

เล่มที่ ๑

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

ถาม-ตอบ ปัญหารธรรม วันที่ ๒๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙

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

ถาม : เรื่อง “เจ็บที่ใจ”

กราบนมัสการหลวงพ่อก่อน เมื่อก่อนผมเคยนั่งสมาธิ เกิดเวทนาเจ็บขามาก จนออกจากการนั่ง ปัจจุบันนี้เกิดเวทนาที่ใจครับ นั่งเพียงหนึ่งนาทีก็นั่งไม่ได้ เดินจงกรมเพียงหนึ่งนาทีก็นั่งได้แล้วครับ ใจมันไม่อยากรู้ ใจไม่อยากจะเดิน

แต่กระผมก็อยากรู้ ความอยากเดินจงกรมสู่ใจตัวเองไม่ได้ครับ กระผมควรแก้อย่างไรดีครับ ใจไม่อยากรู้สมาธิ แต่ผมอยากรู้สมาธิครับ เพื่อบุญกุศลกับตัวผมเอง และครอบครัวครับ แต่ใจไม่อยากรู้ กระผมไม่เข้าใจครับ

ตอบ : เวลาเขาเขียนมา เราอ่านเราว่าเราสับสนหรือคำถามสับสนก็ไม่ว่า เพราะเขาเขียนมา เห็นไหม “อยากทำครับ แต่ทำไม่ได้ครับ อยากทำครับ แต่ทำไม่ได้ครับ”

เวลาเราพูด เห็นไหม เวลาครูบาอาจารย์ของเราที่ท่านประพฤติปฏิบัติ ท่านบอกนี่จิตมันเสื่อม เวลาจิตมันเสื่อมไปแล้วมันมีปัญหาอย่างนี้ คิดดูสิ หนึ่งนาทีก็นั่งไม่ได้ นั่งสมาธิแค่นาทีเดียวมันก็นั่งไม่ได้ เดินจงกรมแค่นาทีเดียวก็เดินไม่ได้ เหมือนเวลาเราทำอย่างภาวนา ไปเห็นทางจงกรมแล้วมันแหงน เห็นทางจงกรมแล้วมันเบ้เลย หาทางออกเลย มันไม่ยอมเข้าทางจงกรม นี่เวลาจิตมันเสื่อม

เวลาจิตมันเสื่อมมันเป็นอย่างนี้ ขนาดเรานั่งกัน เห็นไหม ๕ นาที ๑๐ นาทีเรายังนั่งแสนยาก แต่เวลาคนที่เขานั่ง เมื่อก่อนเขาเคยนั่งสมาธิ เขาเกิดเวทนาเจ็บมาก เจ็บมาก เวลาเจ็บมากเวทนาอื่นๆ เวลาเรารู้กับเวทนา เห็นไหม ถ้าเรามีกำลัง มีความสามารถอยู่ เราพยายามสู้ของเรา พยายามสู้ของเราเพราะอะไร เพื่อเอาชนะตนเองไง

เหมือนเด็ก เห็นไหม เด็กมันหัดเขียนหนังสือ เด็กถ้าเข้าอนุบาล มันเขียนหนังสือไม่เป็น ครูเขาก็ฝึกหัดจนกว่ามันเขียนหนังสือได้ ได้ ก.ไก่ ก.กา สักตัวก็ยังดี แล้วฝึกหัดให้ชำนาญขึ้นต่อไปมันผสมคำได้เลย

นี่ของเราก็เหมือนกัน เวลาเราจะประพฤติปฏิบัติ เราพยายามจะฝึกตัวเราให้ได้ แต่ถ้ามันทำได้นะ จิตใจที่เราดูแลของเรา แล้วเราทำของเรา อย่าให้มันแบบว่ามันตีกลับ ถ้ามันตีกลับมันเป็นแบบนี้ เวลาจิตเสื่อม เวลาจิตเสื่อมเวลากิเลสมันเล่ห์เหลี่ยมของมัน มันพลิกแพลงขึ้นมา มันร้อยสันพันคม มันร้อยสันพันคมนะ

เวลาครูบาอาจารย์เราบางองค์ที่ประพฤติปฏิบัติ เห็นไหม มันก็ชักนำไป ปฏิบัติแล้วได้สมาธิ พอได้สมาธิแล้วเกิดปัญญา เกิดปัญญาแล้วได้มรรคได้ผล มันคิดไปเอง จินตนาการไปเองว่าตัวเองมีมรรคมีผล พอถ้ามีมรรคมีผล พอไปเจออุปสรรค ไปเจออะไรที่กระทบเข้า ไปเลย พอไปเลย นั่นนะมันบอกแล้ว มีมรรคมีผลจริงหรือเปล่า

เวลามันบังเอิญนะ มันก็ชักลากเราไปไง ชักลากเราไปว่า โอ้โฮ! มันดี มันสุข มันสงบ มันรื่นเริง มันเป็นผลประโยชน์ แต่จริงๆ แล้วมันหลอกหมดเลย คือมันไม่จริง แต่ในมุขกลับ นี่ กามสุขัลลิกานุโยค กามสุขัลลิกานุโยค อตตกิลมถานุโยค ทำไปแล้วมันมีแต่อุปสรรคทั้งนั้น ทำไปแล้วมันมีแต่ความทุกข์ความยาก ทำไปแล้วมีแต่ความเจ็บช้ำน้ำใจ

ใจเรานะ เราอยากเดินจงกรม อยากนั่งสมาธิ แต่แม้แต่หนึ่งนาทีก็ทำไม่ได้ “นั่งสมาธิหนึ่งนาทีก็ไม่ได้ เดินจงกรมแม้แต่เพียงหนึ่งนาทีก็แสนยากครับ ใจมันไม่อยากนั่ง ใจมันไม่อยากเดิน ใจมันไม่เอา ใจมันตีกลับ” นี่เวลากิเลสมันตีกลับ

ฉะนั้น เวลาครูบาอาจารย์ของเราที่ท่านเมตตา ท่านคอยดูแลดอนมรักษาพวกเราก็ตรงนี้ เวลาเรามองมุมหนึ่ง ท่านจุกจิก จู้จี้ จุกจิก แหม! เรื่องมาก โอ้เรื่องมากก็ตรงนี้แหละ ตรงเวลามันเสื่อมไปนี้แหละ เพราะอะไร เพราะมันดินพอกหางหมูนะ หมูเวลาหางมันเปื่อย เห็นไหม มันคลุกฝุ่น มันพอกหางหมู พอกไปเรื่อย โอ้ของเราจุกจิก จุกจิก นั่นแหละดินจะพอกหางหมู ทำไปทำไป แล้วประเดี๋ยวหางหมูนี้ดินเป็นก้อนโตๆ เลย มันพอกไปเรื่อยๆ

แต่ถ้าเราดูแลรักษา เห็นไหม เราทำความสะอาดเรื่อย เราไม่คลุกฝุ่นของเรา เราจะดูแลของเรา ไม่ให้ดินพอกหางหมู ไม่ให้กิเลสมันพอกหัวใจ ถ้าไม่ให้มีกิเลสพอกหัวใจ เราทำสิ่งใด มันจะทุกข์มันจะยาก มันทุกข์มันยากเพราะเราเชื่อ เราศรัทธา **เรามีศรัทธาความเชื่อในธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า** เราคิดว่า การประพฤติปฏิบัติดัดแปลงตน การประพฤติปฏิบัติคือดัดแปลงหัวใจ

ถ้าดัดแปลงหัวใจให้เข้าสู่สัจธรรม ให้เข้าสู่ธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เราปรารถนาตรงนั้น การว่าปรารถนาตรงนั้นมันเป็นอริยทรัพย์ พอเป็นอริยทรัพย์มันต้องทุ่มเท เห็นไหม มันต้องทุ่มเทด้วยสติ ด้วยสมาธิ ด้วยปัญญา การทุ่มเทอย่างนั้น เราถึงยอมทุกข์ยอมยากกัน เห็นไหม

เวลาครูบาอาจารย์ของเรา เวลาท่านอดอาหาร อดนอนผ่อนอาหาร เห็นไหม ท่านทำของท่าน ใจที่ไม่ทุกข์ไม่มีหรรษา การอดอาหารไม่หิวไม่กระหายมันเป็นไปได้ มันหิวมันกระหาย แต่ผลที่จะได้มาคือร่างกายมันเบา ร่างกายมันเบา มันไม่มีพลังงานที่เหลือกดทับ

หลวงตาท่านใช้คำว่า “ขันธ & ทับจิต ขันธ & ทับจิต” คือร่างกายมันมีพลังงานที่เหลือใช้ มันก็อยู่ง่าย มันก็วิ่งเหงาหาวนอน มันก็กดทับหัวใจของเรา ใจเราเวลาอดอาหารมันหิว มันกระหาย พลังงาน นี่มันดึงพลังงานที่สะสมเอามาใช้ สะสมเอามาใช้ เห็นไหม ถ้าอดมากๆ ไปจนร่างกายซูบผอม แต่เราต้องทนเวทนาคือหิว ทนความกระหาย เราสู้ทนกับมัน แต่เวลาประพฤติปฏิบัติไป จิตใจมันผ่องแผ้ว จิตใจมันผ่องแผ้ว

เราเวลาปฏิบัติทุกคนจะบอกว่าเราไม่มีงานทำ เราหางานทำไม่ได้ เวลาอดอาหารไปมันมีความหิวมีความกระหาย จิตใจเรามันเกิดปัญญาขึ้นมา มันก็ถามหัวใจของเราว่า อะไรมันหิว กระเพาะมันหิวหรือ หรือร่างกายนี้มันหิว อะไรมันหิว เห็นไหม ถ้าเราพิจารณาไปด้วยสัจธรรม สัจธรรมคือธรรมโอสธ เวลาธรรมโอสธมันได้เข้าไปนะ สิ่งที่ว่าหิวๆ มันปล่อยหมดเลย จิตมันมีปัญญาเข้าไปควบคุมได้ มันปล่อยหมดเลย พอปล่อยหมดเลย ความหิว ความกระหาย เพราะว่าเรารับรู้ว่ามันหิวมันกระหายไง

เวลามันปล่อยหมดเลย ร่างกายมันก็อันเดิมนี่แหละ แต่หัวใจมันปล่อยหมดแล้ว มันโล่ง โกงหมดนะ โอ้ย! มันว่างหมดเลย หิวๆ มันปล่อยว่างได้ไง มันปล่อยว่างได้หมดเลยนะ นี่พูดถึง

ว่าขนาดหิวกระหาย เราต้องทน เราต้องมีสติปัญญาไล่ต้อนกับมัน แล้วไม่ใช่มันหิวเฉยๆ หิวเฉยๆ แบบว่าทางแอฟริกา เห็นไหม เขาขาดอาหาร ขาดอาหารจนเด็กนี้ขาดอาหารทั้งประเทศเลย เพราะเขาไม่มีอาหารไว้กินของเขา

ไฉนก็เหมือนกัน ที่เขาอดอย่างนั้นเพราะว่าเขามีความจำเป็น เขาอดเพราะความทุกข์ ความยากทางโลกเขา อดเพราะเขาขาดแคลน เขาไม่ได้ใช้ปัญญาของเขาไป เขาไม่มีปัญญาของเขา เขามาใคร่ครวญ เขาไม่มีปัญญาหรอก เขามีแต่เรียกร้องความช่วยเหลือจากสหประชาชาติ เรียกร้องความช่วยเหลือจากโลก เพราะว่าเขาเป็นจุดที่เขาขาดแคลน เขาไม่ได้คิดถึง ไม่มีสติมีปัญญาที่สมควรที่จะพิจารณาจะประพฤติปฏิบัติธรรมได้ เพราะจิตใจของเขาทุกข์ จิตใจของเขาอยาก จิตใจของเขาเป็นโลก จิตใจของเขามีแต่กิเลสมันทับถม

แต่จิตใจของเรา จิตใจของเราที่ขึ้นบาน จิตใจของเราที่แสวงหาทางออก มันอยู่ที่จิตใจใจ จิตใจที่มีกำลัง จิตใจที่มีเจตนา ความรู้สึกนึกคิดที่แตกต่างกัน

จิตใจ จิตใจหนึ่งคิดแต่ทางโลก จิตใจหนึ่งคิดถึงการขาดแคลน จิตใจคิดถึงการבקพร่อง คิดถึงทุกข์เวทนาทางโลกไป ว่าการช่วยเหลือทางเศรษฐกิจในทางปัจจัยเครื่องอาศัย

แต่เวลาธรรมะ ธรรมะ เห็นไหม พระเรา เรามีอาหาร เราบิณฑบาตมา เราก็มีอาหารของเรา แต่มันสัมผัสมาอาชีวะด้วย ถูกต้องดีงาม เพราะเขาศรัทธา เขามีความเชื่อ เขาอยากได้บุญกุศลของเขา เขาถึงได้ตักบาตรเรามา แล้วบิณฑบาตเมื่อไหร่มันก็มีทุกอย่างพร้อม

เรามีสมบรูณ์ มันอุดมสมบรูณ์ ในน้ำมีปลา ในนามีข้าว เป็นดินแดนที่อุดมสมบรูณ์ แล้วเวลาเรามีศรัทธา มีความเชื่อ เรามีปัญญาของเรา เห็นไหม เราพยายามจะดัดแปลงตนของเรา เราจะพยายามประพฤติปฏิบัติของเรา เรามีเจตนา เราตั้งใจของเรา

จิตใจเราหวังมรรคหวังผล มันมีการกระทำ มันมีสติมีปัญญา คือมันมีใจ ใจนี้มันเฝ้าหาใจที่มีการกระทำ แต่ใจตัวนี้ ใจนี้โดนกิเลสครอบงำ ใจนี้มันสู้กิเลสไม่ไหว เห็นไหม เราก็ใช้อุบายในอุคตควัตร ในสัลเลขธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเข้ามาดูแลรักษา รักษาเนื้มัน ธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัม-พุทธเจ้าไป

แต่เวลาเราดูแลรักษา เราต้องมีการกระทำ มันจะหิวใหม่ หิว โดยธรรมชาติมันหิวทั้งนั้น แต่มันมีสติมีปัญญาใคร่ครวญว่าอารมณ์ความที่ไปเกาะเกี่ยว อารมณ์ที่มันไปเกาะเกี่ยว อารมณ์ที่มันไปยึดมั่น จิตที่มันโดนกิเลสครอบงำไปยึดมั่น เรามีสติมีปัญญา เราแก้ไขตรงนี้ไง

แต่อาหารมันกองอยู่นั่นเต็มไปหมดเลย แต่เราผ่อน เราอด เพื่อจะใช้สติปัญญาอย่างนี้ เห็นไหม มันต่างกันไง มันต่างกันเพราะเรามีสติมีปัญญาดูแลรักษาใช้ไหม ถ้าเราดูแลรักษา ขึ้นมา มันพิจารณาไป พิจารณาไป ถ้ามันเป็นสัมมาทิฐิความเห็นถูกต้องดีงาม มันเป็นมรรคเป็นผล มันปล่อย ปล่อยหมดเลย พอปล่อยหมดเลยมันมหัศจรรย์ คนที่ทำได้มันถึงมหัศจรรย์ คนทำไม่ได้มันถึงฝังอยู่ในใจอันนั้นไง

ถ้าใจอันนั้นมันก็เป็นจริงขึ้นมา ถ้าเป็นจริงขึ้นมามันก็เป็นประโยชน์ มันเป็นประโยชน์ แล้วเป็นประโยชน์ ทีนี้พอเป็นประโยชน์แล้วมันติดใจอยากได้อีก นี่ก็กลับมาที่คำถาม ถ้าอยากได้อีกก็เป็นอย่างนี้ มันอยากได้ อยากได้โดยที่มันไม่มีเหตุมีผลเพียงพอ แล้วถ้ามีเหตุมีผลเพียงพอ กิเลสมันก็จะเอื่อยขึ้น เพราะเมื่อก่อนกิเลสมันต่อต้านอย่างนี้ เรายังเอาชนะมันมาได้ กิเลสครั้งต่อไปมันเล็กซึ้งกว่านั้น มันทำให้เราล้มลุกคลุกคลานกว่านั้น

ครูบาอาจารย์ที่ท่านประพฤติปฏิบัติมาแล้ว ท่านถึงบอกกิเลส แก่นของกิเลสเหนียวนัก กิเลสร้ายนัก คนที่จะชนะกิเลสได้มันร้ายนัก แล้วเล่ห์เหลี่ยมของมันร้ายแปดเลย

ฉะนั้น สิ่งที่คำถาม เห็นไหม “เจ็บที่ใจ เจ็บที่ใจ” มันสะใจเรามาก สะใจมากนะ สะใจมากตรงไหน สะใจมากที่ว่า นี่ไง เวลาครูบาอาจารย์ที่ท่านดูแล ที่ท่านปากเปียกปากแฉะ ท่านควบคุมก็เพราะเหตุนี้แหละ เวลาจิตเสื่อม ๑ เวลากิเลสมันพลิกแพลง ๑

นี่ยังดีนะ ยังว่ายังอยากทำอยู่ ยังอยากทำอยู่ ถ้ากิเลสมันพลิกแพลง เอ้อ! รู้อย่างนี้ไม่ปฏิบัติตั้งแต่ที่แรกก็ดี เสียเวลาตั้งหลายปี แล้วไม่เห็นได้อะไรเลย โห้โฮ! มันตลกดีมานะ เลิก แล้วมันยังกลับมาตีเตือนอีกนะ แต่ถ้ามันยังไม่เลิกนะ ไม่เลิกแต่เราบอกว่าเล่ห์ของมัน เล่ห์เหลี่ยมของมัน เห็นไหม เวลาจิตเสื่อมไม่ได้เลย ไม่ได้เลยนะ

หยุด หยุดแล้วนะ เรามาสร้างศรัทธา เวลาพระรณะ ถ้าจิตเสื่อม ถ้าจิตมันตกนะ จะไปกราบครูบาอาจารย์ เช่น หลวงปู่แหวนอยู่นะ เห็นไหม หลวงปู่แหวนท่านมีบารมีธรรมของท่าน

อย่างเช่น หลวงตาท่านอยู่นะ ท่านมีบารมีธรรมของท่าน ไปอาศัยท่าน เข้าไปวัดนะ ไปวัดท่าน นั้นแหละ ไปวัดท่าน ไปขอพักขออาศัย ถ้าภาษาเราก็คือไปชาร์จไฟ ไปชาร์จไฟไปปลุกใจให้มันฮึกเหิม ปลุกใจให้มัน ใส้สิ่งที่มันต่อต้าน ใส้สิ่งที่มันทำลาย ทำลายเพราะมันนะเล่ห้เหลี่ยมของมัน เวลามันแสดงลงวดลาย นี่แหละลงวดลายมันแสดงออก

แล้วมันแสดงออก มันแสดงออกที่ไหน ผลเกิดที่ไหน ผลเกิดบนใจที่พูด มันแสดงออกบน ใจดวงไหน ใจดวงนั้นจะทุกข์อย่างนี้ ทั้งๆ ที่เรารู้ การประพฤติปฏิบัติถ้าถึงที่สุดแล้วมันสิ้น กิเลสไปได้ การทำคุณงามความดีมันทำได้ แต่มันทำไมไม่อยากทำ หันหน้าเข้าไปมันตีกลับเลย มันตีกลับ ตีกลับมาแบบว่าคุกเข่าเลย ยอมจำนนกับมันเลย สู้กับมันอย่างไร

แต่ถ้าเรามีสติมีปัญญา เราค่อยๆ ถ้ามันไม่ไหว ไม่ต้องไปเผชิญหน้ากับมัน ถอยเลย ถอยมาฟื้นฟูหัวใจให้มันมั่นคง พอมันคงแล้วเราค่อยเริ่มต้นใหม่ เริ่มต้นประพฤติปฏิบัติ เริ่มต้น เริ่มต้นก็นั่งสมาธิภาวนา สวดมนต์ของเราขึ้นไป

สิ่งที่การประพฤติปฏิบัติ ทำบุญ ทำบุญกุศลมาขนาดไหน จะทำคุณงามความดี มาขนาดไหน ถ้าอยากจะพ้นทุกข์ต้องลงสู่ที่การประพฤติปฏิบัตินี้เท่านั้น ศีล สมาธิ ปัญญา เวลาภาคปริยัติ ศึกษา มา ศึกษา มาเพื่อความรู้ของเรา เวลาปฏิบัติ ปฏิบัติเพื่อ คุณธรรมในใจของเรา

แต่ปฏิบัติเพื่อคุณธรรมในใจของเรา ถ้ามันไม่มาสมาธิปฏิบัติ ไม่สมดุล มันสมุจเฉท ปหานไม่ได้ มันเป็นตทังคปหานชั่วคราว เวลามันชั่วคราวนะ เวลาครูบาอาจารย์กิเลสมันบังเงา เวลาต่อต้านมันก็ต่อต้าน เราทำอะไรไม่ได้เลย แต่เวลาถ้ามันบังเงา นะ พอประพฤติปฏิบัติไปนะ มันชักงูไปเลย สำเร็จแล้ว ได้แล้ว รู้แล้ว แค่นั้นนะ มันชักไปเลย แล้วเราก็อึดมันเพราะอะไร เพราะอึดหือ! มันดึงามไปหมด

แต่ถ้ามันยังไม่เป็นข้อเท็จจริง มันไม่เป็นข้อเท็จจริง มันยังไม่เป็นคุณธรรมจริงของเรา มันเสื่อม เจริญแล้วเสื่อม เสื่อมแล้วเจริญ ครูบาอาจารย์ที่ท่านประพฤติปฏิบัติมาแทบทุก องค์ จะว่าทุกองค์เลยก็ได้ มันต้องมีเจริญแล้วเสื่อม เว้นไว้แต่ชิปปาภิญญา ผู้ที่ปฏิบัติ ง่ายรู้ง่าย ถ้ามันปฏิบัติครั้งเดียวสำเร็จไปเลย นั่นเขาก็สร้างของเขา มา แต่ส่วนใหญ่แล้วมัน จะเจริญแล้วเสื่อม เสื่อมแล้วเจริญ มันต้องมาพิจารณา

เวลาหลวงตาท่านพูด หลวงตาท่านพูดนะ ท่านบอกว่า เวลาท่านระลึกถึงภาคปฏิบัติของท่าน เพราะท่านปฏิบัติมาเอง ท่านก็ต้องจำของท่านได้ ท่านบอกว่ามันแห้งเลย มันเสียวๆ เลยละ บอกไอ้โฮ! มันน่ากลัว แต่ขณะที่ท่านประพฤติปฏิบัติท่านยังเป็นวัยหนุ่มเริง วัยหนุ่ม วัยที่แข็งแรง อดอาหาร อดจนหลวงปู่ท่านยังตกใจ ออกวิเวกกลับมามันเป็นดีชานเริง เหลืองหมดเลย แล้วมันหนังหุ้มกระดูกเลย

ท่านตกใจเลย “หา! ทำไมเป็นอย่างนี้” เพราะท่านห่วง เพราะท่านห่วงของท่าน ท่านรักของท่านนะ หลวงปู่ท่านก็รักของท่าน เพราะท่านต้องการศาสนทายาท ท่านต้องการคนที่สืบต่อศาสนา หลวงปู่ท่านรักนะ ถ้าในภาษาโลก ท่านรักของท่านมาก แต่การรักแบบธรรมรักแล้วก็ต้องใช้คุณธรรมฟาดฟัน ให้ลูกรักของเรามีคุณธรรมในใจให้ได้

ฉะนั้น เวลาท่านออกไปวิเวกกลับมา “ฮั! ทำไมเป็นขนาดนี้ละ” หลวงตาท่านออกไปอดอาหารกลับมา เป็นดีชานเหลืองหมดเลย นี่พออย่างนั้นบ๊ิบ นักปราชญ์กับนักปราชญ์คุยกัน เห็นไหม หลวงตาท่านบอกว่า พอท่านพูดอย่างนั้นบ๊ิบ เราก็ฟัง เพราะหลวงตาท่านอดมาเอง ท่านเผชิญมาเอง ท่านรู้ของท่านเอง ฟังว่าท่านพูดอย่างไรต่อไป

ฉะนั้น พอท่านเห็น เห็นสภาพมันรุนแรง แต่ที่นี้ด้วยนักบวช ท่านก็พลิกกลับเลย “เอ้อ! นักบวชต้องเป็นอย่างนี้เว้ย” กลับบอกว่า เอ๊ะ! ทำไมเป็นอย่างนี้ มันก็ถึงบอก ไอ้โฮ! เราทำอย่างนี้เราเองเราก็เฝ้าอยู่แล้ว แล้วครูบาอาจารย์เรายังตกใจไปกับเรา เอ้อ! อ่อนไปเลย แต่ท่านพลิกกลับเลย ไปเห็นที่แรกตกใจนะ เพราะท่านรักของท่าน แต่เสร็จแล้ว รักแล้วอยากจะให้ประสบความสำเร็จด้วย ท่านบอกว่า “เอ้อ! นักบวชเว้ย นักบวชก็ต้องบวชอย่างนี้” ท่านก็กลับมาฟื้นฟูใหม่

เวลาหลวงตาท่านย้อนกลับไปถึงที่ว่าท่านปฏิบัติมานะ ท่านบอก ไอ้โฮ! ทำได้อย่างไร ทำได้อย่างไร แต่ตอนนั้น ๑. วัยหนุ่ม แต่ที่สำคัญที่สุดคือกิเลส คือมันมีกิเลสคันในใจ มันมีสิ่งใดที่มันยอกใจอยู่เนี่ย มันมีอุดมการณ์ มีอุดมการณ์มีเป้าหมาย มีกำลังใจ พุ่งเข้าใส่เลย พุ่งเข้าใส่เป็นอย่างไรเป็นกัน ตายเป็นตาย ถ้าจะตาย อะไรตายก่อน ขอdukก่อน ตาย อะไรเป็นตาย มันมูมานะ ก็เหมือนคนองอาจ เหมือนคนจริงจัง ทำเข้าไป

แต่ท่านก็ยังติด ๕ ปีเลย เวลาท่านพูดเอง ท่านบอกว่าคิดว่าสมาธิเป็นนิพพาน ติดอยู่ ๕ ปี ขนาดอยู่ใกล้ขนาดนั้นนะ อุปสรรคมันเป็นแบบนั้น

ฉะนั้น คนเราเจริญแล้วเสื่อม เสื่อมแล้วเจริญ โอ้โฮ! เวลาเสื่อมแล้วถึงจะรู้ พวกที่นักปฏิบัติเราปฏิบัติแล้วเป็นสมาธิไม่ได้ ปัญญาเกิดไม่ได้ มันก็ยังเป็นแบบว่าไม่รู้ถูกรู้ผิดใจ แต่ถ้าคนปฏิบัติได้ โอ้โฮ! เป็นสมาธิได้ มีปัญญา แหม! แพรพราว โอ้โฮ! สุดยอด แล้วปฏิบัติไปปฏิบัติไป ชะล่าใจ วันหนึ่งโอ้ความแพร่พราวในใจหมดเลย แล้วสมาธิมันก็มีแต่ฟุ้งแต่ไฟ มันก็จะเป็นแบบนี้ จะเข้าทางจกกรมแม้แต่นาทีหนึ่ง จิตใจมันก็ไม่ยอมทำ จะนั่งสมาธิแม้แต่นาทีหนึ่งมันก็ไม่ยอม

เวลาเสื่อมไปแล้วนั้นนะ มันถึงจะรู้จัก พอรู้จักขึ้นมาแล้ว โอ้ที่ว่าครูบาอาจารย์ปากเปือกปากน้ะ โอ้ว่าเรื่องมาก เอ้อ! มันก็สมควรน่ะ พอมันเสื่อมไปแล้ว อ้อ! ที่ท่านปากเปือกปากน้ะก็เพราะเหตุนี้เอง โอ้ที่ท่านจ้ำจี้จ้ำไชก็เพราะเหตุนี้เอง เหตุนี้เอง เวลามันเสื่อมไป แล้วเราจะบอกว่าเสื่อมหมด เสื่อมหมดเพราะอะไร เสื่อมหมดเพราะความรู้สึกเป็นนามธรรม

สิ่งที่เป็นนามธรรมมันรักษาไว้ได้ยากนะ อารมณ์ความรู้สึกนี้รักษาไว้ได้ยากมาก นี่อารมณ์ความรู้สึกรักษาไว้ได้เพราะเรามีสติ แล้วเรามีคำบริกรรมเกาะมันไว้ เกาะไว้ เกาะพุทโธไว้ เกาะพุทโธไว้ เราเกาะไว้ เราสร้างแต่เหตุ เราสร้างแต่เหตุไว้ ผลอย่างไร เป็นเรื่องของผล เราไม่เกี่ยว แต่ถ้าเราไปหวังผล หรือเราไปอยู่ที่ผล เหตุเราไม่รักษาไว้ จบเลยนะ เล่ห์เหลี่ยมของมันร้ายกาจ

ฉะนั้น เวลาเราประพฤติปฏิบัตินี้ก็แสนยาก เวลาปฏิบัติได้แล้ว แล้วเสื่อม ยิ่งยากกว่า หลวงตาท่านพูดเอง มันเหมือนเศรษฐกิจล้มละลาย คนเรานี้ละ เราทำมาหากินด้วยปกติของเรา นะ เราก็มีฐานะของเรา โอ้เราเคยมีมหาศาลเลย เมื่อก่อนไปไหนนะ รถเบนซ์ ๕ คัน ๑๐ คัน ต้องมีรถนำหน้านำหลัง เดี่ยวนี้รถเมล์ยังขึ้นไม่ได้เลย ทุกข์ไหม เมื่อก่อน โอ้โฮ! มีรถนำนะ ไปไหนมีรถนำ มีรถปิดขบวนด้วย เวลาเขาโง่งมหมดเลย ได้ขึ้นรถเมล์ เศรษฐกิจจะจ่ายค่าตัวยังไม่ มี นั่นนะเวลาเศรษฐกิจล้มละลาย

แล้วเอ็งทำอย่างไรละ ก็ต้องมูมานะเหมือนกัน จะดีขนาดไหน จะเลวขนาดไหน ต้องอยู่ในมรรคในผล ต้องประพฤติปฏิบัติเหมือนกันหมด เพียงแต่ที่ดั่งามขนาดไหนนั่นอีกเรื่องหนึ่ง

ฉะนั้น เวลาที่เราพูดปากเปียกปากแฉะเหมือนกัน เวลาอ่านคำถาม แหม! เห็นไหม “หนึ่งนาที่นิ่งก็ไม่ได้ เดินก็ไม่ได้ จิตใจมันไม่ยอมเลย แต่ผมก็อยากทำสมาธิครับ ผมอยากได้ บุญกุศลครับ แล้วผมควรทำอย่างไร”

ถ้าเราทำใจของเราให้ปลอดโปร่งไว้ ที่แล้วมาก็คือแล้วมา ใจที่เสื่อมมันต้องมีเหตุมีผล ทั้งนั้นนะ แล้วเรากลับมาพุทโธใหม่ เรากลับมาพุทโธของเรา ไม่ต้องนั่งสมาธิก็ได้ พุทโธไปเรื่อยๆ ก่อน

ปกติเราก็พุทโธ เดินจงกรมเราก็เดินปกติของเรา ไม่ต้องเป็นกิจจะลักษณะ ถ้าเวลาเป็นกิจจะลักษณะมันไม่ยอมเลย จะเดินเป็นจงกรมไม่ให้เดิน แต่ถ้าไปเดินตามสวนหย่อม ไปเดินไ้ที่เขาออกกำลังกายมันยอม ไปเดินอย่างนั้นก็ได้ เดินอย่างไรก็ได้ให้จิตใจมันยอมรับ แล้วถ้าเรามาปฏิบัติใหม่ได้

แต่พูดถึงให้ใจมันยอมรับ นี่ใจมันไม่ยอมรับ แล้วเราพยายามจะหาทาง มันยังต่อต้านไปเรื่อย การต่อต้านก็ใช้ทวิฐฐิเข้าต่อต้านกัน แต่เราใช้ปัญญาของเรา แยกแยะของเรา หาทางของเรา แล้วเรากลับมาภาวนาได้ กลับมาภาวนาใหม่ เรากลับมาภาวนาเพราะอะไร

เพราะว่า เห็นไหม เวลาเวียนว่ายตายเกิด เกิดแต่ละภพแต่ละชาติ ใจนี้ก็เหมือนกัน ตั้งแต่เราปฏิบัติมาก็ภพชาติหนึ่ง ตอนนี้เสื่อมหมดแล้ว ตอนนี้ตกรอกเวจีเลย ใจนี้เป็นคนคนเดียวกันนี้แหละ คนคนหนึ่งเวลาปฏิบัติดี แหม! เราเป็นชาวพุทธนะ เราเป็นนักปฏิบัตินะ เรามีคุณธรรมในใจนะ เรามีความสุขนะ เวลาเสื่อมตกรอกทั้งเป็นเลย ร้อน ร้อนอย่างเดียวเลย คนคนเดียวกันนั้นแหละ เวลามันเปลี่ยนแปลง เห็นไหม เราก็เปลี่ยนแปลงของเรา เอาเวลามาถนอมรักษาใจเรา แล้วกลับมา

ตอนนี้ภาวนานิ่งๆ ภาวนาเบาๆ เมื่อก่อนเคยนั่งสมาธิภาวนาเป็นกิจจะลักษณะ ตอนนี้ไม่ต้อง แต่รักษาใจไว้ใจ อย่าปล่อยใจให้มันต่อต้าน ปล่อยใจต่อต้านหมายความว่า โอ้โฮ! รู้ อย่างนี้ไม่ปฏิบัติก็ดี อย่าให้ถึงขนาดนี้ เอ้อ! ใจที่ปฏิบัติมาแล้วมันก็เป็นประสบการณ์ชีวิต แต่มันไม่มีอะไรดีไปกว่านี้หรอก ใจที่กิเลสมันพลิกแพลงมา เล่ห์เหลี่ยมของมัน เล่ห์กิเลสมันทำให้เรามีอุปสรรค เราก็ค่อยๆ หาทางแก้ไขเรา

เบาๆ ถ้ายังปฏิบัติไม่ได้ รักษาใจไว้ ฟังเทศน์ ตอนนี่เปิด ๑๐๓.๒๕ ฟังหลวงตาเฉยๆ ก็ได้ กลางคืนเปิดหลวงตาฟัง กล่อมใจไว้ เกาะเทศน์หลวงตาไว้ แล้วถ้าจิตใจมันอีกเหิมมันจะ กลับมา เพราะเดียวไปฟังหลวงตาท่านว่าท่านเสื่อม ท่านทุกข์ยากนะ อ้อ! หลวงตาท่านเคย ทุกข์มาก่อน หลวงปู่ท่านเคยทุกข์มาก่อน องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านเคยทุกข์มา ก่อน ใ้เราก็คงทุกข์แค่นี้เอง

พอแค่นี้เอง เห็นไหม ของเรามันเล็กน้อย มันก็กลับมา ถ้ามีปัญญาทึบนะ กิเลสมันก็ หลบหน้าไป แต่ถ้าเราไม่มีปัญญา แล้วเราจะไปเผชิญหน้ากับมัน แต่ด้วยสติปัญญาเราอ่อน ด้อย กิเลสมันปั่นหัวให้เราไม่พินใจเลย ฉะนั้น เราต้องหาทางออกใช้ไหม

นี่พูดถึงว่า เจ็บที่ใจ ปฏิบัติมันจะมีปัญหาอย่างนี้ นี่พูดถึงเวลาจิตมันเสื่อม จิตมันเสื่อม มันเป็นอย่างนั้นเลย แล้วเรามาฟื้นฟูใหม่ เพราะยังมีชีวิตอยู่ ยังมีศรัทธาความเชื่อ ยังมีแรงปรารถนา ยังมีความเป็นมนุษย์ของเราอยู่ เห็นไหม

มีความเป็นมนุษย์ของเราอยู่ **มนุษย์เป็นผู้ที่ประพฤติดุปฏิบัติ มนุษย์ที่มีกายกับใจ มนุษย์ที่จะเอาชนะตนเองให้ได้ด้วยสัมฤทธิ์ธรรม ด้วยคุณธรรมขององค์สมเด็จพระ สัมมาสัมพุทธเจ้า แล้วเวลาประพฤติดุปฏิบัติมันจะเป็นคุณธรรมในหัวใจของเรา เป็น ความจริงของเรา เราถึงจะชนะกิเลสในใจของเราเข้าไปประพฤติดุปฏิบัติใหม่ได้**

ถาม : เรื่อง “ขอความเมตตาท่านอาจารย์ชี้แนะเรื่องการใช้จิตมยปัญญาครับ”

กราบเท้าหลวงพ่อก่อน เขียนคำถามมาครั้งนี้ ขอความเมตตาในการภาวนาเรื่องจิตมย ปัญญาครับ ตอนนี่การภาวนาของผมเริ่มทำความสงบของใจเร็วขึ้นกว่าแต่ก่อนแล้วครับ ใจเริ่ม มีความมั่นคง กำหนดพุทโธก็ชัดขึ้น จดจ่อได้นานขึ้นกว่าแต่ก่อนครับ

หลังจากใจสงบลงบ้างแล้ว ช่วงนี้ผมเริ่มลองจินตนาการถึงกระดูกตัวเองครับ ค่อยๆ เริ่ม จากกะโหลกถึงปลายเท้า แล้วกลับขึ้นมาครับ แต่ยังไม่ค่อยชัด ได้แค่ร่างๆ สักพักก็หยุดไป ผมก็ เริ่มกลับมาพุทโธใหม่ พอสงบก็ลองมาทำอีก มาสลับกับกำหนดอวยวะอื่นๆ ดูบ้าง แต่หลังจาก นั้นก็กำหนดไม่ได้ครับ เพราะปวดหลังและขา เนื่องจากนั่งมานาน บวกกับโรคปวดหลังเรื้อรังที่ เป็นอยู่ก็มาแทรกครับ เลยนึกถึงคำสอนของครูบาอาจารย์ที่ให้ฝึกขมิ้นใจดูบ้าง

ตอนนี้เลยลองใจตัวเอง คิดในใจว่า ตัวเรานี้มันมากี่ร้อยกี่พันชาติ ทนหน่อยจะไม่ได้หรือ มันจะตายก็ตายเลยหรือ สู้กับใจอยู่สักพัก ร่างกายก็ร้อนขึ้นเรื่อย ๆ อึดอัด อยากจะลุกขึ้นแล้ว เลิกภาวนา แต่ก็ลองสู้ต่อไปครับ เพราะที่ผ่านมายังไม่เคยชนะเลย ต้องเลิกทุกที ครั้งนี้ก็เลยลอง เต็มที่ดูครับ

หลังจากนั้นผลปรากฏว่าอาการร้อนของร่างกายและจุดที่ปวดเริ่มหาย ความเย็นเบาเริ่ม เข้ามาแทนที่ครับ พอเรื่องนี้เบาลง กลับมาพุทโธต่อ แต่ผ่านไปสักพักก็กลับมาทวนใจอีก เลย พุทโธต่ออีกสักพัก แต่ก็ได้ไม่นาน แล้วก็หยุดครับ

กระผมอยากเรียนถามอาจารย์ว่า การกำหนดกระดูกของผมโดยการจินตนาการ เราจะ ทำให้ชัดขึ้นต้องทำอะไรครับ ต้องกลับไปดูภาพกระดูกจริงหรือไม่ครับ หรือว่าควรทำ แบบเดิมก่อนให้มากขึ้น (ตอนนี้ยังไม่ได้ดูภาพกระดูกจริง มาขอความเมตตาจากหลวงพ่อก่อน กราบขอความเมตตาครับ)

ตอบ : เวลาจินตมยปัญญา เห็นใหม่ การพิจารณากระดูก มันพิจารณาได้ทั้งนั้นนะ การ พิจารณากระดูก เห็นใหม่ คนไปเที่ยวป่าช้าไปดูซากศพเลย ไปดูซากศพมันก็ต้องมีสติมีปัญญา พอสมควร แล้วเวลาไปดูซากศพเขาให้เข้าทางเหนือลม เพราะได้กลิ่นของลมก่อนไง

อยู่ในวิสุทธิมรรคนะ การจะไปเที่ยวป่าช้า สมัยโบราณมันมีผู้ใหญ่บ้าน กำนันเขาดูแล ป่าช้าอยู่ ต้องไปแจ้งกำนันคนดูแลป่าช้าก่อน เพราะถ้าเราเข้าไปเที่ยวป่าช้า เกิดถ้ามีคดีขึ้นมา มีการลักมีการขโมยขึ้นมา เขาจะแจ้งโทษกับพระองค์นั้นได้ พระองค์นั้นถ้าจะทำ นี่ในวิสุทธิ มรรคนะ

แต่ในปัจจุบันนี้ป่าช้ามันไม่มีแล้ว ป่าช้าที่ทิ้งศพไว้มันไม่มี เขาฝัง เขาเผา มันเลยไม่มี กรณีนี้นั้นขึ้นมา แต่ถ้ามันเป็นเมื่อก่อนนะ เขาก็ทิ้งไว้ สมัยพุทธกาล เขาทิ้งของเขาไว้อย่างนั้นนะ พอทิ้งไว้ เราจะไปดูเราต้องแจ้งเจ้าหน้าที่เขาก่อน เพราะเกิดถ้ามีคดีความขึ้นมา เขาจะหาว่าเรา จะเป็นผู้ต้องหาได้ นี่พูดถึงไปเที่ยวป่าช้า ไปดูศพภายนอกไป

แต่ถ้าของเรา เราจินตนาการเรื่องกระดูกขึ้นมา เห็นใหม่ เราจินตนาการ

เวลาหลวงปู่เจี๊ยะท่านสอน เห็นไหม ท่านบอกว่าให้กำหนดจิตไปตามข้อ ข้อนี้ ข้อนี้ เห็นไหม จากข้อนี้ขึ้นมาก็มาข้อมีอ มาข้อศอก มาหัวไหล่ ท่านบอกให้วนอยู่ อย่างนี้ ท่านบอกอย่างนี้เป็นสมณะ เพราะจิตเรายังไม่เป็นสมาธิ เรากำหนดเราจะเห็น กายเราไม่ได้ ท่านบอกให้จิตมันสงบก่อน จิตวนกำหนดให้มันอยู่ตามข้อกระดูกที่เรา ระลึกได้ ให้เป็นชั่วโมงๆ หรือเป็นสอง สามชั่วโมง อย่างนี้เขาเรียกมันอยู่ จิตมันเป็น สมาธิ

ถ้าจิตเป็นสมาธิแล้วกำหนดดูกระดูกอย่างเดิมอีก กระดูกอันเดียวกันนี้แหละ จิตดวง เดียวกันนี้แหละ ดูครั้งหนึ่งเป็นสมณะ คือจิตมันไม่เป็นสมาธิ ดูเพื่อให้จิตมันสลดสังเวช ให้มัน ปล่อยวางเข้ามา พอจิตมันสงบแล้วก็ดูกระดูกอันเดิมนี่แหละ แต่เพราะมันมีสมาธิเป็นพื้นฐาน นะ มันจะเห็นกระดูก มันจะเป็นวิปัสสนา วิปัสสนาเพราะอะไร เพราะจิตมันสงบแล้ว พอ ดู กระดูกอันเดิมมันขยายกระดูกได้ กระดูกขยายให้ใหญ่เล็กก็ได้ ขยายส่วนก็วิภาคะ พอมันขยาย มันก็เป็นไตรลักษณ์ ถ้าไม่เป็นกระดูกมันพิจารณาของมันไป

นี่พูดถึงว่า การจะดูกระดูกให้ชัดใจ ถ้าเราจินตนาการเป็นกระดูกก็ได้ เรากลับมาที่พุทโธ ก็ได้ ที่นี้สิ่งที่มันจะเป็น มันจะเป็นที่ว่า เห็นไหม เขาบอกว่าเขาบวกกับมีโรคประจำตัว โรคปวด หลังเป็นโรคเรื้อรัง

ถ้ามีโรคเรื้อรังเนี่ยนะ เราประพฤติปฏิบัติขึ้นไป เราทำให้ร่างกายเราแข็งแรง แต่ถ้ามี หมอรักษาหรือดูแลโรคภัยไข้เจ็บนี้ให้เด็ดขาดไป กิเลสมันจะได้ไม่เอามาอ้าง กิเลสมันอ้างหมด ละ อ้างว่านั่งต่อไปก็เมื่อย นั่งต่อไปก็ร่างกายพิการ นั่งต่อไปเราทำงานไม่ไหว นั่งต่อไปชีวิตนี้ถ้า มันเจ็บไข้ได้ป่วยเราจะทำมาหากินได้อย่างไร นั่งต่อไป... กิเลสมันอ้างหมดแหละ

ถ้าเราโรคภัยไข้เจ็บยกให้หมอ ถ้าหมอเขารักษา หมอเขาดูแลของเขา แต่หมอส่วนใหญ่ ก็บอกว่าถ้ารักษาแล้วก็นั่งไม่ได้ ห้ามนั่ง เพราะหมอเขาต้องการผลงานของเขา รักษาแล้วเขาก็ อยากได้ผลงานของเขา ร่างกายนี้ยกให้หมอไปเลย แล้วเราก็มารประพฤติปฏิบัติตามความเป็น จริง ถ้าตามความเป็นจริงนะ ธรรมโอสภ

เวลาประเด็นที่แล้ว เราบอกว่าเวลาเราอดนอนผ่อนอาหาร เวลาความหิวเป็นเรื่องปกติ เพราะเป็นเรื่องสัจจะ เป็นข้อเท็จจริง ถ้ามันขาดตกบกพร่อง มันก็ต้องหิวกระหายเป็นธรรมดา

แต่เวลาเราพิจารณาของเราไปบ่อยครั้งเข้า บ่อยครั้งเข้า ถ้ามันมีความชำนาญขึ้นไป เวลาจิตมันรวมลง จิตมันปล่อย มันลงสู่สมาธิ หายหมด สุขสงบระงับ เบา ว่างหมด มีความชุ่มชื่นในใจ จากหิวๆ นี่แหละ แต่พอมันคลายตัวออกมา มันก็ยังมีความสุขอยู่ เพราะเป็นสมาธิแล้ว คลายตัวออกมาก็ยังเป็นสมาธิอยู่ ความหิวนั้นก็ไม่ได้มารบกวนมาก แต่รู้ได้ รู้ว่า อ้อ! มันมีอาการหิว แต่ไม่หิว แต่พอนานๆ ไปมันก็กลับมาหิวอีก ก็พิจารณาต่อเนื่องไป นี่พูดถึงว่าเวลา มันปล่อยวางเข้ามา

นี่ก็เหมือนกัน เรามีโรคเรื้อรัง เรามีโรคเรื้อรัง เราพุทโธ เราใช้ปัญญาอบรมสมาธิ ถ้าจิตมันสงบเข้ามา ธรรมโอสธ โรคเรื้อรัง เห็นไหม มันสามารถบรรเทาได้ บรรเทาได้ด้วยกำลังของจิต เรายกร่างกายนี้ให้หมอ หมอเป็นผู้รักษา ทางเคมีต่างๆ ให้หมอเขาใช้ทางเคมีบำบัดให้มันทุเลา แต่เวลาถ้าจิตเราสงบได้ ไขว่กับโรคเรื้อรัง ไขว่โรคปวดหลังนี้ถ้าธรรมโอสธ จิตสงบด้วย แล้วมันปล่อยวางโรคด้วย ถ้าไม่ปล่อยวางถึงขาดไป โรคมันก็เบาบางลง

ถ้าเบาบางลง แต่นี่ถ้าเป็นเรื่องของกิเลสนะ ไม่ได้ ยิ่งนั่งยิ่งปวด ปวดแล้วมันก็ยังปวดมากขึ้น ปวดมากขึ้นเดี๋ยวมันจะปวดเรื้อรัง ปวดเรื้อรังแล้วเดี๋ยวมันจะนั่งไม่ได้ มันไปทางนั้นนะ ถ้ามันไปทางนั้น เห็นไหม เราต้องใช้สติปัญญาของเรา นี่พูดถึงว่าโรคเรื้อรัง

แต่เรื่องที่เขายกมา ถ้าจะดูกระดูกให้ชัดเจนขึ้นมา เราจะทำอย่างไรให้ชัดเจนขึ้นมา ไขว่ที่บอกว่าจิตมยปัญญา เห็นไหม ที่เขาเห็นกระดูก เห็นกระดูกของเขาแต่มันไม่ค่อยชัด ไม่ค่อยชัด เห็นรางๆ สักพักก็หยุดไป

ถ้าได้เห็น เราเห็นอย่างนั้นก็ได้อ เราเห็นจากความนึกคิด เรานึกคิดขึ้นมาก่อน เพราะภายนอกภายนอกเรานึกคิดขึ้นมาก่อน เห็นไหม เขาเรียกจุดประเด็น มันมีประเด็นอะไรจะทำให้ใจมันก้าวเดินได้ เราจะใช้ประเด็นนั้น เราค่อยๆ ก้าวเดินต่อไป คำว่า “ค่อยๆ” คนมันเป็นมันถึงรู้ จังหวะไฉน

เหมือนกรรมการ วิ่งร้อยเมตร เขารู้ว่าร้อยเมตรระดับไหน ไขว่เราวิ่งร้อยเมตร อืม! ร้อยเมตรมันก็ไกลอะ ร้อยเมตรมันยาวแค่ไหนก็ไม่วู้ มันก็เลยบอกว่า ไม่รู้ว่าจะรักษาอย่างไร มันถึงรักษายากไฉน แต่กรรมการเขาเป็นคนกำหนดเองร้อยเมตร แล้วถ้าวิ่งร้อยเมตร มันก็ต้องไปวิ่ง

ร้อยเมตร ถูกต้องดีงาม มันต้องระดับนั้นไปถึงเส้นชัยก็จบ แต่ของเรา เราไม่รู้ร้อยเมตรมันก็ใกล้ ร้อยเมตรมันวิ่งกี่วันจะถึงจะจบ ร้อยเมตร มันก็เลยทำให้เราเลยว่กระดูกขัด ไม่ชัดนี่ไง

กระดูกขัด ไม่ชัด เพราะเรายังไม่เคยเห็น ไม่เคยเข้าใจโดยความเป็นจริง ฉะนั้น เราก็จินตนาการไป พอจินตนาการไป เราจินตนาการไปก็เพื่อเริ่มต้นจะเริ่มจุดสตาร์ทร้อยเมตรไง ถ้ามันเริ่มจากจุดสตาร์ทได้ เราก็สตาร์ทได้ ถ้าเขาวิ่งร้อยเมตรเขาต้องจุดสตาร์ท เขาแข่งขัน ๙ วิฯ ๑๐ วิฯ ๑๑ วิฯ จบ แล้วมันอยู่ตรงไหนล่ะ เขาวิ่งกันอยู่นู่น เรามาวิ่งอยู่ทางนี้ เขาปรับฟาล์หมด มึงไม่มีสิทธิ์แข่งขัน ไม่มีสิทธิ์เข้าสู่สัจจะ

ฉะนั้น ที่ว่ามันจะเลื่อนราง มันจะชัดเจน ราค่อยๆ ของเราไป ค่อยๆ แบบว่าใช้จินตนาการไป จินตนาการไป จินตนาการเพื่อจิตสงบ จิตสงบแล้วพิจารณากระดูกใหม่ๆ มันจะเป็นวิปัสสนา ถ้ามันเป็นความจริงอย่างนั้น ถ้ามันไม่เป็นความจริงอย่างนั้น ย้อนกลับมาคำถามมาเรื่อย เห็นไหม แต่เขาไม่เคยชนะเลยสักคนหนึ่ง แต่เวลาเขาจริงเขาจะเข้าไป เขาเคยชนะได้คนหนึ่ง คือเขาบอกว่า หลังจากนั้นปรากฏว่าอาการเร้าร้อนของร่างกาย จุดที่ปวดเริ่มหายไป ความเย็น ความเบากลับมาแทนที่

เวลาปฏิบัติ เราปฏิบัติขนาดนี้ ปฏิบัติเพื่อบรรเทาทุกข์ ปฏิบัติเพื่อเป็นสัจธรรม เกิดมาเป็นมนุษย์มีสิทธิเสรีภาพ ถ้าแสวงหาทรัพย์ทางโลกก็ได้ทรัพย์ทางโลก ถ้าแสวงหาทรัพย์ทางใจ แสวงหาทรัพย์จากคุณธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า มันก็จะเป็นปัจจัยตั้ง เป็นสันติภูมิโก จิตนี้ได้สัมผัส จิตนี้ได้เป็นเอง จิตนี้ได้กระทำเอง มันเป็นอยู่ในใจนั้น เป็นคุณธรรมเป็นสัจธรรมในใจดวงนั้น

ฉะนั้น สิ่งที่เราละมันเย็น มันสบาย มันว่าง เราทำของเราเพื่อเหตุนี้ไง ฉะนั้น สิ่งที่เราทำเพื่อเหตุนี้ ฉะนั้น ที่ว่าทำแล้ว เราทำของเราต่อเนื่องไป ทำต่อเนื่อง ทำเพื่อประโยชน์กับเรา

ฉะนั้น เขาถามว่า “การกำหนดดูโครงกระดูกโดยจินตนาการ เราจะให้มันชัดขึ้นจะทำอย่างไรครับ”

กลับมาทำความเข้าใจ แล้วถ้ามันจินตนาการกระดูก ถ้ามันจินตนาการกระดูกในสมถะ ก็จินตนาการอย่างนั้นมันจะเป็นขึ้นมา มันจะปล่อยวาง มันจะไม่เห็นชัดเจนของมัน ถ้า

จิตสงบแล้วมันพิจารณาจนถึงเห็นใจ อย่างที่ว่าเราพิจารณาของเรา เริ่มภาพกระดูกลอยขึ้นมา มันปล่อยเข้ามา ปล่อยเข้ามา มันปล่อยจนภาพมันหายไป แต่ถ้ามันสงบแล้ว เรากำหนดขึ้นมา มันจะเห็นเป็นภาพใหม่ เป็นวิภาคะ มันเป็นเรื่องหนึ่ง

แต่ตอนนี้เขายังไม่เคยดูกระดูกจริง ไปดูก็ได้ มันมีอยู่ทั่วไปหมด ดูก็ได้ ดูแล้วเรานึกภาพของเราก็ได้ ถ้าดูกระดูกจริง ดูอะไร มันก็เป็นดูของเรา แต่เขาว่า ต้องมาถามอาจารย์ก่อน แล้วมันอยู่ที่ความชอบ อยู่ที่จริตนิสัยของคน ถ้าคนชอบมันไปดูแล้วมันก็เป็นประโยชน์

ถ้าคนไม่ชอบ ไปดูแล้ว เห็นไหม เพราะอย่างที่ว่าอย่างเด็ก เขาบอกเขาจะเรียนหมอไป แล้วไปดูอาจารย์ใหญ่ จนนอนไม่ได้ เด็กบางคน ใ้หนี่มันก็เป็นสิ่งที่มันติดตาม มันก็เรื่องของคน เรื่องของใจแสนยาก ไม่รู้ว่าใครมีจิตอย่างไร เป็นอย่างไร เราทำได้หมดละ ค่อยๆ แล้วเวลาปฏิบัติพยายามให้จิตมันปกติก่อน ให้มันสมบูรณ์ก่อน แล้วมันจะปฏิบัติได้ อันนี้พูดถึงเรื่องจิตตามยปัญญาเนาะ อันนี้จบ

ถาม : เรื่อง “ปาราชิก ๔”

ลักทรัพย์กับขี้ยกทรัพย์ ผิดเหมือนกันหรือเปล่าครับ ขอทราบความคิดเห็นของท่านอาจารย์

ตอบ : โอ้โฮ! ความคิดเห็นของท่านอาจารย์ ท่านอาจารย์นี้เป็นพระบ้านนอก

ปาราชิก ๔ มันเป็นพุทธบัญญัติ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบัญญัติปาราชิก ๔ ปาราชิก ๔ ใครทำปาราชิก รู้อยู่แก่ใจของตน เป็นตาลยอดด้วน มันเป็นไปโดยอัตโนมัตติ เราไม่ต้องความเห็นของเรา ความเห็นขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ปาราชิก ๔ ปาราชิก ๔ ตาลยอดด้วน เป็นไปโดยอัตโนมัตติ ตาลยอดด้วน ถึงจะห่มผ้าอยู่

คุณ สมเด็จพระญาณฯ ท่านเขียนไว้ “ไม่ใช่ภิกษุ ห่มผ้ากาสาวพัสตร์แบบภิกษุ ถ้าตาลยอดด้วน ห่มผ้ากาสาวพัสตร์อยู่ก็ไม่ใช่ภิกษุ” ปาราชิก ๔ มันเป็นไปโดยตัวมันเอง ไม่ใช่ภิกษุ ห่มผ้ากาสาวพัสตร์แบบภิกษุก็ไม่ใช่ภิกษุ เอง