

เชื่อไม่ได้

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

ถาม-ตอบ ปัญหารธรรม วันที่ ๑๔ ธันวาคม ๒๕๖๗

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

ถาม : เรื่อง “วิธีปฏิบัติตัวเมื่อไม่มีสถานที่สงบ”

๑. ผมอยู่ศูนย์บำบัดยาเสพติดแห่งหนึ่ง ทั้งวันจะมีเสียงคนพูดคุย เสียงเพลงบ้าง คือผมอยากภาวนา บางทีก็อ่านหนังสือธรรมะ บางทีก็นึกถึงพุทโธ บางทีเกิดไม่พอใจบางคนก็อดทน ถ้าเป็นข้างนอกผมคงมวยวัดไปแล้ว ก็นึกถึงเวลาถูกลงโทษ คิดว่ามันเป็นกรรมของตัวเองบ้าง พยายามใช้ธรรมะที่เคยได้ยินได้ฟัง แต่กว่าจะหายโมโหก็ใช้เวลาพอสมควร ผมอยากทราบวิธีอบรมด้วยปัญญาอบรมสมาธิว่าทำอย่างไร

๒. ผมอยากทราบว่า ช่วงเวลาที่มีพระพุทธรูปจะสามารถมีพระจักรพรรดิได้หรือเปล่าครับ กราบขอพระคุณอย่างสูง

ตอบ : นี่คำถามเนาะ คำถามจากผู้ฝึกหัดประพฤติดิปฏิบัติ เขาไผ่ดี คนไผ่ดีก็อยากแสวงหาความดี แล้วเราไผ่ดี เหมือนเราชาวพุทธ ทุกคนจะพูดทุกวันเลย “ทำดีไม่ได้ดี ทำดีไม่ได้ดี” ทุกคนจะพูดอย่างนี้ ทำดีแล้วไม่ได้ดี แต่สำหรับเรานะ เราก็เคยคิดแบบนี้เหมือนกัน

เราก็เคยคิดว่า เราเกิดมาเป็นมนุษย์ เกิดมาพบพระพุทธศาสนา เราจะเจริญรุ่งเรือง เรา จะเจริญอกงาม เราจะดีงามไปทั้งสิ้น ก็คิดแบบนี้เหมือนกัน แล้วพอคิดแบบนี้ มีศรัทธาในพระพุทธศาสนามาบวชเป็นพระก็คิดแบบนี้เหมือนกัน

แล้วเวลาฝึกหัดเป็นพระใหม่ พระนวกะ มาจากโลก ก็เหมือนมาจากบุคคลต่างดาวมาสู่โลกนี้ เป็นฆราวาสมาบวชเป็นพระก็เหมือนบุคคลภายนอกเข้าไปบวชเป็นพระ ก็คิดอย่างนี้ คิดว่า พระเป็นผู้ที่มีศีลมีธรรม พระเป็นที่น่าเคารพบูชา พอบวชเข้าไปแล้ว เพราะชื่อใสอย่างนี้ไปถึงโดนเขาหลอก

ที่ตั้งใจตอบปัญหาแล้วทำพยายามฝึกหัดปฏิบัติอยู่นี้ก็เพราะว่า ด้วยประสบการณ์ชีวิตที่โดนหลอกโดนลวง โดนเขาพาไปล้มลุกคลุกคลาน พาไปวิบากกรรมเยอะมาก

แต่บุญ เวลาใครมาหามะ เวลาเราพูดนะ บอก เราภูมิใจตัวเราเองมากกว่าเราได้เกิดเป็นมนุษย์ เกิดมาพบพระพุทธศาสนา แล้วมาบวชเป็นพระ แล้วได้บวชมาแล้วได้เจอครูบาอาจารย์ที่ดีงาม ครูบาอาจารย์ที่ดีงามตั้งแต่ไปเจอหลวงปู่จวน หลวงตาพระมหาบัว หลวงปู่เจี๊ยะเป็นลูกศิษย์หลวงปู่มั่น

ถ้าลูกศิษย์หลวงปู่มั่น ถ้าหลวงปู่มั่นไม่เป็นพระอรหันต์ หลวงปู่มั่นไม่เป็นครูบาอาจารย์ที่ดีงาม จะอบรมบ่มเพาะลูกศิษย์ลูกหาของท่านเป็นพระอรหันต์ขึ้นมาได้อย่างไร เวลาอบรมเป็นพระอรหันต์ขึ้นมา อบรมด้วยความทุกข์ความยากใจ

เหมือนพ่อเหมือนแม่ปรารถนาให้ลูกเป็นคนดีทุกคน แล้วฝึกหัดดูแลลูก ลูกมันจะประท้วงทุกทีเลยว่า พ่อแม่ไม่รัก พ่อแม่ไม่รัก พ่อแม่ไม่รัก

นี่ก็เหมือนกัน เราถึงบอก เราภูมิใจนะที่เราได้เกิดเป็นมนุษย์ เกิดมาพบพระพุทธศาสนา แล้วได้บวชพระ บวชพระแล้วได้พบได้เจอครูบาอาจารย์ที่ดีงาม

แต่กว่าที่จะได้พบได้เจอครูบาอาจารย์ที่ดีงาม เพราะเรามันเป็นคนโง่ เราโง่เงา เราเห็นพระห่มผ้าสีเข้มๆ เราเห็นพระไม่ใส่รองเท้า เราเห็นพระ โอ้โฮ! ถือเคร่ง เราก็เชื่อว่าเป็นพระที่ดี ไปจุดธูปกับเขานะ เขาพาไปหลอกประชาชน โอ้โฮ! เกือบตาย เพราะไปเห็นพฤติกรรมไง

พออยู่ด้วยกัน พอไปด้วยกัน ไปจุดธูป โอ้ย! ตาย ภูมากับเปรตนี้หว่า แล้วพอมากับเปรตกว่าจะแยกตัวออกมาได้นะ โอ้โฮ! ลำบากนะ เพราะว่าอะไร เพราะว่าคบคนแล้วเขาพาไปทำเหตุต่างๆ แล้วเราจะแยกตัวออกมา รู้ความลับเขา

กว่าเราจะแยกตัวออกมา กว่าที่จะแยกตัวออกมาทุกข์ระทมลำบากมาก เคยภาวนาดีขึ้นมา เคยทำสมาธิได้ เสื่อมหมดเลย ทุกข์แสนเข็ญ ทุกข์แสนเข็ญก็ระหกระเหินไปจนไปเจอท่านอาจารย์จวน ไปเจอท่านอาจารย์จวนที่ภูทอกไง

“กิเลสอย่างหยาบๆ ของท่าน คือว่าทำสมาธิของท่าน นี่กิเลสอย่างหยาบๆ ของท่าน สงบตัวลง กิเลสอย่างกลางๆ ของท่านเต็มหัวใจของท่าน กิเลสอย่างละเอียดในหัวใจของท่าน อีกมากมายเลย”

เออ! วะ ไม่เห็นมีใครพูดอย่างนี้เลยว้ย มีแต่พระจะพาไปปลุกปลุกกัน แต่ “กิเลสในหัวใจ ของท่าน ในหัวใจของท่าน” เออ! ญไม่ไปไหนแล้ว ญอยู่ที่นี่แหละ จนเครื่องบินตก พอมันเช็ดขยาด มันถึงได้เข้าบ้านตาตง เพราะอะไร

เพราะเวลาภาวนาไปแล้วโดนกิเลสหลอกนี่ แหม! หัวปั่นหมดเลย แล้วไม่มีที่พึ่งที่อาศัย ทั้งสิ้น พอเข้าบ้านตาตงไปก็ โอ้โฮ! ที่นี่มีหน้าสามเลย ฟาดเอาๆ อยากเจออาจารย์ที่ดีไซ้ไหม มัน ต้องอย่างนี้ๆ ยิ่งตียิ่งเข้าใกล้ ยิ่งตียิ่งไม่หนี เพราะยิ่งตีมันยิ่งดังๆ นี่ถ้ามันเป็นข้อเท็จจริงใจ

ฉะนั้น เวลาข้อเท็จจริงอย่างนี้ เราเคยประสบการณ์อย่างนี้มาก่อน เวลาบอกว่า เราเคย ทุกข์เคยยากมาก่อน เราบวชมาเป็นพระนวกะ เห็นไม้ไผ่รองเท้า เห็นหม้อผ้าสีเข้มๆ เห็นถือเครื่อง นึกว่าพระดี โอ้โฮ! มันพาไปประหกระเหิน ทุกข์เกือบตาย

กว่าจะมาเจอครูบาอาจารย์ที่ดีงามนะ ท่านสอนเข้ามาที่ใจของเรา กิริยาในใจ ของเรา ความปกติสุขในใจของเรา แต่ความปกติในใจของเรามันก็อาศัยร่างกายนี้ ความเป็นอยู่ของมนุษย์นี้แหละ แต่มีศรัทธาความเชื่อใจ แล้วพยายามรักษาใจของตัวเอง ให้มันสงบระงับเข้ามาให้ได้ ถ้าใจสงบระงับเข้ามาได้ ครูบาอาจารย์ที่ดีงามท่านจะให้ อุดมคติขึ้นสู่วิปัสสนา

พระกรรมฐานทั้งหมดทำสมาธิไม่เป็น ว่างๆ ว่างๆ ใครบอกว่างๆ แสดงว่าเขาไม่มีเหตุมี ผล

แต่ถ้าเขาเป็นสมาธินะ จิตสงบนะ มีสตินะ โอ้โฮ! มันมีความสุขของมันนะ เวลามัน คลายออกมามันเสื่อมอย่างนี้ มันต้องมีเหตุมีผล มีที่มาที่ไป สมาธิก็ต้องบอกว่าสมาธิเป็น อย่างไร

หลวงตาพระมหาบัวท่านบอกเลย สมาธิฯ อย่ามาหลอกเรานะ เราติดสมาธิอยู่ ๕ ปี สมาธินี้คล่องแคล่วมาก เราติดสมาธิอยู่ ๕ ปีเพราะคิดว่าสมาธิเป็นนิพพาน หลวงปู่มั่นกระซอกออกมาขนาดไหนถึงมาตั้งต้นของท่านขึ้นมาใหม่

ถ้าไม่มีสมาธิเป็นบาทเป็นฐาน มันจะไม่มีภาวนามยปัญญา มันไม่มีโลกุตตรธรรม โลกุตตรธรรมมันจะเกิดบนสัมมาสมาธิ

แต่เวลาปัญญา ปัญญามันเกิดขึ้น มันเกิดจากว่างๆ ว่างๆ มันเกิดจากพญามาร มันเกิดจากมิจฉาทิฎฐิ มันเกิดจากความเห็นผิด มันเกิดจากกิเลสแสดงธรรมให้จิตดวงนั้นฟัง แล้วจิตไม่มีกำลังก็เชื่อมัน

เหมือนเราตอนบวชเป็นนวกะเห็นเขาไม่ใส่รองเท้า เห็นเขาถือเข็มๆ ไปกับเขาเลยนะ นี่มารในใจมันหลอก เพราะความไม่รู้ของเรา แล้วเราก็เชื่อประสบการณ์ที่อ่อนด้อยของเรา แล้วก็กระหกระเหินไปกับเขา มันไม่ใช่ได้สติหรอก มันทุกข์ มันโดนหลอกจนหมดเนื้อหมดตัว ล้มละลายมันทุกข์

พอทุกข์ก็รู้ดั่งศไปเรื่อยๆ จนไปพบท่านอาจารย์จวน ท่านย้อนกลับมาที่ใจของตน ทำที่อาจารย์จวนจนมีมาตรฐาน เครื่องบินตก ถ้าไม่มีครูบาอาจารย์ที่ถูกต้องชอบธรรม โดนหลอกอีกแน่ๆ เข้าบ้านตาตดอย่างเดียว

ฉะนั้น เราถึงบอกว่า เราเกิดเป็นมนุษย์ เกิดมาพบพระพุทธศาสนา เราภูมิใจในบุญกุศลที่ได้พบครูบาอาจารย์ที่ดีงาม แต่ก่อนที่จะพบครูบาอาจารย์ที่ดีงาม เราก็ทุกข์เจียนตายมาเหมือนกันเพราะเรามีกิเลส กิเลสมันไม่ฟังใคร กิเลสมันไม่ยอมรับใคร กิเลสทิฎฐิมานะมันสุดขอบฟ้า มันว่ามันยิ่งใหญ่ เห็นเขาไม่ใส่รองเท้าก็เชื่อเขาแล้ว มันยังชมว่ามันเก่งอีกนะ เห็นพระไม่ใส่รองเท้าก็ไม่ใส่รองเท้าไปกับเขา เราเคยเป็นมา แล้วไร้สาระทั้งสิ้น

ที่ยกนี้ให้ฟังว่า เราก็เคยได้ผิดพลาดมา หลงมาเหมือนกัน ผิดพลาดมาก่อน ที่นี้พอผิดพลาดมาก่อนแล้วจะเข้าสู่ความถูกต้องชอบธรรม มันก็ต้องว่าเป็นสัมมาทิฎฐิ ต้องพยายาม

ดัดแปลงความคิดของตนให้ถูกต้องชอบธรรม แล้วเทียบเคียงพระไตรปิฎก ธรรมและวินัยขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

นี่พูดถึงคำถามนะ คำถามพรรณนามาเลย “ผมอยู่ศูนย์บำบัดยาเสพติด แล้วผมก็อยากจะปฏิบัติธรรม แล้วผมอยากปฏิบัติธรรมมันก็เกิดผลกระทบ”

เพราะหน้าที่ อาชีพ นี่ไง เราอ่านพระไตรปิฎกมา ทางของฆราวาสเป็นทางคับแคบ คับแคบเพราะไม่มีเวลา คับแคบเพราะมีหน้าที่การงาน ต้องมีอาชีพเลี้ยงปากเลี้ยงท้อง

ถ้ามาบวชเป็นพระ บวชเป็นพระเป็นศากยบุตรพุทธชินโรส กิณบุญของพระพุทธรูปเจ้า พระพุทธรูปวางธรรมวินัยไว้ บริษัท ๔ ภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา อุบาสก อุบาสิกาเขาอยากได้บุญได้กุศล เขาจะใส่บาตรของเขาเพื่อสร้างบุญสร้างกุศลของเขาในเนื่อนาบุญในพระพุทธศาสนา

เรามาบวชเป็นพระๆ ใจ เลี้ยงชีพด้วยปลีแข้ง เข้าเราก็ออกบิณฑบาตเลี้ยงชีพ ปัจจัย ๔ ใจ ฉะนั้น เวลาของสมณะถึงกว้างขวาง ๒๔ ชั่วโมง

อาชีพการงานในการแสวงหาปัจจัย ๔ ฝากไว้กับชาวพุทธ แล้วเวลา ๒๔ ชั่วโมงภาวนาตลอดเวลา ๒๔ ชั่วโมง นี่ทางของสมณะเป็นทางกว้างขวาง กว้างขวางเพราะมีเวลาประพฤติปฏิบัติ ๒๔ ชั่วโมง แต่ทางฆราวาสเป็นทางคับแคบ คับแคบเพราะต้องมีหน้าที่การงาน ต้องเลี้ยงปากเลี้ยงท้อง ต้องรับผิดชอบ เหลือเวลาแล้วค่อยปฏิบัติใจ

นี่ย้อนกลับมาผู้ถาม หน้าที่การงานของเราใจ มีงานทำดีกว่าคนตกงาน คนไม่มีงานทำจะเลี้ยงชีพได้อย่างไร คนจะเลี้ยงชีพได้ต้องมีหน้าที่ มีฐานะ มีหน้าที่การงาน ตำแหน่งหน้าที่ ถ้ามีหน้าที่ เราก็ต้องทำหน้าที่ของเราให้ถูกต้องชอบธรรม ถ้าถูกต้องชอบธรรมนะ

“ผมอยู่ศูนย์บำบัดยาเสพติด มันเป็นที่วุ่นวายมาก”

เวลาบำบัดยาเสพติด คนหลอนยา คนติดยา ใจโฮ! ดูลิ มันทำลายสังคม ทำลายครอบครัว ทำลายเขามาทั้งนั้น แล้วมาให้เราบำบัด มาให้เราดูแลใจ พ่อแม่เขาจะบอกไม่เอาๆ

พ่อแม่เขาโยนทิ้งหมดเลย พ่อแม่บอกเอาไปเถอะ เอาไปจัดการที่ พ่อแม่ไหนก็เอาไปจัดการที่ พ่อแม่มันยังทำร้าย

นี่เราไปอยู่ตรงนี้ไง เราไปอยู่ที่ว่า “ผมอยู่ศูนย์บำบัดยาเสพติด วันนี้จะมีเสียงคนพูดคุย เสียงเพลงบ้าง ผมอยากภาวนา บางทีก็อ่านหนังสือธรรมะ บางทีนึกถึงพุทธโธ บางทีไม่พอใจ บางทีคนก็อดทนเอา”

เห็นไหม ถ้ามีสติสัมปชัญญะมันจะเป็นแบบนี้ เวลาขาดสติไป อารมณ์ชั่ววูบไง เราต้องฝึกหัดของเราไว้

เราจะบอกว่า เราต้องทำหน้าที่ของเราให้สมบูรณ์ ก็ทำหน้าที่ มันก็เป็นความสมบูรณ์ของความเป็นมนุษย์ แล้วเรามีเวลาของเรา เราก็จะฝึกหัดปฏิบัติ อยู่ในที่หน้าที่การงานเราก็ทำของเราได้

หลวงปู่ฝั้นท่านพูดไว้ เวลาท่านมาเทศน์ในกรุงเทพฯ ไร่ เวลานั้นรถ อย่าหายใจทิ้งเปล่าๆ เวลานั้นรถเมล์ไปทำงานหายใจเข้านี้พุท หายใจออกนี้โก

นี่ก็เหมือนกัน หน้าที่การงานของเรา ถ้าเรามีเวลาเราก็หายใจเข้านี้พุท หายใจออกนี้โก เพราะเราต้องหายใจอยู่แล้ว ถ้าหายใจเข้านี้พุท หายใจออกนี้โก สติสัมปชัญญะจะสมบูรณ์ ถ้าไม่สมบูรณ์ มันก็หายใจแต่มันไม่พุทโธ มันเอาออกซิเจน แต่ถ้าเรามีสติ เรากำหนดพุทโธมันถึงเป็นพุทธานุสติ อานาปานสติ นี่มันเป็นประโยชน์กับเรา

ฉะนั้นบอกว่า เวลาถึงเวลาแล้วหายใจเข้านี้พุท หายใจออกนี้โก แต่เวลามันมีสิ่งใดกระทบกระเทือนแล้วมันจะโกรธมาก

โกรธนี่มันเป็นเรื่องธรรมดา คนเรานะ เวลาทำความผิดมันพยายามจะปกปิดไว้ เวลาทำคุณงามความดีมันอยากจะประกาศโฆษณา

นี่เหมือนกัน เวลาปกติมันไม่ทำอะไรเลยมันก็ไม่เห็นโทษไร แต่เวลาเราจะมาพุทโธ เวลาจะกำหนดลมหายใจ เวลาใครมากระทบกระเทือนนี้โกรธมาก โกรธตรงที่ว่า “เราทำดีแล้ว

ทำไมไม่มีใครส่งเสริมเราเลย เราทำความคิดแล้วทำไมเรามีอุปสรรคมากมายเลย” ทุกคนจะเป็นแบบนี้จะเป็นแบบนี้เพราะอะไร

เพราะธรรมชาติของจิต ธรรมชาติของความคิด ถ้าไม่ทำอะไรเลยมันก็ไม่เป็นอะไรเลยเหมือนกัน แต่จะทำอะไรขึ้นมาบ้างมันก็จะเอาแต่ความคิดความชอบใจ

ฉะนั้น เวลาในวงกรรมฐานเขาบอกว่า ผ้าขี้ริ้ว เวลาเช็ดเท้ามันก็คือผ้าขี้ริ้ว ผ้าขาวเราไปเช็ดเท้ามันจะเห็น โอ้โฮ! สกปรกมาก

จิตใจของคน หายใจเข้านึกพุท หายใจออกนึกโธ หรือเจตนาทำคุณงามความดี มันจะทำผ้าขี้ริ้วให้เป็นผ้าขาว ทีนี้พอผ้าขาวมันสกปรก มันก็สะท้อนใจ

แต่ถ้าโดยไม่ภาวนานะ มันเป็นผ้าขี้ริ้วด้วยกัน ผมอยู่ศูนย์บำบัด เสียงเขาดัง เราก็จะเสียงดังไปกับเขา เสียงเขาดังเราก็จะข่มเขาให้อยู่ในอำนาจของเรา ผ้าขี้ริ้วด้วยกันไง แต่พอเป็นผ้าขาว เพราะมันเสียงสกปรก เสียงอะไรมันกระเทือน มันสะท้อน นี่เป็นข้อเท็จจริง

ฉะนั้น เราจะฝึกหัด เรามีสติสัมปชัญญะนี้ถูกต้อง เราต้องฝึกหัดของเราเข้าไปว่า ขณะปัจจุบันนี้เราเป็นเจ้าของหัวใจ เราดูแลเขา เราเป็นผู้บำบัดเขา แล้วผู้บำบัดเขาก็มีกรรมของสัตว์อารมณ์คนก็รุนแรง บางคนก็หลงใหล บางคนก็นั่งไม่เป็นสุข มันมีปฏิกิริยาร้อยแปด

เพราะ กุสลา ธมฺมา อกุสลา ธมฺมา จิตนิสัยของคน ความทุกข์ยากของคน ความหนักแน่นความหนักเบาของประสบการณ์ หรือว่าความหนักเบาของความเจ็บไข้ได้ป่วย มันร้อยแปดเลยละ เราต้องตั้งสติตลอดแล้วฝึกหัดตลอด อย่างนี้มันก็เป็นการฝึกหัดใจของเราขึ้นมา

เขาบอกว่า “บางทีผมโมโห ใช้เวลานานพอสมควรมันถึงจะหยุดได้ ผมอยากทราบวิธีการปัญญาอบรมสมาธิ”

ปัญญาอบรมสมาธิคือใช้ปัญญา สัทธาจริต หายใจเข้านึกพุท หายใจออกนึกโธ จะท่องพุทโธๆ มีสัทธาจริต พุทธจริต ผู้ที่มีสติปัญญา พุทโธเอาได้ยาก ถ้าพุทโธเอาได้ยากปั๊บ เราจะใช้

ปัญญาของเรา ปัญญาที่รักตรองในธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แต่ธรรมชาติ
ของความคิดเรามันก็คิดตลอดเวลา แล้วคิดโดยจิตนิสัยของคนใด ถึงต้องให้มันเป็นธรรมชาติ

แล้วถ้าเราใช้ปัญญาอบรมสมาธิ คือว่าเราเป็นชาวพุทธ เรานับถือพระพุทธ พระธรรม
พระสงฆ์ เรามีรัตนตรัย เราจะใช้สติปัญญาให้เท่าทัน ให้เท่าทันความคิดใด เท่าทันความคิด

ความคิดธรรมชาติมันก็คิดของมันอยู่แล้ว เรามีสติไปกับความคิดอันนี้ ถ้าความคิดอัน
นี้มันคิดย่ำคิดย่ำทำ ประสพการณ์ในหน้าที่การงาน ประสพการณ์ เราเคยเจอเหตุการณ์ที่รุนแรง
กว่านี้ เราเคยเจอเหตุการณ์ที่เราควบคุมได้ เราเจอเหตุการณ์อะไร เห็นไหม เรามีประสบการณ์

ฉะนั้น เราใช้สติปัญญาเท่าทันความคิดของตนๆ ถ้าเท่าทันความคิดของตนมันจะหยุด
นี่คือปัญญาอบรมสมาธิ ปัญญาอบรมสมาธิคือมันหยุดคิด

เวลาคิดมันคิดโดยกิเลส คิดโดยพญามาร คิดโดยธรรมชาติ คิดโดย
สัญชาตญาณ สติมันเท่าทันความคิดๆ ที่แรกมันไม่เท่าทันหรอก มันคิดของมันไปเรื่อย
แต่มีสติเท่าทันความคิดไป เท่าทันความคิดไป ฝึกหัดบ่อยๆ ถ้าสติมันทันมันหยุด ถ้า
หยุดเดี๋ยวก็คิดอีก ถ้าคิดอีกเราก็ใช้ปัญญาอีก เพราะถ้ามันชำนาญขึ้น ระยะของความ
หยุด ระยะของความทันความคิดมันจะเร็วขึ้นๆ

เริ่มต้นมันจะน่าเบื่อหน่าย คิดก็ไม่ทัน คิดแล้วมันก็ลากไป คิดแล้วยังทุกข์ แต่ก็ทำไป
เหมือนออกกำลังกาย ออกกำลังกายก็ออกทุกวัน เดี่ยวร่างกายก็แข็งแรง ฝึกหัดปฏิบัติทำบ่อยๆ
ครั้ง เดี่ยวสติปัญญามันก็เท่าทัน ทุกอย่างอยู่ที่การฝึกหัด พระปฏิบัติไฉ่ พระปฏิบัติคือพระฝึกหัด
ปฏิบัติธรรม

การฝึกหัดปฏิบัติธรรมจะไปเอาที่ไหน เอาตำราหรือ เอาครูบาอาจารย์ที่คอยเป่า
กระหม่อมหรือ เอาคนอื่นคอยส่งเสริมหรือ...ไม่ใช่

ฝึกหัดสติ ฝึกหัดตัวเอง ฝึกหัดตัวเองขึ้นมา ตัวเองทุกข์เจียนตาย ฝึกหัดเท่าทันแล้ว แฮ่!
สบายใจ แฮ่! หยุดคิดได้ ใครได้? คนได้นะ นี่คือนิยามปัญญาอบรมสมาธิ

เพราะโดยความเชื่อในพระพุทธศาสนา สมาธิแก้กิเลสไม่ได้ สมาธิแก้กิเลสไม่ได้ ไม่มีสมาธิ ไม่มีสมถกรรมฐาน จะยกขึ้นสู่วิปัสสนากันได้อย่างไร สมาธิแก้กิเลสไม่ได้ แต่ถ้าไม่มีสมาธิ มันมารล่วนๆ มารล่านเปอร์เซ็นต์

แต่ถ้าเป็นสัมมาสมาธิ เออ! มารครึ่งหนึ่ง ตัวตนเราครึ่งหนึ่ง ยังมีโอกาส ถ้ายกขึ้นสู่วิปัสสนาเป็น แต่ส่วนใหญ่แล้วยกขึ้นสู่วิปัสสนาไม่เป็น แล้วเอออออกห่อหมกด้วยอำนาจวาสนาของคนที่ย่อหย่อน

แต่ถ้าเรามีสติมีปัญญาของเราฝึกหัดของเราขึ้นมาๆ ปัญญาอบรมสมาธิคือมีสติเท่าทันความคิดของตน เท่าทันความคิดของตนนะ

ความคิดมันเป็นนามธรรม ถ้าสติก็เป็นนามธรรมที่เราฝึกหัดขึ้นมา ถ้าสติมันแก่กล้าขึ้นมา มันเท่าทันขึ้นมาละ มันหยุดคิด เราตัวเอง บังคับตั้ง สันติภูมิโก ห้ามเชื่อ ให้เป็นความจริงในหัวใจของตน

ทุกข์เจียนตาย เวลามันสุขละ ใครบอก

พระพุทธเจ้าบอก พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์บอก บอกที่กลางหัวใจของตน นี่ไง ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม ฝึกหัดปฏิบัติแบบนี้

ส่วนหน้าที่การงานของตน เราเห็นด้วยนะ เราเห็นด้วยว่าเรามีหน้าที่การงาน มีงานทำ ดีกว่าคนไม่มีงานทำ ถ้ามีงานทำแล้วรักษางานของตนไว้ให้ดีงาม แล้วเราทำขึ้นมา ทำเพื่อตัวเราด้วย ทำเพื่อผู้บ่าบัดด้วย ทำเพื่อตนเองด้วย ทำเพื่อผู้บ่าบัดด้วย มันจะเป็นประโยชน์กับบุคคลคนนั้น

นี่ฝึกหัดปฏิบัติธรรมเพราะเป็นคนดีไง คนดีในพระพุทธศาสนา เราจะเป็นคนดี เราจะหาพุทธะ ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบานในหัวใจของตนขึ้นมา เราทำดีเพื่อตนเองของเราขึ้นมา นี่เป็นผลประโยชน์ เห็นไหม

พระพุทธศาสนาไม่ว่า อุตตนา หิ อุตตโน นาโถ ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน ตนเท่านั้นที่จะทำตนให้ฉลาด ตนเท่านั้นที่จะทำความสงบระงับเข้ามาในใจของตน และตนเท่านั้นที่จะปฏิบัติให้พ้นจากทุกข์ด้วยใจของตน นี่คำตอบข้อที่ ๑.

“๒. อยากทราบว่าช่วงเวลาที่มีพระพุทธศาสนาจะสามารถมีพระจักรพรรดิได้หรือเปล่าครับ”

เราว่าได้ เพราะการทำคุณงามความดีได้อยู่ตลอดเวลา แต่ความเป็นพระจักรพรรดิในสมัยพุทธกาลมันเหมือนกับว่า สมัยพุทธกาล ผู้ที่ฤาษีชีไพรเขามีฤทธิ์มีเดช เพราะมันไม่มีวิทยาศาสตร์ไง มันไม่มีแสงเลเซอร์ฉายแสงขึ้นไป เหาะเหินเดินฟ้ามันเป็น

เดี๋ยวนี้นะ เหาะก็ซื้อตัวเครื่องบินสิ อยากทลายใจคนก็โทรศัพท์ กดไลน์เลยละ มันเลยมีคนโกหกมดเท็จเต็มไปหมด ความจริงมันเลยจับต้องไม่ได้ เพราะวิทยาศาสตร์มันเจริญไป วิทยาศาสตร์มันรู้เท่าทันกัน แต่ถ้าเป็นสมัยพุทธกาลมันไม่มี ฉะนั้น สมัยพุทธกาลจักรพรรดิมันถึงเด่น

แต่ในสมัยปัจจุบันนี้ในประเทศไทยเรามันครบ ชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ มันเลยสมบูรณ์แบบในกึ่งพุทธกาลนี้

มีครูบาอาจารย์ท่านพูดว่า ต่อไปถ้าไม่มีมหากษัตริย์ มันก็จะไม่มีพระอรหันต์ เขาพูดกันอย่างนี้เลยนะ เพราะชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ เพราะพระมหากษัตริย์ที่เป็นพุทธมามกะ เขาคุ่มครองดูแลให้คนฝึกหัด คุ่มครองดูแลพระปฏิบัติให้ได้ปฏิบัติ แล้วถ้าปฏิบัติตามความเป็นจริงไป

แต่ถ้าเราไปทางยุโรปสิ บิณฑบาตก็ไม่ได้นะ เขาห้าม เพราะว่าเขาห้ามมีขอมาน เขาไม่ได้บอกว่าโปรดส์ตว์ เขาว่าเป็นขอมาน กฎหมายห้ามมีขอมาน แต่ประเทศไทย เพราะเป็นประเทศพระพุทธศาสนา กฎหมายถึงเขียนยกเว้นไว้กับเรื่องธรรมวินัย เปิดโอกาสให้มีผู้ที่ปฏิบัติ

ฉะนั้น “ในช่วงเวลาที่มีพระพุทธศาสนาจะมีพระจักรพรรดิหรือเปล่าครับ”

เราว่ามีได้ แต่ด้วยความเจริญของโลกเราเองไม่เห็นใจ ถ้าเมื่อก่อน ขุนคลังแก้ว ขุนพลแก้ว ขุนนางแก้ว สำหรับจักรพรรดิ จักรมันเคลื่อน แล้วองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นจักรพรรดิมาหลายรอบ แล้วสุดท้ายมาตรัสรู้เป็นองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

ฉะนั้น อันนี้มันเป็นเรื่องของสังคม สิ่งที่ว่ามันจะมีได้หรือไม่ เราว่าได้ แต่ลัทธิการปกครองมันเปลี่ยนแปลงไปหมดแล้ว ระบบกษัตริย์มันจะน้อยลงๆ เพราะถือว่าสิทธิเสรีภาพ มันก็ยุคสมัย กึ่งกลางพระพุทธศาสนา ศาสนาจะเจริญอีกหนหนึ่ง แล้วต่อไปก็เร็วแหลมแล้ว เพราะคนเท่ากับคน คนจะกินคนด้วยกัน แต่พระพุทธศาสนาไม่ใช่

เวอร์กรรมของสัตว์ จบ

ถาม : เรื่อง “การอดนอนผ่อนอาหาร”

กราบนมัสการหลวงพ่อกี่เคารพอย่างสูง ผมขับรถแท็กซี่ภาวนาอยู่เรื่อยๆ ครับ ช่วงหลังรู้สึกตัวเองซีเกียจและทานเยอะครับ เลยลองอดนอนผ่อนอาหาร รู้สึกตัวเบาขึ้น ร่างกายและสติโปร่งโล่งขึ้นบ้าง ผมกังวลนิดหนึ่งตรงที่ว่ามันจะเหมาะไหมถ้าผมอดนอนเวลางาน ผมพยายามสังเกตตลอดไม่ให้กระทบคนอื่นครับ ถ้าทำงานอยู่แล้วง่วง ผมก็จะจอด้านหน้า แล้วก็รู้สึกที่ดีขึ้นมาก

ทางฝั่งวิทยาศาสตร์บอกให้นอนให้พอ แต่ผมฟังครูบาอาจารย์เทศน์ว่า ให้กินน้อย นอนน้อย กราบเรียนถามขอแนวทางในการปฏิบัติต่อจากหลวงพ่อกว่า ผมเพิ่มขึ้นได้เรื่อยๆ ได้ไหมครับ กราบขอบพระคุณ

ตอบ : อันนี้อาชีพของเราเนาะ เราต้องขับรถ การขับรถ ถ้าขับรถของเราเป็นเรื่องส่วนตัวก็เรื่องหนึ่ง แต่เนื่บริการสาธารณะ ผู้โดยสารต้องปลอดภัย เราเองก็ต้องปลอดภัย การปลอดภัย ทางสายกลาง เราดูความเหมาะสมไง ถ้าดูความเหมาะสม

แต่เขาบอกว่าเขาขับแท็กซี่ แล้วช่วงหลังรู้สึกซีเกียจขึ้นและทานเยอะก็เห็นผลว่าเป็นโทษ

กินอึมันนอนอึมันก็เป็นสุกร วิชาากอนแล้วนิน กินแล้วนอน หลวงตาท่านแซวทุกวันนี้ ท่านเตือนเผด็จพระไว้ตลอด กินแล้วกินนอน กอนแล้วกินนิน วิชาากินแล้วกินนอน กอนแล้วกินนินง มันเป็นประโยชน์อะไร

อดนอนผ่อนอาหาร อดนอนผ่อนอาหารเพราะอะไร เพราะผ่อนอาหาร ผ่อนแล้ว ทาง วิทยาศาสตร์โรคอ้วน โรคอ้วนเพราะกินมากเกินไป ถ้าเราทานอาหารพอสมควร แล้วถ้ามันมี ปัญหาขึ้นมา เราผ่อนให้น้อยลงๆ ยิ่งน้อยลงร่างกายยิ่งแข็งแรง เพราะอะไร เพราะอาหารจะ สำคัญตอนเยาว์วัยเท่านั้น พออายุ ๒๐ จบ จบแล้ว เพราะมันเจริญพันธุ์เต็มที่แล้ว ต่อไปนี้มัน เพื่อดำรงชีพไว้เท่านั้น

แล้วถ้าเราผ่อนอาหารของเรา เวลาผู้ที่ฝึกหัดปฏิบัตินะ เวลานั้นสมาธิฯ นิเวศธรรม ๕ ง่วงเหงาหาวนอน ลังเลสงสัย วิจิกิจฉา แล้วเวลาธาตุขันธ์ทับจิต กินอึมันนอนอึมันนะ ยิ่งกินมากยิ่ง จินตนาการมาก ยิ่งคิดมาก ยิ่งทุกข์มาก

ถ้าอดนอนผ่อนอาหาร เวลาคนถ้ามันเร่งความเพียรๆ อดให้มากขึ้นๆ เรายื่นักกด อาหารเลยละ เราอดที่ ๒ ปี ๓ ปี คงมาตลอด แล้วอดต่อเนื่อง ถ้าคนไม่เป็นนะ มันจะอดเป็น ช่วงๆ อดเป็นช่วงๆ มันก็เจริญแล้วเสื่อมๆ

เราอยู่กับหลวงตา โอ้! หลวงตาเป็นพระอะไร แล้วเราอยู่กับท่าน เราทำอะไรทำไมท่าน จะไม่รู้ ท่านรู้ท่านเห็นหมดนะ เราอดอาหารต่อเนื่องๆ เพื่อให้จิตมันทรงตัว

เพราะเวลาท่านพูดนะ เวลาอดอาหาร โอ้โฮ! ไม่ฉันมันก็จะตาย เวลาพอไปฉันกลับมา มันเหมือนม้าแข่งเลยนะ ท่านบอกเลย ฟันฟุร่างกายง่ายนิดเดียว แค่ทานอาหารก็จบ แต่จิตใจ ถ้าทานอาหารมากๆ ท่านบอกเหมือนเรือเกลือ ภาวนาก็ยากแสนเข็ญ เวลามันผ่อนอาหาร จาก เรือเกลือมันก็เรือไม่บรรทุก มันก็เบา มันก็ไปไกล

ธาตุขันธ์ทับจิตๆ คนภาวนาจะรู้ ธาตุขันธ์ทับจิต พอธาตุขันธ์มันนอนแล้วนิน ก็นอนแล้วนอน โอ้โฮ! มันอุดมสมบูรณ์ไซ้มันเต็มที มันคิดเรื่องอะไร เรื่องโลกๆ มันไม่สำรวจเรื่องกามหรือกมันไม่พ้น

แล้วถ้าเราป้องกันภัยตั้งแต่ต้นมันถูกต้องชอบธรรม แล้วท่านภาวนาได้ มันภาวนาได้ ถ้าจิตมันสงบแล้วมหัศจรรย์ สุขอื่นใดเท่ากับจิตสงบไม่มี แล้วอดนอนผ่อนอาหารมันได้คุณค่ามาขนาดนั้น นี่พูดถึงผลของการภาวนานะ

แต่ผู้ถามบอกว่า “หลวงพ่อ ผมจับแท็กซี ผมไม่ใช่กระบแบบหลวงพ่อ”

จับแท็กซีมันก็มนุษย์เหมือนกัน คนมันก็มีกายกับใจเหมือนกัน แล้วมันก็มีกิเลสเหมือนกัน แล้วคนที่ปรารถนาอยากจะทำคุณงามความดี อยากจะประพฤติปฏิบัติขึ้นมา จับแท็กซีมันก็ภาวนาได้

แล้วถ้าภาวนาได้ มันเพียงแต่ที่เราขับรถแท็กซีมันเป็นบริการสาธารณะ ฉะนั้น มันต้องตั้งสติแล้วให้สมดุล อย่าว่าจะอดแบบพระ แล้วถึงเวลาแล้วถ้ามันเกิดอุบัติเหตุอะไรขึ้นมามันเสียหาย

ถ้าไม่เสียหาย เพราะหนึ่ง อดนอนผ่อนอาหารร่างกายแข็งแรง สุขภาพจิตดี ขับรถบริการที่ดีงาม เพราะอะไร เพราะคนคิดดี ใฝ่ดี ทำดี คนที่จิตใจดีงามเป็นบุญกุศลมันทำแล้วเป็นความดี นี่ถ้าความดี

แต่เขาบอกว่าเขาจะเพิ่มขึ้นได้ไหม

เราบอกว่า ถ้าจะเพิ่มขึ้นมันก็อยู่ที่ความพอดีของตนไง ถ้ามันเป็นความพอดีของตน เราเกิดเป็นมนุษย์ เกิดมาพบพระพุทธศาสนา เราเป็นคนชาวพุทธแล้วจะไปฝีกหัดปฏิบัติ เราผ่อนอาหาร เราอดนอน

อดนอนเราไม่ต้องให้มันเคร่งเครียดหรือว่าเพิ่มเติมให้มันมากจนเกินไป เพราะโดยธรรมชาติเขาบอกว่าทางฝั่งวิทยาศาสตร์เขาบอกต้องนอนให้เพียงพอ การนอนให้เพียงพอเขา

ทำวิจัยทำสถิติว่ามนุษย์ ร่างกายต้องการพักผ่อนแบบนี้ แล้วถ้าพักผ่อนแบบนี้มันจะสดชื่นแบบนี้

ในทางวิชาการนะ มันมีการขัดแย้งกัน ในทางเมื่อก่อน ในการล่าอาณานิคม ถ้าเป็นฝั่งทางของฝรั่งเศส ดูสิ ฝรั่งเศสจะไปยึดครองที่ไหนก็แล้วแต่ ที่นั่นจะนอนกลางวัน แต่ถ้าทางฝ่ายของอังกฤษเขาไม่มีนอนกลางวัน

แล้วอาณานิคมเขาล่าไปเรื่อย ๆ หลายชาติในเวียดนาม ในประเทศที่เป็นอาณานิคมของฝรั่งเศสเขาจะมี กลางวันจะมีเวลาหยุดนอนกลางวัน ในลาว ในเขมร ในเวียดนาม เขาจะมีหยุดกลางวันต้องนอนนะ แล้วเขานอนกันจนเป็น...

แล้วเขาบอกว่า การนอนนี้ถ้านอนแล้วการทำงานจะได้ผลงานมากกว่าคนที่ไม่ได้นอน ใ้คนที่ทางวิชาการบอกว่า คนที่ไม่ได้นอนเขาทำงานทั้งวันเขาต้องทำงานได้มากกว่า ทางนี้มากกว่าบอกว่า ใ้ที่มากกว่าแต่ทำไปแล้วโดยที่ร่างกายมันไม่แข็งแรง ไม่ได้พักผ่อน เวลาผลงานแล้วสู้ฝ่ายที่นอนกลางวันไม่ได้ นี่ก็วิชาการ

วิชาการเขาเถียงกันยังไม่จบนะ เดียวๆ ก็ถกกันรอบหนึ่ง เดียวๆ ก็ถกกันรอบหนึ่ง ตกลงกันไม่ได้ว่านอนกลางวันกับไม่นอนกลางวันอะไรดีกว่ากัน นี่ก็วิชาการ

แต่ของเรานะ มันเป็นจริตนิสัย เป็นอำนาจวาสนา มันเป็นประโยชน์กับเราหรือไม่

ในทางวิทยาศาสตร์เขาบอกว่าต้องนอนให้เพียงพอๆ มันก็เป็นไปตามวัย นอนให้เพียงพอนะ เราอยู่กับครูบาอาจารย์มา โรคเศรษฐกิจคือโรคนอนไม่หลับ คนแก่ทั้งหมดต้องกินยานอนหลับ หลายๆ คนก่อนนอนต้อง ๑ เม็ด ๕ เม็ด ๑๐ เม็ด ที่ว่าต้องนอนให้เพียงพอๆ มันนอนไม่ได้ มันข่มตาให้หลับมันก็ไม่หลับ มันนอนเกือบตายมันก็ไม่หลับ ต้องใช้ยานอนหลับ นี่ทางวิทยาศาสตร์

ทางวิทยาศาสตร์เขาก็พูดทางวิทยาศาสตร์ ทางวิชาการ ทางวิจัยคือสถิติเก็บข้อมูล แต่เราก็ศึกษาเพราะมันเป็นประโยชน์ไง

“นี่งานวิจัยนะ ผ่านงานวิจัยมาแล้ว”

ครับ ผ่านแล้วก็ครับ แต่ผมทำแล้วไม่ได้ประโยชน์เลย

“นี่ผ่านงานวิจัยมาแล้วนะ วิจัยแล้วต้องเชื่ออย่างนี้”

แต่พระพุทธเจ้าพูดเชิงไม่เชื่อเลยหรือวะ แล้วทำแล้วครูบาอาจารย์ที่ทำมาท่านได้
ประโยชน์มาแล้วมากมายมหาศาล

ฉะนั้น สิ่งที่ว่าอดนอนผ่อนอาหาร อดนอนนี่นะ อดนอนผ่อนอาหาร เราจะบอกว่า ถ้า
มันเป็นหลักการในพระพุทธศาสนานะ ศีล ๕ สุราเมรยมชฺชปมาทฏ^๑านา ไม่ดื่มสุรา ไม่เสพ
ยาเสพติด นี่มันก็อยู่ในศีล ๕ ทีนี้ถ้าอดนอนผ่อนอาหารมันก็อยู่ในธรรมะไง เวลาอยู่ในศีลในศีล
อุตฺตงค์ ๑๓ ฉันมือเดียว ฉันแต่น้อย มันอยู่ในศีลในศีล

ทีนี้เพียงแต่ว่า เวลาเราจะทำอะไรก็แล้วแต่มันก็บอกว่า ทางวิทยาศาสตร์บอกต้องนอน
ให้เพียงพอ แล้วถ้าผมอดนอนแล้ว

ถ้าเราอดนอน เราอดนอนพอประมาณ เราอดนอนเพื่อจะให้ขยันหมั่นเพียร เราไม่ใช่อด
นอนมาเพื่อจะทำให้สุขภาพร่างกายเราผิดปกติ แล้วถ้ามันเจริญเติบโตขึ้นมาแล้ว นอนมากหรือนอนน้อย

คนที่เขามีหน้าที่การงานเขาทำของเขาจนเป็นความเคยชินของเขา วาระแห่งการนอน
ของเขาเพื่อประโยชน์กับอาชีพของเขา นี่เราก็เหมือนกัน ผ่อนอาหารมันเห็นประโยชน์กับ
ร่างกายของเราแล้ว แล้วเวลาธาตุขันธ์ทับจิตมันไม่ทับจิต การภาวนาก็ดี การทำงานก็มั่นคง
แล้วถ้าอดนอนๆ อดนอนในการพักผ่อน มันอยู่ที่ความพอดีของตน เราไม่ต้องเพิ่มให้ไปมากขึ้น
กว่านี้

แต่เวลาพระปฏิบัติอดนอนผ่อนอาหารเขาจะอดนอนผ่อนอาหารฆ่ากิเลส กิเลสมัน
พาลทั้งนั้น มันจะเอาแต่ความพอใจของมันทั้งนั้น

แล้วคนที่ประพฤติปฏิบัติไม่มีอำนาจวาสนาก็ทำแบบไฟไหม้ฟางไง ทำเป็นวรรคเป็นตอน เวลามันขยันหมั่นเพียร เวลามันฮึดขึ้นมาก็ทำเต็มที่ เวลามันผ่านไปแล้วก็ละทิ้ง ปล่อยให้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบต่อไปแล้วเป็นพระที่น่ารังเกียจมาก ใ้คิดว่าเข้มข้น ใ้คิดว่าทำแล้ว แหม! อยู่ในศีลนะ อยู่ในวิกฤติเลย...ทำเป็นสถิติซะใหม่

มันเหมือนกับทางวิทยาศาสตร์เลย เอ็งทำวิจัยหรือ เอ็งไม่ฆ่ากิเลสเอ็งหรือ เวลาฆ่ากิเลสนะ มันจะไปเห็นกิเลส

ฉะนั้น อดนอนผ่อนอาหารมันเป็นวิธีการ มันเป็นเครื่องมือจะเข้าไปหากิเลส แล้วถึงเวลาถ้าเห็นกิเลสแล้วมันต้องเข้าสู่มรรค ๘ ดำริชอบ งานชอบ เพียรชอบ ความชอบธรรมมันเป็นอีกชั้นหนึ่ง นั่นเป็นภาวนามยปัญญา

ฉะนั้น อดนอนผ่อนอาหารมันเป็นวิธีการ เป็นเครื่องมือ เป็นวิธีการจะเข้าไปทำตนให้
เป็นคนดีงาม เป็นคนที่ดีงามขึ้นมา นี่ทางฆราวาส

ถ้าเป็นทางพระๆ เป็นวิธีการจะเข้าไปเผชิญหน้ากับกิเลส แต่เวลาเอาจริงเอาก็ขึ้นมา อยู่ที่มีมรรคครับ อยู่ที่มีมรรค อยู่ที่มีมรรค ๘ งานชอบ ความชอบธรรมในการฝึกหัดปฏิบัติ ฉะนั้น ใน ความชอบธรรมในการฝึกหัดปฏิบัติ แล้วถ้าเป็นข้อเท็จจริงขึ้นมา เห็นไหม

ฉะนั้น เวลาผู้ที่ปฏิบัติขึ้นมาให้ประพฤติปฏิบัติไปก่อน ประพฤติปฏิบัติไปเกิด ประพฤติปฏิบัติขึ้นมาเพื่อเป็นคนดี เป็นความดี เป็นคนดี เป็นความดีคือบุญกุศล ปฏิบัติเพื่อบุญเพื่อกุศล แต่ถ้าจะปฏิบัติแล้วบรรลุลหรรษฯ นั้นมันเป็นอีกสเต็มหนึ่ง อีกสเต็มหนึ่งเพราะมันเป็นปัจจัยตั้งเป็นสันติภุจิโก

อดุตา หิ อดุตโน นาโถ ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน ตนต้องทำสมาธิได้ สมาธิคือ
ตัวตน คือตัวตนที่แท้จริง สู้ติจิต กิเลสอยู่ที่สู้ติจิต เวลาถ้ามันยกขึ้นสู่ปีศาจมันจะเป็น
ภาวนามยปัญญา

ถ้าบรรลุลหรรณ มันเป็นอนาคตข้างหน้า มันไม่ใช่เป็นการประพฤติปฏิบัติธรรมให้เป็นบุญเป็นกุศล เป็นคนดีงาม เป็นอุบาสก เป็นคนดีในพระพุทธศาสนา

เราเกิดเป็นมนุษย์เิง พระพุทธศาสนาเี้ หลวงตาพระมหาบัวท่านบอกว่าเหมือนห้ำงสรรพสินค้ำ มีทุกอย่าง มีทุกชนิด มีมหัสจรรย์มากมาย แล้วแต่บุคคลคนใดเข้าไปพึงพาอาศัย เข้าไปแสวงหาได้ทรัพย์สินมากน้อยขนาดไหน

แต่ถ้าจะฝึกหัดปฏิบัติให้บรรลุลหรรณๆ บรรลุลหรรณตรงไหน บรรลุลหรรณอย่างไร วิธีการทำอย่างไรบรรลุลหรรณนะ แล้วบรรลุลหรรณอนาคตข้างหน้านั้นถึงอนาคตข้างหน้า ฉะนั้น ให้ฝึกหัดปฏิบัติให้เป็นบุญกุศลกับตนเอง

เราเกิดมาเป็นมนุษย์ เกิดมาพบพระพุทธศาสนา ร่มโพธิ์ร่มไทร พระพุทธศาสนาให้ชีวิตเราร่มเย็นเป็นสุข ให้เรามีคุณสมบัติที่ดีงาม แล้วถ้าจะฝึกหัดปฏิบัติธรรมอนาคตกาลข้างหน้าอย่าเชื่อ

ที่ไหนมีศรัทธา ที่นั่นมีเหยื่อ

ที่ไหนมีเหยื่อ ที่นั่นมีนักล่า

ไอ้พวกนักล่า ล่าแต่โลกธรรม ๘ ลาภสักการะ ชื่อเสียงกิตติศัพท์กิตติคุณ ล่าเขาทั้งนั้นล่าแล้วโกหกมดเท็จเสียด้วย เอวัง