แล้วเราก็ไปติดเรื่องที่เราสร้างไว้เองไง พอติดเรื่องที่เราสร้างไว้เอง ทีนี้ก็เอาเรื่องที่สร้างไว้เองเป็นกิจจะลักษณะ เป็นจริงเป็นจังขึ้นมา จะต้องทำอย่างนั้น มันไม่ใช่! มันเป็นเรื่องที่สร้างขึ้นมา มันถึงบอกว่า สร้างขึ้นมา ถ้าเรารู้ทันแล้วก็วาง เหมือนกับคนที่พูดกับเราแล้วเราเข้าใจผิด ถ้าเราเข้าใจผิด พอเราเข้าใจถูกแล้ว ใจความเข้าใจผิดก็ควรจะหายไป

ใจนี้ก็เหมือนกัน การที่มันภาวนาไปแล้วฟังสูกะเข้าไป จิตเป็นอย่างนั้น ความเห็นที่กิเลสมันสร้างมาให้ ถ้าเรารู้แล้ว เราวางไว้ มันก็จบ แต่จริงๆ แล้วมันไม่จบ พอคิดไปอันนี้คือผลงาน เหมือนคนทำงานได้ผลงานแล้วจะเก็บไว้เป็นผลงานของตน เวลาไปทำงาน หนูเคยผ่านงานมา ๕ ปี มันจะเอาผลงาน แต่ผลงานมันไม่ควรเป็นผลงานหนึ่ง

นี่คำที่ต่อเนื่องมานะ “เคยนึกในใจกำหนดให้คนเป็นกองดิน แล้วมองไปในศาลา คนเนียเป็นกองดินเต็มศาลาเลย” อันนี้เราไม่เชื่อเลยว่ามันเป็นความจริงขึ้นมาได้นะ แต่! แต่มันมีอยู่ในพระไตรปิฎก แล้วหลวงตาท่านพูดบ่อย ท่านพูดบ่อยนะ เราจำชื่อไม่ได้

มันมีสามภรรยาคนหนึ่ง แล้วภรรยาเขาหนีไป สามีเขาตามมา ตามมา พอดีมีพระ พระสมัยพุทธกาลท่านไปวิเวกภาวนาอยู่ในป่า ในป่าเดินจงกรมอยู่ ท่านเดินจงกรมของท่านอยู่ ฉะนั้น เวลาสามีเขาตามมา ไปเจอพระก็ถามพระว่า “ภรรยาของเขาเดินมาทางนี้เห็นไหม” พระท่านชือสัตย์นะ เวลาเป็นจริง “ไม่เห็น ผู้หญิงมา ไม่เห็นผู้หญิงผู้ชายมา เห็นแต่โครงกระดูกเดินมา แล้วก็เดินผ่านไป” เวลาจิตของคนถ้ามันดี ๆ นะ จิตนะเรื่องที่ว่าเห็นเป็นโครงกระดูกเลย เห็นเป็นอะไร จะเห็นได้ต้องจิตขนาดนั้น แล้วนั่นภาษาเราว่าอนาคามิมรรค มันไม่ใช่คนหย่าเปอย่างเรา จะเห็น จะเห็น มันเป็นไปไม่ได้หรอก มันเป็นไปไม่ได้

ฉะนั้น สิ่งที่ว่าเวลาอย่างนี้บ๊บ เวลามองไปเห็นคนเป็น กองกระดูกไปหมดเลย จริงๆ เราไม่เชื่อเลยนะ เราไม่เชื่อผู้ถาม แต่เราเชื่อในการวิปัสสนาที่เป็นจริงได้ เราเชื่อถึงอริยสัจถึงสัจจะความจริง ถึงผู้ที่กระทำได้มี แต่ผู้ที่กระทำได้มีเขาต้องมีพื้นฐานมาก่อน ปุถุชน กัลยาณปุถุชน โสดาปัตติมรรค โสดา-ปัตติผล สกิทาคามิมรรค สกิทาคามิผล อนาคามิมรรค นั้น ถ้าวางนั้นมองไป โอ้โฮ! ทะลุ ทะลุหมดเลย

ครูบาอาจารย์ที่ท่านภาวนาเป็นนะ เวลานั้นอยู่อย่างนี้ หลายองค์นะ กรรมฐาน ครูบาอาจารย์ของเรามองโยมทะลุหมด เลย มองไปที่โยมเห็นกระดูกนั่งอยู่ที่นี่ เวลาครูบาอาจารย์มองไปทะลุตับไตเลย เห็นตับเห็นหัวใจเลย ถ้าเวลาจิตมันชัดเจนของมัน พลังของสมาธิ พลังของปัญญา แล้วบอกว่าสมมุติคือ ตั้งให้มันเป็นปัจจุบัน คือให้มันเป็นปัจจุบัน ไม่ให้เป็นอริยสัจ เห็นอยู่อย่างนี้ปกติ ครูบาอาจารย์ท่านเป็นอย่างนี้เยอะเยอะ แต่ต้องคนเป็นจริง มองไปทะลุหมดเลย

แต่มันต้องอยู่ในระหว่างนั้น มันเหมือนแสงเลเซอร์ หรือเครื่องมือวิทยาศาสตร์ที่มันจะทำงานได้ เครื่องมือแพทย์ถ้าเขาไม่เปิดเครื่องให้มันทำงาน มันก็ไม่ทำงานจริงไหม เครื่องมือแพทย์เวลาเขาคดปุ่นนะ อย่างเข้าอุโมงค์ ถ้าเขาปิดเครื่องไว้มันก็ไม่ได้ทำงานนะ แต่พอเขาเปิดเครื่องปั๊บนะ เขาเอาคนไข้ขึ้นมา แล้วเลื่อนเข้าไปในอุโมงค์ อู๋! มันเห็นหมดเลย

คำว่า “เวลาทำงาน” คือจิตของคนที่มีปฏิบัติ จิตของ ครูบาอาจารย์เรา โสดาปัตติมรรค โสดาปัตติผล สกิทาคามิมรรค สกิทาคามีผล คือว่าบุคคล ๔ คู่ ถ้ามันยกขึ้น ถ้ามันทำงาน มันจะเห็นอย่างทีพูด เห็นเป็นโครงกระดูก เห็นทะลุหมดละ เห็นเลย แต่ถ้ามันปิดเครื่องก็ไม่ได้ทำงาน ปิดเครื่องนะ ให้สอดเข้าไปอุโมงค์ ยัดเข้าไปเลย ไม่เห็นอะไรเลย มีดตีตื้อตื้อ เพราะ มันไม่ได้เปิดเครื่อง ไม่ได้ทำงาน

ฉะนั้น เขาบอกว่า “เขานี้กำหนดเห็นคนเป็นกองดิน นั่งอยู่ร่วงลงกองเป็นดินไปหมดเลย มองไปในศาลา” เราไม่เชื่อ ไม่เชื่อ ไม่เชื่อว่าเห็นจริงอย่างนั้น แต่! แต่เขาเห็นจริง เขาเห็นจริงเพราะอย่างที่ว่าเขาเห็นจริงโดยจิตของเขา โดยความเป็นไปของเขา แต่โดยอริยสัจเราไม่เชื่อ เราถึงไม่เชื่อเลย

“ตอนที่นั่งอยู่ นั่งเห็นหน้าผู้ชายลอยมา สักพักหนึ่งมองไปหน้าบวมซ้ำ กลายเป็นคนตาย เนื้อหลุดลง” ใ้กรณีย่างนี้ เวลาแม่ชีแก้วท่านก็ทำแบบนี้ เวลาพิจารณา เนื้อนี้ละลายหมดเลย ละลายกลายไปหมดเลย เหลือแต่หัวใจอยู่อันหนึ่ง แม่ชีแก้ว ก็ทำ แต่มันต้องทำความเป็นจริง เวลาพูด เห็นไหม เวลาพูด เพราะเรื่องแม่ชีแก้ว เวลาหลวงปู่มั่นท่านเทศนาว่าการนะ ถ้าสิ่งใดที่สำคัญ สำคัญ ข้ามไป ข้ามไป กิเลสนี้ร้ายนัก กิเลสพอไปจ่าอะไรได้แล้วมันจะสร้างภาพ แล้วถ้า

สร้างภาพ ถ้าเราเป็นสุภาพบุรุษ เราเป็นนักภวานา เราต้องการความเป็นจริง เราไม่ต้องการให้
กิเลสหลอก

ถ้ามันเกิดอาการแบบนี้เราไม่เชื่อ พิสูจน์ ถ้าพิสูจน์แล้ว มันเป็นจริงไหม มันไม่เป็นจริง
ไม่เป็นจริงเพราะอะไร เพราะจิตมันไม่สงบ มันไม่เป็นจริงตั้งแต่เริ่มต้นเลย

ถ้าเริ่มต้นนะอย่างที่ว่า เวลาเริ่มต้นขึ้นมาหายใจเข้านี้กพุท หายใจออกนี้โก แมชีแก้ว
นะ โอ้โฮ! รู้เทวดา อินทร์ พรหม รู้ไปหมด วันไหนไม่รู้อะไรก็เหมือนไม่ได้ภวานาเลย ขึ้นไปหา
หลวงตานะ หลวงตาไล่ลงจากภูเขาเลย **“รู้ข้างนอกไม่มีความสำคัญ”** รู้ข้างนอก ทางนี้กล้ง
จุลทรรศน์รู้ดีกว่า เราารู้ดีกว่า กล้องเดี่ยวนี้ดาวเทียมส่องมาในโลกนี้มันรู้ดีกว่า ท่านไม่เอา ไล่
ลงจากภูเขาเลย ท่านบอก “เอ๊ะ! จะหาที่พึ่งไม่ได้” ท่านจะทำของท่าน หายใจเข้านี้กพุท หายใจ
ออกนี้โก ถ้าแมชีแก้วจะเอาจริงเอางี้ จนแมชีแก้วต้องยอม ยอมขึ้นไป กลับขึ้นไปหาท่าน
ท่านบอกว่า “ส่งออกบ้างก็ได้ อยู่ข้างในบ้างก็ได้”

เพราะคนภวานา คำว่า “จิตด้าน จิตด้าน” จิตมันเคย แล้วเอาไม่อยู่หรอก มารในหัวใจ
มันมีอำนาจเหนือจิตดวงนั้น แล้ว อยู่ๆ วันหนึ่งจิตดวงนั้นจะมีสติสัมปชัญญะกลับไปชนะมาร
มันเป็นไปไม่ได้ แต่ครูบาอาจารย์ท่านรู้ว่าถ้าทำจริงมันทำได้ แต่คน ที่ทำทำไม่ได้ พอทำไม่ได้
ท่านถึงต่อรองใจ “ถ้ามันจะส่งออกบ้าง ไปรับรู้บ้างก็ได้ ถ้ามีสติสัมปชัญญะก็ตั้งไว้ เอาเริ่มต้น
เอาแค่นี้ก่อน” คือว่าส่งออก ๕๐ เปอร์เซ็นต์ คือปล่อยไปได้สักครึ่งหนึ่ง แต่เราก็ต้องระวังไว้
ครึ่งหนึ่ง

“ไม่ได้! ไม่ได้! ไม่ได้!”

เออ! ไม่ได้ไล่ลงเลย

สุดท้ายก็ต้องเริ่มกลับมา “ได้” พอพุทโธๆ ก็จะมาเห็นตรงที่ว่าเนี่ย เห็นว่าตัวเอง ตัวเอง
นั่งอยู่ พอจิตมันเข้าสู่อริยสัจ เข้าสู่ความจริง เห็นตัวเองนั่งอยู่ แล้วเริ่มละลายลง ละลายลงหมด
เลยนะ ละลายจนกลายเป็นธาตุเดิมของเขา นี่กายา-นุปัสสนา หน้า เนื่อ มันเป็นเรื่องที่มัน
ย่อยสลายได้ ย่อยสลายหมด พอย่อยสลายไปแล้วมีแต่หัวใจดวงหนึ่งเด่นอยู่ “เอ๊ะ! อย่างนี้

ไม่ใช่ตายหรือ” “อ้าว! ไม่ใช่ตาย ใครเป็นคนพูด” แต่ตัวเอง “เอ๊ะ! อย่างนี้ไม่ใช่ตายแล้วหรือ” หลวงปู่มันมาเลย “ไม่ใช่ตาย ยังไม่ตาย”

เวลาถ้าเห็นจริง คำว่า “เห็นจริงนะ” เห็นเห็นโดยสติสัมปชัญญะ คำว่า “เห็นจริงนะ” เหมือนกับนายแพทย์ นายแพทย์ที่รักษาอาการใช้นั้น นายแพทย์ได้เรียนตำรับตำราสมาสมบูรณ์แล้ว วินิจฉัยได้ว่าเป็นโรคภัยไข้เจ็บอะไร แล้วนายแพทย์นั้นก็จะเป็นคนให้ยาเองว่าเราจะให้ยาสิ่งใดเพื่อรักษาอาการเจ็บไข้ได้ป่วยอันนั้น การเห็นของแพทย์เห็นแล้วไม่ตื่นเต้น เห็นแล้วแพทย์อยากเห็น อยากเห็นสมุฏฐานของโรคว่าโรคอะไร เกิดจาก สิ่งใด แล้วจะให้ยาอะไร เพื่อแก้ไขโรคภัยไข้เจ็บนั้น การเห็น ของแพทย์คือการเห็นของผู้ที่มีสติสัมปชัญญะ

แต่การเห็นของคนไข้ คนไข้พอบอกว่า “เป็นอาการ อย่างนั้น อย่างนั้น” คนไข้จะถามหมอคำแรกเลย “หายไหมคะ รักษาได้ไหมคะ” คนไข้ต้องการหายอย่างเดียว แล้วคนที่ไม่ใช่คนไข้ ยิ่งไม่รับรู้สิ่งใดเลย นี่ก็เหมือนกัน อาการที่บอกว่า “เห็น คนตายเป็นกองดิน”

ถ้าเห็นอย่างนั้น สภาพแบบนั้นนะ มันจะสมบูรณ์แบบในตัวของมันเอง แต่พื้นฐานแค่พุทโธยังพุทโธไม่ได้ แค่ทำสิ่งใด ก็ทำสิ่งใดไม่ได้ ถ้าทำสิ่งใดไม่ได้มันจะเป็นประโยชน์อะไรขึ้นมาทั้งนั้นเลย กรณีอย่างนี้เราไม่เชื่อ เพราะเราไม่เชื่อขึ้นมาแล้ว พอเราไม่เชื่อขึ้นมา เราถึงบอกไม่รู้แล้วทำ ให้กลับไปหายใจเข้าลึกๆ หายใจออกลึกๆ

ใครๆ ก็ดูถูกดูแคลน บริกรรมพุทโธ ใครๆ ก็ดูถูกดูแคลน แต่บริกรรมพุทโธ กรรมฐาน ๔๐ ห้อง หลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่น ครูบาอาจารย์เราเป็นพระอรหันต์ทั้งนั้นเลย จากการซื้อสัตย์ต่อพระพุทธเจ้า หายใจเข้าลึกๆ หายใจออกลึกๆ แล้วพุทโธจนจิตมันสงบ จิตมันเป็นจริงของมัน

จิตตภาวนาถ้าจิตมันสงบ จิตมันมีสติสัมปชัญญะแล้ว ถ้าคนไม่มีวาสนาจะไม่ยกขึ้นสู่วิปัสสนา คือจะไม่เข้าสู่สติปัฏฐาน ๔ คำว่า “ภาวนาตามแนวทางสติปัฏฐาน ๔ แนวทางสติปัฏฐาน ๔” เราเห็นมาบ่อยแล้วเราเบื่อหน่าย ไร้สาระ ไร้สาระ

แต่ถ้าเป็นครูบาอาจารย์ของเราละ แนวทางสติปัฏฐาน ๔ เห็นไหม จิตสงบก่อนจะนั้น ข้อวัตรปฏิบัติของกรรมฐาน หลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่นท่านให้ทำความสงบของใจเข้ามาก่อน ทำความสงบของใจเข้ามาก่อน พอจิตสงบแล้วยกขึ้นวิปัสสนา

ถ้าจิตยกขึ้นวิปัสสนา มันจะเป็นแบบที่ว่าโยมทำนี่แหละ ถ้าคนทำได้นะบอกว่า “อู้! มองไปเป็นกองดิน” แล้วมันมองไป ข้างนอก ไม่มองมาข้างใน ถ้ามองไปข้างนอกมองไปที่ศาลา มองไปที่คน เขาไปเที่ยวป่าช้า ป่าช้ามันละลายอยู่แล้ว แต่เวลามันเป็นจริง แมชีแก้วเวลาเห็น เห็นจากภายใน เวลาเห็นจาก ภายใน เห็นจากภายในเห็นโดยสติสมบูรณ์ เห็นโดยจิตที่มีกำลัง ไม่ใช่เป็นอย่างนี้ แต่เห็น “ตอนที่นั่งสมาธิอยู่มีผู้ชายลอยมา สักพักหนึ่งก็เริ่มบวมช้า กลายเป็นเนื้อหลุดร่วงไป เห็นหน้ากระดูก” อาการอย่างนี้ มันเหมือนกับเราจะบอกว่าในทางลัทธิ ผู้ใดที่ทำสินค้า เราไปทำเลียนแบบผิดหมดละ

นี่ก็เหมือนกัน เวลาหลวงปู่ขาวท่านบอกว่าท่านพิจารณาของท่าน เวลาขั้นสุดท้ายนะ เวลาขั้นสุดท้ายท่านพิจารณาจิตนี้ พอมันพิจารณาสุภาะ พอผ่านสุภาะไปแล้วมันจะพิจารณาเศษส่วนที่ว่าอนาคา & ขั้นนั้น พอพิจารณาไปอนาคา & ขั้น แล้ว จิตมันจะเข้าไปสู่จิตเดิมแท้ จิตเดิมแท้ เข้าไปจับไม่ได้ หรอก สิ่งใดก็ไม่ได้เห็นได้ แต่เวลาหลวงปู่ขาวท่านไปเห็นของท่าน แบบที่เวลาหลวงตาท่านพูดไป ท่านว่ามองไปมันว่างหมดเลย ว่าง เห็นไหม แต่ธรรมะมาเตือนกลัวท่านหลงไป ว่าความว่างเกิดจากจุดและต่อม

นี่หลวงปู่ขาวท่านก็ไปจับตรงนี้ได้ ท่านก็พิจารณาของท่าน ว่าจุดและต่อมเปรียบเสมือนเมล็ดข้าวเปลือก เมล็ดข้าวเปลือก ถ้าไม่ได้เอามาหุงมาต้ม เมล็ดข้าวเปลือกนั้นไปลงดินมันก็จะงอกจะเกิดอีก แต่ถ้าเอามาหุงหาแล้ว เมล็ดข้าวเปลือกนั้นมันก็จะไปทำพันธุ์อีกไม่ได้ คือมันไม่มีเชื้อ ท่านพิจารณาของท่านสิ้นกิเลสไป แล้วท่านพูด เพราะหลวงตาท่านไปเอาข้อมูลเพื่อจะมาเขียนประวัติหลวงปู่มัน เพื่อมาเขียนปฏิปทากรรมฐานของเรา แล้วท่านก็เล่าให้ลูกศิษย์ฟัง

มีลูกศิษย์ของท่านเหมือนกันนะ อู้! ของเราก็คือเป็นต้นนี้ ต้นนั้น จะเป็น โอ้โฮ! พวกนี้ไม่ใช่หมดเลย ไปจำมา ถึงไม่ได้จำมา มันก็เคยได้ยินมา พอเคยได้ยินมาเวลาภาวนาไปแล้วคนเราไม่มีความสามารถ คนเรามันอ่อนด้อย มันก็สร้างภาพเรื่องอย่างนี้ ขึ้นมา เพื่อให้เหมือนหลวงปู่ขาว

สิ่งที่เขาพูด เขาพูดมา เนี่ยมาจากแมชีแก้วเกือบทั้งนั้น เลย แล้วเวลาพูดขึ้นมา ถ้าอาจารย์มันอยากหาเหยื่อ มันก็พยายามจะตอกย้ำ สร้างภาพให้นักปฏิบัติทำอย่างนั้น โอ้! ก็อปี่มันแสนง่าย ให้นึกภาพเอาเลย มันไม่ใช่หรอก มันเป็นไปไม่ได้ มันเป็นไปไม่ได้ เพราะอะไรู้ไหม มันเป็นไปไม่ได้เพราะในการปฏิบัติแต่ละขั้นแต่ละตอนมันแสนยาก แต่ทำไมมันเป็นอย่างนี้มา

ได้ ขนาดนี้ แล้วเป็นได้ขนาดนี้ ถ้าพูดภาษาเรานะ ถ้าเราภาวนา เป็นได้อย่างขนาดนี้ เราจะไม่เขียนมาถามเลย คุณจะมีความสุข คู้ย! คุณจะมีความสุข อยู่วิเวก

ไฉนยังสงสัยอยู่ มันเป็นเรื่องไร้สาระ เพราะอะไร เพราะจริงๆ แล้วโดยหลักการ เวลาปฏิบัติไปแล้วนี่คือผลไ้ ผลที่เวลาครูบาอาจารย์เราทำ ในวงกรรมฐานก็มีอย่างนี้มีมาเยอะมาก นี่ไอ้โฮ! ฟังแล้วนะเขียนมาทุกเรื่องเลย “นั่งสมาธิที่หนึ่ง ๒ - ๓ ชั่วโมง เวลาเดินจงกรมอยู่มีใครจะดูมาเดินข้างๆ เหมือนจริงมากๆ” คำถามเวลาคนรู้ได้อย่างไร พูดได้อย่างนั้น “เวลาเดินจงกรมอยู่มีคนมาเดินอยู่ข้างๆ สมจริงมากๆ พอหนู หันไปมอง มันก็มองหนูเหมือนกระจกสะท้อน”

เวลานักปฏิบัติใหม่ๆ นะ อย่างใครก็แล้วแต่ นักปฏิบัติ คนใดคนหนึ่งเป็นผู้ที่มีอำนาจวาสนา เขาก็มาฝึกหัดภาวนาของเขา เขาเดินจงกรมของเขา เวลาจิตเขาลงเขาเห็นโครงกระดูกเดินอยู่ข้างหน้า เห็นโครงกระดูกเดินอย่างนั้นนะ กะพริบตาแล้วกะพริบตาอีก แล้วมีจริงหรือเปล่า การเกิดขึ้นมาได้อย่างไร มันเกิดขึ้นได้เป็นครั้งคราว เป็นครั้งคราวบางทีเห็น เห็น เห็น อย่างนี้เห็นกายานุปัสสนาหรือเปล่า ไม่ใช่! นิमित

ครูบาอาจารย์ที่ท่านเป็น ท่านขอให้พูดมาเถอะ รู้เลยว่าภูมิธรรม ภูมิจิต ภูมิธรรมของคนมันอยู่ชั้นใด ภูมิจิต ภูมิธรรมของคนมันอยู่ชั้นใด มันรู้มันเห็นได้แค่ใด

เหมือนเด็ก อาวุธ ไฟแช็ก ห้ามไว้ใกล้มือเด็ก มีดดา หน้าไม้เก็บไว้ให้พ้นมือเด็ก เพราะเด็กเอาไปแล้วมันไปทำโทษ นี่ก็เหมือนกัน ภาวนาแค่ไหน รู้ได้อย่างไร ถ้ากรณีรู้ได้อย่างไร แล้วมันเกิดขึ้นมาได้อย่างไร เด็กๆ มันมีเงินมีทองอย่างไร เด็กๆ มีเงินพันสองพันไปโรงเรียน เสรีจเลย เพื่อนมันหลอกหมดละ เด็กๆ ไปโรงเรียนก็ ๕ บาทพอ กินขนม เด็กๆ พกเงินไปโรงเรียน ที่ห้าพัน มันเป็นไปไม่ได้ คนออกไปทำงาน ไปเจรจา มันมี ลูกศิษย์นะ เขาเป็นผู้ที่เจรจาซื้อขายน้ำมันดิบ ตกลงที่เป็นแสนๆ ล้าน เขามีหน้าที่ไปเมืองนอก ไปเจรจาไป เจรจาชื้อน้ำมันดิบ เป็นลือๆ ของปตท. นั่นนะอย่างนั้นเขาพกเงินได้ เครดิตเขาเหลือเฟือ

นี่ก็เหมือนกัน ภาวนา เวลาพูดมานะ เพราะมันมีอยู่ในกรรมฐานแต่มันเป็นเรื่องจริง เราไม่เคยเชื่อเรื่องอย่างนี้เลย สิ่งที่เขาว่า “เวลาหลวงพ่อสอนให้เป็นขั้นเป็นตอน หนูมาทำแล้วทำไม่ได้ จิ้งหูดไปละ” ไฉนมันเรื่องของเขามันเป็นวาสนาของคน แต่มันเป็นจริงๆ แล้วมันต้องเป็น

จริงในใจของตน เป็นปัจจัยตั้งในใจของตน “ที่นั่นมันอยู่บางครั้ง เขาบอกว่าเสียงที่มันเล็กๆ ขึ้นมา เวลาภาวนาไปแล้วมีเสียงขึ้นมาคุยกันแล้วบอกว่าเสียงนั้น เป็นเสียงธาตุ ๔” มันไปเรื่อย มันไม่ใช่ ฉะนั้น พอไม่ใช่ขึ้นมา ที่เขาเขียนมานี้ เขาเขียนมาให้วิเคราะห์ เขาเขียนมาแล้ว เขา บอกว่า ให้วิเคราะห์ที่เขาเป็นให้ฟัง ให้วิเคราะห์ให้เขาหน่อยหนึ่ง

เพราะสิ่งที่ทำมาเดี๋ยวจะแนะว่า เราพูดภาษาเรา เราเห็นตั้งแต่ฟังอสุภะมาแล้ว ทุกคนอยากเป็น อยากได้ คำว่า “อยากเป็น อยากได้” ความเป็นจริงนะ อย่างคำถามแรก เห็นไหม มันจะนั่งสมาธิหรือเดินจงกรมอย่างไรอยู่ที่ความถนัด แต่ใช้ที่ว่าเห็นอสุภะ อสุภะต่างๆ มันเห็น เห็นโดยนิमित เห็น โดยสร้างภาพอย่างนี้ มันไม่ได้เห็นโดยอริยสัจ

คือจิตเห็นอาการของจิต จิตเห็นอริยสัจตามความ เป็นจริง จิตจะเห็นอริยสัจตามความเป็นจริง จิตต้องทำสมาธิ- สมาธิ จิตต้องมีสติปัญญา แล้วสำคัญมาก สำคัญมากตรงครูบาอาจารย์ ถ้าครูบาอาจารย์ที่ทำมาท่านรู้ อะไรจริง อะไรปลอม

แบบเรานี่สั่งกัวยเดียวมาถ้วยหนึ่ง แล้วมันมีแต่ถ้วยจานมา มันไม่มีกัวยเดียว เราจะกินกัวยเดียวอะไร เราสั่งกัวยเดียวมาหนึ่งถ้วย มันก็ต้องมีกัวยเดียวจริงไหม มันก็ต้องมีกัวยเดียวหมู กัวยเดียวเนื้อ มันก็ต้องมีสิ่งนี้สิ่งที่มา เออ! อย่างนี้ แต่ถ้าสั่งกัวยเดียวมาถ้วยหนึ่ง แล้วได้แต่จานมา แล้วก็เตะเกียบกับช้อนมา แล้วก็ถ้วยเปล่าๆ มันจะเป็นกัวยเดียวไปได้อย่างไรละ ถ้าสั่งกัวยเดียวมา มันก็ต้องมีกัวยเดียว กัวยเดียวอะไร กัวยเดียวเปิด กัวยเดียวหมู กัวยเดียวเนื้อ

นี่ก็เหมือนกัน เวลาถ้ามันจะยกขึ้นสู่สติปัญญา ๔ ตามความเป็นจริง ถ้าจิตสงบแล้ว ครูบาอาจารย์สั่งกัวยเดียวมาก็ต้องมีกัวยเดียว แต่กัวยเดียวเองยังทำไม่เป็น กัวยเดียวเองก็ไม่อร่อย อ้าว! เองก็ปรุง เองก็ทำของเองไป พอพัฒนาขึ้นไป อย่างนี้ครูบาอาจารย์ที่เป็นจริง

ถ้าอยากเป็น อยากได้ ถ้าเป็นอธิษฐานบารมี เป้าหมายของเรา อันนี้เราเห็นด้วย แต่ถ้าภาวนาไปแล้วล้มลุกคลุกคลานอย่างนี้ แต่เราสงสัยเรื่องสุขภาพจิตมาก เราสงสัยเรื่องสุขภาพจิต ถ้าสุขภาพจิตปกติมันเป็นอย่างนี้ไม่ได้ มันเป็นอย่างนี้ไม่ได้ คือว่ามันเกิดหลายเรื่องมาก มันเกิดครบเลย ตั้งแต่ฟังอสุภะ ตั้งแต่เห็นคนกลายเป็นดินไปหมดเลย ตั้งแต่เห็นคนตายต่อหน้า เห็นโครงกระดูกมาจูงมือกันอย่างนี้ ถ้าจิตปกติมันไม่ครบองค์ประกอบอย่างนี้ มันสมบูรณ์เกินไป

โอย! ภาวนามึงเป็นทุกเรื่องเลยนะ มึงได้ทุกอย่างเลยนะ ถ้าจิตเป็นปกติก็คือคนเราเก่ง ไม่เก่งทุกเรื่องหรอก เก่งอย่างใดอย่างหนึ่ง ถ้ามันจะเกิดมันเกิดครั้งสองครั้งอย่างใดอย่างหนึ่งเท่านั้น โอย! มันเกิดทุกเรื่องเลย มีทุกประสบการณ์ของแม่ชีแก้วมีหมดเลย มันถึงแปลกใจ มันแปลกอย่างนี้ เราถึงบอกว่ามันไม่ใช่

ฉะนั้น สิ่งที่เราวิเคราะห์ นี่คือการวิเคราะห์ ไม่ได้ว่าใคร มันเป็นประโยชน์กับผู้ภาวนา ฟังไว้เป็นคติ ถ้าใครทำแล้วขอให้ทำความเป็นจริง อย่าให้กิเลสหลอก อย่าให้ใครหลอก เพราะว่าเราเองมันชีวิตของเรา เราปฏิบัติเพื่อเรา เป็นปัจเจก ตั้ง เป็นสันติภูมิโก เป็นประโยชน์กับเรา เอวัง