

มีที่พึ่ง

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

ถาม-ตอบ ปัญหารธรรม วันที่ ๑๑ มิถุนายน ๒๕๖๕

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

ถาม : ข้อ ๒๗๘๘. เรื่อง “มนุษย์เงินเดือน”

กราบหลวงพ่อก่อน โยมขอให้หลวงพ่อบรรเทาให้คำชี้แนะเพื่อลดความกังวลด้วยค่ะ

ปัจจุบันโยมทำงานตำแหน่งหัวหน้างาน โดยที่แผนกมีหัวหน้างานอยู่ ๒ คน แบ่งงานกันคนละส่วนงาน เมื่อวานผู้จัดการได้มาบอกว่า หัวหน้างานอีกคนถูกผู้บริหารดึงตัวไปแผนกอื่นปฏิเสธไม่ได้ จึงขอให้โยมรับผิดชอบงานทั้งสองส่วนงานไปเลย (ซึ่งจะทำให้โยมได้ปรับระดับงานและได้รับค่าตอบแทนเพิ่มขึ้นด้วย)

แต่เนื่องด้วยจากปริมาณงานปัจจุบันนี้มีมากอยู่แล้ว ทำงานถึงดึกดื่นประจำ ลูกน้องก็งานหนัก ดูสภาพแล้ว หากรับงานทั้งสองส่วนงาน คงต้องทำงานวันหยุด ไม่มีเวลาพักผ่อน ไม่มีเวลาส่วนตัวในการปฏิบัติธรรมหรือไปวัด สุดท้ายทนไม่ไหวต้องลาออกแน่นอน

โยมจึงชี้แจงให้ผู้จัดการเข้าใจว่า ไม่สามารถทำได้เพราะเหตุใด โดยข้อเสนอให้จัดหาคนมาสมทบแทนคนที่ย้ายไป หรือหากว่าบริษัทเห็นว่าควรมีหัวหน้างานเพียงหนึ่งคนเท่านั้น ก็ขอให้ย้ายคนอื่นมาทำแทน แล้วลดตำแหน่งโดยปรับเงินเดือนโยมให้เป็นแค่ลูกน้องก็ได้ ไม่อายหากต้องถูกลดตำแหน่ง

ผู้จัดการบอกว่า เข้าใจที่อธิบายทุกอย่าง จะไปคุยกับผู้บริหารให้ แต่ไม่รู้ว่าจะบริหารจะเข้าใจหรือไม่ (ผู้จัดการบอกว่าอยากให้ไปคิดใหม่ แล้วค่อยให้คำตอบ โยมตอบไปว่าขอเย็นวันคำเดิม)

สุดท้ายมีความกังวลเล็กน้อย แต่ได้แต่คิดว่า เราทำสิ่งที่เหมาะสำหรับตัวเองแล้ว ชีวิตไม่ทุ่มเทไปกับการทั้งหมด ไม่ต้องการเคร่งเครียดมากนัก ได้มีเวลาพักผ่อนบ้าง มีเวลาส่วนตัวเพื่อไปปฏิบัติธรรมและไปวัดบ้าง แล้วเราก็มีเงินเก็บพอเพียง ไม่ได้เดือดร้อนหากไม่ได้ทำงานต่อ

จึงกราบขอความเมตตาจากหลวงพ่อก็เพื่อลดความกังวลด้วยค่ะ กราบขอบพระคุณ

ตอบ : โดยธรรมชาติ โดยโลกแห่งความเป็นจริง นายทุนกับพนักงาน มันเป็นเรื่องธรรมดา เรื่องธรรมดา คนทำงาน คนทำงานก็อยากมีงานทำ นายทุน นายทุนเพื่อลงทุนแล้วเขาก็ต้องกำไรสูงสุดของเขาเป็นเรื่องธรรมดา หัวหน้าที่บลูกน้องเป็นเรื่องธรรมดา นี่เรื่องของโลก เรื่องของโลกมันมีอยู่โดยข้อเท็จจริงของโลกเขาอยู่แล้ว

ฉะนั้น เราเกิดเป็นมนุษย์ เกิดมาพบพระพุทธศาสนา เราเกิดเป็นมนุษย์ๆ ไร เราต้องมีหน้าที่การงานของเรา ถ้าเรามีหน้าที่การงานของเรา เราก็ทำหน้าที่การงานของเราด้วยความสุจริต ด้วยความซื่อสัตย์ แล้วถ้าทำด้วยความสุจริต ด้วยความซื่อสัตย์แล้วมันจบไป มันสบายใจ

ด้วยการสุจริต ด้วยการมีเล่ห์เหลี่ยม เราทำสิ่งใดไปแล้ว เรานั่งทับความสุจริตของเราไว้ มันไม่สบายใจหรอก

นี่พูดถึงพระพุทธศาสนาไง ศีล สมาธิ ปัญญา

เรามีศีล เรามีธรรมของเรา เราทำหน้าที่การงานของเราด้วยความสุจริต ด้วยความซื่อสัตย์ของเรา แล้วถ้าตำแหน่งหน้าที่การงานมันเจริญเติบโตขึ้น มันก็เป็นเรื่องความซื่อสัตย์ ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่วไง

ทีนี้พอเราทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว เราทำหน้าที่การงานของเราแล้ว แล้วเขายึดตำแหน่งไปแล้ว แล้วเกิดว่างานมันเป็นสองเท่า แล้วให้บุคคลคนเดียวเป็นผู้บริหาร มันอยู่ที่เราแล้ว เขาก็บอกว่าเขาให้ทั้งผลตอบแทนที่มากขึ้น เขาให้รับผิดชอบมากขึ้น

นี่พูดถึงว่า ผู้บริหาร เจ้าของงาน เขาก็ต้องผลประโยชน์ของเขา มันเป็นเรื่องสัจจะ เป็นข้อเท็จจริง

ไอ้เราก็เพื่อรักษาสถาปัตยกรรมของเราไง ถ้าคนตงงานก็ตงงาน โควิดคนตงงานเยอะมาก แสงสว่างงานทำ แล้วถ้าแสงสว่างงานทำ สิ่งที่มีมันเกิดขึ้นไง เราก็ทำด้วยความสุจริต ด้วยความชอบธรรมของเรา มันเป็นความเจริญเติบโตขึ้นไประหว่างนายจ้างกับลูกจ้าง นี่เป็นเรื่องธรรมดา

แต่ถ้าเราเห็นว่าเราทำงานมาถึงที่สุดแล้ว เขาบอกเลยนะ สิ่งที่ว่าเขามีเงินเก็บเพียงพอ

ถ้าคำว่า “มีเงินเก็บเพียงพอ” เรามีสติมีปัญญาของเราไง คือเราเป็นเจ้าของชีวิตของเราไง ถ้าเจ้าของชีวิตเราแล้ว โลกกับธรรม โลกก็คือโลก เราก็ทำหน้าที่การงานของเราถึงที่สุด

เวลาทางโลก เวลาบริหารการ พอเกษียณแล้ว เกษียณแล้วเขามีบำเหน็จบำนาญ เขาก็อยู่ของเขาได้ นี่ตามที่กฎหมายกำหนดไว้ไง

แต่ที่เราทำงานเอกชน เราเก็บแล้ว เราเก็บเงินไว้พอเพียงที่ดำรงชีพได้แล้ว เราก็มีบำเหน็จของเราอยู่แล้ว เราทำของเราได้

นี่พูดถึงว่าคนที่ไม่มีสติมีปัญญา เราไม่ตรากตรำทำงานจนถึงเครียดไปจนถึงทั้งตลอดชีวิตของเรา ถ้าเราทำของเราได้แล้วมันเป็นเรื่องโลกๆ

แต่เรื่องธรรมๆ ละ เรื่องธรรมๆ เรื่องหัวใจของเรา

ถ้าหัวใจของเรา ถ้าเราบริหารได้ เราจัดการได้ ได้ทั้งทางโลกและทางธรรม ทางธรรมคือสมบัติของหัวใจนี้ไง แล้วถ้ารักษาหัวใจได้ แต่ตอนที่มันมีสติปัญญามันคิดได้ทั้งนั้น แต่เวลากิเลสถ้ามันครอบงำแล้ว มันคิดแล้วมันจะมาโหยหา แล้วมันเสียดายทีหลังไง ถ้ามาเสียดายทีหลัง อันนั้นมันเป็นเรื่องอนาคต

เพราะคำว่า “อนาคต” เรากำหนดอนาคตของเราไม่ได้หรอก เราไม่รู้เวลา มันมีเยอะแยะเลย เวลาบวชบวชนะ ไม่สึก ไม่สึก ไม่สึก พอบวชไปสักพักนะ โอ้โฮ! ศีลธรรมะแล้ว ธรรมะบอกว่าต้องรับผิดชอบ มันจะสึกไป

ไอ้นี้ก็เหมือนกัน ถ้ากรณีอย่างนั้นนะ นี่พูดถึงว่าเขามีความกังวลเล็กน้อย

เราจะพูดเพื่อไม่ให้ เป็นความกังวลใจ ให้อยู่กับปัจจุบันเราเนี่ย ถ้าเราตัดสินใจถูกต้องชอบธรรมแล้ว แต่เรื่องทางโลก มันเรื่องนายจ้าง ลูกจ้าง มันเป็นเรื่องต้องพึ่งพาอาศัยกัน เรามีแต่นายจ้าง ไม่มีลูกจ้าง บริษัทก็เกิดขึ้นมาไม่ได้ ถ้าบริษัทลูกจ้างไม่มี แล้วบริษัทจะเป็นไปได้ อย่างไม่ มันต้องพึ่งพาอาศัยกัน

แล้วคำว่า “พึ่งพาอาศัยกัน” ถ้าโดยความเป็นธรรม ถูกต้องชอบธรรม เราเห็นด้วย

แต่ถ้าเราเห็นว่ามันเกินกำลัง มันทำอะไรสิ่งใดไม่ได้ เราก็ต้องรักษาสติของเรา ว่าอย่างนั้นเลย แล้วมันก็อยู่ที่สติปัญญาเราเนี่ย

ถ้าคนตกงาน คนแสวงหางาน เขาก็อยากมีงานทำของเขา ใ้ของของเรา เรามีงานทำแล้ว ถ้าเกิดว่าเขามีปัญหาของเขา เขาต้องเพิ่ม จากหัวหน้าฝ่ายทั้งสองฝ่าย ยุบเหลือฝ่ายเดียว รับผิดชอบหมดเลย งานมันล้นมือต่างๆ นี่มันเป็นการบริหารทางโลก เรื่องของเขา

ใ้เนี่ยมันเรื่องของเรา ถ้าเรื่องของเรา เราตัดสินใจเลย ตัดสินใจ แล้วจะอย่างไรก็ได้ ก็ ตัดสินใจ เรามีอำนาจต่อรองของเรา นี่พูดถึงว่า คนที่ว่าเราไม่จ้านกับสิ่งใดทั้งสิ้น แล้วถ้าคิดได้ ก็คิดได้ ก็จบ

นี่พูดถึงว่ามนุษย์เงินเดือน แล้วมันต้องมีอาชีพ คนเกิดมาต้องมีอาชีพ ถ้ามีอาชีพแล้ว ถ้าเราสะสม เราทำของเราแล้ว อันนี้มันเป็นเรื่องทางโลกเขา จบ

ถาม : ข้อ ๒๗๘๙. เรื่อง “สติคือตัวรู้ใช่ไหม”

หนูมีข้อสงสัยอยากกราบเรียนหลวงพ่อกว่า

๑. หนูพยายามฝึกตัวรู้ให้รู้ทันความคิด อารมณ์ และการกระทำในชีวิตประจำวัน แต่หนูก็รู้ว่าสติคือความระลึกไว้ในตัว ในการกระทำต่างๆ ดังนั้น ความหมายของสติกับตัวรู้เป็นตัวเดียวกันใช่ไหมคะ ที่หนูฝึกจึงได้ทั้งสติและตัวรู้

๒. สติกับสัมปชัญญะต่างกันอย่างไรคะ เช่น ถ้าเรารู้ว่าตัวเองกำลังเดินช้าหรือเร็ว คือสติ แต่ถ้ารู้ว่าเราเดินไปไหน ทำอะไร งานที่จะทำสำคัญหรือไม่ เป็นสัมปชัญญะใช่ไหมคะ

เหมือนกับสัมปชัญญะจะเป็นกึ่งรู้เหตุผล เป็นปัญญาเบื้องต้น แบบนี้หนูเข้าใจถูกไหมคะ
ขอขอบคุณค่ะ

ตอบ : ไม่ได้ฝึกปฏิบัติภาวนา เห็นไหม เรื่องสติ เรื่องปัญญาต่างๆ เก็บไว้ในตู้
พระไตรปิฎก เราก็ใช้ชีวิตของเราประจำวันของเราอยู่เนี่ย เราใช้ชีวิตประจำวันแล้ว ใครมีอำนาจ
วาสนาขึ้นมา แค่วัดไปวามันก็เป็นเรื่องที่เราจะต้องฝึกฝน ต้องมีศรัทธามีความเชื่อของเรา
เราถึงไปวัดไปวา ไปวัดไปวาถือว่าวัดวาเป็นที่อยู่ของบัณฑิต เป็นที่อยู่ของนักปราชญ์ราช
บัณฑิตที่เขาไปศึกษาหาความรู้กัน

แล้วถ้าเป็นภาคปฏิบัติๆ เราไปวัดไปวาขึ้นมา ถ้าพระกรรมฐาน ไปวัดไปวาเขาก็ไปเพื่อ
ฝึกหัดประพฤติปฏิบัติขึ้นมา มันประพฤติปฏิบัติขึ้นมาให้มันเป็นข้อเท็จจริงในหัวใจของเรา ถ้า
มันเป็นข้อเท็จจริงแล้ว มันเผชิญกับอะไรก็ได้ มันรับสิ่งใดก็ได้ มันเข้าใจแล้วมันรู้ของมัน

แต่ถ้ามันไม่ได้ฝึกหัดอะไรขึ้นมาเลย เวลาสิ่งใดจะเกิดขึ้น อารมณ์เกิดขึ้น ความผิดพลาด
เกิดขึ้น สิ่งต่างๆ เกิดขึ้น เจ็บช้ำน้ำใจ เสียใจตลอดเวลา ทั้งๆ ที่ธรรมโอสธมันมีใน

นี่ไง เราศึกษาธรรม ศึกษาทฤษฎี ธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แต่เรา
ไม่ได้ฝึกหัดประพฤติปฏิบัติของเราขึ้นมาเลย มันก็เป็นธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธ
เจ้า แต่ของเรายังไม่ได้ฝึกหัดใช้ไหม

แต่พอเราจะฝึกหัดๆ ขึ้นมา พอฝึกหัดไปแล้ว โดยการที่เราจะฝึกหัดให้เจริญออกมาขึ้น
ไป ใญ่ขึ้นคืออะไร ใญ่ขึ้นคืออะไร มันสงสัยไปหมดนะ

แต่ถ้าเริ่มฝึกหัดๆ ในการประพฤติปฏิบัติ ถ้าเป็นครูบาอาจารย์ที่ปฏิบัติเป็น อย่างเช่น
หลวงตาพระมหาบัวท่านบอกว่า การปฏิบัติมันยากอยู่ ๒ คราว คราวหนึ่งคือคราวเริ่มต้น คราว
หนึ่งคือคราวเริ่มต้น กับอีกคราวหนึ่งคราวจะสิ้นกิเลส ท่านบอก ๒ วาระนี้เป็นสิ่งที่ยากมาก แต่
ถ้ามันผ่านวาระแรกไปได้ สิ่งที่ว่าขั้น ๒ ขั้น ๓ มันพอจะดำเนินไปได้ เพราะมันเป็นสิ่งที่
เกี่ยวเนื่องกันไป

แต่เริ่มต้นมันไม่ได้เกี่ยวเนื่องเลย เราต้องแสวงหา เราต้องมีความเริ่มต้น จากปุณฺณคนหนา ปุณฺณคนหนามันอยู่กับอารมณ์ของมันทั้งสิ้น มันจับต้องสิ่งใดมันก็อยู่ในอารมณ์ ในทิวภูมิมานะของมันทั้งสิ้น

แล้วถ้าคนหนาๆ ปุณฺณ กัลยาณชน กัลยาณชนไม่ใช่คนหนา คนเบาบาง คนเบาบาง รูป รส กลิ่น เสียงเป็นบ่วงของมาร เป็นพวงดอกไม้แห่งมาร นี่คนหนา รูป รส กลิ่น เสียงมันเป็นเราหมดนะ แล้วพวกนักเลง มองหน้าก็ไม่ได้ เหยียบเงาก็ไม่ได้ เพราะอะไร เพราะมันยึดมันถือมันของมันเง มองหน้าก็ไม่ได้นะ บนถนนนะ ปีบแตรก็ไม่ได้ ก็มันเป็นเสียงแตร เห็นไหม

รูป รส กลิ่น เสียงเป็นบ่วงของมาร เป็นพวงดอกไม้แห่งมาร มันยึดมันถือมันหมดเลย ด้วยทิวภูมิมานะของตน ด้วยอำนาจ ด้วยถือตนว่าตนยิ่งใหญ่ อะไรกระทบตัวเองก็ไม่ได้ทั้งสิ้นนะ นี่คนหนา

พอเราฝึกหัดเริ่มประพฤติปฏิบัติ มันจะผ่านเข้าไป จากคนหนา คนหนาคือว่าทิวภูมิมานะมันอหังการมาก พอปฏิบัติเข้าไปแล้วมันสงบไม่ได้หรอก ถ้าเสียงมันก็ต้องวิจยมาก่อน รูปอะไร มันต้องวิจยทั้งสิ้นเลย แต่เราพิจารณาไปแล้ว เฮ้ย! มึงบ้า มึงบ้า มึงบ้า

เราจะประพฤติปฏิบัติหรือเราจะไม่ประพฤติปฏิบัติ รูป รส กลิ่น เสียงมันมีของมันอยู่แล้ว ถ้าเราปฏิบัติ ปฏิบัติด้วยสติปัญญาเข้ามานะ มันรู้เท่าทันไง รูป รส กลิ่น เสียง สักแต่ว่า เรา จะใช้หรือไม่ใช้

เสียงที่คุยกัน ถ้าเราตั้งใจฟัง เราก็เข้าใจได้ว่าเขาพูดอะไร ถ้าเราไม่ตั้งใจฟัง เสียงมันก็เป็นเสียง เพราะเราไม่รู้เนื้อหาสาระ ถ้ารูป รส กลิ่น เสียง สักแต่ว่า มันจะเริ่มทำความสงบของใจได้ดีขึ้นแล้ว แต่เดิมมันทำไม่ได้เพราะอะไร มันสงสัยไปหมดนะ

รูป รส กลิ่น เสียงเป็นบ่วงของมาร เป็นพวงดอกไม้แห่งมาร นี่คือปุณฺณคนหนา แต่ศึกษาประพฤติปฏิบัติขึ้นไป จนเข้าใจในรูป ในเสียง ในกลิ่น ในรส ศึกษารู้สิ่งใดก็วางไว้ วางไว้ วางไว้ วางไว้ เขาก็อยู่ของเขาอย่างนั้นนะ จิตใจของเราคือจิตใจของเรา

แต่ถ้ามันไม่วาง มันสงสัย มันเกิดทิวภูมิ เกิดมานะ จะรู้จะเข้าใจ จะต้องเป็นอย่างที่เราพอใจ เป็นสมาธิได้ไหม นี่ปุณฺณคนหนา แล้วก็ต้องเจ็บปวด เจ็บปวดไปกับอารมณ์ความรู้สึก

เรานี่ เพราะมันไม่ได้ตั้งใจ มันเจ็บปวดทั้งนั้นแหละ เจ็บปวด เจ็บปวด เจ็บปวด เจ็บปวดจนขีด
ไ้ เจ็บปวดจนขีดเลย

เฮ้ย! มึงบ้าหรือเปล่าวะ พอมันเข้าใจ นี่คืออะไร คือสติและปัญญาที่รู้เท่าทันอารมณ์
ความรู้สึกของตน ถ้าสติปัญญามันรู้เท่าทันความรู้สึกของตน เราก็คือเรา เสียงมันก็คือเสียง ถึง
จะนิินทว่ากล่าวว่าร้าย มันก็เป็นเสียง

เสียง ถ้าชื่นชมสรรเสริญเยินยอ มันก็เสียง แต่เราแบ่งว่าติดชมกับชื่นชม เราพอใจ ชื่นชม
ไม่พอใจ ติดชม ไม่พอใจ ไม่พอใจ ไม่พอใจ แต่ถ้าเราเข้าใจหมดแล้วนะ อันนั้นมันอยู่ข้างนอกใจ เขาจะพูด
อย่างไรก็แล้วแต่ คุณสมบัติของเราก็คือคุณสมบัติของเราอยู่วันยังค่ำ

แล้วถ้าคุณสมบัตินี้มีสติปัญญาพัฒนาขึ้นไป เราพัฒนาคุณสมบัติของเรา จากคนหนา
ปุถุชนคนหนา เป็นกัลยาณชน รูป รส กลิ่น เสียงก็เก๋ๆ เชินๆ อยู่เน่นนะ รูป รส กลิ่น เสียง เก๋ๆ
เชินๆ อยู่เน่นนะ จิตเราก็เป็นจิต

แล้วถ้ามีสติสัมปชัญญะควบคุมได้ จิตมันจะสงบได้ง่ายขึ้น สงบได้ดีขึ้น แล้วพอจิตสงบ
นี้แหละมันถึงจะเป็นอิสระ แล้วจะมาก็ค้นธรรมะ ถ้ายกขึ้นสู่วิปัสสนา มันถึงจะเป็นวิปัสสนา
เพราะมันมีสมาธิ มันมีสมาธิ หมายความว่า มันไม่ยึดมั่นถือมั่นในรูป รส กลิ่น เสียง แล้วก็ไม่
ปฏิเสธรูป รส กลิ่น เสียง

มันปฏิเสธไม่ได้ มันมีของมันอยู่เน่นโดยธรรมชาติ มันมีของมันอยู่โดยดั้งเดิม สรรพสิ่งใน
โลกนี้เป็นอนิจจัง สรรพสิ่งในโลกนี้ สรรพสิ่งในโลกนี้มันมีของมันอยู่แล้ว เราไม่เกิดมา โลกนี้ก็มี
อยู่อย่างนี้ แล้วเราเกิดมา เราก็เป็นชีวิตหนึ่งได้ร่วมกิจกรรมกับโลกนี้ แล้วก็แบกรับภาระ แบก
หามแต่ทุกข์ๆๆ ไปตลอดเลย ถ้าไม่ศึกษาธรรมะ แล้วถ้าไม่ได้ปฏิบัติธรรมะ

แล้วพอจะมาปฏิบัติธรรมะไง เข้ามาคำถามแล้ว

เวลาจะปฏิบัติธรรมะ เราก็จะปฏิบัติธรรม ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม ถ้าปฏิบัติธรรม
สมควรแก่ธรรมนะ สิ่งใดเกิดขึ้น เราด้วยมีสติมีปัญญาของเรา เราก็ใช้สติปัญญาพิจารณาละ
วาง ละวาง ละวาง

ที่นี้การละวางมันต้องมีสติ ถ้าไม่มีสติก็สักแต่ว่าทำ คำว่า “สักแต่ว่าทำ” ทำโดยไม่หวังผล ทำโดยไม่มีผลประโยชน์ใดๆ สักแต่ว่า ไม่มีใครเป็นผู้ควบคุมดูแล ไม่มีใครเป็นเจ้าของใจ

นี่ไง จิตใจ ชีวิตเรา หัวใจของเรา เราต้องมีสติสัมปชัญญะ มันเป็นตัวเราและเป็นของเรา อยู่โดยดั้งเดิม แต่ขาดสติเผอเรอไป ขว้างทิ้งไปเลย โยนทิ้งไปเลย อารมณ์ความรู้สึกเกิดเป็นคราวๆ สุขทุกข์เกิดเป็นคราวๆ แต่จิตอยู่ไหนก็ไม่รู้

ที่นี้เวลามาฝึกหัด องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าถึงสอนใจ กรรมฐาน ๔๐ ห้อง ทำความสงบ ๔๐ วิธีการ ทำความสงบของใจเข้ามาก่อน ถ้าใจสงบระงับเข้ามา มันถึงมีวุฒิภาวะที่จะสังเกตใจของตนได้ มันถึงจะมีวุฒิภาวะที่จะฝึกหัดภาวนาได้ เราถึงต้องทำความสงบของใจเข้ามาก่อนแล้ว

มันต้องเป็นความสงบจริงๆ นะ มันต้องเป็นสมาธิจริงๆ นะ

ถ้าสมาธิมันคือสมาธิใจ สมาธิคือชื่อ แต่สมาธิปลอมๆ มันก็อ้างของมันไป มันเป็นสมาธิๆ

เป็นสมาธิต้องมีกำลัง เป็นสมาธิเหมือนผู้ใหญ่ ผู้ใหญ่มีสติสัมปชัญญะ รู้อะไรถูก อะไรผิด เด็กมันไม่รู้เรื่อง เด็กมันไร้เดียงสา เด็กมันก็เป็นเด็กของมันวันยังค่ำ

ไฉนก็เหมือนกัน ถ้าทำสมาธิปลอมๆ มันไร้เดียงसानะ ไร้เดียงสามันจะเริ่มต้นอย่างไร มันจะก้าวเดินไปอย่างไร แต่ถ้ามันเป็นสัมมาสมาธิ เป็นผู้ใหญ่ เป็นผู้ใหญ่มันรู้ ผู้ใหญ่บรรลุนิติภาวะรู้ว่าอะไรผิดอะไรถูก อะไรถูกต้องชอบธรรม อะไรมันไม่ถูกต้องชอบธรรม ถ้าเป็นผู้ใหญ่นะ รู้ สัมมาสมาธิมันชัดๆ นี่พูดถึงสัมมาสมาธินะ

ฉะนั้น กว่าที่จะฝึกหัดประพฤติกปฏิบัติขึ้นมาอย่างนี้ มันต้องฝึกหัดของเราเข้ามา ที่นี้ฝึกหัดของเรามา มันก็อยู่ที่ผู้ฝึกหัดใหม่ อย่างเช่น

๑. หนูพยายามฝึกตัวรู้ให้รู้เท่าทันความคิด อารมณ์ และการกระทำในชีวิตประจำวัน แต่หนูก็รู้ว่า สติคือความระลึกที่อยู่ในตัวในการกระทำต่างๆ ดังนั้น ความหมายของคำว่า “สติกับตัวรู้” เป็นตัวเดียวกันใช่ไหมคะ หนูฝึกจึงได้ทั้งสติและตัวรู้

อันนี้ผู้รู้ก็คือผู้รู้ สติก็คือสติ ผู้รู้คือมันเป็นธาตุรู้ที่อยู่โดยดั้งเดิม แต่มันเผลอไพลไป มันเผลอไป ผู้รู้มันก็เหมือนกับผู้รู้ มันก็สักแต่ว่าอยู่อย่างนั้นนะ แต่มันก็มีของมันอยู่นี้ คือผู้รู้ สติ สติคือความระลึกเป็นคราวๆ ขึ้นไป เพราะอะไร

ถ้าสติกับผู้รู้เป็นตัวเดียวกัน เราไม่ต้องฝึกสติ เราไม่ต้องภาวนา เราก็ต้องมีสติสิ เพราะมันเป็นตัวเดียวกับผู้รู้ เพราะผู้รู้มันมีอยู่แล้ว ผู้รู้ก็คือผู้รู้ แต่มันเผลอไพลนะ สติเราก็ระลึกขึ้นมา

ถ้าบอกว่าเป็นตัวเดียวกัน ชื่อมันก็สติกับผู้รู้ มันก็ไม่ใช่ตัวเดียวกันอยู่แล้ว สติมันก็ชื่อว่าสติ ผู้รู้ก็คือผู้รู้ แล้วเรามาปฏิบัติแล้วเราก็จับผู้รู้กับสติเป็นตัวเดียวกัน

หนุว่ามันเป็นตัวเดียวกันใช่ไหมคะ

ถ้าเราบอกว่าใช่เนะ เขาก็บอกว่า โอ้โฮ! ไฉนงั้นมันเช่ขนาดนั้นเลยหรือ

จะบอกว่าใช่หรือไม่ใช่ มันใกล้เคียงกันไ

๑. มันใกล้เคียงกัน

๒. เราเพิ่งปฏิบัติใหม่

เรารู้ว่าผู้รู้ก็คือผู้รู้ สติก็คือผู้รู้ สติคือความระลึกรู้ สติระลึกรู้ ผู้รู้ก็คือผู้รู้

ฉะนั้น ฝึกหัด ไฉนมันภาษาว่า พอมันฝึกหัดปฏิบัติของเราแล้ว มันมีความรู้เกิดขึ้น มันมีความเห็นเกิดขึ้น เราก็เชื่อกับความรู้ความเห็นเราไ

เรารู้สิ่งใดเราก็เก็บไว้ก่อน เพราะเดี๋ยวถ้าปฏิบัติไปมันละเอียดขึ้น มันจะรู้ดีกว่านี้ไ ถ้ามันรู้ดีกว่านี้แล้ว เออ! ไม่น่าถามเลย ถามไ้ได้อย่างไร ปล่อยไ้ไป & ข้อ

ไ้ปล่อยไ้ไ้ปล่อยไปเถอะ เพราะเราฝึกหัดใหม่ ธรรมดาฝึกหัดใหม่ ฝึกหัดใหม่เราก็ปริกษาหาผู้รู้คอยชี้แนะะ แต่ถ้ามันยังสงสัยอยู่ เราจะบอกว่า มันไม่มีความจำเป็นจะต้องไปวิเคราะห์หิวจัยมันไ

เราพยายามจะทำความสงบของใจ เราอยากได้สมาธิ เราอยากได้ความสุขความสงบ สมาธิคือจิตปกติสุข มันจะเป็นปกติแล้วมีความสุขของมัน แต่เวลามันใกล้ๆ จะปกติ แต่

มันไม่มีความสุขของมัน มันก็แผ่สายหาไปหมด แล้วแผ่สายให้เราสงสัย แผ่สายไปให้เราคิดไป ร้อยแปด แล้วเราก็จะคิดตามมันไป ได้ประโยชน์อะไร มันไม่ได้ประโยชน์อะไร

เราพุทโธของเราไป ใช้ปัญญาอบรมสมาธิของเราไป ให้มันสงบ รู้สึกถึงความสงบนั้น รสแห่งธรรมจนรสทั้งปวง สมาธิธรรมก็มีความสุขอันหนึ่ง จบ

๒. สติกับสัมปชัญญะมันต่างกันอย่างไรคะ ถ้าเรารู้ว่าตัวเองกำลังเดินช้าหรือเร็ว คือสติ แต่ถ้าเรารู้ว่าเดินไปไหนมา ทำอะไร งานที่ทำอยู่นั้นจะเป็นสัมปชัญญะใช่ไหมคะ เหมือนสัมปชัญญะที่มันจะกึ่งๆ จะรู้เหตุรู้ผล เป็นปัญญาเบื้องต้น แบบนี้หนูเข้าใจถูกต้องไหมคะ

แค่เราจะฝึกหัดปฏิบัติ มันก็เป็นประโยชน์กับเราแล้วละ แล้วถ้าปฏิบัติไปแล้วมันจะมีความรู้ความเห็นของมันแตกต่างกันไป ถ้ามีความรู้ความเห็นแตกต่างกันไป คือว่ามรรคหยาบ ห้ามรรคละเอียด

ความรู้เริ่มต้น ผู้ฝึกหัดใหม่ เด็กๆ ใหม่ๆ แล้ว อนุบาลก็ไปนอนง โปนอน ไปทำความรู้จักกับเพื่อนๆ แค่นี้ก็พอแล้ว แล้วถ้ามันโตขึ้นแล้วค่อย ก.ไก่ ก.กา

ไปนอน โปนอนที่โรงเรียน ไปรู้จักระเบียบข้อบังคับ แค่นี้ อนุบาลเริ่มต้นก็ไปนอนโรงเรียน ไม่ใช่นอนที่บ้าน แล้วจะฝึกหัดก็ต้องฝึกหัดไป นี่พูดถึงอนุบาล แต่เวลาปฏิบัติก็เป็นการเริ่มต้น ถ้ามันสงสัย สงสัยก็คือความสงสัย

ฉะนั้น ที่เราพูดตั้งแต่ตอนต้น ผู้ที่ปฏิบัติใหม่จะเป็นแบบนี้ ถ้าเป็นแบบนี้แล้ว เราก็ไม่ต้องสงสัยที่เราสงสัยนี่ไง มันก็ปล่อย แล้วเราฝึกหัดของเราไป เราปฏิบัติเพื่อสุขภาพจิต

สุขภาพกาย ออกกำลังกายแล้วสุขภาพกายจะแข็งแรง ทนทานต่อโรคได้

สุขภาพจิต สุขภาพจิตที่เราฝึกหัดปฏิบัติ ถ้ามันดีงามแล้ว สุขภาพจิตจะแข็งแรง ถ้าแข็งแรงขึ้นมาแล้ว สิ่งที่มาจะทำให้มันจะเกิดขึ้นมาเราจะเข้าใจได้ ไม่ต้องไปสงสัยมัน ตอนนีสุขภาพจิตยังอ่อนแอ ยังไม่แข็งแรง พอเจอเรื่อง

ภาษาเรานะ นี่ไม่ใช่เรื่อง ใ้เรื่องนี้ถามมันไม่ใช่เรื่องเลย แต่มันเป็นเรื่องกับผู้ปฏิบัติใหม่ ฉะนั้น ฝึกหัดของเรา แล้วถ้ามันแข็งแรงขึ้น พวกเรื่องอย่างนี้มันจะผ่านไปหมดเลย จบ

ถาม : ข้อ ๒๗๙๐. เรื่อง “หลานอยากบวช”

หลานอยากบวช ครอบงวนขอกฎ หรือข้อปฏิบัติอย่างไร และต้องเตรียมตัวอย่างไรคะ

ตอบ : ถ้าหลานอยากบวช จะบวชที่ไหนให้ไปบวชที่นั่น ถ้าจะบวชวัดไหนก็ไปวัดนั้น ไปปรึกษาเจ้าอาวาสวัดนั้นว่าเขามีกฎกติกาอย่างไร

อยากบวชก็ต้องไปบวชที่วัด แล้วถ้าจะบวชที่วัดไหน ก็ให้ไปปรึกษากับเจ้าอาวาส ผู้รับผิดชอบวัดนั้น นี่คือนิยามกฎกติกาบวช

ไอ้ที่ว่าจะเขียนเว็บไซต์มาถามกฎกติกา มันเป็นเรื่องปลีกย่อยจนเกินไป

อยากบวช บวชที่ไหน ให้ไปปรึกษาเจ้าอาวาสวัดนั้น แล้วเจ้าอาวาสวัดนั้นเขาจะบอกกฎ กติกาของเขาในวัดของเขา แล้วก็ทำกฎกติกา跟他 แล้วก็บวชวัดนั้นไป จบ

ถาม : ข้อ ๒๗๙๑. เรื่อง “วลี”

กราบนมัสการหลวงพ่อดับ มีปัญหาสงสัยเรื่องการปฏิบัติครับ ตอนนี้นำภาวนาได้ สงบทำให้เร็วขึ้น แต่จะทรงอยู่ไม่นาน เมื่อก่อนเป็นคนชอบคิด เลยมืดพิจารณากายจนสงบลง มาก่อนเกือบทุกครั้งที่นั่งภาวนา จนพอสงบได้สักพักมันก็ขึ้นมาคิดอีก สงบไปได้ไม่ถึง ๕-๑๐ นาที ความคิดก็ขึ้นมาอีก จะทำอย่างไรให้ก้าวขึ้นจากขณิกสมาธิเป็นอุปปจารสมาธิ หรือว่าเป็น อัปปนาสมาธิ

เคยได้ยินพระองค์หนึ่งท่านเทศน์ไว้ว่า ถ้าฝึกหัดให้จิตเข้าภวังค์บ่อยๆ ก็จะเข้าสู่อัปปนาสมาธิได้เอง เวลานั้นสงบลงไปแล้วควรถอนออกมา แล้วลองเข้าใหม่บ่อยๆ หรือว่าพยายามฝึกให้มันมีสติประคองให้ความสงบไปได้นานๆ ก่อนครับ แล้วที่ว่าชำนาญในการเข้าออกสมาธิคือ ทำอย่างไรครับ ขอขอบคุณ

ตอบ : เพราะการทำความสงบของใจๆ เราก็ฝึกหัดกรรมฐาน ๔๐ ห้อง นี่เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอกให้ทำความสงบ ๔๐ วิธีการ ถ้าทำความสงบ ๔๐ วิธีการ ถ้าครูบาอาจารย์ที่เป็นจริง พุทโธๆ อานาปานสติ สิ่งต่างๆ ฟังกสิณ นี่คือนิยามวิธีการทำความสงบของใจ ถ้าใจมันเข้ามาถูกต้องชอบธรรมอย่างนี้ มันจะเข้ามาสู่ความสงบได้

แต่เคยได้ยินพระองค์หนึ่งบอกว่าให้จิตเข้าภวังค์บ่อยๆ แล้วเข้าสู่ภวังค์แล้วมันจะเข้า
อัปนาสมาธิ

มันจะเป็นไปได้อย่างไร เพราะคำถามมันขัดแย้งในตัวมันเองไง เราต้องการทำสมาธิ
ต้องการทำสมาธิ แต่ว่าเคยฟังเทศน์พระองค์หนึ่งบอกว่า เวลาจะทำสมาธิ ถ้าจิตมันเข้าภวังค์
บ่อยๆ แล้วมันจะเข้าสู่อัปนาสมาธิ มันจะเข้าสู่อัปนาสมาธิได้เอง

อ้าว! มันเป็นไปได้ไม่ได้

ถ้าเรามีสติสัมปชัญญะนะ การตกภวังค์ การตกภวังค์คือการนอนหลับ การนอนหลับคือ
หลับในสมาธิ หลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่นท่านบอก นี่สมาธิหวัตตอ ต่อของจิต

การตกภวังค์มันเป็นอันตรายที่สุด มันเป็นศัตรูที่สุดของการฝึกหัดทำสมาธิ คนทำ
สมาธิๆ ที่มันเข้าสมาธิไม่ได้ มันตกภวังค์ไปหมดนะ

คน เรามีหน้าที่การงานของเรา เราจะมาฝึกหัดทำสมาธิ วันนี้เราได้ทำงานมาเหน็ด
เหนื่อยมาก เวลานั้นสมาธิก็พุทโธๆ หายไปเลย ตกภวังค์ เพราะอะไร เพราะมันอ่อนเพลียทั้ง
ร่างกายและจิตใจ พออ่อนเพลียทั้งร่างกายและจิตใจ เวลาทำสมาธิมันจะตกภวังค์ไป

แล้วถ้าคนได้ตกภวังค์ครั้งแรกนะ มันตกภวังค์ไปแล้วมันก็เป็นร่องรอยของมันใช่ไหม ตก
ซ้ำตกซาก ตกอยู่อย่างนั้นนะ นี่การตกภวังค์ ตกภวังค์จนหายไปเลย

ตกภวังค์นี้เป็นอันตรายที่สุดในการทำสมาธิ

ในการใช้ปัญญาๆ ในการวิปัสสนา สิ่งที่เป็นอันตรายที่สุดคือสัญญา คือข้อมูลเดิม คือ
ความจำที่เคยได้ยินได้ฟังมา ก็เลสมันจะเอามาปรุงกัน

การฝึกหัดวิปัสสนา สิ่งี่อันตรายที่สุดคือสัญญา เวลาทำไปๆ มันจะเป็นสัญญาๆ

เวลาครูบาอาจารย์ท่านอธิบายนะ เวลาบอกว่าทำไมมันเป็นอย่างนี้

นี่มันเป็นสัญญา มันไม่ใช่ปัญญา

แต่คนที่ปฏิบัติบอกละคือปัญญานะ การภาวนานี้ปัญญานะ โอ้โฮ! แล้วถ้าปัญญาๆ ปัญญาอะไร ปัญญาทำไมมันไม่มีรสไม่มีชาติ ปัญญาทำไมมันไม่คมกล้า ทำไมมันไม่แหลมคม นี่พูดถึงว่าปัญญาหรือสัญญา

ในทางการทำสมาธิ ภาวนาคือเป็นอันตรายที่สุด แล้วพออันตราย อันตรายหมายความว่า เวลาบอกว่าตกภวังค์ๆ โอ้คนตกภวังค์ไม่รู้ว่ภวังค์นะ คนตกภวังค์มันไม่รู้จักภวังค์หรอก มันเข้าใจว่าเป็นสมาธิ เพราะมันวูบหายไปเลย พุทโธๆ มันจะหายไปเลย พอหายไปแล้ว หายไปแล้วมันก็นอนหลับไป นอนหลับจะเป็นสมาธิหรือ แล้วถ้ามันนอนหลับนะ มันจะนอนหลับเรื่อยๆ และนอนหลับมากขึ้นๆ

แล้วมันมี มันมีคนที่ว่าเวลาหลงตานั่งตลอดรุ่ง ท่านบอกว่าสิ่งนี้เป็นสิ่งที่สำคัญมาก มันต้องเข้าไปเผชิญกับเวทนา เข้าไปเผชิญกับความง่วงเหงาหาวนอน ต้องเข้าไปเผชิญกับกิเลส ทั้งคืน มันแบบว่าอุกฤษฏ์มาก ทำได้ยากมาก

แล้วเราเจอมากับตา มีผู้ชายคนหนึ่งเขานั่งตลอดรุ่งตลอด แต่เขาพิจารณาไม่ได้ เราก็เอ๊ะ! เราพยายามคอยแนะเขา เพราะว่าเขามีทิวฐิพอสมควร คนทำได้ขนาดนี้เขาคิดว่าเขาเป็นเทวดา เขาทิวฐิมาก เขาคิดว่าเขาเหนือคนอื่น เขาเหนือโลก แต่ความจริงไม่ใช่ มันนั่งหลับ

แล้วพอบอกให้เขาใช้ปัญญา เขาใช้ไม่ได้ ใช้ไม่เป็น สุดท้ายนะ เขาเสียสติไปเลย เป็นคนวิกลจริตไปเลย

แล้วมันมีมาหาเราเนี่ย ผู้หญิง นั่งตลอดรุ่งเหมือนกัน เขาบอกเขานั่งตลอดรุ่งได้ เขานั่งเอนเวลา เขาตั้งเวลาไว้เลย ๖ โมงเย็น เขานั่งถึง ๖ โมงเช้าได้

เราบอก ตามข้อเท็จจริงมันเป็นไปไม่ได้ ถ้ามันเป็นไปได้ ถ้านั่งตลอดรุ่งได้ เขาต้องมีปัญญา

เขาบอกเขานั่งตลอดรุ่ง แต่เขาก็ไปไหนไม่ได้ กระเสือกกระสนมาหาเรา

สุดท้ายแล้วก็ทดสอบกัน ให้เขานั่ง เขาก็นั่งจริงๆ ๖ โมงไป ๒ ทุ่ม ๓ ทุ่ม คร่ำๆ นั่งหลับแล้ว แต่เขานั่งตลอดรุ่งนะ นี่ภวังค์ ตกภวังค์หมดนะ ตกภวังค์หายไปเลยนะ พอหายไปแล้วนะ มันจะเกิดทิวฐิมาว่าตัวเองยิ่งใหญ่ด้วย แต่ความจริงมีจกาทังนั้นเลย

ฉะนั้น คำว่า “ภวังค์” นี่อันตรายมาก ภวังค์เป็นอันตรายต่อการทำสมาธิ ใ้ที่มันนั่งหลับ นั่งหลับหงโงกวงว่ง ทั้งนั้นนะ

ฉะนั้นบอกว่า ได้ยินพระองค์หนึ่งเทศน์ว่า เวลาถ้าฝึกให้จิตเข้าภวังค์บ่อยๆ ก็เข้าสู่อุปปนาสมาธิ

มันจะเป็นไปได้อย่างไร มันเป็นไปได้เลย

พระสงฆ์ก็เยอะมาก ไม่ทำอะไรเลย ก็ให้พระสงฆ์ก็เยอะมากขึ้นๆ บ่อยๆ พระสงฆ์จะเข้าสู่อุปปนาสมาธิเลย มันเป็นไปได้อย่างไร

เออ! ถ้าขยันหมั่นเพียร แล้วเราค่อยฝึกหัด ถ้ามันตกภวังค์ก็ต้องแก่นะ แก่ตกภวังค์ ก็ให้หายจากการตกภวังค์ ไม่ให้จิตมันลงสู่ภวังค์ ให้จิตเข้าสู่สัมมาสมาธิ ข้อเท็จจริง

นี่แค่บอกว่าให้จิตเข้าสู่ภวังค์บ่อยๆ แล้วเข้าสู่อุปปนาสมาธิ

เพราะผู้ถามบอกว่า เขาจะฝึกหัดทำสมาธิ ถ้าเขาฝึกหัดทำสมาธิ เขาทำความสงบทุกครั้ง การทำความสงบได้พักหนึ่ง เวลาสงบได้ทีหนึ่ง ๕ นาที ๑๐ นาที เดี่ยวความคิดมันเกิดขึ้น ถ้าความคิดเกิดขึ้น มันก็คลายไป

แล้วถ้าเข้าสู่สมาธิ สมาธิคืออะไร

สมาธิคือจิตสงบนิ่ง ไม่มีความคิดไป แต่มีผู้รู้เด่นชัด

ถ้าผู้รู้เด่นชัดนะ เขาว่า ๕ นาที ๑๐ นาทีมันก็คลายออก ถ้าคลายออก เราก็พุทโธต่อไป พุทโธต่อเนื่องไป แล้วถ้ามันเข้า ๕ นาที ๑๐ นาที เราได้อยู่แล้วว่ามันจะเข้า ๕ นาที ๑๐ นาที เราพยายามพุทโธของเราหรืออานาปานสติของเราโดยที่ไม่ต้องการให้เข้าสมาธิ ให้อยู่กับเหตุให้มากขึ้น

ถ้าอยู่กับพุทโธได้นานขึ้น อยู่กับอานาปานสติได้มากขึ้น ให้ระยะเวลามันมากขึ้น ถ้าระยะเวลามันมากขึ้น เหตุมันมากขึ้น การเข้าสู่สมาธิจาก ๕ นาที ๑๐ นาที มันก็จะเป็น ๒๐ นาที ๓๐ นาที

มันอยู่ที่เหตุทั้งสิ้นไง การทำสิ่งใดก็แล้วแต่ ธรรมทั้งหลายมาแต่เหตุ ถ้าเหตุมันสมควร พอดีและสมดุลงพอดีของมันนะ ผลมันจะเกิดขึ้น ถ้าผลของมันนะ ผลของมันเล็กน้อย เหตุผลของมันเล็กน้อย ถ้าเหตุของมันเล็กน้อย แล้วเราจะเอาอะไร เราจะเอาแต่สมาธิมากๆ แต่เราไม่มีเหตุไฉ

เรามีเงินอยู่บาทเดียว เราจะซื้อของทั่วโลกเลย มันเป็นไปได้ เงินบาทหนึ่งก็นำเปล่า แก้วหนึ่ง ถ้าจะเอาน้ำหรือเอาอาหารอย่างอื่น มันก็ต้องเพิ่มเงินมากขึ้น ถ้าเพิ่มเงินมากขึ้น เพราะราคาเขาสูงกว่าไฉ

นี่ก็เหมือนกัน สมาธิที่มันดีขึ้นมากขึ้น มันก็ต้องมีเหตุที่มากขึ้น ถ้ามีเหตุที่มากขึ้น เราก็ต้องมีพุทโธมากขึ้น มีอานาปานสติมากขึ้น แล้วมากขึ้น มากขึ้นด้วยสัมมาทิฏฐิถูกต้องชอบ ธรรมด้วย ถูกต้องชอบธรรมคือว่ามันมีพุทโธก็คือพุทโธจริงๆ

ไม่ใช่พุทโธแล้วก็หลับไป พุทโธแล้วก็ทอดทิ้งไป พุทโธแล้วก็เที่ยวเตลิดเปิดเปิงไป แล้วบอกว่าพุทโธมา ๕ ชั่วโมงไม่เป็นสมาธิเลย

ก็มึงพุทโธไม่สม่ำเสมอไง พุทโธไม่มีเหตุมีผลไฉ

ถ้าอานาปานสติ มันก็อยู่อานาปานสติโดยชัดเจนของมัน จิตที่มันได้กระทำของมัน ถ้ามันเข้าสู่ความสงบ มันก็สงบของมันได้โดยข้อเท็จจริงของมันไฉ มันจะไปเข้าภวังค์ที่ไหน มันเข้าภวังค์ มันก็ออกทะเลไปสิ

นี่พูดถึงไฉ คำว่า “พูดถึง” หมายความว่า สงสารคนปฏิบัติ สงสารผู้ถาม เขาถึงฝึกหัดทำสมาธิ เขาถึงฝึกหัดประพฤติปฏิบัติไฉ แต่ได้ยินพระองค์หนึ่งเขาบอกว่าฝึกจิตให้เข้าภวังค์

คำว่า “ภวังค์” มันเป็นสมาธิไหม คำว่า “ภวังค์” ไฉ ตกภวังค์ๆ แล้วพระกรรมฐานผู้ที่ปฏิบัติ ถ้าไม่รู้สีกตัวนะ ผู้ที่ตกภวังค์ ถ้าไม่รู้สีกตัวว่าเป็นภวังค์นะ มันติดอยู่นั่นนะ พอดิตอดอยู่นั่นนะ มันคืออะไรละ คือปฏิบัติบูชากิเลสไฉ

มันไม่มีกำลัง มันไม่มีกำลัง ไม่มีกำลังก็ไม่มีสติสัมปชัญญะที่จะระลึกได้ว่าถูกหรือผิด วันไหนมีสติมีสัมปชัญญะ แล้วเทียบเคียงว่าสมาธิกับภวังค์มันมีความแตกต่างกันอย่างไฉ

สมาธิ ขณิกสมาธิ พุทโธฯ จิตสงบ เรารู้ตัวชัดเจน ก็ได้ยินเสียง ได้ยินต่างๆ อยู่ ถ้าเรา พุทโธต่อเนื่องไป ถ้าเป็นอุปจาระ จิตมันสงบดีมากขึ้น มีกำลังดีมากขึ้น แต่ยังรับรู้เสียงได้ รับรู้ การเคลื่อนไหว จิตเห็นอาการของจิต วิปัสสนา มันเกิดตรงนี้

เราพุทโธฯ ต่อเนื่องไป จากอุปจารสมาธิมันจะเข้าสู่อัปปนาใจ การเข้าสู่อัปปนามันจะ ลึกซึ้งมาก เพราะถ้าเป็นอัปปนา ลมมันก็จะเริ่มเสียบหายไป เสียบหายไปโดยกำหนดตัวจิตยัง เด่นชัด

ตอนที่มันจะเสียบหายไป ตอนที่มันจะขาดจากความรู้สึก ขาดจากอายตนะ ขาดจาก สามัญสำนึก เพราะอัปปนาสมาธิ จิตนะ สักแต่ว่าปรากฏ ตัวมันเองเป็นตัวมันเองตลอด มันจะ ตั้งแต่ขณิกะ อุปจาระ อัปปนา มันจะมีสติสัมปชัญญะตลอดต่อเนื่องไม่มีเว้นวรรคนะ ถ้ามีเว้น วรรคหรือแฉลบ นั่นนะภวังค์ ถ้าแฉลบ พับ! ตกภวังค์ทันทีเลย

ภวังค์คือตัวร้ายที่สุด ภวังค์นี้

ฉะนั้น ถ้ามันเข้าอุปจาระ เข้าสู่อัปปนา อัปปนา พุทโธฯ จนกลมกลืน ไม่ได้เลย จะบอก ว่าพุทโธไม่ได้เลย ชัดๆ เลย แต่มันชัดๆ ตลอด นี่ไง อัปปนาคืออัปปนา

เราพูดบ่อย หลวงตาพระมหาบัวท่านพูดเลย อัปปนาสมาธิ พระกรรมฐานส่วนใหญ่ ทั้งหมดทำไม่ได้ ไม่เคยเข้า คำว่า “ไม่เคยเข้า” คือไม่รู้จัก ไม่รู้จักพูดนะผิดหมด คนที่จะพูดได้ มันต้องเคยผ่าน เคยผ่าน เคยสัมผัส มันแจ่มแจ้งได้ชัดเจน

คนที่แจ่มแจ้งแล้วไปไหนมา สามวาสองศอก พวกนี้ไม่เคยเข้า เพราะเขาพูดผิดหมด คน ที่พูดผิดหมด มันจะรู้จักตรงนั้นได้อย่างไร

ไม่ได้ นี่มันชัดเจนของมันไง

ฉะนั้นถึงบอกว่า สิ่งที่เขาพยายามจะทำสมาธิให้ดีขึ้น แต่เพียงแต่ว่าเคยได้ยิน พระองค์หนึ่งเทศน์ไว้ว่า จะต้องฝึกให้เข้าภวังค์บ่อยๆ

เราจะเอาความถูกต้องชอบธรรม แล้วสิ่งที่เป็นมิจฉาเป็นสิ่งที่ผิด เราไปยึดว่าสิ่งที่ผิดเป็น สิ่งที่ถูก แล้วเรามาทำต่อเนื่องกัน ทำด้วยกัน แล้วมันจะไปไหนละ

ทางในพระพุทธศาสนา คือ ทางสายกลาง ความถูกต้องชอบธรรม

ฉะนั้น สิ่งที่ว่าเข้าภวังค์บ่อยๆ นี่ผิดแล้ว

แล้วเข้าภวังค์บ่อยๆ แล้วจะเข้าสู่สมาธิได้เอง

แหม! เราจะเอาหัวชนภูเขาตายเลยนะ คือว่ามันเป็นสิ่งที่เป็นไปได้ แต่ไม่มีใครรู้ไง
แล้วไม่มีใครยืนยันไง

แต่ถ้าพอยืนยันบ้าง สิ่งที่เป็นไปได้กับสิ่งที่เป็นไปได้ แล้วเรามาทำร่วมกัน เราสงสารผู้
ที่ประพฤติปฏิบัติตรงนี้ ตรงที่ว่าเราต้องประพฤติปฏิบัติเพื่อเอาข้อเท็จจริง แล้วเราไปเอาข้อมูล
สิ่งที่เป็นไปได้ แล้วเข้ามาทำร่วมกัน คนที่ปฏิบัติก็จะลุ่มๆ ดอนๆ อย่างนี้ตลอดไป

แต่ผู้ที่ปฏิบัติ ถ้ารู้เท่าความเป็นจริงแล้วว่าเห็นโทษของการตกภวังค์ เพราะการตกภวังค์
นี่แหละมันทำให้จิตเข้าสู่สมาธิไม่ได้ เพราะมันตกภวังค์แล้วหายไปเลย

แล้วการแก้ภวังค์ เห็นไหม พระโมคคัลลานะเป็นพระโสดาบัน ไปเอะหิภิกขุพบวชิรกับองค์
สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แล้วสัพหงกโงกงว่ง นี่ภวังค์

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไปแก้ด้วยฤทธิ์เลย ไปแก้ ไปแก้เลย

นี่บอกให้ทำภวังค์ เวรกรรม เวรกรรม ออกีแป้นแตก เศร้าใจ

ฉะนั้น พูดแล้วให้ผู้ถามกลับไปตั้งสติ เราจะประพฤติปฏิบัติตามความเป็นจริง ตาม
ข้อเท็จจริง มันก็ทุกข์ยากพอแรงอยู่แล้ว แล้วเรายังมีความเชื่อว่าจะต้องเอาจิตเข้าภวังค์

เอาเข้าภวังค์ก็เอาเข้าไปสู่กิเลสไง เอาเข้าไปสู่สมาธิหวัตอไ้ เอาเข้าไป แล้วไปนอนจม
หมกหมมมอยู่ นั่นมันจะไปไหนต่อละ ปิดประตูเลย

แต่ถ้าปฏิบัติตามข้อเท็จจริงนะ ต้องแก้ไข แก้ไขไม่ให้จิตเรตกภวังค์ จะต้องแก้ไขจิตเรา
ให้มีสติสัมปชัญญะตลอดเวลา ถ้าเผลอมันก็หลับ นั่นแหละภวังค์ ถ้าดีมันก็แจ่มชัด

ถ้าแจ่มชัดแล้วฝึกหัดของเรา จนกว่ามันจะเข้มแข็งของมัน มันจะกล้าแข็งของมันขึ้นมา
ผู้ใดปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม เอวัง