

สุภัทธานุสรณ์

ชุด.. จาริกสู่ประเทศอังกฤษ

พระโพธิญาณเถร

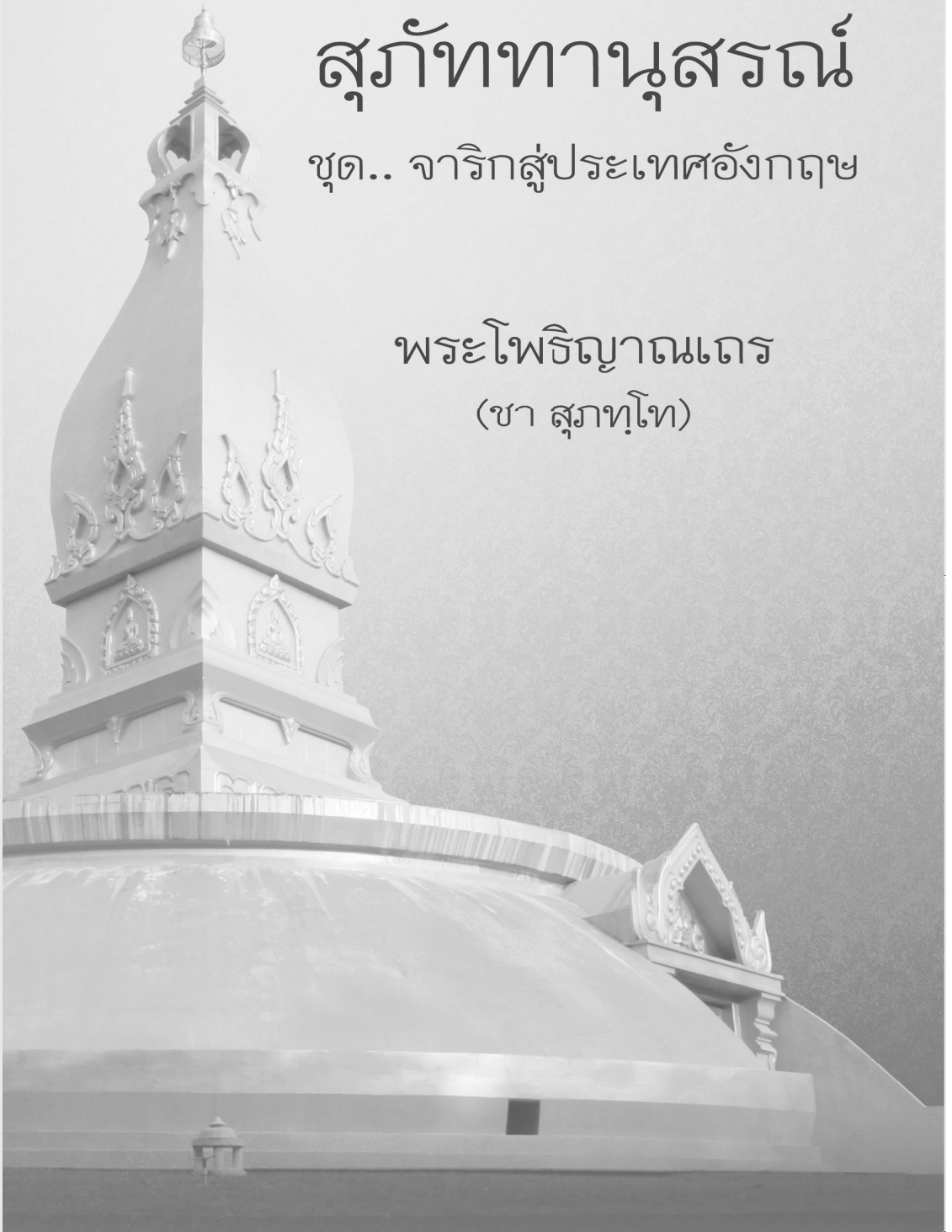
(ชา สุภัทโท)



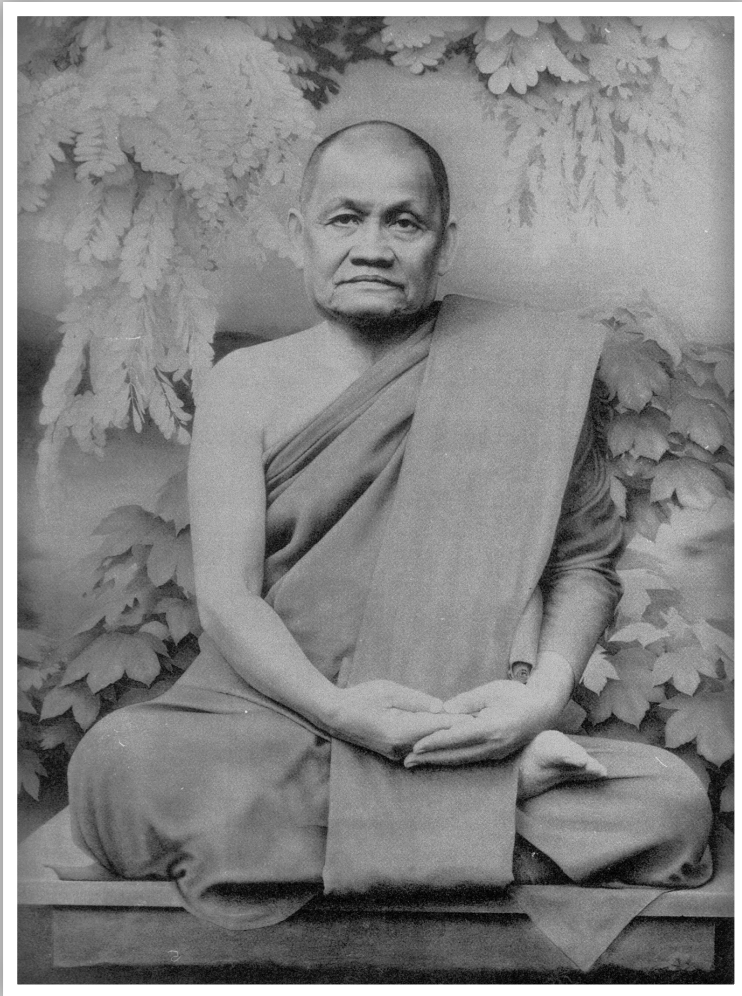
สุภัทธานุสรณ์

ชุด.. จาริกสู่ประเทศอังกฤษ

พระโพธิญาณเถร
(ชา สุภัทโท)







พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท)





มรดกธรรม เล่ม

สุภัทธานุสรณ์ ชุดจาริกสู่ประเทศอังกฤษ
พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท)

ISBN :

ผ่านการพิจารณาจากคณะกรรมการมรดกธรรมฯ วันที่

พิมพ์ครั้งที่ ๑ : จำนวน เล่ม

ลิขสิทธิ์เป็นของวัดหนองป่าพง

ห้ามคัดลอก ตัดตอน หรือนำไปพิมพ์โดยไม่ได้รับอนุญาต

หากประสงค์จัดทำเป็นธรรมบรรณาการ โปรดติดต่อ

เจ้าอาวาสวัดหนองป่าพง ต.โนนผึ้ง อ.วารินชำราบ จ.อุบลราชธานี





สารบัญ

บันทึกการจาริกสู่ประเทศอังกฤษ	๑๑
• บันทึกของพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท)	๑๓
• บันทึกเสียงสนทนาของหลวงพ่อกับศิษย์	๔๑
• บางตอนจากสมุดบันทึก	๖๓
โอวาทธรรมและบทสนทนาธรรมของหลวงพ่อกับชาวต่างประเทศ	๖๖
ภาคผนวก	๒๔๕
• คำถวายอาคารและที่ดิน	๒๔๕
สำนักธรรมประทีป ประเทศอังกฤษ	
สำนักโพธิญาณาราม ประเทศฝรั่งเศส	
• สาขาของวัดหนองป่าพง ปีพ.ศ. ๒๕๒๑	๒๕๓







คำนำในการจัดพิมพ์ครั้งที่ ๑

หนังสือที่เห็นนี้ เป็นการรวบรวมเรื่องราวในการจาริกไปเผยแผ่ธรรมะและการปฏิบัติในทางพุทธศาสนาในประเทศอังกฤษของหลวงพ่อบุชา สุภทฺโท หรือพระเดชพระคุณท่านเจ้าคุณพระโพธิญาณเถร แห่งวัดหนองป่าพง จังหวัดอุบลราชธานี ในระหว่างเดือนพฤษภาคมถึงเดือนกรกฎาคมของปีพุทธศักราช ๒๕๒๐

ด้วยการรวบรวมครั้งนี้ได้อาศัยเรื่องราวจากบันทึกของหลวงพ่อบุชา ที่ท่านได้บันทึกไว้ด้วยมือของท่านเอง โดยผู้รวบรวมพยายามถอดสำนวนและรูปประโยคของท่านออกมาทั้งหมด โดยคงไว้ในรูปเดิม อีกส่วนหนึ่งเป็นข้อความที่ถอดออกจากเทปบันทึกเสียง ซึ่งเป็นตอนที่เน้นหนักไปในการเทศนาตอบปัญหา รวมทั้งการอบรมเรื่องการทำสมาธิด้วย

บันทึกทั้งนี้เป็นเหตุการณ์ในประเทศอังกฤษเท่านั้น ไม่มีข้อความที่บันทึกในประเทศฝรั่งเศส แต่สำหรับคำถวายที่ดินและอาคารในแฮมสเดตท กรุงลอนดอนและเมืองตวกน็อง ประเทศฝรั่งเศส ทั้งสองแห่งให้เป็นสาขาของวัดหนองป่าพงนั้นก็ได้นำมาลงไว้ในที่นี้ด้วยแล้ว ทั้งภาษาอังกฤษ ภาษาฝรั่งเศส พร้อมคำแปลไทย





ระยะเวลาถึงสองเดือนเศษ ที่หลวงพ่อดีจาริกสู่ประเทศ
อังกฤษครั้งนี้ ซึ่งนับว่าเป็นครั้งแรก และเหตุการณ์ที่บันทึก
ในประเทศอังกฤษก็มีแล้ว ส่วนช่วงเวลาที่ท่านจาริกไปประเทศ
ฝรั่งเศสนั้น ท่านไม่ได้บันทึกจึงไม่มีให้ดูรู้กัน แต่ก็เป็นอัน
สรุปได้ว่า เมื่อไปฝรั่งเศสท่านก็ได้รับถวายที่ดินและอาคาร
แห่งหนึ่งให้เป็นสำนักสงฆ์ เป็นสาขาขึ้นตรงต่อหลวงพ่อดี และ
ตอนที่ท่านจะกลับจากลอนดอนสู่ประเทศไทย ชาวคริสต์ที่
แสมสะเดทจึงทำพิธีถวายสำนักธรรมประทีป ให้เป็นสาขาของ
วัดหนองป่าพงอย่างเป็นทางการเป็นหลักฐานจริงจังอีกเป็นครั้งสุดท้าย
หลวงพ่อดีจัดให้สำนักธรรมประทีปกรุงลอนดอนประเทศ
อังกฤษ เป็นสาขาที่ ๑ สำนักที่เมืองตวงนอง ประเทศฝรั่งเศส
เป็นสาขาที่ ๒ ของวัดหนองป่าพง เป็นสาขาในส่วนภาคพื้น
ตะวันตก สำหรับสาขาในประเทศไทยนั้น ขณะนี้มี ๓๓ แห่ง
รวมทั้งสาขาในต่างประเทศด้วยเป็น ๓๕ สาขา...

หนังสือชุดนี้ คุณหมอมออุทัย เจนพาณิชย์ผู้อำนวยการ
และคณะแพทย์ประจำโรงพยาบาลสรรพสิทธิประสงค์ จังหวัด
อุบลราชธานี พร้อมทั้งญาติมิตรมีจิตศรัทธาเป็นเจ้าภาพ
ในการจัดพิมพ์ จึงขออนุโมทนาต่ออุดมเจตนาในครั้งนี้ไว้ ณ
ที่นี้เป็นอย่างสูง และหวังเป็นอย่างยิ่งว่า สารัตถะประโยชน์
จากการอ่านหนังสือ จะสามารถเอื้ออำนวยให้ทุกท่านได้รับ
ผลอย่างล้ำค่า เป็นลักษณะแห่งความยิ่ง, หยุต และเย็น





กล่าวคือเป็นศีล, สมานธิและปัญญา ไปพร้อมๆ กันในโอกาส
อันเดียนั้นเอง

ขอกุศลบารมีทั้งปวง จงได้แผ่ซ่านไปในจิตใจแห่งบรรดา
ผู้ที่ได้ชื่อว่า “มนุษย์” ตลอดทั้งสรรพสัตว์โดยทุกถ้วนหน้า
เพื่อให้ได้บรรลุถึงธรรมชาติแห่งความสงบเย็นในที่สุด และ
ขอขอบคุณทุกๆ คน ในคณะผู้ให้ความช่วยเหลือในการจัดภาพ
ตบแต่งรูปเล่ม ตลอดทั้งที่ได้ติดต่อประสานงานการจัดพิมพ์
หนังสือชุดนี้จนออกมาเป็นผลสำเร็จได้โดยทั่วกัน

ปัญญาเดชะ

-ผู้รวบรวม-

๒๗ ตุลาคม ๒๕๒๐





บันทึกการจารึก

สู่

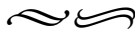
ประเทศอังกฤษ





บันทึกของพระโพธิญาณเถร

(หลวงพ่ocha สุภโท)



บันทึกในระหว่างการจาริกไปเผยแผ่พระพุทธธรรม ณ
กรุงลอนดอน ประเทศอังกฤษ เมื่อเดือนพฤษภาคม พุทธศักราช
๒๕๒๐

หลวงพ่อมีชนมายุครบ ๕๙ ในวันที่ ๑๗ เดือนมิถุนายน
ของปีนี้ เป็นพรรษาที่ ๓๘ ของการอุปสมบท

การเดินทางจาริกเพื่อประโยชน์สุขของชนเป็นอันมาก
ครั้งนี้ นับเป็นครั้งแรกของการแผ่ขยายแนวทางแห่งการปฏิบัติ
ของหลวงพ่อ ที่จะให้พระธรรมคำสั่งสอนขององค์พระพุท
บิดา ได้แผ่ไปในภาคพื้นตะวันตก กำหนดการเดินทางจาก
ท่าอากาศยานดอนเมือง ในวันที่ ๕ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๒๐
ตรงกับวันพฤหัสบดี แรม ๓ ค่ำ เดือน ๖ ปีมะเส็ง

วันพฤหัสบดี ที่ ๕ พฤษภาคม พุทธศักราช ๒๕๒๐

หลวงพ่อพร้อมคณะพระลูกศิษย์และญาติโยมที่มาส่ง
ได้เดินทางมาถึงห้อง วี.ไอ.พี. ท่าอากาศยานกรุงเทพ ฯ เวลา
ประมาณ ๑๙.๑๕ น. มีพระที่มาส่งทั้งหมดประมาณ ๓๐ รูป





ญาติโยมทั่วทุกสารทิศเข้าออกคารวะหลวงพ่อกมมากมาย
หลายคณะตลอดเวลา จนประมาณจำนวนมิได้ กำหนดเวลา
เครื่องบิน Thai international เที่ยวบินที่ ๙๑๒ ออกเวลา
๒๑.๐๐ น. คาดว่าจะใช้เวลาประมาณ ๑๔ ชั่วโมง

ขณะนี้ (เวลาบันทึก) เวลา ๒๐.๓๐ น. ภายในห้องพัก
ผู้โดยสาร วี.ไอ.พี. มีช่างภาพถ่ายภาพหลวงพ่พร้อมคณะ
พระสงฆ์และญาติโยมอยู่ตลอดเวลา ซึ่งเป็นครั้งแรกในการ
เดินทางจาริกเผยแผ่ธรรมของหลวงพ่อ จึงเป็นที่อนุโมทนา
ปลาบปลื้มใจของบรรดาศิษย์ทั้งหลายทั้งปวง

พ.ว. เตช

บันทึก



(ต่อแต่นี้ไปเป็นข้อความที่ถอดออกมา จากสมุดบันทึกของ หลวงพ่อที่บันทึกไว้ด้วยมือของท่านเองทั้งหมด)

จินตนาการที่เกิดขึ้นใหม่ในการเดินทางจากเมืองไทยสู่ กรุงลอนดอน ความรู้สึกนึกคิดของมนุษย์ทั้งหลาย ก็เหมือนกับแสงของพระจันทร์พระอาทิตย์ เมื่อถูกเมฆหมอกเข้า ครอบงำก็เป็นอย่างหนึ่ง เมื่อปราศจากเมฆหมอกก็เป็น อย่างหนึ่ง เป็นเหตุให้คิดต่อไปว่า การคิดคาดคะเนเอา การเดาเอานี้เป็นอย่างหนึ่งซึ่งมันไกลจากความจริง และ ให้คิดไปว่า การเรียนธรรม การรู้ธรรม การเห็นธรรม การ ปฏิบัติธรรม การเป็นธรรม เหล่านี้เป็นคนละส่วน ไม่ใช่ สิ่งเดียวกัน และทำให้จินตนาการต่อไปอีกถึงคำสอนของ พระพุทธเจ้าว่า เมื่อเรายังไม่รู้ถึงประเพณี คำพูด การกระทำ ของเขาทุกอย่างเราไม่ควรถือตัวในที่นั้น และคิดต่อไปอีก ขณะเมื่ออยู่บนกลีบเมฆนั้นว่าชาติตระกูล ความรู้ คุณธรรม เป็นอย่างไรก็เป็นที่แปลกมาก เพราะเรื่องนี้ดูเหมือนเรา ได้ประสบมาก่อนแล้ว ตอนที่เราได้ถวายเป็นชีวิตในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ว่าเราได้มาเมืองนอกอย่างไร ? นี่คือ เมืองนอกใน (วัฏฏะ) ไม่ใช่เมืองนอกๆ การเห็นเมืองนอกใน พระพุทธเจ้าไม่สรรเสริญ พระพุทธเจ้าได้สรรเสริญ คนผู้เห็น





เมืองนอกๆ ความคิดของเรามันคิดบวก-ลบกันอย่างนี้เรื่อยไป จนถึงกรุงลอนดอน และก็ได้ปรับกาย วาจา ใจ ให้เข้ากับเขาได้ เป็นอย่างดีไม่มีอะไร สิ่งที่แปลกนั้นก็คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ส่วนใจนั้นปกติอยู่ตามเดิมเพราะได้เตรียมมานานแล้ว ต่างแต่ไม่แปลก ...แปลกแต่ไม่ต่าง คิดต่อไปว่า ประชาชนในยุโรปนี้ เขาได้ถึงจุดอิมของวัตถุทั้งหลายแล้ว แต่ยังไม่รู้จักพอเพราะขาดจากธรรมชาติ เปรียบได้ว่าเหมือนผลไม้พันธุ์ดี เกิดอยู่ในสวนที่มีดินดีแต่ขาดคนดูแลรักษา จึงทำให้ผลไม้ทั้งหลาย เหล่านั้นไร้คุณค่าเท่าที่ควรจะได้ เหมือนมนุษย์ไร้คุณค่าจากการเกิดมาเป็นมนุษย์ฉะนั้น ๕

วันที่ ๖ พ.ค. ๒๕๒๐

บินต่อถึงเมืองการาจี่ ประเทศปากีสถาน บินผ่านอิตาลี ถึงกรุงลอนดอน นายจอร์จ ชาร์ฟ และนางฟรีดา วินท์ ได้เอารถมารับที่ท่าอากาศยาน ฮีตโล

เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในการเดินทางในวันที่ ๖ ในขณะที่บินอยู่ เครื่องบินได้เกิดอุบัติเหตุยางระเบิด ๑ เส้นบนอากาศยาน พนักงานการบินจึงได้ประกาศให้ผู้โดยสารเตรียมตัวรัดเข็มขัด มีพื้นปลอมก็ต้องถอดออก แม้กระทั่งแว่นตาหรือรองเท้า



วันที่ ๙ พ.ค. ๒๕๒๐

ตอนกลางคืนประมาณ ๒ ทุ่ม ได้แสดงธรรมแก่ชาวอังกฤษ ประมาณ ๑๒ คน มีพระสุเมโธภิกขุเป็นผู้แปล ว่าด้วยเรื่อง ธรรมะเบ็ดเตล็ด

และได้พบกับพระมหาธีระพันธ์ เมตตาวิhari วัดพุทธอาราม เนเธอร์แลนด์ (ฮอลันดา) และพระปานขาว ญาณธโร รวมทั้ง ประชาชนหลายชาติ รวมทั้งพระธรรมทูตที่เดินทางไปจาก เมืองไทยหลายองค์ มีเจ้าคุณพรหมคุณาภรณ์เป็นประธาน และได้พบกับทูตอังกฤษด้วย พบกับองคมนตรีเก่าของเมืองลาว ที่ได้ไปลี้ภัยอยู่ประเทศอังกฤษ และได้พบกับคุณเกสรี เจ้าของ ร้านเกสรีซึ่งเป็นร้านทำผมใหญ่ที่สุดในกรุงเทพด้วย

วันที่ ๑๐ พ.ค. ๒๕๒๐

ได้เดินทางไปเยี่ยมวัดพุทธประทีป โดยท่านเจ้าคุณ ปริยัติเมธี วัดพุทธประทีป และได้พบกับพระเถระที่เป็น พระธรรมทูตที่ทางการได้ส่งไปตรวจงาน มีท่านเจ้าคุณพรหม คุณาภรณ์เป็นประธาน และได้เรียนให้ท่านทราบเรื่องจะให้ พระอยู่ประจำในวัดธรรมประทีป ทั้งเรื่องการปกครองของ วัดนั้นด้วย



ท่านก็มีความกรุณาให้อยู่ได้ ท่านจะรับภาระธูระไปเรียน
คณะสงฆ์ให้ และรับช่วยสนับสนุนทุกประการ เมื่อถึงเวลา
พอสมควรแล้ว ก็ได้กลับวัดธรรมประทีปและท่านเจ้าคุณ
เจ้าอาวาสวัดพุทธประทีปก็ได้ตามมาส่งถึงวัดธรรมประทีป
ด้วยตัวท่านเอง

วันที่ ๑๑ พ.ค. ๒๕๒๐

วันนี้ได้เดินทางไปเมืองฮ็อกสะเพตซึ่งเป็นเมืองหนึ่งขึ้นกับ
กรุงลอนดอน ระยะทางประมาณ ๑๐๐ กิโลเมตร โดยการ
โดยสารรถไฟ ได้ไปที่สถานที่ที่เป็นป่าศักดิ์สิทธิ์แห่งหนึ่งของ
เมือง เพราะถือกันว่าเป็นที่อยู่ของพระฤาษีมาแต่ก่อน จึงว่า
เป็นป่าที่เป็นมงคลคู่บ้านคู่เมืองเป็นอย่างดี

และในปัจจุบันนี้ได้เป็นบ้านของมหาเศรษฐี ในบริเวณ
ข้างๆ ในสถานที่นั้นมหาเศรษฐีได้จัดเป็นที่ปฏิบัติในทาง
พระพุทธศาสนา มีอาคารหลายหลังซึ่งเป็นที่อันร่มรื่นมาก
ในเมืองไทยหาดูไม่ได้ และได้พักผ่อนอยู่ที่นั่นโดยเขาหมนต์ไว้
๓ วัน ในตอนเช้าเศรษฐีเจ้าของบ้านก็ได้นิมนต์ให้รับบิณฑบาต
ทุกวัน ตอนเย็นก็ฝึกกรรมฐานให้พวกเขาประมาณ ๓ ชั่วโมง
ทุกวันเหมือนกัน นับได้ว่าได้ทำประโยชน์ไว้ในสถานที่นั้น



พอสมควรในระยะเวลาอันน้อย ตอนขากลับวัดธรรมประทีป
นั้นได้โดยสารรถยนต์ ราคาแท็กซี่ก็ประมาณ ๑,๐๐๐ บาทเศษ

เศรษฐีผู้พี่ชื่อ มิสเตอร์ ซอว์ เมียก็มิสซอว์ ลูกสาวก็
มิสซิสซอว์ ได้ถวายค่าโดยสารรถแท็กซี่ประมาณสามร้อยกว่า
ปอนด์ เราจากเขาด้วยความปิติอย่างแรงมิสซอว์น้ำตาไหล
อาบหน้าจนพูดอะไรอีกไม่ได้ และวันที่ ๒๖ พ.ค. นี้เขาก็จะมีการ
ประชุมใหญ่ เศรษฐีได้นิมนต์ให้เข้าร่วมประชุมกับประชาชน
หมู่ใหญ่อีกด้วย เราได้รับนิมนต์ไว้แล้ว (ครอบครัวเศรษฐีนี้
เดิมเป็นชาวพม่า)

วันที่ ๑๒ พ.ค. ๒๕๒๐

เที่ยวบิณฑบาตบ้านมหาเศรษฐี ได้แสดงธรรมและอบรม
ให้กรรมฐาน นับว่าได้ตั้งสถาบันการบิณฑบาตครั้งแรกที่สุดใน
กรุงลอนดอน

กามทั้งหลายเหมือนเนื้อเข้าไปอุดซี่ฟันเท่านั้น ไม่มี
อะไรมากไปกว่านั้น เมื่ออุดแล้วก็เป็นทุกข์ เมื่อทุกข์ก็แก้ทุกข์
โดยที่เอาไม้มาจิ้มออก ๆ แล้วก็มองเห็นสุข แล้วก็หาเรื่อง
ทุกข์เพิ่มไว้อีก ไม่หาเรื่องแก้ทุกข์โดยหยุดการกินเนื้อ นี่คือ
คนไม่รู้จักเหตุของทุกข์ ก็สร้างแต่กองทุกข์ไม่มีทางจบลงได้



สมุดปากกาขึ้นมาบันทึกไว้ ภายในวิหารธรรมประทีป ด้วย
ความเงียบสงบ

ธรรมะที่เกิดขึ้นนี้เราเรียกว่า “มโนธรรม” เพราะเกิดขึ้น
ด้วยการปรากฏในส่วนลึกของใจ ว่าการที่เรามาบวชเจริญรอย
ตามพระพุทธองค์นั้น เรายังไม่ได้ทำอะไรฯ ได้เต็มทีเพราะ
ยังบกพร่องอยู่หลายประการ อันเกี่ยวแก่พระศาสนา คือ
หนึ่งสถานที่ สองบุคคล สามกาลเวลา เราจึงได้คิดไปอีกว่า
พระพุทธองค์สอนว่า เมื่อสร้างประโยชน์ตนได้เป็นที่พอใจแล้ว
ให้สร้างประโยชน์บุคคลอื่น จึงจะได้ชื่อว่าได้กระทำตามคำสอน
ของพระพุทธเจ้าอย่างแท้จริง

ดังนั้น จึงมีความเห็นว่ากรุงลอนดอนนี้แห่งหนึ่ง จัด
เรียกได้ว่าเป็นปฏิรูปเทศ คือเป็นประเทศอันสมควรในการ
ที่จะประกาศพระศาสนา จึงได้จัดให้ศิษย์ฝรั่งอยู่ประจำ เพื่อ
ดำเนินงานพระศาสนาต่อไป

วิธีการสอนธรรมนั้น ให้เป็นไปในทำนองที่ว่า ทำน้อย
ได้มาก ทำมากได้น้อย ให้เห็นว่า ความเย็นอยู่ในร้อน
ความร้อนอยู่ในความเย็น ความผิดอยู่ในความถูก ความถูกอยู่ใน
ในความผิด ความสุขอยู่ที่ความทุกข์ ความทุกข์อยู่ที่ความสุข
ความเจริญอยู่ในที่เสื่อม ความเสื่อมอยู่ในที่เจริญ ความน้อย



อยู่ที่ใหญ่ ความสำเร็จอยู่ที่น้อย สกปรกอยู่ที่สะอาด สะอาด
อยู่ที่สกปรก อย่างนี้เสมอไป

นี้เรียกว่า **สังจธรรม** หรือ **สังจศาสตร์**

เราทั้งหลายซึ่งเป็นสาวกของพระพุทธเจ้า จะต้องปฏิบัติ
ให้มีคุณสมบัติ ๔ ประการ คือ ส. อ. ญ. ส. (สุปฏิปันโน-
อุชุปฏิปันโน-ญายปฏิปันโน-สามีจิปฏิปันโน) ให้สมบูรณ์แล้วก็
สอนธรรมให้ถูกต้องตามพุทธประสงค์ ให้เรียนรู้สังจศาสตร์
แล้วก็ให้บรรลุสังจธรรม คือบรรลุ คือให้จบประโยค ไม่มี
ประโยคอื่นต่อไป ที่เรียกว่า เอโกธัมโม ไม่มีประโยคอื่นต่อไป
ในคำที่สองนั้นไม่มีอีกต่อไป นั้นแหละที่จะเรียกได้ว่าจบ
พรหมจรรย์ ไม่อะไรในที่ที่มีอะไร ถ้าสาวกทั้งหลายรู้พุทธ
ประสงค์อย่างนี้โดยสมบูรณ์แล้วก็เที่ยวไปคนเดียวได้ทั้ง
ภายในและภายนอก

ภิกษุทั้งหลายนั้นคือผู้รู้ว่าอะไรเป็นอะไร เมื่อรู้อย่าง
แจ่มแจ้งเสียแล้ว อักษร “พ” (ความรู้จักพอ) ก็โผล่ขึ้นเท่านั้น
เมื่ออักษร “พ” โผล่ขึ้นมาแล้ว ความที่ถูกต้องทั้งหลายก็เกิดขึ้น
โดยอาการที่ไม่มีก่อนไม่มีหลัง ธรรมที่ปรากฏอยู่ที่จิตก็เด่นอยู่
ทั้งกลางวันและกลางคืน ดังนั้นความที่สำคัญว่าอะไรเป็นอะไร
หรืออะไรคืออะไรก็หมดไป ธรรมนี้จะไม่ปรากฏชัดเพียงสักว่า



วันที่ ๑๗ พ.ค. ๒๕๒๐

วันนี้เป็นวันแรกที่ได้ออกเที่ยวบิณฑบาตในกรุงลอนดอน พร้อมด้วยพระสุเมโธเป็นชาวอเมริกัน ๑ พระเชมธมโม ชาวอังกฤษ ๑ และสามเณรชินทตโต ๑ ซึ่งเป็นสัญชาติ ฝรั่งเศส พระโพธิญาณเถรเป็นหัวหน้า

การออกบิณฑบาตวันแรกได้ข้าวพอลอิม ผลแอปเปิ้ล ๒ ใบ กล้วยหอม ๑ ใบ ส้ม ๑ ใบ แตงกวา ๑ ลูก แครร์รอต ๒ หัว ขนม ๒ ก้อน

ดีใจซึ่งได้อาหารวันนี้ เพราะเราเข้าใจว่าเป็นอาหารของ พระพ่อ คือเป็นมูลของพระพุทธรูปเจ้านั่นเอง และเป็นอาหาร ที่เกิดจากการบิณฑบาตได้ เมืองนี้ยังไม่เคยมีพระบิณฑลเลย เพราะเขามีความอายกันเป็นส่วนมาก แต่ตรงกันข้ามกับเรา เราเห็นว่าคำที่ว่าอายนี้เราเห็นว่าอายต่อบาป อายต่อความผิด เท่านั้น ซึ่งเป็นความหมายของพระองค์นี้เป็นความเห็น ของเราเอง จะถูกหรือผิดก็ขอภัยจากนักปราชญ์ทั้งหลาย ด้วย และวันเดียวกันนั้นโยมของเชมธมโม ทั้งผิวเสียได้ถวาย อาหารด้วย ได้ขอพึ่งเทศน์และฝึกกรรมฐานเป็นพิเศษอย่าง เป็นที่พอใจ





วันที่ ๒๒ พ.ค. ๒๕๒๐

ได้เที่ยวบิณฑบาตและได้อาหารสมบุรณ์ และมีแหม่มคนหนึ่งได้น้อมถวายอาหารบิณฑบาตด้วย ค่ะวันนี้ได้อบรมและมีคนนั่งกรรมฐาน ๑๐ คน แล้วแต่เป็นผู้ที่สนใจและได้รับฟังธรรมโดยเคารพทั้งนั้น ได้เทศน์เบ็ดเตล็ดเพื่อให้ละทิฐฐิมานะ ให้หันหน้าเข้ามาสู่พุทธศาสนา และรู้สึกว่าเขาได้รับฟังข้อความทั้งนั้น

วันที่ ๒๓ พ.ค. ๒๕๒๐

โยมได้นิมนต์ไปฉันบิณฑบาต ทางไกลประมาณ ๒๐๐ กิโลเมตร เดินทางด้วยรถยนต์ กลับมาถึงธรรมประทีปตอนบ่ายสามโมง มีคนไทยซึ่งเป็นคนประจำอยู่ที่นั่นนานแล้ว ทำงานที่ศูนย์วิปัสสนาร่วมกับมหาวิจิตร แต่ปัจจุบันเลิกไปมีเมียเสียแล้ว ได้ถูกถามปัญหาหลายอย่างล้วนแต่เป็นปัญหาที่เขาจะสอนในศูนย์วิปัสสนาทั้งนั้น แต่ตอนเย็นวันนั้นเอง ได้ถูกถามปัญหาและตอบคำถามพวกเขาเป็นปัจจุบันหลายอย่าง แต่เราก็ไม่เจนในการตอบปัญหานั้นตามเคย มีผู้หญิงฝรั่งคนหนึ่งได้ถามปัญหาว่าคนตายแล้วไปอยู่ที่ไหน และความรู้ (วิญญาณ) นั้นไปอยู่อย่างไร เราได้ตอบว่า ปัญหานี้พระพุทธเจ้าไม่ทรง



ให้ตอบ เพราะเรื่องนี้ใช่เหตุ กระนั้นก็จะขออนุญาตตอบ
 ปัญหานี้ฉลองศรัทธาสักหน่อย ในขณะที่เรานั่งอยู่บน
 ธรรมาสน์ มีเทียนจุดไว้ ๒ เล่ม เราจึงถามว่าโยมมองเห็น
 เทียนนี้ไหม? เขาก็อ้างเห็น เราถามอีกว่าเห็นไฟนี้ไหม? เขา
 ก็อ้างเห็น เราจึงว่า นี่แหละโยม... เมื่อมีไส้เทียนอยู่ก็มีไฟ
 อยู่ฉนั้นนั้น.. จากนั้นก็ได้หยิบเทียนเล่มหนึ่งขึ้นมา แล้วก็เป่า
 ให้ไฟดับด้วยปากแล้วถามเขาว่า เปลวของไฟนี้หายไป
 ทิศไหน? เขาตอบว่าไม่รู้ๆ แต่ว่าเปลวไฟดับไปเท่านั้น แล้ว
 เราจึงถามเขาว่าแก้ปัญหาวางนี้พอใจไหม? เขาก็บอกว่า
 ยังไม่พอใจในคำตอบนี้ เราก็ตอบเขาไปอีกว่า ถ้าอย่างนั้น
 เราก็ไม่พอใจในคำถามของโยมเหมือนกัน เขาทำตาถลิ่งขึ้น
 ละบัดหน้าแล้วก็หมดเวลาพอดี

วันที่ ๒๔ พ.ค. ๒๕๒๐

เที่ยวบิณฑบาตตามเคย และตอนบ่ายมีผู้หญิงใน
 กรุงลอนดอนมาฟังธรรมเกี่ยวกับเรื่องการศึกษาทั้งนี้ และ
 มีพระสนุดิจิตโต เป็นลูกศิษย์เจ้าคุณพุทธทาสมากราบเยี่ยม
 และตอนหนึ่งถึงสามทุ่มมีญาติโยมในแฮมสเดทนั้นมาประชุม
 ปฏิบัติกรรมฐานประมาณ ๑๑ คน และได้นั่งเข้าที่ ๑ ชั่วโมง





วันที่ ๙ ก.ค. ๒๕๒๐

ถึงกรุงลอนดอน

วันที่ ๑๔ ก.ค. ๒๕๒๐

ตอนกลางคืนวันที่ ๑๔ พลอากาศโทชู พร้อมทั้งคุณนาย
สุภาพ และคุณทองน้อยซึ่งเป็นคนในไทยอินเตอร์ได้ไปรวมกับ
พวกทำกรรมฐาน และได้ร่วมในการเปิดสาขาที่ ๑ (ภาคพื้น
ยุโรป) นี้ด้วย และในวันที่ ๑๕ ก็ได้ช่วยบริการให้ความสะดวก
ทุกอย่างบนเครื่องบินตลอดต้นทางปลายทางด้วย ทั้งตอนไป
ก็ให้ความสะดวกตอนกลับก็ให้ความสะดวก

เราได้เดินไปเมืองนอกในและเมืองในนอกและเมืองในๆ
และเมืองนอกๆ รวมเป็นสี่เมืองด้วยกัน และภาษาที่ต้องใช้ใน
ในเมืองทั้งหลายเหล่านี้ คือ นีรุกติภาษา จึงเกิดประโยชน์เท่า
ที่ควร ภาษาทั้งหลายเหล่านี้ไม่มีครูสอน เป็นภาษาที่ต้อง
เรียนด้วยตนเองเท่านั้น เมื่อพบกับเหตุการณ์ภาษาทั้งหลาย
เหล่านี้จึงจะปรากฏขึ้น เพราะฉะนั้นพระพุทธานุเจ้าจึงแตกฉาน
ในภาษาทั้งปวง

และได้เห็นชนชาวยุโรปนี้ เป็นดอกบัว ๔ เหล่าจริงๆ
เรามีความรู้สึกอย่างนั้น





เราเป็นพระอยู่แต่ในป่ามานมนาน นึกว่าไปเมืองนอก จะมีความตื่นตื้นก็เปล่าเพราะพระพุทธเจ้าตามควบคุมเราอยู่ ทุกอิริยาบถ มีหน้าซำยังให้เกิดปัญญาอีกด้วย เหมือนบัวในน้ำ ไม่ยอมให้น้ำท่วมฉฉนั้น พิจารณาตรงกันข้ามเรื่อยไป

และได้เที่ยวไปดูในมหาวิทยาลัยต่างๆ แล้ว จึงคิดว่า มนุษย์ศาสตร์ทั้งหลายมันยิ่งเห็นได้ชัดเจนว่ามีแต่ศาสตร์ที่ไม่คมทั้งนั้น ไม่สามารถจะตัดทุกข์ได้ มีแต่ก่อให้เกิดทุกข์ ศาสตร์ทั้งหลายเหล่านั้นเราเห็นว่า ถ้าไม่มาขึ้นต่อพุทธศาสตร์ แล้ว มันไปไม่รอดทั้งนั้น ๕

และเมื่อเรานั่งอยู่บนเครื่องบิน มีความรู้สึกแปลก หลายอย่าง และได้วิตกไปถึงคำที่ท่านว่า สู้ทั้งหลายจงมา ดูโลกอันตระการดุจราชรถ ที่คนเขลาอย่าอมหมกอยู่ แต่ผู้รู้หาซึ้งอยู่ไม่ อันนี้ก็ชัดเจนยิ่งขึ้น.....

และคำที่ท่านตรัสไว้ว่า เมื่อยังไม่รู้การประพบัติและ ประเพณีของชนในกลุ่มทั้งหลายเหล่านั้น เราอย่าไปถือตัว ในที่นั้น อันนี้ก็ชัดขึ้นถึงที่สุด

และยานที่นำประชาชนทั้งหลายไปสู่จุดประสงค์ก็เป็น ยานอย่างหยาบๆ เพราะเป็นยานที่นำคนมีทุกข์ในที่นี้ไปสู่ทุกข์ ในที่นั้นอีก วนไปเวียนมาอยู่อย่างนี้ไม่รู้จบ



และรู้สึกขึ้นมาว่า เรามาเมืองนอกได้เพราะอะไรเป็นเหตุ เพราะอะไรๆ เราก็ไม่ได้ศึกษา และมาได้โดยสะดวกทุกอย่าง มีผู้บริการทั้งนั้น เมื่อคิดๆ ดู ก็แปลกและรู้สึกขบขันมากๆ (เขียนบนเครื่องบินที่กำลังบินบนอากาศสูงสุด ๒ หมื่นฟิต)

ความรู้สึกในเหตุการณ์ที่ได้ไปเมืองนอกในคราวนี้ก็หน้า ขบขันเหมือนกันเพราะเราเห็นว่าอยู่เมืองไทยมานานแล้ว คล้ายๆ กับพญาลิงให้คนหยอกเล่นมาหลายปีแล้ว ลองไป เป็นอาจารย์กบในเมืองนอกดูสักเวลาหนึ่ง มันจะเป็นอย่างไร เพราะภาษาเขาเราไม่รู้ก็ต้องเป็นอาจารย์กบอย่างแน่นอน แล้วก็เดินทางไปตามความคิดอย่างนั้น กบมันไม่รู้ภาษาของมนุษย์ แต่พอมันร้องขึ้นแล้ว คนชอบไปหามันจึงเลย

เลยกลายเป็นคนไปสอนคนบ้าไปอีกเสียแล้ว ก็ดีเหมือนกัน ปริญญาของพระพุทธเจ้าไม่ต้องไปเรียนไปสอบกับเขา ทรอก... ฉะนั้นพระไปเลยเป็นเหตุให้ได้ตั้งสาขาสองแห่งคือ กรุงลอนดอนและฝรั่งเศส เพื่อให้คนบ้าศึกษา....ก็ขบขันดี เหมือนกัน ๕

วันที่ ๑๕ ก.ค. ๒๕๒๐

เดินทางกลับจากกรุงลอนดอน





บันทึกเสียงสนทนา

ของ

หลวงพ่อชา กับศิษย์







๔๘ / สุภัทธานุสรณ์

สุ. “แฮมสะเตทฮึทนี่เป็นที่สูงสุดเ็นลอนดอน”

พ. “เขาไม่เอากางมาป่ล่อยน้อ”

ชม. “ไถลั้ววัดพุทธประเททึปเก่ากัมี” (เสียงฝึเท้าเดินพร้อมกัับ
เสียงนกน้อย ๆ ร้องอยู่ทัวไป)

พ. “แหม...ได้เบ็ นวัดนี้ก็ดีน้อ หือ...ได้เบ็ นวัดก็ดี
นี่...สถานท่ีนี้...นั่งเมือคนมาตอนเย็น ตอนเย็น
นั่งประชุมกันตรงนี้”

สุ. “จะซื้อที่ดินเพือตั้งวัด ๔๐๐ ไร่ได้เนะ”

พ. “โอ้...”

สุ. “ถววยพ้อหลวง ๔๐๐ ไร่ได้ เ็นอย่งนี้ สงสัยป่า
อย่งนี้”

พ. “นะ เอ้า...เอาเหมือกัน”

สุ. “มันไม่ใช่น้อยเนะ ท่ีจะซื้อถววย”

พ. “ห่างจากตัวเมืองใหญ่เนะ ห่างไหม ?”

สุ. “ก็ยังไม่แนใจ เขาจะพาหลวงพ้อไปดูก่อน ยังไม่ได้ซื้อ
ยังไม่รู้”

พ. “เออ...”





๕๐ / สุภัทธานุสรณ์

พ. “พูดถึงเรื่องวัดเขื่อนให้เขาฟังไหม ? สองพัน...สงวนป่า
ไว้สองพันห้าร้อยไร่ หมูป่า...อีเก้ง สัตว์ต่างๆ เยอะ”

พ. “มันปนธรรมชาติ มันดีดีเนาะ...ปนธรรมชาติ !!”
(หลวงพ่อบุญทศภาษาอีสาน)

สุ. “ที่วัดญี่ปุ่น ที่ท่านเซงโกเคยอยู่นะ ที่เผาศพของสัตว์
ก็มีนะ”

พ. “หา”

สุ. “สัตว์เดรัจฉาน”

พ. “อ้อ”

สุ. “ก็คนที่ฆ่าสัตว์ที่เลี้ยงไว้นานแล้ว เป็นควายเป็นวัว
เป็นอะไรๆ เวลาตายแล้วก็เผาที่นั่นได้ แล้วก็เก็บ
กระดูกเหมือนกัน”

พ. “อ้อ”

สุ. “เพื่อเคารพสัตว์ทุกตัว”

พ. “วัดนั้นยังอยู่ไหมเดี๋ยวนี้”

สุ. “ยังอยู่ ที่ที่ท่านเซงโกเคยปฏิบัติเนะ”

พ. “ทำไมหนีมาเสียล่ะ ?”

สุ. “ถึงเวลาไป...” (หัวเราะ)





๕๒ / สุภัทธานุสรณ์

กินเนื้อนะ ไม่นิยมกินเนื้อ ในเมืองไทยคนก็ชอบกินเนื้อ
ตลอดไป”

พ. “อ้า...ผมเคยไปกราบท่านอาจารย์กินรีซึ่งเป็นอาจารย์
เก่าแก่ ที่ผมจะเดินทางออกมาอังกฤษนี่นะ ท่านเล่า
ถึงเรื่องพุทธศาสนา ครั้งแรกนะ...ท่านพูดถึงพระเจ้า
เมตไตยกับพระโคตมนี้...อ้า...อยู่ในเมืองสวรรค์ เป็น
เพื่อนรักชาติลร่วมกันอยู่ เหมือนกันกับสุขเมโธกับ
เชมธมโมนั้นแหละ แล้วก็ปรารถนาเป็นพุทธภูมิ เป็น
พระพุทธเจ้ารักษาศีลด้วยกันอยู่ก็อ้า...อธิษฐานดอกบัว
สองดอก ถ้าใครจะได้เป็นพระพุทธเจ้าก่อนก็ขอให้
ดอกบัวบานก่อนในวันพรุ่งนี้ อธิษฐานแล้วตอนเข้ามา
ดอกบัวของพระเจ้าเมตไตยเลยบานก่อน... (เสียง
เครื่องบินยังร่อนอยู่ข้างบน) ดอกบัวของพระพุทธเจ้า
ของเราพระโคตมนี้ยังไม่บานเลย ก็ตื่นนอนแต่เข้าไป
หยิบเอาดอกบัวของเขามาเปลี่ยนที่ (หลวงพ่อก้าวเราะ)
เปลี่ยนที่เพราะอยากเป็นพระพุทธเจ้าก่อน...นะ
พระเจ้าเมตไตยก็รู้เหมือนกัน...ตอนเข้ามาก็ไปดู
ดอกบัวของพระโคตมบานแล้ว...บานก่อน แต่ไม่ใช่
หรอก พระโคตมนี้จะไปขโมยเอาดอกบัวของพระเจ้า
เมตไตยมาแทนไว้ อ้อ...พระเจ้าเมตไตยก็บอกว่า “ดี”





ท่านจะได้ตรัสรู้เป็นพระอนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณ
โปรดสัตว์ แต่ศาสนาของท่านนะคนดูร้ายเหลือเกิน
คนไม่ค่อยมีเมตตา ไม่เชื่อสัตย์ สุจริตนะ ท่านจะต้อง
ทำบาปมาให้เข้มแข็ง ให้มีเมตตา กรุณา มุทิตาให้มาก
ที่สุดถึงจะไปไหน คนเป็นโจรมากเป็นขโมยมาก เป็น
คนมีราคะ โทสะมาก พระเจ้าเมตโตยบอกอย่างนี้
(หลวงพ่หั่วเราะ) นี่ท่านเล่าให้ฟัง ความเป็นจริง
ก็เหมือนกัน...อย่างเราที่ปฏิบัติมานี้แหละ มันจะต้อง
ทำเหมือนเราเป็นคนตายนะ เพราะว่าอันตรายมันมาก
อุปสรรคมันมาก อันนี้ท่านเล่าให้ฟัง อ้อ...จริงไม่จริง
ก็ฟังไว้ระดับความรู้ันะ” (เสียงนกลึกๆ ร้องระงม
อยู่รอบบริเวณ พระญี่ปุ่น “yes” ตลอดเวลา)

พ. “เออ...ไม่เหนื่อย...สบายใจ เออ...วันนี้ได้อาหารทาง
จิตมากเหลือเกิน เดินไม่เหนื่อย” (พูดแล้วหั่วเราะ
มีเสียงหายใจแรงๆ ใส่เทป)

พ. “เออ...อะไรนะ เออ ดุชิ แหม มันสวย ฮือๆ แต่ก่อน
เราเคยอยู่ในภูเขาปฏิบัติธรรมในภูเขานั้น เดินบิณฑบาต
ไปกลับประมาณสัก ๒๐ กิโลเมตรป่า หือ...ฤดูหนาว
ไทยแลนด์นะมันยิ่งหนาวกว่านี้ เพราะว่าไม่หนาวเป็น
ปกติอย่างนี้ หนาวลม ลมมันโกรกอย่างนี้ ไอ้โฮ...ลำบาก





พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) / ๖๑

- พ. “เออ...ลืมแล้ว” (แล้วทุกคนก็หัวเราะ)
- พ. “เขาหัวเราะก็ไม่ว่าเรื่องน้อ...เขาสนุกเราก็ไม่รู้จักเรื่อง
สนุกกับเขา...หือ”
- สุ. “เขาจะขอถวายเงิน ๑๐๐ ปอนด์” (หลวงพ่อกับหัวเราะ
เบา ๆ)
- พ. “เที่ยวได้น้อ...เที่ยวได้สบายน้อ...วันหลังค่อยให้โยม
เขมธมฺโถมถวายสัก ๕๐๐ ปอนด์น้อ...”
- (ทุกคนหัวเราะ)





บางตอน

จาก

สมุดบันทึก





ในวันที่เดินทางคราวนี้ได้อาศัยท่านประธานสภาปฏิรูปฯ และคุณหญิงสว่างจิต ถวายความอุปการะไปตลอดทางจนถึงกรุงลอนดอน

๑๒ พ.ค. ๙ โมง ๑๕ นาที ได้เที่ยวภิกขาจารในบ้านมหาเศรษฐีชื่อ ซอร์ ได้อาหารแปลกหลายอย่างซึ่งในเมืองหาไม่มี ในสถานที่นั้นยังไม่เคยมีใครบิณฑบาตมาก่อน เราได้บิณฑบาตในบ้านมหาเศรษฐี เป็นครั้งแรกในกรุงลอนดอนที่ออกสะเพต นับได้ว่าเป็นประวัติศาสตร์ สมความตั้งใจที่เคยตั้งสัจจอธิษฐานไว้ เมื่อได้เดินทางไปเมืองนอกจะพยายามยกสถาบันการบิณฑบาตขึ้นให้ได้ ตอนเย็นได้อบรมกรรมฐานให้ชาวอังกฤษ โดยพระสุเมโธเป็นคนแปล

๑๓ พ.ค. **ต้องยอมเสียสละทุกอย่างให้แก่พระศาสนา เพื่อประชุมชนเป็นส่วนมาก ในเวลานี้ดอกบัวกำลังจะบานในทิศตะวันตกอยู่แล้ว** และวันนี้ได้สนทนาธรรมกับอาจารย์ที่สอนกรรมฐานที่ออกสะเพต เข้าใจได้ว่าอาจารย์คนนั้นยอมรับคำพูดของเราทุกอย่างโดยไม่มีการขัดข้องแม้แต่อย่างใดเลย อาจารย์คนนี้ชื่อ จอห์น โคมัน

๑๔ พ.ค. ตอนเช้าได้พิจารณาธรรมด้วยความรู้สึกในใจ เรียกว่า มโนธรรมคือธรรมอันเกิดจากความบริสุทธิ์ใจหรือ





จะเรียกได้ว่าลัทธิศาสตร์ก็ได้ เพราะเป็นความรู้สึที่เกิดขึ้นจากความจริง หรือเป็นความรู้อันเข้าถึงธรรม คือความจริงเราเรียกว่าลัทธิศาสตร์ เพราะความจริงสามารถที่จะดึงดูดเอาศาสตร์อื่นๆ เข้ามาสู่สภาพความถูกต้องได้ทั้งหมดเรียกว่าลัทธิธรรม คือความจริงอันเกิดจากมโนธาตุ

วันนี้ให้สุเมธเทคนิ์และทั้งแปลธรรมะที่เราแสดงถึงเรื่องสมมุติ วิมุติ อย่างแยบคาย จนพวกฝรั่งได้ฟังแล้วเกิดความสนใจเป็นอย่างมาก นับว่าเทคนิคกัณฑ์นี้ถือนทิกฎฐิมานะของคนต่างประเทศได้ดีมาก

สุภาชิตของ “เซงโก” พระญี่ปุ่น ๔ ข้อ

๑. ชีวิตอันกว้างใหญ่ไพศาล ขอถวายไว้เพื่อสอนสัตว์ให้พ้นจากวิภวสงสาร
๒. ความทุกข์อันมหาศาลข้าขอตัด
๓. ธรรมะอันกว้างใหญ่ไพศาลจะขอศึกษาให้ได้
๔. ความดีอันสูงสุดข้าขอพยายามกระทำให้ได้ ๗





โองาถรรณ และบทสนทนาธรรม

ของหลวงพ่อชา

และชาวต่างประเทศ





ตอนที่ ๑

จิต เป็นธรรมชาติที่ควรฝึกเพราะว่าจิตนี้มันเป็นใหญ่
 ในสกลกายนี้ จิตนี้ได้รับภาระหนักกว่าอย่างอื่น เป็นผู้รู้
 จากทางตาก็ดี หูก็ดี จมูกก็ดี ลิ้นก็ดี กายก็ดี มารวมอยู่ที่จิต
 ฉะนั้น จิตนี้ควรที่จะฝึกเพราะจิตนี้เป็นผู้รับภาระอันหนักที่สุด
 ถ้าใครไม่ฝึกจิตของตนให้มีความสงบระงับแล้ว ชีวิตของคน ๆ
 นั้นก็ย่อมอยู่ในความวุ่นวายกระสับกระส่าย ไม่มีความสงบ

ฝึกจิตให้เกิดความรู้สึกในทางที่ชอบอย่างเดียว ฝึกจิต
 อย่างเดียวเท่านั้น ให้เป็นคนที่มีสุข ให้เป็นผู้ที่มีความเห็นชอบ
 อย่างเดียวเท่านั้น ตา หู จมูก ลิ้น กาย ไม่จำเป็น เพราะว่า
 สิ่งทั้งหลายเหล่านั้น มิได้บริหารการงานโดยตรง จิตเป็น
 ผู้บริหารการงานโดยตรง ฉะนั้นจิตนี้จึงควรที่จะฝึก

และการฝึกจิตนี้มีหลายอย่างหลายแบบ อาจารย์หนึ่ง
 ก็สอนไปอย่างหนึ่ง อาจารย์หนึ่งก็สอนไปอย่างหนึ่ง หลาย
 อาจารย์หลายลัทธิก็ยิ่งสอนกันไปหลายอย่าง เป็นต้น อันนี้
 เป็นเหตุที่ทำให้ความยุ่งยากแก่พวกพุทธบริษัททั้งหลายอยู่มาก

อันนั้นก็จริงอยู่ แต่อาตมาอยากจะเสนอความเห็นให้
 พุทธบริษัทเราทั้งหลายว่า มันจะเป็นไปในแบบไหนก็ตาม





ให้เห็นๆ เมื่อความถูกต้องมันมีความสงบมันก็ค่อยๆ เกิดขึ้นมา เพราะว่าความสงบนี้ไม่ใช่จะเป็นไปตามใจของบุคคล เมื่อทำความถูกต้องให้เกิดขึ้นมันจึงจะสงบ เมื่อทำความไม่ถูกต้อง คิดไม่ถูกต้อง ทำไม่ถูกต้องแล้ว อยากจะสงบอย่างไรมันก็สงบไม่ได้ เพราะเราไม่มีอำนาจจะบังคับให้มันสงบวันเดียว สองวันได้

ถ้าหากว่าเมื่อจิตของเรามีความสงบไปบ้างพอสมควร แล้ว โดยที่มันปล่อยความรู้สึกนึกคิดความปรารถนาของ ตัณหานั้นๆ ได้พอสมควรแล้ว จิตมันก็สงบไม่วุ่นวาย เมื่อจิตสงบแล้ว มีพื้นฐานความสงบแล้วก็เอาจิตนั้นมาดูกาย กายคตาสติ ให้พิจารณาไปทั่วสกลร่างกาย ส่วนไหนท่อนไหน ของร่างกายก็ต้องพิจารณาๆ ในร่างกายของเราี้แหละ เพราะ ถ้าเราพิจารณาแล้วก็เห็นความจริงหลายอย่าง

เมื่อเห็นความจริงแล้วมันก็จะกำจัดความไม่จริงออก ให้ถึงความสงบ ช่วยกันเหมือนกันกับจิต เพราะเมื่อเห็น อาการของจิตว่าไม่เที่ยงมันก็เห็นอาการของกาย มันก็เห็น รูป นาม เป็นรูป เป็นนาม ลักษณะของร่างกายก็เป็นรูป ลักษณะของจิตนี้ก็เป็นนาม เราเข้าใจในรูปนี้ เราก็ตจะเข้าใจ ในนามนี้ว่าเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา เมื่อจิต เราเห็นเช่นนั้นแล้วความปล่อยวางของจิตเราก็ตจะเกิดขึ้นมา





เพราะเกิดเป็นนิพพิทา ความเบื่อหน่าย เห็นว่าไม่ควรยึดมั่น
ถือมั่นและควรมีปัญญาเช่นนี้

ฉะนั้น การปฏิบัติกรรมฐานนี้กายกับจิตนี้จะต้องควบคู่
กันไป เพราะคนเราก็ไม่มีอะไรมากมาย มันมีมากแต่อาการ
เท่านั้น ถ้าเราดูให้แน่แล้วก็มีแต่กายกับจิตสองอย่างเท่านั้น
ถ้าเราสังวรสำรวจรู้เรื่องของจิตของเราๆ ก็รู้เรื่องกายของเรา
ด้วย การปฏิบัติก็ถูกทางเท่านั้นเอง วันนี้ให้ความเห็นแค่นี้ก่อน

ญาติโยมทั้งหลายที่มารวมกันอยู่ที่นี่หลายชาติหลาย
ภาษา อย่างไรก็ตามวันนี้ได้มารวมกันในวิหาร **วัดโพธิญา-
ณาราม*** หรือ**สังฆะประทีป**ก็ว่า อาตมาซึ่งอยู่เมืองไทยได้นำ
พระบรมสารีริกธาตุมามอบหมายไว้ในสถานที่นี้ เพื่อให้เป็นที่
ประทับใจของญาติโยมทั้งที่อพยพมาและทั้งที่เป็นเจ้าของ
ถิ่นนี้ เพราะเห็นประโยชน์ว่าในสถานที่นี้พวกกุลบุตรธิดาเรา
ทั้งหลายจะได้อบรมบ่มนิสัย ถ้าหากว่ามีพระเจ้าพระสงฆ์
ดำเนินงานประพฤติปฏิบัติแนะนำพร้าสอนญาติโยมทั้งหลาย
ก็เหมือนกับว่าพวกญาติโยมทั้งหลายมีโรงพยาบาลและ
มีหมออยู่ใกล้ซิด เพื่อบำบัดโรคทางจิตทางกายให้สบายใจ
ฉะนั้น อาตมาจึงเห็นประโยชน์ของคนส่วนรวมทั้งหลายที่
ได้มาประชุมที่นี่

*วัดโพธิญาณาราม คือ วัดสาขาของวัดหนองป่าพงอยู่ในประเทศฝรั่งเศส



ตั้งแต่วันนี้เป็นต้นไปขอญาติโยมทั้งหลายทั้งปวงได้บอกกล่าวกันไปว่าสถานที่นี้เป็นที่พักสงฆ์ได้เปิดแล้ว ให้พากันสนใจมาทะนุบำรุงให้เป็นสถานที่สักการบูชาของเรา ท่านทั้งหลายต่อไป อาตมามีเวลาน้อยไม่ได้อยู่จำพรรษาด้วย เพราะมีธุระบางอย่างก็จะได้กลับไปจำพรรษาในเมืองไทย โอกาสต่อไปอาจได้มาเยี่ยมญาติโยมทั้งหลายก็ได้ ญาติโยมทั้งหลายที่จะอยู่ที่นี้ได้ก็อยู่ไป

บางคนยังไม่ได้อบรมจิตใจอพยพมาจากบ้านจากเมือง ก็มีความไม่สบายกายไม่สบายใจ เพราะเข้าใจว่าเราได้พรากรถิ่นฐานบ้านช่องมาอยู่บ้านอื่น ก็เลยเป็นเหตุให้ใจไม่สบาย ดังนั้นขอให้ญาติโยมทั้งหลายเข้าใจว่าสถานที่อยู่ของโลกนี้เป็นที่อยู่ของบุคคลทั่วไป เรามาอยู่ที่นี้บ้านเราก็ตูอยู่ที่นี้ เราอยู่ที่โน่นบ้านเราก็ตูที่โน่น ความเป็นจริงแล้วเราเป็นคนไม่มีบ้าน

ถ้ามาอยู่ที่นี้ก็สมมุติว่าที่นี่เป็นบ้านของเรา...เปล่า... นี้ก็ไม่ใช่เหมือนกันเดี๋ยวกก็ต้องหนีไป ถ้าอยู่เวียงจันทน์โน่น ก็ว่าเวียงจันทน์เป็นบ้านเรา อันนี้ก็ไม่ใช่ เพราะเดี๋ยวกก็ผุดขึ้นที่นี้เดี๋ยวกก็ผุดขึ้นที่นั่น ฉะนั้นขอญาติโยมทั้งหลายจงพากันตั้งอกตั้งใจอยู่ที่นี้ไปก่อน เมื่ออยู่ที่นี้ก็ตั้งใจอยู่ที่นี้ ทำชีวิตอยู่ที่นี้ ทำจิตใจอยู่ที่นี้ ทำกิจการอยู่ที่นี้ ให้มีความเห็นอก





เห็นใจ อย่าทำให้ใจเดือดร้อนกระวนกระวาย ก็หากินกันไป
ตามธรรมดาของเรานั่นเองแหละ

อยู่ที่ไหนก็เป็นอย่างนั้นแหละไม่มีที่ไหนเป็นแก่น
เป็นสาร ไม่คงทนถาวร โลกนี้มีความเปลี่ยนแปลงอยู่อย่างนี้
เรื่อยไป จะไปอยู่ที่ไหนก็เปลี่ยนแปลง อยู่ที่นี้ก็เปลี่ยนแปลง
เพราะว่าพวกเราทั้งหลายอยู่ด้วยการเปลี่ยนแปลง ถ้าไม่มี
การเปลี่ยนแปลงเราก็คงอยู่กันไม่ได้ หายใจออกแล้วก็เปลี่ยนมา
หายใจเข้า แล้วก็หายใจออก หายใจเข้าหายใจออกอย่างนี้แหละ
เรียกว่าการเปลี่ยนแปลง ถ้าไม่อย่างนั้นก็อยู่ไม่ได้ แม้ออกไป
หมดก็อยู่ไม่ได้ ลมเข้าไปแล้วไม่ออกก็อยู่ไม่ได้ เราอยู่ด้วยการ
เปลี่ยนแปลง อาหารการขบฉันก็เหมือนกัน กินเข้าไปแล้วก็
ถ่ายออกมา ถ่ายออกแล้วก็กินเข้าไป มีการถ่ายทอดมีการ
เปลี่ยนแปลงอยู่อย่างนี้เรื่อยไป

เพราะฉะนั้นครูบาอาจารย์ของเราท่านจึงสอนว่าพวก
เราทั้งหลายอยู่ในโลกนี้ก็เป็นโลก มันเป็นอย่างๆ โลก ไม่ควร
ทำความน้อยใจ ไม่ควรทำความเสียใจ อาตมาก็เหมือนกัน
นั่นแหละ วันนี้มาอยู่ที่นี้ก็อยู่ที่นี้ ต่อไปก็จะไปอยู่ที่โน่น ออกจาก
ปารีสก็จะไปอยู่ลอนดอน ก็จะอยู่ที่นั่น ออกจากลอนดอนก็จะ
ไปอยู่กรุงเทพฯ ประเทศไทย ออกจากกรุงเทพฯ ก็จะไปอยู่
อุบลฯ มันก็เปลี่ยนแปลงอยู่อย่างนั้น



ฉะนั้นพวกเราที่มีธรรมะ เราเป็นพุทธศาสนิกชน เป็นพุทธบริษัทของพระพุทธเจ้ามานานแล้ว ก็จงพากันพิจารณาให้ดีงาม อยู่ที่ไหนก็เป็นคน อยู่ที่ไหนก็ทำมาหากิน เมื่อถึงคราวมันจะเป็นไปก็ให้มันเป็นไป บ้านช่องสมบัติพัสถาน ลาภยศของเราทั้งหลายเป็นของที่เรารชอบ ถึงคราวมันจะได้มามันก็ได้มา ถึงคราวมันจะเสียไปมันก็เสียไป อย่างคนเรานี้ก็เหมือนกัน มีการเกิดมาแล้วก็ต้องมีการตาย มีการตายแล้วก็ต้องมีการเกิดเช่นนี้เป็นต้น นี่พระพุทธเจ้าจึงสอนว่าไม่ใช่ของเรา เมื่อเหตุของมันมาถึงเข้าเราก็ไม่ได้พิจารณา เมื่อมาถึงแล้วมันก็เป็นอย่างนี้ ฉะนั้นขอให้พวกเราเผชิญกับความจริง คือการเปลี่ยนแปลงตามคำสอนของพระพุทธเจ้าของเรา

เพราะฉะนั้นเราจะต้องเป็นผู้มีใจเข้มแข็งในชีวิตของเรา ทุกๆ คน จะตกไปอยู่ที่ไหนก็สร้างคุณงามความดี ถึงแม้จะหมดชีวิตไปก็อย่าทิ้งคุณงามความดี คือข้อประพฤติปฏิบัติ นั่นแหละมันดี อย่างอื่นมันดีไม่ได้หรอก *อตตนา หิ อตตโน* *นาโถ โภ* *หิ นาโถ* *ปโรสุยา* ตนแหละเป็นที่พึ่งของตน คนอื่นใครจะเป็นที่พึ่งเราได้ อันนี้มันเป็นความจริงอะไร ทุกสิ่งทุกอย่าง ถึงคราวมันจะเป็นไปแล้วก็เป็นไป บ้านเรา ถึงคราวรักษาไม่ได้น้ำมันจะท่วมก็ให้มันท่วมไปเสีย ไฟมัน





๒ อย่าง กำลังทางจิตอันหนึ่ง กำลังทางกายอย่างหนึ่ง แต่เมื่อ
ทำจิตให้มีกำลังและทำกายให้มีกำลังนั้นต่างกัน การทำจิต
ให้มีกำลังก็คือการทำจิตให้สงบ คือนั่งสมาธิ พยายามรวบรวม
ความรู้สึกนึกคิดไว้ที่เดียว ที่ลมหายใจเข้าออกเรียกว่า อานา-
ปานสติ นั้นไม่ให้จิตฟุ้งซ่านไปทางอื่น เรียกว่าทำจิตให้มี
อารมณ์อันเดียว

จิตที่มีอารมณ์อันเดียวนี้อาจทำให้จิตมีกำลังได้
หลายอย่างหลายประการ ทำจิตให้หยุดมีอารมณ์อันเดียว
สามารถทำให้จิตมีกำลังต่อต้านอารมณ์ทั้งหลายที่จะเกิดขึ้น
มาได้ นี้เรียกว่าการออกกำลังทางจิต จะต้องทำจิตให้หยุด
จะต้องทำจิตให้ระงับอยู่ในอารมณ์อันเดียว นี้เรียกว่าทำจิต
ให้มีกำลัง คือทำจิตให้มีสติปัญญา ทำจิตให้มีความรู้อย่างหนึ่ง

การออกกำลังทางกายจะต้องทำกายให้เคลื่อนไหว
มีการเล่นกีฬา การวิ่งตอนเช้าตอนเย็นให้กายเคลื่อนไหว
อันนี้ทำกายให้มีกำลัง ถึงแม้ว่าเราจะวิ่งก็วิ่งได้ไกลและก็
ทนทาน ทำอย่างนี้เรียกว่าทำกายให้มีกำลัง ให้มีกำลัง
ทางกาย เมื่อร่างกายมีกำลังและประกอบกิจการงานทุกอย่าง
ก็อดทนได้ ต้องยอมเหน็ดเหนื่อยให้การทำงานทั้งหลายเหล่านั้น
สำเร็จตามความมุ่งมาดปรารถนาของตนเอง นี้เรียกว่าออก
กำลังทางกาย





ฉะนั้นมนุษย์ทั้งหลายจึงเป็นโรคประสาทเพิ่มขึ้น ๆ ทุกวัน ๆ และมีความลำบากมีทุกข์ขึ้นทุกวัน ถึงมีดที่เราเอาไปตายหญ้าตัดต้นไม้ก็ดี ถ้าหากว่าเราเอามีดนี้มาลับบ่อย ๆ ลับมีดให้มีดคมบ่อย ๆ ตัดบ่อยก็ต้องลับให้มีดคมบ่อย ๆ มีดนั้นก็มีการลับทอนทอน มีคม ทำงานได้สะดวกฉนั้น จิตก็เหมือนกัน ฉนั้น จะต้องใช้เวลาพักผ่อนมีเวลาหยุด ไม่ให้วิ่งไปตามอารมณ์นอกขอบเขต ให้รู้จักประมาณ ฉนั้นการกระทำเช่นนี้จึงเป็นการออกกำลังทางจิตเพื่อให้เกิดปัญญา ตัดปัญหา ความยุ่งยากหลายประการได้ การฝึกจิตให้มีกำลังไม่มีอาการอันใดที่จะดียิ่งไปกว่านี้

บางคนก็จะคิดว่าการนั่งหลับตาไม่เห็นจะเกิดประโยชน์อะไรอย่างนี้ก็เป็นได้ ถ้าว่าการนั่งหลับตาจะเกิดประโยชน์อะไรก็ต้องค้นหาว่าการลืมตาจะเกิดประโยชน์อย่างนั้นได้อย่างไร อันนี้เราควรคิดดู วันนี้เราก็นั่งหลับตา อาศัยตาเนื้อเพื่อให้เข้าไปสู่ตาใจ ตาเนื้อนี้มันจะสามารถมองเห็นได้สักกี่ไมล์ มันสั้น พุดถึงตาใจกับตาเนื้อมันต่างกัน ตาเนื้อ มีแสงสว่าง แต่สายตาเนื้อนี้มันสั้น ไม่ยาว ที่เรานั่งนี้ก็เพื่อให้เกิดตาใจคือดวงตา คือปัญญาสามารถที่จะเห็นสิ่งที่ลึกลับในสากลโลกนี้ได้ด้วยปัญญา





๘๐ / สุกัญทาอนุสรณ์





สนทนาธรรม

หลวงพ่อ : มีศรัทธาอย่างเดียวกันก็ไม่สำเร็จ จะต้อง มีศรัทธาและก็ต้องมีปัญญาเช่นว่า คนให้ทานนี่ก็นึกว่าจะให้ทานเอาบุญๆ ถ้ามว่าบุญนั้นคืออะไร ก็นึกว่าเราให้ทานมาก ๆ แล้วว่าเราได้บุญ ความเป็นจริงทานนี้ก็เพื่อจะล้ารอกความมืด ให้เกิดปัญญา ให้เป็นความสงบ บุญที่แท้จริงก็คือการปล่อยวาง คือความสงบระงับ ทำจิตไม่ให้มีโทษนั่นเอง ในที่สุดก็เป็นยอดของบุญ เป็นความสงบแล้ว ถ้าหากว่าเป็นบุญธรรมดาที่เราทำด้วยความโง่ ทำบุญเพื่อจะเอาบุญ เมื่อเหตุเกิดขึ้นมาก็ระงับไม่ได้ มีศรัทธาอยู่ก็จริงแต่ปัญญาไม่มี

การทำบุญก็เพื่อถอนสิ่งเหล่านี้ออกไป คือถอนความโลภ ความหลง ออกไปจากตัวเองต่างหาก คนที่ทำบุญเช่นนี้ก็เรียกว่าสั่งสมความโลภเข้าให้มาก สั่งสมความหลงเข้าให้มาก มีอะไรมาก็เรียกว่านี่เป็นเรา นี่เป็นของๆ เราแน่นอน ยึดมั่นถือมั่นและก็มีศรัทธาทำบุญเรื่อยไป ทำบุญอย่างนี้เรียกว่ามันสั่งสมตัวกิเลสไว้ในตัวของเรา ไม่รู้จักบุญ บุญนั้นก็ คือความดีชนิดหนึ่ง คนต้องการเหลือเกินในความดีนั้น ถ้าหากว่า ได้ความดีมาแล้วไม่มีปัญญาก็ทำให้เราโง่ ถ้ามีคนหนึ่งว่าไม่ดี





เราก็โกรธเสียแล้ว เพราะเราไม่รู้จักความดีอย่างถึงที่มัน
นี่เราไปติดความดีเสียอย่างนั้น

เป็นเช่นนี้ท่านแสวงหาความดี ได้ความดีมาแล้วให้รู้จัก
ใช้มัน ถ้ารู้จักใช้มันเราก็เห็นความดีเฉพาะเรา มีคนอื่นว่า
ไม่ดี เราก็ไม่เป็นไร เพราะเรารู้ตัวของเร่ว่าเราวางความดี
ไว้ได้ ถ้าเรามีความโง่ เขาว่าทำอย่างนั้นไม่ดีหรอก เราก็โกรธ
ให้เขา อันนั้นเรียกว่าเราไม่รู้จักความดีตามเป็นจริงเสียแล้ว
ทุกข์เกิดขึ้นมาได้ มันเป็นเสียอย่างนี้

บุญก็เหมือนกันอย่างนั้น บุญนี้เพื่อชำระกิเลส เพื่อ
ให้จิตของเราเห็นว่ามีความเสียสละไปทุกอย่างในตัวของเรา
ถึงแม้มีอยู่อย่างนี้ก็เรียกว่ามีความเสียสละอยู่แล้ว ให้รู้จัก
มันเสีย ถ้ามันมีอยู่เช่นนี้ต่อไปเราก็เห็นว่ารู้จักมันตามเป็นจริง
แล้วว่า เทปน้ำมันต้องวิบัติได้ ถ้ามันไม่หนีจากเราวันหนึ่งเรา
ก็ต้องหนีจากมันวันหนึ่ง เป็นอย่างนี้แน่นอนเลย นี่ต้องเห็น
อย่างนี้ นี่บุญอันนี้มีปัญญา

ถ้าเราเห็นว่าอันนี้เป็นเรา เป็นของ ๆ เรา มันก็พอก
ความหลงขึ้นมา เมื่อเทปมันหายไป อีกวันหนึ่งก็ร้องให้
เท่านั้นแหละ ถ้าเราเห็นว่าเทปนี้เป็นของสมมติว่าของเรา
ถ้าอยู่กับเรา ๆ ก็ใช้มันไป แต่ว่าเทปนี้อีกวันหนึ่งจะต้องเสีย
หรือเทปนี้ไม่เสีย เราก็ต้องจากมัน เทปนี้ไม่หนีจากเรา ๆ



นี่คือสังจรรย์ธรรมคือมันตรงไปตรงมา เราจะเอาหาย
อย่างเดียว อันนี้มันเป็นเรื่องของเราที่ไม่อยากตายนั่นเอง
แหละ ความคิดแง่เดียว บางทีถ้ามันไม่หายอย่างนี้ก็ทุกข์มาก
เหลือเกินเพราะมันผิดหวัง ความทุกข์ของคนที่จะเกิดขึ้นมา
ก็เพราะความผิดหวังนั่นเองแหละ ทีนี้เมื่อมีความผิดหวัง
เป็นทุกข์ขึ้นมาก็เป็นเหตุให้เราทำอะไรหลาย ๆ อย่าง โง่ก
ก็ได้ ทำชั่วก็ได้หลาย ๆ อย่าง ความผิดหวังมันเป็นอย่างนั้น

ถ้าเรามีธรรมะ เราก็ไม่มีความผิดหวัง เมื่อมันได้มา
เราก็รู้ว่า เออ... อันนี้มันได้มานะ เมื่อมันเสียไปมันก็เสียไป
ของมันได้มาเป็น มันก็เสียไปเป็น นี่เราเห็นอยู่อย่างนี้ ถ้าเรา
ได้มาก็ไม่ผิดหวัง ถ้ามันเสียไปก็ไม่ผิดหวัง... นี่ธรรมะ เราเห็น
อย่างนี้เราก็ไม่ขาดทุน นี่แหละที่โยมถามว่ามีบุญไหม? ก็มี
บุญสิ นี่คือทุกข์เกิดขึ้นมาได้ หรือทุกข์เกิดขึ้นแต่น้อย
มันก็เรียกว่าบุญแล้ว ของทั้งหลายเหล่านี้เราได้ทำสัญญา
ไว้ใหม่ว่าเป็นของเราแท้ ๆ มันเป็นของเราแท้จริงก็โดยสมมติ
เท่านั้น แต่ความเป็นจริงสิ่งทั้งหลายเหล่านี้มันก็เป็นไปตาม
อำนาจของมัน ถ้ามันจะเป็นแล้วมันไม่อาศัยอำนาจเรา ถึงแม้
ที่เรารักษามันไว้ อย่างถ้วยใบนี้ เรารักษาไม่อยากจะให้มัน
แตก เราก็รักษาไว้ อีกวันหนึ่งแมวมาทำมันตกจากโต๊ะมันก็
แตก จะทำไงล่ะ ? เราก็ร้องให้เท่านั้นแหละ คิดว่าทำไม





มันแตกมาเราก็เขี่ยนเด็กเท่านั้นแหละ เราก็เป็นทุกข์ เด็กก็เป็นทุกข์ แก้วก็แตก มันก็ไม่เกิดประโยชน์อะไร

อุบาลิกา : ดิฉันกำลังบอกให้เขาเข้าใจว่า การสูญเสียนี้มันหลายอย่าง เขาสูญเสียทรัพย์สินสมบัติ ดิฉันสูญเสียลูกซึ่งว่าไปแล้วการสูญเสียลูกนี้มันเป็นที่ยรักยิ่งกว่าทรัพย์สินสมบัติเจ้าค่ะ ความทุกข์มันก็มีมาก แหม...มันเสียดาย

หลวงพ่อ : ให้เข้าใจว่า อะไรเรารักมาก ๆ ตัวนั้นสำคัญให้ระวังไว้ ตัวนั้นสำคัญมาก

อุบาลิกา : อย่างนี้มันต้องเป็นกรรมเก่า ใช่ไหมเจ้าคะ ?

หลวงพ่อ : ใช่ เป็น

อุบาลิกา : ทั้งของเราทั้งของเขาด้วยใช่ไหมเจ้าคะ ?

หลวงพ่อ : ใช่ ๆ ที่เราเกิดมานี้แหละ.... มันจะเป็นวงจรเดินตามของเก่าทั้งนั้นแหละ มันเดินไปตามวงจรของเก่า เป็นวิบาก *วิปากา ธมฺมา* เราเดินตามวิบากของเก่าเราทั้งนั้นไม่ใช่อื่นไกลเลย ทีนี้เมื่อเราพบพระที่สอนเราเรื่องของเก่าของใหม่เราก็ไม่สร้างให้เป็นกรรมขึ้นมาอีก ของเก่าก็หมดไปวิบากใหม่ก็เกิดขึ้นมา มันก็รวมเข้าจุดเดียวเป็นความบริสุทธิ์

อุบาลิกา : ก็จะทำให้มีหวังถึงพระนิพพานมากขึ้นใช่ไหมเจ้าคะ ?





ลมหายใจ ๆ นี้ แม้จะทำงานอยู่ก็ต้องหายใจ จะยืนจะเดิน ก็ต้องหายใจ จะทำอะไรอยู่ก็ต้องหายใจ ทำไมเล่า ? ไม่หายใจ ไม่ได้เพราะว่าชีวิตขึ้นต่อกับลมหายใจ ฉะนั้นจำเป็นจะต้องหายใจ ถึงแม้นอนหลับก็ต้องหายใจอยู่ เพราะเครื่องหล่อเลี้ยงชีวิตคือลมหายใจ มันเป็นเรื่องสำคัญมาก เรามีโอกาสหายใจอยู่ตลอดเวลา นอกจากตายเท่านั้น หลับอยู่ก็มีโอกาส ถ้าหากโยมเห็นว่า การพิจารณาอย่างนี้เหมือนลมหายใจแล้ว มันก็มีโอกาสอยู่ทุกครั้ง แม้จะล้างชามอยู่ก็มีโอกาส แม้จะเดินอยู่ก็มีโอกาสพิจารณา แม้จะทำอะไรในลักษณะอะไรทุกอย่าง ก็ต้องมีโอกาสอยู่เสมอเหมือนกับการหายใจ เรามีโอกาสหายใจอย่างไร การภาวนารู้ก็มีโอกาสอย่างนั้นเหมือนกัน

อุบาลิกา : อ้อ....ถึงไม่ได้นั่งสมาธิหลับตา แต่ถ้าคิดอย่างนี้ถูก

หลวงพ่ : ใช่...ถูกแหละ ๆ นี้ให้มันเห็นเป็นอยู่หละ

อุบาลิกา : เดียวนี้อารมณ์มันก็เป็นแบบนี้มากเหมือนกัน

หลวงพ่ : ใช่ต้องเป็นอย่างนี้ อ้า... ลักษณะคนมีปัญญาที่ท่านเรียกว่า *สุกขวิปัสสโก* ผู้มีปัญญาล้วนต้องแบบนี้ บางคนที่มีปัญญาน้อยต้องอาศัยนั่งมาก ๆ หน่อย จิตจึงจะผ่องใส ถ้าไม่เช่นนั้นปัญญาไม่เกิด ถ้ามีปัญญาเช่นนี้แล้ว การนั่งหลับตาก็เพียงเป็นฐานเท่านั้น





นั่น ไม่ต้องพิจารณาอย่างอื่นเลย หน้าทีของเราคือดูลมหายใจ
เข้าออกอย่างเดียวเท่านั้น อันนั้นจะเป็นอย่างไรหนอ ทำไป
แล้วจะเป็นอย่างไรหนอ จะมีทำความรู้สึกอย่างไรหนอ จะได้
เป็นพระโสดาบันไหมหนอ จะได้เป็นพระสกิทาคาไหมหนอ...
อย่าไปคิดในเวลานั้น อันนั้นไม่ใช่กิจของเรา ไม่ใช่ธุระของเรา
อย่าทำอย่างนั้นในเวลานั้น หน้าทีของเราที่จะทำในเวลานั้น
คือ ดูลมหายใจเข้าและก็ออกเท่านี้ ให้จิตอยู่กับอารมณ์นี้
เป็นสมาธิตั้งมั่นในอารมณ์ มีอารมณ์อันเดียวเท่านี้ เมื่อถึง
เวลาเราเหนื่อยหรือได้เวลาพอสมควร เราก็เลิกออกไปเฉย ๆ
เสีย ทีนี้ถ้าอยากจะทำอะไรก็พิจารณาได้

อุบาสิกา : ถ้าเราจะแผ่เมตตา ก็แผ่เฉย ๆ ก่อนหรือ
เจ้าคะ?

หลวงพ่ : ใช่... กำหนดจิต ไม่ผูกกรรมผูกเวรกับบุคคล
อะไรทั้งหมด แล้วเราก็ทำอานาปานสติ หรือ เราจะพิจารณา
ร่างกายเรานี้ก่อนจะนั่ง พิจารณาตั้งแต่ศีรษะลงมาหาปลายเท้า
ว่ามันมีอะไรบ้าง เห็นบ้างไม่เห็นบ้างก็ช่างมันเถอะ พิจารณา
ตั้งแต่ปลายเท้าขึ้นไปบนศีรษะแล้วพิจารณาจากศีรษะลงมา
ปลายเท้า เป็นลาง ๆ ด้วยสัญญาของเราแล้วก็หยุดตั้งอารมณ์
อานาปานสติอย่างเดียวนั้น ไม่ต้องพิจารณาอะไรใน
เวลานั้น



เข้าออกเป็นอารมณ์ เราจะเอาพระนิพพานเป็นอารมณ์แล้ว เราพิจารณาอย่างไรว่าพระนิพพานอยู่ที่ไหน ?

อุบาลิกา : คือดิฉันเป็นผู้ไม่เคยเห็นพระนิพพาน ก็เคยนึกอยู่เหมือนกันว่า นึกถึงคุณของพระนิพพานว่าบรรดาที่พันทุกข์ทั้งปวง ไม่มีอาสวะ ก็นึกถึงพระนิพพานอยู่ว่าถ้าเราตายตอนกำลังหลับมันจะไปไหน

หลวงพ่ : อันนั้นเราต้องรู้เหตุผลของมัน อย่างเราจะนั่งให้มีความสงบนี้ มันก็มีความสงบชั่วคราว เพราะเราไม่รู้จักว่ามันไม่สงบเพราะอะไร นี่เราไม่รู้จักเหตุมันเราจะบังคับมันสงบเฉยๆ นี่มันก็สงบได้หรอก แต่มันสงบนิดเดียวเราต้องเกิดความรู้สึกพิจารณาอีกว่า มันไม่สงบเพราะอะไรเป็นเหตุ เราต้องไปดูเหตุมันก่อน

อุบาลิกา : ความกังวลใจนะเจ้าคะ

หลวงพ่ : ใช่ นั่นแหละความกังวลมันเกิดมาจากอะไรอีก มันเกิดมาจากอุปาทานที่เรายึดไว้ว่าเป็นของเรา พอสิ่งนี้มันแปรไปไม่สมปรารถนาของเราก็เกิดวุ่นขึ้นมาทุกที มันเกิดมาจากที่นี้ พระพุทธเจ้าท่านให้วาง เพราะอันนี้มันเป็นไปตามเรื่องของมันเอง ไม่ใช่หน้าที่ของเรา ความสงบอย่างนั้นแหละคือพระนิพพาน เมื่อเราปล่อยวางเพราะรู้สิ่งทั้งหลายเหล่านี้ ความสงบก็เกิดขึ้น อันนี้เรียกว่าอารมณ์





อุบาลิกา : ทะเยอทะยานเกินไปนี่ก็ช่วยไม่ได้ เพราะว่าเราต้องการให้พันวิภูษะนี้จะทำอะไร มีคนมาบอกว่ามันทะเยอทะยานเกินไป เป็นฆราวาส แหม...จะหมายเอาพระนิพพาน แต่เราก็ต้องตั้งเป้าหมายว่าวันหนึ่ง ถ้าไม่ตั้งเป้าหมายไว้มันก็ไม่ถึงสักทีนะเจ้าคะ

หลวงพ่อ : เราต้องคิดอย่างนี้ว่า ทุกคนต้องการเป็นเศรษฐีทั้งนั้นแหละ ถ้ามันพอจะเป็นได้ แต่ว่าเราก็ทำตามกำลังของเรา เราต้องมีความปรารถนาไว้อย่างนั้นก่อน จะสมความปรารถนาหรือไม่ก็แล้วแต่มัน แต่เราก็ตั้งใจไว้อย่างนี้ นี่คือการตั้งใจความปรารถนา ความปรารถนาก็มีจุดติดต่อกันเรื่อยๆ มันก็จะถึงที่สุดได้ แม้พระพุทธเจ้าของเราก็คงปรารถนาเป็นพระพุทธเจ้ามา

อุบาลิกา : ไอ้...นานแสนนาน มานี้ก็ถึงพระองค์นี่ก็ไอ้โฮ....

หลวงพ่อ : ใช่ แต่อย่าไปคิดอย่างนั้นให้มาก พระพุทธเจ้านั้นถ้าท่านจะไปเร็วๆ ท่านก็ไปแล้ว ไม่เหมือนเรา ถ้าจะไปท่านก็ไปนานแล้ว

อุบาลิกา : เจ้าคะ บารมีท่านมาก

หลวงพ่อ : ใช่ ทำไมท่านไม่ไป เพราะท่านต้องการจะรื้อขนสัตว์ที่ตั้งอยู่ในโลกนี้ซึ่งมีมาก มีความอยากได้ ได้มาแล้วก็เสียไปก็ทุกข์ ได้มาแล้วก็ทุกข์ เสียไปก็ทุกข์ ได้น้อยๆ ก็ทุกข์





ได้มาก ๆ ก็ทุกข์ เพราะความหลงอยู่ในที่นี้มากเหลือเกิน
สัตว์ทั้งหลายหมกมุ่นอยู่ในนี้มาก พระพุทธเจ้าตรัสทาง
พระนิพพาน ไม่ต้องไป จะต้องตามทรมานสั่งสอนแนะนำ
พร้าสอน เรียกว่าสร้างบารมีให้มันถึงที่สุด ท่านเคยเกิดเป็น
คนจน เกิดเป็นคนรวย ท่านเคยเป็นสัตว์ทุกชนิด ตั้งแต่
นกกระจอกมาถึงช้าง ท่านเกิดเป็นทุกอย่างเพราะอยากจะรู้ว่า
นิสัยนกกระจอกเป็นอย่างไร นิสัยคนจนเป็นอย่างไร นิสัย
คนรวยเป็นอย่างไร พอรู้จักท่านก็เข้าถึงและแนะนำพร้าสอน
จนให้เกิดศรัทธา

อุบาลิกา : แปลว่าท่านเคยผ่านหมด

หลวงพ่ : ผ่าน เหล่านั้นเป็นศิษย์ของท่านหมด คล้าย
กับที่ท่านไปเรียนมาหมดแล้ว ถึงจะมาเป็นครูสอน เหมือน
เราเข้าไปเรียนมหาวิทยาลัยนั่นแหละ ต้องไปเรียนจบมาแล้ว
ถึงมาสอนคนได้ งั้นก็สอนไม่ได้เลย ดังนั้น เทศนาของพระ-
พุทธเจ้าจึงมีประโยชน์มาก ท่านรู้จัก จะเป็นพ่อค้าก็ตาม
จะเป็นชาวประมงหาปลาก็ตาม จะเป็นคนจนก็ตาม จะเป็น
คนรวยก็ตาม อยู่ไหนก็ช่าง เรียกว่าเป็นหน้าที่ของท่านที่จะ
สอนได้ทุกคน ท่านจึงออกมาประกาศพระศาสนาสอนสัตว์
นี้ไม่ใช่ท่านห่วงนะ ท่านไม่ห่วง แต่ว่าเป็นเพราะบารมีของ
ท่าน ๆ สงสาร ถ้าท่านไม่ได้โปรดเราจะจมอยู่อีกนาน



อุบาสิกา : ทำให้นึกถึงพระพุทธรูปอันนี้เหลือเกิน ถ้าไม่ได้ทำนเราจะจมอยู่ในความทุกข์อีกแค่ไหน จะไม่มองเห็น ทางออกได้เลย

หลวงพ่อบุญ : เราจะยืนจะเดินจะนั่งจะนอนก็ตาม ให้มีสติ ให้รู้จักระลึกถึงความผิดชอบอยู่เสมอ พยายามคิดให้ถูกต้อง พยายามทำให้ถูกต้องอยู่เสมอ เรียกว่าภาวนา นั่นแหละมี สติพร้อม มีประโยชน์มาก ไม่ใช่แต่นั่งหลับตา อันนี้หาเวลา ยากนะ การทำงานก็เป็นเวลาชั่วคราว อันนี้ส่วนหนึ่ง อันนั้น ส่วนหนึ่งคู่กันไป

อุบาสิกา : ดิฉันบอกเขาว่า ที่ท่านอาจารย์สอนว่าต้องทำ สองอย่างควบคู่กันไป อย่างเขานั่งสมาธิเฉย ๆ แล้วไม่มีปัญญา พอโดนอะไรโจมตีขึ้นมา ก็พลอยเสียใจไปเลย

หลวงพ่อบุญ : ใช่ ต้องบอกเขาว่า ถ้าเรามีสติสัมปชัญญะ อยู่ แม้จะทำอาหารอยู่ก็ไม่ขัดข้อง ให้เรารู้จักความผิดชอบ อยู่เสมอ มันก็จะเห็นอารมณ์ อารมณ์คืออะไร บางทีคนมา กินอาหารกับเราทำให้เราไม่พอใจ บางวันได้เงินน้อยก็ไม่ค่อย สบายใจ วันนี้ได้เงินน้อยก็ไม่ค่อยสบายใจ วันนี้ได้เงินมากก็ สบายใจ มันจะเป็นอยู่อย่างนี้เรียกว่าอารมณ์ ที่มันเกิดอารมณ์ อยู่อย่างนั้นเราต้องให้อาหารมัน ให้อาหารแก่อารมณ์ คือ สอนใจของเรา





เช่นว่า เออ...ที่ได้ก็น้อยก็ไม่แน่นอนหรือก มันไม่เที่ยง ได้มากก็ไม่น้อยอน เป็นของไม่เที่ยง ที่มีความดีใจนี้ก็ไม่แน่นอน เพราะว่ามันไม่เที่ยง ความเสียใจนี้มันก็ไม่แน่นอนหรือก เพราะว่าสิ่งทั้งหลายเหล่านี้มันไม่เที่ยง นี้เรียกว่าสอนจิตเราไปเรื่อยๆ ทีนี้ไอ้ที่ได้ก็น้อยๆ ก็ไม่น้อยอน เมื่อมันได้น้อยจะเสียใจก็บอกว่าอันนี้ก็ไม่แน่นอน จิตเรารู้เรื่อง เมื่อได้มากก็ดีใจ เราก็บอกว่าได้มากก็ไม่แน่นอน เราต้องสอนจิตของเราอย่างนี้ ให้อาหารจิตของเราเสมอ สอนจิตเราเรื่อยๆ ไป นั่นแหละจิตจะมีกำลัง ทีนี้พอตกเย็นมาเมื่อเราไปนั่งสมาธิ อาการมันก็น้อยเพราะเราแก้อาการกระทั่งวันอยู่แล้ว ถ้าหากเราไม่สามารถพิจารณาอย่างนั้น เราปล่อยให้มันเป็นไปตามเรื่อง กลางคืนเราไปนั่งเดี่ยวเดียวก็ยุ่งเท่านั้น

อุบาลิกา : มันยิ่งคิดมากเจ้าคะ

หลวงพ่ : ใช่ๆ คือมันยังทำสติไม่เป็นวงกลมไม่ติดต่อกัน เรานึกว่าอยู่เฉยๆ ภาวนาไม่ได้ บัดนี้เรามีสติอยู่กระทั่งวัน อารมณ์มันเข้าไม่ได้ เข้าไม่ได้ก็โดยเราทำ (สติ) และเมื่อไปนั่ง กลางคืนอารมณ์ชนิดนั้นก็น้อยลง เพราะเราแก้อยู่กระทั่งวัน อันนี้เรียกว่าทำ*วิปัสสนา*กับ*สมณะ*คู่กันไปเลย

หลวงพ่ : อาตมามีความเห็นว่ามีมหาชนในประเทศนี้ เป็นปัญญาชน ถ้าหากว่าเราให้ความเห็นที่ลึกซึ้งเข้าไปก็จะ



เข้าใจง่าย และอาตมาก็ได้อธิบายธรรมะให้ฟัง เขาเข้าไป
พิจารณา อาตมาเห็นว่านิสัยปัจจัยของชาวตะวันตกนี้นะ
จะดำเนินทางพระพุทธศาสนาให้เจริญขึ้น ในเมืองไทยเรา
ดูอยากหยุดกันเสียแล้ว

อุบาสิกา : ถ้าพระพุทธศาสนามาเจริญทางนี้มาก ๆ คง
ไม่ได้หมายความว่าเมืองไทยเราจะหมดไปนะเจ้าคะ

หลวงพ่อ : มันก็อาจจะเป็นไปได้

อุบาสิกา : อย่างนั้นก็แยซีเจ้าคะ

หลวงพ่อ : มันอีกนานหรอก

อุบาสิกา : เหมือนในอดีตนี่จะเป็นได้หรือเจ้าคะ

หลวงพ่อ : ใช่ ๆ คืออดีตนั้น มันเจริญขึ้นที่นั่น เกิดก่อน
แล้วมันเสื่อมที่นั่นก่อนเขาไป มันเป็นอย่างนั้น

หลวงพ่อ : อาตมาเห็นกิริยาของประชาชนที่นี่ กิริยา
เขายังไม่ดี แต่เมื่อพูดถึงความลึกซึ้งจริง ๆ อาตมาก็เห็นว่า
เขาจะไปง่าย

อุบาสิกา : เจ้าคะ

หลวงพ่อ : อาตมาถึงมาพิจารณาว่า บ้านเขานี่นะ
พันธุ์ผลไม้เขาก็ดี พื้นดินเขาก็ดี แต่ไม่มีใครทำสวน นี่...
ไม่มีใครจะมีความรู้สอนคนในที่นี้อย่างเมืองไทย อาตมาเห็นว่า





พอเข้ามาทางตะวันตกนี้แล้ว ไม่ต้องพูดมาก อาตมา
จะเปรียบให้ฟังว่า เรามีผลไม้อยู่ใบหนึ่ง เราจะให้เขากิน
บอกให้คิดเดี่ยวว่าผลไม้ร่อยเท่านี้ มันจะมีเปรี้ยวมีหวาน
มีมันมีเค็มไม่ต้องอธิบาย บอกแต่ว่าผลไม้ร่อย ทีนี้เขาก็รับ
ผลไม้ไปกิน ใจความอร่อยเปรี้ยวหวานมันเค็มเราไม่ต้องไป
บอกเขาหรอก เขาจะรู้ได้เองทั้งนั้น ชาวตะวันตกต้องสอน
อย่างนี้ คนมีปัญญาไม่ต้องไปสอนมาก

วิชาทุกวิชานี้จะต้องเห็นเอง คือบอกไปแล้วก็เห็น
ไม่ชัด ต้องดำเนินงานให้เห็นเองจึงจะรู้ความเป็นจริงได้
เอาผลไม้ผลนี้ให้เขาทานเสีย รสของผลไม้ไม่ต้องตามไป
บอกเขาแล้ว เขาจะรู้เองทั้งนั้น และพระพุทธศาสนานี้
เรื่องศาสนาเรื่องธรรมะนี้ ภาษาอังกฤษ ภาษาฝรั่งเศส
ภาษาไทย ภาษาลาว ภาษาอะไรๆ ทั้งหมดนั้นแหละ อาตมา
ว่ามันเป็นเรื่องเล็ก ภาษาธรรมนี้ไม่ใช่ภาษาอะไรทั้งนั้น
มันเป็นภาษาของธรรมะ เช่นน้ำร้อนนี่แหละมันร้อน ทีนี้ให้
คนไทยเราเอามือไปจุ่มดูซิ มันจะรู้สึกอย่างไร ให้เขมรเอามือ
ไปจุ่มดูซิมันจะรู้สึกอย่างไร ให้คนจีนเอามือไปจุ่มดูซิมันจะ
รู้สึกอย่างไร ทั้งหมดมันรู้สึกอย่างเดียวกันหมด นั่นคือภาษา
ธรรม





ทั้งหมดก็ถูกต้องหมดทั้งนั้น มันก็เป็นมรรคแล้ว ท่านจึงเรียกว่าการให้ธรรมเป็นทานเป็นยอดของการให้ทานทั้งปวง ตัวหนังสือนี้มันมีประโยชน์อย่างหนึ่ง เช่นเขาเรียกว่า โลก โกรธ หลง ถ้าเรารู้หนังสือได้เราก็อ่านได้ทั้งนั้น แต่ว่าโลก โกรธ หลงอันนี้มันเป็นตัวหนังสือนะ เมื่อเราไปอ่านโลก โกรธ หลงได้ไม่ใช่เราจบนะ อันนั้นมันไม่ใช่ตัวโลก ตัวโกรธ ตัวหลง นั้นมันตัวหนังสือ มันไกลกันขนาดนี้

ทีนี้คนที่อ่านหนังสือว่าโลก โกรธ หลงนั้นรู้จักพยัญชนะ แต่ว่าเมื่อความโลภเกิดขึ้นในใจก็ไม่รู้เรื่อง ความโกรธเกิดขึ้นในใจก็ไม่รู้เรื่อง ความหลงเกิดขึ้นในใจก็ไม่รู้เรื่อง นั้นมันเป็นปริยัติ มันเป็นชื่อของโลก โกรธ หลงเฉยๆ ตัวโลก โกรธ หลง มันจะเกิดขึ้นในใจของเราแสดงอาการในใจของเราเท่านั้นแหละ ปริยัติมีประโยชน์เท่านั้น แม้จะเรียนให้มากเท่าไรมันก็เป็นอยู่อย่างนั้น รู้จักแต่ตัวหนังสือรู้จักแต่ชื่อมัน ฉะนั้นลักษณะของการปฏิบัติไม่หมายถึงอย่างนั้น ต้องรู้ว่าอาการ โลก โกรธ หลงมันเกิดขึ้นมาในจิตใจเป็นอย่างไร เราจะต้องมาแก้ตรงนี้มีปัญหาแก้ตรงนี้ ปฏิบัติแก้ตรงนี้ ให้มันทำลายกิเลสทั้งหลายเหล่านี้ออกจากใจของเรา มันมาจบที่ตรงนี้ นี่มันมีคุณค่าต่างกันอย่างนี้



หลวงพ่อก : วันหนึ่งอาตมาอยู่ที่วัด คนจังหวัดร้อยเอ็ดเป็นผู้หญิงคนหนึ่งมาหา หน้านิ้วคิ้วขมวดเป็นทุกข์มากกราบว่า แหม...หลวงพ่อดิฉันเป็นทุกข์มาก เขาขโมยรถไปเมื่อคืนนี้เสียใจ อาตมาก็เทศน์ให้ฟังประมาณสิบห้านาที แล้วก็มีคนมากกราบอีก ถามว่าทำไม บอกว่า แหม...ผมเป็นทุกข์มากเหลือเกิน แม่บ้านผมตายเมื่อคืนนี้ ตายสี่คนทั้งเมียหลวงเมียช้อยกับลูกอีกสองคน กินเห็ดตายๆ สี่คน และคนที่รถหายก็นั่งอยู่ตรงนั้นแหละ แหม...หัวเราะได้เลยทีเดียวนี่เข้าใจไหม ก็มันมีหลักเปรียบเทียบกันนี่ เขานั้นชีวิตสี่ชีวิตตายไป แต่ชีวิตเรายังอยู่ จะหาได้อีก เลยกลายเป็นเรื่องเล็ก คนที่รถหายเลยเป็นเรื่องเล็ก เพราะได้ยินว่าเขาตายไปสี่คน แต่ก่อนไม่ได้ยินไม่ได้เห็นอันนี้ปรากฏ ก็นึกว่ารถหายเป็นเรื่องใหญ่แล้ว พอเขาตายตั้งสี่คน เรื่องนี้เลยเป็นเรื่องเล็ก นี่...ถ้ามันมีการเปรียบเทียบกันอย่างนี้ก็สบาย ธรรมะมันต้องมีการเปรียบเทียบกันอย่างนี้

อุบาลิกา : เมื่อวันอังคารได้นั่งฟังท่านอาจารย์เทศน์ก็เลยได้สติขึ้นมา เออ...ก็มันเป็นเรื่องของโลกมันไม่แน่นอนนะ เขาอยู่กับเราวันนี้เขาจะไปพรุ่งนี้เขาก็ไป

หลวงพ่อก : นั่นแหละดีแล้ว ความเป็นจริงนั้นนะ ถ้าพูดเรื่องธรรมะแท้ๆ แล้วนะ ถ้าเรามีธรรมะรู้แจ้งเห็นจริง จะไม่มีอะไรมาทำให้เราเป็นทุกข์แม้แต่ชนิดเดียว นี่ให้โยมไปพิจารณา



นี้แหละ แต่ว่าปุณฺชนเรที่ยังคิดไม่ถึงแล้ว มันก็เป็นเรื่องของความทุกข์ แต่พูดความเป็นจริงแล้ว แม้ทุกสิ่งในสกลโลก อันนี้จะไม่มื่อเรื่องอะไรที่จะมาทำให้จิตเราเป็นทุกข์เลยสักนิดเดียว

อุบาลิกา : เวลาที่ความทุกข์มันไม่มาถึงมันก็คิดได้ แต่พอความทุกข์มาถึงแล้ว โอ้โฮมันท่วมเลย

หลวงพ่อ : เปล่าอันนี้เราพูดถึงส่วนของเรา แต่ถ้าพูดถึงส่วนที่เป็นจริงแล้วเป็นอย่างนั้น ฉะนั้นเมื่อความจริงมื่ออยู่ เราก็เอามาเทียบเคียง แหม...ที่เราเป็นทุกข์นี่นะอะไรหนอ ? เพราะว่าเราไม่รู้แจ้งเห็นจริงมันจึงเป็นทุกข์ เมื่อเราจะรู้แจ้งเห็นจริงเราจึงพยายามพิจารณาให้เราเข้าถึงจุดนั้นของมัน ให้ทุกข์มันน้อย ให้บรรเทาทุกข์ให้เบาบางลงไป เมื่อความรู้เรามีกำลังขึ้นอย่างแท้จริงแล้ว อันนั้นมันจะหมดไปเอง มันจะหมดราคามันเอง มันเป็นอย่างนี้ ให้มันเป็นจุดไว้เหมือนโยมนั้นแหละ....พิจารณาว่าจะเอานิพพานเป็นอารมณ์เป็นต้น แต่ว่าแหม...มันยังไกลกันมากเลย ยังจะจำเอามาเป็นอารมณ์ ไกลก็ช่างมันเถอะ เวลาใกล้ก็ยังมี เวลาใกล้กับไกลมันติดกันอยู่หรือก มันหมดไกลมันก็ใกล้เท่านั้นแหละ หมดใกล้มันก็ไกลเท่านั้นแหละ มันไม่ห่างกันนะ





ตอนที่ ๒

ท่านสาธุชนทั้งหลาย วันนี้อาตมาในนามชาวพุทธจากประเทศไทยที่ได้เข้ามาสู่สถานที่นี้ ท่านผู้เจริญทั้งหลาย จงตั้งใจฟังพระธรรมเทศนาโดยเคารพ อาตมาได้มาที่นี่กับพระภิกษุสงฆ์ มีพระสุเมโธซึ่งเป็นชาวอเมริกัน และพระเชมธมโม ซึ่งเป็นชาวอังกฤษ ส่วนตัวอาตมาเองอยู่เมืองไทย ได้มาพบกับพุทธบริษัททั้งหลายในวันนี้ นับว่าเป็นโอกาสที่ดีที่เหมาะสมเหลือเกิน อาตมาไม่เคยคิดว่าจะได้มาเยี่ยมพุทธบริษัทที่นี่เลย เมื่อมาถึงแล้วขอญาติโยมจงตั้งใจฟัง

โอวาทที่อาตมาจะนำมาแสดงวันนี้ เป็นธรรมคำสอนของพระบรมศาสดาอันเป็นเครื่องขัดเกลาซึ่งอาสวะธรรมทั้งหลายที่นอนเนื่องอยู่ในสันดานของมนุษย์นั่นเอง ธรรมะของพระพุทธเจ้าของเรานั้นเป็นสังัจจธรรม เป็นธรรมที่ตรงไปตรงมาไม่ตามใจบุคคลหนึ่ง เพราะธรรมเป็นสังัจจธรรม

จิตใจของมนุษย์ทั้งหลายซึ่งเป็นธรรมชาติอันประกอบไปด้วยโลภะ โทสะ โมหะ ประจำใจเป็นเครื่องหุ้มห่อจิตใจของมนุษย์ ฉะนั้นจิตใจมนุษย์นี้จึงเป็นธรรมชาติอันหนึ่งซึ่งเป็นไปตามธรรมชาติอันนั้น เป็นจิตใจที่ยังมิได้ฝึกหัด ไม่ได้รับการอบรมแนะนำพร่ำสอน ฉะนั้นเมื่อมนุษย์จะทำอะไร





ก็ตาม จะพูดอะไรก็ตาม จะนึกคิดอะไรก็ตาม ย่อมชอบที่จะคิด
 พูดทำตามอารมณ์ของตนทั้งนั้น นั่นเรียกว่าจิตใจที่ยังไม่ได้ฝึก
 ทุกคนก็ต้องเป็นอย่างนั้น ฉะนั้นจิตชนิดนี้จึงเป็นจิตที่ควรจะ
 อบรมให้ถูกต้องตามคำสอนของธรรมะของพระพุทธเจ้าของเรา
 ที่เรียกว่า “สังฆธรรม” ฉะนั้นธรรมะของพระพุทธเจ้านี้จึงเป็น
 วิชาที่ต่อมิจฉาภิภูฏี ต่อความเห็นของมนุษย์

ฉะนั้นเมื่อปฏิบัติธรรมะ ท่านจึงให้น้อมใจเข้าไปสู่ธรรมะ
 เพราะธรรมะเป็นสังฆธรรม มิได้น้อมธรรมะเข้ามาสู่ใจของเรา
 เพราะใจของเรานี้ยังไม่เป็นสังฆธรรม เมื่อเราน้อมใจเข้าไปหา
 ธรรมะ ๆ ก็มีอำนาจที่จะทำจิตใจของเราให้มองเห็นראה โทสะ
 โมหะ เป็นอย่างดี ถ้าหากว่าน้อมธรรมะเข้ามาสู่ใจของเรา
 แล้ว ใจของเราจะไม่เห็นธรรมะ เปรียบเหมือนว่าบุคคลที่
 มีความรู้กับบุคคลที่ไม่มีความรู้สองคน คนที่ไม่มีความรู้
 จะต้องน้อมเข้ามาสู่บุคคลที่มีความรู้ เพื่อเรียนวิชาความรู้กับ
 ผู้รู้ ไม่จำเป็นที่จะน้อมเข้าไปสู่จิตใจของบุคคลที่ยังไม่รู้ ฉะนั้น
 ก็เหมือนกัน ฉะนั้นถ้าเราน้อมใจของเราเข้าไปสู่ธรรมะของ
 องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าของเราแล้ว จิตใจของ
 มนุษย์ทั้งหลายก็จะมีโอกาสคลี่คลายออกจากความมืดมน
 วนธกาลได้

เมื่อพูดถึงธรรมะคำสอนของพระพุทธเจ้าของเราแล้ว
 มันมากเหลือเกิน เมื่อกล่าวให้พิสดารแล้วมันมาก ไม่อาจยัง





บุคคลให้รู้ทั่วถึงได้ ฉะนั้นเมื่อย่นย่อกล่าวแล้ว ไม่ใช่ของมาก
อะไรนัก อย่างตัวบุคคลๆ หนึ่งซึ่งมีทั้งตาหูจมูกลิ้นกายหรือ
อวัยวะทั้งหมดนี้หลายอย่างหลายประการ แต่ที่สำคัญอยู่
อย่างเดียวคือดวงจิต

ดวงจิตนี้เป็นสิ่งที่สำคัญ เมื่อหากว่าพวกเราทั้งหลาย
มาฝึกหัดสิ่งที่มันมีอยู่ในตัวนี้ให้เป็นสัมมาทิฏฐิแล้วให้มีความ
ถูกต้องแล้ว ตาหูจมูกลิ้นกายก็จะเป็นไปด้วยทั้งนั้น คือมี
สัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบ สัมมาวาจา สัมมาสังกัปปไป เลี้ยงชีวิต
ก็ชอบ พยายามก็ชอบ ตั้งสติก็ชอบ ตั้งใจก็ชอบ เพราะจิต
ดวงเดียวนี้มันเห็นชอบแล้ว อะไรๆ ทั้งหมดในอวัยวะร่างกายนี้
ก็ชอบไปด้วยเสียทั้งนั้น จึงพูดได้ว่าแม้จะมีอวัยวะร่างกาย
ทุกส่วนก็จริงแต่ที่สำคัญก็คือดวงจิต โอวาทคำสอนของ
พระพุทธเจ้าถึงแม้จะมีมากก็จริง แต่ว่าเมื่อเรามาพิจารณา
ดูแล้วก็คือ **มาประพฤติปฏิบัติให้จิตดวงเดียวนี้เห็นชอบ
เท่านั้น** ก็เป็นอันว่ามีทางที่จะพ้นจากทุกข์ไปได้

สิ่งที่เราทั้งหลายจะต้องปฏิบัติกันที่นำมาแล้วคือ กาย
อย่างหนึ่ง จิตอย่างหนึ่ง กายก็ได้แก่อวัยวะส่วนต่างๆ **จิต**
ก็คือผู้รู้มันเกิดจากความรู้ทั้งหลาย จะเป็นมิจฉาทิฏฐิหรือ
สัมมาทิฏฐิก็ได้ เกิดจากจิตอันเดียวกัน เมื่อความเห็นผิด
เกิดขึ้นมาก็เป็นมิจฉาทิฏฐิ เมื่อความเห็นถูกเกิดขึ้นมาก็เป็น





ล้มมาทิฏฐิในจิตนั้น ฉะนั้นพุทธศาสนาจึงเป็นศาสนาทาง จิตใจ สอนให้ใจเป็นผู้รู้ สอนให้เป็นผู้รู้จักผิดถูก

ผู้รู้ นั่นคืออะไร? ก็คือที่นั่งที่ฟังอยู่นี้ คือผู้รู้เกิดขึ้นมา
รู้ทุกคน มีความรู้ทุกคน แต่ความรู้ที่นั้น ๆ มันไม่ถึง รู้ไม่ถึง
ก็เป็นอย่างหนึ่ง ถ้ารู้ถึงแล้วก็เป็นอย่างหนึ่ง ถ้ารู้ไม่ถึงแล้ว
มีความทุกข์ยากลำบาก เป็นมัจฉาทิฏฐิเห็นผิด ถ้าความรู้
มันเข้าถึงแล้วก็ไม่มีอะไรในสิ่งทั้งหลายในโลกนี้ มันเป็นแต่
ธรรมชาติที่เป็นอยู่อย่างนั้นเอง เช่นร่างกายและจิตใจของเรา
ทั้งหลายนี้ เมื่อเราเป็นผู้รู้ ร่างกายก็เป็นธรรมชาติของร่างกาย
มันเกิดมันแก่เปลี่ยนแปลงไปตามสภาวะของมันอย่างนั้น เป็นของ
ไม่แน่ เป็นของที่ไม่ยั่งยืนคงทน มันก็เป็นไปตามสภาพของมัน
อยู่อย่างนั้น จิตใจนั้นก็เหมือนเรื่องอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา*
เหมือนกัน มีความเกิดขึ้นแล้วก็ดับไปอยู่อย่างนั้น กายกับจิตนี้
เขาเป็นอยู่อย่างนั้น ถ้าเราเห็นผิดทุกข์ก็เกิดขึ้นมา ถ้าเราเห็น
ถูกแล้วก็มี ความสบายเป็นล้มมาทิฏฐิ เรียกว่าล้มมามรรค

หลักใหญ่ ๆ ของพุทธศาสนานั้นมีอยู่ ๓ ประการ ถ้า
พูดถึงตัวจริงแล้วก็คือกาย วาจา ใจ ถ้าพูดถึงธรรมะล้วนก็คือ
ศีล สมาธิ ปัญญา ถ้าพูดถึงตัวบุคคลก็คือกายวาจาใจ เมื่อ
บุคคลจะประพฤติปฏิบัติให้พ้นจากวิภวสงสารนี้ ก็ตั้งต้นที่ศีล

*อนิจจัง = ไม่เที่ยง, ทุกขัง = ทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้, อนัตตา = บังคับบัญชา
ไม่ได้ ไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตน



ศีลนี้ก็คือการประพฤติกายวาจาให้ปราศจากโทษปราศจากเรื่อง
วุ่นวาย สมานคือความสงบ เมื่อกายวาจาเป็นสิ่งที่ปราศจากโทษ
ปราศจากความผิดแล้วนี้ก็เรียกว่าสมาน สงบจากความวุ่นวาย
สงบจากความชั่ว ก็เรียกว่าตั้งใจมั่น เมื่อจิตใจสงบระงับเป็น
สมานแล้วปัญญาก็เกิด ปัญญาที่เกิดขึ้นก็คือผลของความสงบ
ที่เกิดมาจากสมานของจิต

ฉะนั้นสิ่งทั้งสามประการนี้จึงเป็นไวพจน์ซึ่งกันและกัน
จะเรียกว่าศีลก็ดี สมานก็ดี ปัญญาที่ดี ก็รวมอยู่ในกายกับจิต
ของเราเนี่อง ไม่ได้อยู่ที่อื่นเลย ศีลก็คือเหตุของสมาน สมาน
ก็คือผลของศีล สมานก็เป็นเหตุของปัญญา ศีลที่ดี สมาน
ที่ดี ปัญญาที่ดี รวมแล้วก็อยู่ในกายกับจิตนี้ ฉะนั้นมรรค
คือข้อประพฤติปฏิบัติที่ถูกต้อง จึงมีอยู่ที่กายกับจิตของเรา
เหมือนกัน ฉะนั้นพุทธศาสนาท่านจึงสอนให้น้อมเข้ามาเป็น
โอปนยิโก ให้น้อมเข้ามาในกายและจิตนี้

**การประพฤติศีล สมาน ปัญญานี้ก็เพื่อให้เกิดความ
เห็นชอบ** ให้มีความเห็นถูก ปราศจากความผิด ไม่มีอื่น
นอกจากนี้ไป เมื่อปัญญาเกิดขึ้นมาแล้วก็กำจัดมิจฉาทิฏฐิออก
ไปได้ มิจฉาทิฏฐิเกิดขึ้นมาแล้วมันก็กำจัดสัมมาทิฏฐิออกไปได้
มีอยู่สองอย่างๆ นี้ พุทธศาสนาสอนให้มีความสงบและความ
สงบมันจะเกิดขึ้นได้ก็เพราะความเห็นที่ถูกต้อง





เสียงก็ไม่ใช่เป็นทุกข์ เปรียบว่าคนที่นั่งสมาธิอยู่ เมื่อได้ยินเสียงดนตรีหรืออะไรต่างๆ ก็รู้สึกรำคาญใจ เพราะคิดว่าเสียงมากวนเรา นั่นก็เรียกว่ามีความเห็นผิดอยู่ ก็หนีจากเสียงเรื่อยไป เมื่อไม่มีเสียงก็สงบ เมื่อได้ยินก็ว่าเสียงมากวนเรา ก็เกิดทุกข์ขึ้นมาเพราะเห็นผิด เรียกว่า**ทุกข์สังข** อย่างนี้ก็ต้องคิดว่าเราไปกวนเสียง คิดเช่นนั้นก็มีสัมมาทิฐิได้ แล้วก็แก้เหตุที่จิตตัวเองแล้วก็สงบได้ ความรู้ที่เกิดขึ้นมานี้ก็เรียกว่า **“ปัญญา”** ที่นี้แม้จะนั่งอยู่กับเสียงก็สงบ อยู่ที่ไหนก็สบาย อันนี้เรียกว่าผู้รู้เกิดขึ้นมาแล้วทุกข์ก็หายไป เพราะความรู้อันนี้มีมันถึง มันเป็นความรู้ที่แน่นอน เพราะเกิดมาจากปัญญา

การปฏิบัติในทางพุทธศาสนานี้เมื่อรู้ถึงที่สุดแล้วก็ไม่มีอะไร รูปก็เป็นรูป เสียงก็เป็นเสียง รสก็เป็นรส ก็อยู่กับรูปเสียงกลิ่นรสนั้นแหละ พระพุทธเจ้าสอนให้รู้จักรูปเสียงกลิ่นรสนี้ว่าเป็น**อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา** เขาก็เป็นของเขาอยู่อย่างนั้น เมื่อเรามีความคิดเห็นอยู่เช่นนี้เราก็สบายอยู่สงบอยู่ ดังนั้นจึงเรียกว่าเป็นสัมมาทิฐิ เมื่อเราปฏิบัติได้เช่นนี้ก็พอสมควรแล้ว

ดังนั้นการปฏิบัตินี้จึงให้ดูจิตของตนเอง เอาจิตมาดูกาย พิจารณากาย เพราะความจริงมันอยู่ที่ตรงนี้ เราจะต้องเข้าไปดูความจริง เอาจิตมาดูกายเพราะความจริงอยู่ตรงนี้ ความจริง





ของชั้นนี้ห้ำก็คือกายกับจิต มันแสดงความจริงของมันอยู่ กระทบวันกระทบคืน ให้เราเรียนรู้จิต ศึกษาจิต พุดกับจิต ศึกษาจิตให้เห็นจิต ความจริงก็จะปรากฏขึ้น คือเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาอยู่ที่กายกับจิตนี้ ผู้ปฏิบัติเอาจิตมาพิจารณา ดูกายก็จะได้เห็นความจริง จะได้เห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เมื่อเห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาแล้วก็ชื่อว่าเราเห็นธรรมะที่แน่นอน

เห็นไหม? จิตนี้มันเพียงมันแน่นอนไหม? บางทีก็เกิดความสุขด้วยอารมณ์ที่ชอบใจ บางทีก็เกิดทุกข์ด้วยอารมณ์ที่ไม่ชอบใจ กายก็ไม่แน่นอนเหมือนกัน เป็นของที่หลอกลวง ชั้นนี้ทั้งห้ำก็คือรูปังอนิจจัง เวทนาอนิจจา สัญญาอนิจจา สังขารอนิจจา วิญญาณังอนิจจัง นี่คืตัวสังขารธรรมๆ อยู่ที่กายที่จิตนี้เอง

ถ้าเราเห็นกายกับจิตว่าเป็นอนิจจัง ทุกขังอนัตตาแล้ว ก็เป็นเหตุให้เราปล่อยวาง เรื่องกายมันก็เป็นอยู่อย่างนั้น เมื่อเรามาดูจิตพร้อมๆ กับกายเราก็จะเห็นเป็นสังขารธรรม กายก็ไม่เที่ยง จิตก็ไม่เที่ยง เราก็ไม่ยึดมั่นสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ เราจะเห็นว่าจิตก็สักว่าจิต กายก็สักว่ากาย เขาก็ไม่เที่ยง ของเขาอยู่อย่างนั้น เป็นธรรมะที่เกิดแล้วก็ดับๆ สุขเกิดขึ้นมาก็ตั้งอยู่แล้วก็ดับไป ทุกข์เกิดมาแล้วก็ตั้งอยู่แล้วก็ดับไป ไม่มี





พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) / ๑๑๕

อะไรมากไปกว่านี้ จิตก็เป็นลัทธิกว่าจิต กายก็เป็นลัทธิกว่ากาย
เมื่อคิดอย่างนี้จิตเรารู้ ปัญญาก็เกิดขึ้นมาในรูป เวทนา
สัญญา สังขาร วิญญาณนี้ มันเกิดขึ้นกับกายกับจิตนี้

วันนี้การแสดงธรรมเทศนาก็พอสมควรแล้ว ต่อไปก็ขอ
ให้ญาติโยมนั่งสมาธิสัก ๑๕ นาที แล้วต่อไปก็ให้ถามปัญหา
ได้ต่อไป....





ตอนที่ ๓

การปฏิบัติในพุทธศาสนานี้ก็แบ่งออกเป็นสองประเภท คือการปฏิบัติโดยตรงกับการปริยัติศึกษาจากหนังสือ สำหรับการศึกษารับหนังสือนั้นก็ไม่ค่อยเข้าใจเสื่อมลงมาก ส่วนการปฏิบัติโดยตรงนั้น พระพวกนี้ชอบอยู่ป่า ออกไปอยู่ป่า ทำกรรมฐานกัน รู้สึกว่าทำให้เข้าอกเข้าใจดีมาก เพราะว่าความสงสัยในการปฏิบัติมันจะหายไปได้ไม่ว่าอยู่ที่การอ่านหนังสือ แต่อยู่ที่การปฏิบัติให้รู้แจ้ง อันนี้พระพุทธรองค์ก็สอนอยู่แล้วว่า ความเคลือบแคลงสงสัยมันจะหายไปได้ก็เพราะการปฏิบัติธรรมไม่ใช่จะหายไปเพราะการเรียนตามหนังสือ

พระพุทธรเจ้าสอนให้เราปฏิบัติจนเห็นเอง นั่นคือให้ปฏิบัติในใจตัวเอง พระตถาคตเป็นแต่ผู้บอก และธรรมะที่แท้ นั้นบอกกันไม่ได้ ถึงบอกก็ไม่รู้ เรียนก็ไม่รู้ แต่จะรู้ได้ด้วย **ปัญญา** ที่เรียนนั้นมันรู้ได้ด้วย**สัญญา** ด้วยความจำ ไม่ใช่ความจริง พระพุทธรองค์สอนว่าให้เราปฏิบัติเองจนรู้แจ้ง เห็นจริงด้วยตนเอง ความสงสัยก็จะเหือดแห้งไปได้ การเชื่อ เพราะผู้อื่นนั้นพระพุทธรองค์ไม่ทรงสรรเสริญ พระองค์สรรเสริญผู้ที่ปฏิบัติจนรู้เห็นได้ด้วยตนเอง และเรื่องสมณะ วิปัสสนานี้ถ้าจะว่ามันแยกกันมันก็แยกกัน และถ้าจะพูดว่า





มันไม่แยกกันมันก็ไม่แยกกัน แต่ความเป็นจริงแล้วมันจะแยกกันไม่ได้ เช่น ผลไม้ผลหนึ่งเมื่อมันเล็กมันติดบออยู่มันก็ผลไม้นั้นเอง มันจะห้ามมันก็ผลไม้นั้นเอง มันจะสุกเหลืองมันก็ผลไม้นั้นเอง

การเรียนสมณะ เรียนวิปัสสนานี้ก็คือการปฏิบัติธรรมนี่เอง มิใช่อย่างอื่น เมื่อเรารักษาศีลใจเราก็สะอาด เมื่อสะอาดมันก็สบาย เมื่อสบายมันก็สงบ เมื่อสงบแล้วก็เกิดปัญญา เพราะฉะนั้นสมณะวิปัสสนานี้ก็เหมือนผลไม้ผลเดียวกัน เมื่อมันยังไม่นานมันก็เล็ก เมื่อมันนานมันก็โต เมื่อมันติดบออยู่รสมันก็เปรี้ยว เมื่อมันสุกรสมันก็หวาน ฉะนั้นการปฏิบัติสมณะวิปัสสนา หรือศีล สมาธิ ปัญญา มันจะเกิดขึ้นได้ในตัวของมันเอง เมื่อมีการปฏิบัติ แล้วเราก็ค่อยๆ รู้เองเห็นเองนี่อาตมาเข้าใจอย่างนี้

สิ่งที่ควรรู้เราต้องรู้จักก่อน เช่น พระพุทธเจ้าท่านตรัสว่าสุขก็ไม่ให้เอา ทุกข์ก็ไม่ให้เอา จะทำอย่างไรดี เราจะทำจิตอย่างไร แต่ให้รู้นะ ไม่ใช่ไม่รู้ ต้องให้รู้จัก รู้จักความพอดี พระพุทธเจ้าสอนให้รู้จักความพอดี ที่ถูกต้อง มีหลักเปรียบเทียบอยู่ว่า เหมือนกับคนที่เขารู้จักตาชั่งที่เขาชั่งของนะ สำหรับคนซื้อและคนขาย ให้ตรงไปตรงมา นักทางนี้คนนี้ก็ไม่ใช่ชอบ นักมาทางนี้คนซื้อก็ไม่ชอบ นักมาทางนี้คนขายก็ไม่ชอบ ถ้าหากว่ามัน



ตรงเสมอก็ชอบทุกคน คนชื่อก็ชอบ คนขาก็ชอบ นี่เรียกว่า
ตรงไปตรงมา นั่นเรียกว่าการกระทำที่ถูกต้อง

ธรรมชาติของพระพุทธเจ้าก็เหมือนกันฉันนั้น อันนั้นเป็น
เครื่องวัด จะมีปัญหาเกิดขึ้นมาว่า จะทำให้ถูกต้องนั้นจะทำ
อย่างไร ? ไม่รู้ เพราะเรายังไม่รู้ความที่มันถูกต้อง เมื่อเราจะ
ทำจิตให้ถูกต้องก็ไม่รู้ว่าจะทำอย่างไรมันจึงจะถูกต้อง มันก็
เกิดความลังเลสงสัยอยู่เสมอ จิตใจของผู้ปฏิบัติมันจะต้องตรง
ไปตรงมาออกจากสิ่งที่ไม่ตรง ถ้าเรารู้จักเช่นนั้น ความถูก
ต้องมันก็เกิดขึ้นมาเดี๋ยวนั้น เพราะธรรมชาติจะต้องมีหลักเปรียบ
เทียบจึงจะรู้ ถ้าไม่เปรียบเทียบก็ไม่รู้ ไม่รู้จักธรรมชาติ เช่นท่าน
บอกว่าให้วางข้างซ้าย วางข้างขวาเป็นต้น ข้างซ้ายข้างขวานี้ก็
คือสุขทุกข์ เมื่อจิตเราไปติดอยู่ในสุขมันก็ยังไม่ถูก เมื่อจิตเราไป
ติดอยู่ในทุกข์มันก็ยังไม่ถูก นี่เรียกว่ายังไม่ถูกต้อง

ในเวลาเรานั่งสมาธิก็ว่าทำไมเราจึงไม่สงบ ทำไมมันถึง
ไม่พอดี มันจะต้องติดอยู่ในอารมณ์อันใดอันหนึ่ง มันจึงไม่
ถูกต้อง เมื่อความไม่ถูกต้องเกิดขึ้นมาความสงบก็ไม่มี อันนี้
เป็นปัญหาหนักเหลือเกินในการปฏิบัตินี้ บางคนคิดไม่ถูก
พิจารณาไม่ถูก ก็ไม่รู้ เลยเสียกำลังใจ บอกว่าผิดหวังก็เลิกไป
เฉยๆ เท่านั้น ความลังเลสงสัยอย่างนั้นเกิดขึ้นมา มีฉันทวิภูษิต
ก็เกิดขึ้นมาพร้อมกัน เมื่อมีฉันทวิภูษิตเกิดขึ้นมาพร้อมแล้วก็





วุ่นวายปล่อยการงานนั้นทิ้งไปก็ได้ เพราะฉะนั้นเราจึงต้อง
รู้จักว่าจะกำหนดอย่างไร จะกระทำอย่างไร จะให้มีความรู้
อย่างไรจึงจะถูกต้อง อย่างนั้นเสียก่อน ถ้าทำสิ่งใดถูกต้องแล้ว
มันก็ไม่ผิด ถ้าไม่ผิดแล้วมันก็ถูก อันนั้นเรียกว่าทางที่ถูกต้อง

เปรียบเหมือนว่าช่างไม้ต้องการไม้สักเมตรหนึ่ง แต่เรา
ไปตัดมาเมตรยี่สิบหรือตัดมาเก้าสิบไม่ถึงเมตรหรือมันยาว
กว่าเมตร อันนั้นเรียกว่ามันไม่ถูกต้อง ถ้าหากว่ามันพอดี
เมตรหนึ่งนั่นแหละเรียกว่าความถูกต้อง การระพุดิปฏิบัติที่
ถูกต้องก็รู้ขึ้นทางจิตอย่างนั้น เพราะว่าจิตใจของผู้ปฏิบัตินั้น
เห็นแก่ตัวมาก เช่นว่า อารมณ์อันใดที่เราชอบใจ อารมณ์
เช่นนั้นเราก็ชอบ อารมณ์เช่นใดที่ไม่ชอบใจ อารมณ์เช่นนั้น
เราก็ไม่ชอบ เป็นอยู่อย่างนี้ จิตของบุคคลเราก็ต้องเป็นอยู่
อย่างนี้ ดังนั้นมันจึงลงความถูกต้องไม่ได้ เมื่อลงความถูกต้อง
ไม่ได้ก็ไม่เป็นสัมมาทิฐิเท่านั้น

นักปฏิบัติกรรมฐานทั้งหลายนั้นท่านจึงให้มีสติอยู่ รู้อยู่
เห็นอยู่เสมอ อีกทั้งจิตเช่นนั้นก็มีประโยชน์มาก เมื่อเรามีสติอยู่
รู้อยู่ก็เห็นจิตของเรา เมื่อเห็นจิตของเราก็รู้ว่าจิตของเราไปยึด
อารมณ์ที่ชอบใจบ้าง อารมณ์ที่ไม่ชอบใจบ้างเข้ามาสู่จิตของตน
เมื่อเป็นเช่นนั้นก็เป็นสังขารที่ปรุงแต่งขึ้นมาตามชอบใจของเรา
สิ่งที่ชอบเราก็เอา สิ่งที่ไม่ชอบเราก็ไม่เอา เมื่อเป็นเช่นนั้นก็เป็น





ตัวสมุทัยเป็นเหตุให้ทุกข์เกิดขึ้นมาได้ เพราะว่าจะมีความสุข
อย่างเดียวนั้นไม่มี จะมีความสุขอย่างเดียวนั้นไม่มี ในโลกนี้
มันมีสุขทุกข์ปะปนกันไปตลอดทาง

เมื่อเป็นเช่นนี้ก็จำเป็นที่สุดที่มนุษย์เราในโลกนี้จะต้อง
รู้จักความสุขความทุกข์อันนี้ตามความเป็นจริง เมื่อเราไม่รู้จัก
ความสุขความทุกข์อันนี้ตามเป็นจริงแล้ว เราก็มีความเห็นผิด
อยู่เรื่อยไปเท่านั้น ฉะนั้นพระพุทธเจ้าท่านจึงให้ทำความรู้จัก
มันว่าอารมณ์ทั้งสองประการนี้เป็นข้าศึกแก่เราเสมอไป เรายัง
ไม่รู้สึกลมันเมื่อไรเราก็ยังไม่พ้นทุกข์อยู่ตรงนั้น ดังนั้นเรา
จึงต้องปฏิบัติให้เป็นสัมมาปฏิบัติตามแบบของพระพุทธเจ้า
เช่นว่าศีลคือการรักษากายวาจาให้เรียบร้อยไม่มีโทษ สมาธิ
ความตั้งใจมั่น ปัญญาความรู้ในกองสังขารเหล่านี้เป็นต้น

กลุ่มที่ทำการมรณานี้บางกลุ่มก็เห็นว่าศีลไม่ต้องปฏิบัติ
ก็ได้ สมาธิไม่ต้องปฏิบัติก็ได้ ยืนเดินนั่งนอนอยู่เฉยๆ ทำให้
มีสติอยู่แล้วก็พอเท่านั้น นั่นก็ดีเหมือนกันแต่ไม่ดีแบบของ
พระพุทธเจ้า เช่นแมวมันก็มีสติเหมือนกัน แพะแกะมันก็มี
สติเหมือนกัน แต่ว่าเป็นมิจฉาสติไม่เป็นสัมมาสติ เราจะไปถือ
เอาเช่นนั้นไม่ได้ ได้อยู่แต่ว่ามันไม่ถูกทางพระพุทธศาสนาๆ นี้
ถือว่ามีสติอยู่รู้้อยู่ ก็คือให้รู้ความผิดและความถูกนั่นเอง
เมื่อรู้จักความถูกและความผิดแล้วก็ให้ลงมือปฏิบัติคือละ





ความชั่วทั้งหลายนั้น ประพฤติความดีทั้งหลายให้เกิดขึ้น
เท่านั้น

ดังนั้น “สติ” ในทางพุทธศาสนานี้ เมื่อหากว่าใครมี
สติสัมปชัญญะรู้ตัวอยู่แล้ว การกระทำความชั่วทั้งหลายเร
ารู้แล้วเราก็จะละ เมื่อละแล้วก็จะรู้สึกถึงความชั่วมันหายไป
ความดีเกิดขึ้นมาได้ เพราะฉะนั้นการรักษาศีลการรักษากาย
ของเราไม่ให้เกิดโทษไม่ให้เกิดความชั่วขึ้นมา ให้มีเมตตา กรุณา
มุกิตาแก่เพื่อนมนุษย์สัตว์เดรัจฉานด้วยกัน นี้ถูกแล้ว

...ได้ทำสมาธิวันนี้ก็เพื่ออยากจะรู้ว่า จิตของเราที่ตั้งมั่น
อยู่ในคุณงามความดีนั่นเอง ในสัมมาทิฏฐินั่นเอง ให้มีอารมณ์
เป็นอันเดียว เช่น ยกอานาปานสติขึ้นเป็นกรรมฐานหรือให้
จิตของเราติดตามลมหายใจเข้าออกอยู่สม่ำเสมอ จนจิตของ
เรามีสติอยู่กับอารมณ์อันเดียวไม่หวั่นไหวในอารมณ์ต่างๆ มี
ความรู้้อยู่เสมอ เมื่อเป็นเช่นนี้ก็ฝึกจิตของเราที่มีความสงบ
อยู่นี้ให้พิจารณาอวัยวะร่างกายนี้ อวัยวะทั้งหลายนี้เป็นต้นเหตุ
อย่างหนึ่งที่ทำให้มนุษย์สัตว์เราติดอยู่ ไม่รู้ตามความเป็นจริง
รู้ตามความเป็นจริงนั้นคืออะไร ? คือความที่ถูกต้องนั่นเอง
ที่ท่านตรัสไว้ว่าอวัยวะทั้งหลายนี้เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์
เป็นอนัตตา ทำไมมันถึงไม่เที่ยง เพราะว่ามันเป็นทุกข์ ทำไม
มันถึงเป็นทุกข์เพราะสิ่งทั้งหลายเหล่านี้เป็นอนัตตานั่นเอง



ความไม่เที่ยงของร่างกายนั้นเป็นอย่างไร เราจะเห็นได้ง่ายๆ ที่ว่า เกสา โลมา นขา ทันตา ตะโจ ซึ่งมีมันมืออยู่ในสกลร่างกายของเราเนี่ย มันก็เปลี่ยนไป ๆ ๆ ๆ ไม่คงที่ มันเป็นไปตามสภาวะของมันอย่างนี้ มันไม่อยู่ได้บังคับบัญชาของใคร มันอยู่ด้วยความเปลี่ยนแปลงอยู่อย่างนี้ตลอดไป ดังนั้นความยึดมั่นถือมั่นของมนุษย์ทั้งหลายไม่อยากจะเป็นอย่างนั้น ไม่อยากให้เกิดความเปลี่ยนแปลง เกิดมาเป็นหนุ่มก็ให้เป็นหนุ่ม อยู่อย่างนั้นไม่ให้เฒ่าแก่ชรา อยากให้มันเที่ยงมันก็เที่ยงไม่ได้ เพราะอันนั้นไม่ได้ อย่างนั้นมันจึงเป็นทุกข์

ดังนั้นท่านจึงสอนให้รู้ว่าอันนั้นไม่ใช่เรา ไม่ใช่ของเรา ตามเป็นจริง แต่มนุษย์เราทั้งหลายนั้นไม่รู้ตามเป็นจริง ดังนั้นร่างกายอวัยวะอันนี้มันเสื่อมโทรมไปจึงเป็นทุกข์ เพราะว่าสภาวะของสังขารร่างกายนี้มันอยู่ด้วยความเปลี่ยนแปลงทั้งนั้น เป็นหนุ่มสาวเฒ่าแก่มันก็เป็นอยู่อย่างนั้น จะให้หนุ่มอยู่อย่างเดียวก็ไม่ได้ จะให้แก่อย่างเดียวมันก็ไม่ได้ เหมือนกับลมหายใจเข้าออกจะให้ออกอย่างเดียวก็ไม่ได้ จะให้เข้าอย่างเดียวก็ไม่ได้ จำเป็นจะต้องให้เปลี่ยนแปลงอยู่อย่างนี้ ท่านจึงเรียกว่าความเป็นอยู่ของสังขาร

ฉะนั้นมนุษย์เราทั้งหลายจะไปยึดว่าเป็นตัวเป็นตน เป็นเราเป็นของเรายู่อย่างแน่นอนไม่ได้ ได้แต่เพียงเป็นของ





สมมติว่าเราว่าของเราเท่านั้น แม้เราจะแต่งงานเป็นผัวเป็นเมียกันอย่างนี้ก็ตาม ทุก ๆ คนทุกชั้นทุกภูมิก็ต้องเป็นอยู่อย่างนี้ ท่านจึงเรียกว่ามีสภาวะเสมอกัน ในสังขารทั้งหลายทั้งปวง เมื่อเรามาพิจารณาสรีระร่างกายของเราแล้ว ก็เห็นว่ามันเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตาอย่างนั้น ส่วนที่มันเคลื่อนแข็งอยู่ในสกลร่างกายอันนั้นก็เรียกว่า “ธาตุดิน” สิ่งที่เหลือเป็นน้ำท่านก็เรียกว่า “ธาตุน้ำ” สิ่งที่มีมันอบอุ่นท่านก็เรียกว่า “ธาตุไฟ” สิ่งที่เกิดขึ้นเบื้องบนลงเบื้องต่ำในร่างกายท่านเรียกว่า “ธาตุลม” สี่ธาตุนี้ประกอบกันเข้าก็สมมติว่าเป็นสัตว์ เป็นบุคคล ความจริงแล้วหาสัตว์หาบุคคลตามเป็นจริงไม่มี

เมื่อเราได้พิจารณาเช่นนี้ ด้วยกรรมฐานของเราแล้วจิตใจเราจะไม่มีความสงบไม่วุ่นวาย เพราะเห็นตามเป็นจริงของสังขารอันนั้น ใครจะตีกับมัน มันก็อยู่อย่างนั้น ใครจะเสียใจกับมัน มันก็อยู่อย่างนั้น ดังนั้นทางพระพุทธศาสนาท่านจึงสอนว่า อย่าไปเข้าใจว่าเป็นด้วยความเป็นจริง ให้รู้เพียงว่าตัวเราเป็นเพียงสมมติ เป็นเราเพียงสมมติ เป็นของเราเพียงสมมติเท่านั้น ถ้าเราเห็นเช่นนั้นกิเลสทั้งหลายที่มันมีอยู่นั้นก็บรรเทา ๆ ความโลภ ความโกรธ ความหลง ความพอใจ ความรักของตัวเองลงได้





อย่างนั้นแหละ ตรงนั้นเป็นปัญหาเหนือโลก อันนั้นสามัญชน
เรารู้ไม่ได้ โลกอยู่อย่างนี้นะ เมื่อออกไปเหนือโลกมันเป็น
โลกุตตรธรรมแล้ว นิพพานะจะบอกเรา เราก็รู้ไม่ได้ มัน
เหนือแล้ว โลกุตตระหรือนิพพานอันนั้นมันเหนือแล้ว ไม่ใช่วิสัย
ของสามัญชนเราแล้ว

สามัญชนเราก็เรียกว่ารู้อยู่ในโลกนี้ เช่นว่าสร้างเครื่องยนต์
กลไกทุกสิ่งทุกอย่างมีปัญญาดีเหมือนกัน แต่ว่าเมื่อสิ่งเหล่านั้น
เสียหายไปเราก็ร้องไห้ มันเป็นอย่างนี้ มันร้องไห้เสียตาย
พระพุทธองค์นั้นความรู้ของท่านอยู่เหนือความร้องไห้เหนือ
ความเสียใจและอะไรๆ ทั้งหมดเลย ใครจะรู้ล่ะ ? นะ...ใคร
จะรู้ตรงนั้น ใครไปถึงตรงนั้นคนนั้นจึงจะรู้จัก ถ้าใครยังไม่ถึง
ไปถามคนอื่นก็ไม่รู้ทั้งนั้นแหละ ฉะนั้นปัญหานี้มันจึงตอบ
อย่างนี้ (หลวงพ่อดำหวะ)

ถ้าโยมอยากรู้จักก็ถามแต่ปัญหาในโลก อย่าไปถาม
ปัญหานอกโลกเลย โลกุตตรนั้นบอกไม่ได้ ถึงใครบอกไปแล้ว
ก็ไม่รู้จักเพราะมิใช่วิสัยของเรา เช่นเอาปัญหาของผู้ใหญ่ไป
ถามเด็ก มันก็ตอบไม่ได้ ก็เพราะมันยังเป็นเด็กอยู่ เอาของ
โลกุตตรมาตอบมนุษย์นี้ก็ตอบไม่ได้ ถึงมีอยู่ก็ตอบไม่ได้
ถ้าอย่างนั้นโยมอยากรู้ธรรมะก็เอาของในโลกมาถามมาเรียน
จะได้นั่งปฏิบัตินานๆ



เข้าใจนะ อาตมาตอบได้เท่านั้น หรือเปรียบว่าโยมเป็นช่างเครื่อง สร้างเรือสร้างเครื่องบิน ทีนี้ก็ชำนาญในอาชีพทางนั้น แต่ว่าไม่เคยเย็บผ้า ถ้าเขาเอาผ้าไปให้เย็บโยมจะทำเป็นไหม? มันคนละอย่างกันมันก็เย็บไม่ได้ ทำไม่ได้ฉันนั้นเหมือนกัน ฉะนั้นเราพูดเรื่องทีไปๆ มาๆ ทีนี้ดีกว่า ตอบให้ฟังก็ได้ ตอบขึ้นไปข้างบนก็ไม่รู้จักเท่านั้นแหละหนอ..... (หลวงพ่อบัณฑิต)

ทำสมาธินี้ให้เป็นสมาธิ นีฝึกนี้ให้เป็นสมาธิ เมื่อเราเป็นสมาธิแล้วก็อธิบายได้ว่าสมาธิมันต้องเป็นอย่างนั้นๆ อธิบายได้ เมื่อยังไม่เป็นก็อธิบายไม่ได้เหมือนกัน เหมือนกันถึงพระพุทธเจ้าท่านไปเห็นแล้วท่านรู้แล้ว ท่านก็ชี้ไปตามทางไม่ใช่จะจับแขนไปดูๆ อย่างนั้นไม่ได้

ถูกแล้ว สาวกของพระพุทธเจ้าตรัสรู้ตามแล้วก็แนะนำประชาชนทั้งหลาย เช่นเราแนะนำการรักษาศีลนี้ สมาธินี้ภาวนานี้ก็ให้ไปเห็น ไม่ใช่ว่าไปเร็วๆ เข้านะ แต่บอกให้ค่อยๆ ไปนะ พระสงฆ์ผู้ประพฤติปฏิบัติท่านก็แนะนำชนเหล่าใดเหล่าหนึ่งให้เห็นด้วย

เหมือนโยมทำรถยนต์เป็นแล้วก็บอกคนอื่นให้ทำ ไม่ใช่ให้ทำวันเดียวนะ ต้องทำหลายวัน คนนั้นจึงจะทำรถยนต์ได้ คนนั้นทำรถยนต์ได้แล้วก็บอกคนอื่นให้ค่อยๆ ทำไป คนที่หัวดี





ก็ทำได้เร็ว ที่หัวไม้ตึกก็ทำไม่ได้ ที่มันขี้เกียจมันก็หนีไปไม่ทำงาน การภาวนานี้ก็เหมือนกัน ต้องให้เห็นจึงไปได้ ให้เห็นแล้ว ทำเองจึงไปได้ ถ้าไม่เห็นเองไปไม่ได้ เป็นอย่างนั้น ถูกแล้ว...

แล้วขอโทษนะวันนี้ละ โยมถามปัญหาวันนี้ชอบคุณ มากๆ ดีมาก แต่เดี๋ยวนี้หมดเวลาแล้วนะ วันหลังเอาใหม่อีก ก็ได้ (หัวเราะ)

เฮ้อ...ต่อไปนี่ตั้งใจอบรมจิตสักพักหนึ่งจึงเลิกกัน การทำสมาธิก็คือเรื่องอบรมจิตของเรานั่นเอง ไม่ใช่อื่น จิตของเราที่ไม่ถูกอบรมคือจิตไม่สะอาด ฉะนั้นเบื้องต้นแรกจิตที่เราอบรมใหม่ ๆ จึงมีความรู้สึกนึกคิดความลึกลงลงสลับเป็นอย่างมากทีเดียว อันนั้นก็ตามไม่ต้องสงสัย การทำสมาธินี้มันจะสงบบ้างและไม่สงบบ้างก็ทำไปก่อน ให้เข้าใจว่าความลึกลงสลับทั้งหมดนี้มันจะหมดสิ้นไปในการทำสมาธินี้เอง อากาการอันใดที่เกิดขึ้นมาในจิตเมื่อเราทำความสงบนั้น ก็เพียงแต่ว่าเป็นอาการของจิตเท่านั้น ไม่มีความแน่นอนอะไร มันจะสงบหรือไม่สงบนั้นก็ดูไปก่อน อย่าได้ยึดมั่นถือมั่นในสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ เพราะลักษณะของจิตมันเป็นของมันอยู่อย่างนั้นเอง เดี่ยวมันก็สงบ เดี่ยวมันก็ไม่สงบ เดี่ยวก็สุข เดี่ยวก็ทุกข์ อันนี้มันเป็นลักษณะของจิตมันเป็นของมันอย่างนั้น

เรื่องเหล่านี้เราจะต้องปฏิบัติ อันนี้ถูกแล้ว ต้นทางคือจิตคือการฝึกจิต นี่ท่านเปรียบว่าเหมือนกับลิง เหมือนลิงที่อยู่



๑๓๖ / สุภัทธานุสรณ์





ตอนที่ ๔

วันนี้พวกเราทั้งหลายมาประชุมกันเป็นวันที่สาม จงตั้งใจฟังต่อไป เราจะได้ทำธุระอันนี้ซึ่งเราไม่เคยทำ หรือว่าเคยทำมาแล้วแต่ก็ยังไม่เข้าใจชัดในเรื่องนี้ ฉะนั้นขอท่านผู้เจริญทั้งหลาย จงตั้งใจฟังคำอธิบายพอสมควร จะผิดหรือถูกนั้นก็ขอให้ฟังไว้ เพราะเราเองยังไม่รู้ตามเป็นจริง จึงต้องฟังไว้เป็นแนวทางก่อนในเบื้องต้น

ธรรมะนี้ถ้าคนเราทั้งหลายมาเข้าใจและรู้เห็นตามเป็นจริงแล้ว ก็สามารที่จะทำจิตของเราให้สงบระงับปราศจากความทุกข์ความวุ่นวายได้อย่างแน่นอน ถ้าเรารู้เห็นตามเป็นจริงแล้ว ก็จะมีอานิสสอย่างนั้น ฉะนั้นจึงเป็นภาวะที่เราทุกคนต้องศึกษาเพื่อบรรเทาหรือพ้นจากความทุกข์ไปได้

เมื่อเราใช้จิตทำงานอยู่ จะเห็นได้ว่ามันแบ่งเป็นสามอาการ คือ หนึ่ง เมื่อเรากำหนดลมหายใจเข้าออกอยู่ จิตจะเข้าไปสงบนิทหน้อยแล้วถอยออกมา อาการเช่นนี้เรียกว่า **ขณิกสมาธิ** เป็นความสงบนิทเดียว สอง จิตนี้จะเข้าไปสู่ความสงบมากขึ้นแล้วก็ถอนออกมา รู้อารมณ์ภายนอก อันมีความรู้สึกอยู่ที่จิตนั้น ท่านเรียกว่าเป็น **อุปจารสมาธิ** เป็นอาการของจิต เมื่อจิตถอนออกมาก็รู้เรื่องอะไรต่างๆ เกิดความ





ปรุ่่งแ่่งอะไรร่่าง ๆ ในที่นั้นเกิดความรู้ในที่นั้น อากักรเข้าไป และออกมาของจิตมันจะเป็นอยู่อย่างนี้ ปรุ่่งการที่สามนั้นจิต จะเข้าไปสู่ความสงบมีความรู้สึกอยู่อย่างเดี่ยว ไม่มีอากักรอันใด ที่จะรู้้อย่างอื่น มีแต่เก็บความรู้สึกเก็บความสงบเก็บความระงับ ไว้ในที่นั้นนานที่สุด อากักรเช่นนี้เรียกว่า**อัปนาสมาธิ** มัน จะเกิดปัญญาดร่งนี้ไม่ได้ ปัญญาจะเกิดขึ้นได้ก็เฉพาะแต่ อุปจารสมาธิ เข้าไปสงบแล้วก็ถอยออกมาเห็นอารมณ์ภายนอก เมื่อดูอารมณ์ภายนอกแล้วก็สงบเข้าไปอีก ได้ความสงบอยู่ เมื่อดูสงบพอสมควรแล้วก็ถอยออกมาอีกเช่นนี้โดยอนุโลมปฏิโลม แล้วปัญญาก็จะเกิดขึ้น

อากักรของจิตทั้งสามอย่างนี้เรียกว่า “สมาธิ” อำนาจของ สมาธิทั้งสามประการนี้เป็นฐานของวิปัสสนาทั้งหมด เป็นฐาน ที่จะให้เกิดปัญญาทั้งหมด แต่ขณิกสมาธินี้เป็นฐานน้อย อุปจารสมาธิเข้าออกก็เป็นฐานอย่างกลาง อัปนาสมาธิคือ ความสงบเข้าไปนาน ๆ บางทีจะเป็นสามสิบนาทีก็ได้ บางทีจะ เป็นชั่วโมงสองชั่วโมงก็ได้แล้วก็ถอนออกมา อากักรทั้งหลาย เหล่านี้มันเป็นอยู่อย่างนี้ **ผู้ปฏิบัติไม่ต้องสงสัยอะไรแล้ว เห็นแล้วก็ให้ปล่อยวาง** สงบแล้วก็ให้ปล่อยวาง

อากักรจิตทั้งสามประการนี้ล้วนเป็นเครื่องอบรมให้เกิด ปัญญาทั้งนั้น และเมื่อเกิดขึ้นมาแล้วจิตก็จะปราศจากธรรม





ทั้งห้าประการคือ “นิวรณ” ได้แก่ กามฉันทะ พยาบาท ถีนมิทธะ อุทธัจจกุกุจจะ วิจิกิจฉา ความกำหนัดในกามก็หายไป ในเวลานั้น ความพยาบาทก็หายไป ความม่งวงเหงาหาวนอนก็หายไป ความฟุ้งซ่านรำคาญใจก็หายไป ความล้งเลঙ্গล้ายก็หายไป จิตในขณะนั้นจะปราศจากกรรมทั้งห้าประการนี้ อันนี้เป็นเครื่องแสดงให้รู้ว่าเป็นสมาธิ

สิ่งทั้งสามประการนี้ยอมให้โทษผู้ปฏิบัติได้ และก็ยอมให้คุณแก่ผู้ปฏิบัติได้เหมือนกัน ไม่ใช่จะทำให้คุณหรือให้โทษแต่อย่างเดียว ถ้าคนไม่มีปัญญาทำให้โทษ ถ้าคนมีปัญญาให้คุณ คือส่งจิตของเราให้ขึ้นสู่ “วิปัสสนา” ได้ ให้เข้าใจไว้ให้ดีว่า เมื่อเราทำสมาธิอยู่เราไม่ต้องพิจารณาอะไรทั้งหมด แต่ให้มีความ **รู้สึกมีสติสัมปชัญญะ** อยู่ อย่าให้ขาด สิ่งที่จะให้เป็นโทษแก่ผู้ปฏิบัตินั้นก็คืออัปนาสมาธิ เป็นความสงบลึก และมีกำลังอยู่นานที่สุด เป็นเหตุให้จิตสงบ เมื่อสงบก็เป็นสุข เมื่อเป็นสุขแล้วก็เกิดอุปาทานยึดสุขนั้นเป็นอารมณ์ ไม่อยากจะพิจารณาอย่างอื่น อยากมีสุขอยู่อย่างนั้น เมื่อเรานั่งสมาธิ นาน ๆ จิตมันจะถล่ำเข้าไปง่าย ๆ พอเริ่มกำหนดมันก็สงบ แล้วก็ไม่ต้องทำอะไร ไม่อยากออกไปที่ไหน ไม่อยากพิจารณาอะไร อาศัยความสุขนั้นเป็นอยู่ อันนี้ก็เป็อันตรายแก่ผู้ประพฤติปฏิบัติอย่างหนึ่ง





จิตต้องอาศัยอุปจารสมาธิ คือกำหนดเข้าไปสู่ความสงบ แล้วพอสมควรก็ถอนออกมาสู่อาการภายนอก รู้อาการภายนอกแล้วก็กำหนดเข้าไปถึงอัปนาสมาธิ สงบแล้วก็ถอนออกมาอยู่อย่างนี้ ดูอาการภายนอกให้เกิดปัญญา เมื่อเกิดปัญญาดูอาการภายนอกแล้วอันนี้ดูยากสักหน่อยหนึ่ง เพราะมันคล้ายๆ จะเป็นสังขารความปรุงแต่ง เมื่อมีความคิดเกิดขึ้นมาเราอาจเห็นว่าอันนี้มันไม่สงบ ความเป็นจริงความรู้สึกนึกคิดในเวลานั้นมันรู้สึกอยู่ในความสงบ พิจารณาอยู่ในความสงบแล้วก็ไม่รำคาญ บางทีก็ยกสังขารขึ้นมาพิจารณาที่มันยกขึ้นมาพิจารณานั้นไม่ใช่ว่ามันคิดเอาหรือเดาเอา มันเป็นเรื่องของจิตที่มันเป็นขึ้นมาเองของมัน อันนี้เรียกว่า ความรู้ที่อยู่ในความสงบ ความสงบอยู่ในความรู้ ถ้าเป็นสังขารความปรุงแต่งจิตมันก็ไม่สงบมันก็รำคาญ แต่อันนี้ไม่ใช่เรื่องปรุงแต่งแต่มันเป็นความรู้สึกของจิตที่เกิดขึ้นจากความสงบ เรียกว่าการพิจารณา นี่ปัญญาเกิดขึ้นตรงนี้

สมาธิทั้งหลายเหล่านี้ แบ่งเป็นมิจฉาสมาธิอย่างหนึ่ง คือเป็นสมาธิในทางผิดเป็นลัมมาสมาธิอย่างหนึ่งคือสมาธิในทางที่ถูกต้อง นี่ก็ให้สังเกตให้ดี **มิจฉาสมาธิ**คือ ความที่จิตเข้าสู่สมาธิเจียบ....หมด....ไม่รู้อะไรเลย ปราศจากความรู้นั่งอยู่สองชั่วโมงก็ได้ กระทั่งวันก็ได้แต่จิตไม่รู้ว่ามันไปถึงไหน





แล้ว เมื่อมีสุขเกิดขึ้นมาก็รู้เท่า มีทุกข์เกิดขึ้นมาก็รู้เท่า สุขก็
ลักว่าสุข ทุกข์ก็ลักว่าทุกข์เท่านั้น มันก็ปล่อยทิ้งสุขและทุกข์
ไม่ยึดมั่นถือมั่น เมื่อสมาธิถูกต้องแล้วมันทำจิตให้เกิดปัญญา
อย่างนี้เรียกว่า “วิปัสสนา” มันก็เกิดความรู้เห็นตามเป็นจริง

นี้เรียกว่า “สัมมาปฏิบัติ” เป็นการปฏิบัติที่ถูกต้อง มี
อิริยาบถสม่ำเสมอ คำว่าอิริยาบถสม่ำเสมอในที่นี้ท่าน
ไม่หมายเอาอิริยาบถภายนอกที่ว่ายืนเดินนั่งนอน แต่ท่าน
หมายเอาทางจิตที่มีสติสัมปชัญญะอยู่นั่นเอง แล้วก็รู้เห็น
ตามเป็นจริงทุกขณะ คือไม่หลง เพราะว่าจิตนั้นฉลาดแล้ว

สมาธินี้ก็เข้าคึกแก่ผู้ปฏิบัติอยู่เหมือนกัน คำที่ว่า
สมาธิเป็นเข้าคึกแก่ผู้ปฏิบัตินี้ก็คือสมาธิที่มีความสงบอยู่นั้น
ก็จัดว่าเป็นสมาธิเหมือนกัน แต่ว่าสงบอยู่เฉยๆ มันก็เป็น
ปฏิบัติกับต่อผู้ปฏิบัติที่จะให้เกิดปัญญา มันก็เหมือนมิดที่เรา
ลับให้คมดีแล้วแต่เก็บไว้เฉยๆ ไม่เอาไปใช้ มันก็ไม่เกิดประโยชน์
อะไรอย่างนั้น

ความสงบอันนั้นเป็นความสงบที่หลง คือว่าไม่ค่อยรู้เนื้อ
รู้ตัว เห็นว่าถึงที่สุดแล้วก็ไม่ค้นคว้าอะไรอีกต่อไป จึงเป็น
อันตรายเป็นเข้าคึกในขั้นนั้น และการประพฤติที่ถูกต้องนี้
ก็ต้องเป็นมาจาก**ศีล** เป็นผู้มีศีล เป็นผู้มีสมาธิ เป็นผู้มีปัญญา
นี่คือการปฏิบัติที่ถูกต้องในพุทธศาสนา





เอง แล้วก็กลับมาฟังดูจิตตัวเอง อารมณ์มันก็จะสงบไป

อาการของจิตเรานี้เมื่อเราภาวนาแล้วมันจะเกิดอะไร ๆ
หลายอย่าง เกิดสิ่งที่น่ากลัว น่าเป็นอันตรายต่อชีวิตอะไร ๆ
หลายอย่าง ก็ให้เราเข้าใจว่าอันนั้นเป็นสิ่งหลอกหลวงต่างหาก
เพราะจิตเราหลงไปกับสิ่งหลอกหลวงจึงหวาดสะดุ้ง แต่อันนั้น
ไม่มีอะไร คิดดูซิว่าใครเป็นคนกลัว...ก็จิตเป็นคนกลัว ใคร
เป็นคนคิดดี ก็จิตเป็นคนคิดดี ใครเป็นคนคิดชั่ว ก็จิตเป็น
คนคิดชั่ว ฉะนั้นเราต้องมาดูจิตของเรา มันเป็นเพียงอาการ
เฉย ๆ และเมื่อเรากำหนดที่จิตแล้วปล่อยวาง มันก็หมด
เท่านั้น จิตนี้ก็ไม่เป็นอะไร เป็นอาการเฉย ๆ เรียกว่ากิเลส
ก็ได้ หรือมันจะเป็นเพราะกรรมเก่าเราสร้างมาก็ได้ จะเป็น
ศัตรูหรือเป็นสัตว์ดุร้ายอะไรต่าง ๆ มันเป็นไปได้ทุกอย่าง เมื่อ
เป็นเช่นนี้เราก็กำหนดจิตลงที่จิต อย่าปล่อยมันไป แล้ว
หายใจเข้าแรง ๆ สามครั้ง แล้วก็กำหนดจิตอีก แล้วมันก็จะหาย

สุ. เธออยากรู้เรื่องสมาธิว่า ถ้าอัปนาสมาธิเกิดขึ้น
แล้ว เราจะตามมันได้ไหม ?

พ. อันนี้ไม่ยาก ง่ายนิดเดียว เรามีสติแล้วเราอยาก
ดูมันก็ได้ ไม่หลง เราไม่อยากจะตามไปเราก็กำหนดเสียก็ได้
แต่อย่าให้หลง เรื่องสมาธินี้มันเป็นอย่างนั้น ไม่เป็นอะไร
หรอก เราอยากดูมันไปถึงไหนก็ได้ เราอย่าหลงมันก็แล้วกัน





ถ้าตามมันไปแล้ว จิตอันนี้เอาไปใช้อย่างอื่นก็ได้ อย่างเช่น พวกฤาษีเขาทำน้ำมันต์ทำวิชาอะไรอย่างนั้น แต่ที่เราดูเฉย ๆ ก็ได้ แต่ก็ให้รู้ว่าอันนั้นมันไม่ใช่หนทางที่แท้จริง

สุ. โยมคนนี้ได้ฟังเทศน์หลวงพ่อกลับไปบ้านก็ได้พิจารณาจนถึงตีสอง ก็เห็นด้วยกับหลวงพ่อก็คือเห็นว่าการทำงาน วิปัสสนานี้เป็นประโยชน์ในชีวิตประจำวันมาก

พ. ถูกแล้ว นี่อีกอันหนึ่งนะ คือเรื่องเกี่ยวกับจิตนี้มันมีหลายอย่างมาก เรื่องที่นึกว่ามันจะเป็นไปไม่ได้ มันก็เป็นไปได้ จิตที่ปล่อยใส่มันเป็นไปได้อย่างมากมาย แต่ก็ไม่ได้หมายความว่ามันจะเกิดอะไรก็ตามก็ให้เราเห็นว่าอันนี้มันเป็นของไม่เที่ยง ไม่นั่นอนเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา นี่ก็หมดแล้ว เรื่องจิตนี้บางทีมันอาจสงสัยว่าตัวเป็นพระอรหันต์แล้วก็ได้ เราก็ต้องเห็นว่ามันเป็นของไม่แน่นอนตัดไว้อย่างนี้เรื่อย ๆ จึงจะถูกทาง

สุ. โยมคนนี้เป็นคนที่อารมณ์หงุดหงิด เมื่อปฏิบัติแบบวิปัสสนาก็ยิ่งหงุดหงิดมาก ถ้าปฏิบัติสมาธิติดตามความสงบนั้นก็อารมณ์ลดลงได้ ถ้าปฏิบัติภาวนาอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาแล้ว อารมณ์ก็ยิ่งหงุดหงิด แต่ถ้าทำสมาธิมันก็ลดลง

พ. ต้องเอาทั้งสองอย่างซี วิปัสสนาต้องเกิดมาจากความสงบ ต้องทำสองอย่าง คือสงบแล้วก็พิจารณา ๆ แล้วก็





เข้าไปสงบ อารมณ์สมถกรรมฐานมีพุทฺธ ธัมโม สังฆโม หรือ
 อานาปานสตินี้ทำให้สงบลงๆ เพราะอารมณ์ของสมถะ มันก็
 ไม่รู้เรื่อง คือหายใจสบายๆ แล้วก็สงบไม่หยุดหยิ่ง แต่ว่า
 มันยังไม่เสริ้จนะ คือมันจะยังไม่รู้ตามเป็นจริง ส่วนอารมณ์
 ของวิปัสสนานั้นต่างกัน คืออนิจจัง ทุกขัง อนัตตา นี่คือ
 อารมณ์ของวิปัสสนา นี่คืออารมณ์ที่พยายามทำจิตของเรา
 ให้รู้ยังตามเป็นจริง จึงสงบ

อนิจจัง ทุกขัง อนัตตานี้มันก็ต้องเห็นเสียด้วยใจก่อนแล้ว
 มันจึงจะทิ้งได้ ถ้ายังทิ้งไม่ได้ก็ต้องท่องอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา
 ไว้ก่อน เพราะเรายังทำจิตไม่ถึงที่มัน เมื่อสงบแล้วก็ทำไป
 สงบแล้วก็พิจารณา มันเห็นทุกวันๆ มันก็ต้องเกิดเป็นขึ้น
 มันก็ค่อยหายลงไปเอง มันเป็นเหตุผลซึ่งกันและกัน มัน
 ก็ต้องทำสมถะบ้างทำวิปัสสนาบ้าง ต้องปฏิบัติมันเรื่อยไป
 จนกว่าความรู้มันจะเกิดขึ้น ความสงบมันก็จะมีความ
 ปล่อยาวง

การปฏิบัติเรื่องจิตนี้นะ ความจริงจิตนี้มันไม่เป็นอะไร
 มันเป็นประภัสสรของมันอยู่อย่างนั้น มันสงบของมันอยู่แล้ว
 ที่จิตไม่สงบทุกวันนี้เพราะจิตมันหลงอารมณ์ ตัวจิตแท้ๆ
 เขาไม่มีอะไร เป็นธรรมชาติอยู่เฉยๆ เท่านั้น ที่สงบไม่สงบ
 ก็เป็นเพราะอารมณ์มาหลอกลวง จิตที่ไม่ได้ฝึกก็ไม่มี





ฉลาด มั่นก็โง่ อารมณ์ก็มาหลอกลวงไปให้เป็นสุขเป็นทุกข์
ดีใจเสียใจ

จิตของคนตามธรรมชาตินั้นไม่มีความดีใจเสียใจ ที่มีความดีใจเสียใจนั้นไม่ใช่จิต แต่เป็นอารมณ์ๆ มาหลอกลวงจิตก็หลงไปตามอารมณ์ไม่รู้ตัว ก็เป็นสุขเป็นทุกข์ไปตามอารมณ์ เพราะยังไม่ได้ฝึกยังไม่ฉลาด แล้วเราก็นึกว่าจิตเราเป็นทุกข์ นึกว่าจิตเราสบาย ความจริงมันหลงอารมณ์ พุดถึงจิตของเราแล้วมันมีความสงบอยู่เฉยๆ มีความสงบยิ่ง เหมือนกับใบไม้ที่ไม่มีลมมาพัดมันก็อยู่เฉยๆ ถ้ามีลมมาพัดมันก็กวัดแกว่ง มันเป็นเพราะลมมาพัดและมันก็เป็นเพราะอารมณ์มันหลงอารมณ์ ถ้าจิตไม่หลงอารมณ์แล้ว จิตก็ไม่กวัดแกว่ง ถ้ารู้เท่าอารมณ์แล้วมันก็เฉย เรียกว่าปกติของจิตมันเป็นอย่างนั้น

ที่เรามาปฏิบัติกันอยู่ทุกวันนี้ก็เพื่อให้เห็นจิตเดิม เราคิดว่าจิตมันสุขมันทุกข์ แต่ความจริงจิตมันไม่ได้สร้างสุขสร้างทุกข์ อารมณ์มาหลอกลวงต่างหากมันจึงหลงอารมณ์ ฉะนั้นเราจึงจะต้องมาฝึกให้ฉลาดขึ้น ให้รู้จักอารมณ์ ไม่ให้เป็นไปตามอารมณ์ จิตก็สงบ เรื่องแค่นี้เองที่เราต้องมาทำกรรมฐานกันยุ่งยากอยู่ทุกวันนี้.....





ตอนที่ ๕

วันนี้เมื่อฉันจ้งหันเสร็จแล้ว วันที่ ๑๖ พฤษภาคมนี้ ได้มาพบกับเชิงโกที่เป็นพระญี่ปุ่น ได้มาร่วมฉันกันอยู่ที่นี้ แต่ก็ยังไม่เคยได้มีโอกาสสนทนาปราศรัยกัน วันนี้จึงมีโอกาที่จะปราศรัยกันในเรื่องลัทธิและการบวชของพระญี่ปุ่นนั้นว่าจะมีความเป็นอยู่และความเห็นเป็นอย่างไร ตลอดถึงว่าตั้งต้นปฏิบัติแต่ไหน แล้วไปจบแค่ไหน แล้วปฏิบัติอย่างไร และถามได้ความว่าการประพฤติปฏิบัติในลัทธินี้ แก่ได้ปฏิบัติมาบวชมาได้สองพรรษาแล้ว แต่อยู่อย่างไม่ได้บวชเพื่ออบรมอยู่ในวัดประมาณสามปี ที่บวชเป็นพระนี้ได้สองพรรษามาแล้ว ก็ปฏิบัติเรื่อย ๆ มา

เราได้สัมภาษณ์ว่าการรักษาศีลมีศีลเท่าไร เขาก็ตอบว่า ศีลนั้นก็คือให้มีสติทุกอิริยาบถแม้จะยืนเดินนั่งนอน และเราก็ได้ถามว่าการปฏิบัตินั้นแค่ไหนจึงจะเรียกว่าถึงที่สุด เขาก็ตอบว่าการปฏิบัติที่ไม่ต้องมีต้นไม้ต้องมีปลาย เราก็ถามว่าการปฏิบัติในลัทธินี้คือละความชั่วประพฤติความดีใช่ไหม? แกบอกไม่ใช่ เราก็ว่าถ้าเช่นนั้นความชั่วเราก็ละมาแล้ว และก็ได้อะไรดีแล้ว เมื่อเราได้ความดีแล้วเราจะทำอะไรต่อไปอีก เราสัมภาษณ์ถึงตอนนี้ เขาก็ตอบว่ายังไม่รู้ ๆ เราจึงยกแก้ว





ขึ้นมาใบหนึ่งแล้วว่าแก้วใบนี้เป็นแก้วที่ยังไม่แตก แก้วไม่แตกคือแก้วที่ยังเป็นแก้วที่อยู่ ทีนี้แก้วใบติๆ นี่ต่อไปมันจะเป็นอย่างไร มันจะแตกได้หรือไม่ต่อไป ซึ่งเราหมายความว่าเมื่อได้พยายามละความชั่วมาประพฤติกุศลแล้วจะทำอะไรอีกต่อไป เขาบอกว่าไม่ได้ทำอะไรอีกต่อไป ไม่รู้ แต่พุทธศาสนาของเรายังไม่จบแค่นี้ยังมีอยู่ เมื่อละความชั่วประพฤติกุศลแล้ว ก็ยังไม่เป็นที่สุดจบของพุทธศาสนา

ในทางพุทธศาสนาเห็นว่าการปฏิบัติถึงแค่นี้ยังไม่มีความพ้นทุกข์ ยังพ้นทุกข์ไม่ได้ ยังไม่ใช่ทางที่สุดทุกข์โดยชอบ เพราะว่าเมื่อได้ความดีมาแล้ว ใจความดีนั้นก็เข้าคึกของการปฏิบัติประเภทหนึ่ง เพราะเมื่อเรามีความดีแล้วเราก็มีความยึดมั่นถือมั่นในความดีอันนี้ แต่หากว่าในทางพุทธศาสนาไม่ว่าดีและชั่วก็ล้วนตกอยู่ในเรื่องของอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา จะต้องให้เราเห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาอย่างแน่นนอนตามเป็นจริงอย่างนี้ เห็นสิ่งทั้งหลายทั้งปวง เช่นความดีนี่เป็นของไม่แน่เป็นของไม่เที่ยง เมื่อเห็นเช่นนั้นเราจึงจะเห็นลัจฉธรรมว่าเป็นของแน่หรือว่าเป็นของเที่ยง ของเที่ยงเพราะอะไร เที่ยงเพราะมันเป็นของมันอยู่อย่างนี้ มันเปลี่ยนแปลงอยู่อย่างนี้ อันนี้มันอยู่ด้วยความเปลี่ยนแปลง มันจะต้องเปลี่ยนแปลงอยู่อย่างนี้



เมื่อเราเป็นผู้มีปัญญาเห็นว่าสิ่งทั้งหลายเหล่านี้มันเป็นอยู่อย่างนี้ ตามธรรมชาติของมันแล้วเราก็เห็นสังขารธรรม ความเห็นของเราหรือจิตของเราก็อยู่เหนือสิ่งทั้งหลายเหล่านี้เหนือดีนี้เหนือชั่วนี้ เหนือสุขนี้เหนือทุกข์นี้ ถ้าหากว่าเราถึงจุดนี้แล้วจึงจะได้ความว่าการปฏิบัติได้บรรลุถึงความพ้นจากทุกข์ พ้นจากวิภวสงสาร ดังนั้นการประพฤติเพื่อละความชั่วถึงความดีนี้ยังเป็นเรื่องที่อยู่ในชั้นเหตุผลเท่านั้น ยังไม่อยู่นอกเหตุเหนือผล นอกทุกข์เหนือสุข นอกดีเหนือชั่ว ในทางพุทธศาสนาเห็นว่าดีกับชั่วนี้มันเป็นอนิจจัง เป็นของไม่เที่ยง มันเป็นของมันอยู่อย่างนี้ ใครจะเห็นมัน มันก็เป็นอยู่อย่างนี้ ใครจะไม่เห็นมัน มันก็เป็นอยู่อย่างนี้ ใครจะรู้มัน มันก็เป็นอยู่อย่างนี้ ใครจะไม่รู้มัน มันก็เป็นอยู่อย่างนี้ เราไม่มีอำนาจจะไปแก้ไขตกแต่งสิ่งเหล่านี้ให้เป็นไปตามอำนาจของเราได้ ชื่อว่าผู้ประพฤติปฏิบัติถึงความจริงของสังขารธรรม ย่อมเห็นความจริงจากของที่ไม่จริง ย่อมเห็นของเที่ยงจากของที่ไม่เที่ยง เมื่อมีความเห็นเช่นนี้ชื่อว่าจิตมันพ้นไปจากดีและชั่ว อยู่เหนือความดีและความชั่ว อยู่นอกเหตุเหนือผล นอกสุขเหนือทุกข์ ในทางพุทธศาสนากล่าวว่าการประพฤติปฏิบัติเช่นนี้เรียกว่าการพ้นจากทุกข์ พ้นจากวิภวสงสาร การปฏิบัติถึงนี้เรียกว่าถึงทางที่สุดของทุกข์โดยชอบตามจุดหมายของพระพุทธเจ้า





เรื่องพุทธศาสนามีความหมายอย่างนี้ เรากินข้าววันนี้ เบื้องต้นมันก็มีความอยากมีความหิว เมื่อมีความอยากอยู่มีความหิวอยู่ ใ้ค่าที่ว่าพอแล้วก็ไม่มี จะต้องกินข้าวและอาหาร อันนั้นจนถึงความอิ่ม เมื่อถึงความอิ่มแล้ว ความรู้สึกในใจของเราก็เกิดขึ้นว่าพอละ การกินข้าววันนี้พอแล้วเป็นที่พึงพอใจของเราแล้ว ความรู้สึกอย่างนี้ก็ต้องเกิดขึ้นมาในปัจจุบันนั้น ทีนี้มาพูดถึงการปฏิบัติของคุณนั้นแหละว่าจะปฏิบัติมาถึงเพียงแค่นี้หรือว่าจะปฏิบัติไปถึงแค่ไหน เราจึงจะรู้ว่าการปฏิบัติของเราเป็นการเพียงพอแล้ว จบแล้ว ไม่ต้องทำต่อไปอีกแล้ว

อย่างเรื่องของควาย ควายมันเป็นสัตว์มันจะทำอะไรมันก็ได้ไม่ได้สงสัยอะไร มันจะนอนมันก็ได้สงสัย มันจะอะไรมันก็ได้ไม่ได้สงสัยอะไรของมันทั้งนั้น เพราะมันเป็นสัตว์ มันไม่รู้จักข้อปฏิบัติ มันอยู่เฉยๆ มันตื่นขึ้นวันนี้มันก็หากินไป กินอิ่มแล้วมันก็นอนเท่านั้น บางทีมันอาจจะจะเป็นปัจจุบันของสัตว์ก็ได้ ไม่ใช่เป็นสังขารธรรมก็ได้ อันนี้เป็นเรื่องที่สำคัญอยู่เหมือนกันนะ

พระพุทธเจ้าท่านให้รู้แล้วก็ให้ละความรู้อันนั้น เช่น เขาว่าเราไม่ต้องคิดอะไร ปล่อยมันทิ้งซะ ทีนี้ใ้การปล่อยสิ่งทั้งหลายนั้นนะ ถ้าเราไม่เห็นโทษของมันเราก็ปล่อยไม่ได้ เหมือนกับสัตว์หรือควายมันก็อยู่เฉยๆ ของมันคล้ายกับว่ามัน



ไม่มีกิเลสอะไร แต่มันเป็นสัตว์นะ มันไม่ได้เป็นมนุษย์นะ ที่เราอธิบายอย่างนี้ไม่ใช่หาว่าลัทธิของคุณไม่ถูก มันถูกทุกคนนั่นแหละ แต่เราอธิบายความจริงให้ฟัง ก็เมื่อเราได้มารวมกันอยู่แล้วในที่นี้ ถึงแม้จะอยู่ต่างนิกายก็ยังคงเป็นคนเหมือนกัน มีความรู้สึกสุขรู้สึกทุกข์เหมือนกันทั้งนั้น ที่นี้เมื่อเรามาพบกัน แล้วปัญหาที่เกิดขึ้นก็คือว่า เราจะต้องทำอะไร เป็นไปอย่างไรทุกวันนี้ ให้รู้เรื่องกัน

การพูดกันในวันนี้เรียกว่าการปฏิสังขาร เป็นการหักทลายปราศรัยกันด้วยข้อปฏิบัติเท่านั้น ไม่ได้เข้าใจว่าฉันนี้ถูกคุณนั้นผิด ไม่ใช่อย่างนั้น อะไรก็ช่างมันเถอะ คนเราจะปฏิบัติอย่างไรมันก็ต่างกันแต่ข้อปฏิบัติเท่านั้น เมื่อพูดถึงธรรมชาติที่มนุษย์สัตว์เกิดมาแล้วมันเหมือนกันทั้งนั้น คือความเกิดเป็นเบื้องต้น แล้วก็มีความแปรไปในท่ามกลาง แล้วก็มีความสลายไปในที่สุด ทุกคนต้องเป็นอย่างนี้ เพราะฉะนั้นเท่าที่เราได้มาพบกันนี้ก็บุญแล้ว

ฉะนั้นให้คุณถือว่าการสัมภาษณ์กันในวันนี้ก็เพื่อให้เกิดประโยชน์ด้วยกันทั้งสองฝ่ายเท่านั้น เมื่อได้โอกาสสัมภาษณ์ เช่นนี้คุณก็สบายใจแล้ว และก็จงปล่อยวางสักแต่ว่าพูดแล้วก็ปล่อยวางมัน สักแต่ว่าเป็นความเห็นแล้วก็ปล่อยมันที่นี้ในปัจจุบันนี้ ปล่อยวางทั้งหมดเลย ธรรมชาติเดิมของคนเรา





พ. เออ.....โก๊ะๆ นี่คือสัญญาตา ที่พระพุทธเจ้าท่านสอนว่า “สัญญาตาวิหาเร” เราต้องเข้าไปอยู่ในสัญญาตาวิหารคือเรือนของจิตที่จะเข้าไปอยู่ในความรู้สึกว่าสัญญาตา พระพุทธองค์ท่านสอนว่า ร่างกายทั้งหลายหรือสิ่งทั้งหมดนี้นะ มันเป็นสัญญาตา คือสัตว์ไม่มีในที่นี้ บุคคลไม่มีในที่นี้ เพราะมีความเห็นชัดว่าเป็นสัญญาตา เห็นว่าเป็นดิน เป็นน้ำ เป็นไฟ เป็นลม ไข้อย่างความตายนี้สุเมโธไม่ตาย ทำไมสุเมโธถึงไม่ตาย เพราะความจริงสุเมโธไม่มี...นะ ที่สุเมโธตายเป็นสมมติว่าสุเมโธตาย ตัวสุเมโธไม่มี สุเมโธก็ไม่ตาย แล้วก็ไม่มีเกิด แล้วก็ไม่มีตาย มีแต่สภาวะธรรมอันหนึ่งที่ประกอบด้วยเหตุด้วยปัจจัย มันเกิดขึ้นมาแล้วมันก็ดับไป

ฉะนั้นท่านจึงว่า สัญญาตาวิหารนี้มันจจุราชตามไม่ทัน มันจจุราชคือความตายตามไม่เจอ หาไม่เจอ มันไม่มีสุขไม่มีทุกข์ ไม่มีตัวไม่มีตน ไม่มีเราไม่มีเขา เรียกว่า “ว่าง” เห็นความว่างในที่ว่างๆ คำว่า “ว่าง” คือมันไม่มีอะไรตรงนั้น ว่างเรื่องจิต ไข้อย่างมานะทวิภูฏิที่จะเข้าไปยึดว่าตัวว่าตน ว่าเรา ว่าเขา มันไม่มี ไม่มีในที่นั้น เป็นแต่เพียงธาตุ ๔ ดิน น้ำ ไฟ ลม เกิดขึ้นมาแล้วมันก็ดับของมันไปเท่านั้น ดังนั้นพระพุทธเจ้าท่านจึงว่ามันจจุราชคือ ความตายตามไม่ทัน หาไม่พบ อย่างนั้นจึงได้มีความพ้น ท่านเรียกว่า พ้นจากความเกิด พ้นจากความแก่ พ้นจากความตาย





ไอ้ความเป็นจริงของธาตุมันก็เกิด ๆ ตาย ๆ อย่างนี้แหละ แต่ว่ามันเป็นดิน เป็นน้ำ เป็นไฟ เป็นลม เป็นธาตุส่วนหนึ่ง ๆ มาประชุมกันเข้าเท่านั้น สัตว์ไม่มี บุคคลไม่มี คือมันว่าง จากคำว่าสัตว์ มันว่างจากคำว่าบุคคล อันนั้นแหละเป็นที่ว่าง มันว่างในที่ไม่ว่าง ที่มันไม่ว่างก็ให้เห็นว่ามันว่าง ที่มันเห็นว่ามีคนก็ไม่ให้มันมีคน เห็นว่าเป็นสัตว์ไม่ให้มันมีสัตว์ เห็นว่าตายไม่ให้มันมีตาย เช่นนั้นท่านจึงเรียกว่าสุญญตาวิหาร เข้าไปถึงแล้วก็สงบ สงบจากความสุขจากความทุกข์ สงบจากความเกิดแก่เจ็บตาย ตรงนั้นเป็นที่ว่างที่สุด... จบ

ให้เราเข้าใจในข้อปฏิบัติ ถ้าเราไปทำอย่างนั้นมันก็ผิดหวังเพราะเราไปทำให้มันผิดหวัง ความคิดทั้งหลายความสงสัยทั้งปวงซึ่งมันเกิดอยู่เดี๋ยวนี้ มันจะหายไปได้เพราะเราทำไม่หยุด จะไปถามคนอื่นก็ไม่พ้นทุกข์ เพราะพระพุทธเจ้าท่านสอนว่า ความสงสัยทั้งปวงนั้นมันจะเหือดแห้งไปได้ เพราะการกระทำของเรา และก็ท่านสอนให้เราเป็นผู้มีปัญญา เช่นการปฏิบัติ คือเราเป็นผู้ปฏิบัติ พระพุทธเจ้าท่านไม่สรรเสริญว่าให้ไปเชื่อคนอื่น บุคคลที่ไปเชื่อคนอื่นนั้นพระพุทธเจ้าไม่สรรเสริญ เพราะอะไรเล่า ก็เพราะคนอื่นก็เป็นเรื่องของคนอื่น ไม่ใช่เรื่องของเรา ที่เจอรีผิดหวังมานี้ ก็เพราะไปเชื่อคนอื่นเขามาก ไปเชื่อคนอื่นเขา



เห็นเอง ท่านจึงเรียกว่า อันนั้นมันเป็น **ปัจจัยตัดัง เวทิตัพโพ**
วิญญูทิ วิญญูชนรู้ได้เฉพาะตัว ไม่ต้องเชื่อบุคคลอื่น พระ-
พุทธเจ้าของเราสอนอย่างนี้มีพยานอย่างนี้

เราซึ่งเป็นสาวกกำลังประพฤติปฏิบัตินี้ก็必须要ทำอย่าง
พระพุทเจ้าของเรา นั้น ความลึงเลสงสัยทั้งหลายนี้จะ
เหือดแห้งไปเพราะการกระทำปฏิบัติสมถกรรมฐานวิปัสสนา
กรรมฐานนี้เอง เป็นผู้มัสติสัมปชัญญะอยู่เสมอ แม้มันสงบ
ก็คุ้มมันไปได้ มันวุ่นวายก็คุ้มมันไปได้ ความเป็นจริงนั้นความ
สงบนั้นก็เป็พยานเรา ความวุ่นวายนี้ก็เป็พยานเรา ถ้าเรา
ไม่รู้จักมัน เราก็ไปติดอยู่แค่นั้นเอง พระพุทเจ้าท่านจึงว่า
เมื่อท่านประพฤติปฏิบัติแล้ว สิ่งทั้งสองนี้ก็ตามประกบ
ประกองท่านไป นั่นคือ**กามสุขัลลิกานุโยโค – อดตกิลมถานุ**
โยโค ทั้งสองประการนี้เป็นครูเป็นอาจารย์ของท่าน จนกระทั่ง
ท่านเกิดความรู้เห็นตามเป็นจริง

กามสุขัลลิกานุโยโคคืออะไร ก็คือความสุข คิดอะไร
ก็ได้ตามปรารถนาของเรา คิดอะไรแล้วไม่ผิดหวัง แล้วก็มี
ความสุขความพอใจในอารมณ์อันนั้นอยู่ นี้เรียกว่า “กาม
สุขัลลิกานุโยโค” นี้ก็เป็นข้าศึกของพระโยคาวจรผู้ประพฤติ
ปฏิบัติประการหนึ่ง





อรรถกถาธรรมปิฎกนั้นคือความฟุ้งซ่านรำคาญ ความ
ลึกลับสงสัย เกิดเป็นทุกข์โทมนัสขึ้นมา อันนั้นก็เป็นที่มาของ
พระมหาจริยของพระโยคาวจรประการหนึ่ง ทั้งสองประการนี้
ท่านเรียกว่า “กามสุขัลลิกานุโยโค อรรถกถาธรรมปิฎก”

พูดง่าย ๆ คือให้รู้ทางสองอย่างนี้ว่า อย่าไปติดในความ
สงบ อย่าไปอุปาทานในความสงบ อย่าอุปาทานในความ
วุ่นวายไม่สงบ อันนี้เป็นเหตุ ที่ทุกคนจะปฏิบัติก็ต้องเกิด
อันนี้ขึ้นมา มีข้อนี้เกิดขึ้นมา ถ้าคนมีปัญญาให้เห็นว่าเป็นครู
เป็นอาจารย์แนะนำให้เราเข้าสู่สัมมาปฏิบัติได้อย่างนั้น

ฉะนั้นเจอรึต้องเข้าใจว่าอย่าถอย ทำมันเข้าไปเรื่อย ๆ
พยายามทำไปให้เกิดความรู้ให้เกิดความเห็น เพราะท่านตรัสว่า
การลึกลับสงสัยนั้นมันจะเหือดแห้งหายไปเพราะการกระทำ
ไม่หยุดนั่นเอง นี่เป็นคำสอนของพระพุทธเจ้าของเรา ไม่ต้อง
น้อยใจไม่ต้องเสียใจ ไม่ต้องลังเล ไม่ต้องสงสัย ที่ทำมาแล้ว
ก็ดี ในปัจจุบันนี้ก็ดี อนาคตที่ยังไม่มาถึงก็ดี ให้ทิ้งเสีย พิจารณา
อยู่แต่ในปัจจุบันนี้อย่างเดียวเท่านั้น ความเห็นของเจอรึหรือ
ของผู้ประพฤติปฏิบัตินั้นจะเข้าถึงสัมมาปฏิบัติด้วยตนเอง
อันนี้ควรเข้าใจ และควรพิจารณาไว้อย่าทอดถอย พยายาม
เรื่อย ๆ ไป





เมื่อเราทำอานาปานสตินั้น เมื่อเรากระทำอยู่นั้นก็ให้มีสติสัมปชัญญะ ให้อุจจกการที่ลมเข้าออกอย่างแจ่มชัด เมื่อเรากำหนดลมหายใจเข้าออกอยู่นั้น ให้ทำความรู้สึกว่าลมหายใจเข้าออกนั้นแหละเป็นเครื่องหมายเป็นการบริกรรมของจิต เอาความรู้สึกของเรานั้นตามดูลมหายใจเข้าออก การศึกษาตอนนี้ให้ศึกษาแค่นี้ก่อน อย่าคิดอย่าพิจารณาอย่างอื่น ทำจิตให้จ่อจ่อในลมหายใจเข้าออกเท่านั้น

สุ. เขานั่งหมอนที่มันสูงเกินไปก็เจ็บทั้งตัว แต่จิตใจก็สงบพอสมควร ไม่คิดฟุ้งซ่าน และก็รู้สึกสบายใจขึ้นในการได้มานั่งกับอาจารย์

พ. การกระทำการปฏิบัตินี้ก็ทำอย่างนั้นแหละ เมื่อนั่งสงบแล้วให้มีความสงบ เอาจิตที่มันผ่องใสสะอาดแล้วมาพิจารณาข้างนอก เอาจิตพิจารณากายให้เห็นเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาในสภาวะอันนี้ ที่นี้การปฏิบัติให้เข้าใจว่าเราจะต้องปฏิบัติอยู่ทุกเมื่อ ไม่เฉพาะว่าเรามานั่งที่นี้เราถึงจะได้ทำกรรมฐาน ไม่ใช่อย่างนั้น เมื่อเราเดินกลับไปบ้าน เราเดินไปมาทำการงานทั้งหลายอยู่นั้น ก็ให้เข้าใจว่าเรายังทำกรรมฐานอยู่ คือมีสติมีสัมปชัญญะอยู่ รู้จักความผิดชอบอยู่ตลอดเวลา

อาจารย์บางอาจารย์เมื่อปฏิบัติแล้วก็มาสอบอารมณ์ สอบตอนเช้าสอบตอนเย็นของลูกศิษย์ อันนั้นก็ถูกเหมือนกัน





๑๖๔ / สุภัททานุสรณ์





ตอนที่ ๖

ท่านผู้เจริญทั้งหลายที่เป็นชาวพุทธมีความเลื่อมใสในพระพุทธศาสนา วันนี้อาตมาได้มาพบท่านผู้เจริญทั้งหลายในสถานที่นี้ ฉะนั้นจึงจะขอโอกาสกับท่านทั้งหลายจะนำในกิจกรรมที่ควรประพฤติปฏิบัติในพุทธศาสนาเบื้องต้น ได้ประกาศศีลซึ่งเป็นหลักการในชีวิตของมนุษย์ทุกคนให้งามด้วยกายด้วยวาจาแล้ว ต่อไปนี้จะบรรยายในการนั่งกรรมฐานต่อไป

ตอนนี้ไปจะแนะนำทำกรรมฐานเรียกว่า “ภาวนา” อันเป็นกิจในพุทธศาสนา เรียกว่า “การปฏิบัติกรรมฐาน” กลับตาคิดหน่อยแล้วก็หายใจเข้าออก กำหนดที่ปลายจมูกที่ลมหายใจผ่านเข้าไป หายใจสม่่าเสมอ อย่าบังคับลมให้มันยาวเกินไป อย่าบังคับลมให้มันสั้นเกินไป อย่าบังคับให้มันหยุดเกินไป อย่าบังคับให้มันละเอียดเกินไป ให้พอเหมาะพอควรสบายๆ เท่านั้น

แล้วต่อไปก็ให้กำหนดลมหายใจ เมื่อเข้าไปนั้นให้มีความรู้สึกว่า ต้นลมอยู่ที่ปลายจมูก กลางลมอยู่ที่หทัยคือหัวใจ ปลายลมอยู่ที่สะดือ เมื่อหายใจออกให้กำหนดว่า ต้นลมอยู่ที่สะดือ กลางลมอยู่ที่หทัย ปลายลมอยู่จมูก แล้วก็กำหนดต้นลม กลางลม ปลายลม อยู่อย่างนี้ด้วยความมี





สติระลึกได้ อยู่ด้วยความมีสัมปชัญญะเต็มเปี่ยมอยู่อย่างนี้
เรื่อยๆ ไป ไม่ต้องคิดอย่างอื่น นี่คือธูระคือธูระที่จะต้องทำ
ในปัจจุบันนี้

อย่าคิดไปอย่างอื่น อย่าส่งจิตขึ้นไปข้างบน อย่าส่งจิต
ไปข้างล่าง อย่าส่งจิตไปข้างขวา อย่าส่งจิตไปข้างซ้าย ตั้งกาย
ให้ตรงทำจิตให้ตรง อย่าส่งจิตไปอย่างอื่น ให้ความรู้สึกติดตาม
ลมหายใจเข้าออกอย่างนี้ต่อไป บางทีมันก็จะเกิดความคิด
ขึ้นมาว่าทำอย่างนี้ทำให้เป็นอะไร ทำให้รู้อะไร ทำให้อะไรเกิดขึ้น
มีประโยชน์อย่างไร บางทีจิตก็จะคิดเช่นนี้ ถ้าคิดขึ้นเช่นนี้
เราก็ตัดมันออกไป เวลานี้ไม่ใช่ธูระหน้าที่ของเราที่จะคิด
อย่างนี้ หน้าที่ของเราที่ตรงนี้นั้นก็คือตั้งสติให้ดี ตั้งสัมปชัญญะ
ให้ดี ตามจุดศูนย์กลางลมปลายลมเท่านั้น ธูระหน้าที่ที่จะ
ทำในปัจจุบันนี้มีเท่านั้น

ประการที่สอง มันก็จะคิดไปว่ารำคาญเสียงรถยนต์
รำคาญเสียงเครื่องบิน รำคาญเสียงอะไรทุกสิ่งทุกอย่าง เข้าใจ
ว่าเสียงทั้งหลายเหล่านั้นมารบกวนเรา อย่างนี้มันก็เกิดขึ้นได้
เหมือนกัน ถ้ามีความคิดเกิดขึ้นเช่นนี้ ก็ต้องภาวนาว่า เสียงรถ
ไม่ได้มากวนเรา เสียงเรือไม่ได้มากวนเรา เสียงประชาชน
ไม่ได้มากวนเรา เราเองไปกวนเขา เขาไม่ได้มากวนเรา ถ้าเข้าใจ
ว่าเราไปกวนเขา เราก็ปฏิบัติห้ามจิตของเราเท่านั้น อย่าให้





ไปกวณเขา เท่านั้น จิตมันก็รู้จัก เมื่อจิตมันรู้จักแล้ว มันก็กำหนดลมหายใจเข้าออกต่อไปเท่านั้น ต่อไปนี้ลงมือทำได้แล้ว

ท่านผู้เจริญทั้งหลาย บัดนี้เราได้ทำกรรมฐานกันเสร็จแล้ว อาตมาขอถือโอกาสปรึกษาท่านทั้งหลายต่อไปบางอย่างซึ่งบางคนก็คงจะรู้จัก บางคนก็ยังไม่รู้จักว่าอาตมามาจากไหน มาทำไม ต้องการอะไร อาตมาเป็นพระซึ่งทำกรรมฐานมานาน อยู่ประเทศไทยหลายสิบปีแล้ว กำเนิดที่เกิดมาเป็นมนุษย์นี้ ได้มีศรัทธาพยายามปฏิบัติในพุทธศาสนามาตั้งแต่อายุเก้าขวบ ก็ได้ทำการประพฤติปฏิบัติมาเรื่อยๆ จนได้ตั้งสาขาในประเทศไทยประมาณสามสิบแห่ง

ด้วยอำนาจการปฏิบัติมานี้จึงมีลูกศิษย์ต่างประเทศประมาณเก้าประเทศไปรวมอยู่ที่วัดหนองป่าพง ไปฝึกกรรมฐานที่นั่น และได้บวชเป็นพระภิกษุสามเณรในพุทธศาสนา แล้วก็มีการทักทายกาชาวดังประเทศไปเยี่ยมวัดหนองป่าพงขึ้นมากมาย มีท่านสุเมโธนี่ไปจำพรรษาที่นั่นสิบพรรษาแล้ว ไปอยู่นานกว่าคนอื่นและก็รู้เรื่องการประพฤติปฏิบัติในพุทธศาสนาพอสมควร เมื่อมีลูกศิษย์ต่างประเทศมากขึ้น ก็มีชื่อเสียงกิตติศัพท์มากขึ้น จึงเป็นเหตุให้รู้จักกับสถานที่นี้ รู้สึกว่าสถานที่นี้มีผู้มาดำเนินการปฏิบัติขึ้นแล้วหลายปี แต่ก็ขาดพระภิกษุที่จะปฏิบัติและก็หลายปีแล้ว





ปีนี้โยมจ้อร์จ ชาร์ป กับโยมฟรีดา ได้เดินทางจากกรุงลอนดอนไปเมืองไทยไปดูสถานที่ที่วัดหนองป่าพงและก็ได้พูดถึงสถานที่นี้ และก็นิมนต์ให้อาตมามาดูที่นี่ อยากให้มาอยู่ที่นี่ อยากให้มาฝึกปฏิบัติโยมที่นี่ด้วย อาตมาจึงรับปากว่าจะมา แต่ไม่ได้รับปากว่าจะอยู่ที่นี่ ยังไม่คุ้นเคยกับประชาชนชาวตะวันตกนี้ ไม่รู้จักประเพณี ไม่รู้จักจิตใจ ไม่รู้จักความเป็นอยู่ ไม่รู้จักภาษา อาตมาก็ไม่รับปากว่าจะมาอยู่แต่ก็ต้องมาดู เมื่อมาดูแล้วก็เกิดความรู้สึกหลายอย่าง เกิดความรู้สึกแปลก ๆ กับสถานที่นี้ กับดินฟ้าอากาศ กับประเพณีของประชาชนชาวลอนดอน จนพูดไม่ถูกเลยทีเดียว มีความรู้สึกคล้ายกับว่าเกิดใหม่ รู้สิ่งที่ไม่เคยรู้ เห็นสิ่งที่ไม่เคยเห็น นึกอยู่อย่างนี้ แต่ว่าไม่เคยนึกเลยว่าประชาชนชาวลอนดอนจะสนใจในพุทธศาสนา ไม่เคยนึกเช่นนี้ เมื่อมาถึงแล้วจึงเป็นเหตุให้แปลกใจ

ฉะนั้น อาตมาจึงมีความสนใจอยากให้พุทธศาสนาแผ่มาถึงที่นี่ด้วย แต่ก็เป็นเรื่องลำบากเย็นอยู่เหลือเกิน ฉะนั้นจึงได้ปรึกษากับประชาชนว่าจะมีความพร้อมเพรียงกันไหม? จะยินดีไหม? จะพอใจไหม? ถ้าพระภิกษุจะมาอยู่ที่นี่ มารักษาที่นี่ให้เป็นสถานที่ปฏิบัติต่อไป

ครั้งแรกที่ตั้งใจจะมากรุงลอนดอนนี้กับพระสุเมโธและพระเชมธมฺโม มาดูแล้วก็กลับเมืองไทยว่าจะมาอยู่สักเดือน



กว่าสองเดือนเท่านั้น แต่เมื่อเห็นภูมิประเทศนี้เป็นปฏิจรูปเทศ เป็นประเทศที่สมควร ทุกสิ่งทุกอย่างล้วนเหมาะแก่ความเป็นอยู่ แต่ขาดอย่างเดียว คือยังไม่มีนักปราชญ์ที่จะมาแนะนำพร่ำสอนในทางพุทธศาสนาอย่างแท้จริง

ฉะนั้นอาตมาจึงได้ตกลงใจแล้วว่า จะให้พระสุเมโธกับพระเชมธมฺโมอยู่ที่นี้ดูก่อน เพื่อจะเป็นประโยชน์ในที่นี้ด้วย ส่วนตัวอาตมานั้นมีธุระจำเป็นมากจะต้องกลับไปเมืองไทยเสียก่อน จะให้พระอยู่ที่นี้เพื่อทดลองดูไปก่อน แต่ว่าพระสงฆ์ที่จะอยู่ที่นี้จะต้องเป็นพระปฏิบัติเป็นพระกรรมฐาน คือเป็นผู้ปฏิบัติตรง เป็นผู้มักน้อย เป็นผู้สันโดษ เป็นผู้ไม่มักมาก เป็นผู้เลี้ยงง่าย ๆ ไม่เลี้ยงยาก แต่สำหรับผู้ที่ไม่รู้จักก็ต้องเป็นของยาก แต่ท่านก็กินง่าย นอนง่าย อยู่ง่าย ๆ ถ้าคนไม่รู้จักก็เหมือนกับว่ายากลำบาก

เช่นประเพณีของพุทธศาสนานี้แปลกอยู่อย่างหนึ่ง เมื่อมาเทียบกับลอนดอนแล้วเป็นของแปลก แปลกอะไร ? แปลกตรงที่ว่าประเพณีพระกรรมฐานนั้นคล้าย ๆ กับคนขอทาน การเลี้ยงชีพคล้าย ๆ กับคนขอทาน แต่ไม่ใช่คนขอทาน แต่คล้าย ๆ กับคนขอทาน จนกระทั่งว่าพระที่เข้ามาที่นี้ไม่กล้าทำ ไม่กล้าทำเหมือนพระพุทฺธเจ้า ไม่กล้าทำตามหลักในพระพุทฺธศาสนาอย่างแท้จริง เช่นการเที่ยววิณฑบาตคล้าย ๆ กับคน





ขอทาน พระที่ยังไม่เคยปฏิบัติมาก็กลัวและอาย ก็ไม่ได้ทำ ฉะนั้นการบิณฑบาตในกรุงลอนดอนนี้จึงไม่มีจนกระทั่งทุกวันนี้

ความเป็นจริงการบิณฑบาตนี้มีมาแต่ครั้งพระพุทธเจ้าของเรา เกิดมาจากอินเดีย เดี่ยวนี้การบิณฑบาตในอินเดีย ไม่มีแล้วหรือมีก็น้อย เพราะว่าการปฏิบัติของคนมันเสื่อม ไม่ใช่ว่าศาสนาเสื่อม ดังนั้นการบิณฑบาตจึงไม่ปรากฏ โดยมาก ทุกวันนี้ตั้งวัดขึ้นมาก็มีมูลนิธิ จะต้องเรียกรายเงินทองมาก่อนทำเป็นมูลนิธิ พระไม่ต้องไปบิณฑบาต เลยเกิดความยุ่งยากขึ้นมา เบียดเบียนญาติโยมทั้งหลายให้ยุ่งไปหมด แล้วคนเขาก็หมดศรัทธาเพราะเราไม่ปฏิบัติการบิณฑบาต ถ้ามีการบิณฑบาตแล้วมูลนิธิที่จะตั้งขึ้นมาก็ไม่จำเป็น ตอนเช้าพระมีบาตรท่านก็อุ้มบาตรไปเรื่อย ๆ แต่ไม่ขอด้วยวาจาเดินไปเรื่อย ๆ ด้วยความสงบ

อย่างที่วัดหนองป่าพงหรือที่ไทยแลนด์นั้น ตอนเช้าไปบิณฑบาตญาติโยมใครมีอาหารก็มายื่นอยู่ที่หน้าบ้าน ให้ข้าวทัพพีหนึ่ง ผลไม้ใบหนึ่ง ขนมปังสักชิ้นหนึ่ง หลาย ๆ คนเข้าไปคนละเล็กละน้อย วันหนึ่งจะเสี้ยวข้าวไปสักทัพพีหนึ่งหรือแอมเปิ้ลไปสักใบหนึ่งและขนมปังสักชิ้นหนึ่งเท่านั้น หลาย ๆ คนให้ไปก็พอแล้ว พอฉันแล้ว ถ้าคนไม่รู้จักก็เรียกคนขอทาน แต่ว่าไม่ใช่คนขอทาน





ฉะนั้นพุทธศาสนานี้จึงสอนใจให้สบาย สอนใจไม่ให้เป็นทุกข์ นี้
เรื่องพระพุทธศาสนาเป็นอย่างนี้

วันนี้จึงเล่าอะไร ๆ ให้ฟัง ถ้าใครยินดี ใครเห็นด้วยอาตมา
ก็จะส่งพระภิกษุสามเณรมาตั้งข้อปฏิบัติขึ้นที่นี้ ให้เจริญขึ้น
ในการปฏิบัติ แต่จะต้องไปบิณฑบาตขอทาน หรือโยมมีความ
รู้สึกอย่างไรบ้าง พระที่เยวบิณฑบาตกับคนขอทานแปลกกัน
ไหม ?

สุ. คุณมอริสบอกว่ายี่สิบปีมาแล้วที่นับถือพุทธ-
ศาสนานับถือมาก มีศรัทธาทางนี้และบางครั้งเคยพยายาม
จะสร้างพระสงฆ์ขึ้นในเมืองอังกฤษ ก็ผิดหวังมากในชีวิต
บางครั้งคิดว่าจะมีได้แต่ก็เสื่อมลงไป แต่เดี๋ยวนี้รู้สึกภูมิใจดีใจ
เห็นว่าถึงเวลาที่พระสงฆ์จะเจริญขึ้นได้ในเมืองอังกฤษ อย่างที่
หลวงพ่อกล่าวแล้ว เขาขอบคุณมาก

พ. อาตมายินดีเมื่อเห็นชาวกรุงลอนดอนเหมือนพี่น้อง
จะเปรียบให้ฟังว่าดินก็ดี พันธุ์ผลไม้ก็ดี แต่ไม่มีใครมาปลูก
มาทำสวน อย่างนั้นแหละ ปฏิรูปเท พอสสมควร จิตใจคนก็ดี
สถานที่ก็ดี ดินฟ้าอากาศก็ดีสมบูรณ์บริบูรณ์ทั้งหมด แต่ว่า
ไม่มีใครมาสั่งสอนประกาศพระพุทธศาสนาให้เข้าใจให้มี
ความสุขยิ่งไปกว่านี้ เหมือนพันธุ์ผลไม้ก็ดี ดินก็ดี แต่ไม่มี
ใครมาปลูก อาตมามีความรู้สึกอย่างนั้น.....





ดีไหมโยม....แมรี.....จะเอาพระมาประกาศพระศาสนา
ที่นี่ดีไหม ?

สุ. เธอบอกว่าเคยอยู่วัดหนองป่าพง ครั้งแรกก็ไม่
เข้าใจเรื่องการบิณฑบาต ไม่เห็นประโยชน์เพราะไม่เคยได้ทำ
เมื่ออยู่วัดหนองป่าพงหลายอาทิตย์ เตรียมอาหารถวาย
พระแล้วมีอาหารเหลือก็กินอาหารนั้นด้วย เห็นว่าได้ผลดี
มีประโยชน์มากและก็ยินดีอยากให้พระมาตั้งพระเพณีที่
เมืองอังกฤษนี้ แต่ก็กลัวว่าอาหารในเมืองอังกฤษนี้ไม่ดีเท่าไร

พ. ก็ช่างเถอะ....เราฝึกใหม่มันก็อย่างนั้นแหละ ทำได้
อย่างนั้นแล้วเมืองอังกฤษนี้จะดีมากที่สุดเลย จะพยายาม
ทำแต่ก็ต้องทำกับกลุ่มคนส่วนน้อยไปหาคนส่วนมาก ถ้าเขา
เห็นแล้วมันก็ดีขึ้น ๆ ถ้าเป็นเช่นนั้นอยู่ที่นี่ก็ไม่ลำบากกับ
ญาติโยมทั้งหลาย ถ้ามีมูลนิธิมันลำบาก ต้องทำเงินเป็นก้อน
หนึ่งมันลำบาก เหมือนกับไม้ท่อนหนึ่งใหญ่ ๆ เราแบกมันก็หนัก
ถ้าเราผ่าเป็นซีกเล็ก ๆ แบ่งกันไปมันก็ไม่หนัก เรื่องอาหาร
การขบฉันของพระก็เหมือนกัน ถ้าเราเอามารวมให้พระมันก็
ลำบากเหมือนไม้ท่อนใหญ่ แบกคนเดียวมันก็หนัก ถ้าผ่า
เป็นซีกแล้วมันก็ไม่หนัก....เคยมีพระมาบิณฑบาตที่นี่ไหม ?
เคยมีใครเห็นไหม ?





สุ. เคยมีสองสามครั้งแต่ไม่เคยเอาจริงเอาจัง คือเป็น
ประเพณีนิดหน่อย

พ. เอาไหม แมรี...เอาให้เป็นประวัติศาสตร์ นะที่นี้
เอาไม่หยุดจะต้องทำเรื่อยไป ติดต่อกันเรื่อย ๆ เป็นประวัติศาสตร์
(หลวงพ่อหัวเราะ)...หือ...เป็นอย่างไร ? ตำรวจเขาจับหรือ
ผิดกฎหมายไหม ? หือ...(หัวเราะ)

สุ. เธอบอกว่ารู้สึกว่ในที่นี้ดีขึ้นแล้ว หลวงพ่ออยู่
ไม่กี่วันก็ดีขึ้น และก็คนส่วนมากที่ไม่มีความรู้เรื่องที่นี่เลย
แล้วก็จะมีคนประมาณห้าสิบคนมาประชุมอยู่ที่นี้ หลายปีแล้ว
ไม่เคยมี และโยมเขาก็ต้องไปทำงานไม่ได้อยู่ที่บ้าน ก็จึงไม่มี
อาหารที่จะถวาย นี่สำหรับโยมเองนะ เพราะว่าตอนเช้าต้อง
ไปทำงาน

พ. ถ้าหากว่าเราทำแล้วมันมีประโยชน์นะ ตอนเช้า
มาเราใส่บาตรแล้วก็ไปทำงานไม่เสียงานการเลย เมื่อมีเวลา
ตอนเย็นมากก็มาทำสมาธิกัน ไม่ต้องตามมาส่งถึงที่นี้ ตักบาตร
ที่บ้าน จะเอาก็ไม่งาก็ไปให้ทัน ใส่แล้วก็ไปทำงาน

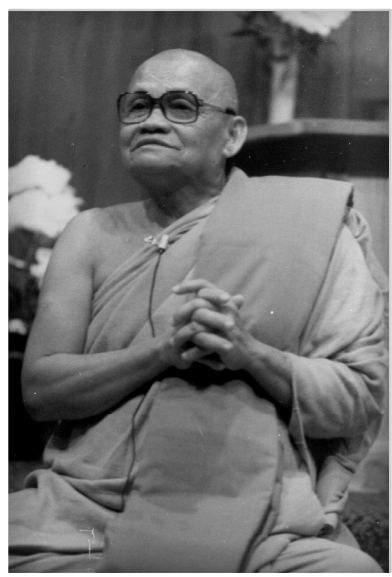
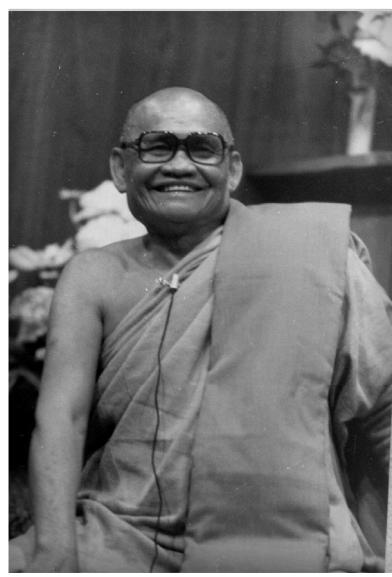
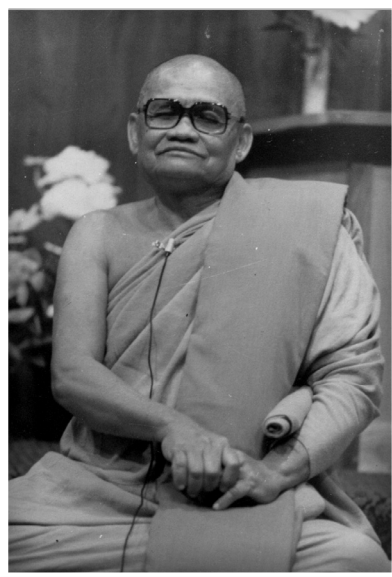
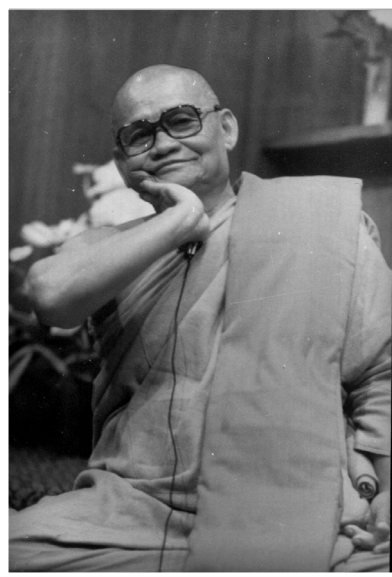
สุ. แต่พวกนี้เขาไม่ได้ทำอาหารในตอนเช้า

พ. อ้าว...ก็ต้องพยายามทำหละวะ ก็เราจะปฎิรูป
ให้มันดีขึ้น เราไม่ทำก็ต้องพยายามทำไว้ มันไม่ยากหรอก
ยิ่งสะดวก





๑๗๖ / สุภักก์ทานุสรณ์





ให้ได้เลี้ยงโคด้วยได้กินน้ำนมโคด้วย นี่ก็ต้องเรียนให้รู้ด้วย
ปฏิบัติด้วยถึงจะถูกต้องดี นี่พูดให้รู้เรื่องก็ว่าเหมือนคนเลี้ยงไก่
ไม่ได้กินขาไก่ ได้แต่ซี่ไก่ อันนี้พูดให้คนที่เลี้ยงไก่โน่นหรือ
ไม่ได้พูดให้โยม พูดให้คนเลี้ยงไก่ (หัวเราะ) ระวังอย่าให้เป็น
อย่างนั้น ก็เหมือนว่าเราเรียนปริยัติได้แต่ไม่รู้จักละกิเลส
ไม่รู้จักละความโลภ ความโกรธ ความหลงออกจากใจของเรา
เรียนไม่ได้ปฏิบัติ ไม่ได้ละมันก็ไม่เกิดประโยชน์ จึงได้เปรียบว่า
คนเลี้ยงไก่ไม่ได้กินไข่ไก่ ได้แต่ซี่ไก่ เหมือนกันอย่างนั้น

เพราะฉะนั้นพระพุทธเจ้าของเราท่านจึงต้องการให้
เรียนปริยัติ เรียนแล้วก็ให้ปฏิบัติๆ ละความชั่วออกจากกาย
วาจาใจของเรา แล้วประพาศคุณงามความดีไว้ที่กายวาจา
ใจของเราเท่านั้น คุณสมบัติของมนุษย์ที่จะบริบูรณ์นั้นก็คือ
สมบูรณ์ด้วยกาย วาจาและกัใจ กายวาจาใจจะสมบูรณ์นั้น
เช่นว่าพูดดีเฉยๆ ก็ไม่สมบูรณ์ถ้าไม่กระทำตาม ทำดีแต่ทาง
กายเฉยๆ ใจไม่ดีนั้นก็ไม่ใช่สมบูรณ์

พระพุทธองค์สอนให้ดีด้วยกายด้วยวาจาด้วยใจ กายงาม
วาจางาม ใจงามเป็นสมบัติของมนุษย์ที่ดีที่สุด นี่ก็เหมือนกัน
ฉนั้นนั่น เรียนก็ต้องดี ปฏิบัติก็ต้องดี ละกิเลสก็ดี สมบูรณ์
อย่างนั้นที่พระพุทธเจ้าหมายถึงมรรค คือหนทางที่เราจะปฏิบัติ
นั้นมีแปดประการ มรรคทั้งแปดนั้นไม่ใช่อยู่ที่อื่น อยู่ที่กาย



ของเราเนี่ย ตาสอง หูสอง จมูกสอง ลิ้นหนึ่ง กายหนึ่ง นี่เป็นมรรค แล้วก็จิตเป็นผู้เดินมรรค เป็นผู้ทำมรรคให้เกิดขึ้น ฉะนั้นทั้งปริยัตินี้ทั้งปฏิบัติเนี่ยจึงอยู่ที่กายวาจาใจ ปฏิบัติอยู่ที่ตรงนี้ ที่เราได้เรียนปริยัตินั้นเคยเห็นใหม่ เคยเห็นปริยัติที่สอนอยู่นอกกายใหม่ เคยเห็นมรรคที่สอนอยู่นอกวาจาใหม่ เคยเห็นปริยัติที่สอนอยู่นอกใจใหม่ ก็มีแต่สอนอยู่ที่กายวาจาใจนี้ทั้งนั้น ไม่ได้สอนอยู่ที่อื่น ฉะนั้นกิเลสมันก็เกิดขึ้นตรงนี้ ถ้ารู้มัน ๆ ก็ดับตรงนี้

ฉะนั้น ให้เข้าใจว่าปริยัติปฏิบัติเนี่ยอยู่ตรงนี้ ถ้าเราเรียนสั้น ๆ เนี่ยมันก็ได้หมดเหมือนกับคำพูดของคนเรา ถ้าพูดเป็นสังขจรรณถูกต้องด้วยดีแล้ว แม้พูดคำเดียวเท่านั้นก็ดีกว่าพูดที่ไม่ถูกต้องตลอดชีวิต เข้าใจใหม่ คนที่เรียนปริยัติแล้วและไม่ปฏิบัติก็เหมือนกับทัพพีตักแกงที่อยู่ในหม้อ มันตักแกงทุกวันแต่มันไม่รู้รสของแกง ทัพพีไม่รู้รสของแกงก็เหมือนคนเรียนปริยัติแต่ไม่ได้ปฏิบัติ ถึงแม้จะเรียนอยู่จนหมดอายุก็ไม่รู้จักรสของธรรมะ เหมือนทัพพีไม่รู้รสของแกงฉนั้นนั่น

ที่นี้เราก็ต้องถามดูว่ากายอยู่ที่ไหน ? ใจอยู่ที่ไหน ? เราต้องถามตัวของเราอย่างนี้ นี่คือต้นตอของการปฏิบัติปริยัติถึงแม้จะเรียนไปมาก แต่ท่านก็สอนมาหากาย วาจาใจ ที่นี้กายวาจาใจนี้ก็อยู่กับเราทั้งกลางวันกลางคืน และแม้





หัวเราะ หลวงพ่อก็หัวเราะ) ต่อไปนี้ พยายามมาทำใหม่แค่เดียว
มันจะหมด พยายามหาเวลาหาโอกาสมาๆ ทำกรรมฐาน
ต่อไปอีก เดี่ยวมันจะหมดนะ ทิ้งนานแล้ว ทำงานเป็นเวลา
หรือ?

ส. ครับ

พ. นั่งกรรมฐานชอบไหม? เห็นประโยชน์ไหม?

ส. เขาบอกว่าส่วนมากก็ยังไม่ถึงที่สงบเท่าไร?

พ. เอ้า ต้องพยายามทำบ่อยๆ เหมือนกับคนเรา
พบกันนั้นแหละ ก็รู้จักแต่ร่างกายหน้าตาเท่านั้น เพราะ
เพิ่งจะพบกันวันสองวัน ก็ไม่รู้จิตใจกัน เหมือนกับปฏิบัติ
ธรรมะนี้แหละ ได้ปฏิบัติที่สองที่เท่านั้น มันก็ไม่รู้จัก ไม่ทัน
รู้จัก รู้แต่การกระทำว่านี่อย่างนี้เท่านั้น เหมือนกับคนเรา
ไปพบกันก็รู้แต่เฉพาะหน้าตาว่าเป็นอย่างไร แต่เรื่องจิตใจยังไม่
รู้จักกันเพราะพบกันประเดี๋ยวประด๋าวเท่านั้น การปฏิบัติ
นี้ก็เหมือนกันฉันนี้นะ วันนี้เห็นจะหมดเวลาละกรรมัง เรา
ก็จะได้เลิกกันเสียที

ส. เธอบอกว่าเห็นคนเห็นเพื่อนเห็นญาติที่มีความ
เห็นผิดมากแล้วก็ทำให้มองเห็นโลกนี้ด้วยใจคอไม่ค่อยดี รู้สึก
ว่าจิตคิดอย่างนั้นจริงๆ ไม่ยากจะทำอย่างเขานั้น ไม่มีใครสอน
เธอแต่เธอคิดเอง ไม่เคยรู้จักพุทธศาสนา แต่ก็อยากให้อุบัติ





ทำอย่างเดียวกับประเพณีพุทธศาสนาอยู่เรื่อยไป และต่อมาก็ได้โอกาสไปเมืองไทยก็ไปพบพระพุทธศาสนาที่นั่น

พ. อย่างนี้ในครั้งพุทธกาลก็มี สามีภรรยาอยู่ด้วยกัน สามีไม่รู้เรื่องอะไรเลย ตอนเช้ามาก็เตรียมอาหารเข้าป่ายิงเนื้อ ตอนเย็นก็กลับบ้าน แต่เมียเป็นคนมีปัญญาเกิดขึ้นในใจไม่ฆ่าสัตว์ มีศีลห้าบริบูรณ์เข้าวัดภาวนา ผัวยังไม่เห็นด้วย ตอนเช้าก็ถือปืนเข้าไปเชิดเนื้อในป่าทุกวัน จะไปยิงเนื้อ บางทีก็ใช้ให้เมียไปหยิบปืนมาให้ เมียก็ตั้งใจดีแล้ว ก็ไปหยิบปืนมาให้ยิงมาแล้วจะเอาไปที่ไหนเมียก็ไม่ว่า จะเอาไปเข้าวัดก็ไม่ว่า ตอนเช้าเธอก็ทำอาหารให้หยิบปืนให้ทุกวัน ผัวก็ไปยิงเนื้อทุกวัน พระพุทธเจ้ายังสรรเสริญว่าอุบาสิกาคนนี้เป็นพระโสดาบัน คนทั้งหลายไม่เชื่อเพราะเธอไปหยิบปืนให้ผัวไปยิงเนื้อ อย่างนี้เป็นต้น แต่หากว่าจิตใจของพระโสดาบันไม่มีอะไรแล้ว

พระพุทธเจ้าเรียกหญิงคนนั้นมาถามว่าเธอได้ทำจริงไหม ? เธอก็ตอบว่า ใช่ ก็ถามว่า เมื่อเธอทำเช่นนั้นมีความประสงค์อย่างไร เธอก็ตอบว่าเพราะผัวเมียอยู่ด้วยกัน ทำเพื่อเป็นการปฏิบัติผัวเท่านั้น ไม่มีเจตนาที่จะหยิบปืนให้ผัวไปยิงเนื้อ คิดแค่นี้หยิบให้แค่นี้ ต่อไปนั้นไม่มีอีก จิตที่คิดจะให้ไปยิงเนื้อนั้นไม่มี เพราะจิตของเธอตกกระสแล้ว ไม่ฆ่าสัตว์ ไม่กล้าเบียดเบียนสัตว์แล้ว



ทำทุกสิ่งทุกอย่างไม่ยอมให้เราเป็นคนดี อยากจะทำให้เรา
เป็นคนชั่วเหมือนธรรมดา ยิ่งเป็นคนดีคนก็ยิ่งอิจฉารังเกียจ

พ. นั่นแหละดีแล้ว...เขาสนใจ เรามันผิดปกติ ๆ ของคน
พระพุทธเจ้าก็เหมือนกัน พอเขาเห็นพระพุทธเจ้าเขาก็ว่า
พระพุทธเจ้าเป็นบ้า เดียวนี้คนประพาศติปฏิบัติชอบเขาก็ว่า
คนนั้นเป็นบ้า อาตมาก็ถูกว่าเป็นบ้ามาแล้ว

ส. บางครั้งเธอว่าบางคนบอกว่าเราเป็นคนปล่อยวาง
ไม่ยึดมั่นถือมั่น เมื่อไปงานเลี้ยงฉลองเขาอยากจะทำให้เรา
กินเหล้า บอกว่าเรารักษาศีลเราไม่กินเหล้า เขาก็ว่ายึดมั่น
ถือมั่น การไม่กินเหล้าก็ยึดถือ ถ้าไม่ยึดถือก็ต้องกินเหล้า
กับเขา เธอบอกว่าบางคนก็พูดอย่างนั้น

พ. เออ...อย่างนั้นก็ดีแล้ว...ดี เราจะได้รู้จักกำลังจิต
ของเรา รู้ว่าอันนั้นเป็นมารเป็นข้าศึกของเรา ถ้าเราไม่พบคน
เช่นนั้นเราก็ไม่มีทางฉลาด เราจะมีปัญญา พระพุทธเจ้า
ก็ลำบากเหมือนกัน ลำบากมาก...มันจำเป็น...แล้วมันจะ
มีปัญญาเกิดกับจิตของเรา

ไม่ใช่ที่ว่าที่ไหนสบายเราก็ไปอยู่แล้วก็สบาย ใครพูด
ถูกใจเราๆ ก็สบาย ใครพูดไม่ถูกใจเราๆ ก็ไม่สบาย อย่างนั้น
ไม่ได้ ๆ เราจะต้องรู้จักทั้งสองอย่าง ถ้ามันมีความสุขขึ้นมา
ในใจเรา เราก็ว่า หือ...ไม่แน่นอนหรอก ทุกข์มันก็เหมือนกัน





พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) / ๑๘๕

ถ้าเห็นพระเห็นเถรเห็นลูกศิษย์ของเราปฏิบัติดี ๆ ชอบเหลือเกิน
หรือไม่ชอบ นี่นะ...ว่าอย่างนี้แน่นอนเลย ว่าเป็นของไม่แน่นอน
เราต้องพิจารณาอย่างนี้

การปฏิบัติผมเคยไปแล้วอยู่กับเพื่อนเขาแหละ ฉันก็
ลำบาก แจกอาหารก็ลำบาก ทำกิจวัตรก็ลำบากไม่ค่อยพร้อม
เพียงสามัคคีกัน เราก็มานั่งภาวนา ก็คิดว่าแหม...หนีไป
ตายคนเดียวสบายดี ไม่ต้องเกี่ยวมันเลย คิดไป ๆ คิดแล้ว
ก็ไป ถ้าไปแล้วก็เจ็บเหมือนกันคนเป็นบ้า มันก็สบายในราว
สักห้าหกวันเท่านั้นแหละ นานไปก็อยากพูดกับคนนั้น อยาก
เห็นกับคนนี้ เออ...เห็นกระรอกก็เอากระรอกเป็นเพื่อน เห็น
สุนัขก็เอาสุนัขเป็นเพื่อน ความเป็นจริงนั้นคนเรามันโง่ โง่มาก

ที่พระพุทธเจ้าท่านตรัสว่าไว้เป็นสองอย่าง เมื่อเห็น
ความรักเกิดขึ้นมา ท่านก็ให้มีปัญญารู้ว่าไอ้ความเกลียดมัน
ก็อยู่ข้างในนี้แหละ มันอยู่ที่ความรัก เมื่อเห็นความเกลียด
เกิดขึ้นมาก็ให้เห็นว่าไอ้ความรักมันอยู่ตรงนี้ และก็เมื่อเรา
เห็นความสุขเกิดขึ้นมา เราก็มองเห็นว่าไอ้ความทุกข์มันอยู่ที่
ไม่อยู่ที่อื่น เมื่อเห็นความชอบเกิดขึ้นมาในที่นี้ เราก็มองว่าที่ไม่
ชอบใจก็อยู่ที่นี้เหมือนกันทุกอย่าง แล้วก็มันไม่มีอะไรจะเกาะ
สุขมาเกาะอยู่กับเราไม่ได้ ทุกข์มาเกาะอยู่กับเราไม่ได้ เพราะ
เรารู้มันเสียแล้ว รู้ว่าสุขนี้มันก็ไม่แน่นอน ทุกข์นี้มันก็ไม่





แน่นอน มันไม่แน่นอนทั้งสองอย่าง เราก็ปล่อยวาง สุขเราก็รู้จัก ทุกข์เราก็รู้จัก เมื่อเรารู้จักสุขทุกข์แล้วเราก็ปล่อย ปล่อยกามสุขัลลิกานุโยโค อตตกิลมถานุโยโค นั้นออกจาก จิตของเราไป

เมื่อเรารู้จักกามสุขัลลิกานุโยโคว่าเป็นอันตรายแล้ว เราก็เห็นว่าอตตกิลมถานุโยโค นั้นก็เป็นอันตรายเหมือนกัน ว่าสุขนี่ก็เป็นอันตราย ทุกข์นี่ก็เป็นอันตราย สิ่งที่เราชอบใจนี้ ก็เป็นอันตราย สิ่งที่เราไม่ชอบใจนี้ก็เป็นอันตราย ทีนี้เราจะ ไปอยู่ที่ไหนกัน ทีนี้...ก็ทุกข์เป็นอันตรายแล้ว สุขก็เป็นอันตราย แล้วเราจะไปอยู่ที่ไหน จิตเราก็ต้องพยายามหาๆ ไปอยู่ที่ไหน ไม่มีอันตราย ที่ไหนเล่า ? ที่ไม่มีสุข ที่ไม่มีทุกข์ อย่างนั้นเราไม่รู้จักสุขหรือ เราไม่รู้จักทุกข์หรือ...รู้ ยิ่งรู้ตามเป็นจริงของความสุข อีกเสียด้วย ยิ่งรู้ตามเป็นจริงของความทุกข์อีกเสียด้วย ถ้ารู้ ตามความเป็นจริงของความสุขแล้ว เราก็ปล่อยสุขได้ รู้ตาม เป็นจริงของความทุกข์แล้ว เราก็ปล่อยทุกข์ได้ อย่างนั้นเราก็ไปหาอยู่ที่ไม่มีสุขไม่มีทุกข์ สุขทุกข์นั้นก็คลายออกมา เป็น อากาศ ไม่อยู่ในใจของเรา สุขมันก็ดับไป ทุกข์ก็ดับไป ยืนอยู่ เดินอยู่ นั่งอยู่ เห็นสุขเกิดขึ้นแล้วก็ดับไป เห็นทุกข์เกิดขึ้นแล้ว ก็ดับไป ก็ไม่มีอะไรเท่านั้นแหละ



ไม่มากหรอก มันเป็นอย่างนี้ พลิกหน้ามือขึ้นมา มันก็เห็นหน้ามือ เมื่อคว่ำหน้ามือก็เห็นหลังมือ มันอยู่อย่างนี้

จะนั่นจึงจำเป็น ๆ ต้องมีครูมีอาจารย์สักนิดหนึ่ง ต้องมีครูบอกว่าเป็นอย่างนั้น ๆ ให้มีครูเสียก่อน ถ้าเรามีครูมีอาจารย์ก็ทำความเข้าใจให้ เราก็อู้ เมื่อเรารู้เราก็ไม่ต้องเสียเวลา ไม่ต้องเสียเวลาจะหลบเสียงไปอยู่โน่นหลบเสียงไปอยู่นี่ ไม่ต้องเสียเวลา มานั่งอยู่ตรงนี้เราเข้าใจแล้วว่าไม่ใช่เสียงมากวนเรา ๆ ไปกวนเสียงต่างหาก ถ้าเราเข้าใจเช่นนี้เราก็สอนตัวเองเท่านั้น เราก็ปล่อยเสียงไปตามธรรมดาของมัน เราไม่กวนใครแล้ว การภาวนามันก็เข้าใจดีขึ้น เมื่อเข้าใจดีแล้ว ใ้เรื่องสงบหรือไม่สงบมันก็อยู่ที่นี้เอง ที่เราเห็นผิดนี้เห็นถูกนี้ ถ้าเราเห็นถูก นี้เราก็บาย ถ้าเราเห็นผิด นี้เราก็วุ่นวายเท่านั้น ดังนั้นจึงควรที่จะมีครูมีอาจารย์สอนว่าอย่างนั้น มันถูก นั้นมันผิดเสียก่อน จึงจะควรและเร็วเข้า

อ้อ.....โลก โกรธ หลง....ไม่มี....มันมีขึ้นเพราะเราคิดผิดเท่านั้นนะ เราคิดผิดโลก โกรธก็เกิดขึ้นได้ หลงก็เกิดขึ้นได้ ใ้ความเป็นจริง ปกติทั้งหลายนี้โลกมันไม่มี โกรธมันไม่มี หลงมันไม่มี มันเป็นธรรมดา ๆ อยู่ ใ้โลกที่มันเกิดขึ้นมาได้ เพราะเราคิดผิด โกรธมันเกิดขึ้นมาได้เพราะเราคิดผิด หลงมันเกิดขึ้นมาได้เพราะเราคิดผิด ไม่ใช่ว่ามันเกิดมาก่อน มันเกิด



เดี๋ยวนี้ คิดผิดเดี๋ยวนี้ หลงเดี๋ยวนี้ มันเกิดขึ้นเดี๋ยวนี้เท่านั้น เมื่อ
 การเรียนศึกษาปฏิบัติในทางที่จะพ้นทุกข์นี่นะ อาตมาเห็นว่า
 ไม่ต้องเรียนนอภิรรมให้มันลำบาก เรียนหนังสือมากมันมี
 ปัญญาหลงมาก ดูหนังสือมากหลงมาก วุ่นวายมาก อ่านจิต
 ของตัวเองนี่ดีกว่า จะได้เห็นง่ายเพราะอภิรรมมันมารวม
 อยู่ทั้งหมดแล้ว ถ้าเราอ่านจิตนี้ก็เหมือนเราได้อ่านอภิรรม
 ทั้งคัมภีร์นั่นเองแหละเพราะมันมารวมอยู่ที่นี้ ฉะนั้นการเรียน
 อภิรรมมากๆ อาตมาว่าไม่จำเป็น

จะเล่าให้ฟังอีกอย่างหนึ่งนะ...อันนี่คือสิ่งนี้ คือความ
 หนักมันไม่มี ความหนักของเทปนี้ไม่มี เมื่อมันจะมีขึ้นเพราะ
 อะไรนี่ เพราะเราไปยกมันขึ้นมา... หนักแล้ว ถ้าเอามันไว้ที่นี้....
 ความหนักก็ไม่มี ไม่หนัก ความหนักไม่มี มันจะหนักได้เพราะ
 เราไปยกมันขึ้นมาอย่างนี้ หนักแล้ว (ฝรั่งหัวเราะ) อย่างนี้
 ทุกอย่างเหมือนกันทุกอย่าง ไอ้สิ่งนั้นๆ ไอ้ความสวดยมันไม่มี
 ไอ้ความไม่สวดยไม่มี มันมาสวดยตรงที่เราไปชอบมันเท่านั้น
 มันไม่สวดยตรงที่เราไม่ชอบมันเท่านั้น ถ้าปล่อยมันทิ้งไว้มันก็
 เป็นธรรมชาติของมันอยู่อย่างนั้น

อันนี้ก็เหมือนกัน โลก โกรธ หลง เกิดขึ้นมาก็เพราะมัน
 มีเดิวนั้น มันคิดผิดเดิวนั้น ไม่ใช่มีมาแต่ก่อน นี่พูดง่าย ๆ
 อวัยวะของเรานี่นะ ตาของเรา หูของเรา ปากเรานี่นะ แขนเรา





นี่นะ ขาเรานี่นะ รวมกันเรียกว่าอวัยวะ ตาก็เห็น หูก็ได้ยิน จมูกก็ได้กลิ่น ทั้งหลายเหล่านี้ล้วนเป็นอภิธรรมในตัวหมดแล้ว อภิธรรมมีหมดแล้ว มีในตัวนี้เราต้องเรียนในนี้ ตาเราเห็นรูปเมื่อเราเกิดรู้สึกก็ว่าอะไร หูฟังเสียงเกิดความรู้สึกอะไร ขึ้นเราชอบไหม ? ไม่ชอบไหม ? เป็นสุขไหม ? เป็นทุกข์ไหม ? รู้ขึ้นที่ใจทุกอย่างเลย...แค่นั้น

อภิธรรมไม่จำเป็นต้องเรียน ถ้าเรารู้สิ่งทั้งหลายเหล่านี้ ก็แปลว่าเรารู้อภิธรรมหมดแล้ว นั่งอยู่เดี๋ยวนี้ก็นั่งทับอภิธรรมอยู่นั้นแหละ นอนก็นอนทับอภิธรรมอยู่นั้นแหละ เดินก็เดินเหยียบอภิธรรมไปนั้นแหละ อภิธรรมทั้งก่อน นี่ไม่ต้องเรียนแล้ว เรามารู้จิตของเราอย่างเดียว อ่านจิตของเราอย่างเดียว ก็เรียกว่าเรารู้อภิธรรมทั้งหมด เพราะอภิธรรมมารวมอยู่ที่นี้หมดแล้ว (หลวงพ่อหัวเราะ)

ถูกแล้วมันจะถูกอย่างไร มันจะผิดอย่างไร จะรู้จักมันไหม มันผิดจะรู้จักมันไหม การปฏิบัติที่มันถูก รู้ไหม ? ต้องรู้จัก รู้จักไ้ความสุขอยู่ทางนี้ ไ้ความทุกข์อยู่ทางนี้ ธรรมดาจิตของคนเรานี้ทุกข์ไม่เอา อยากจะได้สุข เมื่อสุขเกิดขึ้นมาช้าเอา เมื่อทุกข์เกิดขึ้นมาช้าไม่เอา เมื่อสุขเกิดขึ้นมาก็เอาสุข เมื่อทุกข์เกิดขึ้นมาก็หนีๆๆ ไม่อยากได้ เป็นอยู่แต่อย่างนี้ เรียกว่าความเห็นผิด ปฏิบัติไม่ถูกทาง นี้เรียกว่าปฏิบัติผิดแล้ว





ถ้ามันถูกจะทำอย่างไร ? มีความสุขเกิดขึ้นมา มีความทุกข์เกิดขึ้นมา ท่านให้เห็นความสุขความทุกข์นี้มีราคาเท่ากัน และก็เมื่อไปติดมัน ๆ ก็มีโทษเท่า ๆ กัน สุขนี้ก็เป็นที่เลวทุกข์นี้ก็เป็นที่เลว ถ้าเราเห็นเช่นนี้เราจะอยู่ตรงไหน ? เราไม่อยู่ในสุขนี้ เราไม่อยู่ในทุกข์นี้ เราอยู่ตรงไหน นี่คือการสงบ ความสุขไม่ใช่ความสงบ ความทุกข์ไม่ใช่ความสงบ ความไม่สุขไม่ทุกข์นี้เรียกว่าความสงบ นั่นพระพุทธเจ้าให้ตรัสรู้ นั่นคือการสงบ นี้ถูกแล้ว





๑๕๔ / สุภักทธานุสรณ์





ตอนที่ ๘

ใครมีเวทนามากไหม? มีความง่วงไหม? “จิต” วันนี้จะอธิบายเรื่องจิตให้ฟัง จงตั้งใจฟังด้วยความสงบ อธิบายเฉพาะเรื่องจิตเรื่องอาการของจิตเท่านั้น เพราะว่าในเวลาที่เราสมาธิจิต เราสมาธิจิตจะต้องไม่สงสัยเรื่องอื่น จะต้องฝึกเพียงจิต ให้มันรู้จักเรื่องจิต จิตนี้เป็นธาตุอันหนึ่งซึ่งไม่มีรูปร่างอะไร เรียกว่า วิญญาณธาตุๆ ของจิต จิตตัวนี้ร้าย จิตตัวนี้ทำให้อ้วนแล้วก็ทำให้สงบก็เพราะอันนี้ เพราะธาตุนี้ ทำให้อ้วนวายก็เพราะธาตุนี้ ทำให้มีความสงบก็เพราะธาตุนี้ เรียกว่า “มโนธาตุ”

ดังนั้นการฝึกจิตให้ถึงความสงบนี้จึงเป็นของทำได้ยากลำบาก จึงต้องใช้ความอดทนให้มาก ถ้าหากว่าเราฝึกมันสบายแล้ว เป็นธาตุที่สำคัญกว่าธาตุทั้งนั้นแหละ สำหรับปรับไม่ให้ทุกข์อะไรทั้งหลายเกิดขึ้น เมื่อเรามีความฉลาดแล้ว เมื่อเรามีความรู้แล้ว เราจะเห็นได้ง่ายๆ ว่า เมื่อเรานั่งสมาธินี้ เราจะมีความรู้สึกอันหนึ่งที่เราจะฝึก เช่นว่าเราฝึกเอาลม ฝึกกับลม เอาลมเป็นกรรมฐาน ฝึกกับลม

ในครั้งพุทธกาลนั้น อานาปานสติกรรมฐานนี้ เป็นมกกุฏของกรรมฐานทั้งปวง คือตั้งใจเอาธาตุรู้อันนี้ให้มีสติตามลม





เข้าออก หายใจเข้าไปต้นลมก็อยู่จุมูก กลางลมอยู่หทัย
ปลายลมอยู่สะดือ เมื่อเราหายใจออกมา ต้นลมมันก็อยู่
สะดือ กลางลมอยู่หทัย ปลายลมอยู่จุมูก

ดังนั้นกรรณฐานคืออานาปานสตินี้เป็นกรรณฐานที่ง่าย
เพราะว่าเรานั่งอยู่ เราก็ต้องนั่งหายใจเข้าออกอยู่ เรานอนอยู่
เราก็ต้องหายใจเข้าออกอยู่ เราเดินอยู่เราก็ต้องหายใจเข้าออกอยู่
ฉะนั้นเป็นกรรณฐานที่สบายมากที่มีอยู่แล้ว เมื่อเป็นเช่นนั้น
เราจึงเอาสติที่มีอยู่นี้ ตามลมเข้า ตามลมออก ตามลมเข้าไป
ต้นลม กลางลม ปลายลม ให้มีสติสัมปชัญญะอยู่ที่ลมเท่านั้น

เมื่อเราฝึกเช่นนี้พอสมควรแล้ว สติก็มีอยู่ ออกก็มีสติ
เข้าก็มีสติ กลางลมก็มีสติ ปลายลมก็มีสติ ต้นลมก็มีสติแล้ว
เรามีสติพอสมควรแล้วเช่นนี้ หน้าที่ต่อไปเราจะต้องทำอย่างไร
เราก็ต้องเอาความรู้สึกมาอยู่ที่ปลายจุมูกอย่างเดียว ที่ปลาย
จุมูกนี้ ให้หยุดอยู่ตรงนี้ให้รู้เฉยๆ ว่าลมเข้าก็รู้จัก ลมออกก็รู้จัก
ไม่ต้องตามลมเข้าไปให้อยู่ที่เก่า อยู่ที่ปลายจุมูกนี้ ทำความรู้
ทำสติสัมปชัญญะให้ดีไม่ต้องตามลมเข้าไป ไม่ต้องตามลม
ออกมา อยู่ที่นั่นให้มีสติ

ต่อเนั้นไป เราจะเห็น**ลม** แล้วก็เห็น**สติ** แล้วก็เห็น**จิต**
พร้อมกันอยู่ในที่อันเดียวกันนั้น มีสติต้องมีลมด้วย มีจิตด้วย
มีความรู้พร้อมอยู่ เป็นสามัคคีอยู่ทั้งนั้น คำที่ว่าเห็นนี้ ไม่ใช่





ตาเห็นนะ ไม่ใช่ตาเห็นความรู้สึกมันเห็น ไม่ใช่ตาเห็น ตาใน
มันเห็นไม่ใช่ตานอก ตามรู้สึกว่ามีลมอยู่ที่นี้ สติอยู่ที่นี้ ความรู้
อยู่ที่นี้ จิตก็อยู่ที่นี้ มันรวมกันอยู่เป็นสามัคคีอันเดียวกัน

เมื่อเราเห็นสามัคคี ทั้งสติทั้งลมทั้งจิตของเราอยู่ในที่
อันเดียวกันนั้น จิตของเราก็จะพรากจากกามฉันทะคือความ
ใคร่ในกาม พยาบาทคือความคิดเบียดเบียน ถิ่นะมิทระความ
ง่วงเหงาหาวนอน ความฟุ้งซ่านรำคาญ ความล้งเลঙ্গล้าย...
หมดไม่มี เห็นแต่ลมที่มีแต่สติกับจิตอยู่ในจุดอันเดียวกัน
จิตปราศจากกามฉันทะ พยาบาท ถิ่นะมิทระ อุทัจจะถูก
กุกจะ วิจิกิจจา ปราศจากกรรมทั้งห้านี้ ก็จะเข้าใจได้ว่าจิต
เป็นสมาธิแล้ว เราก็จะรู้จักว่าลมของเรามันหยาบ รู้จักว่าบัดนี้
ลมเราละเอียด เราก็ต้องรู้ในตัวเอง

ต่อเนั้นไปเราก็กำหนดลมของเราให้ละเอียดเข้า ให้น้อย
เข้าๆ ให้ละเอียดเข้าๆ ไปจนมันไม่มีหยาบ... ความละเอียด
ของลมเป็นเช่นนั้น จนเรานั่งพิจารณาอยู่มันละเอียดคล้าย
กับว่าไม่มีลม มีความรู้สึกว่ามีลมไม่มี ตรงนี้ไม่ต้องตกใจ ลม
มีอยู่ แต่เป็นของละเอียดมาก เมื่อเป็นเช่นนั้นเราจะทำอย่างไร
ต่อไป เราจะต้องมีสติกำหนดว่า ไม่มีลมเป็นอารมณ์ กำหนด
ให้มีสติกำหนดว่า ไม่มีลมเป็นอารมณ์ต่อไป พอถึงระยะนี้
บางคนตกใจ กลัวลมหายใจจะไม่มี กลัวจะเป็นอันตรายนั้น





อันนี้สำหรับแก้ตรงนี้ได้ต้องคิดอย่างนี้ว่า อันตรายไม่มี อันนั้น
ไม่มีอันตราย ไม่เป็นอันตราย ขอแต่ทำให้เรามีสติรู้สึกอยู่ รู้อยู่
เท่านั้นก็พอ

เมื่อจิตเป็นเช่นนี้เรียกว่าจิตละเอียดมากๆ จิตถึงขนาดนี้
ไม่ต้องควบคุม ไม่ต้องไปทำอะไร ไม่ต้องไปควบคุมจิต เอา
ความรู้สึกให้มีสติสัมปชัญญะอยู่อย่างเดียวกับเท่านั้น ให้รู้เสียว่า
จิตขนาดนี้มันเป็นอัตโนมัติแล้ว ไม่จำเป็นที่จะต้องไปฝึกให้
มันหยาบให้มันละเอียด ขอแต่ทำให้เรามีสติสัมปชัญญะอยู่
ให้แน่นอนเท่านั้นก็พอ อย่างนี้เรียกว่าจิตเข้าถึงความสงบ
เต็มที่แล้ว จิตจะเข้าแล้วถอนออกเป็นพักๆ เป็นบางครั้ง

บางทีเมื่อถอนออกมาทีสงบหน่อยหนึ่ง แล้วก็สงบ
เพิ่มขึ้นไป แล้วก็ถอนออกมาทีความรู้สึกเกิดอะไรขึ้นมาต่างๆ
นี้เรียกว่าจิตถอนออกมาแล้ว ถอนออกจากสมาธิแล้ว เมื่อจิต
ถอนออกมาตรงนี้แล้วจะรู้เรื่องอะไรต่างๆ ที่เกิดขึ้น เกิดความ
อึดเอิบในธรรม อธิบายธรรม เกิดปัญญาเกิดความรู้ความเห็น
อะไรในที่นี้หลายอย่าง จิตในขณะนี้จะเป็นวิปัสสนาแล้ว
จะต้องตั้งสติให้ดี ตั้งจิตให้มั่น ตั้งสัมปชัญญะให้มั่น จิตใจใน
ขณะนี้ เป็นจิตที่เกิดปัญญา แล้วก็ เป็นวิปัสสนาซึ่งต่อเนื่อง
กับสมณะตรงนี้ นี้ท่านเรียกว่าขณะของจิต ท่านเรียกว่า
“วลี” การเข้าไป แล้วก็การออกมาๆ แล้วก็เข้าไป



อาการจิตที่มันเป็นลักษณะเช่นนี้ท่านเรียกว่าวสี ต้อง
 ชำนาญในวสี เมื่อจิตเป็นเช่นนี้เราจะรู้จักว่าอาการของจิตเป็น
 อย่างไร อาการถอนของจิตเป็นอย่างไร ให้ฉลาดในการเข้า
 ให้ฉลาดในการออก จะต้องตั้งสติให้มาก ตั้งสัมปชัญญะ
 ให้มากในตรงนี้ จิตตรงนี้เป็นจิตที่หมดความวุ่นวาย ถึงแม้
 จะเป็นอาการเดินเข้าไปก็ไม่วุ่นวาย ถอยกลับมาก็ไม่วุ่นวาย
 จิตเช่นนี้เป็นอาการอยู่ในความสงบทั้งนั้น

เมื่อพอสมควรกับเวลาที่เราจะออกจากสมาธิแล้ว เรา
 ควรนึกว่าก่อนจะเข้าสมาธิ จิตเรามาสงบได้อย่างไรเราตั้งไว้
 อย่างไร จิตเราจึงสงบอย่างนี้ ให้เรารู้เสียก่อน ที่นี้เมื่อเรารู้
 เช่นนี้ชัดเจนแล้วก็ถอยออกมา ให้รู้จักฉลาดในการออก
 การเข้า วันหลังเมื่อจะทำสมาธิ เราก็ต่องนึกอย่างนี้ว่า
 เบื้องต้นเราทำอย่างไร เมื่อเข้าไปจะออกมาเรากำหนด
 อย่างไร เข้าไปกำหนดอย่างไร ออกมากำหนดอย่างไร ก็ต้อง
 รู้จักจึงค่อยๆ ออกจากสมาธิ คือหยุดนั่งสมาธิ แต่เราเข้าใจว่า
 เราไม่ออกจากสมาธิ เราจะมีความรู้กำหนดและมีสติอยู่ต่อไป

การยืนการเดินการนั่งการนอนจะต้องมีสติอยู่ทุกเมื่อ
 ฉะนั้นเราต้องเปลี่ยนคำพูดเสียดีกว่า เปลี่ยนเป็นว่าเราไม่ได้
 ออกจากสมาธิ เราเปลี่ยนอิริยาบถเท่านั้น สมาธิคือความ
 ตั้งใจมั่น เมื่อเราออกจากสมาธิแล้วก็ให้มีความมั่นใจๆ ในสติ





เราทำการปฏิบัตินี้จึงทำสมาธิให้เป็นวงกลม ต้องการมีสติสัมปชัญญะอยู่ตลอดเวลาตลอดเวลา เมื่อเราออกจากสมาธินั้นก็ให้เราเข้าใจว่าเป็นเปลี่ยนอิริยาบถ ความสำคัญมันหมายถึงใจไว้นั้นมีอาการอย่างเดิมตลอด ว่าเราจะยืนจะเดินจะนั่งจะนอนจะขบจะฉันทุกอย่างนั้น ก็ให้เรามีสติรู้อยู่ปรرارอยู่ซึ่งการทำงานของเราคือสมาธิ เป็นต้น เมื่อเราเลิกจากการงานเราก็มาเข้าที่ทำสมาธิก็ง่าย อารมณ์มันก็น้อยลง เพราะว่าทำความรู้้อยู่ตลอดเวลาตลอดเวลานั้น ที่นี้การทำสมาธิอันนี้เรียกว่ามันสมดุลกัน เพราะเรารู้จักอารมณ์กระทั่งวันกระทั่งคืน ถึงแม้เราจะทำอะไรอยู่ก็มีสติอยู่เสมอมีสติสัมปชัญญะอยู่ ปรرارอยู่ซึ่งความเพียรของตัวเอง เรียกว่าสังวรอยู่ สำรวมอยู่ มันก็เป็นศีลในตัวมัน

เมื่อเป็นศีลก็พลอยระงับความวุ่นวาย พลอยระงับสิ่งที่ไม่ถูกต้องกำจัดอยู่เสมอ เมื่อเป็นเช่นนั้นความรู้จักดีชั่วผิดถูกก็มีอยู่ เมื่อรู้จักความดีชั่วผิดถูกในที่นั้นมันก็เฟ้นเอาอารมณ์ที่ผิดที่ถูก มันละสิ่งที่ควรละ บำเพ็ญสิ่งที่ควรบำเพ็ญอยู่กระทั่งวันทุกวันทุกเวลา ก็แปลว่าเราได้ปฏิบัติอยู่ทั้งกลางวันกลางคืน เพราะเราเห็นผิดอยู่เห็นถูกอยู่เสมอ เช่นนั้น การละและการบำเพ็ญนั้นจึงมีอยู่ที่จิต เมื่อจิตรู้ มันก็ต้องรู้ว่าถูก รู้ว่าผิด มันก็รู้จักข้อประพฤติข้อปฏิบัติ





สมกับพระศาสดาท่านตรัสไว้ว่า สัพพะปาปัสสะ อะกะระณัง กุสะลัสสุปะสัมปะทา สะจิตตะปะริโยทะปะนัง เป็นต้น การไม่ทำความชั่ว การไม่ทำบาป การไม่ทำผิดทั้งหลายนั้น เพราะมีความรู้ อยู่เป็นพื้น เอตัง พุทธฐานะสาสะนัง อันนั้น เป็นหัวใจหรือเป็นคำสอนของพระพุทธานุสรณ์ มันก็มีอยู่ที่นั่น กุสะลัสสุปะสัมปะทา เมื่อจิตของเราสังวรอยู่สำรวมอยู่รู้จักผิด รู้จักถูกอยู่ การประพฤติปฏิบัติของเราก็ละความชั่วประพฤติ ความดี ก็เป็นการปฏิบัติที่ถูกต้องอยู่แล้ว

เมื่อละความชั่วความวุ่นวายออกจากจิตใจของเราในการ ต่อไปนั้นมันก็เป็นผลเกิดมาจากศีลสังวร นั้นเรียกว่าความ สงบ คือสมาธิฯ ความตั้งใจมั่น สุขก็รู้ อยู่ ทุกข์ก็รู้ อยู่ แต่ไม่มี ความสำคัญมั่นหมายในสิ่งทั้งหลายเหล่านั้น เพราะความรู้ เพราะความสงบเป็นเหตุให้รู้เกิดขึ้นมา อันนี้เป็น กุสะลัสสุปะสัมปะทา เอตังพุทธฐานะสาสะนัง อันนี้เป็นคำสอน ของพระพุทธานุสรณ์ อันนี้ก็หัวใจของพระศาสดา สะจิตตะปะริโยทะปะนัง ในการต่อไปนั้น เมื่อจิตได้ละความชั่วแล้ว มันก็มีความสงบ เมื่อมีความสงบแล้วปัญญามันก็เกิดขึ้น เห็นรูปและนามมันเกิดมันดับอยู่ เป็นเรื่องอนิจจัง เป็นเรื่อง ทุกขัง เป็นเรื่องอนัตตา



เมื่อจิตเรารู้จักความเป็นจริง เช่นนั้นแล้ว จิตเราก็ละก็
วาง รู้อยู่ สงบอยู่ สงัดอยู่ รู้อยู่วางอยู่ตลอดเวลา
เมื่อเวลาอะไรจะเกิดขึ้นมาทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น
ทางกาย ทางจิตอะไรเหล่านี้เป็นต้น มันก็รู้ที่อยู่เพราะมัน
แจ่มใส จิตที่แจ่มใสจิตที่สดใสจิตที่ฝึกแล้วก็เป็นจิตที่สะอาด
เมื่อจิตสะอาดก็เหมือนกับผ้าเช็ดหน้าหรือผ้าปูที่นอนที่หนึ่ง
ของเรา ถ้ามันเกิดสกปรกเราก็เห็นอยู่ ถ้ามันสะอาดเราก็
เห็นอยู่ ถ้าหากว่าเราเป็นคนที่มีดวงตาดี ตาไม่บอด เมื่อคน
มีปัญญาอยู่ก็รู้เท่าอารมณ์ทั้งหลายอยู่อย่างนั้น

เมื่อรู้เท่าอารมณ์ทั้งหลายอยู่ก็คือรู้โลก ๆ ก็คือรู้อารมณ์
เมื่อไม่หลงอารมณ์ก็ไม่หลงโลก เมื่อไม่หลงโลกก็ไม่หลงอารมณ์
เมื่อมันเป็นเช่นนี้จิตเราก็สว่างอยู่ ตื่นอยู่ สงบอยู่ทั้งกลางวัน
และกลางคืนนั่นเอง ถ้าหากว่าจิตใจไม่ผ่องใสไม่ขาวสะอาด
ก็ไม่เกิดปัญญา เหมือนกับคนที่ตาบอด ผ้าปูนั้นเราสกปรกหรือ
สะอาดก็ไม่รู้จัก ผ้าปูที่นอนเราจะสกปรกหรือสะอาดก็ไม่รู้จัก
เพราะอะไร ? นั่นเพราะมันไม่รู้ ทำไมมันถึงไม่รู้ ? เพราะตา
มันบอด ตามันบอดมันจึงเห็นว่าไม่มีความสว่าง เมื่อไม่เห็น
ความสว่างก็ไม่เห็นความมืด ไม่เห็นความสกปรก ไม่เห็น
ความสะอาด จิตใจก็เหมือนกันฉันนั้น เมื่อจิตมันมืดไม่รู้จัก
อารมณ์ ที่ดีที่ชั่วปะปนกันอยู่ เช่นนั้นคน ๆ นั้นก็ไม่รู้เรื่องอะไร
ว่าอะไรเป็นอะไรก็ไม่รู้เรื่อง เป็นต้น





ฉะนั้นกิจที่เราทั้งหลายควรทำนั้นในทางพุทธศาสนาของเราก็ต้องปฏิบัติอย่างนี้ เมื่อปฏิบัติอย่างนี้อยู่จิตของเราก็รู้อยู่ จิตของเราก็เห็นอยู่ เห็นอะไร ? รู้อะไร ? เห็นอารมณ์ แล้วก็รู้อารมณ์ แล้วก็ปล่อยอารมณ์แล้วก็วางอารมณ์ จิตก็เป็นจิต อารมณ์ก็เป็นอารมณ์ ไม่ปะปนกัน เหมือนกับน้ำมันกับน้ำท่า น้ำท่ากับน้ำมัน ๆ เป็นน้ำเหมือนกัน แต่มันมีส่วนน้ำหนักต่างกัน ถึงแม้จะเอาใส่ในขวดเดียวกันก็ได้ แต่มันไม่ปะปนกัน น้ำมันก็เป็นน้ำมัน น้ำท่าก็เป็นน้ำท่า จิตที่ฝึกแล้วก็รู้อารมณ์ อารมณ์ก็เป็นอารมณ์ จิตก็เป็นจิต รู้ก็เป็นรู้ โลกก็เป็นโลก สุขก็เป็นสุข ทุกข์ก็เป็นทุกข์ ไม่ปะปนกัน เมื่อเป็นเช่นนี้ตัวเราเองก็ไม่ถือมั่นอุปาทานว่าเราเป็นเจ้าของมัน

คำที่ว่าหมดสงสัยนั้น ไม่ได้หมายถึงว่าหมดกิเลส แต่หมายความว่า สงสัยว่าทำอย่างไรถูกต้องไหม ? ปฏิบัติให้กายบริสุทธิ์ ให้วาจาบริสุทธิ์ ให้ใจบริสุทธิ์ ศีล สมาธิ ปัญญา นี่นะถูกต้องไหม จึงว่าหายสงสัยไหม ไม่ได้ถามว่าหมดสงสัย เพราะหมดกิเลส ๆ มันยังอยู่แต่เราเห็นว่ากิเลสมันไม่ดี ต้องปฏิบัติอย่างนี้ ๆ กิเลสจึงจะหมด นี่...หมดสงสัยอย่างนี้ ไม่ได้หมายความว่ากิเลสหมดหรอก ถามว่ารู้จักว่าอันนี้เป็นกิเลสไหม อันนี้ถูกต้องไหม อันนี้ผิดไหม อันนี้เป็นกิเลสไหมหรือไม่เป็นกิเลสอย่างนี้นะ... ถ้ารู้เท่านี้ก็เรียกว่าไม่สงสัย ไม่ใช่ว่าหมดกิเลส



เบื้องต้นมันเท่านี้ก็พอแล้ว อาตมาถามเท่านี้แหละ
 อย่างพระโสดาบันบุคคฺลท่านหมดสงสัยแล้ว แต่กิเลสท่าน
 ยังเหลืออยู่ คล้ายๆ ว่าทางนี้ไปบ้านเราแน่แต่เราเดินไปยังไม่ถึง
 แต่ไม่สงสัยเลยว่าจะไปทางอื่น ไม่สงสัยเลย รู้ว่าทางนี้
 ไปบ้านเราแน่นอน นี้เรียกว่าหมดสงสัย แต่ตัวเรายังเดินไม่ถึง
 บ้านเท่านั้น

สุ. เขาบอกว่ายังสงสัยอยู่ว่ายังไม่ได้เป็นโสดาบัน

พ. เออ...อันนั้นไม่ต้องสงสัยมันหรอก เราเดินของเรา
 เรื่อยไป อ้า...เราไม่ต้องพูดถึงพระโสดาฯ ไม่ต้องพูดถึงพระ-
 สกิทาคาฯ อนาคตาฯ อรหันต์ ให้เรามองดูจิตของเราเท่านั้น
 ให้รู้ว่ามันกลัวบาปไหม ? มันหยุดการกระทำผิดไหม ? เท่านั้น
 แหละ มันก็ไม่กล้ากระทำผิดอีก มันเลิกแล้วทุกสิ่งทุกอย่าง
 มันไม่สงสัยแล้ว

สักกายทิฏฐินี้ก็ไม่สงสัย ไม่สงสัยว่า...ร่างกายนี้เป็นตัว
 เป็นตน แต่ก็ยังละมันไม่ได้ นี่เป็นต้นทาง สักกายทิฏฐิความ
 เห็นว่าร่างกายเป็นตัวตนเราเขาจริง ๆ นั้นไม่มี...รู้อยู่ วิจิจจนา
 ไม่สงสัยเคลือบแคลงในการทำดีว่าได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว เมื่อเกิด
 ขึ้นในใจก็ไม่สงสัยไม่เคลือบแคลง สิ้นพตปรามาส การ
 ลูบคลำ บางทีก็ว่าร่างกายนี้ของเรา บางทีก็ว่าร่างกายนี้ไม่ใช่
 ของเรา เรียกว่าลูบคลำ เพราะยังไม่เข้าใจชัด อันนี้ก็





สงสัย นี่เรียกว่าจะเกิดขึ้นกับจิตของเราก็ต้องรู้อันนี้ ไม่ต้องไปรู้ว่าโสดา ไม่ต้องไปรู้ว่าสกิทาคา อนาคา...นะ...ไม่มีหรรอก เพราะมันไม่เป็นตัวเหมือนตุ๊กตา มันไม่มีหรรอก เรามาเห็นจิตของเราเองว่าเป็นอย่างนี้ดีกว่า

ฉะนั้นท่านจึงว่าให้ดูตนเอง อย่าไปอาศัยคนอื่นเขาเลย ให้ดูตัวเองถึงจะรู้จักเหมือนกับเรากินข้าวแผละ อร่อยเราก็รู้จัก ไม่อร่อยเราก็รู้จัก คนอื่นไม่รู้เราก็รู้จักเอง เพราะว่าพุทธศาสนานี้ นะ ทำตาให้เกิดขึ้นที่ใจ เรียกว่าตาใจ เรียกว่าตาใน เรียกว่าปัญญาจักขุ ให้ตาในนี้มันเห็น สิ่งอื่นๆ หรือ ตานอกนี้ นะ ไม่เห็นหรรอก เห็นด้วยตาในเกิดขึ้นมา มันเห็นด้วยใจคือปัญญา พุทธศาสนานี้จึงเป็นเรื่องของจิต ไม่ใช่เรื่องของอย่างอื่น เป็นเรื่องของจิต เราต้องพยายามในตัวเราอย่างนี้ เราจึงจะไม่สงสัยๆ ว่าได้เป็นโสดาบันหรือยังหนอ เป็นอนาคาหรือยังหนอ เป็นสกิทาคาหรือยังหนอ เป็นอรหันต์แล้วหรือยัง? เราก็ไม่ต้องไปคิดอย่างนั้น มันรู้ที่นี้ มันไม่กล้ากระทำบาป ไม่กล้ากระทำชั่วในใจ สงบสบายแล้ว ดูเอาเท่านั้น เอาความสงบสบายนี้

สุ. เขาว่าเคยอ่านหนังสือที่พิมพ์เป็นภาษาอังกฤษที่เป็นปัญหาแล้วหลวงพ่อก็ตอบ เขาเคยอ่านแล้วก็ชอบใจมาก เพราะหลวงพ่อบุคคลตรง บุคคลง่าย ๆ ไม่ได้พูดสูงเกินไปหรือสับสน เขาก็ชอบมากเห็นว่า มีประโยชน์มากที่สอนอย่างนี้



บางทีก็สงสัย บางทีเข้าบ้านหลังนี้ก็ว่าดี บางทีเข้าบ้านหลังนี้ก็ไม่ดี เป็นอยู่อย่างนี้ พระพุทธเจ้าของเราท่านไม่ตรัสอย่างนั้น ที่ว่าดีว่าไม่ดีมันอยู่ในจิตของเราเท่านั้น มันจึงพ้นจากทุกข์ได้ ท่านหมายจะให้ละถอนกิเลสทั้งหลาย ถ้าจะให้ถูกจริง ๆ ก็ให้มันเป็นอย่างนั้นแล้วก็สบาย หหมดทุกข์ได้ ถ้ายังเห็นว่าตรงนั้นดีตรงนั้นไม่ดีมันก็หมดทุกข์ไม่ได้

มันก็ดูยากเหมือนกัน ต้องจิตเห็นมันจึงจะละได้ ถ้าจิตไม่เห็นมันก็ละไม่ได้ เช่นว่าเราเมื่อสมัยก่อนความโกรธนี้มันมีอยู่ในใจของเรา เมื่อเราโกรธให้คนหนึ่ง โกรธแล้วก็ผูกโกรธไว้ พຽງนี้ก็ผูก ๆ ไว้ทั้งปีทั้งชาติ ปกติของคนนั้นเมื่อโกรธแล้วก็ผูกโกรธไว้มีอยู่สองอย่าง อย่างนี้ ถ้าเรามาเรียนรู้ความโกรธในใจของเราแล้วพยายามให้เห็นเข้า ๆ เห็นความโกรธและก็เห็นความไม่เที่ยงของมันเกิดขึ้นในใจ โกรธนั้นมันก็หายไป เรียกว่าไม่ผูกโกรธไว้ ต่อไปมันก็เหลือแต่โกรธ ที่จะผูกโกรธไว้ ไม่มี โกรธแต่ไม่ผูกโกรธไว้ แล้วหายไปเดี๋ยวนี้ ไม่ได้ผูกไว้ เมื่อก่อนนั้นนอนอยู่ตั้งคืนสองคืนก็ไม่หลับเพราะมันผูกโกรธไว้ นี่กิเลสของเรามันมีปัญญาอย่างนี้

ถ้าเรามีปัญญา เมื่อมันโกรธขึ้นมาแล้วเราก็รู้ว่า เออ อันนี้เป็นภัยไม่ดี มันก็เบา ผูกโกรธไว้ไม่ได้ เมื่อไม่ผูกโกรธไว้ ถึงโกรธมันก็โกรธไม่นาน เดี๋ยวก็หายไป นาน ๆ ไปโกรธแล้ว



มันก็หายๆ เรื่อยไป เพราะมันไม่ผูกโกรธ และเมื่อจิตเราสูงแล้ว พอมันโกรธมันก็หายไปเลย นี่คือการรู้เท่า เมื่อรู้เท่ามันก็หายไปเท่านั้น จิตต้องเห็นอย่างนั้น

ทีแรกมันโกรธมันก็ผูกโกรธไว้ ให้เป็นทุกข์อยู่หลายวันหลายคืน ต่อไปเมื่อโกรธขึ้นมาก็ไม่ผูกโกรธไว้ พอโกรธก็หายไปเฉยๆ อย่างนี้ ต่อไปโกรธมันก็จะหาย โกรธก็ไม่มี ทำไมไม่มี ? ไม่มีเพราะเราไม่ไปยึดมันมา ถ้าเราไปยึดมันมามันก็มีความโกรธเกิดขึ้นอีก ความเป็นจริงโกรธไม่มี มันมีอยู่แต่จิตเท่านั้นแหละ เมื่อไม่ไปยึดมันแล้วมันก็ไม่มี ให้เราเข้าใจว่าความโกรธข้างนอกไม่มี โกรธมันอยู่ข้างใน.....เขาคิดผิด ๆ

สุ. เขาเกิดทุกข์แล้ว ขามันเจ็บ...

พ. เออ...ทุกข์ก็ให้เห็นว่ามันเป็นสังขารเสียด พระพุทธเจ้าก็ทุกข์อย่างนี้แหละ มันเป็นอย่างนี้แหละทุกข์...แต่ถ้ารู้จักความทุกข์มันก็ไม่ทุกข์ มีแต่ความเจ็บไม่มีความทุกข์ ถ้าเรารู้จักความทุกข์แล้วก็มีแต่ความเจ็บไม่มีทุกข์ ก็เพราะเราเห็นว่ามันไม่เที่ยง เข้าใจไหมละ ? มีแต่ความเจ็บความทุกข์ไม่มี เพราะเรารู้จักมันว่าเป็นของไม่เที่ยง

มันเป็นคนละอย่างกัน ใจความเจ็บกับความทุกข์มันต่างกัน เจ็บไม่ทุกข์ก็มี ถามว่าทำยากไหม ? ตอบว่ายาก... แต่ไม่ทุกข์ ยากกับทุกข์นี้มันคนละอย่างกัน ทีนี้ถ้าคนไม่ได้





ภาวนาก็ทั้งยากทั้งทุกข์ แต่ถ้าเราได้ภาวนากรรมฐานแล้วจะเห็นว่ายากแต่ไม่ทุกข์ เพราะเราเห็นว่ามันเป็นอยู่อย่างนั้นเอง คนที่ไม่รู้เรื่องก็ทั้งยากทั้งทุกข์ เหมือนร่างกายก็ทั้งเจ็บทั้งทุกข์ และนี่ก็เหลือแต่เจ็บ ทุกข์ไม่มีเพราะรู้ว่ามันเป็นอยู่อย่างนี้

เห็นไหมโยม เห็นในจิตอย่างนี้ไหม ? นั่นแหละต้องเห็นในจิต ต้องเห็นอย่างนั้น เรียกว่าเห็นตามเป็นจริงต้องเห็นอย่างนั้น เมื่อเข้าใจว่าฟังง่ายแล้วต่อไปก็เห็นอยู่ที่จิตของเราที่จิตมันเห็นอย่างนั้นเราก็ไม่รู้ มันเป็นอยู่อย่างนี้ ต่อไปเราก็ยิ่งพยายามละ และให้เห็นเข้าไปอีก มันก็ยิ่งจะมีความรู้ชัดขึ้นอีกได้



ตอนที่ ๙

วันนี้อาจารย์มหาวิทยาลัยได้มีโอกาสสัมภาษณ์ เพื่อเป็นประโยชน์ในการสอนนักศึกษาในมหาวิทยาลัยของตน มหาวิทยาลัยนี้เป็นของรัฐบาล มีนักศึกษาประมาณเจ็ดหมื่นคน กำลังศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยนี้.....

ถาม ท่านอาจารย์มาจากวัดป่าพงปฏิบัติธุดงค์ อยากเรียนถามว่าการปฏิบัติในวัดป่าพงต่างกันอย่างไรร่วมกับพวกวัตรธรรมดา ขอให้อธิบายด้วย

ตอบ* เจริญพร เดิมวัดป่านี้ไม่ใช่เพิ่งจะมาตั้งการปฏิบัติขึ้นในปัจจุบัน แต่ในครั้งพระพุทธเจ้าของเราที่ท่านก็ออกบวชแล้วก็อยู่ป่า ป่านี้เป็นที่สงบเป็นที่วิเวก สงบสงัดจากรูปเสียงทั้งปวง แล้วก็เป็นที่สมควรแก่การบำเพ็ญสมณธรรมของพระภิกษุสามเณร การปฏิบัติในวัดป่านี้ก็ถือเอาคำสอนของพระพุทธเจ้าอย่างเดียวกันกับพระที่อยู่วัดบ้าน มีวินัยอันเดียวกัน มีข้อปฏิบัติอันเดียวกัน มีข้อวัตรอันเดียวกัน แต่ที่ไปอยู่ป่านั้นเป็นพระที่ปฏิบัติตามจริง ๆ ลงมือปฏิบัติเลยไม่ได้พูดเฉย ๆ ทำเพื่อให้เห็นเหตุผลในคำสอนของพระพุทธเจ้า

*ตอบ = หลวงพ่อชา





วัดป่านี้ถือกันว่าต้องห่างจากหมู่บ้านประมาณสี่สิบห้า เส้นเป็นอย่างน้อย พระภิกษุสามเณรก็ประพฤติทางกาย วาจา ด้วยธุดงค์วัตรคือข้อปฏิบัติอันเคร่งครัด เพื่อที่จะบรรเทากิเลส ทั้งหลายคือราคะ โทสะ โมหะนี้ให้น้อยลงไปจนกระทั่งถึงที่สุด ฉะนั้นสถานที่วัดนี้เมื่อหากว่าเราไปอาศัยอยู่ก็เกิดความรู้สึก นึกคิดขึ้นหลายอย่างในเมื่อจิตใจสงบแล้ว รวมแล้วก็ได้ความว่า วัดป่านี้เป็นที่สงบระงับจากอารมณ์ทั้งหลายทั้งปวง เป็น สถานที่ที่สมควรที่จะบำเพ็ญ เพื่อการบรรลุธรรมได้ในที่สุด

ถาม ขอให้ท่านอาจารย์ได้อธิบายสักหน่อย เกี่ยวกับ เรื่องวัดป่าพงว่าเป็นอย่างไร และก็ส่วนที่เกี่ยวข้องกับชาวบ้าน ด้วย

ตอบ วัดป่านี้มีความเกี่ยวข้องเป็นอย่างมากกับ ชาวบ้าน วัดป่านี้เป็นสถานที่อบรมประชาชนทั้งหลายให้เป็น ผู้ละความเห็นผิด ให้มีความเห็นชอบในการที่ได้เกิดมาเป็น มนุษย์ว่าควรจะทำอย่างไร? ทำอย่างไร? ถึงฤดูกาลวันพระ ชาวบ้านก็มารวมกันที่วัด ถวายอาหารบิณฑบาตพระแล้ว ก็ทำอุโบสถศีล พระก็แนะนำพร่ำสอน เทศน์ให้ฟังให้เข้าใจ ในเรื่องของพุทธศาสนาว่าคืออะไรอย่างแท้จริง ประชาชน บางจำพวกก็เหมือนชาวยุโรปนี้เพราะว่าไม่ได้ยินคำสอนของ พระ ก็เป็นคนป่าเถื่อนอยู่อย่างนั้น





รวมแล้วว่่าที่นั่นมีประโยชน์แก่ชาวบ้านมากที่สุดเลย
 ที่เดียว คนที่ไม่รู้จักพุทธศาสนาก็ทำให้เป็นผู้รู้จักพุทธศาสนา
 ดีขึ้น คนไม่รู้จักบุญไม่รู้จักบาปไม่รู้จักผิดไม่รู้จักถูกก็เข้ามา
 อบรม นับตั้งแต่ชนชั้นต่ำขึ้นไปหาชั้นสูง เพื่อให้เกิดความ
 เหนียวฉลาด ไม่ทำความชั่วทางกาย ทางวาจา ทางใจ เป็น
 ผู้ตั้งอยู่ในกายสุจริต วาจาสุจริต มโนสุจริต เป็นผู้ลดมานะ
 ทิฎฐิ ให้มีความโลกความโกรธความหลงน้อยลง จนให้เป็น
 พุทธศาสนิกชนรู้จักการแบ่งปัน มีเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา
 ชาวบ้านทั้งหลายเหล่านั้นเมื่อได้รับคำแนะนำพร่ำสอนของ
 พระวัดป่าแล้วก็มีคามยินดี มีความประพฤติปฏิบัติดีขึ้น ตอน
 วันพระก็พากันไปทำกรรมฐานชำระจิตใจ ให้จิตมั่นคงใน
 คุณงามความดีของตนเอง

บางครั้งถึงคราวถึงสมัยก็มีแขกต่างประเทศต่างเมือง
 ไปศึกษาสนทนาเรื่องข้อประพฤติปฏิบัติ ส่วนพระเณรจำนวน
 หกสเบเจ็ดสิบก็ได้รับการอุปถัมภ์อุปฐากจากชาวบ้าน การ
 บิณฑบาตขบฉันเลี้ยงชีพไม่ลำบาก ตอนเช้าก็เที่ยวบิณฑบาต
 กับชาวบ้านๆ ก็ให้อาหารบิณฑบาตแก่พระเณรทุกรูป ก็พอ
 ฉ้น ไม่ลำบาก และก็เป็นที่โอกาสให้ญาติโยมทั้งหลายนั้น
 ประพฤติปฏิบัติ เพื่อจะไม่เห็นแก่ตัวแก่ตน นำให้ประพฤติ
 ปฏิบัติไปอย่างนั้นเป็นประจำ ส่วนพระก็ประพฤติปฏิบัติตาม





พระธรรมวินัยที่ได้เล่าเรียนมานั้น ไม่ใช่เรียนเฉยๆ ปฏิบัติเพื่อ
จะได้รู้ได้เห็นและก็นำพร่ำสอนญาติโยมให้ประพฤติตาม
และที่ตั้งอยู่ในข้อวัตรปฏิบัติของพระเจ้าพระสงฆ์

การฉันบิณฑบาตก็ฉันเพียงมือเดียวในวันหนึ่งๆ ฉันอยู่
ในบาตร ไม่ฉันอาหารนอกบาตร มีอาหารอะไรก็เอามารวม
ลงในบาตร ให้รู้จักประมาณพออิ่ม ไม่ให้มากไม่ให้น้อย อย่างนี้
ทุกองค์ทุกวันด้วย ตอนเย็นก็ลงสวดมนต์ตามประเพณีของ
ชาวพุทธ สวดมนต์เสร็จแล้วก็นั่งกรรมฐานประมาณชั่วโมง
ครึ่งหรือสองชั่วโมงตามโอกาส นอกนั้นก็อบรมข้อวัตรปฏิบัติ
พระธรรมวินัย เพื่อที่จะให้รู้แจ้งเห็นจริงในธรรมะที่ควรรู้
ควรเห็น

การปฏิบัติของพระวัดหนองป่าพงนั้นมีอีกหลายอย่าง
หลายประการ ประชาชนทั้งหลายที่จะไปบวชที่นั่น จะต้องให้
เป็นนาคอยู่ประมาณเดือนหนึ่งหรือสองเดือน นุ่งขาวห่มขาว
พอสมควรแล้วก็บวชเป็นสามเณรให้ เป็นสามเณรอยู่สักพรรษา
หรือสองพรรษาเพื่อให้รู้ข้อวัตรปฏิบัติขึ้นเสียก่อน แล้วจึง
อุปสมบทเป็นพระภิกษุให้ อย่างนี้เป็นข้อกติกาในวัดหนอง
ป่าพง ที่นั่นสอนไม่ให้เห็นแก่ตัว เช่นปัจจัยสี่ทั้งหลายที่ญาติโยม
ถวายมาจากทิศต่างๆ นั้น ไม่ให้เก็บเป็นของส่วนบุคคล ให้
เก็บไว้เป็นของส่วนรวม พระเณรที่ไปอยู่ก็ให้ใช้แต่เฉพาะ



พอดี ๆ เท่านั้น ไม่ให้เห็นแก่ตัวมาก ให้เป็นผู้มักน้อยสันโดษ
ยินดีตามมีตามได้ในเอกกลางที่เกิดขึ้น

ถาม อยากจะรู้เรื่องโยมชาวพุทธในเมืองไทยทุกวันนี้
เป็นอย่างไรในการปฏิบัติพุทธศาสนา เพราะได้ยินมาว่าสมัยนี้
คนไทยสมัยนี้ส่วนมากถือว่าถ้าจะปฏิบัติก็ต้องบวชเป็น
พระ แล้วก็มอบให้เป็นภาระหน้าที่ของพระเท่านั้น แต่หน้าที่
ที่โยมต้องทำคือถวายทานเท่านั้น เคยได้ยินมาว่าคนไทย
ส่วนมากถืออย่างนั้น อยากทราบว่าทุกวันนี้คนไทยศรัทธา
ปฏิบัติในพุทธศาสนาหรือไม่ หรือว่าทำเป็นประเพณี หรือว่า
เขาเห็นว่าหน้าที่ของเขาคือถวายทานเท่านั้น ขออธิบาย....

ตอบ อันนั้นเป็นบางส่วน โดยมากก็เรียกว่าเขาปฏิบัติ
เพื่อเอาสวรรค์กันเสียมากกว่า ส่วนมากก็อยากจะมีแต่การ
ให้ทานอุปัฏฐากพระ มันก็เสื่อมไปบ้าง มันเกิดมีพิธีรีตอง
กันมากขึ้น ทุกวันนี้เป็นเช่นนั้น แต่ก็ยังมีบุคคลส่วนหนึ่ง
ที่ยังยืนอยู่ในข้อปฏิบัติจริง ๆ จัง ๆ อันนี้ก็เหมือนกัน
แต่ว่าคนไทยโดยมากก็มีแต่ความรู้ในทางพุทธศาสนาเฉย ๆ
เท่านั้น การปฏิบัติจริงจังนั้นน้อยที่สุด และเขาก็เห็นว่าพระ
หรือนักบวชนี่คือผู้ประพฤติปฏิบัติในข้อวัตรปฏิบัติโดยตรง
ญาติโยมต้องเป็นผู้อุปถัมภ์อุปัฏฐากช่วยเกื้อกูลบำรุงผู้ประพฤติ
ปฏิบัติเหล่านี้ เขาเห็นเช่นนั้นกันโดยมาก





๒๑๖ / สุภทธานุสรณ์

ถาม ในวันพระที่มีโยมไปวัดเป็นส่วนมากนั้น เขาไปเพื่อจะปฏิบัติเพื่อการพ้นทุกข์ไปนิพพานหรือว่าไปตามประเพณีของคนไทยเท่านั้น หรือไปวัดถวายทานฟังเทศน์เท่านั้น เรื่องนี้เป็นอย่างไร ?

ตอบ เป็นบางคน คนที่มีปัญญา ก็ปฏิบัติเพื่อไปนิพพาน เพื่อพ้นทุกข์สำหรับผู้ que เข้าใจในพุทธศาสนาดีแล้ว บางคนก็ไปปฏิบัติเพื่อเอาบุญกันเท่านั้นคือทำเพื่อหาความสุขกัน มันมีคนอยู่สองจำพวก ความเป็นจริงเขาก็อยากจะพ้นทุกข์ถึงพระนิพพานอยู่เหมือนกัน ฉะนั้นคนที่มีปัญญา ก็มุ่งปฏิบัติเพื่อจะให้ถึงนิพพาน แต่บางคนก็ไม่ว่ารู้ว่าพระนิพพานเป็นอย่างไร ก็ทำตามเพื่อน ๆ ไปอย่างนั้นก็มีเหมือนกัน

มันก็ไม่แปลกกับนักศึกษามหาวิทยาลัยหรือครูอาจารย์ ก็ต้องสอนให้มีความขยันหมั่นเพียร สอนให้ประพฤติปฏิบัติทั้งนั้น นักเรียนก็อยากจะดีกันทั้งนั้น แต่โดยมากก็ไม่มีใครอยากจะเอาใจใส่ในการเรียนการศึกษา เป็นบางกลุ่ม นี่มันเป็นอย่างนั้น บางกลุ่มก็เอาใจใส่ประพฤติปฏิบัติตามให้ลุล่วงสมความประสงค์ของตนก็ได้ เป็นอยู่อย่างนี้ โลกมันเป็นอยู่อย่างนี้

ถาม ชาวพุทธแท้นั้นคือพระภิกษุ หรือเป็นอย่างไร ?





ตอบ ชาวพุทธอย่างแท้จริงก็คือผู้ประพฤติปฏิบัติตาม คำสอนของพระพุทธเจ้า จะเป็นพระก็ตาม จะเป็นคฤหัสถ์ อย่างนั้นก็ตาม เมื่อมีความมุ่งหมายที่จะประพฤติปฏิบัติตาม คำสอนของพระพุทธเจ้าอย่างตรงไปตรงมาแล้ว นั้นแหละ ที่เรียกว่าชาวพุทธ พวกที่ได้ชื่อว่าชาวพุทธแต่ไม่ทำตามคำสอน ของพระพุทธเจ้านั้น ก็ไม่ใช่ชาวพุทธ เป็นชาวพุทธแต่ชื่อเฉย ๆ อย่างนี้ก็เยอะเหมือนกัน

ถาม พระที่อยู่ที่วัดป่าพงปฏิบัติอย่างไร นั่งสมาธิ นานเท่าไร ? และปฏิบัติอย่างอื่นอีกไหม ?

ตอบ พระวัดหนองป่าพง มีวิธีการปฏิบัติที่บางครั้งาว ก็มารวมกันเป็นกลุ่มสี่สิบ สามสิบ สี่สิบ หกสิบ เจ็ดสิบก็ แล้วแต่ อันนี้รวมกันเป็นกลุ่มเป็นส่วนรวม นี้ก็เพื่อฝึกคนใหม่ ที่ยังไม่รู้เรื่องอะไร วิธีการก็ต้องมารวมกันเป็นส่วนใหญ่ นี้ ส่วนหนึ่ง ที่นี้เมื่อแยกกันไปแล้วก็ให้โอกาสทำเป็นการส่วนตัว ถึงคราวถึงเวลามารวมกันเป็นกลุ่มก็เป็นกลุ่ม เมื่อเลิกไปแล้ว ก็ไปทำเป็นส่วนตัว ทำกันอย่างนี้คือวิธีปฏิบัติของวัดหนอง ป่าพง ให้เป็นคนมักน้อย เป็นคนกินน้อย เป็นคนนอนน้อย เป็นคนยินดีในของที่มีอยู่ ยินดีในปัจจัยตามมีตามได้ ไม่ให้ วุ่นวายนี่คือการปฏิบัติ สอนอย่างนี้และการสอนวิธีปฏิบัติ อย่างนี้ก็เพียงพออุปการณที่จะให้ปฏิบัติเท่านั้น





นอกจากนั้นไปอีก ถึงฤดูแล้งไม่มีฝน ก็ให้โอกาสออก
ธุดงค์ คำว่าไปธุดงค์นี่คือ มีบาตรจีวรแล้วก็ออกไปแห่งละองค์
สององค์ ไปตามป่าตามภูเขา ไปอยู่ตามป่าช้าให้มีความสงบ
ระงับเพื่ออุจติพิจารณาจิต ศึกษาตามธรรมชาติ สอนให้รักษา
ธรรมชาติไว้ สอนให้รู้ตามความเป็นจริงของธรรมชาติ ให้รู้
ธรรมชาติคือให้รู้ตรงนี่คือจิตของเรา ให้ดูจิตของเรา เมื่อ
จิตของเราไปพบธรรมชาติแล้วมันมีความรู้สึกอย่างไร ต้นไม้
ใบหญ้า ดินชาติต่างๆมันเหมือนกับเราไหม ? ให้พิจารณา
อย่างนี้เพื่อให้เกิดปัญญา ให้ปัญญาเกิด เห็นว่าธรรมชาติมัน
เกิดขึ้นมาแล้วก็ทรงอยู่แล้ว มันก็ดับไป เมื่อเห็นธรรมชาติ
เช่นนั้น จิตที่สงบแล้วก็รู้สึกว่ามนุษย์เรานี้ก็เหมือนกันหนอ
มีความเกิดขึ้นแล้วๆ ก็ทรงตัวอยู่แล้วก็ดับไปอย่างนั้น อันนี้
ล้วนแต่เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา อย่างนั้น จิตใจก็สบายขึ้น

โดยมากพระกรรมฐานที่อยู่ตามป่าเขาไม่ได้ค่อยได้ศึกษา
ตามหนังสือ ไม่ได้เรียนตามหนังสือ เรียนอาการที่มันเกิด
ในจิตนี้เพื่อค้นหาความจริง อย่างเขาเขียนว่า “ม้า” ก็ไม่ได้รู้
แต่ชื่อมันเฉยๆ ต้องเดินไปดูม้าจริงๆ อันนั้นเขาว่าเสื่อตามตัว
หนังสือ การศึกษาทางปฏิบัตินี้ต้องเดินไปดูตัวเสื่อจริงๆ
ท่านว่าอันนั้นมันเป็นทุกข์ พิจารณาตามหาทุกข์จริงๆ ให้
เห็นตัวทุกข์จริงๆ เมื่อเห็นตัวทุกข์แล้วมันก็ไม่สร้างความทุกข์



นี่....มันอยู่ตรงนี้ มันทุกข์เกิดตรงนี้ ดับทุกข์ก็ดับตรงนี้
ตรงเหตุนี้

ทุกข์ในใจนี่คือผล อันนั้นเป็นเหตุ เหตุตรงนั้น...ผลเกิด
ตรงนี้ ดังนั้นพระพุทธานุเจ้าท่านจึงไม่ให้ยึดมั่นถือมั่นว่าเป็น
ของจริงจัง ทั้งเจ้าของและของๆ เรายี่ เอาหละ ให้เขามีโอกาส
ถามบ้าง

หลวงพ่อ ถามเขาชื่อว่าตอบยาวเกินไปไหม ? ตอบยาว
เกินความต้องการไหม ?

ฝรั่งตอบ ดีมาก

ถาม พระพุทธานุศาสนากับศาสนาอื่น เพราะคำ
สอนเรื่องอนัตตา ไม่มีตัว ไม่มีตน อยากจะรู้ว่าอนัตตานี้
มีความหมายอย่างไร ? เพราะว่าถ้าเราทำหน้าที่อะไร ทำหน้าที่
การงานของเรา ใครเป็นคนทำงาน ? อะไรเป็นคนคิด ? อะไร
เป็นคนกิน ? อะไรอย่างนั้น ถ้าเห็นว่าไม่มีตัวไม่มีตน อะไร
เป็นผู้สร้างโลก อะไรเป็นผู้ทำงาน อะไรเป็นผู้อยู่ในโลกนี้ ?

ตอบ ตัวตน อัตตา - อนัตตานี้เป็นคำอธิบาย
ยากมาก ค่อยๆ พิจารณานะ อนัตตานี้เป็นเรื่องมีผลมาก
เป็นเรื่องสร้างคนให้เจริญได้ดีมาก อนัตตานี้ทำงานสบายมาก
ทำอะไรๆ สบายมาก อนัตตานี้มันเป็นศัพท์ที่อยู่เหนือโลก
โลกฟังไม่ออก เพราะเป็นศัพท์โลกุตตรธรรมเป็นศัพท์ที่





เรียกว่าถูกอารมณ์เป็นสุขก็สุข อารมณ์เป็นทุกข์ก็ทุกข์อย่างนี้
เพราะไม่เห็นอันนี้

ก็เพราะว่าอนัตตานี้ไม่ใช่ตัวตน ไม่มีตัวตนของเรา แต่
เราไปจับอนัตตมาเป็นตัวตนของเรา ถ้าหากว่าเป็นตัวตน
ของเราจริงนี่นะ ไม่ให้มันเจ็บได้ไหม? ไม่ให้มันแก่ได้ไหม? ไม่ให้
มันตายได้ไหม...ไม่ได้ ถ้ามันไม่ได้มันก็ไม่ใช่ตัวนะนี่ ถ้าเป็น
ตัวเราก็ต้องบอกให้ว่าอย่าเป็นอย่างนั้นจงเป็นอย่างนี้ ให้จงอยู่
อย่างนี้มันก็ต้องอยู่ซิ ถ้ามันเป็นตัวตนของเราอันนี้ เราว่า
อย่าแก่นะ...มันก็แก่ อย่าเจ็บนะ...มันก็เจ็บ อานาจอันนี้
เพราะอะไร? เพราะอนัตตามันไม่ใช่ตัวของเรา

เราทุกวันนี้ก็เหมือนอาศัยบ้านของเขาอยู่เท่านั้นแหละ
บ้านเราไม่มี ไปเช่าบ้านเขาอยู่เท่านั้นแหละ อยู่ไปนาน ๆ
ก็นึกว่าบ้านของเรา ถึงเวลาแล้วเขาก็ไล่เราหนี เราก็เสียใจ
เท่านั้นแหละ ร่างกายสังขารที่เป็นอยู่นี้เรามาคอาศัยอยู่ก็
นึกว่าตัวเรา ถ้าเป็นตัวเรา อันนี้ต้องเป็นอย่างนั้น อันนั้น
ต้องเป็นอย่างนี้ เขาก็ต้องเชื่อเราถ้าเราพูด อันนี้อย่าเจ็บนะ
อย่าไปเป็นทุกข์นะ อย่าไปแก่นะ....ไม่ได้ จะต้องเป็นไป
ตามสภาพของมัน เพราะว่าสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ไม่ใช่ตัวตน
ของเราตัวเอง มันถึงเป็นอย่างนั้น





ถาม ในการสอนนักศึกษาก็เป็นเรื่องศาสนาทุกศาสนา ด้วย อยากจะรู้ด้วยว่าแต่ละศาสนามีความประสงค์ถึงที่สุดอย่างไร มีประโยชน์แก่นมนุษย์อย่างไร จึงอยากทราบว่าจุดหมายปลายทางของพุทธศาสนาเป็นอย่างไร ? จะพาให้ชาวพุทธไปถึงไหน ถ้าปฏิบัติตามพุทธศาสนาอย่างแท้จริง ?

ตอบ ไปถึงที่ไม่มีทุกข์ ที่ไม่มีปัญหาเกิดขึ้น

ปัญหาอย่างนี้ก็ไม่มี ๆ ปัญหาทั้งหมดไป ไม่มีปัญหาที่จะต้องถามอีกแล้ว....หมด เรียกว่าหมดทุกข์ นำชาวพุทธไปถึงที่นั่น ถึงแม้ยังไม่ตายก็นำชาวพุทธไปถึงได้ ถ้าเราเข้าใจในอนัตตาแล้ว อนัตตาคำเดียวนี้แหละจะนำชาวพุทธไปถึงทั้งหมดปัญหาได้ สบายแล้ว สงบแล้ว นอนสบาย กินสบาย นั่งสบาย ทำงานสบายเป็นสุขทุกอย่าง ถ้ารู้จักอนัตตาแล้ว มันก็วาง ทำงานดีกว่าเดิม ความรู้สึกดีกว่าเดิม อะไร ๆ ก็ดีกว่าเดิมทั้งหมด นำมนุษย์ไปถึงที่นั่น ๆ คือที่ที่ถูกต้อง ที่นั่นเป็นสถานที่ที่ถูกต้อง พวกคริสต์ พวกพุทธ พวกอิเบต มนุษย์ในโลกนี้ล้วนแต่มารวมตรงนี้หมดเลย ถ้าเห็นอนัตตาเช่นนั้นแล้วก็วาง หมดปัญหาเช่นนั้นแล้ว เปลี่ยนเป็นคน ๆ ใหม่แล้ว

ไอ้ความจริงนี่นะ ธรรมะไม่ใช่เป็นของพุทธ ไม่ใช่เป็นของคริสต์ ไม่ใช่เป็นของเถรวาทมหายาน ไม่ใช่เป็นของใคร คือความจริงที่ตั้งอยู่ในโลกนี้ ถ้าใครมาถึงตรงนี้ ก็เหมือน



กับไฟ ไม่ได้ร้อนเฉพาะคนหนึ่งคนใดเลย ไฟเป็นของร้อน ใครมาถูกไฟแล้วร้อน...ทุกซ์เลย มนุษย์นี่นะ ลัตว์มาจับถูก มันก็ร้อน ความเย็นก็เย็นทุกคนเลย อันนี้ไม่ใช่ของใคร ไม่ใช่ของมนุษย์ ไม่ใช่ของพุทธ ไม่ใช่ของคริสต์ แต่เป็นธรรมชาติ ถูกต้อง ยั่งยืนไปในโลกนี้ ไม่รู้จักสูญดับไปที่ไหน คือความถูกต้อง เมื่อมาถึงความถูกต้องนี้แล้วก็หมด เช่นว่าจานใบนี้เราอยากได้มันมา ได้มันมาแล้วก็ไม่ยึดหมายว่าเป็นของเราจนเราเป็นทุกซ์ เมื่อมันหายไปเราก็มีความรู้สึกตัว อยู่เสมอ ได้มาก็มีความรู้สึกตัวเสมอ มันจะแตกไปก็มีความรู้สึกอย่างเก่า ไม่ต่ำไม่สูงกว่ากัน อย่างนั้นแหละ อันนี้มันเป็นอันเดียวกัน มันถูกต้องแล้ว

เมื่อความเห็นถูกต้องอย่างนั้นแล้วก็เห็นความถูกต้องที่เรียกว่าพุทธศาสนา ศาสนาพุทธ ศาสนาคริสต์ พวกริเบตอะไรต่างๆ เหล่านี้ สมมติขึ้นมาเฉยๆ แต่ความถูกต้องมันเป็นอย่างเดียวกันอย่างนี้ อย่างมนุษย์เราเกิดขึ้นมา จะเป็นชาวยุโรปก็ดี ชาวเอเชียก็ดี ที่ไหนก็ตามเถอะ เมื่อเกิดขึ้นมาแล้ว เบื้องต้นเหมือนกันทุกคน ผลที่สุดก็ต้องตายกันทุกคนเหมือนกันอย่างนี้ มันถูกต้องอย่างนี้

ถาม พระอยู่ที่วัดป่าพงเป็นอย่างไร วันหนึ่งๆ พระทำหน้าที่อะไร เพราะว่าคนส่วนมากก็ยังไม่เห็น ก็คิดว่าพระอยู่ในป่า นั่งกรรมฐานถึงชั้นนั้นชั้นนี้ ถึงสวรรค์ถึงนิพพาน





พระวินัยนี้มีประโยชน์อย่างไรในการปฏิบัติ มีความประสงค์
อย่างไร แล้วจะอนุโลมพระวินัยตามสมัยได้ไหม ? หรือจะถือ
อย่างไรบรรณดีกว่า

ตอบ อ้า การรักษาพระวินัยนี้มีประโยชน์มาก คือ
พระวินัยนี้ห้ามไม่ให้ทำความผิด อย่างกฎหมายบ้านเมือง
เขาห้ามไม่ให้ทำความผิด บัดนี้มีคนกลุ่มหนึ่งว่า การห้าม
ฆ่าคนนั้นมันพ้นสมัยแล้ว บัดนี้คนมันมากแล้วฆ่าไปบ้าง
ก็ได้ อย่างนี้จะดีไหม ?

อันนั้นไม่เป็นเหตุที่จะต้องรู้ ท่านตรัสว่ามรรค ๘ ประการ
นั้นมีอยู่ ถ้ามีคนปฏิบัติตามอยู่พระอรหันต์ไม่ขาดจากโลก
ไม่ว่าแต่ไทยแลนด์เลย กรุงลอนดอนนี้ก็ไม่ว่า มรรค ๘
ยังมีอยู่ ถ้ายังมีคนเดินมรรคปฏิบัติอยู่ กรุงลอนดอนนี้ก็ไม่ว่า
พระอรหันต์เหมือนกันไม่ว่าแต่เมืองไทยหรือ

ถ้ามีความเกิดขึ้นในเมืองไทย ถ้ามีความเกิดขึ้นใน
กรุงลอนดอน ความตายก็ต้องมีทุกคน เหมือนกันกับมี
มรรคข้อปฏิบัติอยู่ เมื่อมีคนมาดำเนินให้ถูกต้องก็ไม่ขาด
พระอรหันต์ เหมือนกันทั้งนั้น เมื่อเกิดขึ้นมาแล้ว มนุษย์เกิดขึ้น
มา ลัทธิเกิดขึ้นมา ความตายนี้ก็ยังมีอยู่เหมือนกันทั้งนั้น

เพราะว่าการเป็นพระอรหันต์นั้นมิใช่การเดินทางไปเดินมา
มิใช่การนอน มิใช่การนั่ง มิใช่อะไรทั้งหมด เห็นการนั่ง





ยังมีอยู่ ก็เลสยังไม่หมด ไปอยู่คนเดียวเช่นนั้นก็ดีกว่ามัน
จะดี ถ้าเราไม่มีปัญญาที่ดีไม่ได้

ไปอยู่คนเดียวสงบก็จริง แต่ว่ามันสงบอย่างที่ว่าเก็บกิเลส
ไว้ให้มากอีก จิตมันโง่ ตาไม่ได้เห็นรูป หูไม่ได้ยินเสียงเราก็
สบาย...นี่ ถ้าออกมาตลาดแล้วมาเห็นรูปมาได้ยินคนพูด
ก็วุ่นวายขึ้นมาแสดงว่าตรงนั้นเราไปสร้างกิเลสขึ้นมาไว้แล้ว
ไม่ใช่ว่ากิเลสมันหมดเพราะไปอยู่คนเดียว ไม่ใช่ว่ากิเลสมัน
มากขึ้นเพราะอยู่หลายคน หรือกิเลสจะหมดไปเพราะคนมาก
ไม่ใช่อย่างนั้น ๆ อันนั้นมันเป็นความเข้าใจผิดแล้ว

ที่อธิบายมานี้ อธิบายถึงความแน่นอนจริง ๆ แต่ว่าให้
ออกไปอยู่คนเดียวในป่าสงบนั้นดีมากครั้งแรก เพื่อไปทำ
ความสงบ ไปศึกษาไปทำอะไร ๆ ในป่าอย่างนั้นเป็นครั้งแรก
ก็ดี แต่ว่าเมื่อทำเสร็จแล้ว หลายเดือนแล้ว หลายปีแล้ว เมื่อ
เราอยู่อย่างนั้นฉลาดในกิเลสทั้งหลายแล้ว เราก็ออกมาผ่าน
ในเมืองคูชิ มันจะเป็นอย่างไร ? เรามีกำลังไหม ? เรามีความ
ยินดีไหม ? มีความยินร้ายไหม ? มีความสุขไหม ? มีความ
ทุกข์ไหม ? เราจะรู้จัก

ถ้าเรายังมีความทุกข์อยู่ กำลังจิตของเราก็คงไม่ดี กลับ
เข้าไปอยู่ในป่าคนเดียวอีก สร้างความเห็นขึ้นคนเดียว แต่ว่าก็
อยู่คนเดียวมันแหละดีกว่า ท่านสรรเสริญ ถ้าอยู่หลายคน





ตอนเข้าขึ้นมาก็ไปบิณฑบาต ไม่ไปไม่ได้ ท้องมันหิว ก็ต้องไปบิณฑบาต ได้มาก็รวมกันฉัน ฉันเสร็จแล้วก็เลิก ถึง เวลาประมาณ ๓ โมงก็ลั่นระฆัง แล้วก็ช่วยกันตักน้ำเพราะ ที่นั้นไม่สะดวกเหมือนอย่างนี้ น้ำประปาไม่มี ต้องตักในบ่อ ตักไว้ให้พวกเราเองนั่นแหละ เราใช้กันเองทำกันไปอยู่อย่างนี้ ถ้าใครขยันก็ได้ทำมาก ถ้าใครขี้เกียจก็ไม่ได้ทำอะไร ไม่ได้มีการบังคับอะไรกันมากมาย ตั้งกติกาไว้ว่ามารวมกันทำเวลา เท่านั้นๆ แล้วถ้าใครมีปัญญาที่ดีมาก เท่านั้นแหละเรื่องส่วนตัว เรากินเป็น เรานั่งเป็น เรานอนเป็นก็ทำเรื่องของเรา เท่านั้นแหละ ให้มันคุ้มตัวของเราเท่านั้นแหละ เรื่องกิจ ภายนอกก็ไม่มีอะไรมาก

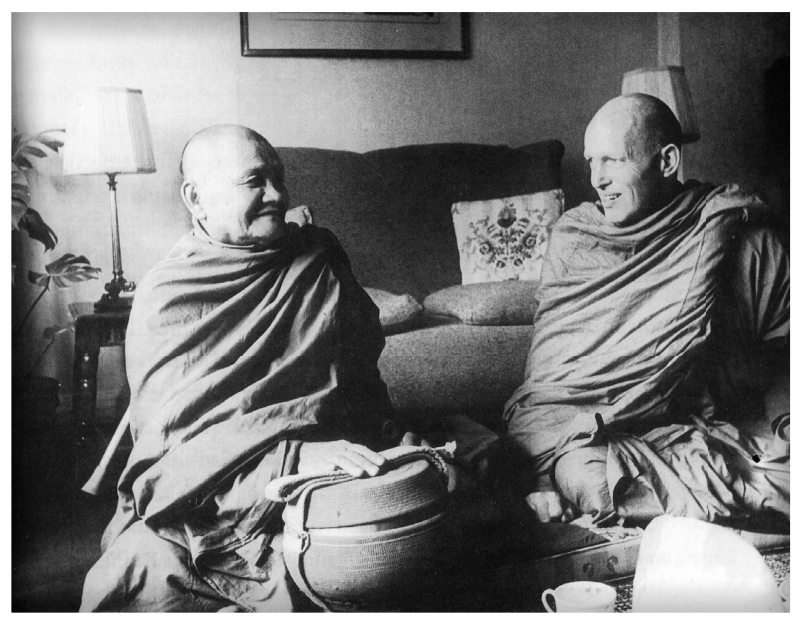
สุ. เขาถามว่าอาหารที่วัดป่าพงเป็นอย่างไร ?

ตอบ เออ.....อาหารนั้น ถ้าคนชอบมันก็อร่อย ถ้าคน ไม่ชอบมันก็ไม่อร่อย (ฟรังหัวเราะชอบใจ)

ที่วัดป่าพงนะ.....วัดป่าพงปฏิบัติลำบาก ปฏิบัติให้เห็น ทุกข์ ให้คุ้นเคยกับทุกข์ สอนว่าความสุขเกิดขึ้นมาก็ให้รู้จัก มันว่าอันอันตราย ความทุกข์เกิดขึ้นมาก็ให้รู้จักมันว่าอันตราย ให้เข้าใจอย่างนี้ไว้ในใจ เพราะว่าการปฏิบัตินี้มันมีสุขกับทุกข์ เท่านั้นที่มาเล่นงานเราอยู่ตลอดเวลา



พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) / ๒๓๕





ทุกข์เพราะว่าความสุขความทุกข์นี้ทำให้คนโง่ และมันก็ทำให้คนมีปัญญาด้วย

ธรรมะของพระพุทธเจ้าท่านเรียกว่า กามสุขัลลิกานุโยโค เข้าไปติดในความสุข ไม่รู้เรื่อง มันก็ไม่ทำให้กิเลสเบาบางได้ ไม่ให้เป็นพระอรหันต์ได้ ไม่ให้หมดกิเลสได้ ทุกข์เกิดขึ้นมากก็ไป วุ่นวายกับทุกข์นั้น ไปยึดทุกข์นั้นไว้ ถ้าเป็นอย่างนั้นมันก็เป็นเหตุไม่ให้เป็นพระอรีย์เจ้า ไม่ให้กิเลสหมดไปได้ เพราะฉะนั้น เมื่อเรานั่งอยู่ ทุกข์เกิดขึ้นก็เห็นทุกข์ สวาททั้งหลาย ผู้ปฏิบัติทั้งหลายอย่าเข้าไปหลง คืออย่าเข้าไปยินดีในสุข อย่าเข้าไป ยินดีในทุกข์ ถึงแม้ยินดีมันก็เพียงเล็กน้อย ให้รู้ว่าไม่เที่ยงไว้ในใจของเราเท่านั้น ให้เห็นตามไปอย่างนี้

ฉะนั้นวัดป่าพงจึงทำอย่างนั้น ถึงแม้จะนั่งฟังธรรมอย่างนี้ก็นั่งพื้นราบ สบาย.....นั่งเบาะอย่างนี้ไม่ได้มันสุขเกินไป มันติดสุขนี้โยมลองไปวัดป่าพงสิ เอาเบาะออกนั่งราบ ๆ นี่...ทุกข์เดี๋ยวนี้เลย นี่ทุกข์มันอยู่ในนั้น เพราะสุขมันปิดอยู่มันไม่เห็นนี่ ทำไปมันไม่เห็นทุกข์ เพราะโยมไปนั่งทับมันไว้เท่านั้นแหละ เมื่อโยมเอาเบาะออกนั่งพื้นราบแล้วโยมก็เป็นทุกข์เลย นั่งสมาธิไม่ได้มันอยู่ตรงนี้ ถ้าหากว่าไปที่ไหนก็ได้ นั่งเบาะอย่างนี้ก็มีความสุขสบาย สิมตัวหมดเลย ฉะนั้นวัดหนองป่าพงจึงให้นั่งฟังธรรมนั่งทำสมาธิกับพื้นราบเลย สบาย...หลับภาวนาเลย เบาะนี้



ไม่เอาแล้ว เอาทั้งหมดเลย ปฏิบัติให้มันพบกับทุกข์ ทุกข์
เกิดขึ้นมาแล้วมันก็ดับไป นานๆ ไปก็ชำนาญ ไม่ต้องนั่งเบาะ
นั่งอย่างนี้ก็สบาย ไม่ต้องกระดุกกระดิก นี่...เรียกว่าเขาเห็น
สุขก็เห็นแล้ว ทุกข์ก็เห็นแล้ว

แต่ที่โยมเห็นแต่สุข คือได้นั่งเบาะมันสบาย ยังไม่ได้เห็น
ทุกข์ก็นึกว่าทุกข์เราไม่มี วันหลังเอาเบาะนี้ทั้งคู่ มานั่งพื้น
ราบๆ ดุชิ โอ๊ย...มันจะปวดขา จะเจ็บเนื้อเจ็บตัว มันจะทุกข์
ขึ้นมา นี่เพราะเราไม่เห็นทุกข์ ไม่เป็นเพื่อนกับทุกข์ เมื่อ
เจอกันกับทุกข์ก็ทะเลาะกับทุกข์ๆ มันก็เกิดขึ้นมาเท่านั้นเอง
วัดป่าพงให้เข้าไปถึงสุข ให้รู้จักสุข รู้จักอย่างไร ก็รู้ว่ามันไม่แน่
ไปถึงทุกข์ก็ให้รู้จักทุกข์ว่าทุกข์นี่ก็ไม่แน่ จิตใจมันก็ปล่อยวาง
สุขทุกข์ มันก็สบาย นั่งพื้นราบๆ นี้ก็ได้ นี้ก็เพราะโยมไม่รู้จักนี่
เพราะอะไรจึงไม่รู้จัก เพราะความสุขมันบังไว้ เพราะความ
สบายมันบังไว้ เพราะอะไร เพราะนั่งเบาะนั้นก็รู้สึกว่างสบาย
นึกว่าทุกข์ไม่มี นี่เอาเบาะทิ้งไปเสีย มานั่งพื้นราบๆ พอทุกข์
เกิดขึ้นมาก็ร้อง อ้อ ทุกข์อยู่ตรงนี่เอง นั่นแหละมันจะเกิดขึ้น
มาเดี๋ยวนั้น วัดป่าพงปฏิบัติอย่างนี้

เออ นือธิบายความจริงให้ฟัง โยมถามว่าวัดป่าพงปฏิบัติ
อย่างไร... นี้จึงได้เล่าให้ฟัง ให้รู้จัก ก็โยมถามนี่ละ





ทุกข์ความล้มเหลวสลับที่เกิดขึ้นมานั้นเป็นเพียงของคนที่ไม่มีปัญญาต่างหาก

เช่นว่าต้นไม้ต้นนี้ทำไมมันถึงโต เดินไปอีกก็ไปเจอต้นไม้
อีกก็ว่าทำไมต้นไม้ที่มันเล็กเกินไป ว่าสัตว์ตัวนี้ทำไมถึงเป็น
อย่างนั้น นกทำไมมีปีก แมวทำไมไม่มีปีก อะไรๆ หลากๆ อย่าง
ต้นไม้นี้ทำไมถึงมีผล คนนั้นทำไมถึงสวย คนนี้ทำไมไม่สวย
คนนั้นทำไมไม่รวย คนนั้นทำไมถึงรวย คนนั้นทำไมจึงมี
ปัญญาคนนั้นทำไมจึงไม่มีปัญญา **นี่...อยู่ในโลกทั้งหมดเลย
เขาเป็นของเขาอยู่อย่างนั้น เขาเกิดตามเหตุปัจจัยของเขา**

เมื่อเราเกิดขึ้นมาก็ไม่รู้ว่าโลกมันเป็นอยู่อย่างนี้ ก็ว่า
แหม...ต้นไม้นี้สวยบ้าง ต้นไม้ไม่สวยบ้าง คนนั้นว่าสวย
เห็นอีกคนหนึ่งก็ว่าไม่สวย แล้วก็เกิดทะเลาะกัน ตีกัน แย่งกัน
แต่ว่าโลกเขาอยู่เฉยๆ เขาเป็นอยู่อย่างนั้น เขาไม่วุ่นวาย
กับใคร เขาจะเป็นต้นเล็กเขาก็เป็นอยู่อย่างนั้น เขาจะสวย
ไม่สวย เขาไม่รู้สึกรู้สีกเขาที่อยู่อย่างนั้นแหละ นี่เรียกว่าโลกนี้
ไม่กวนใคร เขาอยู่สงบแล้ว เราไปกวนเขาว่า ผลไม้นี้หวาน
เราชอบ ผลไม้นี้เปรี้ยวเราไม่ชอบ ผลไม้เขาก็เฉยๆ เขาไม่
รู้เรื่องเลย เราไปให้โทษเขา ต้นนั้นมันเปรี้ยว ต้นนั้นมัน
หวาน ต้นไม้ต้นนี้สวย ต้นนั้นไม่สวย เกิดความป่วนแต่ง
ขึ้นมา วุ่นขึ้นมา





ความเป็นจริงสภาวะของโลกนี้ไม่ได้วุ่นอะไรเลย เรา
 มันคิดไม่ถึงเอง ไม่รู้แจ้งโลกจึงเกิดปัญหาขึ้นมาวุ่นวาย ความ
 เป็นจริงโลกมันเป็นความจริงอยู่อย่างนั้น ถึงแม้เราไม่เกิดมา
 โลกก็เป็นอยู่อย่างนี้ ถึงแม้เราจะตายไปแล้วโลกเขาก็เป็น
 อยู่อย่างนี้ ไม่แปรไปที่ไหน ก็เพราะมันเป็นโลก มันไม่เที่ยง
 อยู่อย่างนี้ เพราะฉะนั้น คนที่ไม่รู้จักโลกตามเป็นจริงก็เกิด
 ความวุ่นวาย ปัญหาเกิดขึ้นตรงนี้เอง ฉะนั้นให้ญาติโยม
 เห็นรวมลงว่าโลกเขาเป็นอยู่อย่างนี้ เขาไม่ทำอะไรให้เรา
 เดือดร้อน เขาไม่ทำอะไรให้เราสบาย เราเองทำเราให้
 เดือดร้อนเพราะเราไม่รู้จัก และเราเองแหละที่ทำให้เรา
 สงบสบายเพราะเราคิดถูก เพราะเรารู้จักโลกทั้งหลายเหล่านี้

ฉะนั้นการปฏิบัติทั้งหลายจงเอาออกจากกายกับใจนี้
 อย่าไปมองโลกว่าอันนั้นดี อันนี้ไม่ดี อันนั้นฉันชอบ อันนี้
 ฉันไม่ชอบ...ไม่ได้...โกหก โลกเขาไม่เป็นอย่างนั้น มันเป็น
 เพราะเราสร้างกิเลสขึ้นมา โลกเขาก็อยู่อย่างนั้นไปตามเรื่อง
 ไม่มีปัญหา โลกถึงไม่มีปัญหากับคน คนเองไปมีปัญหากับโลก
 เพราะไม่รู้โลกตามเป็นจริงนั่นเอง อันนี้คือความจริงนะ

วันนี้เห็นจะพอควรนะ ความเป็นจริงอาจารย์ที่สอน
 กรรณฐานนี้ดีแล้ว เพราะเมื่อจะหยุดหนึ่งกรรณฐานก็ว่า
 อนิจจาๆๆ สาธุๆๆ นี่ดีแล้ว ยอดธรรมะแล้ว อนิจจาก็คือ





ของไม่เที่ยง สาธุ ก็แปลว่าดีแล้ว ถ้าใครเห็นโลกนี้เป็น
อนิจจาเป็นของไม่เที่ยง ก็ดีแล้ว จึงได้ว่าอนิจจาๆ แล้วก็
สาธุๆ นี่เป็นยอดคำสอนแล้ว ดีแล้ว (หลวงพ่อกั้วเราะ
ฝรั่งก็หัวเราะ)

นะ...เป็นที่พอใจแล้วหรือยัง อธิบายธรรมะให้ฟังใน
วันนี้เป็นที่พอใจหรือยัง (ฝรั่งหัวเราะชอบใจ)

แต่ก็ขอบอกไว้ เตือนไว้ว่า ที่อาตมาพูดมากระทั่งวันนี้
ให้เอาไปพิจารณาด้วยตนเอง อันนี้เป็นเป็นคำพูดของอาตมา
ไม่ใช่ความเห็นของโยม ไม่ใช่ความรู้ของโยม เป็นความรู้ของ
อาตมาเอง แล้วก็พูดออกไป แล้วโยมที่มานั่งฟังอยู่นี้ก็เป็น
นักปฏิบัติ แล้วก็อย่าเชื่อ และอย่าไม่เชื่อ ให้เอาไปพิจารณา
ให้เห็นความจริง เป็นปัจเจกจัดตั้ง เวทิตัพโพ วิญญูหิ วิญญูชน
รู้เฉพาะตัวเอง อย่างนั้นจึงจะเป็นผู้ปฏิบัติถูก จึงจะเป็น
พระพุทธเจ้าได้



ภาคผนวก

คำถวายที่ดิน และอาคาร



The English Sangha Trust

The Hampstead Buddhist Vihara (Wat Dhammapadipa)

131 Haverstock Hill London NW3 Telephone 01-722 2618

A registered charity

Venerable Chao Khin Sodhin, your Thera
Bar Naeq Za Pauy
Uban Ratchakaw
Thailand.

14 July 1977

Venerable Sir,

On behalf of the trustees and Settlers of
The English Sangha Trust Limited, we wish to confirm
that from this date those premises owned by the
Trust known as Dhammapadipa, 131 Haverstock Hill
Hampstead London, shall be under your personal
charge and direction.

We also wish to confirm that, in your
absence, sole charge and direction shall pass to
Venerable Sumedho Bhikkhu.

May we extend to you and your fellow
Bhikkhus our heartfelt appreciation of your efforts
to establish the Sangha in this country once again,
and wish all of you a happy, peaceful and
fruitful stay.

Yours most respectfully,

G. Sharp Chairman

D. Whewell Director

T. Shine Director

Chairman and Managing Director: George Sharp Secretary: Lyn Simonon
Directors: G Beardsley, M O'C Walshe, D Whewell, T Shine, S Wint.

Registered Office: 131 Haverstock Hill London NW3 Limited Company Number 365499 Registered Charity Number 231310



(คำแปลไทย)

เจ้าคุณโพธิญาณเถร
วัดหนองป่าพง
อุบลราชธานี
ประเทศไทย

๑๔ กรกฎาคม ๒๕๒๐

ท่านอาจารย์ที่เคารพ

เราในนามของกรรมการและสมาชิกแห่งทรัสต์เพื่อสังฆะประเทศ
อังกฤษ ขอเรียนให้ทราบว่านับตั้งแต่วันนี้เป็นต้นไป อาคารและที่ดิน
ทั้งหมดนี้ซึ่งเป็นของทรัสต์ที่รู้จักกันในนามว่าธรรมประทีป เลขที่ ๑๓๑
แฮพเวอ์สเตอร์ค ฮิลล์, แฮมสเดท, ลอนดอน จะอยู่ภายใต้ความ
รับผิดชอบและคำแนะนำของท่าน

เราขอเรียนให้ทราบด้วยว่า ถ้าท่านไม่ได้อยู่ดูแลรับผิดชอบและ
ให้คำแนะนำด้วยตัวเองแล้ว จะให้การดูแลและแนะนำผ่านทางท่าน
อาจารย์สุเมโธก็ได้

ขอเราได้รำลึกถึงพระคุณอย่างจริงใจต่อความพยายามของท่าน
ในอันที่จะก่อตั้งวางรากฐานแห่งหมู่พระภิกษุสงฆ์ขึ้นไว้ในประเทศนี้
อีกวาระหนึ่ง และขอท่านทุกรูปได้โปรดพักอยู่ที่นี้ด้วยความผาสุก
ความสงบใจและได้รับผลอย่างคุ้มค่าที่สุดด้วย.

ขอแสดงความเคารพอย่างสูง

จอร์จ ชาร์ป ประธาน

เดวิด ฮิว กรรมการ

เทอร์รี่ ไซน์ กรรมการ

วีระพล/แปล



Je soussignée, Janine Boitel, certifie avoir acheté la propriété 6, chemin Bouchardin à Tournon, France, pour la placer sous la haute autorité du Vénérable Nyanadhara, afin d'y instaurer un monastère bouddhique "Boddhinyanarama" dans la tradition des moines de la forêt. Il y assurera son autorité spirituelle sur toutes les activités qu'il jugera bon de créer.

En ce jour d'inauguration, le Vénérable Nyanadhara, tous les laïcs sympathisants et moi-même, plaçons ce monastère sous la haute direction spirituelle du Vénérable Duan Po Acharu Cha de Wat Nong Pah Pong en Thaïlande, en la présence très auspiciuse des Vénérables Duan Po Acharu Cha, Phra Somedho, Phra Nyanadhara et du Samanera Jinadatto.

Je formule les vœux les plus bénéfiques pour ce monastère et puissent tous ceux qui y viendront trouver en ce lieu, l'harmonie, la tranquillité et la paix.

Fait ce jour 7 juillet 1977
au monastère Boddhinyanarama

Boitel



(คำแปลไทย)

ข้าพเจ้านางชานีน บัวเทล ขอประกาศให้ทุกท่านทราบว่า ที่ดิน และอาคาร ซึ่งตั้งอยู่เลขที่ ๖ ถนนปฐาธิวง เมืองตวงน็อง ประเทศ ฝรั่งเศส ข้าพเจ้าขอมอบถวายให้เป็นวัดในพระพุทธศาสนา โดยให้ชื่อว่า วัดโพธิญาณาราม ถือจารีตประเพณีตามแนวทางของสำนักปฏิบัติซึ่งอยู่ในป่า โดยมอบให้พระญาณธโร เป็นผู้อยู่ดูแลรักษา

ในโอกาสที่เป็นมงคลนี้ หลวงพ่อเจ้าคุณพระโพธิญาณเถร ได้เดินทางมาเยี่ยมเยียนเพื่อเปิดป้ายเป็นสาขาของวัดหนองป่าพง บรรดาสาธุศิษย์ทั้งหลายทั้งที่เป็นพระภิกษุและฆราวาส ได้มอบถวาย หลวงพ่อเพื่อให้รับไว้อยู่ในความดูแลและแนะนำพร่ำสอนตามที่ หลวงพ่อจะพิจารณาเห็นสมควร

เขียนและอ่านหนังสือนี้ต่อหน้า หลวงพ่อ พระสุเมโธพระญาณธโร และสามเณรชินทัตโต

ข้าพเจ้ามีความปรารถนาที่จะให้วัดนี้เป็นร่มโพธิ์ร่มไทร เพื่อเป็นที่พึ่งทางด้านจิตใจแก่ผู้มีศรัทธาทุกคนที่จะมุ่งหน้ามาสู่ เพื่อที่จะให้เกิดความรู้ ให้เกิดปัญญาและความสงบสุขทั่วหน้ากันเทอญ ฯ

วันที่ ๗ / ๗ / ๗๗

วัดโพธิญาณาราม

นาง บัวเทล



Acharn Sumedho responds :

He wants me to say, of course, Tan Acharn is returning to Thailand. This has been a very wonderful $2\frac{1}{2}$ months. I've been a disciple of his for over ten years, and this living $2\frac{1}{2}$ months with the Venerable Acharn in such a close relationship as travelling to a different country, this is his first chance, his first visit outside of Thailand and I think this has been a very wonderful experience for Tan Acharn Cha as well as for myself and the Venerable Khemadhammo. I never expected myself to be in England, seeing the interest here is rather astounding. It's nothing like when I left the West 13 or 14 years ago. People are suddenly finding their way toward the Dhamma, towards meditation, towards these things that are so very important for all of us to do. And so now is the chance for those of us who have been in the East practising. Before it would have been almost impossible to exist as a bhikkhu in England, but now it's not at all impossible, it's very possible, It is a reality. I find living here very enjoyable. I enjoy living in England very much. We're all quite serious and secure in our practise as bhikkhu so that none of us intend to come here just for a pleasure trip or anything other than to help in teaching Dhamma so that people in this country will have a chance to practise meditation and listen to the Dhamma. And for those who are interested in going further in ordination, probably opportunities will be available in the future to establish monasteries for training bhikkhus, monks and nuns in England itself and in France. So you can see for yourself that this is a rather wonderful time that we're living in, when suddenly out of this time of gross materialism people in these countries are turning away from that kind of thing into some things that's much finer and much better. So I want to express my gratitude to Mr. Sharp and the Trust members for offering as this opportunity to live in the West again and wish you all the best and all of you are most welcome to come and participate in the functions of this Vihara.



(คำแปลไทย)

อาจารย์สุเมธกล่าวตอบ

ท่านอาจารย์ต้องการให้อาตมาพูด แน่نون ท่านอาจารย์กำลังจะกลับประเทศไทย ช่วงเวลาสองเดือนครึ่งที่ผ่านมาที่น่าภาคภูมิใจมาก อาตมาเป็นศิษย์ของท่านมากกว่าสิบปีแล้วและเป็นเวลาสองเดือนครึ่งที่อยู่ใกล้ชิดกับท่านอาจารย์ที่นี่ในการจาริกสู่อุต่างประเทศ นี่เป็นโอกาสแรกของท่าน เป็นครั้งแรกของการเยี่ยมเยียนนอกประเทศไทยของท่าน และอาตมาคิดว่าคงจะเป็นประสบการณ์อันน่าภาคภูมิใจของท่านอาจารย์ชา ซึ่งก็พอ ๆ กับตัวอาตมาเองและท่านอาจารย์แซมฮัมมด้วย อาตมาไม่เคยคิดว่าจะมาประเทศอังกฤษ ได้มาเห็นสิ่งที่น่าสนใจที่นั่นดูค่อนข้างจะน่าพิศวงสักหน่อย ไม่มีสิ่งใดที่น่าพิศวงเหมือนเช่นนี้เลยนับแต่ที่อาตมาจากตะวันตกไป ๑๓ หรือ ๑๔ ปี ที่ผ่านมาคนทั้งหลายได้ค้นหาหนทางของเขาที่จะเข้าสู่ธรรมะ เข้าสู่การปฏิบัติ เข้าสู่แนวทางอันมีความสำคัญมากที่สุดสำหรับพวกเราทั้งหลายที่ควรกระทำ และดังนั้นเดี๋ยวนี้ก็เป็นโอกาสสำหรับพวกเราทั้งหลายผู้ซึ่งได้มาดำเนินอยู่ในข้อปฏิบัติแห่งชนชาวตะวันตกแล้ว ก่อนหน้านี้มันเป็นไปได้ได้อย่างไรเลยที่เดี๋ยวว่าจะมีพระภิกษุมาอยู่ในประเทศอังกฤษได้ แต่เดี๋ยวนี้มันไม่ใช่เรื่องที่จะเป็นไปได้เสียแล้ว มันเป็นไปได้อย่างดีทีเดียว มันเป็นความจริงขึ้นมาจนได้ อาตมาอยู่ที่นั่นรู้สึกบันเทิงใจดี อาตมามีความยินดีบันเทิงใจต่อชีวิตในประเทศอังกฤษเป็นอย่างมาก เรามีความมั่นใจและจริงใจในข้อปฏิบัติแห่งภาวะภิกษุของเรา ดังนั้นจึงไม่มีใครเลยในบรรดาพวกเราที่ตั้งใจมาที่นี่ เพียงเพื่อเป็นการเดินทางมาท่องเที่ยวหาความสนุกเพลิดเพลิน หรือหวังสิ่งอื่นใด





นอกเหนือไปจากที่จะให้การช่วยเหลือในการสอนธรรมะ ดังนั้นจึงเป็นอันว่าประชาชนในประเทศนี้จะได้มีโอกาสฝึกหัดปฏิบัติและได้ยินได้ฟังธรรมะ และบรรดาผู้ที่สนใจที่จะออกบวช บางทีโอกาาก็พอจะอำนวยให้ได้ในอนาคตที่จะตั้งวัดขึ้นหลาย ๆ แห่งเพื่อจะสอนฝึกเหล่าภิกษุพระสงฆ์และชีในประเทศอังกฤษและประเทศฝรั่งเศสด้วยตนเองได้ ดังที่คุณก็ได้เห็นด้วยตัวคุณเองแล้วว่า ขณะนี้มันเป็นเวลาที่น่าภาคภูมิใจที่พวกเราได้มาอยู่ที่นี่ เมื่อทันทีที่หมดกาลเวลาแห่งวัฏฏนิยามนี้แล้ว ประชาชนผู้คนในบรรดาประเทศเหล่านี้ก็จะหันกลับออกไปจากสิ่งนั้น ๆ ไปสู่สิ่งใดสิ่งหนึ่งที่ประเสริฐกว่าและดีกว่า ดังนั้นอาตมาก็ขอแสดงความซาบซึ้งใจต่อคุณชาร์ปและบรรดาสมาชิกของทรัสต์ทั้งหลายต่อการสนับสนุนให้ได้โอกาสที่จะอยู่ในตะวันตกอีกครั้งหนึ่งนี้ และขอให้คุณทั้งหลายจงได้รับสิ่งที่ดีที่สุดและขอเชิญคุณทุก ๆ คนได้มาที่นี่และเป็นผู้มีส่วนอยู่ด้วยกับกิจการของวิหารแห่งนี้.

วีระพล / แปล





รายชื่อสำนักสาขาโดยลำดับ ของ วัดหนองป่าพง จังหวัดอุบลราชธานี

สาขาในประเทศไทย

สำนักงานใหญ่ – วัดหนองป่าพง ตำบลโนนผึ้ง อ.วารินชำราบ จ.อุบลราชธานี

- สาขาที่ ๑ สำนักอรัญญวาสี (แก่น้อย) ต. ชาติ อ. วารินชำราบ
จ.อุบลราชธานี
- สาขาที่ ๒ วัดบึงเขาลวง ต.กลางใหญ่ อ.เขื่อนใน จ.อุบลราชธานี
- สาขาที่ ๓ สำนักกุสุวรรค์ดินแดง ต.น้ำอ้อม อ.กันทรลักษ์ จ. ศรีสะเกษ
- สาขาที่ ๔ สำนักพุทธเจติย์ ต. หนองไฮ อ. วารินชำราบ จ.อุบลราชธานี
- สาขาที่ ๕ สำนักถ้ำแสงเพชร ต.สร้างนงทา อ.อำนาจเจริญ
จ.อุบลราชธานี
- สาขาที่ ๖ สำนักกัททลิวณาราม (สวนกล้วย) ต.สังเม็ก อ.กันทรลักษ์
จ.ศรีสะเกษ
- สาขาที่ ๗ สำนักวิเวกธรรมชาน์ ต.ม่วง อ.ม่วงสามสิบ จ.อุบลราชธานี
- สาขาที่ ๘ สำนักกวนโพธิญาณ (เขื่อนสิรินธร) ต.ฝางคำ อ.พิบูลมังสาหาร
จ. อุบลราชธานี
- สาขาที่ ๙ สำนักสุภัททवास (โคกวน) ต.คำชะอี อ. คำชะอี
จ.อุบลราชธานี
- สาขาที่ ๑๐ สำนักไทรงาม ต.เดช อ. เดชอุดม จ.อุบลราชธานี
- สาขาที่ ๑๑ สำนักโพธิธรรม (แคว้น) ต.นาเจริญ อ.เดชอุดม จ.อุบลราชธานี



- สาขาที่ ๑๒ สำนักขันธ์ดิธรรม ต.หนองแขวง อ.กันทรารมย์ จ.ศรีสะเกษ
- สาขาที่ ๑๓ สำนักศรีมงคล ต.โนนกาเส้น อ.วารินชำราบ จ.อุบลราชธานี
- สาขาที่ ๑๔ สำนักพูนสินวนาราม (แม่มูล) ต.บุ่งหวาย อ.วารินชำราบ
จ.อุบลราชธานี
- สาขาที่ ๑๕ สำนักจสบาย (ป่าค้อ) ต.ยาง อ.น้ำยืน จ.อุบลราชธานี
- สาขาที่ ๑๖ สำนักรัตนะโพธิศรี (หนองหอย) ต.แก้ง อ.เดชอุดม
จ.อุบลราชธานี
- สาขาที่ ๑๗ สำนักโนนสวรรค์ ต.โขง อ.น้ำยืน จ.อุบลราชธานี
- สาขาที่ ๑๘ สำนักหนองแก้ว ต.หนองแก้ว อ.กันทรารมย์ จ.ศรีสะเกษ
- สาขาที่ ๑๙ สำนักนานาชาติ ต.บุ่งหวาย อ.วารินชำราบ จ.อุบลราชธานี
- สาขาที่ ๒๐ วัดบึงลัญจิวัน ต.ท่าหลวง อ.ท่าเรือ จ. พระนครศรีอยุธยา
- สาขาที่ ๒๑ สำนักน้ำเกลี้ยง กิ่งอ.ข้าวปุ้น จ.อุบลราชธานี
- สาขาที่ ๒๒ สำนักดงชัยศรี ต.ห้วย อ.พนานิคม จ.อุบลราชธานี
- สาขาที่ ๒๓ สำนักจังกาจิตร ต.ธาตุ อ. วารินชำราบ จ.อุบลราชธานี
- สาขาที่ ๒๔ สำนักโพธิ์สามต้น (นกยูง) ต.เตย อ.ม่วงสามสิบ
จ.อุบลราชธานี
- สาขาที่ ๒๕ สำนักบ้านคำแก้ง ต.เตย อ.ม่วงสามสิบ จ.อุบลราชธานี
- สาขาที่ ๒๖ สำนักบ้านนาโพธิ์ ต.นาโพธิ์ อ.พิบูลมังสาหาร จ.อุบลราชธานี
- สาขาที่ ๒๗ สำนักหลักแปดสิบ อ.อำนาจเจริญ จ.อุบลราชธานี
- สาขาที่ ๒๘ สำนักพรหมประทาน (ธาตุน้ำคำ) อ.โพนทอง จ.ร้อยเอ็ด
- สาขาที่ ๒๙ สำนักพัฒนาवास (ปลื้มพัฒนา) ต.ไทยเจริญ อ.ละหานทราย
จ.บุรีรัมย์



พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) / ๒๕๕



- สาขาที่ ๓๐ สำนักอุดมวาริบรรพต ต.บ้านโป่งแดง อ.พาน จ.เชียงราย
 สาขาที่ ๓๑ สำนักอนิยตาวาส ต.นาเยี่ย อ.เดชอุดม จ.อุบลราชธานี
 สาขาที่ ๓๒ สำนักศิลาแลง ต.ทุ่งเทิง อ.เดชอุดม จ.อุบลราชธานี
 สาขาที่ ๓๓ สำนักสุญญตาวาส (โคกชำแระ) ต.หนองอุ่ม อ.เดชอุดม
 จ.อุบลราชธานี

สาขาในภาคพื้นตะวันตก

- สาขาที่ ๑ สำนักธรรมประทีป เลขที่ ๑๓๑ แฮมเวอร์สตัด็อค ฮิลล์,
 แฮมสเดท, ลอนดอน เอ็นดับบลิว ๓ ประเทศอังกฤษ
 สาขาที่ ๒ โพธิญาณาราม เลขที่ ๖ เซอร์แม็ง เดอ ปูชาร์ร็อง,
 ตวกนีอง ๐๗/๓๐๐ ประเทศฝรั่งเศส

หมายเหตุ : จัดพิมพ์ครั้งที่ ๑ เมื่อปีพ.ศ. ๒๕๒๑ วัดหนองป่าพงมีสาขา
 ทั้งในประเทศไทย และต่างประเทศจำนวน ๓๕ สาขา





พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) / ๒๕๓

กระผมได้พบของดีก็ใครจะแจกจ่ายของดีชิ้นนี้ไปทั่ว ๆ กัน
จึงได้ชักชวนญาติมิตรร่วมใจกันสร้างหนังสือเล่มที่ท่านกำลังถือ
อยู่นี้ขึ้นเพื่อเป็นบรรณการ แก่พุทธศาสนิกชนและศิษยานุศิษย์
อย่างที่เคยปฏิบัติมา ทั้งนี้นอกจากเป็นการประกาศความดีของ
ท่านแล้วยังเป็นการแสดงความกตัญญูทเวที่ต่อพระอาจารย์
ผู้เป็นที่เคารพสักการะของพวกเราด้วย

หนังสือเล่มนี้สำเร็จขึ้นได้ก็ด้วยแรงศรัทธาของบรรดา
ญาติมิตรและท่านที่เคารพ ประกอบกับความเมตตาของท่าน
ปัญญาเดชะ ผู้ช่วยรวบรวมเอกสารต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง ฉะนั้น
กระผมจึงขอกราบขอบพระคุณทุกๆ ท่านที่ให้ความร่วมมือ
ด้วยดี ขอเดชอำนาจแห่งคุณพระศรีรัตนตรัยและกรรมดีที่
ท่านผู้มีพระคุณตลอดจนผู้อ่านได้บำเพ็ญมาแล้ว จงประทานพร
และส่งผลให้ท่านทั้งหลายมีความสุขความเจริญทั้งในปัจจุบัน
และในอนาคต เทอญ

น.พ. อุทัย เจนพานิชย์ และ ญาติมิตร

หมายเหตุ : นายแพทย์อุทัย เจนพานิชย์ พร้อมด้วยญาติมิตรจัดพิมพ์
แจกเป็นธรรมทานเนื่องในวันอาสาฬหบูชา ปี. พ.ศ. ๒๕๒๑







**ระเบียบการจัดการศาสนสมบัติ
อันเป็นมรดกธรรมของพระโพธิญาณเถร
(ชา สุภทฺโท)**

เนื่องจาก พระเดชพระคุณพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) ประสงค์ที่จะเผยแผ่พระธรรมคำสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เพื่อเป็นแนวทางในการประพฤติปฏิบัติธรรมแก่สาธุชนทั่วไป และไม่เห็นด้วยอย่างยิ่งกับการสร้างรูปเหมือนรูปหล่อ และเหรียญของพระเดชพระคุณท่านฯ อันจะเป็นการทำให้เกิดความลุ่มหลง และศรัทธาอันเป็นมิจฉาทิฎฐิ

เพื่อให้เป็นไปตามเจตนารมณ์ของพระเดชพระคุณพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) เจ้าอธิการเลี่ยม จิตธมฺโม เจ้าอาวาสวัดหนองป่าพง จึงได้แต่งตั้งคณะกรรมการฯ ขึ้นชุดหนึ่ง เพื่อวางระเบียบการจัดการศาสนสมบัติ อันเป็นมรดกธรรมของพระเดชพระคุณพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) ซึ่งต่อไปนี้จะเรียกว่า “คณะกรรมการฯ” ที่ประชุมคณะกรรมการฯ ได้มีมติวางระเบียบการจัดการเรื่องดังกล่าวไว้ดังนี้





๑. รูปเหรียญ รูปพิมพ์ รูปอื่นๆ หรือวัตถุมงคลใดๆ ที่ทำขึ้นเพื่อให้มีลักษณะเหมือนหรือใช้เป็นสัญลักษณ์แทน หรืออ้างถึงพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) ห้ามทำขึ้นโดยเด็ดขาด

๒. รูปหล่อ รูปปั้น รูปแกะสลัก หรือรูปอื่นใดทำนองเดียวกันนี้ ที่เหมือนองค์จริงหรืออ้างถึงพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) ให้ทำได้เฉพาะวัดสาขาและตั้งประดิษฐานไว้ที่วัดสาขาเท่านั้น ในกรณีอื่นๆ ห้ามจัดทำขึ้น เว้นแต่จะได้รับอนุญาตจากคณะกรรมการฯ เป็นกรณีไป โดยในการขออนุญาตจะต้องทำเป็นหนังสือระบุขนาด จำนวน และสถานที่ประดิษฐานไว้อย่างชัดเจน

๓. ภาพถ่ายของพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) รูปภาพรูปดัดแปลง แผ่นภาพซึ่งจัดทำโดยวิธีอื่นใดให้มีลักษณะเป็นภาพพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) ตลอดจนสำเนาซึ่งภาพดังกล่าวจะทำขึ้นใหม่ต้องได้รับอนุญาตจากคณะกรรมการฯ เว้นแต่จะจัดทำขึ้นเป็นจำนวนเล็กน้อย เพื่อบูชาเป็นส่วนตัวมิได้แจกจ่ายต่อสาธารณะ

๔. คำสอนหรือคำเทศนาของพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) ที่บันทึกไว้ในรูปของวิดีโอเทป ภาพยนตร์ เทปคาสเซต ซีดี หรืออุปกรณ์อย่างอื่น ทำนองเดียวกัน ห้ามทำซ้ำ ทำขึ้นใหม่



หรือแปลเป็นภาษาอื่น หรือดัดแปลง ไม่ว่าด้วยวิธีใดๆ เว้นแต่จะได้รับอนุญาตจากคณะกรรมการ เป็นกรณีไป โดยการอนุญาตต้องกำหนดจำนวนและอุปกรณ์ที่ใช้ตลอดจนวิธีการเผยแพร่อย่างชัดเจน

๕. หนังสือคำสอนของพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) ห้ามจัดทำขึ้นใหม่ หรือทำสำเนาขึ้นใหม่ ทำซ้ำ หรือแปลเป็นภาษาอื่น (ต้นฉบับเป็นภาษาไทย) หรือดัดแปลง ไม่ว่าด้วยวิธีใดๆ เว้นแต่จะได้รับอนุญาตจากคณะกรรมการ ทั้งนี้ไม่ว่าทั้งหมดหรือบางส่วน

การสรุปข้อความจากหนังสือ หรือดัดแปลง ตัดต่อข้อความบางส่วน of หนังสือจะกระทำมิได้โดยเด็ดขาด

๖. การเผยแพร่ธรรมะหรือคำสอนของพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) โดยใช้เทคโนโลยีอื่นๆ เช่น อินเทอร์เน็ต เป็นต้น จะกระทำมิได้ เว้นแต่จะได้รับอนุญาตจากคณะกรรมการ

๗. เมื่อได้รับอนุญาตจากคณะกรรมการ ให้จัดทำขึ้นใหม่ ทำซ้ำ ทำสำเนา หรือเผยแพร่มรดกธรรมตามข้อ ๒ -๖ ผู้จัดทำจะต้องนำคำขออนุญาต และคำอนุญาตจากคณะกรรมการ ใส่ไว้ในมรดกธรรมที่เกิดขึ้นใหม่ด้วย สำหรับมรดกธรรมที่ผู้ได้รับอนุญาตให้จัดทำขึ้น หากเป็นหนังสือ เอกสาร หรือ





โดยใช้เทคโนโลยีอื่นใดที่ใช้สำหรับอ่าน ให้นำระเบียบนี้ใส่ไว้เป็นส่วนหนึ่งของมรดกกรรมที่เกิดขึ้นใหม่ด้วย ทั้งนี้ให้ขึ้นอยู่กับ การพิจารณาความเหมาะสมของคณะกรรมการฯ ด้วย

๘. หากผู้ใดกระทำการฝ่าฝืนระเบียบนี้ตามข้อ ๑-๗ ที่เกิดขึ้นก่อนวันที่ออกระเบียบนี้ หรือที่จะเกิดขึ้นในกาลข้างหน้า ให้พิจารณาแก้ปัญหา ดังนี้

๘.๑ ธรรมะหรือคำสอนที่แปลเป็นภาษาอื่นแล้วก่อนออกระเบียบนี้ ให้รวบรวมและนำมาตรวจสอบความถูกต้องในการแปล หากพบความผิดพลาดต้องแก้ไข ให้เรียกผู้แปลและผู้จัดทำมารับทราบและดำเนินการ หากไม่สามารถดำเนินการให้เรียบร้อยได้โดยดีให้ดำเนินการตามข้อ ๘.๒

๘.๒ การจัดการกับการฝ่าฝืนตามข้อ ๑ - ๗ รวมทั้งกรณีอื่นๆ ให้คณะกรรมการฯ พิจารณาเป็นกรณีไป โดยพิจารณาถึงเจตนาผู้กระทำ ตลอดจนการให้ความร่วมมือในการแก้ปัญหาของผู้กระทำ หากมีความจำเป็นให้คณะกรรมการฯ มีอำนาจแต่งตั้งบุคคล หรือคณะบุคคล เพื่อดำเนินการกับผู้กระทำการละเมิดทั้งทางแพ่งและอาญา หรือดำเนินการอื่นใดตามที่คณะกรรมการฯ มอบหมาย โดยยึดหลักประนีประนอมเพื่อดำรงไว้ซึ่งเจตนารมณ์ และชื่อเสียงเกียรติคุณ

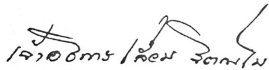


ของพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) และวัดหนองป่าพงและ
สาขาเป็นสำคัญ

๙. การมอบหมายให้บุคคล หรือคณะบุคคล ดำเนิน
การตามข้อ ๘.๒ คณะกรรมการฯ จะต้องกำหนดหลักเกณฑ์
และขอบเขตในการดำเนินการให้แก่ผู้รับมอบหมาย และหาก
ทำได้ ให้กำหนดในการดำเนินการและรายงานสรุปผลต่อ
คณะกรรมการฯ ด้วย

เจ้าอาวาสวัดหนองป่าพงเป็นผู้รักษาการตามระเบียบการ
นี้ และมีอำนาจให้คำอนุญาตได้ในกรณีที่เหมาะสม

ระเบียบนี้ออกเมื่อวันที่ ๑๑ พฤศจิกายน ๒๕๔๓

ลงชื่อ 

(เจ้าอธิการเลี่ยม จิตธมฺโม)

เจ้าอาวาสวัดหนองป่าพง



ต้องยอมเสียสละทุกอย่างให้แก่พระศาสนา
เพื่อประชุมชนเป็นส่วนมาก
ในเวลานี้ดอกบัวกำลังจะบานในทิศตะวันตกอยู่แล้ว
และในวันนี้ได้สนทนาธรรมกับอาจารย์
ที่สอนกรรมฐานที่ออกสะเก็ด เข้าใจได้ว่า
อาจารย์คนนั้นยอมรับคำพูดของเราทุกอย่าง
โดยไม่มีการขัดข้องแม้แต่อย่างใดเลย
อาจารย์คนนี้ชื่อ จอห์น โคมัน

พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทโท)
๑๓ พฤษภาคม ๒๕๒๐

