

ของเดิม

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

ถาม-ตอบ ปัญหารธรรม วันที่ ๔ มิถุนายน ๒๕๖๕

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

ถาม : ข้อ ๒๗๘๒. เรื่อง “วิธีการไม่ให้ตั้งความหวังในผลการปฏิบัติ และไม่ติดอารมณ์เก่า”

กราบนมัสการหลวงพ่อบุญ สืบเนื่องจากหนูได้ฟังคำตอบปัญหาของหลวงพ่อบุญ เรื่อง “ข้อแก้” หนูเลยเข้าใจถึงปัญหาที่แท้จริงของตัวเองว่า ทำไมตลอดเกือบ ๑ ปีมานี้ การปฏิบัติของหนูเสื่อมลงจนหนูท้อแท้ ทั้งๆ ที่หนูก็ยอมละทิ้งรายได้ทั้งหมดจากกรุงเทพฯ แล้วย้ายมาอยู่บ้านเกิดที่จังหวัดพะเยา เพื่อจะได้ปฏิบัติได้เต็มที่ตามที่เคยลั่นสัจจะว่า ถ้าลูกหนูเสีย (ผู้ใหญ่ที่หนูรักเหมือนพ่อ และเป็นคนที่หนูมีภาระต้องดูแล)

หนูอยากปฏิบัติอย่างจริงจัง เพราะได้รู้แล้วว่าชีวิตนี้มันทุกข์ยาก เนื่องจากหนูต้องดูแลลูกที่ป่วยเป็นอัลไซเมอร์และโรคโรคใบโพธิ์

ตอนนั้นหนูทุกข์ที่สุดในชีวิต ไม่มีใครช่วยหนูดูแลลูก ต้องทำงานด้วย กลางคืนอยู่ได้ด้วย การนั่งสมาธิ เพราะต้องลุกขึ้นมาพลิกตัวลูกทุก ๒-๓ ชั่วโมง หนูได้นอนน้อยมาก แต่ผลการปฏิบัติของหนูตลอดเวลาที่ย้ายกลับมามันไม่ได้เป็นอย่างที่คิด ไม่เคยได้รับความสงบแบบลึกสดชื่นเลย ไม่เคยมีธรรมเกิด แถมไม่พอกจากที่เคยนั่งได้ ๒-๓ ชั่วโมงเป็นปกติ นั่งแค่ชั่วโมงเดียวก็ยิ่งแทบตาย ทั้งๆ ที่หนูก็กินข้าวแค่มื้อเดียวแทบจะทุกวัน

หนูสร้างเทียนนาไว้ นั่งสมาธิ แต่ไปนั่งได้แค่ ๔ คืบ โดนผีหลอกไป ๓ คืบ จนหนูทนความกลัวไม่ได้ ตอนนั้นหนูเลิกไปนั่งตอนกลางคืนแล้ว

หนูอยากกราบเรียนถามหลวงพ่อบุญว่า ทำอย่างไรจึงจะเลิกตั้งความหวัง หรือสละติดอารมณ์ในการนั่งสมาธิที่เคยเกิดขึ้น หรือนั่งเพื่อจะได้จำนวนชั่วโมง

หลวงพ่อก็ตอบว่าให้ปฏิบัติบูชา แต่หนูทำไม่ได้ เมื่อก่อนถ้าช่วงไหนภาวนาไม่ดี หนูจะมีวิธีคือไปกราบหลวงพ่อ แล้วปัญหาทุกอย่างมันก็จะดีขึ้น แต่ตอนนี้หนูอยู่ไกลมาก ไปไม่สะดวก หนูขอความเมตตาหลวงพ่อช่วยหนูด้วยเจ้าค่ะ ขอบพระคุณค่ะ

ตอบ : เวลาคนที่มันหลงระเริงทางโลกก็เรื่องหนึ่งนะ แต่คนที่มีอำนาจวาสนา เห็นไหม เกิดมาแล้ว เขาว่าชีวิตนี้เป็นของสมมุติ สมมุติชาติหนึ่ง แล้วถ้าสมมุติชาติหนึ่ง ถ้าเรามีสติมีปัญญาของเรา เราจะแสวงหาความจริงได้มากน้อยแค่ไหน

ถ้ามันแสวงหาความจริงได้มาก มันก็เป็นทรัพย์สมบัติที่ติดดวงใจนี้ไป จะปฏิบัติได้หรือไม่ได้ก็แล้วแต่ ก็ฝึกหัดประพฤติปฏิบัติของเราไป เพราะมันจะได้เป็นจริงเป็นนิสัย

เพราะทุกคนปรารถนาว่า เวลาตายไปแล้วไปเกิดภพชาติใดก็อยากจะประพฤติปฏิบัติ อยากจะให้ถึงที่สุดแห่งทุกข์ แต่ถ้ามันไม่สร้างนิสัยวาสนาไว้เลย เวลาเวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะ เราไปเกิดในภพใดชาติใด มันอันตรายมากนะ เวลาจะเกิดฯ เราไม่รู้ไม่ได้ว่าจะเกิดภพใดชาติใด เราไม่รู้ไม่ได้ว่าจะไปเกิดเป็นอะไร

เวลาไปเกิดฯ เวลาคนสงสัยมาก สงสัยว่าเวลาคนเกิดแล้วเกิดเล่า เกิดซ้ำเกิดซ้อนกัน เป็นมนุษย์ทุกภพทุกชาติ ใ้หนี่คือวาสนานะ ถ้าไม่อย่างนั้นมันก็ไปเกิดไ้ เพราะในพระไตรปิฎก หรือในชีวประวัติของแม่ชีแก้ว เวลาควายมันมาเข้าในนิมิตไ้ มันเกิดเป็นควายนะ มันเห็นคนอยู่ มีกฎหมายคุ้มครอง มันฉลาดมากเลย มันอยากจะเกิดเป็นแบบเรา มันอยากจะเกิดเป็นแบบเรา แต่มันก็เกิดเป็นควายไปแล้ว

ในพระไตรปิฎกก็มี ในประวัติของแม่ชีแก้วก็มี เวลามันไปเกิด เห็นไหม เราทำเวรทำกรรมสิ่งใดไว้ละ เวลากรรมมันให้ผลฯ กรรมคือเรื่องสุดวิสัย คือเรื่องจะต้องเป็นแบบนั้นนะ เรื่องเวรเรื่องกรรม

แต่ถ้ามันยังมีอำนาจวาสนาอยู่ ถึงจะเป็นเรื่องสุดวิสัย เราก็พอรับได้ ถ้ามันมีอำนาจมันรับได้ ถ้ามันรับได้ นี่ผลบุญผลกรรม มันทำให้เราไม่ทุกข์ไม่ยากจนเกินไป แล้วมันทำให้เราซาบซึ้งในเรื่องของกรรม ถ้าเรื่องของกรรมแล้วนะ เราถึงตั้งสติของเรา

เวลาครูบาอาจารย์ของเราจะ ท่านจะไม่สร้างเวรสร้างกรรมใดๆ ทั้งสิ้น มันเป็นเวลา มันเรื่องสุดวิสัย สุดวิสัยก็กรรมของสัตว์ มันกรรมของเขา

หลวงตาท่านเดินจงกรม ที่ท่านมาพูดว่าท่านอยู่ชุลบุรี มันเจอตะขาบ เอมันปล่อยแล้วนะ เอมันไปปล่อยไว้ไกลๆ เลย มันก็กลับมาอีก แล้วเดินนะ เวลาไปแล้วมันกัดเอาใจ พอมันกัดเอานะ บอกว่า เออ! ูกก็แผ่เมตตาให้สรรพสัตว์ทั้งหมดเลย แล้วมึงไปไหน แผ่เมตตาให้สรรพสัตว์ทั้งหมดเลย แล้วมึงไปไหน มึงไม่ยอมรับเลย มึงก็มากัดกูจนได้

เรื่องสุดวิสัย เวลากรรมมันให้ผล กรรมมันให้ผลไง

เวลากรรมให้ผลนะ เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะไปปรินิพพานไง ที่ว่าไปตักน้ำนั้นนะ พระอานนท์จนทำใจไม่ได้เลยนะ น้ำมันขุ่น

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอกว่า อานนท์ เรากระหายเหลือเกิน ตักมาเถอะ

ถ้าไม่ได้เป็นองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า มันก็ได้น้ำขุ่นๆ อย่างนั้นนะ แต่เพราะได้ตรัสรู้เป็นองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า บุญอำนาจวาสนามันยิ่งใหญ่ไง เวลาจะตักมันใสเฉพาะตรงจะตักนะ ตักมามันก็ใสตรงนั้นนะ นี่เวลาอำนาจวาสนาของคนนะ

นี่ก็เหมือนกัน เวลาเราตั้งใจ ตั้งใจจริงนะถูก ตั้งใจถูกต้อง เพราะเราตั้งใจแล้ว อย่างน้อยเราก็จะปฏิบัติของเรา เราหาสถานที่ปฏิบัติของเรา เราเข้าใจเรื่องชีวิตแล้ว เราไม่หลงไปกับทางโลกเขา

เกิดมากับโลก อยู่กับโลก แต่ไม่ติดโลก

เกิดมากับโลก อยู่กับโลก แล้วจะติดอยู่กับเขา จมปลักอยู่กับโลกสมมุติเนี่ย มีลาภเสื่อมลาภ มียศเสื่อมยศไปกับเขาอยู่อย่างนี้ แต่เราเกิดกับโลก เพราะเราเกิดแล้ว

นี่ไง เวลาพระอรหันต์ไ้ ไหนว่าวิมุตติสุขๆ ก็ด่วนๆ ตายไปสิ วิมุตติสุข

มันเป็นไปไม่ได้ มันอยู่ที่อยู่จนสิ้นอายุขัยไง เกิดแล้วตายมีค่าเท่ากัน เพราะว่ายังมีชีวิตอยู่ มันก็สิ้นกิเลส ตายไปแล้วก็สุภาทิเสสนิพพาน อนุภาทิเสสนิพพาน เพราะมันละทิ้งซะคือเศษส่วน เศษเหลือทิ้งมนุษย์นี่

เขาบอก ถ้ามันเป็นอย่างนั้นก็ทำลายชีวิตไปซะ มันจะได้ไปหมดเรื่องหมดราว

ไม่ เพราะว่ามันทำอย่างนั้นมันก็ไปขัดกับสัจธรรมนะสิ มันไม่ขัด มันขัดไม่ได้

ฉะนั้น สิ่งที่ว่าเวลาที่มีวิธีการอย่างใดที่ปฏิบัติแล้วจะไม่หวังผลในการประพฤติปฏิบัติ

อันนี้มันแบบว่าอยู่ที่เราฝึกหัดตั้งแต่ตอนนี ถ้าเราฝึกหัดตั้งแต่ตอนนี้ละ เราเห็นผลของ มันไง เห็นโทษของมันไง

เพราะเราเคยปฏิบัติมาเหมือนกัน เวลาปฏิบัติไปแล้ว เวลามันสงบ เวลามันใช้ปัญญา ตักตบกาน มันชั่วคราวๆ พอมันชั่วคราวแล้วมันไม่ได้ผลดังใจใจ ตั้งแต่วันนั้นมานะ ต่อไปนี้ อะไรจะเกิดขึ้นก็เรื่องของ การประพฤติปฏิบัติ นั้น ไม่เอาสิ่งนี้มาเป็นเป้าหมาย แล้วปฏิบัติ พิจารณาซ้ำแล้วซ้ำเล่าๆ อยู่อย่างนั้นนะ พอมันจับต้องได้ก็พิจารณาของมันไป มันก็ปล่อยก็ว่าง

แต่เมื่อก่อนไม่เข้าใจใจใจ พอว่าง มันก็คิดว่านี่เป็นผลงานของตนๆ ใจ แล้วมันก็หวังตรงนี้ แต่สุดท้ายแล้วเราเข้าใจว่านี่มันเป็นระยะ มันเป็นระหว่างที่เราจะต้องก้าวเดินต่อไป

เราพิจารณาซ้ำแล้วซ้ำเล่าๆ โดยไม่ต้องหวังผลสิ่งใดเลย ถ้าหวังผลสิ่งใด คงจะทุกข์ยาก กว่านี้อีกเยอะมาก ที่มันจะไม่หวังผลสิ่งใดเพราะมันหวังแล้วมันไม่ได้ผลอย่างที่หวัง แล้วหวังนะ มันทำให้เป้าหมายของเรามันไขว้เขว ถ้ามันเป็นสัจจะความจริง เราเดินไปถึง มันต้องถึง เป้าหมาย ถ้าถึงเป้าหมายแล้วเราก็ทำซ้ำทำซาก

เราพูดบ่อยครั้งมาก เพราะเวลาคนที่ประพฤติปฏิบัติ เวลาปฏิบัติมาตามปัญหาเราจะได้ อย่างนี้ใช้ใหม่ อย่างนี้ใช้ใหม่

เราบอก ใช่ แต่ว่าใช่ในระหว่างการปฏิบัติ แล้วมันต้องปฏิบัติต่อเนื่องไป

แต่บางคนบอกว่าใช่ แล้วก็ทิ้งเลยนะ

กรณีอย่างนี้ เวลากรณีที่หลวงตาพระมหาบัวท่านขึ้นไปหาหลวงปู่มนัง เราฟังจากท่าน เล่าๆ เราจะรู้เลยว่าตรงไหนบ้างที่มันไปสะดุด สะดุดที่ให้เราได้ติดใจ

เวลาท่านขึ้นไปรายงานผลกับหลวงปู่ฉัน เห็นไหม ปฏิบัติแล้วมันพิจารณาธาตุ ๔ กาย กับใจขาดจากกันเลย

เออ! มันต้องเป็นอย่างนี้ เป็นเหมือนเราที่ถ้ำสาริกา

ทีนี้พอเป็นเหมือนเราที่ถ้ำสาริกาแล้ว มันมีความสุขไง เวลาพิจารณาแล้ว พอมันขาดนะ โอ้โฮ! กายกับจิตนี้แยกกันหมด โลกนี้ราบหมดเลย ไม่มีสิ่งใดเลย ก็อยากได้อย่างนั้นอีก เวลาขึ้นไปกราบเรียนท่าน พอถ้ำอย่างนั้น ความเห็นผิดไป

มันจะบ้าหรือ เวลากิเลสมันขาด มันก็ขาดคนเดียวเท่านั้นนะ

คำว่า “คนเดียวเท่านั้น” ไร คำว่า “คนเดียวเท่านั้น” มันไม่มีอีกแล้ว ติดอยู่ ๕ ปี

โธ่ก็เหมือนกัน โธ่เราที่พิจารณาแล้วพิจารณาเล่าของเรานั้นนะ มันพิจารณาแล้ว พิจารณาเล่า มันไม่ใช่ มันไม่ใช่ พอไม่ใช่แล้วนะ มันเซ็ด เพราะอะไร เพราะมันพะว้าพะวง แล้ว เมื่อไหร่มันจะขาดละ แล้วเมื่อไหร่มันจะเป็นความจริงละ

ไม่สนใจมัน พิจารณาซ้ำแล้วซ้ำเล่า เวลามันพิจารณาจบแล้ว มันปล่อยวางหมดแล้ว ก็ ตั้งสติ แล้วทำความสงบของใจเข้ามา แล้วพิจารณาต่อเนื่องไป ถึงที่สุดแล้วมันก็จะปล่อยวางๆ เวลามันจะขาด มันขาดโดยธรรมชาติ

เราก็คิดว่ามันจะปล่อยไป เราก็อำ เวลามันขาด ผลมันแตกต่างกัน ตั้หังคปหานกับ สมุจเฉทปหานที่เราประสบมา มันถึงชัดๆ ไร เวลาชัดๆ ขึ้นมาแล้ว

แล้วก็มีผู้ที่ปฏิบัติอีกมากมายเลย เวลาปฏิบัติไปแล้ว เวลามันพิจารณากาย พิจารณา เวทนา พิจารณาจิต พิจารณาธรรม เวลามันปล่อยๆ นะ มันปล่อยแล้ว

ปล่อย เรารู้ เรารู้เคยปล่อย เรารู้ว่าความรู้สึกการปล่อยมันมีความสุขแค่ไหน ความรู้ ความปล่อยมันมหัศจรรย์แค่ไหน แต่มันก็แค่นั้นนะ แล้วแค่นั้นแล้วทุกคนจะเชื่อมาก นี่ได้มรรค ได้ผล

สุดท้ายแล้วนะ ถ้าใครมาปรึกษาเรา เราให้ทำซ้ำ เขาก็งงๆ นะ คำว่า “ทำซ้ำ” มันซ้ำ อย่างไรละ แล้วถ้าเขาไม่ได้ทำหรือว่าเขาประมาท เสื่อมหมดเลย

คนที่เคยทำได้แบบนี้ พิจารณากายแล้วปล่อยกาย พิจารณาเวทนาแล้วปล่อยเวทนา
สุดท้ายแล้วเสื่อมหมด เสื่อมหมดแล้วกลับมาปฏิบัติใหม่ กลับมาแบบเริ่มต้นใหม่เลย เตะเตะ
เลย

เวลาครูบาอาจารย์ที่ท่านประพฤติปฏิบัติ ถ้าเป็นตามความเป็นจริงนะ จะรู้เหตุการณ์
อย่างนี้ เวลาที่มันปล่อยแล้วๆ ปล่อยแล้วประมาณ คิดว่าเราได้มีคุณธรรม มันมีคุณธรรมตอนที่
เรายังมีสติ มันก็มีความสุขของมัน เพราะว่าเราประพฤติปฏิบัติ เรามีสติ เรามีสมาธิ เรากำลัง
ฝึกหัดใช้ปัญญา

แต่เวลามันเสื่อมนะ เวลาเสื่อม หลงตาท่านพูดว่า จิตเสื่อมๆ มันเหมือนเศรษฐี
ล้มละลาย แล้วผู้ที่ประพฤติปฏิบัติเหมือนกับบุคคลผู้เริ่มทำธุรกิจ มันยังไม่มีทรัพย์สินสมบัติ มันก็
ทำด้วยความสบายใจของมัน แต่คนที่เคยเป็นเศรษฐี เคยมีธุรกิจ แล้วล้มละลาย แล้วมีหนี้สิน
ด้วย ต้องใช้ ต้องเป็นตัวแดงด้วย

นี่เวลาจิตเสื่อมเป็นอย่างนั้น เวลาจิตเสื่อมทุกข์ยากมาก กว่าที่จะประพฤติปฏิบัติมา
ฉะนั้น เวลาคนที่จิตเสื่อมไปแล้วจะหันกลับมาปฏิบัติ จะเริ่มต้นใหม่ ยากมาก

นี่พูดถึงว่าเวลาจิตมันเสื่อมไป ฉะนั้น เวลาจิตมันเสื่อม นี่คือการกิเลส

กิเลสอย่างหลานมัน ลูกมัน พ่อแม่มัน ปู่ย่ามัน มันแต่ละแ่งมุมมันยึดมัน หรือว่ามัน
ให้ผลให้โทษกับใจแตกต่างกัน

ไอ้นี้ก็เหมือนกัน จะย้อนกลับมาเนี่ย ย้อนกลับมา

มีวิธีการอย่างไรที่ตั้งความหวังที่ไม่หวังผลการปฏิบัติ

ถ้าไม่หวังผลในการปฏิบัติ เพราะเราก็คเคยหวังผล เพราะนิสัยคนมันจริงจัง ถ้าจริงจัง
แล้ว หนึ่งบวกหนึ่งต้องเป็นสอง คณิตศาสตร์ชัดๆ แล้วเวลาปฏิบัติเป็นคณิตศาสตร์ใหม่ ทำไป ๕
ชั่วโมง ได้ ๒ นาที ทำไป มันไม่เห็นมีคณิตศาสตร์มาตอบใจเลย

นี่ก็เหมือนกัน ถ้าเราคิดแบบนี้ นิสัยอย่างนี้ มีความคิดอย่างนี้ มันก็จะฝงใจอย่างนี้ แล้ว ฝงใจอย่างนี้ คำถามนี้มันเป็นเรื่องที่ตอบเรื่องของโยมในตัวมันเอง ถ้าหวังอย่างนี้ ก็จะถูกช้อย่างนี้ ถ้าปฏิบัติบูชาของค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เราทำของเราไป

แล้วทำแล้วไม่ใช่ทำทั้งๆ ขว้างๆ นะ ทำต้องตั้งสติดีๆ แล้วทำให้มันถูกต้องชอบธรรม พยายามของเราขึ้นไป จะได้มากได้น้อย ให้มันเป็นสัมมาทิฐิ ให้มันถูกต้องชอบธรรม จะได้ มากได้น้อย อยู่ที่วาสนาของคน

วาสนาๆ พอพูดถึงวาสนานะ มันก็ย้อนกลับมาที่เราทำบุญกันนี่ไง เราทำมามาก ทำมา มาก

เวลาของค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้ธรรมแล้ว ใครก็บอกว่าเพราะเป็นองค์ สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ถึงทุกคนยกย่องบูชาขนาดนั้น

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอกว่าไม่ใช่ มันเกิดเพราะว่าเราได้สร้างสมมาอย่างนี้ ท่านได้เสียสละของท่านมา ท่านได้ทำบุญกุศลของท่านมา ท่านเป็นพระโพธิสัตว์ ท่านเสียสละ มามากมายมหาศาลขนาดไหน ท่านทำของท่านมาจนถึงเป็นแบบนั้น

ไฉนนี้ก็เหมือนกัน เราได้ทำบุญทำกุศล นี่ไง ที่เราเน้นย้ำเรื่องวาสนาๆ

คนเรานะ แข่งอำนาจวาสนากันไม่ได้ เพราะอำนาจวาสนามันเกิดจากอดีต อดีตที่นาน ไกลที่เราไม่รู้ ใครจะไปแก้ไขประวัติศาสตร์ได้ ไม่ได้ เราอยู่กับปัจจุบันกับอนาคตที่ยังเป็นคนดี อยู่ จะสร้างคุณงามความดีไป เราอยู่กับปัจจุบัน แต่ถ้าอนาคตมันล้มเหลว เราก็จะถูกช้อยากไป

อดีตแก้ไขไม่ได้ อนาคตยังมาไม่ถึง ฉะนั้น สิ่งที่เราระลึกถึงได้ ก็ระลึกถึงปัจจุบันนี้ แล้วเรา พยายามจะประพฤติปฏิบัติ จะสร้างคุณงามความดี แล้วการประพฤติปฏิบัติ

ทำทานร้อยพันหนไม่เท่ากับถือศีลบริสุทธิ์ได้หนหนึ่ง ถือศีลบริสุทธิ์ร้อยพันหนไม่ เท่ากับทำสมาธิได้หนหนึ่ง ทำสมาธิได้ร้อยพันหนไม่เท่ากับเกิดภาวนามยปัญญาขึ้นมาหน หนึ่ง

นี้เป็นสัจจะ นี่เป็นความจริง แล้วเราทำอะไรอยู่

เรากำลังทำสมาธิ เราฝึกหัดสติปัญญา ร้อยหนพันหน ร้อยหนพันหน แต่สิ่งที่ว่าทาน ศีล มันก็เป็นเครื่องหนุน คือศาสนาที่มันส่งใจ

ปฏิบัติบูชา

ลูกศิษย์หลวงปู่มั่นเยอะเยอะไปหมด มากมาย เพราะหลวงปู่มั่นท่านก็มีเล็งเห็นอนาคตเหมือนกัน ท่านพยายามสร้างธรรมทายาทไป ท่านพยายามสร้างธรรมทายาท ลูกศิษย์ลูกหารุ่นที่ ๑ รุ่นที่ ๒ รุ่นที่ ๓ มันเป็นการยืนยันให้ศาสนานี้มันคงมาก

แม้แต่มีครูบาอาจารย์เป็นเกจิอาจารย์แต่ละองค์ในประเทศไทย คุณลูกศิษย์สิ ไม่มีเลย ไม่มีรุ่นที่ ๒ ใจ รุ่นที่ ๑ ตามข้อเท็จจริง สังคมต้องตรวจสอบ แล้วรุ่นที่ ๒ มายืนยันละ แล้วรุ่นที่ ๓ ละ

นี่อำนาจศาสนานี้มหัศจรรย์มาก เพราะหลวงปู่มั่นก็คือหลวงปู่มั่น หลวงปู่มั่นท่านจะเป็นที่รู้จักของสังคมมาก ก็หลวงตาพระมหาบัวมาเขียนประวัติหลวงปู่มั่น

ถ้าไม่มีประวัติหลวงปู่มั่นยืนยันว่าหลวงปู่มั่น ตัวตนของท่านในแนวทางการปฏิบัติของท่าน เราก็ได้ยินแต่ชื่อเสียงกิตติศัพท์กิตติคุณไป แต่หลวงตาพระมหาบัวท่านเอา ถ้าเป็นข้อเท็จจริง เหมือนกับเอาหลวงปู่มั่นออกมาประกาศกับสังคมให้สังคมยอมรับไป

เวลาคุณครูบาอาจารย์สิ ครูบาอาจารย์นะ มีชื่อเสียงในตำบล ในอำเภอ ในภูมิภาค ถ้ามีทั้งประเทศละ แล้วนี่มันไปทั่วโลก อำนาจศาสนาของคนมันยิ่งใหญ่มาก แต่ในการประพฤติปฏิบัติมันต้องมีข้อเท็จจริงอย่างนั้น ถ้ามีข้อเท็จจริงอย่างนั้น

เวลาที่ว่ามีวิธีการอย่างใด ไม่ให้ตั้งความหวังในผลของการปฏิบัติ

เวลาอธิษฐานขออย่างง่าย ๆ เลย ก็ปฏิบัติด้วยความไม่ย่อท้อ ถ้าอยากมันเป็นกิเลส ก็ปฏิบัติความไม่ย่อท้อ

มันต้องมีความอยาก อยากในมรรค อยากในการสร้างคุณงามความดี แต่เราไม่ย่อท้อในผลใจ ถ้าอยากในผล นั่นนะมันคาดหวัง เหมือนคนซื้อหวยก็อยากถูกรางวัลที่หนึ่งๆ ถมเงินไปเถอะ ถมลงไป เมื่อไหร่มันจะได้รางวัลที่หนึ่ง ก็ความอยากใจ ความหวังใจ

ไฉนก็เหมือนกัน ถ้ามีความหวัง หวังผลๆ แต่ถ้าเราปฏิบัติโดยไม่หวังผล ไม่ซื้อห่วยด้วย แล้วเราจะประพฤติปฏิบัติของเราเอง แล้วถ้าทำของเราเอง ภาษาเจาเนะ สิ่งที่มีมันจะคิดได้มันต้องเข็ดนะ มันเจ็บจนเข็ด พอเข็ดแล้วมันคิดได้ การคิดได้นั้นนะคือการแก้ การคิดได้คือการแก้

แต่เวลาเขาเขียนมา เห็นไหม เวลาว่า หนูทิ้งรายได้ทั้งหมดจากกรุงเทพฯ ต้องกลับไปดูแลผู้มีพระคุณ เป็นทั้งอัลไซเมอร์ เป็นทั้งไบโพลาร์ ต้องพลิกไปพลิกมา

อันนี้มันเป็นกรรมของสัตว์ เพราะกรรมของสัตว์ เป็นผู้มีบุญคุณที่เรานับถือบูชาเหมือนพ่อของเรา เพราะเขาให้ชีวิตมา เขาให้ต่างๆ มา เราก็ตอบสนอง

กตัญญูกตเวที ไฉนเป็นเครื่องยืนยัน งานอย่างนี้ถ้าเป็นชาวพุทธต้องทำ แล้วทำด้วยความชื่นบานด้วย เพราะอะไร นี่มันเป็นการแสดงออกของธรรมใจ อย่างนี้ต้องทำ

เวลาพระกรรมฐานๆ ถ้าครูบาอาจารย์เจ็บไข้ได้ป่วย มันเรื่องเล็กน้อยมากนะ เพราะอะไร เพราะอุปนิสัยของมันของง่ายๆ แต่เรื่องโรคภัยไข้เจ็บถ้ามันหาย ธรรมโอสถๆ อันนั้นอีกเรื่องหนึ่ง

อันนี้ก็เหมือนกัน ในเมื่อเรามีความจำเป็น เราต้องกลับไปตอบแทนบุญคุณ ตอบสนองคุณนะ เราควรทำและต้องทำด้วย แล้วพอทำแล้ว เราจะไปประพฤติปฏิบัติที่นั่น เราหวังผลในการปฏิบัติที่นั่น เราทำ

จะบอกว่า กรรมมันกำหนดให้เราเป็นอย่างนี้ไง ถ้ากรรมกำหนดมาให้แบบนี้ เราก็ต่อ ยอดจากตรงนี้ไป ถ้าต่อ ยอดจากตรงนี้ไป เราทำสิ่งใดของเรา เราก็วางใจของเรา

อย่างที่ว่า ถ้าจะวางความหวังผล ก็ความที่เข็ดขยาดกับความหวังผล มันให้แต่โทษ ให้แต่ความทุกข์ความยาก

ฉะนั้น ปฏิบัติบูชาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ปฏิบัติของเรา ถ้ามีสติสัมปชัญญะ มันก็ยับยั้งอย่างที่ว่าความอยากอันนี้ด้วย สติมันยับยั้งได้หมดเลย

แต่นี้บางที่มันก็พลั้งเผลอไป คิดอย่างนี้คิดว่ามันเป็นกุศล มันคิดว่าเป็นแง่บวกในการปฏิบัติของเรา ว่าคิดถูกใจ ถ้าคิดถูกมันให้ผลเป็นความให้การปฏิบัติมันเหลวไหลไป มันเป็นไปได้ไหม เพราะมันคาดมันหมาย มันเหมือนกับว่า ภาชนะที่มันพร่องน้ำ เสียงดังตลอดเวลา

นี่เหมือนกัน สิ่งที่มีมันขาดแคลนกลางหัวใจ แล้วก็คาดหวังอยู่อย่างนั้นนะ เหมือนกับกาน้ำที่ขาดน้ำ เคลื่อนไหวมีแต่เสียงดังทั้งนั้นนะ แต่ถ้าเราทำของเราบ่อยครั้งเข้าๆ ให้มันเป็นประโยชน์กับเราขึ้นมาเอง

ฉะนั้น สิ่งที่เราทำของเราไว้เป็นประโยชน์อย่างนั้น

แล้วถ้าปฏิบัติ เขาบอกว่าเขาไปทำเถียงนาไว้ แล้วไปภาวนาได้แค่ ๔ คืบ

ถ้า ๔ คืบ ถ้าถึงเวลาแล้ว สิ่งนั้นเรากลับไปใหม่ เรากลับไปภาวนาอย่างนั้น ฝีกคือฝึ ถ้าเรามีบุญกุศล เราอุทิศส่วนกุศลให้เขาไป ถ้าเขามีบุญกุศล ถ้ายังมีฝีมือสาบ มันยังทำการภาวนาให้ก้าวหน้า ถ้าเราะดับความกลัวของเราได้ เราะดับความกลัวของเราได้

เห็นไหม เรามีเวรมีกรรม เราก็กลับไปดูลุงของเรา เราไปสร้างเถียงนาไว้เพื่อจะประพฤติปฏิบัติ มันต้องมีคนเชิดชูบูชา ใ้ไปประพฤติปฏิบัติแล้วกลับมีฝีมือสาบมาหลอกมาหลอนให้เราตกอกตกใจไป

ถ้าฝีมือหลอกมาหลอน ฝีมือมาให้กำลังใจก็ได้ เขามาให้เราประพฤติปฏิบัติมีแนวทางก็ได้ สิ่งที่เราะระลึกได้อย่างนั้นนะ ถ้ามันระลึกได้อย่างนั้น มันเป็นบุญเป็นคุณไป

กรณีอย่างนี้ หลวงปู่มั่น หลวงปู่ชอบ ท่านไปปฏิบัติอยู่ในป่าในเขาไปเจอผีหรือเจอจิตวิญญาณที่เขาเป็นมิชฌาภิกขุ เขาจะคอยฟังโทษ เขาจะคอยนั้นนะ

ถ้าเราทำของเรา ทำของเราให้ดีขึ้นขึ้นมา ถ้าเราทำของเราดีขึ้นมานะ ถ้ามันชนะใจของเขา ถ้าชนะใจของเขา เขาอนุโมทนากับเราด้วย แล้วเขาคุ่มครองดูแลเราด้วย แล้วเขาได้บุญกุศลด้วย ถ้ามันเป็นอย่างนั้นนะ การปฏิบัติเรามันจะราบรื่นไป

ฉะนั้น สิ่งที่ว่าไปเถียงนาแล้วมันมีฝีมือ ตอนนี้อย่างไรไปเลย

จะไปที่ใด ไม่ไปที่ใด เพียงแต่เราขอให้เรามีความสงบสุขในใจของตน การปฏิบัติบูชาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

โดยทั่วไปอิทธิพลเขาจะติณีนพวกพระป่าไป ปฏิบัติแล้วมันทุกข์มันยาก ปฏิบัติแล้วมันมีแต่ความแห้งแล้ง การปฏิบัติมันต้องมีความสุข การปฏิบัติต้องหน้าขึ้นตาบาน อย่างนี้ถึงเป็นการปฏิบัติที่ถูกต้อง

ก็เลยสร้างแต่หน้าขึ้นตาบาน แต่หัวใจเศร้าหมอง หม่นหมอง เพราะอะไร เพราะมันมีแต่เปลือกๆ

การปฏิบัติของเรามันจะทุกข์จะยากขนาดไหน การปฏิบัติจะทุกข์จะยาก จะปฏิบัติจะทุกข์ ถ้ามันทุกข์มันยาก ทุกข์เพื่อแก้ทุกข์ไง ถ้ามันพอใจ มีการกระทำเป็นสัจจะความจริง ทุกข์ใหม่ ทุกข์ แต่ทุกข์อย่างนี้ทุกข์ถ้ามันจะรู้เท่าทันทุกข์ ถ้ามันรู้เท่าทันความรู้สึกนึกคิดของตน ใจที่ว้าวิดกักขฬ ที่ปฏิบัติแล้วไม่ได้ผล มันจะวางหมดเลย แล้วที่ปฏิบัติมาได้ผลหมดเลย ได้ผลได้ผลเพราะปฏิบัติเป็นจริงเป็นนิสัย

แล้วถ้าปฏิบัติเป็นจริงเป็นนิสัย แล้วดูคนที่ไม่ได้ประพฤติปฏิบัติ เขาทุกข์เขายากกว่าเรามากหรือน้อยขนาดไหน แล้วเวลาเขาทุกข์มากน้อยขนาดไหน เวลาเขาทุกข์เขายากแล้ว เขาบอกเป็นความสุขของเขาอีกต่างหาก เขาพอใจของเขา กินเหล้าเมายา เขาว่าเสพสุข เขามีความสุขทั้งนั้นนะ

แต่ภาษาเรานะ เสียทั้งเงิน เสียทั้งสุขภาพ เสียทั้งสังคม เสียทุกอย่างเลย ไม่เห็นมีได้อะไรขึ้นมาเลย แต่เขามีความสุข

ถ้าปฏิบัติอย่างนั้น ไร้สาระ

เราทำของเรา เราเชื่อมั่นในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เราเชื่อมั่นในองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เราเชื่อมั่น สิ่งที่เรากระทำแบบนี้ เราปฏิบัติของเราให้ประสบความสำเร็จของเรา ประสบความสำเร็จโดยที่ไม่คาดหวัง

ถ้ามันคาดหวังมันหวัง ก็เลสซ็อนกิเลสไป

เวลาคนที่ประพฤติปฏิบัติแล้วไม่ได้ผล ธรรมชาติของเรา เรามีความอยาก คือกิเลส อันหนึ่ง แล้วความอยากอันนี้มันอยากเรื่องอะไรก็ไม่ว่า แล้วอยากแล้วผิดศีลผิดธรรม อยากจะเอาแต่ได้โดยที่ไม่มีเหตุมีผล

ไถ่ความอยากอย่างนั้นมันเป็นกิเลส แล้วถ้าความอยากในศีลในธรรม ความอยากในการสร้างคุณงามความดี มันเป็นกิเลสตรงไหนล่ะ แต่เรื่องจะไม่มี ความอยากเลยมันเป็นไปได้ แต่ถ้าความอยากอย่างนี้มันเป็นประโยชน์ขึ้นมา เป็นประโยชน์กับธรรมด้วยนะ ไม่ใช่ประโยชน์กับเรา

ประโยชน์กับธรรมๆ คือทำแล้วมันถูกต้องชอบธรรม ถูกต้องชอบธรรมแล้ว ความชอบธรรมนั้นชนะทั้งหมดไง สุจริตชอบธรรมเป็นการคุ้มครองเรา เราปฏิบัติตามนั้น

นี่พูดถึงว่าเถียงนานะ

ทำอย่างไรถึงจะเลิกตั้งความหวัง หรือสลัดอารมณ์ในการนั่งสมาธิที่เคยเกิดขึ้น หรือนั่งเพื่อจะได้นับจำนวนชั่วโมง

ก็มีความภูมิใจอยู่ไง เราเคยภูมิใจว่าเราเคยได้ ๒-๓ ชั่วโมงสบายๆ เราเคยปฏิบัติแล้วมันประสบความสำเร็จ ปฏิบัติแล้วมันมีความสุข ปฏิบัติแล้วมีความชอบธรรมตลอด อันนั้นปฏิบัติชอบธรรม เพราะมันยังไม่ได้เข้าไปเผชิญหน้ากับกิเลสไง

แต่เวลาละทิ้งหมดเลย สิ่งที่ว่ารายได้จากกรุงเทพฯ หน้าทีการงานละทิ้งหมดเลย กลับไปเพื่อจะตอบสนองบุญคุณ กลับไปอยู่บ้านเดิมของตนนะ

นั่นนะคือโอกาสแล้ว แล้วเราทำของเรา

สิ่งที่ทำๆ อยู่มันเป็นหน้าที่ มันเป็นกติกากำหนดชีวิตเรามาแล้ว เพราะเราเกิดมาในสภาวะสังคมอย่างนี้ ในข้อเท็จจริงอย่างนี้ แล้วเราทำของเราในปัจจุบันนี้

แล้วเราทำ กำหนดเลย เห็นไหม ฟุตบอล ก่อนจะลงสนามหรือแข่งเสร็จแล้วเรื่องหนึ่ง แต่ขณะที่เราลงไปสนามแข่งขัน กำหนดเวลา ๙๐ นาที ใน ๙๐ นาทีเปรียบเหมือนชาติปัจจุบันนี้

ชาติปัจจุบันนี้ เราแก้ไขที่ชาติปัจจุบันนี้

สิ่งที่กำหนดมา ก่อนแข่งขันเขาต้องเตรียมทีม เขาต้องคัดตัว เขาต้องฝึกซ้อม ร้อยแปด แล้วถ้าแข่งขันจบไปแล้ว ผลแพ้หรือชนะก็อีกเรื่องหนึ่งไง

นี่ก็เหมือนกัน อดีตอนาคต ในปัจจุบันนี้กำหนดให้ลงในสนามแข่งขัน เรากำหนดแล้วเรามีสถานะอย่างนี้ เรามีการกระทำแบบนี้ ในเกม ในชีวิตประจำวัน ในการปฏิบัติ เวลา ๙๐ นาที คือเวลาในชีวิตนี้ เรามีโอกาสแก้ไข มีโอกาสกระทำ เรากระทำที่นี้

ไ้เรื่องการที่ตั้งความหวังฯ มันอยู่ที่จิตนิสัย ถ้ามันตั้งความหวังแล้วมันทุกข์มันยาก อย่างนี้ แล้วมันจะเข็ดขยาดไปเอง

เพราะเราก็เคยเป็นแบบนี้ เราเคยตั้งความหวังกำหนดทั้งหมดนะ เสร็จแล้ว พอกระทำไปแล้ว มีประสบการณ์แล้ว เออ! วางไว้หมดเลย เพราะวางหมดแล้ว เราวางความหวัง แต่ไม่วางความเพียร ไม่เคยวางความเพียรเลย ความเพียร ความวิริยะ ความอดุสาหะ เราเหมือนเดิม แต่ไ้ความหวังเราวางเลย เพราะเข็ด แล้วเวลามันเป็นจริงนะ เอ้อเลย เอื้อะ! เป็นอย่างนี้นะ เอื้อะ! เอื้อะ! ไ้โฮ! เข้าใจหมดเลย

แล้วเวลามาตอบปัญหา มีคนมาถามอย่างนี้เยอะ ถามอย่างนี้เยอะ มันอยู่ที่วาสนาของคนนะ

นี่พูดถึงว่า เราจะละอย่างไร

ละต่อเมื่อมันเข็ดขยาดกับกิเลสตัวนี้ มันเข็ดขยาดกับอารมณ์อย่างนี้ แล้วมันวางเอง วางแล้วเรามาทำของเรา เพราะเราไประลึกถึงอารมณ์เดิม มันก็เจ็บๆ แสบๆ อย่างนี้ แต่ถ้าเราปล่อยวางมันไป แล้วเรายังประพฤติปฏิบัติของเราอยู่แบบเดิม มันจะเจริญก้าวหน้าไป จบ

ถาม : ข้อ ๒๗๘๓. เรื่อง “จ่อลงไปทีไร้ง”

กราบนมัสการหลวงพ่อ หลังจากที่เกล้าได้รับการกิจงานในแต่ละวันเสร็จแล้ว ก่อนนอน กลางคืน หลังจากไหว้พระสวดมนต์เสร็จ จะเปิดเทศนาของครูบาอาจารย์ภาคปฏิบัติ เข้าใจบ้าง ไม่เข้าใจบ้าง หลายเทศน์หลายกัณฑ์ต่อเนื่อง ๗ คืน บางคืนก็หลับไป แต่ตื่นก่อนเทศน์จะจบ

กัณฑ์ บางคืนก็หลับไปเลย แต่ขณะที่ฟังนั้นไม่ได้กำหนดคำบริกรรม คือจะตั้งใจเพียงอย่างเดียว ส่วนใหญ่จะไม่ได้เนื้อความ คือได้ยินแต่เสียงเทศน์อยู่

มีอยู่คืนหนึ่ง เก้าเปิดเทศน์ของพระองค์หนึ่งที่เทศน์เป็นภาษาอีสาน (ภาษาเล่าให้ฟัง) พอจะจบเทศน์ก็รู้ว่าต้องตื่น แต่กลับมีอาการวูบๆ เป็นชั้นๆ เข้าไปเห็นร่างกาย แต่เหมือนไม่ใช่กาย ยิ่งพยายามตื่นยิ่งหน่วงวูบไป แล้วรู้ที่อยู่ในกายนิ่งๆ อยู่

ผู้กลัวก็กลัว ผู้เห็นก็เห็นวากแล้ว และสัมผัสอาการนั้นได้ ร่างนี้รู้สึกว่ามันผ่องๆ คือแน่น ตึงไปหมด หนังศีรษะ ปาก ฟัน เนื้อตัว ทั้งร่างกายเหมือนจะระเบิด เริ่มสับสนแล้วมันคืออะไร พยายามตื่นก็ตื่นไม่ได้ แล้วมีเสียงผุดขึ้นมาว่า “ให้จ่อลงที่กาย”

เก้าก็จ่อเพ่งที่อาการนั้นตามเสียงบอก มันกลับถอยจนตื่นมาระลឹกันได้ว่ามันเป็นเวทนา เก้าเลยน้อมเข้ามาอาการวูบนั้นใหม่ แต่กลับออกไปฝันเห็นนั่นนี่ แต่ความสะเพื่อนใจนั้นยังมีอยู่ เลยจ่อจ่ออยู่กับอาการสะเพื่อนนั้นโดยไม่สนใจเรื่องราวของความฝัน จึงปรากฏอาการอย่างแรกไม่มีผิผื่น บวมๆ ตึงๆ

ทีนี้เลยเริ่มพิจารณา คือให้ตนเข้าใจว่าอาการแบบนี้มันคือเวทนา กลับไม่ได้เรื่อง ไม่เข้าใจ มันถอยออก แต่ไม่ตื่นจากฝัน เก้าก็เลยน้อมเข้าไปอีก ก็บริกรรมพุทโธเร็วๆ วูบเข้าไปอย่างเดิม อยู่ท่ามกลางอาการของกายอย่างเดิม แต่ครั้งนี้ชัดมาก คือเบา ถอย ร่างบวมแน่น เป็นที่สุดใกล้จะระเบิด

เก้ารู้สึกว่ามันไม่ไหว คือมันเห็นเป็นสองอย่าง คือกายและคำบริกรรม ยิ่งตั้งบริกรรม อาการนั้นยิ่งแน่น เลยเพ่งอาการนั้นออกไปดังคลื่นน้ำใสๆ เป็นวงเป็นคลื่นออกไปแบบแผ่เมตตา อาการทุกอย่าง ภาพฝัน เสียงที่ไม่เป็นเสียง คือผัสสะที่จับไม่ได้ความ ค่อยๆ ราบเรียนสงบลง ก็ตื่นมาอยู่ในสภาวะปกติ เวลา ๐๐.๔๖ น. ของคืนนั้นพอดี หัวใจเต้นตึกๆ สะเพื่อนใจมาก ไม่เคยพบเจอมาก่อนเลยครับ

เก้าอยากถามว่า ทำมาถูกต้องไหมครับ จะดำเนินการพิจารณาอย่างไรถ้าหากเกิดอาการดังกล่าวอีก ขอความเมตตาหลวงพอช่วยเมตตาชี้แนะทางแก้ไขให้เก้าด้วยครับ กราบ นมัสการอย่างสูง

ตอบ : อากาฯ เขาบอกกำหนดฟังพุทโธ กำหนดฟังเทศน์ต่อไป

ฟังเทศน์ก็คือฟังเทศน์ ปฏิบัติก็คือปฏิบัติ

แล้วคนที่ปฏิบัติมันมีอำนาจวาสนา มีจิตนิสัยมากมายมหาศาล ฉะนั้น เวลาเราปฏิบัติของเรา เราก็ปฏิบัติของคนนะ เวลาคนปฏิบัติ ปฏิบัติวิปัสสนาอ่อนๆ คือมีความรู้สึกนึกคิดของตนตลอดไป เวลาทำความสงบของใจเข้ามา อำนาจวาสนาของคนมากน้อยขนาดไหน

เวลาการประพฤติปฏิบัตินะ ทำบุญร้อยหนพันหนไม่เท่ากับถือศีลบริสุทธิ์หนหนึ่ง ถือศีลบริสุทธิ์ร้อยหนพันหนไม่เท่ากับสมาธิหนหนึ่ง สมาธิร้อยหนพันหนไม่เท่ากับภาวนามยปัญญาขึ้นมานหนหนึ่ง นี่พูดถึงหลักการในการประพฤติปฏิบัติ

แต่เวลาหลักการในการประพฤติปฏิบัติ เวลาครูบาอาจารย์ที่ท่านประพฤติปฏิบัติมา รอดพ้นและปฏิบัติด้วยความถูกต้องชอบธรรม มันมีกึ่งองค์ นอกนั้นก็ปฏิบัติเพื่อเป็นจิตนิสัยเป็นอำนาจวาสนาของตัวทั้งสิ้น

เวลาเราประพฤติปฏิบัติ ครูบาอาจารย์ที่ท่านประพฤติปฏิบัติ ถ้าเป็นสัมมาทิฏฐินะ ถ้าปฏิบัติแล้วไม่ถึงที่สุดแห่งทุกข์ ก็ให้เป็นอำนาจวาสนาของตนติดกับนิสัยของตนไป เพื่ออำนาจวาสนาต่อเนื่องไป

แต่ที่ปฏิบัติตามความเป็นจริงฯ เวลาทำความเป็นจริงนะ มันมีสัจจะมีความจริง แล้วมันเห็นตามความเป็นจริง ในเวลาความเป็นจริงที่ครูบาอาจารย์ที่ท่านเป็นธรรมท่านเทศน์ไว้

นี่ก็เหมือนกัน เวลาฟังเทศน์ฯ ฟังเทศน์ก็เป็นฟังเทศน์ เวลาฟังเทศน์ ฟังเทศน์เอาบุญ ฟังเทศน์แล้วมันไม่เข้าใจ ทีนี้ฟังเทศน์ไม่เข้าใจแล้วก็ฟังมาทุกคืนๆ ฉะนั้น เวลาฟังไปฯ เวลาอาการที่มันเกิด มันก็เกิดจากบุญกุศล จากวาสนาใจ วูบไปเลย แล้วไปรู้ไปเห็น ไปเห็นกาย

ยังดินะ ยังมีธรรมตามมา เสียงสั่งให้กำหนดลงไปที่กาย

แต่ก็กำหนดไม่เป็น กำหนดไม่ถูก เวลากำหนดไม่เป็น กำหนดไม่ถูก ทำสิ่งใดไม่ได้ เข้าๆ ออกๆ อย่างนั้นนะ เพราะมันตกใจก็คลายออกมา พอคลายออกมา มันก็เข้าไปอีกไง พอเข้าไป

อีก อันนี้มันเข้าไปโดยอัตโนมัติ เข้าไปโดยขาดสติ เข้าไปโดยที่ที่เราไม่ได้เป็นผู้ควบคุม เราไม่ใช่เป็นผู้บริหารงาน

แต่ถ้ามันเป็นฝึกหัดประพฤติกปฏิบัติ เขามีสติปัญญาตั้งแต่กำหนดพุทโธๆ กำหนดปัญญาอบรมสมาธิ มีสติปัญญาตลอด จะรู้จะเห็นสิ่งใด เขาก็รู้เห็นโดยสติ โดยที่เรายังมีสติ มีความรู้สึกรอบคอบ

แต่ไอ้ถ้ามันไปเกิดเป็นนิมิต เกิดเป็นความรู้เห็น มันเห็น แต่ควบคุมไม่ได้ เราควบคุมไม่ได้ มันก๊งๆ อย่างนี้ไง มันงงๆ อย่างนี้เพราะเริ่มต้นฝึกหัดใหม่มันจะเป็นแบบนี้ เป็นแบบนี้ เพราะเราไม่ได้ฝึกหัด

เวลาคนจะขอใบขับขี่ มันต้องไปฝึกหัดขับรถนะ ไอ้ฝึกหัดขับหัวใจ แล้วหัวใจมันคุมยากกว่ารถ รถนะ คนที่ขับไม่เป็น เขาไปขอใบขับขี่ ต้องสอบทฤษฎีก่อน แล้วก็ลองภาคปฏิบัติ ถอยหน้าถอยหลัง ถอยหน้าถอยหลัง ชนกรวยหมดล่ะ

อันนี้ก็เหมือนกัน ไม่ต้องสงสัย แล้วไม่ต้องไปกังวล สิ่งที่ยังเกิดขึ้นมันเป็นข้อเท็จจริงของจิต แต่เวลาในวงการปฏิบัติ เราจะทำคุณงามความดีของเรา

นี่เขาบอกว่า ๑. ทำมาอย่างนี้ถูกทางหรือไม่

คำว่า “ถูกทาง” นะ พังธรรมๆ ก็กำหนดจิตไว้ แล้วมันจะเกิดสิ่งใดก็ค่อยแก้ไขไปแนวทางปฏิบัติเราก็ทำของเรา แล้วก็อยู่ที่โอกาสของบุคคล โอกาสของแต่ละคนได้มากน้อยขนาดไหน

แต่เรายังมีบุญนะ เรายังมาฝึกหัดประพฤติกปฏิบัติ แล้วเปิดเทศน์ฟังทุกคืนเลย

ก็ฟังไป ๑๐๓.๒๕ ดีที่สุด เพราะว่าเทศน์ว่าการถูกต้องชอบธรรม เพียงแต่ที่เราจะได้ผลประโยชน์หรือไม่ได้ผลประโยชน์เท่านั้น ผลประโยชน์คือเข้าใจ แล้วเข้าใจแล้ววาง แล้วทำให้มันเป็นจริงขึ้นมา

อันนั้นคือฉลากยา ฉลากคือเราศึกษาทางทฤษฎี แล้วเรามาทำความจริงของเรา

ทำอย่างนี้ถูกต้องหรือไม่

วิธีการทำถูก เราเปิดเทคนต์แล้วฟัง ฟังเทคนต์ ฟังเทคนต์ไม่ได้กำหนด ไม่ได้สิ่งใดเลย แล้วสติ ๕๐ เปอร์เซนต์ หรือ ๑๐๐ เปอร์เซนต์ สติมันมีอยู่บ้างมันถึงรูปไปอย่างนั้น แล้วยังดี ยังควบคุมได้ ยังดูแลรักษาได้ รูปไปๆ เราก็กลับมา กลับมาฝึกหัดใหม่ สติมันจะเข้มแข็งขึ้น สติมันจะดีขึ้น ถ้าต่อไปจะอะไรสิ่งใดเกิดขึ้น มันมีสติควบคุมดูแลอยู่

เวลาเขาปฏิบัติ ว่างๆ ว่างๆ เขาปล่อยปละละเลย สติเขาอ่อนด้อย เวลาเรากำหนดพุทโธ เราใช้ปัญญาอบรมสมาธิ เวลาจิตมันสงบระงับเข้ามา มันมีสติสัมปชัญญะ มันมีสติควบคุมดูแล สัมมาสมาธิ

ถ้าขาดสติมันสักแต่ว่า เวลามันขาดการควบคุมดูแลนะ อารมณ์ความรู้สึกมันก็หมุนไป เวี่ยงว้างของมันไป แล้วใครดูแล

แต่ถ้าเราทำความเข้าใจเข้ามา จิตสงบโดยสติสัมปชัญญะ สุขมันก็รู้ว่าสุข กำลังก็รู้ว่ากำลัง ทุกอย่างมันรู้กำลัง รู้สถานะชัดเจนของมัน สมาธิก็คือสมาธิ แล้วเดียวเวลามันคลายออกล่ะ อยากเข้าอีกเข้ายากมาก

แต่ถ้าฝึกหัด ตั้งอารมณ์ แล้วดูแลของมัน เวลาเข้า ละเอียดเข้ามาก็รู้ว่าละเอียด เวลามันเข้าออกมา มันคลายตัวออกมาก็รู้ แล้วจะเข้าอีกเข้าอย่างไร ฝึกหัดจนมีความชำนาญ นี่ว่าทางที่ถูกต้อง

แต่นี้เราทำของเรา ใจเรื่องสติ เรื่องการควบคุม มันยังไม่ได้เกิดขึ้น ใจที่เกิดขึ้นมันสั่น หล่นไถ่ ฟังเทคนต์ๆ มันรูปไปเลยนะ ไปเห็นกายของตน มันตึงๆ แน่นๆ อะไร มันรู้ของมัน

ความจริงมันต้องรู้สึกตัว ใจนี้มันรู้ตึงๆ แน่นๆ รู้อารมณ์ใจ รู้อารมณ์หมายความว่าอารมณ์ ความที่มันเป็น มันตึง

ชัดๆ ของเรา ถ้ามันสมบูรณ์แบบของมันนะ สงบก็คือสงบ ถ้าเห็นกายๆ เราเป็นคนเห็น ถ้าเราเป็นคนเห็น เราพิจารณาได้ อุดคณินิมิต วิภาคะ ให้มันแยกส่วน ขยายส่วน สิ่งใดสิ่งหนึ่งเกิดขึ้น เกิดขึ้นคือเราเห็นสติปัฏฐาน ๔ ตามความเป็นจริง ถ้าเห็นตอนนั้น นั่นถูกต้องชอบธรรม

ไอน้ำมันเห็นโดยสัมผัส เห็นโดยที่วูบไป เริ่มต้นจากสติ ๕๐-๕๐ แล้วก็ไปเรื่อย แต่ถ้าไม่มีสติเลย เหมือนกับฝันไปเลยนะ ไม่รับรู้อะไรเลย เห็นเป็นภาพ แล้วมาทบทวนเอาตอนออกจากอาการนั้นค่อยเห็น

นี่ข้อที่ ๑.

๒. จะดำเนินการพิจารณาอย่างไร ถ้าหากเกิดอาการดังกล่าวขึ้นอีก

จะพิจารณาอย่างไร ต้องมีสติสัมปชัญญะก่อน

จะดำเนินการอย่างไร ดำเนินการอะไรไม่ได้เลย เพราะมันเป็นเหมือนสัมผัส มันเป็นอาการ เป็นเงาที่ควบคุมไม่ได้ เราควบคุมไม่ได้ใช่ไหม เราเห็น เราควบคุมไม่ได้ ทั้งๆ ที่มีธรรมมาบอกว่าให้จึ๋งที่กายนั้น เราก็ทำไม่ได้ เพราะเราอ่อนด้อย เราฝึกหัด เราปฏิบัติ แต่เรายังไม่เข้มแข็งพอ

ถ้าฝึกหัดเข้มแข็งพอ สมานก็เป็นสมาน ถ้ามันเห็นของมัน มันชัดเจน สิ่งที่จะเห็นได้คือ สมานต้องตั้งมั่น สมานต้องมีพื้นฐาน สมถกรรมฐาน ฐานที่เหตุการณ์อย่างนี้จะเกิดขึ้น แล้วเหตุการณ์อย่างนี้จะเกิดขึ้นต่อเมื่อเรานั่งสมาธิหรือเดินจงกรม เดินจงกรมก็เห็น ลืมตาอยู่อย่างนี้ก็เห็น

ถ้ามันเห็น เห็นเพราะอะไร

เห็นเพราะจิตตั้งมั่น จิตมีกำลัง แล้วถ้าเห็น เราเป็นคนเห็น เราเป็นคนควบคุม เหมือนที่วาสติร้อยเปอร์เซ็นต์ อย่างนั้นจะถึงจะพิจารณาได้

อย่างนี้จะทำอย่างไร จะดำเนินการอย่างไร

ดำเนินการก็ฝึกหัดอย่างนี้ แล้วตั้งสติให้ดี แล้วควบคุมให้ดี

เข้าตามตรอก ออกตามประตู เป็นสมานก็เป็นสมาน เข้าไปเป็นสมาน เข้าตามตรอก ออกตามประตู เข้าบ้านก็เปิดประตูบ้าน ในบ้านมีห้องมีหับ มีทรัพย์สมบัติที่ไหนบ้าง เข้าใจ

นี่ก็เหมือนกัน ถ้าจิตมันสงบแล้ว เข้าตามตรอก ออกตามประตู เข้าบ้าน เข้าบ้านก็ วิปัสสนาใจ ในบ้านมีทรัพย์สินอะไร มีทรัพย์เท่าไร เก็บทรัพย์ไว้ที่ไหน นี่วิปัสสนา มันชัดเจน อย่างนั้น

วิธีการดำเนินการอย่างไร

ฝึกหัดอย่างนี้ ฝึกหัดอย่างที่ทำมา เพราะทำอย่างอื่นมันก็ไม่ได้ ถ้าทำอย่างอื่น ทำอย่างอื่นไปแล้ว นี่ทำอย่างอื่นไม่ได้ถึงทำแบบนี้ ทำแบบนี้คืออาศัยฟังเทศน์ อาศัยฟังเทศน์ ถ้าจิตมันสงบขึ้นมามันก็รับรู้ของมัน

แล้วถ้ามันจะรู้จะเห็นอย่างนี้อีก

ไฉนมันเห็นคราวนี้ คราวต่อไปจะไม่เห็น

แต่มันแปลก มันแปลกที่ว่า ทีแรกก็เห็น เห็นแล้วดังกลับมา กลับมาเดี๋ยวมันก็ลงอีก

มันเห็นซ้ำ อาการแบบนี้มันเห็นซ้ำ ทีว่าไฉบวมๆ ๒ รอบ ๓ รอบ แต่ไฉบวมๆ ๒ รอบ ๓ รอบ มันเป็นบวมๆ ๒ รอบ ๓ รอบในขณะนั้น แต่ไปวันอื่นจะไม่ได้เป็นอย่างนี้ มันจะไม่กลับมาอย่างนี้อีกหรอก กลับมานี้มันเป็นปัจจุบันหมด วันนี้เห็นอย่างนี้ วันนี้เห็นอย่างนี้ แต่ผู้เห็นคนเดิม ผู้เห็นคนเดิม ผู้เห็นมีกิเลสเหมือนเดิม ผู้เห็นพยายามจะสำรวจกายกิเลสของตน

ฉะนั้น ดำเนินการไปแบบนี้ เพราะดำเนินอย่างนี้คือภาวนาได้ ดำเนินการอย่างอื่น ภาวนาไม่เป็น ภาวนาไม่ได้ เพราะเราดำเนินทางนี้ นี่จิตนิสัย สันดาน สันดานของคน การปฏิบัติของคน อำนาจวาสนาของคน เวลาปฏิบัติมันต้องกลับมาที่นี้ด้วย

ฉะนั้นว่า จะดำเนินการอย่างไร

ก็ฝึกหัดอย่างที่ทำนี้ เพราะอย่างที่ทำนี้ทำแล้วมันได้ผล ทำแล้วมันทำให้เราภาวนาใจ ถ้าไปอย่างอื่นมันไม่เอา เปื้อน ทุกข์ ลำบากลำบาก อย่างนี้ได้

ทำอย่างไรก็ได้ขอให้ปฏิบัติ แล้วปฏิบัติแล้วฝึกหัดพัฒนาตัวเองขึ้น ให้เป็นหลักการในการปฏิบัติของตน แล้วมันจะเป็นประโยชน์กับผู้ปฏิบัติ นั้น เอาจ