

กัลป์ตาย

พระอาจารย์สงบ มนัสสนุโต

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๒๔ กรกฎาคม ๒๕๖๕

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

ถาม : ข้อ ๒๘๑๑. เรื่อง “การรักษาข้อวัตรทานอาหารมื้อเดียว”

กราบเรียนหลวงพ่อกุญแจใจรักษาข้อวัตรทานอาหารมื้อเดียว เกิดเจ็บป่วยขึ้นมา หมอให้ทานยามีฤทธิ์ต่อกระเพาะอาหาร ต้องทานหลังอาหารทันที ต้องทานยาเข้าเย็น พอทานเพื่อจะทานยาแล้วรู้สึกผิดต่อความตั้งใจไว้อย่างนี้ ควรปฏิบัติอย่างไรเจ้าคะ

ตอบ : ถ้าเราฉันอาหารมื้อเดียว เราพยายามจะทานอาหารครั้งเดียวๆ ถ้าทำแล้วมันเป็นประโยชน์กับเรา มันเป็นประโยชน์จริงๆ นะ มันเป็นประโยชน์จริงๆ ว่า ถ้าเราทานอาหารมื้อเดียว เราารู้สึกว่าเราประหยัดมัธยัสถ์ แล้วร่างกายจะแข็งแรงโดยธรรมชาติของมัน

คุณสิ คุณพระ พระฉันอาหารมื้อเดียวๆ เท่านั้นนะ เวลาพระปฏิบัตินะ แล้วไม่ใช่ปฏิบัติธรรมดา ปฏิบัติแล้วผ่อนอาหารด้วย

รูปร่างกายของหลวงปู่มั่น เวลาครูบาอาจารย์ท่านบอกท่านแข็งแรงมาก แล้วเวลารูปร่างกายของหลวงตาพระมหาบัว รูปร่างท่านแข็งแรงใจ แต่ธรรมดามันชราคร่ำคร่า มันหง่อมไปโดยธรรมชาติของมัน มันหง่อมโดยธรรมชาติของมัน มันไม่มีสิ่งใดเจ็บไข้ได้ป่วยโดยทางโลกเลย จะมีก็แบบว่าโรคชรา โรคเจ็บเนื้อเจ็บตัวปวดเมื่อยเรื่องธรรมดา

นี่พูดถึงว่าถ้าเราจะทานอาหารมื้อเดียว

ฉะนั้น เวลาเราถือวัตรปฏิบัติทานอาหารมื้อเดียว แล้วมันเป็นประโยชน์กับเราอยู่แล้ว รูปร่างกายของเรา สารอาหารที่มันต้องการใช้แค่นี้มันพอ เหลือเฟือด้วย แต่เวลาทางโลกๆ ทานอาหารวันละ ๓ ครั้ง เวลา ๓ ครั้งแล้วต้องเข้าฟิตเนสเพื่อออกกำลังกาย เพื่ออะไรร้อยแปด

แต่ถ้าทานอาหารมือเดียว ถูตวงวัดร แล้วมันทำให้ชีวิตทั้งปอดป่อง ทั้งสะดวกสบาย พร้อมหมดนะ แล้วไม่ต้องวุ่นวาย ไม่วุ่นวายเลย

นี่พูดถึงทานอาหารมือเดียว

แต่เราเจ็บไข้ได้ป่วย ไปหาหมอ หมอบอกว่าต้องทานยา ทานยาที่มีฤทธิ์ต่อกระเพาะอาหาร ทานยาแล้วมันต้องมี

ใช้อย่างนี้เราทำใจของเราได้

เขาบอกว่าเวลาหมอสั่งแล้ว เวลาเขาก็ทานอาหารเพื่อจะทานยา เสร็จแล้วรู้สึกผิดกับความที่ตั้งใจไว้

เสร็จแล้วรู้สึกผิด เราก็ดูสิ เราทานยา ทานยาแล้วมันแบบว่า เราทานแล้วเมื่อไหร่โอกาสที่มันจะหาย เราก็กลับมาความเป็นปกติของเรา แต่ถ้าเป็นโรคเรื้อรังมันต้องทานตลอดชีวิต อย่างนี้ มันเป็นข้ออ้างได้ทั้งนั้นนะ

ฉะนั้น มันอยู่ที่เรา อยู่ที่เราจะวินิจฉัยอย่างไร ยาที่มันออกฤทธิ์ มันก็ต่อกระเพาะอาหาร พวกยากระดูก ยาต่างๆ มันแรงมาก ถ้าเราจะรักษา เราก็รักษากับเขา แต่มันจำเป็นจะต้องรักษา เราเห็นด้วย เราเห็นด้วยกับการรักษานะ การรักษาโรคภัยไข้เจ็บ

เหมือนรถ รถถ้ามันชำรุดทรุดโทรม เราก็ซ่อมแซมบำรุงมันเพื่อเราจะใช้รถนั้นไปถึงเป้าหมายของเรา ร่างกายนี้มันก็เหมือนกับรถคันหนึ่ง แล้วเราหัวใจนี้เป็นคนขับมัน เราจะขับมัน เราจะขับมาให้ถึงเป้าหมายได้

เวลาไปหาหมอ หมอรักษาแล้วต้องกินยา ต้องดูแลร่างกาย เราเห็นด้วย เราเห็นด้วย แต่เราจะรักษาอย่างไรให้มันเป็นความเหมาะสมพอดี เราก็รักษาของเรา แล้วไม่ต้องวิตกกังวล เพราะความเจ็บไข้ได้ป่วย ในพระไตรปิฎกบอกไว้มี ๓ อย่าง อย่างหนึ่งคือชราคร่ำคร่า มันเจ็บไข้ได้ป่วยตามข้อเท็จจริง สอง มันเป็นโรคอุปาทาน คิดจนเป็น วิตกวิจารณ์จนป่วยไข้ แล้วก็โรคกรรม

โรคภัยไข้เจ็บของร่างกายมนุษย์เกิดได้ ๓ ทาง ทางหนึ่งคือมันซราคร่ำคร่า มันเป็นธรรมชาติของมัน มันเจ็บไข้ได้ป่วยธรรมชาติของมัน สอง อุปาทาน มันไม่เป็นหรอก วิตก วิจารณ์ โรคเครียด คิดจนเป็น คิดจนเป็นตลกทุกข์ได้ยากได้เหมือนกัน แล้วก็โรคกรรม

ฉะนั้น ถ้ามันมีเวรมีกรรมต่อกัน มันหนีกันไม่พ้นหรอก ถ้ามันมีเวรมีกรรมต่อกัน เราก็ชัดใช้เวรกรรมนั้นไป ถ้าไม่มีเวรกรรมต่อกัน เรายึดตามอาการของเรา

นี่พูดถึงว่า ข้อวัตรที่เราทานอาหารมือเดียว

แต่นี้มันเจ็บไข้ได้ป่วย เราเว้นไว้แต่ เราไม่ตั้งใจที่เราจะผิดสัจจะของเรา แต่มันเว้นไว้แต่ที่มันเป็นหมอสั่ง มันเป็นเพราะความจำเป็น เว้นไว้แต่เพื่อสุขภาพ เว้นไว้ตรงนี้ แล้วถ้ามันกลับเป็นปกติ หายแล้วเราก็กกลับมาอยู่ในข้อวัตรปฏิบัติของเรา นี่คือสัจจะของเรา จบ

ถาม : ข้อ ๒๘๑๒. เรื่อง “สิ่งที่น่ากลัวที่สุด”

อะไรคือสิ่งที่น่ากลัวที่สุดครับ

ตอบ : เออ! แล้วอะไรล่ะ

ความตาย โรคมะเร็ง โรคหัวใจจาง คนกลัวไปทั้งนั้นนะ

แต่ถ้าเป็นธรรมชาติขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า มงคล ๓๘ ประการ ทุกข์ของบัณฑิต คนพาล อยู่ใกล้คนพาล

อยู่ใกล้คนพาล ดุสิ บ้านใกล้เรือนเคียงที่เขาทะเลาะเบาะแว้งกันนะ อยู่ใกล้คนพาล ทุกข์น่าดูเลย กลัว เรากลัวบ้านใกล้เรือนเคียงของเรามันเป็นพาลชน มันไม่เป็นบัณฑิตไง

สิ่งที่น่ากลัวที่สุดคืออะไร

ไฉนมันบอกว่า ถ้าทางโลกก็กลัวตาย แต่บางคนก็ไม่กลัวตายนะ บางคนความตายเป็นเรื่องธรรมดา เขาศึกษาธรรมะแล้วเขาทำได้

นี่ไง เราบอกว่า สิ่งใดที่น่ากลัวที่สุด

เวลาบอกว่ากิเลสหนักกลัวที่สุด

หลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่น หลวงตาพระมหาบัวท่านบอกเลย กิเลสในหัวใจของคนกลัวที่สุด น่ากลัวที่สุด กิเลสในใจของคนนะ

แต่กิเลสมันตัวอย่างไรล่ะ เพราะอะไร

ถ้าคนที่ไม่รู้จักกิเลส มันไม่รู้จักอะไรสิ่งที่น่ากลัวไง

เวลาหลวงตาพระมหาบัวท่านประพาศปฏิบัติของท่านนะ เวลาท่านไปเห็นอริชา เจ้าวัฏจักร จิตเดิมแท้ฝั่งใส มันฝั่งมันใส มันสว่างไสว โอ้โฮ! มันแวววาวหมดเลย

ท่านบอกว่า นั่นไง มันสวย มันน่าลุ่มหลงยิ่งกว่านางสาวจักรวาล นางสาวจักรวาลคือมันสวยที่สุดในจักรวาลไง เวลาไปเจออริชา มันน่าลุ่มหลง

นี่ไง นี่พูดถึงว่า สิ่งที่น่ากลัวที่สุดคือกิเลสของคน แล้วเวลาไปเจอกิเลสแล้วยังเข้าใจผิดว่ากิเลสนี้เป็นนางสาวจักรวาล เป็นสิ่งที่น่าสงวนรักษา น่าทะนุถนอม เป็นสมบัติของเรา อู้ฮู! มันชื่นชมอีกนะ

สิ่งที่น่ากลัวที่สุดคือกิเลสในใจของคน เพราะกิเลสนั้นทำให้จิตใจนี้มีติดบอดแล้วเวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะ น่ากลัวมาก

ทีนี้น่ากลัวแล้วมันอยู่ไหนล่ะ มันมีแต่ชื่อ มันไม่รู้จักไง มันก็เลยไม่น่ากลัวไง แล้วยังคนที่ไม่นับถือพระพุทธศาสนาเขาไม่รู้จักว่ากิเลส ไม่กิเลสด้วย มันน่ากลัวอะไร

แต่สิ่งที่น่ากลัวคือน่ากลัวสำหรับผู้ประพาศปฏิบัติแล้วถึงที่สุดแห่งทุกข์ มันน่ากลัวที่สุด อริชา ครอบครัวยงมาร กว่าจะไปรู้จักมัน รู้หน้ามัน แล้วต่อสู้กับมัน แล้วกองทัพกิเลสกับกองทัพธรรมประหารกันจนกิเลสตายเรียบเลย เขาถึงรู้

ฉะนั้นบอกว่า สิ่งที่น่ากลัวที่สุดคือกิเลสของคน

ไอ้พวกที่ไม่นับถือพระพุทธศาสนามันนั่งหัวเราะเยาะเลย ไอ้คนไม่รู้จั๊กมันไม่กลัวหรอก แล้วคนที่มันยังมีจิตปฏิญญด้วย มันยังตบมือชอบใจ อันไหนกิเลส เอาตั้งค์มา มันแสวงหาเงินทอง ยศถาบรรดาศักดิ์ มันไม่สนใจอะไรหรอก น่ากลัวหรือ น่ากลัว เอ็งกลัวไป ข้าเอามา

นี่บอกว่า สิ่งที่น่ากลัวที่สุด แล้วคำถาม อะไรคือสิ่งที่น่ากลัวที่สุด

คนกลัวอะไร คนเกลียดอะไรก็น่ากลัวที่สุดก็นั่นแหละ คนกลัวความสูงมันก็กลัวมาก

แต่ถ้าเป็นธรรมชาติขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เป็นสิ่งที่ครูบาอาจารย์ของเราท่านวินิจฉัย

กิเลสในใจของคนน่ากลัวที่สุด

มันทำให้ตัวเราเองยังเชื่อตัวเราเองไม่ได้เลย อย่าคิดว่าคนข้างเคียงจะไว้วางใจได้ คนข้างเคียงยังไว้วางใจไม่ได้เลย แล้วตัวเองก็ไว้วางใจไม่ได้ ไว้วางใจตัวเองก็ไม่ได้ เพราะมันมีกิเลส

กิเลสน่ากลัวมาก

ฉะนั้น สิ่งใดเป็นสิ่งที่น่ากลัวที่สุด

มันอยู่ที่ว่ากลัวตายๆ คนกลัวตายมากที่สุด น่ากลัวที่สุด แต่คนที่ไม่กลัวตายเขาไม่เห็นกลัวเลย อันนั้นมันก็เป็นเรื่องกรรมของสัตว์ สัตว์โลกเป็นไปตามกรรม ใครสร้างเวรสร้างกรรมมาอย่างไร มีอำนาจวาสนามากน้อยขนาดไหน

กิเลสเป็นนามธรรม กิเลสเป็นนามธรรมที่มันอยู่ในหัวใจของคน คนไม่รู้เท่ารู้ทันของมัน มันไม่มีตัวมีตน มันไม่แสดงออกมาให้เป็นสิ่งที่น่ารังเกียจ ไม่เห็นเลย แต่เวลามันโหดร้าย เวลา มันปล้นจี๊ซิง เวลามันทำร้ายกันนะ ไอ้โฮ! น่าขยะแขยงมาก แล้วถึงที่สุดนะ มันฆ่าตัวตาย ถึงที่สุดมันทำอะไรไม่ได้ มันก็ทำร้ายตัวมันเอง

ทำลายคนอื่นมาทีไรแล้ว ก็ทำร้ายตัวมันเองอีกต่างหาก น่ากลัวไหม ตัวมันเองมันยัง ทำร้ายตัวมันเองเลย แล้วมันไว้วางใจใครละ แล้วใครบ้างที่มันจะเกรงใจ แม้แต่ตัวมันเองมันยัง ทำลายตัวมันเองเลย แล้วทำลายแบบกิเลสด้วย ฆ่าตัวตายอีก ๕๐๐ ชาติ เกิดตายๆ อีก ๕๐๐ ชาติ สมน้ำหน้า จบ

ถาม : ข้อ ๒๔๑๓. เรื่อง “ทางเดินของลูก”

กราบเรียนหลวงพ่อบุญเจ้าเกิดต่อในครอบครัวที่ไม่ได้มีฐานะดีเท่าไร พอกินพอใช้ พอเรียนจบก็ดูแลตัวเองมาตลอด ไม่เคยขอเงินทางบ้าน ตอนเรียนอยู่ก็กู้เงินเรียน หลังเรียนจบเวลาที่บ้านมีรายจ่าย ก็จะช่วยที่บ้านออกค่าใช้จ่ายมาตลอด ก็ช่วยเหลือที่บ้านมาตลอด แม้ที่บ้านจะรู้ว่าข้าพเจ้าเองก็ไม่ได้มีรายได้มากนัก ช่วยออกค่าบ้าน เจ็บไข้ได้ป่วย

ข้าพเจ้ามองพ่อตัวเองว่า ทำไมนะ พ่อถึงให้ลูกเลี้ยง พ่อไม่เคยออกเงินเลยเวลาที่อยู่กับข้าพเจ้า แอบผิดหวังอยู่ลึกๆ ทำไมพ่อให้ข้าพเจ้าออกเงิน ทั้งๆ ที่รู้ว่าลูกตัวเองก็ลำบาก

เวลาที่พ่อเอ่ยปากขอเงิน ข้าพเจ้าเครียดและทุกข์ เวลาพ่อไม่ได้ตั้งใจอะไรก็จะน้อยใจ กินเหล้าเครียด ถึงแม้หลายๆ ที่ ก็อดชุ่นเคืองใจไม่ได้เลย ไม่รู้เพราะอะไรถึงรู้สึกแยที่พ่อเป็นแบบนี้ รู้สึกผิดหวัง เพราะขนาดตัวพ่อแม่ของพ่อเอง ข้าพเจ้าก็ต้องดูแลแทนพ่อ ทำไมพ่อถึงทำหน้าที่ลูกไม่ได้แบบที่ข้าพเจ้าทำ รู้สึกเสียใจ

รู้ว่าพ่อทำดีที่สุดแบบที่เขาเป็น แต่ลูกก็รู้สึกโมโห อดชุ่นเคืองใจพ่อไม่ได้ เพราะทุกครั้งที่พ่อเรียกร้อง พ่อเอาเงินไปใช้ประโยชน์ไม่ได้เลย ซื้อมอเตอร์ไซด์และการดูหนัง

ทำอย่างไรข้าพเจ้าถึงจะไม่โมโหพ่อได้ ไม่อยากคิดร้ายกับพ่อ ไม่อยากรู้สึกเศร้าและผิดหวังแบบนี้

อยากถามหลวงพ่อบุญเจ้าว่า ทำไมไม่ให้ชุ่นเคืองกับพ่อได้อย่างไร รักพ่อ แต่ก็ผิดหวัง มนุษย์ผิดหวังจากผู้ที่มีพระคุณได้ไหมหลวงพ่อบุญเจ้า จะผิดไหมที่เราไม่ยอมให้เงินกับพ่อ ทั้งที่บางครั้งเราก็อาจมีเงินให้เขา แต่ก็โมโหที่เขาขอ ไม่อยากให้เป็นแบบนี้เลยหลวงพ่อบุญเจ้า

กราบขอหลวงพ่อบุญเจ้าโปรดชี้ทางให้เดินในทางที่ถูกที่ควรในฐานะลูกด้วยเถิด

ตอบ : ถ้ายกแล้วมันก็กรรมของสัตว์ๆ อยู่วันยังค่ำนั่นแหละ กรรมของสัตว์ๆ นะ ในฐานะที่เป็นพ่อ อย่างเป็นพ่อเป็นแม่ พระอรหันต์ของลูกอยู่แล้ว ให้ชีวิตนี้มา ในคำถามเขาก็บอกอยู่แล้วว่า เขาก็รักพ่อของเขา เขาก็เชิดชูของเขา

อันนี้แหละน่าชื่นใจ น่าชื่นใจว่า เราเกิดเป็นมนุษย์ เกิดมาพบพระพุทธศาสนา พระพุทธศาสนาอบรมบ่มเพาะเรา มา ถ้าอบรมบ่มเพาะเรา มา พระพุทธศาสนา เห็นไหม เวลา ธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ธรรมและวินัย ธรรมและวินัยเป็นศาสดาของเรา

เราเกิดเป็นมนุษย์แล้วเราเชื่อมั่นในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เราศึกษาแล้ว ธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า พ่อแม่เป็นพระอรหันต์ของลูกๆ เรามีพ่อแม่ แม่ พ่อแม่ก็เป็นพระอรหันต์ของเรา เราศึกษามา เราเรียนมานะ มันเป็นอำนาจวาสนาของเราไง

สมมุติว่า สมมุติว่าเราเกเร แล้วเราไม่เอาถ่านเลย แล้วเราก็มารู้ตัวว่าเราออกจากพ่อแม่ พ่อแม่ก็ทุกข์

แต่เราเป็นคนเอาถ่าน เห็นไหม เกิดในฐานะครอบครัวที่ก็ไม่ใช่ดีนัก แต่เราก็เรียนของเรา ก็เรียนจนเรียนจบมา จนมีหน้าที่การงานของเรา

นี่คือวาสนาของเราไง นี่คือการที่ว่าพันธกรรมของจิตๆ จิตของเราที่มันสร้างคุณงามความดีมาไง ถึงมันมีสิ่งใดมันก็ปากกัดตีนถีบเอาตัวรอดได้ไง เวลาเอาตัวรอดได้แล้วเราก็เป็นที่พึ่ง ที่พึ่ง พ่อแม่เขาก็เห็นใจ เห็นว่าเรามีหน้าที่การงาน เขาก็อยากได้

โดยธรรมดา หนึ่ง สมมุติว่าเงินที่โยมให้พ่อแม่ให้แม่นั้นนะ ถ้าคนอื่นให้ เขาก็ไม่ภูมิใจ เขาภูมิใจเงินจากลูกนี่แหละ ถ้าคนอื่นให้มากกว่าด้วย เขาก็ไม่ภูมิใจ แต่เขาจะภูมิใจ เขาจะเอาตรงนี้ ถ้าเอาตรงนี้เพราะอะไร เพราะเขาถือว่าเป็นลูกของเขา เป็นลูกของเขา เขาอบรมบ่มเพาะมา เขาดูแลมา แล้วถ้าตอบแทนบุญคุณเขา เขาก็ชื่นใจ เขาก็ปลื้มใจ แล้วเขาเอาไปไม้ด้วย กลับหลังเขาบอก นี่ไง ลูกให้มา เขาเอาไปไม้ก็ต่างหาก ชื่นใจอีกต่างหากว่าลูกของฉันให้ฉันมา

แต่ของเราละ ของเราเพราะอะไร

เพราะมันเป็นสิ่งเปรียบเทียบไง แล้วตากับยายละ ปู่กับย่า ปู่ย่าของพ่อ พ่อทำไมไม่ดูแล แล้วทำไมพ่อถึงมาขอเรา แล้วเราก็จะดูทั้งพ่อด้วยนะ ดูทั้งปู่ทั้งย่าอีกต่างหากนะ แล้วหน้าที่ของพ่อที่ดูแลปู่ย่าทำไมไม่ดู

นี่คืออำนาจวาสนา อำนาจวาสนาของคนๆ ใด อำนาจวาสนาของคน ถ้ามันดี มันดีจากพื้นฐานจากความนึกคิดนี้ไง ถ้าพื้นฐานของความนึกคิดมันเป็นคนดีงาม เห็นไหม

เบียดเบียนตนแล้วเบียดเบียนผู้อื่นไป

ถ้ามันไม่เบียดเบียนตนนะ ถ้ามันมีคุณธรรม มันก็รักษาตนไว้ รักษาตนให้อยู่ในแนวทางในพระพุทธศาสนาไป

แนวทางพระพุทธศาสนานะ เราชาวพุทธๆ เราเป็นพุทธมามกะ เรามีพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์เป็นที่พึ่ง ถ้าเรามีพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์เป็นที่พึ่งนะ ธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้านะ สอนให้มีกตัญญูกตเวที เราก็มีกตัญญูกตเวทีของเราไป

กตัญญูกตเวทีของเรา แต่เรามีความจำเป็นของเราว่าทรัพย์สินของเรามันมีพอประมาณ ที่ใช้จ่ายสำหรับชีวิตของเรา ถ้ามีครบครัน ใช้จ่ายในลูกของเรา แล้วเราก็มีพ่อแม่ของเรา แล้วยังมีปู่ย่าตายาย โอ้โฮ!

แต่เราเป็นคนดีนะ ตกน้ำไม่ไหล ตกไฟไม่ไหม้ เราพยายามทำคุณงามความดีของเรา เราชักหน้าไม่ถึงหลัง เราปากกัดตีนถีบ เราก็แสวงหาของเราเพื่อสร้างอำนาจวาสนาบารมีของเรา แล้วคิดให้มันเป็นบวก ถ้าคิดให้เป็นบวก มันก็จะเป็นบวกขึ้นมาได้

ไฉนน้อยเนื้อต่ำใจเป็นเรื่องธรรมดา แต่น้อยเนื้อต่ำใจก็แป๊บเดียว แต่เราก็ยังยืนหยัดในสัมมาทิฐิ ในความถูกต้องชอบธรรมของเรา

การเกิดเป็นมนุษย์นี่แสนยาก แล้วเราได้เกิดเป็นมนุษย์แล้ว อากา ๓๒ สมบูรณ์แบบ แล้วทุกข์ของคนไม่เหมือนกัน ทุกคนแตกต่างกัน ความชอบของคนไม่เหมือนกัน ความชอบของคนแตกต่างกัน

ทีนี้เราก็มีสติปัญญาทำตัวของเราให้อยู่ในศีลในธรรมนี้แหละ แล้วเราจะให้มากให้น้อยขนาดไหน เรามีสติปัญญา เวลาเราจะให้พ่อ บอก อันนี้เปลี่ยน เอาไปให้ปู่ เวลาพ่อขอ บอกว่า พ่อ หนูให้ไม่ได้ เพราะหนูต้องให้ปู่ก่อน

เราใช้ยา ถ้าเขาคิดได้ก็คิดได้ คิดไม่ได้มันก็กรรมของสัตว์ ไม่มีปัญหาหรอก เพราะอะไร เพราะสิ่งที่แก้ยากที่สุด พ่อแม่ของเรานี้แหละแก้ยากที่สุด เพราะเขาถือสิทธิ์ไป

ยิ่งในพระพุทธศาสนา พ่อแม่เป็นพระอรหันต์ของลูกๆ แล้วเวลาพูดสิ่งใด

กูอาบน้ำร้อนมาก่อนมึง กูเลี้ยงมึงมานะ

ทฤษฎีอันนี้แก้ยากมาก มันเป็นทฤษฎีอยู่ในหัวใจงี้ แล้วทำอย่างไรให้คิดได้ละ

แต่ถ้าเขาไม่ได้คิด เขามองข้างบ้านดี ข้างบ้านเขาเป็นอย่างนี้ไหม ข้างบ้านเขาทะเลาะกันทั้งวันเลย บางบ้านเขาเล่นการพนันร้อยแปดพันเก้า เขานั่งล้อมวงกินเหล้าเมายากันนั้นนะ แล้วลูกของเราเป็นคนอย่างนี้ทำไมไม่ภูมิใจ ถ้าลูกของเราแตกต่างจากคนอื่น เราก็ควรภูมิใจแล้ว

แล้วใช้สิ่งที่ได้มา อันนี้เขาตามไปนะ เวลาพ่อได้เงินไปนะ ไปซื้อต้นไม้ ไปซื้อการ์ตูนอย่างนี้ มันไม่มีความจำเป็นเลย แต่เขาก็อยากได้

ไฉนมันเป็นความรู้สึก มันเป็นเรื่องหนึ่งนะ เรื่องเงินนี้เป็นอีกเรื่องหนึ่งนะ ฉะนั้น เราตั้งสติของเราไว้ อย่าเอาไฟมาเผาตัวเอง ไฟเอาไว้ข้างนอก

ไฟในไม่ให้ออก ไฟนอกไม่ให้เข้า

ไฟในไม่ให้ออกคือจิตใจของเรา ไฟคือธาตุไฟ คนเราธาตุไฟดินนะ อาหารมันย่อยหมดเลย ถ้าธาตุไฟเรามากพร่องนะ ท้องอืด ท้องเฟ้อ มันย่อยอาหารไม่ได้ แล้วมันมีปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพของเรา

อุดมการณ์ของเรา ความเกิดเป็นมนุษย์ของเรา พ่อแม่ให้ชีวิตนี้มา เป็นพระอรหันต์ของลูก แต่เรามีสติปัญญา ที่มีที่พึ่งที่อาศัย เรามีพระรัตนตรัย พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์เป็นที่พึ่ง ทั้งๆ ที่เราก็มียามีแม่ ทั้งพ่อแม่ ทั้งปู่ ทั้งย่า ทั้งตา ทั้งยาย ก็มีรัตนตรัยเป็นที่พึ่งที่อาศัย แต่ใครจะอาศัยได้มากได้น้อยอีกเรื่องหนึ่งนะ ถ้าอาศัยได้มากขึ้นมานะ ก็ทำจิตใจของเราให้เฟื่องฟูขึ้นมา แล้วพยายามทำเพื่อหัวใจดวงนี้

มันกรรมของสัตว์ใจ เราถ้าเกิดเจอพ่อแม่ที่เป็นนักปราชญ์ พ่อแม่ที่เป็นแบบอย่าง พ่อแม่ที่คุ้มครองดูแลเรานะ เราจะภูมิใจมาก แล้วหลายๆ คนพ่อแม่เล่นการพนัน พ่อแม่ เวลายึดทรัพย์ฯ ยึดจากพ่อแม่มาถึงลูกเลยละ สะเทือนกันไปหมด ไฉนผลของวิญญะ ผลของเวรกรรม กรรม เวรกรรมที่ได้สร้างสมกันมา มันมีผลกระทบมาทั้งสิ้น

เราตั้งสติของเรา อย่างไรก็ดี ก็เป็นพระอรหันต์ของลูก อย่างไรก็ดี ก็มีบุญคุณกับเรา มีชีวิตนี้กับเรา แล้วทั้งชาตินี้ละ เราก็ดูแลของเราไป แล้วรักษาหัวใจของเรา รักษาหัวใจของเราด้วยมีคุณธรรม มีธรรมะไว้ไปลอบประโลมใจ

ทำไมเป็นอย่างนี้

สพฺเพ สตฺตา มันต้องมีที่ไปที่ไปมันถึงเป็นแบบนี้ แล้วเราก็ไม่ปิดไม่พลิ้ว แล้วเราก็จะดูแลรักษา เพียงแต่เรามีสติปัญญาคุมเกมไป จะให้มากให้น้อย จะดูแลกันอย่างไร แล้วเราดูแลของเราไป

แต่เขาบอกว่า ผมก็รักพ่อนะ แต่บางทีผมก็น้อยใจ

มันธรรมดาละ มันธรรมดา แต่น้อยใจแล้วสลัดทิ้ง แล้วเราขึ้นมาใหม่ เพราะมันต้องอยู่ด้วยกันนะ มันจากกันไปไม่ได้หรอก มันต้องอยู่ด้วยกัน เพราะเราไม่ทิ้งความรับผิดชอบของเรา เราไม่ทิ้งความรับผิดชอบ

ความรับผิดชอบ ความมีสัจจะ มันบอกถึงคนดีและคนชั่ว คนที่เวลาเขาเกิดความทุกข์ได้ยาก เขาทิ้งไปนะ เขาหนีไปนะ อันนั้นเขาไม่รับผิดชอบชีวิตกับเขา

เวรย่อมระงับด้วยการไม่จองเวร

มันมีเวรมีกรรมต่อกัน แต่ไม่ถึงที่สุด มันจะมีต่อไปในภพชาติต่อไป ไป แต่ถ้าเรามีสิ่งใดเรารับใช้ เราทำสิ่งดีงามขึ้นมาด้วยคุณงามความดีของเรา ถ้าวันไหนเขาหลุดสวามิภักดิ์ขึ้นมา เขาหงายภาชนะเข้ามา เขาเห็นแล้วเขาจะสังเวชใจเอง เขาสังเวชใจเอง

ถ้าคนมีความปรารถนาขัดแย้งโดยความถูกต้องดีงามนะ ถ้าเขาคิดได้เขาจะขอโทษ ขอโทษนะ ที่ทำไปๆ เพราะตอนนั้นรู้เท่าไม่ถึงการณ์ ตอนนี้รู้แล้วขอโทษ ถ้าเป็นสัมมาทิฐิ เป็นบัณฑิต แล้วถ้าถูกต้องชอบธรรม มันจะลงเอยแบบนี้

แต่ถ้ามันเป็นบัณฑิตหรือเป็นพาลชน เขาจะคิดได้อย่างไร เขาจะไม่พอใจขนาดไหน เขายังจะบีบบีบสีไฟ เขาจะต้องการของเขา อันนั้นถึงว่ากรรมมันยังไม่หมดไม่สิ้นใจ

กรรมไม่หมดไม่สิ้น เราก็ใช้ให้มันหมดให้สิ้นไปซะ ไม่หมดไม่สิ้น มันจะต่อไปข้างหน้าอีกนะ แล้วปัจจุบันนี้อะเติมฟันเติมไฟ อย่าเอาสิ่งใดให้เข้ามาในชีวิตของเรา เราทำคุณงามความดีของเรา ทำคุณงามความดีของเรา

แล้วอุดมการณ์ เพราะเราฟังจากหลวงตา ฟังจากหลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่นมาไง ทำบุญทั้งหลาย ไร ทำสิ่งใดไม่หวังผลตอบแทนใดๆ ทั้งสิ้น ไม่เคยหวังอะไรเลย เราทำของเรา ทำของเราไป ทำของเราไปเพราะเป็นหน้าที่ เรายังมีชีวิตอยู่ไง อย่างเช่นหน้าที่กินข้าว หน้าที่หายใจ เพราะชีวิตเรายังมีอยู่ไง ชีวิตยังมีอยู่ เราก็ต้องกินข้าว เราก็ต้องมีลมหายใจ หายใจจนลมหายใจสุดท้าย กลับบ้าน จบ

ถาม : ข้อ ๒๘๑๔. เรื่อง “นักรบกับนักหลบ”

กราบเรียนหลวงพ่อ

นักรบ คือเอาจิตเพ่งที่เวทนาความเจ็บ

ส่วนนักหลบ คือหลบจากเวทนา เอาจิตไว้ที่ปลายจมูก พุทโธ

ต่างกันอย่างไร เพื่ออะไรคะ

ขอขอบคุณค่ะ

ตอบ : นักรบๆ มันเป็นนักรบสัตว์อาชาไนย นักรบ ถ้ามีสติมีปัญญา เราทำความสงบของใจได้ ถ้าทำความสงบของใจได้ ถ้าใจสงบระงับแล้ว ถ้ามันจับเวทนาได้ มันมีเครื่องมือจับ มันไม่ทุกข์ไม่ร้อนจนเกินไป

แต่ถ้าเรายังทำความสงบของใจเราไม่ได้ เวลาเวทนาขึ้นมา เราจับเวทนา มันจะเจ็บปวด เป็นสองเท่าสามเท่าไป มันจะทำให้การประพฤติปฏิบัติของเรามันไม่ก้าวหน้าไป คือมันทรมานนะ ก็ถ้ามันยังไม่ได้ เห็นไหม นักรบๆ

นักรบ คือเอาจิตเพ่งที่เวทนา ส่วนนักหลบ คือหลบจากเวทนา เอาจิตไปไว้ที่ปลายจมูก ต่างกันอย่างไรคะ

มันต่างกัน ต่างกันตอนที่เรานั่งสมาธิ เริ่มต้นขึ้นมาถ้ามันเจ็บมันปวดขึ้นมา

๑. มันทรมาน

๒. ถ้ามันสู้ไม่ไหว มันจะฝึใจ มันจะแบบว่าเจ็บปวด แล้วมันจะขยะเขยง มันไม่กล้าใจ

ถ้าคนที่มีวาสนา ได้

ถ้าคนไม่มีวาสนานะ ให้เอาความรู้สึกไว้ที่ปลายจมูก คือว่ากำหนดอานาปานสติ จิตนี้มันรับรู้ได้หนึ่งเดียวเท่านั้น เวลาที่มันอยู่ที่ปลายจมูก ความรู้สึกมันอยู่ที่นี้ เวทนาถ้ามันจะเกิดมันก็มีของมันอยู่อย่างนั้นนะ แต่จิตมันไม่รับรู้ไง จิตมันไปที่นั่น จิตมันมาอยู่ที่ปลายจมูก เพื่อไม่ให้เวทนานั้นมันล้มความเพียรของเรา ไม่ให้เวทนานั้นมากระทบกระเทือนกับจิตของเราจนมากเกินไป

เราพยายามหลบมาก่อน ถ้าเรายังไม่มีกำลังและเรายังไม่มีความสามารถที่เผชิญกับเวทนาได้ เราก็พยายามทำจิตของเราให้สงบก่อน

ถ้าจิตเราสงบ หายใจเข้านี้ก็พุท หายใจออกนี้ก็โอยู่ที่ปลายจมูกนั้นนะ อยู่ที่ปลายจมูก ถ้ามันอยู่ที่ปลายจมูก มันก็กำหนดลมให้ชัดๆ เดียวลมมันก็จางลง เดียวลมมันก็หายไป เราก็พยายามจะให้ลมมันชัดๆ

ชัดๆ เพราะอะไร

ชัดๆ เพราะจิตมันรับรู้อยู่ตรงนั้นไง แล้วถ้ามันเป็นสมาธิได้มันก็สงบ สงบเดี๋ยวมันคลายตัวออกมา ถ้ามันเจอเวทนา ถ้าไปเจอเวทนา เราจับเวทนาได้ มีกำลังแล้ว มันก็เป็นการวิปัสสนา

คำว่า “นักหลบๆ” นักหลบเพราะอะไร

เพราะจิตใจเรายังไม่เข้มแข็ง จิตใจเรายังไม่สามารถที่จะไปเผชิญกับความเจ็บปวดอย่างนั้นได้ แต่ถ้าจิตมันสงบหรือเรามีกำลังที่มันมีศรัทธากล้า เวลาเวทนามันเกิด จิตเพ่งที่เวทนาๆ ลองเพ่งที่เวทนาสิ ดูซิว่าเวทนามันจะดับไหม เวทนามันจะสั้แต่ว่าเวทนาใหม่

เวลาถ้าไปเพ่งที่เวทนา เวทนามันจะมีอาการมากขึ้น มันจะเจ็บปวดมากขึ้น มันจะทุกข์มากขึ้น แล้วทุกคนส่วนใหญ่แล้วผู้ที่ประพฤติปฏิบัติหยุดแค่นี้ เจอเวทนาแล้วพักไว้ก่อนหรือเลิกก่อน แล้วถ้านานไปๆ จนไม่อยากภาวนานะ มันกลัว แต่ถ้าคนที่มีวาสนานะ ถ้าสู้กับเวทนาได้ มันก็สู้กับเวทนาได้

นักรบกับนักหลบ มันเป็นคำสอนของตั้งแต่หลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่น ครูบาอาจารย์ของเรา

ถ้าเรายังรบไม่ไหวหรือรบไม่ได้ เราก็พยายามหลบพักเพื่อสะสมกำลังของเราก่อน ถ้าเรามีกำลังทหาร เรามีอาวุธที่สะสมจนเข้มแข็งแข็งแรงแล้ว ถ้าเราจะรบ เราก็จะชนะ แต่ถ้าเรามีกำลังของเรา มีอาวุธของเรา ถ้าเราจะนักรบ เราจะรบเลย นั่นก็เป็นทีวาสนาของคนเิง

ฉะนั้น เวลาที่ว่าเป็นคำสอนของครูบาอาจารย์ เพราะอะไร เพราะเวลาคนที่ประพฤติปฏิบัติเป็นมิจฉาทิฎฐิหรือความเห็นผิด เวลาหลบไปหลบมา คิดว่าการหลบนั้นมันเป็นมรรคเป็นผลเิง

เวลาบอก มันไม่เห็นมีอะไรเลย ปล่อยวางหมดแล้ว วางหมดเลย

หลบไปหลบมาอยู่อย่างนั้นนะ

มันก็เลยเป็นธรรม เป็นสิ่งที่เป็นแง่มุมที่พระกรรมฐาน ที่ครูบาอาจารย์เขาเอาไว้เวลาแก้ไขผู้ที่ปฏิบัติเิง ว่าอย่างนี้เป็นนักรบ นักรบคือว่ามันมีสติมีปัญญา มันเข้าไปเผชิญกับอริยสัจ ๔ ไปเผชิญกับสติปัฏฐาน ๔ ตามความเป็นจริง

นักรบๆ รบกับใคร

รบกับกิเลสตัณหาความทะยานอยากของตนเิง

แต่บางคนเขาปฏิบัติขึ้นมา เขาไม่เคยรบเลย เขาหลบไปหลบมา หลบมาหลบไป แล้วเขาบอกว่าเขาว่างๆ แล้วเขาก็มีความสุขเิง

มันมีนะ มีพระที่เข้าใจว่าตัวเองเป็นพระอรหันต์ไง แล้วเขาเอาภาคปริยัติปฏิบัติ ภาคปริยัติ มหา ๙ ประโยค ๔ องค์สอบสวน สอบไป หลบไปหลบมา หลบมาหลบไป อยู่อย่างนั้นนะ เอากันไม่อยู่หรอก

หลวงปู่มันลงมาจากเชียงใหม่ เขาพาไปหาหลวงปู่มันไง แล้วให้เขาบอกว่าเขาเป็นพระอรหันต์ด้วยวิธีการใด พอพูดจบ หลวงปู่บอก เอ็งติดสมาธิ

เขาไม่เลียงสักคำนะ เขากราบหลวงปู่มันแล้วยอมหมดเลย

นี่นักหลบ เห็นไหม เวล่านักหลบๆ ผลของมัน หลบมันเป็นการหลบภัยก่อน หลบภัยมาเพื่อสร้างสมกำลัง หลบภัยมาเพื่อทำความสงบ หลบภัยมาไง หลบกิเลสต้นหาความทะยานอยาก นักหลบๆ

มันมีอยู่ ๒ ประเด็นไง ประเด็นหนึ่งว่า ทำไมนักรบบกับนักหลบแตกต่างกันอย่างไร

นักรบบๆ สิ่งที่จะประหัตประหาร สิ่งที่จะชนะกิเลสต้องเป็นนักรบบ รบด้วยมรรค ๘ รบกับอะไร รบกับกิเลสต้นหาความทะยานอยาก แล้วถ้ามันจะชนะศึกนั้น มันต้องเป็นสมุจเฉตปหาน ใจ อย่างที่ว่านี่ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ นิโรธคือดับทุกข์ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค เวลาขณะจิต นั้นนะ นักรบบ

รบนะ รบแพ้ รบนะ เขาวัดกันที่ขณะจิตที่มันรบนกิเลสตาย สมุจเฉตปหาน กิเลสตายคำสั่งธรรมนั้นเลย เห็นชัดๆ นั้นนะ นี่นักรบบ

นักหลบมันจะหลบไปหลบมา หลบ ที่ว่าพวกเราไม่ต้องมีชนะก็ได้ นี่นักหลบ มันหลบกับสัจจะความจริงใจ หลบข้อเท็จจริงว่า ไฉ้พวกที่เป็นนักรบบที่เขาจะไปรบกับกิเลส นั้นเรื่องของเขา ไฉ้ของเราไม่ต้องมีชนะก็ได้ ไฉ้พวกเราเป็นนักหลบ หลบไปหลบมา หลบไปหลบมาอยู่

มันมีอยู่ ๒ ประเด็น ประเด็นหนึ่ง เวลาที่เวลาผู้ที่ประพฤติปฏิบัติใหม่ เวลาครูบาอาจารย์ท่านอบรมปมเพาะนะ ผู้ที่ประพฤติปฏิบัติใหม่ท่านก็เห็นใจมาก เห็นใจมากเวลาเราเข้าเผชิญกับความจริง

เด็กๆ ให้เขารับผิดชอบ ให้เขาดูแลอะไรไม่ได้หรอก เด็กๆ เด็กเล็กๆ สิ่งใดที่เป็นอาวุธ เป็นปืนเป็นไฟ เขาไม่ให้เอาไวใกล้มือเด็กนะ มันเอาไปเล่นด้วยความไร้เดียงสาของมัน มันเผาไหม้บ้านเรือนทั้งหมดนะ

ฉะนั้น ไอ้พวกนี้ เราจะให้เขาไปเผชิญกับสิ่งที่ว่ากิเลสค้นหาความทะยานอยาก เผชิญกับเวทนาโดยกำลัง มันเผชิญไม่ไหว ก็พยายามให้สร้างเนื้อสร้างตัวขึ้นมาก่อน ก็ให้กำหนดลมหายใจ ให้พุทโธ ให้ใช้ปัญญาอบรมสมาธิ ให้จิตมันมีกำลังของมัน เวลาจิตมันสงบระงับได้ มันก็มีความสุขบ้าง ความสุขบ้างเลยละ แต่ถ้าเป็นข้อเท็จจริง สุขจริงๆ

แต่เพียงแต่ว่าคนเวลามันเป็น มันจับพลัดจับผลูไป ไขหรือไม่ใช่ ลังเลสงสัยอยู่อย่างนั้นนะ แต่ถ้าของเราเป็นจริง ไอ้ที่ว่ามันผิดพลาดมา เราก็เห็นมาตลอด แต่เวลามันเป็นจริงขึ้นมา ไอ้โฮ! ไอ้โฮ! เลย นั่นนะความจริง

ถ้าความจริงมันสะสมแล้ว เวลาคลายตัวออกมา คลายจากความสงบนั้นนะ เห็นกาย เห็นเวทนา เห็นจิต เห็นธรรม สิ่งใดสิ่งหนึ่งได้ทั้งนั้น ไม่ใช่จำเป็นเฉพาะเวทนา เห็นกายก็ได้ เห็นจิตก็ได้ เห็นธรรมก็ได้ เห็นเวทณาก็ได้ ถ้าจับได้ นั่นล่ะเป็นผลงาน เป็นผลงานของจิตดวงนั้น เป็นผลงานของจิตดวงนั้น เพราะจิตดวงนั้นจะยกขึ้นสู่วิปัสสนา

ไม่เห็นสติปัฏฐาน ๔ โดยความเป็นจริง เห็นโดยอุปาทาน เห็นโดยสามัญสำนึก เห็นโดยวิปัสสนิก ไอ้นี้เป็นรำพึง คือจุดเริ่มต้น

คนจะตั้งเนื้อตั้งตัว ตั้งบริษัทนะ เริ่มต้นก็ล้มลุกคลุกคลานมาก่อน จนกว่ามันจะตั้งเนื้อตั้งตัวได้ จนกิจการนั้นเจริญรุ่งเรือง วิปัสสนาก็เป็นอย่างนั้นแหละ เริ่มต้นล้มลุกคลุกคลานเป็นเรื่องธรรมดา แล้วเราฝึกหัดของเราไป

นี่คำถาม นักรบ คือเอาจิตเพ่งที่เวทนาความเจ็บปวด นักหลบ คือหลบจากเวทนา เอาจิตไว้ที่ปลายจมูก

นี่คือคำถามของเขา คำถามของเขา เราก็บอกว่าใช่ แต่มันใช่เพราะว่า นักรบมันก็รบกับข้อเท็จจริง จะหลบก่อนเพื่อจะสร้างสมให้ตนเองแข็งแกร่งก่อนแล้วค่อยออกรบ ถ้าออกรบโดยที่ตัวเองยังอ่อนแออยู่ มันจะแขยง ขยะแขยง แล้วกลัว แล้วไม่กล้าปฏิบัติต่อไป

แล้วอีกประเด็นหนึ่งก็เป็นประเด็นที่การประพฤติปฏิบัติ นักรบก็เข้าไปรบกับอริยสัจ ๔
เข้าไปรบกับสัจจะความจริง นั่นจะเป็นนักรบ นักหลบๆ หลบไปหลบมา เฉลียวอยู่อย่างนั้นนะ ไม่
มีสิ่งใดเป็นขึ้นเป็นอัน นักหลบ นักหลบไม่ใช่ นักรบ

นักรบเท่านั้นรบกับกิเลสในใจของตน แล้วจะเห็นข้อเท็จจริงกับใจของตน เอวัง