

กิเลสรูก

พระอาจารย์สงบ มนัสสุนโต

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๘ มิถุนายน ๒๕๖๒

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

ถาม : เรื่อง “ปิติสุขเป็นอย่างไรคะ”

ขอเรียนถามหลวงพ่อดิฉันมีอาการตัวชา มีไอร้อนออกจากกาย เป็นปิติสุขหรือเป็น
ฮอริโมนผิดปกติทางโลกคะ

ตอบ : นี่คำถามเนาะ คำถามว่า ปิติสุขคืออะไรคะ

ปิติคือสุขผู้ที่ประพฤติปฏิบัติ ผู้ที่เชื่อในหลักของพระพุทธศาสนาแล้วออกประพฤติ
ปฏิบัติโดยกรรมฐาน ๔๐ วิธีการ กรรมฐาน ๔๐ ห้อง พุทโธ ธัมโม สังโฆ พุทธานุสติ ธัมมานุสติ
สังฆานุสติ มรณานุสติ อนุสติ ๑๐ นี้พูดถึงว่ากรรมฐาน ๔๐ ห้อง เวลาปิติสุข คือปิติสุขคนที่เกิด
จากการภาวนา

คนที่ภาวนานะ จะมีความเชื่อมั่นในพระพุทธศาสนาถึงจะมาเริ่มภาวนา เวลาภาวนาๆ
ขึ้นมา เพราะโดยธรรมชาติของมนุษย์ มนุษย์ถ้าเป็นวิทยาศาสตร์ สิ่งพิสดารนี้ไม่ได้ พิสดารนี้ไม่ได้
ทางวิทยาศาสตร์เราก็ไม่เชื่อใจ นรกสวรรค์ก็ไม่เชื่อ มรรคผลก็ไม่เชื่อ ทุกอย่างไม่เชื่อทั้งสิ้น พอ
ไม่เชื่อทั้งสิ้นต้องพิสดารกัน พิสดารกันโดยวิทยาศาสตร์ วิทยาศาสตร์ก็เป็นทางวิทยาศาสตร์ไง

ถ้าเป็นเรื่องของพุทธศาสน์ พุทธศาสน์เป็นพุทธะ พุทธะ ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน ผู้รู้ๆ ในตัว
ผู้รู้นั้นหายใจเข้านี้กพุท หายใจออกนี้กโ

เวลาหายใจเข้านี้กพุท หายใจออกนี้กโ เวลามันสงบระงับเข้ามา ถ้าคนสงบเข้ามา
เป็นขณิกสมาธิคือสงบชั่วคราว สงบชั่วคราวมีความมหัศจรรย์ อุปจารสมาธิ สมาธิสงบมากขึ้น

แต่ยังรับรู้สิ่งใดๆ ได้ อับปนาสมาธิ สมาธิสักแต่ว่า ความรู้ไม่ปรากฏ มีแต่ผู้รู้เท่านั้น นั่นนะอับปนาสมาธิ นี่พูดถึงสมาธิ ถ้าเป็นสมาธิส่วนสมาธิ

เวลาคนที่ฝึกหัดภาวนาเวลาจิตมันสงบเข้ามาแล้ว พอสงบเข้ามามันก็มีความสุขของมัน พอมีความสุขของมัน มันมีปิติของมัน นี่ไง ปิติที่ว่าตัวชา ตัวพอง ตัวใหญ่ ตัวห้วนไหว มีน้ำตาไหล มีขนพองสยองเกล้า นี่คือปิติสุข ปิติสุขเกิดจากการภาวนา เกิดปิติสุข

คำว่า “เกิดปิติสุขคืออะไรคะ”

ปิติสุขก็ผลจากการภาวนาไง เวลาธรรมทั้งหลายมาแต่เหตุไฉ่ เหตุที่เราตั้งใจภาวนาของเรา เราตั้งใจหายใจเข้านี้ก็พุท หายใจออกนี้ก็โธ เราตั้งใจบริกรรมพุทโธ เราตั้งใจพิจารณากาย เอากายมาเปรียบเทียบ เวลาเปรียบเทียบขึ้นมา มันเห็นแล้วมันสลดสังเวชไฉ่

คนสังเวช ถ้าคนคิดได้ คิดได้นะ ท่อนแขนพอดตัดออกไปแล้ววางไว้มันก็เ็นเสียหายไฉ่ใหม่ หัวใจ อวัยวะสิ่งใดถ้าลองผ่าตัดออกไปแล้วมันเป็นของเสียทั้งนั้นนะ ของเสียของเ็นของบุคคลทั้งสิ้น

ถ้าเราพิจารณาอวัยวะ ๓๒ พิจารณาแล้วมันสลดมันสังเวช พิจารณาแล้วมันเห็นผลตามนั้น มันสลดสังเวช สลดสังเวช จิตใจที่มีคุณค่า แม้แต่ร่างกายอยู่กับเรา เรายังเห็นว่ามันเป็นของที่ว่าสกปรกโสโครกเลย

แต่มันไม่สกปรกโสโครก เวลาพระกรรมฐานเทศน์ ต้องอาบน้ำขัดสีฉวีวรรณทุกวันๆ มันก็ยังส่งกลิ่นเหม็นตลอดเวลา เห็นใหม่ เวลาพิจารณาไปแล้วมันเห็นตามสัจจะความจริง พอเห็นตามสัจจะความจริงมันก็ปล่อยวางๆ เข้ามา พอปล่อยวางเข้ามา ถ้ามันปล่อยวางเข้ามา มันเข้าไปถึงมีปิติๆ ปิติสุขมาก สุขจนแปลกใจ

เวลาที่เเคยเป็นนะ เเคยเป็นว่าร่างกายมันขยายใหญ่เข้าไปนั่งบนโลกนี้ โลกนี้เหมือนปลายเข็มเลย เเอนั่งอยู่บนโลกใบนี้เลย ปิตินะ

เขาถามว่า “ปิติสุขคืออะไรคะ”

ปีติสุขคือเกิดจากการภาวนา เพราะการภาวนา องค์ของสมาธิ วิตก วิจาร มันต้องเริ่มต้นจากมีวิตก วิจารใช่ไหม วิตก ถ้าเราไม่นึกพุทโธ เราไม่มีจิตไปกำหนดลมหายใจ มันจะวิตกใหม่

วิตกคือยกขึ้น วิตกคือการตั้งต้นการกระทำใด เราไม่มีการกระทำสิ่งใดเลย เราปล่อยปลະละเลยทั้งสิ้น แล้วเราบอก “ว่างๆ ว่างๆ” ว่างๆ ก็ว่างๆ แบบไม่มีสิ่งใดเลย

แต่เราวิตก จะพุทโธ ธัมโม สังโฆ จะพิจารณาซากศพ พิจารณาอัฐิ เกสา โลมา นขา ทันตา ตโจ จะพิจารณาอะไรก็ได้ วิตก วิจาร วิตก วิจาร วิตก วิจาร

หายใจเข้านึกพุท วิตก หายใจเข้านึกพุท หายใจออกนึกโธ ยกขึ้น วิตกในคำบริกรรม พุทโธๆๆ หนึ่ง สอง สาม สี่ เขาก็วิตกขึ้น วิตก จิตมันมีการกระทำ มันมีคำบริกรรมของมัน

วิจาร สิ่งที่วิตกขึ้นมาแล้วเราพิจารณาของเรา

วิตก วิจาร ปีติ มันมีปีติของมัน พอมีปีติขึ้นมา ปีติของมัน นี่องค์ของสมาธิ

ที่ว่าเป็นสมาธิๆ สมาธิมันคืออะไร สมาธิประกอบไปด้วยอะไร แล้วอะไรทำให้เป็นสมาธิ แล้วสมาธิมีคุณสมบัติอย่างไร ไม่รู้จัก “ว่างๆ ว่างๆ” นี่มันไม่มีผล

ถ้ามันมีผล วิตก วิจาร แล้วเกิดปีติ พอปีติแล้ว อู้ฮู! มันมหัศจรรย์มาก ร่างกายนี้ขนพองสยองเกล้า น้ำตาไหลพรากต่างๆ ตัวสั่น ตัวไหว ตัวคลอน จนตัวนี้ลอยขึ้นจากการนั่งสมาธิ หลวงปู่เสาร์นี่เป็น นั่งสมาธิตัวลอยขึ้นเลย ลอยขึ้นมาจากพื้นเลย นี่ปีติ

สุขมันเลยปีติไปอีก พอปีติแล้วมันก็จะอยู่อย่างนั้นนะ พอคนเคยได้ปีติแล้วนะ ใ้โฮ! มีความสุขมาก อยากให้เป็นอีก ไม่เป็นแล้ว แล้วเป็นอย่างไร เลยไปก็สุข สุขคือความเข้าใจ

ไม่ต้องว่า สุข แหม! สุขจนเราปลื้มใจดีใจ

สุขคือความเข้าใจแจ่มแจ้งในสังขาร

ปีติ สุข แล้วถ้าเรารักษาสภาของเราขึ้นมา เอกัคคตารมณ์ ตั้งมั่น จิตตั้งมั่นๆ นี่องค์ของสมาธิ

นี่เขาถามว่า “ปีติสุขคืออะไรคะ”

ผลของการปฏิบัติไง ถ้าเราประพฤติปฏิบัติขึ้นมามันถึงจะมีผล ถ้าไม่ประพฤติปฏิบัติขึ้นมา ที่ว่า “ขอถามหลวงพ่อกะ ดิฉันมีอาการตัวซ่า มีไอร้อนออกจากกาย เป็นปีติสุขหรือเป็นฮอโมนผิดปกติคะ”

คนสูบบุหรี่ คนกินเหล้าเมายามันก็ตัวซ่า คนติดเตียง คนที่เจ็บไข้ได้ป่วยมันก็ซ่า ซ่าอะไรละ คำว่า “ตัวซ่า” ตัวซ่ามันต้องว่ามาจากอะไร

คนเจ็บไข้ได้ป่วยนะ ใสนั้นเป็นปีติใหม่ เขาไม่อยากจะป่วย คนเจ็บไข้ได้ป่วยเขาอยากเป็นปกติ เขาไม่ต้องการมีอาการเจ็บไข้ได้ป่วยอย่างนั้น

แล้วนี่บอกว่ามันตัวซ่า ไอร้อน

ตัวซ่า ไอร้อนมันเกิดจากอะไรละ เกิดจากไอ้พวกเสพยาจนหลอนหรือเปล่า เดียวนี้เสพยาจนหลอนนะ จนเป็นปัญหาสังคม เราไม่รู้หรือกว่าเราอยู่ในสังคมเมื่อไหร่ไอ้คนที่มันหลุดมามันจะเอาอาวุธมาทำร้ายเรา ตัวซ่าอย่างนั้นหรือ

คำว่า “ตัวซ่า” ตัวซ่ามันต้องมีที่มาที่ไปก่อน ถ้ามันมีที่มาที่ไป เรารู้ของเราได้ ถ้าเราไม่รู้ของเราได้ ถ้ามันเป็นความจริงมันมีเหตุมีผลไง มันต้องมีเหตุมีผล มันต้องมีที่มาที่ไป ถ้าไม่มีที่มาที่ไป ตัวซ่า ซ่าอะไร มีไอร้อน ไอร้อนอะไร

ถ้ามาจากการภาวนา มาจากการภาวนานะ ภาวนาเป็นมิจฉาทิฎฐิก็ก็ได้ มีความเห็นผิดก็ได้ ภาวนาแล้วถ้าเป็นสัมมาทิฎฐิถูกต้องดีงามแล้วมันถึงจะเป็นจริงที่ว่า เกิดวิตก วิจารณ์ ปีติ สุข เอกัคคตารมณ องค์ของสมาธิ

ถ้ามันเป็นความจริงๆ ขึ้นมามันมีที่มาที่ไปแล้วเราฝึกหัดของเรา มันมีบาทมีฐาน มันต้องมีสติสัมปชัญญะ มีสติ แล้วมีสติสัมปชัญญะคือรู้การกระทำของเรา เราทำสิ่งนี้ เราทำสิ่งใด มันเป็นประโยชน์หรือมันเป็นโทษ แล้วทำแล้วมันเป็นประโยชน์หรือไม่เป็นประโยชน์ เป็นประโยชน์ เป็นประโยชน์กับหัวใจของเราไหม

บอก เรานั่งสมาธิแล้วเราจะเป็นประโยชน์

มิจนสมาธิเยอะแยะไป มิจนเวลาปฏิบัติแล้วออกนอกกลุ่มนอกทางไปรู้ไปเห็นอะไรสิ่งต่างๆ เป็นอภิญญา เป็นเรื่องโลก เรื่องโลกมันไม่เข้าสู่โลกุตตรธรรม มันเป็นธรรมไปไม่ได้

ธรรมคือพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ สังฆธรรมที่ธรรมะคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เวลาปฏิบัติไปมันเป็นความเห็นของกิเลส มันเป็นความเห็นของตน มันเป็นความหลงใหล เป็นอุปาทานในจิตของตน มันมีอุคคิภาวะของตนที่จิตใจมันต่ำต้อยสูงส่งมากน้อยขนาดไหน

ถ้าจิตใจมันสูงส่งนะ สูงส่ง นั่นก็ไม่ใช่ นี่ก็ไม่ใช่ ถ้าไม่ใช่ต้องพิสูจน์ สิ่งนั้นเรายังไม่ไว้วางใจใดๆ ทั้งสิ้น ปฏิบัติไปแล้วเราไม่เชื่อความเห็นของเรา เราจะต้องเทียบเคียงกับธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เราต้องประพจน์ปฏิบัติขึ้นมา **ธมฺมสากัจฉา** สนทนาธรรมกับผู้ปฏิบัติที่เขาเคยเป็นมาแล้ว ทดสอบๆ ตลอดไป

จะบอก “เรารู้เราเห็น เราจะเป็นของเรา เป็นปัจเจกตั้ง หิวเอง กินเองก็อิ่มเอง” มีคนพูดอย่างนี้เยอะมาก เยอะมากเพราะอะไร เพราะเวลาครูบาอาจารย์ของท่านยืนยันในสังฆธรรมของท่าน

ไฉน “ท่านบอกว่าผู้ใดกิน ผู้นั้นก็อิ่มเอง อู๋! ฉันก็กินแล้ว ฉันก็อิ่มแล้ว”

อิ่มโดยกิเลส อิ่มโดยมันจับกิเลสยัดใส่ปาก แล้วก็กินกิเลสทั้งตัวนั้นนะ เพราะอะไร

เพราะมันต้องเอาที่มาก่อน พอที่มาเริ่มต้นจากการปฏิบัติ หนึ่ง สอง สาม สี่ มีหนึ่ง มีสอง มีสาม ไม่มีอะไรเลย ศูนฺย ศูนฺยก็ศูนฺย คือว่างเปล่า ไม่มีอะไรเลย

นี่พูดถึงว่าสิ่งที่ว่า “ดิฉันมีอาการตัวชา”

ตัวชาเกิดจากอะไรละ ถ้าเกิดจากการปฏิบัติ ถ้ามันจะชามากน้อยแค่ไหนมันก็ชา เดียวมันก็หายไป

แต่คนเวลาที่มันมีมารใจ เวลาตัวมันซ่า เวลาตัวมันร้อนขึ้นมา ยิ่งกำหนดดูมันยิ่งร้อนใหญ่เลย ยิ่งตัวซาก็ซ่าใหญ่เลย ซ่าเข้าไปใหญ่เลย เพราะกิเลสมันหลอกไปเรื่อย ๆ

เพราะเวลาเราหายใจเข้านี่ก็พุท หายใจออกนี่ก็โ หรือเราใช้คำบริการกรรม เพราะเวลา คำบริการกรรม จิตเรามันมีหลักมีฐาน จิตมีหลักมีเกณฑ์ จิตมันถึงออกรู้ รู้ในอาการตัวซ่า รู้ในการที่ว่า ตัวมันสั่นคลอนโยกไหว มันรับรู้ ถ้าไม่รับรู้ ใครจะรู้

คนที่เอามาพูดว่าตัวมันซ่า ใครเป็นคนพูด ใครเป็นคนรับรู้ แล้วเวลาตัวมันสั่นมันไหว ใครเป็นคนรับรู้

แต่ตัวรับรู้มันตามความรู้ของมันไป ตามอันที่ซ่า ซ่ามันก็ซ่าไปเรื่อย ตามการสั่นไหว สั่นคลอนมันก็สั่นไหวไปเรื่อย มันก็สั่นอยู่อย่างนั้นนะ ทั้งๆ ที่ว่าถ้าเรากลับมากำหนดพุทโธ สิ่งนั้นจะดับหมด

เพราะสิ่งที่รู้ รู้จากจิต จิตเท่านั้นที่ออกรู้ คนยังมีชีวิตอยู่ ยังไม่ตาย มันรู้ทั้งนั้นนะ แล้วถ้ามันรู้ ถ้ามันซ่า เรากลับมาพุทโธ กลับมาอานาปานสติ กลับมาในคำบริการกรรมชัดๆ ชัดๆ แล้วจิตมันจากปีติมันก็จะสุข

สุขคือความรอบรู้ในกองปีตินั้น รู้เข้าใจในอาการของใจทั้งหมด แล้วไม่มีความสงสัยใดๆ ทั้งสิ้น กลับมาเป็นอิสรภาพในตัวของตัวเอง พออิสรภาพในตัวของตัวเองขึ้นมาแล้วมันจะเกิดความตั้งมั่น

ตั้งมั่นคืออะไร

ตั้งมั่นคือเรารอบรู้ เรารักษาคำสั่งของเราได้ด้วยสติด้วยปัญญา ด้วยการกระทำของเราทั้งหมด เราเป็นผู้กระทำ เราทำทั้งหมดเป็นสมบัติของเรา จะไปถามใคร แล้วจะต้องให้ใครมาบอก ถ้ามันเป็นความจริงขึ้นมาะ นี่ก็เป็นสัมมาสมาธิ

นี่พูดถึงว่า ถ้ามันเป็นความซ่า มันเป็นอาการตัวร้อน มันเป็นความปกติ มันเป็นปีติสุข หรือมันเป็นฮอริโมนผิดปกติ

ฮอริโมนผิดปกติ นี่พูดถึงทางโลก ทางวิทยาศาสตร์ไง ถ้ามันผิดปกติก็ไปหาหมอ แล้วอย่างที่ว่านั่งกดทับ เส้นเลือดขาด นี่ไง มันผิดปกติทั้งนั้นนะ มันต้องไปหาหมอ นี่เป็นเรื่องของธาตุ

วัตถุธาตุเป็นเรื่องของกาย แต่การภาวนาเป็นเรื่องของจิต แต่จิตนี้อยู่ในร่างกายนี้ มีชีวิตอยู่ก็มีกายกับใจๆ แล้วรักษาสິงนี้ของเราไป นี่พูดถึงว่าหัดภาวนาไปมันจะเพิ่มขึ้นไปเรื่อย

เพราะว่าเวลาคำถามนี้มันถามเป็นสองแง่สองกระพง เพราะบอก เป็นปีติสุขในทางธรรม หรือเป็นฮอริโมนที่ผิดปกติ

ฮอริโมนผิดปกติก็ได้ ถ้าจะมองในมุมนั้นก็ได้อ ถ้าร่างกายมันเป็นไป เห็นไหม เวลาเล่นกีฬาถึงที่สุดแล้วเวลาฮอริโมนมันหลั่งมา โอ้โฮ! มีความสุขมาก เวลาคนมาปฏิบัติยิ่งกว่านั้นอีก เวลามันปล่อย จิตมันสั๊กแต่ว่า มันพ้นจากร่างกายนี้เลย แล้วเวลาคนที่ว่าจิตหลุดออกไป ไปรู้ไปเห็น นั่นเรื่องที่หลัง ไม่เกี่ยว

สมาธิคือสมาธิ เราทำความสงบของใจ เราทำเพื่อหลักฐานในใจของเรา ถ้าใจของเรา มันมีหลักเกณฑ์แล้ว โอ้ที่ว่าจิตหลุดออกไป ไปเห็นกายๆ เดินอยู่ข้างหน้านั้น ใช้นั่นมันเป็นของแถมทั้งสิ้น แล้วถ้าคนไม่มีปัญญาเข้าไป หลง หลงไปในอุปาทานของตน หลงไปในความเห็นของจิต

แบบที่หลวงปู่ดูลย์ว่า สิ่งที่เห็นจริงไหม จริง แต่ความเห็นจริงไหม ไม่จริง ไม่จริงเพราะอะไร เพราะกิเลสเต็มหัวใจ กิเลสเต็มหัวใจ อุปาทานเต็มหัวใจ มารเต็มหัวใจ แล้วเวลาจะทำคุณงามความดี มารมันไม่ฉกไปหรือ

มันฉกไปอยู่แล้ว

ฉะนั้น กลับมาพุทโธ จบ กลับมาที่พุทโธ

ฉะนั้นจะบอกว่า ถ้าเป็นตัวชา มีไอร้อนออกจากกาย เป็นปีติสุขหรือไม่

ถ้าพูดถึงถ้าเป็นการภาวนา เป็นปิติ ถ้าเป็นการภาวนาที่ถูกต้องนะ เพราะการภาวนามี
มิจาและสัมมา

มิจาคือการปฏิบัติที่ผิด การปฏิบัติที่ไม่สมดุล ถ้าเป็นสัมมาถูกต้องชอบธรรม
ความชอบธรรมนั้นเป็นปิติสุขโดยสมบูรณ์ แต่ถ้ามันยังไม่ชอบธรรมก็ฝึกหัด

ถ้าเป็นผู้ปฏิบัตินะ ก็ฝึกหัดของเราไปเรื่อย คราวนี้ไม่ชอบธรรมก็ทำให้มันสมบูรณ์ ทำ
ให้มันดีขึ้น ให้มีความชำนาญมากขึ้น อันนี้มันก็เป็นการภาวนา

แต่ถ้าเรื่องฮอริโมน ฮอริโมนนี้ไร้สาระเลย เพราะจิตเราอยู่ในร่างกายนี้ เวลาโกรธเลือด
สูบฉีดมันก็ฮอริโมน แต่โทษะนี้เต็มที่แล้ว เวลาลุ่มหลงเข้าไปแล้ว จิตมันลุ่มหลงไป แหม! อ่อน
ซ้อยไปกับเขาเลย นั่นก็ฮอริโมน แต่ผลมันเกิดจากจิต นี่พูดถึงหลักภาวนานะ ถ้าหลักการแพทย์
นั่นอีกเรื่องหนึ่ง จบ

อันนี้ยาวนิดหนึ่ง แต่เราเห็นว่ามันเป็นประโยชน์

ถาม : เรื่อง “กลืนในธรรม”

กราบนมัสการหลวงพ่อกะไรพ ช่วงนี้ถึงแม้ลูกจะยุ่งกับการงานทางโลกและการดูแล
บุตร แต่ลูกก็พยายามสวดมนต์และภาวนาให้ได้ทุกคืนก่อนเข้านอนค่ะ

ก่อนหน้านี้ยอมรับว่าทำไม่ค่อยได้สม่ำเสมอ แต่ตอนนี้ลูกได้อุบายธรรมหลังจากได้ฟัง
เทศน์คำสอนของครูบาอาจารย์ว่า ถึงเวลาที่ลูกจะต้องสร้างสัจจบารมี ขันติบารมี และวิริย
บารมีกับตัวเองให้มั่นคง

ซึ่งลูกก็รักษามาได้สักระยะหนึ่งก็รู้สึกดีขึ้นค่ะ ได้ความต่อเนื่อง แต่ส่วนมากผลที่ได้ก็
จะเป็นจิตสงบและได้วิปัสสนาอ่อนๆ แล้วก็คลายออกมา แต่คืนนี้ผลที่เพิ่งเกิดขึ้นทำให้ลูกอยาก
ขอความเมตตาจากหลวงพ่ช่วยชี้แนะด้วยค่ะ

ก่อนการภาวนาลูกจะสวดมนต์และตั้งอธิษฐานจิตว่า หากบุญบารมีที่ลูกสร้างมาเต็มบริบูรณ์แล้ว ขอคุณพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ พ่อแม่ครูอาจารย์ช่วยชี้แนะให้ลูกมีดวงตาเห็นธรรมได้เข้ากระแสพระนิพพานในชาตินี้ด้วยเถิด

คืนนี้ฝนตก หลังจากสวดมนต์ลูกจึงเลือกที่จะนั่งสมาธิในห้อง ลูกบริกรรมพุทโธจนจิตสงบดีและจิตกำลังพิจารณาความตาย

ขณะนั้นจิตระลึกถึงภาพงานศพพี่ชายที่ผูกพัน เห็นโลศพของพี่ชาย เห็นช่อดอกไม้ที่ลูกจัดไปวางไว้บนหีบศพ ขณะนั้นเองลูกก็ได้กลิ่นเหม็นเน่าโชยมาเตะจมูก เฮ้ย! อะไรวะนั่น จิตมันตกใจมาก เห็นเลยว่าความตกใจผุดขึ้นวูบใหญ่มากในดวงจิตนั้น จากที่เคยสงบราบเรียบเหมือนมันพองโตขึ้น

ลูกสุดลมหายใจเข้าซ้ำอีกหลายครั้งเพื่อให้แน่ใจ เฮ้ย! ของจริง เน่าเหม็นจริง เอาแล้ว ฝึกลอกแน่ พุทโธ ธัมโม สังโฆเป็นการใหญ่ กลิ่นก็ไม่หาย ยังเหม็นอยู่อย่างนั้น ความตกใจที่ใหญ่พองขึ้นมา ยังพองอยู่อย่างนั้น จะลืมหูลูกหนีเลยดีไหม แล้วมึงจะหนีไปไหนละ ไม่เอา ไม่ลืมหึ เป็นไงเป็นกัน ตั้งสติพุทโธ พิจารณากลิ่นเหม็นเน่านั้น อ้อ! เหม็นแบบนี้ อะไรร้ายก็เหม็นแบบนี้ทั้งนั้น จะสวยจะน่ารักสุดท่ายก็เหม็นแบบนี้ ตัวมึงละเดียวก็เหม็นเหมือนกัน เหม็นแบบนี้แหละ ความกลัวก็เบาลง

แล้วลูกก็ย้อนไปพิจารณาความกลัวที่พองโตเมื่อสักครู่ว่ามันคืออะไรกันแน่ ทำไมมันจึงเกิดขึ้น เมื่อพิจารณาให้ดีแล้วก็เห็นว่ามันไม่ได้กลัวที่ความเหม็นเน่านะ แต่มันกลับเห็นก่อนตัวกูที่ซ่อนอยู่ในความกลัวนั้น กลัวว่ากูนี่จะเป็นอันตราย

จึงหวนนั้นลูกก็ได้สัมผัสว่า โอโฮ! โอ้ก่อนตัวกูนี้มันใหญ่มากนะ เฮ้ย! เพียงได้กลิ่นมากระทบ สัญญาความจำได้หมายรู้ทันที ความปฐะแต่เกิดทันที ความรับรู้ว่ายอันตรายจะเกิดกับกูนี้เกิดต่อมึงต้องทำอะไรบางอย่าง มึงต้องลูกหนีนะ เดียวตาย ถ้าสติหลุดนี่คงลูกหนีไปแล้ว มันมาเป็นชุดรวดเร็วเหลือเกิน กระบวนการปกป้องตัวกูนี้ อันนี้มันคือหลงตัวกู หลงว่านี่กูแล้ว

ต้องปกป้องภูนี้ไว้ แล้วถ้าไม่มีก้อนภูนี้ล่ะ ก็ไม่มีอะไรเกิดนะ กระบวนการเมื่อไหร่ก็ไม่เกิดนะ ไม่มีภู เหล่านั้นก็เกิดไม่ได้ เอาอะไรมาเกิด

แล้วถามต่อว่า แล้วไม่มีภูได้ไหม ได้คำตอบชัดแจ้งว่า ไม่ได้ ยังทำไม่ได้ แล้วถามต่อว่า อยากรู้จริงจะได้ มันก็บอกว่า ไม่รู้ แล้วก็คลายออกมาค่ะ หลวงพ่อ ลูกก็กลับมาพุทโธอีก แต่ก็พิจารณาไปต่อไม่ได้ คือนี่ก็คงเท่านี้ แล้วลูกก็แผ่เมตตาค่ะ

ขอหลวงพ่อบริจาคชี้แนะในการปฏิบัติต่อไปด้วยค่ะ สิ่งที่เราเข้าไปรับรู้เหมือนจิตถูกไปยืนอยู่ ต่อหน้าก้อนหินก้อนใหญ่ (ก้อนภู) แต่ไม่สามารถยกหินนั้นให้ยับได้เลย และไม่รู้เลยว่า จะยก ก้อนหินนั้นอย่างไรเลยคะ กราบขอบพระคุณ

ตอบ : นี่พูดถึงว่าอธิบายมาตั้งแต่ต้นจนจบ เราเห็นว่ามันเป็นประโยชน์ เพราะมันเป็น ประโยชน์ เราถึงพยายามนั่งอ่านจนจบ ๓ หน้า มันยาว แต่มันยาวเพราะอะไร เพราะคนเขาเข้าไป ประสบใจ

เราจะบอกว่า เวลาเราประพฤติปฏิบัติขึ้นมา เราปฏิบัติทำความสงบของใจเข้ามาๆ ถ้า คนมันคง คนที่มีหลักเกณฑ์ขึ้นมา มันจะประพฤติปฏิบัติได้ เวลาปฏิบัติได้

เริ่มต้นตั้งแต่เขาบอกว่าเขาปฏิบัติมาต่อเนื่องมาตลอด แต่ด้วยความปล่อยปละละเลย ไม่ได้ความจริงจังของเขา แล้วตอนนี้เขามาจริงจังของเขา เวลาจริงจังของเขาขึ้นมา ความ ผูกพันๆ คนเราสายบุญสายกรรม สายบุญสายกรรมระลึกถึงพี่ชายที่เคยเสียชีวิตไปแล้ว เป็นคน ที่ทำดอกไม้ไปวางบนศพเอง แล้วพอทำไปแล้ว สิ่งที่ทำดอกไม้มันควรจะเป็นกลิ่นหอม แต่คราวนี้ เป็นกลิ่นของซากศพไหม กลิ่นของซากศพเข้ามากะทบจมูกของตน เข้ามากะทบหัวใจของตน กระทบให้ตกใจ

นี่ไง สายบุญสายกรรม พอสายบุญสายกรรมขึ้นมา กระทบขึ้นมาให้เห็น ให้เรา พิจารณาได้ ให้เราพิจารณาได้เพราะอะไร

การประพฤติปฏิบัติ เวลาไปหาครูบาอาจารย์ ครูบาอาจารย์ไม่รีรอคอยนวดนะ ให้
ภาวนาๆ ใจ แต่ใจเวลาภาวนาขึ้นมา คุณธรรม สัจธรรมในหัวใจมันคอยนวดเราใจ เวลาได้กลิ่น
แล้วมันจะลุกหนี มันจะไม่ปฏิบัติ

เหมือนเรานั่ง พอเวทนาเหนื่อยก็ปวด เวลาตกใจก็เล็กก่อน เอาไว้คราวหน้าคราวนี้
คราวนี้ต่อไป มันผัดวันประกันพรุ่งไปทั้งสิ้น

แต่ใจเพราะมีสติปัญญาบังคับ บังคับว่าต้องนั่งอย่างนั้น พอบังคับต้องนั่งอย่างนั้น มัน
จนตรอก เวลาหลงตาทำนพุดนะ

ปัญญาจะเกิดเวลาจนตรอกจนมุม เวลาปัญญามันจะเกิด

แต่พวกเราปัญญาชนมีความรู้มาก ใช้ปัญญาปกป้องไว้ตั้งแต่ที่แรกเลย ภาวนาไป
“อ้อ! นิพพานเป็นเช่นนั้นเอง” มันรู้จิตตอบหมดแล้ว แล้วมันจะทำอะไรไม่ได้เรื่อง ไม่มี
ประสบการณ์ในใจของตนเลย ไม่มีรสไม่มีชาติ ไม่มีการกระทำขึ้นมาเป็นสมบัติของตน

เวลาสมบัติของตน ธรรมทั้งหลายมาแต่เหตุ เหตุการภาวนานี้ใจ คนที่มีสติ สติ คน
ภาวนาไป เวลาภาวนาดีแล้ว เวลาถ้าภาวนามันขาดตกบกพร่อง รู้ได้เลยว่าสติมันอ่อน แล้วเรา
ก็ไปหาอะไรก็ไม่รู้ร้อยแปดเลย

แต่ถ้ากลับมาระลึกรู้ สติสมบุรณ์นี้จบแล้ว ถ้าสติสมบุรณ์นะ การภาวนาก็เริ่มต้น การ
กระทำก็เริ่มต้น ทุกอย่างก็กลับมาสู่ความเริ่มต้นแล้วรักษาหัวใจของตน นี่สติมันสำคัญอย่างนี้

แล้วเวลาภาวนาไป หายใจเข้านี่ก็พุท หายใจออกนี่ก็โธ ใช้ปัญญาอบรมสมาธิต่างๆ ถ้า
มันมีสติสัมปชัญญะทำไปมันก็เจริญงอกงามไป เจริญงอกงามคือมันพอใจทำ ปฏิบัติแล้วได้ผล
ปฏิบัติแล้วมีความสุขใจ แต่ถ้ามันปฏิบัติแล้วมันไม่มีความสุขใจก็กลับมาทบทวน นี่เวลาภาวนา
ต่อเรื่อยๆ เห็นไหม

นี่ก็เหมือนกัน เวลาคลื่นซอกศพมาเขาบอกว่ามันจะลุกหนีเลย แต่ด้วยสติด้วยปัญญา บังคับไว้ พอบังคับไว้มันจนตรอก เวลาจนตรอก เห็นไหม “มึงกลัวอะไร มึงเห็นอะไร” มันก็มี ปัญญาไล่ไป

พอมีปัญญาไล่ไป ปัญญามันไล่เป็นชั้นๆ เข้าไป พอเป็นชั้นเข้าไป พอเท่าทันแล้วจบเลย จบแล้ว จบอะไร จบคือว่ามันหายกลัวกลืนนั้น “แล้วทำไมถึงกลัว” นี่ต่อแล้ว ทำไมถึงกลัว “อ้อ! ก็กลัว ก็มีกลัว ปกป้องตัวกูไ้” นี่ไง ปัญญามันต่อเนื่องไป ถ้าปัญญาต่อเนื่องไป อันนี้มันเป็นวงรอบหนึ่งในการปฏิบัติ แล้วปฏิบัติไป

อันนี้ภาษาเรานะ เวลาปฏิบัติ สายบุญสายกรรมมันมีเหตุมีผลมา เพราะเรื่องผู้ถามกับพี่ชายรู้กันสองคน

ถ้ามันมีกลืน همینมา สำหรับเรา เราก็ลุกวิ่งหนีเลย ผีหลอก เราไม่รู้เรื่องอะไรนี้ แต่ผู้ภาวนาเขาบอกว่าเพราะเห็นภาพงานศพของพี่ชาย พอเห็นงานศพของพี่ชาย กลืนนั้นก็เป็กลืนของพี่ชาย ขนาดกลืนของพี่ชายมันก็ยังอยากจะหนี

แต่ถ้ามีสติปัญญานะ ไม่หนี ไม่หนี เวลามันจนตรอกจนมุมมันก็เกิดปัญญา นี่เวลาปัญญามันเกิด เวลาปัญญามันเกิดขึ้นมา พิจารณาไปแล้ว เขาก็ همین เราก็ต้อง همین เวลาใคร همین เราก็ همین เหมือนกัน พอ همین เหมือนกันมันก็เท่ากัน พอเท่ากันนะ มันก็ไม่กลัวอะไร สมบัติมันเสมอกันนะ

แต่ว่าแล้วทำไมถึง همینละ มันมีตัวกูของกูไ้ ตัวกูของกู แล้วตัวกูของกูไม่มีได้ไหม ไม่ได้ แล้วถ้าไม่ได้แล้วจะทำให้มันเข้าใจได้ไหม ไม่รู้ มันทำไม่ได้ ไม่ได้

คำว่า “ไม่ได้” นี่ไง เวลากิเลสมันรุกรมันร้าว เวลากิเลสมันทำลายนะ มันทำลายมาตลอด หน้าที่ของกิเลสคือการทำลาย หน้าที่ของกิเลสคือคนพาล พาลทำลายทั้งสังคม ทำลายทั้งตัวเอง ทำลายทั้งมรรคผลของตน ทำลายทั้งสิ้น หน้าที่ของมันทำลาย

นี่ก็เหมือนกัน ไม่รู้ ถ้าไม่รู้ แต่เวลามีสติมีปัญญา เราตั้งฐานของเราได้ เราตั้งฐานของเราคือว่าไม่ลูกไม่หนี เราพยายามเผชิญกับความจริง ถ้าเผชิญกับความจริง เวลาจนตรอกแล้ว มันพิจารณาของมันเข้าไปแล้วด้วยคุณธรรม เวลามันเข้าใจแล้ว โอ้โฮ! ปลื้มหมดเลยนะ ว่างสบายด้วยสติด้วยปัญญาของเรา

เวลาเราฟังครูบาอาจารย์มาทั้งหมด เราให้กำลังใจมาทั้งหมด แต่เวลาเรามาเจอเองนี่ จบเลย เราเข้าใจหมดเลย แต่มันก็เข้าใจในระดับหนึ่ง

เวลาบอกว่า มันกองตัวกูเลย มันก็เป็นตัวกูระดับหนึ่ง

ตัวกูระดับหนึ่ง เราก็ทำต่อเนื่อง เราทำต่อเนื่อง

อย่างปฏิบัติตั้งแต่ต้น ก่อนที่ปฏิบัติ ปฏิบัติบูชาของศีลสมาธิปัณณาสภา ถ้ามีสิ่งใดสิ่งหนึ่งเกิดขึ้นมา ถ้ามีสติปัญญาเท่าทันนั้น เราก็ฝึกหัดใช้ปัญญา เพราะอะไร เพราะผู้ปฏิบัติเคยปฏิบัติมาแล้วบอกว่าปฏิบัติมาตั้งแต่ก่อนหน้านั้น เราทำความเข้าใจของเราได้ เราใช้วิปัสสนาอ่อนๆ ได้

การวิปัสสนาอ่อนๆ เป็นคำพูดของหลวงตาพระมหาบัว ท่านบอก การฝึกหัดใช้ปัญญาเป็นวิปัสสนาอ่อนๆ

การวิปัสสนาอ่อนๆ ก็คือต้นกล้า ต้นไม้เติบโตมาจากต้นกล้า ไม่มีต้นกล้า มันจะมีต้นไม้ใหญ่โตขึ้นมาได้อย่างไร ไม่มีการเริ่มต้นจากการฝึกหัดภาวนาของเรา สติปัญญาของเราจะเข้มแข็งขึ้นมาได้อย่างไร

สติปัญญาของเราเข้มแข็งขึ้นมาได้ก็เข้มแข็งขึ้นมาจากต้นกล้า ต้นกล้า พุทธรูปในหัวใจของเรา เราบ่มเพาะขึ้นมา ดูแลรักษาขึ้นมา มันก็เติบโตขึ้นมา แล้วเติบโตขึ้นมามันก็อยู่ที่การกระทำของเราทำต่อเนื่องๆ ถ้าไม่ทำต่อเนื่องเพราะเราปล่อยวางเอง เราทอดธุระเอง

สมบัติที่เป็นสมบัติของเรา สมบัติของเราละ เวลาภาวนาไปแล้ว ถ้าคนที่มีภาระ เวลาจิตใจมันดีขึ้น มันเสียใจน้อยใจ เราเป็นคนที่มีภาระรับผิดชอบ งานเรามากมายมหาศาล เราไม่

มีเวลาภาวนา นี่เวลามันดี เวลาจิตถ้ามันไม่ดีนะ โอ้ย! มันภาวนาแล้วมันไม่ได้นะ มันบอก ภาวนาเสียเปล่า เสียเวลาเปล่า

เวลาถ้ามันเจริญรุ่งเรืองมันดีขึ้นมานะ มันก็น้อยออกน้อยใจว่าเวลาเราน้อย เวลาเราไม่มี ถ้าเวลาเรามีเราทำได้มากกว่านี้ แต่ถ้าเวลามันมากหรือมันน้อย แต่ถ้ามันทำได้ มันทำได้แบบนี้ นี่คือทำได้ นี่คือทำได้คือจิตสงบแล้วฝึกหัดใช้ปัญญา

แล้วปัญญาเราเกิดในที่จนตรอกจนมุม จนตรอกจนมุม ในกลืนหมิ้น กลืนซากศพ แล้ว มันมีพฤติกรรมต่างๆ ที่กอดันเข้ามา

แต่กอดันเข้ามา กอดันเข้ามาเพื่อให้เราได้ฝึกหัดใช้วิชา ให้เราได้ฝึกหัดได้ใช้ สติปัญญารักษาตน แก้ไขตน แก้ไขๆ พอแก้ไขบ่อยๆ เข้าขึ้นมามันจะชำนาญขึ้น

เวลากิเลสมันบุกมันรุกเข้ามานะ กิเลสมันรุกเราเข้ามา เราถอยกรูดๆ เลย แต่เวลาผู้ที่ ประพฤติปฏิบัติ เราก็เผชิญหน้ากับมันไง เราเผชิญหน้ากับกิเลสนั้นแล้วฝึกหัด

ถ้ามันพ่ายแพ้ เวลายกกลับไปหาหลวงตา หลวงตาท่านบอก ท่านภาวนาใหม่ๆ เวลา กิเลสมันรุกมันเราเข้ามาจนท่านจนตรอก

คำว่า “จนตรอก” นะ ทุกอย่าง ร่างกายถ้าเราออกกำลัง เราสมบุรณ์แล้ว ถ้าเราปล่อย ปล่อยเลยมันก็กลับมาอ่อนเหมือนเดิม จิตใจของคนถ้ามันปฏิบัติชอบดีแล้วด้วยสติด้วย ปัญญามันก็เจริญรุ่งเรืองขึ้นไป ถ้าไม่มีการรักษาแล้วมันก็ถอยกรูดๆ ขึ้นมา มันก็กิเลสท่วมหัว เหมือนเดิม

หลวงตาเวลาท่านประพฤติปฏิบัติของท่าน เวลาจิตใจท่านดีงาม เวลาจิตมันถดถอย ท่านบอกว่ากิเลสมันรุกมันเราเอาจนท่านนั่งร้องไห้เลย “หืม! มึงเอาภูขนาดนี้นะ”

กิเลสมันบุก กิเลสมันรุก เวลามันรุกขึ้นมา เราถอยกรูดๆ เลย เราสู้อะไรไม่ได้เลย แล้ว ถ้าคนไม่มีสติปัญญา กรรรมฐานมันอ่อนเล็ดมันเล็ดไปเลย เล็ดไปเลย ยกเล็ดไปเลย

แต่ถ้าคนยังต่อสู้อยู่ เวลาหลวงตาท่านบอก “อู้อู! มึงเอาภูขนาดนี้นะ” เอาภูนี้ท่านพูดถึงกิเลส ไม่ได้ไปทำร้ายใคร ไม่ใช่ไปรุกรานใคร ไม่ใช่จะไปรังแกใคร

กรรมของสัตว์ เราเองก็ทุกข์ยากขนาดนี้แล้ว เขาก็ทุกข์ยากของเขา ให้อะไรก็ทุกข์ยากขนาดนี้แล้วจะไปเหมาเอาความทุกข์เขามาให้เราอีกหรือ จะเอาความทุกข์สองเท่าสามเท่าใช้ไหม

คนฉลาดมันไม่ไปทำร้ายใครหรอก มันยิ่งไปทำลายใครแล้วมันไปสร้างเวรสร้างกรรม เวรกรรมนั้นมันจะตกทอดกลับมาสู่เรา ขนาดเวรกรรมของเรา ทุกข์ยากของเราคนเดียวมันก็เกือบเป็นเกือบตายอยู่แล้ว

ฉะนั้นว่า มึงก็กิเลสในใจของเราใจ ไม่ใช่คนนอก ไม่ใช่โลกทัศน์ ไม่ใช่ใครทั้งสิ้น มึงก็คือกิเลสในใจนะ มึงเอาภูขนาดนี้นะ ถ้าเดี๋ยวภูมิสติปัญญาขึ้นมาเอาบ้าง

เวลาสติปัญญามันเจริญขึ้น อดนอน อดอาหาร ท่านบอกเลย กระทบน้ำมันลงไป กระทบน้ำมันลงไป ควบคุมใจตัวเองยิ่งกว่านักโทษ

นักโทษมันมีผู้คุมคอยคุมมันในคุก ให้นิสติปัญญาคุมหัวใจ ดูแลรักษาหัวใจไม่ให้กระดิกเลย ยิ่งกว่านักโทษ นี่เวลาคนปฏิบัติมันปฏิบัติอย่างนี้ไง

หลวงปู่มัน หลวงตาพระมหาบัวท่านปฏิบัติมาอย่างนั้น ถ้าปฏิบัติมาอย่างนั้น เราจะต้องทำของเรา เราจะพยายามทำของเราให้มันดีขึ้น ทำของเราให้มันต่อเนื่อง

นี่พูดถึงว่า “ขอให้หลวงพ่เมตตาชี้แนะด้วย การปฏิบัติต่อไป” เพราะว่าพอบอกว่า “แล้วถามต่อว่าจะทำอย่างไรต่อไป มันก็บอกว่าไม่รู้”

มันไม่รู้เพราะว่า มันทำมาได้ขนาดนี้ ทำมาได้ขนาดนี้มันเจริญดีขึ้นมาขนาดนี้ พอดีขึ้นนี้เป็นปัจจุัตถ์ ผู้ถามรู้ในใจของตนว่าสิ่งที่รู้แล้วมันโล่งโถงในใจมากน้อยแค่ไหน

ในหัวใจที่มันอึดครึ้ม ในหัวใจที่ปฏิบัติไม่รู้เห็นอะไรได้ แล้วเวลาปฏิบัติไปมันก็เรียกร้อง เมื่อไหร่จะรู้ เมื่อไหร่จะเห็น เมื่อไหร่จะเป็น นี่มันเรียกร้องมาตลอด แต่เวลาปฏิบัติขึ้นมาพอจิตมันสงบ พอมันรู้มันเห็นของมัน มันจะไปเรียกร้องเอาที่ไหนล่ะ ปัจจัยตั้ง สันติภูมิโก มันรู้ของมัน แต่อยากไปต่อ อยากให้ดีขึ้น

การจะดีขึ้น ผู้ที่ประพฤติปฏิบัตินะ เวลาไปถามหลวงตาพระมหาบัวเมื่อก่อนนะ เวลาถามไปถามท่านว่าที่ปฏิบัติมาถูกไหม ถูก แล้วทำอย่างไรต่อคะ

ให้ทำซ้ำ ทำซ้ำ

มันก็เริ่มต้นต้องกลับมาทำความเข้าใจของใจ หายใจเข้านี้กพุท หายใจออกนี้โก ใช้ปัญญาอบรมสมาธิ บริกรรมพุทโก ทำของเราต่อเนื่องไป

พอจิตสงบแล้วมันก็จะไปรู้ไปเห็น พอจิตสงบแล้วกลิ้งมันโยยมา ถ้าจิตมันไม่สงบ กลิ้งก็กลิ้งข้างนอก ถ้าไม่ได้ภาวนา พอกลิ้งโยยมา เราก็รีบไปหาเลยว่าในบ้านเรามีสัตว์อะไรมาตายอยู่ในบ้านเรา วิทาศาสตร์ไง ถ้ากลิ้งมันโยยมาก็ต้องหาต้นเหตุของกลิ้งมันอยู่ที่ไหน ถ้าไม่ได้ภาวนานะ

แต่ถ้าภาวนาถ้ากลิ้งมันโยยมา กลิ้งมันโยยมาเป็นเรื่องของภายในหัวใจ เห็นไหม ถ้ากลิ้งมันโยยมา ถ้าเราจะเลิก เราลุกซะ กลิ้งนั้นก็จะหายไป เพราะมันเป็นสายบุญสายกรรมมาจากภายใน

ถ้ามันมาจากภายใน พอกลิ้งมันโยยมา กลิ้งมันโยยมา เรามีสติปัญญาไตร่ตรองดูแลนี่ไง สิ่งที่ว่าความคลุมเครือในใจ ความที่เมื่อไหร่จะปฏิบัติได้ ความที่เมื่อไหร่มันจะรู้

นี่ความรู้ภายในมันรู้ชัดๆ รู้ของเรา มันรู้ของเราชัดๆ รู้ของเราชัดๆ นะ รู้จนเห็นว่าเพราะเราพิจารณาแล้วมันเทียบเท่ากัน เทียบเท่ากันว่า สัตว์โลกเป็นไปตามกรรม สัตว์โลกมันต้องตายทั้งหมด ร่างกายทั้งหมดนี้ถ้าตายแล้วไม่ได้รักษาไว้ เน่าเหม็นทั้งสิ้น มันถึงเสมอกัน พอ

เสมอกัน กลิ่นก็จบ แล้วความกลัวละ กลัวเพราะอะไรละ เห็นไหม มันก็ต่อเนื่องไปๆ ปัญญามันเกิด ถ้าความกลัว เพราะมีภูมันถึงกลัวง

มีผู้ที่ปฏิบัติมากมายมหาศาลบอก เมื่อก่อนเคยกลัวร้อยแปด แล้วเดี๋ยวนี้ไม่กลัวแล้ว

ไม่กลัวก็ส่วนไม่กลัว มันก็เป็นของชั่วคราวทั้งสิ้น กล้าหาญ เห็นไหม เวลาหลงตาท่านพิจารณาอยู่ในป่าในเขาของท่าน ท่านพิจารณา เวลากลัวเสีย พิจารณาไล่ไปเลย เสียมันมีกระดูก มีเนื้อ มีหนัง มีเอ็น ทุกอย่างมี เราก็มี มันพิจารณาจนความกลัวหายหมดเลย ความกลัวหายหมดเลย ท่านกล้ามาก กล้าจนเดินเข้าหาเสียได้เลย แต่มันก็เป็นการพิจารณาอย่างนั้น มันเป็นครั้งคราว

เวลาบอก พอกความกลัวหายแล้วจะเป็นอริยบุคคลขั้นนั้นๆ

แล้วเวลาถ้าหายกลัวเสียแล้วท่านไม่เป็นพระอรหันต์หรือ

ก็ไม่ได้เป็น เวลาท่านจะเป็นพระอรหันต์ขึ้นมาท่านมาพิจารณาจุดและต่อม พิจารณาในสติปัฏฐาน ๔ ท่านไม่ได้พิจารณาข้างนอกนั้นไง เวลาเป็นจริงเป็นจังขึ้นมา เวทนา กาย อสุภะ พิจารณาจิต สติปัฏฐาน ๔ ทั้งนั้น แต่จิตสงบ จิตมีกำลัง สติ มหาสติ ปัญญา มหาปัญญา เวลามันพิจารณาของมันขึ้นไป

แต่นี้ของเราเวลาเราพิจารณาความกลัว กลัวมันก็มีเหตุผลต่อเนื่องไป กลัวเพราะอะไร กลัวเพราะมีภู

นี้เวลาปัญญามันเกิดมันไล่ไปเป็นขั้นเป็นตอน สิ่งที่ยึดติดค้างในใจมันเปิดเผยหมด แต่การเปิดเผยอย่างนั้นเปิดเผยในปัญญา ปัญญาในการพิจารณาคราวหนึ่ง แล้วพิจารณาคราวหนึ่งเรายังไม่มีผลตอบแทน ไม่มีผลตอบแทนเราก็ทำความสงบของใจเข้ามา

โดยพื้นฐาน ศีล สมาธิ ปัญญา ศีลคือความปกติของใจก่อน ถ้าใจไม่ปกติ เวลาไม่ปกติ มันเกิดอกุศล มันเกิดการเอารัดเอาเปรียบ มันเกิดการจะทำลายคนอื่น เวลาเป็นสมาธิขึ้นมามัน

จะส่งออก มันก็จะเป็นพวกคุณไสย ถ้าเป็นคุณไสย เวลาเป็นปัญญาขึ้นมาเป็นมิจาทำลาย
ทั้งสิ้น ถ้าเป็นมิจานะ มิจามาตั้งแต่ต้นมันจะมิจาไปตลอดเลย

แต่ถ้ามันมีศีลของมัน เราไม่ทำลายใครทั้งสิ้น เราอยากทำลายกิเลสของเรา นี่ถ้ามัน
เป็นปกติของใจ เวลาใจเป็นสมาธิก็เป็นสมาธิ ถ้าสมาธิมันเกิดปัญญาก็ปัญญาเป็น
ครั้งเป็นคราวขึ้นมา ปัญญาเป็นครั้งเป็นคราวขึ้นมามันจะขาด

เวลากิเลสมันรุกรเข้ามา เราพ่ายแพ้มัน แต่เวลาเป็นธรรม เวลาปฏิบัติธรรม
ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม สัจธรรมมันเกิดขึ้น รสของธรรม สิ่งที่มีมันกังวล สิ่งที่ไม่
รู้ในหัวใจนี้มันรู้หมด รู้ตอนนั้น

แต่ออกมาแล้วเราอยากจะทำต่อเนื่อง

กลับไปทำซ้ำ

หลงตาทวนสอนเลย ปฏิบัติถูกไหม ถูก แล้วทำอย่างไรต่อไปละ ก็ทำซ้ำ

ทำนา จะทำนาในพื้นที่นั้นทุกๆ ปี ในการประพฤติปฏิบัติจะปฏิบัติวิปัสสนาต้อง
วิปัสสนาถึงที่หัวใจ ลงที่จิตนั้น เวลาจิตนั้น จิตสงบแล้วขุดคุ้ยขึ้นมาพิจารณาซ้ำแล้วซ้ำเล่าๆ
บนภวาสวะ บนภพ บนจิตที่เวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะ

คนชาวนาเขาทำนาในที่นาซ้ำแล้วซ้ำเล่าทุกปี ตอนนี้อย่างหนึ่งสามครั้ง ทำนาในพื้นที่
ที่ดินนั้นแหละ ทำนาแล้วมันก็ได้ข้าวมา

นี่ก็เหมือนกัน เวลาวิปัสสนาขึ้นมา ศีล สมาธิ สมาธิคือจิตสงบ จิตสงบคือ
หัวใจของตน หัวใจของตนพิจารณาแยกแยะในใจของตน ถ้าแยกแยะในใจของตน
ขึ้นมา แยกแยะขึ้นมาให้มันเกิดภาวนามยปัญญา ปัญญาการรู้แจ้งในใจของตน
ปัญญารู้แจ้งในใจของตนคือปัญญาทำลายกิเลสในใจของตน ทำลายกิเลสในใจของ
ตน สัจธรรมอันนี้มันเกิดขึ้นในใจของตน ฝึกหัดอย่างนี้ ทำของเราอย่างนี้ ทำต่อเนื่อง
ไป

เพราะคำถามว่า สิ่งที่เราเข้าไปรับรู้ในจิตเป็นตัวของเรา แล้วจะให้ทำอะไร แล้วมันไม่สามารถยับยั้งมันได้เลย

ไม่ต้องไปยับยั้งที่มันนั้น ยับที่เวลาจิตสงบแล้วพิจารณาสติปัฏฐาน ๔ พิจารณาของเราไป หินก็เป็นหิน

เวลา ดูสี สังขาร ความคิด ความปรุง ความแต่ง เวลาสังขารที่มีสมาธิเป็นพื้นฐาน พอมีสมาธิเป็นพื้นฐานมันจับสิ่งใดได้ จับสิ่งใดได้มันแยกมันแยะของมัน เห็นกิเลสไป

ไอ้ตัวของเรา มันแทรกซึมไปในทุกๆ ที่ เวลาทุกๆ ที่ เวลามันแยกมันแยะขึ้นไปมันก็แยกแยะสติปัฏฐาน ๔ นี่แหละ แต่มันก็มีการยึดมั่นถือมั่นของเรา กุที่มันยึดมั่นอยู่นั่นแหละ พิจารณาไป พอมันแยกไป เพราะถ้าไม่ปล่อย คุไม่หลุดนะ มันไม่ย่อยสลายไปได้

การย่อยสลายไปได้ การแทงทะลุได้คือการแทงทะลุกุไ การแทงทะลุคุนั้นแหละ แทะเข้าไป

แล้วคุอยู่ไหน ไม่เห็นตัวคุ คุเป็นก้อนใหญ่

แยกไปๆ ไอ้คุนั้นมันจะเบาบางลงๆ แล้วเราจะเห็นมันชัดขึ้น เห็นมันดีขึ้น แล้วภาวนาต่อเนื่องขึ้นไป ภาวนาต่อเนื่องขึ้นไปให้มันชัดๆ ถ้ามันชัดๆ นะ พอจับกิเลสได้เดี๋ยวมันรับรู้ได้

ถ้าจับกิเลสได้มันรับรู้ได้ นี่พูดถึงว่าจิตเห็นอาการของจิต นี่ไง จิตเห็นตัวของเรา ถ้าพิจารณาไปนะ มันจะเป็นภาวนามยปัญญา มันจะเป็นปัญญาที่เกิดจากการภาวนา แล้วมันจะเป็นประโยชน์กับผู้ที่ภาวนา ขอให้ทำต่อเนื่องๆ ไป

อ่านตั้งแต่ต้น เพราะถ้าคนปฏิบัติมันผลจากการประพฤติปฏิบัติ มันไม่ใช่ผลเกิดจากการคาดคะเน การฟัง การจำ แล้วมันได้ผลแตกต่างกัน แล้วมันจะชัดมันจะแย้งกันในตัวมันเอง

แต่ถ้าเป็นปฏิบัติมันจะมีเหตุ มีตั้งแต่เริ่มต้น ตั้งแต่ปฏิบัติมาปล่อยปละละเลย แล้วก็มาตั้งใจ แล้วพอตั้งใจแล้วมันจะไปรู้ไปเห็นของมัน

แล้วถ้าทำต่อเนื่องไปมันจะดีขึ้นเรื่อยๆ ถ้าเป็นสัมมาทิฐิ ปฏิบัติแล้ว ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม ถ้าจะไปเร่งไปรัดอยากได้ อยากให้มันเป็น นั่นเราไปเร่งรัดมัน นั่นไม่สมควรแก่ธรรม

การทำไรไถนา ความเหมาะสมคือเราดูน้ำ ดูปุ๋ย ดูวัชพืชต่างๆ แล้วข้าวนั้นจะออกงาม การประพฤติปฏิบัติของเรา ศีล สมาธิ ปัญญา ฝึกหัดของเรา สัจธรรมจะเกิดขึ้นจากผลในการปฏิบัติของเรา ไปเร่งไปรัดไม่ได้ ไปต้องการโดยที่ปรารถนาให้สมความปรารถนาเราไม่มี อยู่ที่ว่า ศีลของเราดีงาม สมาธิของเรามีหลักมีเกณฑ์แล้ววิปัสสนาไป ศีล สมาธิ ปัญญา รวมลงก็เป็น มรรค ๘ พอมรรค ๘ ธรรมจักรมันเคลื่อนไป นี่ผลมันเกิดขึ้นจากการกระทำ ธรรมทั้งหลายมาแต่เหตุ มาจากการฝึกหัดค้นคว้าในจิตของเรา เอวัง