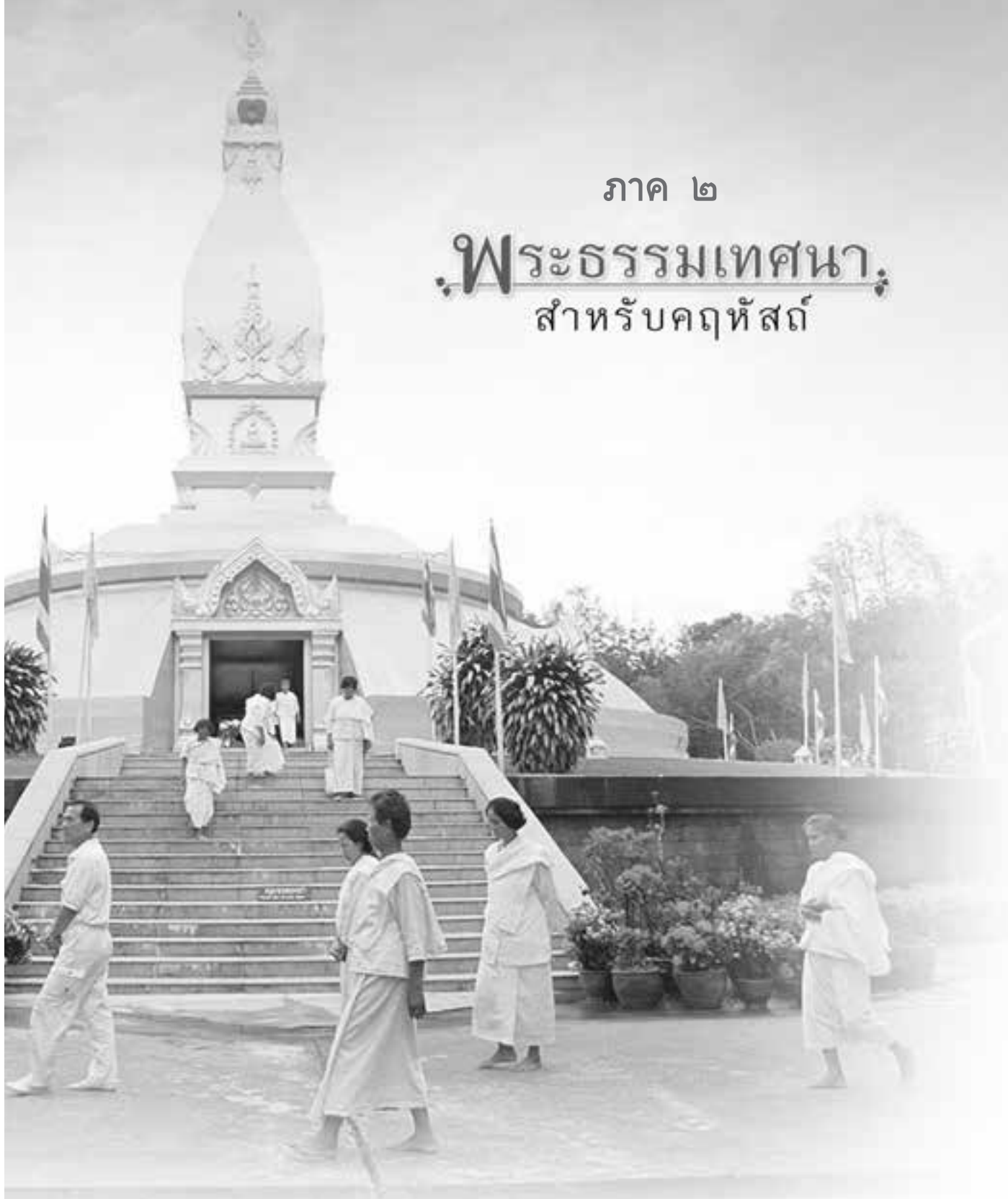




ภาค ๒

พระธรรมเทศนา
สำหรับคฤหัสถ์





“พุทธโธ” คือ ผู้รู้
เป็นผู้รู้จริง
คือรู้แล้วไม่มีทุกข์

๒๖ | การเข้าสู่หลักธรรม

เออล่ะ ให้ตั้งใจฟัง มีอะไรชัดซึ้งใหม่ มีอะไรใหม่ ง่วงใหม่

การฟังธรรมนั้นก็เพื่อความเข้าใจในธรรมะ แล้วก็ต้องนำไปปฏิบัติให้ถึงในสิ่งที่เรามีความมุ่งหมาย อย่าเข้าใจว่าพอฟังธรรมแล้วก็จะดีเลยทีเดียว **ในการฟังธรรมนั้น พื้นฐานเป็นสิ่งที่สำคัญมาก คือจะต้องประกอบไปด้วยสถานที่ ประกอบไปด้วยเวลา ประกอบไปด้วยบุคคล และประกอบไปด้วยธรรมะ**

อย่างสถานที่ในวัดของเราเนี่ยมันเป็นป่า มันมีความสงบ เมื่อพูดอะไรออกไป ก็ไม่มีอะไรเข้ามาแทรก มันเป็นสถานที่อันสมควร ส่วนสถานที่อันไม่สมควร เช่น คนร้องเพลงก็ร้องเพลงไป คนเล่นก็เล่นไป มันก็วุ่นวาย จะเอาพระไปพูดตรงนั้นก็ไม่ได้สมควร หลวงพ่อเคยไปงานมงคล แต่ไม่ใช่งานมงคลหรอก เป็นงานมงคลเสียมากกว่า พอจะให้รับศีลให้ฟังเทศน์ เขาก็ไม่สนใจในศีลในเทศน์ คนเล่นก็เล่น คนกินเหล้าก็กินสารพัดอย่าง มานิมนต์พระไปเทศน์ตรงนั้น ก็เรียกว่า สถานที่ไม่สมควร บุคคลนั้นก็ไม่สมควร ไม่ควรจะวางธรรมเทศนาในที่ตรงนั้น

บรรยายแก่คณะชาวกรุงเทพฯ ณ วัดหนองป่าพง เมษายน ๒๕๒๓

ในการฟังธรรมนั้นให้เราเป็นผู้ฟัง เพราะอะไร เพราะเรายังไม่รู้ชัดก็ต้องเป็นผู้ฟัง ฟังไปเถอะ ฟังแล้วก็เอาไปพิจารณา อย่าเพิ่งเข้าใจว่ามันถูกแน่นอน และอย่าเพิ่งเข้าใจว่ามันผิด ให้ฟังแล้วเอาไปกลั่นไปกรองเสียก่อน คือ เอาไปภาวนา เอาไปพิจารณา เราเรียกว่า “ภาวนา” ในภาษาธรรมะ ภาษาโลกก็เรียกว่า “พิจารณา” เมื่อมาเข้าถึงธรรมะ ท่านก็เรียกว่าภาวนา **ภาวนา หมายถึง ทำให้มันถูกขึ้น ทำให้มันดีขึ้น** ทีนี้เมื่อเราจะฟังธรรมเทศนานั้นก็เหมือนประหนึ่งว่าจะย้อมผ้า โดยปกติเราก็ต้องเอาผ้าไปฟอกไปซักให้มันสะอาด แล้วจึงเอามาย้อมด้วยสีที่เราชอบ ไม่ใช่เราไปเห็นสีมันสวยเราชอบ ก็จะเอามาย้อมผ้าของเราให้มันสวย แต่ผ้าที่จะย้อมไม่ได้ฟอกไม่ได้ซัก เราก็เอามาย้อมเลย อย่างนั้นมันก็ไม่สวย เพราะผ้ามันไม่ดี มันไม่สะอาด การที่เราจะเข้าสู่หลักธรรมก็ต้องเป็นอย่างนั้น ต้องทำให้สะอาดเป็นพื้นฐาน อย่างเช่นที่หลวงพ่อบอกให้ถึงพระรัตนตรัยเสียก่อน แล้วก็มาสมาทานศีล แล้วจึงมาฟังธรรมอย่างนี้

(๑) เบื้องต้นให้มีพระรัตนตรัยเป็นรากฐาน

การให้ถึงพระรัตนตรัย ก็คือ การให้ถึงพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ พระพุทธคืออะไร พระพุทธก็คือ “ผู้รู้” รู้อะไร รู้ความจริง ความจริงคืออะไร ความจริงก็คือธรรมะ ส่วนพระสงฆ์ก็คือผู้ประพฤติปฏิบัติตามธรรมะ ที่พระศาสดาได้ตรัสรู้แล้วว่าเป็นความจริง ฉะนั้น นั่งอยู่แถวๆ นี้ก็เป็นพระสงฆ์ได้ทั้งนั้นแหละ มันไม่ได้หมายถึงเครื่องแต่งตัว แต่มันหมายถึงผู้ปฏิบัติตามธรรมะ ปฏิบัติตามความเป็นจริงนั้น รวมเรียกว่า พระรัตนตรัย คือ พระพุทธหนึ่ง พระธรรมหนึ่ง พระสงฆ์หนึ่ง ท่านให้ถือว่าเป็นที่พึ่งที่ระลึกยิ่งกว่าอะไรทั้งนั้น อย่างพ่อแม่ของเราเป็นผู้เลี้ยงเรามา เราก็เคารพบูชาพ่อแม่ของเรา แต่ก็ต้องไม่ยิ่งไปกว่า พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เพราะว่าพ่อแม่ของเรายังมีความเห็นผิดมากอยู่ ถ้าจูงเราเข้าป่าเราจะทำอย่างไร แต่เราก็ไม่ดูถูกพ่อแม่ของเรา



ถ้าจะว่าไปแล้ว พระพุทธกิติ พระธรรมกิติ พระสงฆ์กิติ นี่เป็นชื่อของผู้ประกาศความจริงเท่านั้นแหละ ความจริงถ้าย่อลงมาแล้วก็คือ ท่านให้เชื่อ “กรรม” คือ การกระทำของเรา เราจะกระทำทางกาย ทางวาจา ทางใจ เฉพาะอะไรที่มันไม่เป็นโทษ ปราศจากโทษทั้งหมด ถึงแม้ว่ามันจะมีอะไรหลายๆ อย่างในโลกที่ว่า มันน่าอัศจรรย์กิติ ที่น่าเลื่อมใสกิติ น่าอะไรต่างๆ กิติ อันนี้ก็ตามใจมันเถอะ แต่พระพุทธเจ้าของเราท่านก็ว่า **กรรมเป็นแดนเกิด กรรมเป็นเผ่าพันธุ์ กรรมเป็นที่พึงอาศัย** ถ้าเรากระทำทางกาย ก็เรียกว่า กายกรรม การกระทำทางวาจา ก็เรียกว่า วาจกรรม การกระทำทางใจ ก็เรียกว่า มโนกรรม ท่านให้เชื่ออันนี้ คือเชื่อในการกระทำของเรา

บางคนเป็นผู้มาปฏิบัติธรรม ฟังธรรม เข้าวัดเข้าวา แต่เมื่อมีเรื่องไม่สบายใจ บางทีก็ไปหาหมอดู จะไปดูว่ามันจะเป็นอะไรไหม หมอดูก็ทายว่าปีนี้ระวังนะ ไปรดให้ระวัง ไปเรือกก็ให้ระวัง ระวังอุบัติเหตุ นะ เราก็กลัว กลัวจะเป็นอย่างนั้นกลัวจะเป็นอย่างนี้สารพัดอย่าง บางคนเมื่อจะออกจากบ้านหรือจะออกเดินทาง ก็ว่าจะไปวันไหนดี จะต้องไปหาหมอดูว่าจะออกวันไหนเวลาเท่าไร บางทีหมอก็กว่าคุณอย่าไปเลย ไม่ดี เราก็เลยกลับบ้าน นี่เรียกว่าไม่เชื่อมั่นในตัวเอง ไม่เชื่อมั่นในคุณพระรัตนตรัย ไปเชื่อหมอดู อย่างพวกเราบางคนมาอยู่อุบลฯ จะไปกรุงเทพฯ ก็มาหาหลวงพ่อกับ

“หลวงพ่อกับ เดินทางวันไหนจะดีครับ”

“ถ้าเดินดีมันกิติทุกวันนั้นแหละ”

คือ ถ้าเราดีมันกิติทุกวัน แต่ที่พอเจอหน้ากันก็ต้องเลี้ยงต้องกินเหล้าเมายากัน เมื่อไปมันก็เลยไม่ดี ขั้บรมันก็จะตกถนน ถ้าเราทำดีแล้วมันจะเป็นอะไร เราเชื่อการกระทำของเรา อันอื่นจะมาทำให้เราเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ไม่มีหรอก

เราทั้งหลายต้องมีความเชื่อมั่นในการกระทำของเรา ไม่มีความลังเลสงสัยในพระรัตนตรัย อย่าถือมงคลตื่นข่าว มงคลตื่นข่าวนั้นมันเป็นอมงคล เขาวามันเป็นอย่างนั้น เขาวามันเป็นอย่างนี้สารพัดอย่าง บางทีก็ว่าต้องไปเอาน้ำในสระตรงนั้นมานะ เลยวุ่น ไปหากันจนน้ำในสระเป็นเลนหมด เอากันอยู่นั้นแหละ นี่มันตื่น

พระพุทธองค์ท่านสอนให้เป็นคน “นิ่งอยู่ด้วยปัญญา” ใครเขาจะว่าอันนั้นมันเป็น
 อย่างนั้น อันนั้นมันเป็นอย่างนี้ก็ให้ฟังไว้ก่อน การทำจิตใจอย่างนี้ท่านเรียกว่า “ทำให้
 มันแยกกาย” มันก็จะเกิดความเชื่อมั่นในพระรัตนตรัย ไม่มีความลังเลสงสัย
 มิฉะนั้นก็จะไม่รู้จักความจริง ไม่รู้ว่าจะเอาอย่างไรกันแน่ การมีพระรัตนตรัยเป็น
 รากฐานเป็นที่พึ่งของเรา จะทำให้ใจของเราแน่น ใครจะว่าอย่างไรก็ช่าง เราทำดี
 เท่านั้นแหละ ไม่ต้องลังเลสงสัย การที่ไม่ลังเลสงสัยนี้แหละ เรียกว่า มันเดินอยู่
 เรื่อยไป แต่ถ้ามีความสงสัยแล้ว มันก็จะกลับไปกลับมา กลับมากลับไป วุ่นวายอยู่
 ตรงนี้

(๒) สมาทานศีลเป็นคุณสมบัติ

เมื่อถึงพระรัตนตรัยแล้วก็มาสมาทานรับศีล ผิดศีลมันตีใหม่ เราลองคิดดู
 ให้ละเอียด อย่าเข้าข้างเราเข้าข้างใคร การไม่เบียดเบียนตนไม่เบียดเบียนคนอื่น
 ไม่เบียดเบียนสัตว์ มันตีใหม่ การไม่ขโมยของคนอื่นนั่นมันตีใหม่ ให้เราคิดดูเท่านี้
 ก็รู้ และพวกที่มีครอบครัวแล้วนั้นอยู่ในวงจำกัดของเรามันตีใหม่ หรืออยู่นอกวง
 มันตี ดูเท่านี้ก็พอแล้ว ไม่ต้องไปคิดไกล ถ้ามุ่งง่าย ๆ และมุสาการพูดโกหกนั่นมัน
 ตีใหม่ คิดให้มันซึ่งๆ เข้าทางธรรมะอย่าไปเข้าข้างเรา ไม่ต้องไปศึกษาอะไรมาก
 ข้อที่ห้าเครื่องมีนเมา คนที่ปราศจากเครื่องมีนเมวมันตีใหม่ อย่าเข้าข้างเจ้าของนะ
 ทั้งหมดนี้เรียกว่าเป็นคุณสมบัติของมนุษย์ ถ้าหากว่าใครมีคุณสมบัติทั้ง ๕ ประการนี้
 เราก็ไม่ต้องไปถามใครหรอกว่า ฉันเป็นอะไร

อย่างพระสงฆ์ พระสงฆ์ท่านเป็น สุปฏิปันโน อชุปฏิปันโน ญายปฏิปันโน
 สามิฉิปฏิปันโน

ที่ว่า *สุปฏิปันโน* ก็คือ ผู้ปฏิบัติดี ดีกาย ดีวาจา ดีใจ เป็นคุณสมบัติของท่าน
 ท่าน เป็นคุณสมบัติของพระสงฆ์ เราก็เลยเรียกผู้นี้ว่า “พระสงฆ์”

อชุปฏิปันโน คือ ผู้ปฏิบัติตรง ตรงกาย ตรงวาจา ตรงใจ ด้วยธรรมะ
 คำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า อันนี้ก็เป็นคุณสมบัติของพระ



ญาปฏิบัติโน คือ การปฏิบัตินั้นเป็นการปฏิบัติไม่ลวงโลก ปฏิบัติตาม ลัทธิธรรม ถ้าหากว่าเป็นลัทธิธรรมแน่นอนแล้ว ใครจะว่าดีว่าชั่วก็ช่างเถอะ เราทำของเราไปเรื่อยๆ บางทีเขาก็บอกว่า โอ้ย! ท่านอย่าไปทำเลย เดี่ยวนี้โลกเขาไม่ทำ อย่างนั้นหรือ เราก็ไม่ได้หวั่นไหวไปตามเขา

สามิจิปฏิบัติโน คือ ปฏิบัติเอาศีล สมาธิ ปัญญา คำสอนของพระมาเป็นใหญ่ สิ่งเหล่านี้เป็นคุณสมบัติของพระสงฆ์ ที่ปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบ ญาติโยมพวกเราทั้งหลายก็เหมือนกัน ต้องมีคุณสมบัติอย่างนี้ จะทำอะไรๆ ก็ให้ตรวจดูพื้นฐานนี้ เสียก่อน อันนี้เรื่องพระรัตนตรัยต้องมีคุณสมบัติอย่างนี้

(๓) ฝึกปฏิบัติอบรมจิต

ส่วนเรื่องการปฏิบัตินั้น ทุกวันนี้มันยิ่งไปกันใหญ่ โดยเฉพาะอย่างยิ่งพวกเราที่มาเที่ยวมาสนใจในการปฏิบัติ ได้ไปพบหลายๆ แห่ง ไปพบอาจารย์ที่ท่านก็ว่าให้ทำอย่างนั้น ไปพบอาจารย์นั้นท่านก็ว่าให้ทำอย่างนี้ เลยวิ่งตลอดเวลาเลย คือมันไม่เชื่อมั่น มันไม่เข้าใจ การปฏิบัติกรรมฐานอย่างน้อยมันก็มีตั้ง ๔๐ ข้อ เราไปเรียนกัน มันก็หลายเกินไป เลยไม่รู้จะทำอะไร ยกพุทธโธ ๆ ๆ ขึ้นมาภาวนา ใจมันก็ไม่สงบ ก็ไปดึงอันอื่นมาทำอีก เอาอันโน้นบ้างอันนี้บ้าง เลยวุ่นไปหมด ไม่รู้เรื่องก็เลยเลิก อย่างนี้ก็มี ฉะนั้น การทำกรรมฐานจึงต้องมาทำความเข้าใจกันเสียก่อนว่า ทำไปทำไม ทำให้มันเกิดอะไร มันมีประโยชน์อะไรไหม

การทำกรรมฐานนี้ก็คือมาฝึกจิตของเรานั่นเอง เพื่อให้รู้จักจิตใจของเรา เพราะจิตของเราเกิดขึ้นมาไม่เคยได้ฝึก ปล่อยตามใจของมัน เมื่อมันโมโหก็ปล่อยตามใจของมัน เมื่อมันโกรธใครก็ปล่อยตามเรื่องของมัน เราเป็นเด็กๆ เกิดมาเป็นลูกของพ่อแม่ พ่อแม่ก็ยิ่งปล่อยตามใจ ไม่เคยรู้จักไม่เคยฝึกจิต เราจึงมาทำกรรมฐาน มาฝึกจิต รู้จักที่จะอบรมจิตของเรา เรียกว่ามาปฏิบัติธรรม



แต่ใจของเรานั้นมันเร็ว เร็วที่สุด เร็วกว่าสิ่งทั้งหลายเหล่านั้น เมื่อเรามาทำกรรมฐาน มันจึงไม่ค่อยสงบ ความสงบมันจะเกิดขึ้นตรงไหน **ความสงบนี้มันจะเกิดขึ้นระยะที่เราปล่อยวาง ถ้าเราตั้งเครียดเมื่อไร มันจะมีแต่เรื่องวุ่นวาย** ไม่มี ความสงบภายในจิต ดูอย่างพระอานนท์ ท่านเป็นผู้รู้ธรรมะมากที่สุด เมื่อจะเอาจริง ๆ ก็เลยไม่รู้ว่าจะเอาตรงไหน อันนั้นมันก็ดี อันนี้มันก็ดี เลยดีกันทั้งคืน ยิ่งตอนเช้า พรุ่งนี้เขาจะเรียกพระอรหันต์ทำการสังคายนารวมทั้งพระอานนท์ด้วย ก็ยิ่งร้อนใจ ยังมีเวลาอีกคืนเดียวเท่านั้น ก็เลยเร่งเต็มที่อยากจะเป็นพระอรหันต์ แต่ยิ่งทำก็ยิ่ง ไปกันใหญ่ จวนจะสว่างอยู่แล้ว ก็ว่า “เอ เรานี้มันตั้งเครียดไปละมั้งนี่” เหนื่อย ก็เหนื่อย ง่วงก็ง่วง ก็เลยจะพักผ่อนสักระยะหนึ่ง พอท่านทอดอาลัยเอนกายนอน มีตัวรู้อันเดียว พอจิตมันวางปั๊บ เท่านั้นแหละ มันเร็วที่สุด พระอานนท์ท่านตรัสรู้ เวลานั้น ในเวลาที่ว่าง พวกเราลองดูซิ ไปนั่งกรรมฐาน กัดฟันเข้า! ชัดสมาธิอันเลย ตายเป็นตาย เหงื่อมันไหลแหมะๆ ความสงบไม่ใช่มันอยู่ตรงนั้น **ความสงบนี้มันอยู่ที่พอดีๆ มันจะดีขนาดไหนมันก็ไม่สงบ ถ้ามันดีเกินดี มันไม่ดีพอดี มันเกินไป มันดีไม่พอ ดีขนาดไหนก็ให้พอดีมันถึงดี ดีเกินดี มันไม่ดีหรอก** ให้พวกเราเข้าใจ อย่างนั้น แต่คนเราตีตนหมายกันว่า ต้องทำอย่างเฉียบขาด ไปนั่งกัดฟันลองดูซิ ไม่มี ทางหรอก วุ่นตลอดเวลา

(๔) สงบความคิดด้วยสมถะ

เรื่องกรรมฐานนี้มันอยู่ด้วยอารมณ์ คือ ให้มี ‘อารมณ์อันเดียว’ อย่างเช่น เราจะดูลมหายใจเข้าออก ก็ให้จิตกำหนดอยู่กับอารมณ์นี้ เราอยู่ในโลก มันหลายอารมณ์เกินไป เดียวจะเอาอันนั้นอันนี้ไม่มีจบ จึงวุ่นวาย จิตไม่สงบ ทีนี้ท่านว่า มันเกิดกับอารมณ์มันอยู่ด้วยอารมณ์ เราก็เลยเอา “อารมณ์อันเดียว” เล่นอันเดียว อย่าไปเล่นอันอื่น เรียกว่า อารมณ์กรรมฐาน เช่น หายใจออก หายใจเข้า หายใจออก หายใจเข้า หรือให้เข้า - พุท ออก - โธ ก็ได้ พุทโธ ๆ ๆ หรือว่าเข้าออกจะไม่ว่า พุทโธก็ได้ เมื่อเข้ามันก็ “พุท” เอง เมื่อออกมันก็ “โธ” เอง มันได้ความว่าเมื่ออาการของลมมันเข้าเราก็รู้จัก เมื่อมันออกเราก็รู้จัก คือ เป็นผู้รู้ มันเข้าเราก็รู้ มันออกเรา



ก็รู้ ตรงรู้ที่แหละมันเป็นพุทฺโธอยู่แล้ว ไม่ต้องว่า “พุท” ไม่ต้องว่า “โธ” ไม่ต้องว่า “พุท” ไม่ต้องว่า “โธ” มันก็ชี้เกี่ยจะว่าอีกนั่นแหละ เข้าใจไหม?

อีกอย่าง “ยุบหนอ” “พองหนอ” อันนี้ก็ถูกเหมือนกัน แต่เราจะไม่ต้องการว่า ยุบหนอพองหนอก็ได้ เราหายใจออกมันก็ยุบเอง หายใจเข้ามันก็พองเอง มันไม่ต้องไปว่ายุบว่าพอง ที่เรารู้ว่ายุบว่าพองคือ ให้มันออกเสียงในใจสักหน่อยมันจะได้ตั้งใจขึ้นมา ความเป็นจริงมันยุบมันพองของมันเองอยู่แล้ว แต่เราก็เอาคำว่า ยุบหนอพองหนอ เสริมเข้ามาอีก ไม่มีผิด อันนี้ก็ไม่มีผิด แต่รวมแล้วก็คือให้เข้าก็รู้ ออกก็รู้ ตามสบายของมันเท่านั้นแหละ ไม่ต้องไปคิดอะไรมากมาย อย่าไปคิดว่าเมื่อไรหนอมันจะเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ มันจะวุ่นวาย ให้เราตั้งสติขึ้น ให้มันจดจ่ออยู่ในอารมณ์นั้น จมใจมันผ่อนคลาย ไม่มีกังวล ไม่มีเหน็ดเหนื่อย ให้มันเห็นชัดอยู่อย่างนั้น

เมื่อเราจะฝึกจิตอย่างนั้นนั้น เรารู้ไหมว่าจิตของเราคืออะไร อยู่ตรงไหน ถ้าเราจะมาฝึกจิตก็ควรจะต้องรู้จิตของเรา บางที่เราไม่รู้จัก เมื่อเวลามันวุ่นวายขึ้นมา เราก็รู้แต่ว่ามันวุ่นวาย แต่ไม่รู้ว่าจะจิตอยู่ตรงไหน ถ้าเราจะพูดเข้าไปจริงๆ แล้ว จิตนี้มันก็ไม่มีอะไร มันก็คือจิตนั่นแหละ เมื่อเขาเอาชื่อ ‘จิต’ เข้ามาแทรกเราก็เลยหลง จิตนี้มันคืออะไรหนอ พุดง่ายๆ ว่า **คนที่รับรู้อารมณ์นั้นแหละ คือจิต** คนที่รับรู้อารมณ์ทั้งอารมณ์ดีอารมณ์ชั่วสารพัดอย่างนี้แหละ สมมุติว่าเป็นจิต ถ้านำมันไปฝึกแล้วมันรู้จริง มันก็เป็น ‘พุทฺโธ’ คือ **ผู้รู้ เป็นผู้รู้จริง คือรู้แล้วไม่มีทุกข์** แต่ถ้าจิตนี้ยังไม่ได้ฝึก ไม่ได้อบรม มันก็เป็นผู้รู้ไม่ได้ เพราะมันมี ‘ผู้หลง’ มาปนเปมันอยู่ คือถ้าชอบใจมันก็ดีใจ ถ้าไม่ชอบใจมันก็เสียใจอย่างนี้ ฉะนั้นเราจึงต้องเอามันมาฝึกให้มันรู้เท่าทันอารมณ์ จนกว่าที่จิตมันจะสงบ เมื่อมันสงบมันก็ไม่ไปไหน มันก็เกี่ยจะไปเหมือนกัน

อย่างไรก็ตาม ความสงบอย่างนั้นยังไม่มีปัญญาอะไร เข้าไปสงบอยู่เฉยๆ เรียกว่า สมถะ ความสงบอย่างนั้นมันไม่แน่นอน บางที่เราได้มันเป็นบางครั้ง บางทีวันนี้มันสงบ พรุ่งนี้ไปทำมันก็ไม่สงบ เรารู้ว่า “เอ เมื่อวานทำไมมันสงบดีเหลือเกิน วันนี้ทำไมไม่ได้เรื่องได้ราว มันเป็นอย่างไหนหนอ”



ถ้าไปตะครุบมันอยู่อย่างนี้ ความสงบตอนนั้นไม่รู้เรื่องเสียแล้ว เป็นความสงบที่ไม่แน่นอน เช่นว่า หูของเรามีอยู่ เครื่องรับมีอยู่ แต่เมื่อยังไม่มีใครมาพูดมาดำให้เราได้ยิน เราก็ยังสบาย ยังสงบอยู่ อีกวันหนึ่ง พอมีเรื่องเข้าไปทางหูเท่านั้น มันก็เกิดความไม่สงบขึ้นมาแล้ว ฉะนั้น ความสงบนั้นจึงเป็นความสงบ เพราะมันปราศจากอารมณ์ต่างๆ มันก็สงบเฉยๆ อยู่ในอารมณ์อันเดียว แต่เมื่อมีอารมณ์ต่างๆ ผ่านมาเป็นเหตุเป็นปัจจัยก็มีความเกิดขึ้นมา เกิดดีใจเกิดเสียใจขึ้นมา เกิดชอบใจไม่ชอบใจขึ้นมาเรื่อยๆ อันนี้เพราะความสงบนั้นเป็นเรื่องของสมถกรรมฐาน ไม่ใช่เรื่องของปัญญา มันสงบเหมือนกันแต่ว่ามันไม่เด็ดขาด คือ มันไม่ได้สงบ เพราะรู้ตามความเป็นจริง เหมือนไปไม้บนต้นไม้ เมื่อไม่มีลมมาพัด มันก็สงบนิ่ง แต่ถ้ามีลมมาพัดก็กวัดแกว่ง ความสงบอันนี้มันจึงมีอายุสั้น **ที่มันสงบอยู่ก็เพราะอาศัยอารมณ์ที่มันไม่เปลี่ยนแปลง ท่านเรียกว่า “สงบจิต” ไม่ใช่ “สงบกิเลส”**

(๕) ปล่อยวางละด้วยวิปัสสนา

อย่างไรก็ตาม เมื่อมีความสงบเช่นนั้น สติมันก็จะค่อยดีขึ้นมาก จะเห็นอะไรชัดขึ้นกว่าที่ไม่ได้ทำความสงบ แล้วก็สร้างปัญญาสร้างวิปัสสนาให้มันเกิด ให้มันแจ้งขึ้นมา ต่อไปเราจะเข้าใจว่า เมื่อตาเห็นรูปหรือหูได้ยินเสียงเป็นต้น ฉะนั้นให้มีความสงบ คือ ทำจิตให้มันรู้เรื่องมากขึ้น ให้ความรู้ชัดด้วยปัญญา มีความสงบด้วยปัญญา เพราะฉะนั้นจะต้องหล่อเลี้ยงปัญญาให้มันเกิดขึ้น อะไรจะทำให้ปัญญาเกิด ก็ให้อาหารมันสิ เหมือนเอาข้าวเอาน้ำให้เรา เราก็โตขึ้นมา ปัญญา มันจะเกิดขึ้นก็ต้องอาศัยอารมณ์เหมือนกัน แต่ต่างจากสมถะ สมถะนั้นเช่นว่า พุทโธๆ หรือลมหายใจเข้าออก แค่นี้มันก็สงบได้ แต่ว่าอาหารของปัญญาไม่ใช่อย่างนั้น ต้องเปลี่ยนอาหารให้มัน เช่น แม้เราจะทำความสงบเกิดขึ้นมาได้ เราก็ต้องชี้มันบอกมันว่า **“อันนี้มันก็ไม่เที่ยง”** มันจะชอบขนาดไหนก็บอกว่า อันนี้มันก็ไม่เที่ยง บอกเท่านั้นแหละปัญญา มันก็จะโตขึ้นมา ทำไมมันถึงโต เพราะมันมองเห็นความไม่เที่ยงตลอดตามที่เราพิจารณาอยู่



แต่เมื่อยังไม่มีปัญญา จิตหรือผู้ที่รับรู้อารมณ์นั้น อันนั้นเขาว่าดี ก็ไปตะครุบเอา มันก็กัดเอา อันนี้ว่าไม่ดีก็ตะครุบเอา มันก็กัดเราเท่านั้นแหละ ดีมันก็กัดเรา ไม่ดีมันก็กัดเรา แต่ถ้าเมื่อมันเกิดขึ้นมาเราก็ว่า “อันนี้มันไม่แน่” ไม่ตะครุบมัน มันก็ไม่กัดเราหรอก ดูไปอยู่เรื่อยๆ มองดูข้างหน้าข้างหลังก็เห็นว่า มันไม่เที่ยง มันไม่แน่นอนอนลกอย่าง เมื่อเห็นชัดเช่นนี้อารมณ์ทุกอย่างมันก็มีของมันอยู่อย่างนั้น ความยึดมั่นอุปาทานมันก็น้อยเข้ามาๆ จนเป็นเรื่องธรรมดา เป็นตาธรรมดา เป็นหูธรรมดา มีความรู้สึกธรรมดา ลึกแต่ว่ามันชอบ ลึกแต่ว่ามันไม่ชอบ ลึกแต่ว่ามันทุกข์ ลึกแต่ว่ามันสุข มีแต่ลึกแต่ว่าเท่านั้น มันก็ปล่อยให้เป็นเรื่องธรรมดาในตัวของมันเอง ปัญญามันเห็นชัดอย่างนี้ เรียกว่า **วิปัสสนา คือ ความรู้ตามความเป็นจริง รู้แล้วมันวาง** ไม่ตะครุบ เตียวมันกัด แต่ก่อนนี้ผู้รู้อารมณ์นั้นมันมีความสำคัญมันหมายยึดมั่นถือมั่น แต่เมื่อจิตมันเห็นชัด ปัญญามันเกิดเห็นลัทธิธรรมตามความเป็นจริงแล้ว มันก็มีการปล่อยวางในตัวของมัน ถ้าเป็นเด็กมันก็โตขึ้นมาบ้างแล้ว มันเปลี่ยนการให้อาหารแล้ว การประพฤติปฏิบัติเช่นนี้จึงเรียกว่า การปฏิบัติธรรม

(๖) พิจารณาหลักสังขาร

พระพุทธองค์ท่านก็เคยได้พิจารณาในเรื่องความเกิด ท่านก็สงสัยว่าความไม่เกิด มันจะมีไหมหนอ? แต่ท่านก็มาพิจารณา มันมีมืด มันก็มีสว่าง มันมีสว่างแล้ว มันก็มีมืด ฉะนั้น เมื่อมีเกิดมันก็ต้องมีไม่เกิดเหมือนกัน ท่านก็พิจารณาอยู่ตรงนี้แหละ ไม่ต้องไปเรียนคัมภีร์อยู่ที่ไหน อย่างเช่น เราไปสอบวิชาหนึ่งที่เขาเขียนปัญหาให้เราตอบ เราตอบไม่ได้ แต่มันก็มีคำตอบหรือข้อเฉลยอยู่ ถ้าไม่มีข้อเฉลยมันมีปัญหาไม่ได้หรอก เราจึงต้องค้นมันตรงนั้น ฉะนั้น พระพุทธองค์จึงไม่ทรงท้อใจ เพราะเมื่อความเกิดมันมี ความไม่เกิดมันก็ต้องมีแน่ ท่านก็ทำไปๆ จนเห็นชัดขึ้นมา ท่านพบว่าความเกิด ก็คือ ความที่มีอุปาทานยึดมั่นถือมั่นขึ้นมาเป็นภพเป็นชาติติดต่อกันไป เป็น *ปฏิจจสมุปบาทธรรม* เช่น ต้นลำไยต้นหนึ่งอยู่ที่หน้าบ้านของเรา เรารู้ว่าเป็นของเรา ไปดูอยู่ทุกวัน เดินไปเดินมาก็มาว่านี่ต้นลำไยของเรา ทีนี้อีกต้นหนึ่งอยู่



หน้าบ้านคนอื่น เราก็ไม่ได้นึกว่าเป็นของเรา มาวันหนึ่งมีคนมาตัดต้นลำไยที่บ้านของเรา เราก็เป็นทุกข์หลาย เพราะมันตัดของเรา อีกวันหนึ่งเขามาตัดต้นลำไยต้นอื่น หน้าบ้านคนอื่น เราก็ไม่เป็นทุกข์ แค่นี้แหละมันทำให้สุขทุกข์เกิดขึ้นมา **อุปาทานเป็นตัวทำให้เป็นทุกข์ เป็นความเกิดขึ้นมาตรงนี้** เพราะฉะนั้น ท่านจึงให้พิจารณาว่า อุปาทานทำให้เกิดภพ ภพทำให้เกิดชาติ ชาติแล้วก็ชรา พยาธิ มรณะ นี่พระพุทธรองค์ท่านก็เห็นเท่านั้นแหละ เห็นชัดแจ้งอย่างนี้แล้วก็หายสงสัย

ฉะนั้น เพื่อให้มันเห็นชัด เราจะต้องมาฝึกอบรมจิตของเรา ในตัวบุคคล คนหนึ่งก็มีจิต หรือผู้ที่รับอารมณ์นี้แหละสำคัญมากที่สุด ถ้าจิตนี้มันหลง มันก็หลงไปหมด ตามันก็หลง หูมันก็หลง ถ้าได้อารมณ์ที่ดีก็ดีใจ ถ้าได้อารมณ์ที่ไม่ชอบก็เสียใจ คือ จิตอันนี้มันยังไม่ได้อบรม การที่เรามาทำกรรมฐานกันนั้น ก็เพื่อมาอบรมจิตนี้แหละ แต่ว่าก็ไม่ใช่ง่ายๆ นะโยมนะ มันลำบากเหมือนกัน แต่มันก็ง่ายอยู่ในที่ลำบากนั้นแหละ **มันง่ายอยู่ที่มันยากตรงนั่นเอง** เพราะฉะนั้นมันเป็นปัญหาของเราทุกคน จะต้องให้มันมีความลำบากยากแค้นเสียก่อน ไม่ใช่เราทำกรรมฐานปั๊บ มันก็จะดีเลย ทุกข์มันจะหายเลย ไม่ใช่อย่างนั้น

เราจะต้องทำไปจนกว่ามันจะเห็นอย่างท่านว่า ‘อนัตตา’ แต่เราก็ยังเห็นว่ามันเป็นอัตตา เป็นตัวเป็นตน ไอนี้ก็ของฉัน ไอนั้นก็ของฉัน นั่นลูกฉัน นั่นสมบัติของฉัน ไปสร้างให้เป็นตัวเป็นตนขึ้นมาทั้งนั้น แต่พระก็มาเทศน์ให้ฟังว่า มันไม่ใช่ของเรานะ ไอนี้ก็ไม่ใช่ของเรา ไอนั้นก็ไม่ใช่ของเรา เราก็ไม่เข้าใจ บางทีก็จะโกรธพระก็ได้ เรานึกว่าเป็นของเรา แต่ท่านมาเทศน์ว่าไม่ใช่ของเรา เราก็เลยอ่อนใจ ไม่รู้จะทำไปทำไม เราจึงต้องคิดพิจารณาจนมันเห็นว่า **มันเป็น ‘สมบัติของโลก’ ทั้งหมด** แล้วทำไมเราจึงจัดแจงจิตใจของเราออกไม่ได้ นี่เพราะมันหลงติดอยู่ในนั้นนั่นเอง

ฉะนั้น คำสอนของพระที่เรามาฝึกกันนี้ ก็เพื่อจะไม่ให้ทุกข์เกิดขึ้นมา คือไม่ให้ไปสำคัญมั่นหมาย ให้ไปทำลายความรู้สึกว่าเป็นอัตตาอันนี้ แต่คนเราก็ไม่ค่อยจะชอบใจ อย่างเช่น พระพุทธรองค์ท่านตรัสว่า โลกนี้มันเป็นทุกข์ ท่านจึงให้ตัดไม่อยากจะให้เกิด แต่พอท่านว่าไม่อยากจะให้เกิด เราก็ไม่ค่อยพอใจเสียแล้ว ที่ท่าน

เอาละพูดเท่านี้แหละ ทีนี้ใครมีปัญหาอะไรจะถาม เดียวนี้มันพูดหลายไม่ได้
เขาไม่ให้พูดหลายซะแล้ว อาศัยเขาอยู่ มีไหม ชัดซึ้งอะไรไหม

ปจฉา - วิสัชนา

มีปัญหาขอถามอยู่อย่างหนึ่งเกี่ยวกับท่านอาจารย์คือ ท่านอาจารย์เองเกิด
ความสนใจในธรรมะนี้ตั้งแต่เมื่อไร หรือเพิ่งเกิดความสนใจตอนมาบวชหรืออย่างไร

อ้อ ตอนมาบวชพระนี่นะหรือ ไม่ใช่ใช้อย่างนั้น แต่มันมีปัจจัย มีนิสัยปัจจัย
เช่น เป็นคนซื่อสัตย์ ไม่โกหกใคร ชอบนิสัยตรงไปตรงมาอยู่เสมอ อย่างเช่น
แบ่งของกันนะ ไปหาเงินมาหรือไปหาอะไรมา เมื่อมาแบ่งกันก็ชอบเอาน้อยกว่าเขา
เกรงใจเขา เป็นอย่างนี้เรื่อย ๆ มาจนตลอดมา เมื่อธรรมชาติอันนี้มันแก่ขึ้นมา มัน
ก็เกิดความรู้สึกนึกคิดอย่างนั้นอยู่นั้นแหละ เรามีความคิดอย่างนี้เมื่อไปถามเพื่อน
เขาก็ไม่เคยคิด มันเป็นของมันเอง เรียกว่ามันเป็นวิบาก

ทีนี้เมื่อเราพิจารณามันเรื่อย ๆ มันก็โตของมันเรื่อย ๆ มันเป็นเหตุให้ทำอย่างนี้
มันเป็นเหตุให้คิดอย่างนี้ อย่างเมื่อตอนเด็ก ถ้าจะเล่นกันแล้วชอบจะเป็นนาย
เด็กอื่นๆ ต้องเป็นลูกน้อง บางทีไปเล่น คิดอยากจะเป็นพระ ก็ตั้งตัวเป็นพระขึ้น
พวกเด็กอื่นๆ เราก็ให้เป็นอุปฐาก ถึงเวลาก็ตีระฆังเพลกึ่ง ๆ ๆ แล้วก็ให้เอาน้ำ
มากิน มันเป็นอย่างนี้ นิสัยมันเป็นอย่างนี้มาเรื่อยๆ แล้วก็มาในระยะหนึ่งโตขึ้นมา
อายุสักประมาณ ๑๕-๑๖ เบื่อไม่อยากจะอยู่กับพ่อกับแม่ คิดอยากจะไปเรื่อยๆ ไม่รู้
ทำไมมันถึงคิดอย่างนั้น มันเป็นอย่างนั้นมาหลายปีเหมือนกัน ไม่รู้มันเบื่ออะไรก็ไม่รู้
อยากไปคนเดียว อยากไปไหนๆ อันนี้เป็นอยู่ระยะหนึ่ง แล้วเราก็ได้มาบวชพระ
อันนี้มันเป็นนิสัย แต่ว่าอันนี้เราก็ไม่รู้มันใช่ไหม แต่ว่าอาการมันเป็นอย่างนี้ตลอดมา



สำหรับท่านพระอาจารย์ตองถึงคราวปฏิบัติจะฝึกตนเอง เกิดมีปัญหอะไร
ไหม

โอ้...หลาย มันมีหลายปัญหาในชีวิตนี้ มันพูดไม่จบละ มากที่สุด วันปฏิบัติ
นะ ทุกข์มาก เช่น บางวันอยู่ตามป่า ฝนตกทั้งคืน นั่งเปียก คิดถึงชีวิตเจ้าของแล้ว
ก็นั่งร้องไห้ น้ำตาก็ไหลทั้งดีใจด้วย ทั้งมีศรัทธา ทั้งเสียใจ บอกไม่ถูกตรงนี้ แต่ก็
ไม่หยุด ใจมันกล้ำมากที่สุด

ที่นี้ถามถึงตอนท่านอาจารย์มาบวชแล้ว

ถึงเวลามันก็บวชได้ เราค่อยๆ ทำไป แต่ว่าให้มีความสนใจอยู่เสมอ
เรื่อยๆ ไป เราจะทำอะไร เช่น มีความรักรูปก็พิจารณา มีความเกลียดรูปก็พิจารณา
มันเป็นของไม่แน่นอนทั้ง ๒ อย่าง พิจารณาเรื่อยๆ ไปจนกว่ามันจะเห็นชัด คนเรานั้น
มันไปติดในความสุขความทุกข์มันจึงเป็นเหตุ อย่างเช่นเรื่องกาม กามนั้นพระ
พุทธเจ้าท่านสอนว่า เหมือนกันกับคนกินเนื้อสัตว์ เมื่อเนื้อมันเข้าไปติดฟันเจ็บปวด
เราก็ไปเอาไม้จิ้มมันออก ก็อ้อ สบาย อีกสักหน่อยก็คิดอยากอีก แล้วก็มากินอีก
เนื้อมันยัดเข้าไปในซี่ฟัน ก็ปวดอีก ก็หาไม้มาแหย่ มันออก โอ้ สบายอีกแล้ว แล้วก็
อยากอีก นี่เรียกว่ามันไม่รู้จัก

เออละนะ เทศน์ให้ฟังเท่านี้ก็พอละ เออพอปานนี้แหละ.



ถ้าใครเห็นธรรมชาติก็เห็นธรรมะ
ถ้าใครเห็นธรรมะก็เห็นธรรมชาติ
ถ้าผู้ใดเห็นธรรมชาติ เห็นธรรมะ
ผู้นั้นก็เป็นผู้รู้จักธรรมะนั้นเอง

๒๗ | ธรรมะธรรมชาติ

บางครั้ง ต้นผลไม้อย่างต้นมะม่วงเป็นดอกออกมาแล้ว บางทีถูกลมพัด มันก็หล่นลงแต่ยังเป็นดอก อย่างนั้นก็ยังมี บางช่อเป็นลูกเล็กๆ ลมก็มาพัดไปหล่นทิ้งไปก็มี บางช่อยังไม่ได้เป็นลูก เป็นดอกเท่านั้น ก็หักไปก็มี

คนเราก็เหมือนกัน บางคนตายตั้งแต่อยู่ในท้อง บางคนคลอดจากท้องอยู่ได้ ๒ วันตายไปก็มี หรืออายุเพียงเดือน ๒ เดือน ๓ เดือน ยังไม่ทันโต ตายไปก็มี บางคนพอเป็นหนุ่มเป็นสาวตายไปก็มี บางคนก็แก่เฒ่าแล้วจึงตายก็มี

เมื่อนึกถึงคนแล้วก็นึกถึงผลไม้ ก็เห็นความไม่แน่นอน แม้นักบวชเราก็มเหมือนกัน บางที่ยังไม่ทันได้บวชเลย ยังเป็นเพียงผ้าขาวอยู่ ก็พาผ้าขาววิ่งหนีไปก็มี บางคนโกนผมเท่านั้น ยังไม่ได้บวชขาวด้วยซ้ำ ก็หนีไปก่อนแล้วก็มี บางคนก็อยู่ได้ ๓-๔ เดือนก็หนีไป บางคนอยู่ถึงบวชเป็น

บรรยายแก่ศิษย์ชาวตะวันตก ที่วัดป่านานาชาติ ระหว่างพรรษา ๒๕๒๐

เถรเป็นพระได้พรรษา ๒ พรรษาก็สึกไปก็มี หรือ ๔-๕ พรรษาแล้วก็สึกไปก็มี เหมือนกับผลไม้ เอาแน่นอนไม่ได้ ดอกไม้ผลไม้ถูกลมพัดตกลงไปเลยไม่ได้สุก จิตใจคนเราก็เหมือนกัน พอถูกอารมณ์มาพัดไป ดิ่งไป ก็ตกไปเหมือนกับผลไม้

พระพุทธเจ้าท่านก็ทรงเห็นเหมือนกัน เห็นสภาพธรรมชาติของผลไม้ ใบไม้ แล้วก็ถึงสภาวะของพระเถร ซึ่งเป็นบริษัทบริวารของท่านก็เหมือนกัน มันเป็นอย่างนั้น ย่อมจะเปลี่ยนเป็นอย่างอื่นไม่ได้ ฉะนั้น ผู้ปฏิบัติถ้ามีปัญญา พิจารณาดูอยู่ ก็ไม่จำเป็นที่จะต้องมีการู้อาจารย์แนะนำพร่ำสอนมากมาย

พระพุทธเจ้าของเราที่จะทรงผนวชในพระชาติที่เป็นพระชนกกุมารนั้น ท่านก็ไม่ได้ศึกษาอะไรมากมาย ท่านไปทรงเห็นต้นมะม่วงในสวนอุทยานเท่านั้น คือวันหนึ่ง พระชนกกุมารได้เสด็จไปชมสวนอุทยานกับพวกอำมาตย์ทั้งหลาย ได้ทรงเห็น ต้นมะม่วงต้นหนึ่งกำลังออกผลงามๆ มากมาย ก็ตั้งพระทัยไว้ว่า ตอนกลับจะแวะ เสวยมะม่วงนั้น

แต่เมื่อพระชนกกุมารเสด็จผ่านไปแล้ว พวกอำมาตย์ก็พากันเก็บผลมะม่วง ตามใจชอบ ฟาดด้วยกระบองบ้าง แล้บ้าง เพื่อให้กิ่งหัก ใบขาด จะได้เก็บผลมะม่วง มากิน

พอตอนเย็น พระชนกกุมารเสด็จกลับ ก็จะทรงเก็บมะม่วงเพื่อจะลองเสวยว่า จะมึรสอร่อยเพียงใด แต่ก็ไม่มีมะม่วงเหลือเลยสักผล มีแต่ต้นมะม่วงที่กิ่งก้านหัก ห้อยเกะกะ ใบก็ขาดวิน เมื่อได้ถามก็ทรงทราบ ว่า พวกอำมาตย์เหล่านั้นได้ใช้ กระบอง ใช้แล้ฟาดต้นมะม่วงนั้นอย่างไม่ปราณี เพื่อที่จะเอาผลของมันมาบริโภค ฉะนั้น ใบของมันจึงขาดกระจัดกระจาย กิ่งของมันก็หักห้อยระเกะระกะ

เมื่อพระองค์ทรงมองมะม่วงอีกต้นหนึ่งที่อยู่ใกล้ๆ กัน ก็ทรงเห็นมะม่วง ต้นนั้นยังมีกิ่งก้านแข็งแรง ใบดกสมบูรณ์ มองดูน่าร่มเย็น จึงทรงดำริว่า เหตุใด จึงเป็นเช่นนั้น ก็ทรงได้คำตอบว่า เพราะมะม่วงต้นนั้นไม่มีผล คนก็ไม่ต้องการมัน ไม่ขว้างปามัน ใบของมันก็ไม่ร่วงหล่น กิ่งของมันก็ไม่หัก



พอพระองค์ทรงเข้าพระทัยในเหตุเท่านั้น ก็พิจารณามาตลอดทางที่เสด็จกลับ ทรงรำพึงว่าที่ทรงมีความทุกข์ยากลำบาก ก็เพราะเป็นพระมหากษัตริย์ต้องทรงห่วงใยราษฎร ต้องคอยป้องกันแผ่นดินจากข้าศึกศัตรูที่คอยจะมาโจมตี ตรงนั้น ทรงนืออยู่วุ่นวาย แม้จะนอนก็ไม่เป็นสุข บรรทมแล้วก็ยังทรงฝันถึงอีก แล้วก็ทรงนึกถึงต้นมะม่วงที่ไม่มีผลต้นนั้น ที่มีใบสดดูร่มเย็น แล้วทรงดำริว่า จะทำอย่างไร ต้นมะม่วงต้นนั้นจะไม่ดีกว่าหรือ

พอถึงพระราชวัง ก็ทรงพิจารณาอยู่แต่ในเรื่องนี้ ในที่สุดก็ตัดสินใจพระทัย ออกทรงผนวช โดยอาศัยต้นมะม่วงนั้นแหละเป็นบทเรียนสอนพระทัย ทรงเปรียบเทียบพระองค์เองกับมะม่วงต้นนั้น แล้วเห็นว่า ถ้าไม่พัวพันอยู่ในเพศฆราวาส ก็จะได้เป็นผู้ไปคนเดียว ไม่ต้องกังวลทุกข์ร้อน เป็นผู้มีอิสระ จึงออกผนวช

หลังจากทรงผนวชแล้ว ถ้ามีผู้ใดทูลถามว่า ใครเป็นอาจารย์ของท่าน พระองค์ก็จะทรงตอบว่า “ต้นมะม่วง” ใครเป็นอุปัชฌาย์ของท่าน พระองค์ก็ทรงตอบว่า “ต้นมะม่วง” พระองค์ไม่ต้องการคำปราถนาอะไรมากมาย เพียงแต่ทรงเห็นต้นมะม่วงนั้นเท่านั้น ก็ทรงโน้มเข้าไปในพระทัย เป็นโอปนยิกธรรม สละราชสมบัติ ทรงเป็นผู้ที่มักน้อย สันโดษ อยู่ในความสงบผ่องใส

นี่คือในสมัยที่พระองค์ (พระพุทธเจ้า) ทรงเป็นพระโพธิสัตว์ ก็ได้ทรงบำเพ็ญธรรมเช่นนี้มาโดยตลอด **อันที่จริง ทุกสิ่งทุกอย่างในโลกนี้มันเตรียมพร้อมที่จะสอนเราอยู่เสมอ ถ้าเราทำปัญญาให้เกิดนิดเดียวเท่านั้น ก็ารู้แจ้งแทงตลอดในโลก**

ต้นไม้เครือเขาเถาวัลย์เหล่านั้น มันแสดงลักษณะอาการตามความจริง ตามธรรมชาติอยู่อย่างนั้นอยู่แล้ว ถ้ามีปัญญาเท่านั้น ก็ไม่ต้องไปถามใคร ไม่ต้องไปศึกษาที่ไหน ดูเอาที่มันเป็นอยู่ตามธรรมชาติเท่านั้น ก็ตรัสรู้ธรรมได้แล้ว เหมือนอย่างพระชนกกุมาร

ถ้าเรามีปัญญา ถ้าเราสังวร ลำรวม ดูอยู่ รู้ อยู่ เห็นอยู่ตามธรรมชาติอันนั้น มันก็ปลงอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ได้เท่านั้น เช่นว่า ต้นไม้ทุกต้นที่เราเห็นอยู่บนพื้นปฐพีนี้ มันก็เป็นไปในแนวเดียวกัน เป็นไปในแนวอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ไม่เป็น

ของแน่นอนถาวรสักอย่าง มันเหมือนกันหมด มีเกิดขึ้นแล้วในเบื้องต้น แปรไปในท่ามกลาง ผลที่สุดก็ดับไปอย่างนี้

เมื่อเราเห็นต้นไม้เป็นอย่างนั้นแล้ว ก็โน้มเข้ามาถึงตัวสัตว์ ตัวบุคคล ตัวเรา หรือบุคคลอื่นก็เหมือนกัน มีความเกิดขึ้นเป็นเบื้องต้น ในท่ามกลางก็แปรไป เปลี่ยนไป ผลที่สุดก็สลายไป นี่คือธรรมะ

ต้นไม้ทุกต้นก็เป็นต้นไม้ต้นเดียวกัน เพราะว่ามันเหมือนกันโดยอาการที่มันเกิดขึ้นมาแล้ว มันก็ตั้งอยู่ ตั้งอยู่แล้วก็แปรไป แล้วมันก็เปลี่ยนไป หายไป เลื่อนไป ดับสิ้นไปเป็นธรรมดา

มนุษย์เราทั้งหลายก็เหมือนกัน ถ้าเป็นผู้มีสติอยู่ รู้อยู่ ศึกษาด้วยปัญญา ด้วยสติสัมปชัญญะ ก็จะได้เห็นธรรมอันแท้จริง คือเห็นมนุษย์เรานี่ เกิดขึ้นมาเป็นเบื้องต้น เกิดขึ้นมาแล้วก็ตั้งอยู่ เมื่อตั้งอยู่แล้วก็แปรไป แล้วก็เปลี่ยนไป สลายไป ถึงที่สุดแล้วก็จบ ทุกคนเป็นอยู่อย่างนี้ ฉะนั้น คนทุกคนในสากลโลกนี้ ก็เป็นอันเดียวกัน ถ้าเราเห็นคนคนเดียวชัดเจนแล้ว ก็เหมือนกับเห็นคนทั้งโลก มันก็เป็นของมันอยู่อย่างนั้น



ทุกสิ่งสารพัดนี้เป็นธรรมชาติที่เรามองไม่เห็นด้วยตา คือใจของเรา เมื่อความคิดเกิดขึ้นมา ความคิดนั้นก็ตั้งอยู่ เมื่อตั้งอยู่แล้วก็แปรไป เมื่อแปรไปแล้ว ก็ดับสูญไปเท่านั้น นี่เรียกว่า “นามธรรม” ลึกแต่ว่าความรู้สึกเกิดขึ้นมา แล้วมัน ก็ดับไป นี่คือความจริง ที่มันเป็นอยู่อย่างนั้นล้วนเป็นอริยสัจธรรมทั้งนั้น ถ้าเรา ไม่มองดูตรงนี้ เราก็ไม่เห็น

ฉะนั้น ถ้าเรามีปัญญา เราก็จะได้ฟังธรรมของพระพุทธเจ้า
 พระพุทธเจ้าอยู่ที่ตรงไหน?
 พระพุทธเจ้าอยู่ที่พระธรรม?
 พระธรรมอยู่ที่ตรงไหน?
 พระธรรมอยู่ที่พระพุทธเจ้า อยู่ตรงนี้แหละ
 พระสงฆ์อยู่ที่ตรงไหน?
 พระสงฆ์อยู่ที่พระธรรม





พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ก็อยู่ในใจของเรา แต่เราต้องมองให้ชัดเจน บางคนเก็บเอาความไปโดยผิวเผิน แล้วอุทานว่า “โอ! พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ อยู่ในใจของฉัน” แต่ปฏิบัติที่นั่นไม่เหมาะไม่สมควร มันก็ไม่เข้ากันกับการที่จะอุทานเช่นนั้น เพราะใจของผู้ที่อุทานเช่นนั้นจะต้องเป็นใจที่รู้ธรรมะ

ถ้าเราตรงไปที่จุดเดียวกันอย่างนี้ ก็จะทำให้เห็นว่าความจริงในโลกนี้มีอยู่นามธรรมคือความรู้สึกนึกคิด เป็นของไม่แน่นอน มีความโกรธเกิดขึ้นมาแล้ว ความโกรธตั้งอยู่ ความโกรธก็แปรไป เมื่อความโกรธแปรไปแล้ว ความโกรธก็สลายไป

เมื่อความสุขเกิดขึ้นมาแล้ว ความสุขนั้นก็ตั้งอยู่ เมื่อความสุขตั้งอยู่แล้ว ความสุขก็แปรไป เมื่อความสุขแปรไปแล้ว ความสุขมันก็สลายไปหมด ก็ไม่มีอะไรมันเป็นของมันอยู่อย่างนี้ทุกกาลเวลา ทั้งของภายใน คือนามรูปนี้ก็เป็นอยู่อย่างนี้ ทั้งของภายนอก คือ ต้นไม้ ภูเขา เถาวัลย์ เหล่านี้ มันก็เป็นของมันอยู่อย่างนี้ นี้เรียกว่า ลัทธิธรรม

ถ้าใครเห็นธรรมชาติก็เห็นธรรมะ ถ้าใครเห็นธรรมะก็เห็นธรรมชาติ ถ้าผู้ใดเห็นธรรมชาติ เห็นธรรมะ ผู้นั้นก็เป็นผู้รู้จักธรรมะนั้นเอง ไม่ใช่อยู่ไกล

ฉะนั้น ถ้าเรามีสติ ความระลึกได้ มีสัมปชัญญะ ความรู้ตัวอยู่ทุกอิริยาบถ การยืน เดิน นั่ง นอน ผู้รู้ทั้งหลายก็พร้อมที่จะเกิดขึ้นมาให้รู้ ให้เห็นธรรมะตามเป็นจริงทุกกาลเวลา

พระพุทธเจ้าของเรานั้นท่านยังไม่ตาย แต่คนมักเข้าใจว่าท่านตายไปแล้ว นิพพานไปแล้ว ความเป็นจริงแล้วพระพุทธเจ้าที่แท้จริงนั้นท่านไม่นิพพาน ท่านไม่ตาย ท่านยังอยู่ ท่านยังช่วยมนุษย์ผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบอยู่ทุกเวลา พระพุทธเจ้านั้นก็คือธรรมะนั้นเอง ใครทำดีต้องได้ดีอยู่วันหนึ่ง ใครทำชั่วมันก็ได้ชั่ว นี้เรียกว่า พระธรรม พระธรรมนั้นแหละเรียกว่าพระพุทธเจ้า และก็ธรรมะนี้แหละที่ทำให้พระพุทธเจ้าของเราเป็นพระพุทธเจ้า

ฉะนั้น พระองค์จึงตรัสว่า “ผู้ใดเห็นธรรม ผู้นั้นเห็นเรา” แสดงว่าพระพุทธเจ้าก็คือพระธรรม และพระธรรมก็คือพระพุทธเจ้า ธรรมะที่พระพุทธเจ้าตรัสรู้นั้น เป็นธรรมะที่มีอยู่ประจำโลก ไม่สูญหาย เหมือนกับน้ำที่มีอยู่ในพื้นแผ่นดิน ผู้ชุดบ่อลงไปให้ถึงน้ำก็จะเห็นน้ำ ไม่ใช่ว่าผู้นั้นไปแต่ไปทำให้น้ำมีขึ้น บุรุษนั้นลงกำลังชุดบ่อเท่านั้น ให้ลึกลงไปให้ถึงน้ำ น้ำก็มีอยู่แล้ว

อันนี้ ฉันใดก็ฉันนั้น พระพุทธเจ้าของเรา ก็เหมือนกัน ท่านไม่ได้ไปแต่งธรรมะ ท่านไม่ได้บัญญัติธรรมะ บัญญัติก็บัญญัติสิ่งที่มีอยู่แล้ว ธรรมะคือความจริงที่มีอยู่แล้ว ท่านพิจารณาเห็นธรรมะ ท่านเข้าไปรู้ธรรม คือรู้ความจริงอันนั้น ฉะนั้น จึงเรียกว่าพระพุทธเจ้าของเราท่านตรัสรู้ธรรม และการตรัสรู้ธรรมนี้เอง จึงทำให้ท่านได้รับพระนามว่า ‘พระพุทธเจ้า’

เมื่อพระองค์ทรงอุบัติขึ้นในโลก พระองค์ก็ทรงเป็นเพียง ‘เจ้าชายสิทธัตถะ’ ต่อมาเมื่อตรัสรู้ธรรมแล้ว จึงได้ทรงเป็น ‘พระพุทธเจ้า’ บุคคลทั้งหลายก็เหมือนกัน ผู้ใดสามารถตรัสรู้ธรรมได้ ผู้นั้นก็เป็นพุทธะ

ดังนั้น พระพุทธเจ้าจึงยังมีอยู่ ยังเมตตากรุณาสัตว์ทั้งหลาย ยังช่วยมนุษย์ สัตว์ทั้งหลายอยู่ ถ้ามนุษย์ผู้ใดมีความประพฤติปฏิบัติดี จงรักภักดีต่อพระพุทธเจ้า ต่อพระธรรม ผู้นั้นก็จะมีคุณงามความดีอยู่ตลอดทุกวัน ฉะนั้น ถ้าเรามีปัญญา ก็ จะเห็นได้ว่า เราไม่ได้อยู่ห่างพระพุทธเจ้าเลย เดียวนี้เราก็ยังนั่งอยู่ต่อหน้าพระพุทธเจ้า เราเข้าใจธรรมะเมื่อใด เราก็เห็นพระพุทธเจ้าเมื่อนั้น ผู้ใดที่ตั้งใจประพฤติปฏิบัติ ธรรมอยู่อย่างสม่ำเสมอแล้ว ไม่ว่าจะนั่ง ยืน เดิน อยู่ ณ ที่ใด ผู้นั้นย่อมได้ฟังธรรม ของพระพุทธเจ้าอยู่ตลอดเวลา

ในการปฏิบัติธรรมนั้น พระพุทธเจ้าทรงสอนให้อยู่ในที่สงบ ล้ำรวมอินทรีย์ ตา หู จมูก ลิ้น กาย จิต นี่เป็นหลักไว้ เพราะสิ่งทั้งหลายเกิดขึ้นที่ตรงนี้ ไม่เกิด ที่อื่น ความดีทั้งหลายเกิดขึ้นที่นี่ ความชั่วทั้งหลายเกิดขึ้นที่นี่ พระพุทธเจ้าจึงให้ ลังวรล้ำรวม ให้รู้จักเหตุที่มันเกิดขึ้น

ความจริง พระพุทธเจ้าท่านทรงบอกทรงสอนไว้หมดทุกอย่างแล้ว เรื่องศีล กิเลส สมบัติ กิเลส ปัญญา กิเลส ตลอดจนข้อประพฤติปฏิบัติทุกประการ ก็ทรงพร่ำสอนไว้หมดทุกอย่าง เราไม่ต้องไปคิด ไปบัญญัติอะไรอีกแล้ว เพียงให้ทำตามในสิ่งที่ท่านทรงสอนไว้เท่านั้น นับว่าพวกเราเป็นผู้มีบุญ มีโชคอย่างยิ่งที่ได้มาพบหนทางที่ท่านทรงแนะนำบอกไว้แล้ว คล้ายกับว่าพระพุทธเจ้าท่านทรงสร้างสวนผลไม้ที่อุดมสมบูรณ์พร้อมไว้ให้เรา แล้วก็เชิญให้พวกเราทั้งหลายไปกินผลไม้ในสวนนั้น โดยที่เราไม่ต้องออกแรงทำอะไรในสวนนั้นเลย เช่นเดียวกับคำสอนในทางธรรม ที่พระองค์ทรงสอนหมดแล้ว ยังขาดแต่บุคคลที่จะมีศรัทธาเข้าไปประพฤติปฏิบัติเท่านั้น

ฉะนั้น พวกเราทั้งหลายจึงเป็นผู้ที่มีโชคมีบุญมาก เพราะเมื่อมองไปที่สัตว์ทั้งหลายแล้ว จะเห็นว่า สัตว์ทั้งหลายเหล่านั้น เช่น วัว ควาย หมู หมา เป็นต้น เป็นสัตว์ที่อากัปกมาก เพราะไม่มีโอกาสที่จะเรียนธรรม ไม่มีโอกาสที่จะปฏิบัติธรรม ไม่มีโอกาสที่จะรู้ธรรม ฉะนั้น ก็หมดโอกาสที่จะพ้นทุกข์ จึงเรียกว่าเป็นสัตว์ที่อากัปก เป็นสัตว์ที่ต้องเสวยกรรมอยู่

ด้วยเหตุนี้ มนุษย์ทั้งหลายจึงไม่ควรทำตัวให้เป็นมนุษย์ที่อากัปก คือไม่มีข้อประพฤติ ไม่มีข้อปฏิบัติ อย่าให้เป็นคนอากัปก คือคนหมดหวังจากมรรค ผล นิพพาน หมดหวังจากคุณงามความดี อย่าไปคิดว่าเราหมดหวังเสียแล้ว ถ้าคิดอย่างนั้นจะเป็นคนอากัปกเหมือนสัตว์เดรัจฉานทั้งหลาย คือไม่อยู่ในข่ายของพระพุทธเจ้า

ฉะนั้น เมื่อมนุษย์เป็นผู้มีบุญวาสนาบารมีเช่นนี้แล้ว จึงควรที่จะปรับปรุงความรู้ ความเข้าใจ ความเห็นของตนให้อยู่ในธรรม จะได้รู้ธรรม เห็นธรรม ในชาติกำเนิดที่เป็นมนุษย์นี้ ให้สมกับที่เกิดมาเป็นสัตว์ที่ควรตรัสรู้ธรรมได้

ถ้าหากเราคิดไม่ถูก ไม่ได้ประพฤติปฏิบัติ มันก็จะกลับไปเป็นสัตว์เดรัจฉาน เป็นสัตว์นรก เป็นเปรต เป็นอสุรกาย เป็นยักษ์ เป็นผี เป็นสารพัดอย่าง มันจะเป็นอย่างไปได้อย่างไร ก็ขอให้มองดูในจิตของเราเอง

เมื่อความโกรธเกิดขึ้น มันเป็นอย่างไร นั่นแหละ!
เมื่อความหลงเกิดขึ้นแล้ว มันเป็นอย่างไร นั่นแหละ!
เมื่อความโลภเกิดขึ้นแล้ว มันเป็นอย่างไร นั่นแหละ!

สภาวะทั้งหลายเหล่านี้แหละ มันเป็นภาพ แล้วก็ป็นชาติ เป็นความเกิด ที่เป็น
ไปตามสภาวะแห่งจิตของตน.





การทำจิตของเรา
ให้มีรากฐานคือกรรมฐาน
เอาลมหายใจเข้าออกเป็นรากฐาน
เรียกว่า อานาปานสติ
ลมหายใจนี้เป็นมงกุฎกรรมฐาน
มาแต่ครั้งดึกดำบรรพ์

๒๘ | ธรรมปฏิบัติสังสาร

อาตมาดีใจที่โยมได้มาเยี่ยมพระลูกชาย และพักอยู่ที่วัดหนองป่าพง
อีกไม่กี่วันก็จะกลับไปแล้ว เลยถือโอกาสมาแสดงความดีใจ แต่ก็ไม่มีอะไร
จะฝาก วัตถุสิ่งของอะไรที่ประเทศฝรั่งเศสนั้นก็มามากมายอยู่แล้ว แต่
ธรรมะที่จะบำรุงจิตใจของเราให้สงบระงับ ดูเหมือนจะไม่ค่อยมีเท่าไร

อาตมาไปสังเกตการณ์แล้ว เห็นมีแต่เรื่องที่จะทำให้เราวุ่นวายยุ่งยาก
ลำบากตลอดกาลตลอดเวลา เจริญไปด้วยวัตถุหลายอย่าง เป็นกามารมณ์
มีรูป มีเสียง มีกลิ่น มีรส มีโผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ เป็นที่ยั่ววนของ

บรรยายแก่ พระ เณร และฆราวาส ชาวต่างประเทศ โยมบิดามารดาของพระชาวตะวันตก
ที่เดินทางมาจากฝรั่งเศส เพื่อเยี่ยมพระลูกชาย ที่วัดป่านานาชาติ เมื่อ ๑๐ ตุลาคม ๒๕๒๐



บุคคลที่ไม่รู้จักกรรมะ ให้มีความวุ่นวายมาก ฉะนั้น จึงขอฝากกรรมะเพื่อไปปฏิบัติ ที่ประเทศฝรั่งเศส เนื่องจากวัดหนองป่าพงและวัดป่ามหาชาติไปแล้ว

กรรมะนี้เป็นสภาวะอันหนึ่ง ซึ่งจะตัดปัญหาความยุ่งยากลำบากในใจของ มนุษย์ทั้งหลายให้น้อยลง จนกระทั่งหมดไป สภาวะอันนี้เรียกว่ากรรม เราควร จะศึกษา เอาไปศึกษาประจำวันและประจำชีวิต เมื่อมีอารมณ์อันใดมากระทบกระทั่ง เกิดขึ้น จะได้แก้ปัญหามันได้ เพราะปัญหานี้มีทุกคน ไม่เฉพาะว่าเมืองไทยหรือ เมืองนอก มันมีทุกแห่ง ถ้าคนไม่รู้จักแก้ปัญหมาแล้ว ก็มีความทุกข์ความเดือดร้อน เป็นธรรมดา เมื่อปัญหาเกิดขึ้นมาแล้ว หนทางที่จะแก้ไขมันก็คือ ปัญญา สร้างปัญญา อบรมปัญญา คือทำปัญญาให้เกิดขึ้นในจิตใจของเรา

สำหรับข้อประพจน์ปฏิบัตินั้นก็ไม่มีอะไรมากอื่นไกล อยู่ในตัวของเราเอง มีกายกับใจ คนเมืองนอกก็เหมือนกัน คนเมืองไทยก็เหมือนกัน มีกายกับใจเท่านั้น ที่วุ่นวาย เป็นผู้วุ่นวาย ฉะนั้นผู้สงบระงับ ต้องมีกายกับใจสงบ

ความเป็นจริงนั้น ใจของเรามันก็เป็นปกติอยู่ เปรียบเหมือนน้ำฝน เป็น น้ำสะอาด มีความใสสะอาดบริสุทธิ์เป็นปกติ ถ้าหากเราเอาสีเขียวใส่เข้าไป เอา สีเหลืองใส่เข้าไป น้ำก็จะกลายเป็นสีเขียวสีเหลืองไป

จิตเรานี้ก็เหมือนกัน เมื่อไปถูกอารมณ์ที่ชอบใจ ใจก็ดีใจก็สบาย เมื่อถูก อารมณ์ไม่ชอบใจแล้ว ใจนั้นก็ขุ่นมัวไม่สบาย เหมือนกันกับน้ำที่ถูกสีเขียว ก็เขียวไป ถูกสีเหลืองก็เหลืองไป เปลี่ยนสีไปเรื่อย

ความเป็นจริงนั้น น้ำที่มันเขียว มันเหลือง ปกติของมันก็เป็นน้ำใสสะอาด บริสุทธิ์ คือน้ำฝน ปกติของจิตเรานี้ก็เหมือนกัน เป็นจิตที่ใสสะอาด เป็นจิตที่มีปกติ ไม่วุ่นวาย ที่จะวุ่นวายนั้นเพราะมันเป็นไปกับอารมณ์ มันหลงอารมณ์ พูดยให้เห็นชัด อย่างขณะนี้เรานั่งอยู่ในป่า มีความสงบเหมือนกันกับใบไม้ ใบไม้ นั้น ถ้าไม่มีลมพัด มันก็นิ่ง สงบระงับอยู่ ถ้ามีลมมาพัด ใบมันก็กวัดแกว่งไปตามลม

จิตใจนี้ก็เหมือนกัน ถ้าอารมณ์มาถูก มันก็กวัดแกว่งไปตามอารมณ์ ยิ่งมันไม่รู้เรื่องธรรมะแล้ว ก็ยิ่งปล่อยไปตามอารมณ์ของเจ้าของเรื่อยไป อารมณ์สุขก็ปล่อยตามไป อารมณ์ทุกข์ก็ปล่อยตามไป วุ่นวายไปเรื่อย ๆ จนชาวมนุษย์ทั้งหลายเกิดเป็นโรคประสาท เพราะไม่รู้เรื่อง ปล่อยไปตามอารมณ์ ไม่รู้จักตามรักษาจิตของเจ้าของ จิตของเราเมื่อไม่มีใครตามรักษา มันก็เหมือนคนคนหนึ่งที่ปราศจากพ่อแม่ที่จะดูแล เป็นคนอนาถา คนอนาถานั้นเป็นคนที่ขาดที่พึ่ง คนที่ขาดที่พึ่งก็เป็นทุกข์ จิตนี้ก็เหมือนกัน ถ้าหากขาดการอบรมบ่มนิสัย ทำให้ความเห็นให้ถูกต้องแล้ว จิตนี้ก็ลำบากมาก

ในทางพุทธศาสนา การทำจิตให้สงบระงับนี้ ท่านเรียกว่าการทำกรรมฐาน ฐานคือเป็นที่ตั้ง กรรมคือการทำงานที่เราจะต้องทำขึ้น ให้มีกายเราเป็นส่วนหนึ่ง จิตเราเป็นอีกส่วนหนึ่ง มีสองอย่างเท่านั้นแหละ กายนี้เป็นสภาวะธรรม เป็นรูปธรรมที่เรามองเห็นได้ด้วยตาของเรา จิตเป็นสภาวะธรรมอันหนึ่ง เป็นนามธรรมซึ่งไม่มีรูป มองด้วยตาไม่ได้ แต่เป็นของมีอยู่ ตามภาษาสามัญก็เรียกว่า กายกับใจ กายเรามองเห็นได้ด้วยตาเนื้อ จิตมองเห็นได้ด้วยตาใจ คือตาใจ มีอยู่ ๒ อย่างเท่านั้น มันวุ่นวายกัน

ฉะนั้น การฝึกจิตที่จะฝากโยมวันนี้ ก็คือเรื่องกรรมฐาน ให้ไปฝึกจิต เอาจิตพิจารณากาย

จิตนี่คืออะไร จิตมันก็ไม่คืออะไร มันถูกสมมุติว่า คือ ความรู้สึก ผู้ที่รู้สึก อารมณ์ ผู้ที่รับรู้อารมณ์ทั้งหลายในที่นี้เรียกว่าจิต ใครเป็นผู้รับรู้ ผู้รับรู้นั้นถูกเขาเรียกว่า ‘จิต’ รับรู้อารมณ์ที่สุขบ้าง อารมณ์ที่ทุกข์บ้าง อารมณ์ดีใจบ้าง อารมณ์เสียใจบ้าง ใครมีภาวะที่จะรับรู้อารมณ์เหล่านี้ ท่านเรียกว่า จิต

อย่างเช่น อาตมาพูดให้ฟังขณะนี้ จิตเรายังมี จิตรับรู้ ว่า พูดอะไร อย่างไร มันเข้าไปทางหู รู้ว่าพูดอะไร เป็นอย่างไร ก็รู้จัก ผู้รับรู้นี้เรียกว่า จิต

จิตไม่มีตัว จิตไม่มีตน จิตไม่มีรูป จิตเป็นผู้รับรู้อารมณ์เท่านั้น ไม่ใช่อื่น ถ้าหากว่าเราสั่งสอนจิตอันนี้ ให้มีความเห็นที่ถูกต้องดีแล้ว จิตนี้ก็จะไม่มีปัญหา จิตก็จะสบาย จิตก็เป็นจิต อารมณ์ก็เป็นอารมณ์ อารมณ์ไม่เป็นจิต จิตไม่เป็นอารมณ์



เราพิจารณาจิตกับอารมณ์นี้ให้เห็นชัด จิตเป็นผู้รับรู้อารมณ์ที่จรเข้ามา จิตกับอารมณ์สองอย่างนี้มากระทบกันเข้า ก็เกิดความรู้สึกทางจิต ดีบ้าง ชั่วบ้าง ร้อนบ้าง เย็นบ้าง สารพัดอย่าง ทีนี้เมื่อเราไม่มีปัญญาแก้ไข ปัญหาทั้งหลายเหล่านี้ก็ทำจิตของเราให้ยุ่ง

การทำจิตของเราให้มีรากฐานคือกรรมฐาน เอลมหายใจเข้าออกเป็นรากฐาน เรียกว่า ‘อานาปานสติ’ ทีนี้จะยกเอลมเป็นกรรมฐาน เป็นอารมณ์

การทำกรรมฐานมีหลายอย่างมากมาย มันก็ยากลำบาก เอลมนี้เป็นกรรมฐานดีกว่า เพราะว่าลมหายใจนี้เป็นมงกุฎกรรมฐานมาแต่ครั้งดึกดำบรรพ์มาแล้ว พอเรามีโอกาสดีๆ เราเข้าไปนั่งสมาธิ เอามือขวาทับมือซ้าย เอาขาขวาทับขาซ้าย ตั้งกายให้ตรง แล้วก็นึกในจิตของเราว่า บัดนี้เราจะวางภาระทุกสิ่งทุกอย่างให้หมดไป ไม่เอาอะไรมาเป็นเครื่องกังวล ปล่อย ปล่อยให้หมด แม้จะมีธุระอะไรอยู่มากมาย ก็ปล่อย ปล่อยให้ทิ้งในเวลานั้น สอนจิตของเราว่าจะกำหนดตามลมอันนี้ ให้มีความรู้สึกอยู่แต่ลมอันเดียวแล้วก็หายใจเข้า หายใจออก

การกำหนดลมหายใจนั้น อย่าให้มันยาว อย่าให้มันสั้น อย่าให้มันค่อย อย่าให้มันแรง ให้มันพอดีๆ

สติคือความระลึกได้ สัมปชัญญะคือความรู้ตัวอันเกิดจากจิตนั้น ให้รู้วาลมออก ให้รู้วาลมเข้า สบาย ไม่ต้องนึกอะไร ไม่ต้องไปคิดโน่น ไม่ต้องไปคิดนี่ ในเวลาปัจจุบันนี้ เรามีหน้าที่ที่จะกำหนดลมหายใจเข้าลมหายใจออกอย่างเดียว ไม่มีหน้าที่ที่จะไปคิดอย่างอื่น ให้มีสติความระลึกได้ตามเข้าไป และสัมปชัญญะความรู้ตัวว่า บัดนี้ เราหายใจอยู่ เมื่อลมเข้าไป ต้นลมอยู่ปลายจมูก กลางลมอยู่หทัย ปลายลมอยู่สะดือ เมื่อหายใจออก ต้นลมอยู่สะดือ กลางลมอยู่หทัย ปลายลมอยู่จมูก ให้รู้สึกอย่างนี้

หายใจเข้า : ๑. จมูก ๒. หทัย ๓. สะดือ

หายใจออก : ๑. สะดือ ๒. หทัย ๓. จมูก

การกำหนดอยู่ ๓ อย่างนี้ หายความกังวลหมด ไม่ต้องคิดเรื่องอื่น กำหนดเข้าไป ให้รู้ต้นลม กลางลม ปลายลม สม่่าเสมอ แล้วต่อขึ้นไป จิตของเราจะมีความรู้สึก ต้นลม กลางลม ปลายลม ตลอดเวลา

เมื่อทำไปเช่นนี้ จิตอันควรแก่การงานก็จะเกิดขึ้น กายก็ควรแก่การงาน การขบเมื่อยทั้งหลายจะค่อยๆ หายไปเรื่อยๆ กายก็จะเบาขึ้น จิตก็จะรวมเข้าลมหายใจก็จะละเอียดเข้า น้อยลงๆ เราทำแบบนี้เรื่อยๆ จนกว่าจิตมันจะสงบระงับลงเป็นหนึ่ง

เป็น “หนึ่ง” คือจิตมันจะฝักใฝ่อยู่กับลม ไม่แยกไปที่อื่น ไม่วุ่นวาย ต้นลมก็รู้จัก กลางลมก็รู้จัก ปลายลมก็รู้จัก เมื่อจิตสงบระงับแล้ว เราจะรู้อยู่แต่ต้นลม ปลายลมก็ได้ ไม่ต้องตามลมไป เอาแต่ปลายจุมูกว่า มันออก มันเข้า จิตเป็นหนึ่งอยู่กับลมหายใจเข้าออกอันเดียวตลอดไป

การทำจิตเช่นนี้ เรียกว่า ทำจิตให้สงบ ทำจิตให้เกิดปัญญา อันนี้เป็นเบื้องต้น เป็นรากฐานของกรรมฐาน ให้พยายามทำทุกวันๆ จะอยู่ที่ไหนก็ได้ จะอยู่บ้านก็ได้ จะอยู่ในรถก็ได้ อยู่ในเรือก็ได้ นั่งอยู่ก็ได้ นอนอยู่ก็ได้ ให้เรามีสติสัมปชัญญะควบคุมอยู่ตลอดเวลา อันนี้เรียกว่าการภาวนา

การภาวนานี้ ทำได้ในอิริยาบถทั้ง ๔ ไม่ใช่จะนั่งอย่างเดียว จะยืนก็ได้ จะนอนก็ได้ จะเดินก็ได้ ขอแต่ให้เรามีสติกำหนดอยู่เสมอว่า บัดนี้ จิตใจของเราอยู่ในลักษณะอย่างไร มีอารมณ์อันใดอยู่ จิตเป็นสุขไหม จิตเป็นทุกข์ไหม จิตวุ่นวายไหม จิตสงบไหม ให้เรารู้เห็นอย่างนี้ หมายความว่า ให้รู้จักความรับผิดชอบของจิตอยู่ตลอดเวลา นี้เรียกว่า การทำจิตของเราให้สงบ

เมื่อจิตสงบแล้ว ปัญญามันจะเกิด ปัญญามันจะรู้ ปัญญามันจะเห็น เอาจิตที่สงบพิจารณาร่างกายของเราตั้งแต่ศีรษะลงไปหาปลายเท้า ตั้งแต่ปลายเท้าขึ้นมาหาศีรษะ พิจารณากลับไปกลับมาอยู่เรื่อย ให้เห็นเกสา โลมา นขา ทันตา ตาใจ เป็นกรรมฐาน ให้เห็นว่า รูปร่างกายทั้งหลายนี้ มีดิน มีน้ำ มีลม มีไฟ กลุ่มทั้ง ๔ กลุ่มนี้



ท่านเรียกว่า กรรมฐาน เรียกว่า ธาตุ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม มาประชุมกันเข้า เรียกว่ามนุษย์ เรียกว่าสัตว์

พระบรมศาสดาของท่านสอนว่า อันนี้สักแต่ว่าธาตุเท่านั้น อวัยวะร่างกายของเรา สิ่งที่ยืนแข็ง มันเป็นธาตุดิน สิ่งที่ยืดหยุ่นไหลเวียนไปในร่างกาย ท่านเรียกว่า ธาตุน้ำ ลมพัดขึ้นเบื้องบนลงเบื้องต่ำ ท่านเรียกว่า ธาตุลม ความร้อนอบอุ่นในร่างกาย ท่านเรียกว่า ธาตุไฟ

คนคนหนึ่ง เมื่อแยกออกแล้ว มี ๔ อย่างนี้เท่านั้น คือมีดิน น้ำ ลม ไฟ สัตว์ไม่มี มนุษย์ไม่มี ไทยไม่มี ฝรั่งเศสไม่มี เขมรไม่มี ญี่ปุ่นไม่มี ลาวไม่มี ไม่มีใครมีดิน มีน้ำ มีไฟ มีลม เท่านั้นที่เป็นอยู่ แล้วสมมุติว่าเป็นบุคคล เป็นสัตว์ขึ้นมา

ความเป็นจริงไม่มีอะไร ดินก็ดี น้ำก็ดี ลมก็ดี ไฟก็ดี ที่ประกอบกันเรียกว่า มนุษย์นี้ เป็นไปด้วยอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา คือเป็นของไม่แน่นอน เป็นของไม่ยั่งยืน เป็นของหมุนเวียนเปลี่ยนแปลงไป แปรไปอยู่อย่างนี้ ไม่ยั่งยืนอยู่กับที่ แม้แต่ร่างกายของเราก็ไม่แน่ไม่นอน เคลื่อนไหวไปมาอยู่เสมอ เปลี่ยนไป ผมงก็เปลี่ยนไป ขนก็เปลี่ยนไป หนังก็เปลี่ยนไป สารพัดอย่าง มันเปลี่ยนแปลงไป เปลี่ยนไปหมด

จิตใจของเรานี้ก็เหมือนกัน มันก็ไม่ใช่ตัว ไม่ใช่ตน ไม่ใช่เรา ไม่ใช่เขา ที่คิดไปสารพัดอย่าง มันไม่แน่นอน บางทีคิดฆ่าตัวตายเลยก็ได้ บางทีคิดสุขก็ได้ บางทีคิดทุกข์ก็ได้ ถ้าเราไม่มีปัญญา เราก็มองเชื่อจิตอันนี้ มันก็โง่ทึบเราเรื่อยไป เป็นทุกข์บ้าง เป็นสุขบ้าง สลับซับซ้อนกันไป

จิตนี้มันก็เป็นของไม่แน่นอน กายนี้ก็เป็นของไม่แน่นอน รวมแล้วเป็นอนิจจัง รวมแล้วเป็นทุกข์ รวมแล้วเป็นอนัตตา สิ่งทั้งหลายเหล่านี้ พระบรมครูของเราท่านว่า ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัว ไม่ใช่ตน ไม่ใช่เรา ไม่ใช่เขา เรียกว่า ธาตุ คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ เท่านั้นเอง

เอาจิตของเราพิจารณาลงไปให้มันเห็นชัด เมื่อมันเห็นชัดแล้ว อุปาทานที่
 ถือว่า เราสวยบ้าง เรางามบ้าง เราดีบ้าง เราชั่วบ้าง เรามีบ้าง เราอะไรๆ หลากอย่าง
 มันก็ถอนไป ถอนไปเห็นสภาวะอันเดียวกัน เห็นมนุษย์ ลัทธิทั้งหลายเป็นอันเดียวกัน
 เห็นไทยเป็นอันเดียวกันกับฝรั่ง เห็นฝรั่งเป็นอันเดียวกันกับไทย เมื่อจิตเราเห็นเช่นนี้
 มันก็ถอนอุปาทานความยึดมั่นถือมั่นออกจากจิตใจของเรา

เมื่อพิจารณาเห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาแล้ว มันก็น่าสังเวช ถอนอุปาทาน
 ออกแล้ว ไม่ได้ไปยึดว่าเป็นตัว ว่าเป็นตน ว่าเป็นเรา ว่าเป็นเขา จิตใจเห็นเช่นนี้
 มันก็เกิดนิพพิทา ความเบื่อหน่าย คลายความกำหนัด คือเห็นว่ามันเป็นของไม่เที่ยง
 เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา แล้วจิตใจของเราก็หยุด จิตใจเราก็เป็นธรรมะ ราคะก็ดี โทสะ
 ก็ดี โมหะก็ดี มันก็ลดน้อยถอยลงไปทุกทีๆ ผลที่สุดเหลือแต่ธรรม คือจิตนี้เป็นอยู่
 เท่านั้น นี้เรียกว่า การทำกรรมฐาน

ฉะนั้น จึงขอฝากโยมเอาไปพิจารณา เอาไปศึกษาประจำวันประจำชีวิต เอาไว้
 เป็นมรดกติดตัวสืบไป โยมเอาไปพิจารณาแล้ว ใจก็จะสบาย ใจก็จะไม่วุ่นวาย ใจก็
 จะสงบระงับ

กายวุ่นวายก็ช่างมัน ใจไม่วุ่นวาย

เขาวุ่นวายในโลก เราไม่วุ่นวาย ถึงความวุ่นวายในเมืองนอกมากมาย เราก็
 ไม่วุ่นวาย เพราะจิตเราเห็นแล้ว เป็นธรรมะแล้ว อันนี้เป็นหนทางที่ดี ที่ถูกต้อง

ฉะนั้น จงจำคำสอนนี้ไว้ต่องๆ ไป.



ท่านให้วางทั้งสุขและทุกข์
การวางทางทั้งสองได้นี้เป็นสัมมาปฏิบัติ
ท่านเรียกว่าเป็นทางสายกลาง

๒๙ | ทางสายกลาง

พระพุทธโฆษาจารย์ของสมเด็จพระสังฆราชเจ้าท่านทรงเตือนให้เราระละความชั่วประพฤติกความดี เมื่อละความชั่วประพฤติกความดีแล้วที่สุดก็ทรงสอนให้ละสิ่งทั้ง ๒ นี้ไปเสียด้วย ฉะนั้น วันนี้จึงจะขอให้คติในเรื่องทางสายกลาง คือให้ละให้ได้ หรือหลีกเลี่ยงให้พ้นจากสิ่งทั้ง ๒ นั้น ทั้งดีทั้งชั่ว ทั้งบุญทั้งบาปที่เป็นสุขเป็นทุกข์ทั้งหลายเหล่านี้แหละ

จุดมุ่งหมายปลายทางของการอธิบายธรรมะของสมเด็จพระสังฆราชเจ้าของเราท่านที่จริงก็คือให้พ้นจากทุกข์นั่นเอง แต่ก่อนที่จะพ้นจากทุกข์ได้นั้น เราต้องมาทำความเข้าใจกันให้มันตรง ให้มันแน่นอน ถ้าเข้าใจไม่ตรงไม่แน่นอนแล้ว ก็จะลงสู่ความสงบไม่ได้ ฉะนั้น เมื่อสมเด็จพระบรมศาสดาท่านตรัสรู้แล้ว และท่านประกาศศาสนานี้ขึ้น เบื้องแรกท่านยกทางทั้ง ๒ ขึ้นมาว่าเลย คือ *กามสุขัลลิกานุโยโค* และ *อัสตติกิลมถานุโยโค*

บรรยายด้วยภาษาพื้นเมือง แต่พระภิกษุ สามเณรและฆราวาส เมื่อปี ๒๕๑๓



ทางทั้ง ๒ อย่างนี้ เป็นทางที่ลุ่มหลง เป็นทางที่พวกเสพกามหลงติดอยู่ ซึ่งย่อมไม่ได้รับความสงบระงับ เป็นหนทางที่วนเวียนอยู่ในวัฏสงสาร

สมเด็จพระบรมศาสดา ท่านทรงเห็นสัตว์ทั้งหลายติดอยู่ในทางทั้ง ๒ ไม่เห็นทางสายกลางของธรรมะ ท่านจึงทรงยกทางทั้ง ๒ ขึ้นมาแสดงให้เห็นโทษในทางทั้งสองนั้น ถึงเช่นนั้นพวกเราทั้งหลายก็ยังคงพากันติดพากันปรารถนาอยู่รำไป ฉะนั้น พระพุทธองค์จึงตรัสว่า ทางทั้ง ๒ อย่างนั้นเป็นทางที่ลุ่มหลง ไม่ใช่ทางของสมณะ คือไม่ใช่ทางที่สงบระงับ

อรรถกถาอรรถกถาโยโค และ กามสุขัลลิกานุโยโค ก็คือทางตั้งและทางหย่อนนั่นเอง ถ้าเราน้อมเข้ามาพิจารณาให้เห็นในปัจจุบัน ทางตั้งก็คือความโกรธ อันเป็นทางเศร้าหมอง ท่านเรียก อรรถกถาอรรถกถาโยโค เดินไปแล้วก็เป็นทุกข์ลำบาก กามสุขัลลิกานุโยโค ก็คือความดีใจความพอใจ ความดีใจนี้ก็เป็นทางไม่สงบ ทางทุกข์ก็เป็นทางไม่สงบ ทางสุขก็เป็นทางไม่สงบ เราจะเห็นได้ว่า สมเด็จพระบรมศาสดา ท่านตรัสว่า เมื่อได้เห็นความสุขแล้ว ให้พิจารณาความสุขนั้น ท่านไม่ให้ติดอยู่ในความสุข คือท่านให้วางทั้งสุขและทุกข์ การวางทางทั้ง ๒ ได้นี้เป็นสัมมาปฏิบัติ ท่านเรียกว่าเป็นทางสายกลาง

คำว่า “ทางสายกลาง” ไม่ได้หมายถึงในด้านกายและวาจาของเรา แต่หมายถึงในด้านจิตใจ เมื่อถูกอารมณ์มากกระทบ ถ้าอารมณ์ที่ไม่ถูกใจมากกระทบกระทั่งก็ทำให้วุ่นวาย ถ้าจิตวุ่นวายหวั่นไหวเช่นนี้ ก็ไม่ใช่หนทาง เมื่ออารมณ์ที่ชอบใจดีใจเกิดขึ้นมาแล้ว ก็ดีอกดีใจ ติดแน่นอยู่ในกามสุขัลลิกานุโยโค อันนี้ก็ไม่ใช่หนทาง

มนุษย์เราทั้งหลายไม่ต้องการทุกข์ ต้องการแต่สุข ความจริงสุขนั้นก็คือทุกข์อย่างละเอียดนั่นเอง ส่วนทุกข์ก็คือทุกข์อย่างหยาบ พุดอย่างง่าย ๆ สุขและทุกข์นี้ก็เปรียบเสมือนงูตัวหนึ่ง ทางหัวมันเป็นทุกข์ ทางหางมันเป็นสุข เพราะถ้าลูบทางหัวมันมีพิษ ทางปากมันมีพิษ ไปใกล้ทางหัวมัน มันก็กัดเอา ไปจับหางมันก็ดูเหมือนเป็นสุข แต่ถ้าจับไม่วาง มันก็หันกลับมากัดได้เหมือนกัน เพราะทั้งหัวงูและหางงูมันก็อยู่ในงูตัวเดียวกัน

ความดีใจ ความเสียใจ มันก็เกิดจากพ่อแม่เดียวกัน คือตัณหา ความ
 ลุ่มหลงนั่นเอง ฉะนั้น บางทีเมื่อมีสุขแล้วใจก็ยังไม่สบาย ไม่สงบ ทั้งที่ได้สิ่งที่พอใจ
 แล้ว เช่น ได้ลาภ ยศ สรรเสริญ ได้มาแล้วดีใจก็จริง แต่มันก็ยังไม่สงบจริงๆ
 เพราะยังมีความเคลือบแคลงใจว่ามันจะสูญหายไป กลัวมันจะหายไป ความกลัว
 นี้แหละเป็นต้นเหตุให้มันไม่สงบ บางทีมันเกิดสูญหายไปจริงๆ ก็ยังเป็นทุกข์มาก
 นี้หมายความว่าถึงจะสุขก็จริง แต่ก็มีทุกข์ต้องอยู่ในนั้นด้วย แต่เราไม่รู้จัก
 เหมือนกันกับที่เราจับงู ถึงแม้ว่าเราจับหางมันก็จริง ถ้าจับไม่วางมันก็หันกลับมา
 กัดได้ ฉะนั้น หัวงูก็ดี หางงูก็ดี บาบงูก็ดี บุญงูก็ดี อันนี้อยู่ในวงวิภวัญญะหมุนเวียน
 เปลี่ยนแปลง ดังนั้น ความสุข ความทุกข์ ความดี ความชั่ว ก็ไม่ใช่หนทาง

ศีล สมาธิ ปัญญา นั้น ถ้าหากพูดกันตามลักษณะตามความเป็นจริงแล้ว
 ก็ไม่ใช่แก่นศาสนาหรือตัวศาสนา แต่เป็นหนทางนำไปสู่ตัวศาสนา ฉะนั้น ท่าน
 จึงเรียกว่า ศีล สมาธิ ปัญญา ทั้งสามอย่างนี้ว่า ‘มรรค’ อันแปลว่า ‘หนทาง’
 ตัวศาสนา คือ ‘ความสงบระงับ’ อันเกิดจากความรู้เท่าในความจริง ในธรรมชาติ
 ของความเป็นจริงที่เกิดอยู่เป็นอยู่ ซึ่งถ้าได้นำมาพิจารณาดูอย่างละเอียดแล้ว ก็
 เห็นว่าความสงบนั้นไม่ใช่ทั้งความสุขและความทุกข์ ฉะนั้น สุขและทุกข์จึงไม่ใช่
 เป็นของจริง

พระพุทธองค์ทรงสอนให้รู้ตัวเอง ให้เห็นตัวเอง ให้พิจารณาตัวเอง เพื่อให้
 เห็นจิตของตนเอง ความจริง “จิตเดิม” ของมนุษย์นั้นเป็นธรรมชาติที่ไม่หวั่นไหว
 เป็นธรรมชาติที่ทรงอยู่นั่นอยู่น้อยอย่างนั้น แต่ที่มีความดีใจเสียใจ หรือความทุกข์
 ความสุขเกิดขึ้นนั้น เพราะขณะนั้นมันไปหลงอยู่ในอารมณ์ จึงเป็นเหตุให้เคลื่อนไหว
 ไปมา แล้วก็เกิดความยึดมั่นถือมั่นขึ้นในสิ่งทั้งหลายเหล่านั้น

สมเด็จพระบรมศาสดาท่านตรัสสอนไว้แล้วทุกอย่างในเรื่องการประพฤติ
 ปฏิบัติ แต่พวกเราทั้งหลายยังไม่ได้ปฏิบัติกัน หรือไม่ก็ปฏิบัติแต่ปากเท่านั้น **หลัก**
ของพระพุทธศาสนานั้น ไม่ใช่การจะมาพูดกันเฉยๆ หรือด้วยการเดา หรือการคิด
เอาเอง หลักของพระพุทธศาสนาที่แท้จริงคือ ความรู้เท่าความจริงตามความจริง



นั่นเอง ถ้ารู้เท่าตามความเป็นจริงนี้แล้ว การสอนก็ไม่จำเป็น แต่ถ้าไม่รู้ถึงความ เป็นจริงอันนี้ แม้จะฟังคำสอนเท่าใด ก็เหมือนกับไม่ได้ฟัง

พระพุทธรองค์ตรัสว่า พระองค์เป็นเพียงผู้บอกทางเท่านั้น แต่ไม่สามารถ
จะทำแทนหรือปฏิบัติแทนได้ เพราะธรรมชาติทั้งหลายหรือความจริงอันนี้ เป็นสิ่ง
ที่จะต้องพิจารณาเอง ปฏิบัติเอง คำสอนต่างๆ เป็นเพียงแนวทางหรืออุปมาอุปไมย
เพื่อนำให้เข้าถึงความรู้ตามความเป็นจริง ถ้าไม่รู้เท่าตามความเป็นจริง เราก็จะเป็น
ทุกข์ เหมือนดังตัวอย่างว่า เรามักใช้คำว่า ‘สังขาร’ เมื่อเราพูดถึงร่างกาย แต่ความ
จริงนั้น เราทราบดีว่า ‘ความเป็นจริง’ ของสังขารนี้ไม่ แล้วเราก็มั่นถือมันอยู่กับ
‘สังขาร’ นี้ ทั้งนี้เพราะเราไม่รู้ความจริงเกี่ยวกับสังขารหรือร่างกายของเรา เราจึง
เป็นทุกข์ หรือความทุกข์จึงเกิดขึ้น

จะยกตัวอย่างให้เห็นสักอย่างหนึ่ง สมมุติว่าเราเดินไปทำงาน ระหว่างทางก็มี
บุรุษหนึ่งคอยด่าว่าเราอยู่เป็นประจำ ตอนเช้าก็ด่า ตอนเย็นก็ด่า เมื่อได้ยินคำด่า
เช่นนี้จิตใจก็หวั่นไหว ไม่สบายใจ โกรธ น้อยใจ เศร้าหมอง บุรุษผู้นั้นก็เพียงรูด่า
ด่าเย้ยอยู่เช่นนั้นทุกวัน ได้ยินคำด่าเมื่อใดก็โกรธเมื่อนั้น กลับถึงบ้าน แล้วก็ยังโกรธ
อยู่ ที่โกรธที่หวั่นไหวเช่นนี้ก็เพราะความไม่รู้จักนั่นเอง

วันหนึ่ง เพื่อนบ้านก็มาบอกว่า “ลุง..คนที่มาด่าลุงทุกเช้าทุกเย็นนั้นนะเป็นคน
คนบ้า เป็นบ้ามาหลายปีแล้ว มันด่าคนทุกคนแหละ ชาวบ้านเขาไม่ถือมันหรอก
เพราะมันเป็นบ้า”

พอรู้อย่างนี้แล้ว ใจของเราก็คลายความโกรธทันที ความโกรธความขุ่นมัว
ที่เก็บไว้หลายวันแล้วนั้น ก็คลายหายไป เพราะอะไร ก็เพราะได้รู้ความจริงแล้ว
แต่ก่อนนั้นไม่รู้ เข้าใจว่าเป็นคนดีคนปกติ ฉะนั้น พอได้ยินว่าเป็นคนบ้า จิตก็เปลี่ยน
เป็นสบาย ที่นี้มันอยากจะด่าก็ให้ด่าไป ไม่โกรธ ไม่เป็นทุกข์ เพราะรู้เสียแล้วว่า
เป็นคนบ้านี้ ที่จิตใจสบายก็เพราะรู้เท่าทันความจริงนั่นเอง เมื่อมันรู้เองมันก็วาง
ของมันเอง ถ้ายังไม่รู้มันก็ยึดมันถือมันอยู่นั่นเองอีกเหมือนกัน แต่พอรู้ความ
เป็นจริงจิตใจก็สบาย นี่แหละคือความรู้เท่าตามความเป็นจริง คือรู้ว่าคนนั้นเป็นบ้า





คนผู้รู้ธรรมก็เหมือนกัน พอรู้จริง ความโลภ ความโกรธ ความหลง ก็หายไป เพราะรู้เท่าทันความเป็นจริง

พระพุทธองค์ทรงสอนว่า สังขารร่างกายของเราไม่ใช่เรา ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล มันเป็นเพียงสังขาร ทรงบอกอย่างชัดๆ เช่นนี้ เราก็กังขามอมมัน ยิ่งขึ้นไป แหย่ยื้ออยู่นั้นแหละ ถ้าหากว่ามันพูดได้ มันก็คงจะบอกว่า “เจ้าอย่ามาเป็นเจ้าของฉันนะ” ความจริงมันก็บอกอยู่แล้วทุกขณะ แต่เราเองไม่รู้ เพราะมันเป็นภาษาธรรม

อย่างสภณร่างกายนี้ ตาก็ดี จมูกก็ดี หูก็ดี ลิ้นก็ดี กายก็ดี ทั้งหลายเหล่านี้แหละ ก็แล้วแต่มันจะเปลี่ยนแปลงไปแปรไป ไม่เห็นมันขออนุญาตเรารู้สึกที่ เช่น เมื่อปวดหัว ปวดท้อง หรืออย่างใดอย่างหนึ่ง เป็นต้น มันไม่เคยขออนุญาตจากเราเลย เวลามันจะเป็น มันก็เป็นของมันเลย เป็นไปตามสภาวะของมัน อันนี้ก็แสดงว่ามันไม่ยอมให้เราเป็นเจ้าของมัน

สมเด็จพระบรมศาสดาจึงทรงสอนว่า “สูญญะ สัพพะไฟ... มันเป็นของว่าง มันไม่ได้เป็นของผู้ใด” เราทั้งหลายไม่เข้าใจธรรมะในสภาวะอันนี้ ไม่เข้าใจในสังขารอันนี้ จึงคิดว่า ‘ของเรา-ของเขา’ เกิดอุปาทานขึ้นมา เมื่อเกิดอุปาทานก็เข้าไปยึดภพ เกิดภพ เกิดชาติ ชรา พยาธิ มรณะต่อไป มันเป็นทุกข์เช่นนี้ ที่ท่านเรียก *อิทัปปัจจยตา*^๑ นั้นแหละ อวิชชาเกิดสังขาร สังขารเกิดวิญญูณ วิญญูณเกิดนามรูป...เป็นเช่นนั้นแหละ

อันนี้มันล้วนแต่เป็นในขณะของจิต ถ้าเกิดอารมณ์ไม่ถูกใจขึ้นมา ก็ไม่รู้จัก หรือไม่รู้เท่าทันเพราะอยู่ในอวิชชา มันก็เป็นทุกข์ขึ้นมาเลย ความเป็นจริงขณะของจิตอันนี้มันติดกันอยู่ที่เดียว มันเร็วมาก แต่เราเองรู้ไม่เท่าทัน เปรียบเหมือนว่าเรากำลังอยู่บนยอดไม้แล้วตกปับลงมาที่พื้นดิน จึงรู้สึกตัวว่าตกต้นไม้ แต่ความจริงนั้น

^๑ ความเป็นไปตามความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัย, กระบวนธรรมแห่งเหตุปัจจัย, กฎที่ว่า “เมื่อสิ่งนี้มี สิ่งนี้จึงมี, เพราะสิ่งนี้เกิดขึ้น สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น” เป็นอีกชื่อหนึ่งของหลักปัจจุสมุปบาท หรือ ปัจจยาการ



ก่อนที่จะตกถึงพื้นดิน เราก็ตกผ่านทุกก้านทุกกิ่งของต้นไม้เหล่านั้นแหละ แต่ไม่สามารถนับได้ว่า นาที้ใดถึงกิ่งไหน วินาทีใดถึงกิ่งไหน เพราะมันเร็วมาก แต่พอตุ้มเดียวก็ถึงพื้นดินเลย แล้วก็ปั้งทุ๊กเลย อีหัทปัจจยตา มันเป็นเช่นนั้น

ถ้าเราแยกเป็นปริยัติ อวิชชาเกิดสังขาร สังขารเกิดวิญญาณ วิญญาณเกิดนามรูป ว่ากันไปเป็นตอนๆ ตามความเป็นจริงนั้น พออารมณ์เกิดความไม่พอใจ ความทุ๊กก็เกิดขึ้นมาเลย อากาที่มันเกิดทุ๊กขึ้นนั้น มันผ่านไปจากอวิชชา สังขาร... ผ่านไปพริบเดียว ถึงโน้น...โสกะ ปรีทเวะ คือทุ๊กเลย

ฉะนั้น สมเด็จพระบรมศาสดาจึงให้ตามดูจิตของเราทั้งหลาย ให้รู้ตามความเป็นจริงของมัน และในความเป็นจริงเหล่านี้ ท่านให้เข้าใจว่ามันเป็นแต่เพียงสังขารเท่านั้น และสังขารนี้แหละมันเกิดมาจากเหตุจากปัจจัยทั้งหลายที่มันเป็นมา ที่เรามาเรียกหรือสมมุติเอาอีกทีหนึ่ง ที่เรียกว่า มนุษย์ สัตว์ เช่นเดียวกับชื่อของเรา มันก็สมมุติเหมือนกัน เราไม่ได้มีชื่อมาแต่กำเนิด ต่อเมื่อเกิดขึ้นแล้วจึงเอาชื่อไปใส่ คือตั้งชื่อว่าอย่างนั้นอย่างนี้ อันนี้เรียกว่าสมมุติ ตั้งชื่อกันเพื่ออะไร ก็เพื่อให้มันเรียกกันง่าย สะดวกแก่การใช้ ภาษาเรียกขานพูดจากัน การปริยัติก็เหมือนกัน ที่แยกออกก็เพื่อสะดวกแก่การศึกษาเล่าเรียน

สิ่งทั้งหลายนี้แหละเรียกว่าสังขาร มันเป็นสังขารเกี่ยวกับสภาวะอันนี้ที่เกิดมาจากเหตุจากปัจจัย สมเด็จพระบรมศาสดาจึงตรัสว่า สังขารทั้งหลายเหล่านี้เป็นของไม่แน่นอน มันเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา พวกเราทั้งหลายเข้าใจสิ่งเหล่านี้ไม่ชัดเจน จึงทำความเข้าใจในเรื่องนี้ไม่ตรง ไม่แน่ อันเป็นความเห็นผิดที่เรียกว่า มิจฉาทิฎฐิ ความเห็นผิดอันนี้ก็คือ การยึดเอาสังขารเป็นเรา ยึดเอาเราเป็นสังขาร เอาเราเป็นสุข เอาสุขเป็นเรา เอาเราเป็นทุ๊ก เอาทุ๊กเป็นเรา ที่เป็นเช่นนี้ก็เพราะเราไม่รู้เท่าตามความเป็นจริงนั่นเอง

ถ้าเรารู้เท่าตามความเป็นจริง เราก็จะรู้ว่า เราไม่สามารถควบคุมสังขารเหล่านี้ให้ไปไปตามอำนาจของเรา เพราะธรรมชาติเหล่านี้มันจะต้องเป็นไปตามเรื่องของมัน เราจะบังคับให้ตรงนี้เป็นอย่างนั้น ตรงนั้นเป็นอย่างนี้ตามอำนาจของเรา ย่อมจะเป็น



ไปไม่ได้ เปรียบง่าย ๆ ก็อย่างว่า เราไปนั่งอยู่ที่กลางถนนซึ่งมีรถวิ่งไปมาอยู่ชั่ววึกไขว่ แล้วเราจะไปโกรธรถที่วิ่ง หรือจะไปห้ามรถที่กำลังวิ่งอยู่ว่า “อย่าขับรถมาทางนี้” เราก็ห้ามไม่ได้ เพราะถนนนี้เป็นถนนหลวง ดังนั้น เราควรจะทำอย่างไร ทางที่ดีก็คือ เราต้องออกไปให้พ้นถนน ไปให้พ้นทางที่รถวิ่ง แต่ที่จะห้ามรถไม่ให้วิ่งนั้น ทำไม่ได้ เพราะมันเป็นหนทางของเขา

เรื่องของสังขารก็เป็นเช่นนั้นเหมือนกัน มันไม่มีอะไรแน่นอน เดี่ยวสุข เดี่ยวทุกข์ เดี่ยวดีใจ เดี่ยวเสียใจ เดี่ยวก็เกิดอารมณ์ที่ชอบบ้าง ไม่ชอบบ้าง มากกระทบกระทั่ง สิ่งทั้งหลายเหล่านี้เราเรียกว่ามันมากวน เวลานั่งภาวนาอยู่ก็ว่าเสียงมากวนเรา อันที่จริงนั้นเราไม่เข้าใจว่าเสียงมากวนเราหรือเราไปกวนเสียงกันแน่ ถ้าเราคิดว่าเสียงมากวนเรา มันก็เกิดความทุกข์ขึ้นมา

ถ้าเราพิจารณาดูให้ดีก็จะรู้ว่าเราไปกวนเสียงต่างหาก เสียงมันก็ดังอยู่แต่ของมัน มันไม่ได้มีความรู้สึกรำคาญอะไรเลย เราต่างหากที่รำคาญ เพราะเราไปกวนมัน ความจริงนั้น เสียงก็เป็นเสียง เราก็เป็นเรา ถ้าเราเข้าใจเสียได้เช่นนี้ มันก็ไม่มีอะไร เราก็สบาย มีเสียงขึ้นมาก็รู้ว่าเสียงมันดังแต่ของมัน เราไม่ไปยึดหมายมันเข้า เราก็ไม่เกิดทุกข์ นี่เรียกว่าเรารู้เท่าตามความเป็นจริง เราเห็นทั้งสองอย่าง เมื่อเห็นทั้งสองอย่างคือทั้งสุขและทุกข์ตามความเป็นจริง ใจก็สงบสบาย

การที่จะได้เห็นทั้ง ๒ อย่างนี้ เราจะต้องยืนอยู่ตรงกลาง หรืออยู่ระหว่างกลาง นี่เป็นสัมมาปฏิบัติบาทของจิต นี่คือการทำความเห็นให้ตรงให้ถูกต้อง

สังขารของเราเนี่ย เมื่อมันเกิดขึ้นมาแล้ว มันก็ต้องมีแก่ มีเจ็บ มีตาย ทั้งหลายเหล่านี้มันเป็นไปตามทางของมัน ถ้าเราจะไปกั้นทาง ไปห้ามหวง หรือไปเอาจริงเอาจังกับสิ่งที่ไม่จริงไม่จังอย่างนั้นอยู่เรื่อยไป โดยเข้าใจว่ามันเป็นตัวตนของเรา เราก็จะมีแต่ความทุกข์ ฉะนั้น สมเด็จพระบรมศาสดาท่านจึงทรงสอนให้พิจารณา ไม่ว่าจะเป็นพระหรือเณรหรือฆราวาสให้พิจารณา แล้วทำความเห็นให้ถูกต้อง เมื่อมีความเห็นถูกต้องแล้วก็สงบสบาย



การปฏิบัติธรรมนั้น ไม่ว่าจะนักพรตนักบวชหรือฆราวาส ก็มีโอกาที่จะปฏิบัติธรรมพิจารณาธรรมได้เท่ากัน และธรรมที่พิจารณานั้นก็เป็นธรรมอันเดียวกันนั่นเอง พิจารณาให้ไปสู่ความสงบระงับอันเดียวกัน ด้วยวิธีของมรรคอันเดียวกัน ฉะนั้น ท่านจึงจะเป็นฆราวาสก็ตาม บรรพชิตก็ตาม มีสิทธิที่จะประพาศหรือปฏิบัติธรรมจนได้รู้ได้เห็นตามความเป็นจริงเหมือนกัน

เมื่อเรารู้สภาวะสังขารตามความเป็นจริงอย่างนี้แล้ว เราก็วางเสีย และเมื่อรู้เท่าอย่างนี้แล้ว ภาวก็เกิดไม่ได้ เพราะอะไรจึงเกิดไม่ได้ เพราะมันไม่มีทางจะเกิด เพราะเรารู้เท่าตามความเป็นจริงเสียแล้ว

ฉะนั้น ให้เข้าใจว่า ทุกสิ่งทุกอย่างที่เรามีอยู่ เป็นอยู่นั้น มันเป็นหลักแต่ว่า ‘อาศัย’ เท่านั้น ถ้ารู้ได้เช่นนี้ ท่านว่ารู้เท่าตามสังขาร ที่นี้แม้จะมีอะไรอยู่ที่เหมือนไม่มี ได้ก็เหมือนเสีย เสียก็เหมือนได้ สมเด็จพระบรมศาสดาท่านทรงสอนให้รู้ อย่างนี้ เพราะนี่คือความสงบ สงบจากความสุข สงบจากความทุกข์ สงบจากความดีใจเสียใจ ได้มากก็ไม่ดีใจ เสียไปก็ไม่เสียใจ มันเป็นเรื่องที่ทั้งไม่เกิดและไม่ตาย เรื่องเกิดเรื่องตายนี้ไม่ได้หมายถึงอวัยวะร่างกายอันนี้ แต่หมายถึงอารมณ์ความรู้สึกที่ไม่มีแล้ว หหมดแล้ว ฉะนั้น สมเด็จพระบรมศาสดาท่านจึงทรงบอกว่าภพสิ้นแล้ว พรหมจรรย์จบแล้ว ไม่มีภพอื่นชาติอื่นอีกแล้ว ท่านรู้อย่างนั้นแล้ว ท่านก็รู้อะไรที่มันไม่เกิดไม่ตายที่มีอยู่ในปัจจุบันนี้เอง

นี่คือโอวาทที่สมเด็จพระบรมศาสดาท่านทรงกำชับสาวกมากที่สุดว่า ให้พยายามเข้าให้ถึงอันนี้ ที่เป็นสัมมาปฏิบัติ ถ้าไม่ปฏิบัติให้ถึงทางสายกลาง ไม่ตรงเข้าไปถึงทางสายกลางให้ได้แล้ว ก็จะไม่มีความพ้นทุกข์.



สมาธิที่ถูกต้องเมื่อเจริญแล้ว
มันจะมีกำลังให้เกิดปัญญาทุกขณะ

๓๐ | มรรคสามัคคี

วันนี้อยากจะถามถึงการปฏิบัติของญาติโยมเราทั้งหลายว่า ที่ได้ทำมานี้แน่ใจแล้วหรือยัง แน่ใจในการทำกรรมฐานของตนแล้วหรือยัง ที่ถามอย่างนี้ เพราะว่าอาจารย์ที่สอนกรรมฐานทุกวันนี้มีมาก ทั้งพระสงฆ์ทั้งฆราวาส จึงกลัวว่าญาติโยมจะเล็งเลสงสัยการกระทำนี้ จึงได้ถามอย่างนั้น ถ้าเราเข้าใจให้ถูกต้อง ชัดเจน เราก็จะสามารถทำจิตใจของเราให้สงบได้ มั่นคงได้

แล้วให้เข้าใจด้วยว่า **มรรค ๘ ประการนั้น มันรวมอยู่ที่ คีล สมาธิ ปัญญา ไม่ได้รวมอยู่ที่อื่น** เมื่อเรารวมเข้ามาแล้ว มันมีคีล มีสมาธิ มีปัญญา เช่น เราทำอยู่ปัจจุบันนี้ ก็คือเราทำมรรคให้เกิดขึ้นมานั่นเอง ไม่ใช่อื่นไกล วิธีการหนึ่ง ท่านให้นั่งหลับตา ไม่ให้มองเห็นสิ่งต่างๆ ก็เพราะว่าท่านจะให้ดูจิตของเรา เมื่อหากว่าเราหลับตาเข้าไปแล้ว มันจะกลับเข้ามาข้างใน

รวบรวมจากคำบรรยายธรรม ๒ ครั้ง ที่ประเทศอังกฤษ ปี ๒๕๒๐ และ ๒๕๒๒

เมื่อเรานั่งหลับตา ให้อภัยความรู้ขึ้นเฉพาะลมหายใจ เอาการหายใจเป็นประธาน น้อมความรู้สึกตามลมหายใจ เราจึงจะรู้ว่าสติมันจะรวมอยู่ตรงนี้ ความรู้จะมารวมอยู่ตรงนี้ ความรู้สึกจะมารวมอยู่ตรงนี้ เมื่อมรรคนี้มันสามัคคีกันเมื่อใด เราจะได้มองเห็นว่า ลมเราเป็นอย่างไร ความรู้สึกเราเป็นอย่างไร จิตเราเป็นอย่างไร อารมณ์เราเป็นอย่างไร เราจึงจะรู้จักที่รวมแห่งสมาธิ ที่รวมแห่งมรรคสามัคคีในที่เดียวกัน เมื่อเราทำสมาธิกำหนดจิตลงกับลม นึกในใจว่า ที่นี้เรานั่งอยู่คนเดียว รอบๆ ข้างเราไม่มีใคร ไม่มีอะไรทั้งนั้นแหละ ทำความรู้สึกอย่างนี้ เรานั่งอยู่คนเดียวให้กำหนดอย่างนี้ จนกว่าจิตของเรามันจะวางข้างนอกหมด ดูลมเข้าออกอย่างเดี่ยวเท่านั้น มันจะวางข้างนอก จะมีใครหรือไม่ หรือว่าคนนั้นนั่งตรงโน้น คนนั้นนั่งตรงนี้ อะไรุ่นวาย มันจะไม่เข้ามา เราเหวี่ยงมันออกไปเสียว่าไม่มีใครอยู่ที่นี้ มีแต่เราคนเดียวนั่งอยู่ตรงนี้ จนกว่าจะทำสัญญาอย่างนี้ให้มันหมดไป จนกว่าจะไม่มี ความสงสัยในรอบๆ ข้างเรา

เราก็กำหนดลมหายใจเข้าออกอย่างเดียว เราปล่อยลมให้เป็นธรรมชาติ อย่าไปบังคับลมให้มันยาว อย่าไปบังคับลมให้มันสั้น อย่าไปบังคับลมให้มันแรง อย่าไปบังคับลมให้มันอ่อน ปล่อยสภาพให้มันพอดี แล้วนั่งดูลมหายใจเข้าออก เมื่อมันปล่อยอารมณ์ เสียงรยนต์ก็ไม่รำคาญ เสียงอะไรก็ไม่รำคาญ ไม่รำคาญสักอย่าง ข้างนอกจะเป็นรูปเป็นเสียง ไม่รำคาญทั้งนั้น เพราะว่ามันไม่รับเอา มันมารวมอยู่ที่ลมหายใจเรา

ถ้าจิตของเราุ่นวายกับสิ่งต่างๆ ไม่ยอมรวมเข้ามา ก็ต้องสูดลมเข้าให้มากที่สุดจนกว่าจะไม่มีที่เก็บ แล้วก็ปล่อยลมออกให้มากที่สุดจนกว่าลมจะหมดในท้องเรารู้ ๓ ครั้ง แล้วตั้งความรู้ใหม่ แล้วสูดลมต่อไปอีก แล้วตั้งขึ้นใหม่ พักหนึ่งมันก็สงบไปเป็นธรรมดาของมัน สงบไปอีกสักพักหนึ่งมันก็ไม่สงบอีก อย่างนี้มันก็มี อยู่นานขึ้นอีก



เมื่อมันเป็นเช่นนั้นแล้ว เราก็กำหนดจิตของเราให้ตั้งมั่น สุตลมหายใจเข้ามา หายใจเอาลมในท้องเราออกให้หมด แล้วก็สูดเอาลมเข้ามาให้มากพักหนึ่ง แล้วก็ตั้งใหม่อีก กำหนดลมนั้นต่อไปอีก ทำอย่างนี้ไปเรื่อยๆ เมื่อมันเกิดอย่างนี้ ก็ทำอย่างนี้เรื่อยไป แล้วก็กลับมาตั้งสติกับลมหายใจเข้าออก ทำความรู้สึกต่อไปอีก อย่างนี้ ในเมื่อเป็นเช่นนั้นหลายครั้ง ได้ความชำนาญ มันจะวางข้างนอก มันก็จะมีอะไร อารมณ์ข้างนอกก็ส่งเข้ามาไม่ถึง

สติตั้งมั่น ดุลมเข้าออกต่อไปอีก ถ้าจิตสงบ ลมนี้มันจะน้อยเข้า น้อยเข้าทุกที มันจะน้อยเข้าไป อารมณ์มันละเอียด ร่างกายเราก็จะเบาขึ้น มันก็วางอารมณ์ข้างนอก ดูข้างในต่อไป ต่อนั้นไปเราก็รู้ข้างนอก มันจะรวมเข้าข้างใน เมื่อรวมเข้าข้างในแล้ว ความรู้สึกก็อยู่ในที่ๆ มันรวมกันอยู่ในลมหายใจนั้น มันจะเห็นลมชัด เห็นลมออก ลมเข้าชัด แล้วมันจะมีสติชัด เห็นอารมณ์ชัดขึ้นทุกอย่าง จะเห็นศีล เห็นสมาธิ เห็นปัญญา โดยอาการมันรวมกันอยู่อย่างนี้ เรียกว่า ‘มรรคสามัคคี’ เมื่อความสามัคคีเกิดขึ้นมาแล้วก็ไม่มีอาการรบกวนเกิดขึ้นในจิตของเรา มันจะรวมลงเป็นหนึ่งนี้เรียกว่า ‘สมาธิ’


นานไปสูดลมหายใจเข้าไปอีกจนกว่าลมจะละเอียดเข้าไปอีก แล้วความรู้สึกนั้นมันจะหมดไป หมดไปจากลมหายใจก็ได้ มันจะมีความรู้สึกอันหนึ่งมา ลมหายใจมันจะหายไป คือมันละเอียดอย่างยิ่ง จนบางที่เรา นั่งอยู่เฉยๆ ก็เหมือนลมไม่มี แต่ว่ามันมีอยู่ หากรู้สึกเหมือนว่าไม่มี เพราะอะไร เพราะว่าจิตตัวนี้มันละเอียดมากที่สุด มันมีความรู้เฉพาะของมัน นี่เหลือแต่ความรู้อันเดียว ถึงลมมันจะหายไป แล้ว ความรู้สึกที่ว่าลมหายไปก็ตั้งอยู่ ทีนี้จะเอาอะไรเป็นอารมณ์ต่อไปเล่า ก็เอาความรู้ที่แหละเป็นอารมณ์ต่อไปอีก ความรู้ที่ว่าลมไม่มี ลมไม่มี อยู่อย่างนี้เสมอ นี่แหละเป็นความรู้อันหนึ่ง

ในจุดนี้บางคนชอบจะมีความสงสัยขึ้นมากก็ได้ สิ่งที่เราคาดไม่ถึงมันจะเกิดขึ้นมาได้ตรงนี้ แต่บางคนก็มี บางคนก็ไม่มี จงตั้งใจให้ดี ตั้งสติให้มาก บางคนเห็นว่าลมหายใจไม่มีแล้วก็ตกใจ เพราะธรรมดาลมมันมีอยู่ เมื่อเราคิดว่าลมไม่มีแล้วก็ตกใจว่าลมไม่มี กลัวว่าเราจะตายก็ได้ ตรงนี้ให้เรารู้ทันมันว่า อันนี้มันเป็นของมันอย่างนี้แล้วเราจะทำอะไร ก็ดูลมไม่มีต่อไปเป็นความรู้ นี่จัดว่าเป็นสมาธิอันแน่วแน่ที่สุดของสมาธิ มีอารมณ์เดียวแน่นอนไม่หวั่นไหว เมื่อสมาธิถึงจุดนี้ จะมีความรู้สึกสารพัดอย่างที่มีมันรู้อยู่ในจิตของเรา เช่น บางทีร่างกายมันก็เบาที่สุดจนบางทีก็เหมือนกับไม่มีร่างกาย คล้ายๆ นิ่งอยู่ในอากาศ รู้สึกเบาไปทั้งหมด ถึงแม้ที่เรานิ่งอยู่ก็ดูว่างเปล่า อันนี้มันเป็นของแปลก ก็ให้เข้าใจว่าไม่เป็นอะไร ทำความรู้สึกอย่างนั้นไว้ให้มั่นคง

เมื่อจิตตั้งมั่นเป็นหนึ่ง เพราะไม่มีอารมณ์ใดมาเสียดแทง อยู่ไปเท่าใดก็ได้ ไม่มีความรู้สึกถึงเวทนา เจ็บปวดอะไรอยู่อย่างนี้ เมื่อการทำสมาธิมาถึงตอนนี้ เราจะออกจากสมาธิก็ได้ ไม่ออกก็ได้ ออกจากสมาธิก็ออกอย่างสบาย หรือจะไม่ออกเพราะว่าขี้เกียจ ไม่ออกเพราะว่าเหน็ดเหนื่อย หรือจะออกเพราะว่าสมควร แล้วก็ถอยออกมา ถอยออกมาอย่างนี้อยู่สบาย ออกมาสบายไม่มีอะไร นี่เรียกว่าสมาธิที่สมควรสบาย

ถ้าเรามีสมาธิอย่างนี้ อย่างหนึ่งวันนี่เข้าสมาธิสัก ๓๐ นาทีหรือชั่วโมงหนึ่ง จิตใจของเราก็จะมีความเยือกเย็นไปตั้งหลายวัน เมื่อจิตมีความเยือกเย็นหลายวันนั้น จิตจะสะอาด เห็นอะไรแล้วจะรับพิจารณาทั้งนั้น อันนี้เป็นเบื้องต้นแรกของมัน นี่เรียกว่าผลเกิดจากสมาธิ สมาธินี้มีหน้าที่ทำให้สงบ

สมาธินี้ก็มึหน้าอย่างหนึ่ง ศิลนี้ก็มึหน้าอย่างหนึ่ง ปัญญานี้ก็มึหน้าอย่างหนึ่ง อาการที่เรากำหนดในที่นั้น มันจะเป็นวงกลมอย่างนี้ ตามที่ปรากฏอยู่ในใจเรา มันจะมีศีลอยู่ตรงนี้ มีสมาธิอยู่ตรงนี้ มีปัญญาอยู่ตรงนี้ เมื่อจิตเราสงบแล้ว มันจะมีการสังวรสำรวจเข้าด้วยปัญญาด้วยกำลังสมาธิ เมื่อสำรวจเข้า ละเอียดเข้า มันจะเป็นกำลังช่วยศีลให้บริสุทธิ์ขึ้นมาก เมื่อบริสุทธิ์ขึ้นมากก็จะช่วยให้สมาธิเกิดขึ้นมาก ให้ดีขึ้นมาก เมื่อสมาธิเต็มที่แล้ว มันจะช่วยปัญญา จะช่วยกันดังนี้ เป็น



ไวกวญัซึ่งกันและกันต่อไปโดยรอบอย่างนี้ จนกว่ามรรค คือ คีล สมาธิ ปัญญา รวมกันเป็นก้อนเดียวกัน แล้วทำงานสมาธิ์เสมอกัน เราจะต้องรักษากำลังอย่างนี้ อันนี้เป็นกำลังที่จะทำให้เกิดวิปัสสนา คือ ปัญญา

สิ่งทีควรระวัง

การทำสมาธินี้อาจให้โทษแก่ผู้ปฏิบัติได้ ถ้าผู้ปฏิบัติไม่ใช้ปัญญา และก็ยอมให้คุณแก่ผู้ปฏิบัติได้มาก ถ้าผู้ปฏิบัติเป็นผู้มีปัญหา สมาธิก็จะส่งจิตไปสู่วิปัสสนา

สิ่งทีจะเป็นโทษแก่ผู้ปฏิบัตินั้นก็คือ การทีผู้ปฏิบัติหลงติดอยู่ในอัปปนาสมาธิ ซึ่งเป็นความสงบลึกและมีกำลังอยู่นานทีสุด เมื่อจิตสงบก็สุข เมื่อเป็นสุขแล้ว ก็เกิดอุปาทาน ยึดสุขนั้นเป็นอารมณ์ ไม่อยากจะทำอย่างอื่น อยากมีสุขอยู่ อย่างนั้น เมื่อเรานั่งสมาธินานๆ จิตมันจะถล่ำเข้าไปง่าย พอเริ่มกำหนดมันก็สงบ แล้วก็ไม่ต้องทำอะไร ไม่ต้องออกไปไหน ไม่ต้องพิจารณาอะไร อาศัยความสุข นั้นเป็นอยู่ อันนี้จึงเป็นอันตรายแก่ผู้ประพฤติปฏิบัติอย่างหนึ่ง

จิตต้องอาศัยอุปจารสมาธิ คือกำหนดเข้าไปสู่ความสงบพอสมควร แล้วก็ ถอนออกมาสู่อาการภายนอก ดูอาการภายนอกให้เกิดปัญญา

อันนี้ดูยากสักหน่อยหนึ่ง เพราะมันคล้ายๆ จะเป็นสังขารความปรุงแต่ง เมื่อมีความคิดเกิดขึ้นมา เราอาจเห็นว่าอันนี้มันไม่สงบ ความเป็นจริงความรู้สึกลึกซึ้งคิดในเวลานั้น มันรู้สึกอยู่ในความสงบ พิจารณาอยู่ในความสงบ แล้วก็ไม่ว่าคาถา บางทีก็ยกสังขารขึ้นมาพิจารณา ที่ยกขึ้นมาพิจารณานั้นไม่ใช่ว่าคิดเอา หรือเดาเอา มันเป็นเรื่องของจิตที่เป็นขึ้นมาเองของมัน อันนี้เรียกว่า **ความรู้ที่อยู่ในความสงบ ความสงบอยู่ในความรู้** ถ้าเป็นสังขารความปรุงแต่งจิตมันก็ไม่สงบ มันก็รำคาญ แต่อันนี้ไม่ใช่เรื่องปรุงแต่ง มันเป็นความรู้สึกของจิตที่เกิดขึ้นจากความสงบ เรียกว่าการพิจารณา ปัญญาเกิดตรงนี้

สมาธิทั้งหลายเหล่านี้ แบ่งเป็นมิจฉาสมาธิอย่างหนึ่ง คือเป็นสมาธิในทางที่ผิด เป็นสัมมาสมาธิอย่างหนึ่ง คือสมาธิในทางที่ถูกต้อง นี้ก็ให้สังเกตให้ดี มิจฉาสมาธิ คือความที่จิตเข้าสู่สมาธิ เจียบ...หมด... ไม่รู้อะไรเลย ปราศจากความรู้ นั่งอยู่ ๒ ชั่วโมงก็ได้ กระทั่งทั้งวันก็ได้ แต่จิตไม่รู้ว่ามันไปถึงไหน มันเป็นอย่างไรรู้เรื่องนี่สมาธินั้นเป็นมิจฉาสมาธิ มันก็เหมือนมิดที่ลับให้คมดีแล้ว แต่เก็บไว้เฉยๆ ไม่เอาไปใช้ มันก็ไม่เกิดประโยชน์อะไรอย่างนั้น ความสงบอันนั้นเป็นความสงบที่หลง คือว่าไม่ค่อยรู้เนื้อรู้ตัว เห็นว่าถึงที่สุดแล้วก็ไม่ค้นคว้าอะไรอีกต่อไป จึงเป็นอันตราย เป็นข้าศึกในขั้นนั้น อันนี้เป็นอันตรายห้ามปัญญาไม่ให้เกิด ปัญญาเกิดไม่ได้ เพราะขาดความรู้สึกรับผัสสะ

ส่วนสัมมาสมาธิที่ถูกต้อง ถึงแม้จะมีความสงบไปถึงแค่ไหน ก็มีความรู้อยู่ตลอดเวลาตลอดเวลา มีสติสัมปชัญญะสมบูรณ์บริบูรณ์รู้ตลอดเวลา นี้เรียกว่าสัมมาสมาธิ เป็นสมาธิที่ไม่ให้หลงไปในทางอื่นได้ นี้ก็ให้หนักปฏิบัติเข้าใจให้ดี จะทั้งความรู้มันไม่ได้ จะต้องรู้แต่ต้นจนปลายทีเดียว จึงจะเป็นสมาธิที่ถูกต้อง ขอให้สังเกตให้มาก สมาธิชนิดนี้ไม่เป็นอันตราย

เมื่อเราเจริญสมาธิที่ถูกต้องแล้ว อาจสงสัยว่า มันจะได้ผลที่ตรงไหน มันจะเกิดปัญญาที่ตรงไหน เพราะท่านตรัสว่า สมาธิเป็นเหตุให้เกิดปัญญาวิปัสสนา **สมาธิที่ถูกต้องเมื่อเจริญแล้ว มันจะมีกำลังให้เกิดปัญญาทุกขณะ** ในเมื่อตาเห็นรูป ก็ดี หูฟังเสียงก็ดี จมูกดมกลิ่นก็ดี ลิ้นลิ้มรสก็ดี กายถูกต้องโผฏฐัพพะก็ดี ธรรมารมณ์เกิดกับจิตก็ดี อิริยาบถยืนก็ดี นั่งก็ดี นอนก็ดี จิตก็จะเป็นไปตามอารมณ์ แต่จะเป็นไปด้วยความรู้ตามเป็นจริงของธรรมะ

ฉะนั้น การปฏิบัติเมื่อมีปัญญาเกิดขึ้นมาแล้ว ก็ไม่เลือกสถานที่ จะยืน จะเดิน จะนั่ง จะนอนก็ตาม จิตมันเกิดปัญญาแล้ว เมื่อมีสุขเกิดขึ้นมาก็รู้เท่า เมื่อมีทุกข์เกิดขึ้นมาก็รู้เท่า สุขก็สักว่าสุข ทุกข์ก็สักว่าทุกข์เท่านั้น แล้วก็ปล่อยทั้งสุขและทุกข์ไม่ยึดมั่นถือมั่น

เมื่อสมาธิถูกต้องแล้ว มันทำจิตให้เกิดปัญญา อย่างนี้เรียกว่าวิปัสสนา มันก็เกิดความรู้เห็นตามเป็นจริง นี้เรียกว่าสัมมาปฏิบัติ เป็นการปฏิบัติที่ถูกต้อง มีอิริยาบถสม่ำเสมอ คำว่า ‘อิริยาบถสม่ำเสมอ’ นี้ ท่านไม่หมายเอาอิริยาบถภายนอก ที่ว่ายืน เดิน นั่ง นอน แต่ท่านหมายเอาทางจิตที่มีสติสัมปชัญญะอยู่ นั่นเอง แล้วก็รู้เห็นตามเป็นจริงทุกขณะ คือมันไม่หลง

ความสงบนี้มี ๒ ประการ คือ ความสงบอย่างหายอย่างหนึ่ง และความสงบอย่างละเอียดอีกอย่างหนึ่ง อย่างหายนั้นคือเกิดจากสมาธิที่เมื่อสงบแล้วก็มีความสุข แล้วถือเอาความสุขเป็นความสงบ อีกอย่างหนึ่งคือ ความสงบที่เกิดจากปัญญา นี้ไม่ได้ถือเอาความสุขเป็นความสงบ แต่ถือเอาจิตที่รู้จักพิจารณาสุขทุกข์เป็นความสงบ เพราะว่าความสุขทุกข์นี้เป็นภพเป็นชาติเป็นอุปาทาน จะไม่พ้นจากวัฏสงสารเพราะติดสุขติดทุกข์ ความสุขจึงไม่ใช่ความสงบ ความสงบจึงไม่ใช่ความสุข ฉะนั้น ความสงบที่เกิดจากปัญญานั้นจึงไม่ใช่ความสุข แต่เป็นความรู้เห็นตามความเป็นจริงของความสุขความทุกข์ แล้วไม่มีอุปาทานมันหมายในสุขทุกข์ที่มันเกิดขึ้นมา ทำจิตให้เหนือสุขเหนือทุกข์นั้น ท่านจึงเรียกว่าเป็นเป้าหมายของพุทธศาสนาอย่างแท้จริง.



คนที่เรียนปริยัติแล้วแต่ไม่ปฏิบัติ
ก็เหมือนกับทัพพีตักแกงที่อยู่ในหม้อ
มันตักแกงทุกวันแต่มันไม่รู้รสของแกง

๓๑ | ปัจฉิมกถา

...จบที่ตรงไหนรู้ใหม่ หรือท่านจะเรียนอย่างนี้เรื่อยไปงั้นหรือ หรือท่านเรียนมีที่จบ อันนั้นก็ดี แต่มันเป็นปริยัติข้างนอก ไม่ใช่ปริยัติข้างใน ปริยัติข้างในจะต้องเรียนตาของเราหูนี้ จมูกนี้ ลิ้นนี้ กายนี้ จิตนี้ อันนี้เป็นปริยัติที่แท้ อันนั้นปริยัติเป็นตัวหนังสืออยู่ข้างนอก เรียนจบได้ยาก ตาเห็นรูปมีอาการเกิดขึ้นอย่างไร หูฟังเสียงมีอาการเกิดขึ้นอย่างไร จมูกดมกลิ่นมีอาการเกิดขึ้นอย่างไร ลิ้นลิ้มรสมีอาการเกิดขึ้นอย่างไร โสณัฐัพพะกับกายกระทบกันนั้นมีอาการเกิดขึ้นอย่างไร อารมณ์ที่รู้ทางใจนั้นมันเกิดขึ้นแล้วเป็นอย่างไร ยังมีโลกใหม่ ยังมีโอรธอยู่นั้นใหม่ ยังมีหลงอยู่นั้นใหม่ หลงกับรูป เสียง กลิ่น รส โสณัฐัพพะ ธรรมารมณ์ ที่เกิดขึ้นนั้นใหม่ อันนี้เป็นปริยัติข้างใน เรียนจบง่ายๆ เรียนจบได้

ตัดตอนจากธรรมะที่บรรยายแก่นักศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ที่ประเทศอังกฤษ ปี ๒๕๒๐



ปริยัติข้างนอกเรียนจบไม่ได้หรือก มันหลายตัว ถ้าเราเรียนปริยัติแต่ไม่ได้ปฏิบัติก็ไม่ได้รับผล เหมือนกับคนเลี้ยงโค ตอนเช้าก็ต้อนโคออกไปกินหญ้า ตอนเย็นก็ต้อนโคมาเข้าคอกเท่านั้น แต่ไม่เคยได้กินน้ำนมโค ดีแต่ว่าได้ต้อนออกไปจากคอกตอนเช้า แล้วก็ต้อนโคเข้ามาเท่านั้น ไม่เคยกินน้ำนมโคเลย แต่นั่นเรียนก็ดีหรือก แต่อย่าให้เป็นอย่างนั้น ให้ได้เลี้ยงโคด้วย ได้กินน้ำนมโคด้วย นี่ก็ต้องเรียนให้รู้ด้วย ปฏิบัติด้วย ถึงจะถูกต้อนดี นี่พูดให้รู้เรื่องก็ว่าเหมือนคนเลี้ยงไก่ไม่ได้กินไข่ไก่ ได้แต่ไข่ไก่ อันนี้พูดให้คนที่เลี้ยงไก่โน่นหรือก ไม่ได้พูดให้โยม พูดให้คนเลี้ยงไก่...

ระวังอย่าให้เป็นอย่างนั้น ก็เหมือนว่าเราเรียนปริยัติได้ แต่ไม่รู้จักละกิเลส ไม่รู้จักละความโลภ ความโกรธ ความหลงออกจากใจของเรา **ได้แต่เรียน ไม่ได้ปฏิบัติ ไม่ได้ละ มันก็ไม่เกิดประโยชน์** จึงได้เปรียบว่าคนเลี้ยงไก่ไม่ได้กินไข่ไก่ ได้แต่ไข่ไก่ เหมือนกันอย่างนั้น เพราะฉะนั้น พระพุทธเจ้าของเราท่านจึงต้องการให้เรียนปริยัติเพียงพอรู้ ที่สำคัญคือเรียนแล้วก็ให้ปฏิบัติ ปฏิบัติละความชั่วออกจากกายวาจาใจของเรา แล้วประพตติคุณงามความดีไว้ที่กายวาจาใจของเราเท่านั้น

คุณสมบัติของมนุษย์ที่จะบริบูรณ์นั้นก็คือ สมบูรณ์ด้วยกายวาจาและใจ กายวาจาใจจะสมบูรณ์นั้น เช่นว่าพูดดีเฉยๆ ก็ไม่สมบูรณ์ ถ้าไม่กระทำตาม ทำดีแต่กายเฉยๆ ใจไม่ดีนั้นก็ไม่ได้สมบูรณ์ พระพุทธองค์ทรงสอนให้ดีด้วยกายด้วยวาจาด้วยใจ กายงามวาจางามใจงามเป็นสมบัติของมนุษย์ที่ดีที่สุด นี่ก็เหมือนกันฉันนั้น เรียนก็ต้องดี ปฏิบัติก็ต้องดี ละกิเลสก็ต้องดี สมบูรณ์อย่างนั้น

ที่พระพุทธเจ้าหมายถึงมรรค คือหนทางที่เราจะปฏิบัตินั้นมี ๘ ประการ มรรคทั้ง ๘ นั้นไม่ใช่อยู่ที่อื่น อยู่ที่กายของเรา นี้ ตา ๒ หู ๒ จมูก ๒ ลิ้น ๑ กาย ๑ นี่เป็นมรรค แล้วก็จิตเป็นผู้เดินมรรค เป็นผู้ทำมรรคให้เกิดขึ้น

ฉะนั้น ทั้งปริยัตินี้ ทั้งปฏิบัตินี้ จึงอยู่ที่กายวาจาใจ ปฏิบัติอยู่ที่ตรงนี้ ที่เราได้เรียนปริยัตินั้นเคยเห็นใหม่ เคยเห็นปริยัติที่สอนอยู่นอกกายใหม่ เคยเห็นมรรคที่สอนอยู่นอกวาจาใหม่ เคยเห็นปริยัติที่สอนอยู่นอกใจใหม่ ก็มีแต่สอนอยู่ที่กายวาจาใจนี้ทั้งนั้น ไม่ได้สอนอยู่ที่อื่น ฉะนั้น ก็เลสมันก็เกิดขึ้นตรงนี้ ถ้ารู้มัน มันก็ดับตรงนี้ ฉะนั้น ให้เข้าใจว่าปริยัติปฏิบัติมันอยู่ตรงนี้

ถ้าเราเรียนสั้นๆ นี่มันก็ได้หมด เหมือนกับคำพูดของคนเรา ถ้าพูดเป็นสังฆกรรมถูกต้องด้วยดีแล้ว แม้คำพูดคำเดียวเท่านั้น ก็ดีกว่าพูดที่ไม่ถูกต้องตลอดชีวิตใช่ไหม คนที่เรียนปริยัติแล้วแต่ไม่ปฏิบัติก็เหมือนกับทัพพีตักแกงที่อยู่ในหม้อมันตักแกงทุกวันแต่มันไม่รู้รสของแกง ทัพพีไม่รู้รสของแกงก็เหมือนคนเรียนปริยัติไม่ได้ปฏิบัติ ถึงแม้จะเรียนอยู่จนหมดอายุ ก็ไม่รู้จักรสของธรรมะ เหมือนทัพพีไม่รู้รสของแกงฉนั้น





ถ้าเรารู้จักสมมุติแล้ว
ก็รู้จักวิมุตติ
ครั้นรู้จักวิมุตติแล้ว
ก็รู้จักสมมุติ
ก็จะเป็นผู้รู้จักธรรมะ
อันหมดสิ้นได้

๓๒ | สมมุติและวิมุตติ

สิ่งทั้งหลายในโลกนี้ ล้วนแต่เป็นสิ่งที่สมมุติ ที่เราสมมุติขึ้นมาเอง ทั้งสิ้น สมมุติแล้วก็หลงสมมุติของตัวเอง เลยไม่มีใครวาง มันเป็นทิวฏฐิ มันเป็นมานะ ความยึดมั่นถือมั่น อันความยึดมั่นถือมั่นนี้ไม่ใช่เรื่องที่จะจบได้ มันจบลงไม่ได้สักที เป็นเรื่องวัฏสงสารที่ไหลไปไม่ขาด ไม่มีทางสิ้นสุด ที่นี้ถ้าเรารู้จักสมมุติแล้ว ก็รู้จักวิมุตติ ครั้นรู้จักวิมุตติแล้ว ก็รู้จักสมมุติ ก็จะเป็นผู้รู้จักธรรมะอันหมดสิ้นได้

บรรยายด้วยภาษาพื้นเมือง โดยสำนวนที่เป็นกันเอง



ก็เหมือนเราทุกคนนี้แหละ แต่เดิมชื่อของเราที่ไม่มี คือตอนเกิดมาก็ไม่มีชื่อ ที่มีชื่อขึ้นมาโดยสมมุติก็นั้นขึ้นมาเอง อาตมาพิจารณาดูว่า เอ สมมุตินี้ ถ้าไม่รู้จักมันจริงๆ แล้ว มันก็เป็นโทษมาก ความจริงมันเป็นของเอามาใช้ให้เรา รู้จักเรื่องราวมันเฉยๆ เท่านั้นก็พอ ให้รู้ว่าถ้าไม่มีเรื่องสมมุตินี้ก็ไม่มีเรื่องที่จะพูดกัน ไม่มีเรื่องที่จะบอกกัน ไม่มีภาษาที่จะใช้กัน

เมื่อครั้งที่อาตมาไปต่างประเทศ อาตมาได้ไปเห็นพวกฝรั่งไปนั่งกรรมฐานกัน อยู่เป็นแถว แล้วเวลาจะลุกขึ้นออกไป ไม่ว่าผู้หญิงหรือผู้ชายก็ตามเห็นจับหัวกับผู้นั้นผู้นี้ไปเรื่อยๆ ก็เลยมาเห็นได้ว่า โอ สมมุตินี้ถ้าไปตั้งลงที่ไหน ไปยึดมันหมายมัน มัน ก็จะเกิดกิเลสอยู่ที่นั่น ถ้าเราวางสมมุติได้ ยอมมันแล้วก็สบาย

อย่างพวกทหาร นายพล นายพันมาที่นี้ ก็เป็นผู้มียศฐาบรรดาศักดิ์ ครั้นมาถึงอาตมาแล้วก็พูดว่า “หลวงพ่อกุฎาจับหัวให้ผมหน่อยครับ” นี่แสดงว่าถ้ายอมแล้วมันก็ไม่มีพิษอยู่ที่นั่น พอลูบหัวให้เขาดีใจด้วยซ้ำ แต่ถ้าไปลูบหัวเขาที่กลางถนน ดูซิ ไม่เกิดเรื่องก็ลองดู นี่คือความยึดมั่นถือมั่นเอาไว้ ฉะนั้น อาตมาว่า การวางนี้มันสบายจริงๆ เมื่อตั้งใจเอาหัวมาให้อาตมาลูบ ก็สมมุติลงว่าไม่เป็นอะไร แล้วก็ไม่มีอะไรจริงๆ ลูบอยู่เหมือนหัวเผือกหัวมัน แต่ถ้าเราไปลูบอยู่กลางทาง ไม่ได้แน่นอน

นี่แหละเรื่องของการยอม การละ การวาง การปลง ทำได้แล้วมันเบาอย่างนี้ ครั้นไปยึดที่ไหนมันก็เป็นภพที่นั่นเป็นชาติที่นั่น มีพิษมีภัยขึ้นที่นั่น **พระพุทธองค์ ท่านทรงสอนสมมุติ แล้วก็ทรงสอนให้รู้จักแก้สมมุติโดยถูกเรื่องของมัน ให้มันเห็นเป็นวิมุตติ อย่าไปยึดมั่นหรือถือมั่นมัน** สิ่งที่มีมันเกิดมาในโลกนี้ก็เรื่องสมมุติทั้งนั้น มันจึงเป็นขึ้นมา ครั้นเป็นขึ้นมาแล้วและสมมุติแล้ว ก็อย่าไปหลงสมมุตินั้น ท่านว่า มันเป็นทุกข์ เรื่องสมมุติเรื่องบัญญัตินี้เป็นเรื่องสำคัญที่สุด ถ้าคนไหนปล่อย คนไหนวางได้ ก็หมดทุกข์ แต่เป็นกิริยาของโลกเรา



เช่นว่า พ่อบุญมานี้เป็นนายอำเภอ ถ้าแก่แสงชัยไม่ได้เป็นนายอำเภอ แต่ก็ เป็นเพื่อนกันมาแต่ไหนแต่ไรแล้ว เมื่อพ่อบุญมาได้รับแต่งตั้งให้เป็นนายอำเภอ ก็เป็น สมมุติขึ้นมาแล้ว แต่ก็ให้รู้จักใช้สมมุติให้เหมาะสมสักหน่อย เพราะเรายังอยู่ในโลก ถ้าแก่แสงชัยขึ้นไปหานายอำเภอที่ทำงาน และแก่แสงชัยไปจับหัวนายอำเภอ มันก็ไม่ดี จะไปคิดว่าแต่ก่อนเคยอยู่ด้วยกัน หามจักรเย็บผ้าด้วยกัน จวนจะตาย ครั้งนั้น จะไปเล่นหัวให้คนเห็นมันก็ไม่ถูกไม่ดี ต้องให้เกียรติกันสักหน่อย อย่างนี้ ก็ควรปฏิบัติให้เหมาะสมตามสมมุติในหมู่มนุษย์ทั้งหลาย จึงจะอยู่กันได้ดีด้วยดี ถึงจะเป็นเพื่อนกันมาแต่ครั้งไหนก็ตาม เขาเป็นนายอำเภอแล้วต้องยกย่องเขา เมื่อออกจากที่ทำงานมาถึงบ้านถึงเรือนแล้วจึงจับหัวกันได้ ไม่เป็นอะไร ก็จับหัว นายอำเภอนั้นแหละ แต่ไปจับอยู่ที่ศาลากลาง คนเยอะๆ ก็อาจจะผิดแน่ นี่ก็เรียกว่า ให้เกียรติกันอย่างนี้ ถ้ารู้จักใช้อย่างนี้มันก็เกิดประโยชน์ ถึงแม้จะสนิทกันนาน แค่นี้ก็ตาม พ่อบุญมาก็คงจะต้องโกรธ หากว่าไปทำในหมู่คนมากๆ เพราะเป็น นายอำเภอแล้วนี่แหละ มันก็เรื่องปฏิบัติเท่านั้นแหละโลกเรา ให้รู้จักกาล รู้จักเวลา รู้จักบุคคล

ท่านจึงให้เป็นผู้ฉลาด สมมุติก็ให้รู้จัก วิมุตติก็ให้รู้จัก ให้รู้จักในคราวที่เรา จะใช้ ถ้าเราใช้ให้ถูกต้องมันก็ไม่เป็นอะไร ถ้าใช้ไม่ถูกต้องมันก็ผิด มันผิดอะไร มันผิดกิเลสของคนนี้แหละ มันไม่ผิดอันอื่นหรอก เพราะคนเหล่านี้อยู่กับกิเลส มัน ก็เป็นกิเลสอยู่แล้ว นี่เรื่องปฏิบัติของสมมุติ ปฏิบัติเฉพาะในที่ประชุมชน ในบุคคล ในกาล ในเวลา ก็คือใช้สมมุติบัญญัติอันนี้ได้ตามความเหมาะสม ก็เรียกว่าคนฉลาด ให้เรารู้จักต้นรู้จักปลาย ทั้งที่เราอยู่ในสมมุตินี้แหละ มันทุกข์เพราะความไปยึดมั่น หมายมั่นมั่น แต่ถ้ารู้จักสมมุติให้มันเป็น มันก็เป็นขึ้นมา เป็นขึ้นมาได้โดยฐานที่เรา สมมุติ แต่มันค้นไปจริงๆ แล้วไปจนถึงวิมุตติ มันก็ไม่มีอะไรเลย

อาตมาเคยเล่าให้ฟังว่า พวกเราทั้งหลายที่มาบวชเป็นพระนี่ แต่ก่อนเป็น ฆราวาส ก็สมมุติเป็นฆราวาส มาสวดสมมุติให้เป็นพระ ก็เลยเป็นพระ แต่เป็นพระ เณรเพียงสมมุติ พระแท้ๆ ยังไม่เป็น เป็นเพียงสมมุติ ยังไม่เป็นวิมุตติ นี่ถ้าหากว่า



เรามาปฏิบัติให้จิตหลุดพ้นจากอภัสสะทั้งหลายเหล่านี้เป็นขั้นๆ ไป ตั้งแต่ชั้นโสดาปัตติผลไปจนถึงพระอรหันต์นั้น เป็นเรื่องละกิเลสแล้ว แม้แต่เป็นพระอรหันต์แล้วก็ยังเป็นเรื่องสมมุติอยู่นั่นเอง คือสมมุติอยู่ว่าเป็นพระอรหันต์ อันนั้นเป็นพระแท้ ครั้งแรกก็สมมุติอย่างนี้ คือสมมุติว่าเป็นพระแล้วก็ละกิเลสเลยได้ไหม ก็ไม่ได้ เหมือนกันกับเกลือนี้แหละ สมมุติว่าเรากำดินทรายมาลวกกำหนดเอามาสมมุติว่าเป็นเกลือ มันก็เป็นเกลือไหมละ ก็เป็นอยู่ แต่เป็นเกลือโดยสมมุติ ไม่ใช่เกลือแท้ๆ จะเอาไปใส่แกงมันก็ไม่มีประโยชน์ ถ้าจะว่าเป็นเกลือแท้ๆ มันก็เปลืองทั้งนั้นแหละ นี้เรียกว่าสมมุติ

ทำไมจึงสมมุติ เพราะว่าเกลือไม่มีอยู่ที่นั่น มันมีแต่ดินทราย ถ้าเอาดินทรายมาสมมุติว่าเป็นเกลือ มันก็เป็นเกลือให้อยู่ เป็นเกลือโดยฐานที่สมมุติ ไม่ใช่เกลือจริง คือมันก็ไม่เค็ม ใช้สำเร็จประโยชน์ไม่ได้ มันสำเร็จประโยชน์ได้เป็นบางอย่าง คือในขั้นสมมุติ ไม่ใช่ในขั้นวิมุตติ

ชื่อว่าวิมุตตินั้น ก็สมมุตินี้แหละเรียกขึ้นมา แต่ว่าสิ่งทั้งหลายเหล่านั้นมันหลุดพ้นจากสมมุติแล้ว หลุดไปแล้ว มันเป็นวิมุตติแล้ว แต่ก็ยังเอามาสมมุติให้เป็นวิมุตติอยู่อย่างนี้แหละ มันก็เป็นเรื่องเท่านั้น จะขาดสมมุตินี้ได้ไหม ก็ไม่ได้ ถ้าขาดสมมุติได้แล้วก็จะไม่รู้จักการพูดกัน ไม่รู้จักต้นไม่รู้จักปลาย เลยไม่มีภาษาจะพูดกัน

ฉะนั้น สมมุตินี้ก็มีความประโยชน์ คือประโยชน์ที่สมมุติขึ้นมาให้เราใช้กัน เช่นว่า คนทุกคนก็มีชื่อต่างกัน แต่ว่าเป็นคนเหมือนกัน ถ้าหากไม่มีการตั้งชื่อเรียกกัน ก็จะไม่รู้ว่าพูดกันให้ถูกคนได้อย่างไร เช่น เราอยากจะทำบุญใครสักคนหนึ่ง เราก็เรียกว่า “คน คน” ก็ไม่มีใครมา มันก็ไม่สำเร็จประโยชน์ เพราะต่างก็เป็นคนด้วยกันทุกคน แต่ถ้าเราเรียก “จันทร์มานี่หน่อย” จันทร์ก็ต้องมา คนอื่นก็ไม่ต้องมา มันสำเร็จประโยชน์อย่างนี้ ได้ประโยชน์อย่างนี้ ได้เรื่องได้ราว ฉะนั้น ได้ข้อประพฤติปฏิบัติอันเกิดจากสมมุติอันนี้ก็ยังมีอยู่

ดังนั้น ถ้าเข้าใจในเรื่องสมมุติเรื่องวิมุติให้ถูกต้องมันก็ไปได้ สมมุตินี้ก็เกิดประโยชน์ได้เหมือนกัน แต่ความจริงแท้แล้ว มันไม่มีอะไรอยู่ในที่นั่น แม้ตลอดว่าคนก็ไม่มีอยู่ที่นั่น เป็นสภาวะธรรมอันหนึ่งเท่านั้น เกิดมาด้วยเหตุด้วยปัจจัยของมัน เจริญเติบโตด้วยเหตุด้วยปัจจัยของมัน ให้ตั้งอยู่ได้พอสมควรเท่านั้น อีกหน่อมันก็บอบสลายไปเป็นธรรมดา ใครจะห้ามก็ไม่ได้ จะปรับปรุงอะไรก็ไม่ได้ มันเป็นเพียงเท่านั้น อันนี้ก็เรียกว่าสมมุติ ถ้าไม่มีสมมุติที่ไม่มีเรื่องมีราว ไม่มีเรื่องที่จะปฏิบัติ ไม่มีเรื่องที่จะมีการมีงาน ไม่มีชื่อเสียงเลยไม่รู้จักภาษาถิ่น ฉะนั้น สมมุติบัญญัตินี้ตั้งขึ้นมาเพื่อให้เป็นภาษาให้ใช้กันสะดวก

เหมือนกับเงินนี้แหละ สมัยก่อนธนบัตรมันไม่มีหรอก มันก็เป็นกระดาษอยู่ธรรมดา ไม่มีราคาอะไร ในสมัยต่อมาท่านว่าเงินอันเงินตรามันเป็นก้อนวัตถุ เก็บรักษายากก็เลยเปลี่ยนเสีย เอาธนบัตรเอากระดาษนี้มาเปลี่ยนเป็นเงิน ก็เป็นเงินให้เราอยู่ ต่อนี้ไปถ้ามีพระราชกฤษฎีกาใหม่เกิดขึ้นมา สมมุติไม่ชอบธนบัตรกระดาษ เอาซีเคร็งก็ได้มาทำให้มันเหลว แล้วมาพิมพ์เป็นก้อนๆ สมมุติว่าเป็นเงิน เราก็จะใช้ซีเคร็งกันทั้งหมดทั่วประเทศ เป็นหนี้เป็นสินกันก็เพราะก้อนซีเคร็งนี้แหละ อย่าว่าแต่เพียงก้อนซีเคร็งเลย เอาก้อนซีเคร็งไปมาแปรให้มันเป็นเงินมันก็เป็นได้ ที่นี้ซีเคร็งจะเป็นเงินไปหมด จะฆ่ากันแย่งกันก็เพราะก้อนซีเคร็งนี่ เรื่องของมันเป็นเรื่องแค่นี้

แม้เขาจะเปลี่ยนเป็นรูปใหม่มา ถ้าพร้อมกันสมมุติขึ้นแล้ว มันก็เป็นขึ้นมาได้ มันเป็นสมมุติอย่างนั้น อันนี้สิ่งที่ว่าเป็นเงินนั้น มันเป็นอะไรก็ไม่รู้จัก เรื่องแรงแทบๆ ที่ว่าเป็นเงินจริงๆ แล้วจะเป็นเงินจริงหรือเปล่านั้นไม่รู้ เห็นแรงแนั้นเป็นมาอย่างนั้นก็เอามาสมมุติมันขึ้นมา มันก็เป็น ถ้าพูดเรื่องโลกแล้วมันก็มีแค่นี้ สมมุติอะไรขึ้นมาแล้วมันก็เป็น เพราะมันอยู่กับสมมุติเหล่านี้ แต่ว่าจะเปลี่ยนให้เป็นวิมุติ ให้คนรู้จักอย่างจริงจังนั้นมันยาก

เรือนเรา บ้านเรา ข้าวของเงินทอง ลูกหลานเรา เหล่านี้ก็สมมุติว่าลูกเราเมียเรา พี่เรา น้องเรา อย่างนี้ เป็นฐานที่สมมุติกันขึ้นมาทั้งนั้น แต่ความเป็นจริงแล้ว ถ้าพูดตามธรรมะ ท่านว่าไม่ใช่ของเรา ก็ฟังไม่ค่อยสบายหูสบายใจเท่าใด เรื่องของ

มันก็เป็นอย่างนั้นจริงๆ ถ้าไม่สมมุติขึ้นมา ก็ไม่มีราคา สมมุติว่าไม่มีราคา ก็ไม่มีราคา สมมุติให้มีราคาขึ้นมา ก็มีราคาขึ้นมา มันก็เป็นเช่นนั้น ฉะนั้น สมมุตินี้ก็ได้อยู่ถ้าเรา รู้จักใช้มัน ให้รู้จักใช้มัน

อย่างสภณาร่างกายของเรานี้ก็เหมือนกัน ไม่ใช่เราหรอก มันเป็นของสมมุติจริงๆ แล้วจะหาตัวตนเราเขาแท้มันก็ไม่มี มีแต่ธรรมชาติอันหนึ่งเท่านั้นแหละ มันเกิด แล้วก็ตั้งอยู่ แล้วก็ดับไป ทุกอย่างมันก็เป็นอย่างนี้ ไม่มีเรื่องอะไรเป็นจริงเป็นจัง ของมัน แต่ว่าสมควรที่เราจะต้องใช้มัน

อย่างว่า เรามีชีวิตอยู่ได้นี่เพราะอะไร เพราะอาหารการกินของเราที่เป็นอยู่ ถ้าหากว่าชีวิตเรายู่กับอาหารการกินเป็นเครื่องหล่อเลี้ยง เป็นปัจจัยจำเป็น เราก็ต้องใช้สิ่งเหล่านี้ให้มันสำเร็จประโยชน์ในความเป็นอยู่ของเรา เหมือนกับพระพุทธเจ้าท่าน ทรงสอนพระ เริ่มต้นจริงๆ ท่านก็สอนเรื่องปัจจัยสี่ เรื่องจิ๋ว เรื่องบิณฑบาต เรื่องเสนาสนะ เรื่องเภสัชยาบำบัดโรค ท่านให้พิจารณา ถ้าเราไม่ได้พิจารณาตอนเข้า ยามเย็นมันล่วงกาลมาแล้ว ก็ให้พิจารณาเรื่องอันนี้

ทำไมท่านจึงให้พิจารณาบ่อยๆ พิจารณาให้รู้จักว่ามันเป็นปัจจัยสี่ เครื่องหล่อเลี้ยงร่างกายของเรา นักบวชก็ต้องมีผ้าห่มผ้าห่ม อาหารการขบฉัน ยารักษาโรค มีที่อยู่อาศัย เมื่อเรามีชีวิตอยู่เราจะหนีจากสิ่งเหล่านี้ไม่ได้ ถ้าอาศัยสิ่งเหล่านี้เป็นอยู่ ท่านทั้งหลายจะได้ใช้ของเหล่านี้จนตลอดชีวิตของท่าน แล้วท่านอย่าหลงนะ อย่าหลง สิ่งเหล่านี้ มันเป็นเพียงเท่านั้น มีผลเพียงเท่านั้น

เราจะต้องอาศัยสิ่งเหล่านี้ไปจึงอยู่ได้ ถ้าไม่อาศัยสิ่งเหล่านี้สิ่งใดสิ่งหนึ่ง จะบำเพ็ญภาวนา จะสวดมนต์ทำวัตร จะนั่งพิจารณากรรมฐาน ก็จะสำเร็จประโยชน์ ให้ท่านไม่ได้ ในเวลานี้จะต้องอาศัยสิ่งเหล่านี้อยู่ ฉะนั้น ท่านทั้งหลายอย่าไปติด สิ่งเหล่านี้ อย่าไปหลงสมมุติอันนี้ อย่าไปติดปัจจัยสี่อันนี้ มันเป็นปัจจัยให้ท่านอยู่ไป อยู่ไป พอถึงคราวมันก็เลิกจากกันไป ถึงแม้มันจะเป็นเรื่องสมมุติ ก็ต้องรักษา ให้มันอยู่ ถ้าไม่รักษามันก็เป็นโทษ เช่น ถ้วยใบหนึ่ง ในอนาคตถ้วยมันจะต้องแตก แตกก็ช่างมัน แต่ขณะที่ท่านยังมีชีวิตอยู่ ขอให้ท่านรักษาถ้วยใบนี้ไว้ให้ดี เพราะเป็น

เครื่องใช้ของท่าน ถ้าถ้วยใบนี้แตกท่านก็ลำบาก แต่ถึงแม้ว่าจะแตก ก็ขอให้เป็นเรื่อง
สุดวิสัยที่มันแตกไป

ปัจจัยสี่ที่พระพุทธเจ้าท่านสอนให้พิจารณาก็เหมือนกัน เป็นปัจจัยส่งเสริม
เป็นเครื่องอาศัยของบรรพชิต ให้ท่านทั้งหลายรู้จักมัน อย่าไปยึดมั่นหมายมั่นมัน
จนเป็นก้อนกิเลสตัณหาเกิดขึ้นในดวงจิตดวงใจของท่านจนเป็นทุกข์ เอาแค่ใช้ชีวิต
ให้มันเป็นประโยชน์เท่านั้นก็พอแล้ว

เรื่องสมมุติกับวิมุติมันก็เกี่ยวข้องกันอย่างนี้เรื่อยไป ฉะนั้น ถ้าหากว่าใช้
สมมุติอันนี้อยู่ อย่าไปวางอกวางใจว่ามันเป็นของจริง จริงโดยสมมุติเท่านั้น ถ้าเรา
ไปยึดมั่นหมายมั่นมันก็เกิดทุกข์ขึ้นมาเพราะเราไม่รู้เรื่องอันนี้ตามเป็นจริง เรื่องมันจะถูก
จะผิดก็เหมือนกัน บางคนก็เห็นผิดเป็นถูก เห็นถูกเป็นผิด เรื่องผิดถูกไม่รู้ว่าเป็น
ของใคร ต่างคนต่างก็สมมุติขึ้นมา ว่าถูกว่าผิดอย่างนี้แหละ เรื่องทุกเรื่องก็ควรให้รู้

พระพุทธเจ้าท่านกล่าวว่ามันจะเป็นทุกข์ ถ้าหากว่าถกเถียงกัน เรื่องทั้งหลาย
เหล่านี้มันจบไม่เป็น คนหนึ่งว่าถูก คนหนึ่งว่าผิด คนหนึ่งว่าผิด คนหนึ่งว่าถูก
อย่างนี้ แต่ความจริงแล้วเรื่องถูกเรื่องผิดนั้นนะเราไม่รู้จักเลย เอาแต่ทำให้เรารู้จักใช้
ให้มันสบาย ทำการงานให้ถูกต้อง อย่าให้มันเบียดเบียนตนเองและเบียดเบียนผู้อื่น
ให้มันเป็นกลางๆ ไปอย่างนี้ มันก็สำเร็จประโยชน์ของเรา

รวมแล้วส่วนสมมุติที่ดี ส่วนวิมุติที่ดีล้วนแต่เป็นธรรมะ แต่ว่ามันเป็นของ
ยิ่งหย่อนกว่ากัน แต่มันก็เป็นไวยากรณ์ซึ่งกันและกัน เราจะรับรองแน่นอนว่า อันนี้
ให้เป็นอันนี้จริงๆ อย่างนั้นไม่ได้ ฉะนั้นพระพุทธเจ้าท่านจึงให้วางไว้ว่า ‘มันไม่แน่’
ถึงจะชอบมากแค่ไหน ก็ให้รู้ว่ามันไม่แน่นอน ถึงจะไม่ชอบมากแค่ไหนก็ให้เข้าใจว่า
อันนี้ไม่แน่นอน มันก็ไม่แน่นอนอย่างนั้นจริงๆ แล้วปฏิบัติจนเป็นธรรมะ

อดีตก็ตาม อนาคตก็ตาม ปัจจุบันก็ตาม เรียกว่าปฏิบัติธรรมะแล้วที่มันจบก็
คือที่มันไม่มีอะไร ที่มันละ มันวาง มันวางภาระ ที่มันจบ จะเปรียบเทียบกับให้ฟัง
อย่างคนหนึ่งที่วางมันเป็นอะไรมันจึงปลิวพลิวไป คงเป็นเพราะมีลม อีกคนหนึ่งที่



มันเป็นเพราะมีตรงต่างหาก อย่างนี้ก็จบลงไม่ได้สักที เหมือนกันกับไก่อเกิดจากไข่ ไข่เกิดจากไก่ออย่างนี้แหละ มันไม่มีหนทางจบ คือมันหมุนไปหมุนไปตามวัฏฏะของมัน

ทุกสิ่งสรรพัตถ์นี้ก็เรียกสมมุติขึ้นมา มันเกิดจากสมมุติขึ้นมา ก็ให้รู้จักสมมุติ ให้รู้จักบัญญัติ ถ้ารู้จักสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ ก็รู้จักเรื่องอนิจจัง เรื่องทุกขัง เรื่องอนัตตา มันเป็นเรื่องตรงต่อพระนิพพานเลยอันนี้ เช่น การแนะนำว่าสอนให้ความเข้าใจกับคนแต่ละคนนี่มันก็ยากอยู่ บางคนมีความคิดอย่างหนึ่ง พูดให้ฟังก็ว่าไม่ใช่ พูดความจริงให้ฟังเท่าไรก็ว่าไม่ใช่ ฉันเอาถูกของฉัน คุณเอาถูกของคุณ มันก็ไม่มีทางจบแล้วมันเป็นทุกข์ก็ยังไม่วาง ก็ยังไม่ปล่อยมัน

อาตมาเคยเล่าให้ฟังครั้งหนึ่งว่า คน ๔ คนเดินเข้าไปในป่าได้ยินเสียงไก่ขัน “เอ๊ก อี้เอ๊ก เอ๊ก” ต่อกันไป คนหนึ่งก็เกิดปัญหาขึ้นมาว่า เสียงขันนี้ใครว่าไก่ตัวผู้ หรือไก่ตัวเมีย ๓ คนรวมหัวกันว่าไก่ตัวเมีย ส่วนคนเดียวนั้นก็ว่าไก่ตัวผู้ขัน ถียงกันไปมาอยู่อย่างนี้แหละไม่หยุด ๓ คนว่าไก่ตัวเมียขัน คนเดียวว่าไก่ตัวผู้ขัน “ไก่ตัวเมียจะขันได้อย่างไร?” “ก็มันมีปากนี่” ๓ คนตอบคนคนเดียวนั้น ถียงกันจนร้องไห้

ความจริงแล้วไก่ตัวผู้แน่แหละขันจริงๆ ตามสมมุติเขา แต่ ๓ คนนั้นว่าไม่ใช่ว่าเป็นไก่ตัวเมีย ถียงกันไปจนร้องไห้ เสียอกเสียใจมาก ผลที่สุดแล้ว มันก็ผิดหมดทุกคนนั้นแหละ ที่ว่าไก่ตัวผู้ไก่ตัวเมียก็เป็นสมมุติเหมือนกัน

ถ้าไปถามไก่อว่า “เป็นตัวผู้หรือ” มันก็ไม่ตอบ “เป็นไก่ตัวเมียหรือ” มันก็ไม่ให้เหตุผลว่าอย่างไร แต่เราเคยสมมุติบัญญัติว่า รูปลักษณะอย่างนี้เป็นไก่ตัวผู้ รูปลักษณะอย่างนั้นเป็นไก่ตัวเมีย ไก่อตัวผู้มันต้องขันอย่างนี้ ตัวเมียต้องขันอย่างนั้น อันนี้มันเป็นสมมุติติดอยู่ในโลกเรา นี่ความเป็นจริงมันไม่มีไก่ตัวผู้ไก่ตัวเมียหรอก ถ้าพูดตามความสมมุติในโลก ก็ถูกตามคนเดียวนั้น แต่เพื่อน ๓ คนก็ไม่เห็นด้วย เขาว่าไม่ใช่ ถียงกันไปจนร้องไห้มันก็ไม่เกิดประโยชน์อะไร มันก็เรื่องเพียงเท่านั้น

ฉะนั้น พระพุทธเจ้าท่านจึงว่า อย่าไปยึดมั่นถือมั่นมัน ไม่ยึดมั่นถือมั่นทำไม จะปฏิบัติได้ ปฏิบัติไป เพราะความไม่ยึดมั่นถือมั่นนี้จะเอาปัญญาแทนเข้าไปในที่นี้ ยากลำบาก นี่แหละที่ไม่ให้ยึด มันจึงเป็นของยาก มันต้องอาศัยปัญญาแหลมคม เข้าไปพิจารณา มันจึงไปกันได้ อ้อหนึ่ง ถ้าคิดไปแล้วเพื่อบรรเทาทุกข์ลงไป ไม่ว่าจะ ผู้มีน้อยหรือมีมากหรือ เป็นกับปัญญาของคนก่อนที่มันจะทุกข์ มันจะสุข มันจะสบาย มันจะไม่สบาย มันจะล่วงทุกข์ทั้งหลายได้เพราะปัญญา ให้มันเห็นตามเป็นจริงของมัน

ฉะนั้น พระพุทธเจ้าท่านให้อบรม ให้พิจารณา ให้ภาวนา **ภาวนาก็คือให้พยายามแก้ปัญหาทั้งหลายเหล่านี้ให้ถูกต้องตามเรื่องของมัน** เรื่องของมันเป็นอยู่อย่างนี้ คือเรื่องเกิด เรื่องแก่ เรื่องเจ็บ เรื่องตาย มันเป็นเรื่องของธรรมดา ธรรมดาแท้ๆ มันเป็นอย่างนี้ของมัน ท่านจึงให้พิจารณาอยู่เรื่อยๆ ให้ภาวนาความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย บางคนไม่เข้าใจ ไม่รู้จะพิจารณามันไปทำไม เกิดก็ รู้จักว่าเกิดอยู่ ตายก็รู้จักว่าตายอยู่ นั่นแหละมันเป็นเรื่องของธรรมดาเหลือเกิน มันเป็นเรื่องความจริงเหลือเกิน

ถ้าหากว่าผู้ใดมาพิจารณาแล้วพิจารณาอีกอยู่อย่างนี้ มันก็เห็น เมื่อมันเห็น มันก็ค่อยแก้ไขไป ถึงหากว่ามันจะมีความยึดมั่นหมายมั่นอยู่ก็ดี ถ้าเรามีปัญญา เห็นว่ามันเป็นเรื่องธรรมดา มันก็บรรเทาทุกข์ไปได้ ฉะนั้น จงศึกษาธรรมะเพื่อแก้ทุกข์

ในหลักพุทธศาสนานี้ก็ไม่มีอะไร มีแต่เรื่องทุกข์เกิดกับทุกข์ดับ เรื่องทุกข์ จะเกิดเรื่องทุกข์จะดับเท่านั้น ท่านจึงจัดเป็นสังขธรรม ถ้าไม่รู้มันก็เป็นทุกข์ เรื่องจะเอาทฤษฎีมานะมาเถียงกันนี้ก็ไม่มีวันจบหรือ มันไม่จบ มันไม่สิ้น เรื่องที่จะให้จิตใจบรรเทาทุกข์สบายๆ นั่น เราก็ต้องพิจารณาดูเรื่องที่เราผ่านมา เรื่องปัจจุบัน และอนาคตที่มันเป็นไป เช่นว่า พุดถึงความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย ทำอย่างไรมันจึงจะไม่ให้เป็นห่วงเป็นใยกัน ก็เป็นห่วงเป็นใยอยู่เหมือนกัน แต่ว่าถ้าหากบุคคลมาพิจารณารู้เท่าตามความเป็นจริง ทุกข์ทั้งหลายก็จะบรรเทาหลงไป ไม่ได้กอดทุกข์ไว้.



ให้เอาคำหลวงพ่อกาพิจารณาว่า
เราเกิดมาทำไม เอาย่อๆ ว่าเกิดมาทำไม
มีอะไรเอาไปได้ไหม ถ้ามเรียบร้อย นะ
ถ้าใครถามอย่างนี้บ่อยๆ มีปัญญา
ถ้าใครไม่ถามเจ้าของอย่างนี้
โง่ทั้งนั้นแหละ เข้าใจไหม

๓๓ | อยู่เพื่ออะไร

ขอให้ตั้งอยู่ในความสงบ รับโอวาทพอสมควร วันนี้มีทั้งคฤหัสถ์
และบรรพชิตมาถวายดอกไม้ตามกาลเวลา เรื่องสักการะ เรื่องคารวะ การ
เคารพต่อผู้ใหญ่เป็นมงคลอันเลิศ พรรชานี้เอาตามไม่ค่อยมีเรี่ยวแรง
ไม่สบาย สุขภาพไม่แข็งแรง จึงหลบมาอยู่บญฺเฐนนี้ ก็ได้รับอากาศบริสุทธิ์
สักพรรษาหนึ่ง ญาติโยมสาธุศิษย์ทั้งหลายไปเยี่ยม ก็ไม่ได้สนองศรัทธา
อย่างเต็มที่ เพราะว่าเสียงมันจะหมดแล้ว ลมมันก็จะหมดแล้ว นับว่า
เป็นบุญที่เป็นตัวเป็นตนมานั่งให้ญาติโยมเห็นอยู่ นี่นับว่าดีแล้ว ต่อไปก็จะ
ไม่ได้เห็น ลมมันก็จะหมด เสียงมันก็จะหมด มันเป็นไปตามเหตุตามปัจจัย
ของสังขาร ที่พระผู้มีพระภาคเจ้าท่านสอนไว้ *ขะยะว้ยยัง* คือความสิ้นไป
เสื่อมไปของสังขาร

บรรยายที่วัดถ้ำแสงเพชร เดือนกันยายน ๒๕๒๕



เลื่อมไปอย่างไร เปรียบให้ฟังเหมือนก้อนน้ำแข็ง แต่ก่อนมันเป็นน้ำ เขาเอามาทำให้เป็นก้อน แต่มันก็อยู่ไม่นานหรือมันก็เลื่อมไป เอาก้อนน้ำแข็งใหญ่ๆ เทาเทปนี้ไปวางไว้กลางแจ้ง จะดูความเลื่อมของก้อนน้ำแข็งก็เหมือนสังขารนี้ มันจะเลื่อมทีละน้อยๆ ไม่กี่นาทีไม่กี่ชั่วโมงก้อนน้ำแข็งก็จะหมด ละลายเป็นน้ำไป นี่เรียกว่าเป็น *ขะยะว้ยยัง* ความสิ้นไปความเลื่อมไปแห่งสังขารทั้งหลาย เป็นมานานแล้ว ตั้งแต่มีโลกขึ้นมา เราเกิดมาเราก็เก็บเอาสิ่งเหล่านี้มาด้วย ไม่ใช่เราทิ้งไปไหน พอเกิดเราก็เก็บเอาความเจ็บ ความแก่ ความตาย มาพร้อมกัน

ดังนั้น องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านจึงตรัสไว้ว่า *ขะยะว้ยยัง* ความสิ้นไปเลื่อมไปของสังขารทั้งหลาย เรานั่งอยู่บนศาลานี้ทั้งอุบาสกอุบาสิกา ทั้งพระทั้งเณรทั้งหมดนี้ มีแต่ก้อนเลื่อมทั้งนั้น นี่ที่ก้อนมันแข็งเปรียบเช่นก้อนน้ำแข็ง แต่ก่อนเป็นน้ำ พอมันเป็นก้อนน้ำแข็งแล้วก็เลื่อมไป เห็นความเลื่อมมันใหม่ ดูอาการที่มันเลื่อมลี ร่างกายของเราเนี่ย ทุกส่วนมันเลื่อม ผมมันก็เลื่อมไป ขนมันก็เลื่อมไป เล็บมันก็เลื่อมไป หนังมันก็เลื่อมไป อะไรทุกอย่างมันก็เลื่อมไปทั้งนั้น

ญาติโยมทุกคนเมื่อครั้งแรกคงจะไม่ใช่เป็นอย่างนี้นะ คงจะมีตัวเล็กกว่านี้ นี่มันโตขึ้นมา มันเจริญขึ้นมา ต่อไปนี่มันก็จะเลื่อม เลื่อมไปตามธรรมชาติของมัน เลื่อมไปเหมือนก้อนน้ำแข็ง เดี่ยวก็หมด ก้อนน้ำแข็งมันก็กลายเป็นน้ำ เรายังก็เหมือนกัน ทุกคนมีดิน มีน้ำ มีไฟ มีลม เมื่อมีตัวตนประกอบกันอยู่ ธาตุสี่ ดิน น้ำ ลม ไฟ ตั้งขึ้น เรียกว่าคน แต่เดิมไม่รู้ว่าเป็นอะไรหรอก เรียกว่าคนเราก็ดีอกดีใจ เป็นคนผู้ชาย เป็นคนผู้หญิง สมมุติชื่อให้ชายนั้นนางนี้ตามเรื่องเพื่อเรียกตามภาษาให้จำง่าย ใช้การงานง่าย แต่ความเป็นจริงก็ไม่มีอะไร มีน้ำหนึ่ง ดินหนึ่ง ลมหนึ่ง ไฟหนึ่ง มาปรุงกันเข้า กลายเป็นรูป เรียกว่าคน

โยมอย่าเพิ่งดีใจนะ ดูไปดูมาก็ไม่มีคนหรอก ที่มันแข็งแข็ง พวกเนื้อพวกหนัง พวกกระดูกทั้งหลายเหล่านี้เป็นดิน อาการที่มันเหลวๆ ตามสภาพร่างกายนั้น เราเรียกว่าน้ำ อาการที่มันอบอุ่นอยู่ในร่างกายเราเรียกว่าไฟ อาการที่มันพัดไปมาอยู่ในร่างกายของเราเนี่ย ลมพัดขึ้นเบื้องบนพัดลงเบื้องต่ำนี้เรียกว่าลม ทั้ง ๔ ประการนี้ มาปรุงกันเข้าเรียกว่าคน ก็ยังเป็นผู้หญิงผู้ชายอีก จึงมีเครื่องหมายตามสมมุติของเรา

แต่อยู่ที่วัดป่าพง ที่ไม่เป็นผู้หญิงไม่เป็นผู้ชายก็มี เป็นนะปุงลิ่งลิ่ง^๑ ไม่ใช่
อิตถीलิ่งลิ่ง^๒ ไม่ใช่ปุงลิ่งลิ่ง^๓ คือซากศพที่เขาเอาเนื้อเอาหนังออกหมดแล้ว เหลือแต่
โครงกระดูกเท่านั้น เป็นซากโครงกระดูกเขาแขวนไว้ ไปดูก็ไม่เห็นว่าเป็นผู้หญิง
หรือผู้ชาย ใครไปถามว่านี่เป็นผู้หญิงหรือผู้ชาย ก็ได้แต่มองหน้ากัน เพราะมันมีแต่
โครงกระดูกเท่านั้น เนื้อหนังออกหมดแล้ว พวกเราทั้งหลายก็ไม่วู้ ทุกคนไปวัดป่าพง
เข้าไปในศาลาก็ไปดูโครงกระดูก บางคนดูไม่ได้ วิ่งออกจากศาลาเลย กลัว....กลัว
เจ้าของ อย่างนั้นเข้าใจว่าไม่เคยเห็นตัวเราเองสักที ไปกลัวกระดูก ไม่นึกถึงคุณค่า
ของกระดูก

เราเดินมาจากบ้าน นั่งรถมาจากบ้าน ถ้าไม่มีกระดูกจะเป็นอย่างไร จะเดิน
ไปมาได้ไหม เกิดมาพร้อมกัน ไม่เคยเห็นกัน นอนเบาะอันเดียวกัน ไม่เคยเห็นกัน
นี่แสดงว่าเราบุญมากที่มาเห็น แก่แล้ว ๕๐ ปี ๖๐ ปี ๗๐ ปี ไปนมัสการวัดป่าพง
เห็นโครงกระดูก กลัว นี่อะไรไม่วู้ แสดงว่าเราไม่คุ้นเคยเลย ไม่รู้จักตัวเราเลย กลับไป
บ้านก็ยังนอนไม่หลับอยู่ ๓-๔ วัน แต่ก็นอนกับโครงกระดูกนั้นแหละ ไม่ใช่นอน
ที่อื่นหรือ ห่มผ้าผืนเดียวกัน อะไรๆ ด้วยกัน นั่งบริโภคข้าวด้วยกัน แต่เราก็ก้าว

นี่แสดงว่าเราห่างเหินจากตัวเรามากที่สุด น่าสงสาร ไปดูอย่างอื่น ไปดูต้นไม้
ไปดูวัตถุอื่นๆ ว่าอันนั้นโต อันนี้เล็ก อันนั้นสั้น อันนั้นยาว นี่ไปดูแต่วัตถุของอื่น
นอกจากตัวเรา ไม่เคยมองดูตัวเราเลย ถ้าพูดจริงๆ แล้วก็น่าสงสารมนุษย์เหมือนกัน
ดังนั้นคนเราจึงขาดที่พึ่ง

อาตมาเคยบวชขนาดมาหลายองค์ เกสา โลมา นขา ทันตา ตโจ นาคที่เคยเป็น
นักศึกษาคงนึกหัวเราะว่า ท่านอาจารย์เอาอะไรมาสอนนี่ เอาผมที่มันมีอยู่นานแล้ว
มาสอน ไม่ต้องสอนแล้ว รู้จักแล้ว เอาของที่รู้จักแล้วมาสอนทำไม นี่คนที่มันมีดีมาก
มันก็เป็นอย่างนี้ คิดว่าเราเห็นผม อาตมาบอกว่า คำที่ว่าเห็นผมนั้น คือเห็นตามความ

^๑ นะปุงลิ่งลิ่ง = ไม่ใช่เพศชาย ไม่ใช่เพศหญิง

^๒ อิตถीलิ่งลิ่ง = เพศหญิง

^๓ ปุงลิ่งลิ่ง = เพศชาย

เป็นจริง เห็นชนก็เห็นตามความเป็นจริง เห็นเล็บ เห็นหนัง เห็นฟัน ก็เห็นตามความเป็นจริง จึงเรียกว่าเห็น ไม่ใช่ว่าเห็นอย่างผิวเผิน เห็นตามความเป็นจริงอย่างไร

เราคงจะไม่หมกมุ่นอยู่ในโลกอย่างนี้ ถ้าเห็นตามความจริง ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เป็นอย่างไรตามความเป็นจริง เป็นอย่างไร เป็นของสวยไหม เป็นของสะอาดไหม เป็นของมีแก่นสารไหม เป็นของเที่ยงไหม เปล่า...มันไม่มีอะไรหรอก ของไม่สวยแต่เราไปสำคัญว่ามันสวย ของไม่จริงไปสำคัญว่ามันจริง

อย่าง เกสา โลมา นขา ทันตา ตโจ คือ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง คนเราไปติดอยู่ที่นี่ พระพุทธองค์ท่านยกมาทั้ง ๕ ประการนี้เป็นมูลกรรมฐาน สอนให้รู้จักกรรมฐานทั้ง ๕ นี้ มันเป็นอนิจจัง เป็นทุกขัง เป็นอนัตตา ไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตน ไม่ใช่เรา ไม่ใช่เขา เราเกิดขึ้นมาก็หลงมันซึ่งเป็นของโสโครก ดูซิ คนเราไม่อาบน้ำซัก ๒ วันลิเข้าใกล้กันได้ไหม มันเหม็น เหงื่อออกมามากๆ ไปนั่งทำงานรวมกันอย่างนี้ เหม็นทั้งนั้นแหละ กลับไปบ้านอาบน้ำ ถูสบู่ออกหายเหม็นไปนิดหนึ่ง ก็หอมสบู่ขึ้นมา ได้ถูสบู่ มันก็หอม ไอ้ตัวเหม็นมันก็อยู่อย่างเดิมนั้นแหละ มันยังไม่ปรากฏเท่านั้น กลิ่นสบู่มันข่มไว้ เมื่อหมดสบู่มันก็เหม็นตามเคย

เรามักจะเห็นรูปที่นิ่งอยู่ที่นี่ นึกว่ามันสวย มันงาม มันแน่น มันหนา มันตรึงตา มันไม่แก้มันไม่เจ็บ มันไม่ตาย หลงเพลิดเพลินอยู่ในสากลโลกนี้ จึงไม่รู้รู้จักพึ่งตนเอง ตัวที่พึ่งของเราคือใจ ใจของเราเป็นที่พึ่งจริงๆ

กาลาหลังนี้มันใหญ่ ก็ไม่ใช่ที่พึ่ง มันเป็นที่อาศัยชั่วคราว นักพิราบมันก็มาอาศัยอยู่ ตุ๊กแกมันก็มาอาศัยอยู่ จิ้งเหลนนี้มันก็มาอาศัยอยู่ ทุกสิ่งทุกอย่างมาอาศัยอยู่ได้ เราก็นึกว่าของเรา มันไม่ใช่ของเราหรอก มันอยู่ด้วยกัน หนูมันก็มาอยู่สารพัดอย่าง

นี่เรียกว่าที่อาศัยชั่วคราว เดียวก็หนีไป จากไป เราก็นึกว่าอันนี้เป็นที่พึ่งของเรา คนมีบ้านหลังเล็กๆ ก็เป็นทุกข์เพราะบ้านมันเล็ก มีบ้านหลังใหญ่ๆ ก็เป็นทุกข์เพราะกวาดไม่ไหว ตอนเช้าก็บ่น ตอนเย็นก็บ่น จับอะไรวางตรงไหนก็ไม่ค่อยได้เก็บ คุณหญิงคุณนายนี่จึงเป็นโรคประสาทกัน เป็นทุกข์กัน

ฉะนั้น พระพุทธองค์จึงให้หาที่พึ่ง คือหาใจของเรา ใจของเราเป็นสิ่งที่สำคัญ โดยมากคนเราไม่ค่อยมองดูในสิ่งที่สำคัญ ไปมองดูที่อื่นที่ไม่สำคัญ เป็นต้นว่า กวาดบ้าน ล้างจาน ก็มุ่งความสะอาด ล้างถ้วยล้างจานให้มันสะอาด ทุกสิ่งทุกอย่าง มุ่งความสะอาด แต่ใจเจ้าของไม่เคยมุ่งเลย ใจของเรามันเนา บางทีก็โกรธหน้าบูด หน้าบึ้งอยู่นั่นแหละ ก็ไปมุ่งแต่จวนให้จวนมันสะอาด ใจของเราไม่สะอาดเท่าไรก็ไม่มองดู นี่เราขาดที่พึ่ง เอาแต่ที่อาศัย แต่งบ้านแต่งช่อง แต่งอะไรสารพัดอย่าง แต่ใจของเราไม่ค่อยจะแต่งกัน ทุกข์ไม่ค่อยจะมองดูมัน

ใจนี้แหละเป็นสิ่งที่สำคัญ พระพุทธองค์ท่านจึงพูดว่า ให้หาที่พึ่งของใจ *อตฺตาทิ อตฺตโน นาโถ* ใครจะเป็นที่พึ่งได้ ที่เป็นที่พึ่งที่แน่นอนก็คือใจของเราเอง ไม่ใช่สิ่งอื่น พึ่งสิ่งอื่นก็พึ่งได้แต่ไม่ใช่ของที่แน่นอน เราจะพึ่งสิ่งอื่นได้ก็เพราะเราพึ่งตัวของเรา เราต้องมีที่พึ่งก่อน จะพึ่งอาจารย์ พึ่งญาติมิตรสหายทั้งหลาย จะพึ่งได้ดีนั้น เราต้องทำตัวของเราเป็นที่พึ่งให้ได้เสียก่อน

ดังนั้น วันนี้ที่มากกราบนมัสการทั้งคฤหัสถ์และบรรพชิต ขอให้รับโอวาทนี้ไป พินิจพิจารณา เราทุกคนให้นึกเสมอว่า เราคืออะไร เราเกิดมาทำไม นี่ถามปัญหา เจ้าของอยู่เสมอว่า เราเกิดมาทำไม ให้ถามเสมอ บางคนไม่รู้ละ แต่อยากได้ความสุขใจ มันทุกข์ไม่หาย รวยก็ทุกข์ จนก็ทุกข์ เป็นเด็กเป็นคนโตก็ทุกข์ ทุกข์หมดทุกอย่าง เพราะอะไร เพราะว่ามันขาดปัญญา เป็นคนจนก็ทุกข์เพราะมันจน เป็นคนรวยก็ทุกข์เพราะมันรวยมาก ของมากๆ รักษาคนเดียว

ในสมัยก่อนอาตมาเคยเป็นสามเณร เคยเทศน์ให้โยมฟัง ครูบาอาจารย์ท่านให้เทศน์ พูดถึงความร้ายในการมีทาส ให้มีทาสสักร้อย ผู้หญิงก็ให้ได้สักร้อยหนึ่ง ผู้ชายก็ร้อยหนึ่ง มีช้างก็ร้อยหนึ่ง มีวัวก็ร้อยหนึ่ง มีควายก็ร้อยหนึ่ง มีแต่สิ่งละร้อย ทั้งนั้น ญาติโยมได้ฟังแล้วก็สบายใจ ให้โยมไปเลี้ยงควายสักร้อยหนึ่งเอาไหม เอาควายร้อยหนึ่ง เอาวัวร้อยหนึ่ง มีทาสผู้หญิงผู้ชายอย่างละร้อย ให้โยมรักษาคนเดียว จะดีไหม นี่ไม่คิด ดูแต่ความอยากมีวัว มีควาย มีช้าง มีม้า มีทาส สิ่งละร้อยละร้อย น่าฟัง อู๊ย! อิมใจเหลือเกิน มันสบายนะ แต่อาตมาเห็นว่าได้สักห้าสิบตัวก็พอแล้ว แต่แฟนเชือกเท่านั้นก็เต็มทีแล้ว อันนี้โยมไม่คิด คิดแต่ได้ ไม่คิดถึงว่ามันจะยากลำบาก

สิ่งทั้งหลายที่มีอยู่ในตัวเรา ถ้าเราไม่มีปัญญา จะทำให้เราทุกข์นะ ถ้าเรามีปัญญา นำออกจากทุกข์ได้ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ตาไม่ใช่ของดีนะ ถ้าเราใจไม่ดี ไปมองคนบางคน ไปเกลียดเขาอีกแล้ว มานอนเป็นทุกข์อีกแล้ว ไปมองดูคนบางคน รักเขาอีกแล้ว รักเป็นทุกข์อีกแล้ว มันไม่ได้ก็เป็นทุกข์ เกลียดก็เป็นทุกข์ รักก็เป็นทุกข์ เพราะมันอยากได้ อยากได้ก็เป็นทุกข์ ไม่อยากได้ก็เป็นทุกข์ ของที่ไม่ชอบใจ อยากทิ้งมันไป อยากได้ของที่ชอบใจ ของที่ไม่ชอบใจได้มา มันก็ทุกข์ ของที่ชอบใจ ได้มาแล้ว กลัวมันจะหายอีกแล้ว มันเป็นทุกข์ทั้งนั้น ไม่รู้ว่าจะอยู่อย่างไร บ้านหลังใหญ่ๆ ขนาดนี้ ก็นึกว่าจะให้มันสบายขึ้น เก็บความสบายเก็บความดีไว้เนิ่นๆ ถ้าคิดไม่ดี มันก็ไปไม่ได้ทั้งนั้นแหละ

ดังนั้น ญาติโยมทั้งหลายจงมองดูตัวของเรา ว่าเราเกิดมาทำไม เราเคยทำอะไรไว้ไหม อาตมาเคยรวมคนแก่ เอาคนแก่อายุเลย ๘๐ ปีขึ้นไป แล้วมาอยู่รวมกัน อาชีพทำนา ตามบ้านนอกของเราทำนามาตั้งแต่โน้น เกิดมาได้ ๑๗-๑๘ ปี ก็รีบแต่งงาน กลัวจะไม่รวย ทำงานตั้งแต่เล็กๆ ให้มันรวย ทำนาจน ๗๐ ปีก็มี ๘๐ ปีก็มี ๙๐ ปีก็มี ที่มานั่งรวมกันฟังธรรม

“โยม” อาตมาถาม “โยมจะเอาอะไรไปไหมนี่ เกิดมาก็ทำอยู่จนเดี๋ยวนี้แหละ ผลที่สุดจะไป... จะได้อะไรไปไหม”

ไม่รู้จัก ตอบได้แต่ว่า “จั่งว่า^๑”

จั่งว่านี่ตามภาษาเขาว่า กินลูกหว่า เพลินกับลูกหว่า มันจะเสียเวลา เพราะจั่งว่านี่แหละ จะไปก็ไม่ไป จะอยู่ก็ไม่อยู่ มันอยู่ที่จั่งว่า นั่งอยู่ก้างๆ อยู่ง่า นั่งอยู่คาบนั้นแล้ว มีแต่จั่งว่าๆ

^๑ “จั่งว่า” เป็นภาษาอีสาน เป็นคำรับที่แสดงความไม่รู้ หรือความไม่แน่ใจ คล้ายกับภาษากลางว่า “นั่นนะซี”

ตอนยังหนุ่มๆ ครั้งแรกอยู่คนเดียว เข้าใจว่าเป็นโสดไม่สบาย หาคู่ครองเรือน มันจะสบาย เลยหาคู่ครองมาครองเรือนให้ เอาของสองอย่างมารวมกันมันก็กระทบกันอยู่แล้ว อยู่คนเดียวมันเจ็บเกินไป ไม่สบาย แล้วเอาคนสองคนมาอยู่ด้วยกัน มันก็กระทบกัน ก็อกๆ แก๊กๆ นั่นแหละ ลูกเกิดมาครั้งแรกตัวเล็กๆ พ่อแม่ก็ตั้งใจว่า ลูกเราเมื่อมันโตขึ้นมาขนาดหนึ่ง เราก็สบายหรอก ก็เลี้ยงมันไป ๓ คน ๔ คน ๕ คน นึกว่ามันโตเราจะสบาย เมื่อมันโตมาแล้วมันยิ่งหนัก เหมือนกับแบกท่อนไม้ อันหนึ่งเล็ก อันหนึ่งใหญ่ ทิ้งท่อนเล็กแล้วแบกเอาท่อนใหญ่ นึกว่ามันจะเบาที่ยิ่งหนัก

ลูกเราตอนเด็กๆ มันไม่กวนเท่าไรหรอกโยม มันกวนถามกินข้าวกับกล้วย เมื่อมันโตขึ้นมามันถามเอาขนมเอเตอร์ไรซ์ มันถามเอาเค้ก เอาละ ความรักลูก จะปฏิเสธไม่ได้ ก็พยายามหา มันก็เป็นทุกข์ ถ้าไม่ให้มันก็เป็นลูก บางทีพ่อแม่ ทะเลาะกัน “อย่าเพิ่งไปซื้อให้มันเลยรถนี้ มันยังไม่มีเงิน” แต่ความรักลูกก็ต้องไปกู้คนอื่นมา เห็นอะไรก็อยากซื้อมากินแต่ก็อด กลัวมันจะหมดเปลืองหลายอย่าง

ต่อมาก็มีการศึกษาเล่าเรียน “ถ้ามันเรียนจบเราก็จะสบายหรอก” เรียนมันจบไม่เป็นหรอก มันจะจบอะไร เรียนไม่มีจบหรอก ทางพุทธศาสนาที่เรียนจบ ศาสตร์อื่นนอกนั้นมันเรียนต่อไปเรื่อยๆ เรียนไม่จบ เอาไปเอามากี่เลยวุ่นเท่านั้นแหละ บ้านหนึ่งเรียน ๔ คน ๕ คน ตาย! พ่อแม่ทะเลาะกันไม่มีวันเว้นละอย่างนั้น ไข่ความทุกข์มันเกิดมาภายหลังเราไม่เห็น นึกว่ามันจะไม่เป็นอย่างนั้น เมื่อมันมาถึงเข้าแล้วจึงรู้ว่า โอ มันเป็นทุกข์ ทุกข์อย่างนั้นจึงมองเห็นยาก

ทุกข์ในตัวของเราะโยม พุดตามประสาบ้านนอกเรา เรื่องฟันของเราะโยม ตอนไปเลี้ยงวัวเลี้ยงควาย ชี้อ่านไฟก็ยิ่งเอามาถูฟันให้มันขาว ไปถึงบ้านก็ไปยิงฟันใส่ กระจกนึกว่ามันขาว ถูฟันแล้วนี่ ไปชอบกระดูกของเจ้าของ ไม่รู้เรื่อง พออายุถึง ๕๐-๖๐ ปี ฟันมันโยก เออ เอาซีฟันโยก มันจะร้องให้ กินข้าวน้ำตามันก็ไหล เหมือนกับถูกศอกถูกเข้าเขาอยู่ทุกเวลา ฟันมันเจ็บมันปวด มันทุกข์มันยากมันลำบาก นี่อาตมาผ่านมาแล้วเรื่องนี้ ถอนนอกหมดเลย ในปากนี้เป็นฟันปลอมทั้งนั้น มันโยก ไม่สบายอยู่ ๑๖ ชี ถอนทีเดียวหมดเลย เจ็บใจมัน หมอไม่กล้าถอนณะตั้ง ๑๖ ชี



“หมอ ถอนมันเถอะ เป็นตายอาตมาจะรับเอาหรือ” ถอนมันออกที่เดียวพร้อมกัน ๑๖ ชั่ง ที่มันยังแน่นๆ ตั้งหลายชั่ง ตั้ง ๕ ชั่ง ถอนออกเลย แต่ว่าเต็มทีนะ ถอนออกหมดแล้วไม่ได้ฉันท้าวยอยู่ ๒-๓ วัน นี่เป็นเรื่องทุกข์

อาตมาคิดแต่ก่อนนะ ตอนไปเลี้ยงวัวเลี้ยงควาย เอาถ่านไฟมาถุมนันให้ชาวรักรักรักรักมากเหลือเกิน นึกว่ามันเป็นของดี ผลที่สุดมันจะหนีจากเรา จึงเกือบตาย เจ็บพินนี้มาตั้งหลายเดือนหลายปี บางทีมันบวมทั้งข้างล่างข้างบน หมดท่าเลยโยม อันนี้คงจะเจอกันทุกคนหรือ พวกที่พินไม่โยก เอาแปรงไปแปรงให้มันสะอาด สวยงามอยู่นั้นแหละ ระวังนะ ระวังมันจะเล่นงานเราเมื่อสุดท้าย ไอ้ชื้อยาวชื้อสั้นมัน สลับกันอยู่อย่างนี้ ทุกข์มากโยม อันนี้ทุกข์มากจริงๆ

อันนี้บอกไว้หรือ บางทีจะไปเจอเอาทุกข์ เพราะความทุกข์ในตัวของเรา นี้จะหาที่พึ่งอะไรมันไม่มี แต่มันคอยยังชั่วเมื่อเรายังหนุ่ม พอแก่เข้าก็เริ่มพัง มันช่วยกันพัง ลังขารมันเป็นไปตามเรื่องของมัน เราจะร้องให้มันก็อยู่อย่างนี้ จะดีใจมันก็อยู่อย่างนี้ เราจะเป็นอะไรมันก็อยู่ของมันอย่างนี้ เราจะเจ็บจะปวดจะเป็นจะตาย มันก็อยู่อย่างนั้น เพราะมันเป็นอย่างนั้น นี่มันหมดความรู้ หมดวิชา เอาหมอพันมา ดูพิน ถึงแก่ไขแล้วยังงี้ก็ยังเป็นอยู่อย่างนั้น ต่อไปหมอพันเองก็เป็นเหมือนเราอีก ไปไม่ไหวอีกแล้ว ทุกอย่างมันก็พังไปด้วยกันทั้งหมด นี่เป็นความจำเป็นที่เราจะต้อง วิจารณ์พิจารณา

เมื่อมีกำลังเรียวแรงก็รีบทำ จะทำบุญสุนทาน จะทำอะไรรีบจัดทำกัน แต่ว่า คนเราก็มักจะไปมอบให้แต่คนแก่ จะเข้าวัดศึกษาธรรมะรอให้แก่เสียก่อน โยมผู้หญิง ก็เหมือนกัน โยมผู้ชายก็เหมือนกัน ให้แก่เสียก่อนเถอะ ไม่รู้ว่าอะไรกัน คนแก่นี้ มันกำลังดีไหม ลองไปวิ่งแข่งกับคนหนุ่มดูซิ ทำไมจะต้องไปมอบให้คนแก่ เหมือน ไม่รู้จักตาย พอแก่มาสัก ๕๐ ปี ๖๐ ปี จวนเข้าวัดอยู่แล้ว หูตึงเสียแล้ว ความจำ ก็ไม่ดีเสียแล้ว นั่งก็ไม่ทน “ยายไปวัดเถอะ” “โอ้ย หูฉันไม่ดีแล้ว” นั้นเห็นไหม ตอนหูดีเอาไปพึ่งอะไรอยู่ จังว่า...จังว่า...มันคาแต่ลูกหัวอยู่นั้นแหละ จนหูมันหนวก เสียแล้วจึงไปวัด มันก็ไปได้ นั่งฟังท่านเทศน์ เทศน์อะไรไม่รู้เรื่อง มันหมดแล้ว จึงมาทำกัน

วันนี้คงจะได้ประโยชน์กับบุคคลที่สนใจเป็นบางสิ่งบางอย่าง ที่ควรเก็บไว้ในใจของเรา สิ่งทั้งหลายนี้เป็นมรดกของเราทั้งนั้น มันจะรวมมา รวมมาให้เราแบกทั้งนั้นแหละ ขานี้เป็นสิ่งที่วิ่งได้มาแต่ก่อน อย่างขาอาตมานี้จะเดินมันก็หนัก สกนธ์ร่างกายจะต้องแบกมัน แต่ก่อนนั้นมันแบกเรา บัดนี้เราแบกมัน สมัยเป็นเด็กเห็นคนแก่ๆ ลูกขึ้นก็ “โอ๊ย” นั่งลงก็ “โอ๊ย” มันทุกข์ถึงขนาดนั้นเรายังไม่เห็นโทษมัน เมื่อจะหนีจากมันเราไม่รู้จัก ที่ทำเจ็บทำปวดขึ้นมา นี้ เรียกว่าสังขารมันเป็นไปตามเรื่องของมัน มันเป็นประดง ประดงไฟ ประดงข้อ ประดงงอ ประดงจีปาอะหมด เอายามาใส่ก็ไม่ถูก ผลที่สุดก็พังไปทั้งหมดอีก คือสังขารมันเสื่อม มันเป็นไปตามสภาพของมัน มันจะเป็นของมันอยู่อย่างนั้น อันนี้เป็นเรื่องธรรมชาติ ฉะนั้น ให้ญาติพี่น้องให้พากันเห็น ถ้าเห็นแล้วก็จะไม่เป็นอะไร อย่างงูสรพิษตัวร้ายๆ มันเลื้อยมาเราเห็น เราเห็นมันก่อนก็หนี มันไม่ได้กัดเราหรอก เพราะเราได้ระวังมัน ถ้าเราไม่เห็นมัน เดินๆ ไปไม่เห็น ก็ไปเหยียบมัน เตียวมันก็กัดเลย

ถ้ามันทุกข์แล้วไม่รู้จะไปฟ้องใคร ถ้าทุกข์เกิดขึ้นจะไปแก้ตรงไหน คือ อยากแต่ว่าไม่ให้มันทุกข์เฉยๆ เท่านั้น อยากไม่ให้มันทุกข์ แต่ไม่รู้จักทางแก้ไขมัน แล้วก็อยู่ไปอยู่ไปจนถึงวันแก่ วันเจ็บ แล้วก็วันตาย

คนโบราณบางคนเชื่อว่า เมื่อมันเจ็บมันไข้จวบลมหายใจจะขาด ให้ค่อยๆ เข้าไปกระซิบใกล้หูคนไข้ว่า พุทฺโธ พุทฺโธ พุทฺโธ มันจะเอาอะไรพุทฺโธนั้นนะ คนที่ใกล้จะนอนในกองไฟจะรู้จักพุทฺโธอะไร ตั้งแต่ยังเป็นหนุ่มเป็นสาวอายุรุ่นๆ ทำไมไม่เรียนพุทฺโธให้มันรู้ หายใจติดบ้างไม่ติดบ้าง “แม่ๆ พุทฺโธ พุทฺโธ” ว่าให้มันเหนื่อยทำไม อย่าไปว่าเลย มันหลายเรื่อง เอาได้แค่นั้นก็สบายแล้ว

โยมชอบเอาแต่ต้นกับปลายมัน ตรงกลางไม่เอาหรอก ชอบแต่อย่างนั้น บริวารพวกเราทั้งหลายก็ชอบอย่างนั้น ทั้งญาติโยม ทั้งพระทั้งเณรชอบแต่ทำอย่างนั้น ไม่รู้จักแก้ไขภายในจิตของเจ้าของ ไม่รู้จักที่พึ่ง แล้วก็โกรธง่ายและก็อยากหลายด้วยทำไม คอ คนที่ไม่มีที่พึ่งทางใจ อยู่เป็นฆราวาส มีอายุ ๒๐-๓๐-๔๐ ปี กำลังแรงดีอยู่ พ่อบ้านแม่บ้านทั้งหลายก็พอพูดกันรู้เรื่องกันหน่อย นี้ ๕๐ ปีขึ้นไปแล้ว พูดกัน



ไม่รู้เรื่องกันแล้ว เดียวก็นั่งหันหลังให้กันหรือก แม่บ้านพูดไปพ่อบ้านทนไม่ได้ พ่อบ้านพูดไปแม่บ้านฟังไม่ได้ เลยแยกกัน หันหลังให้กัน คนนั้นพร้อมลูกชายคนนี้ คนนี้พร้อมลูกหญิงคนนั้น เลยแตกกันเลย

เรื่องนี้เอาตมาเล่าไปหรือก ไม่เคยมีครอบครัว ทำไม่ไม่มีครอบครัว คือ อ่าน คำว่า “ครอบครัว” มันก็รู้แล้ว ครอบครัวคืออะไร ครอบครัวมันก็คืออย่างนี้ ถ้าเรา นั่ง อยู่เฉยๆ แล้วเอาอะไรมาครอบลงนี่จะเป็นอย่างไร เรานั่งอยู่ไม่มีอะไรมาครอบมัน ก็ พอทนได้ ถ้าเอาอะไรมาครอบลงก็เรียกว่าครอบแล้ว มันเป็นอย่างไร ครอบก็เป็น อย่างนั้น มันมีวงจำกัดแล้ว ผู้ชายก็อยู่ในวงจำกัด ผู้หญิงก็อยู่ในวงจำกัดแล้ว โอย... หนัก

เอาตมาไปอ่านแล้ว ครอบครัว โอย...หนัก ศัพท์ตายนี้คำนี้ ไม่ใช่ศัพท์เล่นๆ ศัพท์ที่ว่า “ครอบ” นี้ ศัพท์ทุกซ์ ไปไม่ได้มันมีจำกัดแล้ว ต่อไปอีก “ครัว” ก็หมายถึง การก่อกวนแล้วที่มแทงแล้ว โยมผู้หญิงเคยเข้าครัว เคยโซลกพริกคั่ว พริกแห้งไหม ไอ่ จาม ทั้งบ้านเลย ศัพท์ครอบครัวมันวุ่น ไม่น่าอยู่หรือก เอาตมาอาศัยสองศัพท์ นี้แหละจึงบวชไม่สึก

ครอบครัวนี้หนักลัวมาก ชั่งไว้ จะไปไหนก็ไม่ได้ ลำบากเรื่องลูกบ้าง เรื่องเงิน เรื่องทองบ้าง สารพัดอย่างอยู่ในนั้น ไม่รู้จะไปที่ไหน มันผูกไว้แล้ว ลูกผู้หญิงก็มี ลูกผู้ชายก็มี มันวุ่นวาย เกียงกันอยู่นั้นแหละจนตาย ไม่ต้องไปไหนกันละ เจ็บใจ ขนาดไหนก็ไม่ว่า น้ำตามันไหลออกก็ไหลอยู่นั้นแหละ เออ น้ำตามันไม่หมดนะโยม ครอบครัวนี้ละ ถ้าไม่มีครอบครัวน้ำตามันหมดเป็น ถ้ามีครอบครัวน้ำตามันหมดยาก หมดไม่ได้ โยมเห็นไหม มันบีบออกเหมือนบีบอ้อย ตาแห้งๆ ก็บีบออกให้เป็นน้ำ ไหลออกมา ไม่รู้มันมาจากไหน มันเจ็บใจ แค้นใจ สารพัดอย่าง มันทุกซ์ เลย รวมทุกซ์บีบออกมาเป็นน้ำทุกซ์

อันนี้ให้โยมทั้งหลายเข้าใจ ถ้ายังไม่ผ่าน มันจะผ่านอยู่ข้างหน้า บางคนอาจจะ ผ่านมาบ้างแล้วเล็กๆ น้อยๆ บางคนก็เต็มทีแล้ว “จะอยู่หรือจะไปหนอ” โยมผู้หญิง เคยมาหาหลวงพ่อ “หลวงพ่อ แหม ถ้าดิฉันไม่มีบุตร ดิฉันจะไปแล้ว” “เออ อยู่

นั่นแหละ เรียนให้จบเสียก่อน” เรียนตรงนั้น อยากจะไปก็อยากจะไป ไม่อยากจะอยู่ถึงขนาดนั้นก็ยังไม่ได้อีก

วัดป่าพงสร้างกุฏิเล็กๆ ไว้ตั้ง ๗๐-๘๐ หลัง บางที่จะมีพระเณรมาอยู่ บรรจุนเต็ม บางทีก็มีเหลือ ๒-๓ หลัง อาตมาถามว่า “กุฏิเรายังเหลือว่างไหม” พวกชีบอก “มีบ้าง ๒-๓ หลัง” “เออ เก็บเอาไว้เถอะ บางทีพ่อบ้านเขาแม่บ้านเขาทะเลาะกัน เอาไว้ให้เขามาอนลั๊กหน่อย”

แน่มาแล้ว โยมผู้หญิงสะพายของมาแล้ว ถามว่า “โยมมาจากไหน” “มากราบหลวงพ่อดิฉันเป็โลก” “โอ๊ย! อย่าว่าเลย อาตมากลัวเหลือเกิน” พอผู้ชายมาบ้าง ก็เป็อีกแล้ว นั่นมาอยู่ ๒-๓ วันก็หายเป็ไปแล้ว โยมผู้หญิงมาก็เป็โกหกเจ้าของ โยมผู้ชายมาก็เป็โกหกเจ้าของ ไปนั่งอยู่กุฏิเล็กๆ เงียบๆ คิดแล้ว “เมื่อไหร่หนอแม่บ้านจะมาเรียกเรากลับ” “เมื่อไหร่หนอพ่อบ้านจะมาเรียกเรากลับ”

แน่ ไม่รู้อะไร มันเป็อะไรกัน มันโกรธแล้วมันก็เป็แล้วก็กลับอีก เมื่ออยู่ในบ้านผิดทั้งนั้นละ พ่อบ้านผิดทั้งนั้น แม่บ้านผิดทั้งนั้น มานั่งภาวนาได้ ๓ วัน “เออ! แม่บ้านเขาถูก เรามันผิด” “พ่อบ้านเขาถูก เราผิด” แน่ มันจะกลับเปลี่ยนเอาเองของมันอย่างนั้น ก็กลับไปเลยทั้งนั้นแหละ นี่ความจริงมันเป็นอย่างนั้นนะ โลกนี้ อาตมาจึงไม่รู้ว่าอะไรมันมาก รู้ต้นรู้ปลายมันแล้ว ฉะนั้นจึงมาบวชอยู่อย่างนี้

วันนี้ขอฝากให้เป็นการบ้าน เอาไปทำการบ้าน จะทำไร ทำนา ทำสวน ให้เอาคำหลวงพ่อดิฉันมาพิจารณาว่า เราเกิดมาทำไม เอาย่อยๆ ว่าเกิดมาทำไม มีอะไร เอาไปได้ไหม ถามเรื่อยๆ นะ ถ้าใครถามอย่างนี้บ่อยๆ มีปัญญานะ ถ้าใครไม่ถามเจ้าของอย่างนี้ โง่ทั้งนั้นแหละเข้าใจไหม

บางที่ฟังธรรมวันนี้แล้วกลับไปถึงบ้าน จะพบเย็นนี้ก็ได้ไม่นานนะ มันเกิดขึ้นทุกวัน เราฟังธรรมอยู่มันเงียบ บางที่มันรอรออยู่ที่รถ เมื่อเราขึ้นรถมันก็ขึ้นรถไปด้วยถึงบ้านมันก็แสดงอาการออกมา อ้อ หลวงพ่อดิฉันสอนไว้ จริงของท่านละมังนี้ ตาไม่ดีไม่เห็นนะ

เอาละวันนี้เทศน์มากก็เหนื่อย นั่งมามากก็เหนื่อยสังขารร่างกายนี้.



ถ้าเรารู้จักทุกข์ รู้จักเหตุของทุกข์
รู้จักความดับทุกข์
รู้จักข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์
มันก็แก้ปัญหาก็ได้

๓๔ | ทางพ้นทุกข์

วันนี้ได้รับอนุญาตจากท่านอาจารย์ซึ่งเป็นเจ้าอาวาส ให้แสดงธรรมแก่พุทธบริษัททั้งหลายที่มานั่งประชุมอยู่ ณ ที่นี้ ดังนั้นขอพุทธบริษัททั้งหลาย จงตั้งใจให้อยู่ในความสงบ เพราะว่าการแสดงธรรมวันนี้มีความจำเป็นเกี่ยวกับภาษา จะต้องตั้งใจฟังล่ำที่แปลไป มิฉะนั้นจะไม่เข้าใจ

เมื่อได้มาพักอยู่ที่นี้ อาตมา รู้สึกมีความสบายใจ เพราะว่าทั้งท่านอาจารย์ก็ดี ทั้งสาธุศิษย์ก็ดี ทำความพอใจ หน้ายิ้มแย้มแจ่มใสสมกับเป็นผู้ได้ประพฤติปฏิบัติธรรมอันแท้จริง เมื่อได้มาเห็นสถานที่ซึ่งท่านอยู่อาศัยก็เลื่อมใส แต่บ้านหลังใหญ่นี้ใหญ่เหลือเกิน คิดสงสารท่านเหมือนกันในการบูรณะ สร้างที่อยู่เพื่อปฏิบัติธรรมต่อไป

บรรยายที่พุทธสมาคมธินเขต ประเทศอังกฤษ วันที่ ๑๕ พฤษภาคม ๒๕๒๒



อาตมาเคยลำบากมาแล้ว เป็นอาจารย์มาหลายปี ตั้งต้นสอนจริงๆ จังๆ มาประมาณเกือบ ๓๐ ปี ขณะนี้มีวัดสาขาน้อยใหญ่ที่ขึ้นต่อวัดหนองป่าพง ประมาณ ๕๐ แห่งแล้ว แต่ก็รู้สึกว่ามีศิษย์สอนยากสอนลำบากเหลือเกิน บางคนก็รู้แล้วไม่เอาใจใส่ บางคนไม่รู้ก็ไม่เอาใจใส่ เดียวนี้ก็เลยคิดอะไรไม่ค่อยจะออก ไม่ทราบว่าจะทำไมจิตใจของมนุษย์จึงเป็นอย่างนั้น ถ้าไม่รู้ก็ไม่ดี แต่บอกให้รู้แล้วก็ยังไม่รับเอา จะทำอะไรอีกต่อไปก็ยังไม่รู้อีกเหมือนกัน เมื่อปฏิบัติไปก็มีแต่เรื่องสงสัยทั้งนั้นแหละ สงสัยอยู่เรื่อยๆ อยากจะไปแต่พระนิพพาน แต่ไม่เดินไปตามทาง อยากจะไปเฉยๆ เท่านั้น มันวุ่น ให้นั่งสมาธิก็กลัว มีแต่ความว่างนอน สิ่งที่เราไม่สอนนั้นแหละชอบปฏิบัติ ฉะนั้น เมื่อมีโอกาสมาเยี่ยมท่านอาจารย์ จึงเรียนถามท่านว่าลูกศิษย์ของท่านเป็นอย่างไร ท่านตอบว่าเหมือนกัน นี่ก็เป็นความยุ่งยากอันหนึ่ง เป็นปัญหาอันหนึ่งของครูบาอาจารย์ที่จะช่วยลูกศิษย์

ธรรมะที่จะกล่าวในวันนี้ เป็นธรรมะที่จะแก้ปัญหาในปัจจุบัน ในเวลาที่เราก่อเกิดมาในชาตินี้ ในวันนี้ เดียวนี้

พุทธบริษัทบางกลุ่ม ผู้หญิงก็ดี ผู้ชายก็ดี เคยพูดว่าฉันมีธุระมากเกี่ยวแก่การทำงาน ไม่มีโอกาสที่จะทำความเพียร จะให้ฉันทำอะไร อาตมาตอบว่าโยมทำงานนั้นโยมหายใจหรือเปล่า เขาตอบว่าหายใจอยู่ ทำไมโยมมีโอกาสดายใจเมื่อโยมทำงานอยู่ เขาก็ไม่พูด **โยมมีสติอยู่ที่นั่นแหละ ก็มีเวลามากเหลือเกินที่จะทำความเพียรที่จะทำกรรมฐาน** เหมือนกับลมหายใจเข้าออก เราทำงานอยู่ก็หายใจอยู่ นอนอยู่ก็หายใจอยู่ นั่งก็หายใจอยู่ ทำไมมันมีโอกาสดายใจอย่างนั้น ถ้าเรามีความรู้สึกถึงความมีชีวิตของเราที่ลมหายใจนั้น มันก็ต้องมีเวลาอยู่ตลอดเวลา

ใครเคยมีความทุกข์ไหม ใครเคยมีความสุขไหม คิดดูซิเคยมีไหม นั่นแหละที่ธรรมะเกิดที่ตรงนี้ ที่ปฏิบัติธรรมะก็อยู่ที่ตรงนี้ ใครเป็นสุข ใจมันเป็นสุข ใครเป็นทุกข์ ใจมันเป็นทุกข์ มันเกิดที่ไหนมันดับที่นั่น กายและใจ ๒ อย่างนี้เรามีเอามาแล้วทุกคน ไม่ใช่ว่ามีหลักปฏิบัติ หลักปฏิบัติมีอยู่แล้ว มีกายมีใจเท่านั้นพอแล้วทุกคนที่นั่งรวมกันอยู่นี้ เคยมีความสุขไหม เคยมีความทุกข์ไหม ทำไมเป็นอย่างนั้น

มันเป็นเพราะอะไร นี่คือปัญหาแล้ว ปัญหาที่จะเกิดขึ้นมาละ **ถ้าเรารู้จักทุกข์ รู้จักเหตุของทุกข์ รู้จักความดับทุกข์ รู้จักข้อปฏิบัติถึงความดับทุกข์ มันก็แก้ปัญหาก็ได้**

นี่คือทุกข์ ทุกข์ธรรมดาอย่างหนึ่ง ทุกข์ที่เหนือธรรมดาอย่างหนึ่ง ทุกข์ประจำสังขารนี้ ยืนก็เป็นทุกข์ นั่งก็เป็นทุกข์ นอนก็เป็นทุกข์ อย่างนี้เป็นทุกข์ธรรมดา ทุกข์ประจำสังขาร พระพุทธเจ้าท่านก็มีเวทนาอย่างนี้ มีสุขอย่างนี้ มีทุกข์อย่างนี้ แต่ท่านก็รู้ว่าอันนี้เป็นธรรมดา สุขทุกข์ธรรมดาทั้งหลายเหล่านี้ ท่านระงับมันได้ เพราะท่านรู้จักเรื่องของมัน รู้จักทุกข์ธรรมดา มันเป็นของมันอย่างนั้นไม่รุนแรง ท่านให้ระวังทุกข์ที่มันจรมา ทุกข์ที่เหนือธรรมดา เปรียบประหนึ่งว่าเราเป็นไข้ เอายาไปฉีดฉีดเข้าไปในรูปร่างกาย เข็มฉีดยานั้นมันทะลุเข้าไปในเนื้อหนัง เราารู้สึกเจ็บนิดหน่อยเป็นธรรมดา เมื่อถอนเข็มออกมาแล้วความเจ็บก็หาย นี่เรียกว่าทุกข์ธรรมดา ไม่เป็นอะไร ทุกคนจะต้องเป็นอย่างนี้

ทุกข์ที่ไม่ใช่ธรรมดานั้น คือทุกข์ที่เรียกว่า อุปาทาน เข้าไปยึดมันถือมันไว้ เปรียบประหนึ่งว่าเอาเข็มฉีดยาไปอาบยาพิษแล้วก็ฉีดเข้าไป นี่ไม่ใช่เจ็บธรรมดาแล้ว ไม่ใช่ทุกข์ธรรมดาแล้ว เจ็บจนตาย ทุกข์จนตาย นี่เรียกว่าทุกข์เกิดจากอุปาทาน ความเห็นผิด นี่ก็เป็นปัญหาอันหนึ่ง

ไม่รู้จักรอใจจ้ง ความเปลี่ยนแปลงของสังขาร สังขารมันเป็นวัฏสงสาร *สังสาเร ทุกขัง* ทุกข์ในสงสารมันเปลี่ยน เราไม่อยากจะให้มันเปลี่ยน **เราคิดผิดมันก็ทุกข์ คิดถูกมันก็ไม่ทุกข์** คนเกิดขึ้นมาแล้วไม่เห็นสังขารอันนั้น เห็นสังขารว่าเป็นตัวเป็นตน เป็นเราเป็นเขา ไม่อยากจะให้สังขารเปลี่ยนแปลงไป พุดง่าย ๆ ก็หมายความว่าเราหายใจเข้าออก ออกไปแล้วก็เข้ามา เข้ามาแล้วก็ออกไป มันเป็นของมันอยู่ อย่างนั้น เราจึงมีชีวิตอยู่ได้ ถ้าเราให้มันออกไป ไม่ให้มันเข้ามา มันก็อยู่ไม่ได้ มันไม่ใช่เรื่องเช่นนั้น เรื่องของสังขารมันเป็นอย่างนี้แต่เราไม่รู้จักรู้ เช่นว่า มีสิ่งของแล้วมันหายไป ไม่อยากให้มันหาย คิดว่ามันเป็นเรา เป็นของเรา ไม่เห็นตามสังขารที่มันหมุนเวียนอยู่ตามธรรมชาติมัน มันก็เลยเกิดทุกข์ขึ้นมา

ไม่เชื่อก็ลองดูซิ หายใจออก หายใจเข้า มันสบายอยู่ได้ ถ้าหายใจออกแล้วไม่เข้า หรือหายใจเข้าแล้วไม่ออก จะอยู่ได้ไหม สังขารมันเปลี่ยนแปลงตามธรรมชาติของมันอยู่อย่างนั้น เราเห็นว่ามันเป็นอยู่อย่างนั้น เห็นตามธรรมดา เห็นเรื่องอนิจจัง ความเปลี่ยนแปลง เราอยู่ด้วยอนิจจัง อยู่ด้วยความเปลี่ยนแปลงอย่างนี้ รู้ว่ามันเป็นอย่างนั้นแล้วก็ปล่อย เรียกว่า การปฏิบัติธรรม

ให้มีปัญญา รู้ตามสังขารอย่างนั้น ทุกข์ก็ไม่เกิด ถ้าคิดเช่นนั้นมันก็ขัดต่อความรู้สึกของเรา ขัดต่อความรู้สึกก็ขัดต่อธรรมชาติความเป็นจริงของมันเท่านั้น ยกตัวอย่าง เช่น เราป่วยเข้าโรงพยาบาล คิดในใจไม่อยากตาย อยากหายเท่านั้น คิดอย่างนั้นไม่ถูก เป็นทุกข์ ต้องคิดว่าหายก็หาย ตายก็ตาย เพราะเราแต่งไม่ได้ นี่เป็นสังขาร คิดอย่างนี้ถูก **ตายก็สบาย หายก็สบาย ต้องได้อย่างหนึ่งจนได้** เราคิดว่าจะต้องหาย จะต้องไม่ตาย อย่างนี้มันเรื่องจิตของเราไม่รู้จักสังขาร

ฉะนั้นเราก็ต้องคิดให้มันถูกว่า หายก็เอา ไม่หายก็เอา ตายก็เอา เป็นก็เอา ถูกทั้งสองอย่าง สบาย ไม่ตกใจ ไม่ร้องไห้ ไม่โศกเศร้า เพราะมันเป็นอย่างนั้นจริงๆ อย่างนั้น

พระพุทธเจ้าของเราท่านจึงมองเห็นชัด ธรรมชาติของท่านยังใหม่เอี่ยมอยู่เสมอ ไม่ล้าสมัย ไม่เปลี่ยนแปลงที่ไหน ทุกวันนี้ยังมีความจริงอยู่ ยังไม่เสื่อม ยังเป็นอยู่อย่างนั้น ไม่ไปที่ไหน ถ้าใครจะรับพิจารณาอย่างนั้นจะได้เกิดความสงบ ความสบาย ท่านให้อุบายว่า อันนี้ไม่ใช่ตัวเรา อันนี้ไม่ใช่ของเรา แต่เราฟังไม่ได้ ไม่อยากฟัง เพราะเราเข้าใจว่าเป็นตัวเรา เป็นของเรา นี่แหละเป็นเหตุให้ทุกข์เกิดตรงนี้ ให้เราเข้าใจอย่างนี้

เมื่อกลางวันมีโยมคนหนึ่งมาถามปัญหาว่า “เมื่อมันมีความโกรธขึ้นมา จะให้ดิฉันทำอะไร”

อาตมาบอกว่า เมื่อมันโกรธขึ้นมาให้อานาฬิกามาหมุนตั้งไว้ บอกมันได้ ๒ ชั่วโมงให้โกรธมันหายนะ ลองดู ถ้ามันเป็นเรา บอกได้ ๒ ชั่วโมงก็หายโกรธ แต่อันนี้ไม่ใช่เรา ๒ ชั่วโมงมันก็ไม่หาย บางที ๑ ชั่วโมงมันก็หายแล้ว จะไปเอาโกรธมา

เป็นเรา มันก็ทุกข์สิ นี่ถ้าเป็นตัวเรามันต้องได้ตามปรารถนาอย่างนั้น ถ้าไม่ได้ตามปรารถนาก็เป็นเรื่องโกหก เราอย่าไปเชื่อมันเลย มันจะดีใจก็อย่าไปเชื่อ มันจะเสียใจก็อย่าไปเชื่อ มันจะรักก็อย่าไปเชื่อมัน มันจะเกลียดก็อย่าไปเชื่อมัน มันเรื่องโกหกทั้งนั้น ให้คำตอบเขาอย่างนี้

ใครเคยโกรธไหม เมื่อโกรธขึ้นมามันเป็นสุขหรือทุกข์ไหม ถ้าเป็นทุกข์ทำไมไม่ทิ้งมัน เอาไว้ทำไม นี่จะเข้าใจว่าเรารู้อย่างไรเล่า จะเข้าใจว่าเราฉลาดอย่างไรเล่า ตั้งแต่เราเกิดมานี่มันโกรธเราก็หนมาแล้ว บางวันมันทำให้ครอบครัวเราทะเลาะกันได้ ร้องให้ทั้งคืนก็ได้ ขนาดนั้นก็ยังเกิดความโกรธอีก ยิ่งเก็บมันเอาไว้ในใจอีก ทุกข์อีก อยู่ตลอดเวลา ตลอดถึงบัดนี้ ตั้งแต่บัดนี้ต่อไป ถ้าโยมทุกคนไม่เห็นทุกข์ มันก็จะทุกข์เรื่อย ๆ ไป ถ้าเห็นทุกข์วันนี้ เอามันทิ้งเสีย เอามันทิ้ง ถ้าไม่ทิ้งมัน มันจะให้เราทุกข์จนตลอดวันตายไม่ได้หยุด วัฏสงสารก็ต้องเป็นอย่างนี้ ถ้าเรารู้จักทุกข์อย่างนี้ ก็แก้ปัญหาได้เท่านั้น ฉะนั้น พระพุทธเจ้าท่านว่าไม่มีอุปายอะไรที่จะดีไปกว่านี้ **อุปายที่จะไม่มีทุกข์ ก็เห็นว่า อันนี้ไม่ใช่ตัว อันนี้ไม่ใช่ของตัว** เท่านี้ อันนี้เลิกแล้ว อันนี้ประเสริฐแล้ว แต่เราไม่ค่อยได้รับฟัง เมื่อทุกข์ทุกทีก็ร้องให้ทุกที ยังไม่จำอีก นี่ทำไมจึงเป็นอย่างนั้น ทำไมไม่ดูนานๆ ท่านอาจารย์สอนให้ดู ให้ภาวนาพุทฺโธ ให้เห็นชัด

ระวังบางคนจะไม่รู้ว่าธรรมะนะ นี่คือธรรมะนอกคัมภีร์ คนเราไปอ่านแต่คัมภีร์แล้วไม่เห็นธรรมะ วันนี้อธิบายธรรมะนอกคัมภีร์แต่อยู่ในขอบเขต บางคนฟังแล้วจะไม่รู้เรื่อง จะไม่เข้าใจในธรรมะ ถ้าเราไม่เข้าใจในธรรมะ เราจะมีความทุกข์ตลอดไป สังขารมันเกิดขึ้นแล้วก็ดับไปเป็นธรรมดา เรื่องธรรมดาอย่างนี้

ยกตัวอย่างให้ฟังอีกสักเรื่องหนึ่ง คนสองคน เช่นคนนี้ก็กับคนนี่เดินไปด้วยกัน เห็นเปิดตัวหนึ่ง ไม้ตัวหนึ่ง คนหนึ่งว่า แหม ไม้ทำไมไม่เหมือนเปิด เปิดทำไมไม่เหมือนไม้ คิดอยากจะให้ไม้เป็นเปิด คิดอยากจะให้เปิดเป็นไม้ มันก็เป็นไปไม่ได้ เมื่อมันเป็นไปไม่ได้ โยมก็คิดว่า แหม อัศจรรย์เหลือเกิน ทำไมไม้ไม่เป็นเปิด อยากจะให้เปิดเป็นไม้ที่อยู่ตลอดเวลา ในช่วงชีวิตหนึ่งๆ มันก็ไม่เป็นให้ เพราะเปิดก็เป็นเปิด ไม้ก็เป็นไม้ ถ้าคนนี่คิดอย่างนี้ไม่หยุดก็ต้องทุกข์



คนที่สองเห็นว่าเบ็ดก็เป็นเบ็ด ไก่ก็เป็นไก่นั่นแหละ แล้วก็เดินผ่านไป ปัญหาไม่มี เห็นถูกแล้ว ที่เป็นเบ็ดให้เบ็ดไป เป็นไก่ก็ให้ไก่ไปเสีย คนที่อยากให้เป็นไก่ ใ้ไก่ ใ้ไก่ให้เป็นเบ็ดอยู่นั่นแหละก็เป็นทุกข์มาก อย่างนี้ก็เหมือนกับอนิจจัง เป็นของไม่เที่ยง อยากจะให้มันเที่ยงมันก็ไม่เที่ยง เมื่อมันไม่เที่ยงเมื่อไรก็เสียใจ เมื่อนั้น ถ้าใครเห็นว่าอนิจจังเป็นของไม่เที่ยงอย่างนั้น คนนั้นก็สบายไม่มีปัญหา คนอยากให้มีมันเที่ยงก็มีปัญหา เป็นทุกข์เป็นร้อน บางทีนอนไม่หลับ อย่างนี้ก็เป็นที่นี้เรียกว่าไม่รู้เรื่องของอนิจจังตามความจริง เป็นธรรมชาติของพระพุทธรเจ้า

เมื่ออยากรู้ธรรมะจะไปดูที่ไหนได้ ดูอยู่ที่กายของเราที่นี่แหละ ดูอยู่ที่ใจของเราที่นี่แหละ ไปดูในตู้ไม่พบไม่เห็น จะรู้ธรรมะอย่างแท้จริงต้องดูในกายของเราที่นี่เรียกว่า ‘รูปธรรม’ รู้เข้าไปอีกชนิดหนึ่งไม่มีรูป มีปรากฏอยู่คือ ‘นามธรรม’ มี ๒ อย่างเท่านั้น รูปธรรมมองเห็นด้วยตาของเราที่นั่นอยู่นี่ แต่นามธรรมมองไม่เห็น นามธรรมไม่ใช่สิ่งที่จะมองดูด้วยตาเนื้อได้ ต้องมองดูด้วยตาใจ คือตาใจ มองดูในใจจึงจะเห็นนามธรรม

คนจะบรรลุธรรมะ จะได้เห็นธรรมะ ต้องรู้จักว่าธรรมะอยู่ตรงไหนเสียก่อน ถ้าธรรมะอยู่ที่กาย ก็ต้องมาดูที่กายของเรา ดูตั้งแต่นี้ลงไป เอาอะไรมาดูตรงนี้ เอานามธรรมคือตัววิญญาณธาตุดูกายนี้ ไปดูที่อื่นไม่พบ เพราะความสุขความทุกข์เกิดจากที่นี่ หรือใครเห็นความสุขเกิดจากต้นไม้มีไหม เกิดจากแม่น้ำมีไหม เกิดจากดินฟ้าอากาศมีไหม สุขความทุกข์เป็นความรู้สึกทางกายทางใจของเราเอง

ฉะนั้น พระพุทธองค์ท่านให้รู้จักธรรมะ ให้มาดูธรรมะที่กายของเราที่นี่ คือธรรมะอยู่ที่นี่ จงมาดูที่นี่ อย่างท่านอาจารย์ท่านสอนนี้ ท่านให้มาดูที่ตัวธรรมะ แต่เราเข้าใจว่าตัวธรรมะอยู่ที่หนังสือ จึงไม่เจอ ถ้าดูหนังสือก็ต้องน้อมเข้ามาในนี้อีก จึงจะรู้จักธรรมะ อย่างนี้ให้เข้าใจว่าธรรมะที่แท้จริงอยู่ที่ไหน อยู่ที่นี่ อยู่ที่ยก อยู่ที่นี่ ให้เอาใจนี้พิจารณากาย นี่เป็นหลักการพิจารณา

ฉะนั้น จงทำปัญญาให้เกิดขึ้นในจิตของเรา เมื่อปัญญาเกิดขึ้นในจิตของเราแล้ว จะมองไปที่ไหนจะมีแต่ธรรมะทั้งนั้น เห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ตลอดเวลา อนิจจังเป็นของไม่เที่ยง ทุกขัง ถ้าไปยึดว่ามันเที่ยงก็เป็นทุกข์ เพราะอันนั้นไม่ใช่ตัว ไม่ใช่ตนอยู่แล้ว แต่เราไม่เห็น กลับเห็นว่าเป็นตัวเป็นตนอยู่เสมอ เห็นว่าเป็นของของตนอยู่ตลอดเวลา คือเราไม่เห็นสมมุติ รู้จักสมมุติกันเสียเถิด เช่นเราทุกคนที่นั่งในที่นี้มีชื่อทุกคน ชื่อเรานี้เราตั้งใหม่หรือมันเกิดพร้อมกันกับเรา หรือมีชื่อติดตามมาตั้งแต่วันเกิด เข้าใจไหม นี่สมมุติ

สมมุติมีประโยชน์ใหม่ มีประโยชน์ เช่น สมมุติว่าชื่อ นาย ก นาย ข นาย ค นาย ง มันก็เป็นคนด้วยกันทั้งหมด ต้องเอาชื่อคนมาใส่เพื่อให้สะดวกแก่การพูด สะดวกแก่การทำงานเท่านั้นแหละ เช่น เราต้องการใช้นาย ก ก็เรียกนาย ก นาย ก ก็มา นาย ข นาย ค นาย ง เจยเสียไม่ต้องมา สมมุติมันสะดวกเท่านี้ ถ้าไม่มีสมมุติ เราจะเรียกคนมาใช้สักหนึ่งคน ถ้าเรียกว่าคนๆ คนทั้งหมดก็จะลุกขึ้นมา ก็ใช้ไม่ได้ จะทำอะไร ฉะนั้นสมมุติจึงมีประโยชน์ คือสะดวกแก่การใช้เท่านั้น

เมื่อตามดูเข้าไปแล้วที่จริงไม่มีใครทั้งนั้น มันเป็นวิมุตติ มีดิน มีน้ำ มีไฟ มีลม เท่านั้นแหละ ที่เป็นสภนธ์ร่างกายของเรา แต่เรามองไม่ค่อยจะเห็น เพราะมีอุปาทาน *อัตตวาหุปาทาน*^๑ มันไม่เห็น ถ้าเราเห็นชัด จะเห็นว่าตัวของคนๆ หนึ่ง ไม่มีอะไรมาก ส่วนที่มันแข็งแข็งก็เป็นดิน ส่วนที่เหลวก็เป็นน้ำ ส่วนที่ร้อนก็เป็นไฟ ส่วนที่พัดไปมากก็เป็นลม มีดิน มีน้ำ มีไฟ มีลม ผสมกันเข้าไปเป็นก้อน ก็เรียกว่ามนุษย์ เมื่อมันแยกกันออกไปอีก ส่วนดินก็เป็นดินไป ส่วนน้ำก็เป็นน้ำไป ส่วนไฟก็เป็นไฟไป ส่วนลมก็เป็นลมไป เป็นคนที่ไหน คนไม่มีเลย มันเป็นอยู่อย่างนั้น

พระพุทธเจ้าจึงสอนว่า ไม่มีอะไรยิ่งไปกว่าการที่เราเข้าใจว่าอันนี้ไม่ใช่ตัวเรา แต่เป็นของสมมุติ อันนั้นไม่ใช่ของของเรา แต่เป็นของสมมุติ ถ้าเราเข้าใจสิ่งทั้งหลายแจ่มแจ้งเป็นธรรมะแล้ว ก็จะสบายใจ ถ้าเรารู้ในปัจจุบันอย่างนี้ว่า มันไม่เที่ยง อันนี้

^๑ อัตตวาหุปาทาน ความยึดมั่นถือมั่นในอัตตาตัวตน



ก็ไม่ใช่เรา อันนั้นก็ไม่ใช่ของเรา ให้เห็นอยู่อย่างนี้ ถ้าอันนี้วิบัติเมื่อไรก็สบายใจ เหมือนกัน ถ้าอันนั้นจะวิบัติไปแยกกันไปเมื่อไร ใจก็สบาย เพราะไม่มีของใคร เป็นแต่ดิน น้ำ ไฟ ลม เท่านั้น แต่คนเราจะเห็นตามได้ยาก แต่ถึงจะยากก็ไม่เหลือวิสัยของมนุษย์

หากเราเห็นเช่นนั้นได้ก็สบายใจ ใจจะไม่ค่อยโกรธ ไม่มีโลภ ไม่มีโกรธ ไม่มีหลง จะมีธรรมะอยู่สม่ำเสมอ ไม่ต้องอิจฉาพยายามกัน เพราะต่างก็เป็นดิน เป็นน้ำ เป็นไฟ เป็นลม เหมือนกัน ไม่มีอะไรมากไปกว่านั้น

เมื่อยอมรับว่าเป็นจริงอย่างนั้น ก็เห็นจริงในธรรมะ เมื่อเห็นจริงในธรรมะ แล้วก็ไม่ต้องเปลืองครูบาอาจารย์ ไม่ต้องสอนกันทุกวันหรอก เมื่อรู้แล้วก็จะทำตามหน้าที่เท่านั้น แต่เดี๋ยวนี้ที่เราสอนยากสอนลำบาก คือมันไม่ยอมรับ ยังเถียงครูบาอาจารย์อยู่ ยังเถียงพระธรรมวินัยอยู่ ถ้าอยู่ใกล้ครูบาอาจารย์ก็ทำดีเสียหน่อยหนึ่ง เมื่อลับหลังครูบาอาจารย์ก็เป็นขโมยเสีย เป็นเรื่องที่เราสอนยากอย่างนี้ โยมเมืองไทยเป็นอย่างนั้น จึงต้องเปลืองครูบาอาจารย์มาก

ระวังนะ ระวังไม่ได้ไม่เห็นธรรมะนะ ต้องระวังให้ดี ต้องนำไปพิจารณาให้เกิดปัญญา ดอกไม้ที่สวยงามไหม ดูซิ เห็นสิ่งที่ไม่สวยในนี้หรือเปล่า เห็นสิ่งที่ไม่สวยในสิ่งที่สวยหรือเปล่า มันจะสวยไปก็วัน ต่อไปมันจะเป็นอย่างไร ทำไมมันเปลี่ยนแปลงไปอย่างนั้น อีก ๓-๔ วัน ก็ให้เอาไปทิ้งซะไหม เพราะหมดความสวย มันไม่สวยเสียแล้ว นี่คือการติดความสวย ติดความดี ถ้ามีความดี ก็ดี ดี ดี

พระพุทธองค์ของเราท่านตรัสว่า สวยก็พึงว่าสวยเฉยๆ อย่าไปติดมัน ถ้ามีความดีใจก็อย่าไปพึงไปเชื่อมันเลย ที่ว่าดีนี่ก็ไม่แน่ สวยนี่ก็ไม่แน่ ไม่แน่สักอย่างหนึ่ง ไม่มีอะไรจะแน่นอนในโลกนี้ นี่คือความจริง ของที่ไม่จริงคือสวยไม่จริง มันจริงแต่ว่ามันจะเปลี่ยนแปลงของมันอยู่อย่างนั้นตลอดเวลา

ถ้าเราเห็นว่ามันสวยๆ อย่างนี้ เมื่อหมดความสวยไป ใจเราก็ไม่สวย ถ้ามันหมดความดีแล้วใจเราก็ไม่ดีด้วย เราเอาใจไปฝากกับวัตถุต่างๆ อย่างนี้ หากว่ามันเสียหายไปเราก็ทุกข์ เพราะเราไปยึดมันถือมันว่าอันนี้เป็นของเรา พระพุทธเจ้าท่านให้รู้จักว่า มันเป็นธรรมชาติของมันเท่านั้น สวยเกิดขึ้นมาอีกไม่ก็วันก็หายแล้ว อย่างนี้ปัญญาเกิดแล้ว ฉะนั้น ท่านจึงให้เห็นอนิจจัง เห็นว่ามันสวยก็ว่าไม่ใช่ เห็นว่าไม่สวยก็ว่าไม่ใช่ เห็นว่าดีก็ไม่ใช่ ให้เห็นไว้อย่างนี้ ดูอยู่เสมออย่างนี้ จะเห็นความจริงในสิ่งที่ไม่จริง จะเห็นความไม่เปลี่ยนแปลงในสิ่งที่มันเปลี่ยนแปลงอย่างนั้น

วันนี้อธิบายให้รู้จักทุกข์ สิ่งที่เกิดทุกข์ สิ่งดับทุกข์ ข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ สืออย่างนี้ รู้จักทุกข์ เมื่อทุกข์แล้วก็ทิ้ง รู้จักเหตุที่จะให้ทุกข์เกิดแล้วก็ทิ้ง ปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ก็เห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เป็นของไม่แน่นอนอนทุกข์แล้วก็ดับ มันดับแล้วจะไปอยู่ที่ไหน เราปฏิบัติแล้วจะเอาอะไร ปฏิบัตินี้ปฏิบัติเพื่อละ ไม่ใช่เพื่อเอา อย่างโยมที่ถามเมื่อกกลางวันนี้ว่าเป็นทุกข์ อาตมาถามว่าโยมอยากเป็นอะไร ตอบว่าอยากตรัสรู้ธรรม อยากตรัสรู้ธรรมมันไม่ได้ตรัสรู้ดอก อย่าให้มันอยากเลย อาตมาบอกไป จะรู้หรือไม่ก็ตามเถอะ

เมื่อรู้จักทุกข์ตามความจริงมันก็ทิ้งทุกข์ รู้จักเหตุให้ทุกข์เกิด ที่ไหนเป็นเหตุให้ทุกข์จะเกิดก็ไม่ทำมัน จะปฏิบัติมันก็ปฏิบัติให้ดับทุกข์ ปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ อันนี้ก็ไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตน ไม่ใช่เราไม่ใช่เขา เห็นเช่นนั้นทุกข์ก็ดับ เหมือนคนเดินทางไปเดินไป ไปถึงแล้วก็หยุดอยู่ มันดับ นั่นใกล้ต่อพระนิพพาน ง่ายๆ เดินไปก็เป็นทุกข์ ถอยกลับก็เป็นทุกข์ หยุดอยู่ก็เป็นทุกข์ เดินไปก็ไม่เดิน ถอยกลับก็ไม่ถอย หยุดอยู่ก็ไม่หยุด มีอะไรเหลือไหม ดับ รูปมันดับ นามมันก็ดับ นี้เรียกว่าดับทุกข์ ฟังยากสักหน่อยนะ

ถ้าหากเราภาวนาพิจารณาเรื่อยๆ มันจะฟื้นขึ้นมา แล้วจะรู้จัก มันจะดับของมันอย่างนั้น ที่สุดคำสอนพระพุทธเจ้าเป็นอย่างนั้นหมดละ ไม่เป็นอะไร ละหมด พระพุทธเจ้าสอนจบตรงนี้ ละหมด จบลงที่นี้

วันนี้อธิบายธรรมะให้ญาติโยม และถวายท่านอาจารย์ ถ้าหากว่าผิดพลาดประการใดขออภัยด้วย แต่อย่าเพิ่งเข้าใจว่ามันผิดมันถูก ฟังไว้ก่อน ให้รู้จักผิด รู้จักถูก เหมือนกับเอาผลไม้ชนิดหนึ่งถวายท่านอาจารย์ และฝากญาติโยมทุกๆ คน อตมาบอกว่าผลไม้ที่มันหวานนะ ก็ขอให้ฟังไว้ก่อน อย่าเพิ่งเชื่อว่ามันหวานละ เพราะเมื่อไม่รู้จักรสผลไม้ที่มันเปรี้ยว เอมืออจับมันก็ไม่รู้เปรี้ยว ผลไม้ที่มันหวาน ถวายให้จับดู มันก็ไม่รู้หวาน ฉะนั้น ที่เทศน์ให้ฟังวันนี้อย่าเพิ่งเชื่อ ถ้าอยากจะรู้จัก รสเปรี้ยวหวานของผลไม้ ก็ต้องเอามือไปเฉือนแล้วเคี้ยวดูในปากนั่นแหละ หากมันเปรี้ยวก็จะรู้สึกเปรี้ยว หากมันหวานก็จะรู้สึกหวาน ที่นี้เชื่อได้แล้ว เพราะเหตุใดจึงเชื่อ เพราะว่าเป็นปัจจัยตัดตั้ง แล้วมีพยาน ตัวเราจะเป็นพยานของตัวเอง แน่แน่นอนแล้ว ที่นี้ ฉะนั้น ผลไม้ที่อตมาฝากให้วันนี้อย่าเพิ่งเอาไปทิ้ง เก็บไว้ทานให้รู้รสเปรี้ยวหวานเสียก่อน จนเป็นสักขีพยาน ตัวเราเป็นพยานของเราแล้วแน่นอน

พระพุทธเจ้าไม่มีครูไม่มีอาจารย์นะ อาชีวกไปถามท่านว่า ใครเป็นครูเป็นอาจารย์ของท่าน พระพุทธองค์ตรัสตอบว่า เราไม่มีครู ไม่มีอาจารย์ อาชีวกก็สับสนหนักไปเลย คือบอกความจริงเกินไป บอกความจริงกับคนไม่รู้จักความจริง ไม่เชื่อ ไม่รู้จักฟัง ไม่รู้จักเอา ฉะนั้น วันนี้อตมาถึงบอกว่าอย่าเพิ่งเชื่อ อย่าเพิ่งไม่เชื่อ คนไปเชื่อคนอื่นเขาท่านว่าคนโง่ เพราะไม่มีพยานในตัวของเรา ดังนั้นให้ยึดพยานในตัวของเราอย่างนั้น พระพุทธเจ้าจึงตรัสเลยว่า พระพุทธองค์ไม่มีครู ไม่มีอาจารย์ อย่างนี้เป็นความจริง แต่เราคิดให้ถูกนะ ถ้าคิดไม่ถูกแล้วไม่เคารพอาจารย์นะ ไม่มีครูไม่มีอาจารย์ อย่าไปว่านะ ถ้าครูอาจารย์สอนถูกมาแล้ว เรารู้จักปฏิบัติ เห็นถูก เห็นผิด รู้ขึ้นมาตามครูบาอาจารย์

วันนี้พวกเราทั้งหลายมีโชคดี อตมามีโอกาสรู้จักญาติโยมทุกๆ คน และได้พบกับท่านอาจารย์ ไม่น่าจะมาเห็นกันนะ เพราะอยู่ไกลกันมาก วันนี้อตมาเห็นว่าจะต้องมีเหตุปัจจัยอันหนึ่ง ซึ่งพระพุทธองค์ตรัสว่า อะไรที่จะเกิดขึ้นมา จะต้องต้องมีเหตุอย่างนี้ อย่าลืมนะ จะต้องต้องมีเหตุอันหนึ่ง บางทีสมัยก่อนอดีตชาติ อตมาได้มาเป็นพี่ๆ น้องๆ ของญาติโยมแถวๆ นี้ก็เป็นได้ ถ้าพูดถึงเหตุมันเป็นอย่างนั้น คนอื่นไม่ได้มา แต่อตมาได้มา ทำไม หรือว่าจะมาสร้างเหตุเดี๋ยวนี้ก็ได้ ฉะนั้น จึงฝาก

ธรรมไว้กับญาติพี่น้องทั้งหลาย คนแก่ก็เป็นพ่อเป็นแม่ คนมีอายุเสมอๆ กันก็เป็นเพื่อน คนอายุน้อยๆ ก็เป็นลูกหลาน ทุกๆ คน ขอฝากความอาลัยไว้ ณ ที่นี้

ญาติโยมทั้งหลายจงเป็นผู้ขยันขันแข็ง หมั่นในข้อประพฤติปฏิบัติ ไม่มีอะไรแล้วจะยิ่งกว่าธรรมะ ธรรมะนี้เป็นเครื่องที่ค้ำจุนโลกเหลือเกิน ทุกวันนี้เราจะไม่สบาย กระสับกระส่ายก็เพราะไม่มีธรรมะ ถ้าเรามีธรรมะก็จะสบาย อาตมาก็ดีใจที่ได้ช่วยท่านอาจารย์และช่วยญาติโยมด้วย จึงขอฝากความอาลัยไว้ บางทีพรุ่งนี้คงได้จากไปไปที่ไหนก็ยังไม่ทราบ อย่างนี้เป็นเรื่องธรรมดา มาแล้วก็ต้องไป ไปแล้วก็ต้องมา มันเป็นเรื่องอย่างนี้ ไม่ควรดีใจและไม่ควรเสียใจ สุขแล้วก็ทุกข์ ทุกข์แล้วก็สุข ได้แล้วก็เสียไป เสียไปแล้วก็ได้มา เป็นเรื่องธรรมดา ญาติโยมจงเข้าอยู่ในธรรมะ จะไม่มีความเดือดร้อนทุกๆ คน ที่สุดนี้ ขอให้ญาติโยมทั้งหลายเป็นคนมีโชคดี **โชค** **อย่างใหญ่หลวงคือ โชคดีที่ได้รู้จักธรรมะ นั่นแหละเป็นโชคดีที่สุดแล้ว**

ในวาระสุดท้าย ญาติโยมทุกคนมีความสงสัยอะไรในใจ ให้ถามปัญหาได้ มีไหมล่ะ สมัยก่อนครั้งพุทธกาลเรื่องสาวกไม่ชอบพระพุทธเจ้าก็มี เพราะพระพุทธเจ้าบอกให้ขยัน ไม่ให้ประมาท สาวกที่ขี้เกียจ กลัวและเกลียด เมื่อคราวที่พระพุทธเจ้าปรินิพพาน สาวกกลุ่มหนึ่งร้องไห้ว่า พระพุทธเจ้าของเราปรินิพพานแล้วจะไม่มีใครเป็นครูเป็นอาจารย์สอนเรา สาวกกลุ่มนี้โง่ สาวกอีกกลุ่มหนึ่งยกมือสาธุ พระพุทธเจ้าตายแล้ว เราสบาย ไม่มีใครบังคับเรา กลุ่มที่สาม เมื่อพระพุทธองค์ปรินิพพานแล้วก็สบายใจ ปล่อยสลตสังเวชในสังขาร นี้ มีกลุ่มหนึ่ง กลุ่มสอง กลุ่มสาม เราจะเอา กลุ่มไหนล่ะ จะเอากลุ่มสาธุ หรือจะเอากลุ่มไหน กลุ่มหนึ่ง เมื่อพระพุทธองค์ปรินิพพานแล้วก็ร้องไห้ นี่คือคนที่ไม่ถึงธรรมะ กลุ่มที่สองนั้นเกลียด ไปทำอันนี้ก็ไม่ได้ ทำอันนั้นก็ไม่ได้ ผิดทั้งนั้น กลัวท่านจะดูเอา กลัวท่านจะว่าเอา เมื่อท่านปรินิพพานแล้วสบายใจ ทุกวันนี้เช่นกัน บางทีท่านอาจารย์อาจจะมีลูกศิษย์เกลียดเหมือนกันละนะ เกลียดอยู่ในใจ อดไว้ คนมีกิเลสก็ต้องเป็นทุกคน แม้แต่พระพุทธองค์ยังมีสาวกรังเกียจ อาตมามีลูกศิษย์รังเกียจเหมือนกัน ไปบอกให้เขาถึงความชั่ว เขาเสียดายความชั่ว เขาก็เกลียดเรา อย่างนี้ก็มีเยอะ

ฉะนั้น ปัญญาชนทั้งหลาย ให้พากันตั้งอยู่ในธรรมะให้แน่นหนา เอาล่ะ.



คนที่รู้จักธรรมะนั้น
ท่านไม่ได้เอาความจำมาพูด
แต่ท่านเอาความจริงมาพูด
คนทางโลกก็เอาความจำมาพูดกัน

๓๕ | ตูจ โข โป ฏฐิ ละ

การบำรุงพระพุทธศาสนานั้นมีสองประการ หนึ่งคือ อามิสบูชา คือ บัจจย ๔ ได้แก่ จีวร บิณฑบาต เสนาสนะ เกาส์ช นี้บำรุงพระพุทธศาสนา โดยการบำรุง ผู้ที่จะปฏิบัติตามพระพุทธศาสนาให้มีความเป็นอยู่ได้ แล้ว ถ้ายทอดออกมาถึงการปฏิบัติ ส่วนการปฏิบัติก็ถ่ายทอดออกไปถึงข้อปฏิบัติ ตามความจริง ให้พระพุทธศาสนาเจริญยิ่งขึ้น เหมือนกันกับต้นไม้ต้นหนึ่ง มันมีราก โคน ลำต้น ใบ ใบทุกใบ กิ่งทุกกิ่ง ทั้งลำต้น อาศัยรากดูดกิน อาหารส่งขึ้นไปหล่อเลี้ยง ต้นไม้ก็อาศัยรากเป็นค้ำมูลเอาอาหารไปหล่อเลี้ยง

เรานี้ก็เหมือนกัน ทั้งกายทั้งวาจา นี้ หรืออายตนะ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย นี้เปรียบเหมือนกิ่ง ก้าน ลำต้น ใจเปรียบเป็นรากสำหรับดูดกิน อาหาร แล้วก็แบ่งขึ้นไปสู่ลำต้น แบ่งไปหากิ่งก้านใบ ให้เป็นดอกออกผล จิต ของเรานี้ ถ้ามันตั้งอยู่ในสภาพใด เช่นว่า มันตั้งอยู่ในความถูกต้อง หรือ ว่าตั้งอยู่ในความเห็นผิด ก็แสดงความเห็นผิดไปถึงสุดขีดของมัน ความ เห็นถูกก็แสดงออกไปถึงที่สุด คือทางกายและวาจาของเราเหมือนกัน

บรรยายที่วัดหนองป่าพง อำเภอวารินชำราบ จังหวัดอุบลราชธานี



ฉะนั้น การบำรุงพระพุทธศาสนาด้วยการปฏิบัติจึงสำคัญมาก โดยตรงเข้าไป ไม่มีอะไร มีแต่ข้อวัตรตรงไปตรงมา เช่น เราสมาทานศีลทุกวัน พระท่านก็บอกสิ่งที่ไม่ดีทุกวัน พระให้พากันสมาทาน แต่ถ้าสมาทานเฉยๆ ไม่ได้ภาวนา ไม่ได้พิจารณาตามเหตุผล มันก็เป็นไปได้ยาก หาข้อประพฤติปฏิบัติไม่ได้ การบำรุงพระพุทธศาสนาที่บำรุงอย่างนั้น คือ ปฏิบัติบูชา คือการปฏิบัติให้มันเป็นศีลจริง ให้เป็นสมาธิจริง ให้เป็นปัญญาจริง มันจึงจะรู้เรื่อง ถ้าไม่รู้โดยการปฏิบัติ ไม่รู้เรื่องพระพุทธศาสนา ถึงจะเรียนจบพระไตรปิฎก ก็ยังไม่รู้จัก

ในสมัยก่อนครั้งพุทธกาล มีสาวกองค์หนึ่งชื่อว่า ‘ตฺจุโณโปฏฐิลละ’ ตฺจุโณโปฏฐิลละนี้มีปัญญามาก แรกงานในคัมภีร์ แรกงานในพระไตรปิฎก มีวัดสาขาตั้ง ๑๘ แห่ง เป็นครูเป็นอาจารย์ จนประชาชนศิษยานุศิษย์ทั้งหลายนับหน้าถือตาโดยทั่วถึง ถ้าใครได้ยินชื่อว่า ตฺจุโณโปฏฐิลละ ก็กลัวเกรง ไม่กล้าพูดไม่กล้าเถียงเมื่อท่านอธิบายธรรมะ กลัวอำนาจที่ท่านได้เรียนมากจนแตกงานในพระไตรปิฎก ฉะนั้น ท่านตฺจุโณโปฏฐิลละจึงเป็นพระเถระผู้ยิ่งใหญ่ในครั้งพุทธกาลเพราะการเรียน

วันหนึ่ง ท่านไปกราบทูลถามพระพุทธเจ้า ขณะท่านกำลังกราบลงสาธุการ พระพุทธองค์ตรัสว่า “มาแล้วหรือ พระโบลานเปล่า” ...ซึ่งในใจ แล้วก็เลยพูดกันไป

พอท่านจบประโยคพอสมควรแล้วจะลาพระพุทธองค์กลับวัด... “กลับอวาสแล้วหรือ พระโบลานเปล่า” พระพุทธองค์ตรัสแต่คำนั้น... มาที่ “มาแล้วหรือ พระโบลานเปล่า” จะกลับก็ “กลับแล้วหรือ พระโบลานเปล่า” ไม่ได้หน้าได้หลัง ท่านเทศน์อยู่ที่นั่น

ตฺจุโณโปฏฐิลละเป็นอาจารย์ใหญ่ก็คิดในใจว่า “เอ...ทำไมพระพุทธองค์จึงรับสั่งอย่างนั้น เป็นอะไรหนอ” คิดไปคิดมา คิดตามการศึกษาย้อนไปพิจารณาไปจนเห็นว่า

“เออ... มันจริงที่พระองค์ว่า พระโบลานเปล่า” คือพระเรียนเฉยๆ ไม่ได้ปฏิบัติ

เมื่อมาดูจิตใจของตนก็เหมือนกันกับขรवास ขรवासอยากได้อะไรก็อยากได้ เหมือนเขา ขรवासยินดีอย่างไรเราก็ยินดีอย่างเขา ความเป็นสมณะไม่มี ไม่มีธรรมะอันซึ่งบังเกิดขึ้นในจิตใจ ที่จะมาข่มจิตของตนให้สงบระงับด้วยการอบรมทั้งหลายได้ จึงเกิดความสนใจอยากจะทำปฏิบัติ

แต่ว่าการปฏิบัตินั้นไม่มีทางที่จะไป ไปหาอาจารย์นั้นอาจารย์นี้ ล้วนแต่เป็นลูกศิษย์ของท่านทั้งหมด เขาก็เลยไม่รับ ธรรมดาคนเราเห็นครูบาอาจารย์ก็เคารพเกรงกลัว ไม่กล้าพูด ก็เลยไม่กล้ารับให้ท่านมาปฏิบัติด้วย ไปสำนักผู้ใดก็ตาม ไม่กล้ารับ ท่านมีความรู้มาก มีปัญญามาก ใครๆ ก็ไม่กล้าตักเตือน ไม่กล้าสอน ถึงแม้ว่าท่านนั่งอยู่ที่นั่น จะเทศนาว่ากล่าวก็ยังเกรงกลัวอำนาจของท่าน

ท่านจึงไปหาสารเณรน้อยซึ่งเป็นอรชยบุคคล ท่านตุงโจปภูจิลละก็ไปขอปฏิบัติกับเณรน้อย เณรบอกว่า “พระคุณเจ้าจะมาปฏิบัติกับผม ถ้าทำจริงก็มาได้ แต่ถ้าทำไม่จริงมาไม่ได้” ตุงโจปภูจิลละจึงมอบกายถวายชีวิต สามเณรให้ห่มผ้า เมื่อห่มผ้าเรียบร้อยแล้ว เณรมีสระน้ำอยู่ใกล้ๆ ที่เป็นเลน เณรก็บอกว่า “เอ้า ให้วิ่งลงไป ในหนองนี้ วิ่งลงไป ถ้ายังไม่บอกให้หยุดอย่าหยุดนะ ถ้ายังไม่บอกให้ขึ้นอย่าขึ้นนะ เอ้า...วิ่ง” ตุงโจปภูจิลละห่มผ้าดีแล้ว ก็วิ่งลงไป ในหนองต่ำลง ๆ ๆ เณรน้อยไม่ได้บอกให้หยุด ท่านก็ลงไปจนตัวเปียกหมด เปื้อนตมและขี้เลนหมด สามเณรจึงบอก “เออละ หยุดได้” ท่านจึงหยุด สามเณรบอกว่า “เออละ ขึ้นมา” ท่านจึงขึ้นมา แสดงให้เห็นว่าท่านละทิ้งกิเลสของท่านแล้ว จึงยอมรับ ถ้าไม่ยอมรับจะไม่ยอมลงขี้ตมหรือคนผู้ใหญ่นั้น แต่ว่าท่านยอมไป สามเณรเห็นแล้วรู้อุปนิสัยแล้วว่าตุงโจปภูจิลละเอาจริง

เมื่อท่านขึ้นมาแล้วสามเณรจึงสอนให้ โดยใช้วิธีกำหนดอารมณ์ จับอารมณ์ ให้รู้จักจิตของตน ให้รู้จักอารมณ์ของตน เณรก็ยกอุบายอันหนึ่งขึ้นมาว่า ให้ใช้วิธีที่บุรุษทั้งหลายจะจับเหยี่ยว เหยี่ยวตัวหนึ่งเข้าไปในโพรงจอมปลวกซึ่งมีรูอยู่ ๖ รู ถ้าเหยี่ยวเข้าไปในที่นั้นจะอย่างไรเราจึงจะจับมันได้ จะต้องปิดไว้สัก ๕ รู เอาอะไรมาปิดมันไว้ให้เหลือแค่รูเดียวสำหรับให้เหยี่ยวออก นอกนั้นปิดไว้หมด แล้วให้นั่งจ้องมองอยู่ที่



รู้นั้น ครั้นเหยียดออกก็จับ อันนี้ฉันใด การกำหนดจิตก็ฉันนั้น ตาก็ปิดไว้ หูก็ปิดไว้ จมูกก็ปิดไว้ ลิ้นก็ปิดไว้ กายก็ปิดไว้ เหลือแต่จิตอันเดียว ตา หู จมูก ลิ้น กาย ปิดมันไว้ คือสำรวมสังวร ให้กำหนดจิตอย่างเดียว

การภาวนาก็เหมือนกันกับบุรุษจับเหยียด อย่างเราจะกำหนดลมหายใจให้มีสติ สติคือความระมัดระวังรู้อยู่ว่าเดี๋ยวนี้เราทำอะไรอยู่ สัมปชัญญะคือรู้ตัวว่า เรากำลัง ทำอันนั้นอยู่ ผู้รู้รู่ว่ามันเป็นอย่างไรอยู่นั้นอยู่ ให้กำหนดลมหายใจเข้าออกด้วยการมีสติ ความระลึกได้ สัมปชัญญะความรู้ตัว

การที่วาระลึกได้ คือความรู้สึกที่เกิดขึ้นในจิต ไม่ใช่การที่เราไปศึกษาที่ไหนมา ให้รู้จักแต่ความรู้สึกที่เกิดขึ้นมา จิตมันอยู่เฉยๆ มันก็มีความรู้สึกขึ้นมา อันนี้แหละ เป็นความรู้สึก

สตินี้ควบคู่กันกับความรู้สึก มีสติอยู่คือความระลึกได้ว่า เราพูดอยู่ หรือเรา ทำอยู่ หรือเราไปเดินอยู่ หรือเรานั่งอยู่ จะไปจะมาก็รู้ นั่นเรียกว่า สติระลึกได้

สัมปชัญญะคือความรู้ตัวว่า บัดนี้เรากำลังเดินอยู่ เรานั่งอยู่ เรานอนอยู่ เรารับอารมณ์อะไรอยู่เดี๋ยวนี้ สองอย่างนี้ ทั้งสติความระลึกได้ และสัมปชัญญะ ความรู้ตัว ในการที่เราระลึกได้อยู่เสมออันนั้น เราก็จะสามารถรู้ใจของเราว่า ในเวลานี้ มันคิดอย่างไร เมื่อถูกอารมณ์ชนิดนั้นมา มันคิดอย่างไร อันนั้นเราจะรู้จัก

ผู้ที่รับอารมณ์นั้นคือตัวจิต อารมณ์คือสภาวะที่มันจรเข้ามา เช่นมีเสียง อย่างเสียงเขาใส่กบอยู่นี้ มันเข้าทางหูแล้วจิตก็รับรู้ว่าเสียงกบนั้น ผู้ที่รับรู้อารมณ์รับรู้ เสียงกบนั้น เรียกว่า ‘จิต’

จิตที่รับรู้นี้เป็นจิตที่หยาบๆ เป็นจิตที่ปกติของจิต บางทีเรานั่งฟังเสียงกบอยู่ จำคาญในความรู้สึกของผู้ที่รับรู้ เราจะต้องอบรมผู้ที่รับรู้ นั้น ให้มันรู้ตามเป็นจริงอีก ที่หนึ่ง ที่เรียกว่าพุทโธ ถ้าหากว่าเราไม่รู้แจ้งตามเป็นจริง เราอาจจะจำคาญในเสียงคน หรือเสียงรถ หรือเสียงกบ มีแต่จิตเฉยๆ รับรู้ว่ารำคาญ รู้ตามสัญญา ไม่ได้รู้ตามความเป็นจริง

เราจะต้องให้มันรู้ในญาณทัศนะ คือ อำนาจของจิตที่ละเอียด ให้รู้ว่าเสียงกบ ที่ดังอยู่นั้นก็สักแต่ว่าเสียงเฉยๆ ถ้าหากว่าไม่ยึดมั่นถือมั่นมันก็ไม่ที่น่ารำคาญอะไร เสียงก็ดังของมันไป เราก็นั่งรับรู้ไป อันนั้นก็เรียกว่ารู้ถึงอารมณ์ขึ้นมา

นี่ถ้าหากว่าเราภาวนาพุทฺโธ มีความรู้แจ้งในเสียงกบ เสียงกบนั้นไม่ได้มา กวนใคร มันก็ดังอยู่ตามสภาวะ เสียงนี้ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตนเราเขา เรียกว่าเสียงเท่านั้น มันก็ทิ้งไป วางไป

ถ้ารู้แบบนี้ คือจิตรู้โดยสภาวะที่เรียกว่า ‘พุทฺโธ’ คือความรู้แจ้งตลอด เบิกบาน รู้ตามความเป็นจริง เสียงก็ปล่อยไปตามเรื่องของเสียง ไม่ได้รับกวนใคร นอกจากเราจะไปยึดมั่นว่า “เออ...เรารำคาญ ไม่อยากจะได้ยินคนพูดอย่างนั้น ไม่อยากได้ยินเสียงอย่างนั้น” ก็เลยเกิดทุกข์ขึ้นมา นี่เหตุให้ทุกข์เกิดขึ้นมา

เหตุที่มีทุกข์ขึ้นมาก็เพราะอะไร ก็เพราะเราไม่รู้จักเรื่องตามความจริง ยังไม่ได้ ภาวนาพุทฺโธ ยังไม่เบิกบานยังไม่ตื่น ยังไม่รู้จัก มีแต่เฉพาะจิตล้วนๆ ที่ยังไม่บริสุทธิ์ เป็นจิตที่ใช้การงานอะไรยังไม่ได้เต็มที่

ดังนั้น พระพุทธเจ้าจึงให้ฝึกหัด ฝึกจิตให้มีกำลัง การทำจิตให้มีกำลังกับการ ทำกายให้มีกำลัง มีลักษณะอันเดียวกัน แต่มีวิธีการต่างกัน การฝึกกำลังกาย เราย่อมนเคลื่อนไหวอวัยวะ มีการนวดกาย เขยียดกาย เช่น วิ่งตอนเช้าตอนเย็น เป็นต้น นี่เรียกว่า ออกกำลังกาย กายนั้นก็จะมีกำลังขึ้นมา จะคล่องแคล่วขึ้นมา เลือดลมจะมีกำลังวิ่งไปมาสะดวกตามเส้นประสาทต่างๆ ได้ กายจะมีกำลังดีกว่าเมื่อ ไม่ได้ฝึก

แต่การฝึกจิตให้มีกำลัง ไม่ใช่ให้มันวิ่งให้มันเคลื่อนไหวอย่างกับการ ออกกำลังกาย แต่คือทำจิตให้มันหยุด ทำจิตให้พักผ่อน เช่น เราทำสมาธิกอนันโด อันหนึ่งขึ้นมา เช่นว่า อานาปานสติ ลมหายใจเข้าออกอันนี้เป็นรากฐาน เป็นเป้าหมาย ในการเพ่งในการพิจารณา เราก็กำหนดลมหายใจ การกำหนดก็คือการรู้ตามลม นั้นเอง กำหนดลมเข้า แล้วกำหนดลมออก กำหนดให้รู้ระยะของลม ให้มีความรู้ อยู่ในลม ตามรู้ลมเข้าออกสบาย แล้วพยายามปล่อยสิ่งทั้งหลายออก จิตของเราก็จะ



มีกำลังเพราะว่ามีอารมณ์เดียว ถ้าหากว่าเราปล่อยให้จิตคิดอย่างนั้นอย่างนี้สารพัด มีหลายอารมณ์ มันไม่รวมเป็นอารมณ์เดียว จิตเราก็จะหยุดไม่ได้

ที่ว่าจิตหยุดได้นั้นก็คือ มันหยุดในความรู้สึก ไม่คิดเล่นไปทั่ว เช่นว่า เรามีมิดเล่มหนึ่งที่เราลับไว้ดีแล้ว แล้วมันแต่พันหินพันอิฐพันหญ้าไปทั่ว ถ้าเราพันไม่เลือก อย่างนี้ มิดของเราจะหมดความคม เราจึงต้องพันแต่สิ่งที่จะเกิดประโยชน์ จิตนี้ก็เหมือนกัน ถ้าเราปล่อยให้จิตเล่นไปในสิ่งที่ไม่เป็นสาระประโยชน์ ก็จะไม่ไ้ประโยชน์อะไร จิตนั้นจะไม่มีกำลัง ไม่ได้พักผ่อน ถ้าจิตไม่มีกำลัง ปัญญามันก็ไม่เกิด จิตไม่มีกำลังคือจิตที่ไม่มีสมาธิเลย

ถ้าจิตไม่ได้หยุดจะเห็นอารมณ์นั้นไม่ได้ชัดเจน ถ้าเรารู้จักว่าจิตนี้เป็นจิต อารมณ์เป็นอารมณ์ นี่คือหัวข้อแรกที่จะตั้งพระพุทธศาสนาขึ้นมาได้ นี่คือ ศาสนา เราบำรุงให้จิตนี้เกิดขึ้น เป็นลักษณะของการปฏิบัติให้เป็นสมณะ ให้เป็นวิปัสสนา รวมกันเข้าเป็นสมถวิปัสสนา เป็นข้อปฏิบัติมาบำรุงจิตใจให้มีศีล มีธรรม ให้จิตได้หยุด ให้จิตได้เกิดปัญญา ให้รู้เท่าตามความเป็นจริงของมัน

ถ้าพูดตามความเป็นจริง อย่างที่ว่าเราเกิดมาเป็นมนุษย์ กิริยาที่เราอยู่ กิริยาที่เรากิน กิริยาที่มันเป็นอยู่ทุกวันนี้ เราก็เหมือนกันกับเด็กน้อย เด็กน้อยมันไม่รู้เรื่องอะไร ถ้าผู้ใหญ่มามองดูกิริยาของเด็ก การเล่นการกระโดดนั้นมันไม่ได้เกิดประโยชน์อะไร จิตเราที่ไม่ได้ฝึกก็เหมือนกัน เป็นจิตที่ไม่มีกำลัง จะพูดก็ไม่มีสติ การกระทำก็ไม่มีปัญญา เลื่อมไม่รู้จักรว่ามันเลื่อม เสี่ยงก็รู้จักรว่ามันเสี่ยง ไม่รู้เรื่อง เล่นไปตามประสาเด็ก จิตเราที่ไม่รู้จักรจะเป็นอย่างนั้น

ฉะนั้น จึงควรฝึกจิตของเรา พระพุทธเจ้าตรัสว่าฝึกจิตอันนี้อบรมจิตอันนี้ ให้มาก ถึงแม้ว่าเราบำรุงพระพุทธศาสนาด้วยปัจจัย ๔ ปัจจัยลาภทั้งหลายก็จริง ก็เป็นเพียงสิ่งผิวเผิน เป็นแต่เศษเปลือกๆ เป็นแต่กระพี้ การบำรุงพระพุทธศาสนาที่แท้จริงนั้นก็คือการปฏิบัตินี้เอง ไม่มีอันอื่นไกลอะไร ที่เราฝึกอยู่ที่นี่ ฝึกกาย ฝึกวาจา ฝึกจิตของเรา นี่เรียกว่าข้อประพฤติปฏิบัติ แล้วมันจะถ่ายทอดไปหลายๆ แห่ง ถ้าหากว่าคนเรามีความซื่อสัตย์ มีความสุจริต มีศีลธรรม การประพฤติปฏิบัติในกาลอนาคตมันก็เจริญทั้งนั้นแหละ ไม่มีเรื่องอิจฉา ไม่มีเรื่องพยาบาท ศาสนาก็สอนให้

เป็นอย่างนั้น ให้เข้าใจอย่างนั้น เหมือนกับพวกเราทั้งหลายสมาทานศีลกันนี้เอง ไม่ใช่โดยลักษณะที่ทำตามประเพณีรับศีลเฉยๆ สิ่งที่ท่านแนะนำสั่งสอนนั้น มันเป็นเรื่องจริง ถึงพูดเราก็พูดได้ ถึงเรียนเราก็เรียนได้ ถึงว่าเราก็ว่าได้ ยังเหลือแต่การปฏิบัติเท่านั้น เราจึงยังไม่รู้เรื่อง

ถ้าหากว่าการปฏิบัติคือปฏิบัติบูชาไม่เกิดขึ้นเมื่อไร มันก็จะทำให้เราไม่เข้าถึง พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ตลอดชีวิต หลากๆ ชีวิตก็ได้ หรือจะพูดง่ายๆ ว่า จะไม่รู้เรื่องหลักพระพุทธศาสนาได้เลยก็ได้ คล้ายกับผลไม้ชนิดหนึ่งที่เขากล่าวว่ามันหวานหรือเปรี้ยวหรือมัน เมื่อไม่ได้กินจะยังไม่เกิดประโยชน์โดยสมบูรณ์ ถึงแม้ว่ามันจะเป็นพันธุ์ที่ดีก็ตามเถอะ เราไม่รู้เรื่องถ้าเราไม่รู้จักผลไม้ตามความเป็นจริง เรื่องพระพุทธศาสนานี้ก็เหมือนกัน ถ้าเราขาดจากการภาวนาเราจะไม่รู้เรื่องทาน ไม่รู้เรื่องศีล ไม่รู้เรื่องภาวนา

ฉะนั้น การปฏิบัตินี้จึงเป็นกุญแจ กุญแจภาวนา แม้กุญแจนั้นจะเป็นอะไรก็ช่างมันเถอะ เราถือลูกกุญแจมันไว้ในมือเรา ถึงมันจะปิดแน่นเท่าไรก็ช่าง ถ้าเราเอาลูกกุญแจไปเปิดเมื่อไรก็สำเร็จประโยชน์เมื่อนั้น ถ้าหากว่ากุญแจไม่มีลูกก็ไม่มีประโยชน์อะไร ของอยู่ภายในลังเราก็เอาไม่ได้ อันนี้เหมือนกันฉันนั้น ฉะนั้น พระพุทธเจ้าจึงให้เรียนรู้อะไรทั้งหลายเหล่านี้

ความรู้มีอยู่สองอย่าง คนที่รู้จักธรรมะนั้น ท่านไม่ได้เอาความจำมาพูด แต่ท่านเอาความจริงมาพูด คนทางโลกก็เอาความจำมาพูดกัน และก็พูดในแง่ที่ว่ายกหูชูหางขึ้นไป เช่นว่าเราพรากกันมานานแล้ว ไปอยู่ต่างประเทศกันหรืออยู่ต่างจังหวัดกันมานาน อีกวันหนึ่งขึ้นรถก็บังเอิญพบกันเข้า “แหม ผมดีใจเหลือเกิน ผมนี่ว่าจะไปเยี่ยมคุณอยู่เร็วๆ นี้” อันนี้ไม่ใช่ความจริง ไม่เคยนึกเลย แต่ไปปรุงขึ้นในเดี๋ยวนั้น คือพูดด้วยความดีใจในปัจจุบัน ก็เป็นเรื่องโกหกขึ้นมา โกหกอย่างนั้นแหละแต่ไม่รู้ตัว ความจริงไม่ได้คิดว่าจะไปเยี่ยม ไม่เคยได้คิดสักที มันมีความรู้สึกเกิดขึ้นในเวลานั้น จึงพูดขึ้นในเวลานั้น นี่โกหกโดยไม่รู้ตัวเองอย่างนี้ก็มี นี่เป็นกิเลสชนิดหนึ่ง คือไม่ได้เป็นความจริงในคำที่เราพูดในเวลานั้น แต่มันปรุงแต่งขึ้นให้ทำได้ นี่เป็นเรื่องโกหกอย่างละเอียด และคนเราชอบพูดกันอย่างนั้น ชอบว่าอย่างนั้น

ฉะนั้น เรื่องจิตใจนี้ พระตจโปกฺขิจะก็ทำตามทีสามเถรวา...หายใจเข้า
หายใจออก พิจารณา มีสติ มีสัมปชัญญะ มีความรู้รอบคอบอยู่ จึงเห็นความโกหก
ของมัน โกหกเรื่องจิตใจของตัวเอง เห็นกิเลสทั้งหลายเมื่อมันออกมา เหมือนกับเหยียด
ออกมาจากโพรง พอโผล่ขึ้นมาก็เห็นทันที จบเรื่องมันเลย เต็มมันเกิดปรุงขึ้นมา
เต็มมันก็เกิดแต่งขึ้นมา เกิดปรุงโดยวิธีนั้น เกิดแต่งโดยวิธีอันนี้ ความคิดของเรา
เป็นสังขตธรรม คือปัจจัยมันปรุงได้แต่งได้ ไม่ได้เป็นอสังขตธรรม คือสิ่งที่ปัจจัยปรุง
ไม่ได้แต่งไม่ได้ จิตที่อบรมดีแล้ว มีความรู้สึกดีแล้ว อารมณ์มันปรุงไม่ได้แต่งไม่ได้
ไม่ได้เชื่อใคร ตรัสรู้ตามความเป็นจริง เรียกว่ารู้ตามอริยสัจ คือรู้ตามความเป็นจริง
อารมณ์มันจะปิดพลีว่า อันนั้นดีอันนั้นงาม อันนั้นอย่างไรก็ตาม ถ้าหากว่ามีพุทโธ
ในใจก็โกหกไม่ได้ คือรู้จิตตามเป็นจริงของมันแล้ว อารมณ์จะปรุงแต่งไม่ได้ เห็น
อารมณ์ก็เห็นว่ามันเป็นของไม่เที่ยง อารมณ์นี้มันเป็นทุกข์ ผู้ไปยึดอารมณ์นั้นก็
เป็นทุกข์ เพราะอารมณ์นั้นมันไม่เที่ยงอยู่แล้ว

เพราะฉะนั้น จะไปอยู่ในทิศไหนก็ตาม ผู้รู้เป็นอย่างนั้น ตจโปกฺขิจะ ก็มา
อย่างนั้น ดูอารมณ์ที่มันเกิดขึ้นกับจิต ดูเรื่องจิตมันเป็นไป โกหกหลายอย่าง ท่านก็รู้
เรื่องของมัน จับตัวของมันได้ว่า “เออ... อันนี้ตัวโกหก มันเป็นตัวสำคัญนะ อันนี้
มันพาให้เราดีใจจนเกินพอดี พาให้เราเสียใจจนเกินพอดี ให้เราวนเวียนอยู่ใน
วัฏสงสารนี้ ทั้งสุขทั้งทุกข์ ทั้งดีทั้งชั่ว ตลอดเวลาเพราะตัวนี้เอง”

ตจโปกฺขิจะรู้เรื่องของมันแล้ว ท่านก็จับตัวมันได้ เหมือนกันกับบุรุษจับ
ตัวเหยียดได้ คือจับตัวการมันได้

เราก็เหมือนกัน มีจิตตัวเดียวนี้แหละเป็นสิ่งที่สำคัญ ฉะนั้น ท่านจึงให้
อบรมจิต จิตก็เรียกว่าจิต จะเอาอะไรมาอบรมมันอีกละจิตนี้ ถ้าเรามีสติมีสัมป-
ชัญญะอยู่เสมอๆ แล้วเราก็รู้จักจิต ผู้รู้อันนั้นคือรู้เหนือกว่าจิตขึ้นไปอีก คือผู้รู้
ตามสถานะของจิตนั้น จิตนี้ก็เป็นจิต ผู้ที่รู้ว่าจิตนี้สักแต่ว่าจิต นั่นแหละเรียกว่าผู้รู้
ผู้รู้เหนือกว่าจิตของเราไปอีก จึงได้ตามรักษาจิตของตน จึงสอนจิตของตน ให้รู้ว่า
อันนี้ผิดอันนี้ถูกได้

ในที่สุดพูดตามธรรมชาติแล้วมันก็สุดแต่จิตเท่านั้น มนุษย์เรามันสุดแต่จิตที่มันเพียงแต่แต่งไปแต่งมา ถ้ามันแต่งไปแต่งมา และไม่มีสิ่งที่รู้ยิ่งไปกว่านั้นอีก จิตของเราก็เป็นหมัน ฉะนั้น อาศัยจิตอันนี้เป็นผู้รับฟัง ท่านจึงเรียกว่า ภาวนา พุทฺโธ คือความรู้แจ้ง รู้เบิกบานตลอด รู้ถึงที่สุด รู้เหนือกว่าจิตของเราอีก รู้เรื่องของจิตทุกอย่าง

ฉะนั้น พระพุทธเจ้าจึงให้อบรม คือการภาวนา เอาพุทฺโธนั้นไปบริกรรมให้มันรู้จิต ให้มันรู้เหนือกว่าจิต ให้เห็นแต่จิตนี้ จะคิดดีก็ตามคิดชั่วก็ตาม จนกว่าผู้รู้เห็นว่าจิตนี้ลึกกว่าจิตเท่านั้น ไม่ใช่บุคคลตัวตนเราเขา นี้เรียกว่า ‘จิตตานุปัสสนา’ ถ้าเห็นอย่างนี้แล้ว จิตเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา จิตอันนั้นยังไม่เป็นของเราอีก ยังโทษเราได้อีก

สรุปความได้ว่า จิตก็เป็นผู้รับรู้อารมณ์ อารมณ์ก็เป็นอารมณ์ จิตนี้ก็เรียกว่า จิต ผู้รู้ทั้งจิตทั้งอารมณ์นั้นมันเหนือกว่าจิตเหนือกว่าอารมณ์ไปอีก มันเป็นของมันอย่างนั้น แล้วมันก็มีสิ่งที่มันจับซ่อนอยู่เสมอ ท่านเรียกว่า สติ

สตินี้ก็มีทุกคน แมวมันก็มี เวลาที่มันตะครุบหนูกิน สุนัขมันก็มีสติเวลามันจะเห่าคนกัดคน อันนั้นก็เรียกว่าสติเหมือนกัน แต่ไม่ใช่สติโดยธรรมชาติ คนทุกคนก็มีสติเหมือนกัน

ก็เหมือนกันกับกาย ให้เราพิจารณากายของเรา “จะพิจารณาอะไรกายนี้ ใครจะไม่เห็นมัน เกสาก็เห็น โลมาก็เห็น นขา ก็เห็น ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เห็นหมดแล้ว จะให้มันรู้อะไรอีก” แน่ะ มันก็เป็นอย่างนี้คนเรา เห็นอยู่แต่ไม่เห็นถึงที่สุดของความเห็น ไม่เห็นโดยพุทฺโธ ผู้รู้แล้วตื่นแล้ว เห็นตามธรรมชาติ คือเห็นกายเป็นกาย เห็นกายเฉยๆ ก็ยังไม่พอ ถ้าเห็นกายเฉยๆ มันเสียหาย ให้เห็นกายในกายเข้าไปอีกทีหนึ่ง มันจึงจะชัดเจนเข้าไป

ถ้าเห็นแต่กายส่วนเดียว มันก็หลงกาย ก็ยังรักสวยรักงาม ไม่เห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา จึงเป็นกามฉันทะ ยังติดอยู่ในรูป ในเสียง ในกลิ่น ในรส ในโผฏฐัพพะ ผู้เห็นกายก่อนนี่คือตาเนื้อธรรมดา เห็นแต่รักคนนั้น เกลียดคนนี้ อันนั้นสวย อันนั้นไม่สวย



พระพุทธเจ้าสอนว่าอันนั้นยังไม่พอ ต้องรู้ด้วยตาของจิตอีกทีหนึ่ง ให้เห็นภายในกาย ถ้าเห็นภายในกาย มองเข้าไปในกายมันมีอะไรบ้าง อ้อ มันไม่น่าดูเลยนะ ของวันนี้ก็มี ของแต่เมื่อวานนี้ก็มียู่นั่น ไม่รู้ว่าอะไรเป็นอะไร อย่างนี้มันจะเห็นแจ้งเหนือขึ้นไปอีก พิจารณาให้เห็นด้วยตาจิต ด้วยปัญญาจักขุ เห็นด้วยปัญญา

ความเห็นมันต่างกันอย่างนั้น บางคนถ้าสอนให้พิจารณาเกสา โลมา นขา ทันตา ตาโจ ก็ไม่รู้จะพิจารณาอะไร ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง ก็เห็นอยู่แล้ว แต่มันไม่เห็นนะ เห็นด้วยตาเท่านั้น ตาผีบ้านี่มันดูแต่สิ่งที่น่าดู สิ่งใดไม่น่าดู ก็ไม่ได้ดูสิ่งเหล่านั้น มันเลือกอย่างนั้นนะ คำว่า เห็นภายในกาย คือเห็นให้มันแจ่มกว่านั้น ดังนั้นให้พิจารณาภายในแล้วพิจารณาเห็นภายในกาย มันก็เห็นชัดเข้าไปอีก มันละเอียดกว่ากันเท่านั้น

ตัวนี้เป็นตัวพิจารณาถอนความยึดมั่นในขันธ ๕ ได้ ถ้าถอนความยึดมั่นถือมั่นมันก็เหมือนกันกับถอนทุกข์ออกด้วย ก็เพราะสิ่งทั้งหลายนั้นเป็นเหตุให้ทุกข์เกิด ถ้าทุกข์เกิดมันจะเกิดในที่นี้ คือ อุปาทานขันธ ๕ ไม่ใช่ว่าขันธ ๕ เป็นทุกข์นะ ตัวอุปาทานขันธ ๕ ยึดมั่นขันธ ๕ ว่าเป็นเรานั้นแหละเป็นทุกข์ ถ้าเราเห็นเช่นนั้นตามความจริงคือการภาวนา มันก็จะคลายออกเหมือนเกลียว เหมือนนอต หมุนทางซ้ายเรื่อยๆ มันก็ถอนออกมาเรื่อยๆ มันไม่แน่น มันไม่หนา มันไม่ตั้ง ไม่เหมือนเรา หมุนเข้าทางขวา มันถอย มันวาง มันละ ไม่ตั้งในความดี ในความชั่ว ในลาภ ในยศ ในสรรเสริญ สุข ทุกข์ นิหทา ประการใด

ถ้าเราไม่รู้จักสิ่งทั้งหลายเหล่านี้มันก็หมุนเข้าไปเรื่อยๆ หันเข้าไปบีบตัวเองเรื่อยๆ ก็เป็นทุกข์หมดทุกสิ่งทุกอย่าง ถ้าเรารู้เรื่องเหล่านี้มันก็เหมือนกับคลายเกลียวออกมา ในทางธรรมะท่านเรียกว่า เกิดนิพพิทา คือความเบื่อหน่าย เบื่อหน่ายแล้วก็คลายความกำหนัดรักใคร่ ความยึดมั่นถือมั่น ถ้าหากว่าเราคลายความยึดมั่นถือมั่นมันแล้ว มันก็สบายละ

ยกตัวอย่างเช่น ศีรษะของเรา ในเมืองไทยเรา หัวนี้เป็นสิ่งที่สำคัญแท้ๆ แต่จะมันไม่ได้ จะไปจับหัวกันกลางทางก็ตีกันเลย คือมันยังไม่ยอม ถ้ายอมเหมือนนายพล

นายพันทั้งหลายที่มาหาอาตมาให้เป่าศีระชะก็ไม่เป็นไร จับศีระชะได้สบาย เขากลับมีกำลังใจอีกด้วยซ้ำ แต่ว่าเขายอมเสียสละคราวหนึ่ง ถ้าเจอกันตามทาง ไปจับศีระชะอย่างนั้นตีกันเลย นี่มันเกิดทุกข์ตรงตัวนี่ มันยึดมันถือมันตัวนี่ อาตมาเคยไปในประเทศต่างๆ เขาจับหัวกันเลย ผู้หญิงก็ตาม ผู้ชายก็ตาม จับหัวกันเลย มันก็จริงของเขานะนี่ ถ้าไม่ยึดมันมากมันก็ผาสูกจริงๆ ถ้ามาในเมืองไทยนี้ จะจับหัวเขาก็ไม่เป็นไร เราไม่ได้ถือมัน ถ้าจับหัวก็ถือกันจริงๆ ว่าเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุด นี่คือความยึด ความหมายมัน ที่จริงทุกๆ ส่วนในร่างกายนี้ มันก็เท่าๆ กัน แต่ส่วนที่เรายึดเท่าๆ นี่คนเราก็ผูกพันไว้ซึ่งความยึดมันถือมัน

อันนั้นแหละเป็นเหตุ ที่นั่นเป็นเหตุให้ทุกข์เกิด ฉะนั้น เราดับเหตุเสีย ปล่อยให้มันมีรากฐาน อย่าให้มันมีพื้นฐานที่ทุกข์จะเกิด เช่นว่า เราพิจารณาร่างกายของเรา มันก็เสมอกันทั้งนั้น ทางล่างกับทางหัวมันก็พอปานกัน ซ้ำๆ กับทางหัวมันก็พอปานกัน มันก็พอปานเท่าอยู่ ถ้าเราคิดให้ดีๆ เขามาตบหัวเรามันก็พอปานเท่าอยู่ไม่เป็นไร นี่คือผู้ที่ละเหตุได้ มันมีเรื่องเท่านี้แหละมนุษย์เรานี่ มีความยึดมันรูปเดียวเท่านี้ อาศัยรูปเดียวเท่านี้ก็ต่างกันเลย มันก็เรื่องเท่านี้เอง ไม่มีเรื่องมาก พูดถึงส่วนบุคคลก็เป็นเรื่องเท่านี้ เรื่องครอบครัวก็เรื่องเท่านี้ เรื่องประเทศชาติก็ไม่มีอะไร มีเท่านี้ ไม่มีใครได้เลียบกันฆ่ากัน เลยไม่มีใครได้อะไรสักคน ไม่รู้เป็นอะไร ฆ่ากันเฉยๆ

มีอำนาจ มีลาภ มียศ มีสรรเสริญ มีสุข มีทุกข์ มันเป็นโลกธรรม ธรรมที่ครอบงำสัตว์โลกอยู่ สัตว์โลกจึงเป็นไปตามโลกธรรม มีนินทาหนึ่ง มีสุขหนึ่ง มีทุกข์หนึ่ง ท่านเรียกว่า ‘โลกธรรม’ ธรรมเหล่านี้เป็นธรรมที่ชั่ว เป็นธรรมที่นำความทุกข์มาให้ถ้าไม่ภาวนา ถ้าไม่พิจารณารู้เท่ามันก็เป็นทุกข์ ฆ่ากันก็ได้ ทำอะไรกันก็ได้ เรื่องลามกเรื่องยศเรื่องอำนาจนี่ เพราะอะไร เพราะถ้าไม่ได้ภาวนา ไม่ได้พิจารณา มันไม่สม่ำเสมอกัน เดี่ยวเขาตั้งเป็นนั่นเป็นนี่ขึ้นมา เป็นผู้ใหญ่บ้าน เป็นกำนันขึ้น เป็นนั่นเป็นนี่ เป็นขึ้นเลย แต่ก่อนเคยมีผู้เฒ่าเล่าเรื่องเป็นผู้ใหญ่บ้านชั่วให้ฟัง พอเขาให้ยศเป็นผู้ใหญ่บ้าน ตั้งเป็นผู้ใหญ่บ้านขึ้นมา ก็หลงอำนาจตน เพื่อนเก่าก็เล่นด้วย ไม่ได้เหมือนเก่าละ มาแล้วก็ว่า “อย่ามาใกล้กันนะ มันไม่เหมือนเก่าแล้วนะ”

มีลาภก็ดี มียศก็ดี มีสรรเสริญก็ดี มีสุข มีทุกข์ก็ดี พระพุทธองค์ก็ให้รู้มันเสีย ให้มันพอบานเท่าเท่านั้นแหละ เอาไว้เพื่อใช้ในการงาน แล้วก็วางไว้พอบานเท่า เป็นคนเดียวกับผู้เก่า ถ้าไม่รู้เท่าลาภ ยศ สรรเสริญ นิินทา ก็ฆ่ากันเลย หลงอำนาจของตน หลงลูกหลานหลงหมดทุกคน ถ้ารู้จักดีแล้วก็เห็นว่าเป็นพวกเดียวกันแหละ เรื่องนี้เป็นเรื่องสมมุติแท้ๆ แต่มันเป็นกิเลสมาก ท่านเรียกว่า โลกธรรม ลัทธิโลก ย่อมเป็นไปตามธรรมนี้

มีคำสอนของพระพุทธเจ้าว่า เรื่องทั้งหลายเหล่านี้ มันเกิดขึ้นมาทีหลัง เมื่อเกิดมาแรกๆ ก็มีแต่ **รูปกับนาม** เกิดขึ้นเฉยๆ ครั้งเอนาย “ก” เข้ามาใส่ นี่เป็นไปด้วยสมมุติ ต่อมาก็มีเรื่องนายพลนายพันขึ้นมา ถ้าไม่รู้เรื่องสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ ก็ถือว่าเป็นของจริง ก็เลยแบกไว้ แบกลากไว้ แบกยศไว้ แบกชื่อ แบกเสียงไว้ มีอำนาจขึ้นก็ให้เป็นนก ชี้นูให้เป็นหนู หมดทุกอย่างก็ได้ เกิดอำนาจขึ้นมา เอาคนนั้นไปฆ่าเสีย เอาคนนั้นไปตีตบคอกเสียอย่างนั้นแหละ จึงมีอำนาจขึ้นมาเพราะเกียรติ คำที่ว่า ‘เกียรติ’ นั้น ตรงนั้นแหละมันเป็นอุปาทาน พอมีเกียรติขึ้นมาเป็นต้น ก็สั่งเลย ผิดๆ ชัดๆ ก็ทำไปด้วยอำนาจของตน ทำไปตามอารมณ์ของตน ก็เลยไปตามความผิดอันนั้นเรื่อย มันจึงขาดจากธรรมะ

นี่เรื่องข้อปฏิบัติ ถ้ารู้แล้วก็ไม่ต้องทำอย่างนั้น ความดีความชั่วมันมีแต่ไหนแต่ไรมา ลาภยศก็มีขึ้นมา ก็ให้มันมีแต่เฉพาะลาภนั้น เฉพาะยศนั้น อย่าให้มันมีมาถึงเรา เอามาใช้เฉยๆ ตามการงาน แล้วก็แล้วไป เราก็พอบานเท่า ถ้าเราได้ภาวนาเรื่องสิ่งเหล่านี้แล้ว ถึงมันจะได้อะไรขึ้นมาก็ดี ก็ไม่มีหลง สบายอยู่เหมือนเก่า มีลักษณะคล้ายคลึงกันทั้งหมด ไม่มีอะไร เรื่องนี้พระพุทธเจ้าให้พิจารณาอย่างนี้ จึงจะรู้เรื่องมันตามเป็นจริง ถ้าเราได้อะไรขึ้นมาไม่มีอะไรจะปรุงได้แต่งได้ เขาตั้งให้เป็นกำหนด เป็นแต่ไม่เป็น เขาจะให้เป็นผู้ใหญ่บ้าน ก็เป็นอยู่แต่ไม่เป็น เขาให้เป็นอันนั้นอันนี้ ก็เป็นอยู่แต่ไม่เป็น เมืองปลายเราจะเป็นอย่างนั้น มันก็ตายเหมือนเก่าเท่านั้นแหละ

เขาจะให้เป็นกำหนด เป็นผู้ใหญ่บ้าน มันก็ยังเหมือนเก่า จะว่าอย่างไร ถ้าเราคิดอย่างนั้นแล้วมันก็ดี แน่นหนาดี มันก็พอบานเท่าเท่านั้นแหละ นี่เรียกว่าคนไม่หลง จะเอาอะไรมาให้มันก็ยังเป็นอย่างนั้นแหละ มันสักแต่ว่าสังขาร ไม่มีอะไรจะมาปรุง

จะมาแต่งจิตใจอันนี้อีก ไม่มีอะไรจะมาข่มมันได้อีก เครื่องข่มใจให้เกิดโรค โทสะ โมหะ ไม่มี อันนี้แหละเป็นผู้ที่บำรุงพระพุทธศาสนา ให้ผู้ที่ถูกบำรุงก็ดี ผู้ที่ตั้งใจบำรุงก็ดี ให้คิดในแง่นี้ให้มาก ให้มีศีลธรรมเกิดขึ้นในจิตใจของตน

นี่สรุปได้ว่า การบำรุงพระพุทธศาสนาที่แน่นอนต้องบำรุงอย่างนี้ บำรุงให้อาหาร ให้การขบการฉันท ให้ที่อยู่อาศัย ให้ยาบำบัดโรค ก็ถูกเหมือนกัน แต่มันถูกแต่กระพี้ของมัน ฉะนั้น ทายกทายิกาทั้งหลายที่ได้มาพึ่งเทศน์ฟังธรรมบำเพ็ญกุศลนั้น อย่าลืมอันนี้ ไม่มันก็มีเปลือก มีกระพี้ มีแก่น สิ่งทั้ง ๓ นี้อาศัยซึ่งกันและกัน จะมีแก่นได้ก็เพราะเปลือก จะมีเปลือกได้ก็เพราะกระพี้ จะมีกระพี้ได้ก็เพราะแก่น มันรวมกัน เหมือนกับศีล สมาธิ ปัญญา **ศีล คือการตั้งกายวาจาให้เรียบร้อย สมาธิ คือการตั้งใจมั่น ปัญญา คือการรอบรู้ในกองสังขารทั้งหลาย ให้เรียนกันอย่างนี้ ให้ปฏิบัติอย่างนี้ เป็นปฏิบัติบูชา จึงจะเป็นผู้ที่บำรุงพระพุทธศาสนาที่ลึกซึ้ง**

ถ้าหากว่าเราไม่ได้เอาสิ่งทั้งหลายนี้มาปฏิบัติที่ใจ ที่มีลามมากก็หลง มียศก็หลง จะมีอะไรก็หลงหมดทุกอย่าง มันเป็นเรื่องอย่างนั้น ถ้าหากว่าเราบำรุงแต่สิ่งทั้งหลายภายนอก เรื่องทะเลาะขัดแย้งกันไม่มีหยุด เรื่องผู้นั้นก่อกรรมกับคนนี้ก็ไม่มีหยุด เรื่องการแถมมีดกันยิงปืนกันก็ไม่มีหยุด ก่อนจะหยุดได้ต้องพิจารณาเรื่อง ลาม ยศ สรรเสริญ นินทา สุข ทุกข์ พิจารณาข้อประพฤติปฏิบัติให้เป็นศีลธรรม

ให้ระลึกว่าชาวโลกเรานี้ก็เป็นก้อนเดียวกัน เห็นว่าเราก็เหมือนเขา เห็นเขาก็เหมือนเรา เขาสุขเราก็สุข เขาทุกข์เราก็ทุกข์เหมือนกัน มันก็พอพานกัน พิจารณาอย่างนี้ก็จะเกิดความสบาย เกิดธรรมะขึ้นมา นี่เป็นหลักของพระพุทธศาสนา ผู้ที่บำรุงพระพุทธศาสนา ก็บำรุงศีล บำรุงสมาธิ บำรุงปัญญา ให้เกิดขึ้นสม่าเสมอ จึงจะเป็นผู้ที่บำรุงพระพุทธศาสนาอย่างถูกต้อง อันนี้ให้เราไปคิดดู

โอกาสที่บรรยายธรรมะแก่ญาติโยมทั้งหลายก็สมควรแล้ว ท้ายที่สุดนี้ ก็ขอให้จงพากันตั้งอกตั้งใจนำข้อความเหล่านี้ไปวินิจฉัยพิจารณา ให้บำรุงด้วยการปฏิบัติอย่างแท้จริงทุกๆ คน ขอให้จงเป็นสุขเป็นสุขกันทุกๆ คนเถิด.



ถ้าใจเราสงบแล้ว
มันจะเป็นคล้าย ๆ กับน้ำมันไหลนิ่ง...
มันจะเป็นอย่างนั้น ปัญญาเกิดได้

๓๖ | น้ำไหลนิ่ง

เอ้า! ตั้งใจทุกคน อย่าทำจิตให้มันฟุ้งไปที่คนโน้นคนนี้ ทำความรู้สึกคล้ายๆ กับเราที่นั่งอยู่บนภูเขา อยู่ในป่าแห่งหนึ่ง คนเดียวเท่านั้นแหละ ตัวเราที่นั่งอยู่เฉพาะปัจจุบันนี้ มีอะไรบ้าง มีแต่กายกับจิตเท่านั้น โดยตรงจะมีกายกับจิต ๒ อย่างเท่านั้น กายคือสิ่งทั้งหมดที่เราที่นั่งอยู่ในก้อนนี้เป็นกาย จิตก็คือสิ่งที่นึกคิดรับรู้อารมณ์ในปัจจุบันนี้ เรียกว่าจิต ท่านเรียกว่านาม นามหมายถึงสิ่งที่ไม่เป็นรูป ไม่มีรูป จะเป็นความนึกคิดอะไรก็ได้ หรือความรู้สึกทุกอย่าง เรียกว่าเป็นนาม เช่น เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ นี่ก็ไม่มีตัวตนเป็นนามธรรม ตาเห็นรูปก็เรียกว่ารูป เกิดความรู้สึกเป็นนาม เรียกว่า ‘รูปธรรมนามธรรม’ หรือเรียกว่า ‘กายกับจิต’

ที่เราที่นั่งอยู่ปัจจุบันนี้มีกายกับจิต ให้เราเข้าใจอย่างนี้ สิ่งทั้งหลายมันเกิดจากนี้ มันมีหลายอย่าง ฉะนั้น ถ้าเราต้องการความสงบให้เรารู้รูปกับนามหรือกายกับจิตเท่านี้ก็พอ แต่จิตที่มีอยู่เดี๋ยวนี้เป็นจิตที่ยังไม่ได้ฝึก จิตนี้

บรรยายที่วัดถ้ำแสงเพชร ๒๕๒๕



ยังสกปรก จิตนี้ยังไม่สะอาด ไม่ใช่จิตเดิม จำเป็นจะต้องฝึกหัดจิตอันนี้ ดังนั้นท่านจึงให้สงบเป็นบางครั้ง

บางคนเข้าใจว่าการนั่งนี้แหละเป็นสมาธิ แต่ความเป็นจริง การยืน การเดิน การนั่ง การนอน ก็เป็นการปฏิบัติทั้งนั้น ทำสมาธิให้เกิดได้ทุกขณะ สมาธิหมายตรงเข้าไปว่าความตั้งใจมั่น การทำสมาธิไม่ใช่การไปกักขังตัวไว้

บางคนก็เข้าใจว่า “ฉันจะต้องหาความสงบ จะไปนั่งไม่ให้มีเรื่องอะไรเกิดขึ้นเลย จะไปนั่งเงียบๆ” อันนั้นก็คนตายไม่ใช่คนเป็น

การทำสมาธิคือทำให้รู้ ทำให้เกิดปัญญา ทำให้มีปัญญา สมาธิคือความตั้งใจมั่น มีอารมณ์อันเดียว อารมณ์อันเดียวคืออารมณ์อะไร คืออารมณ์ที่ถูกต้อนั้นแหละ เรียกว่าอารมณ์อันเดียว ธรรมดาคนเราอยากจะไปนั่งให้มันเงียบเฉยๆ โดยมากนักศึกษานักเรียนเคยมากราบอาตมาว่า “ดิฉันนั่งสมาธิมันไม่อยู่ เดี่ยวมันก็วิ่งไปไหน เดี่ยวมันก็วิ่งไปนี่ ไม่รู้จะทำอย่างไรให้มันอยู่ให้มันหยุด” ของนี้เป็นของหยุดอยู่ไม่ได้ ไม่ใช่ว่าไม่ให้มันวิ่ง มันเกิดความรู้สึกขึ้นในที่นี้ บางคนก็มาฟ้อง “มันวิ่งไปฉันก็ดึงมันมา ดึงมันมาอยู่ที่นี่ เดี่ยวมันก็เดินไปที่นั่นอีก...ดึงมันมา” มันก็เลยนั่งดึงอยู่อย่างนั้นแหละ

จิตอันนี้เข้าใจว่ามันวิ่ง แต่ความเป็นจริงมันวิ่งแต่ความรู้สึกของเรา อย่างศาลาหลังหนึ่ง “แหม มันใหญ่เหลือเกิน” มันก็ไม่ใหญ่หรอก ที่ว่ามันใหญ่มันเป็นเพราะความรู้สึกของเราว่ามันใหญ่เท่านั้น ศาลาหลังนี้มันไม่ใหญ่ แต่เรามาดูเห็น “แหม ศาลานี้มันใหญ่เหลือเกิน” ไม่ใช่ศาลามันใหญ่อย่างนั้น มันเป็นแต่ความรู้สึกของเราว่ามันใหญ่ ความเป็นจริงศาลาแห่งนี้มันก็เท่านั้น มันไม่ใหญ่ไม่เล็ก มันเป็นอย่างนั้นอย่างนี้เราก็วิ่งไปตามความรู้สึกนึกคิดของเรา

การภาวนาให้มันสงบ คำว่าสงบนั้นเราจะต้องรู้เรื่องของมัน ถ้าไม่รู้เรื่องของมัน มันก็ไม่สงบ ยกตัวอย่างเช่นว่า วันนี้เราเดินทางมาจากไหนก็ไม่รู้ ปากกาที่เราซื้อมาตั้ง ๕๐๐ บาท หรือ ๑,๐๐๐ บาท เรารักมัน พอเดินมาถึงที่นี่ บังเอิญเราเอาปากกาไปวางในที่หนึ่งเสีย เช่นเอาใส่กระเป๋าทันที อีกวาระหนึ่งเอาใส่ในกระเป๋าทันที

ก็เลยมาคลำดูกระเป่าหน้า ไม่เห็นเสียเลย โอ๊ย! ตกใจแล้ว ตกใจ เพราะมันไม่รู้ตามความเป็นจริง มันก็ขุนวายอยู่อย่างนั้น จะยืนจะเดินจะเห็นไปมากก็ไม่สบาย นึกว่าปากกาของเราหาย ก็เลยทุ๊กไปด้วย เพราะความรู้อึด

คิดผิด รู้อึดเช่นนี้มันเป็นทุกข์ ทีนี้เราก็กังวล กังวลไปกังวลมา “แหมมันเสียตายปากกา เพิ่งเอามาใช้ไม่กี่วันมันก็หาย” มีความกังวลอยู่อย่างนี้ อีกขณะหนึ่งนึกขึ้นว่า “อ้อ เราไปอาบน้ำตรงนั้น จับมาใส่กระเป่าหลังตรงนี้” เนอะ พอนึกได้เช่นนี้ ยังไม่เห็นปากกาเลย ตีใจเสียแล้ว นั่นเห็นใหม่ ตีใจเสียแล้ว ไม่กังวลในปากกาแล้ว มันแน่ใจแล้ว เดินมาก็คลำนดูในกระเป่าหลังนี้ นู่นอย่างนี้ มันโกหกเราทั้งนั้นแหละ ปากกาไม่หาย มันโกหกว่ามันหาย เราก็อึดเพราะความไม่รู้ จิตมันก็กังวลเป็นธรรมดาของมันเป็นอย่างนั้น ทีนี้เมื่อเห็นปากกาแล้ว รู้อึดแล้ว หายสงสัยแล้ว มันก็สงบ ความสงบเช่นนี้เรียกว่าเห็นต้นตอมัน เห็นตัวสมุทัยอันเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ พอเรารู้จักว่าเราเอาไว้ในกระเป่าหลังนี้แน่นอนแล้ว มันเป็นที่โรธดับทุกข์ มันเสียอย่างนี้

อย่างนั้นต้องพิจารณาหาความสงบ ที่ว่าเราทำสงบหรือสมาธินี้ มันสงบจิต ไม่ใช่สงบกิเลสหรอก เราหงัดมันไปให้มันสงบเฉยๆ เหมือนกับหินทับหญ้า หญ้ามันก็ดับไปเพราะหินมันทับ อีก ๓-๔ วันเรามายกหินออก หญ้ามันก็เกิดขึ้นอีก แปลว่าหญ้ามันยังไม่ตาย คือมันระงับเฉยๆ เช่นเดียวกับนั่งสมาธิ มันสงบจิต ไม่ใช่สงบกิเลส นี่เรื่องสมาธิจึงเป็นของไม่แน่นอน ฉะนั้น การที่สงบนี้เราจะต้องพิจารณาสมาธิที่สงบแบบหนึ่ง แบบหินทับหญ้า หลายวันไปยกหินออกจากหญ้า หญ้าก็เกิดขึ้นอีก นี่สงบชั่วคราว สงบด้วยปัญญาคือไม่ยกหินออก ทิ้งมันไว้อย่างนั้น ทับมันไว้ไม่ยกหินออก หญ้ามันเกิดไม่ได้ นี่เรียกว่าสงบแท้ สงบกิเลสแน่นอน นี่เรียกว่าปัญญา

ตัวปัญญากับตัวสมาธินี้ เมื่อเราพูดแยกกันออกก็คล้ายๆ คนละตัว แต่ความเป็นจริงมันเป็นตัวเดียวกันนั่นเองแหละ ตัวปัญญามันเป็นเครื่องเคลื่อนไหวของสมาธิเท่านั้น มันออกจากจิตอันนี้เอง แต่มันแยกกันออกไป มันเป็นคนละลักษณะ เหมือนมะม่วงใบนี้ ลูกมะม่วงใบหนึ่งใบเล็กๆ เดี่ยวมันก็โตขึ้นมาอีกแล้วมันก็สุก มะม่วง

ใบนี้ก็คือมะม่วงใบเดียวกัน ไม่ใช่คนละใบ มันเล็กก็ใบนี้ มันโตก็ใบนี้ มันสุกก็ใบนี้ แต่มันเปลี่ยนลักษณะ เราปฏิบัติธรรม อาการอย่างหนึ่งท่านเรียกว่าสมาธิ อาการอย่างหลังท่านเรียกปัญญา แต่ความเป็นจริง คีล สมาธิ ปัญญา คือของอันเดียวกัน ไม่ใช่คนละอย่าง เหมือนมะม่วงใบเดียวกัน ผลมันเล็กก็ใบนั้น มันสุกก็ใบนั้น ใบเดียวกันแหละ แต่ว่ามันเปลี่ยนอาการเท่านั้น

ความจริงการปฏิบัตินี้ อะไรก็ช่างมัน ให้เริ่มออกจากจิต ให้เริ่มจากจิต รู้จักจิตของเราใหม่ จิตเรามันเป็นอย่างไร มันอยู่ที่ไหน มันเป็นอะไร ก็คงงมหมดทุกคน จิตมันเป็นอย่างไร จิตอยู่ตรงไหนไม่รู้ ไม่รู้จัก รู้จักแต่ที่เราอยากจะไปโน่น อยากจะไปนี่ มันมีความสุขหรือมันเป็นทุกข์ แต่ตัวจิตจริงๆ นี่มันก็รู้ไม่ได้

จิตนี้มันคืออะไร จิตนี้ก็ไม่คืออะไร มันจะคืออะไรละจิตนี้ เราสมมุติขึ้นมาว่า สิ่งที่มันรับอารมณ์ดีอารมณ์ชั่วทั้งหลายเป็นจิต เหมือนกับเจ้าของบ้าน ใครรับแขก เป็นเจ้าของบ้าน แขกจะมารับเจ้าของบ้านไม่ได้หรอก เจ้าของบ้านต้องอยู่บ้าน แขกมาหาเจ้าของบ้านต้องรับ ใครรับอารมณ์ ใครเป็นผู้รับอารมณ์ ใครปล่อยอารมณ์ ใครเป็นผู้ปล่อยอารมณ์ ตรงนั้นแหละท่านหมายถึงว่าจิตใจ แต่เราไม่รู้เรื่องก็มาคิดวนไปเวียนมา อะไรเป็นจิต อะไรเป็นใจ เลยวุ่นกันจนเกินไป เราอย่าเข้าไปเข้าใจมาก ถึงขนาดนั้นสิ อะไรมันรับอารมณ์ อารมณ์บางอย่างมันชอบ อารมณ์บางอย่างมันไม่ชอบ นี่คือใคร ที่ชอบไม่ชอบนี้ มีใหม่ มี แต่มันเป็นอย่างไรก็ไม่รู้ เข้าใจใหม่ มันเป็นอย่างนี้แหละ ตัวนี้แหละที่เรียกว่าจิต อย่าไปดูมันไกลเลย

การปฏิบัติธรรมนี้ จะเรียกว่าสมาธิหรือวิปัสสนาก็ช่าง เราเรียกว่าปฏิบัติธรรม เท่านั้นก็พอ และก็ดำเนินจากจิตของเราขึ้นมา จิตคืออะไร คือผู้รับอารมณ์นั้นแหละ มันถูกอารมณ์นี้ก็ดีใจบ้าง อารมณ์นั้นเสียใจบ้าง ตัวที่รับอารมณ์นั้นแหละ มันพาเรา สุข พาเราทุกข์ มันพาเราผิด มันพาเราถูก ตัวนั้นแหละ แต่มันไม่มีตัว สมมุติว่าเป็นตัวเฉยๆ แต่ว่าเป็นนามธรรม ดิมีตัวใหม่ ชั่วมีตัวใหม่ สุขมีตัวใหม่ ทุกข์มีตัวใหม่ ไม่เห็นมันมี มันกลมหรือมันเป็นสี่เหลี่ยม มันสั้นหรือมันยาวขนาดไหน รู้ใหม่ มันเป็นนามธรรม มันเปรียบไม่ได้หรอก แต่เรารู้ว่ามันมีอยู่

ฉะนั้น ท่านจึงให้เริ่มจากการทำจิตของเราให้สงบ ทำให้มันรู้ จิตนี้ถ้ามันรู้ อยู่ มันก็สงบนะ บางคนรู้ก็ไม่เอา ให้มันสงบจนไม่มีอะไร เลยไม่รู้เรื่อง ถ้ามันขาดผู้รู้ ตัวนี้เราจะอาศัยอะไร ไม่มีสันมันก็ไม่เมียว ไม่มีผิดก็ไม่ผิด

แต่เราทุกวันนี้เรียนกันไป ศึกษากันไป หาความผิด หาความถูก หาความดี หาความชั่ว ไข้ความไม่ผิดไม่ถูกนั้นไม่รู้ จะหาแต่รู้ว่ามันผิดหรือถูก “ฉันจะเอาแต่ถูก ผิดไม่เอา” จะเอาไปทำไม เอาถูกประเดี๋ยวมันก็ผิดอีกนั่นแหละ มันถูกเพื่อผิด เราก็แสวงหาความผิดความถูก ความไม่ผิดไม่ถูกไม่หา หรือแสวงเอาบุญก็แสวงไป รู้แต่บุญแต่บาป เรียนกันไป ตรงที่ว่าไม่มีบาปไม่มีบุญนั้นไม่ได้เรียนกัน ไม่รู้จัก เอาแต่เรื่องมันสั้นมันยาว เรื่องไม่สั้นไม่ยาวนั้นไม่ศึกษากัน เรียนแต่เรื่องดีชั่ว “ฉันจะปฏิบัติเอาดี ชั่วฉันจะไม่เอา” ไม่มีชั่วมันก็ไม่ดีเท่านั้นแหละ จะเอาไป

มีดเล่มนี้มันมีทั้งคม มันมีทั้งสัน มีทั้งด้าม มันมีทุกอย่าง เราจะยกมีดเล่มนี้ขึ้นมา จะเอาแค่คมมันขึ้นมาได้ไหม จะจับมีดเล่มนี้ขึ้นมาแต่สันมันได้ไหม เอาแต่ด้ามมันได้ไหม ด้ามมันก็ด้ามมีด สันมันก็สันมีด คมก็คมของมีด เมื่อเราจับมีดเล่มนี้ขึ้นมา ก็เอาด้ามมันขึ้นมา เอาสันมันขึ้นมา เอาคมมันขึ้นมาด้วย ไม่ใช่เอาแต่คมมันขึ้นมา

นี่เป็นตัวอย่าง อย่างนี้เราจะไปแยกเอาแต่สิ่งที่มันดี ชั่วก็ต้องติดไปด้วย เพราะเราหาสิ่งที่มันดี สิ่งที่ชั่วเราจะทิ้งมัน ไข้สิ่งที่ไม่ดีไม่ชั่วเราไม่ได้ศึกษา มันอยู่ตรงนั้น ไม่งั้นมันก็ไม่จบสิ เอาดี ชั่วก็ติดไปด้วย มันตามกันอยู่อย่างนั้น ถ้าเราเอาสุข ทุกข์ก็ตามเราไป มันติดต่อกันอยู่ ฉะนั้นพวกเราจึงศึกษาธรรมะกันว่า เอาแต่ดี ชั่วไม่เอา อันนี้เป็นธรรมชาติของเด็กร ธรรมชาติของเด็กมันเล่น ก็ได้อยู่แค่นี้ก็ได้ แต่ว่าเอาดีไป ชั่วมันก็ตามไปโน่น ถึงปลายทางมันก็รกไม่ค่อยจะดี

ดูกันง่าย ๆ โยมมีลูกนะ จะให้เอาแต่รัก เกลียดไม่เอา นี่เรื่องของคนไม่รู้ทั้ง ๒ อย่างนี้ เอารัก เกลียดมันก็วิ่งตามมา ฉะนั้นเราตั้งหน้าตั้งตาปฏิบัติธรรมะ ให้มีปัญญา เราไปเรียนดีเรียนชั่ว เรียนดีมันเป็นอย่างไร ชั่วก็เรียนให้มันละเอียดมาก ที่สุด จนรู้จักดีรู้จักชั่ว เมื่อรู้จักดีรู้จักชั่ว จะเอาอย่างไร เอาดีเอาชั่วก็วิ่งตาม เรื่อง



ลิ่งที่ว่าไม่ดีในช่วงนั้น ไม่ได้เรียนกัน นี่ เรื่องที่จะต้องจุดกันมาเรียน “ฉันจะเป็น
อย่างนั้น ฉันจะเป็นอย่างนี้” แต่ “ฉันจะไม่เป็นอะไร เพราะตัวฉันก็ไม่มี” อย่างนี้
ไม่เรียนกัน มันจะเอาดี พอได้ดี ได้ดีจนไม่รู้เรื่อง จะเอาดีซ้ำเสียอีก ดีเกินไปก็ไม่ดี
อีกแหละ ชั่วอีก ก็กลับไปกลับมาอยู่อย่างนั้น

เรื่องการฝึกจิตให้มันสงบ เพื่อรู้จักผู้รับอารมณ์ในตัวตนว่ามันคืออะไร
อย่างนั้นทำนิจให้ตามกำหนดจิต ตามผู้รู้ ให้ฝึกจิตนี้ให้เป็นผู้บริสุทธิ์ บริสุทธิ์
แค่ไหน บริสุทธิ์จริงๆ ต้องเหนือดีเหนือชั่วขึ้นไปอีก บริสุทธิ์เหนือบริสุทธิ์ไปอีก
หมด มันถึงจะหมดไป

ฉะนั้น ที่เราปฏิบัตินั่งสมาธินั้นสงบเพียงชั่วคราว เมื่อสงบแล้วมันก็มีเรื่อง
ถ้ามีเรื่องก็มีผู้รู้เรื่อง รู้พิสูจน์ ใต้อาณัติติดต่อ วิพากษ์วิจารณ์ เมื่อไปสงบเฉยๆ ไม่มี
อะไรหรอก บางทีคนที่ยังซังตัวมาก เห็นว่าความสงบนั้นก็เป็นการปฏิบัติที่แน่นอน
แต่สงบจริงๆ ไม่ใช่สงบทางจิต ไม่ใช่สงบอย่างนั้น “ฉันจะเอาสุข ทุกข์ฉันไม่เอา”
อย่างนี้สงบแล้ว พอตามไป ตามไป เอาสุขอย่างเดียวก็ไม่สบายอีกแล้ว มันติดตาม
กันมา ทำให้ไม่มีสุขไม่มีทุกข์ในใจของเรานั้นแหละ สงบ ตรงนี้วิชาที่เราไม่ค่อยจะ
เรียนกัน ไม่ค่อยรู้เรื่อง

การฝึกจิตของเราให้ถูกทาง ให้แจ่มใสขึ้นมา ให้มันเกิดปัญญา อย่าไปเข้าใจ
ว่านั่งให้มันเงียบเฉยๆ นั่งหินทับหญ้า บางคนก็เมา เข้าใจว่าสมาธิคือการนั่ง
มันเป็นชื่อเฉยๆ ถ้ามันเป็นสมาธิ เดินก็เป็นสมาธิ นั่งก็เป็นสมาธิ สมาธิกับการเดิน
สมาธิกับการนั่ง กบยีน กบนอน มันเป็นการปฏิบัติ บางคนก็บ่นว่า “ฉันนั่งไม่ได้
หรอก จำคาญ นั่งแล้วมันคิดไปถึงโน่นถึงนี่ คิดถึงบ้านถึงช่อง ฉันทำไม่ได้หรอก
บาปมาก ให้มันหมดกรรมเสียก่อน จึงจะมานั่งใหม่”

เออ...ไปๆ ให้มันหมดกรรมลองดู คิดไปอย่างนั้น ทำไม่คิดอย่างนั้น นี่แหละ
เรากำลังศึกษาอยู่ เรานั่งปุ๊บประเดี๋ยว เอ้า...ไปโน่นแล้ว ตามไปอีก กำหนดอีก
เอ้า...ไปโน่นอีกแล้ว นี่แหละตัวศึกษา ไอ้พวกเรามันแก่โรงเรียน ไม่อยากเรียน
ธรรมชาติ เหมือนนักเรียนมันแก่โรงเรียน ไม่อยากจะไปเรียนหนังสือ ไม่อยากเห็น

มันสุข ไม่อยากเห็นมันทุกข์ ไม่อยากเห็นมันเปลี่ยนแปลง มันจะรู้อะไรไหม มันต้องอยู่กับการเปลี่ยนแปลงอย่างนี้ เมื่อเรารู้จักมัน อ้อ จิตใจมันเป็นอย่างนี้นะ เตียวมันก็นึกถึงโน่น เตียวมันก็นึกถึงนี่ เป็นเรื่องธรรมดาของมัน ให้เรารู้มันเสียการนึกอย่างนั้น เรารู้ว่านึกดี นึกชั่ว นึกผิด นึกถูก ก็รู้มันคิดว่าจิตมันเป็นอย่างไร ถ้าเรารู้เรื่องของมันแล้ว ถึงเรานั่งอยู่เฉยๆ คิดถึงโน่นถึงนี่ มันก็ยังเป็นสมาธิอยู่ ถ้าเรารู้มันไม่รำคาญหรอก

ยกตัวอย่างเช่น สมมุติว่าที่บ้านโยมมีลิงตัวหนึ่ง โยมเลี้ยงลิงตัวหนึ่ง ลิงมันไม่อยู่หนึ่งหรอก เตียวมันจับโน่นเตียวมันจับนี่ สารพัดอย่าง ลิงมันเป็นอย่างนั้น ถ้าโยมมาถึงวัดอาตมา วัดอาตมาก็มีลิงตัวหนึ่งเหมือนกัน ลิงอาตมาก็อยู่ไม่หนึ่งเหมือนกัน เตียวจับโน่นจับนี่ โยมไม่รำคาญใช่ไหม ทำไม่ไม่รำคาญล่ะ เพราะโยมเคยมีลิงมาแล้ว เคยรู้จักลิงมาแล้ว “อยู่บ้านฉันก็เหมือนกันกับเจ้าตัวนี้อยู่วัดหลวงพ่อ ลิงหลวงพ่อก็เหมือนลิงของฉันนั่นแหละ มันลิงอย่างเดียวกัน”

โยมรู้จักลิงตัวเดียวเท่านั้น โยมจะไปก็จังหวัด จะเห็นลิงก็ตัว โยมก็ไม่รำคาญใช่ไหม นี่คือคนรู้จักลิง ถ้ารู้จักลิงก็ไม่ใช่ลิงของเรา ฮือ...ถ้าเราไม่รู้จักลิง เห็นลิง เราก็เป็นลิงใช่ไหม เห็นมันไปคว้านโน่นจับนี่ ก็ ฮือ...ไม่พอใจ รำคาญไอ้ลิงตัวนี้ นี่คือคนไม่รู้จักลิง คนรู้จักลิงเห็นอยู่บ้านก็ตัวเดียวกัน อยู่วัดถ้าแสงเพชรก็เหมือนกัน อย่างนี้มันจะรำคาญอะไร เพราะเห็นว่าลิงมันเป็นอย่างนั้น นี่ก็พอสงบแล้ว ถ้ามันเดิน มันก็เดินแต่ลิง เราไม่เป็นลิง สงบแล้ว ถ้าลิงมันโดดหน้าโดดหลัง โยมก็สบายใจ ไม่รำคาญกับลิง เพราะอะไร เพราะโยมรู้จักลิง โยมจึงไม่เป็นลิง ถ้าโยมไม่รู้จักลิง โยมก็รำคาญ โยมรำคาญ โยมก็เป็นลิง เข้าใจไหม นี่เรื่องมันสงบอย่างนี้

อารมณ์ เรารู้อารมณ์ดี เห็นอารมณ์ บางที่มันชอบ บางที่มันไม่ชอบ อย่างนี้ก็ช่างมันเป็นไป มันเป็นเรื่องของมัน มันก็เป็นอย่างนี้แหละ ก็เหมือนลิงนะแหละ ตัวไหนๆ ก็ลิงอันเดียวกัน เรารู้อารมณ์ บางที่ชอบ บางที่ไม่ชอบ เรื่องอารมณ์เป็นอย่างนี้ ให้เรารู้จักอารมณ์ รู้จักอารมณ์แล้วเราปล่อยเสีย อารมณ์มันไม่แน่นอนหรอก มันเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ทั้งนั้นแหละ เราดูมันไปก็อย่างนั้นแหละ ตา หู



จมูก ลิ้น กาย ใจ ได้รับความอรรถเข้ามาบัพ ยี่...ก็เหมือนกับเรามาเห็นลึง ลึงตัวนี้กับ ลึงตัวที่อยู่บ้านเราก็เหมือนกัน อย่างนี้มันก็สงบเท่านั้นแหละ

เกิดอารมณ์ขึ้นมา เรา รู้จักอารมณ์นี้ เราวิ่งตามอารมณ์ทำไม อารมณ์มันเป็นของไม่แน่นอน เดียวมันเป็นอย่างนั้น เดียวมันเป็นอย่างนี้ บางทีก็อยู่อย่างเก่า มันอยู่ด้วยการเปลี่ยนแปลงอย่างนี้โยม... ทุกวันนี้โยมก็อยู่ด้วยการเปลี่ยนแปลง บางทีลมมันออกแล้วลมมันเข้า มันเปลี่ยนแปลงอย่างนี้ ลองโยมสูดลมเข้าอย่างเดียวซิ ไม้ให้มันออก ลองดูเอาไว้ อยู่ได้ไหม หรือให้มันออกอย่างเดียว อย่าให้มันเข้าอีก ถ้าไม่เปลี่ยนแปลงอยู่ได้ไหม นี่ มันอยู่ไม่ได้ จำเป็นต้องหายใจเข้าหายใจออก อย่างนี้ ถึงจะเดินมาถึงวัดถ้าแสงเพชรนี้ได้ ถ้าอันลมจากโน้นก็ตายแล้วปานนี้ไม่ได้ถึงหรอก นี่แหละให้เข้าใจอย่างนี้ อารมณ์ก็เหมือนกัน มันต้องมี ถ้าไม่มีอารมณ์ก็ไม่มีปัญญา ถ้าไม่มีผิดก็ไม่มีถูก ถูกว่าก่อนมันถึงมองเห็นความผิด หรือผิดก่อนมันรู้จักถูก เป็นเรื่องธรรมดา

ถ้าเป็นนักศึกษา นักเรียนนะ ให้อารมณ์มันมากยิ่งดี อันนี้เราเห็นอารมณ์ ไม่ชอบใจไม่อยากจะทำ ไม่อยากจะดูมัน นี่เรียกว่าเด็กมันเกโรงเรียน มันไม่อยากจะรับรู้ครูสอน นี่อารมณ์มันสอนเรา ไม่ใช่อื่นหรอก เมื่อเรารู้อารมณ์อย่างนี้คือเรา ปฏิบัติธรรมะ สงบอารมณ์มันก็เป็นอย่างนั้น มันเป็นเรื่องของมันอย่างนั้น เหมือนโยมเห็นลึง ลึงอยู่บ้านโยม โยมไม่รำคาญ มาเห็นลึงที่นี้ก็ไม่รำคาญเหมือนกัน เพราะโยมรู้เรื่องของลึงแล้วใช่ไหม สบาย...

นั่น ปฏิบัติธรรมะก็เหมือนกัน ธรรมะเป็นอย่างนี้ ธรรมะไม่ใช่ว่าอยู่อื่นไกลนะ มันอยู่ติดๆ กับเรานี้แหละ ไม่ใช่เรื่องเทพบุตรเทพธิดาหรอก เรื่องของเราตัวเอง เรื่องของเราทำอยู่เดี๋ยวนี้แหละ เรื่องธรรมะคือเรื่องของเรา พิจารณาตัวเรานี้ บางทีมีความสุข บางทีมันมีความทุกข์ บางทีสบาย บางทีรำคาญ บางทีรักคนโน้น บางทีเกลียดคนนี้ นี่คือธรรมะ เห็นไหม

ให้รู้จักกรรมะ ต้องอ่านอารมณ์ ให้รู้จักอารมณ์นี้ถึงจะปล่อยอารมณ์ได้ เห็นว่าอารมณ์มันไม่แน่นอน แล้วอย่างนี้เราก็นอน มันเกิดลุกวูบขึ้นมา “ฮือ... อันนี้ไม่แน่หรอก” แต่ไปอีกอารมณ์เปลี่ยนขึ้นมาว่า “ฮือ...อันนี้ก็ไม่น่า” สบาย... เหมือนโยมเห็นลิงโยมก็สบาย ไม่ได้สงสัย ถ้ารู้จักอารมณ์แล้วนั่นแหละคือรู้จักกรรมะ ปล่อยอารมณ์ เห็นอารมณ์ว่ามันไม่แน่นอนสักอย่าง โยมเคยดีใจไหม เคยเสียใจไหม “เคย” ตอบแทนก็ได้ แน่แน่นอนไหม “ไม่แน่” มันไม่แน่นอนอย่างนี้

อันที่ว่าไม่แน่นอนนี่แหละคือพระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าก็คือธรรมะ ธรรมะคือสิ่งที่ว่ามันไม่แน่ ใครเห็นสิ่งที่ว่ามันไม่แน่ คนนั้นเห็นแน่นอนว่ามันเป็นอย่างนั้น ไม่เปลี่ยนแปลงเป็นอย่างอื่น มันเป็นของมันอย่างนั้น ธรรมะเป็นอย่างนั้น พระพุทธเจ้าท่านก็เป็นอย่างนั้น ถ้าเห็นธรรมะก็เห็นพระพุทธเจ้า เห็นพระพุทธเจ้าก็เห็นธรรมะ

ถ้าโยมรู้จักกอนิจจัง มันไม่แน่นอน โยมก็จะปล่อยวางเอง ไม่ไปยึดมั่นถือมั่น โยมว่า “อย่ามาทำแก้วฉันแตกนะ” ของมันแตกได้ โยมจะห้ามมันได้ไหม ไม่แตกเวลานี้ต่อไปมันจะแตก เราไม่ทำแตก คนอื่นจะทำแตก คนอื่นไม่ทำแตก ไก่มันจะทำแตก พระพุทธเจ้าท่านให้ยอมรับ ท่านมองทะลุเข้าไปว่าแก้วใบนี้แตกแล้ว แก้วที่ไม่แตกนี้ท่านให้รู้ว่ามันแตกแล้ว จับทุกที ใส่น้ำดื่มเข้าไปแล้ววางไว้ ท่านก็ให้เห็นว่าแก้วมันแตกแล้ว เข้าใจไหม นี่คือการเข้าใจของท่านเป็นอย่างนั้น เห็นแก้วที่แตกอยู่ในแก้วใบไม่แตก เพราะเมื่อมันหมดสภาพแล้ว ไม่ดีเมื่อไหร่ มันก็จะแตกเมื่อนั้น ทำความรู้สึกอย่างนี้แล้วก็ใช้แก้วใบนี้ไป รักษาไป อีกวันหนึ่งมันหลุดมือแตก “ผัวะ!” สบายเลย...

ทำไมสบาย เพราะเห็นว่ามันแตกก่อนแตกแล้ว เห็นไหม แต่ถ้าเป็นโยม... “แหม ฉันถนอมมันเหลือเกิน อย่าทำให้มันแตกนะ” อีกวันหนึ่งสุนัขมาทำแก้วแตก “แน่ะ ฮือ เอาจุ๊นขตัวนี้ไปฆ่าทิ้งเสีย” เพราะสุนัขทำแก้วแตก เกลียดสุนัข ถ้าลูกทำแตกก็เกลียดลูก เกลียดทุกสิ่งทุกอย่างที่ทำให้แก้วแตก เพราะเราไปกั้นฝายไว้ไม่ให้น้ำไหลออกไป กั้นไว้อย่างเดียว ไม่มีทางระบายน้ำ ฝายมันก็แตกเท่านั้นแหละ ใช้ไหม ต้องทำฝายแล้วทำระบายน้ำด้วย พอทำได้ระดับแค่นี้ก็ระบายน้ำข้างๆ นี้



เมื่อมันเต็มทีก็ให้มันออกมาข้างนี้ไซ้ใหม่ ต้องมีทางระบายอันนี้ ท่านเห็นอนิจจังมันไม่เที่ยงอยู่อย่างนั้น นั่นแหละเป็นทางระบายของท่าน อย่างนี้โยมจะสงบ นี่คือปฏิบัติธรรมะ

ฉะนั้น อาตมาถือว่าการยืน เดิน นั่ง นอน อาตมาปฏิบัติไปเรื่อยๆ มีสติ คຸ່ມครองอยู่เสมอเลย นี่คือสมาธิ สมาธิคือปัญญา พุดแล้วมันอันเดียวกัน มันเหมือนกัน แต่มันไปแยกกันโดยลักษณะเท่านั้น มันก็อันเดียวกัน ถ้าเราเห็นอนิจจัง แปลว่ามันไม่แน่ เราเห็นชัดเข้าไปว่ามันไม่แน่ นั่นละคือว่าเราเห็นว่ามันแน่ แน่อะไร แน่ว่ามันเป็นไปอย่างนั้น ไม่แปรเป็นอย่างอื่น เข้าใจไหม เท่านั้นแหละ รู้จักพระพุทธเจ้าแล้ว ได้กราบพระพุทธเจ้าแล้ว ได้กราบธรรมะของท่านแล้ว เอาหลักนี้ไปพิจารณา

ถ้าโยมไม่ทึ่งพระพุทธเจ้า โยมไม่ทึ่งหรืออก ถ้าทึ่งพระพุทธเจ้าเมื่อไหร่ ทุกข์เลย ทึ่งอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เมื่อไหร่ทุกข์เมื่อนั้น ให้เข้าใจอย่างนี้ อาตมาว่าการปฏิบัติแค่นี้ก็พอ ทุกข์ไม่เกิดขึ้น ทุกข์เกิดมันก็ดับได้ง่ายๆ แล้วก็เหตุดีเกี่ยวกับทุกข์ไม่เกิดต่อไป มันจบตรงนั้นแหละ ทุกข์ไม่เกิด

ทุกข์ไม่เกิดเพราะอะไร เพราะไปประวังเหตุคือตัวสมุทัย เช่นแก้วมันจะแตกอยู่ที่นี่ เมื่อมันแตกทุกข์ขึ้นมาเลยไซ้ใหม่ เรารู้ว่าอันนี้เป็นเหตุให้เกิดทุกข์ นี่แหละตัวสมุทัย เมื่อมันแตกปุ๊บก็เป็นทุกข์ ก็ทำลายต้นเหตุทุกข์เสีย ธรรมมันเกิดเพราะเหตุ ดับมันก็ดับเพราะเหตุอันนี้ ถ้ามันจะทุกข์ก็เพราะแก้วใบนี้มันแตก แล้วเราโมโหขึ้นมาก็เป็นทุกข์ ถ้าเรารู้ก่อนว่าแก้วใบนี้มันแตกแล้วทั้งที่มันยังไม่แตก สมุทัยมันก็ดับ ไม่มี...ถ้าไม่มีทุกข์มันก็เป็นนิโรธ ดับทุกข์ เพราะดับเหตุแห่งทุกข์นั้น

เรื่องเท่านั้นแหละโยม ไม่มากหรือ เรื่องเท่านั้น อย่าออกจากนี้ไป พยายามอยู่ตรงนี้ พิจารณาอยู่ตรงนี้ เริ่มจากจิตใจของเรา พุดง่ายๆ ทุกๆ คนให้มีศีล ๕ เป็นพื้น นี่ไม่ต้องไปเรียนพระไตรปิฎกหรือ โยม ดูศีล ๕ พยายามสมาธิเสมอ ระวังไว้ทีแรกมันพลาดไป...หยุด...กลับมา...รักษาไปอีก บางทีมันหลงพลาดไปอีก รู้แล้วกลับมา อย่างนี้ทุกครั้งที่พลาด สติมันถี่เข้าเหมือนน้ำในกาน้ำ เราปล่อยให้มัน

ไหลลงเป็นหยด ต่อม...ต่อม...ต่อม...นี้สายน้ำมันขาด เราเร่งกาขึ้นให้มาก น้ำก็ไหลต่อม ๆ ๆ ๆ ถี่ขึ้น เร่งเข้าไปอีก หายต่อมเลยที่นี้ ไหลเป็นสายติดกันเลยเป็นสายน้ำหยดแห่งน้ำไม่มี ไปไหนล่ะ มันไม่ไปไหนหรอก มันกลายเป็นสายน้ำ มันถึงจนเกินที่มันเลยติดกันเสียจนเป็นสายน้ำอย่างนี้

ธรรมะก็เรื่องเดียวอย่างนี้ เรื่องอุปมาให้ฟัง เพราะว่ามันไม่มีอะไร ธรรมะมันไม่เป็นกลมไม่เป็นเหลี่ยม มันไม่รู้จัก นอกจากจะเปรียบเทียบอย่างนี้ ถ้าเข้าใจอันนี้ก็เข้าใจธรรมะ มันเป็นเสียอย่างนี้ อย่าเข้าใจว่าธรรมะมันอยู่ห่างจากเรา มันอยู่กับเรา เป็นเรื่องของเรานี้แหละ ลองดูซิ เดี่ยวก็ดีใจ เดี่ยวก็เสียใจ เดี่ยวก็พอใจบ้าง เดี่ยวก็โกรธคนนั้น เดี่ยวก็เกลียดคนนี้ ธรรมะทั้งนั้นแหละโยม

ให้ดูเจ้าของนี่ว่า อะไรมันพยายามจะให้ทุกข์เกิดนั่นแหละ ทำแล้วมันทุกข์นั่นแหละแก้ไขใหม่ แก้ไขใหม่ถ้ามันยังไม่เห็นชัด ถ้ามันเห็นชัดแล้วมันไม่มีทุกข์ เหตุมันดับอยู่แล้ว ฆ่าตัวสมุทัยแล้วเหตุแห่งทุกข์ก็ไม่มี ถ้าทุกข์ยังเกิดอยู่ ถ้ายังไม่รู้ มันยังทนทุกข์อยู่ อันนั้นไม่ถูกหรอก ดูเอาง่ายๆ มันจะติดตรงไหน เมื่อไหร่มันทุกข์เกินไป นั่นแหละมันผิดแล้ว เมื่อไหร่มันสุขจนเต็มใจเกินไป นั่นแหละมันผิดแล้ว มันจะมาจากไหนที่ข้างมันเถอะ รวมมันเลยทีเดียว นั่นแหละคันทา

ถ้าเป็นเช่นนี้โยมจะมีสติอยู่ การยืน การเดิน การนั่ง การนอน ไปมาสารพัดอย่าง ถ้าโยมมีสติสัมปชัญญะอยู่เสมอ ถ้าโยมรู้อยู่ โยมจะต้องรู้ผิดรู้ถูก โยมจะต้องรู้จักดีใจเสียใจทุกอย่าง เมื่อโยมรู้จักก็จะรู้วิธีแก้ไข แก้ไขมันโดยที่ว่า มันไม่มีทุกข์ไม่ให้มันมีทุกข์

นี่การเรียนสมาธิเอาสมาธิมาให้เรียนแบบนี้ ถึงเวลานั่งก็นั่งไปพอสมควร ไม่ผิดเหมือนกัน ให้รู้เรื่อง แต่การทำสมาธิไม่ใช่หนึ่งอย่างเดียว ต้องปล่อยมันประสบอะไรต่างๆ แล้วถ่ายถอดขึ้นมาพิจารณา พิจารณาให้มันรู้อะไรละ พิจารณา “เออ อันนั้นมันอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ไม่แน่” เป็นของไม่แน่ทั้งนั้นแหละโยม



“อันนี้มันสวย ฉันชอบเหลือเกิน” เออไม่แน่ “อันนี้ฉันไม่ชอบมันเลย” บอกมัน มันก็ไม่แน่เหมือนกัน ไซ้ใหม่ ถูกเบี๊ยะเลย ไม่มีผิดหรอก แต่เอากะมันสิ “ฉันจะเอาอย่างนั้น มันแน่เหลือเกิน” ไปเสียแล้ว อย่า มันจะชอบขนาดไหนก็ช่างมันเถอะ เราต้องคิดว่า มันไม่แน่

อาหารบางสิ่งบางอย่างทานไป “แหม อร่อยเหลือเกิน ฉันชอบมันเหลือเกิน” อย่างนี้ มันมีความรู้สึกในใจอย่างนี้ เราต้องพิจารณาว่า “อันนี้มันไม่แน่” อยากู้จักว่า มันไม่แน่ไหม โยมชอบอาหารอะไรแน่เหลือเกิน เอ้าให้มันกินทุกวันๆ ทุกวันนะ เตียวโยมจะบ่นว่า “อันนี้มันไม่อร่อยเสียแล้ว” ลองดูสิ ต่อไปอีก “ฉันชอบอันนั้นอีก” ไม่แน่อีก นี่ มันต้องการถ่ายทอด โยม เหมือนลมหายใจเข้าออก มันต้องหายใจเข้าหายใจออก มันอยู่ด้วยการเปลี่ยนแปลง ทุกอย่างอยู่ด้วยการเปลี่ยนแปลงอย่างนี้

นี่อยู่กับเราไม่ใช่อื่น ถ้าเราไม่สงสัยแล้ว นั่งก็สบาย ยืนก็สบาย ไม่ใช่ว่าสมาธิเป็นแต่การนั่ง บางคนก็นั่งจนวงแหงหาวนอนอยู่อย่างนั้นแหละ จะตายเอง ไม่รู้จะไปทิศใต้ทิศเหนือแล้ว อย่าไปทำถึงขนาดนั้นสิ มันวงพอสมควรแล้วก็เดิน เปลี่ยนอิริยาบถมันสิ ให้มันมีปัญญา ถ้าง่วงเต็มที่ก็ให้มันนอนเสีย แล้วรีบลุกทำเพียรอย่างนี้ อย่าปล่อยให้มันเมาสิ เราเป็นนักปฏิบัติต้องทำอย่างนั้น ให้มันมีเหตุผลปัญญา ความรู้รอบ รู้ไม่รอบไม่ได้ รู้ข้างเดียวไม่ได้ ต้องรู้อย่างนี้ เป็นวงกลมอย่างนี้

ให้เรารู้ออกจากใจกับกายของเรานี้ ให้เห็นเป็นอนิจจังว่ามันไม่แน่ทั้งกายและจิต ทุกสิ่งทุกอย่างก็เหมือนกัน ว่ามันไม่แน่ เก็บไว้ในใจ “แหม รับประทานอาหารชิ้นนี้มันอร่อยเหลือเกินนะ” บอกว่า “มันไม่แน่” ชกมันก่อน มันชอบใจอันนี้ เราบอกว่าไม่แน่ ต้องชกมันก่อน แต่ว่าเขาชกเราทุกที ถ้าไม่ชอบก็ไม่ชอบ เป็นทุกข์ เขาก็ชกเรา ถ้าชอบฉัน ฉันก็ชอบเขา เขาชกเราอีก เราไม่ได้ชกเขาเลย ต้องเข้าใจอย่างนี้ เมื่อใดเราชอบอะไรก็บอกในใจว่า “อันนี้มันไม่แน่” อะไรมันไม่ชอบในใจเราบอกว่า “อันนี้มันไม่แน่” ทำไว้เถอะ เห็นธรรมะ ต้องเห็นแน่นอน ต้องเป็นอย่างนี้

การปฏิบัติ การยืน การเดิน การนั่ง การนอน โยมจะมีความโกรธได้ทุกอิริยาบถใหม่ เดินก็โกรธได้ นั่งก็โกรธได้ นอนก็โกรธได้ อยากก็อยากได้ทุกขณะ บางทีนอนอยู่มันก็อยาก เดินอยู่มีแต่อยาก นั่งอยู่มันก็อยาก เราจึงปฏิบัติผ่านมันไปถึงอิริยาบถทั้ง ๔ ยืน เดิน นั่ง นอน ให้ลม่ำเสมอ ไม่มีหน้าไม่มีหลัง วางใจเถอะ เอากันอย่างนี้แหละ มันถึงรู้รอบอย่างนั้น จะไปนั่งให้มันสงบก็มีเรื่องวิ่งเข้ามา ยังไม่จบเรื่องนี้เรื่องนั้นก็วิ่งเข้าอีก ถ้ามันวิ่งเข้ามา เออ...เราก็บอกว่า มันไม่แน่ ชกมันก่อนเลย เรื่องอะไรก็ช่าง พอมันวิ่งเข้ามาต้องชกมันเรื่อยๆ ชกมันก่อนเลยทีเดียวด้วย “ไม่แน่” นี่แหละ

อันนี้รู้จักจุดสำคัญของมัน ถ้าโยมรู้จักว่า สิ่งทั้งหลายมันไม่แน่ ความคิดของโยมที่อยู่ในใจมันค่อยคลี่คลายออก มันจะค่อยคลี่คลายออกเพราะเราจะเห็นว่ามันเป็นอย่างนั้น อะไรที่เราเห็นว่าไม่แน่ เมื่อเห็นมันผ่านมามากๆ อะไรๆ ก็อย่างนั้นแหละ วันหลังก็พิจารณา “เอ...อย่างนั้นแหละ”

โยมรู้จักน้ำที่มันไหลใหม่ เคยเห็นไหม น้ำนิ่งโยมเคยเห็นไหม ถ้าใจเราสงบแล้ว มันจะเป็นคล้ายๆ กับน้ำมันไหลนิ่ง โยมเคยเห็นน้ำไหลนิ่งไหม แน่ะ ก็โยมเคยเห็นแต่น้ำนิ่งกับน้ำไหล น้ำไหลนิ่งโยมไม่เคยเห็น ตรงนั้นแหละ ตรงที่โยมคิดยังไม่ถึงหรอกว่า มันเฉยมันก็เกิดปัญญาได้ เรียกว่าดูใจของโยมมันจะคล้ายน้ำไหลแต่ว่านิ่ง ดูเหมือนนิ่งดูเหมือนไหล เลยเรียกว่าน้ำไหลนิ่ง มันจะเป็นอย่างนั้น ปัญญาเกิดได้.



การเดินทางเข้าถึงพุทธธรรม
มิใช่เดินด้วยกาย
แต่ต้องเดินด้วยใจ
จึงจะเข้าถึงได้

๓๗ | โอวาทบางตอน

ท่านทั้งหลายได้นับถือพระพุทธศาสนามาเป็นเวลานาน เคยได้ยินได้ฟังเรื่องเกี่ยวกับกรรมในพระพุทธศาสนาจากครูบาอาจารย์มาก ซึ่งบางท่านก็สอนอย่างพิสดารกว้างเกินไป จนไม่ทราบว่าจะกำหนดเอาไปปฏิบัติได้อย่างไร บางท่านก็สอนลัดเกินไป จนผู้ฟังยากที่จะเข้าใจเพราะว่ากันตามตำรา บางท่านก็สอนพอปานกลาง ไม่กว้างและไม่ลัด เหมาะที่จะนำไปปฏิบัติจนตัวเองได้รับประโยชน์จากกรรมนั้นๆ พอสมควร

อาตมาจึงใคร่อยากจะเสนอข้อคิดและการปฏิบัติ ซึ่งเคยดำเนินมา และได้แนะนำศิษย์ทั้งหลายอยู่เป็นประจำให้ท่านทั้งหลายได้ทราบ บางทีอาจจะเป็นประโยชน์แก่ผู้สนใจอยู่บ้างก็เป็นได้



ผู้จะเข้าถึงพุทธธรรม

ผู้ที่จะเข้าถึงพุทธธรรมนั้น เบื้องต้นจะต้องทำตนให้เป็นคนมีความซื่อสัตย์ สุจริตอยู่เป็นประจำ และเข้าใจความหมายของคำว่า ‘พุทธธรรม’ ต่อไปว่า

พุทธะ หมายถึง ท่านผู้รู้ตามเป็นจริง จนมีความสะอาด สงบ สว่างในใจ

ธรรม หมายถึง ตัวความสะอาด สงบ สว่าง ได้แก่ ศีล สมาธิ ปัญญา ดังนั้น ผู้ที่เข้าถึงพุทธธรรม ก็คือ คนเข้าถึงศีล สมาธิ ปัญญา นี้เอง

การเดินทางเข้าถึงพุทธธรรม

ตามธรรมดาการที่บุคคลจะไปถึงบ้านถึงเรือนได้นั้น มิใช่บุคคลที่มัวนอนคิดเอา เขาเองจะต้องลงมือเดินทางด้วยตนเองและเดินทางให้ถูกทางด้วย จึงจะมีความสะดวก และถึงที่หมายได้ หากเดินผิดทางเขาจะได้รับอุปสรรค เช่น พบขวากหนามเป็นต้น และยิ่งไกลที่หมายออกไปทุกที หรือบางทีอาจจะได้รับอันตรายระหว่างทาง ไม่มีวันที่จะเข้าถึงบ้านได้ เมื่อเดินไปถึงบ้านแล้วจะต้องขึ้นอยู่อาศัยพักผ่อนหลับนอนเป็นที่สบายทั้งกายและใจ จึงจะเรียกว่าคนถึงบ้านได้โดยสมบูรณ์

ถ้าหากเป็นแต่เพียงเดินเฉียดบ้าน หรือผ่านบ้านไปเฉยๆ คนเดินทางผู้นั้น จะไม่ได้รับประโยชน์อะไรเลยจากการเดินทางของเขา ข้อนี้ฉันใด การเดินทางเข้าถึงพุทธธรรมก็เหมือนกัน ทุกๆ คนจะต้องออกเดินทางด้วยตนเอง ไม่มีการเดินแทนกัน และต้องเดินไปตามทางแห่งศีล สมาธิ ปัญญา จนถึงซึ่งที่หมาย ได้รับความสะอาด สงบ สว่าง นับว่าเป็นประโยชน์เหลือหลายแก่ผู้เดินทางเอง แต่ถ้าหากผู้ใดมัวแต่อ่านตำรา กางแผนที่ออกดูอยู่ตั้ง ๑๐๐ ปี ๑๐๐ ชาติ ผู้นั้นไม่สามารถไปถึงที่หมายได้เลย เขาจะเสียเวลาไปเปล่าๆ ปล่อยประโยชน์ที่ตนจะได้รับให้ผ่านเลยไป ครูบาอาจารย์เป็นผู้บอกให้เท่านั้น เราทั้งหลายได้ฟังแล้วจะเดินหรือไม่เดิน และจะได้รับผลมากน้อยเพียงใดนั้น มันเป็นเรื่องเฉพาะตน

อีกอย่างหนึ่ง เปรียบเหมือนหมอยาเฝ้าคนไข้ ข้างนอกขวดเขาเขียนบอกสรรพคุณของยาไว้ว่า แก่โรคชนิดนั้นๆ ส่วนตัวยาก็โรคนี้เฝ้าอยู่ข้างในขวด ที่คนไข้มาอ่านสรรพคุณของยาที่ติดไว้ข้างนอกขวด อ่านไปตั้ง ๑๐๐ ครั้ง ๑,๐๐๐ ครั้ง คนไข้ผู้นั้นจะต้องตายเปล่า โดยไม่ได้รับประโยชน์จากตัวยานั้นเลย และเขาจะมาร้องตีโพยตีพายว่าหมอไม่ดี ยาไม่มีสรรพคุณ แก่โรคอะไรก็ได้ เขาจึงเห็นว่ายาที่หมอให้ไว้ไม่มีประโยชน์อะไร ทั้งๆ ที่ตัวเองไม่เคยเปิดจุกขวดรินยาออกกินเลย เพราะมัวแต่ไปติดใจอ่านฉลากยาซึ่งติดอยู่ข้างขวดเสียจนเพลิน แต่ถ้าหากเขาเชื่อหมอ จะอ่านฉลากครั้งเดียวหรือไม่อ่านก็ได้ แต่ลงมือกินยาตามคำสั่งของหมอ ถ้าคนไข้เป็นน้อย เขาก็หายจากโรค แต่ถ้าหากเป็นมาก อาการของโรคก็จะทุเลาลง และถ้าหากกินบ่อยๆ โรคก็จะหายไปเอง ที่ต้องกินยามากและบ่อยครั้ง ก็เพราะโรคเรานั้นมันมาก เรื่องนี้เป็นธรรมดาเหลือเกิน ดังนั้นท่านผู้อ่านจงใช้สติปัญญาพิจารณาให้ละเอียดจริงๆ จึงจะเข้าใจดี

พวกแพทย์พวกหมอเขาปรุงยาปราบโรคทางกาย จะเรียกว่า สรีรโอสถ ก็ได้ ส่วนธรรมของพระพุทธเจ้าที่ใช้นั้นใช้ปราบโรคทางใจ เรียกว่า ธรรมโอสถ ดังนั้นพระพุทธองค์จึงเป็นแพทย์ผู้ปราบโรคทางใจที่ยิ่งใหญ่ที่สุดในโลก โรคทางใจเป็นได้ไวและเป็นได้ทุกคนไม่เว้นเลย เมื่อท่านรู้ว่าท่านเป็นไข้ใจ จะไม่ใช่ธรรมโอสถรักษาบ้างดอกหรือ

พิจารณาดูเถิด **การเดินทางเข้าถึงพุทธธรรมมิใช่เดินด้วยกาย แต่ต้องเดินด้วยใจจึงจะเข้าถึงได้** ได้แบ่งผู้เดินทางออกเป็น ๓ ชั้น คือ

๑. ชั้นต่ำ ได้แก่ ผู้รู้จักปฏิญาณตนเองเอาพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เป็นที่พึ่งอาศัย ตั้งใจปฏิบัติตามคำสอนด้วยดี ละทิ้งประเพณีที่มลายและเชื่อมงคลที่เนา จะเชื่ออะไรต้องพิจารณาเหตุผลเสียก่อน คนพวกนี้เรียกว่า สาธุชน



๒. ชั้นกลาง หมายถึง ผู้ปฏิบัติจนเชื่อต่อพระรัตนตรัยอย่างแน่นแฟ้น ไม่เลื่อมคลาย รู้เท่าทันสังขาร พยายามสละความยึดมั่นถือมั่นให้น้อยลง มีจิตเข้าถึงธรรมสูงขึ้นไปเป็นขั้นๆ ท่านเหล่านี้เรียกว่า พระอริยบุคคล คือ พระโสดาบัน พระสกิทาคามี พระอนาคามี

๓. ชั้นสูง ได้แก่ ผู้ปฏิบัติจนกาย วาจา ใจ เป็นพุทธะ เป็นผู้พ้นจากโลก อยู่เหนือโลก หมัดความยึดถืออย่างสิ้นเชิง เรียกว่า พระอรหันต์ ซึ่งเป็นพระอริยบุคคลชั้นสูงสุด

การทำตนให้เป็นผู้มีศีลบริสุทธิ์

ศีลนั้นคือระเบียบควบคุมรักษากายวาจาให้เรียบร้อย ว่าโดยประเภทมีทั้งของชาวบ้านและของนักบวช แต่เมื่อก้าวโดยรวบยอดแล้วมีอย่างเดียว คือเจตนา ในเมื่อเรามีสติระลึกรู้ได้อยู่เสมอ เพื่อควบคุมใจให้รู้จักละอายต่อการทำชั่วเสียหาย และรู้สึกตัวกลัวผลของความชั่วจะตามมา พยายามรักษาใจให้อยู่ในแนวทางแห่งการปฏิบัติที่ถูกต้องสมควร เป็นศีลอย่างดีอยู่แล้ว ตามธรรมดาเมื่อเราใช้เสื้อผ้าที่สกปรก และตัวเองก็สกปรก ย่อมทำให้จิตใจอึดอัดไม่สบาย แต่ถ้าหากเรารู้จักรักษาความสะอาดทั้งร่างกายและเสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่ม ย่อมทำให้จิตใจโปร่งโล่งเบิกบาน ดังนั้นเมื่อศีลไม่บริสุทธิ์เพราะกายวาจาสกปรก ก็เป็นผลให้จิตใจเศร้าหมอง ขัดต่อการปฏิบัติธรรม และเป็นเครื่องกั้นใจมิให้บรรลุถึงจุดหมาย ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับจิตใจที่ได้รับการฝึกมาดีหรือไม่เท่านั้น เพราะใจเป็นผู้สั่งให้พูดให้ทำ ฉะนั้นเราจึงต้องมีการฝึกจิตใจต่อไป

การฝึกสมาธิ

การฝึกสมาธิ ก็คือ การฝึกจิตของเราให้ตั้งมั่นและมีความสงบ เพราะตามปกติ จิตนี้เป็นธรรมชาติดิ้นรน กวัดแกว่ง ห้ามได้ยาก รักษาได้ยาก ชอบไหลไปตามอารมณ์ต่างๆ เหมือนน้ำชอบไหลสู่ที่ลุ่มเสมอ พวกเกษตรกรเขารู้จักกั้นน้ำไว้ทำ

ประโยชน์ในการเพาะปลูกต่างๆ มนุษย์เรามีความฉลาดรู้จักเก็บรักษาน้ำ เช่น กั้นฝาย ทำทำนบ ทำชลประทาน เหล่านี้ก็ล้วนแต่กั้นน้ำไว้ทำประโยชน์ทั้งนั้น พลังงานไฟฟ้า ที่ให้ความสว่างและใช้ทำประโยชน์อื่นๆ ก็ยังอาศัยน้ำที่คนเรารู้จักกั้นไว้ที่เอง ไม่ปล่อยให้มันไหลลงที่ลุ่มเสียหมด ดังนั้น จิตใจที่มีการกั้นการฝึกที่ดีอยู่ ก็ให้ประโยชน์อย่างมหาศาลเช่นกัน ดังพระพุทธองค์ตรัสว่า “จิตที่ฝึกดีแล้ว นำความสุขมาให้ การฝึกจิตให้ดีย่อมสำเร็จประโยชน์” ดังนี้ เป็นต้น

เราสังเกตดูแต่สัตว์พาหนะ เช่น ช้าง ม้า วัว ควาย ก่อนที่เราจะเอามาใช้งาน ต้องฝึกเสียก่อน เมื่อฝึกดีแล้วเราจึงได้อาศัยแรงงานมันทำประโยชน์นานาประการ

ท่านทั้งหลายก็ทราบแล้ว จิตที่ฝึกดีแล้วย่อมมีคุณค่ามากมายกว่ากันหลายเท่า ดูแต่พระพุทธองค์และพระอริยสาวก ได้เปลี่ยนภาวะจากปุถุชนมาเป็นพระอริยบุคคล จนเป็นที่กราบไหว้ของคนทั่วไป และท่านยังได้ทำประโยชน์อย่างกว้างขวางเหลือประมาณที่เราๆ จะกำหนด ก็เพราะพระองค์และสาวกได้ผ่านการฝึกจิตมาด้วยดีแล้วทั้งนั้น

จิตที่เราฝึกดีแล้วย่อมเป็นประโยชน์แก่การประกอบอาชีพทุกอย่าง ยังเป็นทางให้รู้จักทำงานด้วยความรอบคอบ ไม่เป็นคนหุนหันพลันแล่น ทำให้ตนเองมีเหตุผล และได้รับความสุขตามสมควรแก่ฐานะ

การฝึกจิตมีอยู่หลายวิธีด้วยกัน แต่วิธีที่เห็นว่ามีประโยชน์และเหมาะสมที่สุด ใช้ได้กับบุคคลทั่วไป วิธีนั้นเรียกว่า **อานาปานสติภาวนา คือ มีสติจับอยู่ที่ลมหายใจเข้าและหายใจออก** ที่สำนึกนี้ให้กำหนดลมที่ปลายจมูกโดยภาวนาว่า พุทโธ ในเวลาเดินจงกรม และนั่งสมาธิ ก็ภาวนาบทนี้ จะใช้บทอื่นหรือจะกำหนดเพียงการเข้าออกของลมก็ได้ แล้วแต่สะดวก ข้อสำคัญอยู่ที่ว่าพยายามกำหนดลมเข้าออกให้ทันเท่านั้น การเจริญภาวนาบทนี้จะต้องทำติดต่อกันไปเรื่อยๆ จึงจะได้ผล ไม่ใช่ทำครั้งหนึ่งแล้วหยุดไปตั้งอาทิติยสองอาทิติย หรือตั้งเดือนจึงทำอีก อย่างนี้ไม่ได้ผล พระพุทธองค์ตรัสสอนว่า *ภาวิตา พหุลีกตา อบรมกระทำให้มาก* คือ ทำบ่อยๆ ติดต่อกันไป



การฝึกจิตใหม่ๆ เพื่อให้ได้ผล ควรเลือกหาที่สงบ ไม่มีคนพลุกพล่าน เช่น ในสวนหลังบ้านหรือต้นไม้ที่มีร่มเงาดีๆ แต่ถ้าเป็นนักบวชควรแสวงหาเรือนว่าง (กระท่อม) โคนไม้ ป่า ป่าช้า ถ้า ตามภูเขา เป็นที่บำเพ็ญเหมาะที่สุด เราจะอยู่ที่ใด ก็ตาม ใช้สติกำหนดลมหายใจอย่างเดียว แม้จิตใจจะคิดไปเรื่องอื่น ก็พยายามดึงกลับมา ทั้งเรื่องอื่นๆ ทั้งหมด โดยไม่พยายามคิดถึงมัน รู้ให้ทันกับความคิดนั้นๆ เมื่อทำเข้าบ่อยๆ จิตจะสงบลงเรื่อยๆ เมื่อจิตสงบตั้งมั่นแล้ว ถอยจิตนั้นมาพิจารณา ร่างกาย ร่างกายคือชั้น ๕ ได้แก่ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ให้เห็นเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ หาตัวตนไม่ได้ มีแต่ธรรมชาติไหลไปตามเหตุตามปัจจัย เท่านั้น สิ่งทั้งปวงตกอยู่ในลักษณะที่เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ทั้งนี้ ความยึดมั่นต่างๆ จะน้อยลงๆ เพราะเรารู้เท่าทันมัน เรียกว่า เกิดปัญญาขึ้น

ปัญญาเกิด

เมื่อเราใช้จิตที่ฝึกดีแล้วพิจารณารูปนามอยู่อย่างนี้ ให้รู้แจ้งแน่ชัดว่า ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ปัญญา รู้เท่าทันสภาพความเป็นจริงของสังขารก็เกิด เป็นเหตุให้เราไม่ยึดถือหรือหลงไหล เมื่อเราได้อะไรมาก็มีสติ ไม่ดีใจจนเกินไป เมื่อของสูญหายไป ก็ไม่เสียใจจนเกิดทุกข์เวทนาเพราะรู้เท่าทัน เมื่อประสบความเจ็บไข้หรือได้รับทุกข์อื่นๆ ก็มีการยับยั้งใจ เพราะอาศัยจิตที่ฝึกมาดีแล้ว เรียกว่ามีที่พึ่งทางใจ เป็นอย่างดี สิ่งเหล่านี้เรียกได้ว่าเกิดปัญญา รู้ทันตามความเป็นจริง ที่จะเกิดปัญญา เพราะมีสมาธิ สมาธิจะเกิดเพราะมีศีล มันเกี่ยวโยงกันอยู่อย่างนี้ไม่อาจแยกออกจากกันไปได้

สรุปได้ความดังนี้ อากาการบังคับตัวเองให้กำหนดลมหายใจ ข้อนี้เป็น ‘ศีล’ การกำหนดลมหายใจได้และติดต่อกันไปจนจิตสงบ ข้อนี้เรียกว่า ‘สมาธิ’ การพิจารณากำหนดรู้ลมหายใจ ว่าไม่เที่ยง หนได้ยาก มีไซ่ตัวตน แล้วรู้การปล่อยวาง ข้อนี้เรียกว่า ‘ปัญญา’ การทำอานาปานสติภาวนาจึงกล่าวได้ว่าเป็นการบำเพ็ญทั้ง ศีล สมาธิ ปัญญา ไปพร้อมกัน และเมื่อทำศีล สมาธิ ปัญญาให้ครบ ก็ชื่อว่าได้

เดินทางตามมรรคมืองค์ ๘ ที่พระพุทธองค์ตรัสว่าเป็นทางสายเอก ประเสริฐกว่าทางทั้งหมด เพราะจะเป็นการเดินทางเข้าถึงพระนิพพาน เมื่อเราทำตามทีกล่าวนี้นี้ ชื่อว่าเป็นการเข้าถึงพุทธธรรมอย่างถูกต้องที่สุด

ผลจากการปฏิบัติ

เมื่อเราปฏิบัติตามทีกล่าวนี้นี้ข้างต้นแล้วนั้น ย่อมมีผลปรากฏตามระดับจิตของผู้ปฏิบัตินั้นๆ ซึ่งแบ่งเป็น ๓ พวก ดังต่อไปนี้

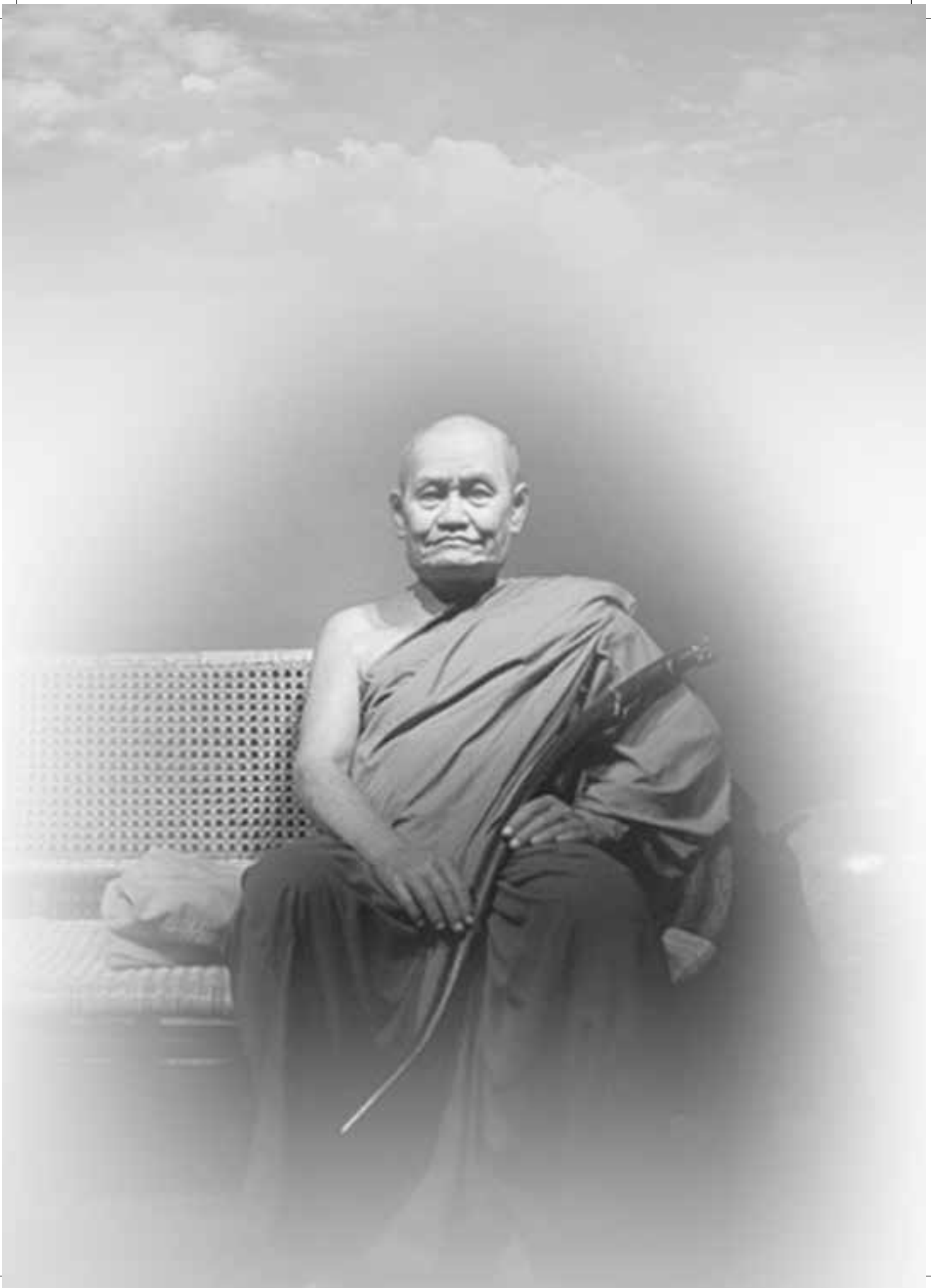
ก. สำหรับสามัญชนผู้ปฏิบัติตาม ย่อมทำให้เกิดความเชื่อในคุณพระรัตนตรัย ถือเอาเป็นที่พึ่งได้ ทั้งเชื่อตามผลกรรมว่า ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว จะทำให้ผู้นั้นมีความสุขความเจริญยิ่งขึ้น เปรียบเหมือนได้กินขนมที่มีรสหวาน

ข. สำหรับพระอริยบุคคลชั้นต่ำ ย่อมมีความเชื่อในคุณพระรัตนตรัย แน่นแฟ้น ไม่เสื่อมคลาย เป็นผู้มั่งคั่งพอใจ ดั่งสุนัขพาน เปรียบเหมือนคนได้กินของหวาน ซึ่งมีทั้งรสหวานและมัน

ค. สำหรับท่านผู้ได้บรรลุอรหัตผล ย่อมมีความหลุดพ้นจากห่วงทุกข์ทั้งปวง เพราะเป็นพุทธะแล้ว พ้นจากโลก อยู่จบพรหมจรรย์ เปรียบเหมือนได้กินของหวาน ที่มีทั้งรสหวาน มัน และหอม

เราท่านทั้งหลายได้มีโอกาสเกิดมาเป็นมนุษย์พบพระพุทธศาสนา เป็นการยากแท้ที่สัตว์หลายล้านตัวไม่มีโอกาสอย่างเรา จงอย่าประมาท รีบสร้างบารมีให้แก่ตนด้วยการทำดี ทั้งชั้นต้น ชั้นกลาง และชั้นสูง อย่าปล่อยให้เวลาเสียไปโดยเปล่าปราศจากประโยชน์เลย

ฉะนั้น ควรจะทำตนให้เข้าถึงพุทธธรรมเสียแต่วันนี้ ขอฝากภาษิตว่า “เที่ยวทางเวียงเหิงนานมันลืค่า เมานำต่าบักหว่ามันลืช้ำค่าทาง”



ถ้าเรามีปัญญา
ที่ไหนๆ มันก็สบาย...
โลกทั้งหลาย
เขาถูกต้องของเขาหมดแล้ว

๓๘ | ทำใจให้เป็นบุญ

โอกาสที่พวกเราจะได้มารวมกันแต่ละครั้งนี่ก็ลำบากนะ นับว่าเป็นมงคลอันหนึ่งที่ได้มาถวายสังฆทานและได้มาฟังธรรมที่วัดหนองป่าพง เมื่อคืนคงได้ฟังหลายกัณฑ์ละมังนี่ อาตมาได้ขอโอกาสแก่พระสงฆ์ทั้งหลาย และญาติโยมแล้วให้พระสงฆ์ทำธุระแทน กำลังมันน้อย ทุกวันนี้ลมมันน้อย เสียงมันก็น้อย ทำไมมันจึงน้อย มันจะหมดนะแหละ น้อยๆ ลง เตี้ยวก็หมดแหละ มาที่นี้นับเป็นโชคดีที่ยังเห็นตัวเห็นตนอยู่นะ ถ้านานๆ ไป มันจะไม่ได้เห็นแล้ว จะเห็นก็แต่วัดเท่านั้นแหละ ต่อจากนี้ให้ตั้งใจฟังธรรม

ระยะเวลานี้พวกเราแสวงบุญกันมาก มีคนแสวงบุญกันมากทุกแห่ง ที่ไหนที่ไหนก็มาผ่านวัดป่าพง ที่จะไปก็ผ่านที่นี่ ที่ไม่ผ่านกลับมาก็ต้องผ่าน ทอดผ้าป่า ทอดกฐินทุกครั้ง ถ้าชาไปไม่พบ ขากลับก็ต้องมาผ่าน ก็คือต้องผ่านทั้งนั้น วัดป่าพงจึงเป็นเมืองผ่าน ผ่านไปชั่วคราว ผ่านไปผ่านมา บางคนที่มีธุระรีบร้อนก็ไม่ได้พบกัน ไม่ได้พูดคุยกัน พวกเราโดยมากก็มาแสวงหาบุญ

บรรยายแก่ชมรมพุทธศาสตร์ เอสซี ๒๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๒๔



กัน แต่ว่าไม่เคยเห็นญาติโยมที่แสวงหาการละบาป มีแต่แสวงบุญเรื่อยไป ไม่รู้จะเอาบุญไปไว้ตรงไหนก็ไม่รู้

ผ้าสกปรกไม่ฟอก แต่อยากจะรับน้ำย้อมนะ นี่มันเป็นอย่างนั้น คำสอนของพระท่านพูดไปโดยตรงง่าย ๆ แต่มันยากกับคนที่จะต้องปฏิบัติ ยากเพราะคนไม่รู้ เพราะคนรู้ไม่ถึง มันจึงยาก ถ้าคนรู้ถึงแล้ว มันก็ง่ายขึ้นนะ อาตมาเคยสอนว่า เหมือนกันกะฐ มีรูอันหนึ่ง ถ้าเราเอามือล้วงเข้าไปไม่ถึงก็นึกว่ารูนี้มันลึก ทุกคนต้อง ร้อยคนพันคน นึกว่ารูมันลึก ก็เลยไปโทษว่ารูมันลึกเพราะล้วงไปไม่ถึง คนที่จะว่า แขนเรานั้นไม่ค่อยมี ร้อยก็ทั้งร้อยว่ารูมันลึกทั้งนั้น คนที่จะว่าไม่ใช่แขนเรานั้นสั้น ไม่ค่อยมี

คนแสวงหาบุญเรื่อย ๆ ไป วันหลังต้องมาแสวงหาการละบาปกันเถอะ ไม่ค่อยจะมี นี่มันเป็นเสียอย่างนี้ คำสอนของพระท่านบอกไว้สั้น ๆ แต่คนเรานั้นผ่านไปๆ ฉะนั้น วัดป่าพงมันจึงเป็นเมืองผ่าน ธรรมะก็จึงเป็นเมืองผ่านของคน

สัพพะปาปัสสะ อะกะระณัง

กุสะลัสสุปะสัมปะทา

สะจิตตะปะริโยทะปะนัง

เอตัง พุทธานะสาสะนัง*

สัพพะปาปัสสะ อะกะระณัง การไม่ทำบาปทั้งปวง นั้นนะ เอตัง พุทธานะสาสะนัง อันนี้เป็นหัวใจของพุทธศาสนา แต่เราข้ามไปไหน เราไม่เอาอย่างนี้ การละบาปทั้งปวงน้อยใหญ่ ทางกายวาจาใจนะเป็นเลิศ ประเสริฐแล้ว เอตัง พุทธานะสาสะนัง อันนี้เป็นคำสอนของพระ อันนี้เป็นตัวศาสนา อันนี้เป็นคำสั่งสอนที่แท้จริง

* คาถาโอวาทปาฏิโมกข์คาถาแรก เป็นหลักคำสอนสำคัญหรือคำสอนอันเป็นหัวใจพระพุทธศาสนา มีทั้งหมด ๓ คาถากิ่ง พระพุทธเจ้าตรัสแก่พระอรหันต์ ๑,๒๕๐ รูป ที่ไปประชุมโดยมิได้นัดหมาย ณ เวฬุวนาราม คืบวันเพ็ญเดือน ๓ ที่เรียกกันว่า วันมาฆบูชา [อ่านรายละเอียดเพิ่มเติมจาก พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์ ของ พระพรหมคุณาภรณ์ (ประยุทธ์ ปยุตฺโต) มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย จัดพิมพ์ ที่คำว่า โอวาทปาฏิโมกข์]

กรรมดาของเรานะ เวลาจะย้อมผ้าก็ต้องทำผ้าของเราให้สะอาดเสียก่อน อันนี้ไม่ใช่นั่นสิ เราไปเที่ยวตลาด เห็นสีมันสวยๆ ก็นึกว่าสีนั้นสวยดี เราจะย้อมผ้าละ ไม่ดูผ้าของเรา จับสีขึ้นมา เห็นสีสวยๆ ก็จะไปเอาย้อมผ้าอย่างนั้นแหละ เอามาถึงก็เอมาย้อมเลย ผ้าของเรายังไม่ได้ฟอก ไม่สะอาด มันก็ยิ่งซีเหร่ไปกว่าเดิมเสียแล้ว เราคิดดูซิ กลับไปนี่ เอาผ้าเช็ดเท้าไปย้อม ไม่ต้องซักละนะ จะดีไหมนะ

ดูซิ นี่ละ พระพุทธเจ้าท่านสอนกันอย่างไร เราข้ามกันไปหมด พวกท่านทำบุญ แต่ทำไมพวกท่านละบาป ก็เท่ากับว่ารูมันลึก ใครๆ ก็ว่ามันลึก ตั้งร้อยตั้งพันก็ว่ารูมันลึก คนจะว่าแขนมันสั้นนะไม่ค่อยจะมี มันต้องกลับ ธรรมะต้องถอยหลังกลับมาอย่างนี้ ถึงจะมองเห็นธรรมะ มันต้องมุ่งหน้ากันไปอย่างนี้

บางทีก็พากันไปแสวงหาบุญกัน ไปรดบัสสันใหญ่ๆ สองคันสามคันพากันไป ไปกันบางทีทะเลาะกันเสียบนรถก็มี บางทีกินเหล้าเมากันบนรถก็มี ถ้ามว่าไปทำไม ไปแสวงหาบุญกัน ไปเอาบุญ แต่ไม่ละบาป ก็ไม่เจอบุญกันสักที มันก็เป็นอย่างนั้นแหละ อันนี้มันอยู่อย่างนี้ มันจะสะดุดเท้าเราใช่ไหม

ให้มองดูใกล้ๆ มองดูตัวเรา พระพุทธเจ้าท่านให้มองดูตัวเรา ให้สติสัมปชัญญะ อยู่รอบๆ ตัวเรา ท่านสอนอย่างนี้ บาปกรรมทำชั่วทั้งหลาย มันเกิดขึ้นทั้งทางกาย ทางวาจา ทางใจ บ่อเกิดของบาปบุญคุณโทษก็คือกาย วาจา ใจ เราเอากายวาจาใจ มาด้วยหรือเปล่าวันนี้ หรือเอาไว้ที่บ้าน นี่ต้องดูอย่างนี้ ดูใกล้ๆ อย่าไปดูไกล เราดูกายของเรา ดูวาจา ดูใจของเรา ดูว่าศีลของเราบกพร่องหรือไม่ อย่างนี้ไม่ค่อยจะเห็นมี

โยมผู้หญิงเราก็เหมือนกันแหละ ล้างจานแล้วก็บ่น หน้าบูดหน้าเบี้ยวอยู่นั่นแหละ มัวแต่ไปล้างจานให้มันสะอาด แต่ใจเราไม่สะอาด เห็นไหม ไปมองดูแต่จาน มองดูไกลเกินไปใช่ไหม สะอาดแต่จานเท่านั้นแหละ แต่ใจเราไม่สะอาด เรียกว่าเรามองข้ามตัวเอง ไม่มองดูตัวเอง ไปมองดูแต่อย่างอื่น จะทำความชั่วทั้งหลาย ก็ไม่เห็นตัวของเรา ไม่เห็นใจของเรา



ภรรยาที่ดี สามีที่ดี ลูกหลานที่ดี จะทำความชั่วแต่ละอย่างก็ต้องมองโน่นมองนี่ แม่จะเห็นหรือเปล่า ลูกจะเห็นหรือเปล่า สามีจะเห็นหรือเปล่า ภรรยาจะเห็นหรือเปล่า อะไรอย่างนี้ ถ้าไม่มีใครเห็นแล้วก็ทำ อันนี้มันดูถูกเจ้าของว่า คนไม่เห็นก็ทำดีกว่า รีบทำเร็วๆ เดียวคนจะมาเห็น แล้วตัวเราที่ทำนี่มันไม่ใช่คนหรือ เห็นไหม นี่มันมองข้ามกันไปเสียอย่างนี้ จึงไม่พบของดี ไม่พบธรรมะ ถ้าเรามองดูตัวของเรา เราก็จะเห็นตัวเรา จะทำชั่วเราก็รู้จัก ก็จะได้ห้ามเสียทันที จะทำความดีก็ให้ดูที่ใจ เพราะเราก็มองเห็นตัวของเราอยู่แล้ว ก็จรรู้จักบาปรู้จักบุญ รู้จักคุณรู้จักโทษ รู้จักผิดรู้จักถูก อย่างนี้ก็ต้องรู้ลึกลึ

นี่ถ้าไม่พูดก็ไม่รู้ เราโลกก็ไม่รู้ เราหลงก็ไม่รู้ อะไรๆ เราก็ไม่รู้ ไปมุ่งกันอย่างอื่น นี่เรียกว่าโทษของคนที่ไม่มองดูตัวของเรา ถ้าเรามองดูตัวของเรา เราก็จะเห็นชั่วเห็นดีทุกอย่าง อันนี้ดีก็จะได้เก็บไว้ แล้วเอามาปฏิบัติ เก็บดีมาปฏิบัติดีก็ทำตาม ความชั่วเก็บมาทำไม เก็บมาเพื่อเหวี่ยงทิ้ง

การละความชั่ว ประพฤติความดี นี่เป็นหัวใจของพระพุทธศาสนา *สัพพะปาปัสสะ อะกะระณัง* การไม่ทำบาปทั้งทางกาย วาจา ใจ นั่นแหละถูกแล้ว เป็นคำสอนของพระ ถูกแล้ว สะอาดแล้วละที่นี้ ต่อขึ้นไปก็ *กุสะลัสสูปะลัมปะทา* คือทำให้เป็นบุญเป็นกุศล คงรู้จักแล้ว เมื่อจิตเป็นบุญจิตเป็นกุศลแล้ว เราก็ไม่ต้องนั่งรถไปแสวงหาบุญที่ไหนใช้ใหม่ นั่งอยู่ที่บ้านเราก็จับบุญเอา ก็เรารู้จักแล้ว ไปแสวงหาบุญกันทั่วประเทศแต่ไม่ละบาป กลับไปบ้านก็กลับไปเปล่าๆ ไปทำหน้าที่บุญดีอย่างเก่าอยู่นั้นแหละ ไปล้างจานหน้าบูตอยู่นั้นแหละ ไปดูแต่จานให้มันสะอาด แต่ใจเราไม่สะอาด ไม่ค่อยจะดูกัน คนเรามันพ้นจากความดีไปเสียอย่างนี้ **คนเราน่ะมันรู้ แต่ว่ามันรู้ไม่ถึง เพราะรู้ไม่ถึงใจของเรา หัวใจของพระศาสนาจึงไม่ผ่านเข้าหัวใจของเรา**

เมื่อจิตของเราเป็นบุญเป็นกุศลแล้ว มันก็จะสบาย นั่งยิ้มอยู่ในใจของเรา นั่นแหละ แต่ที่หาเวลายิ้มได้ยากใช้ใหม่นี้ เวลาที่เราชอบใจถึงยิ้มได้ใช้ใหม่ เวลาไม่ชอบใจละก็ยิ้มไม่ได้ จะทำยังไง ไม่สบายหรือสบายแล้ว คนเราต้องมีอะไรชอบใจ

เราแล้วจึงจะสบาย ต้องให้คนในโลกทุกคนพูดทุกคำให้ถูกใจเราหมด แล้วจึงจะสบายอย่างนั้นหรือ ถ้าเป็นอย่างนั้นเราจะสบายได้เมื่อไร

มีไหมใครจะพูดถูกใจเราทุกคน มีไหมนี่ แล้วเราจะเอาสบายได้เมื่อไร เราต้องอาศัยกรรมะนี่ ถูกก็ช่างไม่ถูกก็ช่างเถอะ เราอย่าไปหมยมันมัน จับดูแล้วก็วางเสีย เมื่อใจมันสบายแล้วก็ยิ้มอยู่อย่างนั้นแหละ อะไรที่ว่ามันไม่ดีไม่พอใจของเราเป็นบาป มันก็หมดไป มีอะไรดี มันก็คงต้องเป็นไปของมันอย่างนั้น

สะจิตตะปริโยทะปะนัง เมื่อชำระบาปแล้ว มันก็หมดกังวล ใจก็สงบ ใจเป็นบุญเป็นกุศล เมื่อใจเป็นบุญเมื่อใจเป็นกุศลแล้ว ใจก็สบาย สว่าง เมื่อจิตใจมันสว่างแล้ว ก็ละบาป ใจสว่างใจผ่องใส จะยืน จะเดิน จะนั่ง จะนอน มันก็สบาย เมื่อสบายสงบแล้วนั้นแหละคือคุณสมบัติของมนุษย์ที่แท้เต็มที่ ที่เราอยู่สบายนั้นแหละ

นี่เกี่ยวกับสิ่งที่เราชอบใจ ถ้าเขาพูด...ชอบใจเราก็ยิ้ม ถ้าเขาพูด...ไม่ชอบใจเราก็หน้าบูด เมื่อไรใครจะพูดให้ถูกใจเราทุกๆ วันมีไหม แม้แต่ลูกในบ้านเรา เคยพูดถูกใจเราไหม เราเคยทำให้พ่อแม่ถูกใจหรือเปล่า แน่ะ ไม่ใช่แต่คนอื่น แม้แต่หัวใจของเราเองก็เหมือนกัน บางทีคิดขึ้นมาไม่ชอบใจเหมือนกัน แล้วทำอย่างไร แน่ะ บางทีเดินไปตำหัวตอสะดุดปึก ฮี! มันอะไรละ ใครไปสะดุดมันละ จะไปว่าใครละ ก็ตัวเราทำเองนี่ จะทำยังไง ก็แต่ใจเราเองยังไม่ถูกใจตัวของเราเอง ให้เราคิดดูสิ มันเป็นอย่างนี้ละ มีบางอย่างเราก็ทำไม่ถูกใจเราเอง ก็ได้แต่ “ฮี!” ก็ไม่รู้จะไป “ฮี!” เอาใคร นี่ละมันไม่เที่ยงอย่างนี้

บุญในทางพุทธศาสนาคือการละบาป เมื่อละบาปแล้วมันก็ไม่มีความผิด ไม่มีบาป มันก็ไม่ร้อน ไม่ร้อนมันก็เย็น จิตที่สงบแล้วนั้นจึงว่าเป็นกุศลจิต ไม่คิดโมโห มันก็ผ่องใส ผ่องใสด้วยวิธีอะไร ก็ให้โยมรู้จักว่า แหมวันนี้ละ ใจมันดูเหลือเกิน ไปมองดูอะไร แม้แต่จะมองดูถ้วยในตู้ มันก็ไม่สบาย อยากจะทุบมันทิ้งให้หมดทุกใบเลย ไปดูอะไรก็ไม่ชอบใจไปเสียทั้งนั้น ดูใคร ดูเบ็ด ดูไก่ ดูสุนัข ดูแมว ไม่ชอบใจ แม้แต่พ่อแม่บ้านพูดขึ้นมาก็ไม่ชอบใจ เมื่อดูในใจของเราที่ไม่ชอบใจของเรา ทีนี้ก็รู้ว่าจะไปอยู่ตรงไหนแล้วละ ทำไมมันถึงได้เกิดความร้อนอย่างนี้ นั่นแหละที่เรียกว่า



คนหมดบุญล่ะ เดียวนี้เรียกคนตายว่าคนหมดบุญแล้ว ไม่ใช่อย่างนั้น คนที่ไม่ตาย แต่หมดบุญมีเยอะ คือคนที่ไม่รู้จักบุญ ใจมันเป็นแต่บาปอยู่อย่างนั้น จึงสะสมแต่บาปอยู่

โยมไปทำความดี ก็เหมือนโยมอยากได้บ้านสวยๆ จะปลูกบ้านแต่ไม่ปรับที่มันเสียก่อน เดียวบ้านมันก็จะพังเท่านั้นเองใช่ไหม สถาปนิกไม่ดีนี่ อันนี้ก็ต้องทำเสียใหม่ พยายามใหม่ ให้เราดูตัวของเรานะ ดูข้อบกพร่องของเรา ดูกาย ดูวาจา ดูใจของเรา กายเรานี้ก็มีอยู่แล้ว วาจาก็มีอยู่แล้ว ใจก็มีอยู่แล้ว จะไปหาที่ปฏิบัติที่ไหนเล่า ไม่ใช่มันหลงหรือนี้ จะไปหาที่ปฏิบัติอยู่ในป่า วัดป่าพงสงบ หรือ ไม่สงบเหมือนกัน ที่บ้านเรานั้นแหละมันสงบ

ถ้าเรามีปัญญา ที่ไหนๆ มันก็สบาย มันสบายทั้งนั้น โลกทั้งหลายเขาถูกต้องของเขาหมดแล้ว ต้นไม้ทุกต้นมันก็ต้องตามสภาพของมันแล้ว ต้นยาวก็มี ต้นสั้นก็มี ต้นที่มันเป็นโพรงก็มี สารพันอย่างของเขาเป็นของเขาอยู่อย่างนั้น มีแต่ตัวเรานั้นแหละไปคิด เพราะไม่รู้เรื่อง เฮ้ ต้นไม้ที่มันยาวไป อ้ายต้นนี้มันสั้นไป อ้ายต้นนี้มันเป็นโพรง ต้นไม้นะเขาอยู่เฉยๆ เขาสบายกว่าเรา ฉะนั้น จึงไปเขียนคำโคลงไว้ที่ต้นไม้ดีกว่า ให้ต้นไม้มันสอนเรา ได้อะไรบ้างหรือไม่ล่ะ มาวันนี้ได้อะไรที่ต้นไม้ไปบ้างไหม ต้องเอาให้ได้สักอย่างหนึ่งนะ

ต้นไม้หลายต้น มีทุกอย่างที่จะสอนเราได้ อย่างนี้เรียกว่าธรรมชาติมันมีอยู่ทุกสภาพตามธรรมชาติทุกอย่าง ให้เข้าใจนะ อย่าไปติเตียนว่ารูมันลึก เข้าใจไหม ให้วกมาดูแขนของเราสิ อ้อ แขนของเรามันสั้น อย่างนี้ก็สบาย เมื่อจะตรวจก็ให้รู้ว่ามันไม่ดีอย่างไร อย่าไปว่าแต่ว่ารูมันลึก ให้เข้าใจเสียบ้างอย่างนั้น

บุญกุศลใดๆ ที่เราทำให้มันมีไว้ในใจแล้ว นั่นละมันเลิศ ที่ทำบุญกันวันนี้ก็ดี แต่ว่ามันไม่เลิศ จะสร้างถาวรวัตถุอะไรก็ดี แต่ว่ามันไม่เลิศ ถ้าสร้างใจให้เป็นบุญ นั่นแหละมันจึงเลิศ มาหนึ่งที่นี้ก็สบาย กลับไปบ้านก็สบาย ให้มันเลิศ ให้มันเป็นบุญไว้ นะ อันนี้มันเป็นเพียงตัววัตถุ เป็นกระพี้ของแก่น แต่ว่าแก่นมันจะมีได้ ก็ต้อง

อาศัยกระพี้ มันเป็นเสี้ยนอย่างนั้น แก่นมันต้องอาศัยกระพี้ มีกระพี้จึงมีแก่น ให้เข้าใจ
อย่างนั้น ทุกอย่างก็เหมือนกันฉันนั้น

ถ้าเรามีปัญญาแล้ว มองดูที่ไหนๆ มันก็จะเห็นธรรมะทั้งนั้น ถ้าคนขาดปัญญา
แล้ว มองไปเห็นสิ่งที่ดี ก็อาจกลายเป็นไม่ดี ความไม่ดีมันอยู่ที่ไหน มันก็อยู่ที่ใจ
ของเราแหละ ตามันเปลี่ยน จิตใจมันก็เปลี่ยน อะไรๆ มันก็เปลี่ยนไปทั้งนั้น สามี
ภรรยาเคยพูดกันสบายๆ เอาหูฟังได้ อีกวันหนึ่งใจมันไม่ค่อยดี ใครพูดอะไรมันก็
ไม่เข้าท่า ไม่รับทั้งนั้น มันไม่เอาทั้งนั้นแหละ ไข้ใหม่ ใจมันไม่ดี ใจมันเปลี่ยนไป
เสียแล้ว มันเป็นเสี้ยนอย่างนั้น ฉะนั้น การละความชั่ว ประพฤติความดี จึงไม่ต้อง
ไปหาที่อื่น

ถ้าใจมันไม่ดีขึ้นมาแล้ว อย่าไปมองคนโน้น หรือไปตำคนโน้นว่าคนนี้ ให้ดู
ใจของเราว่า ใครเป็นผู้พูดอะไร ทำไมมันถึงเป็นอย่างนี้ จิตใจทำไมมันเป็นอย่างนี้
นะ ให้เข้าใจว่า ลักษณะทั้งหลายนี้มันไม่เที่ยง ความรักมันก็ไม่เที่ยง ความเกลียดมัน
ก็ไม่เที่ยง

“เราเคยรักลูกบ้างไหม” ถามอย่างนี้ก็ได้

“รัก เคยรัก” อาตมาตอบแทนเอง

“เคยเกลียดบ้างไหม”

ตอบแทนเลยนะนี่ “บางทีก็เกลียดมัน”

“ทิ้งมันได้ไหม”

“ทิ้งไม่ได้”

“ทำไม”

ลูกคนไม่เหมือนลูกกระสุน ลูกกระสุนยิงโป้งออกไปข้างนอก ลูกคนยิงโป้ง
มาโดนที่ใจเรา นี่ ดีก็มาถูกตัวนี้ ชั่วมาถูกตัวนี้ อย่างนี้เรียกว่ามันเป็นกรรม ลูกเรา
นั้นแหละ มีคนดีมีคนชั่ว ทั้งดีทั้งชั่วก็เป็นลูกเราทั้งนั้น เขาเกิดมาแล้ว ดูลิ คนที่ไม่ดี
ขนาดไหนก็ยังรัก เกิดมาเป็นโรคโปลิโอ ขาเป่ ดูลิ รักคนนั้นกว่าเขาแล้ว จะออกไป



จากบ้าน เพราะรักคนนี่จึงต้องสั่งว่า ดูน้องคนนี้ด้วยเถิด เมื่อจะตายจากไปก็สั่งไว้ให้ดู ให้ดูคนนี้ ดูลูกจันคนนี้ มันไม่แข็งแรง ยิ่งรักมันมาก ถ้าเป็นผลไม้ มันเน่าละก็เหวี่ยงเข้าป่าไปเลย ไม่เสียดาย แต่คนเน่ายิ่งเสียดาย มันลูกเรานี่ ทำอย่างไรเล่า นี่ให้เข้าใจเสียอย่างนี้

ฉะนั้น จงทำใจไว้เสียดีกว่านะ รักครึ่งซังครึ่ง อย่าทิ้งมันสักอย่าง ให้มันอยู่รวมๆ กัน ของๆ เรายี่ นี่คือกรรม กรรมนั้นละเป็นของเก่าของเราละหน้อ นี่มันก็สมกันกับเจ้าของ เขาคือกรรมก็ต้องเสวยไป ถ้ามันทุกข์ใจเข้ามาเต็มที่ ก็ “ฮี้” กรรมนะกรรม ถ้ามันสบายใจดี ก็ “ฮี้” กรรมนะ

บางที่อยู่ที่บ้านทุกข์ ก็อยากหนีไปนะ มันวุ่นวาย ถ้ามันวุ่นวายเข้าจริงๆ บางที่อยากผูกคอตายก็มี กรรมเราต้องยอมรับมันอย่างนี้เรื่อยๆ ไป สิ่งที่ไม่ดีที่ไม่ต้องทำละสิ เเท่านี้ก็พอมองเห็นเจ้าของแล้วไซ้ใหม่ พอมองเห็นเจ้าของแล้วนะ นี่เรื่อง การพิจารณาสำคัญอย่างนี้

เรื่องการภาวนา อารมณ์ที่เรียกว่าภาวนา เขาเอา พุทโธ ธัมโม สังโฆ มาภาวนาทำกรรมฐานกัน แต่เราเอาสั้นกว่านั้น

เมื่อรู้สึกหัวใจมันหยุดหงิด ใจไม่ดี โกรธ เราก็ร้อง “ฮี้” เวลาใจดีขึ้นมาก็ร้อง “ฮี้” ว่ามันไม่เที่ยงดอก ถ้ามันรักคนนั้นขึ้นมาในใจก็ “ฮี้” ถ้ามันจะโกรธคนนั้นขึ้นมา ก็ “ฮี้”

เข้าใจใหม่ ไม่ต้องไปดูโลก ไม่ต้องไปดูพระไตรปิฎกหรอก ใจ “ฮี้” นี้ เรียกว่า มันไม่เที่ยง ความรักนี้มันก็ไม่เที่ยง ความชังมันก็ไม่เที่ยง ความดีมันก็ไม่เที่ยง ความชั่วมันก็ไม่เที่ยง มันเที่ยงอย่างไรเล่า มันจะเที่ยงตรงไหน

มันเที่ยงก็เพราะของเหล่านั้นมันเป็นของมันอยู่อย่างนั้น คือมันเที่ยงอย่างนี้ มันไม่แปรเป็นอย่างอื่น มันเป็นอย่างนั้น นี่เรียกว่าความเที่ยง เที่ยงก็เพราะว่ามันเป็นของมันอยู่อย่างนั้น ไม่ได้แปรเป็นอย่างอื่น เดี่ยวมันก็รัก เดี่ยวมันก็ชัง มันเป็นของมันอยู่อย่างนี้ นี่คือมันเที่ยงอย่างนี้ จึงจะบอกว่าเมื่อความรักเกิดขึ้น เราก็บอก

“ฮี” มันไม่เปลืองเวลาดี ไม่ต้องว่า อนิจจัง ทุกขัง อนัตตาแล้ว ถ้าโยมซี้เกียจภาวนามาก เอาจ่ายๆ ดีกว่า คือ ถ้ามันเกิดมีความรักขึ้นมา มันจะหลงก็ร้อง “ฮี” เท่านั้นแหละอะไรๆ มันก็ไม่เที่ยงทั้งนั้น มันเที่ยงก็เพราะมันเป็นของมันอยู่อย่างนั้น เห็นเท่านั้นก็เห็นแก่นของธรรมะ คือสังขารธรรม

อันนี้ถ้าเรามา “ฮี” กันบ่อยๆ ค่อยๆ ททยอยไป อุปาทานก็จะน้อยไป น้อยไปอย่างนี้แหละ ความรักนี้ฉันก็ไม่ติดใจ ความชั้วฉันก็ไม่ติดใจ อะไรๆ ฉันก็ไม่ติดใจทั้งนั้น อย่างนี้จึงจะเรียกว่าไม่เชื่ออะไรทั้งนั้น เชื่อสังขารอย่างเดียว รู้ธรรมะเท่านั้นก็พอแล้วโยม จะไปดูที่ไหนอีกเล่า

วันนี้มีโชคด้วย ได้ตัดทั้งเทปภายนอกภายใน เข้าหูตรงนี้ก็ตัดเข้าตรงนี้ก็ตัด เทปนั้นก็จะได้มีทั้งสองอย่าง ถ้าโยมทำไม่ได้แบบนี้ ก็ไม่ค่อยจะดีเสียละคระมังนะ ไม่ต้องมาวัดป่าพงอีกละคระมัง นี่ข้างในก็ตัด ข้างนอกก็ตัด แต่ว่าเทปนี้มันไม่ค่อยสำคัญดอก เทปในใจนั้นละมันสำคัญกว่า เทปอันนี้มันเสื่อมได้ ซื้อมาแล้วมันก็เสื่อมได้ เทปภายในของเราหนะนะ เมื่อมันถึงใจแล้ว มันดีเหลือเกินนะโยม มันมีอยู่ตลอดเวลา ไม่เปลืองถ่าน ไปอัดอยู่ในป่า พุดอยู่นั้นแล้ว ในวันในพรุ่ง ให้มันรู้อยู่อย่างนั้นแหละ มันรู้ว่าอะไร ภาวนาพุทฺโธ พุทฺโธ ต้องรู้อย่างนั้น เข้าใจกันแล้วหรือยัง เข้าใจให้ถึงนะ ถ้ามันเข้าใจ ถ้ามันถูกอารมณ์บีบ รู้จักแล้วละก็หยุดเลย ฟังเข้าใจนะ ถ้ามันโกรธขึ้นมาที่ว่า “ฮี” พอแล้ว ระวังเลย ถ้ามันยังไม่เข้าใจ ก็ติดตามเข้าไปดู ถ้ามันเข้าใจแล้ว เช่นว่าพ่อบ้านโกรธให้แม่บ้าน แม่บ้านโกรธให้พ่อบ้าน โกรธขึ้นมาในใจก็ร้อง “ฮี” มันไม่เที่ยง

เอาละ เทศน์ให้ฟังก็พอสมควร พอได้แล้วนะ ที่พอแล้วก็คือมันสบายแล้ว เรียกว่าสงบแล้ว เอาละพอนะ.



บ้านที่จริงของเรา อยู่ที่ไหน
บ้านที่จริงของเราคือที่ว่า
มีความรู้สึกที่มันสงบ
คือ ความสงบนั้นแหละ
เป็นบ้านจริงๆ ของเรา

๓๙ | บ้านที่แท้จริง

บัดนี้ขอให้โยมขยายจงตั้งใจฟังธรรมะ ซึ่งเป็นโอวาขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าโดยเคารพต่อไป

ให้โยมตั้งใจว่า ในเวลานี้ปัจจุบันนี้ ซึ่งอาตมาจะได้ให้ธรรมะ ให้โยมตั้งใจเสมือนว่า พระพุทธเจ้าของเรา นั้นตั้งอยู่ในที่เฉพาะหน้าของโยม จงตั้งใจให้ดี กำหนดจิตให้เป็นหนึ่ง หลับตาให้สบาย น้อมเอาพระพุทธพระธรรม พระสงฆ์ มาไว้ที่ใจ เพื่อเป็นการแสดงความเคารพต่อองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

อาตมาไม่มีอะไรฝากโยมด้วยสิ่งของที่จะเป็นแก่นเป็นสาร นอกจากธรรมะคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าเท่านั้น และเป็นของฝากที่เป็นชิ้นสุดท้าย ขอให้โยมจงตั้งใจรับ ให้โยมทำความเข้าใจว่า พระพุทธเจ้าของเรา นั้น ถึงแม้

บรรยายแก่คุณยายสงวน เจนพานิชย์



จะเป็นผู้มีบุญวาสนาบารมีมาก ก็จะหลีกเลี่ยงความทุกข์พลภาพไปไม่ได้ อายุถึงวัยนี้แล้ว พระผู้มีพระภาคเจ้าของเราท่านก็ปลง ปลงอายุสังขาร คำว่า ‘ปลง’ นี้ ก็คือว่า **ให้ปล่อยวาง อย่าไปหอบไว้ อย่าไปหิวไว้ อย่าไปแบกไว้** ให้โยมยอมรับเสี่ยวสังขารร่างกายนี้ ถึงแม้ว่ามันจะเป็นอย่างไรๆ ก็ตามมันเถอะ เราก็ได้อาศัยสภณาร่างกายนี้มาตั้งแต่กำเนิดขึ้นมาจนถึงวัยเฒ่าแก่ปานนี้ก็พอแล้ว

ก็เปรียบประหนึ่งว่า เครื่องใช้ไม้สอยของเราต่างๆ ที่อยู่ในบ้านซึ่งเราเก็บงำไว้นานแล้ว เช่น ถ้วยโถโอจาน บ้านช่องของเราเนี่ย เบื้องแรกมันก็สดใสใหม่ สะอาดดี เมื่อเราใช้มันมาจนบัดนี้ มันก็ทรุดโทรมไป บางวัตถุก็แตกไปบ้างหายไปบ้าง ชิ้นที่มันเหลืออยู่นี้ก็แปรไป เปลี่ยนไป ไม่คงที่ มันก็เป็นอย่างนั้น

แม้ว่าอวัยวะร่างกายของเรานี้ก็เหมือนกัน ตั้งแต่เริ่มเกิดมาเป็นเด็กเป็นหนุ่ม มันก็แปรมา เปลี่ยนมาเรื่อยๆ มาจนถึงถึงบัดนี้แล้วก็เรียกว่า แก่ นี่คือให้เรายอมรับเสี่ยว พระพุทธองค์ท่านตรัสว่า สังขารนี้ไม่ใช่ตัวของเรา ทั้งในตัวเรานี้ก็ดี กายเรานี้ก็ดี นอกกายนี้ก็ดี มันเปลี่ยนไปอยู่อย่างนั้น ให้โยมพินิจพิจารณาดูให้มันชัดเจน

อันนี้แหละ ทั้งก่อนที่เราจะอยู่ ที่เราอนอยู่ที่นี่ ที่มันกำลังทรุดโทรมอยู่ที่นี่แหละคือสังขารม ลัทธิธรรมคือความจริง ความจริงอันนี้เป็นสังขารม เป็นคำสอนของพระพุทธเจ้าที่แน่นอน เพราะฉะนั้นท่านจึงให้มองมัน ให้พิจารณามัน ให้ยอมรับมันเสีย มันก็เป็นสิ่งที่ควรยอมรับ ถึงแม้ว่ามันจะเป็นอย่างไร อะไรรู้ตามที่เถอะ พระพุทธองค์ท่านก็ทรงสอนว่า **เมื่อเราถูกคุมขังในตารางก็ดี ก็ให้ถูกคุมขังเฉพาะกายอันนี้เท่านั้น แต่ใจอย่าให้ถูกขัง** อันนี้ก็เหมือนกันฉันนั้น เมื่อร่างกายมันทรุดโทรมไปตามวัย โยมก็ยอมรับเสี่ยวให้มันทรุดไป ให้มันโทรมไปเฉพาะร่างกายเท่านั้น เรื่องจิตใจนั้นเป็นคนละอย่างกัน ก็ทำจิตให้มีกำลัง ให้มีพลัง เพราะเราเข้าไปเห็นธรรมว่า สิ่งทั้งหลายเหล่านั้นมันก็เป็นอย่างนั้น มันต้องเป็นอย่างนั้น พระพุทธองค์ท่านก็สอนว่า ร่างกายจิตใจนี้มันก็เป็นอยู่อย่างนั้น มันจะเป็นของมันอยู่อย่างนั้น มันจะไม่เป็นไปอย่างอื่น คือ เริ่มเกิดขึ้นมาแล้วก็แก่ แก่มาแล้วก็เจ็บ เจ็บมาแล้วก็ตาย อันนี้เป็นความจริงเหลือเกิน ซึ่งคุณยายก็พบอยู่ในปัจจุบันนี้ มันก็เป็นสังขารมอยู่แล้ว ก็มองดูมันด้วยปัญญาให้เห็นมันเสียเท่านั้น

ถึงแม้ว่าไฟมันจะมาไหม้บ้านของเราก็ตาม ถึงแม้ว่าน้ำมันจะท่วมบ้านของเราก็ตาม ก็ให้มันเป็นเฉพาะบ้านเฉพาะเรือน ถ้าไฟมันไหม้ก็อย่าให้มันไหม้หัวใจเรา ถ้าน้ำมันท่วมก็อย่าให้มันท่วมหัวใจเรา ให้มันท่วมแต่บ้าน ให้มันไหม้แต่บ้าน ซึ่งเป็นสิ่งที่ยอยู่นอกกายของเรา ส่วนจิตใจของเรานั้น ให้มันมีการปล่อยวาง เพราะในเวลานี้มันสมควรแล้ว มันสมควรที่จะปล่อยแล้ว

ที่โยมเกิดมานี้ก็กินานแล้วใช้ไหม้ ตาก็ได้ดูรูปสีแสงต่างๆ ตลอดหมดแล้ว ทั้งอวัยวะทุกชิ้นทุกส่วน หูก็ได้ฟังเสียงอะไร ทุกๆ อย่างหมดแล้ว อะไรทุกอย่างก็ได้รับมามากๆ ทั้งนั้นแหละ และมันก็เท่านั้นแหละ จะรับประทานอาหารที่อร่อยอร่อยมันก็เท่านั้น รับประทานสิ่งที่ไม่อร่อย มันก็เท่านั้น ตาจะดูรูปสวย สวยมันก็เท่านั้น หรือดูรูปที่ไม่สวย มันก็เท่านั้น หูได้ฟังเสียงที่ไม่ไพเราะ มันก็เท่านั้นแหละ

เพราะฉะนั้น พระพุทธเจ้าท่านจึงบอกว่า ทั้งคนร่ำรวย ทั้งคนยากจน ทั้งผู้ใหญ่ทั้งเด็ก ตลอดทั้งเดียรัจฉานทั้งหมดด้วย ซึ่งเกิดขึ้นมาในสกลโลกอันนี้ มันไม่มีอะไรจะยั่งยืน จะต้องผลัดไปเปลี่ยนไปตามสภาวะของมัน

อันนี้เป็นสภาวะความจริงที่เราจะแก้ไขอย่างไร เพื่อจะให้มันไม่เป็นอย่างนั้นไม่ได้ แต่ก็มีทางแก้ไขอยู่ว่า **พระพุทธองค์ท่านให้พิจารณาสังขารร่างกายนี้ที่เดียวเท่านั้น ให้พิจารณาจิตใจนี้ด้วยว่า ทั้งสองอย่างนี้มันไม่ใช่ของเรา ไม่ใช่เรา มันเป็นของสมมุติ** เช่น บ้านของคุณยายนี่ก็เป็นของสมมุติว่าเป็นของคุณยายเท่านั้น จะเอาติดตามไปที่ไหนก็ได้ สมบัติพัสดุนั้นสมมุติว่าเป็นของคุณยายเท่านั้น มันก็ตั้งอยู่เท่านั้น จะเอาไปที่ไหนก็ได้ ลูกหลานบุตรธิดาทั้งหลายทั้งปวงนั้นเขาสมมุติว่าเป็นลูกเป็นหลานของคุณยาย มันก็เรื่องสมมุติทั้งนั้น มันก็เป็นอยู่อย่างนั้นแหละ ไม่ใช่ว่าเป็นเราคนเดียว มันเป็นกันทั้งโลก ถึงแม้องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านก็เป็นอย่างนี้ พระอรหันต์สาวกทั้งปวงท่านก็เป็นอย่างนี้ แต่ท่านยอมรับ ยอมรับว่าสังขารร่างกายนี้มันเป็นของมันอยู่อย่างนี้ จะเป็นอย่างอื่นไม่ได้ มันจะต้องเป็นอย่างนี้



ดังนั้น พระพุทธเจ้าท่านจึงให้พิจารณาดูสภกนธฺร่างกาย ตั้งแต่ปลายเท้าขึ้นมาบนศีรษะ ตั้งแต่ศีรษะลงไปหาปลายเท้า ดูซิว่ามันมีอะไรบ้าง อะไรเป็นของสะอาดใหม่ เป็นของเป็นแก่นสารใหม่ มีแต่มันทรุดเรื้อยมาอย่างนี้ ฉะนั้นพระพุทธเจ้าท่านจึงสอนให้เห็นสังขารว่า ของที่ไม่ใช่ของเรามันก็เป็นอย่างนี้ จะให้มันเป็นอย่างไรละ อันนี้มันถูกแล้ว **ถ้าโยมมีความทุกข์ โยมก็คิดผิดเท่านั้นแหละ** ไปเห็นสิ่งที่มันถูกอยู่ โดยความเห็นผิด มันก็ขวางใจเท่านั้น

เหมือนน้ำในแม่น้ำที่มันไหลลงไปในทางที่ลุ่ม มันก็ไหลไปตามสภาพอย่างนั้น อย่างแม่น้ำอยุธยา แม่น้ำมูล แม่น้ำอะไรๆ ก็ตามเถอะ มันก็ต้องมีการไหลลงไปทางใต้ทั้งนั้นแหละ มันไม่ไหลขึ้นไปทางเหนือหรอก ธรรมตามันเป็นอย่างนั้น สมมุติว่า บุรุษคนหนึ่งไปยืนอยู่ริมฝั่งแม่น้ำ แล้วก็มองดูกระแสของแม่น้ำที่ไหลเชี่ยวไปทางใต้ แต่บุรุษนั้นมีความคิดผิด อยากจะให้น้ำมันไหลขึ้นไปทางเหนือ อย่างนี้เป็นต้น เขาก็เป็นทุกข์ เขาคอนั้นจะไม่มี ความสงบเลย ถึงแม้จะยืน จะเดิน จะนั่ง จะนอน

เขาก็ไม่มีความสงบ เพราะอะไรละ เพราะบุรุษนั้นคิดผิด คิดทวนกระแส น้ำคิดอยากจะไปให้น้ำไหลขึ้นไปทางเหนือ ความจริงนั้น น้ำมันจะไหลขึ้นไปทางเหนือ นั้นไม่ได้ มันจะต้องไหลไปตามกระแสของมัน เป็นธรรมดาอยู่อย่างนั้น เมื่อเป็นอย่างนี้บุรุษนั้นก็ไม่สบายใจ ทำไม่ถึงไม่สบายใจ ก็เพราะบุรุษนั้นคิดไม่ถูก พิจารณาไม่ถูก ดำริไม่ถูก เพราะเขามีความเห็นผิด เป็นมิจฉาทิฎฐิ ถ้าเป็นสัมมาทิฎฐิแล้ว ก็ต้องเห็นว่า น้ำก็ต้องไหลไปตามกระแสของมัน คือ ไหลไปทางใต้ ที่จะให้ไหลไปทางเหนือ นั้นมันเป็นความเห็นผิด มันก็มีความกระทบกระทั่ง ตะขิดตะขวงใจอยู่ อย่างนั้น จนกว่าบุรุษคนนั้นจะมาพิจารณาคิดกลับเห็นว่า น้ำธรรมตามันก็ต้องไหลไปทางใต้ อย่างนี้ เป็นเรื่องของมันอยู่อย่างนี้

อันนี้เป็นสังขารอย่างหนึ่งซึ่งเราจะเอามาพิจารณาว่า เออ...อันนี้มันก็เป็นความจริงอย่างนั้น แม่น้ำที่มันไหลไปทิศใต้ มันก็เหมือนชีวิตร่างกายของยายอยู่ เตี้ยวัยนี้แหละ เมื่อมันหนุ่มแล้วมันก็แก่ เมื่อมันแก่แล้วก็วิ่งไปตามเรื่องของมัน อันนี้เป็นสังขาร อย่าไปคิดว่าไม่อยากจะให้มันเป็นอย่างนั้น อย่าไปคิดอย่างนั้น เรื่องอันนี้ไม่ใช่ที่เราจะมีอำนาจไปแก้ไขมัน พระพุทธเจ้าท่านให้มองตามรูปมัน มองตามเรื่อง



ของมัน เห็นตามสภาพของมันเสียว่ามันเป็นอย่างนั้นเท่านั้น เราก็ปล่อยมันเสีย เราก็วางมันเสีย เอาความรู้สึกนี่เองเป็นที่พึ่ง ให้ภาวนาว่า พุทฺโธ พุทฺโธ ถึงแม้ว่าจะเห็นตื้นเขินก็ตามเถอะ ให้โยมทำจิตให้อยู่กับลมหายใจ หายใจออกยาวๆ สูดลมเข้ามายาวๆ หายใจออกไปยาวๆ แล้วก็ตั้งจิตขึ้นใหม่ แล้วก็กำหนดว่า พุทฺโธ พุทฺโธ

โดยปกติถึงแม้ว่ามันจะเห็น้อยมากเท่าไร ก็ยังกำหนดลมเข้าให้ละเอียด ละเอียดเข้าไปมากเท่านั้นทุกครั้ง เพื่ออะไร เพื่อจะต่อสู้กับเวทนา เมื่อมันกำลังเห็นตื้นเขิน ก็ให้โยมหยุดความคิดทั้งหลาย ให้โยมหยุดคิดอะไรๆ ทั้งปวงเสีย ให้เอาจิตมารวมอยู่ที่จิต แล้วเอาจิตให้รู้จักลม ภาวนา พุทฺโธ พุทฺโธ ปล่อยวางข้างนอก ให้หมด อย่าไปเกาะกับลูก อย่าไปเกาะกับหลาน อย่าไปเกาะกับสิ่งทั้งหลายทั้งปวงทั้งนั้น ให้ปล่อยให้เป็นอันเดียว รวมจิตลงที่อันเดียว ดูลม ให้กำหนดลม เอาจิตนั้นแหละไปรวมอยู่ที่ลม คือให้รู้ที่ลมในเวลานั้น ไม่ต้องไปรู้อะไรมากมาย กำหนดให้จิตมันนุ่มไปๆ ละเอียดไปๆ เรื่อยๆ ไป จนกว่าจะมีความรู้สึกน้อยๆ มันจะมีความตื่นอยู่ในใจมากที่สุด

อันนี้เวทนาที่เกิดขึ้นมาจะค่อยๆ ระวังไปๆ ผลที่สุดเราก็ดูลมเหมือนกับญาติมาเยี่ยมเรา เราก็จะตามไปส่งญาติขึ้นรถลงเรือ เราก็ตามไปถึงท่าเรือ ไปถึงรถเราก็ส่งญาติขึ้นรถ เราก็ส่งญาติเราลงเรือ เขาก็ติดเครื่องเรือเครื่องรถไปลืมห่างนั้นแหละ เราก็มองไปเถอะ เมื่อญาติเราไปแล้ว เราก็กลับบ้านเรา เราดูลมก็เหมือนกันนั้นนั้น เมื่อลมมันหายเราก็รู้จัก เมื่อลมมันละเอียดเราก็รู้จัก เมื่อมันละเอียดไปเรื่อยๆ เราก็มองไปๆ ตามไป นุ่มไปๆ ทำจิตให้มันตื่นขึ้น ทำลมให้มันละเอียดเข้าไปเรื่อยๆ ผลที่สุดแล้วลมหายใจมันน้อยลงๆ จนกว่าลมหายใจไม่มี มันก็จะมีแต่ความรู้สึกเท่านั้นตื่นอยู่ นั่นก็เรียกว่าเราพบพระพุทธเจ้าแล้ว เราพบความรู้แล้ว เราพบความสว่างแล้ว มันไม่ส่งจิตใจไปทางอื่นแล้ว มันจะรวมอยู่ที่นั่น

นั่นเรียกว่า เข้าถึงพระพุทธเจ้าของเรา ถึงแม้ว่าท่านปรินิพพานไปแล้ว นั่นเรียกว่าพระพุทธรูป เป็นรูปกาย มีรูป แต่พระพุทธเจ้าอย่างแท้จริงนั่นก็คือ ความรู้อันสว่างไสวเบิกบานอย่างนี้ เมื่อพบเช่นนี้เราก็มีอันเดียวเท่านั้น ให้มารวมที่นี้



ฉะนั้น ให้วาง วางทั้งหมด เหลือแต่ความรู้สึกอันเดียว แต่อย่าไปหลงนะ อย่าให้ลืม ถ้าเกิดนิมิตเป็นรูปเป็นเสียงอะไรมา ก็ให้ปล่อยวางทั้งหมด ไม่ต้องเอาอะไรทั้งนั้นแหละ ไม่ต้องเอาอะไร เอาแต่ความรู้สึกอันเดียวเท่านั้นแหละ ไม่ห่วงข้างหน้า ไม่ห่วงข้างหลัง หยุดอยู่กับที่ จนกว่าจะเดินไปก็ไม่ใช่ ถอยกลับก็ไม่ใช่ หยุดอยู่กับที่ ไม่ใช่ ไม่มีที่ยึดไม่มีที่หมาย เพราะอะไร เพราะว่าไม่มีตัวไม่มีตน ไม่มีเราและไม่มีของของเราหมด

นี่คือคำสอนของพระพุทธเจ้า สอนให้เราหมดอย่างนี้ ไม่ใช่ให้เราคว้าเอาอะไรไปให้เรารู้อย่างนี้ รู้แล้วก็ปล่อย ก็วาง

บัดนี้มันเป็นภาระของเราคนเดียวเท่านั้น ให้เข้าถึงธรรมะอย่างนี้ อันนี้เป็นทางที่จะทำให้เราพ้นจากวัฏสงสาร พยายามปล่อยวาง ให้เข้าใจ ให้ตั้งอกตั้งใจพิจารณา อย่าไปห่วงคนโน้น อย่าไปห่วงคนนี้ ลูกก็ดี หลานก็ดี อะไรทั้งปวงเหล่านั้น อย่าไปห่วงเลย ที่เขายังเป็นอยู่ เขาก็เป็นอยู่ อนาคตต่อไปเขาก็จะเป็นอย่างนี้ เป็นอย่างคุณนายที่เป็นอยู่ที่นี่ ไม่มีใครที่จะเหลืออยู่ในโลกนี้ได้ จะต้องเป็นอย่างนี้ทั้งนั้น อันนี้คือสภาวะความเป็นจริงที่พระพุทธเจ้าท่านสอน เพราะฉะนั้น ของที่ไม่มีสาระแก่นสารจริงๆ ท่านจึงให้วาง ถ้าวางแล้วก็เห็นความจริง ถ้าไม่วางมันก็ไม่เห็นความจริง มันเป็นอยู่อย่างนี้ ใครทั้งหมดในสกลโลกนี้มันก็เป็นอย่างนี้ ดังนั้น โยมยายไม่ควรห่วงใย ไม่ควรเกาะเกี่ยว

ถึงแม้มันจะคิดก็ให้มันคิด แต่ว่าคิดให้อยู่กับปัญญา ให้คิดด้วยปัญญา อย่าคิดด้วยความโง่ นึกถึงลูกก็นึกถึงด้วยปัญญา อย่างนึกถึงด้วยความโง่ นึกถึงหลานก็ให้นึกถึงด้วยปัญญา อย่าให้นึกถึงด้วยความโง่ อะไรๆ ทั้งหมดนั้นแหละ เราก็คิดได้ เรารู้มันก็ได้ แต่เราคิดด้วยปัญญา เรารู้ด้วยปัญญา ถ้ารู้ด้วยปัญญา เราก็ต้องปล่อย รู้ด้วยปัญญาก็ต้องวาง **ถ้ารู้ด้วยปัญญาคิดด้วยปัญญา มันจะไม่มีทุกข์ มันจะมีความเบิกบาน มีความสำราญ มีความสงบ มีความระงับเป็นอันเดียว จิตใจเรามารวมอยู่อย่างนี้ อะไรที่เราจะต้องอาศัยอยู่ในปัจจุบันในคราวนี้ก็ คือ ลมหายใจนี้แหละ**




บัดนี้เป็นภาระของคุณยายคนเดียว ไม่เป็นภาระของคนอื่น ภาระของคนอื่น ก็ให้เป็นของคนอื่นเขา ธุระหน้าที่ของเรา ก็เป็นธุระหน้าที่ของเรา อย่าไปเอาธุระของ ลูกหลานมาทำ อย่าไปเอาธุระของคนอื่นมาทำ อย่าไปเอาธุระอะไรๆ ทั้งปวงทั้งนั้น แหละมาทำ ไม่ใช่หน้าที่ของเรา ในเวลานี้เราควรปล่อยแล้ว เราควรจะวางแล้ว อากาที่ปล่อยจะวางนี้ จะทำความสงบนี้ เป็นธุระของเรา เป็นหน้าที่ของเรา ที่จะต้องทำในปัจจุบัน ให้รวมจิตเข้ามาเป็นหนึ่ง นี้คือธุระหน้าที่ของเรา เรื่องอะไรก็ ปล่อยให้เขาเสีย เรื่องรูปก็ปล่อยให้เขาเสีย เรื่องเสียงก็ปล่อยให้เขาเสีย เรื่องกลิ่น เรื่องรสก็ปล่อยให้เขาเสีย เรื่องอะไรๆ ก็ปล่อยให้เขาเสีย เราจะทำธุระหน้าที่ของเรา

มันจะมีอะไรเกิดเป็นอารมณ์ขึ้นมา ก็ให้นึกอยู่ในใจว่า “อย่ามากวนฉัน ไม่ใช่ ธุระหน้าที่ของฉัน” ความวิพากษ์วิจารณ์อะไรก็ตาม เช่นว่า เราจะกลัว กลัวในชีวิต ของเรา เพราะเราจะตาย อย่างนี้เป็นต้น คิดถึงคนโน้นแล้วก็คิดถึงคนนี้ เมื่อมัน เกิดขึ้นมาในจิตอย่างนั้น เราก็บอกในใจเราว่า อย่ามากวนฉัน ไม่ใช่ธุระของฉัน บอกอย่างนี้ไว้ในใจของเรา เพราะว่าเราก็เห็นธรรมทั้งหลายที่มันเกิดขึ้นมา

ธรรมคืออะไร ธรรมก็คือทุกสิ่งทุกอย่าง อะไรที่ไม่เป็นธรรมก็ไม่มีแล้ว โลก คืออะไร โลกก็คืออารมณ์ที่มันมากระทบ กวนยายอยู่เดี๋ยวนี้แหละ เดี่ยวคนนั้นจะ เป็นอย่างไร เดี่ยวคนนี้จะเป็นอย่างไร เมื่อเราตายไปนี้ใครจะดูแลเขา ใครจะเป็น อะไรอย่างไรไหม อย่างนี้นะเป็นโลกทั้งนั้นแหละ ถึงแม้ว่าเราคิดขึ้นเฉยๆ เราก็กลัว จะตาย กลัวจะแก่ กลัวจะเจ็บ อะไรทั้งหลายเหล่านี้ มันเป็นโลกทั้งนั้น ทั้งโลกเสีย โลกนี้มันเป็นอย่างนั้น ถ้ามันมีขึ้นมาในใจก็เรียกว่า โลกนี้คืออารมณ์ อารมณ์นี้มัน มาบังจิต ไม่ให้เห็นจิตของตน อะไรๆ ทุกอย่างนั้นถ้ามันเกิดขึ้นมาให้โยมคิดว่า อันนี้ ไม่ใช่ธุระของฉัน เป็นเรื่องอนิจจัง เป็นเรื่องทุกขัง เป็นเรื่องอนัตตา

เราจะคิดว่าอยากอยู่ไปนานๆ อย่างนี้ก็ให้เกิดทุกข์ เราอยากจะตายเสียเดี๋ยวนี้ เร็วๆ นี้ อันนี้ก็ไม่ได้ถูกทางนะ ยายนะ เป็นทุกข์ เพราะว่าสังขารนี้ไม่ใช่ของเรา เราจะไป ตกแต่งมันได้ก็นิดๆ หน่อยๆ เป็นต้นว่า ตกแต่งร่างกายของเราให้สะอาด ให้มัน สะอาด ดูดีก็ๆ เขาสิ ทาปากทำเล็บให้มันยาว ทำอะไรให้มันสะอาดเสีย มันก็ได้



แค่นั้นแหละโยม เมื่อแก่มาแล้วก็รวมในกระป๋องเดียวกัน ไม่มีอะไร ตกแต่งได้ แค่นั้นแหละ ตกแต่งจริงๆ ไม่ได้หรอก มันก็เป็นอย่างนั้น เรื่องของสังขาร ที่จะ ตกแต่งได้ก็เรื่องจิตใจของเรา

ตีกรามบ้านช่องทั้งหลายก็สร้างขึ้นมาได้ อย่างบ้านคุณหมอมออุทัยนี่ อาตมาก็ เคยไปขึ้นบ้านใหม่ให้ สร้างขึ้นจะสวยใหญ่โตก็ได้ สร้างนั้นมันสร้างบ้านข้างนอก ไครๆ ก็สร้างกันได้ทั้งนั้น แต่ว่าพระพุทธองค์ท่านเรียกว่า บ้านข้างนอก ไม่ใช่บ้าน ที่แท้จริง มันเป็นบ้านโดยสมมุติ บ้านอยู่ในโลก มันก็เป็นไปตามโลก บางคนก็ล้มนะ ได้บ้านใหญ่โต สนุกสุขสำราญ สีส้มบ้านจริงๆ ของเขา บ้านที่แท้จริงของเราอยู่ที่ไหน บ้านที่แท้จริงของเราคือที่ว่า มีความรู้สึกที่มันสงบ คือ **ความสงบนั้นแหละ เป็น บ้านจริงๆ ของเรา** บ้านที่เราอยู่นี้หรือบ้านที่ไหนก็ตามที่เถอะ บ้านก็สวยหรืออก แต่ อยู่กันไม่ค่อยสงบ เดี่ยวก็เพราะอันโน้น เดี่ยวก็เพราะอันนี้ เดี่ยวก็ห่วงอันนั้น เดี่ยว ก็ห่วงอันนี้อยู่อย่างนี้แหละ เรียกว่า ไม่ใช่บ้านเรา ไม่ใช่บ้านข้างใน มันเป็นบ้าน ข้างนอก อีกประเดี๋ยว วันใดวันหนึ่งเราก็เลิกมันเท่านั้นแหละ บ้านนี้เราอยู่ไม่ได้ หรอก มันเป็นบ้านของโลก ไม่ใช่บ้านของเรา

สภณร่างกายของเรา นี้ ก็ยังเห็นว่าเป็นตัวเป็นตน เป็นเราเป็นเขาอีก อันนี้ ก็เป็นบ้านหลังหนึ่งซึ่งติดอยู่กับตัวของเรา ที่เราเข้าใจว่าตัวเราหรือของเรา อันนี้ก็ ไม่ใช่อีก อันนี้ก็เป็นบ้านของโลก ไม่ใช่บ้านของเราอย่างแท้จริง แต่คนก็ชอบแต่จะ สร้างบ้านข้างนอก ไม่ชอบสร้างบ้านข้างใน บ้านที่มันสำหรับอยู่จริงๆ ที่มันสงบจริงๆ ไม่ค่อยจะสร้างกัน ไปสร้างแต่ข้างนอก ก็เพราะมันเป็นอย่างนี้แหละ

อย่างคุณยายนี่ก็ลองคิดดูซิ เวลานี้มันเป็นอย่างไรนะ คิดดูตั้งแต่วันที่เราก่อเกิดมาเรื่อยๆ มาจนถึงบัดนี้ คือ เราเดินหนีจากความจริง เดินไปเรื่อย และเดินมาจนแก่จนเจ็บขนาดนี้ ไม่อยากจะเป็นอย่างนี้ ห้ามมันก็ไม่ได้ มันก็เป็นของมันอยู่อย่างนี้ จะให้เป็นอย่างอื่นมันก็เป็นไปไม่ได้ เหมือนกันกับเปิดจะให้มันเหมือนไก่ มันก็ไม่เหมือนเพราะว่ามันเป็นเบ็ด ไก่อยากให้เป็นเหมือนกับเบ็ด มันก็เป็นไปไม่ได้ เพราะว่ามันเป็นไก่ ถ้าใครไปคิดอยู่ว่าอยากให้เป็นเหมือนไก่ อยากให้ไก่เป็นเหมือนเบ็ด มันก็ทุกข์เท่านั้นละ ก็เพราะมันเป็นไปไม่ได้ ถ้าโยมมาคิดเสียว่า เออ เปิดมันก็ต้องเป็นของมันอย่างนั้น ไก่มันก็ต้องเป็นของมันอย่างนั้น จะให้เปิดเหมือนไก่ จะให้ไก่เหมือนเบ็ด มันก็เป็นไปไม่ได้เพราะมันเป็นอยู่อย่างนั้น

ถ้าเราคิดเช่นนี้แล้ว เราจะมีผล เราจะมีกำลัง เพราะว่าสภณธรรมร่างกายนี้ อยากจะให้มันยืนนานถาวรไปเท่าไรมันก็ไม่ได้อันนี้เป็นอย่างนี้ นี่ท่านเรียกสังขาร อะนิจจา วัตตะสังขารา อุปปาทะวะยะธัมมิโน อุปปัชชิตะวา นิรุชฌันติ เตสัง วุปะละโม สุโข

สังขาร คือร่างกายจิตใจนี้แหละ มันเป็นของไม่เที่ยง เป็นของไม่แน่นอน มีแล้วก็หาไม่ เกิดแล้วก็ดับไป แต่มนุษย์เราทั้งหลายอยากให้อสังขารนี้มันเที่ยง อันนี้คือความคิดของคนโง่ ดูซิว่าลมหายใจของคนเราที่มันเข้ามาแล้วมันก็ออกไปเป็นธรรมดาของลม มันก็ต้องเป็นอยู่อย่างนั้น ต้องกลับไปกลับมา มีความเปลี่ยนแปลง เรื่องสังขารมันก็อยู่ด้วยความเปลี่ยนแปลงอย่างนี้ จะให้มันไม่เปลี่ยนแปลงไม่ได้ ลองคิดดูซิว่า หายใจออกอย่างเดียวไม่ให้มันเข้ามาได้ไหม สบายไหม สูดลมเข้ามา



แล้วไม่ให้มันออกดีไหม นี่ อยากจะให้มันเที่ยงอย่างนี้ มันเที่ยงไม่ได้ มันเป็นไปไม่ได้ ออกไปแล้วก็เข้ามา เข้ามาแล้วก็ออกไปเป็นเรื่องธรรมดาเหลือเกิน เกิดแล้วก็แก้ แก้แล้วเจ็บแล้วก็ตาย เป็นเรื่องธรรมดาแท้ๆ เหมือนกับลมเข้าแล้วไม่ให้ออก ไม่ได้ ออกแล้วไม่ให้เข้า ไม่ได้ ถ้ามีการเข้าแล้วออก ออกแล้วเข้าก็ทำให้ชีวิตเช่นมนุษย์ทั้งหลายเป็นอยู่ได้เท่าทุกวันนี้ เพราะสังขารมันทำตามหน้าที่ของมันอย่างนี้แหละ มันจริงอยู่แล้วไม่ใช่เป็นของไม่จริง มันจริงของมันอยู่อย่างนั้นแหละ

เมื่อเราเกิดมาแล้วโยม ก็คือเราตายแล้วนั่นเอง ความแก่กับความตาย มันก็คืออันเดียวกันนั้นแหละ เหมือนกับต้นไม้อันหนึ่งต้นอันหนึ่งปลาย เมื่อมีโคน มันก็มีปลาย เมื่อมีปลายมันก็มีโคน ไม่มีโคนปลายก็ไม่มี มีปลายก็ต้องมีโคน มีแต่ปลายโคนไม่มีก็ไม่ได้ มันเป็นอย่างนั้น

เพราะฉะนั้น ก็นึกขำเหมือนกันนะ มนุษย์เราทั้งหลายเมื่อจะตายแล้วก็ โศกเศร้า วุ่นวาย นิ่งร้องไห้ เสียใจสารพัดอย่าง หลงไปสิ โยมมันหลงนะ พอคนตายก็ร้องไห้ฟูมฟาย แต่ไหนแต่ไรมาไม่ค่อยได้พิจารณาให้ชัดแจ้ง ความเป็นจริงแล้ว อาตมาขอโทษด้วยนะ อาตมาเห็นว่า ถ้าจะร้องไห้กับคนตายนะ ร้องไห้กับคนที่เกิดมาดีกว่า แต่มันกลับกันเสีย ถ้าคนเกิดมาแล้วโยมทั้งหลาย ก็หัวเราะดีอกดีใจกัน ชื่นบาน ความเป็นจริงเกิดนั้นละคือตาย ตายนั่นละก็คือเกิด ต้นก็คือปลาย ปลายก็คือต้น เราไม่รู้จัก ถึงเวลาจะตายหรือตายแล้วก็ร้องไห้กัน นี่คือคนโง่ ถ้าจะร้องไห้ อย่างนั้นมาแต่ต้นก็ยังจะดีนะ เมื่อเกิดมาก็ร้องไห้กันเสียทีเถอะ ดูให้ดีสิ ถ้าไม่เกิด มันก็ไม่ตาย เข้าใจไหม

เพราะฉะนั้น โยมอย่างนี้ก็จะไร้มายาย ให้นึกว่ามันเป็นอย่างนั้น นี่คือฐานะหน้าที่ของเราแล้ว บัดนี้ใครช่วยไม่ได้ ลูกก็ช่วยไม่ได้ หลานก็ช่วยไม่ได้ ทรัพย์สิ้น เงินทองก็ช่วยไม่ได้ ช่วยได้แต่ความรู้สึกรักของโยมที่คิดให้ถูกต้องเดี๋ยวนี้นะ ไม่ให้หัวนี้ไหวไปมา ปล่อยมันทิ้งเสีย ปล่อยมัน ทิ้งมัน



ถ้าเราไม่ปล่อยมัน ไม่ทิ้งมัน มันก็จะหนีอยู่แล้ว เห็นไหม อวัยวะร่างกายของเราเนะ มันพยายามจะหนีอยู่แล้วนะ เห็นไหม ดูนางๆ ว่า เมื่อเกิดมาเป็นหนุ่ม เป็นสาว ผมมันก็ดำเห็นไหม บัดนี้มันหงอก นี่เรียกว่ามันหนีแล้วนะ ตาเราเคยสว่างไสวดีตอนเป็นหนุ่มเป็นสาว บัดนี้มันฝ้าฟางเห็นไหม นี่เรียกว่ามันหนีแล้ว เขาทนไม่ไหวเขาต้องหนี ที่นี้ไม่ใช่ที่อยู่ของเขา อะไรทุกชิ้นทุกส่วนเขาก็จะหนีแล้ว ฟันของเราตอนเป็นเด็กมันแน่นหนาถาวรไหม บัดนี้มันโยกมันคลอนแล้ว จะใส่ฟันใหม่เสียก็ได้ นี่มันก็ของใหม่ไม่ใช่ของเก่า สิ่งทั้งหลายในอวัยวะร่างกายของคุณยายนี้ นะ เขาพยายามจะหนีไปแล้ว ตา หู จมูก ลิ้น กาย ทั้งหมด เขาพยายามจะหนี ทำไม่ถึงจะหนี เพราะตรงนี้ไม่ใช่ที่อยู่ของเขา เป็นสังขารอยู่ไม่ได้ อยู่ชั่วคราวเท่านั้น ก็ไป ไม่ว่าแต่ตัวของเราทั้งหมด อวัยวะนี้ ผมก็ดี ขนก็ดี เล็บก็ดี ทั้งหมดนั้น เดี่ยวนี้ เขาเตรียมหนี เขาหนีไปบ้างแล้ว แต่ยังไม่หมด ยังเหลือแต่คนเฝ้าบ้านเล็กๆ น้อยๆ เฝ้าบ้านอยู่แต่ไม่ค่อยดีหรอก ตาก็ไม่ค่อยดี ฟันก็ไม่ค่อยดี หูนี้ก็ไม่ค่อยจะดี ร่างกายนี้ก็ไม่ค่อยจะดี ก็เพราะเขาหนีไปบ้างแล้ว

นี่ให้ยายเข้าใจว่าที่นี้ไม่ใช่ที่อยู่ของมนุษย์โดยตรง เป็นที่พักชั่วคราวเท่านั้นละ เพราะฉะนั้นยายไม่ควรห่วงใยอะไรมากมาย มาอยู่ในโลกก็ให้พิจารณาโลกนี้ว่า มันเป็นอย่างนั้น ไม่ว่าแต่อะไรทั้งหลายเลย เขาเตรียมจะหนีกันแล้ว ดูซิ ดูตามสภาพร่างกายซิว่ามันมีอะไรเหมือนเดิมไหม ร่างกายเหมือนเดิมไหม หน้าเหมือนเดิมไหม ผมเหมือนเดิมไหม ไม่เหมือน เขาไปที่ไหนกันหมดแล้ว นี่ธรรมชาติเขาเป็นอย่างนั้น เมื่ออยู่ครบตามวาระของเขาแล้วเขาก็ต้องไป เพราะฐานะเขาเป็นอย่างนั้น ความเป็นจริงมันเป็นอย่างนั้น เพราะที่นี้ไม่ใช่ที่อยู่ที่แน่นหนาถาวรอะไร อยู่แล้วก็วุ่นๆ วายๆ ลุๆ ทุกข์ๆ ไม่สงบระงับ



ถ้าเป็นคนก็เป็นคนที่เดินไปยังไม่ถึงบ้าน ยังอยู่ระหว่างทาง เตี้ยวก็จะกลับ เตี้ยวก็จะไป เตี้ยวก็จะอยู่ นี่คือคนไม่มีที่อยู่ เปรียบเหมือนว่าเราเดินออกจากบ้าน ไปกรุงเทพฯ หรือว่าไปที่ไหนก็ตามเถอะ เราก็ดูเดินไป เมื่อเดินไปยังไม่ถึงบ้านเมื่อไร มันก็ยังไม่หน่าย นิ่งก็ไม่สบาย นอนก็ไม่สบาย เดินก็ไม่สบาย นั่งรถไปก็ยังไม่สบาย เพราะอะไร เพราะว่ายังไม่ถึงบ้านเรา พอเรามาถึงบ้านเราแล้วก็สบาย เพราะเราเข้าใจ ว่านี่เป็นบ้านเรา อันนี้ก็ฉันนั้นเหมือนกัน

ในโลกนี้มันเรื่องไม่สงบทั้งนั้น ถึงแม้มันจะว่าจะรวยมันก็ไม่สงบ มันจนก็ไม่สงบ มันโตก็ไม่สงบ เป็นเด็กก็ไม่สงบ มีความรู้น้อยมันก็ไม่สงบ มีความรู้มาก มันก็ไม่สงบ เรื่องมันไม่สงบมันเป็นอยู่อย่างนี้ เพราะฉะนั้นคนที่มันน้อยก็มีทุกข์ คนที่มีมากก็มีทุกข์ เป็นเด็กมันก็เป็นทุกข์ ผู้ใหญ่ก็เป็นทุกข์ แก่แล้วมันก็มีทุกข์ ทุกข์อย่างคนแก่ ทุกข์อย่างเด็ก ทุกข์อย่างคนรวย ทุกข์อย่างคนจน มันเป็นทุกข์ทั้งนั้น นั่นละ ดังนั้น อวัยวะทุกส่วนเขาจึงทยอยกันไปเรื่อย

เมื่อคุณขยายพิจารณาอย่างนี้แล้วก็จะเห็นว่า อนิจจัง มันเป็นของไม่เที่ยง ทุกขัง มันเป็นทุกข์ เพราะว่าอะไร เพราะว่า อนัตตา ไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตน ร่างที่ยายอาศัยอยู่เดี๋ยวนี้ละ ร่างกายที่นั่งนอนเจ็บป่วยอยู่ที่นี่ และทั้งจิตใจที่รู้ว่ามันเป็นสุข เป็นทุกข์ มันเจ็บป่วยอยู่เดี๋ยวนี้ ทั้งสองอย่างนี้ท่านเรียกว่า ธรรม

สิ่งที่ไม่มีรูป ที่มันเป็นเพียงความรู้สึกนึกคิดเท่านั้น เรียกว่ามันเป็นนาม มันก็เป็น นามธรรม สิ่งที่มีมันเจ็บปวดขยายไปมาอยู่ที่นี่ อันนี้ก็เห็น รูป/ธรรม สิ่งที่เป็นรูป ก็เป็นธรรม สิ่งที่เป็นนามก็เป็นธรรม เราถึงอยู่ด้วยกันด้วยธรรมะ คือ อยู่ในธรรม มันเป็นธรรมนั่นแหละ ตัวของเราจริงๆ ที่ไหนมันก็ไม่มี มันเป็นธรรมะ สภาพธรรม มันเกิดขึ้นแล้วก็มีความดับ เราก็มืดความเกิดดับอยู่ทุกขณะ เดี่ยวนี้ละ มันเป็นอยู่อย่างนี้



ฉะนั้น เมื่อเราคิดถึงองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแล้ว ก็น่าไหว้ น่าเคารพ นำนับถือ ท่านพูดจริง ท่านพูดตามความจริง มันก็เห็นจริงอย่างนั้น ถ้าเราเกิดมาพบ อยู่ที่นี่ เราก็เห็นธรรมชาติ แต่ไม่ได้ปฏิบัติธรรมะ บางคนปฏิบัติธรรมะแต่ไม่เห็นธรรมะ บางคนรู้ธรรมะ เรียบธรรมะ ปฏิบัติธรรมะ ก็ยังไม่เห็นธรรมะ ก็ยังไม่เห็นที่อยู่ ดังนั้น ให้เข้าใจเสียว่า ที่นี่ทุกคน แม้ปลวกหรือมด หรือสัตว์ตัวนิดๆ ก็ตามที่เออะ เขาก็พยายามจะหนีกันทั้งนั้น สิ่งที่มีชีวิตเขาอยู่กันพอควรแล้ว เขาก็ไปกันทั้งนั้น ทั้งคนจน ทั้งคนร่ำรวย ทั้งเด็ก ทั้งคนแก่ ทั้งสัตว์เดรัจฉาน สิ่งที่มีชีวิตในโลกนี้ มันก็ ย่อมแปรไป เปลี่ยนไปอย่างนี้

เพราะฉะนั้น เมื่อคุณยายรู้ว่าโลกนี้มันเป็นอย่างนี้แล้ว ก็น่าเบื่อหน่าย น่าเบื่อ มัน อะไรมันไม่เป็นตัวของตัวทั้งนั้น เบื่อหน่าย “นิพพิทา” คำว่า เบื่อหน่าย ไม่ใช่ว่า รังเกียจนะ **เบื่อหน่ายคือ ใจมันสว่าง ใจมันเห็นความเป็นจริง** ไม่มีทางจะแก้ไข อะไรแล้ว มันเป็นอย่างนี้ รู้แบบนี้ก็เลยปล่อยวางมัน ปล่อยโดยความไม่ตั้งใจ ปล่อย โดยความไม่เสียใจ ปล่อยไปตามเรื่องของสังขาร ว่าสังขารมันเป็นอย่างนั้น ด้วย ปัญญาของเรา นี้เรียกว่า อนิจจา วะตะ สังขารา สังขารทั้งหลายไม่เที่ยง ที่ไม่เที่ยง คือมันเปลี่ยนแปลงไปเปลี่ยนมา อย่างนั้นแหละเรียกว่าไม่เที่ยง คือ อนิจจัง

พูดง่าย ๆ ว่า ตัวอนิจจังนั้นแหละคือตัวพระพุทธรูปเจ้าละ ถ้าเราเข้าไปเห็นอย่าง จริง ๆ จัง ๆ ว่า อนิจจังคือของไม่เที่ยงนั้นแหละคือตัวพระพุทธรูปเจ้า ของที่ไม่เที่ยง ถ้าเราเห็นชัดเข้าไปมันก็เที่ยง เที่ยงอย่างไร ก็เที่ยงที่มันเป็นอยู่อย่างนั้นแหละ มนุษย์ สัตว์เกิดมาก็เป็นอย่างนั้น มันเที่ยงอย่างนั้น แต่ว่ามันไม่เที่ยง คือว่ามันแปรไป แปรมา คือมันเปลี่ยนเป็นเด็ก เป็นหนุ่ม เป็นเฒ่า แก่ชรา เรียกว่า มันไม่เที่ยง ความที่มันเป็นอย่างนั้นก็เรียกว่ามันไม่เที่ยง ไม่แปรเป็นอย่างอื่น ถ้าคุณยายเห็น อย่างนี้ ใจก็จะสบาย ไม่ว่าเราคนเดียวหรือทุก ๆ คนเป็นอย่างนี้

ดังนั้น เมื่อคิดได้เช่นนี้ ก็น่าเบื่อ เกิดนิพพิทา ความเบื่อหน่ายหายความ กำหนดรักใคร่ในโลก ในกาม ในโลกามิสทั้งหลายเหล่านี้ มีมากก็ทิ้งไว้มาก มีน้อย ก็ทิ้งไว้น้อย ทุกคนดูที่ซี ที่คุณยายเกิดขึ้นมานี้เห็นใหม่ เห็นคนรวยใหม่ เห็นคน อายุสั้นใหม่ เห็นคนอายุยืนใหม่ มันก็มีเท่านั้นละ

เพราะฉะนั้นที่สำคัญคือ พระพุทธเจ้าท่านให้สร้างบ้านเรือนตัวเอง สร้างโดยวิธีที่อาตมาบรรยายธรรมะให้ฟังเดี๋ยวนี้ละ สร้างบ้านให้ได้ ปล่อยวางให้ได้ ปล่อยวางมันให้มันถึงความสงบ เรียกว่าไม่เดินไปข้างหน้า ไม่ก้าวไปข้างหลัง ไม่หยุดอยู่ นี่เรียกว่าสงบ สงบจากการเดินไป สงบจากการถอยกลับ สงบจากการหยุดอยู่ นี่ความสุขก็ไม่ใช่ที่อยู่ ความทุกข์ก็ไม่ใช่ที่อยู่ของเรา ทุกข์มันก็เสื่อม สุขมันก็เสื่อมทั้งนั้น

พระบรมครูของเราท่านเห็นว่าสังขารทั้งหลายทั้งปวงเป็นของไม่เที่ยง เพราะฉะนั้น ท่านจึงสอนให้พวกเราทั้งหลายปล่อยวาง เมื่อถึงเวลาสุดท้ายของทุกคน เพราะว่ามันเอาไปไม่ได้ จำเป็นมันก็ต้องวางอยู่นั่นเองละ แต่เราก็วางมันไว้ก่อนเสีย จะไม่ดีกว่าหรือ เราแบกก็รู้สึกว่ามันหนัก เมื่อมันหนักแล้วเราก็ทิ้งมันเสียก่อนจะไม่ได้หรือ จะไปกวนแบกมันทำไม เราปล่อยวาง ก็ให้ลูกหลานพยายามเราสบายๆ

ผู้ที่พยาบาลคนที่ป่วยก็มีคุณธรรม คนที่ป่วยก็ให้โอกาสแก่ผู้พยาบาล อย่าทำให้ลำบากแก่คนที่รักษา เจ็บตรงไหน เป็นอะไรก็ให้ได้รู้จัก ทำจิตให้มันดี คนที่รักษาพ่อแม่ก็ให้มีคุณธรรม มีความอดทนอย่ารังเกียจ อันนี้ที่จะเป็นการสนองคุณพ่อแม่ เราอาศัยพ่อแม่จึงเติบโตจนถึงบัดนี้ ได้มาอยู่บัดนี้ นั่งรวมกันอยู่ที่นี่ก็เพราะคุณพ่อคุณแม่เลี้ยงเรามาสารพัดอย่างแล้ว มีบุญคุณมากที่สุดเหลือเกินนะ

บัดนี้ให้ลูกหลานทุกๆ คนนี้จงเข้าใจว่า เดียวนี้พ่อแม่กลายเป็นลูกเราเสียแล้ว แต่ก่อนเราเป็นลูกของพ่อแม่ บัดนี้พ่อแม่เป็นลูกเราเสียแล้ว เพราะอะไร เพราะแก่ไปๆ จนกลายเป็นเด็ก จำไม่ได้ ตาก็มองไม่เห็น หูไม่ได้ยิน สารพัดอย่าง บางทีพูดทู่ๆ ผิดๆ เหมือนเด็กนั่นเอง ดังนั้น ให้ลูกหลานทั้งหลายปล่อย คนที่รักษาคนป่วยก็ให้ปล่อย อย่าไปถือเลย ปล่อยเสีย ให้ตามใจทุกอย่าง เหมือนเด็กๆ ที่เกิดมา อะไรที่ไม่เชื่อฟังพ่อแม่ก็ปล่อยทุกอย่างนั้นละ ปล่อยให้เด็กมันสาย ไม่ให้เด็กมันร้องไห้ อย่าให้เด็กซัดใจอะไรเหล่านี้



พ่อแม่ของเราบัดนี้ก็เหมือนกัน ลัญญามันวิปลาส บางทีเรียกลูกคนหนึ่งไป
 ถูกรีกคนหนึ่ง บางทีเรียกหลานคนหนึ่งไปถูกลานอีกคนหนึ่ง จะเรียกเอาขึ้นมาก็ได้
 จานมา มันเป็นเรื่องของธรรมดาอย่างนั้น อันนี้ก็ให้พิจารณา คนที่ป่วยก็ให้นึกถึง
 คนพยาบาล มีคุณธรรม ให้อดให้ทนต่อทุกขเวทนา เวทนาสารพัดอย่างที่มีมันเกิด
 ขึ้นมาให้อดกลั้น ให้ทำความเพียรในใจของเรา อย่าให้มันวุ่นวาย อย่าให้มีความ
 ลำบากยากเกินไปได้แก่ผู้ปรนนิบัติ ผู้อุปัฏฐากก็ให้มีคุณธรรม อย่างรังเกียจ น้ำมูก
 น้ำลาย อุจจาระ ปัสสาวะ อะไรก็ต้องพยายามเท่าที่เราจะทำได้ ลูกๆ เราทุกคนให้
 ช่วยกันดู

บัดนี้เรามีพ่อแม่ท่านนี้แหละ เราอาศัยมาได้เกิด มาได้เป็นครูเป็นอาจารย์ เป็น
 พยาบาลเป็นหมอ เป็นอะไรมาทุกอย่างเหล่านี้ อันนี้คือบุญคุณของท่านที่เลี้ยงเรามา
 ให้ความรู้เรามา ให้ความเป็นอยู่ของเรามา ให้ทรัพย์สมบัติเรา นี่คือคุณของพ่อแม่
 ถ้ายทอดรับมรดกกันมาอย่างนี้ เป็นวงศ์ตระกูลอย่างนี้ พระพุทธองค์ท่านจึงทรง
 สอนเรื่องกตัญญูกตเวทิตี นี่เป็นธรรมซึ่งสนองซึ่งกันและกัน ท่านต้องการอะไร ท่าน
 ไม่สบาย ท่านมีความลำบาก ท่านมีความขัดข้องประการใด เราก็ต้องเสียสละ ช่วย
 ท่านรับภาระธุระอันนั้น นี่คือกตัญญูกตเวทิตี เป็นธรรมที่ค้ำจุนโลกอยู่ ให้วงศ์ตระกูล
 ของเราไม่กระจัดกระจาย ให้วงศ์ตระกูลของเราเรียบร้อยมั่นคง

วันนี้อาตมาได้เอาธรรมะคำสอนมาฝากภายในเวลาที่เจ็บป่วยอยู่อย่างนี้ ซึ่ง
 อาศัยคุณหมอบุญคุณของโยมนั่นแหละ นึกถึงผู้มีพระคุณ อาตมาจะฝากอะไรมา
 มันก็ไม่มี จะฝากวัตถุอะไรมาที่บ้านนี้ก็เยอะแยะแล้ว อาตมาจึงฝากธรรมะ ซึ่งมัน
 หמדไม่ได้ มันเป็นแก่นสาร ถึงยายได้ฟังธรรมนี้แล้ว จะถ่ายทอดให้คนอื่นเท่าไร ก็
 ยังไม่หמדไม่จบลัทธิธรรม คือความจริงตั้งมันอยู่อย่างนี้ อันนี้อาตมาก็พลอยดีใจด้วย
 ที่ได้ฝากธรรมะมาให้คุณยาย เพื่อจะมีจิตใจที่เข้มแข็งต่อสู้กับสิ่งทั้งหลายเหล่านี้.



อารมณ์นี้ก็เหมือนกับงูเห่าที่มีพิษร้ายนั้น
อารมณ์ที่พอใจก็มีพิษมาก
อารมณ์ที่ไม่พอใจก็มีพิษมาก
มันทำให้จิตใจของเราไม่เป็นเสรี
ทำให้จิตใจไขว่เขวจากหลักธรรม
ของพระพุทธเจ้า

๔๐ | อยู่กับงูเห่า

ขอให้คำขวัญแก่โยม ลูกศิษย์ใหม่ที่เดินทางจากลอนดอน มาพักอยู่ที่วัดหนองป่าพง ขอให้ทำความเข้าใจในธรรมะที่ได้ศึกษาแล้วที่วัดหนองป่าพงนี้ โดยย่อก็คือ ให้ปฏิบัติให้พ้นทุกข์ในวิถีสงสาร

ขอให้โยมจำไว้ในใจว่า **อารมณ์ทั้งหลายนั้น จะเป็นอารมณ์ที่พอใจก็ตาม หรืออารมณ์ที่ไม่พอใจก็ตาม อารมณ์ทั้งสองอย่างนี้ มันเหมือนงูเห่า** งูเห่ามันมีพิษมาก ถ้ามันฉกคนแล้ว ก็ทำให้ถึงแก่ความตายได้ อารมณ์นี้ก็เหมือนกับงูเห่าที่มีพิษร้ายนั้น อารมณ์ที่พอใจก็มีพิษมาก อารมณ์ที่ไม่พอใจก็มีพิษมาก มันทำให้จิตใจของเราไม่เป็นเสรี ทำให้จิตใจไขว่เขวจากหลักธรรมของพระพุทธเจ้า



วันนี้จึงขอให้โอวาทย่อๆ แก่โยม ขอให้เป็นผู้มีสติอยู่ทั้งกลางวันกลางคืน จะยืน จะเดิน จะนั่ง จะนอน ก็ให้นอนด้วยสติ นั่งด้วยสติ เดินด้วยสติ ยืนด้วยสติ จะพูดก็พูดด้วยสติ จะทำอะไรๆ ก็ให้มีสติอยู่ด้วยทั้งนั้น

เมื่อมีสติแล้ว สัมปชัญญะความรู้ตัวมันก็จะเกิดขึ้นมา สติกับสัมปชัญญะ เป็นของคู่กัน เมื่อทั้งสองอย่างนี้เกิดขึ้นพร้อมกันแล้ว ก็จะนำปัญญาให้เกิดตาม ที่นี้ เมื่อมีทั้งสติ สัมปชัญญะ ปัญญาแล้ว ก็จะเป็นผู้ที่ตื่นอยู่ ทั้งกลางวันและกลางคืน

ธรรมะที่พระพุทธเจ้าท่านทรงสอนนั้น ไม่ใช่ธรรมะที่เพื่อฟังเฉยๆ หรือรู้เฉยๆ แต่เป็นธรรมะที่ต้องปฏิบัติ ต้องทำให้เกิดขึ้น ต้องทำให้มีขึ้นในใจของเราให้ได้ จะไปที่ไหนก็ให้มีธรรมะ จะพูดก็ให้มีธรรมะ จะเดินก็ให้มีธรรมะ จะนอนก็ให้มีธรรมะ จะทำอะไรๆ ก็ให้มีธรรมะทั้งนั้น

คำว่า “มีธรรมะ” นี้ก็คือ จะทำอะไรก็ตาม จะพูดอะไรก็ตาม ให้ทำด้วยปัญญา ให้พูดด้วยปัญญา ให้นึกคิดด้วยปัญญา ผู้ใดมีสติ สัมปชัญญะควบคู่กับปัญญาอยู่ตลอดเวลาแล้ว ผู้นั้นย่อมอยู่ใกล้พระพุทธเจ้าทุกเมื่อ

ดังนั้น แม้เมื่อโยมจากวัดหนองป่าพงนี้ไปแล้ว ก็จงเป็นผู้ปฏิบัติให้ธรรมะทั้งหลายมารวมอยู่ที่ใจ มองลงไปที่ใจ ให้เห็นสติ ให้เห็นสัมปชัญญะ ให้มีปัญญา เมื่อมีทั้งสามอย่างนี้แล้ว มันจะมีการปล่อยวาง รู้จักว่าเกิดแล้วมันก็ดับ ดับแล้วมันก็เกิด เกิดแล้วมันก็ดับ

ที่เรียกว่า “เกิดๆ ดับๆ” นี้คืออะไร คืออารมณ์ซึ่งมันเกิดขึ้น แล้วมันก็ดับไป ดับแล้วมันก็เกิดขึ้นมา ในทางธรรมะ เรียกว่า การเกิด-ดับ มันก็มีเท่านี้ ทุกข์มันเกิดขึ้นแล้ว ทุกข์มันก็ดับไป ทุกข์ดับไปแล้ว ทุกข์ก็เกิดขึ้นมา นอกเหนือจากนี้ไป ก็ไม่มีอะไร มีแต่ทุกข์เกิด แล้วทุกข์ก็ดับไป มีเท่านี้

เมื่อเห็นเช่นนี้แล้ว จิตของเราก็จะเห็นแต่การเกิด-ดับอยู่เสมอ เมื่อเห็นการเกิด-ดับอยู่เสมอ ทุกวันทุกเวลา ตลอดทั้งกลางวัน ตลอดทั้งกลางคืน ตลอดทั้งการยืน เดิน นั่ง นอน ก็จะได้เห็นว่ามันไม่มีอะไรจริงๆ มีแต่เกิด-ดับอยู่เท่านั้นเอง แล้วทุกอย่างมันก็จะจบอยู่ตรงนี้



เมื่อเห็นอารมณ์เกิด-ดับอย่างนี้อยู่เสมอไปแล้ว จิตใจก็จะเกิดความเบื่อหน่าย เพราะเมื่อคิดไปแล้ว ก็ไม่มีอะไรมากมาย มันมีแต่การเกิดแล้วก็ดับ ดับแล้วก็เกิด เกิดแล้วก็ดับ มันมีอยู่เท่านี้ ฉะนั้น เมื่อคิดแล้วก็ไม่ต้องจะไปเอาอะไรกับมัน พอคิดได้เช่นนี้ จิตก็จะปล่อยวาง ปล่อยวางอยู่กับธรรมชาติ มันเกิดเราก็รู้ มันดับเราก็รู้ มันสุขเราก็รู้ มันทุกข์เราก็รู้ รู้แล้วไม่ใช่ที่เราจะไปเป็นเจ้าของสุขนะ หรือเมื่อทุกข์ขึ้นมา เราก็ไม่เป็นเจ้าของทุกข์เหมือนกัน เมื่อไม่เป็นเจ้าของสุข ไม่เป็นเจ้าของทุกข์ มันก็มีแต่การเกิด-ดับอยู่เท่านั้น ก็ปล่อยไปตามธรรมชาติของมันอย่างนั้นแหละ เพราะมันไม่มีอะไร

อารมณ์ทั้งหลายที่ว่ามานี้ เหมือนกันกับงูเห่าที่มีพิษร้าย ถ้าไม่มีอะไรมาขวาง มันก็เลื้อยไปตามธรรมชาติของมัน แม้พิษของมันจะมีอยู่ มันก็ไม่แสดงออกมา ไม่ได้ทำอันตรายเรา เพราะเราไม่ได้เข้าไปใกล้มัน งูเห่าก็เป็นไปตามเรื่องของงูเห่า มันก็อยู่อย่างนั้น

ดังนั้น ถ้าหากเป็นคนที่ฉลาดแล้ว ก็จะปล่อยหมด สิ่งที่ดีก็ปล่อยมันไป สิ่งชั่วก็ปล่อยมันไป สิ่งที่ชอบใจก็ปล่อยมันไป สิ่งที่ไม่ชอบใจก็ปล่อยมันไป เหมือนอย่างเราปล่อยงูเห่าตัวที่มีพิษร้ายนั้น ปล่อยให้มันเลื้อยของมันไป มันก็เลื้อยไป ทั้งพิษที่มีอยู่ในตัวมันนั่นเอง

ฉะนั้น คนที่ฉลาดแล้ว เมื่อปล่อยอารมณ์ก็ปล่อยอย่างนั้น ดีก็ปล่อยมันไป แต่ปล่อยอย่างรู้เท่ามัน ชั่วก็ปล่อยมันไป ปล่อยไปตามเรื่องของมันอย่างนั้นแหละ อย่าไปจับ อย่าไปต้องมัน เพราะเราไม่ต้องการอะไร ชั่วก็ไม่ต้องการ ดีก็ไม่ต้องการ หนักก็ไม่ต้องการ เบาก็ไม่ต้องการ สุขก็ไม่ต้องการ ทุกข์ก็ไม่ต้องการ มันก็หมดเท่านั้นเอง ที่นี้ความสงบก็ตั้งอยู่เท่านั้นแหละ

เมื่อความสงบตั้งอยู่แล้ว เราก็ดูความสงบนั้นแหละ เพราะมันไม่มีอะไรแล้ว เมื่อความสงบเกิดขึ้น ความวุ่นวายก็ดับ พระผู้มีพระภาคเจ้าท่านตรัสว่า นิพพานคือ ความดับ ดับที่ตรงไหน ก็เหมือนไฟเรานั้นแหละ มันลุกตรงไหน มันร้อนตรงไหน มันก็ดับที่ตรงนั้น มันร้อนที่ไหนก็ให้มันเย็นตรงนั้น ก็เหมือนกับ **นิพพานก็อยู่กับ**



วิถุสงสาร วิถุสงสารก็อยู่กับนิพพาน เหมือนกันกับความร้อนกับความเย็น มันทก็อยู่ที่เดียวกันนั่นเอง ความร้อนก็อยู่ที่มันเย็น ความเย็นก็อยู่ที่มันร้อน เมื่อมันร้อนขึ้น มันก็หมดเย็น เมื่อมันหมดเย็น มันก็ร้อน

วิถุสงสารกับนิพพานนี้ก็เหมือนกัน ท่านให้ดับวิถุสงสาร คือความวุ่น การดับความวุ่นวายเป็นก็คือการดับความร้อน ไฟทางนอกก็คือไฟธรรมดา มันทร้อน เมื่อมันดับแล้วมันก็เย็น แต่ความร้อนภายในคือ รากะ โทสะ โมหะ ก็เป็นไฟเหมือนกัน ลองคิดดู เมื่อรากะความกำหนัดเกิดขึ้น มันทร้อนไหม โทสะเกิดขึ้นมันก็ร้อน โมหะเกิดขึ้นมันก็ร้อน มันทร้อน ความร้อนนี้แหละที่ท่านเรียกว่าไฟ เมื่อไฟมันเกิดขึ้น มันก็ร้อน เมื่อมันดับ มันก็เย็น ความดับนี้แหละคือนิพพาน

นิพพานคือสภาวะที่เข้าไปดับซึ่งความร้อน ท่านเรียกว่าสงบ คือดับซึ่งวิถุสงสาร วิถุสงสารคือความเวียนวายตายเกิดอยู่อย่างนั้น เมื่อถึงนิพพานแล้ว ก็คือการเข้าไปดับซึ่งความหมุนเวียนเปลี่ยนแปลงอันนั้น เรียกว่า การดับรากะ ดับโทสะ ดับโมหะ ก็ดับที่ใจของเรานั้นแหละ คือใจถึงความสงบ

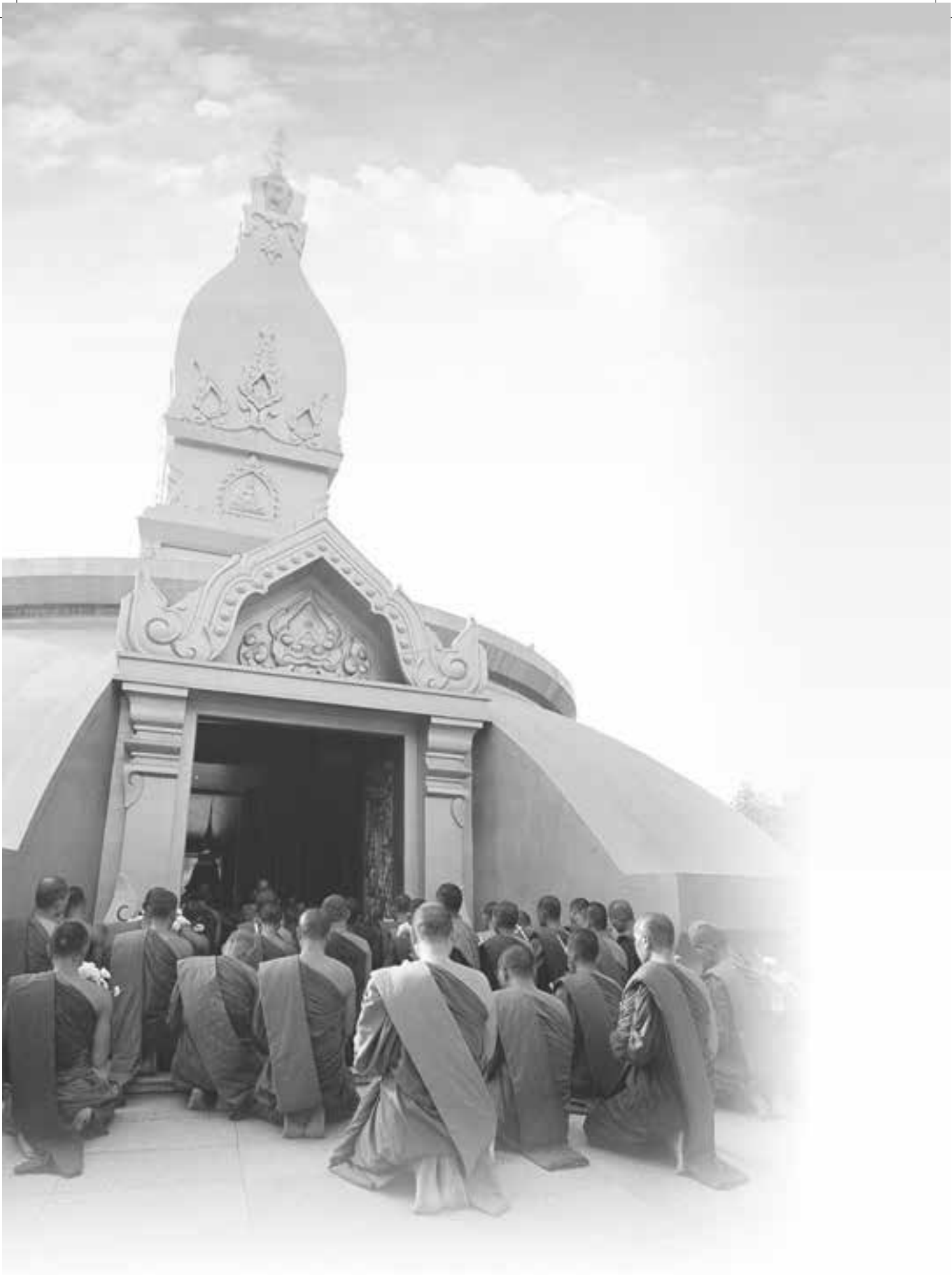
ในความสงบนั้น สุขก็ไม่มี ทุกข์ก็ไม่มี แต่มนุษย์เรานั้นแหละจะอดสุขไม่ได้ เพราะเห็นว่าความสุขเป็นยอดของชีวิตแล้ว แม้พระนิพพานก็ยังมาว่าเป็นความสุขอยู่ เพราะความคุ้นเคย ตามเป็นจริงแล้ว เล็กสิ่งทั้งสองอย่างนี้ก็เป็นความสงบ

เมื่อโยมกลับบ้านแล้วขอให้เปิดเทปธรรมะนี้ฟังอีกจะได้มีสติ เมื่อโยมมาอยู่วัดหนองป่าพงใหม่ๆ โยมร้องไห้ เมื่ออาตมาเห็นน้ำตาของโยม อาตมาก็ดีใจ ทำไมจึงดีใจ ที่ดีใจก็เพราะว่า นี่แหละโยมจะได้ศึกษาธรรมะที่แท้จริงละ ถ้าน้ำตาไม่ออกก็ไม่ได้เห็นธรรมะ เพราะน้ำนี้เป็นน้ำไม่ดี ต้องให้มันออกให้หมด มันถึงจะสบาย ถ้าน้ำนี้ไม่หมด ก็จะไม่สบาย มันก็จะเป็นอยู่อย่างนี้ อยู่เมืองไทยก็จะร้องไห้อยู่อย่างนี้ กลับไปกรุงลอนดอนก็จะร้องไห้อีก มีชีวิตอยู่ก็จะร้องไห้อยู่อย่างนี้แหละ เพราะน้ำนี้มันเป็นน้ำกิเลส เมื่อทุกข์ก็บีบน้ำนี้ให้ไหลออกมา เมื่อสุขมากก็บีบน้ำนี้ออกมาอีกเหมือนกัน ถ้ามืดน้ำนี้เมื่อใดก็จะสบาย ถ้าโยมทำได้โยมก็จะมีความสุข ความสบาย

ขอให้โยมรับธรรมะนี้ไปปฏิบัติ ไปปฏิบัติให้พ้นทุกข์ ให้มันตายก่อนตาย มันถึงสบาย มันถึงสงบ

ขอให้โยมมีความสุขความเจริญ ให้เป็นผู้ประพาศปฏิบัติธรรมะให้พ้นจากวิภูสงสาร.





สุขเวทนากับทุกขเวทนา
มันมีราคาเท่าๆ กัน
ถ้าไปยึดในสุข
นั่นก็คือบ่อเกิดของทุกข์

๔๑ | เหนือเวทนา

การฟังธรรมที่จะให้เกิดประโยชน์นั้น ต้องฟังด้วยความสงบ เพราะจิตนี้ก็เหมือนกับเทพบันทึกเสียง ถ้ามีเสียงอะไรมาปะปนรบกวนเสียงก็ฟังไม่ชัด ความรู้ที่จะได้รับก็น้อย ถ้าฟังธรรมในที่สงบด้วยจิตสงบ ก็จะมีแต่เสียงธรรมะอย่างเดียว คำพูดก็สะอาดฟังง่าย

ธรรมะที่เกี่ยวข้องเนื่องกับการประพฤติปฏิบัตินั้น เป็นธรรมะที่ให้ประโยชน์มาก เพราะไม่ใช่ธรรมะเพื่อการฟังอย่างเดียว แต่เป็นธรรมะที่นำไปสู่การประพฤติ ปฏิบัติโดยตรง การประพฤติปฏิบัติที่จะให้ถูกต้องนั้น ต้องรู้จักและเข้าใจเรื่องของกายกับใจ เพราะกายกับใจนี้แหละที่พาให้สุข พาให้ทุกข์ มันเกี่ยวเนื่องกันเป็นลูกโซ่ ดังนั้นการปฏิบัติจึงเป็นสิ่งที่สำคัญอย่างยิ่ง

บรรยายแก่ศาสตราจารย์สัญญา ธรรมศักดิ์ ประธานองคมนตรี และคณะ ณ วัดหนองป่าพง
๒๕๒๑



ถ้าหากได้ฟังธรรมแล้ว แต่ไม่นำมาปฏิบัติ ก็เปรียบเสมือนว่าได้เพียงเปลือกไม้เท่านั้น ยังไม่ได้ลิ้มรสผลของมันว่าเปรี้ยวหรือหวานอย่างไร การฟังธรรมโดยไม่นำมาปฏิบัติ ก็เหมือนกับการได้จับหรือถือผลไม้เท่านั้น ยังไม่ได้กิน ไม่ได้ลิ้มรส มันก็ไม่เกิดประโยชน์อะไร เพราะได้แต่ถือเอาไว้ แต่ไม่รู้จักรสชาติ หรือความเอร็ดอร่อยของมัน จะรู้ได้จริงก็ต่อเมื่อได้ลองรับประทานผลไม้ชิ้นด้วยตนเอง ซึ่งเมื่อรู้รสด้วยตนเองแล้วก็เพียงพอในตัวเองได้ ถ้ายังไม่รู้เองเห็นเองอย่างนี้ ก็เท่ากับมีแต่พยานภายนอก คือคนที่เขาให้ผลไม้ แล้วก็ไปเชื่อตามที่เขาว่า ซึ่งไม่ใช่ความเชื่อของตนเอง

สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านทรงบอกว่า คนที่เชื่อแต่คนอื่นนั่นท่านไม่สรรเสริญ ท่านทรงสรรเสริญบุคคลที่รู้เป็นปัจเจกจัดตั้ง คือ รู้เฉพาะตนเอง เปรียบเหมือนอย่างคนที่ได้ลิ้มรสผลไม้ด้วยตนเอง ฉะนั้น เพราะถ้าได้ลิ้มรสด้วยตนเองแล้ว จะไม่ต้องไปถามผู้อื่นว่าเปรี้ยวหรือหวานอย่างไร ความสงสัยทั้งหลายก็หมดไป เพราะได้รู้ประจักษ์ในความจริงแล้ว รู้อย่างทั่วถึง นี่คือคนที่รู้ธรรมะแล้ว ผู้บรรลุถึงธรรมะ ก็คือบุรุษที่บรรลุถึงความเปรี้ยวหวานของผลไม้ตนเอง

การแสดงธรรมก็เพื่อให้รู้สิ่งต่างๆ ๔ ประการ คือ ให้รู้จักทุกข์ รู้จักเหตุเกิดของทุกข์ รู้จักความดับทุกข์ ให้รู้ข้อปฏิบัติถึงความดับทุกข์ เมื่อรู้แจ่มแจ้งทั้ง ๔ ประการนี้แล้ว มันก็หมด เพราะทุกข์เราก็รู้ เหตุของทุกข์เราก็รู้ ความดับทุกข์เราก็รู้ ข้อประพฤติปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์นี้เราก็รู้ เมื่อรู้อย่างชัดเจนแจ่มแจ้งทั้ง ๔ ประการอย่างนี้แล้ว ก็เรียกว่าจบปัญหา ความสงสัยทั้งหลายก็หมดไป

สิ่งทั้ง ๔ ประการนี้เกิดอยู่ที่ไหน ก็เกิดอยู่ที่กายกับใจของเราเอง ไม่อยู่อื่นไกลหรอก แต่ทำไมพระพุทธองค์จึงทรงแยกแยะธรรมะออกให้กว้าง ก็เพื่อจะอธิบายสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ให้ละเอียดเป็นอย่างไรๆ ออกไป เพื่อให้เรานำมากำหนดพิจารณา ท่านทรงแนะนำให้พิจารณาร่างกายออกเป็นอย่างไรๆ เช่น พิจารณาผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เป็นต้น ให้แยกแยะร่างกายออกมา เพื่อทำให้เห็นตามความเป็นจริงของร่างกายอย่างซำนิซำนาญ ให้รู้ยิ่งตามความเป็นจริงของสังขารอันนี้ เพราะถ้าไม่รู้ตามเป็นจริงนี้แล้ว เราก็จะไม่รู้จักทุกข์ ไม่รู้จักเหตุของทุกข์ ไม่รู้จักความดับทุกข์

ไม่รู้ทางปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ถ้าไม่รู้สิ่งทั้งหลายเหล่านี้ ก็ไม่รู้ข้อปฏิบัติ แล้วการฟังเทศน์ฟังธรรมทั้งหลายก็ย่อมไม่เกิดประโยชน์แต่อย่างใด

ธรรมะนั้นอยู่ที่ไหน พระพุทธองค์ตรัสว่า ธรรมะมีอยู่ทุกที่ทุกแห่ง มีธรรมะอยู่ทุกที่ทุกสถาน จะเป็นรูป มันก็เป็นธรรมะ จะเป็นนาม มันก็เป็นธรรมะ เมื่อเป็นเช่นนี้ก็ควรเข้าใจว่า เราทั้งหลายนั้นเกิดอยู่กับธรรมะ ไกลชิดธรรมะอยู่ตลอดเวลา

ถ้าเราเข้าใจเช่นนี้แล้ว ก็จะเข้าใจต่อไปอีกว่า เราไม่ได้ห่างไกลสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเลย เราอยู่ใกล้ชิดกับพระพุทธองค์อยู่ตลอดเวลา แต่ทำไมเราจึงยังไม่เห็นท่าน ก็เพราะเรายังไม่ค่อยได้สนใจปฏิบัติตัวเอง เพราะ**ธรรมะคือพระพุทธเจ้า และพระพุทธเจ้าคือธรรมะ**

พระพุทธองค์ได้ตรัสกับพระอานนท์ว่า “ดูก่อนอานนท์ ให้ท่านทำให้มาก เจริญให้มาก ปฏิบัติให้มาก ใครเห็นเรา คนนั้นก็เห็นธรรม ใครเห็นธรรม คนนั้นก็เห็นเรา” ซึ่งแสดงว่าเราไม่ห่างไกลจากพระพุทธเจ้า ไม่ห่างไกลจากพระธรรม เพราะพระพุทธเจ้าก็คือธรรมะ และธรรมะก็คือพระพุทธเจ้า

เมื่อเจ้าชายสิทธัตถะทรงถือกำเนิดขึ้นมาในโลกครั้งแรก ก็ยังไม่ได้เป็นพระพุทธเจ้า เพราะเหตุใด เพราะในตอนนั้นท่านยังไม่ได้ตรัสรู้ธรรม ต่อเมื่อท่านทรงรู้สิ่งที่ควรรู้ ด้วยการประพบัติปฏิบัติของท่าน คือรู้สังขารม รู้จักทุกข์ รู้จักเหตุเกิดแห่งทุกข์ รู้จักความดับทุกข์ รู้จักข้อประพบัติปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ท่านจึงทรงเป็นสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

ฉะนั้น เมื่อเราถึงธรรม เราจะนั่งอยู่ที่ไหน เราก็รู้ธรรมะ เมื่อเราเข้าใจในธรรมะ พระพุทธเจ้าก็อยู่ที่ใจของเรา พระธรรมก็อยู่ที่ใจของเรา ข้อประพบัติปฏิบัติ ให้เกิดความเฉลียวฉลาดอยู่ที่ใจของเรา เรียกว่าเราเป็นผู้ปฏิบัติพร้อมด้วยกาย วาจา จิต เช่นนี้แล้วเราจะเป็นผู้มองความดีความชั่วทั้งหลายด้วยความถูกต้อง คือถูกต้องตามสังขารม ตามที่สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสว่า นี่คือความจริง หรือมันเป็นความจริงของโลก

ดังนั้น พระพุทธองค์จึงทรงทิ้งโลก คือ ทิ้งทั้งสรรเสริญ ทิ้งทั้งนิินทา ใครจะนิินทา ท่านก็ทรงรับว่า มันเป็นอย่างนั้น ใครจะสรรเสริญ ท่านก็ทรงรับว่า มันเป็นอย่างนั้น เพราะทั้งสองอย่างนี้มันเป็นเรื่องของโลกทั้งนั้น จิตใจของท่านก็ไม่ทรงห่วงไหว เพราะอะไร ก็เพราะท่านรู้จักทุกข์ ก็สิ่งทั้งสองนี้ทำให้ท่านทรงเกิดทุกข์ หากท่านไปทรงเชื่อเข้า ทุกข์มันก็เกิดเท่านั้นแหละ

เมื่อทุกข์เกิดจิตก็กระสับกระส่าย ไม่สบายอกไม่สบายใจ เมื่อจิตวุ่นวาย จะยืน จะเดิน จะนั่ง จะนอน ก็มีแต่ความกระสับกระส่าย กระวนกระวาย นั่นคือทุกข์

อะไรเป็นเหตุให้ทุกข์เกิด ก็เพราะเราไม่รู้ตามความเป็นจริงอย่างนั้น ทุกข์มันก็เกิด แล้วจะดับทุกข์นั้นอย่างไรก็ไม่รู้จัก ไม่รู้จักวิธีดับอย่างถูกต้อง คิดเอาเองว่า ความแก้ทุกข์อย่างนี้ อย่างนั้น ทุกข์ก็ยิ่งเกิดทวีขึ้นมาอีก

ดังนั้น ท่านจึงสอนว่าให้รู้จักข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ คือน้อมธรรมะอันนี้เข้ามาในใจของเรา ให้มองเห็นว่าเป็นสังขารม พิจารณาให้ละเอียด ให้เห็นจริงจนเป็นพยานของตนเองได้ พระพุทธเจ้าท่านทรงสรรเสริญบุคคลเช่นนี้ บุคคลที่เป็นอิสระ ไม่รับทั้งดี ไม่รับทั้งชั่ว เพราะทั้งดีและชั่วเป็นเรื่องของโลก เมื่อเป็นเรื่องของโลกมันก็เป็นอารมณ์ ถ้าห่วงไหวไปตามอารมณ์ ใจเรามันก็เป็นโลก คำโลกอยู่ตลอดเวลา ก็เรียกว่าไม่รู้จักทางปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ทุกข์มันก็ยิ่งกำเริบขึ้นมาเท่านั้น

เมื่อเราเข้าใจเช่นนี้แล้ว ก็จะมีรู้ว่าเรายังไม่ชนะใจตัวเอง เรายังชอบเอาชนะคนอื่น มันแพ้ตัวเองเท่านั้น แต่ถ้าเราเอาชนะตัวเอง มันก็จะชนะทั้งตัวเอง ชนะทั้งคนอื่น ชนะทั้งอารมณ์ ชนะทั้งรูป ทั้งเสียง ทั้งกลิ่น ทั้งรส ทั้งโผฏฐัพพะ เป็นอันว่าชนะทั้งหมด อันนี้พูดถึงเรื่องภายนอก มันเป็นอย่างนั้น แต่เรื่องภายนอกมันก็ทำให้มาเป็นเรื่องภายในด้วย บางคนก็รู้แต่ภายนอกไม่รู้ภายใน เช่น ท่านพูดคำๆ หนึ่งว่า ให้เห็นกายในกาย ให้รู้กายแล้วก็ยังไม่พอ ให้รู้กายในกายอีก ให้พิจารณากาย แล้วก็ให้พิจารณากายในกาย แล้วก็ให้พิจารณาจิต และพิจารณาจิตในจิตอีก เป็นต้น

ถ้าเราเป็นผู้ห่างเหินจากการภาวนาแล้ว ก็จะเก้อเขินหรือไม่เข้าใจ รู้กายทำอะไร ในกายคืออะไร ที่ให้รู้จิต จิตนี้มันคืออะไร ของในจิตนั้นมันคืออะไร ก็เลยไม่รู้เรื่อง เพราะเป็นผู้ไม่รู้จักทุกข์ ไม่รู้จักเหตุของทุกข์ ไม่รู้จักความดับทุกข์ ไม่รู้จักข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ สิ่งที่ควรดับทุกข์ไม่ดับ มัวไปสนใจในสิ่งที่มันไม่ดับ เช่น เราคนที่ศรัทธาอย่างนี้ แล้วเราไปเกาที่ขา มันก็ไม่ถูกจุดของมัน มันก็ไม่หาย นี้เรียกว่าไม่รู้จุดที่จะให้มันระงับความคัน มันก็เป็นไปไม่ได้ เช่นเดียวกับเมื่อความทุกข์เกิดขึ้นมากก็ไม่รู้จักดับมัน ข้อปฏิบัติให้ถึงความดับแห่งทุกข์ก็ไม่รู้จักกัน สิ่งทั้งหลายเหล่านี้มันเป็นสิ่งที่ทำให้พวกเราทั้งหลายเก้อเขินมากเหลือเกิน เพราะความที่ไม่รู้จัก

รูป เวทนา สัญญา สังขารเช่นร่างกายเรา นี้ ร่างกายที่เราเอามาตั้งประชุมรวมกันอยู่ที่นี่ ที่มองเห็นได้ด้วยตาเห็น ถ้าเห็นแต่รูปร่างกายเช่นนี้อยู่เพียงเท่านั้น มันจะเป็นเหตุให้ระงับความทุกข์ หรือระงับเหตุให้เกิดความทุกข์นั้นไม่ได้เลย ทำไมก็เพราะว่าเราเห็นแต่กายข้างนอก เรายังไม่เห็นกายข้างใน เมื่อเห็นแต่ข้างนอก ก็เห็นแต่ว่าเป็นของสวยงาม เป็นแก่นสารไปหมดทุกอย่าง สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงบอกว่าแค่นี้ไม่พอ ที่เห็นข้างนอกอย่างนี้ เด็ๆ มันก็เห็นได้ สัตว์ทั้งหลายมันก็เห็นได้ มันไม่ยาก พอเห็นแล้วมันติด เห็นแล้วมันก็ไม่รู้ เห็นแล้วมันก็ตะครุบ ตะครุบแล้วมันก็กัดเราเท่านั้นแหละ มันเป็นเสียวอย่างนี้ เพราะฉะนั้น จึงให้พิจารณาภายในกาย อะไรที่มีในกายก็ค้นคว้าหาดูซิว่ามีอะไรในกาย ให้เห็นว่าของในกายเรานี้มีอะไรอยู่บ้าง ที่เราเห็นกายภายนอกนั้น มันไม่ชัดเจน เห็นผม เห็นขน เห็นเล็บ เห็นอะไรทั้งหลาย ก็มีแต่ของที่สวยงามไปทั้งหมด มันเป็นเรื่องข้อมใจเรา เพราะฉะนั้นท่านจึงว่าเห็นไม่ชัด เห็นกายก็ไม่ชัด ท่านจึงให้มองข้างใน ให้เห็นภายในกาย

แล้วก็ต้องมองเข้าไปอีกว่า กายที่อยู่ในกายนี้ มีอะไรอยู่บ้าง ที่กายเนื้อ กายหนังนี้มีอยู่อย่างนี้ ในกายนั้นมันมีอะไรบ้าง พิจารณาดูให้แยบคายเข้าไปเถอะ เราก็จะเห็นว่าในกายนี้มีอะไรหลายๆ อย่างสารพัด ค้นเข้าไปดูแล้วก็แปลกใจทั้งนั้นแหละ เพราะแม้แต่ของที่อยู่ในตัวของเรา เราก็ไม่เคยเห็นเลย แต่เราก็เดิน เราก็อุ้มมันไปนั่งรถก็อุ้มมันไปทั้งนั้นแหละ แต่เราก็ยังไม่รู้จักมันเลยว่ามันเป็นอะไร เป็นอย่างไร



เหมือนเราจับของฝากเขามา เขาเอาห่ออะไรให้เรา เราก็ไม่รู้ จับได้ก็ยึดใส่ตะกร้า
เดินมาเลย ไม่ได้เปิด เมื่อไปเปิดดูแล้วจึงเห็นมีแต่อสรพิษทั้งนั้น

กายเรานี้ก็เหมือนกัน เราเห็นแต่เปลือกนอก เราก็เห็นว่าสวยว่างามอะไร
สารพัดอย่าง จนลืมหูลืมตา ลืมอนิจจัง ลืมทุกขัง ลืมอนัตตา ลืมอะไรๆ ทั้งนั้น
ถ้าเรามองเข้าไปข้างในนั้น มันไม่น่าดูเลยนะกายของเรา ถ้าเอาของที่สะอาดมาใส่
มันก็สกปรก นี่เรื่องภายนอกก็สกปรกภายนอก ส่วนเรื่องภายในก็สกปรกภายใน
เหมือนกัน เรื่องภายในมันก็ยิ่งน่าดูยิ่งกว่านั้นอีก ดูเข้าไปข้างในซิ ในกายของเรา
มีอะไรบ้าง

ถ้าเราดูตามความเป็นจริง ดูตามลัทธิธรรมโดยไม่เข้าข้างตัวแล้ว มันเห็นสิ่งที่
น่าสลดน่าสังเวช น่าอะไรๆ หลายๆ อย่าง มันน่าจะเกิดนิพพิทาความเบื่อหน่าย
คำว่า “เบื่อหน่าย” ไม่ใช่ไปเกลียดไปโกรธมันนะ แต่เป็นความกระจ่างของจิตเราเอง
เป็นความปล่อยวาง เห็นว่าอันนี้ไม่มีสาระประโยชน์อะไรเลย ไม่เป็นแก่นไม่เป็นสาร
อะไรเลย เราเห็นสิ่งทั้งหลายเหล่านี้เป็นธรรมชาติเป็นธรรมดา เรื่องของเขา เขาก็ตั้ง
ของเขาอยู่อย่างนั้น ใครจะไปอยากให้เขาเป็นอย่างไร เขาก็เป็นของเขาอยู่อย่างนั้นเอง
เราจะร้องไห้ก็ดี เราจะหัวเราะก็ตาม สังขารนี่ก็เป็นอย่างนี้ สิ่งที่ไม่เที่ยงมันก็ไม่เที่ยง
สิ่งที่ไม่สวยมันก็ไม่สวย มันเป็นอยู่อย่างนั้นแหละ ถึงคนจะรู้ ถึงคนจะไม่รู้ มัน
ก็เป็นของมันอยู่อย่างนั้น

ดังนั้น สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้าของเราท่านจึงว่า เมื่อเราเห็น รูป เสียง
กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์เกิดขึ้นมาแล้ว ควรปล่อยเขาไปเสีย เมื่อหูได้ยิน
เสียง ก็ปล่อยเขาไปเสีย เมื่อจมูกได้กลิ่น ก็ปล่อยเขาไปเสีย เมื่อรสมันเกิดขึ้นกับ
ลิ้นของเรา ก็ปล่อยเขาไปเสีย เมื่อโผฏฐัพพะที่ถูกต้องด้วยกายเกิดขึ้นมา ชอบใจ
ไม่ชอบใจ ก็ปล่อยเขาไปเสีย ให้กลับไปทีเดิมของเขาเสีย เรื่องธรรมารมณ์ที่เกิดขึ้น
กับใจของเรา มันไม่ต้องอาศัยอะไร ไม่ต้องอาศัยสัมผัสอะไร มันสัมผัสขึ้นที่ใจ
ของมันเอง เรียกว่า ธรรมารมณ์ หรือธรรมะกับอารมณ์ เป็นส่วนดีก็เรียกว่า กุศล
เป็นส่วนที่ชั่วก็เรียกว่า อกุศล สิ่งทั้งหลายเหล่านี้ ให้ปล่อยไปตามเรื่องของเขาเสีย

เรียกว่าเรารู้มันอย่างนี้แล้ว สุขก็ดี ทุกข์ก็ดี สารพัดอย่างอยู่ในรูปอันเดียวกัน การทำให้ใจให้สงบเช่นนี้เรียกว่า การภาวนา

การภาวนาคือการทำให้สงบ เมื่อสงบแล้วก็ทำให้รู้ การทำให้สงบหรือทำให้รู้ที่ต้องลงมือปฏิบัติกายกับจิตสองอย่างนี้เอง ไม่ใช่อื่น ความเป็นจริงสิ่งที่กล่าวนี้มันเป็นสิ่งละสิ่ง เช่น รูปก็เป็นส่วนหนึ่ง เสียงก็เป็นส่วนหนึ่ง กลิ่นก็เป็นส่วนหนึ่ง รสก็เป็นส่วนหนึ่ง โผฏฐัพพะก็เป็นส่วนหนึ่ง ธรรมารมณก็เป็นส่วนหนึ่ง แต่ละอย่างนี้ก็เป็นคนละส่วนๆ อยู่ แต่ท่านก็ให้เรา รู้จักมันเสีย แยกสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ ออกสรุปเป็นสุขบ้าง ทุกข์บ้าง สุขเกิดขึ้นมากก็เป็นสุขเวทนา ทุกข์มันเกิดขึ้นมากก็เรียกทุกข์เวทนา

เรื่องสุขกับทุกข์ท่านก็จัดไว้เพื่อให้แยกมันออกจากจิต จิตก็คือผู้รู้ เวทนานั้นคืออาการที่มันสุขหรือทุกข์ ชอบใจไม่ชอบใจเป็นต้น เมื่อจิตของเราเข้าไปเสวยในอาการเหล่านั้น เรียกว่าจิตของเราเข้าไปยึดหรือหมายมัน หรือสำคัญมันหมายในความสุขนั้น ในความทุกข์นั้นนั่นเอง การที่เราเข้าไปหมายมันนั้น ก็คือเรื่องของจิต อาการที่มันสุขหรือทุกข์นั้น คืออาการของเวทนา ที่เป็นความรู้นั้นเรียกว่าจิตของเราที่ชื่อว่าสุขหรือทุกข์นั้นมันเป็นเวทนา ถ้ามันสุขก็เรียกว่า สุขเวทนา ถ้ามันทุกข์ก็เรียกว่า ทุกขเวทนา

ที่ว่าจิตกับเวทนานั้น ท่านให้เรา รู้จักแยกมันออกจากกัน คำที่ว่าแยกออก ไม่ใช่เอาไปทิ้งไว้คนละอย่างคนละที่ แต่ให้เราแยกโดยวิธีที่ทำให้จิตเราให้สงบ เช่น คนที่สามารถให้ถึงที่เป็นต้น เมื่อจิตสงบแล้วก็พิจารณาแยกมันเสีย เพราะความสงบนั้นมันล้นเหลือ สุขนี้มันก็เข้าไปไม่ได้ เข้าไปไม่ถึง ทุกข์นี้ก็เข้าไปไม่ถึง นี่ก็คือว่า เวทนามันแยก อย่างว่าเรานั่งสมาธิ ถ้าความสงบมันเข้ามาก่อน เวทนาเกิดทีหลัง เวทนามันก็เดินเข้าไม่ถึง จิตก็ไม่รับรู้เวทนา มันแยกกันอยู่ในตัวของมันเอง กับกายนั้นพิจารณาให้รู้ว่าจิตที่เห็นเวทนานั้น เราเข้าไปยึดใหม่ ทุกขเวทนาที่เกิดขึ้นมานั้น เราเข้าไปยึดมันใหม่ เราก็จะรู้ว่าจิตของเรามันเป็นอย่างนี้ จะรู้ว่าสุขมันเป็นอย่างนี้ ทุกข์มันเป็นอย่างนี้ เวทนามันเป็นอย่างนี้ มันก็เป็นคนละเรื่องกันอยู่ จะเปรียบก็



คล้ายกับว่าน้ำมันกับน้ำท่า มันปนอยู่ในขวดเดียวกันก็ปนกันได้ แต่มันแยกที่อยู่กัน มันจะอยู่ร่วมขวดกันก็ได้ แต่มันไม่ซึมซาบเข้าด้วยกัน แม้จะปะปนกันอยู่ น้ำมัน ก็เป็นน้ำมัน น้ำท่าก็เป็นน้ำท่า ทำไมมันถึงเป็นเช่นนั้น เพราะว่ามันมีน้ำหนักต่างกัน มันจึงแยกกันอยู่อย่างนั้น นี่ก็เหมือนกันฉันนั้น

ถ้าปกติของจิตเราก็ไม่สุขไม่ทุกข์ เมื่อเกิดเวทนาเข้า ก็เกิดสุขทุกข์อย่างนี้ ถ้าเรามีสติอยู่ก็จะรู้ว่า อันนี้เรียกว่าสุข ที่เป็นสุขนั้นมันก็สุขอยู่ แต่จิตรู้ว่าสุขนั้นไม่เที่ยง มันก็ไม่ไปหยิบเอาสุขอันนั้น สุขนั้นมีอยู่ที่ไหน มีอยู่แต่มันอยู่นอกจิต ไม่มีฝังอยู่ในดวงจิต แต่ที่รู้ได้ชัดเจน หรือเมื่อทุกข์เกิดขึ้นมา ถ้ามันแยกเวทนาได้ มันไม่รู้จักทุกข์ หรือ รู้...มันรู้จักทุกข์ แต่ว่าจิตมันก็เป็นจิต เวทนามันก็เป็นเวทนา จิตนั้นจะไม่ไปยึดทุกข์มาแบกไว้ว่าทุกข์ ว่านั่นมันเป็นทุกข์ นี่ก็เพราะเราไม่ไปยึดให้เกิดเป็นความสำคัญมั่นหมาย

สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านทรงแยกด้วยความรู้ ท่านทรงมีทุกข์ใหม่ อากาของทุกข์นั้นท่านทรงรู้มัน แต่ท่านไม่ไปสำคัญมั่นหมายมัน ท่านทรงรู้ อย่างนี้ ก็เรียกว่าท่านทรงแยกทุกข์ออก แยกเวทนาออก ความสุขตามธรรมชาติรู้ใหม่ ความสุขนั้นมี แต่ท่านทรงรู้ว่าสุขนั้นเป็นพิษถ้าเราไม่รู้จักมัน ท่านก็ไม่ไปสำคัญมั่นหมายสุขนั้นว่าเป็นตัวเป็นตน สุขนั้นมีอยู่หรือ มันมีอยู่ด้วยความรู้ แต่ไม่มีอยู่ในจิตของท่าน เช่นนี้ที่รู้ได้ว่าท่านแยกสุขแยกทุกข์ออกจากจิตของท่าน แยกเวทนาออกจากจิตของท่าน ทั้งที่มีอยู่ด้วยกันนั้นแหละ

คำที่กล่าวว่า พระพุทธองค์และพระอริยเจ้าของเราท่านตัดกิเลสแล้ว ท่านฆ่ากิเลสแล้วนี้ ไม่ใช่ท่านไปฆ่ากิเลสหรอก ถ้าท่านฆ่ากิเลสหมดแล้ว เราก็คงไม่มีกิเลสนะสิ เพราะท่านฆ่าไปหมดแล้ว ความจริงท่านไม่ได้ฆ่ามัน แต่ท่านรู้แล้ว ท่านก็ปล่อยมันไปตามเรื่องของมัน ใครโง่มันก็ไปจับเอาคนนั้นแหละ ท่านรู้เฉพาะใจของท่านว่าสิ่งทั้งหลายเหล่านี้เป็นพิษ ท่านก็เขี่ยมันออกไป สิ่งที่ทำให้ท่านเกิดทุกข์ ท่านก็เขี่ยมันออกไป ไม่ได้ฆ่ามันหรอก คนที่ไม่รู้ว่าท่านเขี่ยออก กลับเห็นว่าดีก็ไปตะครุบเอา เออ...อันนี้ดีนี่ ก็ตะครุบเอา ความเป็นจริงพระพุทธเจ้าท่านทิ้ง อย่างสุข ท่านก็เขี่ยออก เราก็เห็นว่าดีก็ตะครุบเอาเลย จับใส่ย่ามไปเลยว่าของดีของเรา ความ

เป็นจริงนั้นท่านก็รู้ทันมัน เมื่อสุขเกิดขึ้นมาท่านก็รู้ว่ามันเป็นสุข แต่ท่านไม่มีสุข ท่านก็รู้ว่าอันนี้เป็นสุข แต่ท่านไม่ไปล่าค้ำคุณมันหมายความว่ามันเป็นตัวเป็นตน ว่าเป็นของเขาว่าเป็นของเราทั้งนั้น อย่างนี้ท่านก็ปล่อยมันไป ทุกอย่างก็เหมือนกัน

ความเป็นจริง สุขเวทนา ทุกขเวทนา กับจิตของเรานั้น มันเป็นคนละอย่างกัน อย่างเดียวกันเรานั่งอยู่ที่นี่ มันก็สบายนะ แต่ถ้ามีไม้สักท่อนหนึ่งที่เราอยากได้ เราไปแบกมัน มันก็หนักนะ ท่อนไม้ที่มันก็คือเวทนาที่แหละ ตัวความอยากได้ท่อนไม้คือตัวจิตของเราที่เข้าไปแบกท่อนไม้ มันก็หนักใช้ไหม มันหนัก ถ้าคนมีปัญญาแม่หนักเขาก็ไม่ทุกข์ รู้จักปล่อยมัน เมื่อมันหนักเต็มที่เขาก็ปล่อยมัน ถ้าท่อนไม้นั้นมันมีประโยชน์ จะเอาไปใช้ประโยชน์ ก็ให้รู้ทันมัน หากรู้อย่างนั้นมันก็ไม่ค่อยยังชั่ว ไม้มันจะได้ไม่ทับตายอย่างนี้ จิตนี้ก็เหมือนกันฉันนั้น

อาการของจิต คือสุขเวทนาและทุกขเวทนาสารพัดอย่างนั้น มันเป็นอารมณ์ มันเป็นส่วนโลก ถ้าจิตรู้แล้ว งานที่เป็นสุขท่านก็ทำได้ งานที่เป็นทุกข์ท่านก็ทำได้ เพราะอะไร ก็เพราะท่านรู้จักสุขรู้จักทุกข์ตามที่เป็นจริง ถ้าคนที่ไม่รู้จักสุขไม่รู้จักทุกข์นั้น ก็จะเห็นว่าสุขกับทุกข์นั้นมันคนละระดับ มันคนละราคากัน **ถ้าผู้รู้ทั้งหลายแล้ว ท่านจะเห็นว่า สุขเวทนากับทุกขเวทนามันมีราคาเท่าๆ กัน ถ้าไปยึดในสุข นั่นก็คือบ่อเกิดของทุกข์** ทุกข์มันก็จะเกิดขึ้นมา เพราะอะไร นี้เพราะว่าสุขมันก็ไม่เที่ยง มันแปรไปมา เมื่อสุขนี้มันหายไป ทุกข์มันก็เกิดขึ้นมาดังนี้ เป็นต้น

พระพุทธองค์ท่านทรงรู้ว่าสุขทุกข์นี้มันเป็นโทษ สุขทุกข์จึงมีราคาเท่ากัน ดังนั้นเมื่อสุขทุกข์เกิดขึ้น ท่านจึงปล่อยวางไป สิ่งทั้งหลายเหล่านี้มันมีราคาเสมอเท่ากันทั้งนั้น เพราะฉะนั้นจิตใจของท่านจึงเป็นสัมมาปฏิบัติ เห็นสิ่งทั้งสองนี้มีทุกข์ โทษเสมอกัน มีคุณประโยชน์เสมอกันทั้งนั้น และสิ่งทั้งสองนี้ก็เป็นของที่ไม่แน่นอน ตกอยู่ในลักษณะของธรรมะว่าไม่เที่ยงและเป็นทุกข์ เกิดแล้วดับไป ทั้งหมดเป็น อย่างนี้ เมื่อท่านเห็นเช่นนี้ สัมมาปฏิภาณก็เกิดขึ้นมา เป็นสัมมาบรรค จะยืน จะเดิน จะนั่ง จะนอนก็ตาม หรือความรู้สึกนึกคิดทางจิตนั้นจะเกิดขึ้นมาก็ตาม ท่านจะรู้ว่าอันนี้เป็นสุข อันนี้เป็นทุกข์เสมอเลยทีเดียว ท่านไม่ได้ยึด

พระบรมศาสดาของเรานั้น เมื่อตรัสรู้มาใหม่ๆ ท่านเทศนาเรื่องกามสุขัลลิกานุโยโค อตตกิลมถานุโยโค ภิกษุทั้งหลาย กามสุขัลลิกานุโยโคนั้นทางมันหย่อน อตตกิลมถานุโยโคนั้นทางมันตึง อันนี้ที่มันเล่นงานท่านมาตลอดทาง จนถึงวันที่ท่านตรัสรู้ธรรมะ เพราะที่แรกท่านไม่ได้ปล่อยมัน พอท่านทรงจับตรงนี้ได้ก็ทรงปล่อยวาง แล้วจึงได้แสดงปฐมเทศนาให้สาวกฟังเลยว่า กามสุขัลลิกานุโยโคนั้นสมณะอย่าพึงเดินไป อันนั้นไม่ใช่ทางของสมณะ คือใครไปติดใครไปยึด ไปสำคัญมันหมายอยู่ในกามนี้ มันก็วุ่นวาย ความสงบไม่มีในที่นั้น สมณะเกิดขึ้นไม่ได้ ท่านว่าทางนี้อย่าเดิน ส่วนอตตกิลมถานุโยโคนั้น ทางนี้มันก็เหี้ยมโหดรุนแรง ทางนี้อย่าเดินไป สมณะไม่อยู่ที่นี้ ความสงบไม่มีอยู่ที่นี้ สมณะไม่เคยเกิดในทางนี้ ความสงบไม่อยู่ทางนี้ คือทั้งสุขและทุกข์นี้ สมณะอย่าเดินไป สุขก็อย่าลืมหิว ทุกข์ก็อย่าเดินไป ให้รู้ทันมัน มันจะเกิดทุกข์ก็ให้รู้ว่าเกิดทุกข์ เมื่อรู้จักทุกข์ก็รู้ทางที่จะให้เกิดทุกข์ และรู้จักความดับทุกข์ หรือข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ข้อปฏิบัตินี้คือการภาวนานี้เอง

พูดง่าย ๆ ก็เรียกว่าเราต้องเป็นผู้มีสติ คือมีความรู้ความระลึกอยู่เสมอ อยู่ที่นี้เดี๋ยวนี้ เราคิดอะไรอยู่ เราทำอะไรอยู่ เรามีอะไรอยู่เดี๋ยวนี้ เราดูอย่างนี้ มีสติอยู่เสมอว่าเราอยู่อย่างไร เรา รู้ตัวว่าขณะนี้เรามีอะไรอยู่ กำลังคิดอะไร กำลังสุขหรือกำลังทุกข์ ผิดหรือถูกอยู่เดี๋ยวนี้ ที่เราปรารถนาสิ่งทั้งหลายอยู่อย่างนี้ ปัญญามันก็เกิดขึ้นมาแล้วนั้น ระลึกได้อยู่ รู้ได้อยู่ มันก็วิ่งไปหาปัญญา ปัญญาที่เกิดขึ้นมาเราก็วิพากษ์วิจารณ์ พิจารณา เราจะยืน จะเดิน จะนั่ง จะนอนอยู่ก็ตามที่ มีความรู้ อยู่อย่างนั้นตลอดเวลา มันก็รู้จักผิด รู้จักถูก รู้จักพอดี รู้จักไม่พอดี เมื่ออารมณ์ที่พอใจเกิดขึ้นมาอยู่ที่นี่เราก็รู้จัก เราไม่ไปสำคัญมันหมายมัน มันลักแต่ว่าสุข เมื่อทุกข์เกิดขึ้นมา มันเป็นอตตกิลมถานุโยโค เราก็รู้ว่า เออ...อันนี้ไม่ใช่ทางของสมณะ เรียกว่า ลักว่าทุกข์ ลักว่าสุข เป็นของ ‘ลักว่า’ เท่านั้น อย่างนี้ก็เรียกว่าเราสามารถแยกจิตกับเวทนาออกจากกันได้แล้ว ถ้าจิตเราฉลาด เราก็ไม่ไปยึด แต่วาง เป็นผู้รู้เฉยๆ รู้เท่าแล้วปล่อยไปตามสภาวะ อันนั้นลักษณะของจิตกับเวทนาทั้งหลายก็เป็นอย่างนี้



แม้ว่าเราเจ็บป่วยขึ้นมา เราก็ยังรู้สึกว่าจะหนามันก็เป็นเวทนา จิตมันก็เป็นจิต เป็นคนละอย่างกันอยู่ รู้จักเจ็บใหม่...รู้จัก รู้จักสบายใหม่...รู้จัก แต่เราไม่ไปอยู่ใน ความสบายและความไม่สบายนั้น อยู่แต่ในความสงบ สงบอย่างไร สงบจากความ สบายนั้น สงบจากความทุกข์นั้น อันนี้ชี้ให้เห็นอย่างนี้ เพราะมันไม่มีตัวตน จะอยู่ อย่างไม่รู้ไม่ได้ มันก็ต้องอยู่อย่างนี้แหละ คือหมายความว่า ท่านไม่มีสุขไม่มีทุกข์ ท่านรู้ว่ามันสุขมันทุกข์อยู่เหมือนกัน แต่ท่านไม่ไปแบกมันไว้ เวทนามันมันก็ไม่เกิด

อย่างนี้ถ้าหากว่าปุถุชนเรารู้ว่ามันเป็นเรื่องแปลก แต่จะเป็นปุถุชนก็ช่างเถอะ ให้เรามุ่งไปตรงนั้นเลยทีเดียวนะ มันมีอยู่อย่างนั้น จิตมันก็เป็นส่วนจิตอยู่อย่างนี้ เรา พบสุขทุกข์ก็ให้เห็นว่ามันเป็นส่วนสุขทุกข์อยู่อย่างนั้น ไม่มีอะไรกับมัน มันแยก กันอยู่ ไม่ใช่ว่ามันปนกันอยู่ ถ้ามันปนกัน เราก็ไม่รู้ทั่วถึงมันเท่านั้นแหละ ความ เป็นจริงลักษณะอันนี้มันแยกกันอยู่ นี่เป็นเรื่องของกายกับจิต แม้ว่ามันจะรวมกัน อยู่อย่างนี้ก็ตาม อย่างที่บ้านเรากับเราที่อยู่ในบ้าน มันก็เนื่องกันอยู่อย่างนั้นแหละ ถ้าบ้านของเรามีอันเป็นไป จิตเราก็เป็นทุกข์เพราะถือเป็นเจ้าของ ความจริงมันก็ คนละคนนี่ อันหนึ่งมันเจ้าของบ้าน อันหนึ่งมันบ้าน มันเป็นอยู่อย่างนั้นของมันเอง ไม่ใช่อันเดียวกัน

ดังนั้น จิตก็ดี เวทณาก็ดี ถึงเราจะพูดแยกมันออกอย่างนี้ก็ตาม แต่ความจริง มันก็แยกของมันอยู่แล้ว คือเพียงเรารู้ตามเป็นจริงของมันเท่านั้น มันรู้จักแยก ของมันเอง มันเป็นธรรมชาติของมันอยู่แล้ว ที่ไปเห็นว่ามันไม่แยก ก็เพราะว่าเราไป ยึดมันถือมันมัน ด้วยเราไม่รู้ตามเป็นจริง มันก็คุมกันอยู่อย่างนั้นแหละ ก็เหมือน ช้อนที่เราชตแกลงนั้นแหละ แกลงมันก็เป็นอย่างหนึ่ง ถ้าคนเรารู้จักว่าอันนี้เป็นแกลง อันนี้เป็นช้อน มันก็สบายนะ เอาชตน้ำแกลง แล้วก็เอามันวางไว้ มันก็สบาย ถ้าเราไป แยกช้อนอยู่ มันก็ลำบากสิ ไม่เห็นช้อนเป็นช้อน ไม่เห็นแกลงเป็นแกลง ไม่เห็นเวทนา เป็นเวทนา ไม่เห็นจิตเป็นจิต มันก็ยุ่งเท่านั้นแหละ

ถ้าเราคิดกันได้เช่นนี้ จะยืนมันก็แยกกันอยู่ จะเดิน จะนั่ง จะนอน มันก็แยกกันอยู่ มันก็มีสุขทุกข์สลับซับซ้อนกันอยู่ทุกเวลานั่นเอง ดังนั้นพระพุทธเจ้าท่านจึงทรงให้เราภาวนา การปฏิบัติภาวนานี้เป็นของสำคัญ รู้เฉยๆ ไม่พอหรอก ‘รู้’ เกิดจากการปฏิบัติที่จิตสงบกับ ‘รู้’ ที่เราเรียนมานั้น มันไกลกันอยู่มากที่สุดทีเดียว มันไกลกันมาก

‘รู้’ ในการศึกษาเล่าเรียนนั้นมันไม่ใช่จิตของเรา ‘รู้’ แล้วมันตะครุบไว้ เก็บไว้ทำไม เก็บไว้เพื่อให้มันเสีย เสียแล้วก็ร้องไห้ ถ้าเรารู้แล้วก็มีการปล่อยวาง รู้ว่ามันเป็นอย่างนั้น เราก็ไม่ลืมตัว เมื่อถึงคราวทุกข์เจ็บไข้มาเราก็ไม่หลง บางคนคิดว่าเออ...ปีนี้ ฉันเป็นไข้ตลอดปีนะ ไม่ได้ภาวนาเลย นี่คือคำพูดของคนทีโง่ที่สุดเลย คนเป็นไข้คนจะตายนี้มันควรจะรีบภาวนายิ่งขึ้น อันนี้ยิ่งไปพูดว่าเราไม่มีเวลาภาวนาเสียแล้ว ความเจ็บมันก็เกิดขึ้นมา ความทุกข์มันก็เกิดขึ้นมา ความไม่ไว้วางใจในสังขารเหล่านั้นมันก็มีมาแล้ว ก็ยังเข้าใจว่าเรายังไม่ได้ภาวนา พระพุทธองค์ท่านไม่ตรัสอย่างนั้น ท่านตรัสว่านั่นแหละมันกำลังถูกที่ที่เราปฏิบัติละ **จนจะเจ็บไข้จะตาย ยิ่งเร่งยิ่งรู้ยิ่งเห็นสังขาร มันเกิดขึ้นเดี๋ยวนี้แหละ** ถ้าเราไปคิดเช่นนั้นมันก็ลำบากนะ

บางคนก็คิดว่าไม่มีโอกาส มีแต่การงานทั้งนั้น ไม่มีโอกาสที่จะภาวนา เคยมีอาจารย์หลายคนมาที่นี่ อาตมาถามว่าทำอะไรอยู่ เขาตอบว่าสอนเด็ก มีงานมากสารพัดอย่าง วุ่น ไม่มีเวลาจะภาวนา อาตมาถามว่าเมื่อสอนเด็กนักเรียนนะ คุณมีเวลาหายใจไหม มีครับ อ้าว...ทำไมมีเวลาหายใจล่ะ ที่ว่าสอนเด็กอยู่ งานมันยุ่งนี่คุณห่างไปไกลไป ความเป็นจริงเรื่องปฏิบัติมันเป็นเรื่องของจิต เรื่องความรู้สึก ไม่ใช่เรื่องที่จะต้องไปวิ่งไปเต้นอะไรมากมาย เป็นเรื่องความรู้สึกเท่านั้น ลมหายใจนั้นเราทำงานอยู่ เราก็หายใจเรื่อยไป เราพยายามแต่เพียงให้มีสติให้รู้อยู่เท่านั้น พยายามเรื่อยๆ เข้าไป ให้เห็นชัดเข้าไป การภาวนาก็เหมือนกันฉันนั้น ถ้าเรามีความรู้สึกอยู่อย่างนี้ จะทำงานอะไรอยู่ก็ตามเถอะ มันจะยิ่งทำให้การทำงานเหล่านั้น ทำอย่างรู้ผิดชอบอยู่เสมอ นี่ให้คุณเข้าใจเสียใหม่ อาตมาบอกเขาอย่างนี้ เวลาที่จะภาวนานั้นมันเยอะ คุณเข้าใจไม่ถึงเฉยๆ หรือ นอนอยู่ก็หายใจได้ใช้ไหม อยู่ที่ไหนก็หายใจได้ ทำไมมันจึงมีเวลาละ ถ้าคุณคิดอย่างนี้ชีวิตของคุณ ก็มีราคาเท่ากับ

ลมหายใจ แล้วมันจะอยู่ที่ไหนก็มีเวลา ความรู้สึกนึกคิดมันเรื่องของนามธรรม ไม่ใช่ เป็นเรื่องของรูปธรรม ดังนั้น **เพียงแต่ให้มีสติอย่างเดียวก่อนนั้น ก็จะมีสติรู้ความผิด ชอบอยู่ตลอดเวลา ทั้งการยืน เดิน นั่ง นอน เหล่านั้น เวลามันเยอะไป เราไม่ฉลาด ในเรื่องเวลาของเราเอง** อันนี้ ให้คุณเอาไปพิจารณาดู มันเป็นอย่างนี้

เรื่องเวทนานี้เราจะหนีมันไปไหนไม่ได้ เราต้องรู้มัน เวทนาก็สักแต่ว่าเวทนา สุขก็สักแต่ว่าสุข ทุกข์ก็สักแต่ว่าทุกข์ มันเป็นของสักว่าเท่านั้นแหละ แล้วเราจะไป ยึดมันถือมันมันทำไม ถ้าจิตเราฉลาดแล้ว เพียงคิดเท่านั้น มันก็แยกเวทนาออกไป จากจิตได้ เวทนานี้สักว่าเวทนา มันก็เห็นสักว่าเท่านั้น ทุกข์มันก็สักว่าทุกข์ สุข มันก็สักว่าสุข มันก็แยกกันเท่านั้นแหละ แล้วมันมีอยู่ใหม่ มี แต่มันมีอยู่นอกใจ มันมีด้วยความไม่ยึดมันถือมัน ไม่ได้ไปทำความสำคัญมันหมายกับมัน มีแล้วมันก็ คล้ายๆ กับว่ามันไม่มี เท่านั้นเองแหละ

นี่เรียกว่าการแยกเวทนาออกจากจิต เพราะรู้ว่าจิตมันเป็นอย่างไร เวทนามัน เป็นอย่างไร จิตก็คือตัวที่เข้าไปรู้ในสุข เป็นตัวที่ละเอียดเข้าไป แล้วตามเข้าไปให้รู้ว่า สุขนั้นมันแน่หรือเปล่า ทุกข์นั้นมันแน่หรือเปล่า เมื่อเราตามเข้าไปเช่นนี้ ปัญญา มันก็เกิดขึ้นที่จิต มันก็แยกสุขทุกข์ออก สุขมันก็กลายเป็นว่าสักว่า ทุกข์มันก็กลายเป็นว่าสักว่า ไม่เห็นมีอะไร อะไรมันก็เป็นของสักว่าเท่านั้น เรามีความรู้อยู่อย่างนี้ ตลอดต้นจนปลายเท่านั้น จิตของเรามันก็ปล่อยวาง แต่ไม่ใช่ปล่อยวางด้วยความ ไม่รู้นะ มันวางและก็รู้อยู่ ไม่ใช่วางด้วยความโง่ ไม่ใช่วางเพราะไม่อยากให้เป็น อย่างนั้น คือวางเพราะรู้เห็นตามความเป็นจริงว่า มันเป็นของมันอยู่อย่างนั้น นี้ เรียกว่า เห็นธรรมชาติหรือเห็นของธรรมดา

เมื่อเรารู้เช่นนี้แล้ว เราก็เป็นผู้ชำนาญในจิต รู้จักตามรักษาจิต ฉลาดในจิต ของตน เพราะฉะนั้น **เมื่อฉลาดในจิต ก็ต้องฉลาดในอารมณ์ เมื่อฉลาดในอารมณ์ ก็ยอมฉลาดในโลก** อย่างนี้เป็นต้น นี่เป็นโลกวิทู พระพุทธเจ้าทรงเป็นผู้รู้แจ้งโลก อยู่ท่ามกลางสิ่งที่มันยุ่งยาก ท่านก็รู้ในสิ่งที่มันยุ่งนั้นแหละ โลกนี้เป็นของวุ่นวาย ทำไมพระพุทธเจ้าท่านจึงทรงรู้แจ้งโลกได้ นี่ให้เราเข้าใจว่าธรรมะที่พระพุทธเจ้าทรง บัญญัติไว้ ไม่มีอะไรที่จะเหนือความสามารถของพวกเขาทั้งหลายนั่นเอง



เพราะฉะนั้น ถ้าเรารู้จิตเป็นจิต เวทนาเป็นเวทนาเท่านั้น มันก็แยกกันออกเป็น
คนละอย่างคนละตอน จิตมันก็พ้นได้สบาย อารมณ์มันก็เป็นอย่างนั้นของมันเอง
เกิดแล้วก็ดับไปเท่านั้น มันเกิดแล้วก็ดับไป ดับแล้วก็เกิดแล้วก็ดับ มันก็เป็นอยู่
เท่านั้น เรารู้แล้วเราก็ปล่อยให้มันไปตามเรื่องของมันอยู่อย่างนั้น อย่างนี้เรียกว่า
เป็นผู้รู้เห็นตามที่เป็นจริง อันนี้ปัญหามันก็จะจบลงที่ตรงนี้ เพราะฉะนั้นแม้เราจะยืน
จะเดิน จะนั่ง จะนอน ก็ขอให้มีการประพฤติปฏิบัติ มีสติ มีสัมปชัญญะอยู่ตลอดเวลา
เรื่องไปถึงคราวนั่งสมาธิเราก็ทำไป ให้เข้าใจว่าการทำสมาธิก็เพื่อให้เกิด
ความสงบ ความสงบนั้นมันจะเพาะกำลังให้เกิดเท่านั้นแหละ ไม่ใช่ว่านั่งสมาธิเพื่อจะ
ตามไปเล่นอะไรมากมายหรอก

ดังนั้น การทำสมาธิก็ต้องให้มันสม่ำเสมอ การทำวิปัสสนาก็คือทำสมาธินั่นเอง
แหละ บางแห่งเขาก็ว่าบัดนี้เราทำสมาธิ ต่อไปเราจึงจะทำวิปัสสนา บัดนี้เราทำสมถะ
เป็นต้น อย่าให้มันห่างกันอย่างนั้นสิ สมถะนี้แหละคือบ่อเกิดของปัญญา ปัญญา
นี่คือผลของสมถะ จะไปถือว่าบัดนี้เราทำสมถะ ต่อไปเราจะทำวิปัสสนา อย่างนั้น
มันแยกกันได้ก็แต่คำพูด เหมือนกับมีดเล่มหนึ่งนะ คมมันก็อยู่ข้างหนึ่ง สันมันก็อยู่
อีกข้างหนึ่งนั่นแหละ มันแยกกันไม่ได้หรอก ถ้าเราจับด้ามมันขึ้นมาอันเดียวเท่านั้น
มันก็ติดมาทั้งคมทั้งสันนั่นแหละ

ความสงบนั้นมันทำให้เกิดปัญญาในตรงนั้น ให้เข้าใจว่า มันเป็นท่อนฟืนดุ้น
เดียวกันนั่นแหละ มันจะมีมาจากไหนล่ะ มันไม่มีพ่อแม่เกิดมานะ ธรรมะจะเกิดขึ้น
ที่ไหน ศีลก็คือพ่อแม่ของธรรมะ นี่คือสงบ หมายความว่าความผิตทางกายทางใจ
มันไม่มี เมื่อไม่มีมันก็เป็นศีล และมันก็ไม่เดือดร้อนเพราะมันไม่มีความผิต ทีนี้เมื่อ
ไม่เดือดร้อนความสงบระงับมันก็เกิดขึ้นมา นี่คือจิตเกิดความสงบขึ้นมาแล้วในตัว
ของมันเอง อันนี้ท่านจึงว่า ศีลก็ดี สมาธิก็ดี ปัญญาที่ดี มันเป็นทางของพระอรหันต์
จะดำเนินเข้าไปสู่พระนิพพาน มันเป็นอันเดียวกัน



ถ้าพูดให้สั้นเข้ามา คีลก็ดี สมาธิก็ดี ปัญญาที่ดี มันเป็นอันเดียวกัน คีลก็คือสมาธิ สมาธิก็คือคีล สมาธิก็คือปัญญา ปัญญาก็คือสมาธิ ก็เหมือนมะม่วงใบเดียวกันนั้นแหละ เมื่อมันเป็นดอกขึ้นมา มันก็ดอกมะม่วง เมื่อเป็นลูกเล็กๆ ก็เรียกว่าผลมะม่วง เมื่อมันโตขึ้นมาก็เรียกว่ามะม่วงลูกโต มันโตขึ้นไปอีกก็เป็นมะม่วงท่าม เมื่อมันสุกก็คือมะม่วงสุก มันก็มะม่วงลูกเดียวกันนั้นแหละ มันเปลี่ยน ๆ ๆ ๆ ไป มันจะโตมันก็โตไปจากเล็ก เมื่อมันเล็กก็เล็กไปหาโต จะว่ามะม่วงคนละใบก็ได้ จะว่าใบเดียวกันก็ถูก

คีลก็ดี ปัญญาที่ดี มันก็เกี่ยวเนื่องกันอยู่อย่างนั้น ผลที่สุดแล้วก็ต้องเป็นมรรคเดินทางเข้าไปสู่กระแสของพระนิพพาน มะม่วงตั้งแต่เป็นดอกมาเป็นลูก มันก็ดำเนินไปถึงที่มันสุกก็พอแล้ว นี่ ให้เราเห็นเช่นนี้ ถ้าเราเห็นเช่นนี้เราก็ไม่ว่ามัน เขาจะเรียกให้เป็นอะไรก็ช่างมัน เมื่อมันเกิดขึ้นมาแล้ว มันจะแก่จะเป็นอะไรไปก็ตามพิจารณาไปเถอะ บางคนก็ไม่อยากจะแก่ แก่แล้วก็เหนื่อยใจ งั้นก็อย่ากินมะม่วงสุกลี จะอยากให้มีมะม่วงสุกท่ามละ เมื่อสุกไม่ทันเราก็เอามันไปบ่มไม่ใช่หรือ ถึงเราจะแก่ก็ไม่ต้องบ่นเหนื่อยใจ บางคนก็ร้องไห้กลัวว่ามันจะแก่ตาย ยิ่งงั้นมะม่วงสุกก็ไม่ต้องกินลีนิดดอกมะม่วงดีกว่านะ นี่แหละถ้าเราคิดอย่างนี้ มันก็เห็นธรรมะกระจ่างออกมา เราก็สบาย มีแต่จะตั้งหน้าตั้งตาประพฤติปฏิบัติไปเท่านั้น.



คุณงามความดีของคนอื่นเราจะรู้ได้ยาก
เพราะธรรมทั้งหลายเหล่านี้มันเป็นปัจเจกตั้ง
มันเชื่อไม่ได้ด้วยการบอก
ต้องให้ไปปฏิบัติให้ไปรู้เองเห็นเอง

๔๒ | ขึ้นตรงต่อพระพุทธเจ้า พระองค์เดียว

ต่อไปนี้ญาติโยมทุกๆ คนให้ตั้งใจฟังธรรม ฟังธรรมด้วยความสงบ
ให้เอาใจฟัง อย่าเอาหูฟัง นั่งให้มันสบายๆ ไม่ต้องพนมมือก็ได้ เอามือ
วางไว้ที่หน้าตักของเรา ความรู้สึกของเราอย่าให้มันขึ้นข้างบน อย่าให้มันลง
ข้างล่าง ให้มันพอดีๆ

วันนี้มีญาติโยมทั้งหลายทั้งใกล้ทั้งไกล ล้วนเป็นชาวพุทธที่มีศรัทธา
แสวงหาธรรมะ แสวงหาทางพ้นทุกข์ วัดหนองป่าพงนี้เป็นแหล่งแห่งหนึ่ง
ซึ่งขยายธรรมะให้ประชาชนทั้งหลายผู้ที่ไม่เข้าใจให้เข้าใจ ผู้ที่เข้าใจน้อยก็ให้
เข้าใจมากขึ้น จนกว่าที่ว่า ‘บรรลुธรรม’

บรรลุธรรมอย่างไร บางคนเรียกว่ายังไม่บรรลุธรรม ก็คือยังไม่
รู้จักธรรมนั้นแหละ เช่น บางคนก็กินเหล้าเมายา เห็นว่ามันดีเป็นของเลิศ
ของประเสริฐ เมื่อมาฟังธรรมะก็บรรลุเข้าถึงธรรม หยุดกินเหล้า หยุดฆ่า
สัตว์ หยุดขโมย หยุดโกหกพกลมต่างๆ เลิกไป แต่ศัพท์ที่ว่าบรรลุธรรมนี้

เราก็คิดว่ามันสูงเกินไป ว่ามันเป็นภาษาธรรมะที่เราจะไม่ถึงไม่บรรลุ ที่จริงแล้วคำว่า “บรรลุธรรม” นั้นก็คือ เข้าไปถึงธรรมะนั้นเอง อย่างเราทุกคนที่มาวัดหนองป่าพงนี้ เดินทางมาถึงวัดหนองป่าพง ก็เรียกว่า บรรลุถึงวัดหนองป่าพง คนบรรลุธรรมะนั้น ก็อย่างเดียวกัน

เราทุกคนโดยมากได้ยินคำว่า “บรรลุธรรม” ก็เข้าใจว่าศัพท์นี้มันสูงมาก เพราะว่าชาตินี้เราคงไม่ได้บรรลุ ความเป็นจริงนั้น เช่นว่าอันนี้มันบาป แต่เราเห็นยังไม่ชัดก็ละบาปไม่ได้ เมื่อเราพิจารณาไปปฏิบัติไปจนเห็นชัดว่ามันเป็นโทษ เป็นการกระทำไม่ดี เห็นชัดแน่นอนจนไม่กล้าจะทำอีกต่อไป ไม่กล้าจะเก็บมันเป็นพืชพันธุ์ อีกต่อไปแล้ว จำเป็นที่ต้องวางต้องทิ้งมันไป ต่างจากแต่ก่อน คือท่านว่าบาปๆ เราก็รู้ว่าบาป แต่ว่าเรายังทำบาปอยู่ ยังทำผิดอยู่ ทำชั่วอยู่ ผู้บรรลุธรรมนั้นคล้ายกัน กับว่า เรามองเห็นงูเห่าที่มันเลื้อยไป เราก็รู้ว่างูนั้นเป็นอันตราย ถ้ามันกัดใครมันจะถึงตายหรือเจียนตาย อันนี้เรียกว่าเรารู้ในงูเห่าตามความเป็นจริง แล้วก็ก็ไม่กล้าไปจับงูนั้น ใครจะบอกอย่างไรก็ไม่กล้าจับ คือเราบรรลุถึงพิษของมัน ความชั่วทั้งหลายก็เหมือนกัน ถ้าเราเห็นโทษของมันก็ไม่อยากทำ ขอให้เราปฏิบัติไปพิจารณาไป มันก็จะเลิกจะถอนของมันเอง เมื่อมันบรรลุถึงธรรมะเมื่อไรมันก็จะรู้จักธรรมะ เมื่อรู้จักธรรมะมันก็จะเป็นธรรมะขึ้นมา

ฉะนั้น ที่พวกเราพุทธศาสนิกชนทั้งหลายมาในวันนี้ ได้มาปรารภเป็นบุญ วิสาขบูชาเพ็ญเดือนหก อันคล้ายวันที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านประสูติ หรือเป็นวันที่ท่านตรัสรู้ธรรม หรือเป็นวันที่ท่านปรินิพพาน ทั้งสามกาล เป็นวันสำคัญวันหนึ่ง เป็นกรณีพิเศษที่ชาวพุทธทั้งหลายทั่วทุกสารทิศ เห็นวัดไหน ครูบา อาจารย์ที่ไหนได้สอนธรรมที่พอสมควรเราก็ไป เลื่อมใสตรงไหนเราก็ไปตรงนั้น ที่เราทั้งหลายรู้จักบาปบุญคุณโทษ ได้บวชกุลบุตรกุลธิดา ได้ประพฤติปฏิบัติจนถึงบัดนี้ ก็เพราะบุญคุณของท่าน เป็นบุญคุณอันเลิศประเสริฐที่สุดที่ควรระลึกถึงในเวลา สำคัญเรียกว่าเป็นพุทธานุสติ ระลึกถึงพระคุณของท่าน ที่ท่านได้อุตสาหะพยายาม บุกบ่นทำพระศาสนาจนมาถึงบัดนี้ ฉะนั้น พระคุณอันนี้เราจะละทิ้งไม่ได้ จำเป็นที่จะต้องมากราบมาไหว้ มาสร้างคุณงามความดีในวันนี้ก่อน



พระผู้มีพระภาคของเรานั้นก็เป็นคนอย่างเรานี่เอง ไม่ใช่มาร ไม่ใช่พรหม ไม่ใช่อื่น เป็นมนุษย์ แต่เป็นมนุษย์ที่อัศจรรย์ เป็นมนุษย์ที่แปลก มนุษย์ผิดปกติ ไม่เหมือนมนุษย์ธรรมดาเรา มนุษย์ถ้าผิดปกติแล้วมี ๒ อย่าง คือ ผิดปกติไปในทางสูง ก็เรียกว่าเป็นพระอริยเจ้า เป็นพระอรหันต์เจ้า เป็นพระพุทธเจ้าขึ้นไปเลย ถ้าผิดปกติลงข้างล่างก็เป็นบ้าเท่านั้นแหละ เห็นไหม เป็นบ้าเป็นโรคประสาท ผิดปกติเหมือนกัน ผิดปกติมาทางข้างล่างข้างต่ำ ส่วนปุถุชนธรรมดา สามัญชนธรรมดาก็เป็นมนุษย์ที่อยู่ระหว่างกลาง ยังไม่เป็นโรคประสาทและยังไม่เป็นพระอริยเจ้า แต่แล้วก็เป็นได้ทั้งสองอย่าง เป็นได้ทั้งพระอริยเจ้า เป็นได้ทั้งบ้า แต่ส่วนมากก็อยากดึงไปข้างล่างมากกว่า

ทุกวันนี้มันจึงมีความลับสนในบางคนที่ไม่รู้จัก คือ เห็นคนบ้ามากก็ไปเที่ยวกราบขอเลข นี่ก็ว่าเป็นพระอรหันต์ เพราะอะไร เพราะมันแปลกจากคนธรรมดา เรา ก็คิดเอาเองว่านี่เป็นพระอรหันต์ คนนี้ก็ไปกราบ คนนั้นก็ไปกราบ ความเป็นจริงกราบผีบ้าเราไม่รู้จัก เพราะมันเป็นคนที่ผิดปกติเหมือนกันทั้งสองอย่าง แต่เราไม่รู้อะไร สูงเกินไปเราก็ไม่รู้จัก ต่ำลงไปกว่านั้นเราก็ไม่รู้จัก เพราะเราเป็นคนครึ่งๆ กลางๆ ฉะนั้น คนครึ่งๆ กลางๆ จึงเป็นมนุษย์ที่ควรฝึก เพราะว่าจะฝึกให้ดีก็ได้ ชั่วก็ได้ เป็นมนุษย์ที่ควรฝึก เป็นสรรพสัตว์ที่ควรตรัสรู้ธรรม จึงไม่ควรนั่งนอนใจ มันจะเป็นดีก็ได้เป็นชั่วก็ได้ เป็นบ้าก็ได้เป็นพระอริยเจ้าก็ได้ ส่วนคนอื่นนั้นเราจะรู้จักได้ยาก คุณงามความดีของคนอื่นเราจะรู้ได้ยาก เพราะธรรมทั้งหลายเหล่านี้มันเป็นปัจเจก ตั้ง มันเชื่อไม่ได้ด้วยการบอก ต้องให้ไปปฏิบัติให้ไปรู้เองเห็นเอง

พระพุทธเจ้าของเรานั้นถึงแม้ว่าท่านจะปรินิพพานไปแล้ว แต่ท่านก็ไม่ได้เอาอะไรไปด้วย ธรรมะสักนิดหนึ่งท่านก็ไม่ได้เอาไป ท่านวางไว้ในโลกนี้ทั้งหมด แต่พวกประชาชนเราทั้งหลายนั้น บางคนก็น้อยใจ “แหม ถ้าเราได้เกิดพร้อมพระพุทธเจ้า เราก็คงจะได้เป็นพระอรหันต์ คงจะได้ปฏิบัติ” พูดคำนี้ขึ้นมาแล้วก็น้อยใจ นี่ก็ว่าเราไกลจากพระพุทธเจ้า นี่ก็ว่าพระพุทธเจ้าเก็บของหนีหมดแล้ว เราเลยไม่มีโอกาสที่จะได้ประพฤติปฏิบัติเป็นสุปฏิปันโนในชีวิตนี้ อย่างนี้ก็คิดไป คนเราคิดไปตามประสาของคน



ความเป็นจริงนั้นธรรมะทุกอย่างพระพุทธเจ้าท่านไม่ได้เอาหนีไปไหน ยังสมบูรณ์อยู่อย่างเก่า และที่ว่าท่านปรินิพพานไปแล้วนั้น ความเป็นจริงนั้นท่านยังไม่ปรินิพพาน ท่านยังอยู่ พระพุทธเจ้ายังอยู่ ถ้าใครไม่รู้จักก็เสียใจตกใจว่าเกิดไม่ทันพระพุทธเจ้า ความเป็นจริงนั้น พระพุทธเจ้าจะได้เป็นพระพุทธเจ้าก็เพราะธรรมที่ท่านบรรลुธรรมจึงให้นามท่านว่า พระพุทธเจ้า ส่วนธรรมที่ท่านบรรลุเปลี่ยนเป็นพระพุทธเจ้านั้นยังอยู่ คือสังฆธรรมยังอยู่ **พระพุทธเจ้าหลายๆ องค์จะเกิดขึ้นมาก็ตาม ไม่เกิดก็ตาม จะมีพระพุทธเจ้าก็ตาม ไม่มีพระพุทธเจ้าก็ตาม ธรรมะนี้ยังอยู่ ธรรมเครื่องตรัสรู้ยังอยู่ ไม่ได้สูญหายไปไหน ใครทำเมื่อไร ก็ยังได้ยังเป็นอยู่ เพราะเป็นสังฆธรรม**

ดังนั้น พระพุทธองค์จึงตรัสสอนให้เป็นผู้ทำให้มาก เจริญให้มากด้วยศรัทธาของเรา เมื่อปัญญาเกิดก็จะเห็นธรรมะ ผู้ใดเห็นธรรมะก็จะได้เห็นพระพุทธเจ้า เพราะความเป็นจริงแล้วมันเป็นอันเดียวกัน พระพุทธเจ้าองค์ที่ว่านี้ไม่มีรูป แต่คือหลักการวิชาการ หลักการวิชาการที่จะให้เป็นพระพุทธเจ้านี้ไม่ได้สูญหายไปไหน ส่วนพระพุทธเจ้าโดยสรุปก็คือ เป็นคนธรรมดาที่ไปเรียนวิชาอันนั้น ไปรู้วิชาอันนั้น จนกว่าที่ท่านรู้จักทุกข์ ท่านรู้จักเหตุเกิดแห่งทุกข์ ท่านรู้จักความดับทุกข์ ท่านรู้ข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ท่านรู้ ๔ อย่างนี้เท่านั้น ไม่ต้องรู้อะไรมาก รู้ตามความเป็นจริงแล้ว ทุกข์ก็หาที่เกาะไม่ได้ ตัวทุกข์นี้มันไม่มีเพราะเหตุมันไม่มีแล้ว รู้จักเหตุมันแล้ว ดับเหตุมันแล้ว ผลก็คือตัวทุกข์มันดับไป วิชาความรู้อันนี้ยังอยู่ตลอดเวลา ตลอดเวลา โลกนี้มันจะเป็นอย่างไรก็ช่างมัน สังฆธรรมนี้ยังมีอยู่ เปรียบให้ฟังว่า คนที่เป็นครูนั้นคือใคร ก็คือคนที่ไปเรียนวิชาครูจนสอบได้ตามหลักการของเขา แล้วก็ให้ไปสอนนักเรียน ได้ชื่อว่าเป็น “ครู” ถ้าว่าครูนี้ตายไป แต่วิชาของครูไม่ได้ตายยังอยู่ ใครยังเรียนต่อไปก็ยังเป็นครูได้อีก วิชามันไม่หาย วิชามันไม่ตาย ครูคนที่ตายนั้นไม่ได้เอาไปด้วย มันยังอยู่ ธรรมที่ตรัสรู้ขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ก็เหมือนกันอย่างนั้น

ฉะนั้น ถ้าเราเข้าใจกันอย่างนี้แล้ว พวกเราก็พอจะมองเห็นธรรมะ จะมีศรัทธาในการปฏิบัติ แต่ถ้าเข้าใจว่าท่านปรินิพพานแล้วก็หมด ไม่เห็นพระพุทธเจ้า เมื่อไม่เห็นพระพุทธเจ้า มันก็ไม่เห็นบาปไม่เห็นบุญ คนเรานั้นก็ทำได้ทั้งบุญทั้งบาปนั้นแหละ เขาว่าบุญก็บุญไปอย่างนั้น เขาว่าบาปก็บาปไปอย่างนั้น มันเห็นไม่ชัดไม่เห็นตัวบาปไม่เห็นตัวบุญตามความเป็นจริง เพราะฉะนั้นการประพฤติปฏิบัติของพวกเราทั้งหลายมันจึงเป็นหม่นอยู่ในเวลานี้ แค่ว่าให้ถึงพระรัตนตรัยคือ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เป็นที่พึ่งก็ยังไม่ค่อยจะได้กัน ยังไม่เชื่อท่าน ยังไม่เชื่อพ่อ ยังไปดูหมอดู ไปดูฤกษ์ ต้องให้หมอบอกว่าทำอย่างนั้นๆ สะเดาะเคราะห์อย่างนั้นๆ เท่านี้ก็เสียแล้ว นี่เรียกว่า ไม่ถึงพระรัตนตรัยแล้ว ฉะนั้น มันถึงยากถึงลำบาก ไม่รู้จะเอาอะไรต่อมิอะไรวุ่นวาย ไปหาหมอมผีบ้างหมอเทวดาบ้าง หมอสารพัดอย่างเพื่อจะมาแก้ไข เมื่อคิดแล้วมันจึงยังห่างไกลมาก แต่ว่าเข้าวัดทุกคน ทำบุญทุกคน แต่ก็เห็นขโมยเกือบทุกคน โกหกเกือบทุกคน อะไรๆ ก็ทุกคน มันทุกคนไปทุกอย่าง

อาตมาสลดใจเรื่องหนึ่ง พระฝรั่งรูปหนึ่ง คือ พระสุเมโธ มาอยู่ด้วยก็ศึกษาธรรมะตรงไปตรงมา เราก็สอนว่า อันนี้มันเป็นบาปให้ละเสีย อันนี้มันเป็นบุญ มาอยู่ด้วยหลายปีเหมือนกัน เมื่ออยู่มาพอสมควรแล้วก็ให้ท่านไปอยู่วัดปานานาชาติ เมื่อไปอยู่แล้วท่านสุเมโธก็ตั้งใจ ถึงวันพระชาวบ้านก็มาสมทานอุโบสถศีลกัน ท่านก็ดีใจว่าคนไทยนี้รับศีลรับพรหลาย มีศีลมีธรรมมาก แต่อยู่ๆ ไปไม่กี่วัน ท่านก็ไปเห็นคนที่รับศีลไปกินเหล้า เมื่อเดินบิณฑบาตไปก็ไปเห็นทอดแห อย่างนี้ท่านก็หมดทางเลย วันหลังก็กลับมากล่าวว่า

“หลวงพ่อก่อนทำไม่เป็นอย่างนั้นเล่า เมื่อคืนก็มาสมทานศีลกันแล้วว่าจะไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ลักทรัพย์ ไม่กินเหล้า ทำไมไปทำกันอีกอย่างนี้”

นี่คือความจริงของเขา ถ้าทำอย่างนี้มันจะเป็นการเป็นงานใหม่ มันจะได้ผลใหม่ กำลังใจของท่านอ่อนไปมากเพราะคิดว่า ถ้าใครสมทานศีลในพุทธศาสนาแล้ว ก็เลิกละกัน ไม่ฆ่าสัตว์ ไม่กินเหล้า แต่ที่มันอยู่อย่างเก่า รับศีลก็รับไปเถอะ เหล้าก็กินไปเถอะ ทั้งสองอย่างฝรั่งดูไม่ออก ไม่รู้ข้างหน้าข้างหลังมันเป็นอย่างไร ท่านก็เลยลำบาก ไม่สบายใจ อาตมาก็ว่า



“สุเมธ อย่าไปคิดมันมากสิ ให้เข้าใจว่าสอนพวกเด็กๆ มันเป็นอย่างนั้น
อย่าไปถือเลย เมื่อมีความรู้ความเห็นขึ้นมา เขาจะละไปเองละ”

ดังนั้น ท่านก็อยู่ได้ อันนี้เป็นเรื่องธรรมดาของคนเรา มันไม่เข้าถึงที่สุด
อยากจะทำบุญอยากจะทำกุศล แต่ที่ไม่รู้จักกำหนดจิตใจของเจ้าของ
ราคะ โทสะ โมหะ เกิดขึ้นมาในจิตไม่รู้จักกำจัด บางคนก็ส่งเสริมมันเสียด้วย
ไม่รู้จักบาบัตมัน มันเป็นอย่างนี้

อย่างฝรั่งคนหนึ่งก็พูดว่า ประเทศไทยมีพุทธศาสนา ทำไมถึงมีชโมยมาก
อาตมาก็ว่า “สหรัฐอเมริกามีกฎหมายห้ามชโมยไหม”

“ห้าม”

“มีชโมยไหม”

“มีครับ”

“อ้าว ทำไมล่ะ ทำไมมีชโมยล่ะ ทำไมกฎหมายไม่ห้ามมันซะ”

อย่างเดียวกันอย่างนั้น จะไปโทษพุทธศาสนาว่าศาสนาเป็นชโมย ไม่ใช่หรอก
คนมันเป็นชโมย เหมือนกฎหมายสหรัฐห้ามไม่ให้ชโมย แต่คนยังเป็นชโมยกัน
เป็นเพราะคนไม่ใช่เป็นเพราะกฎหมาย ดังนั้น อาตมาจึงสอนอยู่แถวๆ นี้ละ ไม่ต้อง
ไปไกล ไม่ต้องไปสอนในพระไตรปิฎกหรอก สอนแค่ว่าคนที่ไม่รู้จักบาบ นี่ทำไมมัน
จึงจะรู้สึก สอนถึงหัวใจมันเลย **หัวใจพระพุทธศาสนา ก็คือ ไม่กระทำความชั่วทั้งปวง
นั่นละอันหนึ่ง แล้วก็ทำจิตให้เป็นบุญเป็นกุศลอย่างหนึ่ง แล้วก็สอนทำให้ฝังใจให้ฝังใส
อีกอันหนึ่ง** แต่ว่าเมื่อเราทำนะ มันไม่เอาอย่างนั้น สูตรทั้งหลายมีหมด ตับมันก็มี
หัวใจมันก็มี เรียงกัน แต่ว่าเรียงแล้วเอาไปเป่าผีซะ ลัพพะระณีเอาไปกัณเฑาะซะ มัน
แปลกไปอย่างนั้น เอาตับให้ มันดีกว่าเขาละ มันก็ยังไม่กิน เอาหัวใจมันให้ก็ไม่กินอีก
จะเอาอะไรไปให้มันก็ไม่เอา แล้วก็มาพูดว่า ไม่ได้เรียนไม่รู้จัก จะไปเรียนอะไร
มากมาย ท่านย่อให้แล้วแต่เราก็ไม่รู้จัก เอาไปทำอย่างอื่นหมด ชอบทำแต่ที่เรียกว่า
ไม่รู้เรื่อง

พระพุทธเจ้าทรงสอนว่า...“อานนที
ปฏิบัติให้มาก ทำให้มาก แล้วจะสิ้นสงสัย”
ความสงสัยจะไม่มีวันสิ้นไปได้ด้วยการคิด
ด้วยทฤษฎี ด้วยการคาดคะเน หรือด้วยการ
ถกเถียงกัน หรือจะอยู่เฉยๆ ไม่ปฏิบัติ-
ภาวนาเลย ความสงสัยก็หายไปไม่ได้
อีกเหมือนกัน ก็เลส์..จะหายสิ้นไปได้
ก็ด้วยการพัฒนาทางจิต.. ซึ่งจะเกิดได้
ก็ด้วยการปฏิบัติที่ถูกต้องเท่านั้น...

หลวงพ่อบุชา



ดังนั้น เราจึงต้องประพடுத்தปฏิบัติไปจนกว่ามันจะเข้าใจ เหมือนน้ำที่เราหยดลงไปอย่างนี้ หยดต่างๆ ปี... ปี... ปี... เราก็เร่งน้ำมันขึ้น หยดของน้ำมันก็ถี่เข้า ปี... ปี... ปี... ปี... เร่งขึ้นไปมันก็ติดกันจนไหลเป็นสาย หยดแห่งน้ำมันหายไปไหน มันเป็นสายของน้ำ ถ้ามันติดกันแล้วเขาไม่เรียกว่าหยดน้ำ เขาเรียกว่าสายน้ำ สายน้ำมันเกิดจากอะไร มันเกิดมาจากหยดแห่งน้ำ นี่มันต้องเอาอย่างนี้ มันจะต้องค่อยๆ ไปอย่างนั้น ประพடுத்தปฏิบัติขาดเกล่าไป การประพடுத்தปฏิบัติทำไมมันจะไม่ขัดใจเจ้าของล่ะ อาตมามันขัดจนได้บวชมาถึงขนาดนี้ ชัด โอ้โฮ! มาฉันข้าวมือเดียว เต็กรุ่นๆ จะทำอย่างไร ฉันมือเดียวไปนั่งภาวนามันก็ทิว นั่งอยู่ตอนกลางวันใจมันก็เดินไปตลาดโน่น ไปหาก้วยเตี้ยวกิน กินโน่น ไปโน่น สารพัดอย่าง มันจะไปแต่เราก็ไม่อยากให้มันไป ชัดใจก็ไม่ว่าจะทำอย่างไร กิเลสมันหลาย จำเป็นจะต้องอดทน บางทีปฏิบัติไปห้องไม่สบาย ไปให้หมอตรวจก็ว่า “ท่าน ไม่ได้หรอก มันเป็นโรคกระเพาะ ท่านต้องฉันข้าวสองสามเวลา” บางทีก็บังคับให้ฉันข้าวเย็นอีกเสียด้วย “อ้าวโยม ให้ฉันข้าวเย็น มันก็กินข้าวเย็นเท่านั้นแหละ ไม่ใช่ฉันหรอก” สารพัดอย่าง จึงต้องอดทนต่อสู้ ขึ้นต่อพระพุทธเจ้าองค์เดียว

ท่านให้ฉันอกา ท่านบอกว่าดีไม่ตีโรคมันหายอีกด้วย หมอก็ว่าขาดอาหารนะ ไปคนละทางเลย เราเป็นคนปฏิบัติไม่รู้จะทำอย่างไร อย่างหมอรักษาดีเขาก็ดี แต่หมอเป็นมะเร็งมันก็มีนะ หมอเป็นมะเร็งตายเลย เพราะฉะนั้น เราจะทำอะไรแล้วก็ต้องทำด้วยปัญญา ขึ้นตรงต่อพระพุทธเจ้าองค์เดียว ท่านว่าให้ละบาป ก็ละไปเสีย บำเพ็ญบุญก็บำเพ็ญไปเสียเท่านี้ก่อน จิตมันก็ผ่องใสสะอาด เหมือนกับคนๆ หนึ่ง ครั้งแรกไปตะครุบกบ จับมาหักขามันทุกตัวเลย หักขามันไม่พอ หักขาน้อยๆ มันอีก ต่อมาแก้ตะครุบมันเฉยๆ ขาไม่หัก เรียกว่ามันเบาลงล่ะ อีกต่อมาไม่อยากจะทำ บางทีตะครุบแล้วก็วาง ก็คิดว่าไม่เอา พอไม่เอาก็นึกถึงหน้าลูกหน้าเมียที่บ้านก็จับอีก จนกว่ามันเห็นชัดในใจของเจ้าของแล้วมันก็เลิก ตะครุบก็ไม่ตะครุบ จับก็ไม่จับ มันเลิก แต่มันก็ยากอยู่ จึงจะต้องอาศัยความอดทน อาศัยการประพடுத்தปฏิบัติของเขา

ถึงแม้ว่าเราจะมาเป็นนักบวช บางคนดูเผินๆ ก็เห็นว่านักบวชมันสบาย ไม่ใช่เล่นเหมือนกันนะ ตี ๓ ลั่นระฆัง กิ่ง ๆ ๆ แล้ว ๖ โมงอุ้มบาตรไปโน่น ๒ กิโลเมตร ๓ กิโลเมตร เตียวอันนั้นเตียวอันนี้สารพัดอย่าง ถ้าใครไม่มีศรัทธาจริงๆ อยู่ยากลำบาก ฉะนั้น พระพุทธเจ้าท่านจึงให้ฝึก แต่คนเรานั้นก็ไม่อยากจะฝึก ไปพบตาแก่คนหนึ่งอายุตั้ง ๖๐-๗๐ แล้ว ยังกินเหล้าเมาไม่รู้เรื่อง ก็บอกว่า

“โยมขอเถอะ อาตมาขอเถอะ อย่าทำเถอะ แก่แล้ว”

“ไอ้ เป็นพระคุณอย่างยิ่งแล้ว ให้ผมขออีกสักปีเถอะ”

อ้อนวอนขอกินเหล้าอีกสักปีจึงจะเลิก มันเสียดายเหลือเกิน คือมันไม่ได้พิจารณาตัวเอง ฉะนั้น ความชั่วมันถึงไม่หลุดจากเราไป ใจของเรานั้นก็ไม่ปล่อยไปไม่ละบาปไม่ละความชั่วแล้วจิตก็ไม่ปล่อยไปหรือ เกิดเป็นบุญขึ้นยาก ถ้าหากไม่ทำความผิดแล้วเป็นศีลนะโยม กายวาจาเป็นศีล พอเป็นศีลปั๊บ ศีลสมาธิติดต่อกันเลย สมาธิคือความตั้งใจมั่น คือเมื่อมันเห็นชัดในการละ มันเห็นชัดในการวาง มันเห็นชัดในการที่ไม่ทำอย่างนั้น มันมันอยู่อย่างนั้น ใครจะไปพูดไปตรงไหนมันก็มัน นี่เรียกว่า สมาธิมันมั่น ถ้ามีศีลสมาธิแล้ว ปัญญามันก็เกิดเท่านั้นแหละ มันไม่อยู่หรือ เกิดปัญญาครอบงำสิ่งทั้งหลาย ท่านจึงว่าหลักพุทธศาสนาของเรา คือ ศีลสมาธิ ปัญญา ฉะนั้น จึงให้เราทำภาวนา มันจะมีกำลังเป็นเหตุให้ศีลดีขึ้น สมาธิดีขึ้น ปัญญาดีขึ้น มันเป็นไวยากรณ์รอบกันอยู่เสมอเลยทีเดียว

การประพฤติปฏิบัตินี้เป็นสิ่งที่ควรจะทำ ถึงทำไม่ได้หมดก็พยายามทำ ทำไม่ถึงต้องทำ เพราะสิ่งทั้งหลายที่จะเป็นของมันจริงๆ มันไม่มีอะไร ตายแล้วก็ทิ้งไว้ในโลกนี้ คนมีมากก็ทิ้งไว้มาก คนมีน้อยก็ทิ้งไว้น้อย อันนี้มันก็น่าเจ็บใจเหมือนกันนะ ลองคิดดูซิ เราควรพยายามทำ ถึงแม้ว่ามันไม่ถึงที่สุด ก็ให้มันเป็นประโยชน์ในภพหน้า เหมือนผลไม้เรากินดูมันก็หวาน เมล็ดมันน่าจะเอาไปปลูกนะ แต่เอาไปต้มซะ เอาไปคั่วซะ เลยหมดพันธุ์มันเลย พูดถึงตรงนี้ก็นึกถึงหลวงตากับเถรน้อยคือเขาเอาขนุนมาถวายเป็นหลวงตา พอฉันเข้าไป ไอ้มันหวานเหลือเกิน พอหวานปั๊บก็อยากจะได้พันธุ์มัน ก็ถามเถรน้อยว่า



“น้อย ฉันขุ่นใหม่”

“ฉันครับ”

“อร่อยใหม่”

“อร่อยครับ”

“เมล็ดมันทำอะไร”

“เอาไปต้ม”

หลวงตาพูดไม่ได้เลย มันไปคนละเรื่องกัน หลวงตาว่าจะเอาไปทำพันธุ์ เณรน้อยว่าเอาไปต้ม มันก็หมดไม่เหลือ รสมันดีมันอร่อยเราก็รู้จัก เมล็ดมัน นำเอาไปทำพืชทำพันธุ์ แต่ที่เอาไปต้มเลย มันก็เสร็จเท่านั้นแหละ ไม่มีเหลือ นี่มัน ล้นขนาดนี้ คิดๆ ดูก็ขุ่นเหมือนกันนะมนุษย์เราเนี่ย อย่างคำว่า “โลก” นี้ แต่ก่อน อตมาก็เถียงพระพุทธเจ้าเหมือนกันนะ ท่านว่า “มันไม่ใช่ตน มันไม่ใช่ของๆ ตน” เราก็ฟังไม่ได้ คือความอยากมันหลาย มันก็ทับไปเลย ความเป็นจริงพวกที่เขามี ธรรมะ แล้วเขาเอาธรรมะมาใช้ มันก็ยิ่งรวบอยู่อย่างเท่านั้นแหละ ยิ่งสบาย ยิ่ง มีปัญญายิ่งแปรเปลี่ยนไม่ได้ ไม่ใช่มันเสียหายไปตรงไหน ได้ประโยชน์เสียด้วย คนที่ไม่มีธรรมะนั้นชิมันทุกข์ หากไม่รู้จักหยุดไม่รู้จักถอย ทำแต่งงานไม่ต้องกิน ผลงาน ทำแต่งงานเท่านั้นแหละ ฉะนั้น พวกเราทุกคนที่เรียกว่า มันพอสมควรแล้วก็ เบาลง พยายามทำให้มันเบา พยายามทำสิ่งใดที่มันไม่เป็นบาปนั้นละ

อตมาเคยไปพบพรานคนหนึ่งอยู่ที่ต่อเขต เป็นนายพรานตั้งแต่อายุ ๑๖ ปี จนแก่ อตมาไปเห็น โอ้ บ้านเป็นกระท้อบเล็กกับมีกระบอกรบ แก่ไม่เอาอะไรโยม เอาแต่ไปยิงช้างเอางามัน อตมาก็มาคิดว่า “โอ เราเนี่ย ถ้าหากว่าจะโปรดคนๆ นี้ได้ แล้ว เห็นว่าจะได้บุญหลายละมัง” ก็เลยแวะเข้าไปที่เขาอยู่ อตมาก็เลยไปพูด

“โยม ทุกวันนี้ทำอะไร ทำมาหากินอะไร”

แกก็ว่า “ยิงช้างเอางามันไปขาย”

“โอ้ แล้วกัน ฟันของโยมนะเสียดายไหม มีคนมาถอนจะว่าอย่างไรไหม
 อาตมาว่าเปลี่ยนอาชีพอื่นไม่ได้หรือโยม งาช้างนั้นกว่ามันจะได้เมตรหนึ่งหรือห้าลิบ
 เจ็ดลิบนี้ ช้างมันรักษาของมันอยู่ไม่รู้ก็ลิบปีนะ” เราอธิบายให้ฟัง

เขาก็นั่งฟังแล้วก็ตอบว่า “โอ๊ย ก็มันอยากได้นี่นา”

เราก็อธิบายไปอีก มันก็ว่าแต่ความเดียว “มันอยากได้นี่นา”

เราก็อธิบายไปอีก มันก็ไปไม่ได้ “มันอยากได้นี่นา”

มันก็ว่ามันอยากได้อยู่อย่างนั้น มันแน่นมันหนา มันไม่มีทางไปได้ ปลุกพีช
 ปลุกผักมันก็ได้กินแล้ว นี่ไปหายิงช้างหลายปีก็ไม่ค่อยจะได้งาช้าง มันเป็นกรรม
 พระพุทธองค์ท่านสอนให้เราทำมาหากินในทางที่ชอบ สัมมาอาชีพะ อย่าไปทำบาป
 เบียดเบียนตนเบียดเบียนผู้อื่น มันก็มีทางพอหาได้ แต่ว่ามันไม่หาไม่ทำ มันจะเอา
 แต่สิ่งที่มันเป็นบาปนั้นละ มันไม่เห็น จะพูดอย่างไรมันก็ไม่เห็น คือมันไม่ได้ภาวนา
 กันนั่นเอง

อย่างพวกเราที่พากันมาเข้าวัดอย่างนี้มันก็บางไปพอสมควรแล้ว พอรู้เรื่อง
 แล้วถึงละบาปยังไม่หมดก็พอครึ่งๆ กลางๆ จะพยายามละ พยายามถอน ถึงวันนี้
 ยังไม่ได้พຽงนี้ก็พยายามอยู่เรื่อยๆ ทำให้มันเป็นนิสัย ให้มันเป็นนิสัย ถ้าเรานับถือ
 พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์แล้ว แต่เราไม่ทำความดีอย่างนี้ มันก็ไม่เกิดประโยชน์
 อะไร ไม่มีความหมาย ดังนั้น ท่านจึงให้ละ พูดง่ายๆ ว่า ละบาปบำเพ็ญบุญ แต่
 เดียวนี้มันละบุญบำเพ็ญบาปกันเสียแล้ว แต่ก่อนมันเอาม้าออกหน้ารถ แต่เดี๋ยวนี้
 มันเอารถออกหน้าม้า ท่านสอนว่าละบาปบำเพ็ญบุญ มันก็ทำมาๆ มันไม่ทันใจ มัน
 ก็ละบุญบำเพ็ญบาป เลยมันกลับไปซะ มันเป็นอย่างนี้



เราจะต้องอดทน
อดทนต่ออารมณ์ที่มันเกิดขึ้นมา
อย่าไปหมายมัน อย่าไปยึดมัน
จับมาดูแล้วรู้เรื่อง เราก็ปล่อยมันไปเสีย

๔๓ | การปล่อยวาง

การที่เราอยู่ร่วมกันนี้จะต้องมีระเบียบ ระเบียบเป็นสิ่งที่จำเป็นสำหรับคนหมู่มาก ไม่ใช่จำเป็นเฉพาะบุคคลเท่านั้น อยู่คนเดียวก็ต้องมีระเบียบ อย่างพระวินัย พระวินัยสมัยก่อนนี้มีนิดเดียว พระสงฆ์ที่มาบวชในพระพุทธศาสนามีมากขึ้น ต่างคนต่างจะทำอะไร ก็มีหลายเรื่อง บางคนอยากจะทำอย่างนั้น บางคนอยากจะทำอย่างนี้ ก็มีกันมาเรื่อยๆ เป็นเหตุให้พระพุทธเจ้าของเราตั้งข้อกติกาคือพระวินัยขึ้นมา เพื่อเป็นข้อปฏิบัติ อยู่ไปนานๆ ก็มีคนบางคนก็ทำเรื่องมาอีกหลายอย่าง ดังนั้น พระวินัยจึงไม่มีทางจบสิ้น หลายล้านสิกขาบท แต่ก็ยังไม่จบ พระวินัยไม่มีทางจบสิ้น **แต่ถ้าพูดถึงเรื่องธรรม เรื่องธรรมะนี้มีทางจบ ก็คือ “การปล่อยวาง” เรื่องพระวินัยก็คือเอาเหตุผลกัน ถ้าเอาเหตุผลกันแล้วไม่จบหรอก**

สมัยหนึ่งอาตมาไปบริหารพระ ๓-๔ องค์ ไปอยู่ในป่า ไฟไม่ค่อยจะมี เพราะอยู่บ้านป่า องค์หนึ่งก็ได้หนังสือธรรมะมาอ่าน อ่านอยู่ที่หน้าพระประธานที่ทำวัตรกัน อ่านอยู่ที่ตรงนั้นแล้วก็หนีไป ไฟไม่มีมันก็มืด พระองค์ที่มาที่หลัง ก็มาเหยียบหนังสือ จับหนังสือขึ้นมาก็โวยวายขึ้นว่า

“พระองค์ไหนนี่ ไม่มีสติ ทำไม่ไม่รู้จักที่เก็บหนังสือ” สอบสวนถามไปถึง พระองค์นั้น พระองค์นั้นก็รับปากว่า

“ผมเอาหนังสือเล่มนี้ไว้ที่นี่”

“ทำไมท่านไม่รู้จักที่เก็บหนังสือ ผมเดินมา ผมเหยียบหนังสือนี้”

“โอ...อันนั้นเป็นเพราะท่านไม่สำรวจต่างหากเล่า”

เห็นไหมมันมีเหตุผลอย่างนั้น จึงเถียงกัน องค์นั้นบอกว่า “เพราะท่านไม่เอา ไปไว้ในที่เก็บ ท่านไม่รู้จักเก็บหนังสือ ท่านจึงไว้อย่างนี้” องค์นี้บอกว่า “เป็นเพราะ ท่านไม่สำรวจ ถ้าท่านสำรวจแล้ว คงไม่เดินเหยียบหนังสือเล่มนี้” มีเหตุผลว่า อย่างนั้น มันก็เกิดเรื่องทะเลาะกัน ทะเลาะกันไม่จบด้วยเรื่องเหตุผล

เรื่องธรรมะที่แท้จริงนั้น ต้องทิ้งเหตุทั้งผล คือธรรมะมันสูงกว่านั้น ธรรมะที่ พระองค์ท่านตรัสรู้ ระวังกิเลสทั้งหลายได้นั้น มันอยู่นอกเหตุเหนือผล ไม่อยู่ในเหตุ อยู่เหนือผล ทุกข์มันจึงไม่มี สุขมันจึงไม่มี ธรรมนั้นท่านเรียกว่า ระวัง ระวังเหตุ ระวังผล ถ้าพวกใช้เหตุผลอยู่อย่างนี้ เถียงกันตลอดจนตาย เหมือนพระสององค์นั้น

ธรรมที่พระองค์ท่านตรัสรู้ ต้องอยู่นอกเหตุเหนือผล นอกสุขเหนือทุกข์ นอกเกิดเหนือตาย ธรรมนี้เป็นธรรมที่ระวัง คนเราก็มาสงสัยอยู่นี้แหละ ผู้ชาย ยิ่งสงสัยมาก ความสงสัยนี้ตัวสำคัญ มีเหตุผลอย่างนั้นอย่างนี้ มันจะตายอยู่แล้ว มันไม่ใช่ธรรมของพระพุทธองค์ ธรรมนั้นเป็นข้อปฏิบัติ เป็นทางเดิน เดินไปเท่านั้น ถ้ามันคิดว่าเมื่อไปถึงนี้ ฉันนี้สุขเหลือเกิน ไม่ได้ ฉันนี้ทุกข์เหลือเกิน ไม่ได้ แต่ถ้า ฉันไม่มีสุข ไม่มีทุกข์ นี่คือมันระวังแล้ว สงสัยไม่มี

ตรงไหนมันจะมีอยู่ที่ตรงไหน มันก็อยู่ตรงที่ปฏิบัติไปเรื่อยๆ สุขเกิดขึ้นมา ทุกข์เกิดขึ้นมา เราว่ามันทั้ง ๒ อย่างนี้ สุขนี้ก็ดีกว่าสุข ทุกข์นี้ก็ดีกว่าทุกข์เท่านั้น ไม่ใช่ ลัทธิ ไม่ใช่ตัวตนเราเขา ธรรมนี้เกิดขึ้นแล้วดับไป เกิดขึ้นมาดับไปเท่านั้น จะเอาอะไร กับมัน สงสัยทำไมมันเกิดอย่างนั้น เมื่อเกิดอีกทำไมมันไปอย่างนั้นละ สงสัยอย่างนี้ มันเป็นทุกข์ ปฏิบัติไปจนตายก็ไม่รู้เรื่อง มันทำให้เกิดเหตุ ไม่ระวังเหตุของมัน

ความเป็นจริง ธรรมที่พวกเราปฏิบัติอยู่ทุกวันนี้ ธรรมนี้้นำเราไปสู่ความสงบ สงบจากอะไร จากสิ่งที่ชอบใจ จากสิ่งที่ไม่ชอบใจ ถ้าเราชอบสิ่งที่เราชอบใจ ไม่ชอบ สิ่งที่เราไม่ชอบใจ มันไม่หมด ธรรมนี้ไม่ใช่ธรรมระงับ ธรรมนี้เป็นธรรมก่อกุศลขึ้นมา ให้เข้าใจอย่างนั้น

ฉะนั้น เราจึงสงสัยตลอดเวลา แหม วันนี้ฉันได้มาแล้ว พรุ่งนี้ทำไมหายไป แล้ว มันหายไปไหน ฉันนั่งเมื่อวานนี้ มันสงบดีเหลือเกิน วันนี้ทำไมมันวุ่นวาย มันไม่สงบ เพราะอะไร อย่างนี้ก็เพราะเราไม่รู้เหตุของมัน ครั้นปล่อยวางว่า มันเป็นเรื่องของมันอยู่อย่างนี้ เห็นไหม มันเป็นเรื่องของมันอยู่อย่างนี้ วันนี้มันสงบแล้ว เออ ไม่แน่นอนหนอ เราต้องเห็นโทษมันอย่างนี้ สงบแล้วมันก็ไม่แน่นอน ฉันไม่ยึดมันไว้ สงบก็สงบเถอะ ความไม่สงบก็ไม่แน่นอนเหมือนกัน ฉันไม่ว่า ฉันเป็นผู้ดูเท่านั้น ที่สงบฉันก็รู้ว่าเรื่องมันสงบ ที่ไม่สงบฉันก็รู้ว่าไม่สงบ แต่ว่าฉันไม่ยึดมันถือมันในเรื่องที่ว่ามันสงบหรือไม่สงบ เห็นไหม เรื่องมันเป็นอยู่ของมันอย่างนั้น อย่างนี้มันก็ระงับ มันก็ไม่วุ่นวาย มันจะสงบ ฉันก็รู้ว่ามันเรื่องของมัน ฉันจะดูอยู่แค่นี้แหละ ดูเรื่องที่มันสงบ มันก็ไม่แน่นอน ดูเรื่องที่มันวุ่นวาย มันก็ไม่แน่นอน มันแน่นอนอยู่แต่ว่า มันจะเป็นของมันอยู่อย่างนั้น เราอย่าไปเป็นกับมันเลย

ถ้าอย่างนี้ มันก็สบายและสงบ เพราะเราไม่รู้เรื่องมัน ไม่ใช่เราอยากจะทำให้เรื่องนั้นเป็นอย่างนั้น อยากให้เรื่องนี้เป็นอย่างนี้ **มันสงบเพราะเรารู้เรื่องว่าเป็นอย่างนั้น แล้วก็มีการปล่อยวาง** เราคิดดูซิว่าถ้าทุกคนต้องพูดให้ถูกใจฉัน คนทุกคนต้องทำให้ถูกใจฉัน ฉันจึงจะสงบ ฉันจึงจะสบาย คนทั้งโลกจะให้เขามาพูดถูกใจเรา มีไหม จะมาทำถูกใจเราทุกคนมีไหม ไม่มี เมื่อไม่มี เราก็เป็นทุกข์อยู่ตลอดเวลา ถ้าเราไม่มีการปล่อยวาง เราเกิดมาในชีวิตหนึ่ง เราจะหาความสงบว่า คุณต้องพูดให้ถูกใจฉัน คุณต้องทำให้ถูกใจฉัน ฉันจึงจะสบาย ในชีวิตหนึ่งจะได้สบายไหมคนเรา คุณต้องพูดให้ถูกใจฉัน คุณต้องทำให้ถูกใจฉัน ฉันจึงจะสงบ ถ้าไม่อย่างนั้นฉันก็ไม่สงบ คน ๆ นี้เกิดมาไม่รู้ชีวิตก็ไม่มี ความสงบ เพราะคนหลายคน ใครจะมาพูดให้ถูกใจเราทุกคน ใครจะมาทำให้ดีทุกหน มันไม่มีหรอกอย่างนี้ นี่มันเป็นธรรมะ เราต้องศึกษาอย่างนี้



ฉะนั้น เราจะต้องอดทน อดทนต่ออารมณ์ที่มันเกิดขึ้นมา อย่าไปหมายมัน อย่าไปยึดมัน จับมาดูแล้วรู้เรื่อง เราก็ปล่อยมันไปเสีย

อย่างนางเตยนี้ เห็นไหม มันทำอย่างนั้น มันถูกใจเราไหม บางทีก็ไปในวัด และก็เข้าห้องน้ำเสีย ฉันทจะปลงสังขารเดี๋ยวนี้ ฉันทไม่หนีหรอก จะต้องไปรื้อส้วม เอา มันออกมา ต่อมามันก็ทำอีก เพราะคนมันเป็นบ้าเสียแล้ว จำเป็นมันก็ต้องปล่อยไป นายเตยนะมันเป็นบ้าเสียแล้ว เราต้องรู้เรื่องกันว่ามันเป็นบ้า มันสติไม่ดี มันเสียสติ ปล่อยให้มันเลย เขาจะพูดอย่างไรก็รับฟังมันไปเถอะ มันจะทำอย่างไรก็ระวังไว้ มันเป็นอย่างนั้นของมัน เราต้องถอยกลับมาอยู่ตรงนี้ เราก็มีความสบาย

อารมณ์ก็เหมือนกันฉันนั้น ที่มันมากระทบเราอยู่ทุกวันนี้ บางทีก็ร้าย บางทีก็ดี บางทีก็ชอบใจ บางทีก็ไม่ชอบใจ คนทุกๆ คนนั่งอยู่ในนี้ก็เหมือนกัน จะทำให้ ถูกใจเราทุกคนมีไหม มันไม่ได้ นอกจากเราปฏิบัติธรรมะให้รู้ว่า คนๆ นั้นมันเป็น อย่างนี้ นานาจิตตัง ไม่เหมือนกัน

เราจำเป็นต้องอบรมใจของเราทุกๆ คน เมื่อมันโกรธขึ้นก็ดูความโกรธ ความ โกรธนี้มันมาจากไหน เราให้มันโกรธหรือเปล่า ดูว่ามันดีไหม ทำไมเราถึงชอบมัน ทำไมเราถึงไม่ทิ้งมัน เมื่อโกรธขึ้นมาแล้วไม่ได้ ไม่ได้เราเก็บมันไว้ทำไม ก็เป็นบ้าเท่านั้น ทิ้งมันเสียถ้าเห็นว่ามันไม่ดี มันก็จะทำไปในการทำงานนี้

เมื่ออยู่ด้วยกันกับคนหลายๆ มันก็ยิ่งให้การศึกษาเรามากที่สุด ให้มันวุ่นวาย เสียก่อน ให้รู้เรื่องของความวุ่นวายเสียก่อน มันจึงจะถึงความสงบ อย่าหนีไปที่ไหน พระอานนท์กับพระพุทธเจ้าของเราในสมัยก่อน ไปบิณฑบาตบ้านมิจฉาทิฏฐิ พอ ไปถึงหน้าบ้าน พระพุทธองค์ก็สะพายบาตรยื่นเฉย ท่านก็สบายเพราะท่านเข้าใจว่าเรา ยืนอยู่เฉยๆ มันไม่บ่าบพรอก เขาจะให้ก็ไม่ใช่ไร เขาจะไม่ให้ก็ไม่ใช่ไร ท่านยืนอยู่ เฉยๆ พระอานนท์เดินย่ำเท้าไปมา อายเขา คิดว่าพระพุทธองค์นี้อยู่ทำไม ถ้าเขาไล่ ก็น่าจะหนีไป เขาไม่ให้ก็ยังทนอยู่ ไม่ก่อประโยชน์อะไรเลย พระพุทธองค์ก็เฉย จนกว่าสุดวิสัยแล้วก็ไป บางทีเขาก็ให้ ให้ในฐานะที่ไม่เคารพ พระพุทธเจ้าก็เอา เขาให้ พระพุทธเจ้าก็เอา ท่านไม่หนีไปไหน ไม่เหมือนพระอานนท์

พอกลับมาถึงอาราม พระอานนท์ก็กราบพระพุทธรองค์ ถ้ามว่า

“ข้าแต่พระผู้มีพระภาคเจ้า ตรงไหนที่เขาไม่ใส่บาตรให้เรา เราจะไปยืนอยู่
ทำไม มันเป็นทุกข์ อายเขา เขาไม่ให้ก็รีบไปที่อื่นเสียดีกว่า”

พระพุทธรองค์ตรัส “อานนท์ ตรงนี้ถ้าเรายังไม่ชนะมัน ไปที่อื่นก็ไม่ชนะ ถ้า
เราชนะอยู่ที่นี้ ไปที่อื่นเราก็ชนะ”

พระอานนท์ว่า “ชนะไม่ชนะไม่รู้เรื่องแหละ อายเขา”

“อายทำไมอานนท์ อย่างนี้มันผิดหรือเปล่า เป็นบาปไหม เรายืนอยู่ เขาไม่ให้
ก็ไม่ใช่ไร”

พระอานนท์บอกว่า “อาย”

“อายทำไม เรายืนอยู่เฉยๆ มันเป็นบาปที่ไหน อานนท์เราจะต้องทำอยู่อย่างนี้
ถ้าเราชนะมันตรงนี้ ไปที่ไหนมันก็ชนะ แต่ถ้าเขาไม่ให้ เราก็ไปที่ไหน ถ้าไปที่ไหน
แล้ว เขาไม่ให้ เราจะไปไหน อานนท์”

“ไปอีก ไปบ้านโน้นอีก”

“ถ้าหากบ้านโน้นเขาก็ไม่ให้ เราจะไปตรงไหน”

“ไปตรงโน้นอีก”

“เลยไม่มีที่หยุดเลย อานนท์ ถ้าเราไม่ชนะตรงนี้ ไปข้างหน้ามันก็ไม่ชนะ ถ้า
เราชนะอยู่ที่นี้แห่งเดียว ไปที่อื่นมันก็ชนะทั้งนั้น อานนท์เข้าใจผิดแล้ว ไม่ต้องอายซี”

พระองค์ตรัสว่า อะไรเป็นบาป อันนั้นท่านให้อาย อะไรที่ไม่เป็นบาปจะอาย
ทำไม ใครอายก็โง่เท่านั้น ภาวนายังไม่เป็นเลย ถ้าอายอย่างนั้นเราจะไปอยู่ตรงไหน
ถึงจะมีปัญญา ถ้าไปอยู่คนเดียว ไม่มีใครพูดดีพูดชั่วให้ มันก็สบาย แต่เราจะ
ไม่รู้เรื่อง สบายอย่างนี้มันไม่มีปัญญา ถ้าถูกอารมณ์แล้วปัญญามันไม่มี ก็เป็นทุกข์
อย่างนั้น



ฉะนั้นเราอยู่ในโลก ก็ต้องมีความสัมพันธ์กับมนุษย์เรื่อยไปเป็นธรรมดา ไม่อยากเป็นมันก็เป็น ไม่อยากจะอยู่มันก็อยู่ เป็นไปอยู่อย่างนั้น ให้เรามาพิจารณา อย่างนั้น เราต้องกลับมาย้อนพิจารณาอารมณ์ที่ท่านตรัสว่า นิพทาสรรเสริญมันเป็น คู่กันมา เรื่องนิพทาเรื่องสรรเสริญเป็นธรรมดาของโลก ถ้าไม่ดีเขาก็นิพทา ถ้าดีเขาก็ สรรเสริญ พระพุทธองค์ท่านไม่เห็นแก่นิพทา ไม่เห็นแก่สรรเสริญ จงเรียนสรรเสริญ ให้มันรู้จัก จงมาเรียนนิพทาให้มันรู้จัก ให้รู้จักสรรเสริญกับนิพทา สรรเสริญนิพทา มันก็มีผลมีเหตุเท่ากัน นิพทาเราก็ไม่ชอบ นี่เป็นเรื่องธรรมดาของโลก ถ้าสรรเสริญ เราก็ชอบ

สิ่งที่เราชอบมันพาให้เราทุกข์มีไหม เช่นว่า เรามีเพชรสักก้อนหนึ่ง เรา ชอบมาก ชอบกว่าก้อนหินธรรมดา เอาวางไว้ ถ้ามีขโมยมาหยิบเอาก้อนเพชรไป เราจะเป็นอย่างไร นั่นของดีมันหาย ทำให้เราเป็นทุกข์ได้เหมือนกัน

ดังนั้นเราจะต้องอดทนต่อสู้ ให้เรามีสติคุ้มครองจิตของเรา สติคือความระลึก ได้ สัมปชัญญะคือความรู้ตัว อันนี้ช่วยระคับระคองดวงใจของเราให้อยู่กับธรรมะ สติระลึกได้ว่า บัดนี้เราจะจับไม้เท้า เมื่อเราจับไม้เท้าอยู่ก็รู้ว่าเราจับไม้เท้า นี่เป็น สัมปชัญญะ ถ้าเรารู้อยู่ในขณะนี้ ขณะเมื่อเราจะทำ หรือเมื่อเราทำอยู่ก็รู้ตามความ จริงของมันอยู่อย่างนั้น อันนี้แหละที่จะช่วยระคับระคองใจของเราให้รู้ธรรมะที่ แท้จริง

ทีนี้ถ้าหากว่า เราเผลอไปนาทิตหนึ่ง ก็เป็นบ้านาทิตหนึ่ง เราไม่มีสติสองนาทิต เราก็เป็นบ้าสองนาทิต ถ้าไม่มีสติครึ่งวัน เราก็เป็นบ้าอยู่ครึ่งวัน เป็นอย่างนี้

สตินี้คือความระลึกได้ เมื่อเราจะพูดอะไรทำอะไร ต้องรู้ตัว เราทำอยู่ เราก็ รู้ตัวอยู่ ระลึกได้อยู่อย่างนี้ คล้ายๆ กับเราขายของอยู่ในบ้านเรา เราก็ดูของของเรา อยู่ คนจะเข้ามาซื้อของหรือขโมยของของเรา ถ้าเราสะกดรอยมันอยู่เสมอ เราก็ รู้เรื่องราว คนๆ นั้นมันมาทำไม เราจับอาวุธของเราไว้อยู่อย่างนี้ คือเรามองเห็น พอ ขโมยมันเห็นเรา มันก็ไม่กล้าจะทำเรา



อารมณ์ก็เหมือนกัน ถ้ามีสติรู้อยู่ มันจะทำอะไรเราไม่ได้ อารมณ์มันจะทำให้เราดีใจอยู่อย่างนี้ตลอดไปไม่ได้ มันไม่แน่นอนหรอก เดียวมันก็หายไป จะไปยึดมันถือมันทำไม อันนี้ฉันไม่ชอบ อันนี้ก็ไม่แน่นอนหรอก ถ้าอย่างนี้อารมณ์นั้นก็เป็นอย่างนั้น เราสอนตัวของเรารู้ เรามีสติอย่างนี้ เราก็รักษาอย่างนี้เรื่อยๆ ไป ตอนกลางวันตอนกลางคืน ตอนไหนๆ ก็ตาม

เมื่อเรายังมีสติอยู่ เมื่อนั้นแหละเราได้ภาวนาอยู่ การภาวนาไม่ใช่เราจะนั่งสมาธิอย่างเดียว ยืนเดินนั่งอยู่เราก็รู้จัก นอนอยู่เราก็รู้จัก เรารู้จักตัวของเรารู้เสมอ จิตเรามีความประมาทเราก็รู้จัก ไม่มีความประมาทเราก็รู้จักของเราอยู่ ความรู้อันนี้แหละที่เรียกว่า “พุทฺโธ” เราได้เห็นนานๆ พิจารณาดีๆ มันก็รู้จักเหตุผลของมัน มันก็รู้เรื่อง

ยกตัวอย่างเช่น ชาวตะวันตกมาอยู่ในประเทศไทย อยู่ไปเฉยๆ อย่างนั้น ความที่อยู่ติดต่อกันไป ถึงแม้ภาษาพูดไม่รู้เรื่องก็ตามแต่มันรู้เรื่องเข้าใจได้ เห็นไหม มองดูหน้ากันรู้เรื่องกัน ถึงพูดภาษาไม่รู้เรื่อง แต่ก็อยู่กันได้ มันรู้กันด้วยวิธีนี้ ไม่ต้องพูดกัน ทำงานก็ต่างคนต่างทำ ทำอยู่ใกล้ๆ กันนั้นแหละ ไม่รู้จักพูดกัน มันก็รู้เรื่องกัน อยู่ด้วยกันได้ รู้ได้โดยอากัปกิริยาที่ว่ารักกันหรือชอบกัน อะไรมันก็รู้ของมันอยู่อย่างนี้ เป็นอย่างนั้น เหมือนกันกับแมวกับสุนัข มันไม่รู้ภาษา แต่ว่ามันก็รู้จักรักเจ้าของเหมือนกัน แมวหรือสุนัขอยู่บ้านเรา ถ้าเรามาถึงบ้าน สุนัขมันก็วิ่งไปทำความขอบคุณด้วย เห็นไหม ถ้าเรามาจากตลาดหรือมาจากที่อื่นมาถึงบ้าน สุนัขมันก็วิ่งไปทำความขอบคุณด้วย เห็นไหม ถ้าเรามาจากตลาดหรือมาจากที่อื่นมาถึงบ้าน แมวอยู่ที่บ้านเรา มันก็มาทำความขอบคุณ มันจะร้องว่า เหมียวๆ มันมาเสียดมาลีเรา แต่ภาษามันไม่รู้ แต่จิตมันรู้อย่างนั้น



อันนี้เราก็อยู่ไปได้อย่างนั้น เราต้องให้เข้าใจกันอย่างนั้น เราปฏิบัติธรรมะ บ่อยๆ จิตมันก็คุ้นเคยกับธรรมะ เช่นว่าความโกรธเกิดขึ้นมามันเป็นทุกข์ พระท่านว่า มันเป็นทุกข์มาแล้ว ชอบทุกข์ใหม่ ไม่ชอบ แล้วเอาไว้ทำไม ถ้าไม่ชอบจะยึดเอาไว้ ทำอะไร ทิ้งมันไปสิ ถ้าทุกข์มันเกิดล่ะ คุณชอบทุกข์หรือเปล่า ไม่ชอบ เมื่อไม่ชอบทุกข์ แล้วยึดไว้ทำไม ก็ทิ้งมันเสียสิ ท่านก็สอนทุกวันๆ ก็รู้เข้าไปๆ **ทุกข์มันเกิดขึ้นมา ครั้งหนึ่ง เราก็รู้คำสอนครั้งหนึ่ง** ทุกข์เราก็ไม่ชอบ ไม่ชอบทุกข์แต่เราไปยึดไว้ทำไม สอนอยู่เรื่อยๆ บางทีก็เห็นชัด เห็นชัดก็ค่อยๆ วาง วางไปก็เป็นเรื่องธรรมดาอย่างเก่า ทีหนึ่งก็ดี สองทีก็ดี สามทีก็ดี มันก็เกิดประโยชน์แล้ว เกิดรู้เรื่องขึ้นแล้ว

เมื่อมันเกิดมาความรู้เฉพาะตัวของเรา เราจะนั่งอยู่ที่ดี เดินอยู่ที่ดี นอนอยู่ที่ดี พูดภาษาไม่เป็น แต่จิตเรารู้ภาษาธรรมะ เราปิดปากตรงนี้ไว้ ปิดปากกาย แต่เปิด ปากใจนี้ไว้ ใจมันพูด นั่งอยู่เฉยๆ ยังกุศลดี พูดกับอารมณ์ รู้อารมณ์เสมอ นี่เรียกว่า “ปากใน” นั่งอยู่เฉยๆ เราก็รู้จัก พูดอยู่ข้างใน รู้อยู่ข้างใน ไม่ใช่คนโง่ คนรู้อยู่ข้างใน รู้จักอารมณ์ สั่งสอนตัวเองก็เพราะอันนี้...

ชีวิตของเราเนี่ย มันแก่ทุกวัน เกิดมามีการยกเว้นไม่แก่บ้างไหม วันคืนของเราเนี่ย ตอนเช้า ตอนเที่ยง ตอนเย็น ตอนค่ำ มันยกเว้นอายุเราไหม วันนี้มันก็ให้แก่ พรุ่งนี้ มันก็ให้แก่ นอนหลับอยู่มันก็ให้แก่ ตื่นอยู่ก็ให้โตขึ้นตามเรื่องของมัน เรียกว่า ปฏิปทาของมันสม่ำเสมอเหลือเกิน เราจะนอนอยู่ มันก็ทำงานของมันอยู่ เราจะเดิน มันก็ทำงาน คือความโตของเราเนี่ยแหละ กลางวันมันก็โต กลางคืนมันก็โต จะนั่ง จะนอนมันมีความโตของมันอยู่ เพราะชีวิตประจำวันมันเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ ร่างกายของเรามันได้อาหารมันก็เปลี่ยนไปเรื่อยๆ นี่เรียกว่าปฏิปทาของมัน มันจึง ทำให้เราโตจนไม่รู้สึกรู้หาย ดูเหมือนกับไม้ได้ทำอะไรเลย มันก็โตของมันเอง แต่สิ่งที่ เราทำคือ เรากินอาหาร กินข้าว ดื่มน้ำ นั่นเป็นเรื่องของเรา เรื่องร่างกายมันจะโต จะอ้วน มันก็เป็นของมัน เราก็ทำงานของเรา สังขารก็ทำงานของสังขาร มันไม่ พลิกแพลงอะไร นี่ปฏิบัติมันติดต่อกันอยู่เสมอ





การทำความเพียรของเราที่เหมือนกัน ต้องพยายามอยู่อย่างนั้น เราจะต้อง มีสติติดต่อกันอยู่อย่างนั้นเสมอ มีความรู้ติดต่อกันอยู่เสมอเป็นวงกลม จะไป ถอนหญ้าก็ได้ จะนั่งอยู่ก็ได้ จะทานอาหารก็ได้ จะกวาดบ้านอยู่ก็ได้ ต้องไม่ลืม มีความรู้ติดต่อกันอยู่เสมอ ตัวนี้มันรู้ธรรมะ มันจะพูดอยู่เรื่อยๆ ใจข้างในมันจะพูดอยู่เรื่อยๆ เป็นอยู่อย่างนั้น มีความรู้ อยู่ มีความตื่นอยู่ มีความเบิกบานอยู่เสมออย่างนั้น นั่นเรียกว่าเป็นประโยชน์มาก ไม่ต้องสงสัยอะไรเลย อะไรมันเกิดขึ้นมา เราก็เห็นว่าอันนี้มันไม่แน่นอน มันไม่เที่ยง อันนั้นก็ดี แต่ว่ามันไม่แน่นอน มันไม่เที่ยง เท่านั้นละ เราก็รู้ของเราไปเรื่อยๆ เท่านั้นแหละการปฏิบัติของเรา

มีคนถามว่า การทำภาวนานี้ ต้องอธิษฐานหรือไม่ว่าจะทำเวลานานเท่าไร ๕ หรือ ๑๐ นาที อาตมาเลยบอกว่า ไม่แน่นอน บางทีอธิษฐานว่าฉันจะนั่ง ๓ ชั่วโมง นั่งไปได้ ๑๐ นาทีก็เดือดร้อนแล้ว ไม่ถึงชั่วโมงก็หนีไปแล้ว เมื่อหนีไปแล้ว ก็มานั่งคิดว่า แหม เราหนีพูดโกหกตัวเอง เอาแต่โทษตัวเองอยู่ ไม่สบายใจ บางทีก็เอา รูปสักดอกหนึ่งมาจุด อธิษฐานจิตใจว่า ไฟจุดรูปดอกนี้ไม่หมด ฉันจะไม่ลุกหนี ฉันจะพยายามอยู่อย่างนี้ พอท่านพูดอย่างนี้ พญามารก็มาแล้ว นั่งเข้าไปสักนิด นั่นทุกข์หลายเหลือเกิน เดี่ยวมดกัด เดี่ยวยุงกัด มันวุ่นไปหมด จะลุกหนีไปก็อธิษฐานแล้ว นี่มันตกนรก นึกว่านานเต็มทีแล้ว ลืมตามองดูรูปก็ยังไม่ถึงครึ่งเลย หลับตา อธิษฐานใหม่ต่อไปอีก ๓ ที่ ๔ ที่ รูปก็ยังไม่หมด เลยก็มาคิด เราไม่มันไม่ดีเหลือเกิน โกหกตัวของตัวเองอยู่เลยวุ่นยิ่งกว่าเก่าอีก เราเป็นคนไม่ดี เป็นคนอับปรีย์จัญไร เป็นคนโกหกพระพุทธเจ้า โกหกตัวเอง เกิดบาปขึ้นมาอีก อาตมาเห็นว่า **ต้องพยายาม ทำไปเรื่อยๆ พอสมควรที่จะเลิกก็เลิก** เหมือนกันกับเราทานข้าวเราอธิษฐาน มันเมื่อไร ทานไป ทานไป มันจวนจะอิ่มจะพอ เราก็เลิกเมื่อนั้น กินมากไปก็อาเจียน ออกเท่านั้นแหละ ให้มันพอดีอย่างนั้น



เราเหมือนพ่อค้าเกวียน ต้องรู้จักกำลังโคของเรา ต้องรู้จักกำลังเกวียนของเรา โคของเรามีกำลังเท่าไร เกวียนของเรารับน้ำหนักได้เท่าไร ต้องรู้จัก ต้องเอาตามกำลังโค ต้องเอากำลังเกวียนของเรา อย่าเอาตามความอยากของเราสิ เรามีเกวียนเล่มเดียว อยากจะบรรทุกหนักให้ขนาดรถลึบล้อ มันก็พังเท่านั้น ก็ตายนะสิ มันต้องค่อยๆ ไป ค่อยๆ ทำ อย่างนี้ให้รู้จักของเรา ปฏิบัติเราทำไปเรื่อยๆ ก็สบาย มันวุ่นวายก็ตั้งใหม่ มันวุ่นวายไปก็ตั้งใหม่ ถ้ามันวุ่นวายหนักก็ลุกเดินจงกรมเสียสิ เดินมันจนเหนื่อย พอเหนื่อยก็มานั่ง นั่งกำหนด มันเหนื่อยมันจะสงบระงับ ถ้าเดินก็พอแรง นั่งก็สมควรแล้ว อยากจะพักผ่อนก็พักผ่อนเสีย แต่ว่าจิตใจอย่าลึม มีสติอยู่ทั้งเดิน ทั้งนั่ง ทั้งนอน อยู่ให้สมาธิอย่างนั้น ให้เราเข้าใจอย่างนั้น

การประพฤติปฏิบัติธรรมต้องไม่ย่อหย่อน จะต้องทำความพยายามอย่างนั้น ความอยากจะเร็วของเรา อันนี้ไม่ใช่ธรรมะ มันเป็นความอยากของเรา ใจอยากจะเร็วที่สุด แต่มันทำไม่ได้ ธรรมชาติเป็นอยู่อย่างนั้น เราก็กำหนดจิต ปฏิบัติตามธรรมชาติของมันอย่างนั้น อยากจะให้มันเร็วที่สุดนั้นไม่ใช่ธรรมะ มันคือความอยากของเรา เราจะทำตามความอยากของเรานั้นไม่จบ

ให้รู้จักดูประวัติของพระอานนท์ พระอานนท์นั้นมีศรัทธามากที่สุด พຼงนี้เขากำหนดให้พระอรหันต์ทำปฐมสังคายนาแล้ว คณะสงฆ์ก็กำหนดพระอานนท์องค์หนึ่งว่าจะเอาไปร่วมทำสังคายนา แต่จะเอาเฉพาะพระอรหันต์ทั้งนั้น พระอานนท์เหลือเพียงองค์เดียวเท่านั้น ยังไม่เป็นพระอรหันต์ ไม่รู้จะทำอย่างไร พระอานนท์ก็อาศัยความอยาก นี้กว่าเราจะต้องทำอะไรหนอจึงจะสำเร็จเป็นพระอรหันต์ พຼงนี้เขาจะนับเข้าอันดับแล้ว จะประชุมสงฆ์ทำสังคายนา ตอนกลางคืนก็ตั้งใจนั่ง ไม่ได้นอนทั้งคืน นั่งทำอยู่อย่างนั้น อยากจะเป็นพระอรหันต์ กลัวจะไม่ทันเพื่อนเขาทำไปทุกอย่าง คิดไปทางนี้ก็มิแต่ปัญญาหยาบ คิดไปทางโน้นก็มีแต่ปัญญาหยาบ คิดไปทางไหนก็มีแต่ปัญญาหยาบทั้งนั้น วุ่นวายไปหมด คิดไปก็จวนจะสว่าง เราเหนื่อยเราจะทำอย่างไรหนอ เพื่อนสัทธรรมิกทั้งหลายจะทำสังคายนาแล้ว เรายังเป็นปุถุชน



จะทำอย่างไรหนอ ธรรมที่พระพุทธองค์ท่านแสดงไว้ เราพิจารณาทุกอย่างไม่ขัดข้อง แต่เรายังตัดกิเลสไม่ได้ ยังไม่เป็นพระอริยเจ้า ทำอย่างไรหนอ เลยคิดว่าเราก็ทำความเพียรมาตั้งแต่ย่ำค่ำจนถึงบัดนี้ หรือมันจะเหนื่อยไปมากกระมัง คิดว่าควรจะพักผ่อนสักพักหนึ่ง เลยเอาหมอนมาจะพักผ่อน เมื่อจะพักผ่อน ก็ปล่อยวางทอดธุระหมดเท่านั้น ศีรษะยังไม่ทันถึงหมอนเลย พอทำพื้นพื้นเท่านั้น ตอนนั้นขณะจิตเดียวพอดีจิตรวมได้ ที่ตั้งใจว่าจะพักผ่อน มันปล่อยวางทอดธุระ ตอนนั้นเองพระอานนท์ได้ตรัสรู้ธรรม ตอนที่ว่าอยากจะให้มันเป็นอย่างนั้น อยากจะให้มันเป็นอย่างนี้ ไม่มีเวลาที่จักพักผ่อน ไม่ปล่อยวาง ก็เลยไม่มีโอกาสที่จะตรัสรู้ธรรม

ให้เข้าใจว่าการที่ตรัสรู้ธรรมนั้น มันพร้อมกับการปล่อยวางด้วยสติด้วยปัญญา ไม่ใช่เราจะเร่งให้มันเป็นอย่างนั้น แต่ด้วยเห็นว่ามันไม่ใช่อย่างนั้น พอพักผ่อนพอวางเข้าปุ๊บ ตรงนั้นไม่มีอะไรเข้ามายุ่ง ไม่มี ความอยากเข้ามายุ่ง เลยสงบตรงนั้นเลย พอจิตตอนนั้นรวมดีก็เป็นโอกาสพบตรงนั้น พระอานนท์เกือบจะไม่รู้ตัว รู้ตัวว่ามันเป็นอย่างนั้นเท่านั้น ที่พระอานนท์อยากจะทำอะไรให้มันเป็นอย่างนี้ไม่ได้ นี่คือการความอยาก แต่พอรู้จักวาง ตรงนั้นแหละคือการตรัสรู้ธรรมะ

คนไม่รู้จักมันก็ทำยาก เช่นว่า ตรงนั้นไม่ใช่ที่อยู่ของคน ความวิตกของปุถุชนจะไปวิตกตรงนั้นก็ได้ เช่นว่า นี่พื้น นั่นหลังคา ตรงนี้ (ระหว่างหลังคา กับพื้น) ไม่มีอะไร เห็นไหม ตรงนี้ไม่มีภาพ ภาพคือหลังคา กับพื้น ระยะกลางนี้ เรียกว่าไม่มีภาพ ถ้าคนจะอยู่ก็ต้องอยู่ข้างล่างหรือข้างบน ตรงนี้ไม่มีคนที่อยู่ ไม่มีใครที่จะอยู่ เพราะว่ามันไม่มีภาพ ตรงนี้คนไม่สนใจ การปล่อยวางอย่างนี้คนไม่สนใจว่าการปล่อยวางมันจะเกิดอะไรไหม เมื่อขึ้นไปถึงโน้นเป็นภาพเคยอยู่ ลงมาทางนี้ก็เป็นภาพเคยอยู่ ขึ้นไปข้างบนนี้หน่อยก็สุขสบาย หล่นลงมาตุ้มก็เจ็บ แล้วเป็นทุกข์ มีแต่ทุกข์กับสุข แต่ที่มันจะวางให้เป็นปกติไม่มี เพราะว่าที่ที่ไม่มีภาพนั้น คนไม่สนใจ แม้จิตจะวิตกก็ให้วิตกไปในปกติ ไม่มีภาพ



ที่พระพุทธองค์ตรัสว่า **ไม่มีภพ ไม่มีชาติ คือ ไม่มีอุปาทานนั่นเอง** อุปาทาน เป็นเหตุให้ทุกข์เกิด ถ้าอุปาทานนั้นเราปล่อยไม่ได้ เราอยากจะสงบมันก็ไม่สงบ คนเรา อยู่กับภพ ถ้าไม่มีภพ คิดไม่ได้ เพราะนิสัยของคนมันเป็นเป็นอย่างนั้น กิเลสของคน เป็นอย่างนั้น พระนิพพานที่พระพุทธองค์ท่านว่า พ้นจากภพชาติ ฟังไม่ได้ ไม่เข้าใจ มันเข้าใจแต่ว่าต้องมีภพชาติ ถ้าไม่มีภพ ถ้าไม่มีที่อยู่ ฉันจะอยู่อย่างไร ยิ่งคน ธรรมดาๆ อย่างเราแล้ว ฉันจะอยู่อย่างนี้ไม่ดีกว่าหรือ อยากจะเกิดอีกแต่ก็ไม่อยาก ตาย มันขัดกันเสียอย่างนี้ ฉันอยากเกิดแต่ฉันไม่อยากตาย มันพูดเอาคนเดียว ตามภาษาคน แต่การเกิดแล้วไม่ตายนั้นมีไหมในโลกนี้ เมื่อคนอยากเกิดก็คือคนนั้น อยากตายนั่นเอง แต่เขาพูดว่าฉันอยากเกิดแต่ฉันไม่อยากตาย มันคิดสิ่งที่เป็นไปได้ ไม่ได้ เขาก็ไปคิดให้มันทุกข์

ทำไมเขาจึงคิดอย่างนั้น เพราะเขาไม่รู้จักทุกข์ เขาจึงคิดอย่างนั้น พระพุทธองค์ ท่านว่า **ตายนี้มาจากความเกิด ถ้าไม่อยากตาย อย่าเกิดสิ** แต่ไม่อยากเกิดอีก แต่ว่า ไม่อยากตาย พูดกับกิเลสตัณหาที่มันก็ยากมันก็ลำบาก มันถึงมีการปล่อยวางได้ยาก มีการปล่อยวางไม่ได้อย่างนี้ กิเลสตัณหามันเป็นอย่างนั้น

ฉะนั้นที่พระพุทธองค์ท่านตรัสว่า ไม่มียางต้นเสาอันนี้ อะไรไปเกาะ ไม่มีที่ เกาะ จึงไม่มีภพไม่มีชาติ ถ้าพูดถึงว่าเราไม่มีภพมีชาติ เราฟังไม่ได้ จนกระทั่งท่านย่ำ เข้าไปถึงตัวตนนี้ว่า ไม่มีตัวมีตน ตัวตนนั้นเป็นเรื่องสมมุติทั้งนั้น มันจริงอยู่ มันก็ จริงโดยสมมุติ ถ้าพูดถึงวิมุติ ตัวตนก็ไม่มี เป็นธรรมชาติอันหนึ่ง เกิดขึ้นมาเพราะ เหตุเพราะปัจจัยเกิดขึ้นมาเท่านั้น เราก็ไปสมมติว่ามันเป็นตัวเป็นตนเกิดขึ้นมา เมื่อเป็นสมมุติเป็นตัวเป็นตนก็ยึดตัวยึดตนนั้นอีก เลยเป็นคนมีตน ถ้ามี “ตน” ก็มี “ของตน” ถ้าไม่มี “ตน” “ของตน” ก็ไม่มี ถ้ามี “ตน” มันก็มีสุขมีทุกข์ ถ้ามี “ตน” มันก็มี “ของตน” พร้อมกันขึ้นมาเลย เราไม่รู้เรื่องอย่างนั้น ฉะนั้นคนเราจึงไปคิดว่า อยากเกิดแต่ไม่อยากตาย



พูดถึงเรื่องกระแสพระนิพพานแล้ว ถ้าไม่รู้ปัจจัยตั้งแล้ว ก็ไม่มีใครที่จะปรารถนาอะไร ถึงพระนิพพานนี้ก็ไม่ใช่ว่าเป็นเรื่องปรารถนาอีกด้วย พระนิพพานปรารถนาไม่ได้เหมือนกัน อย่างนี้มันเป็นลักษณะที่เข้าใจยาก ถึงเราจะเข้าใจในเรื่องพระนิพพาน แต่จะพูดให้คนอื่นฟังก็ไม่เข้าใจเหมือนกัน มันไม่เข้าใจ เพราะธรรมอันนี้ ถ้าแบ่งให้กันได้ มันก็สบายละสิ แต่ธรรมนี้มันเป็นปัจจัยตั้ง มันรู้เฉพาะตัวของเราเอง บอกคนอื่นได้ แต่มีปัญหาอยู่ว่าคนอื่นจะรู้ไหม

ฉะนั้น พระพุทธองค์จึงตรัสว่า *อักขาตาโร ตถาคตา* แปลว่า พระตถาคตเป็นแต่ผู้บอก นั่นก็เหมือนกับเราทุกวันนี้แหละ เป็นผู้บอก ไม่ใช่ผู้ทำให้ บอกแล้วให้เอาไปทำ จึงจะเกิดความมหัศจรรย์ขึ้น เกิดความเป็นจริงขึ้นเฉพาะตนเป็นปัจจัยตั้ง *เวทิตัพโพ วิญญูหิ* วิญญูชนรู้เฉพาะตัวเองเท่านั้น อย่างพูดวันนี้จะมาเชื่ออาตมานั้นก็ยังไม่ใช่ของดี มันยังไม่ใช่ของแท้ คนที่เชื่อคนอื่นอยู่ พระพุทธองค์ท่านว่ายังง้ออยู่ พระพุทธองค์ท่านให้รับรู้ไว้ แล้วไปพิจารณาให้มันเกิดขึ้นมาโดยเฉพาะตัวเราเอง ธรรมนี้มันจึงเป็นปัจจัยตั้งอย่างนั้น

ทีนี้ในเรื่องการฟังธรรมก็ให้ทำความเข้าใจว่าต้องไม่ปฏิเสธรับฟัง ไม่เชื่อ ก็พิจารณาดู ไม่เชื่อก็ไม่ว่า เชื่อก็ไม่ว่า วางไว้ก่อน เราจะรู้โดยให้เกิดปัญญา อะไรทุกอย่างถ้าไม่มีเหตุผลเพียงพอในใจของเราเอง ก็ยังไม่ปล่อยวาง คือว่ามีสองข้าง นี่ข้างหนึ่ง นี่ก็ข้างหนึ่ง คนเรานั้นจะแอบเดินมาข้างนี้ หรือแอบเดินไปข้างนั้น ที่เดินไปกลางๆ ไม่ค่อยเดินหรืออก มันเป็นทางเปลี่ยว เดี่ยวรักก็ไปทางรัก พอซังก็ไปทางซัง จะปล่อยการรักการซังนี้ไป มันเป็นทางเปลี่ยว มันไม่ยอมไป เมื่อพระพุทธองค์ตรัสรู้ธรรมะ ทรงเทศน์เป็นปฐมเทศนาเลยตรงนี้

ทางหนึ่งเป็นทางสุขของกาม ทางหนึ่งเป็นทางทุกข์ทรมานตน สองทางนี้ไม่ใช่ทางที่สงบ ท่านพูดว่าไม่ใช่ทางของสมณะ สมณะนี่คือความสงบ สงบจากสุขทุกข์ ไม่ใช่มีความสุขแล้วมันสงบ ไม่ใช่มีความสุขทุกข์แล้วมันสงบ ต้องปราศจากสุขหรือทุกข์มันจึงเป็นเรื่องความสงบ ถ้าเราทำอย่างนั้นแล้วมีความสุขใจเหลือเกิน อันนี้ก็ไม่ใช่ธรรมะที่ตินะ แต่เราต้องวางสุขหรือทุกข์ไว้สองข้าง ความรู้สึกต้องไปกลางๆ เดินผ่านมันไปกลางๆ เราก็มองดู สุขก็เห็น ทุกข์ก็เห็น แต่เราไม่ปรารถนาอะไร เดินมัน

เรื่อยไป เราไม่ต้องการสุข เราไม่ต้องการทุกข์ เราต้องการความสงบ จิตใจของเรา
ไม่ต้องแหวะไปหาความสุข ไม่ต้องแหวะไปหาความทุกข์ ก็เดินมันไปเรื่อย เป็น
ลัมมาปฏิบัติ เป็นมรรคมืด ๘ มีลัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบเกิดขึ้นแล้ว
ลัมมาสังกัปปะ คือ ความดำริวิตกวิจารณ์ก็ชอบทั้งนั้น อันนี้เป็นลัมมามรรคเป็น
มรรคปฏิบัติ ถ้าจะทำอย่างนี้ให้เกิดอย่างนั้น

ที่นี้เราได้ฟังเราก็ไปคิดดู **ธรรมะทั้งหมดนี้ท่านต้องการให้ปล่อยวาง ปล่อยวาง
จะเกิดขึ้นมานั้นต้องรู้ความเป็นจริง ถึงจะปล่อยวางได้** ถ้าความรู้ไม่เกิด ก็ต้องมี
การอดทน มีการพยายาม มีการปฏิบัติธรรมอยู่ มันต้องใช้ทุนอยู่เสมอทีเดียว
เรียกว่าต้องปฏิบัติธรรม

แต่เมื่อมันรู้เห็นหมดแล้ว ธรรมะก็ไม่ได้แบกเอาไปด้วย อย่างเล็กน้อยนี้ เขา
จะเอาไปตัดไม้ เมื่อเขาตัดไม้หมดแล้ว อะไรก็หมดแล้ว เลื่อยก็เอว้างไว้เลย ไม่ต้อง
ไปใช้อีก เลื่อยคือธรรมะ ธรรมะต้องเอาไปปฏิบัติเพื่อให้บรรลุมรรคผล ถ้าหากว่า
มันเสร็จแล้วธรรมะที่อยู่ก็วางไว้เหมือนเลื่อยที่เขาตัดไม้ ท่อนนี้ก็ตัด ท่อนนี้ก็ตัด
ตัดเสร็จแล้วก็วางไว้ที่นี้ อย่างนั้นเลื่อยก็ต้องเป็นเลื่อย ไม่ก็ต้องเป็นไม้ นี่เรียกว่า
ถึงหยุดแล้ว ถึงจุดของมันที่สำคัญแล้ว ลั่นการตัดไม้ ไม่ต้องตัดไม้ ตัดพอแล้ว
เอาเลื่อยวางไว้

การประพฤติดุปฏิบัติต้องอาศัยธรรมะ ถ้าหากว่าพอแล้ว ไม่ต้องเพิ่มมัน
ไม่ต้องถอนมัน ไม่ต้องทำอะไร ปล่อยวางอยู่อย่างนั้น เป็นไปตามธรรมชาติอันนั้น
ถ้าไปยึดมันหมายมัน สงสัยอันนี้เป็นอย่างนั้น มันอยู่ไกลเหลือเกิน อยู่ไกลมาก
ทีเดียว ยังเป็นเด็กๆ อยู่ ยังเป็นเด็กอมมืออยู่นั้นแหละ ทำอะไรไม่ถูกอยู่นั้น ไม่เอา
แล้วอย่างนั้น มันเป็นทุกข์ ต้องดู ต้องดูออกจากจิตใจของเรา ดูมัน ปล่อยมัน ดูว่า
อะไรมันเกิดขึ้น ก็รู้ว่าอันนี้ไม่แน่ อันนี้เกิดไม่จริง อันนี้มันปลอม ความจริงมันก็อยู่
อย่างนั้น ที่เราอยากให้อันนั้นเป็นอันนี้ อันนี้เป็นอันนั้น นั่นไม่ใช่ทาง มันเป็นอยู่
อย่างนั้น ก็วางมันเสีย ความสงบเกิดขึ้นได้ เราข้ามไปข้ามมา มันไม่รู้เรื่อง ก็เป็นทุกข์
ตลอดเวลา หายสงสัยเสีย อย่าไปสงสัยมัน เลิกมันเถอะ อย่าไปเป็นทุกข์หลาย
พอแล้ว ปล่อยวางมันเสีย. (หัวเราะ)



ธรรมทั้งหลายก็เหมือนกัน
ถ้าเราพิจารณาไม่ถูกเรื่องก็ไม่ได้บุญ
ไม่ได้ประโยชน์ เหมือนคนฟังธรรมไม่เข้าใจ
ไม่ได้ธรรมะ ปัญญาก็ไม่เกิด
เมื่อปัญญาไม่เกิด ความเห็นถูกมันก็ไม่มี
ถ้าความเห็นไม่ถูกต้องการปฏิบัติก็ไม่เป็นผล

๔๔ | กบเฒ่าหนึ่งเผือกอบัว

พวกเราเป็นผู้มีบุญวาสนามาก เพราะพระพุทธเจ้าตรัสว่าการที่
พระพุทธเจ้าจะมาตรัสรู้ในโลกนี้เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้ยาก

เราจะได้พบท่านก็ยาก เมื่อพบท่านแล้วจะได้ฟังธรรมท่านก็ยาก ได้
ฟังธรรมแล้วจะได้บวชปฏิบัติอยู่ใกล้ท่านก็ยาก หรือแม้แต่บวชแล้วจะมี
ศรัทธาก็ยากลำบาก ท่านว่าอย่างนั้น ผู้บวชแล้วเข้าไม่ถึงพระพุทธเจ้าก็มีนะ
อย่านึกว่าถ้าบวชแล้วจะได้เข้าใกล้พระพุทธเจ้า ถ้าไม่ได้ปฏิบัติตามพระ-
ธรรมวินัยของท่าน ก็ไม่ได้ชื่อว่าเข้าใกล้พระพุทธเจ้า ให้พากันเข้าใจ ดังนั้น
ผู้รู้จะเกิดขึ้นภายในจิตใจของมนุษย์ ให้รู้แจ้งแทงตลอดนี้จึงทำได้ยาก
บุคคลที่มีเจตนามีศรัทธามาสอนพวกเรา ให้เกิดความรู้ความเห็นในความดี
ความซื่อ ในบุญในบาปนี้ก็ยาก และจะได้ฟังธรรมของท่านนั้นก็ยาก

อย่างเราฟังธรรมกันโดยทั่วไปทุกวันนี้ ก็ฟังแต่นิทานพื้นบ้านเรื่องการเกิดบ้าง ลินชัยบ้าง แดงอ่อนแดงแก่บ้าง ฟังกันเล่นๆ อันนั้นไม่ใช่ธรรมะของพระพุทธเจ้า เป็นนิยายฟังกันสนุกเฉยๆ ถ้าฟังธรรมพระพุทธเจ้ามันได้บุญนะ ได้ในปัจจุบันนี้ นี่แหละ ธรรมที่จะสอนสัตว์ทั้งหลายนั้นไม่ใช่ง่าย ถ้าคำสอนใดไม่เป็นไปเพื่อหายพศ ลดมานะ ละความชั่วแล้ว ก็ไม่ใช่ธรรมของพระพุทธเจ้า เป็นธรรมของพวกเขาเดียรถีย์ ของพวกชาวนิครนถ์ มันไม่เห็นความจริง ไม่ได้ระบายความทุกข์ออกจากใจ ไม่หายสงสัย ยังไม่ถูกธรรมะ

ผู้ไม่ได้ปฏิบัติธรรมะ ฟังธรรมะแล้วจะปฏิบัติธรรมะนั้นยาก มันยากจะได้เห็น ยากจะได้ฟัง ธรรมะของพระพุทธเจ้านั้นควรรู้ได้ ไตร่ตรองและเห็นตามความเป็นจริงได้ ท่านไม่ได้สอนต่ำสอนสูงอะไร ท่านสอนพอดี สอนธรรมดาดตามบุคคล เหมือนอย่างเด็กตัวเล็กๆ มีกำลังน้อย ท่านก็ไม่ให้แบกหนัก ให้แบกพอดี มันก็แบกไปได้ ผู้ใหญ่มีกำลังมาก ท่านก็ให้แบกสมกับกำลังของผู้ใหญ่ นี่ก็ได้ประโยชน์ เรื่องมันเป็นอย่างนี้

อันนี้ฉันใด พวกเราจะมีวัดวาอารามปฏิบัติอย่างนี้ก็หายาก ไม่มีทุกกาลณะ โยม มีเป็นบางครั้งบางคราว นานๆ เราจึงจะได้พบครั้งหนึ่ง บางคนบุญไม่มี วาสนาไม่ถึงก็ไม่เห็น อย่างนี้ก็มิ

อาตมาเห็นโยมคนหนึ่งอยู่บ้านอาตมา (บ้านก่อ) บ้านอยู่ริมวัด แยกไปไหน มาไหนก็เดินผ่านวัดทุกวัน แต่ไม่รู้จักอะไร แกเคยฟังเทศน์ ก็ฟังแต่แหล่หมัทธิ แหล่ใส่หูจนหูจะหนวก ก็ไม่รู้จักธรรมะ ต่อมาย้ายบ้านไปอยู่อำเภอวานรนิวาส โชคดีที่ได้ไปฟังธรรม เห็นบุญเห็นบาป เห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา กลับมาคราวนี้เลยบวชเป็นพระ แกบอกว่ “มันชั่วจริงๆ ครับท่านอาจารย์” นี่แหละอยู่ที่ใกล้วัด น่าจะได้บุญ ได้กุศล แต่ไม่รู้เรื่อง สมกับที่ท่านว่า

กบเข่าหนึ่งเฝ้ากอบัว	อยู่บนหัวกลิ้งบัวบ่ต้อง
แมงกุ่ม่องบินผ่านแอ้วมา	เอาเกศาดอกบัวไปจ้อย



กบอยู่กอบัวแต่ไม่รู้จักบัว ดอกบัวจะบานจะตูม จะร่วงจะโรยก็ไม่รู้เรื่อง วันดีคืนดีอาจโดนตำเลียมเขาหรือก นี่ฉันใด ตาแก่คนนั้นก็เหมือนกัน อาตมาเคยเทศน์ให้ฟังว่า กบแต่มานั่งเฝ้ากอบัว นี่บรรพบุรุษเราท่านว่าไว้ถูก อยู่ใกล้วัดใกล้ว่าน่าจะรู้จักธรรมะ แต่ไม่รู้เรื่องเลยหนีจากบ้านไปอยู่ที่อำเภอวานรฯ จึงได้ไปฟังเทศน์พระกรรมฐานที่โน่น นี่ท่านว่า *ธัมโม จะ ทูลละโม โลก* การที่จะได้ฟังธรรมพระพุทธรเจ้าเป็นการยาก การทำบุญจะถูกบุญนี้ก็ยาก นี่ก็ลำบาก บุญกุศลจะเกิดขึ้นกับจิตใจก็ยากลำบาก เพราะอะไร เพราะกระจกเรานั้นไม่สว่าง ยังไม่มีปัญญาพวกเราจงเข้าใจ

พระพุทธรเจ้าของเราทรงเคยเป็นทุกสิ่งทุกอย่าง ตั้งแต่เป็นสัตว์สาวาสีงขาคคนกกระจาบ โตถึงช้าง หรือในระหว่างที่เป็นมนุษย์ ท่านก็เป็นหมดทุกอย่าง เป็นคนร่ำคนรวย เป็นคนยากคนจน ท่านก็ได้ผ่านมา เราก็เหมือนกัน จะอยู่ป่าอยู่เขา ไม่รู้จักศีลรู้จักธรรมก็ไม่ต้องน้อยอกน้อยใจ เพราะบุญของเรามีอยู่เท่านั้น แต่เราสามารถทำดีได้ถ้าจะทำ มือเราก็มี ร่างกายเราก็มี ตาหูเราก็มี ได้เห็น ได้ยิน ได้ฟัง มีผู้แนะนำพร้าสอนอยู่ นี่เรียกว่าสะสมทุนของเรา คือเราจะลงมือทำมาค้าขายวันไหนก็ได้ เพราะสมบัติเรามีแล้ว มีสมบัติแล้ว มีเครื่องรับแล้ว เมื่อได้ของไม่ดี เราทำให้มันดีได้ มันผิดทำให้ถูกก็ได้ มันแก้ได้

พระพุทธรเจ้าหรือสาวกทั้งหลายก็ดี ท่านไม่ได้เป็นพระอรหันต์มาก่อน ท่านเคยเป็นชาวไร่ชาวนา ชี้เหล้าเมายา เป็นคนล็กเล็กขโมยน้อยมาเหมือนกัน คือยังไม่รู้จักบาป บุญ คุณ โทษ คนไม่รู้จักก็ทำอะไรได้ทุกอย่าง แต่เมื่อรู้แล้ว ท่านก็เลิก ท่านก็ละ ถอนออกมาได้ ฟังธรรมแล้วเข้าใจ รู้ที่นั่นรู้ที่นี่ ตรัสรู้ธรรมะได้

เรื่องตรัสรู้ธรรมะ เราได้ยินว่า พระพุทธรเจ้าตรัสรู้ธรรมะ ก็นึกว่าเป็นเรื่องของท่านทุกอย่าง ไม่ใช่เรา เป็นเรื่องของเราทุกคนก็ได้ อันไหนรู้แล้ว ละนั่นแหละ เป็นเครื่องหมายของเรา เหมือนเราเคี้ยวกินอะไรบางอย่าง รู้สึกคัน รู้แล้วก็คายทิ้ง ความรู้ชนิดนี้แหละ ปุณฺณชนเราควรรู้ เหมือนหัวกลอยเมื่อรู้ว่ามันคัน กินไม่ได้ เรายังจะกินอยู่หรือ ก็มีแต่จะทิ้งเท่านั้น มันรู้แบบนี้แหละ



ที่นี้รู้ซึ่งเข้าไปกว่านั้นอีก รู้ว่าอันนี้ดี อันนี้ไม่ดี มันผิด ไม่เป็นประโยชน์ เตือดร้อนทั้งแก่ตนและผู้อื่น พิจารณาแล้วรู้ได้ นี้เรียกว่าความรู้อันหนึ่ง ถ้ามันรู้ตามความเป็นจริงแล้ว ไม่มีอะไรสามารถคลี่คลายจิตใจของเราได้ อย่างเราจะทำดี ใครว่าไม่ดีอย่างไรเราก็ไม่ทิ้ง เราทำถูกต้องอยู่ ใครว่าผิดเราก็ไม่ทิ้ง เราไม่บ้า เขาว่าบ้า เราก็ไม่ทิ้งไปเป็นบ้าอย่างเขาว่า แต่คนเราชอบทิ้งเจ้าของ เราไม่บ้า เขาว่าบ้าก็โกรธเลย เป็นบ้าอย่างเขาว่า เราทำดีเขาว่าไม่ดี ไปโกรธเขา เลยไปเอาของไม่ดีกับเขา มันทิ้งเจ้าของอย่างนี้แหละ ไม่รู้ตามความเป็นจริงของเจ้าของ

ภาษาธรรมะที่พระพุทธเจ้าท่านสอนนั้น ก็สอนให้แก่พวกเราทั้งหลายนี้แหละ พวกเราที่เป็นปุถุชนให้เป็นอริยชน เหมือนเราจะสร้างบ้านเรือน เราก็ต้องหาสิ่งที่ยังไม่สำเร็จ จะเป็นเสาเป็นช่อเป็นแป ฯลฯ มันไม่ได้สำเร็จมาเลยที่เดียวหรอก เราต้องไปแปลงสภาพมันขึ้นมา เสาเรือนก็ดี เดิมเกิดจากไม้ที่มันยาวมันคดอยู่ ซึ่งรวมอยู่กับต้นไม้นั้นแหละ เราต้องไปเลื่อย ไปแปรรูปออกมา คนฉลาดก็สามารถนำเอามาสร้างบ้านเรือนได้

เราก็เหมือนกัน ยังเป็นปุถุชนอยู่ มีลูกมีเมีย มีอะไรต่างๆ เป็นธรรมดาของโลก แต่ถ้าเรารู้จักการภาวนา รู้จักธรรมะแล้ว ก็สามารถระบายสิ่งที่ไม่ดี สิ่งที่ไม่ดี ออกได้ ไม่วันนี้ก็พรุ่งนี้ ไม่น้อยก็มาก เหมือนกับเราแบกของหนัก เมื่อเอาทิ้งไปที่ละน้อยๆ ทิ้งบ่อยๆ มันก็เบาได้ เมื่อทิ้งไปๆ ผลที่สุดก็วางหมด เหมือนกับเราแบกไม้พินนั้นแหละ เมื่อถึงกระท่อมก็ทิ้งโครมเลย มันก็เบาเห็นไหมละ นี่ความเบาเป็นอย่างนี้

ความชั่วทั้งหลายที่เราทำมามันหนักใจของเรา เราค่อยฝึกหัดปฏิบัติไปๆ ใจมันก็ค่อยสว่างไสว ของยากก็เลยกลายเป็นของง่าย ของมืดมันก็สว่าง ของสกปรกมันก็สะอาด รู้จักหลักประพฤติปฏิบัติอย่างนั้น รู้เรื่องอย่างนั้นก็คือธรรมะ ถ้าไม่รู้เรื่องท่านบอกว่าอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา อย่างนี้ เราก็ไม่รู้อะไร



คนเราถ้าไม่ได้อบรมธรรมะก็เหมือนกับนกมวยที่ไม่ได้ซ้อม หรือเหมือนหมอลำที่ไม่ได้เรียน ถึงเวลาก็ขึ้นเวทีเลย จะเป็นอย่างไร จะนำฟิ่งไหม จะนำฟิ่งได้อย่างไร เพราะไม่ได้ท่องกลอนลำเลย มวยไม่ได้ซ้อมก็เช่นกัน พอขึ้นเวที คู่ชกเขาก็จะเลือกชกเอาตามใจชอบ นั่นแหละ

ฉันใด เราอยู่กับลูกหลาน กับสิ่งของ สกนธ์ร่างกาย ล้วนแต่เป็นของไม่จีรัง ยั่งยืน เป็นอนิจจัง คือไม่เที่ยง วันนี้เสียไป พรุ่งนี้ได้มา วันนี้ดีใจ พรุ่งนี้เสียใจ มันเป็นอย่างนี้ เปลี่ยนไปเปลี่ยนมา เพราะอนิจจังมันไม่เที่ยงไม่แน่นอน ทั้งภายนอกภายในสกนธ์ร่างกาย ไม่แน่นอนทั้งนั้น วันนี้ดี พรุ่งนี้อาจเจ็บโน่น ปวดนี่ก็ได้ มันเป็นอย่างนั้น ถ้าคนไม่เข้าใจก็น้อยอกน้อยใจในสิ่งเหล่านี้ ว่าทำไมจึงเป็นอย่างนี้ *อัชฌัตตา ธัมมา* ธรรมภายใน ของภายในคือสกนธ์ร่างกายของเราเนี่ย บางทีเจ็บโน่น ปวดนี่ เจ็บขา ปวดท้อง มันไม่แน่นอน *พหิททา ธัมมา* ธรรมภายนอก คือของผู้อื่นหรือสิ่งของต่างๆ เช่น ต้นไม้ ภูเขา เป็นต้น

พวกเราทั้งโยมผู้หญิงโยมผู้ชาย ก็เหมือนกัน ถ้าพูดไม่ถูกใจก็โกรธ ถ้าพูดถูกใจก็หัวเราะ เอามะขามเปรี้ยวมาให้ทานก็ลับตาหายไปทุกคนเหมือนกันนั่นแหละ ถ้าหวานก็หวานเหมือนกัน มันเหมือนกันโดยสัญฐาน ลักษณะจิตใจนี้ก็เหมือนกัน สิ่งทั้งหลายเหล่านี้แหละที่เราอาศัยอยู่ เคยรู้เรื่อง แต่คนเราไม่เป็นอย่างนั้น อันนี้ของเรา อันนั้นของเขา อันนี้ของฉัน อันนั้นของคุณ เกิดเรื่องเกิดราวจนยิงกันฆ่ากัน ความจริงมันไม่มีอะไรสักอย่าง เมื่อยังอยู่ก็ทำมาหากินไป ผลที่สุดแล้วก็ไม่ได้เอาอะไรไปหรอก ตอนมาก็ไม่ได้เอาอะไรมา เวลาไปก็ไม่ได้เอาอะไรไป ทำมาไว้ตรงนี้ก็ทิ้งตรงนี้ ถ้าคนรู้จักธรรมะแล้วก็ผ่อนผันได้ อภัยกันได้ บางสิ่งบางอย่างผู้ไม่รู้จะไรก็เอาแล้ว ไม่ยอมกัน

อาตมาเคยเห็นหมาตัวหนึ่ง เอาข้าวให้มันกิน มันกินแล้วกินไม่หมด มันก็นอนเฝ้าอยู่ตรงนั้น อิ่มจนกินไม่ได้แล้วก็ยังนอนแล้วก็ยังนอนเฝ้าอยู่ตรงนั้นแหละ นอนซึม ประเดี๋ยวก็ขำเลียงตาดูอาหารที่เหลือ ถ้าหมาตัวอื่นจะมากิน ไม่ว่าตัวเล็กตัวใหญ่ก็ขู่ โอ้...! ใจจะมากินก็โส่ง ๆ ๆ ท้องจะแตกอยู่แล้ว จะให้เขากินก็ไม่ได้ หวงไว้



มาดูคนก็เหมือนกัน ถ้าไม่รู้จักอัมมะธัมโม ก็ไม่รู้จักผู้น้อยผู้ใหญ่ ถูกกิเลส คือโลภะ โทสะ โมหะ เข้าครอบงำจิตใจ แม้จะมีสมบัติมากมายก็หวงไว้ ไม่รู้จัก เฉลี่ยแจกจ่าย แม้แต่จะให้ทานแก่เด็กยากจน หรือคนชราที่ไม่มีจะกินก็ยาก อาตมา มาคิดดูว่ามันเหมือนสัตว์จริงหนอ คนพวกนี้ไม่มีคุณสมบัติของมนุษย์เลย พระ พุทธองค์ตรัสว่า มนุษย์ดิรัจฉาน มนุษย์เหมือนสัตว์ดิรัจฉาน เป็นอย่างนี้ เพราะ ขาดความเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา

ฉะนั้น พระพุทธเจ้าจึงว่าให้พวกเรามีศีล ความมีศีลคืออะไร บางคนว่ามีศีล แล้วจะไปสวรรค์ ไปนิพพาน เรื่องสวรรค์เรื่องนิพพานก็คือเรื่องความสุขหรือความดี ทั้งหลาย ถ้ามีศีลธรรมแล้วอยู่กันสบาย ไม่ก่อกรรม ไม่สร้างความเดือดร้อนใส่หมู่ ใส่คณะ ใส่บ้านใส่เมือง ใส่พี่น้องญาติ ใส่เจ้าใส่นาย บ่าวไพร่ ราษฎร ไม่มี ถ้าเรา มีศีลธรรมก็อยู่เย็นเป็นสุข สมกับที่พระท่านว่า

สีเลนะ สุคะติง ยันติ สีเลนะ โภคะ สัมปะทา
สีเลนะ นิพพุติง ยันติ ตัสมา สีลัง วิโสธะเย

เวลาให้ศีลสุดท้ายท่านสรุปอย่างนี้ พวกเราว่า ม้วนศีล (สรุปหรือบอกอานิสงส์) ทำไม่จึงว่าม้วนศีล ก็เหมือนเราसानตะกร้านั้นแหละ สานแล้วเราก็ม้วน (ขมวด) ปากมัน แล้วทำหุใส่ ทำสายใส่

สีเลนะ สุคะติง ยันติ จะมีความสุขเพราะศีล มีความสุขเพราะทำถูก นายจ้าง กับลูกจ้างมีความซื่อสัตย์ต่อกัน หรือบ่าวไพร่ราษฎร พี่น้องก็ซื่อสัตย์ต่อกัน มัน ก็สบายเท่านั้น สีเลนะ โภคะ สัมปะทา สมบัติทั้งหลายก็มีขึ้นมา ถึงมีน้อยก็สบาย มีหลายก็ไม่ลำบาก ไม่แก่งแย่งกัน นี่คือการสบาย

ถ้าพูดถึงศีล เอากะเป่าวางไว้ริมทางก็ไม่หาย ของอยู่บ้านก็ไม่หาย สบาย ถ้าคนไม่มีศีลละ อยู่ในกระเป่ากางเกงมันยังแย่งเอาเลย คนแก่ขึ้นรถไฟเอาสตางค์ ใส่กระเป่า เสรีจพวกนั้น คนแก่ตกกรถเลย นี่ ถ้าไม่มีศีลมันเดือดร้อนอย่างนี้ มัน

เป็น ทุกชะติง ยันติ ไม่ใช่ สุคะติง ยันติ ทุกข์เพราะเบียดเบียนกัน กุอาของมึง มึงเอาของกู ท่านว่า สีเลนะ สุคะติง ยันติ สีเลนะ โภคะ สัมปะทา เพราะฉะนั้น ผู้มีน้อยก็สบายตามน้อย ผู้มีมากก็สบายตามมาก เหมือนสัตว์หรือแมลงบางจำพวก มี ๒ ขาเท่ามนุษย์นี้ก็สบาย มีสี่ขาก็สบาย มีหลายขาเหมือนกิ้งกือ มันก็สบาย โดยเฉพาะในกลุ่มผู้มีศีล ใครมีมากก็สบาย ใครมีน้อยก็สบาย จะไปหาที่ไหนกันละ ไม่ใช่ชาติหน้า ไม่ใช่ชาติไหน ชาติปัจจุบันนี้แหละ ถ้าพากันสร้างบุญสร้างกุศลคือ สร้างจิตใจของตน คนทุกวันนี้สร้างบุญ ไม่รู้จักว่าบุญอยู่ตรงไหน ไม่รู้เรื่อง พากันไปทำบุญก็ไปรับเงินสนุกสนาน กินเหล้าเมายา ก็เสรีกันแค่นั้น สนุกเท่านั้น

บุญกุศลคือความดี ไม่ก่อกรรม ไม่สร้างความเดือดร้อนวุ่นวาย ดังนั้น จึงว่า เราไม่เคยได้ฟังธรรมพระพุทธเจ้าเลย เวลาของหายลูกตายเมียตาย จึงพากันร้องให้ ตาเปียกตาแฉะ ทำไม่ถึงเป็นอย่างนั้น เพราะไม่ได้ฝึกไว้ ไม่ได้ซ้อมไว้ ไม่รู้ว่าของมัน เกิดได้ตายได้ มันหายเป็น มันเป็นเรื่องธรรมดาจริงๆ นะ ดูซิ บ้านไหนเมืองไหน มันก็เป็นอย่างนี้

พระพุทธเจ้าท่านให้มาภาวนา ภาวนาคืออะไร คือมาทำจิตใจให้สงบเสียก่อน ปกติใจมันมีอะไรหุ้มห่ออยู่ เป็นใจที่ยังเชื่อไม่ได้ ถ้ามาทำให้สงบแล้ว มันจะเกิดความรู้สึกขึ้นมา ใจมันสบาย สงบ มันจะแสดงอะไรออกมา เห็นรูป เห็นเวทนา เห็นสัญญา เห็นสังขาร เห็นวิญญาณ มันจะค่อยพิจารณาไป เกิดความรู้ว่า อันนี้มัน พาดิพาไม่ดี พาดิดพาถูก ท่านให้พิจารณาอันนี้ก่อน เรียกว่า สมถภาวนา เมื่อใจเรา สบาย มันสว่าง มันขาว มันสงบ ความนึกคิดที่จิตใจก็สบายขึ้น มันต่างจากความ นึกคิดของคนที่ไม่สบายใจ มีความโลภ ความโกรธ ความหลงอยู่ในใจ คือคนนึกคิด ไม่ดี ใจไม่สบาย คิดไปทั่ว คิดจนไม่ได้หลับไม่ได้นอน คิดไปสารพัด คิดแต่เรื่อง ไม่สบายนั้นแหละ ถ้าใจสบายละ คิดไปไหนก็มีแต่เรื่องสบาย เรื่องสงบ เรื่องระงับ มีแต่เรื่องเป็นประโยชน์ทั้งนั้น ถ้าจิตใจมันเป็นแล้ว ก็เป็นอย่างนั้น ดังนั้นท่านจึงให้ พิจารณาเรียกว่า ภาวนา



อย่างพวกเราทั้งหลายที่พากันทำวันนี้ บางคนอาจไม่เคยทำเลย เคยแต่ไปเรียนเอาคาถากับคนนั้นคนนี้ ได้คาถาแล้วก็ไปภาวนาให้พ่อให้แม่ ให้คนโน้นคนนี้ ลัทธิโน้นลัทธินี้ ให้ตนเองไม่มี ตนไม่มีความดีแต่จะให้ความดีแก่คนอื่น จะเอาความดีที่ไหนไปให้เขา อย่างเราจะภาวนาให้พ่อแม่หรือใครก็ตาม ทั้งที่มีชีวิตอยู่หรือล่วงลับไปแล้ว เบื้องแรกเราต้องภาวนาให้ตัวเองก่อน เพื่อชำระความชั่วออกจากจิตใจ ให้ความดีปรากฏขึ้นในตัวเรา ต่อจากนั้นจึงแผ่ความดีที่ตนมีตนได้ให้แก่คนอื่น อย่างนี้จึงจะสำเร็จประโยชน์ได้ ไม่ใช่ทำให้ทั้งๆ ที่ตนเองไม่มี นี่คือการเข้าใจผิด ภาวนาแล้วก็ไม่เกิดประโยชน์อะไร

การภาวนาคือทำให้เกิดขึ้นมีขึ้น ที่ไม่รู้ทำให้มันรู้ ที่ไม่ดีทำให้มันดี ใจเป็นบาป เป็นกรรมทำให้เป็นบุญเป็นกุศล การสร้างบุญไม่ใช่ทำโดยการให้ทานอย่างเดียว การรักษาศีล การเจริญเมตตาภาวนา การฟังธรรมเหล่านี้เป็นบุญทั้งหมด เป็นเหตุที่จะให้บุญเกิด บางคนจะทำบุญแต่ละที ก็ค่อยแต่จะให้มันเงินมากๆ เสียก่อน เลยไม่ได้ทำสักที เห็นคนอื่นทำก็อิจฉา^๑ กับท่าน คิดว่า เป็นบุญหลายหนอ คนไม่รู้จักบุญ บุญไม่ใช่อย่างนั้น การละความชั่ว ละความผิด มันก็เป็นบุญแล้ว การรักษาศีล การเจริญภาวนา การฟังพระธรรมเทศนา ทำให้เกิดความเฉลียวฉลาดขึ้นมา เหล่านี้ทำให้เกิดบุญขึ้นได้ แล้วคนเราสมัยนี้เข้าใจว่า การทำบุญก็คือการให้ทานเท่านั้น เพราะส่วนมากได้ยินพระท่านเทศน์เรื่องทานบารมี ทานอุปบารมี ทานปรมัตถบารมี แต่ไม่ได้อธิบายให้เกิดความเข้าใจ

คนส่วนมากจึงมักเข้าใจกันว่า การทำบุญ คือ การนำเอาสิ่งของไปถวายพระมากๆ คนยากคนจนก็เลยทำไม่ได้ เพราะไม่เข้าใจภาษาบาลีดังที่กล่าว

^๑ ไม่สามารถให้ความหมายในภาษากลางได้อย่างลึกซึ้ง จึงรักษาศัพท์เดิมไว้ ความหมายคล้ายกับพลอยยินดีกับคนอื่นในสิ่งที่เขาทำได้แต่ตนเองไม่มีวาสนา แต่แฝงด้วยความอยากมีอยากเป็นเช่นนั้น

**ความจริงเรื่องการให้ทานท่านแบ่งไว้ ๓ ระดับ คือ การเสียสละสิ่งของ
ภายนอกจัดเป็นทานบารมี การสละอวัยวะจัดเป็นทานอุปบารมี การสละชีวิตจัด
เป็นทานปรমัตถบารมี หรืออีกอย่างหนึ่งว่า ยอมเสียทรัพย์เพื่อรักษาอวัยวะ ยอม
เสียอวัยวะเพื่อรักษาชีวิต ยอมเสียชีวิตเพื่อรักษาธรรม**

เหล่านี้ถ้าเราเข้าใจก็ไม่มีปัญหา ไม่ว่าคนรวยคนจนก็สามารถทำบุญให้ทานได้ โดยเฉพาะทานที่ไม่ต้องสิ้นเปลืองทรัพย์สิ้นเงินทองคือ อภัยทาน ซึ่งทุกคนสามารถทำได้ และทานชนิดนี้พระพุทธรเจ้าทรงสรรเสริญด้วย ดังนั้นการสร้างคุณงามความดีมีอยู่หลายอย่าง ให้พากันเข้าใจ บางคนคิดว่าการทำบุญให้ทานได้ผลอันยิ่งใหญ่มากก็ทุ่มเทใส่จนหมดเนื้อหมดตัว ไม่รู้เรื่อง

ส่วนคนรู้เรื่อง มีขนาดไหนก็ใช้ไปขนาดนั้น มันอยู่ที่การกระทำ ถ้าทำถูกมันเป็นบุญเป็นกุศลอย่างนั้นแหละ ตัวอย่างเช่น การช่วยเขาชุดบ่อน้ำริมถนนเราผ่านไปก็ให้เห็น เขาทำอะไรก็ช่วยทำ ถามว่าได้บุญไหม ตอบว่าได้ ได้อย่างไร การช่วยเขาชุดบ่อน้ำ ต่อไปภายหน้าเราก็ไม่ต้องชื้อน้ำ ใครผ่านมาก็ไม่ต้องชื้อกิน เพราะเป็นน้ำสาธารณะ ให้ความสุขแก่มนุษย์ทุกๆ ไป อย่างนี้เป็นต้น

อย่างเราอยู่ศาลาก็ช่วยเขาปิดกวาด เขาถอนหญ้าเราก็ช่วย เขาทำอะไรก็ช่วยไปอาศัยบ้านเขาอยู่ก็เหมือนกัน จะเป็น ๒ วัน ๓ วัน ก็ต้องช่วยเขาทำในสิ่งที่เราทำได้ นี้เรียกว่าบุญ **บุญมันอยู่ที่ใจของเรา** บ้านไหนมีบุญเราทำได้ คนในบ้านรู้จักเคารพพ่อแม่ เคารพผู้เฒ่าผู้แก่ ทำอะไรก็มีความสุข มีความหมาย คนไม่รู้จักบุญก็วุ่นวายอยู่นั้น จะทำบุญแต่ละครั้งต้องฆ่าเป็ด ฆ่าไก่ ฆ่าวัว ไม่รู้จักเสียเลยจริงๆ บุญไม่ลำบากอย่างนั้นนะ ง่ายๆ ทำไปแล้วสบาย คิดขึ้นมาตอนไหนก็สบายใจ จะอยู่บ้านไหนเมืองไหนก็สบาย ไม่ทะเลาะเบาะแว้งกัน ถ้าเข้าถึงธรรมะแล้วเป็นอย่างนั้น

โยมผู้ชายก็รู้เรื่องโยมผู้หญิง โยมผู้หญิงก็รู้เรื่องโยมผู้ชาย คนหนึ่งโมโหอีกคนหนึ่งก็เฉยเสีย ปล่อยเสีย มันก็สบาย ถ้าไม่รู้จักศีลรู้จักธรรมก็ทะเลาะกันทั้งเข้าทั้งเย็น กูหนึ่ง มึงสอง ไม่รู้จักหยุด ผลที่สุดก็พัง มันก็เดือดร้อน ถ้ารู้จักศีลรู้จักธรรมไม่ต้องเถียงกันหรอก พูดกันคำสองคำก็รู้เรื่อง หยุด มีความเคารพกันอย่างนั้น

ผู้ไม่มีศีลมีธรรมก็ดันกันอยู่นั้นแหละ กุสอง มิงสาม กูสี่ มิงห้า เอาตลอดคืนเลย
 อย่างนี้เรียกว่า หาความไม่ดีมาใส่ตัวเอง คือยังไม่เข้าใจธรรมะ ถ้ารู้จักธรรมะแล้ว
 โยมผู้หญิงผู้ชายอยู่ด้วยกันสบาย ซื่อสัตย์ต่อกัน จะพูดอะไรก็พูดแต่คำจริงคำสัตย์
 ไม่นอกใจกัน อันไหนผิดไปแล้วก็ให้มันแล้วกันไป อย่าเก็บเอามาพูด มันก็จบ อันนี้
 ไม่อย่างนั้น ของเก่าตั้งแต่สมัยไหนก็ซัดคั้นมาว่ากัน จนเกิดทะเลาะกันวุ่นวาย

อยู่ในวัดวาอาราม พระเจ้าพระสงฆ์มีความสามัคคีกัน องค์หนึ่งพูดแล้วก็จบ
 ไม่มีปัญหา อยู่ในบ้านในเรือนก็เหมือนกัน พ่อแม่พูดแล้วก็แล้วกัน นี้เรียกว่าอำนาจ
 ของศีลของธรรม ถ้ามีศีลมีธรรมมันง่ายอย่างนี้ สีเลนะ สุคะติง ยันติ... เราจะมี
 ปัญญาพ้นจากทุกข์ได้ก็เพราะศีลนี้แหละ ให้เราพิจารณาอย่างนี้

เมื่อก่อน มีโยมคนหนึ่งเป็นชาวส่วย มาหาอาตมา ถามว่า “ครูบาจารย์ให้
 ข้าน้อยรักษาศีล จะให้กินอะไร” อาตมาตอบว่า “ก็กินศีลนั้นแหละ” กินอย่างไร
 แกสงสัย เลยบอกว่า รักษาไปเถอะ เดี๋ยวก็ได้กินหรรอก แกคิดไม่ออก แยะจริงๆ
 วันหนึ่งแกมารักษาอุโบสถ แกบอกว่า ไม่รู้คิดอย่างไรหนอจึงไม่ให้กินข้าวเย็น ลอง
 กินดูก็ไม่เห็นเป็นอะไร เห็นแต่มันอร่อยเท่านั้น แกว่า แล้วทำไมจึงไม่ให้กิน แกคิด
 ไป เลยลองกินดูว่ามันจะผิดเหมือนผีเข้าจ้าวศุณย์หรือเปล่า กินดูแล้วก็ไม่เห็นเป็น
 อะไร ดีเสียอีก แกว่า ชั่วขนาดนั้นก็มิหนะคนเรา แกมารักษาศีล อาตมาเลยบอกว่า
 เอ้า ให้รักษากันจริงๆ ลองดู ทุกวันนี้รู้จักแล้ว อาตมากลับไปเยี่ยมที่ภูดินแดง
 (สาขาที่ ๓) แกมาราบทุกปี มาสารภาพกับอาตมาว่า “โอ๊ย ครูบาจารย์ แต่ก่อนผม
 ไม่รู้เรื่องจริงๆ ครูบาจารย์ว่าให้กินศีล ผมไม่รู้เรื่อง เดี๋ยวนี้คิดได้แล้ว ก็กินศีลอย่าง
 ครูบาจารย์ว่า ทุกวันนี้เลยสบาย”

คนเราให้รักษาศีลรักษาธรรม ก็กลัวแต่ทุกข์ยากลำบาก มันไม่ใช่อย่างนั้นนะ
 ศีลธรรมให้ความเบาความสบายแก่เรา ไม่มีโทษไม่มีภัย คิดไปข้างหน้า คิดไป
 ข้างหลังก็สบาย ถ้ามีศีลธรรม คิดไปข้างหลัง ความผิดเราก็รู้จัก เมื่อรู้จักเราก็ละ
 พวกนั้น ต่อไปก็บำเพ็ญคุณงามความดี มองไปข้างหน้าก็สบาย มองไปข้างหลังก็
 สบาย ดังนั้น **ความทุกข์ทั้งหลายมันอยู่ที่ความเห็นผิด ถ้าเห็นผิดมีทุกข์ทันที ถ้า**





เห็นถูกแล้วก็สบาย พระศาสดาท่านจึงให้สร้างความเห็น การฟังเทศน์ฟังธรรมก็เพื่อสร้างความเห็นของเรา คือเรายังเห็นไม่ถูกต้อง

ความจริงสิ่งทั้งหลายทั้งปวงนั้นมันพอดี มันสม่ำเสมออยู่ทุกอย่าง เหมือนต้นไม้ในป่านั้นแหละ ต้นยาวก็มี ต้นสั้นก็มี ตรงก็มี คดก็มี ต้นที่มีโพรงก็มี มีทุกอย่าง มันพอดีของมัน คนต้องการต้นคดก็ไปเอา ต้องการต้นตรงก็ไปเอา อยากได้ต้นสั้นต้นยาวก็ไปเอา มันเลยพอดีของมัน ในโลกนี้ก็เหมือนกัน มีทุกอย่าง แต่เราไม่รู้จักเอามาใช้ ถ้าเอามัดมาใช้ก็เอาสั้นมันมาใช้ มีดเล่มเดียวกันนั้นแหละ ใช้ไม่เป็นก็ไม่เกิดประโยชน์

ธรรมทั้งหลายก็เหมือนกัน ถ้าเราพิจารณาไม่ถูกเรื่องก็ไม่ได้บุญ ไม่ได้ประโยชน์ เหมือนคนฟังธรรมไม่เข้าใจ ไม่ได้ธรรมะ ปัญญาก็ไม่เกิด เมื่อปัญญาไม่เกิด ความเห็นถูกมันก็ไม่มี ถ้าความเห็นไม่ถูกต้อง การปฏิบัติก็ไม่เป็นผล ผลสุดท้ายฟังเทศน์ฟังธรรมก็เลยเบื่อ เพราะฟังแล้วไม่ได้อะไร อย่างนี้ก็มิ อันนี้เพราะความไม่เข้าใจในธรรมะ ถ้าเข้าใจในธรรมะแล้วไม่มีปัญหา สบาย

นั้นแหละท่านจึงบอกว่า *ธัมโม จะ ทูลละโภ โลเก* การที่จะได้ฟังธรรมของพระพุทธเจ้านี้ก็ยาก คนพูดคนเทศน์มีเยอะ ที่ไหนๆ ก็มี ไม่รู้ว่าพูดขนาดไหน คนปฏิบัติก็เยอะ ไม่รู้ปฏิบัติขนาดไหน ไม่รู้ถูกหรือผิด มันยาก

บัพพะชิตโต จะ ทูลละโภ ฟังธรรมแล้วจะได้บวช ในพระศาสนานี้ก็ยาก เหมือนกับญาติโยมจะบวชลูกบวชหลานแต่ละที่ มันหาโอกาสยาก ครั้นบวชแล้วจะมีศรัทธาประพฤติปฏิบัติตามธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้านั้นก็ยาก ดังนั้นทุกวันนี้มันจึงน้อยลงไปๆ

พระพุทธเจ้าท่านทรงสอนให้เป็นคนมีปัญญา ถ้าไม่มีปัญญาไม่รู้เรื่องจริงๆ เหมือนกับสมัยก่อน มีประเพณีการทำต้นดอกผึ้ง การทำบุญต้นดอกผึ้งเป็นความเชื่อว่า ถ้าบิดามารดาหรือญาติสายโลหิตสิ้นชีวิตไปแล้ว เกรงว่าจะไม่มีที่อยู่ แล้วจะได้รับ

ความลำบาก หากลูกหลานสร้างปราสาทดอกผึ้งอุทิศไปให้แล้ว ก็จะได้มีวิมานหรือปราสาทอยู่อย่างสบาย ไม่น้อยหน้าใครในเทวโลก ก็ทำกันไปตามประเพณี บางทีทำหมดซี้ผึ้งเท่ากำปั้งนี้ แต่เอาควายมาฆ่า เหล้าหมดไม่รู้ก็ล้าง ทำกันอย่างนี้จะได้อะไรเมื่อไร

ถ้าสมมุติว่าเราตาย ลูกหลานทำต้นดอกผึ้งไปให้ เราจะต้องการโหม นึกอย่างนี้ก็น่าจะเข้าใจนะพวกเรา ต้นดอกผึ้งมันจะพาไปสวรรค์ไปนิพพานได้เมื่อไร มันเรื่องเกจอาจารย์เขียนกันขึ้นมาว่าทำอย่างนี้ได้บุญหลาย ใครทำแล้วจะได้ไปเกิดเป็นนั่นเป็นนี่ เราลองมาพิจารณาดูซิว่า มันมีเหตุมีผลแค่ไหน นี่แหละคือการทำตามประเพณี ใครๆ ก็ทำกันมาอย่างนั้น แล้วก็มักอ้างว่าทำกันมาตั้งแต่สมัยปู่ย่าตายาย อาตมาว่าจะทำมาตั้งแต่สมัยไหนก็ตามทีเถอะ ถ้ามันไม่ถูกก็ต้องทิ้งมันทั้งหมดนี้แหละ

พระพุทธเจ้าท่านให้มีปัญญา คือให้รู้ตามความเป็นจริง ความจริงไม่ใช่อยู่ที่การกระทำสัปดาห์ กันมา ความจริงอยู่ที่ความจริง เหมือนจิตใจมันโลภ มันโกรธ มันหลง มันไม่มีตัวรู้ มันก็ทำไปตามจิตที่มันหลงนั้นแหละ ก็เลยกลายเป็นประเพณีถือกันมาอย่างนั้น อันนั้นมันเป็นประเพณีของคน ไม่ใช่จริยประเพณี ไม่ใช่ประเพณีของพระพุทธเจ้า ทำไปก็ไม่เกิดประโยชน์ นี่แหละท่านว่าฟังธรรม แต่ไม่ได้ฟังธรรมของพระพุทธเจ้า ฟังธรรมจากเกจิอาจารย์ เลยทำกันไปอย่างนั้น

อย่างถึงเดือน ๕ เดือน ๖ ก็เหมือนกัน ก็ทำพิธีสะเดาะเคราะห์โดยทำกระทงหน้าวัว ชูดเล็บมือเล็บเท้าใส่ไป ส่วนมากจะทำกันตามที่ที่มีความเชื่อว่า จะมีผีหรือวิญญาณสิงสถิตอยู่ เช่น ตามทางแยกหรือต้นไม้ใหญ่ ถ้าเป็นสมัยนี้ก็ตรงที่มีอุบัติเหตุเกิดขึ้นบ่อยๆ วิธีทำก็คือ นำเอาต้นกล้วยมาทำเป็นกระทงสามเหลี่ยมบ้างสี่เหลี่ยมบ้าง ตามความนิยม แล้วปักธงเล็กๆ ไว้โดยรอบ ภายในมีเครื่องสังเวท เช่น ข้าวดำ ข้าวแดง ต่อจากนั้นก็เชิญหมอผีหรือคนทรงมาทำพิธีสวด เช่น ผีหรือวิญญาณ มันไม่ถูกหรืออก เหล้านี้มีแต่เรื่องนอกกริตนอกกรอย คนอื่นทำก็ทำกันเลยไม่รู้เรื่อง



นี่แหละเพราะไม่ได้ฟังธรรมะของพระพุทธเจ้า ไปฟังแต่อย่างอื่น ล้วนแต่ทำแล้วไม่เกิดประโยชน์ทั้งแก่ตนเองและผู้อื่น ไม่มีความหมายอะไร สิ่งทั้งหลายเหล่านี้มันเนื่องจากการฟัง ท่านจึงให้ฟัง เหตุ ปัจจะโย อารัมมณะปัจจะโย พระพุทธเจ้าท่านสอนว่าสิ่งต่างๆ มีเหตุมีปัจจัย ถ้าเหตุดีผลก็ดี ถ้าเหตุไม่ดีผลก็ไม่ดี เหตุถูกผลก็ถูก เหตุไม่ถูกผลก็ไม่ถูก ให้ดูเหตุของมัน ผู้มีปัญญาที่ตรัสรู้ธรรมะ เราต้องพิจารณาว่าสมเหตุสมผลหรือไม่ เหมือนที่กล่าวมานั้นแหละ การทำต้นดอกไม้ นั้นจะกันนรกอเวจีได้ไหม อาตมาว่า ถ้าไม่หยุดทำความชั่วแล้ว มันหยุดความผิดไม่ได้ ให้เราพิจารณาอย่างนี้ ถ้าเรามีหลักพิจารณาอย่างนี้จะสบาย บุญก็จะค่อยเกิดขึ้น จะค่อยรู้ค่อยเห็นเรื่อยๆ ไป

ทุกวันนี้ บริษัทบริวารของพวกเราทั้งหลาย คือ พระภิกษุ สามเณร อุบาสก อุบาสิกา ยังมีอยู่ แต่ก็ค่อยไป หดไป เราสังเกตได้ง่ายๆ ว่า ทุกวันนี้นักบวชนักพรตที่เป็นเนื้อนาบุญของพวกเรา ที่เป็น สุปฏิปันโน ปฏิบัติดี อุชุปฏิปันโน ปฏิบัติตรง ญาเยปฏิปันโน เป็นผู้ปฏิบัติเพื่อพ้นทุกข์ หาความสุข มีไหม

ทุกวันนี้เราอ่านธรรมะกันทั้งนั้นแหละ แต่เป็นธรรมะที่แต่งขึ้นภายหลัง เราฟังไม่เข้าใจหรือเข้าใจไปอย่างอื่น อย่างบางตำรากล่าวว่ พระยาธรรมจะมาตรัสและจะนำตะแกรงทองคำมาร้อน เราก็เข้าใจว่าเป็นตะแกรงทองคำจริงๆ ซึ่งเป็นความเข้าใจที่ไม่ถูกต้อง แม้แต่เรื่องพระยาธรรมก็เช่นกัน พวกเราเข้าใจว่าจะต้องคอยจนกว่าพระศรีอริยเมตไตรยมาตรัส อันนี้มันไกลไป ไม่ใช่พระยาธรรมองค์นั้น ในที่นี้ท่านหมายถึง จะมีครูบาอาจารย์ที่ประพฤติดีปฏิบัติชอบมาประกาศธรรมะ มาช่วยบอกว่าอันนั้นผิดอันนั้นถูก เรียกว่าร้อน คนไหนปัญญาน้อย นึกไม่ถึง ไม่เชื่อก็หลุดไปๆ พระยาธรรมก็คือเรื่องธรรมะนั่นเอง คือธรรมะอันแท้จริงจะค่อยฟื้นขึ้นมา

สิ่งทั้งหลายทั้งปวงเมื่อเจริญขึ้นมันก็เสื่อม เหมือนมะม่วง ขนุน เมื่อสุกเต็มทีมันก็หล่น พอเมล็ดถูกดินก็เป็นต้นงอกขึ้นมาใหม่อีกฉันใด ธรรมะถ้าเสื่อมเต็มที่แล้วก็เกิดปฏิภิกิริยาขึ้นมา สาวกของพระพุทธเจ้าก็ยังมีอยู่ พระศาสนาของพระองค์ยังไม่จบสิ้น เป็นเหตุให้ก่อธรรมะที่แท้จริงขึ้นมาประกาศได้ เรียกว่า นำตะแกรงทองคำมาร้อน คือนำธรรมะมาอธิบาย แนะนำพร่ำสอนประชาชนพุทธบริษัทให้เกิดความ

เข้าใจ ผู้ที่มีตหนปัญญหายาบก็ไม่ค้าง เพราะไม่เชื่อ ไม่มีศรัทธา ไม่ได้พิจารณา ถ้าผู้มีบุญวาสนาพิจารณาดู มันจริง นี่คือนักที่ค้างตะแกรงทองคำ ไม่ใช่ตะแกรงที่ทำจากไม้ไผ่ตามธรรมชาติบ้านเรา ไม่ใช่อย่างนั้น คำสอนของพระพุทธเจ้าจะมาชักจูงพวกเราทั้งหลาย หมายความว่า ธรรมะจะเจริญขึ้นๆ ที่จมก็จมไป ที่ฟูก็ฟูขึ้น

เดี๋ยวนี้เราจะหาที่พึ่งไม่ได้แล้ว อย่างนักบวชนักพรต ลูกหลานของเรามาบวชกันทุกวันนี้ ส่วนมากก็บวช ๗ วัน ๑๕ วัน เท่านั้นแหละ แล้วก็สึกไปๆ เลยไม่มีใครอยู่วัด วัดเลยไม่เป็นวัด เพราะไม่มีใครอบรมสั่งสอนกัน ไม่มีที่เกาะที่ยึดที่มั่นหมาย เพราะขาดกรรมฐาน ขาดการภาวนา ขาดการอบรมปมนิสัย มันขาดอย่างนี้ เลยมีแต่เรื่องเดือดร้อนกระวนกระวาย การบวชส่วนมากก็บวชกันตามประเพณีชั่วคราว ทุกวันนี้วัดก็เลยเป็นเหมือนคุกเหมือนตะราง เข้าไปก็ร้อนทันที อยู่ไม่ได้ ที่ที่มันเย็นเลยกลับเป็นที่ร้อนทุกวันนี้ ที่ถูกก็เลยกลายเป็นผิด เพราะคนไม่ได้อบรมธรรมะดังนั้น พวกเราทั้งหลายจึงขอให้เอาไปพิจารณาให้มันดีๆ

ทุกวันนี้หน้าวันจะยาก เพราะโลกกับธรรมะมันแข่งกัน ฝ่ายโลกเขามีอะไรบ้าง ของกินมีหลายสิ่งหลายอย่าง ของที่จะฟังก็เยอะ สิ่งที่จะดูก็เยอะเยอะ ไม่เหมือนสมัยก่อน ที่นี้หันมาดูทางธรรมะมีอะไรบ้าง มีแต่เรื่องปัญญาบารมี ปัญญาอุปบารมี ปัญญาปรมัตถบารมี ฟังกันไม่รู้เรื่อง มันจึงไม่เข้าถึงสันหลังของมนุษย์ทุกวันนี้เลยไม่รู้เรื่องรู้ราว

ความจริงเรื่องปัญญาบารมี ก็รวมอยู่ในบารมี ๑๐ มี ทาน ศีล เนกขัมมะ ปัญญา วิริยะ ขันติ สัจจะ อธิษฐาน เมตตา อุเบกขา บารมีเหล่านี้แยกออกเป็น ๓ หมวด คือ บารมี อุปบารมี ปรมัตถบารมี รวมเป็นบารมี ๓๐ ทศ ที่พระโพธิสัตว์ก่อนที่จะตรัสรู้ ต้องบำเพ็ญให้ได้ครบบริบูรณ์ทุกๆ พระองค์ ปัญญาบารมีก็แยกเป็น ๓ ระดับ เหมือนกับทานบารมี คือปัญญาาระดับปกติธรรมดา ระดับกลาง และระดับสูงสุด ตัวอย่างเช่น ปัญญาาระดับศีล ขจัดกิเลสส่วนหยาบ ปัญญาาระดับสมาธิ ขจัดกิเลสส่วนกลาง ปัญญาาระดับสูง ขจัดกิเลสส่วนละเอียด แต่โดยมากฟังกันไม่รู้เรื่อง จึงมักจะมีปัญหา



เวลาทำบุญก็เหมือนกัน นิมนต์พระไปสวดมนต์ สวดมงคล สวดยังกะอึ้งร้อง ผู้ฟังไม่รู้เรื่องเพราะไม่ได้อธิบายให้คนฟังเข้าใจ เลยเร่งให้พระสวดจะได้จบเร็วๆ แล้วรีบกลับวัด เขาก็จะได้ฟังหมอลำกันสนุกสนาน เฮฮากันทั้งคืน มันจะเหลืออะไรพวกเรา เพราะโลกมันทับถมหมดแล้ว ลูกหลานของเราทุกวันนี้ยินดีในรูป เสียง กลิ่น รส โภกฐิ์พพะ ธรรมมรณ เป็นคนมักใหญ่ใฝ่สูง สอนกันไม่ฟังเพราะขาดธรรมะ ฉะนั้น ผู้ที่จะได้มาอบรมปมนิสัยทุกวันนี้จึงหายาก

อาตมาถือว่าญาติโยมเป็นผู้มีบุญมาก ที่มีวัดปฏิบัติอยู่ใกล้เคียงเหมือนกับเรามี ทนายความไว้ประจำบ้านหรือมีแพทย์มีหมอบริการประจำเรือน เมื่อตัวเราก็ตี ลูกเมียพี่น้อง เราไม่สบายก็จะได้ไปหาแพทย์มาหมอบุ๋นใจ อันนี้ฉันใด ความทุกข์ ความไม่สบาย ความเดือดร้อนต่างๆ เราจะได้หาโอกาสไปฟังเทศน์ฟังธรรมตามกาลเวลา อย่างน้อย ๗ วันครั้งหนึ่งก็ยังมี ได้มาอบรมปมนิสัย มาได้ยินได้ฟัง จะได้ทำลายความคิดผิด ความเห็นผิดของเรา ตลอดลูกหลานของเราก็จะได้สร้างนิสัยปัจจัยไปในทางคุณงาม ความดี แม้ความผิดจะมีอยู่ ก็จะมีปัญญาพิจารณาเลิกละไปในวันข้างหน้าได้

อย่างบ้านหาดเราเนี่ย อาตมาเคยมาสักก่อน ได้ฝึกหัดเอาไว้ ปัจจุบันนี้เด็กๆ ดีขึ้นเยอะ พอเห็นพระประณมมือกันเป็นแถว แม้แต่เด็กยังไม่หนุ่มผ้าก็ยังรู้จัก ประณมมือ นี่ต้องหัดเอา ฝึกเอา มันได้ยินได้ฟัง ได้รับคำแนะนำพร้าสอน มันจึงเกิด มันจึงเป็นขึ้น ค่อยฝึกค่อยหัด จากคนหนึ่งเป็นสองคน นานเข้าเลยเรียบริ้อย สวยงามขึ้นมา ทั้งนี้เพราะอาศัยการฝึกหัด อย่างนี้ท่านเรียกว่า อาณิสสรณ์ของการ อยู่ใกล้วัด

ใจเราก็เหมือนกัน เราฟังเทศน์ฟังธรรมจึงเกิดความรู้ความเห็นขึ้นมา เวลา กระทบสิ่งไหนสิ่งนี้ก็มีความรู้ มีปัญญาพิจารณา การประพฤติปฏิบัติก็คือ สิ่งเหล่านี้ สิ่งไม่ดีที่เราทำมานาน ก็ค่อยละค่อยถอนมันไป เรียกว่าการประพฤติปฏิบัติ การปฏิบัติไม่ใช่ปฏิบัติเฉพาะนักบวชเท่านั้น ในครั้งพุทธกาลอยู่บ้านอยู่เรือน ก็เป็นผู้ถึง พระรัตนตรัย ถึงไตรสรณคมณ์ เป็นโสดาบัน สกิทาคามี อนาคามี มีเยอะเยะ

บางคนคิดว่าจะไปทำบุญให้ทานก็ไม่มีเวลา มันยุ่งยาก คนไม่รู้จักบุญ บุญเป็นเครื่องสร้างคุณงามความดีให้เจ้าของ การสร้างความดีไม่เห็นยากอะไร อย่างเดินไปเห็นของเขา นี่ก็อยากจะได้แต่ไม่เอาเพราะกลัวความผิด กลัวบาป กลัวคุก กลัวตาราง นี่เป็นการสร้างความดีแล้ว เป็นการสร้างความดีให้แก่ตนเอง ถ้าไม่ได้ยิน ไม่ได้ฟัง ก็ไปลักไปฉ้อโกงเขา ก็เท่ากับสร้างกรรมชั่วให้แก่ตัวเอง มันบาปอยู่ตรงนั้น บุญอยู่ตรงนั้น และการปฏิบัติก็อยู่ตรงนั้น เห็นความผิดก็ไม่ทำ ไปที่ไหนใจก็เป็นบุญที่นั่น มีความฉลาดอยู่ในจิตของตนเอง อันนี้แหละท่านเรียกว่า ธรรมย่อมรักษา ผู้ปฏิบัติไม่ให้ตกไปในที่ชั่ว

ไม่ใช่ธรรมที่เราไปเรียนเอาวิชาอาคม ได้มาแล้วก็ปนก็เสกใส่ก้อนหินก้อนกรวด แล้วก็หว่านไปให้มารักษาเรา ไม่ใช่อย่างนั้น ที่ว่าพระธรรมย่อมรักษาผู้ปฏิบัติไม่ให้ตกไปในที่ชั่ว พระธรรมคือใจที่รู้ว่าอันนี้ผิดอันนี้ถูก อย่างนี้เป็นไปเพื่อเบียดเบียนตน เบียดเบียนคนอื่น รู้อย่างนี้ความผิดความชั่วก็ไม่กล้าทำ ทำไม เพราะใจมันรู้ รู้จักผิด รู้จักถูก นั่นคือธรรมะ ถ้าเราไม่ทำผิดทำชั่ว ธรรมะก็คุ้มครองเรา ใจเรานั้นแหละเป็นผู้รู้จักธรรมะ นี้เรียกว่าพระธรรมย่อมตามรักษา เราปฏิบัติธรรม พระธรรมก็ตามรักษาเรา ใครไม่รู้จักธรรมะ ธรรมะก็ไม่รักษา นี้เรียกว่าของรักษา ของรักษาอยู่ที่ไหน อยู่ในธรรมนั้นแหละ

แต่คนเรามักเชื่อของรักษาทำนองไสยศาสตร์ โดยเฉพาเมื่อเจอพระพุทธรูป มักจะมีโยมไปขอของรักษา คือคาถาอาคมกันภูตผีปีศาจเพื่อให้ตนแคล้วคลาดจากภัยอันตราย ในทำนองเดียวกันก็มีการเอาอกเอาใจผีบ้านผีเรือนโดยการทำหิ้งบูชา ซึ่งแฝงตัวปริศนาว่า ชั้น ๕ ชั้น ๘ (น่าจะมีความหมายว่า คีล ๕ คีล ๘) เพราะคนรักชาติ คีลก็จะรักษาเขาเอง แต่ก็เพี้ยนไปเป็นเรื่องผีสิง เทวดา จึงต้องบูชาด้วยวัตถุ โดยการเอาดอกไม้ธูปเทียนไปกอง เอาข้าวแห้งไปบูชาอยู่ทุกวัน มีแต่หนูเท่านั้นแหละจะไปย่นลงมาใส่หัวเวลากลางคืนนะ อันนั้นมันจะรู้อย่างไรว่าเราดีเราชั่ว ของอย่างนั้นมันจะรักษาคนได้อย่างไร ธิเบตก็ทำให้มันสะอาด แล้วเอาพระพุทธรูปสวยๆ ไปใส่ไว้แทนจะดีกว่า



ของรักษาเราก็คือใจของเรา รู้จักว่าอันนี้มันผิดตามที่ครูบาอาจารย์ท่าน
แนะนำ ถึงท่านไม่บอก มันก็ผิดอยู่ พยายามละ อย่าทำอย่าพูด นี่เรียกว่าพระธรรม
ใจเรารู้จักผิดรู้จักถูกนี้แหละ ธรรมะความดีของเรานี้แหละตามรักษา คือใจเรามั่น
สูงเอง มันละเอง ประพฤติปฏิบัติเอง อันไหนชั่ว อันไหนผิดก็ไม่ทำ นี่แหละเรียกว่า
พระธรรมตามรักษา ไม่ใช่พระธรรมอยู่บนชั้นกระหอยองนะ อันนี้มันชั้นข้าวแห้ง
จะตามรักษาใครได้ มีแต่หนูเท่านั้นแหละจะไปกิน เรื่องมันเป็นอย่างนี้

อามิสบูชากับปฏิบัติบูชา อามิสบูชาคือบูชาด้วยสิ่งของ จะบูชาอะไรก็ได้ที่
เห็นว่าเป็นคุณ อย่างถ้าเราเป็นไข้ไม่สบาย มีคนเอาหมูกยามาให้ก็สบาย เราจน มีคน
เอาเสื้อผ้าอาหารมาให้ก็สบาย หรือเวลาหิว มีคนเอาข้าวมาให้กินก็เป็นบุญ นี่คือ
อามิสบูชา ให้คนไม่มี ให้คนยากจน ถวายของแก่สมณชีพราหมณ์ตลอดถึงสามเณร
ตามมีตามได้ เป็นอามิสบูชา

การปฏิบัติบูชา คือ การละความชั่วออกจากจิตใจ อาการประพฤติปฏิบัติ
เรียกว่าปฏิบัติบูชา ให้พากันเข้าใจอย่างนั้น ที่นี้ของรักษาก็คือใจของเรา ไม่มีใครมา
รักษาเราได้นอกจากเรารักษาเราเอง พระอินทร์ พระพรหม พญายม พญานาค
ทั้งหลายไม่มี ถ้าเราไม่ดีแล้ว ไม่มีใครมารักษาเราหรอก พระพุทธเจ้าสอนอย่างนั้น
จริงๆ นะ ไม่ใช่ที่เราทำผิดขนาดไหน ก็ยังเรียกหาคุณครูบาอาจารย์ คุณมารดาบิดา
ให้มาช่วย ไปขโมยควายเขาก็ยังประณมมือให้พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์มาช่วย
“สาธุ ขอให้เอาไปได้ตลอดรอดฝั่งเถอะ” ฝีมือ ใครจะตามรักษาคนชั่วขนาดนั้น ท่าน
บอกว่าอย่าทำก็ไม่ฟัง นี่คือการเข้าใจผิดของคน มันเป็นอย่างนี้ มันหลงถึงขนาดนี้
จะว่าอย่างไร พระพุทธเจ้าสอนว่า ให้ดูเจ้าของ เรานี้แหละเป็นผู้รักษาเจ้าของ

อัตตา หิ อัตตะโน นาโถ โภ หิ นาโถ ปะโร ลียา เราเป็นที่พึ่งของเราเอง
คนอื่นเป็นที่พึ่งของเราไม่ได้ เราต้องทำเอง สร้างเอง กินเอง ทำผิดแล้วทำถูกเอง
ทำชั่วแล้วละเอาเอง เป็นเรื่องของเจ้าของ ท่านจึงบอกว่า ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว
มันถูกที่สุดแล้ว เรามัวแต่ไปหาของดีกับคนอื่น พระพุทธเจ้าสอนแล้วสอนอีก สอน
ให้ทำเอง ปฏิบัติเอง พระพุทธเจ้าท่านแนะนำชักจูงอย่างนี้

อย่างทุกวันนี้ พอญาติพี่น้องตาย ท่านว่าให้ชกจุง เราก็เอาพระไปจุง เอาฝ้าย ต่อใหม่ เอาใหม่ต่อฝ้าย ดึงกันมะนุงมะนัง เข้าป่าช้าโน้น ไม่ใช่จุงอย่างนั้น อาตมาว่า รีบหายไปเร็ว ๆ นั้นแหละดี มันจะได้ไม่หนัก บางทีก็ยุงอยู่กับจ้วน้อย (เถรน้อย) พระจุงพระรังอยู่กับจิวร เด็กตัวเล็ก ๆ กำลังเลี้ยงควายอยู่ก็เรียกมาบวช บวชจุงพ่อจุงแม่ จุงก็จะไม่ไหวแล้ว เตียวทิวข้าว ทิวน้ำ ร้องไห้ นั้นไปจุงกันอย่างนั้น นี่แหละ คือความเห็นผิด

เรื่องการชกจุง ก็เหมือนกับอาตมากำลังจุงอยู่เดี๋ยวนี้แหละ คือการแนะนำพร่ำสอน บอกทางไปสวรรค์ บอกทางไปนรกให้ แนะนำให้เลิกสิ่งนั้น ให้ประพฤติสิ่งนี้ อย่างนี้เรียกว่าชกจุงแนะนำพร่ำสอน จุงต้องจุงในขณะที่ยังมีชีวิตอยู่นี้แหละ ให้ไปคิดพิจารณา เอาไปภาวนาดูว่ามันถูกไหม ถ้าสงสัยก็มาฟังอีก จะบอกให้ชี้ให้แนะนำพร่ำสอนให้ นี่เรียกว่าชกจุงคน ไม่ใช่เอาใหม่ต่อฝ้าย เอาฝ้ายต่อใหม่ จุงกัน วุ่นวาย ไม่ได้ความอะไร มันนำหัวเราะ จุงอย่างนั้นมันจุงไม่ได้

บางทีก็เอาข้าวตอกมาหว่าน ในขณะที่จุงศพไปป่าช้า โดยมีความเชื่อว่า พวกผีหรือเปรตที่คอยรับส่วนบุญมีอยู่ เพื่อจะไม่ให้พวกนั้นรบกวนผู้ตาย จึงมีการหว่านข้าวตอกไปด้วย

ความจริงบรรพบุรุษท่านสอนว่า คนเราเหมือนข้าวตอก เวลาหว่านไปมันก็กระจัดกระจายไป เหมือนสังขารร่างกายนี้ มีลูกมีเมีย มีลูกเต้าเหล่าหลาน มีเนื้อ มีหนัง มีแขน ขา หู ตา เป็นต้น ผลสุดท้ายก็กระจัดกระจายกันไปอย่างนี้ แตกกระสานซ่านเซ็นไปตามสภาวะ เกิดในโลกนี้มันก็มีแค่นี้ เหมือนข้าวตอกดอกไม้ นี่แหละ ที่เรื้อราดไปตามดินตามหญ้า สังขารร่างกายนี้มันก็มีแค่นี้ ท่านให้พิจารณาอย่างนี้ แต่เราก็มหาหว่านให้ผีกิน ไปคนละเรื่องอีกแล้ว เรื่องเหล่านี้พิจารณาให้มาก ๆ หน่อย พิจารณาให้ดี ถ้าเราเข้าใจตัวเราแล้วสบาย นี่ละการประพฤติปฏิบัติมันถึงต่างกัน ถ้าเรานำไปพิจารณาแล้วจะเห็น เห็นได้จริงๆ เห็นในใจของเราเห็นแหละ แล้วมันจะค่อยสว่างขึ้น ค่อยขาวขึ้น ค่อยรู้ขึ้นมา

เหมือนกับเราเรียนหนังสือ แต่ก่อนกว่าจะรู้อะไร ครูจับไปเขียน ก ข ไม่รู้เขียนอะไร ไม่รู้เรื่อง แต่ก็เขียนไปตามครู พอเขียนพยัญชนะได้ก็เขียนสระอะ สระอา สระอิ สระอี แต่ก็ยังไม่รู้เรื่องหรือก ขี้เกียจก็ขี้เกียจ พอเขียนเป็นแล้ว ก็เอาพยัญชนะกับสระมาผสมกัน เอาสระอาใส่ตัว ก อ่านว่า กา ใส่ตัว ข อ่านว่า ขา ว่าไปตามครู เรียนไปศึกษาไปต่อมาก็เลยรู้เรื่อง เลยกลายเป็นคนอ่านออกเขียนได้

อันนี้เราลองพิจารณาดู การที่จะรู้จักบุญรู้จักบาป ตอนแรกก็อาศัยคนอื่นนี้แหละ ต่อไปมันจะรู้เอง ท่านจึงว่า ความดีความชั่วอยู่ที่ตัวเจ้าของ แม้แต่พระพุทธรูปเจ้าก็เอาให้ใครไม่ได้ ให้ได้ก็คือบอกให้ทำอย่างนั้นๆ แล้วเราก็ประพฤติปฏิบัติไปตามศรัทธา จะเป็นประโยชน์แก่เรามาก อย่าพากันหลงงมงาย ให้ถึงพระพุทธรูป พระธรรม พระสงฆ์ ผู้ถึงพระรัตนตรัยไม่ต้องถือฤกษ์ปีศาจ

อย่างอาตมาไปภาวนาอยู่ที่ไหนก็สบาย ด้วยความซื่อสัตย์ ด้วยความเชื่อพระพุทธรูปเจ้าของเรานั่นเอง เชื่ออย่างไร เชื่อว่าไม่มีตรงไหนที่พระองค์สอนให้คนชั่วสอนให้คนทำผิด ไม่มี ในสูตรในตำราไหนก็ไม่มี อาตมาอ่านแล้ว ถึงว่าพระพุทธรูปเจ้านี้เป็นผู้เลิศประเสริฐจริงๆ อาตมาเชื่อท่าน ท่านว่าให้สอนตนเองให้ฟังตนเอง ก็ฟังตนเองจริงๆ ทำตามท่าน ไปทำอยู่ที่ไหนก็สบาย อยู่ในถ้ำในป่าในเขา จะอยู่ที่ไหนก็ไม่มีอะไร สบาย เพราะความซื่อสัตย์สุจริตนี้แหละ เลยเชื่อมั่นว่า พระพุทธรูปเจ้าสอนให้ฟังตนเองนี้ถูกแล้ว เราก็เหมือนกัน แม้จะเป็นฆราวาสอยู่บ้านครองเรือน ก็อย่าพากันสงสัยอะไร เพราะความดีความชั่วอยู่ที่ตัวเรา

อัตตะหา โจทะยัตตานัง จงเตือนตนด้วยตนเอง ค่อยทำไป ดูแต่หินก้อนใหญ่ๆ ทูบไปเรื่อยๆ มันก็แตก พวกเรายังไม่รู้ ค่อยสอนค่อยปฏิบัติก็จะรู้ขึ้นมาได้

ชีวิตของคนเรามันไม่แน่นอน กาลเวลาไม่อยู่ที่เดิม วันนี้มันก็กินไปแล้ว หมด
ไปแล้ว กินไปตลอดวันตลอดคืน กินไปเรื่อยๆ มันไม่หมดไปเฉพาะเดือน เฉพาะปี
เท่านั้น สังฆารเราก็ร่วงโรยไปด้วย เช่น ผม เดี่ยวนี้ผมยังไม่หงอก ต่อกไปมันจะ
หงอก มันจะแก่ หูแก่ ตาแก่ เนื้อหนังมังสาไปด้วย แยกไปหมดทุกสิ่งทุกอย่าง
นี่แหละท่านถึงว่าความเกิด แก่ เจ็บ ตาย มันแก่ไป ตายไป ฉะนั้น ขอให้พากัน
เชื่อมั่นในตนเอง ยึดเอาคุณพระศรีรัตนตรัย **ผู้เข้าถึงพระรัตนตรัย ไม่มีอะไรจะมา
ทำร้ายได้**

นี่แหละการให้ทำความเพียรวันนี้ ไปถึงบ้านก็ให้ทำ บางทียุ่งกับลูกหลาน
มากๆ นอนตื่นแล้วก็มานั่งภาวนา พุทฺโธ ๆ ๆ อันนี้ถ้าจิตสงบแล้วก็เรียกว่าใกล้
พระนิพพาน นี่แหละเรื่องภาวนา ไม่ใช่ภาวนาอยู่แต่ในวัด อยู่บ้านเราก็ทำได้ ว่างๆ
เราก็ทำ แม้จะทำมาค้าขาย ทำนาทำไร่ก็ทำได้ หรือแม้แต่ชุดดินถอนหญ้า เวลาเมื่อ
เข้าไปพักไต้ร่มไม้ก็ทำได้ นั่งภาวนาพุทฺโธ ๆ ๆ เดี่ยวก็จะได้ดีจนได้ หมั่นระลึกถึง
ครูบาอาจารย์ แล้วตั้งจิตพิจารณา พุทฺโธ ๆ ๆ สบาย นี่เรื่องที่พระพุทฺธเจ้าสอน ให้
พากันจดจำเอาไว้ สอนไปมากก็มาก เดี่ยวบุญจะหมด ให้ดูที่เรานะ อย่าไปดูที่อื่น
มันจะดีจะชั่วให้ดูที่ตัวเรา นี่แหละคำแนะนำพร้าสอน วันนี้ให้เอาไปคิดพิจารณาดู
ค่อยทำไป ดูวันละนิด เดี่ยวมันก็จะสะอาดหรอก

วันนี้เชื่อว่าพวกเราทั้งหลายได้บำเพ็ญทาน รักษาศีล ได้เจริญภาวนา ได้ฟัง
ธรรมเทศนาหลายอย่าง ทำนี้ก็บุญแล้วละ ได้สร้างบุญแล้ว ได้ความเข้าใจ
แล้ว ต่อกไปเราจะไปทำภารกิจงานที่บ้านไหนเมืองไหน ภาวะที่อาตมาได้พูด
ได้กล่าวไปนี่มันถูกอยู่หรอก มันจะค่อยๆ รู้จักไป

อ้าว วันนี้สมควรแก่เวลา.



ปัญญาจะไม่เกิดขึ้นจากความอยาก
จงเฝ้าดูจิตและกายอย่างมีสติ
แต่อย่ามุ่งหวังที่จะบรรลุถึงอะไร

๔๔ | คำถามและคำตอบ แนวการปฏิบัติธรรม

๑. ผมได้พากเพียรอย่างหนักในการปฏิบัติกรรมฐาน แต่ยังไม่เห็นว่า
ว่าจะได้ผลคืบหน้าเลย

เรื่องนี้อำคัญมาก อย่าพยายามที่จะเอาอะไรๆ ในการปฏิบัติ ความ
อยากอย่างแรงกล้าที่จะหลุดพ้นหรือรู้แจ้งนั้น จะเป็นความอยากที่ขวางกั้น
ท่านจากการหลุดพ้น ท่านจะเพียรพยายามอย่างหนักตามใจท่านก็ได้ จะเร่ง
ความเพียรทั้งกลางคืนกลางวันก็ได้ แต่ถ้าการฝึกปฏิบัตินั้นยังประกอบด้วย
ความอยากที่จะบรรลุเห็นแจ้งแล้ว ท่านจะไม่มีทางที่จะพบความสงบได้เลย
แรงอยากจะเป็นเหตุให้เกิดความสงสัยและความกระวนกระวายใจ ไม่ว่า
ท่านจะฝึกปฏิบัติมานานเท่าใดหรือหนักเพียงใด ปัญญา (ที่แท้) จะไม่เกิดขึ้น

พระสุญโญภิกขุ พระภิกษุชาวอเมริกัน จดบันทึกเป็นภาษาอังกฤษ เมื่อลาสิกขาแล้ว ท่าน
ได้พิมพ์เผยแพร่เป็นธรรมทาน ต่อมาเมื่อผู้แปลเป็นภาษาไทย และหลวงพ่อบุญพาให้พระวีระพล
เทศปญโญ แห่งวัดหนองป่าพงสอบทานแล้วจึงได้พิมพ์ฉบับภาษาไทย



จากความอยากนั้น ดังนั้น จึงเพียงแต่ละความอยากเสีย จงเฝ้าดูจิตและกายอย่างมีสติ แต่อย่ามุ่งหวังที่จะบรรลุถึงอะไร อย่ายึดมั่นถือมั่นแม้ในเรื่องการฝึกปฏิบัติหรือในการรู้แจ้ง

๒. เรื่องการหลับนอนล่ะครับ ผมควรจะนอนมากน้อยเพียงใด

อย่าถามผมเลย ผมตอบให้ท่านไม่ได้ บางคนหลับนอนคืนละประมาณ ๔ ชั่วโมงก็พอ อย่างไรก็ตามสิ่งที่สำคัญก็คือ ท่านเฝ้าดูและรู้จักตัวของตนเอง ถ้าท่านนอนน้อยจนเกินไป ท่านก็จะไม่สบายกาย ทำให้คุณสติไว้ได้ยาก ถ้านอนมากเกินไป จิตใจก็จะตื้อ เฉื่อยชา หรือซัดส่าย จงหาสภาวะที่พอเหมาะสำหรับตัวท่านเอง ตั้งใจเฝ้าดูกายและจิตจนท่านรู้ระยะเวลาหลับนอนที่พอเหมาะสำหรับท่าน ถ้าท่านรู้สึกตัวตื่นแล้วและยังซุกตัวของงีบต่อไปอีก นี่เป็นกิเลสเครื่องเศร้าหมอง จงมีสติรู้ตัวทันทีที่ลืมตาตื่นขึ้น

๓. เรื่องการขบฉันล่ะครับ ผมควรจะฉันอาหารมากน้อยเพียงใด

การขบฉันก็เหมือนกับการหลับนอน ท่านต้องรู้จักตัวของตนเอง อาหารต้องบริโภคให้เพียงพอตามความต้องการของร่างกาย จงมองอาหารเหมือนยารักษาโรค ท่านฉันมากไปจนง่วงนอนหลังฉันอาหารหรือเปล่า และท่านอ้วนขึ้นทุกวันหรือเปล่า จงหยุดแล้วสำรวจกายและจิตของตนเอง ไม่จำเป็นต้องอดอาหาร จงทดลองฉันอาหารตามปริมาณมากน้อยต่างๆ หาปริมาณที่พอเหมาะสำหรับร่างกายของท่าน ใส่อาหารที่จะฉันทั้งหมดลงในบาตรตามแบบชุดงควัตร แล้วท่านจะกะปริมาณอาหารที่จะฉันได้ง่าย เฝ้าดูตัวท่านเองอย่างถี่ถ้วนขณะที่ฉัน จงรู้จักตัวเอง สารสำคัญของ การฝึกปฏิบัติของเราเป็นอย่างไร ไม่มีอะไรพิเศษ ที่ต้องทำมากไปกว่านี้ จงเฝ้าดูเท่านั้น สำรวจตัวท่านเอง เฝ้าดูจิต แล้วท่านจึงจะรู้ว่า อะไรคือสภาวะที่พอเหมาะ สำหรับการฝึกปฏิบัติของท่าน

๔. จิตของชาวเอเชียและชาวตะวันตกแตกต่างกันหรือไม่ครับ

โดยพื้นฐานแล้วไม่แตกต่างกัน ดูจากภายนอกขบธรรมเนียมประเพณีและภาษาที่ใช้อาจดูต่างกัน แต่จิตของมนุษย์นั้นเป็นธรรมชาติซึ่งเหมือนกันหมด ไม่ว่าชาติใดภาษาใด ความโลภและความเกลียดก็มีเหมือนกัน ทั้งในจิตของชาวตะวันออกหรือชาวตะวันตก ความทุกข์และความดับแห่งทุกข์ก็เหมือนกันในทุกๆ คน

๕. เราควรอ่านตำรับตำรามากๆ หรือศึกษาพระไตรปิฎกด้วยหรือไม่ครับ ในการฝึกปฏิบัตินี้

พระธรรมของพระพุทธเจ้านั้น ไม่อาจค้นพบได้ด้วยตำราต่างๆ ถ้าท่านต้องการจะรู้เห็นจริงด้วยตัวของท่านเองว่า พระพุทธเจ้าตรัสสอนอะไร ท่านไม่จำเป็นต้องวุ่นวายกับตำรับตำราเลย จงเฝ้าดูจิตของตนเอง พิจารณาให้รู้เห็นว่าคุณรู้สึกต่างๆ (เวทนา) เกิดขึ้นและดับไปอย่างไร ความนึกคิดเกิดขึ้นและดับไปอย่างไร อย่าได้ผูกพันอยู่กับสิ่งใดเลย จงมีสติอยู่เสมอ เมื่อมีอะไรๆ เกิดขึ้นให้รู้ได้ เห็นนี่คือทางที่จะบรรลุถึงสัจธรรมของพระพุทธองค์ จงเป็นปกติธรรมดาตามธรรมชาติ ทุกสิ่งทุกอย่างที่ท่านทำขณะอยู่ที่นี้เป็นโอกาสแห่งการฝึกปฏิบัติ เป็นธรรมะทั้งหมด เมื่อท่านทำวัตรสวดมนต์อยู่พยายามให้มีสติ ถ้าท่านกำลังทกระโถนหรือล้างส้วมอยู่ อย่าคิดว่าท่านกำลังทำบุญทำคุณให้กับผู้หนึ่งผู้ใด มีธรรมะอยู่ในการทกระโถนนั้น อย่ารู้สึกว่าคุณกำลังฝึกปฏิบัติอยู่เฉพาะเวลานั่งขัดสมาธิเท่านั้น พวกท่านบางคนบ่นว่า ไม่มีเวลาพอที่จะทำสมาธิภาวนา แล้วเวลาหายไปทำไมเพียงพอนไหม? การทำสมาธิภาวนาของท่านคือการมีสติระลึกรู้ และการรักษาจิตให้เป็นปกติตามธรรมชาติในการกระทำทุกอิริยาบถ

๖. ทำไมพวกเราจึงไม่มีการสอบอารมณ์กับอาจารย์ทุกวันเล่าครับ

ถ้าท่านมีคำถาม เชิญมาถามได้ตลอดเวลา แต่ที่นี้เราไม่จำเป็นต้องมีการสอบอารมณ์กันทุกวัน ถ้าผมตอบปัญหาเล็กๆ น้อยๆ ทุกปัญหาของท่าน ท่านก็จะไม่มีทางรู้เท่าทันถึงการเกิดดับของความสงสัยในใจของท่าน เป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งที่ท่านต้องเรียนรู้ที่จะสำรวจตัวท่านเอง สอบถามตัวท่านเอง จงตั้งใจฟังพระธรรมเทศนาทุกๆ ครั้ง แล้วจงนำเอาคำสอนนี้ไปเปรียบเทียบกับการฝึกปฏิบัติของท่านเองว่า เหมือนกันหรือไม่ ต่างกันหรือไม่ ทำไมท่านจึงมีความสงสัยอยู่ ใครคือผู้ที่สงสัยนั้น โดยการสำรวจตัวเองเท่านั้นจะทำให้ท่านเข้าใจได้

๗. บางครั้งผมกังวลใจอยู่กับพระวินัยของพระสงฆ์ ถ้าผมฆ่าแมลงโดยบังเอิญแล้วจะผิดไหมครับ

ศีลหรือพระวินัยและศีลธรรม เป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งต่อการฝึกปฏิบัติของเรา แต่ท่านต้องไม่ยึดมั่นถือมั่นในกฎเกณฑ์ต่างๆ อย่างมงาย ในการฆ่าสัตว์หรือการละเมิดข้อห้ามอื่นๆ นั้น มันสำคัญที่เจตนา ท่านย่อมรู้อยู่แก่ใจของท่านเอง อย่าได้กังวลกับเรื่องพระวินัยให้มากจนเกินไป ถ้านำมาปฏิบัติอย่างถูกต้อง ก็จะช่วยส่งเสริมการฝึกปฏิบัติ แต่พระภิกษุบางรูปกังวลกับกฎเกณฑ์เล็กๆ น้อยๆ มากเกินไป จนนอนไม่เป็นสุข พระวินัยไม่ใช่ภาระที่ต้องแบก

ในการปฏิบัติของเราที่มีรากฐานคือพระวินัย พระวินัยรวมทั้งชุดงควัตร และการปฏิบัติภาวนา การมีสติและการสำรวจระวังในกฎระเบียบต่างๆ ตลอดจนในศีล ๒๒๗ ข้อนั้นให้คุณประโยชน์อันใหญ่หลวง ทำให้มีความเป็นอยู่อย่างเรียบง่าย ไม่ต้องพะวงว่าจะต้องทำตนอย่างไร ดังนั้นท่านก็หมดเรื่องต้องครุ่นคิด และมีสติดำรงอยู่แทน พระวินัยทำให้พวกเราอยู่ด้วยกันอย่างกลมกลืน และชุมชนก็ดำเนินไปอย่างราบรื่น ลักษณะภายนอกทุกๆ คนดูเหมือนกัน และปฏิบัติอย่างเดียวกัน พระวินัยและศีลธรรมเป็นบันไดอันแข็งแกร่ง นำไปสู่สมาธิยิ่งและปัญญายิ่ง โดยการปฏิบัติอย่างถูกต้องพระวินัยของพระสงฆ์และชุดงควัตร ทำให้เรามีความเป็นอยู่อย่าง

ง่าย ๆ และต้องจำกัดจำนวนบริวารของเราด้วย ดังนั้นที่นี้เราจึงมีการปฏิบัติที่ครบถ้วนตามแบบของพระพุทธเจ้า คือ การงดเว้นจากความชั่วและทำความดี มีความเป็นอยู่อย่างง่าย ๆ ตามความจำเป็นขั้นพื้นฐาน ชำระจิตให้บริสุทธิ์ โดยการเฝ้าดูจิตและกายของเราในทุกๆ อิริยาบถ เมื่อนั่งอยู่ ยืนอยู่ เดินอยู่ หรือนอนอยู่ จงรู้ตัวของท่านเอง

๘. *ผมควรจะทำอย่างไรครับเมื่อผมสงสัย บางวันผมวุ่นวายใจด้วยความสงสัยในเรื่องการปฏิบัติ หรือในความคืบหน้าของผม หรือในอาจารย์*

ความสงสัยนั้นเป็นเรื่องปกติธรรมดา ทุกคนเริ่มต้นด้วยความสงสัย ท่านอาจได้เรียนรู้อย่างมากมาจากความสงสัยนั้น ที่สำคัญก็คือ ท่านอย่าเอาถือความสงสัยนั้นเป็นตัวเป็นตน นั่นคืออย่าตกเป็นเหยื่อของความสงสัย ซึ่งจะทำให้จิตใจของท่านหม่นหมองเป็นวิญญะอันไม่มีที่สิ้นสุด แทนที่จะเป็นเช่นนั้น จงเฝ้าดูกระบวนการเกิดดับของความสงสัย ของความฉงนสนเท่ห์ ดูว่าใครคือผู้ที่สงสัย ดูว่าความสงสัยนั้นเกิดขึ้นและดับไปอย่างไร แล้วท่านจะไม่ตกเป็นเหยื่อของความสงสัยอีกต่อไป ท่านจะหลุดพ้นออกจากความสงสัยและจิตของท่านก็จะสงบ ท่านจะเห็นว่าสิ่งทั้งหลายเกิดขึ้นและดับไปอย่างไร จงปล่อยวางสิ่งต่างๆ ที่ท่านยังยึดมั่นอยู่ ปล่อยวางความสงสัยของท่านและเพียงแต่เฝ้าดู นี่คือที่สิ้นสุดของความสงสัย

๙. *ท่านอาจารย์มีความเห็นเกี่ยวกับวิธีฝึกปฏิบัติ (ภาวนา) วิธีอื่นๆ อย่างไรครับ ทุกวันนี้ดูเหมือนว่าจะมีอาจารย์มากมาย และมีแนวทางการทำสมาธิวิปัสสนาหลายแบบ จนทำให้สับสน*

มันก็เหมือนกับการจะเข้าไปในเมือง บางคนอาจจะเข้าเมืองทางทิศเหนือ ทางทิศตะวันออกเฉียงใต้ ฯลฯ ทางถนนหลายสาย โดยมากแล้วแนวทางภาวนาก็แตกต่างกันเพียงรูปแบบเท่านั้น ไม่ว่าท่านจะเดินทางสายหนึ่งสายใด เดินช้าหรือเดินเร็ว ถ้าท่านมีสติอยู่เสมอ มันก็เหมือนกันทั้งนั้น ข้อสำคัญที่สุดก็คือ แนวทาง



ภavanaที่ดีและถูกต้องจะต้องนำไปสู่การไม่ยึดมั่นถือมั่น ลงท้ายแล้ว ก็ต้องปล่อยวาง
แนวทางภavanaทุกรูปแบบด้วย ผู้ปฏิบัติต้องไม่ยึดมั่นแม้ในตัวอาจารย์ แนวทางใด
ที่นำไปสู่การปล่อยวาง สู่การไม่ยึดมั่นถือมั่น ก็เป็นทางปฏิบัติที่ถูกต้อง

ท่านอาจจะอยากเดินทางไปเพื่อศึกษากับอาจารย์ท่านอื่นอีก และลองปฏิบัติ
ตามแนวทางอื่นบ้างก็ได้ พวกท่านบางคนก็ทำเช่นนั้น นี่เป็นความต้องการตามธรรมชาติ
ท่านจะรู้ว่า แม้ได้ถามคำถามนับพันคำถามก็แล้ว และมีความรู้เรื่องแนวทางปฏิบัติ
อื่นๆ ก็แล้ว ก็ไม่อาจจะนำท่านเข้าถึงสังขารมได้ ในที่สุดท่านก็จะรู้สึกเบื่อหน่าย
ท่านจะรู้ว่าเพียงพอแต่หยุด และสำรวจตรวจสอบดูจิตของท่านเองเท่านั้น ท่านก็จะรู้ว่า
พระพุทธเจ้าตรัสสอนอะไร ไม่มีประโยชน์ที่จะแสวงหาออกไปนอกตัวเอง ผลที่สุด
ท่านต้องหันกลับมาเผชิญหน้ากับสภาวะที่แท้จริงของตัวเอง ตรงนี้แหละที่ท่านจะ
เข้าใจธรรมะได้

๑๐. มีหลายครั้งหลายหนที่ดูเหมือนว่าพระหลายรูปที่นี่ไม่ฝึกปฏิบัติ ดูท่าน
ไม่ใส่ใจทำหรือขาดสติ เรื่องนี้กวนใจผม

มันไม่ถูกต้องที่จะคอยจับตาดูผู้อื่น นี่ไม่ช่วยการฝึกปฏิบัติของท่านเลย ถ้า
ท่านรำคาญใจก็จงเฝ้าดูความรำคาญในใจของท่าน ถ้าศีลของผู้อื่นบกพร่องหรือเขา
เหล่านั้นไม่ใช่พระที่ดี ก็ไม่ใช่เรื่องของท่านที่จะไปตัดสิน ท่านจะไม่เกิดปัญญาจาก
การจับตาดูผู้อื่น พระวินัยเป็นเครื่องช่วยในการทำสมาธิภาวนาของท่าน ไม่ใช่อาวุธ
สำหรับใช้ตีเตียนหรือจัดผิดผู้อื่น ไม่มีใครสามารถฝึกปฏิบัติให้ท่านได้ หรือท่าน
ก็ไม่สามารถปฏิบัติให้ผู้อื่นได้ จงมีสติใส่ใจในการฝึกปฏิบัติของตัวเอง และนี่คือ
แนวทางของการปฏิบัติ

๑๑. ผมระมัดระวังอย่างยิ่งที่จะสำรวมอินทรีย์ ผมทอดสายตาลงต่ำเสมอ และกำหนดสติอยู่กับการกระทำทุกอย่าง แม้ในเรื่องเล็กๆ น้อยๆ เช่น ขณะที่กำลังฉันอาหารอยู่ ผมใช้เวลาและพยายามรู้สัมผัสทุกอย่าง เป็นต้นว่า เคี้ยวรู้รส กลืน ฯลฯ ผมกำหนดรู้ด้วยความตั้งใจทุกขั้นตอนและระมัดระวัง ผมปฏิบัติถูกต้องหรือไม่ครับ

การสำรวมอินทรีย์นั้นเป็นการปฏิบัติถูกต้องแล้ว เราจะต้องมีสติในการฝึก เช่นนั้นตลอดทั้งวัน แต่อย่าควบคุมให้มากเกินไป เดิน ฉัน และปฏิบัติตนให้เป็นธรรมชาติ ให้มีสติระลึกตามธรรมชาติ ถึงสิ่งที่กำลังเป็นไปในตัวท่าน อย่าบีบบังคับ การทำสมาธิภาวนาของท่าน และอย่าบีบบังคับตนเองไปจนดูน่าขัน ซึ่งก็เป็นต้นหาอีกอย่างหนึ่ง จงอดทน ความอดทนและความทนได้เป็นสิ่งจำเป็น ถ้าท่านปฏิบัติตนเป็นปกติตามธรรมชาติและมีสติระลึกอยู่เสมอ ปัญญาที่แท้จะเกิดขึ้นเองตามธรรมชาติด้วย

๑๒. จำเป็นไหมครับที่จะต้องนั่งภาวนาให้นานๆ

ไม่จำเป็นต้องนั่งภาวนานานนับเป็นหลายๆ ชั่วโมง บางคนคิดว่ายิ่งนั่งภาวนานานเท่าใด ก็จะมีปัญญามากเท่านั้น ผมเคยเห็นไก่ออกอยู่ในรังของมันทั้งวัน นับเป็นวันๆ ปัญญาที่แท้เกิดจากการที่เรามีสติในทุกๆ อริยาบถ การฝึกปฏิบัติของท่านต้องเริ่มขึ้นทันทีที่ท่านตื่นนอนตอนเช้า และต้องปฏิบัติให้ต่อเนื่องไปจนกระทั่งนอนหลับไป อย่าไปหวังว่าท่านต้องนั่งภาวนาให้นานๆ สิ่งสำคัญก็คือ ท่านเพียงแต่เฝ้าดูไม่ว่าท่านจะเดินอยู่หรือนั่งอยู่ หรือกำลังเข้าห้องน้ำอยู่

แต่ละคนต่างก็มีทางชีวิตของตนเอง บางคนต้องตายเมื่อมีอายุ ๕๐ ปี บางคนเมื่ออายุ ๖๕ ปี และบางคนเมื่ออายุ ๙๐ ปี ฉันใดก็ฉันนั้น ปฏิภาณของท่านทั้งหลายก็ไม่เหมือนกัน อย่าคิดมากหรือกังวลใจในเรื่องนี้เลย จงพยายามมีสติและปล่อยทุกสิ่งให้เป็นไปตามปกติของมัน แล้วจิตของท่านก็จะสงบมากขึ้นๆ ในสิ่งแวดล้อมทั้งปวง มันจะสงบนิ่งเหมือนหนองน้ำใสในป่า ที่ซึ่งบรรดาสัตว์ป่าที่สวयงามและ

หายากจะมาตีมน้ำในสระนั้น ท่านจะเข้าใจถึงสภาวะธรรมของสิ่งทั้งปวง (สังขาร) ในโลกอย่างแจ่มชัด ท่านจะได้เห็นความมหัศจรรย์และแปลกประหลาดทั้งหลายเกิดขึ้นและดับไป แต่ท่านก็จะยังคงสงบอยู่เช่นเดิม ปัญหาทั้งหลายจะบังเกิดขึ้น แต่ท่านจะรู้ทันมันได้ทันที นี่แหละคือศานติสุขของพระพุทธเจ้า

๑๓. ผมยังคงมีความนึกคิดต่างๆ มากมาย จิตของผมฟุ้งซ่านมากทั้งๆ ที่ผมพยายามจะมีสติอยู่

อย่าวิตกในเรื่องนี้เลย พยายามรักษาจิตของท่านให้อยู่กับปัจจุบัน เมื่อเกิดรู้สึกอะไรขึ้นมาภายในจิตก็ตาม จงเฝ้าดูและปล่อยวาง อย่าแม้แต่หวังที่จะไม่ให้ความนึกคิดเกิดขึ้นเลย แล้วจิตก็จะเข้าถึงสภาวะปกติตามธรรมชาติของมัน ไม่มีการแบ่งแยกระหว่างความดีและความชั่ว ร้อนและหนาว เร็วหรือช้า ไม่มีเรา ไม่มีเขา ไม่มีตัวตนเลย อะไรๆ ก็เป็นของมันอยู่อย่างนั้น เมื่อท่านเดินบิณฑบาต ไม่จำเป็นต้องทำอะไรเป็นพิเศษ เพียงแต่เดินและเห็นตามที่เป็นอยู่ อย่ายึดมั่นอยู่กับการแยกตัวไปอยู่แต่ลำพังหรือกับการเก็บตัว ไม่ว่าท่านจะอยู่ที่ใด จงรู้จักตัวเองด้วยการปฏิบัติตนเป็นปกติตามธรรมชาติ และเฝ้าดู เมื่อเกิดสงสัยจงเฝ้าดูมันเกิดขึ้นและดับไป มันก็ง่าย ๆ อย่ายึดมั่นถือมั่นกับสิ่งใดทั้งสิ้น

เหมือนกับว่าท่านกำลังเดินไปตามถนน บางขณะท่านจะพบสิ่งกีดขวางทางอยู่ เมื่อท่านเกิดกิเลสเครื่องเศร้าหมอง จงรู้ทันมันและเอาชนะมันโดยปล่อยให้มันผ่านไปเสีย อย่าไปคำนึงถึงสิ่งกีดขวางที่ท่านได้ผ่านมาแล้ว อย่าวิตกกังวลกับสิ่งที่ยังไม่ได้พบ จงอยู่กับปัจจุบัน อย่าสนใจกับระยะทางของถนนหรือกับจุดหมายปลายทาง ทุกสิ่งทุกอย่างย่อมเปลี่ยนแปลงไป ไม่ว่าท่านผ่านอะไรไป อย่าไปยึดมั่นไว้ ในที่สุดจิตจะบรรลู่ถึงความสมดุลตามธรรมชาติของจิต และเมื่อนั้นการปฏิบัติก็จะเป็นไปเองโดยอัตโนมัติ ทุกสิ่งทุกอย่างจะเกิดขึ้นและดับไปในตัวของมันเอง

๑๔. ท่านอาจารย์เคยพิจารณา “สูตรของเว่ยหล่าง” ของพระสังฆปริณายก (นิกายเซน) องค์กรที่ ๖ บ้างไหมครับ (ท่านเว่ยหล่างหรือท่านฮุยเหิง)

ท่านฮุยเหิงมีปัญญาเฉียบแหลมมาก คำสอนของท่านลึกซึ้งยิ่งนัก ซึ่งไม่ใช่ของง่ายที่ผู้เริ่มต้นปฏิบัติจะเข้าใจได้ แต่ถ้าท่านปฏิบัติตามศีลและด้วยความอดทน และถ้าท่านฝึกที่จะไม่ยึดมั่นถือมั่น ท่านก็จะเข้าใจได้ในที่สุด ครั้งหนึ่งลูกศิษย์ผมคนหนึ่งอาศัยอยู่ในกุฏิหลังคามุงแฝก ฤดูฝนนั้นฝนตกชุก และวันหนึ่งพายุก็พัดเอาหลังคาโหว่ไปครึ่งหนึ่ง เขาไม่ชวนขวายที่จะมุงมันใหม่ จึงปล่อยให้ฝนรั่วอยู่อย่างนั้นหลายวันผ่านไป และผมได้ถามถึงกุฏิของเขา เขาตอบว่า เขากำลังฝึกการไม่ยึดมั่นถือมั่น นี่เป็นการไม่ยึดมั่นถือมั่นโดยไม่ใช้หัวสมอง มันก็เกือบจะเหมือนกับความวางเฉยของขวาย ถ้าท่านมีความเป็นอยู่ดีและเป็นอยู่ง่าย ๆ ถ้าท่านอดทนและไม่เห็นแก่ตัว ท่านจึงจะเข้าใจซึ่งถึงปัญญาของท่านฮุยเหิงได้

๑๕. ท่านอาจารย์เคยสอนว่า สมณะหรือสมาธิ และวิปัสสนาหรือปัญญานี้เป็นสิ่งเดียวกัน ขอท่านอาจารย์อธิบายเพิ่มเติมได้ไหมครับ

นี่ก็เป็นเรื่องง่าย ๆ นี้เอง สมาธิ (สมณะ) และปัญญา (วิปัสสนา) นี้ต้องควบคู่กันไป เบื้องแรกจิตจะตั้งมั่นเป็นสมาธิอยู่ได้โดยอาศัยอารมณ์ภาวนา จิตจะสงบตั้งมั่นอยู่ได้เฉพาะขณะที่ท่านนั่งหลับตาเท่านั้น นี่คือสมณะ และอาศัยสมาธิเป็นพื้นฐานช่วยให้เกิดปัญญา หรือวิปัสสนาได้ในที่สุด แล้วจิตก็จะสงบ ไม่ว่าท่านจะนั่งหลับตาอยู่หรือเดินอยู่ในเมืองที่วุ่นวาย เปรียบเหมือนกับว่าครั้งหนึ่งท่านเคยเป็นเด็กบัดนี้ท่านเป็นผู้ใหญ่ แล้วเด็กกับผู้ใหญ่นี้เป็นบุคคลคนเดียวกันหรือเปล่า ท่านอาจจะพูดได้ว่าเป็นคนคนเดียวกัน หรือถ้ามองอีกแง่หนึ่งท่านก็อาจจะพูดได้ว่าเป็นคนละคนกัน ในทำนองเดียวกัน สมณะกับวิปัสสนาก็อาจจะพูดได้ว่าเป็นคนละเรื่องกัน หรือเปรียบเหมือนอาหารกับอูจจาระ อาจจะเรียกได้ว่าเป็นสิ่งเดียวกัน และถ้ามองอีกแง่หนึ่งก็อาจจะเรียกได้ว่าเป็นคนละสิ่งกัน



อย่าเพิ่งเชื่อสิ่งที่ผมพูดมานี้ จงฝึกปฏิบัติต่อไปและเห็นจริงด้วยตัวของท่านเอง ไม่ต้องทำอะไรพิเศษไปกว่านี้ ถ้าท่านพิจารณาว่าสมาธิและปัญญาเกิดขึ้นได้อย่างไรแล้ว ท่านจะรู้ความจริงได้ด้วยตัวของท่านเอง

ทุกวันนี้ผู้คนไปยึดมั่นอยู่กับชื่อเรียก ผู้ที่เรียกการปฏิบัติของพวกเขาว่า “วิปัสสนา” สมณะก็ถูกเหยียดหยาม หรือผู้ที่เรียกการปฏิบัติของพวกเขาว่า “สมณะ” ก็จะพูดว่า จำเป็นต้องฝึกสมณะก่อนวิปัสสนา เหล่านี้เป็นเรื่องไร้สาระ อย่าไปถุ่นวายคิดถึงมันเลย เพียงแต่ฝึกปฏิบัติไป แล้วท่านจะรู้ได้ด้วยตัวท่านเอง

๑๖. ในการปฏิบัติของเรา จำเป็นที่จะต้องเข้าถึงฌานหรือไม่ครับ

ไม่ ฌานไม่ใช่เรื่องจำเป็น ท่านต้องฝึกจิตใจให้มีความสงบ และมีอารมณ์เป็นหนึ่ง (เอกัคคตา) แล้วอาศัยอันนี้สำรวจตนเอง ไม่ต้องทำอะไรพิเศษไปกว่านี้ ถ้าท่านได้ฌานในขณะที่ฝึกปฏิบัตินี้ก็ใช้ได้เหมือนกัน แต่อย่าไปหลงติดอยู่ในฌานหลายคนชะงักติดอยู่ในฌาน มันทำให้เพลิดเพลินได้มากเมื่อไปเล่นกับมัน ท่านต้องรู้ขอบเขตที่สมควร ถ้าท่านฉลาด ท่านก็จะเห็นประโยชน์และขอบเขตของฌาน เช่นเดียวกับที่ท่านรู้ขึ้นความสามารถของเด็ก และขึ้นความสามารถของผู้ใหญ่

๑๗. ทำไมเราต้องปฏิบัติตามชุดดวงควัตร เช่นฉันอาหารเฉพาะแต่ในบาตรเท่านั้นล่ะครับ

ชุดดวงควัตรทั้งหลาย ล้วนเป็นเครื่องช่วยเราให้ทำลายกิเลสเครื่องเศร้าหมอง การปฏิบัติตามข้อที่ว่าให้ฉันแต่อาหารในบาตร ทำให้เรามีสติมากขึ้น ระลึกว่าอาหารนั้นเป็นเสมือนยารักษาโรค ถ้าเราไม่มีกิเลสเครื่องเศร้าหมองแล้ว มันก็ไม่สำคัญว่าเราจะฉันอย่างไร แต่เราอาศัยชุดดวงควัตรทำให้การปฏิบัติของเราเป็นไปอย่างง่าย ๆ พระพุทธองค์ไม่ได้ทรงบัญญัติชุดดวงควัตรไว้ว่าเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับพระภิกษุทุกองค์

แต่พระพุทธรูปทรงบัญญัติชดุงควัตร สำหรับพระภิกษุผู้ประสงค์จะปฏิบัติอย่างเคร่งครัด ชดุงควัตรเป็นส่วนที่เพิ่มขึ้นมาในคิล เพราะฉะนั้นจะช่วยเพิ่มความมั่นคงและความเข้มแข็งของจิตใจเรา ข้อวัตรทั้งหลายเหล่านี้มีไว้ให้ท่านปฏิบัติ อย่าคอยจับตาดูว่าผู้อื่นปฏิบัติอย่างไร จงเฝ้าดูจิตของตัวเอง และดูว่าอะไรจะเป็นประโยชน์สำหรับท่าน กฎข้อที่เราต้องไปอยู่กุฏิ จะกุฏิใดก็ตามที่กำหนดไว้ให้เรา เป็นกฎที่เป็นประโยชน์เช่นเดียวกัน มันช่วยกันไม่ให้พระติดที่อยู่ ถ้าผู้ใดจากไปแล้วและกลับมาใหม่ ก็จะต้องไปอยู่กุฏิใหม่ การปฏิบัติของพวกเราเป็นเช่นนี้ คือไม่ยึดมั่นถือมั่นในสิ่งใด

๑๘. ถ้าหากว่าการใส่อาหารทุกอย่างรวมลงในบาตรเป็นสิ่งจำเป็นแล้ว ทำไมท่านอาจารย์จึงไม่ปฏิบัติด้วยเช่นเดียวกันครับ ท่านคิดว่าไม่สำคัญหรือครับ ที่อาจารย์จะต้องทำเป็นตัวอย่างแก่ศิษย์

ถูกแล้ว อาจารย์ควรจะทำเป็นตัวอย่างแก่ลูกศิษย์ของตน ผมไม่ถือว่าท่านติผม ท่านซักถามได้ทุกอย่างที่อยากทราบ แต่ว่ามันก็สำคัญที่ท่านต้องไม่ยึดอยู่กับอาจารย์ ถ้าดูจากภายนอก ผมปฏิบัติดีพร้อมหมดก็คงจะแย่มาก พวกท่านทุกคนก็จะพากันยึดติดในตัวผมยิ่งขึ้น แม้พระพุทธรูปตัวเอง บางครั้งก็ตรัสให้บรรดาสาวกปฏิบัติอย่างหนึ่ง และพระองค์เองกลับปฏิบัติอีกอย่างหนึ่ง ความไม่แน่ใจในอาจารย์ของท่านก็ช่วยท่านได้ ท่านควรเฝ้าดูปฏิริยาของตัวเอง ท่านไม่คิดบ้างหรือว่าอาจจะเป็นไปได้ว่า ที่ผมแบ่งอาหารจากบาตรใส่จานไว้ก็เพื่อเลี้ยงดูชาวบ้านที่มาช่วยทำงานวัด

ปัญญาคือสิ่งที่ท่านต้องเฝ้าดูและทำให้เจริญขึ้น รับเอาแต่สิ่งที่ดีจากอาจารย์ จงรู้เท่าทันการฝึกปฏิบัติของตัวเอง ถ้าผมพักผ่อนในขณะที่พวกท่านทุกองค์ต้องนั่งทำความเพียรแล้ว ท่านจะโกรธหรือไม่ ถ้าผมเรียกสินน้ำเงินว่าแดง หรือเรียกผู้ชายว่าผู้หญิง ก็อย่าเรียกตามผมอย่างหลับหูหลับตา



อาจารย์องค์หนึ่งของผมฉันอาหารเร็วมาก และฉันเลี้ยงดั่ง แต่ท่านสอนให้พวกเราฉันช้าๆ และฉันอย่างมีสติ ผมเคยเฝ้าดูท่านและรู้สึกขัดเคืองใจมาก ผมเป็นทุกข์ แต่ท่านไม่ทุกข์เลย ผมเพิ่งสังเกตเห็นลักษณะภายนอก ต่อมาผมจึงได้รู้ บางคนขับรถเร็วมาก แต่ระมัดระวัง บางคนขับช้าๆ แต่มีอุบัติเหตุบ่อยๆ อย่ายึดมั่นถือมั่นในกฎระเบียบและรูปแบบภายนอก ถ้าท่านใช้เวลาอย่างมากเพียง ๑๐ เพอร์เซ็นต์ มองดูผู้อื่น แต่เฝ้าดูตัวเอง ๙๐ เพอร์เซ็นต์ อย่างนี้เป็นการปฏิบัติที่ถูกต้องแล้ว

แรกๆ ผมคอยเฝ้าสังเกตอาจารย์ของผมก็คือ อาจารย์ทองรัตน์ และเกิดสงสัยในตัวท่านมาก บางคนถึงกับคิดว่าท่านบ้า ท่านมักจะทำอะไรแปลกๆ หรือเกรี้ยวกราดเอากับบรรดาลูกศิษย์ของท่าน อาการภายนอกของท่านโกรธ แต่ภายในใจท่านไม่มีอะไร ไม่มีตัวตน ท่านน่าเลื่อมใสมาก ท่านเป็นอยู่อย่างรู้แจ้งและมีสติ จนถึงวาระที่ท่านมรณภาพ

การมองออกไปนอกตัว เป็นการเปรียบเทียบแบ่งเขาแบ่งเรา ท่านจะไม่พบความสุขโดยวิธีนี้ และท่านจะไม่พบความสงบเลย ถ้าท่านมัวเสียเวลาแสวงหาคนที่ดีพร้อมหรือครูที่ดีพร้อม พระพุทธเจ้าทรงสอนให้เราดูที่ธรรมะ ที่สังฆธรรม ไม่ใช่คอยจับตาดูผู้อื่น

๑๙. เราจะเอาชนะกามราคะที่เกิดขึ้นระหว่างการฝึกปฏิบัติได้อย่างไรครับ บางครั้งผมรู้สึกเป็นทาสของความต้องการทางเพศ

กามราคะจะบรรเทาลงได้ด้วยการเพ่งพิจารณาถึงความน่าเกลียดโสโครก (อสุภะ) การยึดติดอยู่กับรูปร่างกายเป็นสุดโต่งข้างหนึ่ง ซึ่งเราต้องมองในทางตรงข้าม จงพิจารณาร่างกายเหมือนซากศพ และเห็นการเปลี่ยนแปลงเน่าเปื่อย หรือพิจารณาอวัยวะต่างๆ ของร่างกาย เช่น ปอด ม้าม ไชมัน อูจจาระและอื่นๆ จำอันนี้ไว้และพิจารณาให้เห็นจริงถึงความน่าเกลียดโสโครกของร่างกาย เมื่อมีกามราคะเกิดขึ้นก็จะช่วยให้ท่านเอาชนะกามราคะได้

๒๐. เมื่อผมโกรธ ผมควรจะทำอย่างไรครับ

ท่านต้องแผ่เมตตา ถ้าท่านมีโทสะในขณะภาวนา ให้แก้ด้วยเมตตาจิต ถ้ามีใครทำไม่ดีหรือโกรธ อย่าโกรธตอบ ถ้าท่านโกรธตอบท่านจะโง่ยิ่งกว่าเขา จงเป็นคนฉลาด สงสารเห็นใจเขา เพราะว่าเขากำลังได้ทุกข์ จงมีเมตตาเต็มเปี่ยมเหมือนหนึ่งว่าเขาเป็นน้องชายที่รักยิ่งของท่าน เฟงอารมณ์เมตตาเป็นอารมณ์ภาวนา แผ่เมตตาไปยังสรรพสัตว์ทั้งหลายในโลก เมตตาท่านนั้นที่จะเอาชนะโทสะและความเกลียดได้

บางครั้งท่านอาจจะเห็นพระภิกษุรูปอื่นปฏิบัติไม่สมควร ท่านอาจจะรำคาญใจ ทำให้เป็นทุกข์โดยใช้เหตุ นี่ไม่ใช่ธรรมะของเรา ท่านอาจจะคิดอย่างนี้ว่า “เขาไม่เคารพเท่าฉัน เขาไม่ใช่พระกรรมฐานที่เอาจริงเอาจังเช่นฉัน เขาไม่ใช่พระที่ดี” นี่เป็นกิเลสเครื่องเศร้าหมองอย่างยิ่งของตัวเอง อย่าเปรียบเทียบ อย่าแบ่งเขาแบ่งเรา จงละทิฐิฐิของท่านเสีย และเฝ้าดูตัวท่านเอง นี่แหละคือธรรมะของเรา ท่านไม่สามารถบังคับให้ทุกคนประพฤติปฏิบัติตามที่ท่านต้องการ หรือเป็นเช่นท่านได้ ความต้องการเช่นนี้มีแต่จะทำให้ท่านเป็นทุกข์ ผู้ปฏิบัติภาวนามักจะพากันหลงผิดในข้อนี้ การจับตาดูผู้อื่นไม่ทำให้เกิดปัญญาได้ เพียงแต่พิจารณาตนเองและความรู้สึกของตนแล้วท่านก็จะเข้าใจ

๒๑. ผมง่วงเหงาหาวนอนอยู่มากครับ ทำให้ภาวนาลำบาก

มีวิธีเอาชนะความง่วงได้หลายวิธี ถ้าท่านนั่งอยู่ในที่มืด ย้ายไปอยู่ที่สว่าง ลืมตาขึ้น ลุกไปล้างหน้า ตบหน้าตัวเอง หรือไปอาบน้ำ ถ้าท่านยังง่วงอยู่อีก ให้เปลี่ยนอิริยาบถ เดินจงกรมให้มากหรือเดินถอยหลัง ความมกัลว่าจะไปชนอะไรเข้า จะทำให้ท่านหายง่วง ถ้ายังง่วงอยู่อีก ก็งย็นนิ่งๆ ทำใจให้สดชื่น และสมมุติว่าขณะนั้นสว่างเป็นกลางวัน หรือนั่งริมหน้าต่างสูง หรือบ่อลึก ท่านจะไม่กลัวหลับ ถ้าทำอย่างไรๆ ก็ไม่หายง่วง ก็จงนอนเสีย เอนกายลงอย่างสำรวมระวัง และรู้ตัวอยู่จนกระทั่งท่านหลับไป เมื่อท่านรู้สึกตัวตื่นขึ้น จงลุกขึ้นทันที อย่ามอดดูนาฬิกาหรือหลับตาอีก เริ่มต้นมีสติระลึกรู้ทันทีที่ท่านตื่นขึ้น



ถ้าท่านง่วงนอนอยู่ทุกวัน ลองฉันอาหารให้น้อยลง สำนวญตัวเอง ถ้าอีก ๕ คำท่านจะอิมจงหยุดแล้วดื่มน้ำจันอิมพอดิ แล้วกลับไปนั่งดูใหม่อีก ฝ้าดูความง่วงและความหิว ท่านต้องกะฉันอาหารให้พอดิ เมื่อท่านฝึกปฏิบัติต่อไปอีก ท่านจะรู้สึกกระปรี้กระเปร่าขึ้นและฉันน้อยลง ท่านต้องปรับตัวของท่านเอง

๒๒. ทำไมเราจึงต้องกราบกันบ่อยๆ ครับที่นี้

การกราบนี้เป็นสิ่งสำคัญมา เป็นรูปแบบซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการปฏิบัติ การกราบนี้ต้องทำให้ถูกต้อง ก้มลงจนหน้าผากจรดพื้น วางศอกให้ชิดกับเข่า ฝ่ามือทั้งสองราบอยู่ที่พื้น ห่างกันประมาณ ๓ นิ้ว กราบลงช้าๆ มีสติรู้อาการของกาย การกราบช่วยแก้ความถือตัวของเราได้เป็นอย่างดี เราควรกราบบ่อย ๆ เมื่อท่านกราบ ๓ หน ท่านควรตั้งจิตระลึกถึงพระคุณของพระพุทธเจ้า พระธรรม และพระสงฆ์ นั่นคือคุณลักษณะแห่งจิตอันสะอาด สว่างและสงบ ดังนั้น เราจึงอาศัยรูปแบบนี้ฝึกฝนตน กายและจิตจะประสานกลมกลืนกัน อย่าได้หลงผิดไปจับตาดูว่าผู้อื่นกราบอย่างไร ถ้าสามเณรน้อยดูไม่ใส่ใจ และพระผู้เฒ่าดูขาดสติ ก็ไม่ใช่เรื่องที่ท่านจะตัดสิน บางคนอาจจะสอนยาก บางคนเรียนได้เร็ว บางคนเรียนได้ช้า การพิจารณาตัดสินผู้อื่นมีแต่จะเพิ่มความหยิ่งทะนงตน จงฝ้าดูตัวเอง กราบบ่อยๆ ขจัดความหยิ่งทะนงตนออกไป

ผู้ที่เข้าถึงธรรมะได้อย่างแท้จริงแล้ว ท่านจะอยู่เหนือรูปแบบ ทุกๆ อย่างที่ท่านทำก็มีแต่การอ่อนน้อมถ่อมตน เดินก็ถ่อม จันก็ถ่อม ชับถ่ายก็ถ่อม ทั้งนี้ ก็เพราะว่าท่านพ้นจากความเห็นแก่ตัวเสียแล้ว

๒๓. อุปสรรคใหญ่ของลูกศิษย์ใหม่ของท่านอาจารย์คืออะไรครับ

ทิวณฺฐิ ความเห็นและความนึกคิดเกี่ยวกับสิ่งทั้งปวง เกี่ยวกับตัวเอง เกี่ยวกับการปฏิบัติภาวนา เกี่ยวกับคำสอนของพระพุทธเจ้า หลากๆ ท่านที่มาที่นี่มีตำแหน่ง การงานสูงในสังคม บางคนเป็นพ่อค้าที่มั่งคั่ง หรือได้ปริญญาต่างๆ ครูและข้าราชการ สมองของเขาเต็มไปด้วยความคิดเห็นต่อสิ่งต่างๆ เขาฉลาดเกินกว่าที่จะฟังผู้อื่น เปรียบเหมือนน้ำในถ้วย ถ้าถ้วยมีน้ำสกปรกอยู่เต็ม ถ้วยน้ำก็ใช้ประโยชน์อะไรไม่ได้ เมื่อได้เทน้ำเก่าทิ้งไปแล้วเท่านั้น ถ้วยนั้นก็ใช้ประโยชน์ได้ ท่านต้องทำจิตให้ว่าง จากทิวณฺฐิ แล้วท่านจึงจะได้เรียนรู้ การปฏิบัติของเราขึ้นอยู่กับความฉลาดหรือ ความโง่ ถ้าท่านคิดว่า ฉันเก่ง ฉันรวย ฉันเป็นคนใหญ่คนโต ฉันเข้าใจพระพุทธศาสนา แจ่มแจ้งทั้งหมดเช่นนั้นแล้ว ท่านจะไม่เห็นความจริงในเรื่องของอนัตตาหรือความ ไม่ใช่ตัวตน ท่านจะมีแต่ตัวตน ตัวฉัน ของฉัน แต่พระพุทธศาสนาคือการละตัวตน เป็นความว่าง เป็นความไม่มีทุกข์ เป็นนิพพาน

๒๔. กิเลสเครื่องเศร้าหมอง เช่นความโลภหรือความโกรธ เป็นเพียงมายา หรือว่าเป็นของจริงครับ

เป็นทั้ง ๒ อย่าง กิเลสที่เราเรียกว่าราคะหรือความโลภ ความโกรธ และความหลงนั้น เป็นแต่เพียงชื่อ เป็นสิ่งที่ปรากฏขึ้นมา เช่นเดียวกับที่เราเรียก ชามใหญ่ ชามเล็ก สวย หรืออะไรก็ตาม นี่ไม่ใช่สภาพที่แท้จริง แต่เป็นความคิดปรุงแต่งที่เราคิดปรุงขึ้นจากตัณหา ถ้าเราต้องการชามใหญ่ เราก็มองอันนี้เล็กไป ตัณหา ทำให้เราแบ่งแยก ความจริงก็คือ มันก็เป็นของมันอยู่อย่างนั้น ลองมามองแง่นี้บ้าง ท่านเป็นผู้ชายหรือเปล่า ท่านตอบว่าเป็น นี่เป็นเพียงรูปปรากฏของสิ่งต่างๆ แท้จริง แล้วท่านเป็นส่วนประกอบของธาตุและขันธ์ ถ้าจิตเป็นอิสระแล้ว จิตจะไม่แบ่งแยก ไม่มีใหญ่ ไม่มีเล็ก ไม่มีเขา ไม่มีเรา ไม่มีอะไร จะเป็นอนัตตา หรือความไม่ใช่ตัวตน แท้จริงแล้วในอันปลายก็ไม่มีทั้งอัตตาและอนัตตา (เป็นแต่เพียงชื่อเรียก)



๒๕. ขอความกรุณาท่านอาจารย์อธิบายเพิ่มเติมเกี่ยวกับกรรมด้วยครับ

กรรมคือการกระทำ กรรมคือการยึดมั่นถือมั่น กาย วาจา และใจ ล้วนสร้างกรรมเมื่อมีการยึดมั่นถือมั่น เราทำกันจนเกิดความเคยชินเป็นนิสัย ซึ่งจะทำให้เราเป็นทุกข์ได้ในกาลข้างหน้า นี่เป็นผลของการยึดมั่นถือมั่นและของกิเลสเครื่องเศร้าหมองของเราที่เกิดขึ้นแล้วในอดีต ความยึดมั่นทั้งหลายจะทำให้เราสร้างกรรมสมมุติว่าท่านเคยเป็นขโมย ก่อนที่จะบวชเป็นพระ ท่านขโมยเขา ทำให้เขาไม่เป็นสุข ทำให้พ่อแม่หมดสุข ตอนนี้เป็นพระ แต่เวลาที่ท่านนึกถึงเรื่องที่ท่านทำให้ผู้อื่นหมดสุขแล้ว ท่านก็ไม่สบายใจและเป็นทุกข์แม้จนทุกวันนี้

จงจำไว้ว่าทั้งกายกรรม วาจากรรม และมโนกรรมจะเป็นเหตุปัจจัยให้เกิดผลในอนาคตได้ ถ้าท่านเคยสร้างกรรมดีไว้ในอดีต และวันนี้ก็ยังจำได้ ท่านก็เป็นสุข ความสุขใจเป็นผลจากกรรมในอดีต สิ่งทั้งปวงมีเหตุเป็นปัจจัย ทั้งในระยะยาว และถ้าใครครวญดูแล้วทั้งในทุกๆ ขณะด้วย แต่ท่านอย่าไปนึกถึงอดีตหรือปัจจุบันหรืออนาคต เพียงแต่เฝ้าดูกายและจิต ท่านจะต้องพิจารณาจนเห็นจริงในเรื่องกรรมด้วยตัวของตนเอง จงเฝ้าดูจิต ปฏิบัติแล้วท่านจะรู้อย่างแจ่มแจ้ง อย่าลืมนึกว่ากรรมของใครก็เป็นของคนนั้น อย่ายึดมั่นและอย่าจับตาดูผู้อื่น ถ้าผมตีเมียพิษ ผมก็ได้ทุกข์ ไม่ใช่เรื่องที่ท่านจะมาเป็นทุกข์ด้วย จงรับเอาแต่สิ่งดีที่อาจารย์สอน แล้วท่านจะเข้าถึงความสงบ จิตของท่านจะเป็นเช่นเดียวกันกับจิตของอาจารย์ ถ้าท่านพิจารณาดูท่านก็จะรู้ได้ แม้ว่าขณะนี้ท่านจะยังไม่เข้าใจ เมื่อท่านปฏิบัติต่อไปมันก็จะแจ่มแจ้งขึ้น ท่านจะรู้ได้ด้วยตนเอง ได้ชื่อว่าปฏิบัติธรรม

เมื่อเรายังเล็กพ่อแม่วางกฎระเบียบกับเรา และหัวเสียกับเรา แท้จริงแล้วท่านต้องการจะช่วยเหลือเรา กว่าเราจะรู้ก็ต่อมาอีกนาน พ่อแม่และครูอาจารย์ดูว่าเราและเราก็ไม่พอใจ ต่อมาเราก็เข้าใจว่าทำไมเราจึงถูกลง ปฏิบัติไปนานๆ แล้วท่านก็จะเห็นเอง ส่วนผู้ที่คิดว่าตนฉลาดล้ำก็จะจากไปในเวลาอันสั้น เขาไม่มีวันจะได้เรียนรู้ ท่านต้องขจัดความคิดว่าตัวฉลาดสามารถออกไปเสีย ถ้าท่านคิดว่าท่านดีกว่าผู้อื่น ท่านก็จะมีแต่ทุกข์ เป็นเรื่องน่าสงสาร อย่าขุ่นเคืองใจ แต่จงเฝ้าดูตนเอง

๒๖. บางครั้งดูเหมือนว่า ตั้งแต่ผมบวชเป็นพระมานี้ ผมประสบความยากลำบากและความทุกข์มากขึ้น

ผมรู้ว่าพวกท่านบางคนมีภูมิหลังที่สะดวกสบายทางวัตถุมาก่อนและมีเสรีภาพเมื่อเปรียบกันแล้วขณะนี้ท่านต้องเป็นผู้อยู่อย่างสำรวมตนเองและมักน้อยยิ่งนักซ้ำในการฝึกปฏิบัตินี้ ผมยังให้ท่านนั่งนานและคอยหลายชั่วโมง อาหารและดินฟ้าอากาศก็ต่างกันไปกับบ้านเมืองของท่าน แต่ทุกคนก็ต้องผ่านความทุกข์ยากกันบ้าง นี่คือการฝึกปฏิบัติที่จะนำไปสู่ความดับทุกข์ อย่างนี้แหละที่จะทำให้ท่านได้เรียนรู้ เมื่อท่านนึกโกรธหรือนึกสงสารตัวเอง นั่นแหละเป็นโอกาสเหมาะที่จะเข้าใจเรื่องของจิต พระพุทธเจ้าตรัสว่า กิเลสทั้งหลายเป็นครูของเรา

ศิษย์ทุกคนก็เหมือนลูกของผม ผมมีแต่เมตตากรุณาและความปรารถนาดีต่อทุกคน ถ้าผมทำให้ท่านทุกข์ยากก็เพื่อประโยชน์ของท่านเอง ผมรู้ว่าพวกท่านบางคนมีการศึกษาดีและมีความรู้สูง ผู้ที่มีการศึกษาน้อยและมีความรู้ทางโลกน้อยจะฝึกปฏิบัติได้ง่าย มันก็เหมือนกับว่า ฝรั่งเศสท่านนี้มีบ้านหลังใหญ่ที่จะต้องเช็ดถูเมื่อเช็ดถูแล้วท่านก็จะมีที่อยู่กว้างขวาง มีครัว มีห้องสมุด มีห้องนั่งเล่น ท่านต้องอดทน ความอดทนและความทนได้สำคัญมากในการฝึกปฏิบัติของเรา เมื่อผมยังเป็นพระหนุ่มๆ อยู่ ผมไม่ได้รับความยากลำบากมากเท่าท่าน ผมพูดภาษาพื้นเมืองและฉันอาหารพื้นเมืองของผมเอง แม้กระนั้น บางวันผมก็ทอดอาลัย ผมอยากสึกและถึงกับอยากฆ่าตัวตาย ความทุกข์เช่นนี้เกิดจากการเห็นผิด (มิจฉาทิฏฐิ) เมื่อท่านเข้าถึงสัจธรรมแล้ว ท่านจะละทิ้งทัศนคติและทิฏฐิเสียได้ ทุกอย่างจะเข้าสู่ความสงบ

๒๗. ผมเจริญสมาธิภาวนาจนจิตสงบลึก ผมควรทำอย่างไรต่อไปครับ

นี่ก็ดีแล้ว ทำจิตให้สงบและเป็นสมาธิ และใช้สมาธินี้พิจารณาจิตและกาย ถ้าจิตเกิดไม่สงบก็จงเฝ้าดูด้วย แล้วท่านจะรู้ถึงความสงบที่แท้จริง เพราะอะไร เพราะท่านจะได้เห็นความไม่เที่ยง แม้ความสงบเองก็ดูให้เห็นไม่เที่ยง ถ้าท่านยึดติดอยู่กับภาวะจิตที่สงบ แล้วท่านจะเป็นทุกข์เมื่อจิตไม่สงบ ฉะนั้นจงปล่อยวางหมดทุกสิ่ง แม้แต่ความสงบ

๒๘. ผมได้ยื่นท่านอาจารย์พูดว่า ท่านเป็นห่วงลูกศิษย์ที่พากเพียรมาก ไข้ไหมครับ

ถูกแล้ว ผมเป็นห่วง ผมเป็นห่วงว่าเขาเอาจริงเอาจังจนเกินไป เขาพยายามเกินไป แต่ขาดปัญญา เขาเคี้ยวเขี้ยวตนเองไปสู่ความทุกข์ยากโดยไม่จำเป็น บางคนมุ่งมั่นที่จะรู้แจ้ง เขาขบฟันแน่น และใจดีนรณอยู่ตลอดเวลา อย่างนี้เป็นความพยายามมากเกินไป คนทั่วไปก็เช่นเดียวกัน พวกเขาไม่รู้ถึงสภาพเป็นจริงของสิ่งทั้งปวง (สังขาร) สังขารทั้งปวง จิตและร่างกายล้วนเป็นของไม่เที่ยง จงเฝ้าดูและอย่ายึดมั่นถือมั่น

บางคนคิดว่าเขารู้ เขาวิพากษ์วิจารณ์ จับตามองและลงความเห็นเอาเอง อย่างนี้ก็ตามใจเขา ทิฏฐิของใครก็ปล่อยให้ไปเป็นของคนนั้น การแบ่งเขาแบ่งเราที่อันตราย เปรียบเหมือนทางโค้งอันตรายของถนน ถ้าเราคิดว่าคนอื่นด้อยกว่า หรือดีกว่า หรือเสมอกันกับเรา เราก็ดกทางโค้ง ถ้าเราแบ่งเขาแบ่งเรา เราก็จะเป็นทุกข์

๒๙. ผมได้เจริญสมาธิภาวนาหลายปีแล้ว ใจผมเปิดกว้างและสงบระงับเกือบในทุกสภาพการณ์ เวลานี้ผมอยากจะย้อนหลังและฝึกทำสมาธิขั้นสูงหรือฝึกฌานครับ

จะทำอย่างนั้นก็ได้ เป็นการฝึกจิตที่มีประโยชน์ ถ้าท่านมีปัญญาท่านจะไม่ยึดติดอยู่ในสมาธิจิต ซึ่งก็เหมือนกันกับอยากนั่งภาวนานานๆ อยากจะลองฝึกอย่างนั้นดูก็ได้ แต่จริงๆ แล้วการฝึกนี้ไม่ได้ขึ้นอยู่กับท่วงท่าอิริยาบถต่างๆ แต่เป็นการมองตรงเข้าไปในจิต นี่คือนิยามเมื่อท่านพิจารณาและเข้าใจชัดในเรื่องของจิตแล้ว ท่านก็จะเกิดปัญญารู้ถึงขอบเขตของสมาธิ หรือขอบเขตของตำรับตำรา เมื่อท่านได้ฝึกปฏิบัติ และเข้าใจจริงเรื่องการไม่ยึดมั่นถือมั่นแล้ว ท่านจะกลับไปอ่านตำรับตำราก็ได้ เปรียบได้เหมือนขนมหวาน จะช่วยท่านในการสอนผู้อื่น หรือท่านจะหวนกลับไปฝึกฌานก็ได้ ถ้าท่านมีปัญญาแล้วที่จะไม่ยึดถือในสิ่งใด

๓๐. ขอความกรุณาท่านอาจารย์ทบทวนใจความสำคัญของการสนทนานี้ด้วย
ครับ

ท่านต้องสำรวจตัวเอง รู้ว่าท่านเป็นใคร รู้ทันกายและจิตใจของท่าน โดยการ
เฝ้าดูในขณะที่นั่งภาวนา หลับนอน และขบฉัน จงรู้ความพอดีพอเหมาะสำหรับตัวท่าน
ใช้ปัญญาในการฝึกปฏิบัตินี้ ต้องละความอยากที่จะบรรลุผลใดๆ จงมีสติรู้ว่าอะไร
เป็นอยู่ การเจริญสมาธิภาวนาของเราก็คือ การมองตรงเข้าไปในจิต ท่านจะมองเห็น
ทุกข์ เหตุแห่งทุกข์ และความดับไปแห่งทุกข์ แต่ท่านต้องมีความอดทน อดทน
อย่างยิ่งและต้องทนได้ ท่านจะค่อยๆ ได้เรียนรู้ พระพุทธเจ้าทรงสอนให้สาวกอยู่กับ
อาจารย์อย่างน้อย ๕ ปี ท่านจะต้องเห็นคุณค่าของการให้ทาน ของความอดทนและ
ของการเสียสละ

อย่าปฏิบัติเคร่งเครียดจนเกินไป อย่ายึดติดอยู่กับรูปแบบภายนอก การ
จับตามดูผู้อื่นเป็นการปฏิบัติที่ไม่ถูกต้อง จงเป็นปกติตามธรรมชาติและเฝ้าดูสิ่งนี้อยู่
พระวินัยของพระสงฆ์และกฏระเบียบของวัดสำคัญมาก ทำให้เกิดบรรยากาศที่
เรียบง่ายและประสานกลมกลืน จงใช้ให้เป็น แต่จำไว้ว่า ความสำคัญของพระวินัย
พระสงฆ์ คือ การเฝ้าดูเจตนาและสำรวมจิต ท่านต้องใช้ปัญญา อย่าแบ่งเขาแบ่งเรา
ท่านจะขัดเคืองหรือไม่ ถ้าต้นไม้เล็กๆ ไม้โตไม่สูงใหญ่และตรงอย่างต้นอื่นๆ นี่เป็น
เรื่องโง่เขลา อย่าไปตัดสินคนอื่น คนเรามีหลายแบบต่างๆ กัน อย่าคอยแต่มีนัยหมาย
ที่จะเปลี่ยนแปลงใครๆ ไปหมดทุกคน

ดังนั้น จงอดทนและฝึกให้มีคุณธรรม มีความเป็นอยู่อย่างง่ายๆ และเป็น
ปกติตามธรรมชาติ เฝ้าดูจิต นี้แหละคือการปฏิบัติของเรา ซึ่งจะนำไปสู่ความไม่
เห็นแก่ตัวและความสงบสันติ.



เรื่องทุกข์เรื่องไม่สบายใจ นี่มันก็ไม่แน่หรือขณะ
มันเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตาทั้งสิ้น
เรารับจุดนี้ไว้ เมื่อหากว่าอาการเหล่านี้เกิดขึ้นมาอีก
ที่เรารู้มันเดี๋ยวนี้ก็เพราะเราได้ผ่านมันมาแล้ว
กำลังอันนี้เราจะค่อยๆ เห็น ทีละน้อยๆ เข้าไป

๔๖ | หลวงพ่อตอบปัญหา

การภาวนา

การภาวนานี้เราไปยืน เดิน นั่ง นอน อะไรอย่างนี้จะมีผลอะไรบ้าง
ไหมครับ

มีมั่ง แต่เหตุมันต้องสงบถึงที่มันเสียก่อน ำให้มันถึงปัญญาละเอียดมาก
ที่สุด คือ มันบ่มมาถึงที่สุดแล้วมันก็สุขขึ้นมาได้ แต่ว่ามันมีแง่อยู่อย่างหนึ่ง
ว่า ความสำเร็จในการปฏิบัตินี้มันมีเรื่องติดไปด้วยปัญญา วิปัสสนาภาวนา
ปัญญากับจิตมันอยู่ร่วมกัน อย่างคนมีปัญญาไม่ต้องไปทำอะไรมาก มัน
รวมเข้าไปของมัน เรื่องสมมติคล้ายๆ ว่า สมมุติเราเป็นช่างวาดเขียน เราไป

ตอบแก่คณะพันโลก ณ วัดหนองป่าพง เมื่อวันที่ ๑๐ พฤศจิกายน ๒๕๒๒ จากหนังสือ
ธรรมานุสสติ

มองเห็นแล้ว และก็เข้าใจจนมันติดอยู่ในใจของเรา เราไปเขียนออกมาจากใจของเราได้ ไม่ต้องไปนั่งวาดอยู่ตรงนั้น คนที่ไม่เข้าใจคนนั้นต้องไปนั่งเขียนเสียก่อนให้มันซาบซึ่งเข้าไป อันนี้เรื่องปัญญาไม่ต้องไปนั่งเขียน เรามามองดูก็เข้าใจ เขียนมันไปเลยก็ได้ มันเป็นอย่างนี้ บางคนก็ใช้ปัญญาน้อย บางคนก็ใช้ปัญญามาก อาจจะตรัสรู้ธรรมะในอิริยาบถใดอิริยาบถหนึ่งก็ได้ การยืน การเดิน การนั่ง การนอน ท่านให้ทั้งนั้น ก็เพราะอะไร ก็เพราะเราเป็นอย่างนี้ ท่านจึงให้ทำอย่างนั้น

บางคนไม่ต้องไปนั่งเขียนอะไรที่ตรงนั้น เราไปมองบ๊อบเดียวเข้าใจ ไปนั่งเขียนมันก็เสียเวลา ถ้าเราไปนั่งเขียนตามความเข้าใจของเรา มันก็คล่องขึ้น มันเป็นอย่างนี้ แต่ว่าต้องพยายาม แบบของมันอย่าไปทิ้ง มันก็เหมือนกับที่ว่าการนั่งสมาธิแบบเดิมก็นั่งขำขาวทับขาซ้าย มือขวาทับมือซ้าย ตั้งกายตรง บางคนก็ว่าเดินก็ได้ นั่งก็ได้ คุณเขาจะได้ใหม่ ได้ แต่ว่าเราเป็นนักเรียนใหม่ เรียนหนังสือต้องคัดตัวบรรจงเสียก่อน ให้มีหัวมีหางเสียก่อน ถ้าเราเข้าใจดีแล้วเราเขียนอ่านเอง เราเขียนหวัดไปก็ได้ อย่างนี้ไม่ผิด แต่แบบเดิมมันต้องทำอย่างนั้นเสียก่อน ดีมาก เข้าใจมัย ทำถึงโน้นแล้วหรือยัง ไม่ทำถึงโน้น พูดให้ฟังก็ไม่วู้เรื่องสินะ รู้แต่ว่าฟังไป

หลวงพ่อกับเกี่ยวกับฐานของลมที่จะกำหนดนี้ เราอาจจะเปลี่ยนแปลงได้เรื่อยๆ ใช้ใหม่ครับ ไม่จำเป็นจะต้องกำหนด ณ จุดใดจุดหนึ่งที่เราเคยทำอยู่

อะไรที่มันมีสติอยู่ไม่ขาดกัน รู้สึกอย่างติดต่อกัน เอาจุดไหนก็ได้ ที่เรียกว่าจุดนั้น ขยายจุดนี้แหละเพื่อจะให้มันติดต่อกันเท่านั้นแหละ เอาจุดไหนก็ได้ที่มีความรู้ติดต่อกัน จุดไหนที่มันมีสติสัมปชัญญะ จุดนั้นจุดไหนก็ได้ ถ้ามันมีอยู่อย่างนั้น สติสัมปชัญญะทั้งสองนี้ก็เหมือนคนสองคนมันไปยกเอาไม้อันหนึ่ง มันหนัก คนที่สามนี่ไปมองดู เห็นมันหนักก็เข้าช่วย ถ้ามันหนักไม่ช่วยไม่ได้ ต้องเข้าช่วย คนที่เข้าช่วยนี่คือปัญญา ถ้ามีสติสัมปชัญญะแล้ว ปัญญาก็ต้องวิ่งเข้ามาหา คล้ายๆ ที่ว่าสองคนมันแบกหนัก มันหนัก คนหนึ่งที่มีปัญญาฉลาดนะ จะทนนิ่งอยู่เฉยๆ ได้หรือต้องช่วยกัน คนที่สามก็ไปช่วยก็เบาขึ้นมา เห็นมัย สติสัมปชัญญะ สติ คือ ความ

ระลึกได้ สัมผัสัญญะ...ความรู้สึกตัว มีอยู่แล้ว ปัญญาจะนิ่งอยู่ไม่ได้ จำเป็นต้องเข้าช่วย
๓ ประการนี้ประกอบกันเข้าไป ความรู้สึกนี้มันติดต่อกันได้ทั้งนั้น

เวลาเราขยายลมกระจายตัวออกไป กำหนดจิตให้กว้างออกไป แต่พอลม
กระจายไปแล้ว เราชวมจิตเข้ามาไว้ข้างใน มันจะรู้สึกวาลมนี้มันจะคับแคบไป

อันนั้นมันความรู้สึกของเรา มันไม่แคบไม่กว้างหรอก มันพอดี ถ้ามันถูก
แล้วมันพอดีทั้งนั้นแหละ ที่มันแคบเกินไปกว้างเกินไปนะ ความรู้สึกเช่นนั้นไม่ถูก
ต้องแล้ว มันเกินพอดีแล้ว หรือมันไม่ถึงพอดี ถ้ามันถูกแล้วมันพอดีทั้งนั้นแหละ
เราต้องรู้จักอย่างนั้น ถ้าหากว่ามันไม่ถึงก็เรียกว่ามันไม่ถึง มันสั้นไป ถ้ามันยาวไป
ก็เรียกว่ามันยาวเกินไป มันไม่ถึงที่ ไม่ถึงจุดพอดีของมัน

หลวงพ่อกับ พุดถึงว่าถ้าเผื่อว่าลมมันหมดนะครับ แต่รู้สึกว่าข้างในมันยังไม่
ไม่หมด นี่แสดงว่าลมมันยังไม่หมดใช่ไหมครับ คือเวลากำหนดนะครับ ส่วนข้างนอก
รู้สึกว่ามันหายไป แต่ข้างในรู้สึกว่ามันยังมีอยู่

มันมีอยู่ก็ดูว่ามันมีอยู่ มันหมดไปก็ดูว่ามันหมดไปก็แล้วกันเท่านั้น ไปสงสัย
อะไรมัน

คือแปลกใจว่าข้างนอกมันหมดแล้ว แต่ข้างในทำไมมันยังไม่หมด

เอ้า...มันเป็นอย่างนั้นของมัน อันนั้นมันซับซ้อนกันอยู่ตรงนั้นแหละ ไม่ต้อง
สงสัยแล้วตรงนั้นนะ ทำไมมันถึงเป็นอย่างนั้น ก็เรื่องของมันจะเป็นอย่างนั้น มันก็ต้อง
เป็นของมันอย่างนั้น

แล้วจะทำยังไง หรือปล่อยเฉยไว้อย่างนี้

ไม่ต้องทำสิ ทำความรู้สึกเท่านั้นแหละ อย่านำไปทำอันอื่นเลย อย่านำไปลูกเดิน
ลูกวิ่งตามมันเลย ดูมันไปตรงนั้นแหละ มันจะถึงแค่นั้น มันก็ถึงแค่นั้นของมันแหละ
จับจุดอยู่ตรงนั้น เท่านั้นพอแล้ว

นิมิต (อารมณ์กรรมฐาน)

แล้วกำหนดไปอีก เห็นเป็นซี่โครงขาวๆ คล้ายกับที่หลวงพ่อบุญอยู่ที่นี่ นึกๆ ขึ้นมาเลยคิดว่าใจมันคิดเกินไป มันเลยหายวูบไปเลย

อันนี้เขาเรียกว่า อุกคหนิมิต^๑ ขยายรูป ขยายแสง ขยายให้ใหญ่ก็ได้ ขยายให้เล็กก็ได้ ขยายให้สั้นก็ได้ ขยายให้ยาวก็ได้ เรื่องเราขยาย ความเป็นจริงนั้น จิตที่มันสงบแล้วก็พอแล้วเป็นฐานแล้ว เป็นฐานของวิปัสสนาแล้ว ไม่ต้องขยายอะไร มันมากมาย พอที่ว่ามีฐานจะให้ปัญญาเกิดแล้วก็พอแล้ว เมื่อปัญญาเกิดอะไรก็ขึ้นมา มันแก้ปัญหามันได้แล้ว มันมีปัญหาก็ต้องมีเฉลย อารมณ์อะไรที่มันเกิดขึ้นมาปุ๊บ มันเป็นปัญหามา เมื่อเห็นปัญหาก็เห็นเฉลยพร้อม มันก็หมดปัญหาแล้ว อันนี้ความรู้มันสำคัญ อะไรที่ปัญหามันเกิดแต่เฉลยไม่เกิด ก็แยกเหมือนกันนะ ยังไม่ทันมัน ฉะนั้น ไม่ต้องคิดอะไรมาก เมื่อมีปัญหามาปุ๊บ เฉลยพร้อมเป็นปัจจุบันอย่างนี้ นี่เป็นปัญญาที่สำคัญที่สุด คือปัญญานั้นแหละ มันบอกเฉลยให้เกิดขึ้นมา มันเป็นเสียอย่างนั้น ตรงนั้นมันหมดกันที่ตรงนั้นแหละ ไม่หมดกันที่ตรงไหนหรอก ปัญญาตรงนี้เป็นปัญญาที่ทันเหตุการณ์ สำคัญนะ ปัญญาที่ทันเหตุการณ์ ถ้าเรามีเช่นนี้ทุกอย่าง ทุกข์ไม่มี เมื่อใดเกิดปัญหามา มีเฉลยปั๊บ ทุกข์นั้นเกิดไม่ได้แล้วมันวางทิ้งนั้น ทำลายอุปาทานทิ้งนั้นแหละ ถ้าเราแก้ปัญหามันเกิดขึ้นมา แหม...ต้องไปแก้มันตั้ง ๒ วัน ๓ วัน มันห่างเกินไป มันไม่ทันช่วงของมันแล้ว เกิดเดี๋ยวนั้นเอาเดี๋ยวนั้น เห็นปัญหาเกิดมีเฉลยพร้อมๆ กันทุกขณะ เกิดดับกลับพร้อมกันเลย อย่างนี้ก็หน้าดูเหมือนกันนะ

^๑ นิมิตติดตา หมายถึงนิมิต (อารมณ์กรรมฐาน) ที่นึกกำหนดจนแน่นใจ หรือที่เพ่งดูจนติดตาติดใจ แม้หลับตาก็เห็น (ข้อ ๒ ในนิมิต ๓) นิมิต ๓ ได้แก่ ๑. บริกรรมนิมิต - นิมิตแห่งบริกรรมหรือนิมิตตระเตรียม ได้แก่ สิ่งที่เพ่ง หรือกำหนดนึกเป็นอารมณ์กรรมฐาน ๒. อุกคหนิมิต ๓. ปฏิภาณนิมิต - นิมิตเสมือน หรือนิมิตเทียบเคียง ได้แก่ อุกคหนิมิตนั้นจนใจจนกลายเป็นภาพที่เกิดจากสัญญา เป็นของบริสุทธิ์ จะนึกขยายหรือย่อส่วนก็ได้ตามที่ปรารถนา

แล้วอย่างนี้เราจะมีปัญญาอย่างไรถึงจะได้รู้เท่าทันมัน

อย่าไปถามมัน มันมีอยู่ในนั้นแหละ มันมีอยู่แล้วตรงนั้นนะ อันนี้ที่ว่า ทำไมถึงจะมีปัญญารู้เท่าทัน อันนี้คือ คนยังไม่ถึงตรงนั้นถึงพูดอย่างนี้ ถ้าถึงตรงนั้น ปัญหาที่จบ ให้เข้าใจไว้ ไม่มีที่จะสงสัย ไม่มีปัญหาแล้วตรงนี้ ถ้ารู้จุดนั้นแล้ว อันนี้ไม่ต้องมีปัญหาล่ะ ถ้าไม่พูดก็ไม่มีปัญหาแล้ว มันรู้เรื่องของมันแล้ว ตรงนั้นนะ

ตามใบหน้า ตามจมูก บางทีมันปวด

อ้อ อันนี้มันเรื่องมันปวด มันก็แก้ยากนะ กำหนดมันจนเกินไปมัง

ครับ ถูกต้อง

อย่าไปกำหนดมันมากเกินไป หนึ่งเฉยๆ ๒ หนึ่งเฉยๆ ให้มันมีความรู้สึกอยู่นั้นแหละ อย่าไปบีบมันเกินไป แม้กระทั่งลมหายใจเรานี้ก็ลำบากนะ ถ้าเราเดินไปเดินมาไม่ไปควบคุมมันก็ไม่เท่าไร มันสบาย ถ้าเราไปนั่งจะกำหนดลมหายใจให้มันถูกต้อง อะไรต่ออะไรวุ่นวาย บางทีก็เลยหายใจไม่ถูกต้อง ก็เพราะว่ามันบีบเกินไป เมื่อเราถอนมาอยู่เฉยๆ ๒ ก็ไม่เป็นไร

ลมหายใจนี้ก็ลำบากนะ บางทีก็หายใจไม่ถูก มันยาวเกินไป มันสั้นเกินไป เลยวุ่นวาย อันนี้ก็เพราะเรากำหนดมันเกินไป ไปบีบมันเกินไป มันถึงเป็นอย่างนั้นก็เหมือนเด็กๆ นะแหละ สอนให้มันนั่ง สอนที่ไรเขียนทุกทีนะ เด็กมันจะมีความฉลาดขึ้นมาด้วย ไปบังคับมันจนเกินไป อันนี้ก็เหมือนกัน ถ้าเรามาคิดว่าเมื่อเราเดินจากบ้านไปสวนหรือเดินจากบ้านไปทำงาน ทำไมมันไม่รำคาญเพราะลม ก็เพราะเราไม่ไปยึดอะไรมัน เพราะเราปล่อยตามเรื่องมัน อวัยวะส่วนใดๆ ที่มันปวดนะเพราะเราไปเพ่ง ไปกำหนดมันเกินไป ให้ทำด้วยการปล่อยวาง อย่าไปยึด ยึดอย่าให้มันมัน เข้าใจมั๊ยอย่าไปยึด แก้วใบนี้เรายึดมาดูเสียก่อน รู้แล้วก็วางมัน นี่เรียกว่าอย่าไปยึดมัน คือ ยึดอย่าให้มันมัน ยึดมาดูรู้เรื่องมันแล้วก็วางมัน สบาย อันนี้ก็เหมือนกัน ฉะนั้น ที่มันเจ็บปวดตามสภาวะแฉะนี้ เพราะไปกำหนดมันมาก ถอยออกมาบ้าง อย่าขยับเข้าไปให้มันมาก เพ่งจนเจ็บ เพ่งจนปวด มันก็ไม่ได้ ตรงนั้นเคยเป็นทุกที มั๊ยนั้น

เป็นทุกที่ครับ

นั่นแหละ ถอยกลับเสียบ้าง ทำสบายๆ ทำความรู้สึกไว้เท่านั้น อย่าไปกำหนดเกินไป แต่ทำความรู้สึกไว้ ทำด้วยการปล่อยวาง ทำอะไรทำด้วยการปล่อยวาง ไม่ได้ทำด้วยการฝึกให้มันแน่น แล้วก็สบาย

ในช่วงระยะที่เราอยู่ในสภาวะที่กำหนดเห็นว่าร่างกายมันใหญ่ได้ ตรงนั้นเป็นสภาวะที่สงบนิ่งแล้วใช้ไหมครับ หรือว่าเราต้องใช้ปัญญาพิจารณาในตอนนั้น

ถ้ามันไม่สงบมันไม่เกิดอาการอย่างนั้น ที่จะเกิดอาการอย่างนั้นเพราะจิตมันสงบ มันถึงเป็นอย่างนั้น แต่ให้ควบคุมสติเราให้ดีว่ามันใหญ่เกินขนาดไหน มันเล็กเกินขนาดไหน เมื่อกำหนดเข้าไปถึงที่สุดแล้ว ก็กำหนดเข้าไปข้างใน อย่างวิ่งไปข้างนอก ถ้าวิ่งไปตามข้างนอก มันจะขยายตัวออกไปเรื่อยๆ เดี่ยวก็เป็นหมู เดี่ยวก็เป็นหมา เดี่ยวก็เป็นม้า เดี่ยวก็เป็นช้าง เดี่ยวก็เป็นโน้น เดี่ยวก็ลุกขึ้นมาไล่มันเท่านั้นแหละ ให้รู้ว่าอันนี้มันเป็นนิมิต สะเก็ดของความสงบ มันเกิดจากที่สงบ นั่นมันเป็นอย่างนั้น อาการจะเกิดนิมิตอย่างนี้มันต้องสงบแล้ว มันจึงเกิดอย่างนั้น ก็กำหนดกลับเข้ามาในจิตมันก็หายได้

ที่นี้ เมื่อเรากำหนดรู้ว่ามันจะใหญ่เกินไปไหม มันจะคับมาก หรืออะไรอย่างนี้ อาจจะทำให้เราตกใจขึ้นมา

อย่าไปตกใจมันสิ มันเต็มสติมันแหละ บางทีนั่งอยู่จมูกโด่งไปถึงโน้นก็ได้ ให้มันโด่งไปสิ มันยาวไปจริงมัยนั้น เรามีสติอยู่นะ มันไม่ยาวจริงอย่างนั้น มันมีความรู้สึกปรากฏขึ้นอย่างนั้นเรียกว่า นิมิต ไม่มีอันตราย เราครองสติเราให้ได้ บางทีมันนั่งอยู่ศีรษะมันขาดปั๊บไปเลยก็ได้ แต่อย่าตกใจมันสิ ไม่ใช่มันขาดไป อันนั้นเรียกว่า นิมิต

หลังจากเราฟังดู รู้สึกว่า

ไม่ต้องไปตามมันแล้ว ปล่อยให้มันเป็นนิมิตอย่างนั้นแหละ ทำจิตเราให้สงบต่อ
 อย่ายึดตามดูมัน เราตามดูมันมาพอสมควรแล้ว ถ้าตามไปมันหลงนะ มันหลงนิมิต
 อันนี้เรียกว่า นิมิต ไม่ต้องยึดมันถือมันอะไรของมัน ให้มันบานปลายไป เมื่อเรา
 อยากให้นิมิตนั้นหายไป เราก็กลับคืนที่ของเราซะ จิตของเรามันอยู่ขนาดไหน อะไร
 ยังไง กำหนดให้รู้เข้ามา

ถ้ากำหนดเข้ามา ลมหายใจก็ไม่มีใช้ไหมครับช่วงนั้น

มีสิ มี

ถึงช่วงนั้น ตอนนั้นพิจารณาได้ใช้ไหมครับ

ปกติ ตรงนั้นมันปกติ อาตมาว่ามาถึงตรงนั้นแล้วมันไม่น่าจะมีปัญหาอะไร
 มาก มันจะหมดปัญหาแล้ว มันจะมีมากก็หมดปัญหาแล้ว มันจะไม่มีมากก็หมดปัญหา
 แล้วตรงนั้น ไม่ต้องสงสัยว่ามันเป็นอย่างนี้ ถ้ามันเป็นอย่างนั้นในเวลานั้น

แต่บางทีมันทำให้เราตกใจ

อย่าไปตกใจสิ อันนั้นมันเป็นนิมิต อย่าไปตกใจเลย ไม่มีอะไรจะทำอันตราย
 เราได้แล้ว แต่อาการของจิตมันเป็นไปทุกอย่างแหละ แต่ว่าอะไรจะมาทำอันตราย
 เราไม่ได้

เมื่อไม่มีนิมิตอะไร เราต้องถอยไหมครับ

ไม่ต้องถอย ประคองจิตนั้นไว้ ถึงวาระของมันมันจะเป็นของมันเอง อย่ายึด
 แต่งมัน แต่งมันก็ไม่สวยเท่ามันแหละ ของมันดีอยู่แล้ว มันจะเป็นวาระของมัน เป็น
 วาระเข้าออกของมัน ในระยะนั้นอย่าไปแต่ง ประคองจิตให้มีสติดูไปตรงนั้นว่ามัน
 จะเปลี่ยนแปลงอย่างไรเท่านั้นแหละ



อุบายแก้อุทัจจะกุกุจจะ^๑

มีอุบายที่แก้อุทัจจะเสียหน่อยไหมครับ

อะไร อุทัจจะ มันเป็นอย่างไง

มันพุ่งชาน เวลามันเกิดเข้มขึ้นขึ้นมา เราจะมีอุบายแก้ยังไงครับ

มันไม่ยากหรอก ของมันไม่แน่นหรอก ไม่ต้องไปแก้มัน คราวที่มันพุ่งชาน มีมัย ที่มันไม่พุ่งชานมีมัย

มีครับ

นั่น จะไปทำอะไรมันล่ะ มันก็ไม่แน่นอยู่แล้ว

ที่นี้เวลามันแลบไปแลบมาล่ะครับ

อ้าว ก็ดูมันแลบไปแลบมาเท่านั้นแหละ จะทำยังไงกับมัน มันดีแล้ว นั่นแหละ โยม จะให้มันเป็นอะไรอย่างไร มันจะเกิดปัญญาหรือนั่น

มันแลบไป เราก็ตามดูมัน

มันแลบไป มันก็อยู่นั่นแหละ เราไม่ตามมันไป เราดูสิมันอยู่ มันจะไปตรงไหนล่ะ มันก็อยู่ในกรงอันเดียวกัน ไม่ไปตรงไหนหรอก นี่แหละเราไม่อยากจะให้มันเป็นอะไร นี่ท่านอาจารย์มันเรียกว่า สมานิตหัวตอ ถ้ามันแลบไปแลบมา ก็ว่า มันแลบไปแลบมา ถ้ามันนิ่งเฉยๆ ก็ว่ามันเฉยๆ จะเอาอะไรกันล่ะ ให้รู้เท่าทันมัน ทั้งสองอย่าง วันนี้มันมีความสงบก็ถอนมันมา ให้ปัญญามันเกิด แต่บางคนเห็นว่า มันสงบนี่ดีนะ ชอบมัน ดีใจ วันนี้ฉันทำสมานิตมันสงบดีเหลือเกิน แน่ะ อย่างนี้เมื่อ

^๑ ความพุ่งชานและรำคาญ ความพุ่งชานและความเดือดร้อนใจ ข้อ ๔ ในนิวรรณ์ ๕ ได้แก่ ๑. กามฉันทะ - พอใจในกามคุณ ๒. พยาบาท - คิดร้ายผู้อื่น ๓. ถีนมิทระ - ความหดหู่ซึมเซา ๔. อุทัจจะกุกุจจะ ๕. วิจิกิจฉา - ความลังเลสงสัย

วันที่สองมาได้เรื่องเลย วุ่นวายทั้งนั้นแหละ เนอะ วันนี้ไม่ดีเหลือเกิน เรื่องดีไม่ดี
มันราคาเท่ากัน เรื่องดีมันก็ไม่เที่ยง เรื่องไม่ดีมันก็ไม่เที่ยง จะไปหมายมันมันทำไม
มันพุ่งชานก็ดูมันพุ่งชานไปสิ มันสงบก็ดูเรื่องมันสงบสิ อย่างนี้ให้ปัญญามันเกิด มัน
เป็นเรื่องของมันจะเป็นอย่างนี้ เป็นอาการของจิตมันเป็นอย่างนั้น เราอย่าไปยุ่งกับ
มันมากสิ ลักษณะอันนั้น

อย่างเราเห็นลิงตัวหนึ่งนะ มันไม่นิ่งใช่ไหม โยมก็ไม่สบายใจเพราะลิงมัน
ไม่นิ่ง มันจะนิ่งเมื่อไหร่ โยมจะให้มันนิ่งโยมถึงจะสบายใจ มันจะได้มีเรื่องของลิงนะ
ลิงมันเป็นเช่นนั้น ลิงที่กรุงเทพฯ ก็เหมือนลิงตัวนี้แหละ ลิงที่อุบลฯ ก็เหมือนลิงที่
กรุงเทพฯ นะแหละ ลิงมันเป็นอย่างนั้นของมันเอง ก็หมดปัญหาเท่านั้นแหละ อันนี้
ลิงมันไม่นิ่งเราก็เป็นทุกข์อยู่เสมอ ยิ่งนั้นเราก็ตายเท่านั้นแหละ เราก็เป็นยิ่งกว่าลิง
ซะแล้วละมัง

มหาสติปัฏฐาน

ในมหาสติปัฏฐานบอกว่า ทางนี้เป็นทางสายเดียวเพื่อพ้นทุกข์ ก็ต้องมา
พิจารณากาย เวทนา จิต ธรรม ผู้ที่จะพ้นทุกข์จะต้องพิจารณาทั้ง ๔ อย่างทั้งหมด
หรือเปล่า

กาย เวทนา จิต ธรรม นะ อันนี้มันของอย่างเดียวกัน รู้อันหนึ่งก็เหมือน
รู้หมด เหมือนเรารู้คนๆ หนึ่ง ก็รู้หมดทุกคนในโลก เหมือนเรารู้ลิงตัวหนึ่ง ลิงตัวอื่น
นอกนั้นเหมือนลิงตัวนี้เหมือนกัน นี่จะพูดกันง่ายๆ หลักใหญ่ของสติปัฏฐานมันเป็น
อย่างนี้ อันนั้นมันเป็นลักษณะของมัน เมื่อรู้กาย เวทนา จิต ธรรม ลักแต่ว่ากาย
ลักแต่ว่าเวทนา ลักแต่ว่าจิต ลักแต่ว่าธรรม มันเป็นลักว่าทั้งนั้นแหละ ทั้ง ๔ นั้นนะ
มันก็พอแล้วนะ ถึงแม้ว่ามันจะรู้อันเดียวมันก็ได้



สติสัมปชัญญะ

เคยมีคนมาที่นี่ เคยเอ่ยถึงท่านอาจารย์บ่อยๆ บอกว่าในกายนี้พิจารณาถึงอิริยาบถของกายนะครับ สติสัมปชัญญะและก็ถ้าพิจารณาถึงสิ่งทั้งหลาย คนนั้นแกดื้อดิ่ง รู้สึกว่าแกจะพิจารณาแคบ แกบอกพิจารณาสติสัมปชัญญะอย่างเดียวพอไม่ต้องอะไร

สติสัมปชัญญะ ตรัสรู้ทั้งสี่นั้นก็ไม่มีอะไร มันก็ไม่มีอะไรในกลุ่มอันนั้น อย่างที่ว่าฉันจะต้องไปแยก เกสา โสมา นขา ทันตา ตโจ แล้ว ถึงจะเรียกว่าฉันพิจารณา กาย ที่นี้อีกคนหนึ่งว่าผมไม่พิจารณาไปทั้งหมดละ พิจารณาทางมันไม่เที่ยง ทางนี้ส่วนเดียว มันก็หมดเหมือนกัน

แต่ว่าที่เห็นนั้น ก็เห็นว่าทุกอย่าง อย่างมันก็ไม่เที่ยงเหมือนกันใช่ไหมครับ

ใช่ มันก็หลักอันเดียวกันเท่านั้นแหละ กาย เวทนา จิต ธรรม นั้น ให้เห็นว่ามันไม่เที่ยงอย่างเดียวกันเท่านั้น มันก็เห็นไปรวมกัน มันเป็นมรรคสมังคีกันตรงนั้นเท่านั้น อันนี้ท่านแยกออกไปพิจารณาเฉยๆ หรอก เมื่อเราเห็นมันรวมแล้ว ก็ไม่ต้องแยกสิ แยกก็เหมือนไม่แยก ไม่แยกก็เหมือนแยก เพราะมันเป็นอย่างนั้น ท่านให้มีความเข้าใจอย่างเดียวตรงนั้นก็พอแล้ว

ธัมมวิจยะ

หลวงพ่อกับ เวลาเราภาวนาอยู่นะครับ คล้ายๆ กับว่าเรากำลังสนทนาพูดคุยกับตัวเราเองอยู่ที่นี่ อย่างนี้จะมีทางแก้ยังไงครับ

ออกไปแก้มันเลยตรงนั้น มันดีแล้ว มันเป็นโพชฌงค์^๑ ธัมมวิจยะ มันจะก่อเกิดตัวปัญญาแล้วตรงนั้นนะ มันอยู่ในความสงบของมันแล้ว มันเป็นธัมมวิจยะ

^๑ โพชฌงค์ ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ มี ๗ อย่าง คือ ๑. สติ ๒. ธัมมวิจยะ (การสอดส่องเลือกเห็นธรรม) ๓. วิริยะ ๔. ปีติ ๕. ปัสสัทธิ ๖. สมาธิ ๗. อุเบกขา

สวดสวดธรรมะ ไม่ต้องไปแก้มันเถอะ ดูไปตรงนั้นแหละ ถ้ามันมีตรงนั้นแล้วมันไม่ฟุ้งซ่านรำคาญหรือก มันอยู่ในที่สงบของมันแล้วจะต้องเป็นอย่างนี้ อันนี้มันเป็นโพชฌงค์ เป็นองค์ธรรมที่จะตรัสรู้ธรรมะอยู่แล้ว ไปแก้มันทำไมตรงนี้

ความสงบ

อยากให้มันสงบครับ

นั่นแหละมันอยู่ในความสงบนั่นเอง ถ้าเราไม่มีอย่างนี้มันจะมีปัญญาสงบ ยิ่งขึ้นไปมัย หมายความว่า เมื่อมีปัญญาเกิดขึ้นมา มันทำความสงบให้ยิ่งขึ้นไป เมื่อความสงบยิ่งขึ้นไปมันทำปัญญาให้ยิ่งขึ้นมา มันเป็นไวกพจน์ซึ่งกันและกันอยู่อย่างนี้ มันยังไม่จบเรื่องของมัน อย่าไปอ้างมันสิ มันเป็นองค์ของโพชฌงค์ เป็นธัมมวิจยะ สวดสวดธรรมะ เรื่องนี้มันเรื่องไม่ฟุ้งซ่าน มันเรื่องที่จะให้เกิดปัญญาสุขุมขึ้นไปเรื่อยๆ เรื่องฟุ้งซ่านไม่ใช่เรื่องของอย่างนี้ เรื่องฟุ้งซ่านมันก็ไม่ใช่เรื่องของธัมมวิจยะสิ มันไม่ใช่องค์ธรรมที่จะทำให้ตรัสรู้ธรรมะสิ

ความเป็นจริงคนเราไม่อยากจะให้มันรู้ อยากจะให้มันเฉยๆ อย่าให้มันเป็นอย่างนั้น คือ รู้เฉย เข้าใจไหมเหมือนกับไม่รู้แหละ รู้เฉย ถ้าไม่รู้ไม่ได้ รู้แล้วไม่รำคาญ อย่างเราั่งอยู่นี้ได้ยินคนพูดอยู่แต่มันไม่รำคาญ จิตอยู่ในที่ของมัน มันสงบแล้ว มันไม่รำคาญ ลึกแต่ว่า การลึกแต่ว่ามันเกิด ไม่ต้องสงสัยอะไรมัน ที่ตรงนั้นมากมาย อันนั้นมันศึกษาเรื่องของจิต จำไว้ละไม่ต้องสงสัยอะไรมัน จะเป็นไปตรงไหนก็รู้จักมันเถอะ มันสงบก็ดูเรื่องมันสงบเถอะ มันไม่สงบก็ดูเรื่องมันไม่สงบเถอะ เมื่อไม่สงบนะ วันนี้นมันไม่สงบ พรุ่งนี้มันสงบ ทำยังไงมัน ความที่มันวุ่นวาย มันไปไหนละ เป็นของไม่เที่ยง ถ้าหากว่ามันเห็นของไม่เที่ยงนะ มันเป็นอย่างนี้ มันก็เป็นสังขาร เพราะเราเห็นว่ามันเที่ยง เที่ยงเพราะมันจะเป็นของมันอยู่อย่างนี้ มันจะไม่เปลี่ยนแปลงไปอย่างอื่น เพราะเรื่องนี้มันเป็นอย่างนี้ เราดูเช่นนี้ แล้วเราก็กวามมันไว้ จะไปสงสัยอะไรมัน

เวลามันไม่สงบเราก็ไม่พอใจครับ

เอาปัญญาใส่ลงไปถ้ามันไม่สงบ ธรรมถึงว่ามันไม่แน่ มันเป็นอย่างนี้ รู้จักมันด้วยปัญญาว่ามันพุ่งชาน เราก็สงบในที่นั้น เพราะเห็นว่ามันเป็นอย่างนั้น เรื่องของมันนี่ อย่าไปจับจดมันอุปาทานมัน อย่าไปทำอะไร ให้รู้ตามเรื่องของมัน ให้มันสงบของมัน

ความเป็นจริงอาตมาเคยเปรียบเทียบให้ฟัง เราต้องการความสงบใช้มั๊ย พระหรือโยมก็ช่างเถอะ ต้องการความสงบไปหาหลบอยู่ในที่มันสงบ เมื่อไรไม่มีสิ ไม่มีเสียง มันสบายแน่ ถ้าว่ามีเสียงเกิดขึ้นมาปั๊บ แหม รำคาญ ทำไม เสียงมันมากวนเรานี้ ก็เห็นว่าเสียงมันมากวนเราอย่างเดี๋ยวนั้นแหละ ถ้าเรากลับมาพิจารณา ดูว่า เอ๊ะ มันใช้มั๊ย มันแน่อย่างนั้นหรือเปล่า ดูไปอีกให้มันลึกเข้าไปกว่านั้นอีก มันเสียงมากวนเรา หรือเราไปกวนเสียงนี้ ตามเข้าไปสิ จะได้เห็นว่าเรามันไปกวนเสียง เสียงมันก็เป็นเสียงอยู่ของเขา เขาไม่ได้มากวนเรา เราไปยึดมันมานี้ มันก็เป็นว่าเราไปกวนเสียง เมื่อเราเห็นเราไปกวนเขา ก็นี้กว่าเขามากวนเรา ตรงกันข้าม ง่ายๆ เห็นชัดๆ เราไปกวนเขา เข้าใจว่าเขามากวนเรา ความเป็นจริงเราไปกวนเขา

อันนี้อาตมาจะบอกให้ว่า ไปนั่งมีแต่ความสงบ ไม่มีอะไรเลยนี้ ก็อยู่ไม่ได้ แหม จะทำอะไรอีกต่อไปน้อ มันสงบไปหมดทั้งคลื่นนี้ จะต้องหาทางออกอีก มันเป็นเสียเช่นนี้แหละ คนเรานี้กว่ามันอย่างไรต่อไป มันคงยากนะ มันไม่ถึงที่มัน แต่ว่า ดูอะไรก็ดูไปเถอะ สงบก็ดูมัน ไม่สงบก็ดูมันไปเถอะ ให้ปัญญามันเกิด เรื่องมันสงบนี้ก็เรื่องไม่แน่นอน เรื่องไม่สงบก็เรื่องไม่แน่นอนทั้งนั้นแหละ สองอย่างนี้มันมีราคาเท่ากัน มันให้คุณเราอย่างไร มันก็ให้โทษเราอย่างนั้นเหมือนกัน ถ้าเราไม่รู้จักมัน เรื่องสงบมันเป็นสองอย่างนะ เรื่องสงบทางปัญญานี้ หูได้ยินอยู่ ตาเห็นอยู่ แต่มันสงบ มันสงบเพราะไม่ไปยึดมันถือมันเข้ามา นี้ อันนี้สงบ เรื่องสงบด้วยสมาธิที่มันผิวบาง เข้าใจมั๊ย ถ้าอะไรกระทบ...แก๊ก ไม่ได้เสียแล้ว ผิวมันบางเกินไป ต้องปรับใหม่พิจารณาใหม่ มันจะทันท่วงทีมั๊ยยังงั้น เมื่อไรที่กิเลสมันเข้ามา จะต้องนั่งสมาธิทั้งนั้นเลยหรือ

หมายความว่า จิตเราต้องทำตามได้ อดทนได้

ใช่ มันรู้ๆ ไม่ได้อดทนด้วย ไม่ได้ยกด้วย กระทบมา ปล่อยมันเลย นี้อย่างนี้ มันต้องเป็นอย่างนี้ ทางปัญญาของเรามันจะเห็นสีเห็นแสงอะไรก็ช่างมันเถอะ มันเป็นธรรมดาอยู่ในโลกนี้ หนีไปไม่ได้หรอก ให้รู้เท่าทันมัน สิ่งทั้งหลายเหล่านี้

เรื่องของสมาธิ

วันหนึ่งลูกได้ไปอ่านหนังสือที่ฝรั่งเขาเขียนเรื่องพุทธศาสนา เขาเขียนอยู่ตอนหนึ่งว่า ศาสนาฮินดูเขาเชื่อว่าการเกิดใหม่ขึ้น โดยที่ว่ามี วิญญาณเดิม หรือจิตเดิม เพียงแต่ว่าเปลี่ยนร่างกายใหม่เท่านั้น ส่วนในพุทธศาสนาพระพุทธเจ้าท่านตรัสว่า ไม่ใช่เป็นอย่างนั้น คือ ชีวิตที่เกิดขึ้นใหม่นี้ท่านให้เรียกว่า เป็นสภาวะ การเปลี่ยนชีวิตใหม่นี้ไม่ใช่เปลี่ยนร่างใหม่ แต่ที่เปลี่ยนจากสภาวะหนึ่งเป็นอีกสภาวะหนึ่ง ส่วนจิตนั้นก็ยังเป็นจิตเดิม แล้วเขาให้คำในวงเล็บไว้ว่า อนัตตา เขาบอกว่า การที่เปลี่ยนจากสภาวะหนึ่งเป็นอีกสภาวะหนึ่งที่เราเรียกกันว่าชีวิตใหม่นี้ กรรมทำไว้อย่างไรก็จะส่งผลให้เป็นอย่างนั้น เหมือนกับลูกบิลเลียดลูกที่หนึ่งที่ว่าไปลูกลูกที่สอง จะทำให้ลูกที่สองวิ่งไป แล้วก็วิ่งไปในทิศทางที่ลูกแรกไปกระทบลูกคะ ทำให้ลูกมาคิดว่า ถ้าอย่างนั้นถ้าเราหยุดกรรมได้ก็แสดงว่าสภาวะต่อไปจะไม่เกิดขึ้น แต่ว่าไม่เข้าใจว่าจิตที่ว่า เป็นจิตเดิมนี้เป็นยังไงคะ และก็อนัตตานี้เป็นสภาวะอย่างไร ขอกราบเรียนหลวงพ่อดิเรกคะ ถ้าว่าไม่ต้องสนใจเรื่อง อนิจจัง ทุกขัง อะไรทั้งนั้น ถ้าเรารู้อย่างเดียวว่าเราสามารถจะหยุดกรรมได้ ก็จะไม่มีการสภาวะต่อไปเกิดขึ้น อันนี้ไม่ทราบว่าจะเข้าใจถูกหรือผิด

ปัญหานี้ต้องแยกตอบ ปัญหานี้มันก็มีสองแง่ แ่งหนึ่งเรื่องมันจบแล้ว แ่งหนึ่งเรื่องมันไม่จบ เรื่องที่มันจบไปแล้ว ก็ไม่ต้องถามหรอกเพราะมันจบไปแล้ว มันจะไปอะไรที่ไหนก็คือเรื่องทุกอย่างมันจบ เรื่องเปลวของไฟที่ดับไปมันจะไปที่ไหนนั้น ก็ไม่เป็นปัญหาที่จะต้องถามแล้ว มันเป็นอย่างนี้ อันนั้นเรียกว่าเรื่องที่มันจบไป และมันคงเหลือเรื่องที่ไม่จบ เรียกว่า “สภาวะ” สภาวะเรื่องมันไม่จบนี้ ก็จะพูดว่าเป็น



‘กรรม’ ก็ได้ แต่ว่าที่มันไม่จบนี้เรียกว่า ‘วิบาก’ มันเกิดขึ้นจากกรรมที่กระทำนั้น เป็นสภาวะอันหนึ่ง ถ้าหากว่าเรื่องวิบากมันจบไปแล้วนั้นก็ไม่มีปัญหา ท่านพูดย้อนกลับมาถึงวิบากที่มันเป็นปัจจัย

เทียบง่าย ๆ ว่า มีความรู้สึกนึกคิดขึ้นเดี๋ยวนี้ ที่มันรู้สึกนึกคิดขึ้นเดี๋ยวนี้ เช่น คุณหมอยากจะถามให้รู้เรื่อง ทำไมมันถึงมีความรู้สึกออกปากมาถามอย่างนี้ ก็เพราะมันมีปัจจัย มันจึงเกิดความรู้สึกขึ้นอย่างนี้ นี่เรียกว่าเรื่องมันยังไม่จบ เรียกว่า ปัจจัย เหตุปัจจัยเป็นสภาวะอันหนึ่ง ถ้าหากว่าคุณหมอเข้าใจเรื่องเหล่านี้ดีแล้ว ก็หมดปัจจัย ไม่มีปัจจัยที่จะเกิดความรู้สึกชวนให้ถามอะไรต่ออะไรต่อไปอีกแล้ว ทำไมมันถึงเป็นเช่นนั้น อันนั้นก็เรียกว่ามันจบ เรื่องที่จบไปนั้นมันอยู่ที่ไหน ก็ตอบได้แต่เพียงว่า เรื่องมันจบ มันจบแค่นั้น มันไม่มีเหตุที่จะต้องให้ถาม ไม่มีปัจจัยที่จะต้องถามที่จะสงสัย อันนี้ก็เหมือนกันจั้นนั้น

เรื่องที่เป็นอนัตตาอันนั้น อนัตตานี้พูดศัพท์ง่าย ๆ ก็เรียกว่า ของไม่ใช่ตัว ไม่ใช่ตน แต่ว่ามันอาศัยอาการตัวตนอยู่ อาศัยอาการของอัตตาอยู่ อนัตตานั่นจึงมี เป็นอนัตตาที่ถูกต้อง ถ้าอัตตานี้ไม่มีแล้ว อนัตตาก็ไม่ปรากฏขึ้นมา เช่น คุณหมอไม่มีกระโถนใบนี้อยู่ในบ้าน เรื่องของกระโถนใบนี้ก็ไม่กวนกับคุณหมอเลย มันจะแตกมันจะร้าวหรือขโมยมันจะขโมยไป อย่างนี้ก็ไม่มีความวิตติใจของคุณหมอเลย เพราะไม่มีเหตุไม่มีปัจจัย คืออะไร ก็คือว่ากระโถนไม่มีในบ้านเรา



ถ้าหากมีกระโถนขึ้นมาในบ้านเรา มันก็เป็นตัวอวดตาขึ้นมาแล้ว เมื่อกระโถนมันแตก มันก็กระเทบ เมื่อกระโถนมันหายมันก็กระเทบ เพราะกระโถนนี้มีเจ้าของแล้ว อันนี้เรียกว่า ‘อวดตา’ มันมีสภาวะอยู่อย่างนี้ ส่วนสภาวะที่ว่า ‘อวดตา’ นั้น คือสภาวะที่ว่ากระโถนในบ้านเราไม่มี จิตใจที่คอยพิทักษ์รักษากระโถนนั้นไม่มี จะกลัวขโมยมันจะขโมยไปมันก็ไม่มี อันนั้นมันหมดสภาวะแล้ว เรียกว่า ‘สภาวะธรรม’ มันมีสภาวะ มีเหตุ มีปัจจัย แต่เพียงมันยังเหลืออยู่เท่านั้น

ฉะนั้น อวดตานี้อันที่ไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตน อะไรมันบอก มันถึงรู้จักว่าไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตน ก็คือ ตัวตนนี้แหละมันบอกขึ้นมา อันนี้ธรรมะมีหลักเปรียบเทียบ ธรรมะที่ไม่มีตัวตนมีหลักเปรียบเทียบ เช่น อนิจจังมันของไม่เที่ยงอย่างนี้เป็นต้น ไม่เที่ยงไปทุกอย่างรี ของเที่ยงมีมัย ของเที่ยงมันก็มีเหมือนกัน มันมาจากไหน ตัวอนิจจังนี้แหละมันคลอดอกออกมาเป็นตัวนิจจัง มันคลอดอกออกมาอย่างไร คือเรื่องอนิจจังมันเปลี่ยนแปลงอยู่นั้นแหละ คือ มันเป็นนิจจัง มันเป็นอย่างนั้น มันเที่ยง เที่ยงอย่างไร ความเที่ยงมันคลอดอกมาจากสิ่งที่ไม่เที่ยง ความไม่เที่ยงนั้นแหละ เรียกว่า เป็นนิจจัง นิจจังนี้ออกมาจากอนิจจัง อนิจจังมีที่ไหนนิจจังก็มีที่นั่น นิจจังมีที่ไหนอนิจจังก็มีอยู่ที่นั่น อย่างนี้เป็นต้น มันเป็นของคู่เคียงกันอย่างนี้ ฉะนั้น อวดตาหรืออวดตานี้ก็เหมือนกันฉันนั้น อวดตาจะมีขึ้นมาจะปรากฏขึ้นมา ก็เพราะมีอวดตา อวดตาจะปรากฏขึ้นมา ก็เพราะมีอวดตา





อันหนึ่งมันเป็นสภาวะที่หยาบ อันหนึ่งมันเป็นสภาวะที่ละเอียด แต่มันติดกันอยู่อย่างนี้ จะพูดกันง่ายๆ ก็เรียกว่า ตัวเรานี้มันมีสองคน ตัวรูปร่างอันนี้ มันเป็นตัววัตถุ แต่เงาของเรามันเป็นสิ่งที่ละเอียดเข้าไปอีก มันแฝงอยู่อย่างนี้ อันนี้เป็นสภาวะ ความจริงแล้วธรรมะทั้งหลายเหล่านี้มันเป็นอุบายเท่านั้น ที่จะให้เรามองเห็นอย่างนั้นเท่านั้น อันนี้ก็ไม่ต้องสงสัยอะไรมันเลย

ถ้าหนัตตาไม่มีตัวมีตนแล้วจะไปอยู่ยังไป ก็คือทุกข์เราหมดไปแล้วมันจะไปอยู่ยังไป ของเราไม่มีแล้วจะไปอยู่ยังไป ความคิดในเวลาต่อไปมันยังไม่เกิดขึ้น จะไปอยู่ที่ไหน ก็เพราะมันเกิดความคิดขึ้น เราถึงรู้ว่ามันเป็นเป็นอย่างนี้ แต่ก่อนเรายังไม่คิด ความคิดเช่นนี้มันไปอยู่ที่ไหน เป็นต้น มันอยู่ที่เหตุปัจจัยมากกระทบขึ้นมา อย่างแก้วใบนี้กับพื้นนี้มันจะมีเสียงเกิดขึ้นก็เพราะมีการกระทบเกิดขึ้นมา เดียวนี้มันก็อยู่ตรงนั้นแหละ แต่มันมีเหตุปัจจัยอยู่เฉยๆ แต่เสียงนั้นมันยังไม่มี แต่เหตุจะทำให้เกิดเสียงนั้นมีอยู่ แต่บัดนี้มันยังไม่ปรากฏ อันนี้ก็ฉงนนั้นเหมือนกัน

หมายความว่า ถ้าเราจะวางเหตุทั้งหลายได้ ไม่ให้มันมีเหตุขึ้นมา ตัวสภาวะอันนี้มันก็จะแตกดับไปเลยใช่ไหมคะ

คือ ไม่ใช่ที่ไม่ให้มีเหตุ แต่ว่าให้รู้จักเหตุ คือเรื่องเหล่านี้มันจะเป็นอยู่อย่างนั้น มันมีเหตุอยู่อย่างนี้ ห้ามไม่ได้เหตุนี้ แต่ว่าเมื่อเราเกิดความรู้เหตุอันนั้น เหตุอันนั้นมันก็หมดเหตุหมดปัจจัย เพราะความรู้เหตุอันนั้น อย่างเหตุที่เกิดทุกข์ มันมีอยู่ทุกขณะ แต่เรารู้เหตุทุกข์จะเกิดขึ้น ทุกข์มันก็หายสลายไป เรารู้จักเหตุปัจจัย เหตุปัจจัยยังมีอยู่ แต่เรารู้เหตุปัจจัยเราก็ปล่อย มันก็หมดไปอย่างนั้น

ถ้าหากเรารู้ว่า เหตุเกิดขึ้นเพราะอะไรแล้ว เรายังไปยึดเหนี่ยวมันอยู่ อย่างนี้เราก็จะไม่พ้นทุกข์ใช่ไหมคะ

ใช่ แต่ให้รู้ละ รู้...ไม่ยึด พุดง่าย ๆ ซะ รู้...ไม่ยึด มันก็เกี่ยวกับภพชาติ อย่าง แก้วใบนี้มันมีอยู่แต่ทำไมไม่ใช้ภพ ถ้าแก้วใบนี้มันแตกเราก็เกิดทุกข์ เกิดชาติ ไม่สบายใจ มันเป็นทุกข์อย่างนี้ เรียกว่าชาติ มันไปเกิดในภพ ภพนั้นคืออุปาทาน มันหมายถึงในแก้วใบนั้น ถ้าเราไม่มันหมายถึงในแก้วใบนั้น เมื่อมันแตกความทุกข์ก็ไม่มี ไม่มีก็คือชาติไม่เกิดที่นั่น อย่างนี้เป็นต้น คือมันหมดเหตุหมดปัจจัย เพราะว่าอะไร เพราะเรารู้แล้วว่าแก้วใบนี้แตก มันจะเป็นทุกข์เป็นเหตุให้ทุกข์เกิด แต่เรารู้สภาวะของแก้วใบนี้เป็นของไม่แน่นอนอยู่แล้ว เราชัดเจนแล้ว เราก็ดับเหตุอันนี้ ทุกข์มันก็เกิดขึ้นไม่ได้แบบนี้ เหตุผลมันก็มีอยู่เรื่อยๆ ไป แต่ความรู้แจ้งนี่ละ ลำคัญมาก เรื่องนี้

ขราวาสกับการปฏิบัติธรรม

ถ้าเรายังมีชีวิตเป็นขราวาสอยู่ และต้องผูกพันอยู่กับการงานซึ่งทำให้เราต้องบังเกิดความพัวพันกับการงาน การหวังผลประโยชน์แบบนี้ละคะ แต่ว่าใจของเราอยู่ว่าอันเหตุเหล่านี้เป็นเครื่องยึดเหนี่ยว แต่โดยหน้าที่แล้วจำเป็นต้องปฏิบัติต่อไป อย่างนี้เราควรจะทำอย่างไรดีคะ

เราจะต้องรู้จักภาษา คำพูดอันนี้ คำที่ว่า ‘ยึด’ นี้ ยึดเพื่อไม่ยึด ถ้าคนไม่ยึดแล้วก็พูดไม่รู้เรื่องกัน ไม่รู้จักทำการงานอะไรทั้งนั้น เหมือนกับมีสมมุติ มันก็มีวิมุตติ ถ้าไม่มีเรื่องทั้งหลายเหล่านี้ ก็ไม่มีอะไรที่จะทำกัน จึงให้รู้จัก ‘สมมุติ’ และ ‘วิมุตติ’ คำที่ว่า ‘ยึดมัน’ หรือ ‘ถือมัน’ นี่ละ เราถอนตัวออก อันนี้เป็นภาษาที่พูดกัน เป็นคำที่พูดกัน แต่ตัวอุปาทานคือสิ่งทั้งหลาย เช่น เรามีแก้วอยู่ใบหนึ่ง เราก็รู้อยู่แล้วว่าเราจำเป็นจะต้องใช้แก้วใบนี้อยู่ตลอดชีวิต ให้เรามาเรียนรู้เรื่องแก้วใบนี้ให้มันชัดเจนจนจบเรื่องของแก้ว จบยังงี้ ก็คือเห็นว่าแก้วใบนี้มันแตกแล้ว ถึงแก้วที่ไม่แตกเดี๋ยวนี้เราก็เห็นว่ามันแตกแล้ว เราก็ใช้แก้วใบนี้ไปใส่น้ำร้อนน้ำเย็น เมื่อแก้วใบนี้มันแตกเมื่อไร ทุกข์เกิดขึ้นไม่ได้ ทำไม เพราะว่าเราเห็นความแตกของแก้วใบนี้เป็นของแตกที่หลัง เราเห็นแตกก่อนแตกเสียแล้ว แก้วใบนี้มันก็แตกไปปัญหาอะไรก็ไม่เกิดขึ้นเลย ทั้งๆ เราใช้แก้วใบนี้อยู่อย่างนี้ เข้าใจอย่างนั้นมั๊ย



นี่มันเป็นอย่างนี้ มันหลบกันใกล้ๆ เลย ทุกอย่างที่เราใช้ของอยู่ที่ให้มีความรู้
 อย่างนี้ไว้ มันก็เป็นประโยชน์ เรามีไว้มันก็สบาย ที่มันจะหายไปมันก็ไม่เป็นทุกข์ คือ
 ไม่ลืมตัวของเรา เพราะรู้เท่าสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ นี่เรียกว่า ความรู้ที่มันเกิดขึ้นในที่นี้
 มันคุมสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ที่อยู่ในกำมือของมัน เราก็ทำไปอย่างนี้แหละ ถ้าว่าความดีใจ
 หรือเสียใจมากกระทบอยู่เป็นธรรมดาอย่างนี้ เราก็รู้อารมณ์ว่าความดีใจมันไปถึง
 แค่นั้น มันก็ไปถึงเรื่องอนิจจังเท่านั้นแหละ เรื่องไม่แน่นอน ถ้าเราเห็นเรื่องไม่
 แน่แน่นอนนี้ เรื่องสุขเรื่องทุกข์นี่มันก็เป็นเพียงเศษเป็นกากอันหนึ่งเท่านั้น ในความ
 รู้สึกนึกคิดของเรา เป็นธรรมดาของมันเสียแล้ว เมื่อความทุกข์เกิดขึ้นมา มันก็รู้จัก
 ว่ามันก็เป็นอย่างนั้นเอง เมื่อทุกข์เกิดขึ้นมาหรือสุขเกิดขึ้นมา มันก็อย่างนั้นเอง
 ความที่ว่า ‘อย่างนั้นเอง’ มันกันตัวอยู่อย่างนี้ ไม่ใช่คนไม่รู้ละ ไม่ใช่คนเพลินนะ
 เพราะเรามีสติรอบคอบอยู่เสมอในการทำงานทุกประเภททุกอย่าง บางแห่งเคยเข้าใจว่า
 ฉันเป็นฆราวาสอยู่ ฉันได้ทำงานอยู่ประกอบกิจการงานเป็นพ่อบ้านแม่บ้านอยู่อย่างนี้
 ฉันไม่มีโอกาสที่จะปฏิบัติอย่างนี้เป็นต้น อันนี้เป็นคำที่เข้าใจผิดของบุคคลที่ยัง
 ไม่รู้ชัดความเป็นจริงนั้น ถ้าหากว่าเราปฏิบัติหน้าที่การงานอยู่ มีสติอยู่ มีสัมปชัญญะ
 อยู่ มีความรู้ตัวอยู่อย่างนี้ การงานมันยิ่งจะเลิศยิ่งจะประเสริฐ ทำการงานจะไม่
 ชัดข้อง จะมีความสงบ มีความเจริญงอกงามในการงานนั้นดีขึ้น

เพราะว่าการปฏิบัตินี้ อาตมาเคยเทียบให้ฟังว่าเหมือนกับลมหายใจ ที่นี้เรา
 ทำงานทุกแขนงอยู่ เราเคยบ่นไหมว่าเราไม่ได้หายใจ มันจะยุ่งยากสักเท่าไร ก็ต้อง
 พยายามหายใจอยู่เสมอ เพราะมันเป็นของจำเป็นอยู่อย่างนี้ การประพฤติปฏิบัตินี้ก็
 เหมือนกัน เมื่อเรามีโอกาสหายใจอยู่ในเวลาที่เรากำลังทำงาน เราก็มีโอกาสที่จะประพฤติ
 ปฏิบัตินั้นอยู่ทั้งนั้น ในชีวิตฆราวาสของเรา ก็เพราะว่าการประพฤติปฏิบัตินั้นคือ
 ความรู้สึกในใจของเรา ความรู้ในใจของเราไม่ต้องไปแยกที่ไหน ทำอยู่เดี๋ยวนี้ก็รู้
 เดียวนี้ ไม่ใช่ไปทำอย่างอื่น มันก็เหมือนกัน ฉะนั้น ลมหายใจกับชีวิตกับคุณค่า
 การปฏิบัติมันเท่ากัน ถ้าเราไปคิดว่าเราทำงานอยู่เราไม่ได้ปฏิบัติก็เรียกว่าเราขาดไป
 ก็เพราะว่าการปฏิบัตินั้นอยู่ที่จิต ไม่ใช่อยู่ที่การงาน ไม่ใช่อยู่ที่อื่น เราลองทำความเข้าใจ
 รู้สึกเข้าใจแล้ว เป็นต้น มันก็มีไปทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางจิตหมด
 เป็นฆราวาสอยู่ก็ได้ แต่ว่าทำปัญญาให้รู้เรื่องของมัน รู้เหตุทุกข์จะเกิด

ดูเหมือนว่าในครั้งพุทธกาลนั้น ฆราวาสที่ประพฤติธรรมก็ไม่ใช่บ่อย เยอะ เหมือนกันนะ อย่างนางวิสาขาประวัติของท่านนะเป็นโสดาบันบุคคล มีครอบครัว อยู่ นะ นี่เป็นต้น มันคนละตอนกันอย่างนี้ อันนี้ก็ไม่ต้องสงสัย แต่ว่ากิจการงาน ของเรานั้นต้องเป็นสัมมาอาชีพะ นางวิสาขานั้นอยู่ในบ้าน ก็ไม่เหมือนเพื่อน ความ รู้สึกนึกคิดไม่เหมือนเพื่อน มันเป็นสัมมาอาชีพะมีความเห็นที่ถูกต้องอยู่ การงานมัน ก็ถูกต้องเท่านั้น

ถ้าจะเอาแต่พระจะได้หรือ พระมีอยู่กึ่งองค์ในเมืองไทยนี้ ถ้าโยมไม่เห็นบุญ ไม่เห็นกุศลเห็นเหตุปัจจัยแล้ว มันก็ไปไม่ได้ ฉะนั้น การประพฤติปฏิบัติของพระ และฆราวาสนั้นมันจึงรวมกันได้ แต่ว่ามันยากสักนิดหนึ่งกับบุคคลที่ยังไม่เข้าใจ เป็น ฆราวาสก็คือมันไม่เป็นทางที่จะปฏิบัติโดยตรง แต่ว่าพระออกบวชมาแล้วนะ มุ่ง โดยตรงไม่มีอะไรมาขัดข้องหลายอย่าง แต่ถ้าปัญญาไม่มีแล้ว ก็เท่ากันนะแหละ ถึงไปอยู่ในที่สงบมันก็ทำตัวเราให้สงบไม่ได้ ถึงอยู่ในที่คนหมู่มาก หากว่ามันไม่สงบ ผู้มีปัญญาก็ทำความสงบได้ มันเป็นอย่างนี้

ถ้าอย่างนั้นตลอดชีวิต เราปฏิบัติตัวอย่างที่หลวงพ่อกำลังให้ธรรมะ มีสติอยู่ตลอด ไป ว่าของทุกอย่างมันเกิดได้และดับได้ เตรียมใจไว้ เมื่อถึงเวลาที่ชีวิตเราลิ้นสุดลง เราจะสามารถที่จะผ่อนคลายสภาวะใหม่ที่จะเกิดขึ้น ไซ้ไหมคะ

ไซ้ ยังงั้น การปฏิบัติทั้งหลายเหล่านี้ มันเป็นเรื่องบรรเทาภิเลส บรรเทา ความหลงทั้งนั้น คือ บรรเทาให้มันน้อยลง มันน้อยลงก็เรียกว่ามันไม่มาก ผลที่ว่า ภิเลสทั้งหลายมันน้อยลง มันก็จะปรากฏแก่เราอยู่เสมอ อันนี้เป็นนิบา

ในบางขณะที่จิตของเราบังเกิดมัวหมองขึ้น แต่เราก็รู้ตัวของเราเอง เช่น บางครั้งเราเกิดโทสะ โมหะ และโลภะขึ้น เราก็รู้ว่ามันเป็นของที่น่ารังเกียจ แต่มัน บังเกิดขึ้นโดยที่เราห้ามไม่ได้ ทั้งๆ ที่เรารู้ อย่างนี้จะเรียกว่าเป็นเครื่องมือให้เรา ยึดเหนี่ยวมากขึ้น หรือดึงกลับไปอยู่ที่เดิมมากขึ้น

นั่นแหละ ต้องรู้มันไว้ตรงนั้นแหละ คือ ข้อปฏิบัติละ

คือทั้งๆ ที่รู้แล้ว และก็รังเกียจด้วยค่ะ แต่ไม่สามารถจะหักห้าม มันพลุ่งออกมาเสียแล้ว

อันนั้นมันเหลือวิสัยของมันแล้ว ตรงนั้นต้องปรับพิจารณาอีกต่อไป ออไปทิ้งมันตรงนั้น เมื่อเป็นเช่นนั้นบางคนก็เสียใจ ไม่สบายใจ เมื่อเห็นขึ้นมาเช่นนั้น ก็เรียกว่า อันนี้มันก็ไม่แน่ เพราะว่าเราเห็นความผิดมันอยู่ แต่เรายังไม่พร้อม คือมันเป็นเองของมัน คือกรรมที่มันเหลือเศษอยู่มันปรุงแต่งขึ้นมา เราไม่ยอมให้มันเป็นอย่างนั้น มันก็เป็นอย่างนั้น อันนี้เรียกว่า ความรู้เรายังไม่พอ ไม่ทัน จะต้องทำสตินี้ให้มาก ให้รู้ยิ่งขึ้น มันจะเศร้าหมองก็ช่างมัน เมื่อมันเกิดขึ้นมาเราก็พิจารณาว่าอันนี้ก็ เป็นของไม่เที่ยงไม่แน่นอน พิจารณาอยู่ทุกขณะที่มันเกิดขึ้น นานๆ ไป เราก็เห็นของไม่เที่ยงในอารมณ์ทั้งหลายเหล่านั้น อันนี้มันจะค่อยๆ หมตราคาเรื่อยไปเพราะมันเป็นอย่างนั้น ความยึดมั่นถือมั่นในความเศร้าหมองอันนั้นมันก็น้อยลงๆ ทุกข์เกิดขึ้นมาก็ปรับปรุงได้อีก แต่อย่าทิ้ง ต้องให้ติดต่อกัน พยายามให้รู้เท่าทันมัน ก็เรียกว่า ‘มรรค’ ของเรามันยังมีกำลังไม่พอ มันสู้กิเลสไม่ได้ เมื่อทุกข์ขึ้นมาก็ขุ่นมัว ความรู้เรื่องขุ่นมัว เราก็พิจารณาอยู่อย่างนี้

ฉะนั้น เราก็จับเอาอันนั้นมาพิจารณาอีกต่อไปว่า เรื่องทุกข์เรื่องไม่สบายใจ นี้มันก็ไม่แน่หรอกนะ มันเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตาทั้งสิ้น เราจับจุดนี้ไว้ เมื่อหากว่าอาการเหล่านี้เกิดขึ้นมาอีก ที่เรารู้มันเดี๋ยวนี้ก็เพราะเราได้ผ่านมันมาแล้ว กำลังอันนี้เราจะค่อยๆ เห็นทีละน้อยๆ เข้าไป ต่อไปเรื่องอารมณ์ที่มันเกิดขึ้นมาก็หมตราคาเหมือนกัน จิตเรารู้ก็วาง ที่เรารู้มันวางได้ง่ายๆ ก็เรียกว่า ‘มรรค’ มันกล้าขึ้นมาแล้ว มันจึงข่มกิเลสได้เร็วมากที่สุด

ต่อไปก็ตรงนี้มันเกิดขึ้น ตรงนี้ก็ดับ เหมือนกันกับน้ำทะเลที่กระทบฝั่ง เมื่อขึ้นมาถึงแค่ฝั่งมันก็จะละลายเท่านั้น คลื่นใหม่มาอีกก็ต่อไปอีก มันจะเลยฝั่งไปไม่ได้ อันนี้มันจะละลายความรู้เราไปไม่ได้เหมือนกัน เรื่องอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา จะพบกันที่ตรงนั้น มันจะหายก็อยู่ที่ตรงนั้น เห็นว่าอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา คือฝั่งทะเล อารมณ์

ทั้งหลายผ่านเข้ามามันก็เป็นอย่างนั้น ความสุขมันก็ไม่แน่ มันเกิดมาหลายครั้งแล้ว ความทุกข์มันก็ไม่แน่ มันเกิดมาหลายทีแล้ว มันก็เป็นอย่างนั้นแหละ ในใจเรารู้ว่า เออ...มันก็อย่างนั้นแหละ มันก็เท่านั้นแหละ อย่างนี้มันจะมีอาการอยู่ในใจของเรา อันนั้นก็ค่อยๆ หมดราคาไปเรื่อยๆ มันจะเป็นอย่างนี้ อันนี้พูดเรื่องอาการจิต มันจะเป็นอย่างนั้น ทุกคนแม้พระพุทธรเจ้าและสาวกทั้งหลายก็ต้องเป็นอย่างนี้

ถ้ามรรคมันกล้าขึ้นมามันก็ไม่ต้องการอะไร มันเป็นอัตโนมติ เมื่อเกิดขึ้นมา มันก็รู้ทัน มันทำลายไปเลย อันนั้นเรียกว่ามรรคยังไม่กล้า และก็ข่มกิเลสยังไม่ได้ รวดเร็ว อย่างนี้มันต้องเป็น ใครก็ต้องเป็นกันทุกคน แต่ว่าเอาเหตุผลที่ตรงนั้นนะ อย่าได้ไปคว้าอย่างอื่นเลย อย่าไปแก้ตรงอื่น แก้ตรงนี้แหละ แก้ตรงที่มันเกิดและ มันดับ สุขเกิดแล้วมันดับไปมัย ทุกข์เกิดแล้วมันดับไปมัย มันก็เห็นเรื่องเกิด - ดับ ความดี - ความชั่วอยู่เสมอ อันนี้เป็นสภาวะที่เป็นอยู่อย่างนี้ของมันเอง อย่าไปยึดมั่นหมายมันมันเลย

ถ้าเรามีความรู้อันนี้มันก็เป็นอยู่อย่างนี้ แม้กระทบกันอยู่ แต่ไม่มีเสียง มันหมดเสียง เรียกว่าเรามาดูเห็นธรรมดาแล้วดับ เห็นมันเกิดแล้วมันก็ดับ เห็นความเกิดดับในเรื่องอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เรื่องธรรมะมันจะเป็นของมันอยู่อย่างนี้ เมื่อเราเห็นของเราแค่นี้มันก็อยู่นั้น ความยึดมั่นถือมั่นมันก็ไม่มี อุปาทานทั้งหลายพอจะรู้สึกมันก็หายไป เกิดแล้วก็ดับไปเท่านั้น อันนี้มันก็สงบ ที่มันสงบ ไม่ใช่ไม่ได้ยินอะไรนะ ได้ยินอยู่ มันรู้เรื่องแต่ไม่ไปยึดมั่นถือมั่นในเรื่องเหล่านั้น เรียกว่ามันสงบ

เรื่องอารมณ์ทั้งหลายก็มีอยู่ในใจเรานี้แหละ แต่ว่ามันไม่ตามอารมณ์นั้น เรื่องจิตก็เป็นอย่างหนึ่ง เรื่องอารมณ์มันเป็นอย่างหนึ่ง เรื่องกิเลสที่มันก็เป็นอย่างหนึ่ง เมื่ออารมณ์มากระทบเราไปชอบมัน มันก็เกิดกิเลสขึ้นมา ถ้าหากเราเห็นความเกิดดับของมันอยู่อย่างนี้ ก็ไม่มีอะไรจะเกิดขึ้นมาแล้ว มันหมดแค่นั้น



ในการพิจารณาธรรมเบื้องต้น จะต้องฝึกสมาธิให้ได้เสียก่อน ไซ้ไหมคะ

อันนี้เราจะพูดอย่างนั้นก็ถูกไปแง่หนึ่ง ถ้าพูดถึงด้านปฏิบัติจริงๆ แล้ว ปัญญา มันมาก่อนนะ แต่ตามแบบต้องคิด ต้องสมาธิ ต้องปัญญา ถ้านักปฏิบัติธรรมะจริงๆ แล้วปัญญามาก่อน ถ้าปัญญามาก่อน รู้จักผิด รู้จักถูก รู้จักความสงบ รู้จักความ วุ่นวาย แต่พูดตามหลักปริยัติแล้วก็ต้องเรียกว่าการสังวรสำรวมนี้ ให้เกิดความละอาย ให้เกิดความกลัวความผิดทั้งหลายที่จะเกิดขึ้นมา เมื่อกลัวความผิด ไม่ทำความผิด แล้วความผิดก็ไม่มี เมื่อความผิดไม่มีก็เกิดความสงบขึ้นมาในที่นั้น ความสงบอันนั้น เป็นสมาธิไปพลางๆ เป็นฐาน

เมื่อจิตสงบขึ้นมาแล้ว ความรู้ทั้งหลายที่มันเกิดมาจากความสงบนั้นแหละ ท่านเรียกว่า ‘วิปัสสนา’ ความรู้เท่าตามความเป็นจริงอย่างนี้มันมีอาการอยู่ในนี้ ถ้าหากพูดให้มันลงอันเดียวกันซะ มันจะเป็นศีล เป็นสมาธิ เป็นปัญญา ถ้าพูดให้มัน รวมก็ว่า ธรรม ๓ อย่างนี้เป็นก้อนเดียวกันไม่แยกกัน แต่ว่าพูดถึงลักษณะของมัน มันเป็นศีล เป็นสมาธิ เป็นปัญญาอย่างนี้ถูกแล้ว แต่ว่าคนเราถ้ามีการกระทำผิดอยู่ จิตใจสงบไม่ได้ ถ้าหากว่าดูไปแน่นอนแล้ว มันจะไปพร้อมๆ กัน จะว่าจิตสงบอย่างนี้ มันก็ถูก การทำสมาธิถ้าพูดตามเรื่อง มันก็การรักษาศีล รักษากาย วาจา ไม่ให้มี ความเดือดร้อน ไม่ให้มีความผิดเกิดขึ้นมาในวงนี้ อันนี้เป็นฐานของความสงบ แต่ มันเกิดขึ้นตรงนั้น เมื่อฐานความสงบมีอยู่ก็จะเป็นฐานรองรับให้ปัญญาคือความรู้ให้ เกิดในที่นั้น

ถ้าหากว่าสอนไปตามแบบของท่านแล้ว ก็เรียกว่าศีล ศีลนี้แหละสำคัญมาก อาทิกัลยาณัง มัชฌะกัลยาณัง ปรีโยสถานกัลยาณัง ให้งามในเบื้องต้น งามในท่ามกลาง งามในที่สุด มันเป็นอย่างนี้

เฝ้าดูจิต

วันนั้นไปหาหลวงพ่อกับที่เขื่อน (วัดเขื่อนสิรินธร สาขาวัดป่าพงที่ ๘) พอวันรุ่งขึ้น คุณนำเอาหนังสือโอวาทของหลวงพ่อไปให้ที่บ้าน ตอนเช้านั่งทำงานอยู่ในร้านก็หยิบขึ้นมาอ่าน มีคำถามของพระที่ถามหลวงพ่อปัญหาต่างๆ หลวงพ่อบอกว่าข้อสำคัญให้จิตเฝ้าดูอยู่ว่า อะไรจะเกิด อะไรต่างๆ เฝ้าดูอยู่เฉยๆ ให้รู้ไว้ ตอนบ่ายได้ไปเรียนสมาธิ ก็ปรากฏว่ามีอาการว่านั่งแล้วรู้สึกตัวมันหายไปเฉยๆ มือมันก็ไม่รู้สึก ขาก็ไม่รู้สึก รู้สึกว่ามันไม่มีตัว แต่รู้ว่าเรายังมีตัวอยู่ แต่มันไม่รู้สึกค่ะ ตอนเย็นได้มีโอกาสไปกราบนมัสการท่านอาจารย์เทศก์ (หลวงปู่เทศก์) และเล่าอาการให้ท่านฟัง ท่านบอกว่าทำต่อไป อันนั้นเรียกว่าจิตรวมค่ะ แต่ก็ยังเป็นอยู่หนหนึ่งหนหลังๆ บางครั้งก็เหมือนกับว่าเราไม่รู้สึกมือของเรา แต่ก็ยังรู้สึกส่วนอื่นๆ บางทีมานั่งนึกว่า ถ้าเรามาอยู่อย่างนี้ ให้จิตปล่อยวางเฉยๆ ถูกหรือ หรือเรามาตั้งครุ่นคิดถึงปัญหาธรรมะที่เรากำลังข้องใจอยู่ อะไรคือที่ถูก

อันนั้นไม่ต้องไปซ้ำเติมมันนะ ที่ท่านอาจารย์เทศก์บอกนะ อย่าไปซ้ำเติมมัน ความรู้คือความสงบนั้น ให้ดูความสงบนั้นอยู่ แต่ความรู้สึกของเรามันจะรู้สึกไม่มีตัว ไม่มีตนอะไร ก็ช่างมันเถอะ อันนี้ให้มันอยู่ในนี้ (ใน) ความรู้สึก นี้เรียกว่า ความสงบที่จิตมันรวม เมื่อมันรวมอยู่นานๆ ครั้งหรือสองครั้งนั้นนะ แล้วมันจะมีอาการเปลี่ยนแปลงคือ เรียกว่ามันถอนออกมา มันเป็นอัปนาสมาธิ แล้วมันจะถอนออกมาคือไม่ใช่ถอน จะพูดถอนก็ถูก เรียกว่ามันพลิกก็ได้ มันเปลี่ยนแปลงก็ได้ แต่ในลักษณะครูบาอาจารย์ท่านสอน ก็ว่าเมื่อสงบแล้ว มันจะถอนออกมา ถ้าหากพูดภาษาไม่ถูกกันนี้ มันก็ยากเหมือนกันนะ เอ...จะไปถอนมันยังงั้นอ้อ มันก็ไปมวงายในภาษานี้อีก แต่ว่าให้เข้าใจว่าให้ดูอาการนั้นอยู่ด้วยสติสัมปชัญญะ ลักษณะที่จิตที่มันไม่แน่นี่มันก็พลิกออกมา มันเป็นอุปจาระ ถอนออกมา ถ้ามันถอนออกมาอยู่ตรงนี้ตรงนั้นมันไม่รู้เรื่อง ถอนมาตรงนี้มันจะรู้เรื่อง ถ้ามันรู้เรื่อง ตรงนี้มันก็คล้ายๆ สังขารหรือจะเหมือนกับเป็นคนสองคนปริกษาสนทนากัน

อันนี้คนไม่เข้าใจก็เสียใจว่าจิตเราไม่สงบ แต่ความเป็นจริงแล้ว มันจะสนทนาปราศรัยกันอยู่ในความสงบระงับอันนั้น อันนี้เป็นลักษณะที่มันถอนออกมาแล้ว เป็นอุปการะรู้เรื่องอะไรต่างๆ เมื่อระบบนี้อยู่สักพักหนึ่งมันจะเข้าของมันไป คือมันจะพลิกกลับเข้าไปในสถานที่เดิม สงบอย่างเก่า หรือมันจะมีกำลังที่ใสสะอาดสงบยิ่งกว่าเก่าก็มี ถึงกำลังอันนั้นเราก็กำหนดดูไว้เท่านั้น ถึงเวลามันจะถอนออกมาอีก ถอนออกมาแล้วมันจะมีปัญหาอะไรเกิดขึ้นมา ตรงนี้รู้เรื่องต่างๆ ตรงนี้คือมาสอบถาม มาสอบสวนเรื่องคดีต่างๆ ให้รู้เรื่อง เมื่อจบเรื่องแล้วมันค่อยเข้าไปตรงนั้นอีก เข้าไปบ่มไว้ไม่มีอะไร มีความรู้อย่างเดียวเท่านั้นแหละ ให้เรามีสติเต็มทีไว้ เมื่อถึงเวลามันก็จะออกมาอีก

มันจะมีอาการออกหรือเข้าอย่างนี้ อยู่ในจิตของเราที่นี่นะ แต่เราพูดยากอันนี้ อันนี้ไม่เสียหาย นานๆ ไปตรงที่มันมาปรึกษาข้างนอกนะ มันจะเป็นสังขารปรุงแต่ง ถ้าคนไม่รู้จักอันนี้เป็นสังขาร ก็นึกว่ามันเป็นปัญญา นึกว่ามันเกิด ถ้าเราเห็นว่าการปรุงแต่งนั้นนะ ให้เห็นความสำคัญของความปรุงแต่งนี้ว่า อันนี้ก็ของไม่เที่ยงนี้บังคับไว้เสมอ อย่าไปปล่อยใจมันว่ามันปรุงไปอย่างไรก็เชื่อไปอย่างนั้น อันนั้นมันเป็นสังขารนี้ มันไม่เกิดปัญญา อารมณ์ที่จะให้เกิดปัญญานี้ มันจะปรุงไปที่ไหนเราก็ฟังมัน รู้มันเถอะ เอ้อ...อันนี้ก็ไม่ง่ายนะ อันนี้ก็ไม่ง่าย จึงเป็นเหตุที่จะให้จิตเราปล่อยตรงนี้ได้ เมื่อจิตปล่อยวางตรงนี้ จิตก็สงบเข้าไป ทำอย่างนี้เรื่อยๆ ไปเถอะ มันเข้าไปแล้วก็ถอนออกนี้ ปัญญาจะเกิดอยู่ตรงนี้ จะรู้เรื่องอยู่ตรงนี้

ต่อไปนั้นมันจะมีปัญหาหลายอย่าง ที่ซึ่งมันจะเกิดขึ้นมาในที่นั้น มันจะแก้ปัญหาวะไรต่างๆ ทุกอย่างในสกลโลกอันนี้ ปัญญามันจะตามตอบคำถาม จะนั่งที่ไหนคิดที่ไหนอะไรที่ไหน มันก็เป็นของมันอยู่อย่างนั้น อันนี้จะทำให้ปัญญาเกิดขึ้นมา ถ้ามันเกิดขึ้นมาอย่างนี้ ก็อย่าไปหลงมันว่าอันนี้มันเป็นสังขารนะ เมื่อหากว่าเราเอาอารมณ์ไปเข้ามันซะว่า อันนี้มันก็ไม่เที่ยง มันก็ไม่แน่นอน อย่าไปยึดมันถือมันมันเลย สภาวะอันนี้นะ ถ้าเราแทนเข้าไปจิตมันจะเข้มขึ้นมาอยู่ตรงกลาง อันนี้รู้เรื่องสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ จิตของเราจะเดินไปได้ถูกต้องตามทางภาวนาของเรา มันจะไม่หลง มันจะเป็นอย่างนี้

ถ้าสมมุติว่าจิตมันหนึ่งอย่างนี้แหละ แต่เรายังได้ยินอยู่ นี่จะเรียกว่าอะไรคะ

จิตมันก็เป็นจิต เสียงก็เป็นเสียง มันก็ได้ยินลิ

เรียกว่าสงบใช้มั๊ยคะ

สงบ สงบ ได้ยินแต่ไม่ฟัง

ลมมันละเอียดย

ใช่ มันก็ได้ยิน มันไม่ได้ยินก็เสียคนเท่านั้นแหละ มันก็ไม่ว่าอะไร มันที่
ความรู้แล้วจะเกิดอะไร

แต่ในใจมันหยุดละคะ แต่ว่าเสียงมันเข้าอยู่เรื่อยๆ

ก็ช่างมันเถอะ

แต่มันไม่ปนกันนะคะ

ใช่ แต่เราไม่ยึด

แต่ว่าพอมันหนึ่งแล้ว ก็ไม่เกิดปัญญาลิคะ มันเฉยๆ

เออ อย่าเพิ่งไปบังคับให้มันเกิดปัญญาเถอะ มันจะหลอเลี้ยงของมันเองหรอก

แต่มันก็หยุดละคะ ลมมันก็ละเอียดย มันหนึ่งเฉยๆ

เออ ช่างมันเถอะ หนึ่งเฉยๆ อย่างนี้ก่อน

และก็สงสัย

นี่แหละคนเรา มันเป็นอย่างนี้ ความหลงของคนนะ คือ คนอยากจะรู้ ที่
ครั้งแรกจิตเราไม่เคยสงบ ก็มาถามอาจารย์เรื่องจะให้มันสงบ จะทำยังไง อยากให้มัน
สงบนะ เราว่า เออ ทำๆ ไปเถอะ พยายามไปก็ยังไม่อยากจะให้มันสงบ ถ้ามันสงบ
แล้ว ก็หลงความสงบอีก ในเมื่อสงบแล้วจะทำอย่างไรอีกต่อไป มันก็ไปกันอย่างนั้น

บางที่มันหนึ่งๆ เหมือนกับลมหายใจมันก็ไม่ค่อยจะมี

ก็เรื่องมันเป็นอย่างนั้นนี่

อย่างนี้เรียกว่า สงบ ใช่มั้ยคะ

ใช่ เราทนเอา อันนี้เรื่องมันเป็นอย่างนั้น รู้ที่ฟังไม่ได้หรือ สงบตรงไหนก็ฟังไม่ได้ รู้ที่ถ้าฟังความรู้นี้ไม่มี ก็ปัญญาเกิดไม่ได้ หลงแล้ว ปฏิบัตินี่อย่าไปฟัง

อย่างนี้เรียกว่า หลง

หลงซี ถ้าไม่รู้อะไร มันหลงแล้ว มันต้องรู้ แต่ว่าบางอย่างนี่นะมันมีความรู้ในนี้ มันวางความรู้ข้างนอกก็มีนะ อย่างเสียงไม่ได้ยินเลยก็ได้ แต่มันรู้ตัว มันอยู่ในนี้ มันเก็บเข้ามาในนี้ นี่ก็อย่างหนึ่ง มันละเอียดอย่างนี้

อย่างนี้ ถ้าข้างในมันไม่หนึ่ง และข้างนอกมันก็ไม่หนึ่งอย่างนี้

ก็ข้างมัน อันนั้นมันแยกกัน เสียงเป็นเสียง จิตเป็นจิต อารมณ์เป็นอารมณ์ จิตเป็นจิต มันแยกออกคนละก่อนๆ ไม่เป็นอะไร

แล้วจะใช้อย่างไรคะ ถึงจะมีปัญญา

อ้าว อาตมาก็ยังบอกว่าดูตรงนั้นให้มันถนัด แล้วก็อย่าไปยึดมัน เออ อันนี้มันก็ไม่แน่นอน ไม่เที่ยง เรื่องอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา นี่เป็นบ่อเกิดให้ปัญญา

ถ้ามันหนึ่งเฉยๆ ก็ปล่อยมันหนึ่งไปอย่างนั้น

หนึ่ง ดูที่หนึ่งนั้นแหละ ราคามุหุระ

อยากจะรู้อะไร มันจะเป็นอย่างไรต่อไป

เออ มันจะเป็นไปเองมันหรือ ไม่ต้องไปทำให้มันเป็นหรือ แต่เรารู้อะไรของมัน มันจะเป็นยังไงให้เรารู้อะไรของมันอย่างนั้น เมื่อมันจะเป็นอะไรขึ้นมา เราอย่าไปยึดมันเข้ามา อันนี้เป็นของไม่แน่นอนเหมือนกัน อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ตามฆ่ากันไปหมดทุกครั้งทุกเวลา เท่านั้นมันก็เกิดปัญญาเท่านั้นแหละ นี่เรียกว่า

‘อารมณ์ของวิปัสสนา’ คือเรื่องอนิจจัง ทุกขัง อนัตตทานี้แหละ เราจะมีสติใจก็ดี มีความเสียใจก็ดี ทั้งสองอย่างก็เรื่องอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ความดีใจ มันก็ไม่แน่นอน ความเสียใจมันก็ไม่แน่นอน ก็กลับมาสู่สภาพอันเดียว ไม่หลงอย่างนี้

อย่างสมมุติว่าจิตมันนิ่งอย่างนี้ละคะ แล้วเราไปคิดเหมือนอย่างที่คุณเขาพูดกันนะคะว่าเป็นวิปัสสนิก ไม่ใช่วิปัสสนา

อย่าไปคิดมัน มันนึกเอาเอง หรือมันนึกเองมันมั่ง มันก็รู้จัก อย่างเรา ยกต้นไม้ยกถ้าวลัยนะ ต้นไม้มันเป็นยังงั้นหรือ หรือว่าได้ถ้วยใบนี้มันเป็นยังงั้นหรือ อันนี้เราคิดยกขึ้นมาเทียบ เรานั่งเฉยๆ มันมีความรู้สึก มันจะเกิดปฏิกิริยาขึ้นมาแหม...ตัวคนเรานี้มันเป็นยังงั้น เราไม่ต้องไปคิดมันนะ อันนี้มันเกิดมันเองนะ สิ่งที่มันเกิดเองกับสิ่งที่ไปปรุงให้มันเกิดนะมันต่างกัน ที่เราปล่อยให้มันเกิดเอง เราทำความรู้สึกอยู่เรื่อยๆ นะ มันจะเกิดขึ้นมาโดยที่ไม่ต้องนึกคิดปรุงแต่ง มันก็คล้ายๆ กับปรุงแต่ง อันนั้นมันแยกความรู้สึกเกิดขึ้นมาเฉยๆ

แล้วบางครั้งจิตมันรวมละคะ แต่มันชอบวูบ เหมือนอย่างกับสัปหงกคะ แต่ว่ามันรู้คะ มันมีสติคะ อย่างนี้เรียกว่าอะไรคะ

อันนั้น มันตกหลุมอากาศ (ผู้ถามหัวเราะชอบใจ) ขึ้นเครื่องบินมันเจออย่างนั้นแหละ

อย่างนี้เขาเรียกว่า ล่มหรือเปล่าคะ

ใช่...ขณะจิตของมันเข้าไปครึ่งหนึ่งมันออกมา มันตกหลุม

มันทำเหมือนกับว่าสัปหงกคะ แต่ว่าจิตมันรู้

ก็ข้างมันถออะ มันจะไปยังงั้น ให้เราจับรู้มันอยู่

เคยเป็นอย่างนี้สองสามครั้ง แต่ว่ารู้ตัว

ใช่...ไม่มีอะไร ความรู้ที่สำคัญ ให้มันรู้ไว้ตรงนี้

รู้ค่ะ...รู้ว่ามันเป็น

รู้ว่ามันเป็น อย่าไปเป็นกะมัน ต้องให้มันเป็นแต่มันคนเดียว

เวลาใกล้ๆ ที่มันจะสงบ ทำไม่ตัวเรามันคล้ายๆ เคลื่อนไหว ไข้หรือเปล่าคะ

ไข้...มันก็เปลี่ยน คล้ายๆ กับที่เราเดินไปที่ราบๆ แล้วมันไปตกร่องอย่างนี้แหละ
แล้วก็วูบ มันก็เปลี่ยน ถ้าไม่เปลี่ยนมันจะสงบหรือ

แต่พอดกวูบ มันก็รู้ตัว

รู้ตัวนั้นแหละ มันทัน บางคนก็กลัวเลยไปถึงที่นั่นแล้วมันพุบ เลยเข้าไม่ได้

มันเคยเป็นอย่างนี้ค่ะ ถามคนอื่นเขาบอกให้พิจารณา ดิฉันก็ไม่ว่าจะ
พิจารณาอย่างไร เพราะเราก็ไม่เคย มันรู้สึกปวดตามขาเนี่ยค่ะ ก็ดู คิดไป เอ๊ะ...ทำไม
ขาเรามันปวดมาก พอนึกๆ ไปคิดไปดูไปพักหนึ่ง มันไม่มีเนื้อค่ะ มันมีแต่กระดูก
แล้วก็มาดูที่แขนก็ไม่มีเนื้อ ดูที่หนังก็ไม่มีเนื้อ เอ๊ะ...ทำไมมีแต่กระดูกไปหมดก็ไม่รู้
เลยรู้สึกว๊ว เอ๊ะ แปลกใจค่ะ ก็เลยลืมหืมตาขึ้นมา รู้สึกว่าเนื้อไม่มี มีแต่กระดูก อย่างนี้
เรียกว่าอะไรคะ

อันนี้มันความสงบที่เกิดขึ้นมา อาการมันเกิดขึ้นมากับจิต มันก็ต้องเป็นไป
ในรูปนี้แหละ อาตมาจะบอกให้ทราบว่าการทำสมาธินี้ไม่ว่ามันจะเป็นเท่านี้ มันจะ
เป็นไปทุกอย่าง ทุกอย่างที่มันจะเป็นไปได้ ตาก็เห็น หูก็ได้ยินได้ จมูกก็ดมกลิ่นได้
ทางกายถูกต้องสัมผัสได้หมดทุกอย่าง แต่อย่าไปสงสัยเลยอันนี้ ถ้ามันสัมผัสถูกต้อง
เท่านั้น ก็ว่า อ้อ...อันนี้มันก็ไม่แน่เหมือนกัน เมื่อเห็นกระดูก อ้อ...อันนี้ก็ไม่น่า
เหมือนกัน มันสงบนี้ก็ไม่แน่เหมือนกัน อย่าไปคิดมัน มันวุ่นวายก็อย่าไปแนมัน
เป็นอย่างนี้ เรารู้เรื่องทุกอย่างทุกอย่าง ถ้ารู้เรื่องทุกอย่างทุกอย่าง อันนี้มันก็จะมารายงาน
เราเสมอ เราก็เฉยเสีย เรารู้เรื่องมันแล้วอันนี้ ถ้าเราสงสัยสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ มันก็
ไม่เป็นอันอยู่อันกินหรือก เดียวก็วิ่งไปตามไอ้โน่นบ้างไอ้นี่บ้าง เรา รู้จักว่าคนๆ นี้ คือ
คนโกหก เราจับมันได้ เรื่องอารมณ์มันเป็นอยู่อย่างนี้ มันไม่แน่นอน อย่าไปวิ่งกับ
มันเลย รู้มันเฉยๆ อยู่ที่นี่แหละ ถ้ารู้เช่นนี้ มันจะมีปัญหาอื่นเกิดขึ้นมาอีก ให้มันรู้

สิ่งทั้งหลายเหล่านี้ไว้ ไม่ได้สงสัย รู้ที่ไม่ได้สงสัยสิ่งที่มันเกิดขึ้นมานี้ อันนี้มันถึงจะสบายใจ ถ้าเราไปตามรู้มันสิ่งที่เราสงสัยนี้ มันไม่สบายใจละ และมันยิ่งจะเกิดมากกว่านี้ขึ้นไปอีก ฉะนั้น ท่านจึงว่าอย่าไปยึดมันถือมันเลย

ถ้าจิตรวมเฉยๆ ก็เรียกว่า ได้แน่สมาธิ

มันไม่เฉยอย่างเดียวหรอก มันจะต้องมีอะไรเกิดขึ้นมาให้พิจารณาให้รู้เรื่อง มัน มันจะมีอะไรเกิดขึ้นมาตรงนั้นแหละ สมาธิที่ทำให้ปัญญาเกิดมันจะอยู่เฉยๆ ใต้หรือ ถ้าเราทำมันพอที่ว่ามันเกิดขึ้นมา ก็ให้รู้ว่าอันนี้มันไม่แน่นอน อันนี้มันก็ไม่เที่ยง อันนี้มันก็ไม่จริง อย่างนี้เรื่อยไปเถอะ แล้วปัญญามันจะไม่มารายงานเราหรือต่อไปมันก็อันเก่าๆแหละ คนเก่าๆ นั้นแหละ มันก็คล้ายๆ คนเข้าไปในบ้านที่มันมีหน้าต่างอยู่ ๖ ช่อง แล้วก็มีคนๆ เดียวเข้าไปอยู่ในนั้น เราไปดูหน้าต่างก็มีคนโผล่ออกไป มันก็คือคนๆ เดียวกันนั้นแหละ ไม่ใช่คน ๖ คน คนๆ เดียวกันไปโผล่ทั่วถึงกันหมดทั้ง ๖ ช่อง เราอย่าไปเข้าใจว่ามันจะเป็นคน ๖ คน มันคือคนๆ เดียว คนๆ เดียวก็เรียกว่า อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เป็นของไม่แน่นอนทั้งนั้น นี่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนา จะตัดความสงสัยเหล่านี้ออกไปได้ ถ้าเราวิ่งตามนิมิตทั้งหลายเหล่านี้ มันก็วุ่นวายนะ

ถ้าเราทำสมาธิภาวนาต้องกำหนด พุท-เข้า โธ-ออก อะไรไหมคะ

เออ... อันนี้แล้วแต่สะดวกเรา อย่างนั้นก็ได้อ้อ แต่ว่า พุท-เข้า โธ-ออก นี้ เมื่อทำไปนานๆ จิตมันละเอียดแล้ว มันจะรำคาญนะ คำที่ว่า พุท หรือ โธ ก็เพื่อให้เรารู้จักเท่านั้นแหละ ให้รู้จักลมออกลมเข้าเท่านั้น ถ้าหากว่าเรารู้จักมันชัดเจนแล้ว มันจะออก จะพุท จะโธ มันก็มีความรู้สึกอยู่อย่างนั้น มันเป็นอันเดียวกันเท่านั้นแหละ บางคนก็ว่าพุทโธ ัมโม ไหมหนอ ถ้าว่าไปแล้วมันก็ไม่อยากจะทำเพราะจิตมันละเอียดแล้ว มันได้ทำงานอย่างละเอียดแล้ว มันจะมาทำงานอย่างหยาบ มันก็ไม่ทำ ขอให้รู้แต่ว่าเรารู้เช่นนี้มันถูกต้องไหม เมื่อมันถูกต้องของมันก็พอแล้ว พุทโธคือรู้ทั่วถึง อันนี้มันเป็นคำบริกรรมที่ช่วยให้จิตเราสงบเท่านั้น ไม่มีอะไรมาก.



ภิกษุทั้งหลาย นั่นคือผู้รู้ว่าอะไรเป็นอะไร
เมื่อรู้อย่างแจ่มแจ้งเสียแล้ว
อักษร “พ” (ความรู้จักพอ) ก็โผล่ขึ้นมาเท่านั้น
เมื่ออักษร “พ” ได้โผล่ขึ้นมาแล้ว
ความที่ถูกต้องทั้งหลายก็เกิดขึ้น
โดยอาการที่ไม่มีก่อนไม่มีหลัง
ธรรมที่ปรากฏอยู่ที่จิตก็เด่นอยู่
ทั้งกลางวันและกลางคืน

๔๗ | บันทึกเรื่องการเดินทาง ไปต่างประเทศ

จินตนาการที่เกิดขึ้นใหม่ในการเดินทางจากเมืองไทยสู่กรุงลอนดอน
ความรู้สึกนึกคิดของมนุษย์ทั้งหลายก็เหมือนกับแสงของพระจันทร์
พระอาทิตย์ เมื่อถูกเมฆหมอกเข้าครอบงำก็เป็นอย่างหนึ่ง เมื่อปราศจาก
เมฆหมอกก็เป็นอย่างหนึ่ง เป็นเหตุให้คิดต่อไปว่าการเรียนธรรม การรู้ธรรม
การเห็นธรรม การปฏิบัติธรรม การเป็นธรรม เหล่านี้ล้วนเป็นคนละส่วน

บันทึกในระหว่างการจาริกไปเผยแผ่พุทธธรรม ณ กรุงลอนดอน ประเทศอังกฤษ เมื่อวันที่
๕ พฤษภาคม - ๑๕ กรกฎาคม พ.ศ.๒๕๒๐ ขณะหลวงพ่มีอายุครบ ๕๙ ในวันที่
๑๗ มิถุนายน ๒๕๒๐ เป็นพรรษาที่ ๓๘ ของการอุปสมบท ข้อความทั้งหมดถอดออกมา
จากสมุดบันทึกของหลวงพ่ ที่ท่านบันทึกไว้ด้วยลายมือของท่านเองทั้งหมด



ไม่ใช่สิ่งเดียวกัน และทำให้จินตนาการต่อไปอีกถึงคำสอนของพระพุทธเจ้าว่า เมื่อเรายังไม่รู้ประเพณี คำพูด การกระทำของเขาทุกอย่าง เราไม่ควรถือตัวในที่นั้น และคิดต่อไปอีกขณะเมื่ออยู่บนกลีบเมฆนั้นว่า ชาติ ตระกูล ความรู้ คุณธรรมเป็นอย่างไรก็เป็นที่แปลกมาก เพราะเรื่องนี้ดูเหมือนเราได้ประสบมาก่อนแล้วตอนที่เราได้ถวายชีวิตในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ว่าเราได้มาเมืองนอกนี้ นี่คือเมืองนอกใน (วัฏฏะ) ไม่ใช่เมืองนอกนอก การเห็นเมืองนอกใน พระพุทธเจ้าไม่สรรเสริญ พระพุทธเจ้าได้สรรเสริญคนผู้เห็นเมืองนอกนอก ความคิดของเรามันคิดบวกคิดลบกันอย่างนี้เรื่อยไปจนถึงกรุงลอนดอน และก็ได้รับกาย วาจา ใจ ให้เข้ากับเขาได้เป็นอย่างดี ไม่มีอะไร สิ่งที่แปลกนั้น ก็คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ส่วนใจนั้นปกติอยู่ตามเดิม เพราะได้เตรียมมานานแล้ว ต่างแต่ไม่แปลก แปลกแต่ไม่ต่าง คิดต่อไปว่า ประชาชนในยุโรปนี้เขาได้ถึงจุดอิมของวัตถุทั้งหลายแล้ว แต่ยังไม่รู้จักพอเพราะขาดจากธรรมะ เปรียบได้ว่าเหมือนผลไม้พันธุ์ดีเกิดอยู่ในสวนที่มีดินดี แต่ขาดคนดูแลรักษา จึงทำให้ผลไม้ทั้งหลายเหล่านั้นไร้คุณค่าเท่าที่ควรจะได้ เหมือนมนุษย์ไร้คุณค่าจากการเกิดมาเป็นมนุษย์ฉะนั้น

บันทึกในหน้าที่ของวันที่ ๖ พฤษภาคม ๒๕๒๐

บินต่อถึงเมืองการาจี้ ประเทศปากีสถาน บินผ่านอิตาลีถึงกรุงลอนดอน นายจอร์จ ชาร์ป และนางพรีดา วินท์ ได้เอารถมารับที่ท่าอากาศยานฮีธโรว์

เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในการเดินทางในวันที่ ๖ ในขณะที่บินอยู่เครื่องบินได้เกิดอุบัติเหตุยางระเบิด ๑ เส้นบนอากาศ พนักงานการบินจึงได้ประกาศให้ผู้โดยสารเตรียมตัวรัดเข็มขัด มีพนักปลอมก็ต้องถอดออก แม้กระทั่งแว่นตาหรือรองเท้า เครื่องบริหารทุกอย่างต้องเตรียมพร้อมหมด ผู้โดยสารทุกคนเมื่อเก็บบริหารทุกอย่างเสร็จแล้ว ต่างคนต่างก็เงียบ คงคิดว่าจะเป็นวาระสุดท้ายของพวกเขาทุกคนเสียแล้ว ขณะนั้นเราก็ให้คิดว่าเป็นครั้งแรกที่เราได้เดินทางมาเมืองนอก เพื่อสร้างประโยชน์แก่

พระศาสนา จะเป็นผู้มีบุญอย่างนี้เที่ยวหรือ เมื่อระลึกได้เช่นนี้แล้ว ก็ตั้งสัตย์อธิษฐาน มอบชีวิตให้พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ แล้วก็กำหนดจิตรวมลงในสถานที่ควร อันหนึ่ง แล้วก็ได้รับความสงบเยือกเย็นดูคล้ายกับไม่มีอะไรเกิดขึ้น พักในที่ตรงนั้น จนกระทั่งเครื่องบินได้ลดระดับลงมาถึงแผ่นดินด้วยความปลอดภัย ฝ่ายคนโดยสาร ก็ปรบมือกันด้วยความดีใจ คงคิดว่าเราปลอดภัยแล้ว สิ่งที่แปลกก็คือ ขณะเมื่อ เครื่องบินเกิดอุบัติเหตุ ต่างคนก็ร้องเรียกว่า หลวงพ่อช่วยปกป้องคุ้มครองพวกเรา ทุกคนด้วย แต่เมื่อพ้นอันตรายแล้ว เดินลงจากเครื่องบิน เห็นประณมมือไหว้พระ เพียงคนเดียวเท่านั้น นอกนั้นไหว้แอร์โฮสเตสทั้งหมดในที่นั้น นี่เป็นสิ่งที่แปลก

วันที่ ๗ พฤษภาคม ๒๕๒๐

พระสุเมโธ พระเชมธัมโม และนายตง และพระญี่ปุ่นได้นำเที่ยวที่สำคัญของ กรุงลอนดอนแห่งหนึ่ง ที่นั่นเขาเรียกว่าแฮมสเททฮีท (Hamstead Heath) เป็น เนินสูงมีสนามหญ้าสวยที่สุด มีต้นไม้ที่หาดูในเมืองไทยไม่ได้ เขาเล่าให้ฟังว่า เป็น บ้านของเศรษฐีเก่า และเป็นภูเขาเรียกว่า พริมโรสฮิล ภูเขานี้เป็นชื่อของดอกไม้ ชนิดหนึ่งสวยมาก ได้เที่ยวในตอนบ่ายวันนี้เอง

ตอนกลางคืนประมาณ ๒ ทุ่ม มีประชาชนมาฟังธรรมประมาณ ๔ คน ซึ่งเป็นศิษย์ที่เคยมานมัสการที่วัดป่าพงแล้วก็มี และได้แสดงธรรมที่ไพเราะในเบื้องต้น ในท่ามกลาง และที่สุดให้ฟัง ณ ที่วัดธรรมประทีป ได้ตอบปัญหาเกี่ยวกับพระศาสนา โดยพระสุเมโธเป็นคนแปลเป็นภาษาอังกฤษ ได้เตรียมสมาทานศีล ๕ ประการ ซึ่ง คนในกรุงลอนดอนยังไม่เคยทำมาก่อนเลย เมื่อแสดงธรรมจบแล้ว นำให้นั่งสมาธิ ประมาณ ๓๐ นาที รู้สึกว่าเขาทั้งหลายเหล่านั้นได้แสดงออกซึ่งธรรมชาติที่ใกล้ชิดต่อ พระธรรมเป็นอย่างมาก ได้เวลาพอสมควรประมาณตี ๒ จึงเลิกไปทำธุระตามหน้าที่ อันสมควรของตนทุกๆ คน

วันที่ ๘ พฤษภาคม ๒๕๒๐

ได้จาริกไปเมืองเบอร์มิงแฮม เป็นเมืองหนึ่งที่แยกออกจากกรุงลอนดอน มีประชาชนประมาณ ๕ ล้านเศษ ลอนดอนมีประมาณ ๑๐ ล้าน ระยะทางห่างจาก ลอนดอนประมาณ ๑๘๐ กิโลเมตร ได้ร่วมประชุมกันตามประเพณีของเขา มี พระไทย พระลังกา พระธิเบต พระพม่า แบ่งเป็นพระไทย ๓ องค์ พระพม่า ๑ องค์ พระธิเบต ๕ องค์ และพระเขมร ๑ องค์ ได้รวมกันในที่ประชุม

พระต่างๆ ได้บรรยายธรรม คือ พระเขมร พระลังกา พระพม่า และพระ สุธเมโธภิกขุ ในวันนั้นนับได้ว่าได้เห็นพวกทายก ทายิกา อินเดียน พม่า แขก ธิเบต หลายชาติมารวมกัน ฟังการบรรยายธรรมหลายภาษา เราก็ไม่รู้เรื่อง แต่ก็พอจะรู้ ความหมายของเขาทั้งหลายเหล่านั้น โดยอาศัยปฏิกิริยาพอสมควร ตอนเย็นได้กลับ วัดธรรมประทีปพร้อมกับพระสุเมโธ พระเขมรฉิมโม และนายจอร์จ ชาร์ป ซึ่งเป็น คนขับรถให้

วันที่ ๙ พฤษภาคม ๒๕๒๐

ตอนกลางคืนประมาณ ๒ ทุ่ม ได้แสดงธรรมแก่ชาวอังกฤษประมาณ ๑๒ คน มีพระสุเมโธภิกขุเป็นผู้แปล ว่าด้วยเรื่องธรรมเบ็ดเตล็ด และได้พบกับพระ มหาธีระพันธ์ เมตตาวินัย วัดพุทธาราม เนเธอร์แลนด์ (ฮอลันดา) และพระปานชา ญาณธโร รวมทั้งประชาชนหลายชาติ รวมทั้งพระธรรมทูตที่เดินทางไปจากเมืองไทย หลายองค์ มีเจ้าคุณพรหมคุณาภรณ์เป็นประธาน และได้พบกับทูตอังกฤษด้วย พบกับองคมนตรีเก่าของเมืองลาวที่ได้ไปลี้ภัยที่ประเทศอังกฤษ และได้พบกับ คุณเกสรี เจ้าของร้านเกสรี ซึ่งเป็นร้านทำผมใหญ่ในกรุงเทพฯ ด้วย

วันที่ ๑๐ พฤษภาคม ๒๕๒๐

ได้เดินทางจากวัดพุทธประทีป โดยทางเจ้าคุณปริยัติเมธีวัดพุทธประทีป และได้พบกับพระเถระที่เป็นพระธรรมทูต ที่ทางการได้ส่งไปตรวจงาน มีท่านเจ้าคุณพรหมคุณาภรณ์เป็นประธาน และได้เรียนให้ท่านทราบเรื่องจะให้พระอยู่ประจำในวัดธรรมประทีป ทั้งเรื่องการปกครองของวัดนั้นด้วย ท่านก็มีความกรุณาให้อยู่ได้ ท่านจะรับภาระจะไปเรียนคณะสงฆ์ให้ และรับช่วยสนับสนุนทุกประการ เมื่อถึงเวลาพอสมควรแล้วก็ได้กลับวัดธรรมประทีป และท่านเจ้าคุณเจ้าอาวาสวัดพุทธประทีปก็ได้ตามมาส่งถึงวัดธรรมประทีปด้วยตัวท่านเอง

วันที่ ๑๑ พฤษภาคม ๒๕๒๐

วันนี้ได้เดินทางไปเมืองอ็อกซ์ฟอร์ด ซึ่งเป็นเมืองหนึ่งขึ้นกับกรุงลอนดอน ระยะทางประมาณ ๑๐๐ กิโลเมตร โดยการโดยสารรถไฟ ได้ไปสถานที่ที่เป็นป่าศักดิ์สิทธิ์แห่งหนึ่งของเมือง เพราะถือกันว่าเป็นที่อยู่ของพระฤๅษีมาแต่ก่อน จึงเป็นป่าที่เป็นมงคลคู่บ้านคู่เมืองเป็นอย่างดี และปัจจุบันได้เป็นบ้านของมหาเศรษฐีบริเวณข้างๆ ในสถานที่นั้นมหาเศรษฐีได้จัดเป็นที่ปฏิบัติในทางพระพุทธศาสนา มีอาคารหลายหลังซึ่งเป็นที่อันร่มรื่นมาก ในเมืองไทยหาดูไม่ได้ และได้พักผ่อนอยู่ที่นั่นโดยเขาnimนัตไว้ ๓ วัน ในตอนเช้าเศรษฐีเจ้าของบ้านก็ได้nimนัตบิณฑบาตทุกวัน ตอนเย็นก็ฝึกกรรมฐานให้พวกเขาประมาณ ๒ ชั่วโมงทุกวันเหมือนกัน นับได้ว่าได้ทำประโยชน์ไว้ในสถานที่นั้นพอสมควรในระยะเวลาอันน้อย ตอนขากลับวัดธรรมประทีปนั้นได้โดยสารรถยนต์ราคาแท็กซี่ ประมาณ ๑,๐๐๐ บาทเศษ

เศรษฐีผู้พ่อชื่อมิสเตอร์ซอร์ เมย์กิมลิสซอร์ ลูกสาวกิมลิสซอร์ ได้ถวายค่าโดยสารแท็กซี่ประมาณสามร้อยกว่าปอนด์ เราจากเขาด้วยความปีติอย่างแรง มิสซอร์น้ำตาไหลอาบหน้าจนพูดอะไรอีกไม่ได้ และวันที่ ๒๖ พ.ค. นี้ เขาก็จะมีการประชุมใหญ่ เศรษฐีได้nimนัตให้เข้าร่วมประชุมกับประชาชนหมู่ใหญ่อีกด้วย เราได้รับnimนัตไว้แล้ว (ครอบครัวเศรษฐีนี้เป็นชาวพม่า)



วันที่ ๑๒ พฤษภาคม ๒๕๒๐

ในวันที่เดินทางคราวนี้ ได้อาศัยท่านประธานสภาปฏิรูปและคุณหญิงสว่างจิต ถวายความอุปการะไปตลอดทางจนถึงกรุงลอนดอน

๔ โมง ๑๕ นาที ได้เที่ยวภิกขาจารในบ้านมหาเศรษฐีชื่อชอร์ว ได้อาหารแปลกหลายอย่างซึ่งในเมืองไทยหาไม่มี เราได้รับบิณฑบาตในบ้านมหาเศรษฐีเป็นครั้งแรก ในกรุงลอนดอนที่อ็อกซ์ฟอร์ด นับได้ว่าเป็นประวัติศาสตร์ สมความตั้งใจที่ได้เคยตั้งสัตย์อธิษฐานไว้ เมื่อได้ไปเมืองนอกจะพยายามยกสถาบันการบิณฑบาตขึ้นให้ได้ ตอนเย็นได้อบรมกรรมฐานให้ชาวอังกฤษ โดยพระสุเมโธเป็นคนแปล

เที่ยวบิณฑบาตบ้านมหาเศรษฐี ได้แสดงธรรมอบรมให้กรรมฐาน นับว่าได้ตั้งสถาบันการบิณฑบาตครั้งแรกที่สูงสุดในกรุงลอนดอน

“กามทั้งหลายเหมือนเนื้อเข้าไปอุดซี่ฟันเท่านั้น ไม่มีอะไรมากไปกว่านั้น เมื่ออุดแล้วก็เป็นทุกข์ โดยที่เอาไม้มาจิ้มออกๆ แล้วก็มองเห็นสุข แล้วก็หาเรื่องทุกข์เพิ่มไว้อีก ไม่หาเรื่องแก้ทุกข์โดยหยุดการกินเนื้อ นี่คือคนไม่รู้จักเหตุของทุกข์ ก็สร้างแต่กองทุกข์ ไม่มีวันจบลงได้”

วันที่ ๑๓ พฤษภาคม ๒๕๒๐

ได้รับบิณฑบาตอยู่ที่เดิม และได้แสดงธรรมอบรมกรรมฐานตามเคย ต้องยอมเสียสละทุกอย่างให้แก่พระศาสนาเพื่อประชาชนเป็นส่วนมาก ในเวลานี้ดอกบัวกำลังจะบานในทิศตะวันตกอยู่แล้ว และวันนี้ได้สนทนาธรรมกับอาจารย์ที่สอนกรรมฐานที่อ็อกซ์ฟอร์ด เข้าใจได้ว่าอาจารย์คนนั้นยอมรับคำพูดของเราทุกอย่าง โดยไม่มีการขัดข้องแต่อย่างใดเลย อาจารย์คนนี้ชื่อ จอห์น โคมัน

ตอนเช้าได้พิจารณาธรรมด้วยความรู้สึกในใจ เรียกว่า มโนธรรม คือ ธรรมอันเกิดจากความบริสุทธิ์ใจ หรือจะเรียกว่า สัจศาสตร์ก็ได้ เพราะเป็นความรู้สึกที่เกิดจากความจริงหรือเป็นความรู้อันเข้าถึงธรรมคือความจริง เราเรียกว่าสัจศาสตร์ เพราะความจริงสามารถที่จะดึงดูดเอาศาสตร์อื่นๆ เข้ามาสู่สภาพความถูกต้องได้ทั้งหมด เรียกว่า สัจธรรม คือ ความจริงอันเกิดจากมโนธาตุ

วันนี้ให้พระสุเมโธเทศน์และทิ้งแปลธรรมะที่เราแสดงถึงเรื่องสมมุติ วิมุติ อย่างแยบคาย จนพวกฝรั่งได้ฟังแล้วเกิดความสนใจเป็นอย่างมาก นับว่าเทศน์กัณฑ์นี้ถือนิภูมิมานะของคนต่างประเทศได้ดีมาก

โยมฟรีดา เป็นคนลอนดอน และเป็นอุปัฏฐากวัดธรรมประทีป ได้เอารถมารับกลับ ได้นำเที่ยวดูมหาวิทยาลัยออกซ์ฟอร์ด ซึ่งเป็นมหาวิทยาลัยชั้นเยี่ยมของโลก และเที่ยวในสถานที่ต่างๆ หลายแห่งจนเป็นที่พอใจ แล้วไซเฟอร์ก็นำกลับวัดธรรมประทีป ตอนเย็นแสดงธรรมและอบรมกรรมฐานตามเคย มีประชาชนเข้าฟังและทำกรรมฐาน ประมาณ ๑๗ คน

วันที่ ๑๕ พฤษภาคม ๒๕๒๐

ออกจากออกซ์ฟอร์ดได้ไปรับบิณฑบาตบ้านโยมพ่อแม่ของสามเณรฝรั่ง เขาต้อนรับและถวายอาหารบิณฑบาต แล้วส่งถึงที่อยู่เรียบร้อย

วันนี้ประมาณ ๗ โมงเช้า เราได้นั่งอยู่ในที่สงบเงียบจึงได้เกิดความรู้ในการภาวนาหลายอย่าง เราจึงได้หยิบเอาสมุดปากกาขึ้นมาบันทึกไว้ภายในวิหารธรรมประทีปด้วยความเงียบสงบ ธรรมะที่เกิดขึ้นนี้เราเรียกว่า “มโนธรรม” เพราะเกิดขึ้นด้วยการปรากฏในส่วนลึกของใจว่า การที่มาบวชเจริญรอยตามพระพุทธองค์นั้น เรายังไม่ได้ทำอะไร ได้เต็มที่ เพราะยังบกพร่องอยู่หลายประการ อันเกี่ยวแก่พระศาสนา คือ ๑. สถานที่ ๒. บุคคล ๓. กาลเวลา เราจึงได้คิดไปอีกว่า เมื่อสร้างประโยชน์ตนได้เป็นที่พอใจแล้ว ให้สร้างประโยชน์แก่บุคคลอื่น จึงจะได้ชื่อว่า กระทำตามคำสอนของพระพุทธเจ้าอย่างแท้จริง

ดังนั้น จึงมีความเห็นว่ากรุงลอนดอนนี้แห่งหนึ่งจัดเรียกได้ว่าเป็นปฏิรูปเทศ คือ ประเทศอันสมควรในการที่จะประกาศพระศาสนา จึงได้จัดให้ศิษย์ฝรั่งอยู่ประจำ เพื่อดำเนินงานพระศาสนาต่อไป

วิธีสอนธรรมนั้นให้เป็นที่เข้าใจในทำนองที่ว่า ทำน้อยได้มาก ทำมากได้น้อย ให้เห็นว่าความเย็นอยู่ในความร้อน ความร้อนอยู่ในความเย็น ความมืดอยู่ในความถูก ความถูกอยู่ในความมืด ความสุขอยู่ที่ความทุกข์ ความทุกข์อยู่ที่ความสุข ความเจริญอยู่ในความเสื่อม ความน้อยอยู่ที่ใหญ่ ความใหญ่อยู่ที่น้อย สกปรกอยู่ที่สะอาด สะอาดอยู่ที่สกปรก อย่างนี้เสมอไป นี้เรียกว่า สัจธรรมหรือสัจศาสตร์

เราทั้งหลายซึ่งเป็นสาวกของพระพุทธเจ้าจะต้องปฏิบัติให้มีคุณสมบัติ ๔ ประการ คือ ส.อ.ญ.ส.

สุปฏิปันโน (เป็นผู้ปฏิบัติดีแล้ว)

อุชุปฏิปันโน (เป็นผู้ปฏิบัติตรงแล้ว)

ญายปฏิปันโน (เป็นผู้ปฏิบัติเพื่อรู้ธรรมเป็นเครื่องออกจากทุกข์แล้ว)

สามีจิปฏิปันโน (เป็นผู้ปฏิบัติสมควรแล้ว)

ให้สมบูรณ์แล้ว ก็สอนธรรมให้ถูกต้องตามพุทธประสงค์ ให้เรียนรู้สัจศาสตร์ แล้วก็ให้บรรลุสัจธรรม บรรลุคือให้จบประโยค ไม่มีประโยคอื่นต่อไป ที่เรียกว่า เอโก ธัมโม ไม่มีประโยคอื่นต่อไปในคำที่สองนั้นไม่มีประโยคอื่นต่อไป นั่นแหละจึงจะเรียกได้ว่าจบพรหมจรรย์ ไม่มีอะไรในที่ที่ไม่มีอะไร ถ้าสาวกทั้งหลายรู้พุทธประสงค์ อย่างนี้โดยสมบูรณ์แล้ว ก็เที่ยวไปคนเดียวได้ทั้งภายในและภายนอก

ภิกษุทั้งหลาย นั่นคือผู้รู้ว่าจะอะไรเป็นอะไร เมื่อรู้อย่างแจ่มแจ้งเสียแล้ว อักษร ‘พ’ (ความรู้จักพอ) ก็โผล่ขึ้นมาเท่านั้น เมื่ออักษร ‘พ’ ได้โผล่ขึ้นมาแล้ว ความที่ถูกต้องทั้งหลายก็เกิดขึ้น โดยอาการที่ไม่มีก่อนไม่มีหลัง ธรรมที่ปรากฏอยู่ที่จิตก็เด่น อยู่ทั้งกลางวันและกลางคืน ดังนั้น ความที่สำคัญว่าจะอะไรเป็นอะไร หรืออะไรคืออะไร ก็หมดไป ธรรมนี้จะไม่ปรากฏชัด เพียงสักว่าด้วยการบอกกล่าว แต่จะปรากฏขึ้น

ในเมื่อปฏิบัติเข้าถึงธรรมนี้เองเท่านั้น นี้เรียกว่า *ปัจจุตตัง* สอนให้ก็ไม่รู้ บอกให้ก็ไม่รู้ เรียนก็ไม่รู้ สมที่พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า เราไม่มีครู ไม่มีอาจารย์ คำนี้เด่นชัดขึ้นถึงที่สุด คำที่ท่านตรัสว่า *อักษาตาโร ตถาคตา* พระตถาคตเป็นแต่ผู้บอก คำนั้นก็เด่นชัดถึงที่สุดโดยไม่สงสัย และนี่เป็นเป้าหมายของพระพุทธองค์

วันที่ ๑๖ พฤษภาคม ๒๕๒๐

วันนี้ได้สัมภาษณ์พระญี่ปุ่น ซึ่งมาพักรวมกันที่วัดธรรมประทีป ถามว่า “รักษาศีลเท่าไร” เขาตอบว่า “การกระทำซึ่งสติให้สมบูรณ์อยู่เท่านั้น เรียกว่า การปฏิบัติของเรา และให้อยู่ในปัจจุบันไม่มีต้นไม่มีปลาย เป็นอยู่ทั้งกลางวันกลางคืน” และเขามีนักบวชอยู่สองประเภท ประเภทที่หนึ่งมีลูกมีเมียได้ ประเภทที่สองนั้นประพฤติพรหมจรรย์มีเมียไม่ได้ เขาว่าได้กระทำการปฏิบัติลัทธินั้นมาจากทิเบต แต่เป็นสัญชาติญี่ปุ่น ตอนเย็นได้อบรมธรรมและทำกรรมฐาน มีคนมาในวันนี้ประมาณ ๖ คน

วันที่ ๑๗ พฤษภาคม ๒๕๒๐

วันนี้เป็นวันแรกที่ได้ออกเที่ยวบิณฑบาตในกรุงลอนดอนพร้อมด้วยพระสุเมโธ เป็นชาวอเมริกัน ๑ พระเขมรชัมโมเป็นชาวอังกฤษ ๑ และสามเณรชินทัตโต ๑ ซึ่งเป็นสัญชาติฝรั่งเศส พระโพธิญาณเถรเป็นหัวหน้า

การออกบิณฑบาตวันแรกได้ข้าวพอลิม ผลแอปเปิ้ล ๒ ใบ ก้อยหอม ๑ ใบ ส้ม ๑ ใบ แดงกว่า ๑ ลูก แครอท ๒ หัว ขนม ๒ ก้อน

ดีใจที่ได้อาหารวันนี้เพราะเราเข้าใจว่าเป็นอาหารของพระพ่อ คือเป็นมูลของพระพุทธเจ้านั่นเอง และเป็นอาหารที่บิณฑบาตได้ เมืองนี้ยังไม่เคยมีพระบิณฑบาตเลย เพราะเขามีความอายกันเป็นส่วนมาก แต่ตรงกันข้ามกับเรา คำที่ว่า ‘อาย’ นี้เราเห็นว่า อายต่อบาป อายต่อความผิดเท่านั้น ซึ่งเป็นความหมายของพระองค์ นี่เป็นความเห็นของเราเอง จะถูกหรือผิดก็ขอภัยจากนักปราชญ์ทั้งหลายด้วย และ



วันเดียวกันนั้นโยมของพระเชมธัมโม ทั้งสามภรรยาได้ถวายอาหารด้วย ได้ขอฟังเทศน์และฝึกกรรมฐานเป็นพิเศษอย่างเป็นที่พอใจ หนังสือพิมพ์ได้สะกดรอยไปข้างหลังแล้วถ่ายรูปเป็นระยะๆ ในระหว่างการเที่ยวบิณฑบาตเพราะเป็นของแปลก ประชาชนชาวเมืองลอนดอนยืนดูกันเป็นแถวทั้งเด็กและผู้ใหญ่

วันที่ ๑๘ พฤษภาคม ๒๕๒๐

เที่ยวจาริกบิณฑบาตวันนี้ มีคนตักบาตรประมาณ ๕ คน ได้ข้าวและอาหารพออิ่ม วันนี้ได้พบกับพระเถระมาจากลังกาคองคหนึ่ง ได้สนทนาถึงพระสงฆ์ในเมืองลังกา ทำให้รู้เรื่องมากพอสมควร ท่านได้อยู่กรุงลอนดอนมาหลายปีแล้ว มีลูกศิษย์มาก

วันที่ ๑๙ พฤษภาคม ๒๕๒๐

วันนี้ก็ได้บิณฑบาตตามเคย ได้อาหารพอสมควรพออิ่ม เราคิดว่าทำไมจึงได้ผลถึงขนาดนี้ ก็อึ้งใจทั้งฉันจึงหันไปพลาจนาไปพลาจเป็นสุขอย่างยิ่ง ไม่รู้ว่า จะทำอย่างไรที่จะให้พอดีได้ และตอนเย็นก็ได้สอนธรรมและฝึกกรรมฐานต่ออีก โดยพระสุเมโรเป็นผู้แปลเป็นภาษาอังกฤษ และวันนี้กลับจากบิณฑบาตพอดี ได้รับจดหมายซึ่งมาจากลูกศิษย์พร้อมทั้งได้รับหนังสือพิมพ์พอดี ให้พระฝรั่งอ่านดูได้รู้เรื่องเกี่ยวกับพวกเราว่าไม่มีอะไรเกิดขึ้น กลับได้รับความชมเชยเสียอีก

วันที่ ๒๑ พฤษภาคม ๒๕๒๐

วันนี้ตอนเตรียมจะฉันจึงหันได้รับโทรศัพท์โทรมาว่า มีโยมคนไทยจะมาเยี่ยม ตอน ๕ โมงเช้า เราได้ให้โอกาส เมื่อถึงเวลาแล้วได้เห็นโยมพ่อท่านเปี้ยก และโยมแม่โผล่ไป และ พ.อ.กำจัด พร้อมทั้งคุณนายสมศรี บุรณลัมฤทธิ์ ซึ่งเป็นผู้ช่วยทูตทหารบกประจำกรุงลอนดอนไปด้วย และได้ปวารณาตนเป็นผู้อุปัชฌาย์ เพื่อจะแก้ปัญหาในการเดินทางเข้าออกจากประเทศ และได้ถวายมูลค่าปัจจัยสี่มากพอสมควร แล้วก็ลากลับไป

วันที่ ๒๒ พฤษภาคม ๒๕๒๐

ได้เที่ยวบิณฑบาตและได้อาหารสมบูรณ์ และมีหม่อมคนหนึ่งได้น้อมถวายอาหารบิณฑบาตด้วย ค่ะวันนี้ได้อบรมและมีคนนั่งกรรมฐาน ๑๐ คน ล้วนแต่เป็นผู้สนใจและได้รับฟังธรรมโดยเคารพทั้งนั้น ได้เทศน์เบ็ดเตล็ดเพื่อให้ละทิวภูมิมาพะไว้ให้หันหน้าเข้ามาสู่พุทธศาสนา และรู้สึกว่าเขาได้รับฟังข้อความทั้งนั้น

วันที่ ๒๓ พฤษภาคม ๒๕๒๐

โยมได้นิมนต์ไปฉันบิณฑบาตทางไกลประมาณ ๒๐๐ กิโลเมตร เดินทางโดยรถยนต์กลับมาถึงธรรมประทีปตอนบ่ายสามโมง มีคนไทยซึ่งเป็นคนประจำอยู่ที่นั่นนานแล้ว ทำงานที่ศูนย์วิปัสสนาร่วมกับมหาวิจิตรแต่ปัจจุบันเลิกไปมีเมียแล้ว ได้ถูกถามปัญหาหลายอย่าง ล้วนแต่เป็นปัญหาที่เราจะสอนให้ศูนย์วิปัสสนาทั้งนั้น แต่ตอนเย็นวันนั้นเองได้ถูกถามปัญหาและตอบคำถามพวกเขาเป็นปัจจุบันหลายอย่าง แต่เราก็ไม่ถนัดในการตอบปัญหานั้นตามเคย มีผู้หญิงฝรั่งคนหนึ่งได้ถามปัญหาว่า “คนตายแล้วไปอยู่ที่ไหน และความรู้ (วิญญาณ) นั้นไปอยู่อย่างไร”

เราได้ตอบว่า “ปัญหานี้พระพุทธเจ้าไม่ทรงให้ตอบ เพราะเรื่องนี้ไม่ใช่เหตุที่จะขออนุญาตตอบปัญหานี้หลอกลวงศรัทธาลักหน้อย”

ในขณะนั้น เรานั่งอยู่บนธรรมาสน์มีเทียนจุดไว้ ๒ เล่ม เราจึงถามว่า “โยมมองเห็นเทียนนี้ไหม”

เขาก็ว่า “เห็น”

เราจึงว่า “นี่แหละโยม เมื่อมีไส้อยู่ก็มีไฟอยู่จั้นนั้น”

จากนั้นก็หยิบเทียนเล่มหนึ่งขึ้นมาแล้วก็เป่าให้ไฟดับด้วยปาก แล้วถามเขาว่า “เปลวของไฟนี้หายไปในทิศไหน”

เขาตอบว่า “ไม่รู้ รู้แต่ว่าเปลวไฟดับไปเท่านั้น”



เราจึงถามเขาว่าแก้ปัญหานี้พอใจไหม เขาก็บอกว่ายังไม่พอใจในคำตอบนี้
เราก็ตอบเขาไปอีกว่า ถ้าอย่างนั้นเราก็ไม่พอใจในคำถามของโยมเหมือนกัน เขาทำ
ตาถลิ่งขึ้น สะบัดหน้าแล้วก็หมดเวลาพอดี

วันที่ ๒๔ พฤษภาคม ๒๕๒๐

เที่ยววิณฑบาตตามเคย และตอนบ่ายมีผู้หญิงในกรุงลอนดอนมาฟังธรรม
เกี่ยวกับเรื่องการปฏิบัติทั้งนั้น และมีพระสันตจิตโตเป็นลูกศิษย์เจ้าคุณพุทธทาส
มากกราบเยี่ยม ตอนทุ่มหนึ่งถึงสามทุ่มญาติโยมในแฮมสแตทนั้นมาประชุมปฏิบัติ
กรรมฐานประมาณ ๑๑ คน และได้นั่งเข้าที่ ๑ ชั่วโมง ๕ นาที ต่อจากนั้นก็เป็นเวลา
ตอบปัญหาประมาณ ๒ ชั่วโมง และเวลา ๓ ทุ่มกว่าก็เลิก ทำกันมาอย่างนี้ทุกวัน
มิได้ขาด มีผู้สนใจเป็นอย่างมาก ทั้งตัวเราเองก็มีเวลาอันมีค่ามากขึ้นด้วย

วันที่ ๒๕ พฤษภาคม ๒๕๒๐

วันนี้เที่ยววิณฑบาตตามเคย มีคนใส่บาตรพออิ่มและมีหญิงนักปฏิบัติธรรม
มาถวายอาหาร และตอนบ่ายผู้หญิงได้มาถวายผลไม้ เธอเกิดในเมืองไทยเดี๋ยวนี้
ได้ไปอยู่กรุงลอนดอนแล้วทั้งพ่อแม่ด้วย นามสกุลบุญนาถ มาจากกรุงเทพฯ ถวาย
ผลไม้แล้วก็กลับไป และตอนเย็นก็ได้อบรมกรรมฐานอีกต่อไป มีประชาชนมาร่วม
ฟังธรรมและนั่งกรรมฐาน ๑๑ คน พระ ๓ เณร ๑ รวมเป็น ๑๕ คนด้วยกัน เวลา
ที่เหลือนั้นเป็นเวลาที่ให้โอกาสถามข้อข้องใจได้ทุกกรณี จนเป็นที่พอใจ ได้เวลาแล้วเลิก

วันที่ ๒๖ พฤษภาคม ๒๕๒๐

ออกวิณฑบาต ๔ องค์ มีคนตักบาตร ๗ คน ได้รับวิณฑบาตสบาย และ
ตอนเย็นมีการประชุมฟังธรรมและอบรมกรรมฐานพอสมควร

วันที่ ๒๗ พฤษภาคม ๒๕๒๐

วันนี้ได้เที่ยววิณฑบาตได้อาหารพออิ่มตามเคย และตอนเย็นได้แสดงธรรมและอบรมกรรมฐาน มีคนประมาณ ๑๑ คน และวันนี้ได้ตอบปัญหาเรื่องสงสัยพระนิพพาน คือ ปัญหาเบ็โลก ก็ตอบความเบ็โลกให้เขาฟังและเขาได้รับความพอใจมากที่สุด แล้วก็หมดเวลา

วันที่ ๒๘ พฤษภาคม ๒๕๒๐

ได้เที่ยววิณฑบาตได้อาหารพออิ่ม ตอนเย็นได้อบรมกรรมฐาน มีคนมาอบรมประมาณ ๑๑ คน ได้แสดงธรรมเบ็ดเตล็ด ได้เวลาพอสมควรแล้วก็เลิกการประชุม

วันที่ ๒๙ พฤษภาคม ๒๕๒๐

ได้เที่ยววิณฑบาตได้อาหารพอประมาณแล้วมีโยมถวายอาหารอีก ตอนเย็นได้ประชุมหนึ่งกรรมฐานและฟังธรรมเบ็ดเตล็ด ได้เวลาพอสมควรก็เลิกตามเคย มีคนหนึ่งกรรมฐานประมาณ ๑๑ คน ๑๕ ทั้งพระเณร

วันที่ ๓๐ พฤษภาคม ๒๕๒๐

มีญาติโยมฟังธรรมและอบรมกรรมฐาน ๑๖ คน พระ ๓ เณร ๑ รวมเป็น ๒๐ คน

วันที่ ๓๑ พฤษภาคม ๒๕๒๐

มีประชาชนมาร่วมฟังธรรมประมาณ ๒๕ คน พระ ๓ เณร ๑



วันที่ ๑ มิถุนายน ๒๕๒๐

ออกเที่ยวเดินบิณฑบาต และตอนเย็นได้แสดงธรรมและอบรมกรรมฐานพอสมควรกับเวลาก็กเลิกล

วันที่ ๒ มิถุนายน ๒๕๒๐

เดินทางไปอ็อกซ์ฟอร์ดบ้านเศรษฐีพม่าเพื่อบำเพ็ญบุญ เดินทางด้วยรถไฟล์คคันใหญ่ ได้พักอยู่วิหารที่เขาจัดไว้ให้พระพักเพื่ออบรมกรรมฐานจนถึงวันที่ ๔ มิถุนายน คนมาฟังธรรมอบรมกรรมฐาน ๑๐๐ คน แล้วกลับวัดวันที่ ๔ ตอนเย็นนับว่าได้ผลเป็นที่พอใจในการทำงานพอสมควร

วันที่ ๕ มิถุนายน ๒๕๒๐

ได้เดินทางไปบ้านโยมพ่อแม่ของพระเชมธัมโม จนถึงวันที่ ๗ จึงได้กลับวัดธรรมประทีป

วันที่ ๙ มิถุนายน ๒๕๒๐

ได้ไปฉันบิณฑบาตที่สมาคมธรรมมาวุธซึ่งเป็นสมาคมของคนทุกๆ ประเทศมารวมกันปฏิบัติศีลธรรมประจำโลก เมื่อเสร็จแล้วได้พูดถึงคริสต์ศาสนาและทุกศาสนา เราได้อธิบายให้รวมกัน พวกเขาซึ่งใจในคำพูดและความเห็นของเราเป็นอย่างยิ่งด้วย ตอนเย็นมีการประชุมทายกของวัดธรรมประทีปทั้งหมด เขาปรึกษากัน ว่าด้วยเรื่องได้พระมาแล้วทำอะไรต่อไป

วันที่ ๑๐ มิถุนายน ๒๕๒๐

นั่งกรรมฐานตามเคย

วันที่ ๑๓ มิถุนายน ๒๕๒๐

ไปเยี่ยมตึกเทอร์สาร์ตติยาที่วัดของท่าน ได้พูดกันถึงเรื่องจะหาที่ตั้งการอุปสมบทพระในกรุงลอนดอนนี้ ท่านก็เห็นด้วย ท่านก็รับปากว่าจะปฏิบัติหน้าที่อันนี้ให้สำเร็จเหมือนกัน เพราะที่ท่านได้บวชให้เป็นเพียงสามเณรเท่านั้น และท่านนำชมอะไรต่ออะไรหลายอย่างในวัดของท่าน ท่านเป็นพระผู้ใหญ่ที่สุดในกรุงลอนดอนนี้

นั่งกรรมฐานตามเคย

วันที่ ๒๖ มิถุนายน ๒๕๒๐

ได้ไปเยี่ยมสำนัก Oak Tree House, Sussex ไปค้างหนึ่งคืน มีประชาชนมารวมฝึกกรรมฐานประมาณ ๕๐ คน รู้สึกว่าเขามีความสนใจในการฟังธรรม ทำกรรมฐานเป็นที่เรียบร้อยดี

วันที่ ๓๐ มิถุนายน ๒๕๒๐

เดินทางไปปารีส

วันที่ ๘ กรกฎาคม ๒๕๒๐

เดินทางกลับจากปารีส

วันที่ ๙ กรกฎาคม ๒๕๒๐

ถึงกรุงลอนดอน



วันที่ ๑๔ กรกฎาคม ๒๕๒๐

ตอนกลางคืนวันที่ ๑๔ พลอากาศโทชู พร้อมทั้งคุณนายสุภาพ และคุณนายทองน้อย ซึ่งเป็นคนไทยอินเตอร์ได้ไปร่วมกับพวกทำกรรมฐาน และได้ร่วมในการเปิดสาขาที่ ๑ (ภาคพื้นยุโรป) นี้ด้วย และในวันที่ ๑๕ ก็ได้ช่วยบริการให้ความสะดวกทุกอย่างบนเครื่องบิน ตลอดต้นทางปลายทางด้วย ทั้งตอนไปก็ให้ความสะดวก ตอนกลับก็ให้ความสะดวก

เราได้เดินทางไปเมืองนอกใน และเมืองในนอก และเมืองในใน และเมืองนอกนอก รวมเป็นสี่เมืองด้วยกัน และภาษาที่ต้องใช้ในเมืองทั้งหลายเหล่านี้ คือนิรุกติภาษา จึงเกิดประโยชน์เท่าที่ควร ภาษาทั้งหลายเหล่านี้ไม่มีครูสอน เป็นภาษาที่ต้องเรียนด้วยตนเองเท่านั้น เมื่อพบเหตุการณ์ภาษาทั้งหลายเหล่านี้จึงจะปรากฏขึ้น เพราะฉะนั้นพระพุทธเจ้าจึงแตกฉานในภาษาทั้งปวง และได้เห็นชาวยุโรปนี้เป็นดอกบัว ๔ เหล่าจริงๆ เรามีความรู้สึกลักษณะนั้น

เราเป็นพระอยู่แต่ในป่ามานาน นึกว่าไปเมืองนอกจะมีความตื่นตัวนั้นก็เปล่า เพราะพระพุทธเจ้าตามควบคุมเราอยู่ทุกอิริยาบถ มีหน้าซำยังให้เกิดปัญญาอีกด้วย เหมือนบัวในน้ำไม่ยอมให้หน้าท่วมฉนั้น พิจารณาตรงกันข้ามเรื่อยไป

ได้เที่ยวไปดูในมหาวิทยาลัยต่างๆ แล้ว จึงคิดว่ามนุษยศาสตร์ทั้งหลายมันยิ่งเห็นได้ชัดเจนว่า มีแต่ศาสตร์ที่ไม่คมทั้งนั้น ไม่สามารถจะตัดทุกข์ได้ มีแต่ก่อให้เกิดทุกข์ ศาสตร์ทั้งหลายเหล่านั้นเราเห็นว่าถ้าไม่มาขึ้นต่อพระพุทธศาสตร์แล้วมันจะไปไม่รอดทั้งนั้น

เมื่อเรานั่งอยู่บนเครื่องบินมีความรู้สึกแปลกหลายอย่างและได้วิตกไปถึงคำพูดที่ท่านว่า “สุทั้งหลายจงมาดูโลกอันตระการ ดุจราชรถที่คนเขลาเยอหมกอยู่ แต่ผู้รู้หาซึ้งอยู่ไม่” อันนี้ก็ชัดเจนยิ่งขึ้น

คำที่ท่านตรัสไว้ว่า “เมื่อยังไม่รู้การประพบัติและประเพณีของชนในกลุ่ม
ทั้งหลายเหล่านั้น เราอย่าไปถือตัวในที่นั้น” อันนี้ก็ชัดขึ้นถึงที่สุด

ยานทั้งหลายที่นำประชาชนไปสู่จุดประสงค์ ก็เป็นยานอย่างหยาบๆ เพราะ
เป็นยานที่นำคนมีทุกข์ในที่นี้ไปสู่ทุกข์ในที่นั้นอีก วนไปเวียนมาอยู่อย่างนี้ไม่รู้จบ รู้สึก
ขึ้นว่าเรามาเมืองนอกได้ เพราะอะไรเป็นเหตุ เพราะอะไรๆ เราก็ไม่ได้ศึกษา และมา
ได้โดยสะดวกทุกอย่าง มีบริการทั้งนั้น เมื่อคิดๆ ดูก็แปลกและรู้สึกขบขันมากๆ
(เขียนบนเครื่องบินที่กำลังบินบนอากาศสูงสุดสองหมื่นฟิต)

ความรู้สึกในเหตุการณ์ที่ได้ไปเมืองนอกในคราวนี้ก็น่าขบขันเหมือนกัน
เพราะเราเห็นว่าอยู่เมืองไทยมานานแล้ว คล้ายๆ กับพญาลิงให้คนหยอกเล่นมา
หลายปีแล้ว ลองไปเป็นอาจารย์กับในเมืองนอกดูสักเวลาหนึ่งจะเป็นอย่างไร เพราะ
ภาษาของเขาเราไม่รู้ ก็ต้องเป็นอาจารย์กบอย่างแน่นอน แล้วก็ไปไปตามความคิด
อย่างนั้น กบมันไม่รู้ภาษาของมนุษย์ แต่พอมันร้องขึ้นมาแล้ว คนชอบไปหามันจัง
เลย เลยกลายเป็นคนไปสอนคนบ้าอีกเสียแล้ว ก็ดีเหมือนกัน ปริญาของ
พระพุทธเจ้านั้นไม่ต้องไปสอบกับเขาหรอก ฉะนั้น พระไปเลยเป็นเหตุให้ได้ตั้งสาขา
สองแห่ง คือ กรุงลอนดอนและฝรั่งเศส เพื่อให้คนบ้าศึกษา ก็ขบขันดีเหมือนกัน

วันที่ ๑๕ กรกฎาคม ๒๕๒๐

เดินทางกลับจากกรุงลอนดอน



๔๘ | ชีวิตประวัติและจริยาวัตร

๑. ปฐมวัย

พระโพธิญาณเถร นามเดิม ชา ชวงโชติ เกิดเมื่อวันศุกร์ ขึ้น ๗ ค่ำ เดือน ๗ ปีมะเมีย ตรงกับวันที่ ๑๗ มิถุนายน พ.ศ.๒๔๖๑ ณ บ้านจิกก่อ หมู่ที่ ๙ ตำบลธาตุ อำเภอวารินชำราบ จังหวัดอุบลราชธานี บิดาชื่อนายมามารดาชื่อนางพิมพ์ ชวงโชติ มีพี่น้องร่วมบิดามารดาเดียวกัน ๑๐ คน

สมัยนั้นการศึกษายังไม่เจริญทั่วถึง หลวงพ่อจึงได้เข้าศึกษาที่โรงเรียนบ้านก่อ ตำบลธาตุ อำเภอวารินชำราบ จังหวัดอุบลราชธานี เรียนจบชั้น ป.๑ จึงได้ออกจากโรงเรียน เนื่องจากหลวงพ่อมีความสนใจทางศาสนา ตั้งใจจะบวชเป็นสามเณร จึงได้ขออนุญาตจากบิดามารดา เมื่อท่านเห็นดีด้วยท่านจึงนำไปฝากไว้ที่วัด

๒. ชีวิตในร่มกาสาวพัสตร์

เมื่อมีอายุ ๑๓ ปี โยมบิดาได้นำไปฝากกับท่านเจ้าอาวาส และได้รับการฝึกหัดอบรมให้รู้ระเบียบการบรรพชาดีแล้วจึงอนุญาตให้บรรพชาเป็นสามเณร เมื่อเดือนมีนาคม พ.ศ.๒๔๗๔ โดยมีพระครูวิจิตรธรรมภาณี (พวง) อดีตเจ้าอาวาส วัดมณีวนาราม เป็นพระอุปัชฌาย์

เมื่อบรรพชาเป็นสามเณรแล้ว ก็ได้ท่องทำวัตรสวดมนต์ เรียนหนังสือพื้นเมือง (ตัวธรรม) และได้ศึกษานักธรรมชั้นตรี อยู่ปฏิบัติครูบาอาจารย์เป็นเวลา ๓ พรรษา เนื่องจากมีความจำเป็นบางอย่างจึงได้ลาสิกขาออกไปทำงานช่วยบิดามารดา มีความเคารพบูชาในพระคุณของท่าน พยายามประพฤติตนเป็นลูกที่ดีของท่านเสมอมา

ครั้นอยู่ต่อมาอีกหลายปี ไม่ว่าจะทำงานอะไรอยู่ที่ไหนความสนใจการอุปสมบทเพื่อศึกษาธรรม ดูเหมือนคอยเตือนให้มีความสำนึกอยู่เสมอ คิดอยากจะบวชเป็นพระ ได้ปรึกษากับบิดามารดา เมื่อตกลงกันดีแล้ว บิดาจึงนำไปฝากที่วัดบ้านก้อใน (ปัจจุบันเป็นที่ธรณีสงฆ์เพราะร้างมานานแล้ว) และได้อุปสมบทที่พัทธสีมาวัดก้อใน ตำบลธาตุ อำเภอวารินชำราบ จังหวัดอุบลราชธานี เมื่อวันที่ ๒๖ เมษายน พ.ศ.๒๔๘๒ เวลา ๑๓.๕๕ น. โดยมี

ท่านพระครูอินทสารคุณ เป็นพระอุปัชฌาย์

ท่านพระครูวิรุฬห์สุตการ เป็นพระกรรมวาจาจารย์

พระอธิการสวน เป็นพระอนุสาวนาจารย์

เมื่ออุปสมบทแล้ว พรรษาที่ ๑-๒ จำพรรษาอยู่ที่วัดก้อนอกได้ศึกษาปริยัติธรรม และสอบนักธรรมชั้นตรีได้

๓. ออกศึกษาต่างถิ่น

เมื่อสอบนักธรรมตรีได้แล้ว เนื่องจากครูบาอาจารย์หายาก ที่มีอยู่ก็ไม่ค่อยชำนาญในการสอน จึงตั้งใจจะไปแสวงหาความรู้ต่างถิ่นเพราะยังจำภาพศิโรราบสอนไว้ว่า “บ่ ออกจากบ้าน บ่ ฐู่หม่ทางเที่ยว บ่ เรียนวิชาห่อนลิมี่ความฐู่”

ปี พ.ศ.๒๔๘๔ จึงได้ย้ายจากวัดก่อนออกไปศึกษาปริยัติธรรมที่วัดสวนสวรรค์ อ.พิบูลมังสาหาร จ.อุบลราชธานี และอยู่ที่นี่ ๑ พรรษา และได้พิจารณาเห็นว่า เรามาอยู่ที่นี่เพื่อศึกษาก็ดีพอสมควร แต่ยังไม่เป็นที่พอใจนัก ได้ทราบข่าวว่า ทางสำนักต่างอำเภอมีการสอนดีอยู่หลายแห่ง ซึ่งมีมากทั้งคุณภาพและปริมาณ จึงชวนเพื่อนลาท่านเจ้าอาวาส แฉ่งความประสงค์ให้ท่านทราบ

ปี พ.ศ.๒๔๘๕ เดินทางจาก อ.พิบูลมังสาหาร มุ่งสู่สำนักเรียนวัดหนองหลัก ต.เหล่าบก อ.ม่วงสามสิบ จ.อุบลราชธานี ได้พักอาศัยอยู่กับท่านพระครูอรรถธรรม-วิจารณ์ ระยะที่ไปอยู่เป็นฤดูแล้ง อาหารการฉันรู้สึกจะอด เพื่อนที่ไปด้วยกันไม่ชอบ จึงพูดรบเร้าอยากจะไปอยู่สำนักอื่น ทั้งๆ ที่ชอบอภัยอาศัยของครูอาจารย์ที่วัดหนองหลัก แต่ไม่อยากจะขัดใจเพื่อน จึงตกลงกันว่า ถ้าไปอยู่แล้วเกิดไม่พอใจหรือไม่ถูกใจแล้ว จะกลับมาอยู่ที่หนองหลักอีก

ได้เดินทางไปอยู่กับท่านมหาแจ้ วัดเค็งใหญ่ ต.เค็งใหญ่ อ.อำนาจเจริญ จ.อุบลราชธานี ได้อยู่จำพรรษาศึกษาชั้นโทและบาลีไวยากรณ์ แต่ตามความรู้สึกเท่าที่สังเกตเห็นว่า ท่านมิได้ทำการสอนเต็มที่ ดูเหมือนจะถอยหลังไปด้วยซ้ำ ตั้งใจไว้ว่าเมื่อสอบนักธรรมเสร็จ ได้เวลาสมควรก็จะลาท่านมหาแจ้ กลับไปอยู่ที่วัดหนองหลัก ผลการสอบตอนปลายปีปรากฏว่า สอบนักธรรมชั้นโทได้

ปี พ.ศ.๒๔๘๖ ย้ายจากวัดเค็งใหญ่ กลับมาอยู่กับหลวงพ่อพระครูอรรถ-ธรรมวิจารณ์วัดหนองหลักอีกครั้ง ตั้งใจศึกษาทั้งนักธรรมชั้นเอก และเรียนบาลีไวยากรณ์ซ้ำอีก ท่านพอใจในการสอนการเรียนในสำนักนี้มาก



๔. คำขอร้องของพ่อ

หลังจากออกพรรษา ปวารณาและกรานกฐินผ่านไป ก็ได้รับข่าวจากทางบ้านว่าโยมบิดาป่วยหนัก หลวงพ่อก็เกิดความลังเลใจ พระวัฑฒนะ ห่วงการศึกษาที่ห่วงห่วงโยมบิดาก็ห่วง แต่ความห่วงผู้บังเกิดเกล้ามีน้ำหนักมากกว่า ความกตัญญูมีพลังมารั้งจิตใจให้คิดกลับไปเยี่ยมโยมพ่อเพื่อพยาบาลรักษาท่าน ทั้งๆ ที่วันสอบนักธรรมก็ใกล้เข้ามาทุกที ท่านยอมเสียสละถ้าหากโยมพ่อยังไม่หายป่วย ดังนั้น จึงได้เดินทางกลับบ้าน ได้เยี่ยมดูอาการป่วย ทั้งๆ ที่ได้ช่วยกันพยายามรักษาจนสุดความสามารถอาการของโยมพ่อก็มีแต่ทรุดกับทรุด คิดๆ ดูก็เหมือนต่อไม้ที่ตายแล้ว แม้ใครจะให้นำไม้ไปผูกต้องตามหลักวิชาการเกษตรสักเพียงใด ก็ไม่สามารถทำให้มันแตกหน่อเจริญงอกงามขึ้นมาได้

ตามปกตินั้น นับตั้งแต่หลวงพ่อดีอุปสมบทมา เมื่อมีโอกาสเข้าไปเยี่ยมโยมบิดามารดา หลังจากได้พูดคุยเรื่องอื่นมาพอสมควรแล้ว โยมพ่อก็มักจะวกเข้าหาเรื่องความเป็นอยู่ในเพศสมณะ ท่านมักจะปรารภด้วยความเป็นห่วงแกมขอร้องว่า

“อย่าลาลิกขานะ อยู่เป็นพระไปอย่างนี้แหละดี ลีอกออกมามันยุ่งยากลำบากหาความสบายไม่ได้”

ท่านได้ยินแล้วก็นิ่ง มิได้ตอบ แต่ครั้งนี้ซึ่งโยมพ่อกำลังป่วย ท่านก็ได้พูดเช่นนั้นอีก พร้อมกับมองหน้าคล้ายกับรอฟังคำตอบอยู่ ท่านจึงบอกโยมพ่อไปว่า

“ไม่ลี้กไม่เลิกหรอก จะลี้กไปทำไมกัน”

รู้สึกว่าจะเป็นคำตอบที่ทำให้โยมพ่อพอใจ หลวงพ่อก็มาอยู่เฝ้าดูแลอาการป่วยของโยมพ่อนับเป็นเวลา ๑๓ วัน โยมพ่อก็จึงได้ถึงแก่กรรม

๕. พิจารณาธรรม

หลวงพ่อกเล่าว่า ในระหว่างเผ่าดูอาการป่วยของโยมพ่อจนกระทั่งท่านถึงแก่กรรม ทำให้ได้พิจารณาถึงธาตุกรรมฐาน พิจารณาดูอาการที่เกิดดับของสังขารทั้งปวง และเกิดความสังเวชใจว่า อันชีวิตย่อมสิ้นลงแค่นี้หรือ จะยากดีมีจนก็พากันดิ้นรนไปหาความตาย อันเป็นจุดหมายปลายทาง อันความแก่ ความเจ็บ ความตาย นั้น เป็นสมบัติสากลที่ทุกคนจะต้องได้รับ จะยอมรับหรือไม่ ก็ไม่เห็นใครหนีพ้นสักราย

ปี พ.ศ.๒๔๘๗ เมื่อจัดการกับการฌาปนกิจโยมบิดาเรียบร้อยแล้ว หลวงพ่อก็เดินทางกลับสำนักวัดหนองหลัก เพื่อตั้งใจศึกษาเล่าเรียนต่อไป แต่บางวัน บางโอกาสทำให้ท่านนึกถึงภาพของโยมพ่อที่นอนป่วยร่างซุบผอมอ่อนเพลีย นึกถึงคำสั่งของโยมพ่อ และนึกถึงภาพที่ท่านมรณะไปต่อหน้า ยิ่งทำให้เกิดความสลัดใจ สังเวชใจ ความรู้สึกเหล่านี้มันปรากฏเป็นระยะๆ

ในระหว่างพรรษานี้ ขณะที่กำลังแปลหนังสือธรรมบทจบไปหลายเล่ม ได้ทราบพุทธประวัติ สาวกประวัติจากหนังสือเหล่านั้น แล้วมาพิจารณาดู การที่เราเรียนอยู่นี้ครูก็พาแปลแต่สิ่งที่เรารู้เราเห็นมาแล้ว เช่น เรื่องต้นไม้ ภูเขา ผู้หญิง ผู้ชาย และสัตว์ต่างๆ สัตว์มีปีกบ้าง ไม่มีปีกบ้าง สัตว์มีเท้าบ้าง ซึ่งล้วนแต่เราได้พบเห็นเรียนอย่างเดียว และเราก็ได้เรียนบ้างแล้ว จึงอยากจะศึกษาทางปฏิบัติดูบ้าง เพื่อจะได้ทราบว่ามีความแตกต่างกันเพียงใด แต่ยังไม่เห็นครูบาอาจารย์ผู้ใดพอจะเป็นที่พึ่งได้ จึงตัดสินใจจะกลับบ้าน

พ.ศ.๒๔๘๘ ในระหว่างฤดูแล้ง ได้เข้ากราบลาหลวงพ่อพระครูอรุณธรรม-วิจารณ์เดินทางกลับมาพักอยู่วัดก่อนนอกตามเดิม และในพรรษานั้น ก็ได้เป็นครูช่วยสอนนักเรียนให้ท่านอาจารย์ที่วัด จึงได้เห็นภิกษุสามเณรที่เรียนโดยไม่ค่อยเคารพในการเรียน ไม่เอาใจใส่ เรียนพอเป็นพิธี บางรูปนอนน้ำลายไหล จึงทำให้เกิดความสังเวชใจมากขึ้น ตั้งใจว่าออกพรรษาแล้ว เราจะต้องแสวงหาครูบาอาจารย์ด้านวิปัสสนาให้ได้ เมื่อส่งนักเรียนเข้าสอบและหลวงพ่อก็เข้าสอบนักเรียนเอกด้วย (ผลการสอบปรากฏว่าสอบ น.ธ.เอกได้)



๖. ออกปฏิบัติธรรม

พ.ศ.๒๔๘๙ (พทธศักราชที่ ๘) ในระหว่างต้นปี ได้ชวนพระรูปหนึ่งเป็นเพื่อน ออกเดินธุดงค์มุ่งไปสู่จังหวัดสระบุรี ได้พักอยู่ตามป่าตามเขาไปเรื่อยๆ จนกระทั่ง ไปถึงเขตหมู่บ้านยางคู้ ตำบลยางคู้ จังหวัดสระบุรี ได้พักอยู่ที่นั่นนานพอสมควร พิจารณาเห็นว่าสถานที่ยังไม่เหมาะสมเท่าใดนัก ทั้งครูบาอาจารย์ก็ยังไม่ดี จึงเดินทาง เข้าสู่เขตจังหวัดลพบุรีมุ่งสู่เขาวงกต อันเป็นสำนักของหลวงพ่อกา แต่ก็น่าเสียดาย ที่หลวงพ่อกาท่านมรณภาพเสียแล้ว เหลือแต่อาจารย์วรรณ ซึ่งเป็นลูกศิษย์ของ หลวงพ่อกาอยู่ดูแลสั่งสอนแทนท่านเท่านั้น แต่ก็ยังดีที่ได้อาศัยศึกษาระเบียบ ข้อปฏิบัติที่หลวงพ่อกาท่านวางไว้ และได้อ่านคติพจน์ที่หลวงพ่อกาเขียนไว้ตามปากถ้ำ และตามที่อยู่อาศัยเพื่อเตือนใจ ทั้งได้มีโอกาสศึกษาพระวินัยจนเป็นที่เข้าใจยิ่งขึ้น เป็นเหตุให้มีการสังวรระวังไม่กล้าฝ่าฝืนแม้แต่สิกขาบทเล็กๆ น้อยๆ การศึกษาวินัย นั้นศึกษาจากหนังสือบ้าง และได้รับคำแนะนำจากพระอาจารย์ผู้ชำนาญทั้งปริยัติและ ปฏิบัติ ซึ่งท่านมาจากประเทศกัมพูชา เพื่อเข้ามาสอบทานพระไตรปิฎกไทย ท่านเล่า ให้ฟังว่าที่แปลไว้ในหนังสือนวโกวาทนั้น บางตอนยังผิดพลาด ท่านอาจารย์รูปนั้นเก่ง ทางวินัยมาก จำหนังสือบุพพสิกขาได้แม่นยำ ท่านบอกว่า เมื่อเสร็จภารกิจในประเทศไทยแล้วท่านจะเดินทางไปประเทศพม่า เพื่อศึกษาต่อไป ท่านเป็นพระธุดงค์ชอบอยู่ ตามป่า

วันหนึ่ง หลวงพ่อกาได้ศึกษาพระวินัยกับท่านอาจารย์รูปนั้นหลายข้อ มีอยู่ ข้อหนึ่งซึ่งท่านบอกคลาดเคลื่อนไป ตามปกติหลวงพ่อกาเมื่อได้ศึกษาวินัยและทำ กิจวัตรแล้ว ครั้นถึงกลางคืนท่านจะขึ้นไปพักเดินจงกรมนั่งสมาธิอยู่บนหลังเขา วันนั้นประมาณ ๔ ทุ่มกว่าๆ ขณะที่กำลังเดินจงกรมอยู่ ได้ยินเสียงกิ้งก่าโบไม่แห่ง ดังกรอบแกรบใกล้เข้ามาทุกที ท่านเข้าใจว่าคงจะเป็นงูหรือสัตว์อย่างอื่นออกหากิน แต่พอเสียงนั้นดังใกล้ๆ เข้ามา ท่านจึงมองเห็นอาจารย์เขมมรูปนั้น หลวงพ่อกาจึงถาม ว่า “ท่านอาจารย์มีธุระอะไรจึงได้มาดึกๆ ดื่นๆ” ท่านจึงตอบว่า “ผมบอกวินัยท่านผิด ข้อหนึ่ง” หลวงพ่อกาจึงเรียนว่า “ไม่ควรลำบากถึงเพียงนี้เลย ไฟส่องทางก็ไม่มี เอาไว้

พรุ่งนี้จึงบอกผมใหม่ก็ได้” ท่านตอบว่า “ไม่ได้ๆ เมื่อผมบอกผิด ถ้าผมตายในคืนนี้ ท่านจำไปสอนคนอื่นผิดๆ อีกก็จะเป็นบาปเป็นกรรมเปล่าๆ” เมื่อท่านบอกเรียบร้อยแล้ว ก็กลับลงไป

พูดถึงการปฏิบัติที่เขาวงกตในขณะนั้นรู้สึกว่าจะยังไม่แยกคายเท่าใดนัก หลวงพ่อจึงคิดจะหาอาจารย์ผู้เชี่ยวชาญยิ่งกว่านี้ เพื่อปฏิบัติและค้นคว้าต่อไป ท่านจึงนึกถึงตั้งแต่ครั้งยังเป็นสามเณรอยู่ที่วัดก่อนอก เคยได้เห็นพระกรรมฐานมีลูกปิดแขวนคอสำหรับใช้ภาวนากันลึ้ม ท่านอยากจะได้มาภาวนาทดลองดูบ้าง นึกหาอะไรไม่ได้จึงมองไปเห็นลูกตะแบก (ลูกเป็ดยกเขา) กลมๆ อยู่บนต้น ครั้นจะไปเด็ดเอามาเองก็กลัวจะเป็นอาบัติ วันหนึ่งมีพวกลิงพากันมาหักกิ่งไม้และรูดลูกตะแบกเหล่านั้นมา คิดว่าเขาร้อยเป็นพวงคล้องคอ แต่เราไม่มีอะไรร้อยจึงถือเอาว่า เวลาภาวนาจับบทหนึ่งจึงค่อยๆ ปล่อยลูกตะแบกลงกระป๋องที่ละลูกจนครบร้อยแปดลูก ทำอยู่อย่างนี้สามคืนจึงเกิดความรู้สึกว่าจะทำอย่างนี้ไม่ใช่ทาง เพราะไม่ต่างอะไรกับจับลูกหมาขายในตลาด จึงได้หยุดนับลูกตะแบกเสีย

๗. เหตุการณ์แปลกๆ ครั้งที่ ๑

ในพรรษาที่ ๘ นี้ ขณะจำพรรษาอยู่ที่วัดเขาวงกต วันหนึ่งขณะที่ขึ้นไปอยู่บนหลังเขา หลังจากเดินจงกรมและนั่งสมาธิแล้ว ก็จะพักผ่อนตามปกติ ก่อนจำวัดจะต้องสวดมนต์ไหว้พระ แต่วันนั้นเชื่อความบริสุทธิ์ของตนเองจึงไม่ได้สวดอะไร ขณะที่กำลังเคลิ้มจะหลับ ปรากฏว่าเหมือนมีอะไรมารัดลำคอแน่นเข้าๆ แทบหายใจไม่ออก ได้แต่นึกภาวนา พุทฺโธ พุทฺโธ เรื่อยไป เป็นอยู่นานพอสมควร อาการรัดคอนั้นจึงค่อยๆ คลายออก พอลืมตาได้แต่ตัวยังกระดิกไม่ได้ จึงภาวนาต่อไปจนพอกระดิกตัวได้แต่ยังลุกไม่ได้ เอามือลูบคลำตัวนึกว่ามีไช้ตัวของเรา ภาวนาจนลุกนั่งได้แล้ว พอ นั่งได้จึงเกิดความรู้สึกว่าจะเรื่องการถือมงคลดื่นขาวแบบสีลัพพตปรามาส ไม่ใช่ทางที่ถูกที่ควร การปฏิบัติธรรมต้องเริ่มต้นจากมีศีลบริสุทธิ์ เป็นเหตุให้พิจารณาว่า ลัทธิทั้งหลายมีกรรมเป็นของๆ ตน แน่ชัดลงไปโดยมิต้องสงสัย นับตั้งแต่นั้นมา



หลวงพ่อกษามีความระวังสำรวมด้วยดี มิให้มีความบกพร่องเกิดขึ้น แม้กระทั่งสิ่งของที่ได้มาไม่บริสุทธ์ตามวินัยและปัจจัย (เงินทอง) ท่านก็สละหมด และปฏิญาณว่าจะไม่ยอมรับตั้งแต่วันนั้นมาจนกระทั่งถึงทุกวันนี้

ในระหว่างพรรษา นั้น ได้รับคำแนะนำจากโยมอินทร์มีคณายกวัดเขาวงกต ซึ่งเคยปฏิบัติรับใช้พระอาจารย์มั่นมาแล้วว่า ท่านอาจารย์มั่น ภูริทัตโต เป็นผู้มีความคุณธรรมสูง ทั้งชำนาญด้านวิปัสสนาธุระ มีประชาชนเคารพเลื่อมใสมาก ท่านมีสำนักอยู่ที่วัดป่าหนองผือใน อำเภอรณานิคม จังหวัดสกลนคร

พ.ศ.๒๔๙๐ เป็นพรรษาที่ ๙ จำพรรษาอยู่ที่วัดเขาวงกต เมื่อออกพรรษาแล้ว ได้เดินทางไปหาท่านอาจารย์มั่น มีพระไปด้วยกัน ๔ รูป เป็นพระภาคกลาง ๒ รูป พากันเดินทางย้อนกลับมาที่จังหวัดอุบลฯ พักอยู่ที่วัดก่อนออกชั่วคราว จึงพากันเดินธุดงค์กรำแดดไปเรื่อยๆ จุดหมายปลายทางคือ สำนักพระอาจารย์มั่น ออกเดินทางไปได้พอถึงคืนที่ ๑๐ จึงถึงพระธาตุพนม นมัสการพระธาตุพนมและพักอยู่ที่นั่นหนึ่งคืน แล้วออกเดินทางไปอำเภอนาแก ไปแวะนมัสการท่านอาจารย์สอนที่ภูค้อ เพื่อศึกษาข้อปฏิบัติ แต่เมื่อสังเกตพิจารณาดูแล้วยังไม่เป็นที่พอใจนัก ได้พักอยู่ที่ภูค้อสองคืนจึงเดินทางต่อไป แยกกันเดินทางเป็น ๒ พวกตรงนั้น หลวงพ่อกษามีความตั้งใจว่า ก่อนจะไปถึงพระอาจารย์มั่น ควรจะแวะสนทนาธรรม และศึกษาข้อปฏิบัติจากพระอาจารย์ต่างๆ ไปก่อน เพื่อจะได้เปรียบเทียบ เทียบเคียงกันดู

๘. พบพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต

ดังนั้นเมื่อได้ทราบว่ามีพระอาจารย์ด้านวิปัสสนาอยู่ทางทิศใต้จึงไปนมัสการอยู่เสมอ การกลับจากภูค้อนี้คณะที่ไปด้วยกันได้รับความลำบากเหน็ดเหนื่อยมาก จึงมีสามเณร ๑ รูป กับอุบาสก ๒ คน เห็นว่าตนเองคงจะไปไม่ไหวจึงลากลับบ้านก่อน ยังมีเหลือแต่หลวงพ่อกษากับพระอีก ๒ รูป เดินทางต่อไปโดยไม่ยอมเลิกความตั้งใจเดิม แม้จะลำบากสักปานใดก็ต้องอดทน หลายวันต่อมาจึงเดินทางถึงสำนักของพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต สำนักหนองผือใน อำเภอรณานิคม จังหวัดสกลนคร

วันแรกพออย่างเข้าสู่สำนัก มองดูลานวัดสะอาดสะอาด เห็นกิริยามารยาทของเพื่อน บรรพชิต ก็เป็นที่น่าเลื่อมใสและเกิดความพอใจมากกว่าที่ใดๆ ที่เคยผ่านมา พอถึง ตอนเย็นจึงได้เข้าไปกราบนมัสการพร้อมศิษย์ของท่านและฟังธรรมร่วมกัน ท่าน อาจารย์ได้ซักถามเรื่องราวต่างๆ เช่น เกี่ยวกับอายุพรรษา และสำนักที่เคยปฏิบัติมาแล้ว หลวงพ่อชาได้กราบเรียนว่ามาจากสำนักอาจารย์เภา วัดเขาวงกต จ.ลพบุรี พร้อมกับเอาจดหมายที่โยมอินทร์ฝากมาถวาย ท่านอาจารย์มั่นได้พูดว่า “ดี ท่าน อาจารย์เภาก็เป็นพระแท่งค์หนึ่งในประเทศไทย”

ต่อจากนั้น ท่านก็เทศน์ให้ฟังโดยปรารภถึงเรื่องนิกายว่า “ไม่ต้องสงสัยใน นิกายทั้งสอง” ซึ่งเป็นเรื่องที่หลวงพ่อสงสัยมาก่อนนั้นแล้ว ต่อไปท่านก็เทศน์เรื่อง สีนินเทส สมานินเทส ปัญญาธิเทส ให้ฟังจนเป็นที่พอใจและหายสงสัย และท่าน ได้อธิบายเรื่องพละ ๕ อิทธิบาท ๔ ให้ฟัง ซึ่งขณะนั้นศิษย์ทุกคนฟังด้วยความสนใจ มีอาการอันสงบเสียม ทั้งๆ ที่หลวงพ่อและเพื่อนเดินทางมาด้วยความเหน็ดเหนื่อย ตลอดวัน พอได้มาฟังเทศน์ท่านอาจารย์มั่นแล้วรู้สึกว่าการหายสงสัยได้หายไป จิตใจ ลงสู่สมาธิธรรมด้วยความสงบ มีความรู้สึกที่ตัวลอยอยู่บนอาสนะ นั่งฟังอยู่นกระทั่ง เที่ยงคืนจึงเลิกประชุม

ในคืนที่ ๒ ได้เข้านมัสการฟังเทศน์อีก ท่านอาจารย์มั่นได้แสดงปณิธานธรรม ต่างๆ จนจิตเราหายความสงสัย มีความรู้สึกซึ่งเป็นการยากที่จะบอกคนอื่นให้เข้าใจได้

ในวันที่ ๓ เนื่องจากความจำเป็นบางอย่าง จึงได้กราบลาท่านอาจารย์มั่น เดินทางลงมาทางอำเภอหนาแก ไม่ว่าจะหลวงพ่อก็จะเดินจงกรม หรือนั่งสมาธิอยู่ ณ ที่ใดๆ ก็ตาม ปรากฏว่าท่านอาจารย์มั่นคอยติดตาม ตักเตือนอยู่ตลอดเวลา พอ เดินทางมาถึงวัดโปรดครองซึ่งเป็นสำนักของพระอาจารย์คำดี เห็นพระท่านไปอยู่ป่าช้า เกิดความสนใจมาก เพราะมาคิดว่าเมื่อเป็นนักปฏิบัติจะต้องแสวงหาความสงบ เช่น ป่าช้า ซึ่งเราไม่เคยอยู่มาก่อนเลย ถ้าไม่อยู่คงไม่รู้ว่ามีความเหมาะสมเพียงใด เมื่อ คนอื่นเขาอยู่ได้เราก็ต้องอยู่ได้ จึงตัดสินใจจะไปอยู่ป่าช้า และชวนเอาพ่อขาวแก้ว ไปเป็นเพื่อนด้วย

๙. ปราภฏการณ์แปลกครั้งที่ ๒

ชีวิตครั้งแรกที่เข้าอยู่ป่าช้าดูเหมือนเป็นเหตุบังเอิญ ในวันนั้นมีเด็กตายในหมู่บ้าน เขาจึงเอาฝังไว้ โยมเลยเอาไม้ไฟที่ห้ามเด็กมานั้นลับเป็นฟากยกร้านเล็กๆ พอนั่งได้ใกล้ๆ กับหลุมฝังศพ หลวงพ่อชาเล่าว่า ทั้งๆ ที่ตัวเองก็รู้สึกกลัวเหมือนกัน แต่ไล่ให้พ่อชาวแก้วไปปักกลดห่างกันประมาณ ๑ เส้น เพราะถ้าอยู่ใกล้กันมันจะถือเอาเป็นที่พึ่ง คืบแรกขณะที่เดินจงกรมเกิดความกลัว เกิดความคิดว่า “หยุดเถอะ พอแล้ว เข้าไปนั่งในกลดเถอะ” ทั้งๆ ที่ยังไม่ดีก็เท่าใด แต่ก็เกิดความคิดขึ้นใหม่ว่า “ไม่หยุด เดินต่อไป เรามาแสวงหาของจริง ไม่ได้มาเล่น” ความคิดชวนหยุดเข้ากลด เพราะกลัว กับความคิดหักห้ามว่าไม่หยุด เดินต่อไปยังไม่ดี มันเกิดแย้งกันอยู่เรื่อยๆ ต้องฝืนความรู้สึกของตน ออกลั่นขมใจไว้อย่างนั้น และในคืบแรกนี้ขณะเดินจงกรมอยู่จิตเริ่มสงบ พอเดินไปถึงหลุมฝังศพ ปราภฏว่าเรามองลงไปหลุม เห็นองค์กำเนิดของเด็กผู้ชายชัดเจน ทั้งๆ ที่เราไม่ทราบว่าเขาเอาเด็กผู้ชายหรือผู้หญิงมาฝังไว้ พอถึงตอนเช้าจึงได้ถามโยมว่าเอาเด็กผู้ชายหรือผู้หญิงไปฝัง เขาตอบว่า เด็กผู้ชาย คืบแรกผ่านไป ยังไม่มีเหตุการณ์อะไรมากนัก ความกลัวก็มีไม่มาก

วันที่ ๒ ก็มีคนตายอีก คราวนี้เป็นผู้ใหญ่ เขาพามาเผาห่างจากที่ปักกลดประมาณ ๑๐ วา คืบนี้แหละเป็นคืบสำคัญ หลังจากเดินจงกรมได้เวลาพอสมควร จึงเข้านั่งสมาธิภายในกลด ได้ยินเสียงดัง ‘กุกกัก’ ทางกองฟอน เรานึกว่าหามาแย่งกินซากศพ ลักครู่หนึ่งเสียงดังแรงขึ้นและใกล้เข้ามา ท่านคิดว่าหรือจะเป็นควายของชาวบ้านเชือกผูกขาดมาหากินไปไม้ในป่า จิตใจเริ่มกลัวเพราะเสียงนั้นใกล้เข้ามาทุกที หลวงพ่อได้ตั้งใจแน่วแน่ว่า ไม่ว่าจะมียะอะไรเกิดขึ้น แม้ตัวจะตายก็ไม่ยอมล้มตาศื้นมาดู และจะไม่ยอมออกจากกลด ถ้าจะมีอะไรมาทำลายก็ขอให้ตายภายในกลดนี้ พอเสียงนั้นใกล้เข้ามาๆ ก็ปราภฏเป็นเสียงคนเดิน เดินเข้ามาข้างๆ กลด แล้วเดินอ้อมไปทางพ่อชาวแก้ว กะประมาณพอไปถึงได้ยินเสียงดังอีกอ้อๆ แล้วเสียงคนเดินนั้นก็เดินตรงแนวมาที่หลวงพ่อก็ใกล้เข้ามาๆ มาหยุดอยู่ข้างหน้าประมาณ ๑ เมตร

ตอนนี้แหละความกลัวทั้งหลายที่มีอยู่ในโลกดูเหมือนจะมารวมกันอยู่ที่นั่นหมด ลืมนึกถึงบทสวดมนต์ที่จะป้องกัน ลืมหมดทุกสิ่งทุกอย่าง กลัวมากถึงขนาดนั่งอยู่ข้างๆ บาตร ก็นึกเอาบาตรเป็นเพื่อน แต่ความกลัวไม่ลดลงเลย ปรากฏว่าเขา ยืนยืนอยู่ข้างหน้าเรา ดีหน่อยที่เขาไม่เปิดกลตเข้ามา ในชีวิตตั้งแต่เกิดมาไม่เคยมีความกลัวมากและนานเท่าครั้งนี้ เมื่อความกลัวมันมีมากแล้ว มันก็มีที่สุดของความกลัว เลยเกิดปัญหาถามตัวเองว่า “กลัวอะไร?” คำตอบก็มีขึ้นว่า “กลัวตาย” ความตายมันอยู่ที่ไหน? อยู่ที่ตัวเรา เมื่อรู้ว่าอยู่ที่ตัวเรา จะหนีพ้นมันได้ไหม? ไม่พ้น เพราะไม่ว่าจะอยู่ที่ไหน เวลาใด คนเดียวหรือหลายคน ในที่มีดหรือที่แจ้ง ก็ตายได้ทั้งนั้น หนีไม่พ้นเลย จะกลัวหรือไม่กลัวก็ไม่มีทางพ้น เมื่อรู้อย่างนี้ความกลัวไม่รู้ว่าจะหายไปไหน เลยหยุดกลัว ดูเหมือนคล้ายกับเราออกจากที่มีดที่สุด มาพบแสงสว่าง นั่นแหละ

เมื่อความกลัวหายไป ผู้ที่เข้ามายืนอยู่หน้ากลตก็หายไปด้วย เมื่อความกลัวกับสิ่งที่กลัวหายไปได้สักครู่หนึ่ง เกิดลมและฝนตกลงมาอย่างหนัก ผ้าจีวรเปียกหมด แม้จะนั่งอยู่ภายในกลตก็เหมือนนั่งอยู่กลางแจ้ง เลยเกิดความสงสารตัวเองว่า ตัวเรานี้เหมือนลูกไม่มีพ่อแม่ ไม่มีที่อยู่อาศัย เวลาฝนตกหนัก เพื่อนมนุษย์เขานอนอยู่ในบ้านอย่างสบาย แต่เราสิ มานั่งตากฝนอยู่อย่างนี้ ผ้าผ่อนเปียกหมด คนอื่นๆ เขาคงไม่รู้หรือกว่า เรากำลังตกอยู่ในสภาพเช่นนี้ ความว่าเหว่เกิดขึ้นนานพอสมควร เมื่อนึกได้ก็ห้ามไว้ด้วยปัญญา พิจารณาอาการอย่างนั้นก็สงบลง พอดีได้เวลารุ่งอรุณ จึงลุกจากที่นั่งสมาธิ

ในระยะเวลาที่เกิดความกลัวนั้น รู้สึกปวดปัสสาวะ แต่พอกลับถึงขีดสุด อาการปวดปัสสาวะมีเลือดออกมาเป็นแท่งๆ ก่อน แล้วจึงมีน้ำปัสสาวะออกมา ทำให้รู้สึกตกใจนิดหนึ่ง คิดว่าข้างในคงแตกหรือขาดจึงมีเลือดออกอย่างนี้ แต่ก็นึกได้ว่าจะทำอย่างไรได้ ในเมื่อเรามีได้ทำ มันเป็นของมันเอง ถ้าถึงคราวตายก็ให้มันตายไปเสีย นึกสอนตัวเองได้อย่างนี้ก็สบายใจ ความกลัวตายหายไปตั้งแต่นั้นมา

พอได้เวลาบิณฑบาต พ่อขาวแก้วก็มาถามว่า “หลวงพ่...หลวงพ่ เมื่อคืนนี้มีอะไร เห็นอะไรไปหาบ้าง? มันเดินมาจากทางอาจารย์อยู่นั้นแหละ มันแสดงอาการที่น่ากลัวใส่ผม ผมจึงต้องชักมือออกมาของมัน มันจึงเดินกลับไป”

หลวงพ่ซาจึงตอบว่า “จะมีอะไรเล่า หยุดพุดดีกว่า” พ่อขาวแก้วก็เลยหยุดถาม หลวงพ่คิดว่าถ้าขึ้นพุดไป ถ้าพ่อขาวแก้วเกิดกลัวขึ้นมาเดี๋ยวก็อยู่ไม่ได้เท่านั้น

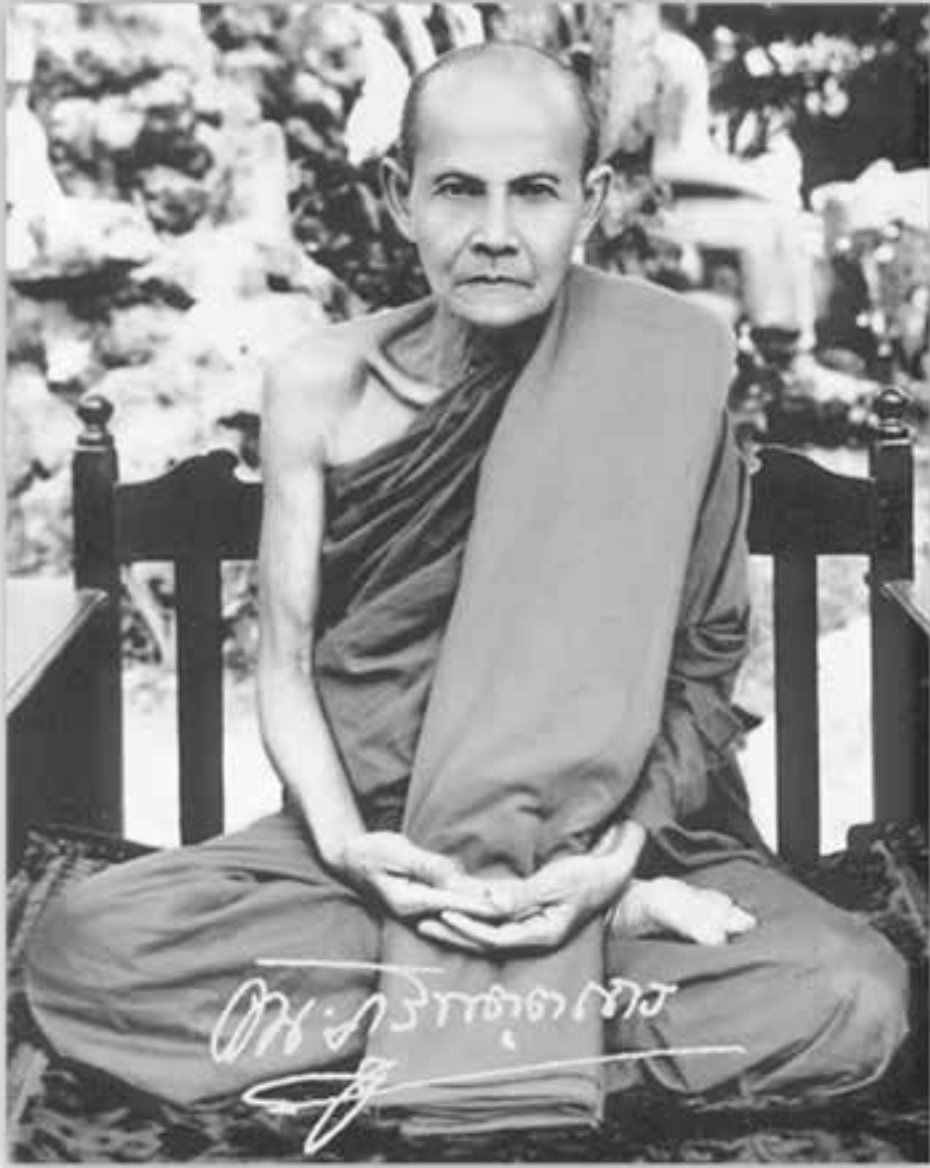
เมื่ออยู่ป่าช้าใกล้วัดท่านอาจารย์คำดีได้ ๗ วัน ก็มีอาการเป็นไข้ เลยพักรักษาตัวอยู่กับอาจารย์คำดีประมาณ ๑๐ วัน จึงย้ายลงมาทางบ้านต้อง พักอยู่ที่ป่าละเมาะบ้านต้องได้เวลานานพอสมควร

๑๐. นิमितถึงพระอาจารย์มัน

ในพรรษาที่ ๙ นี้ ได้มาจำพรรษาอยู่กับท่านอาจารย์กินรี วัดป่าหนองฮี อ.ปลาปาก จ.นครพนม มาขอพึ่งบารมีปฏิบัติธรรมกับท่าน และได้รับความสงเคราะห์จากท่านอาจารย์เป็นอย่างดี

คืนวันหนึ่ง หลังจากหลวงพ่ทำความเพียรแล้วคิดจะพักผ่อนบนกุฏิเล็กๆ พอเอนกายลง คีระระถึงหมอนด้วยการกำหนดสติ พอเคลิ้มไปเกิดนิมิตขึ้นว่า ท่านอาจารย์มัน ภูริทัตโต ได้มาอยู่ใกล้ๆ นำลูกแก้วลูกหนึ่งมายื่นให้แล้วพูดว่า “ซา...เราจะให้ลูกแก้วลูกนี้แก่ท่าน มันมีรัศมีสว่างไสวมาก” หลวงพ่ยื่นมือขวาไปรับลูกแก้วลูกนั้น รวบรวมมือท่านอาจารย์มันแล้วลูกรู้นั้น พอรู้อีกตัวก็เห็นตัวเองยังกำมือและอยู่ในท่าหนึ่งตามปกติ มีอาการคิดค้นธรรมะเพื่อความรู้อีกเกี่ยวกับการปฏิบัติ

ในพรรษาที่อยู่กับอาจารย์กินรีนั้น ขณะที่มีความเพียรปฏิบัติธรรมอย่างเคร่งครัด ในวาระหนึ่ง ได้เกิดการต่อสู้กับราคะธรรมอย่างแรง ไม่ว่าจะเดินจงกรม นั่งสมาธิ หรืออยู่ในอิริยาบถใดก็ตาม ปรากฏว่ามีโยนิของผู้หญิงชนิดต่างๆ ลอยปรากฏเต็มไปหมด เกิดราคะขึ้นจนทำความเพียรเกือบไม่ได้ ต้องทนต่อสู้กับความรู้อีกและนิมิตเหล่านั้นอย่างลำบากยากเย็นจริงๆ มีความรุนแรงพอๆ กับความกลัวที่เกิดขึ้นในคราวที่ไปอยู่ป่าช้านั้นแหละ เดินจงกรมไม่ได้เพราะองค์กำเนิดถูกผ้าเข้า





ก็จะเกิดการไหวตัว ต้องให้ทำที่เดินจงกรมในป่าที่บึงและเดินได้เฉพาะในที่มืดๆ เวลาเดินต้องถลกลบงขึ้นพื้นเอวไว้จึงจะเดินจงกรมต่อไปได้ การต่อสู้กับกิเลสเป็นไปอย่างทรหดอดทน ได้ทำความเพียรต่อสู้กันอยู่นานเป็นเวลา ๑๐ วัน ความรู้สึกและนิมิตเหล่านั้นจึงจะสงบลงและหายไป

เมื่อถึงหน้าแล้ง (ปี พ.ศ.๒๔๙๐) หลวงพ่อจึงกราบลาท่านอาจารย์กินรี เพื่อแสวงหาวิเวกต่อไป ก่อนจากท่านอาจารย์กินรีได้ให้โอวาทว่า “ท่านชา... อะไรๆ ก็พอสมควรแล้ว แต่ให้ท่านระวังการเทศน์นะ” ต่อจากนั้นก็ได้เดินทางไปเรื่อยๆ แสวงหาที่วิเวกบำเพ็ญสมณธรรมต่อไป จนเดินรุดงค์ไปถึงบ้านโคกยาว จังหวัดนครพนม ไปพักอยู่ในวัดร้างแห่งหนึ่งห่างจากหมู่บ้านประมาณ ๑๐ เส้น ในระยะนี้จิตสงบและเบาใจ อาการมุ้งจะเทศน์ก็เริ่มปรากฏขึ้นมา

๑๑. เหตุการณ์แปลกครั้งที่ ๓

เมื่อได้ปฏิบัติธรรมอยู่ที่วัดร้างแห่งนั้น วันหนึ่งเขามุ่งงานในหมู่บ้าน มีมหรสพเปิดเครื่องขยายเสียงดังอื้ออึงมาก ขณะนั้นหลวงพ่อกำลังเดินจงกรมอยู่เป็นเวลาประมาณ ๔ ทุ่ม เดินได้นานพอสมควร จึงนั่งสมาธิบนกุฏิชั่วคราว ขณะที่นั่งอยู่นั้นจิตใจเข้าสู่ความสงบ จนมีความรู้สึกว่า เสียงเป็นเสียง จิตเป็นจิต ไม่ปะปนกัน ไม่มีความกังวลอะไรทั้งสิ้น อาการเหล่านี้ปรากฏเป็นเวลานาน ถ้าจะอยู่ตลอดคืนก็ได้ จนจิตเกิดความรู้สึกว่า “เอาละพักผ่อนเสียที” จึงมีการพักผ่อนตามสภาพของสังขาร พอเอนกายลงศีรษะยังไม่ถึงหมอน ด้วยสติเต็มเปี่ยม จิตมีการน้อมเข้าสู่มรณสติเป็นครั้งแรก จนกระทั่งจิตดำเนินเข้าไปผ่านจุดอันหนึ่ง ได้ปรากฏว่าร่างกายระเบิดเป็นผุยผง อาการจิตนั้นทะลุเข้าสู่จุดแห่งความสงบใสสะอาดอีกต่อไป เมื่อเวลานานพอสมควรแล้ว จึงมีอาการถอนออกมาเป็นปกติธรรมดาอีกพักหนึ่ง แล้วก็มีการดำเนินเข้าไปถึงจุดอย่างเก่า ร่างกายมีกำลังระเบิดรุนแรงละเอียดยิ่งกว่าครั้งแรกประมาณ ๓ เท่า แล้วก็ทะลุเข้าสู่จุดนานพอสมควร จึงมีอาการถอนออกมาถึงปกติจิตธรรมดา แล้วก็มีการน้อมเข้าไปผ่านจุดอย่างเก่า มีการระเบิดอย่างรุนแรงยิ่งกว่าครั้งที่สองตั้ง ๓ เท่า จนคล้ายๆ กับโลกนี้แตกละเอียดไม่มีอะไรเหลือ แล้ว

จึงทะลุเข้าสู่จุดมุ่งสงบใสสะอาด ทั้งละเอียดยิ่งขึ้นถึง ๓ เท่า แล้วมีการถอนออกมาอีกเช่นเคย

จึงมีความวิตกเกิดขึ้นว่านี่คืออะไร? มีคำตอบเกิดขึ้นว่า “สิ่งนี้ไม่ต้องสงสัย สิ่งนี้คือของเป็นเอง” ต่อจากนั้นก็มีความเบาใจ ยากแก่การที่จะพูดให้คนอื่นเข้าใจได้ ลักษณะที่กล่าวมานี้ เราไม่ต้องปรุงแต่ง เป็นพลังจิตเป็นเองของมัน หลังจากนั้น การปฏิบัติมีความรู้สึกเปลี่ยนแปลงไปจากเดิมมากทีเดียว เมื่อพักอยู่ที่วัดร้าง บ้านโคกยาวได้ครบ ๑๙ วัน จึงเดินทางต่อไปตามบ้านเล็กบ้านน้อยเรื่อยไป การแสดงธรรมและการแก้ปัญหาของตนเองและผู้อื่น รู้สึกว่ามีความคล่องแคล่วมาก ไม่มีความสะทกสะท้านอะไรเลย

๑๒. ชนะใจตนยอมพินภัย

ในระยะเดินทางครั้งนี้ นอกจากมีพระเลื่อมเป็นเพื่อนแล้วยังมีเด็กเป็นลูกศิษย์อีก ๒ คน เดินทางไปด้วย แต่เป็นเด็กพิการ คนหนึ่งหูหนวก อีกคนหนึ่งขาเป๋ เขายังอุตสาห์ร่วมเดินทางด้วย และทำให้ได้ข้อคิดอันเป็นธรรมะสอนใจอยู่หลายอย่าง คนหนึ่งนั้นชาติตาดีแต่หูพิการ อีกคนหูดีแต่ขาพิการ เวลาเดินทางคนขาเป๋เดินไปบางครั้งขาข้างที่เป๋ก็ไปเกี่ยวข้างที่ดีทำให้หกล้มหลุกบ่อยๆ คนที่หูหนวกนั้นเล่า เวลาเราจะพูดด้วยต้องใช้มือใช้ไม้ประกอบ แต่พอมันหันหลังให้ก็อย่าเรียกให้เมื่อปากเลย เพราะเขาไม่ได้ยิน เมื่อมีความพอใจ ความพิการนั้นไม่เป็นอุปสรรคขัดขวางในการเดินทาง ความพิการแม้ตัวเขาเองก็ไม่ต้องการ พ่อแม่ของเขาก็คงจะไม่ปรารถนาอยากให้ลูกพิการอย่างนั้น แต่ก็หนีกรรมของกรรมไม่พ้น จริงดังที่พระพุทธองค์ตรัสว่า สัตว์ทั้งหลายมีกรรมเป็นของๆ ตน มีกรรมเป็นทายาท มีกรรมเป็นแดนเกิด ฯลฯ เมื่อพิจารณาความพิการของเด็กที่เป็นเพื่อนร่วมเดินทาง ยังกลับเอามาสอนตนเองว่า เด็กทั้งสองพิการกาย เดินทางได้ จะเข้รกรเข้าป่าก็รู้ แต่เราพิการใจ (ใจมีกิเลส) จะพาเข้รกรเข้าป่าหรือเปล่า คนพิการกายอย่างเด็กนี้มีได้เป็นพิษเป็นภัยแก่ใคร แต่ถ้าคนพิการใจมากๆ ย่อมสร้างความวุ่นวายยุ่งยากแก่มนุษย์ และสัตว์ให้ได้รับความเดือดร้อนมากทีเดียว



ครั้งวันหนึ่งเดินทางไปถึงป่าใกล้หมู่บ้านแห่งหนึ่ง ซึ่งอยู่ในเขตจังหวัดนครพนม เป็นเวลาค่ำแล้ว และได้ตกลงจะพักในป่าแห่งนั้น และได้มองไปเห็นทางเก่าซึ่งคนไม่ค่อยใช้เดิน เป็นทางผ่านดงใหญ่เป็นลำดับไปถึงภูเขา พลันก็นึกถึงคำสอนของ คนโบราณว่า เข้าป่าอย่านอนขวางทางเก่า จึงเกิดความสงสัยอยากจะพิสูจน์ดูว่าทำไม เขาจึงห้าม จึงตกลงกับท่านเลื่อม ก็กางกลดตรงทางเก่านั้นแหละ ให้เด็กสองคน อยู่ที่กึ่งกลางระหว่างกลดสองหลัง ครั้นเวลาจำวัดหลังจากนั่งสมาธิพอสมควรแล้ว ต่างคนต่างก็พัก แต่ท่าน (หลวงพ่อบุชา) คิดว่าถ้าเด็กมองไม่เห็นใคร เขาอาจจะ กลัว จึงเลิกผ้ามุ้งขึ้นพาดไว้ที่หลังกลด แล้วก็นอนตะแคงขวางทางอยู่ใต้กลดนั่นเอง หันหลังไปทางป่า หันหน้ามาทางบ้าน

แต่พอกำลังเตรียมตัวกำหนดลมหายใจเพื่อจะหลับ ทันทีนั้นหูก็แว่วได้ยิน เสียงใบไม้แห้งดังกรอบแกรบๆ ซึ่งเป็นอาการก้าวเดินอย่างช้าๆ เป็นจังหวะใกล้เข้ามา ใกล้เข้ามาจนได้ยินเสียงหายใจและวาระจิตก็บอกตัวเองว่า “เสื่อมาแล้ว” จะเป็นสัตว์ อื่นไปไม่ได้ เพราะอาการก้าวเดินและเสียงหายใจมันบ่งอยู่ชัดๆ เมื่อรู้ว่าเสื่อเดินมา เราก็คิดหวังชีวิตอยู่ระยะหนึ่ง และพลันจิตก็สอนตนเองว่า อย่าหวังชีวิตเลย แม้ เสื่อจะไม่ทำลาย เจ้าก็ต้องตายอยู่แล้ว การตายเพื่อรักษาสังขารยอมมีความหมาย เราพร้อมแล้วที่จะเป็นอาหารของมัน ถ้าหากเราไม่เคยเป็นคู่เวรกับมัน มันคงจะ ไม่ทำอะไรเราได้ พร้อมกับจิตน้อมระลึกถึงพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เป็นที่พึ่ง เมื่อเรายอมและพร้อมแล้วที่จะตาย จิตใจก็รู้สึกสบาย ไม่มีกังวล และปรากฏว่าเสียง เดินของมันเงียบไป ได้ยินแต่เสียงหายใจ กะประมาณอยู่ห่างจากท่าน ๖ เมตร ท่าน นอนรอฟังอยู่สักครู่ เข้าใจว่ามันคงจะยืนพิจารณาอยู่ว่า “ใครเล่า...มานอนขวางทาง ข้า” แต่แล้วมันคิดอย่างไรไม่ทราบ มันจึงหันหลังเดินกลับไป เสียงกรอบแกรบของ ใบไม้แห้งดังห่างออกไปๆ จนกระทั่งเงียบหายไป

หลวงพ่อบุชาเล่าว่า เมื่อเราทอดอาลัยในชีวิต วางมันเสีย ไม่เสียตาย ไม่กลัวตาย ก็ทำให้เราเกิดความสบายและเบาใจจริงๆ คตินั้นก็ผ่านไปจนได้ เวลาตื่นขึ้นบำเพ็ญ ธรรม หลังจากบิณฑบาตมาแล้ว ก็ออกเดินทางต่อไป เพราะท่านได้รู้แล้วว่าทำไม คนโบราณจึงสอนไว้ว่า เข้าป่าอย่านอนขวางทางเก่า

หลวงพ่อกับคณะได้ออกเดินทางไปถึงแม่น้ำสงคราม อำเภอศรีสงคราม จังหวัดนครพนม จนกระทั่งถึงแม่น้ำโขง ข้ามไปนมัสการพระพุทธบาทพลสันต์ ผังลาว แล้วจึงข้ามกลับมา ย้อนกลับมาทางอำเภอศรีสงคราม พักอยู่บ้านหนองกา ในเวลานั้นบริวารไม่สมบูรณ์เนื่องจากห่างหมู่ญาติและขาดผู้ครุฑา บาดรที่ใช้อยู่ นั้น รู้สึกว่าเล็กและมีรูรั่วหลายแห่งเกือบใช้ไม่ได้ พระวัดหนองกาจึงถวายบาตรขนาด กลางมีช่องทะลุนิดหน่อย แต่ไม่มีฝาบาตร จะหาฝาที่ไหนก็ไม่ได้ ขณะเดินจงกรมอยู่ ก็คิดว่า จะเอาหวายถักเป็นฝาบาตร จึงให้โยมเข้าไปหาหวายมาให้ เกิดกังวลใน การหาบริวาร

คืนวันหนึ่งขณะที่จุดธูปกำลังเอาหวายถักเป็นฝาบาตรอยู่ จนขี้ธูปหยดลงถูก แขนพองขึ้น รู้สึกเจ็บแสบ จึงเกิดความรู้สึกขึ้นว่า “เรามามัวกังวลในบริวารมาก เกินไป” จึงได้ปล่อยวางไว้เริ่มทำกรรมฐานต่อไป ได้เวลานานพอสมควรจึงหยุด เพื่อจะพักผ่อน แต่พอเคลิ้มไปจึงสุบินนิมิตว่า สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเสด็จมา เตือนว่า “สัพเพ อิมะ ปริกขาร่า ปัญจักขันธานัง ปริวารายะเวะ บริวารทั้งปวงเป็น เพียงเครื่องประดับชั้น ๕ เท่านั้น” พอจบพุทธภาษิตนี้เท่านั้นก็รู้สึกตัวพร้อมทั้ง ลุกขึ้นนั่งทันที เป็นเหตุให้พิจารณาได้ความว่า การไม่รู้จักประมาณในการบริโภคน บริวาร มีความกังวลในการจัดหา ย่อมเป็นการยุ่งยาก ขาดการปฏิบัติธรรม ย่อม ไม่ได้รับผลอันตนพึงปรารถนา

พ.ศ.๒๔๙๑ (พรรษาที่ ๑๐) ในระยะต้นปีนี้เอง หลวงพ่อกับคณะย้ายจากบ้าน หนองกา เดินทางไปได้ระยะไกลพอสมควรจึงได้ข้อคิดว่า การคลุกคลีอยู่ร่วมกับ ผู้มีปฏิบัติไม่เสมอกัน ทำให้เกิดความลำบาก จึงได้ตกลงแยกทางกันกับพระเถร มต่างคนต่างไปตามชอบใจ ท่านเลื่อมนำเด็กสองคนนั้นไปส่งบ้านเขา ส่วนหลวงพ่อก็ ออกเดินทางไปคนเดียว จนกระทั่งเดินมาถึงวัดร้างในป่าใกล้บ้านชาน้อย ซึ่งอยู่ ในเขตอำเภอศรีสงคราม ท่านเองเห็นว่าเป็นที่วิเวกเหมาะแก่การบำเพ็ญธรรม จึงได้ พักอยู่ที่วัดร้างนั้น บำเพ็ญเพียรได้เต็มที่ มีการสำรวมอย่างดีเพื่อให้เกิดความรู้ มิได้มองหน้าผู้ใส่บาตรและผู้ถวายอาหารเลย เพียงแต่รับทราบว่าเป็นชายหรือหญิง เท่านั้น เดินจงกรมอยู่จนเท้าเกิดบวมเดินต่อไปไม่ได้ จึงพักการเดินทาง ได้แต่นั่งสมาธิ



อย่างเดียว ใช้บะชรรวมระงับอาพาธเป็นเวลา ๓ วัน ทำจึงหายเจ็บ การเทศน์ก็ดี การรับแขกก็ดี ท่านถึงได้ไว้เพราะต้องการความสงบ ระยะเวลาที่ปฏิบัติอยู่นั้น ใหม่ๆ ที่ได้แยกทางกับเพื่อนมาเพราะไม่อยากจะคลุกคลี แต่ก็เกิดความอยากจะได้เพื่อนที่ดีๆ อีกสักคน จึงเกิดคำถามขึ้นว่า

“คนดีนะอยู่ที่ไหน”

ก็มีคำตอบเกิดขึ้นว่า “คนดีอยู่ที่เรานี้แหละ ถ้าเราไม่ดีแล้วเราจะอยู่ที่ไหนกับใครมันก็ไม่ดีทั้งนั้นแหละ” จึงได้เป็นคติสอนตนเองมาจนกระทั่งทุกวันนี้ เมื่ออยู่ที่นั่นได้ครบ ๑๕ วัน แล้วจึงออกเดินทางต่อไปผ่านบ้านข่าใหญ่มาถึงกลางป่า พักผ่อนอยู่เกิดกระหายน้ำมาก บ่อน้ำก็ไม่มี จึงเดินต่อไป พอจวนจะถึงแอ่งน้ำที่แห้งแล้ง เกิดฝนตกลงมาอย่างแรง น้ำฝนปนดินไหลลงรวมในแอ่ง ด้วยความกระหายจึงล้วงเอาหม้อกรองน้ำเดินลงไป เอาหม้อกรองจุ่มลงไปใต้น้ำ แต่เพราะน้ำขุ่นมาก จึงไม่ไหลเข้าในหม้อกรอง เลยไม่ได้จันน้ำ จึงอดทนต่อความกระหายและเดินทางต่อไป

๑๓. ผู้หมดความโกรธ

เมื่อหลวงพ่อดำเดินทางมาจนกระทั่งถึงวัดป่าซึ่งตั้งอยู่ในเขตป่าช้า (เป็นที่พักสงฆ์) อยู่ในเขตจังหวัดนครพนม เป็นเวลาจวนจะเข้าพรรษาอยู่แล้ว หลวงพ่อจึงขอพักกับหัวหน้าสงฆ์ มีนามว่า หลวงตาป๋ม ได้สนทนาธรรมกันนานพอสมควร ได้ยินหลวงตารูปนั้นพูดว่า “ท่านหมดความโกรธแล้ว” จึงเป็นเหตุให้หลวงพ่อนึกแปลกใจ เพราะคำพูดเช่นนี้ท่านไม่เคยได้ยินใครพูดมาก่อน จึงคิดว่าพระองค์นี้จะดีแต่พูดหรือว่าดีเหมือนพูด เราจะต้องพิสูจน์ให้รู้ จึงตัดสินใจขออยู่เพื่อการศึกษารวม แต่เนื่องจากหลวงพ่อไปรูปเดียว ทั้งอัฐบริวารก็เก่าเต็มที เขาไม่รู้ต้นสายปลายเหตุเพราะไม่มีใครรับรอง ถึงแม้จะขอจำพรรษาอยู่ด้วย ท่านเหล่านั้นก็ไม่ยอมเลยตกลงกันว่า จะให้ไปอยู่ที่ป่าช้าคนจีน ซึ่งอยู่นอกเขตวัดไม่ไกลนัก หลวงพ่อก็ยินดีจะไปอยู่ที่นั่น แต่พอถึงวันเข้าพรรษา หลวงตาป๋มและคณะจึงอนุญาตให้จำพรรษาในวัดได้

ตอนหลังๆ ได้ทราบว่าหลวงตาป้อนเกิดความลังเลใจ ตัดสินใจไม่ได้ว่าจะให้จำพรรษาอยู่นอกวัดหรือในวัด จึงไปปรึกษาท่านอาจารย์บุญมา ได้ทราบว่าอาจารย์บุญมาได้แนะนำ พระที่มีอายุพรรษามากมารูปเดียวอย่างนี้จะให้จำพรรษานอกวัดดูจะไม่เหมาะ บางที่ท่านอาจจะมีดีของท่านอยู่ ควรให้จำพรรษาในวัดได้ แต่ต้องทำตามข้อกติกาดังนี้

๑. ไม่ให้รับพระเคนของจากโยม เป็นแต่เพียงคอยรับจากพระรูปอื่นที่ส่งให้
๒. ไม่ให้ร่วมสังฆกรรม (อุโบสถ) เป็นแต่เพียงให้บอกปริสุทฺธิ
๓. เวลาเช้าที่ฉันให้หนึ่งท้ายแถวของพระต่อจากสามเณร

หลวงพ่อยินดีทำตามทุกอย่าง แม้ท่านจะมีพรรษาได้ ๑๐ พรรษาก็ตาม ท่านกลับภูมิใจและเตือนตนเองว่า

“จะนั่งหัวแถวหรือหางแถวก็ไม่แปลก เหมือนเพชรนิลจินดาจะวางไว้ที่ไหนก็มีราคาเท่าเดิม และจะได้เป็นการลดทิลฺลิมาณะให้หน่อยลงด้วย”

เมื่อปลงตกเสียอย่างนี้ จึงอยู่ได้ด้วยความสงบสุข หลวงพ่อเล่าว่า เมื่อเราเป็นคนพูดน้อย คอยฟังคนอื่นเขาพูดแล้วนำมาพิจารณาดู ไม่แสดงอาการที่ไม่เหมาะสมไม่ควร คอยสังเกตจริยาวัตรของท่านเหล่านั้น ย่อมทำให้ได้บทเรียนหลายๆ อย่าง ภิคุสามเณรเหล่านั้นก็คอยสังเกตความบกพร่องของหลวงพ่อยู่ เขายังไม่ไว้ใจ เพราะเพิ่งมาอยู่ร่วมกันเป็นพรรษาแรก

ตามปกติหลังจากฉันเช้าเสร็จแล้ว ท่านนำบริวารกลับกุฏิ เมื่อเก็บไว้เรียบร้อยแล้ว หลวงพ่อมักจะหลบไปพักเพื่อพิจารณาค้นหาธรรมในเขตป่าช้า ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของวัด ตรงกลางป่าช้าเขาปลุกศาลาเล็กไว้หลังหนึ่ง เมื่อมองจากศาลาย่อมมองเห็นหลุมฝังศพและฝังเถ้านกระดูกของเพื่อนมนุษย์เป็นหย่อมๆ ทำให้นึกถึงข้อธรรมะที่เคยพิจารณาว่า



อรุ้วง เม ชีวิตัง ชีวิตของเราไม่ยั่งยืน
 ฐุ้วง เม มรณัง ความตายของเรายั่งยืน
 อนียตัง เม ชีวิตัง ชีวิตของเราไม่เที่ยง
 นียตัง เม มรณัง ความตายของเราเที่ยง

สักวันหนึ่งเราก็จะต้องทับถมดินเหมือนคนเหล่านั้น เราเกิดมาเพื่อถมดินให้สูงขึ้นหรือ หรือเกิดมาทำไม...

๑๔. เหตุการณ์แปลกๆ ครั้งที่ ๔

อยู่ต่อมาวันหนึ่ง ขณะที่หลวงพ่อกำลังพิจารณาธรรมชาติของต้นไม้ไปไม้เถาวัลย์ต่างๆ อยู่ที่ศาลาเล็ก กำลังสบายอารมณ์ มีกาตัวหนึ่งบินมาจับกิ่งไม้ใกล้ๆ ศาลา ส่งเสียงร้อง กา...กา... ท่านไม่สนใจเพราะนี่ก็คงร้องไปตามประสาสัตว์ แต่ที่ไหนได้ พอมันรู้ว่าเราไม่สนใจ มันจึงเคลื่อนลงมาจับที่พื้นตรงหน้าเรา ห่างกันเพียงประมาณ ๒ เมตร ปากมันคาบหญ้าแห้ง คาบแล้ววาง พลงร้องว่า กราวๆ ... เหมือนมันจะยื่นหญ้าแห้งให้ พอเราสนใจมองดูและรับทราบในใจว่า อ้อ...เจ้ามาบอกอะไรเล่า กาก็บินหนีไป อยู่ต่อมาประมาณ ๓ วัน มีเด็กชายคนหนึ่งอายุประมาณ ๑๓-๑๔ ปี ป่วยเป็นไข้และตายไป เขาจึงนำมาเผาในป่าช้าไม่ไกลจากศาลา และหลังจากเขาสวดมนต์ทำบุญแล้ว ๓-๔ วัน ขณะที่หลวงพ่อกำลังนั่งพิจารณาธรรมอยู่ ก็มีกาบินมาจับกิ่งไม้ข้างศาลาอีก เมื่อเราไม่สนใจมันก็บินลงมาจับดินและแสดงอาการเหมือนครั้งแรก พอหลวงพ่อมองดูมันและรับทราบ กาทัวนั้นก็บินหนีไป... อยู่ต่อมาอีกประมาณ ๓ วัน พี่ชายของเด็กที่ตายไปแล้วนั้นซึ่งมีอายุประมาณ ๑๕-๑๖ ปี เกิดป่วยเป็นไข้กะทันหันและก็ตายอีก พวกญาตินำมาเผาในป่าช้านั้นอีก

หลังจากทำบุญตักบาตรแล้วประมาณ ๓-๔ วัน ขณะที่หลวงพ่อนั่งพักอยู่ในศาลากลางป่าช้า ก็มีกาบินมาเกาะกิ่งไม้ ส่งเสียงร้องเหมือนเก่า เมื่อไม่สนใจ มันก็บินลงมาจับพื้น คาบหญ้าแห้งเหมือนจะยื่นให้ คาบวางๆ พอรับทราบแล้ว ก็นึกขึ้นว่าอะไรกันเล่า จะมาบอกอะไรอีก กาทัวนั้นก็บินหนีไป หลวงพ่อจึงคิดว่า ๒ ครั้งก่อน

มันทำอย่างนี้ มีคนตาย ๒ คน แต่คราวนี้มันมาทำอีก ทำไมจะมีคนตายอีกหรือ อยู่ต่อมาอีก ๓-๔ วัน พี่สาวของเด็กพวกนั้นซึ่งมีอายุประมาณ ๑๘-๑๙ ปี ป่วย เป็นไข้และก็ได้ตายลงอีก และได้นำมาเผาที่ป่าช้านั้นอีก ความทุกข์เป็นอันมาก ดูเหมือนจะมารวมแพศเผาพ่อแม่และญาติของเด็กพวกนั้นให้เกรียมไหม้ ร้องให้ จนแทบจะไม่มีน้ำตาออก ชั่วระยะเพียงครึ่งเดือนเขาต้องสูญเสียลูกไปตั้ง ๓ คน หลวงพ่อได้มาเห็นสภาพของคนเหล่านั้นผู้ได้รับความทุกข์โศก ยิ่งทำให้เกิดธรรมะ เตือนตนมิให้ประมาทในการทำความเพียร ความทุกข์ ความโศก ย่อมเกิดจากของ ที่เรารักหวงแหน

๑๕. สัจจธรรมในพระวินัย

ในพรรษาที่อยู่ป่าช้าแห่งนี้ จิตใจรู้สึกมีความหนักแน่นและเข้มแข็งพอสมควร การทำความเพียรก็เป็นไปอย่างสม่ำเสมอ และการเคารพต่อกฎกติกาที่ตั้งไว้ก็มีได้ บกพร่อง มีความสำรวมระวังอยู่มิได้ประมาท พระพุทธองค์ตรัสว่า “ศีลจะรู้ได้เพราะ อยู่ร่วมกันนานๆ” ดังนั้นของสิ่งใดที่เห็นว่ามันถูกต้องตามพระวินัย หรือรับประเคน แต่ไม่ต้ององค์แห่งการประเคน หลวงพ่อก็ไม่ฉัน จะพิจารณาฉันเฉพาะสิ่งที่เห็นว่า ถูกต้องตามพระวินัยเท่านั้น และมีสิ่งที่ทำให้พระภิกษุสามเณรที่อยู่ในวัดนั้นเกิดความระมัดระวังขึ้นอีก ตัวอย่างเช่น

เรื่องที่ ๑ ข้าวหมาก

เช้าวันหนึ่งมีโยมนำข้าวหมากมาถวาย พระเณรทุกรูปฉันกันหมด แต่ หลวงพ่อมิได้ฉัน รับประเคนแล้วเอาวางไว้ข้างๆ หลวงตาปุ่นมองเห็นเข้า จึงถามว่า “ท่านชา ไม่ฉันข้าวหมากหรือ ทำไมล่ะ”

“ครับ ผมเห็นว่ามันมีกลิ่นและรสเหมือนเหล้า นิมนต์ตามสบายเถอะครับ” หลวงพ่อตอบ

เรื่องที่ ๒ ไม้พยอม

วันหนึ่งอยู่ในระหว่างกลางพรรษา พระเถรได้ชวนกันเอาเรือไปหาเก็บฝืน มาไว้ต้มน้ำย้อมผ้า ได้นำเรือเข้าไปในเขตไร่ร้าง พระเถรพากันไปแบกฝืนมาทิ้งไว้ที่ ฝั่งน้ำ หลวงพ่อชาเป็นคนขนลงเรือ หลวงพ่อสังเกตเห็นไม้พยอมท่อนหนึ่ง เขาตากเป็น ทรงกลม ยาวประมาณ ๒ เมตร ซึ่งพระเถรแบกมาทิ้งไว้ หลวงพ่อคิดว่า ไม้ท่อนนี้ ต้องมีเจ้าของจึงไม่ยอมขนลงเรือ พอได้เวลาจนจะกลับ หลวงตาป๋มเดินมาเห็นไม้ ท่อนนั้น จึงถามว่า

“ท่านชา ทำไมจึงไม่แบกไม้ท่อนนี้ลงเรือ” หลวงพ่อตอบว่า “ผมเห็นว่ามัน ไม่สวย (ผิดวินัย) ครับ” ทำให้หลวงตาป๋มสะดุ้งนิดหน่อย จึงไม่มีใครขนลงเรือ แล้ว จึงพากันนำเรือกลับวัด

เรื่องที่ ๓ ข้าวหลาม

วันหนึ่งโยมเขาทำข้าวหลามเอามาเผาที่โรงครัว โรงครัวนั้นอยู่ไม่ไกลกุฏิของ หลวงพ่อและกุฏิของหลวงตารูปนั้นเท่าใดนัก พอพากันกลับจากบิณฑบาต หลวงพ่อ ชาก็ขึ้นกุฏิเพื่อเปลี่ยนบริวาร ส่วนหลวงตาป๋มเดินเลยไปที่โรงครัว เผอิญในเวลานั้น ไฟกำลังไหม้ข้าวหลามเพราะโยมไม่อยู่ หลวงตาเหลียวซ้ายแลขวา นี้กว่าไม่มีคนเห็น จึงเอื้อมมือไปจับกระบอกรับข้าวหลามพลิกกลิ้ง แต่หาวิธีไม่ว่า หลวงพ่อช้ายืนดูอยู่ในห้อง ถึงเวลาฉัน โยมเขานำข้าวหลามมาถวาย พระเถรฉันกันหมด แต่หลวงพ่อชารับ และวางไว้ ไม่ฉัน หลวงตาป๋มฉันได้ ๒-๓ ท่อน จึงเหลียวมาดู เห็นหลวงพ่อไม่ฉัน จึงถามว่า

“ท่านชา ฉันข้าวหลามหรือเปล่า”

หลวงพ่อชาตอบ “เปล่าครับ”

หลวงตาปู้มรู้สึกสะดุ้ง พร้อมกับพูดขึ้นว่า “ผมต้องอาบัติแล้ว” (การที่พระจับของที่ยังมีได้รับพระเคน ถ้าไม่ให้ของนั้นเคลื่อนที่ มีผู้มาพระเคนที่หลังแล้วฉัน ต้องอาบัติเฉพาะผู้จับ แต่ถ้าให้ของเคลื่อนที่ไป แม้จะมีผู้พระเคนที่หลังแล้วฉัน ก็ต้องอาบัติทุกกฏหมดทุกรูปที่ฉันของนั้น)

พอฉันเสร็จ หลวงตาจะมาขอแสดงอาบัติด้วย แต่หลวงพ่อพูดว่า “ไม่ต้องก็ได้ ให้สำรวมต่อไปเถอะ”

เท่านั้นเอง จึงทำความแปลกใจ และเกรงใจแก่พระเถรเหล่านั้น ให้มีความเคารพนับถือในหลวงพ่อชามากขึ้น จนท่านพากันขอร้องให้หลวงพ่อนั่งฉันตามอายุพรรษา และให้รับพระเคนได้และอนุญาตให้ร่วมอุโบสถได้ หลวงพ่อตอบว่า “ทำอย่างนั้นไม่เหมาะ ขอให้ถือตามกติกาดิมที่ได้ตกลงกันไว้ก่อนจะเข้าพรรษาเพื่อความสงบเรียบร้อยต่อไป”

เรื่องที่ ๔ ตีวัว

วันหนึ่งเกิดน้ำท่วมมาก แต่ที่วัดเป็นที่ดอน วัวควายชาวบ้านไม่มีหญ้าจะกิน บางตัวลอดริ้วเข้ามากินหญ้า พระเถรเขาคอยไล่ออกบ่อยๆ วันนั้นวัวตัวที่นำสงสาร ตะแคงลอดริ้วยื่นคอเข้ามากินหญ้าในเขตวัด ที่ตรงนั้นเป็นรั้วที่แน่นหนาพอดูหลวงพ่อได้สังเกตเห็นหลวงตาปู้มยื่นมือท่อนไม้ดักอยู่ข้างๆ ริ้ว พอมันกัดกินหญ้าได้ ๔-๕ ครั้ง หลวงตาก็พระเคนด้วยท่อนไม้ตั้งหลายต๊อบ มันจะออกก็ออกยากเพราะเขาเกาะกะติดริ้ว กว่าจะออกได้ก็ถูกหลวงตาตีด้วยท่อนไม้ตั้งหลายครั้ง หลวงพ่อยืนอยู่ห่างๆ พลังรำพึงกับตัวเองว่า “โฮเอ๊ย เจ้าวัวที่นำสงสาร เพราะความหิวบังคับเจ้าให้ต้องยื่นคอเข้ามากินหญ้าในเขตวัด เขตของนักบุญ แต่สิ่งนี้นักบุญอย่างหลวงตาต้อนรับก็คือท่อนพิน หญ้าที่ได้กินกับความเจ็บที่ถูกลิ่มมันไม่คุ้มค่ากันเลย แต่จะทำอย่างไรได้ หลวงตาท่านก็ทำไปอย่างคนหมดความโกรธแล้วนี่” จึงทำให้หลวงพ่อสังเวชใจ และรู้สึกคลายความนับถือลง แต่ท่านก็ไม่ได้พูดอะไร



๑๖. ทดลองฉันน้ำมูตรเน่า

ในพรรษานั้นหลวงพ่อกำลังทำความเพียรหนักยิ่งขึ้น แม้ฝนจะตกก็ยังคงเดินจงกรมอยู่ เพื่อค้นหาทางพ้นทุกข์ มีเวลาจำวัดน้อยที่สุด วันหนึ่งเกิดสุบินนิมิตว่า ได้ออกไปในที่แห่งหนึ่ง ไปพบคนแก่และป่วยร้องครวญคราง มีคนพยุงตัวให้ลุกขึ้นนั่ง หลวงพ่อพิจารณาดูแล้วก็เดินผ่านไป จึงไปพบคนเจ็บหนักจวนจะตายมีร่างกายชুবผอม จะหายใจแต่ละครั้งทำให้มองเห็นกระดูกซี่โครงไล่กันเป็นแถวๆ ทำให้เกิดความสังเวช จึงเดินเลยไปพบคนตายนอนหงายอ้าปาก ยิ่งทำให้เกิดความสลดใจมาก

เมื่อรู้สึกตัวก็ยังจำภาพในฝันนั้นได้ดีอยู่ จึงคิดหาทางพ้นทุกข์ รู้สึกเมื่อหน่ายต่อชีวิต คิดอยากจะปลีกตัวขึ้นไปอยู่บนยอดเขาประมาณ ๗ วัน ๑๕ วัน จึงจะลงมาบิณฑบาต แต่มีปัญหาเรื่องน้ำดื่มจะต้องดื่มทุกวัน จึงนึกถึงกบในฤดูแล้ง มันอยู่ในรูอาศัยน้ำเยี่ยวมันเองมันก็มีชีวิตอยู่ได้ เมื่อคิดได้ดังนั้นจึงตกลงจะฉันน้ำปัสสาวะของตัวเอง จึงทำการทดลองดูก่อน วันนั้นหลังจากฉันอาหารแล้ว จึงดื่มน้ำบริสุทธิ์จนอิ่มอยู่ได้ประมาณ ๓ ชั่วโมง รู้สึกปวดปัสสาวะ เวลาปัสสาวะออกมาจึงเอาก้าวมารองไว้ เสร็จแล้วจึงเทหน้าฝาดอกนิดหนึ่ง จึงยกขึ้นดื่ม รู้สึกว่ามีรสเค็ม ที่นี้อยู่ได้ประมาณ ๒ ชั่วโมง ก็ปวดปัสสาวะอีก เวลาปัสสาวะออกก็เอาก้าวมารอง เสร็จแล้วก็ดื่มเข้าไปอีก คราวนี้อยู่ได้ประมาณ ๒๐ นาทีก็ปวดปัสสาวะ และก็ทำอย่างเก่า ดื่มเข้าไปอีก คราวนี้อยู่ได้ ๑๕ นาทีก็ปวดอีก ถ้ายออกมาแล้วดื่มเข้าไปอีก และอยู่ได้ประมาณ ๕ นาที ปวดปัสสาวะและถ่ายออกมา หายอะไรองแล้วดื่มเข้าไป





คราวนี้กะว่าพอตกถึงกระเพาะก็ไหลออกเป็นปัสสาวะเลย มีสีขาวๆ จึงได้เกิดความรู้สึกว่าน้ำปัสสาวะเป็นเศษของน้ำแล้ว จะอาศัยดื่มอีกไม่ได้ จึงทอดอาลัยในการที่จะหาน้ำดื่มเช่นวิธีนั้น

๑๗. โภชเนมัตตัญญูตา

นอกจากนั้นหลวงพ่อยังหัดปลงผมด้วยตนเองจนเป็นนิสัยมาถึงทุกวันนี้ และเป็นแบบอย่างให้ศิษย์ทั้งหลายได้ทำตาม เมื่อคิดว่าไม่อาจไปอยู่บ้นยอดเขาได้ก็คิดหาวิธีใหม่ โดยทำการอดอาหาร คือ จันวันเว้นวันสลบกันไป ทำอยู่ประมาณ ๑๕ วัน และในระหว่างนี้ทำให้ร่างกายร้อนผิดปกติเหมือนถูกไฟเผา มีอาการทुरนทुरายแทบจะทนไม่ไหว จิตใจก็ไม่สงบ จึงนึกได้ว่า มีไช้ทาง ทำให้นึกถึงอุบิถนภกปฏิปทา คือ ข้อปฏิบัติไม่ผิด ได้แก่ โภชเนมัตตัญญูตา รู้จักประมาณในการฉันอาหารพอสมควรไม่มากไม่น้อย สรรวมอินทรีย์ ตื่นขึ้นทำความเพียร ไม่เกียจคร้าน และเมื่อนึกได้จึงหยุดวิธีทรمانนั้นเสีย กลับฉันอาหารเป็นปกติ วันละครึ่งดั่งเดิมบำเพ็ญสมณธรรมได้ จิตใจก็สงบดี เวลาเข้าสมาธิ สามารถถอดรูปร่างโดยมองเห็นรูปร่างของตนอีกร่างหนึ่งนั่งอยู่ข้างหน้าด้วยความชัดเจน มีไต้ง่วงนอน ปราศจากนิวรณ์ทุกอย่าง รู้สึกว่าการปฏิบัติก็สะดวกดี จิตใจสงบเย็น เมื่อออกพรรษาแล้ว



หลวงตามุ่มชวนข้ามไปตั้งสำนักกรรมฐานอยู่ฝั่งประเทศลาว หลวงพ่อไม่เห็นดีด้วย จึงไม่ยอมไป พอจนจะสิ้นปีหลวงตาจึงพาลูกวัดย้ายหนีไปจากวัดนั้น ได้ประมาณ ๗ วัน หลวงพ่อก็ได้ย้ายจากที่นั่นไปเช่นกัน

พ.ศ.๒๔๙๒ (พทธศักราชที่ ๑๑) เมื่อออกจากวัดป่า อำเภอศรีสงคราม แล้ว หลวงพ่อก็เดินทางขึ้นสู่ภูลังกา ซึ่งอยู่ในเขตอำเภอบ้านแพง จ.นครพนม ได้ไปพัก สันทนาการกับอาจารย์วัน เป็นเวลา ๓ วัน จึงได้เดินธุดงค์ไปเรื่อยๆ นานพอสมควร จึงได้ลงจากภูลังกา มากราบท่านอาจารย์กินรี วัดป่าหนองฮีอีกที่หนึ่ง ท่านอาจารย์ กินรีได้เตือนสติว่า

“ท่านชา เอาละ การเที่ยวธุดงค์ก็พอสมควรแล้ว ควรจะหาที่อยู่เป็นหลักแหล่ง ที่ราบๆ”

หลวงพ่อก็จึงเรียนท่านว่า “กระผมจะกลับบ้าน”

ท่านอาจารย์กินรีจึงพูดว่า “จะกลับบ้าน คิดถึงใคร ถ้าคิดถึงผู้ใด ผู้นั้นจะ ให้โทษแก่เรานะ”

หลวงพ่อก็ได้กราบลาท่านอาจารย์กินรีเดินทางต่อมาเป็นเวลาหลายวัน จนกระทั่งได้มาถึงบ้านป่าตาว ต.คำเตย อ.เลิงนกทา จ.ยโสธร (แต่สมัยนั้นขึ้นกับ จ.อุบลฯ) ได้พักอยู่ที่ป่าไม่ไกลจากบ้านเท่าใดนัก ได้มีโอกาสเทศน์สั่งสอนประชาชน แนวทางแห่งการปฏิบัติธรรมแก่คนในถิ่นนั้น จนเกิดความเลื่อมใสพอสมควร และได้พักอยู่เป็นเวลา ๒ เดือน จึงได้ลาญาติโยมเดินทางลงมาทางใต้ ก่อนจะจากมา โยมได้มอบเด็กคนหนึ่งเป็นศิษย์ เมื่อเดินทางมา อ.วารินฯ แล้ว หลวงพ่อก็ให้ เด็กชายทองดีผู้เป็นศิษย์บรรพชาเป็นสามเณรที่วัดวารินทราราม เมื่อหลวงพ่อเดินทาง มาถึงบ้านเกิดแล้ว จึงได้ไปพักอยู่ที่ป่าช้าบ้านก่อเป็นเวลา ๗ วัน มีโอกาสได้เทศน์ ให้ญาติโยมฟังพอรู้แนวทางบ้างเป็นบางคนแล้ว หลวงพ่อก็ได้ออกเดินทางไป อ.กันทรลักษ์ จ.ศรีสะเกษ และได้พักอยู่ในป่าใกล้บ้านสวนกล้วย และในพรรษาที่ ๑๑ นี้ก็ได้จำพรรษาอยู่ที่บ้านสวนกล้วย (ปัจจุบัน สถานที่นั้นเขาสร้างเป็นวัดแล้ว)

พ.ศ.๒๔๙๓ (พรรษาที่ ๑๒) ในระหว่างต้นปี ได้รับจดหมายจากพระมหาบุญมี ซึ่งเคยเป็นเพื่อนปฏิบัติมาด้วยกัน แจ้งข่าวเรื่องการปฏิบัติธรรมของหลวงพ่อวัดปากน้ำภาชีเจริญ ธนบุรี จึงเดินทางลงไปและได้พักอยู่กับพระมหาบุญมีที่วัดปากน้ำ ๗ วัน ได้มีโอกาสสนมัสการหลวงพ่อเจ้าอาวาส ได้สังเกตและพิจารณาดูแล้วเห็นว่า เป็นไปเพื่อรักษาโรคภัยบางอย่าง ยังไม่ถูกนิสัย จึงได้เดินทางไปพักที่วัดใหญ่ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา จำพรรษาอยู่ที่วัดนั้น ๒ พรรษา

๑๘. รักษาโรคด้วยธรรมโอสธ

ในปี พ.ศ.๒๔๙๔ นั้นเอง หลวงพ่อป่วยเป็นโรคเกี่ยวกับท้อง มีอาการบวมขึ้นทางด้านซ้าย รู้สึกเจ็บปวดที่ท้องมาก และผสมกับโรคที่คิดที่เคยเป็นอยู่แล้วซ้ำเติมอีก หลวงพ่อซาพิจารณาว่า “อันตัวเรานี้ก็อยู่ห่างไกลญาติพี่น้อง ข้าวของเงินทองก็ไม่มี เมื่อป่วยขึ้นมา ครั้นจะไปรักษาที่โรงพยาบาลก็ขาดเงินทอง จะเป็นการทำความยุ่งยากแก่คนอื่น อย่างกระนั้นเลย เราจะรักษาด้วยธรรมโอสธ โดยยึดเอาพระธรรมเป็นที่พึ่ง ถ้ามันจะหายก็หาย ถ้าหากมันทนไม่ได้ ก็ให้มันตายไปเสีย”

จึงทอดธุระในสังขารของตน โดยการอดอาหาร ไม่ยอมฉัน จะดื่มเพียงแต่น้ำนิดๆ หน่อยๆ เท่านั้น ทั้งไม่ยอมหลับนอน จึงได้แต่เดินจงกรมและนั่งสมาธิสลับกันไป เวลารุ่งเช้า เพื่อนๆ เขาไปบิณฑบาต หลวงพ่อก็เดินจงกรม พอเพื่อนกลับมา ก็ขึ้นกุฏิ นั่งสมาธิต่อไป มีอาการอ่อนเพลียทางร่างกาย แต่กำลังใจดีมาก ไม่ย่อท้อต่อสิ่งทั้งปวง หลวงพ่อเคยพูดเตือนว่า การอดอาหารนั้นระวังให้ดี บางทีจะทำให้เราหลง เพราะจิตคิดไปมองดูเพื่อนๆ เขาฉันอาหารว่าเป็นการยุ่งยาก มีภาระมากจริงๆ เลยคิดว่าเป็นการลำบากแก่ตัวเอง อาจจะไม่ยอมฉันอาหารจึงเป็นทางให้ตายได้ง่ายๆ เสียด้วย



เมื่อหลวงพ่อดอาหารมาได้ครบ ๘ วัน ท่านอาจารย์ฉลวยจึงได้ขอร้องให้ กลับฉันดังเดิม โรคในกายปรากฏว่าหายไป ทั้งโรคท้องโรคหืด ไม่เป็นอีก หลวงพ่อ จึงกลับฉันอาหารตามเดิมและได้ให้คำแนะนำไว้ว่า เมื่ออดอาหารหลายวัน เวลา กลับฉัน สิ่งที่ควรระวังก็คืออย่าเพิ่งฉันมากในวันแรกๆ ถ้าฉันมากอาจตายได้ ควรฉัน วันละน้อยและเพิ่มขึ้นไปทุกวันจนเป็นปกติ

ในระหว่างที่จำพรรษาอยู่ที่วัดใหญ่นั้น หลวงพ่อมิได้แสดงธรรมต่อใครอื่น มีแต่อบรมตัวเองโดยการปฏิบัติและพิจารณาเตือนตนอยู่ตลอดเวลา เมื่อออกพรรษา แล้วได้เดินทางไปพักอยู่เกาะสีชัง เพื่อหาความสงบเป็นเวลาหนึ่งเดือน และถือคติ เตือนตนเองว่า ชาวเกาะเขาได้อาศัยพื้นดินที่มีน้ำทะเลล้อมรอบ ที่ที่เขาอาศัยอยู่ได้ ต้องพิน้ำ จึงจะเป็นที่พึ่งได้ เกาะสีชังเป็นที่พึ่งทางนอกของส่วนร่างกาย เราอาศัย อยู่ที่เกาะนี้คือที่พึ่งทางใน ซึ่งเป็นที่อันน้ำคือกิเลสตัณหาท่วมไม่ถึง แม้เราจะอยู่บน เกาะสีชัง แต่ก็ยังค้นหาเกาะภายในอีกต่อไป ผู้ที่ท่านได้พบและอาศัยเกาะอยู่ได้นั้น ท่านย่อมอยู่เป็นสุข ต่างจากคนที่ลอยคออยู่ในทะเลคือความทุกข์ ซึ่งมีหวังจมน้ำตาย ทะเลภายนอกมีฉลามและสัตว์ร้ายอื่นๆ แต่ทะเลภายในยิ่งร้ายกว่านั้นหลายเท่า เมื่อ ได้ธรรมะจากทะเลและเกาะสีชังพอสมควร ซึ่งเป็นเวลาหนึ่งเดือนแล้ว จึงออกจาก เกาะสีชังเดินทางกลับวัดใหญ่ จังหวัดอยุธยา และพักอยู่ที่วัดใหญ่เป็นเวลานานพอสมควร จึงได้เดินทางกลับบ้าน และได้มาพักที่ป่าช้าบ้านก่อตามเคย มีโอกาส เทศน์โปรดโยมแม่และพี่ชาย (ผู้ใหญ่ลา) และญาติพี่น้องหลายคน จนเป็นเหตุให้ งดทำปาณาติบาตและเชื่อมั่นในพระรัตนตรัยยิ่งขึ้น พักอยู่ที่ป่าช้าบ้านก่อเป็นเวลา ๑๕ วัน จึงเดินทางต่อไป

พ.ศ.๒๔๙๕ (เป็นพรรษาที่ ๑๔) ในระหว่างต้นปีนี้ หลวงพ่อเดินธุดงค์ขึ้นไป จนถึงบ้านป่าตาว อำเภอเลิงนกทา จังหวัดยโสธร ซึ่งเป็นสถานที่เคยอยู่มาก่อน คราวนี้ไม่ไปอยู่ที่เก่า ไปอยู่จำพรรษาในป่าห่างจากหมู่บ้าน ๒ กิโลเมตร ซึ่งปัจจุบัน เป็นที่พักสงฆ์บำเพ็ญธรรม หลวงพ่อได้มีโอกาสเทศน์สั่งสอนประชาชนจนเต็มความ สามารถ ทำให้เขาเข้าใจในหลักคำสอนในศาสนาดียิ่งขึ้น และเกิดความเลื่อมใส การ รับแขกและการพบปะสนทนาธรรมมีมากและบ่อยครั้งยิ่งขึ้น



สถานที่พักแห่งนั้นเรียกว่า วัดถ้ำหินแตก เป็นลานหินลาด ทางด้านทิศเหนือของที่พักนั้นเป็นแอ่งน้ำมีปลาชุม ทางทิศตะวันออกของแอ่งน้ำเป็นคันหินสูงนิดหน่อย ต่อจากคันหินไปทางด้านทิศตะวันตกเป็นที่ลาดลงไป เวล่าน้ำล้นแอ่งก็ไหลไปตามที่ลาดลงสู่เบื้องล่าง โดยมากมีพวกปลาอุกพยายามตะเกียกตะกายขึ้นมาตามน้ำ บางตัวก็ข้ามคันหินไปถึงแอ่งน้ำ บางตัวก็ข้ามไปไม่รอดจึงนอนอยู่บนคันหิน หลวงพ่อเคยสังเกตเห็น ตอนเช้าๆ ท่านจะเดินไปดู เมื่อเห็นปลานอนอยู่บนคันหินจึงจับมันปล่อยลงไปแอ่งน้ำ แล้วจึงกลับมาเอาบาตรไปบิณฑบาต

๑๙. ยอมอดเพื่อให้ชีวิตสัตว์

เช้าวันหนึ่งก่อนจะออกบิณฑบาต หลวงพ่อจึงเดินไปดูปลาเพื่อช่วยชีวิตมันทุกเช้า แต่วันนั้นไม่ทราบใครเอาเบ็ดมาตกไว้ตามริมแอ่งน้ำ เห็นเบ็ดทุกคันมีปลาติดอยู่ หลวงพ่อจึงรำพึงว่า เพราะมันกินเหยื่อเข้าไป เหยื่อนั้นมีเบ็ดด้วย ปลาจึงติดเบ็ด มองดูปลาติดเบ็ด สงสารก็สงสาร แต่ช่วยมันไม่ได้เพราะเบ็ดมีเจ้าของ ท่านจึงมองด้วยความสลัดใจ เพราะความหิวแท้ๆ เจ้าจึงหลงกินเหยื่อที่เขาล่อไว้ ดิ้นเท่าไรๆ ก็ไม่หลุด เป็นกรรมของเจ้าเอง เพราะความไม่พิจารณาเป็นเหตุให้เดือนตนว่า ฉันทหารไม่พิจารณาจะเป็นเหมือนปลา กินเหยื่อย่อมติดเบ็ด ได้เวลาจึงกลับออกไปเที่ยวภิกขาจาร ครั้นกลับจากบิณฑบาตเห็นอาหารพิเศษ มองดูเห็นต้มปลาดุกตัวโตๆ ทั้งนั้น หลวงพ่อนี้ก็รู้ทันทีว่าต้องเป็นปลาติดเบ็ดที่เราเห็นนั้นแน่ๆ บางทีอาจจะเป็นพวกที่เราเคยช่วยชีวิตเอามันลงน้ำก็ได้ ความจริงก็อยู่ใกล้ๆ แอ่งน้ำนี้เท่านั้น และโดยปกติแล้วอาหารจะฉันก็ไม่ค่อยจะมีอยู่แล้ว แต่หลวงพ่อก็คงมีความรังเกียจขึ้นมา ถึงเขาจะเอามาประเคนก็รับวางไว้ตรงหน้า ไม่ยอมฉัน ถึงแม้จะอดอาหารมานานก็ตาม เพราะท่านคิดว่าถ้าเราฉันของเขาในวันนี้ วันต่อๆ ไปปลาในแอ่งน้ำนั้นมันก็จะถูกฆ่าหมด เพราะเขาจะทำเป็นอาหารนำมาถวายเรา ปลาตัวใดที่อุตส่าห์ตะเกียกตะกายขึ้นมาพบแอ่งน้ำแล้ว ก็ยังจะต้องพากันมาตายกลายเป็นอาหารของเราไปหมด ดังนั้นหลวงพ่อก็ไม่ยอมฉัน จึงส่งให้พระทองดีซึ่งนั่งอยู่ข้างๆ พระทองดีเห็นหลวงพ่อก็ไม่ฉัน ก็ไม่ยอมฉันเหมือนกัน มีอะไรที่ไปบิณฑบาตได้มา

ก็แบ่งกันฉันตามมีตามได้ ส่วนโยมที่เขาต้มปลาถวาย นั่งสังเกตอยู่ตั้งนาน เมื่อเห็นพระไม่ฉันจึงเรียนถามว่า “ท่านอาจารย์ ไม่ฉันต้มปลาหรือครับ” หลวงพ่อจึงตอบว่า “สงสารมัน” เท่านั้นเอง ทำเอาโยมผู้นำมาถวายถึงกับนิ่งอึ้ง แล้วจึงพูดว่า “ถ้าเป็นผม ทิวอย่างนี้คงอดไม่ได้แน่ๆ” ตั้งแต่นั้นมาปลาในแอ่งน้ำนั้นจึงไม่ถูกรบกวน พวกโยมก็พากันเข้าใจว่าปลาของวัด

ท่านทั้งหลายลองนึกดูเถิดว่า หลวงพ่อมีจิตประกอบด้วยเมตตามากแค่ไหน ถ้าเป็นเราแล้วจะทนความทิวได้หรือเปล่ายังไม่แน่ ส่วนหลวงพ่อบอกท่านทิวเพื่อให้เห็นแก่ชีวิตเพื่อนร่วมวัด ถ้านี้กรังเกียดหรือรู้ว่าเขาฆ่ามาเฉพาะ (อุทิสะมังสะ) แบบนี้ท่านจะไม่ยอมฉันเลย ถ้าเป็นเราๆ ท่านๆ ปลาทั้งหลายในแอ่งน้ำนั้น อาจจะสูญพันธุ์ในระยะเวลาอันสั้นก็อาจเป็นไปได้

ดังนั้น เมื่อหลวงพ่อกลับมาอยู่วัดหนองป่าพงนี้ ท่านจึงห้ามไม่ให้หน้าสัตว์มีชีวิต มาทำปาณาติบาตในวัดเป็นเด็ดขาด แม้วัดที่เป็นสำนักสาขาของท่านก็ถือปฏิบัติแบบเดียวกัน

พ.ศ.๒๔๙๖ ซึ่งนับเป็นปีที่ ๒ ที่หลวงพ่อกำลังอยู่ป่าใกล้บ้านป่าตาว มีพระภิกษุสามเณรอยู่ ๙ รูป เมื่อมีพระเณรอยู่ด้วยกันหลายรูป หลวงพ่อจึงคิดว่าควรจะไปปลีกตัวไปอยู่แต่ลำพังคนเดียว เพื่อให้ได้รับความสงบยิ่งขึ้น จึงตกลงให้พระเณรอยู่จำพรรษาที่วัดถ้ำหินแตก ส่วนหลวงพ่อก็ขึ้นไปจำพรรษาอยู่ภูอกอย ซึ่งบริเวณนั้นหลังจากหลวงพ่อกลับจากภูอกอยไปหลายปี จึงมีผู้ค้นพบรอยพระพุทธรูป และเป็นที่สักการบูชาของพุทธศาสนิกชนอยู่จนเดี๋ยวนี้ ภูอกอยนี้อยู่ห่างจากถ้ำหินแตกประมาณ ๓ กิโลเมตร พอถึงวันอุโบสถสวดพระปาฏิโมกข์ หลวงพ่อก็ลงมาพร้อมทำสังฆกรรมที่วัดถ้ำหินแตก และได้ให้อิวาตเดือนสติพระภิกษุสามเณรมิได้ขาด บางโอกาสได้เทศน์ให้โยมฟังพอสมควร แล้วก็กลับไปพักภูอกอยตามเดิม

๒๐. ชีวิตพระรุดงค์

ในระหว่างพรรษานี้หลวงพ่อบ่วยเป็นโรคเกี่ยวกับฟัน เหงือกบวมทั้งข้างบน และข้างล่าง รู้สึกบวมมาก หลวงพ่อท่านพยายามรักษาตามมีตามได้ โดยใช้ตะบะธรรม และขันติธรรมเป็นที่ตั้ง พร้อมทั้งพิจารณาว่า พยาธิ ธรรมโมมหิ พยาธิ อะนะตีโต เรามีความเจ็บไข้เป็นธรรมดา หนีความเจ็บไข้ไปไม่พ้น รู้เท่าทันสภาวะธรรมนั้นๆ มีความอดทนอดกลั้น แยกโรคทางกายกับโรคทางใจออกเป็นคนละส่วน เมื่อกายป่วย ก็ป่วยไป ไม่ยอมให้ใจป่วยด้วย แต่ถ้ายอมให้ใจป่วยด้วยก็เลยกลายเป็นป่วยด้วย โรคสองชั้น ความทุกข์เป็นสองชั้นเช่นเดียวกัน โรคปวดฟันมันทรมาณหลวงพ่อกว่า จะสงบลงได้ต้องใช้เวลาราว ๖ วัน

พูดถึงการสังวรระวังเรื่องศีลแล้ว เมื่อคราวออกปฏิบัติไปคนเดียวอยู่รูปเดียว ยิ่งมีความหวาดกลัวต่ออาบัติมาก ออกปฏิบัติครั้งแรกมีเข็มเล่มเดียว ทั้งคุดๆ เสียด้วย ต้องระวังรักษากลัวมันจะหัก เพราะถ้าหักแล้วไม่รู้จะไปขอใคร ญาติพี่น้อง ก็ไม่มี ด้ายสำหรับเย็บก็เอาเส้นไหมสำหรับจุงผีขี้วันเป็นเส้นแล้วห่อรวมกันไว้กับเข็ม เมื่อผ้าเก่าขาดไปบ้างก็ไม่ยอมขอ เวลาเดินรุดงค์ผ่านวัดต่างๆ ตามชนบท ไม่มีผ้า สำหรับปะ จึงไปชักบังสกุลเอาผ้าเช็ดเท้าตามศาลาวัด ปะสบง จีวรที่ขาด เสริจแล้วก็ เดินรุดงค์ต่อไป และได้เตือนตนเองว่า ถ้าไม่มีใครเขาถวายเป็นศรัทธา เธอก็อย่าได้ ขอเขา เป็นพระรุดงค์นี้ให้มันเปลือยกายดูซิ เธอเกิดมาครั้งแรกก็มีได้มุ่งอะไรมิใช่ หรือ เป็นเหตุให้พอใจในบริวารที่มี และเป็นการห้ามความทะเยอทะยานอยากใน บริวารใหม่ได้ดีมาก พูดถึงอาหารบิณฑบาตนั้นว่ามีหลายๆ ครั้ง เวลาออกบิณฑบาต ได้แต่ข้าวเปล่าๆ ก็ยังดีกว่ามีได้ฉัน ดูแต่สุนัขนั้นซิ มันกินข้าวเปล่าๆ มันยังอ้วนและ แข็งแรงดี แกลองเกิดเป็นหมาสักชาติดูซิ ทำให้ฉันข้าวเปล่าๆ ด้วยความพอใจและมีกำลังปฏิบัติธรรมต่อไป



พูดถึงเรื่องอาหารแล้ว หลวงพ่อได้เคยผ่านความลำบากมามาก ครั้งหนึ่งเมื่ออยู่ในเขตสลกนคร นครพนม ป่วยเป็นไข้มาหลายวัน อยู่คนเดียวกลางภูเขาอาการหนักพอดู ลูกไม่ขึ้นตลอดวัน ด้วยความอ่อนเพลียจึงม่อยหลับไป พอรู้สึกตัวก็เป็นเวลาเย็นมาก ตะวันจวนจะตกดิน กำลังนอนลืมตาอยู่ ได้ยินอึกแก้งมันร้อง จึงตั้งปัญหาถามตัวเองว่าพวกอึกแก้งและสัตว์ป่า มันป่วยเป็นไหม? คำตอบเกิดขึ้นว่า มันป่วยเหมือนกัน เพราะพวกมันเป็นสังขารที่ต้องปรุงแต่งเช่นเดียวกับเรานี่แหละ มันมียากินหรือเปล่า? มันก็คงหากินยอได้ไม่ไปไม่ตามมีตามได้ มีหมอนฉีดยาไหม? เปล่า...ไม่มีเลย... แต่ก็ยังมีอึกแก้งและสัตว์เหลืออยู่สืบพันธุ์กันเป็นจำนวนมากมีไข่หรือ? คำตอบเกิดขึ้นว่า ไข่แล้ว ฎกแล้ว พอได้ข้อคิดเท่านี้ทำให้มีกำลังใจดีขึ้นมาก จึงพยายามลุกนั่งจนได้และได้พยายามทำความเพียรต่อไป จนกระทั่งไข้ได้ทุเลาลงเรื่อยๆ หลวงพ่อพูดให้ฟังว่า เป็นไข้หนักอยู่คนเดียวกลางภูเขาไม่ตายหรือถ้าไม่ถึงที่ตาย แม้จะไม่มีหมอรักษาก็ตาม แต่ว่าว่ามันจะหายนานหน่อยเท่านั้นเอง

พ.ศ.๒๔๙๗ ในระหว่างปลายเดือน ๓ โยมมารดา (แม่พิมพ์) ของหลวงพ่อก็พร้อมทั้งพี่ชาย (ผู้ใหญ่ลา) และญาติโยมอีก ๕ คน ได้เดินทางขึ้นไปพบหลวงพ่อก็เพื่อนมิตรานิมนต์ให้กลับลงมาโปรดญาติโยมในถิ่นกำเนิด หลวงพ่อพิจารณาเห็นเป็นโอกาสอันเหมาะสมแล้วจึงรับนิมนต์ และตกลงให้โยมมารดาและคณะที่ไปนั้นขึ้นรถโดยสารลงมาก่อน ส่วนหลวงพ่อก็พร้อมด้วยพระเชื้อ พระหนู พระเลื่อน สามเณร อ้อด พร้อมด้วยพ่อกี พ่อโต บ้านป่าตาว เดินธุดงค์ลงมาเรื่อยๆ หยุดพักเป็นระยะๆ ตามทางเป็นเวลา ๕ วัน

๒๑. กำเนิดวัดหนองป่าพง

วันนั้นเวลาตะวันตก คณะของหลวงพ่อก็ได้เดินทางมาถึงชายดงป่าพงแห่งนี้ ซึ่งเป็นวันจันทร์ ขึ้น ๔ ค่ำ เดือน ๔ ปีมะเส็ง ตรงกับวันที่ ๘ มีนาคม พ.ศ.๒๔๙๗ ซึ่งเป็นนิมิตเครื่องหมายครั้งสำคัญที่จะเปลี่ยนแปลงป่าที่น่าชมรื่นรมย์ไปด้วยรสแห่ง สัทธรรม

เช้าวันที่ ๙ มีนาคม พ.ศ.๒๔๙๗ จึงได้พากันเข้าสำรวจสถานที่พักในดงป่านี้ โยมได้ถากจอมปลวก ถางต้นไม้เล็กๆ ออก จัดที่พักให้ใกล้ต้นมะม่วงใหญ่หลายต้น ซึ่งอยู่ข้างโบสถ์ด้านทิศใต้ปัจจุบันนี้ ต่อมาเมื่อญาติโยมชาวบ้านก่อและบ้านกลางผู้ เลื่อมใส จึงช่วยกันปลูกกุฏิเล็กๆ ให้อาศัยกันต่อไป

เมื่อได้มาอยู่ที่ป่าพงแล้ว หลวงพ่อท่านถือหลักคำสอนของพระพุทธเจ้าที่ตรัส ว่า **“ทำตนให้ตั้งอยู่ในคุณอันสมควรเสียก่อน แล้วจึงสอนคนอื่นที่หลัง จึงจักไม่เป็น บัณฑิตสกปรก”**

ไม่ว่ากิจวัตรใดๆ เช่น กวาดวัด จัดที่ฉัน ล้างบาตร ตักน้ำ หาบน้ำ ทำวัตร สวดมนต์ เติมน้ำจกรม นั่งสมาธิ วันพระถือเนสัชชิกไม่นอนตลอดคืน หลวงพ่อซา ลงมือทำเป็นตัวอย่างของศิษย์โดยถือหลักที่ว่า **“สอนคนด้วยการทำให้ดู ทำเหมือน พุด พุดเหมือนทำ”**

ดังนั้นจึงมีศิษย์และญาติโยมเกิดความเคารพยำเกรงและเลื่อมใสในปฏิปทาที่ หลวงพ่อดำเนินอยู่ เมื่อเทศน์ก็ชี้แจงถึงหลักความจริงที่จะนำไปทำตามให้เกิดประโยชน์ ได้ หลวงพ่อและศิษย์รุ่นแรกที่เข้ามาอยู่ต้องต่อสู้กับไข้ป่า ขณะนั้นยังชุกชุมมาก เพราะเป็นป่าที่ดิบ ยามพระเณรป่วยจะหายรักษาก็ยาก ต้องต้มบอระเพ็ดให้ฉัน ก็ พอกุเลาลงบ้าง เนื่องจากโยมผู้ปฏิบัติยังไม่ค่อยเข้าใจในการอุปถัมภ์ ทั้งหลวงพ่อก็ไม่ยอมออกปากขอจากใครๆ แม้จะพูดเลียบเคียงก็ไม่ทำ ปลอ่ยให้ผู้มาพบเห็น ด้วยตา พิจารณาแล้วเกิดความเลื่อมใสเอาเอง พุดถึงอาหารการฉันก็รู้สึกผิดเคือง



๒๒. แม่ชีองค์แรกของวัด

เมื่อหลวงพ่อดีมาได้มาอยู่ที่ป่าพงแล้ว เดือนแรกผ่านไป และในเดือนต่อมา คุณแม่พิมพ์ ช่วงโชติ โยมมารดาของหลวงพ่อ พร้อมด้วยโยมผู้หญิงอีก ๓ คน ได้มาบวชเป็นชี อยู่ประพฤติปฏิบัติธรรม พวกญาติโยมจึงปลุกกระท่อมให้อยู่อาศัย โยมแม่พิมพ์จึงเป็นชีคนแรกของวัดหนองป่าพง และมีแม่ชีอยู่ติดต่อกันมาจนถึงปัจจุบันนี้เป็นจำนวนมาก

ปี พ.ศ.๒๕๐๐ ซึ่งชาวพุทธถือว่าเป็นปีที่สำคัญ มีการทำบุญทั้งส่วนวัตถุกุศล และธรรมทาน มีการบวชตนเองและบวชลูกหลานเป็นภิกษุสามเณร และบวชเป็นชี กับตาปะขาวเป็นจำนวนมาก มีการประกอบพิธีกรรมทางศาสนาเป็นพิเศษ ทางวัดหนองป่าพงหลวงพ่อก็อนุญาตให้มีการบวชเช่นกัน มีบวชเป็นสามเณร ๒ รูป บวชเป็นตาปะขาว ๗๐ คน บวชเป็นชี ๑๗๘ คน รวมเป็น ๒๕๐ คน

ปี พ.ศ.๒๕๐๑ มีประชาชนสนใจการฟังเทศน์ฟังธรรม และการปฏิบัติธรรม จำนวนเพิ่มขึ้น มีญาติโยมชาวบ้านเก่าน้อย ต.ธาตุ ซึ่งเคยฟังธรรม ปฏิบัติธรรมที่หนองป่าพง และในปีต่อมาก็ได้จัดส่งลูกศิษย์ไปอยู่ประจำจนถึงทุกวันนี้ ลูกศิษย์คนแรกที้ออกไปอยู่สาขาแรกก็คือหลวงพ่อเที่ยง โชติธัมโม (ปัจจุบันนี้) และในปีต่อๆ มา ก็มีญาติโยมผู้เลื่อมใสสนใจในการปฏิบัติ มานิมนต์หลวงพ่อไปรับอาหาร บิณฑบาตและอบรมธรรมะเพิ่มจำนวนมากขึ้นๆ เช่น นิมนต์ไปทางบ้านกลางใหญ่ อ.เชียงในบ้าง นิมนต์ไปเยี่ยมทางชาวไร่ภูดินแดง อ.กันทรลักษณ์ จ.ศรีสะเกษบ้าง นิมนต์ไปทางบ้านหนองเต็น หนองไฮบ้าง ซึ่งต่อมาก็มีลูกศิษย์ของหลวงพ่อไปอยู่ และเป็นสาขาที่ ๒-๓-๔ ของหนองป่าพง

๒๓. กำเนิดวัดถ้ำแสงเพชร

ประมาณเดือนพฤษภาคม ๒๕๑๑ มีญาติโยมอำเภอนาจเจริญมานิมนต์ หลวงพ่อขึ้นไปฉันภัตตาหาร และอบรมธรรมะที่วัดต้นบกเตี้ย (ปากทางเข้าถ้ำแสงเพชร) โดยมีอาจารย์โสมพักอยู่ที่นั่น และเขานิมนต์หลวงพ่อเข้าไปดูถ้ำแสงเพชร (ถ้ำภูเขา) ขอนิมนต์ให้ท่านพิจารณาจัดเป็นที่ปฏิบัติธรรม แต่หลวงพ่อก็ยังมิได้ตกลงใจ ยังเฉยๆ อยู่

ครั้งเมื่อออกพรรษา รับกฐินแล้ว เมื่อวันที่ ๑ พฤศจิกายน ๒๕๑๑ หลวงพ่อรับนิมนต์โยมชาวจังหวัดอุดรฯ เดินทางไปจังหวัดอุดรฯ พักที่วัดป่าหนองตุ ระยะเวลาที่พักอยู่ที่นั่น หลวงพ่อได้พาไปกราบนมัสการท่านอาจารย์มหาบัว วัดป่าบ้านตาด และท่านอาจารย์ขาว วัดถ้ำกลองเพล และได้เดินทางไปเยี่ยมท่านเจ้าคุณ เจ้าคณะจังหวัดหนองคาย ท่านเจ้าคุณพาไปเยี่ยมวัดโคกปรกป่าหลวง นครเวียงจันทน์ และไปเยี่ยมวัดเนินพระเนา ซึ่งล้วนแต่เป็นสำนักปฏิบัติธรรมทั้งนั้น แล้วพักอยู่วัดศรีสะเกษกับท่านเจ้าคณะจังหวัด แล้วเดินทางกลับมาถึงอุดรฯ แวะเยี่ยมภูกเพ็ก แล้วเดินทางมาถึงบ้าน ต้องแวะกราบนมัสการท่านอาจารย์กนิริที่วัดก้นตลิลาวาส และกราบลาท่านอาจารย์กนิริ ลงมาถึงอำเภอนาจเจริญ หลวงพ่อพาแวะไปเยี่ยมอาจารย์โสม ที่วัดต้นบกเตี้ย วันนั้นเป็นวันที่ ๑๙ พฤศจิกายน ๒๕๑๑ พักอยู่หนึ่งคืน

ฉะนั้น จึงพอถือได้ว่า วันที่ ๒๐ พฤศจิกายน ๒๕๑๑ เป็นวันบุกเบิกเริ่มต้นแห่งการสร้างวัดถ้ำแสงเพชร และได้ไปพักอยู่ตรงถ้ำที่มีรูปพระพุทธรูปและปัญญาวัคคีย์ (เขาเรียกกันว่า ถ้ำพระใหญ่ และเริ่มปรับปรุงตรงนั้นพอเป็นที่พักได้สะดวก)

หลวงพ่อบรรณาว่า มาอยู่ถ้ำแสงเพชรนี้สบายใจดีมาก มองไปทางไหนจิตใจเบิกบาน คล้ายกับเป็นสถานที่เคยอยู่มาก่อน นั่งสมาธิสงบดี ถ้าไม่คิดอยากพักผ่อน จะมานั่งสมาธิอยู่ตลอดคืนก็ได้ วัดนี้มีพื้นที่ ๑,๐๐๐ ไร่ เป็นสาขาที่ ๕ ของวัดหนองป่าพง

พ.ศ.๒๕๑๒ ในระยะเดือนเมษายนของปีนั้น ญาติโยมบ้านสวนกล้วย ได้
นิมนต์หลวงพ่อกับไปบวชธรรมะและรับไทยทาน เขาได้จัดที่พักไว้ในป่า โดยปลูกกุ
ไว้ ๒ หลัง เมื่อได้ไปถึงแล้ว ญาติโยมจึงกราบเรียนขอให้หลวงพ่อก่อพระเป็นสาขา
ของท่าน (เป็นสาขาที่ ๖) ได้จัดส่งลูกศิษย์ไปอยู่ประจำ

๒๔. กำเนิดวัดป่าวิเวกธรรมชาน์และวัดป่าวนโพนิญาณ

เมื่อวันที่ ๒ มกราคม พ.ศ.๒๕๑๓ หลวงพ่อได้รับนิมนต์จากคุณแม่บุญโฮม
ศิริพันธ์ และญาติโยมทางอำเภอม่วงฯ ให้ไปร่วมทำบุญร้อยวันของหลวงตาอูย (บิดา
ของแม่บุญโฮม) อาศัยที่ญาติโยมเคยมาพึ่งเทศน์ และมาถือศีลปฏิบัติธรรมอยู่กับ
หลวงพ่อบ่อยๆ และเป็นเวลาหลายปีมาแล้ว จึงพิจารณาสถานที่อันเหมาะสมพอจะ
จัดที่พักได้ จึงตกลงจัดที่พักให้ ณ ป่าบ้านร้าง ดงหมากพริกอยู่ห่างจากอำเภ
ม่วงสามสิบ ๒ กม. และหลวงพ่อกับผู้ติดตามได้ไปพักในดงแห่งนั้นและต่อมา
ก็ได้กลายเป็นวัดป่าวิเวกธรรมชาน์ สาขาที่ ๗ หลวงพ่อได้ส่งลูกศิษย์ไปอยู่เป็นประจำ

ในระยะเดียวกับที่ชาวอำเภอม่วงสามสิบมีความประสงค์อยากให้หลวงพ่
อนุญาตให้ตั้งสาขาขึ้นในเขตอำเภอนั้นเอง ญาติโยมทางอำเภอพิบูลมังสาหาร เชื้อน
โตมน้อย ซึ่งมีพ่อใบ พ่อลา พ่อเสือ ได้มาปรารภนิมนต์หลวงพ่อกับไปชมป่าหน้าเขื่อน
เห็นว่าเป็นสถานที่เหมาะแก่การปฏิบัติธรรม เป็นระหว่างที่นายปรีชา คชพลยุกต์
นายอำเภอพิบูลมังสาหารในสมัยนั้นได้ไปเยี่ยมหลวงพ่อกับที่วัดป่าพงบ่อยครั้ง บางครั้ง
ก็ได้สนทนากับหลวงพ่อกับทำให้เกิดความซาบซึ้งและเลื่อมใส เมื่อได้ทราบว่หลวงพ่
ไปเยี่ยมป่าทางด้านหน้าเขื่อน ก็ยินดีสนับสนุนในการจัดปรับปรุงให้เป็นที่น่าเพ็ญ
ธรรม นายอำเภอและคุณนายได้สละทรัพย์สร้างกุฏิถาวรได้ ๑ หลัง และเป็นกำลัง
ในการสร้างศาลาการเปรียญที่วัดเขื่อน แม้แต่นายวิเชียร สีมัตร์ ผู้ว่าราชการจังหวัด
ในสมัยนั้นก็ให้การสนับสนุนอย่างเต็มที่

ในระหว่างเดือนกรกฎาคม ๒๕๑๓ เมื่อหลวงพ่อกับไปเยี่ยมพ่อแม่พี่น้องญาติโยมขอร้องหลวงพ่อกว่า พระพุทธบาทที่หอพระบาทวัดถ้ำพระอยู่ในระดับใต้พื้นน้ำ ถ้าน้ำท่วมจะเสียหายจมอยู่ในน้ำ เสียตายหมู่ชนียวัตถุสำคัญ ขอให้ัญญะเชษฐอรอยพระพุทธบาทขึ้นไปเก็บไว้ ณ ที่น้ำท่วมไม่ถึง หลวงพ่อก็พาญาติโยมอัญญะเชษฐออกจากหอพระบาทเดิม ไปเก็บไว้บนหัวหิน (โขดหิน) ที่สูงกว่าระดับน้ำ และต่อมาชาวบ้านและวัดหนองเม็ก โดยการนำของเจ้าคณะผู้ปกครองมาเอาไปรักษาไว้ที่วัดหนองเม็ก ต.ฝางคำ อ.พิบูลย์ จนกระทั่งเดี๋ยวนี้ เมื่อออกพรรษาแล้วในวันแรม ๖ ค่ำ เดือน ๑๑ หลวงพ่อก็ส่งท่านอาจารย์สีกับสามเณร ๓-๔ รูปไปอยู่ และต่อมาอีกประมาณ ๓ เดือนกว่า หลวงพ่อก็ส่งอาจารย์เรื่องฤทธิไปอยู่ด้วย และเมื่อออกพรรษาปี ๒๕๑๔ ท่านอาจารย์สีกลับวัดป่าพง คงเหลืออาจารย์เรื่องฤทธิปกครองพระเถรอยู่เป็นประจำมาจนถึงปัจจุบันนี้

สาขาที่ ๘ นี้ ครั้งแรกเรารู้กันในนามสำนักกวนอูหยาน ครั้นเมื่อวันเฉลิมพระชนมพรรษาของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวรัชกาลปัจจุบัน หลวงพ่อได้รับพระราชทานเป็นพระราชาคณะนามว่า **พระโพธิญาณเถร** เลยเปลี่ยนชื่อสาขานี้ใหม่ ว่า **‘สำนักสงฆ์พนโพธิญาณ’** รู้สึกว่าเป็นสาขาที่หลวงพ่อกำลังการสงเคราะห์เป็นพิเศษ และสาขานี้มีเนื้อที่ประมาณ ๒,๐๐๐ ไร่เศษ จึงเป็นอันได้ทราบกันว่าในปี ๒๕๑๓ นี้ หลวงพ่อก็ได้อนุญาตให้จัดตั้งสำนักสาขาที่ ๗ คือ วัดป่าวิเวกธรรมชาน์ และสาขาที่ ๘ คือ วัดป่าพนโพธิญาณ ขึ้นในปีเดียวกัน

๒๕. รับพระราชทานสมณศักดิ์

เมื่อหลวงพ่อกับได้มาอยู่เป็นที่พึ่งทางใจของศิษย์ และญาติโยมผู้ใคร่ต่อการปฏิบัติธรรมทั้งหลาย เริ่มแต่ปี ๒๔๙๗ เป็นต้นมา จนกระทั่งถึงปี ๒๕๑๓ มีศิษย์และญาติโยมบางคนกราบเรียนเรื่องการขออนุญาตตั้ง (สร้าง) วัด เมื่อก่อนนั้น หลวงพ่อกับพูดว่า ไม่ต้องขอสร้างวัดเราก็สร้าง ก็ตั้งมานานแล้ว แต่เพื่อให้ถูกต้องตามกฏระเบียบ หลวงพ่อกับขออนุญาตให้มีการขอสร้างวัดขึ้น และเมื่อได้รับอนุญาตให้สร้างวัดเรียบร้อยแล้ว จึงได้รับตราตั้งดังนี้



๑. เป็นเจ้าอาวาสวัดหนองป่าพง เมื่อวันที่ ๒๙ เมษายน ๒๕๑๖
๒. ได้รับพระราชทานเป็นพระราชาคณะ มีนามว่า **พระโพธิญาณเถร** เมื่อวันที่ ๕ ธันวาคม ๒๕๑๖
๓. เมื่อปลายเดือนมกราคม ปี ๒๕๑๗ ได้รับหนังสือให้เข้าไปอบรมเป็นพระอุปัชฌาย์ และได้รับตราตั้งพระอุปัชฌาย์ เมื่อวันที่ ๔ กุมภาพันธ์ ๒๕๑๗

๒๖. โยมมารดาภรรยา

หลังจากหลวงพ่อบุญและคณะได้เข้ามาอยู่ที่ดงป่าพงนี้เดือนกว่า คุณแม่พิมพ์ ช่วงโชติ ซึ่งเป็นโยมมารดาของท่านก็ได้เข้ามาบวชเป็นชีอยู่ปฏิบัติธรรมตามอย่างพระลูกชาย พร้อมทั้งมีโยมผู้หญิงบวชตามอีก ๓ คน ยังผลให้คุณแม่พิมพ์ได้รับรสแห่งธรรม ทำให้จิตใจเยือกเย็นเป็นที่พึ่งแก่ตน ทำให้สตรีเหล่านี้ผู้หวังความสงบได้เข้าบวชชีเพิ่มจำนวนมากขึ้นเรื่อยๆ โยมแม่ชีได้สร้างความคิด ทั้งที่เป็นส่วนอามิสบูชา และปฏิบัติบูชาตามกำลังความสามารถ ได้โอกาสอุปถัมภ์บำรุงพระภิกษุสามเณรทั้งในยามปกติและคราวอาพาธเสมอมา

หลวงพ่อก็ได้ทำการบำรุงโยมมารดาตามสมควรแก่หน้าที่อันบุตรที่ดีจะพึงกระทำแก่ผู้บังเกิดเกล้า คอยเอาใจใส่ทั้งอาหารกายและอาหารใจมิได้เพิกเฉยครั้งหลายปีผ่านไป หนีความทุกข์ไปไม่พ้น ดังนั้นเมื่อคราวที่โยมป่วย หลวงพ่อบุญและญาติตลอดทั้งบรรดาแม่ชีก็ได้เอาใจใส่พยาบาลรักษาตามความสามารถ หลวงพ่อก็หาโอกาสเข้าไปเยี่ยมและให้สติทางธรรมอยู่บ่อยๆ ผลสุดท้ายแม่ชีพิมพ์ก็ได้ทอดทิ้งร่างกายอันแก่หง่อมไปเมื่อวันที่ ๑๗ มิถุนายน พ.ศ.๒๕๑๗

กำหนดงานฌาปนกิจศพโยมแม่ในระยวันมาฆบูชา ซึ่งตรงกับวันที่ ๒๕ มีนาคม พ.ศ.๒๕๑๘ ในงานนี้ได้อนุญาตให้กุลบุตรกุลธิดา บวชเป็นสามเณร ๑๐๕ รูป บวชเป็นชี ๗๒ คน เพื่อถวายเป็นพุทธบูชา



๒๗. จาริกสู่ต่างประเทศ ครั้งที่ ๑

นับเป็นเวลา ๒๓ ปีกว่า ที่หลวงพ่อชาได้อาศัยวัดบ้านหนองป่าพง เป็นหลักชัย ในการประกาศสังฆธรรมอันนำสันติสุขมาสู่มวลมนุษย ได้มีภิกษุสามเณร และประชาชน เดินทางมาฝากตัวเป็นลูกศิษย์เพื่ออบรมการปฏิบัติธรรมเพิ่มจำนวนมากขึ้นเรื่อยๆ จนกระทั่งได้ขยายสำนักสาขาแยกออกไปในต่างอำเภอและต่างจังหวัด ซึ่งในปัจจุบันนี้มีอยู่ประมาณ ๘๒ สาขา มีชาวต่างประเทศเกิดความเลื่อมใสมาขอบวชเป็นศิษย์ เพื่ออยู่ปฏิบัติธรรมเพิ่มจำนวนมากขึ้น จนกระทั่งหลวงพ่อดำเนินการให้จัดตั้งสำนักสาขาสำหรับชาวต่างประเทศขึ้นเป็นส่วนหนึ่งต่างหาก มีชื่อเรียกว่า วัดป่านานาชาติ เป็นสาขาที่ ๑๙ ของวัดหนองป่าพง ตั้งอยู่ในเขตตำบลบึงหวาย อำเภวารินชำราบ จังหวัดอุบลราชธานี

ในปี พ.ศ.๒๕๑๙ อาจารย์สุเมโธ ได้เดินทางไปเยี่ยมโยมมารดาที่สหรัฐอเมริกา ขากลับเดินทางมาแวะประเทศอังกฤษ พักที่สำนักธรรมประทีปแฮมป์สตัน กรุงลอนดอน ได้มีเจ้าหน้าที่ของสำนักนั้นมาสนทนาธรรมจนเกิดศรัทธาเลื่อมใส เขาถามถึงสำนักที่เป็นครูบาอาจารย์ นิมนต์ให้ท่านอยู่จำพรรษาที่อังกฤษ อาจารย์สุเมโธ จึงได้บอกว่าเป็นลูกศิษย์ของหลวงพ่อชาแห่งวัดหนองป่าพง อำเภวารินชำราบ จังหวัดอุบลราชธานี ถ้าต้องการอยากให้อยู่ในประเทศอังกฤษ ก็ขอให้ไปตกลงขอจากหลวงพ่อชาเสียก่อน ต่อจากนั้นอาจารย์สุเมโธจึงได้เดินทางกลับประเทศไทย

จึงเป็นเหตุให้ชาวสังฆวัตรแห่งประเทศอังกฤษ ได้ติดต่อขออนิมนต์หลวงพ่อชาและอาจารย์สุเมโธ ให้เดินทางไปประกาศสังฆธรรมและเพื่อประดิษฐานหลักปฏิบัติไว้ในภาคพื้นตะวันตกให้เจริญรุ่งเรืองตามสมควรแก่กาลและฐานะที่จะพึงมีพึงเป็นได้ ดังนั้นเมื่อวันที่ ๒ พฤษภาคม ๒๕๒๐ ซึ่งเป็นปีที่หลวงพ่อมีอายุ ๕๙ ปี พรรษา ๓๘ หลวงพ่อก็ได้ออกเดินทางจากวัดหนองป่าพง สู่กรุงเทพฯ เมื่อวันที่ ๕ พฤษภาคม ๒๕๒๐ (ติดตามอ่านเรื่องราวโดยละเอียดจากบันทึกของหลวงพ่อ)

๒๘. การจาริกไปต่างประเทศครั้งที่ ๒

คณะสังฆมนตรีแห่งประเทศไทย ได้ติดต่อขอฉันทบัตรของหลวงพ่อบุชา สุภทโท ให้จาริกไปเผยแผ่ธรรมะที่นั่นเป็นครั้งที่ ๒ ในปี ๒๕๒๒ หลวงพ่อจึงได้ออกเดินทางไปตามคำนิมนต์ของเขา พร้อมกับพระปกากโรอีกครั้งหนึ่ง เมื่อวันที่ ๓๐ เมษายน ๒๕๒๒ นั้นเอง เมื่อเดินทางถึงประเทศอังกฤษแล้วก็ได้ให้การอบรมกรรมฐาน แสดงธรรมและสนทนาธรรมกับผู้มาพบเป็นจำนวนมากขึ้นกว่าการไปครั้งแรกหลายเท่า นอกจากนั้นท่านยังได้ไปดูสถานที่ที่เขาถวายเป็นที่ตั้งเป็นสำนักถาวรขึ้น ในที่แห่งใหม่นี้มีธรรมชาติน่ารักมีน้ำใจ เหมาะสมแก่การปฏิบัติธรรมอย่างยิ่ง เพราะบริเวณกว้างขวางดี รู้สึกว่าไม่คับแคบเหมือนแฮมป์สตัน ซึ่งตั้งอยู่ในใจกลางเมืองลอนดอน ไม่เพียงพอแก่จำนวนคนผู้ใคร่ต่อการปฏิบัติธรรม ส่วนสถานที่แห่งใหม่นี้เป็นป่าธรรมชาติของเมืองหนาว มีทะเลสาบอยู่ใกล้ๆ มีตึกเก่าหลังใหญ่อยู่หลังหนึ่ง ใช้เป็นที่พักอาศัยและประกาศสังฆธรรมของพระภิกษุสามเณรซึ่งล้วนเป็นชาวตะวันตกผู้ได้รับการบรรพชาอุปสมบทไปจากวัดหนองป่าพง จึงเป็นอันกล่าวได้ว่า พระสงฆ์ผู้เป็นลูกศิษย์ของหลวงพ่อบุชานั้นได้เข้ามาอยู่อาศัยแห่งใหม่นี้ เพื่อปฏิบัติธรรมและประกาศสังฆธรรมเรื่อยมา คณะกรรมการของธรรมประทีปเป็นเพียงผู้อุปถัมภ์ตามสมควรแก่ฐานะเท่านั้น ปัจจุบันนี้ได้รับความสนใจจากชาวไทยและชาวต่างประเทศให้การสนับสนุนเพิ่มมากขึ้นเรื่อยๆ นับว่าท่านสุเมโธและคณะลูกศิษย์ซึ่งเดินทางไปปฏิบัติหน้าที่ในนามหลวงพ่อบุชาแห่งวัดหนองป่าพง ได้ถ่ายทอดหลักปฏิบัติธรรมให้ดำรงอยู่ในภาคพื้นตะวันตกนั้นได้อย่างดียิ่ง



๒๙. จาริกสู่อเมริกา

หลวงพ่อกำลังออกเดินทางสู่สหรัฐอเมริกา มีท่านปภากโรเป็นปัจฉิมสมณะ ได้ไปพักที่สำนักกรรมฐานของนายเจ็ค คอร์ดฟีลด์ ผู้เป็นศิษย์ฝรั่ง ซึ่งเคยมาบวชอยู่ที่วัดหนองป่าพง หลวงพ่อได้พักอยู่ที่สำนักนั้นเป็นเวลา ๙ วัน ท่านได้อบรมข้อปฏิบัติกรรมฐานแก่ชาวอเมริกันเป็นจำนวนมาก ทำให้เขาเหล่านั้นได้รับปีติสุข เกิดความสนใจในหลักปฏิบัติตามแนวหลวงพ่อสั่งสอน แล้วจึงออกจากแมสซาชูเซตเดินทางไปเมืองซีแอตเติล ซึ่งเป็นบ้านเกิดเมืองนอนของท่านปภากโรภิกขุ ออกจากซีแอตเติลแล้วเดินทางเข้าสู่ชิคาโก แล้วเดินทางไปสู่ประเทศแคนาดา จากนั้นก็ได้ย้อนกลับมาที่แมสซาชูเซต แล้วเดินทางต่อไปที่นครนิวยอร์ก แต่ละสถานที่ที่หลวงพ่อได้ไปเยี่ยม นั้นๆ ท่านก็ได้แนะนำหลักปฏิบัติธรรม ได้สนทนาธรรมและตอบปัญหาแก่ผู้ที่สนใจ จนเป็นที่ซาบซึ้งตรึงใจของเขาเหล่านั้น

เมื่อหลวงพ่อกลับจากสหรัฐคืนสู่อังกฤษแล้วพักที่แฮมป์สเทท ท่านได้อยู่ดูแลการเคลื่อนย้ายบริหารของพระสงฆ์สามเณร เพื่อเดินทางไปสถานที่แห่งใหม่ ซึ่งเป็นที่ตั้งสำนักดังที่กล่าวมาแล้วนั้น ต่อจากนั้นท่านก็ได้เดินทางไปเยี่ยมบ้านของมิสเตอร์ซอร์ เศรษฐีชาวพม่าอยู่ที่ไอคเกินโฮล์ท ได้ร่วมสังฆกรรมบวชนาคกับท่านมหาสิลยาตอร์ ซึ่งเป็นพระเถระพม่า เป็นอุปชฌาย์ให้การอุปสมบทกุลบุตร

ต่อมาหลวงพ่อก็ได้รับนิมนต์ให้เดินทางไปยังสก๊อตแลนด์ พักอยู่ที่นั่นสองคืน ผู้สนใจในการปฏิบัติธรรมซึ่งเคยมาฝึกภาวนาธรรมกับท่านสุเมธก็มีอยู่ไม่น้อย และมีผู้สนใจคิดอยากจะให้ตั้งสำนักสาขาของหลวงพ่อก่อนที่นั่นอีกสักหนึ่งแห่ง แต่ท่านยังพิจารณาอยู่ว่าจะมีความเหมาะสมเพียงใดหรือไม่

การเดินทางไปประกาศสังฆธรรมในต่างประเทศของหลวงพ่อกา สุภัทโท ทั้งสองครั้งนี้ ถือได้ว่าหลวงพ่อก่อนนำหลักปฏิบัติธรรมทางพระพุทธศาสนาไปเผยแผ่ยังต่างประเทศ ในนามของคณะสงฆ์และปวงชนชาวไทย ให้เป็นที่รู้จักของชนชาวตะวันตก เพื่อจะได้ดำรงคงอยู่ในภาคพื้นส่วนนี้ตลอดชั่วกาลนาน

หลวงพ่อดีเดินทางกลับคืนสู่ประเทศไทยเพื่อกลับมาเป็นร่วมพิธีร่วมไทรของ
สาธุศิษย์ และพุทธศาสนิกชนเมื่อวันที่ ๓๐ มิถุนายน ๒๕๖๒

๓๐. หลวงพ่ออาพาธ

ในปี ๒๕๒๐ ถึงแม้ความผิดปกติของร่างกายจะปรากฏขึ้นบ้าง แต่เพราะ
หลวงพ่อมุ่งประโยชน์เพื่อส่วนรวม ท่านก็ยังอดทนสู้ ได้เดินทางไปประกาศัจธรรม
ในต่างประเทศถึงสองครั้ง เป็นการนำพระธรรมคำสอนจากดินแดนภาคตะวันออก
ไปสงเคราะห์ชาวตะวันตกให้ได้รับประโยชน์อย่างยิ่ง

หลวงพ่อเริ่มอาพาธและเริ่มมีอาการปรากฏขึ้นที่ละน้อยๆ จนกระทั่งได้รับ
การผ่าตัดทางสมอง

หลวงพ่อชาอายุ ๖๔ ปี แข็งแรงเป็นปกติดี จนเริ่มมีอาการครั้งแรกเมื่อ
พ.ศ.๒๕๒๐ ขณะเดินทางไปประเทศอังกฤษ ด้วยรู้สึกโคลงเคลง การทรงตัวไม่ค่อยดี
ไม่เท่าซึ่งใช้ถือเป็นประจำอยู่แล้ว รู้สึกว่าจำเป็นต้องใช้ มีอาการหนักบริเวณต้นคอ
ด้วย

ตั้งแต่นั้นมา อาการโง่งนทรงตัวไม่ค่อยดีก็เป็นมาตลอด บางระยะก็เป็น
มาก บางระยะก็น้อย พ.ศ.๒๕๒๓ มีอาการคลื่นไส้ มักเป็นตอนดึกๆ มีน้อยครั้ง
ที่เกิดอาเจียนด้วย อาการโง่งนยังเป็นเช่นเดิม ไม่เคยถึงกับล้ม

พ.ศ.๒๕๒๔ ราวเดือนกรกฎาคม เริ่มมีอาการความจำไม่ดี อาการโง่งน
ทรงตัวไม่ดีก็ทรุดลง มีอาการเมื่อยและอ่อนเพลียด้วย มีอาการหนักตั้งต้นคอ แต่
เมื่อฉันทรมื้อสมุนไพร อาการหนักตั้งต้นคอก็หายไป ตอนนี้นำตรวจพบว่าเป็นเบาหวาน
ด้วย นายแพทย์สุเทพ และแพทย์หญิงประภา วงศ์แพทย์ ได้จัดยาถวาย ส่วน
อาการอื่นยังคงอยู่จนถึงกลางเดือนกันยายน รู้สึกอ่อนเพลียมากขึ้นและเบื่ออาหาร
นายแพทย์อุทัย เจนพานิชย์ ได้ตรวจคลื่นไฟฟ้าหัวใจ พบว่าปกติดี



อาการทรุดมากขึ้น ในวันที่ ๑๔ ตุลาคม พ.ศ.๒๕๒๔ จึงเดินทางไปกรุงเทพฯ เข้าโรงพยาบาลลำโรง ขณะนั้นยังเดินเองได้ แต่ต้องช่วยพยุงบ้าง ได้ตรวจเอกซเรย์คอมพิวเตอร์ซ้ำ พบว่าช่องภายในสมองขนาดเล็กกว่าครั้งแรก จนถึงกลางเดือน มิถุนายน ๒๕๒๕ เมื่อเดินทางกลับไปยังจังหวัดอุบลราชธานี ยังมีอาการทรงตัว ไม่ค่อยดี เดินต้องพยุงและเดินไกลๆ ไม่ได้ ผู้ดูแลสังเกตว่าขาข้างซ้ายยกไม่ค่อยถนัด ผู้ข้างขวาไม่ได้ ความจำและการพูดบางวันดีพอสมควร บางวันเลอะเลือน บางระยะ รู้สึกเพี้ยนและไม่อยากพูดหรือทำอะไรใด อาการเป็นมากขึ้นในระยะ ๓ สัปดาห์หลังนี้ บางวันเพี้ยนและพูดไม่มีเสียง เดินได้เพียงระยะไม่กี่ก้าว ต้องใช้รถเข็นหนึ่งไปใน บริเวณวัดวันละสองครั้ง อาหารฉันได้น้อยลง

ตอนที่หลวงพ่อเริ่มป่วยจริง ท่านอ้วนมาก เวลาเดินไปไหนมาไหนก็ต้องมี ไม่เท่า ค้ำๆ กับว่าถ้าไม่ใช่ไม่เท่าช่วยค้ำพยุงเวลาเดินจะทำให้เสียหลักล้มลงได้ง่ายอย่างนั้น น้ำหนักตัวขึ้นมาก ตอนไปเมืองนอกท่านจะฉันอาหารอย่างไรไม่ทราบ น้ำหนักเพิ่มขึ้นเป็นกิโล ก็ยิ่งจะอ้วนมาก เวลาเคลื่อนไหวไปมาตัวก็มักจะเอนเอียง ทรงตัวไม่ค่อยได้ ต้องใช้ไม้เท้าค้ำยันประคองตัวเองอยู่ตลอดเวลา ต้องไปหาหมอ ตรวจเช็คบ่อยๆ ตอนแรกดูเหมือนคุณหมอสุเทพฯ และคุณหมอประภาฯ ที่เอาใจใส่ ถวายการดูแลรักษา บอกว่าหลวงพ่อนั่งมากไป ไม่ได้เดิน ไม่ได้ออกกำลังกาย ออกกำลังกายจะดีมาก ก็เลยทำให้น้ำเข้าไปขังอยู่ในสมอง ทำให้กดทับเส้นประสาท ที่ตรงศีรษะ ความจำของท่านก็รู้สึกวุ่นวาย เวลาเดินไปมากก็เอนเอียงเหมือนจะล้ม

ได้ข่าวว่าหลวงพ่อกำลังผ่าตัด ซึ่งพวกลูกศิษย์ได้สอบถามว่า ถ้าผ่าตัดแล้ว จะมีผลดีอย่างไร หมอก็ให้คำตอบหลายๆ อย่าง อธิบายว่า ถ้าจะไม่ผ่าตัดก็ได้ แต่จะทำให้หลวงพ่อสมองเสื่อมเร็วขึ้น แต่การผ่าตัดนี้ก็ไม่ใช่ว่าหลวงพ่อกำลังจะไม่เสื่อม ผ่าแล้วก็ไม่พ้นจากความเสื่อมเหมือนกัน เพียงแต่จะช้าลงหน่อย และสามารถที่จะ อยู่ไปได้อีกนานๆ

๓๑. ผ่าตัดเจาะกะโหลก

หลวงพ่อก็เริ่มไปรักษาตัวที่โรงพยาบาลสำโรงการแพทย์ จังหวัดสมุทรปราการ วันที่ ๓๑ ตุลาคม พ.ศ.๒๕๒๔ ผ่าตัดด้วยเครื่องไฟฟ้าเจาะกะโหลกเป็นเครื่องอัตโนมัติที่ใช้เจาะศีรษะนี้จะหมุนเฉพาะเวลาถูกของแข็งเท่านั้น ถ้าพ้นจากกะโหลกศีรษะแล้ว เครื่องจะหยุดทันที ถ้าถูกผิวหนังมันจะไม่หมุน แต่การจะฝังสายดูดน้ำลงมาจากศีรษะก็ใช้เวลานานอยู่เหมือนกัน ประมาณสัก ๓ ชั่วโมง พอเจาะเสร็จก็ต้องช่วยกันปั้มน้ำจากศีรษะลงมาได้หู ลงมาที่คอ ลงมาไหปลาร้า ลงมาที่เส้นลมข้างหลังข้างหน้ายาวๆ เขาก็ปั้มน้ำทิ้งแล้ว แต่สมองก็ยังทำงานไม่ถนัด

หลังจากผ่าตัดแล้ว อาการของท่านก็ค่อยดีขึ้น หลวงพ่อไปพักที่สมุทรสาคร ซึ่งเป็นบ้านพักของนายแพทย์เกริกชัย อินทรวีรชร์ อาการดีขึ้นแต่ไม่ถึงร้อยเปอร์เซ็นต์ แต่ท่านก็บอกว่ามีอาการเบาขึ้น แต่เรื่องความจำท่านก็ยังจำไม่ค่อยได้ ไปรักษาตัวที่โรงพยาบาลจุฬาฯ อาการไม่ดีขึ้นเลย หมอไม่อยากจะให้กลับ แต่ท่านอาจารย์เลี่ยม ท่านตัดสินใจเอง ต้องถามท่านถึงจะเข้าใจดี เขาบอกว่า ถ้าหลวงพ่อกลับไปอาการจะไม่ดีขึ้น แต่ว่าที่อยู่โรงพยาบาลอาการของหลวงพ่อก็ไม่ดีขึ้นเหมือนกัน ห้องที่หมอจัดให้ท่านนั้นเป็นห้องแอร์ ดูร่างกายของท่านตอนนั้นทั้งผมมั่งทั้งเหลือง พวกลูกศิษย์พระเถรทั้งหลายก็ตัดสินใจว่าถึงอย่างไรก็กลับมาบรรณภาพที่วัดหนองป่าพงดีกว่า

ผู้ปฏิบัติจากหลวงพ่อก็ล้วนแต่มีความกตัญญูต่อครูบาอาจารย์ทั้งนั้น บรรณภาพที่จะให้ท่านได้รับความสบายหายเจ็บไข้ พวกเราก็พยายามทำให้ถูกต้องตามลำดับการรักษาของหมอ พยายามทำตามคำแนะนำจนสุดความสามารถ

ต่อมาท่านอาจารย์เลี่ยมได้บริหารจัดการเปลี่ยนเวรสิบห้าวันต่อครั้ง ทั้งพระเถรก็ได้ผลัดเปลี่ยนกันถวายการปฏิบัติจากหลวงพ่อย่างทั่วถึง แต่ก่อนผมเข้าติดต่อกันสองเดือน สามเดือนก็เข้าอยู่นั้นแหละ ตอนกลางคืนนอนอยู่ใต้ต้นไม้ใกล้กับกุฏิของท่าน หลวงพ่อไม่ได้มีอาการป่วยทุกปี แต่ท่านจะป่วยดูเหมือนจะเป็นตรงกับวันเดือน เช่น วันที่ ๓๐ หรือ ๓๑ ตุลาคม หรือว่า ๑ พฤศจิกายน หรือ ๓๐ พฤศจิกายน หรือ ๑ ธันวาคมนี้แหละ ใกล้เคียง กับวันที่เคยเป็นคล้ายๆ กับวันครบรอบ มักจะมี

อาการกระดูก ถ้าท่านมีอาการกระดูกแล้วก็ช่วยกันนำส่งโรงพยาบาลตามความเห็นของหมอ เขาว่าเกี่ยวกับหลอดเลือดและระบบหายใจจึงเกิดอาการกระดูกขึ้น แต่ความเห็นของผมว่าไม่ใช่อย่างนั้น ผมคิดว่าคงจะเป็นอาการของเส้นเอ็นของท่านที่ไม่ได้เคลื่อนไหวเต็มที่จึงทำให้กระดูกอย่างนี้ คงจะไม่ใช่เพราะขาดลมหายใจขาดออกซิเจน แต่หมอก็เข้าใจว่าอย่างนั้น

เรื่องการผ่าตัดครั้งแรกนั้น ส่วนมากไม่มีใครเห็นดีหรือ ญาติโยมเขาก็ไม่ยอมให้ไปผ่าตัด ญาติโยมลูกศิษย์ลูกหาไม่เห็นด้วย แต่หลวงพ่อบริการกับอาจารย์ปภากรโร แล้วหลวงพ่อก็ตัดสินใจเอง พอผ่าเสร็จแล้วก็พูดว่า

“ไม่เห็นมันจะมีปัญหาอะไรนี่ พอพูดถึงว่าผ่าตัด คนส่วนมากก็กลัวกันแล้ว”

พอผ่าตัดอาการของหลวงพ่อก็ดีขึ้น ญาติโยมไปเยี่ยมเห็นอาการของท่านก็ว่าดี แต่ตอนแรกที่จะไปผ่าตัดนั้นใครๆ ก็ไม่ยอม พูดแล้วพูดอีก จนทะเลาะเบาะแว้งกันก็มี เพราะความเห็นขัดแย้งกัน ที่ทำไปก็เพราะว่าท่านตัดสินใจของท่านเอง

๓๒. ผ่าตัดเจาะคอ

หลวงพ่อก็เริ่มกระดูกวันที่ ๒๙ มีนาคม ๒๕๓๐ เวลาประมาณ ๓ ทุ่มกว่า ผ่าตัดที่โรงพยาบาลสรรพสิทธิประสงค์อุบลฯ ก่อนที่จะตกลงผ่าตัดนั้น ก็ปรึกษากันหลายฝ่ายเหมือนกัน คุณหมอทางอุบลฯ ก็ต้องแจ้งความไปยังโรงพยาบาลจุฬาฯ ก่อนว่าจะทำอย่างไร แล้วก็ปรึกษาคณะอาจารย์หลายๆ รูป ต่างก็ลงความเห็นมาแล้วแต่หมอจะเห็นสมควรและเหมาะสม ก็เลยตกลงผ่าตัดและเจาะคออีกครั้ง ในวันที่ ๒๙ มีนาคม ใช้เวลาเพียงไม่กี่นาทีก็เสร็จแล้ว และสามารถเอาออกจากห้องได้

สำหรับการปลงอายุสังขารของหลวงพ่อนั้น ท่านไม่ประมาทหรือ อาจจะมีในเทพหลายๆ ม้วนที่ท่านเคยพูดลอยๆ ไว้เหมือนกัน เป็นต้นว่า มีโยมเอาไม้เท้ามาถวายน ท่านก็พูดเปรยๆ ว่า

“เออ... เขารู้ว่าเราแก่แล้วใกล้จะตายแล้ว เขาจึงเอาไม้เท้ามาถวาย”

บางครั้งท่านเทศน์โปรดญาติโยมหรือพระเถรอย่างนี้ พูดไปเสียงของท่านไม่ค่อยดีท่านก็ว่า “ต่อไปนี่เสียงไม่มีจะไม่ได้พูดแล้ว เห็นจะไม่ต้องพูดกันแล้ว”

บางครั้งลูกศิษย์พระเถรนั่งอยู่ใต้ถุนกุฏิของท่านด้วยกันหลายๆ รูป ท่านก็พูดว่า “ต่อไปเวลาผมป่วยกลัวอย่างเดียวเท่านั้นแหละ กลัวว่าจะเอาแต่สายยางมาใส่อีรุงตุงนัง” ท่านคงจะรำคาญ “คงจะตายยาก” ท่านยังว่าอย่างนั้นแหละ และท่านได้พูดต่อไปอีกว่า

“หมอทุกวันนี้เขาเก่งมากนะ ขนาดกินไม่ได้เขาก็เอาสายยางใส่ให้ได้นะ” นอกจากนี้ยังได้พูดเป็นทำนองล้อเสียดๆ ว่า “ถึงขนาดนั้นก็อย่าเลย อย่าให้ฉันเลย ถ้าฉันเอาไม่ได้แล้วหยุดเถอะ”

ท่านว่าอย่างนี้ แต่ลูกศิษย์พระเถรทุกรูป คงไม่มีใครสามารถปล่อยให้ท่านงดฉันได้ ก็เลยถวายอาหารท่านทางสายยางเหมือนอย่างที่ท่านพูดไว้ไม่มีผิด

อาจารย์เลี่ยม ฐิตธัมโม ซึ่งเป็นผู้มีหน้าที่ควบคุมการอุปฐากหลวงพ่อดังตรงให้ความคิดเห็นเกี่ยวกับอาการของหลวงพ่อบอกว่า

“หลวงพ่อก่อนถ้าไม่มีการติดเชื้อคงจะไม่มีอะไรมาก นอกจากว่าประสาทจะค่อยเสื่อมไปๆ แล้วก็หมดสภาพไปเอง มันก็เป็นอยู่แค่นี้เพราะโรคอย่างอื่นก็ไม่มี โรคเบาหวานมันก็เป็นโรครธรรมดา ถ้าน้ำตาลไม่ตกมันก็ไม่ซ้อค ถ้าน้ำตาลไม่เกินไปก็จะไม่ซ้อค การที่ซ้อคนั้นก็เกี่ยวกับน้ำตาลมาก หัวใจวาย น้ำตาลน้อยก็หัวใจวายได้ เรื่องของมันก็แค่นี้”.

หมายเหตุ : หลวงพ่อชา สุภทฺโท ท่านละสังขารเมื่อวันที่ ๑๖ มกราคม พ.ศ.๒๕๓๕

