

# ใจเรื่องมาก

พระอาจารย์สงบ มนสฺสนฺโต

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๓ มีนาคม ๒๕๖๒

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

ถาม : เรื่อง “ขอวิธีแก้ไข”

กราบนมัสการหลวงพ่อกุ๊ก ขออนุญาตเล่าปัญหาที่เกิดในการปฏิบัติเลยนะคะ ตอนนี้นิมิตไม่เกิดแล้ว (หนูคนที่เคยไปกราบถามหลวงพ่อกุ๊กเรื่องนิมิตที่วัด) หลายเดือนมานี้การปฏิบัติของหนูไม่ก้าวหน้า เวลาภาวนา ใจไม่เคยสงบแบบสดชื่น ไม่สงบแบบรู้ลมชัดๆ เลย

ตอนนี้พอนั่งไม่กี่นาทีก็รู้สึกเคลิ้มๆ เหมือนนั่งง่วง ตัวเอียงและนิ่งอยู่อย่างนั้นสักพัก จากนั้นก็มีน้ำลายเต็มปาก แล้วรู้สึกว้าปากตัวเองเหมือนมีอาการเคลื่นไหวอ้าปากกว้าง ลูกเลยลืมตาแล้วเอามือจับดู ปรากฏว่าอ้าจริงแต่ไม่กว้าง

แล้วหลังจากนั้นอาการตัวโยกโคลงก็เกิดขึ้น บางทีหน้าผากก็มึนตึบ แล้วอาการนี้เกิดขึ้นตรงเวลาด้วย อาการตัวโยกแบบนี้เกิดขึ้นทุกครั้ง แต่ในขณะที่อาการตัวโยกเกิด ลมหายใจจะโล่งมาก (ปกติเหมือนหายใจไม่ออก ลูกต้องเปลี่ยนมากำหนดรู้ตรงหน้าอกแทนจมูก) ลูกเลยแก้โดยวิธีการกินกาแฟแก้วงว ปกติหนูไม่กิน แต่ก็ไม่ได้หาย

แล้วสุดท้ายหนูเลยเปลี่ยนจากอานาปานสติมาบริกรรมพุทโธเพื่อไม่ให้มันผลอสติ แก้ได้บ้างนิดหน่อยคืออาการทั้งหมดจะเกิดขึ้นช้ากว่า แต่พอใจสงบแล้วสติมันจะไปจับลม แต่ลูกก็ไม่ทิ้งคำบริกรรมนะคะ อาการเหล่านี้ก็กลับมา

สุดท้ายลูกเปลี่ยนคำบริกรรมจากพุทโธเป็นสังโฆ เพราะคำบริกรรมพุทโธ ใจมันอาจคุ้นชิน ลูกเลยคิดว่าลูกอาจจะผลอสติ ลูกพยายามแก้ไขมาหลายเดือนแล้ว ลูกคงสร้างกรรมไม่

ดีไว้เยอะ อากาารทั้งหมดนี้คือจิตเสื่อหรือตกวางค์ใช่หรือไม่ ขอหลวงพ่อเมตตาถูกด้วยเจ้าคะ กราบขอบพระคุณ

**ตอบ :** อันนี้มันเกิดจากความตั้งเป้า คือเจตนาอยากจะประสบความสำเร็จ เจตนาของเราคืออยากจะปฏิบัติแล้วให้จิตสงบ ให้เป็นสมาธิ ให้มีความสุข อันนั้นเป็นเป้าหมายที่ดีงาม เป้าหมายที่ทุกคนที่นักปฏิบัติทั้งหมดเขาตั้งเป้าหมายไว้แบบนี้เหมือนกันทุกๆ คน

แต่เวลาปฏิบัติไปแล้ว ใ้สิ่งที่เป้าหมายแล้วผิดหวังด้วยไง ปฏิบัติมันก็ทุกข์มันก็ยากอยู่แล้ว แล้วถ้าผิดหวังซ้ำสองมันเกิดความทุกข์ยากมากขึ้น ถ้าเกิดความผิดหวังทุกข์ยากมากขึ้น มันก็เลยเกิดความทุกข์ เกิดความทุกข์ใจ

แต่ถ้าเราตั้งใจไว้ เราแก้ไขประเด็นนี้ โดยลูกศิษย์ส่วนใหญ่ เราจะบอกว่า **ให้ปฏิบัติบูชาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ให้ปฏิบัติบูชาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า**

เราปฏิบัติของเราไป เป้าหมายเราก็ตั้งเป้าหมายของเราไว้นั้นแหละ แต่มันจะประสบความสำเร็จหรือไม่ประสบความสำเร็จนั้นอยู่ที่ความเพียรของเรา

ถ้าความเพียรชอบใจ ทำดีต้องได้ดี ทำชั่วต้องได้ชั่ว มันเป็นวิทยาศาสตร์เลยแหละ ถ้าเราทำประพฤติปฏิบัติตรงต่อความเป็นจริงนะ ผลมันต้องเกิดขึ้นแน่นอน มันเป็นวิทยาศาสตร์เลย

แต่ถ้าเราปฏิบัติแล้วคือการคาดหมาย พอกันคาดหมายว่าอยากจะเป็นอย่างนั้นอยากจะเป็นอย่างนี้ แล้วมันไม่ได้เป็นดังใจ มันก็เกิดความทุกข์ความยากขึ้นมา เวลามันเกิดความทุกข์ความยากขึ้นมา มันจะพาลสิ่งที่ปฏิบัติมาแล้วว่า สิ่งที่ปฏิบัติมาแล้วมันเป็นความหลงผิด เป็นการปฏิบัติแล้วไม่ได้ผล เป็นการปฏิบัติแล้วมีความทุกข์ความยาก

อันนั้นมันก็เป็นเรื่องจริง มันก็เป็นความทุกข์ความยากจริงๆ นั่นนะ แต่ธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสอนไว้แล้ว **มีทางเดียวเท่านั้นคือการประพฤติปฏิบัติให้พ้นไปจากทุกข์ไป ทางอื่นไม่มี**

ไม่ต้องว่า ทางนี้ที่เราจะพยายามปฏิบัติกันอยู่นี้มันเป็นความทุกข์ความยาก แล้วเราจะหาทางอื่น ออกทางอื่น ลัดหาช่องแต่พอตัวออกทางอื่นไป มันไม่มี มันมีทางนี้ทางเดียวเท่านั้นนะ ทางนี้ทางเดียว

แต่เวลาปฏิบัติไปแล้ว เวลาปฏิบัติไปเหมือนกับเราไม่ได้ตั้งใจทำอะไร เราก็สบายใจ พอตั้งใจทำอะไรบ้าง อุปสรรคต่างๆ มันก็มากืดขวาง

นี่ก็เหมือนกัน เวลาปฏิบัติไปใช้ใหม่ คำถามเขาบอกว่า “หลายเดือนนี้ที่ปฏิบัติไม่ก้าวหน้า เวลาภาวนาแล้วใจไม่เคยสงบแบบสดชื่น แบบไม่่วงนอนเลย เหมือนที่รู้ลมชัดๆ”

เวลาเราปฏิบัติที่มันรู้แล้ว เวลามันสดชื่น ไม่่วงเลย แล้วมันชัดเจนไง เวลาปฏิบัติไปมันจะชัดเจนนะ เห็นลมก็เห็นลมชัดๆ พุทโธก็พุทโธชัดๆ สิ่งของมันชัดๆ ชัดๆ นี่ไง เป็นวิทยาศาสตร์เลย สมกับความเป็นจริงๆ ใจ ถ้าสมความเป็นจริง สิ่งนั้นมันก็ฝังใจ

“ปฏิบัติมาตั้งหลายเดือนแล้ว มันไม่สดชื่นแบบไม่่วงนอนเลย”

สิ่งนั้นที่ปฏิบัติไปที่มันสมควร มันเป็นการยืนยันว่าเราเคยทำได้ ถ้าเราเคยทำสิ่งนั้นได้ อันนั้นมันเป็นประโยชน์

แต่สิ่งที่เราทำของเราอยู่ในปัจจุบันนี้ เริ่มต้นขึ้นมามันเคลิ้ม มัน่วงเหงาหาวนอน ตัวมันเอียง ตัวมันโยก ตัวมันคลอน

ตัวมันเอียง ตัวมันโยก ตัวมันคลอน ก็เราปฏิบัติมา ไม่ได้ปฏิบัติมาเพื่อประกวดกับใคร

เวลาปฏิบัตินะ ถ้าเริ่มต้นขึ้นมาตัวตรงดีเลยละ พอไปๆ แล้วมันชักแบบว่าโคลงเคลง บอกว่า บางคราวหัวจรดพื้นเลย หัวติดพื้นเลย

หัวติดพื้น เราก็ลุกขึ้นมา หัวติดพื้นเลยนี่มันดี ดีที่ว่าเรารู้ใจ แล้วไม่รู้ขึ้นมาบอกว่า โอ้โฮ! ตอนนี้ง่าย เพราะมันไม่เห็นใจ แต่ถ้ามันเห็นของมันนะ

ท่ามาตรฐานคือการนั่งสมาธิ นั่งขัดตะหมาดตั้งตัวตรง มันเป็นท่ามาตรฐานที่เราจะนั่งได้นานที่สุด แต่เวลายืนก็ได้ เดินก็ได้ นอนก็ได้ นั่งก็ได้ อิริยาบถ ๔

เพราะการอริยาบถ ๔ กิริยาทั้งหมดเราทำเพื่อจิตสงบ เราทำเพื่อรักษาหัวใจของเรา นี่ไง แบบโบลีละ โบลีละไปหาสามเณรน้อย “ร่างกายนี้เปรียบเหมือนจอมปลวก จอมปลวกนี้ปิดไว้ ๕ รู เหลือรูที่หัวใจไว้ แล้วคอยจับเหยี่ยวตัวนั้นๆ”

นี่ก็เหมือนกัน ตา หู จมูก ลิ้น กาย เราปิดไว้ เราปิดไว้คือเราหลับตาลง เรานั่งสมาธิลง แล้วเราก็อายใจเข้านิกพุท อายใจออกนิกโร ตั้งใจจะจับเหยี่ยวตัวนั้น จับคือจับหัวใจของเรานั้นแหละ ถ้าจับแล้วเรามาพิจารณาใคร่ครวญของเรา มันจะเป็นประโยชน์กับเราไป

สิ่งที่เวลาเรานั่งเริ่มต้น ทำที่มาตรฐานเวลานั่งสมาธิ แล้วเราปิดเสีย ๕ ช่องทาง เหลือไว้แต่หัวใจ เหลือไว้แต่ความรู้สึก แล้วคอยจับมัน คอยจับตัวความรู้สึกนี้ ถ้าเราจับความรู้สึกนี้ เราก็จับหัวใจของเราได้ ถ้าเราจับหัวใจของเราได้ เห็นไหม

มนุษย์เกิดมาเหมือนแบตเตอรี่ เหมือนกับพลังงาน ตัวมันเองไม่รู้จักตัวมันเอง แต่มันมีพลังงานนะ แบตเตอรี่มันมีไฟนะ

นี่ก็เหมือนกัน เราเกิดมา จิตของเราเป็นตัวพลังงาน แต่เราไม่เคยเห็นตัวเราเลย แต่จิตนี้มันส่งออกรับรู้ไปหมด ไปกว่านั้นทุกอย่างมาเป็นทุกข์หมดเลย แล้วเรานั่งสมาธิภาวนา เห็นไหม แบตเตอรี่นั้นให้มันรู้จักตัวมันเอง

แบตเตอรี่มันรู้จักตัวมันเองไม่ได้ แบตเตอรี่มันจะไปไหนไม่ได้ มันต้องให้คนยก ให้ช่างซ่อม ให้ช่างเปลี่ยนแปลง ให้ช่างซ่อมบำรุงรักษา นี่ถ้าแบตเตอรี่มันรู้จักตัวมันเอง เห็นไหม

นี่ก็เหมือนกัน เราหาหัวใจของเรา ถ้ามันหาพลังงานนั้น จับตัวพลังงานได้ นั่นคือตัวสมาธิ ตัวสมาธิ มันสดชื่น มันไม่่วงนอน มันแจ่มใส มันปลอดโปร่ง อู๋! มันดีงามไปหมดเลย แล้วตอนนี้ก็จะหาอีก เจอแต่เปลือกแบตเตอรี่ โอ้โฮ! มันหนัก โอ้โฮ! หนักมาก ยกแล้วมันหนักมาก มันก็เลยมีปัญหาขึ้นมาไง

แล้วเวลาเขาเกิดขึ้น สิ่งที่มีมันขึ้นไป แล้วตัวมันโยกตัวมันคลอน แต่เวลาตัวโยกตัวคลอนที่ไร ลมหายใจมันโล่งดี

ลมหายใจมันโล่งดีมันเปลี่ยนแปลงได้ แต่ถ้ามันเปลี่ยนแปลงไม่ได้ เวลาว่างนอนแล้ว เขาก็บอกว่าเขามากินกาแฟแต่มันก็ไม่หาย

**นี่ไง เราคิดแบบวิทยาศาสตร์ เพราะอะไร เพราะมันเป็นที่จิตของเรา ถ้ามันเป็น ที่จิตของเรา สิ่งที่มีมันเกิดนิมิต สิ่งต่างๆ ที่มีมันเกิดขึ้น เราก็ดูแลรักษา เวลาเราตั้งสติ มัน เกิดไม่ได้ ตั้งสติแล้วเรารู้เท่าทัน รู้เท่าทันอารมณ์ นิมิตมันเกิดไม่ได้ นิมิตเกิดไม่ได้มันก็ ออกทางอื่นไง**

เวลาคนมีอุปสรรคสิ่งใดก็บอกจะแก้ไขสิ่งนี้ พอแก้ไขสิ่งนี้ มันก็จะมีอุปสรรคใหม่มา ตลอด คำว่า “อุปสรรค” แต่ละอย่างๆ ก็เลยมันเป็นตัวจุดชนวน มันเป็นตัวอุบายที่มันจะสร้าง อุปสรรคมาให้เรา ถ้ามันสร้างอุปสรรคนะ มาก็คิดมาขวางเรา

**หลวงตาท่านสอนประจำ ธรรมะนี้สุดยอด สิ่งที่มีปัญหาคือตัวกิเลสทั้งนั้นนะ**

ที่เราปฏิบัติธรรม เราพยายามทำคุณงามความดีแล้วไม่สมความปรารถนา ทำความดี แล้วเราล้มลุกคลุกคลาน ทำความดีแล้วเรามีแต่ความเศร้าหมอง นี่เรื่องของกิเลสทั้งนั้นเลย เรื่องของกิเลสทั้งนั้นเลย

แต่พอเวลามันเป็นเรื่องตรงต่อสัจจะความจริง โล่ง ปลอดโปร่ง สดชื่น นั่นนะปฏิบัติธรรม สมควรแก่ธรรม เราปรารถนาสิ่งนั้น สิ่งทีปฏิบัติธรรมแล้วให้สมควรแก่ธรรม แต่มันมีอุปสรรค อุปสรรคเพราะกิเลสของเรา ถ้ากิเลสของเรา เราก็รู้อยู่แล้วว่ากิเลสของเรา

กิเลสของเรา เพราะเรามีความปรารถนา มีความต้องการ เราถึงพยายามดำรงชีวิต แบบนี้ นี่พันธกรรมของจิตๆ คือดำรงชีวิตอย่างไร เราทำอย่างไรมา มันก็เป็นจิตเป็นนิสัยของเรา มา แล้วถึงเวลาเราจะปฏิบัติ เวลาจะไปแก้ไขจะไปตัดแปลงขึ้นมา เราก็ต้องต่อสู้กับมันไป นี่คือ อำนาจวาสนาของคนไง ฉะนั้น ทำไปตั้งสติไป

เขาบอกว่า “ลูกคิดว่าอาจจะเผลอสติ ลูกพยายามแก้ไขมาหลายเดือนแล้ว คงสร้าง กรรมไว้เยอะ อាកารทั้งหมดนี่คือจิตเสื่อมหรือตกภวังค์ใช่หรือไม่เจ้าคะ”

จิตมันเสื่อม มันก็เสื่อมไปแล้วไง ถ้ามันตกวงค์มันก็เป็นอดีตไปทั้งหมดทั้งสิ้น แต่เราปฏิบัติบูชาของศัสมาเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าโดยซื่อเท้จจริง หายใจเข้านี่ก็พุท หายใจออกนี่ก็โ หรือพุทโธๆ ท่องเอาเฉยๆ ก็ได้ หรือใช้สติปัญญาใคร่ครวญในธรรมๆ คือปัญญาอบรมสมาธิ

ทำอย่างใดอย่างหนึ่ง ทำอย่างใดอย่างหนึ่งขณะที่ทำ แล้วถ้ามันไม่ได้เราก็เปลี่ยนแปลง ทำอย่างอื่นๆ ทำต่อหน้าครั้งละหนึ่งอย่างๆ ชัดๆ ชัดๆ ไป เราแก้ไขสิ่งนี้ไป ถ้าแก้ไขสิ่งนี้ไปมันก็จะ เป็นความเพียร ความเพียรชอบๆ ความชอบธรรมเท่านั้นที่ทำให้ถูกต้องดีงาม

แต่เวลาทำสิ่งใดแล้วอยากลัดชั้นตอน อยากให้มันเป็นไป นี่ก็เลยลัดชั้นตอน ไฟฟ้า ลัดวงจรมันเผาไหม้บ้านเรือนหมดเลย ใ้ันนี้ไฟฟ้าลัดวงจรเผาให้หัวใจเดือดร้อนหมดเลย ทำให้เรา เดือดเร้าร้อน เราทุกข์เรายากไป

**ถ้าเราไม่ทำอย่างนั้น เรายังให้หมดเลย แล้วกลับมาหายใจเข้านี่ก็พุท หายใจ ออกนี่ก็โ ปัญญาอบรมสมาธิ ทำของเราไป**

ถ้ามันปลอดภัยไปรง บอก เวลาตัวมันโยกมันคลอนแล้วหายใจมันโล่ง

หายใจมันโล่ง เรามีสติไว้ ถ้าสิ่งใดดี สิ่งนั้นเอาเป็นประโยชน์ สิ่งใดที่มันขัดแย้ง เรายัง ใ้ๆ

เวลาคนจะเข้าบ้าน บ้านของคนสมัยปัจจุบันจะมีสวนหน้าบ้าน สวนหน้าบ้านคืออาการ ต่างๆ ที่มันเกิดขึ้น เราเดินจากประตูรั้วจะเข้าสู่บ้าน เราจะผ่านสวนอันนั้นไป ผ่านสวนอันนั้นคือ ผ่านปฏิภริยาที่มันเกิดขึ้นนี้ไง

ปฏิภริยาที่มันเกิดขึ้น อันนั้นดี อันนี้ไม่ดีต่างๆ แล้วไปผูกพันไปติดพัน นี่แะข้างทาง แะข้างทางไม่เข้าสู่บ้านของตัวเอง แะข้างทางคือมันไม่เข้าสู่ความสงบไป แะข้างทางก็แะอยู่ปาก ทางนั้นนะ

อาการต่างๆ มันเกิดขึ้นได้ร้อยแปด คนปฏิบัติ จิตนี้เรื่องมาก จิตของคนนี้เรื่องมาก มาก เรื่องมาก แล้วเราพยายามจะจัดเรียงไป จัดเรียงให้มันเป็นที่เป็นที่ทางไป ปัญญาอบรมสมาธิก็

พยายามคิดค้น พยายามประพฤติปฏิบัติจัดเรียงความคิดของตัวเองให้เป็นระเบียบเรียบร้อย ให้เป็นระเบียบเรียบร้อยขึ้นมา แล้วถ้ามันเข้าใจทั้งหมด มันวางหมด นั่นนะสัมมาสมาธิ

จิตนี้เรื่องมาก เรื่องร้อยแปด แล้วมันมีปัญหาตลอดไป เราแก้ไขอย่างนี้ เราแก้ไขของเรา เวลา มันจะผลอสติ มันจะอย่างไร เราก็แก้ไขไป

งานอย่างอื่นเวลาทำแล้วไม่เสร็จ เราก็ยังชวนชวายทำให้เสร็จ นี่หัวใจของเรา เราปฏิบัติของเราไป เวลามันจบแล้วนะ เลิกเลยละ ลาวัวฏฐะเลย ลาสามโลกธาตุเลย กูไม่กลับมาเกิดอีกแล้ว จบ นี่พูดถึงถ้ามันเป็นความจริงนะ จบ

**ถาม :** เรื่อง “สติกับความคิด”

สืบเนื่องจากการนั่งสมาธิแล้วเกิดสภาวะของจิตแยกตัวออกมาจากร่างกาย ร่างกายเป็นเพียงก้อนซากศพอ้วนๆ ส่วนจิตนั้นสว่างไสวลอยเด่นอยู่หนึ่งๆ แต่ความคิดกับสติแยกตัวออกมาต่างหาก โดยอยู่ห่างจากจิตและกายประมาณครึ่งเมตร

จากนั้นจึงเกิดภาวะสติแตก ควบคุมความคิดไม่ได้ จึงไม่สามารถนึกถึงบทสวดมนต์ หรือคำบริกรรมใดๆ ได้ และสติก็ดึงจิตให้เข้าสู่ร่างกาย ทุกอย่างจึงกลับสู่ภาวะปกติ จิตกับร่างกายรวมอยู่ด้วยกัน จึงใคร่ขอคำอธิบายโดยละเอียดเรื่องสติกับความคิดค่ะ กราบขอพระคุณ

**ตอบ :** สติกับความคิด สติก็คือสติ ความคิดก็เป็นความคิด นี่พูดถึงเรื่องรายละเอียดจากสติ จากความคิด

แต่อันนี้มันไม่ใช่ แต่เนี่ยเนื่องจากการนั่งสมาธิแล้วเกิดสภาวะของจิตแยกตัวออกจากร่างกายนี้

ถ้าจิตที่มันแยกตัวออกจากร่างกายนี้ไป เห็นไหม เวลาคนที่ประพฤติปฏิบัติเวลาปฏิบัติไปมันจะเห็นนิมิต ปฏิบัติไปแล้วเป็นสมาธิไม่ได้ ปฏิบัติไปแล้วมันฟุ้งซ่าน ปฏิบัติไปแล้วมันมีแต่ปัญหา ปฏิบัติไปแล้วมันคิดแต่ส่งออกไปทั้งหมดเลย นี่เวลาจะประพฤติปฏิบัติเริ่มต้น เห็นไหม

เวลาปฏิบัติเริ่มต้น คนที่ทำสมาธิได้คือคนที่เอาชนะตนเองได้ การเอาชนะตนเองได้คือเอาชนะความคิดของตนได้ เอาชนะความรู้สึกของตนที่มันแผ่กระจายออกไป

ธรรมชาติที่มันส่งออก ธรรมชาติของจิต พลังงานที่มันส่งออก ส่งออกโดยธรรมชาติของมัน โดยธรรมชาติของมันที่ส่งออก เห็นใหม่ ทางจิตวิทยาทางการแพทย์เขาศึกษา เขาเข้าใจของเขาเรื่องของสภาวะจิตใจ

แต่สภาวะจิต จิตมันเกิดจากอะไร เกิดจากเหตุสิ่งใด จิตวิทยาเกิดจากอย่างไร เวลามันเกิดขึ้นไป นี่การศึกษาทางจิตแพทย์ ทางจิตแพทย์เวลาเขามีกระบวนการรักษาของเขา เขารักษาของเขาให้จิตกลับมาเป็นปกติ

แต่ธรรมชาติขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เวลาคนเกิดมาบ่าห้าร้อยจำพวก คำว่า “บ่าห้าร้อยจำพวก” คือเกิดมาแล้วมันมีจริตนิสัยที่แตกต่างกันไป เวลาที่มีจริตที่แตกต่างกันไป องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าถึงวางกรรมฐาน ๔๐ ห้อง วิธีการทำความสงบ ๔๐ วิธีการ

ทำความสงบของใจแล้วถ้าจิตเป็นศีล สมาธิ ปัญญา ถ้าจิตมันสงบแล้วยกขึ้นสู่วิปัสสนา ถ้าวิปัสสนานั้นเป็นสติปัญญาที่รู้แจ้ง ถ้ารู้แจ้ง รู้แจ้งในอะไร

รู้แจ้งในกิเลสตัดหาความทะยานอยากของตน รู้แจ้งในจิตของตน รู้แจ้งจากสมบัติบ่าจากสมบัติที่มันได้กระทำมา สิ่งที่ทำสิ่งใดมา เข้ามารู้แจ้งขึ้นมาให้มันละให้มันวาง ให้ละให้วาง ด้วยสติด้วยปัญญา เห็นใหม่

เวลาพิจารณาไปมันละมันวางบ่อยครั้งเข้าจนมีกำลังขึ้นไป เวลามันพิจารณาไปเวลายมันขาด เวลามันขาด ขาดคืออะไร

คูสิ พันธุกรรมของจิตๆ เวลาพันธุกรรมของจิตที่มันมากับจิตนี้มันคืออะไร คือสิ่งที่มันมีการกระทำ มันมีเวรมีกรรมของมันมา เวลาทำสิ่งใดไปมันก็ให้ผลตามแต่วิบากของกรรมๆ อย่างนั้น



เวลาพิจารณาไป เวลาสติปัญญาที่มันรู้แจ้งๆ รู้แจ้งในเวรในกรรม ในสิ่งที่พัวพันกับจิตดวงนั้น ถ้ามันพิจารณาไปแล้วมันเห็นเป็นไตรลักษณ์สิ่งใด มันทะลุมันทะลวงไป มันปล่อยวางปล่อยวางชั่วครั้งชั่วคราว นั่นตทั้งหมด

**เวลาเป็นจริงเป็นจังขึ้นมา มันขาด กิเลสมันขาดเลย กิเลสมันตาย ตายจริงๆ ด้วย นี่เวลาถ้ามันทำไปตามความเป็นจริงใจ**

นี่พูดถึงว่า เวลาภาวนา เหตุที่มันจะภาวนา แต่เวลาเริ่มต้นการภาวนา จิตนี้มันสร้างเวรสร้างกรรมมามหาศาล เวลาสร้างเวรสร้างกรรมมามหาศาลนะ คนที่ประพฤติปฏิบัติขึ้นมาส่วนใหญ่แล้วเวลาถ้าจิตมันสงบ สงบเฉยๆ ก็มี เวลาจิตมันจะสงบขึ้นมามันจะเห็นนิมิตก็มี

เวลาจิตมันจะสงบ มันตกวังค์ไปเลย มันไม่ใช่สงบ มันเป็นหัวตอ เวลามันเป็นหัวตอมันอยู่เฉยๆ นี่กว่าเป็นสมาธิ แต่มันไม่ใช่สมาธิ มันเป็นกวางค์ นี่สมาธิหัวตอๆ

แต่ถ้าเวลาจิตของคนมันแตกต่างกันไป เวลาพุทโธๆ ไป ภาวนาไป จิตมันหลุดออกไป จิตมันหลุดออกไปนี้มีเยอะแยะมาก

ดูสิ ในพระไตรปิฎก ในธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่พูดถึงบอกว่า เวลาพระที่ประพฤติปฏิบัติอยู่ในป่าเดินจงกรมอยู่ เวลาจิตมันออกจากร่างก็ได้ เห็นอสุภะเดินอยู่ข้างหน้าก็ได้

เวลาเดินจงกรมอยู่ มันมีครอบครัวครอบครัวหนึ่งเขามีปัญหากัน ภรรยาของเขาหนีออกจากบ้าน เดินผ่านนั้นไป เดินผ่าน พระก็เดินจงกรมอยู่ไง ฉะนั้น เวลาสามีเขาตามมางตามมาเจอพระนั้น ถามว่า “เห็นผู้หญิงคนหนึ่งเดินผ่านไปหรือเปล่า”

“ไม่เห็น เห็นแต่โครงกระดูกมันผ่านไป”

นี่เห็นแต่โครงกระดูกมันผ่านไป ถ้ามันภาวนาไป เวลาจิตนิสสัยมันเป็น มันเป็นของมันได้

แต่ถ้าจิตเวลาภาวนาไป เวลาจิตที่มันหลุดออกไป จิตที่หลุดออกไปมันไม่ใช่ไม่เห็นสุ  
ภา จิตหลุดออกไป จิตหลุดออกไปที่ว่ามันเหมือนกับนิมิตอันหนึ่ง จิตมันหลุดออกไป ถ้าจิตหลุด  
ออกไป ถ้าเขามีสติปัญญานะ จิตนี้มันต้องเที่ยววะ

มันมีผู้ปฏิบัติมาก ใจเรื่องที่ว่าเห็นตัวเองไปยืนอยู่ข้างนอก เห็นตัวเองไปยืนอยู่แล้วมอง  
กลับมาที่ตน เยอะแยะ แล้วสึกหมดแล้ว ตายหมดเลย เพราะอะไร เพราะมันเป็นเรื่องปกติเรื่อง  
ธรรมดา มันเป็นเรื่องจริงอย่างนั้นไง

เวลานั่งสมาธิไปนะ เห็นตัวเองหลุดออกไปจากข้างนอกนะ แล้วก็มองกลับมาที่ตัวของ  
เจ้านะ ใจโฮ! เห็นตัวเจ้านั่งอยู่นะ พิจารณาไป มีพระมาถามปัญหาเรื่องนี้เยอะ

แล้วบอกว่า ให้ตั้งสติไว้ ให้ตั้งสติไว้ เวลาวิ่งไว้ไม่ให้มันออก เรามีสติสัมปชัญญะ เรา  
รู้ตัว หายใจเข้านึกพุท หายใจออกนึกโธ มันเคลื่อนไหว มันรับรู้ เรารับรู้ เรารู้ได้ตลอดเวลา แต่  
เราจะปล่อยให้มันไปทางไหน

เหมือนกับความรู้สึกเราจะคิดเรื่องอะไรละ ถ้าเราไม่ไปคิดเรื่องนั้น มันก็ไม่ไปคิดเรื่อง  
นั้นใช่ไหม ถ้ามันไปคิดเรื่องนั้น มันก็ไปคิดเรื่องนั้น แต่เหมือนกัน เวลามันจะออกไปมันก็  
ออกไป เวลาออกไปแล้วก็ยื่นมองกลับมาเห็นตัวเองนั่งอยู่นั้น

ใจนี้เขาบอกว่า เวลาจิตมันออกไป จิตมันแยกตัวออกไป แล้วย้อนกลับมาที่ร่างกาย  
เหมือนซากศพอ้วนๆ นั่งอยู่นั้นนะ ตอม่อนั่งอยู่นั้นนะ

เวลาตอม่อนะ ถ้าคนมันสำคัญตนว่า โอ้ย! นี่เป็นสิ่งที่วิเศษ สิ่งที่ดีงาม มันก็จะติดพันอยู่  
อย่างนั้นนะ มันติดพันอยู่อย่างนั้นแต่มันก็ไม่ไปไหนหรอก มันก็ไปรู้ไปเห็นอะไรเข้ามา คนบางที่  
พอจิตมันหลุดออกไป ไปเห็นจิตวิญญาณ ไปเห็นคนตาย รู้ว่าคนนั้นเกิดคนนั้นตายร้อยแปดเลย

จิตนี้เรื่องมาก รู้ได้หลากหลายนัก เป็นไปได้ร้อยแปด แล้วถ้ามันเป็นสิ่งใดไป มันเป็น  
พันธกรรมของจิตๆ พอพันธกรรมของจิตมันเป็นสิ่งใดแล้วเราไม่มีสติปัญญาเท่าทันมันนะ ก็บอก  
ว่า “นี่เป็นกรรม ใจโฮ! ปฏิบัติแล้วสุดยอคะ”...มันจะตายใจ

คูลี เวลาคนเจ็บไข้ได้ป่วยไปโรงพยาบาล หมอประจำบ้านเขาเช็กก่อนเลย เป็นโรคอะไร พอวินิจฉัยโรคได้แล้วก็ส่งไปแผนกหมอเฉพาะโรคเฉพาะทาง ถ้าเฉพาะทาง เป็นอะไรก็ไปเฉพาะทาง

ไฉนนี่ยังเลย ตัวเองยังไม่สงบเลย แล้วไม่รู้ว่าเป็นสิ่งใดเลย

จิตมันเรื่องมาก พอจิตมันเรื่องมากขึ้นไป เวลามันเห็นอย่างนั้นแล้วบีบ มันออกไป

“จิตแยกตัวออกจากร่างกาย เห็นกายเพียงแต่ซากศพอ้วนๆ จิตนั้นสว่างไสว ลอยเด่นนิ่งอยู่ ลอยเด่นนิ่งอยู่ แต่ความคิดกับสติที่แยกออกจากกันต่างหาก พอมันอยู่ห่างจากจิตและกาย ประมาณครึ่งเมตร”

เวลามันแยกตัวออกไปอยู่ต่างหาก จิตมันลอยเด่นของมันอย่างนั้นนะ ถ้ามันมีสติปัญญาของมันได้ แล้วคนที่เวลาเขาหลุดออกไปอย่างนี้เขายังเที่ยวไปรู้ไปเห็นต่างๆ

แต่นี้พอมันออกไปแล้ว แล้วเขาบอกว่า “จากนั้นสติมันควบคุมความคิดไม่ได้ จึงไม่สามารถสวดมนต์หรือคำบริกรรมใดๆ ได้”

ถ้ามีสติปัญญา คำว่า “มีสติปัญญา” หมายความว่า จิตบางดวงเขามีอำนาจวาสนามากกว่า เขามีความรู้สึกรู้สึกนึกคิดได้มากกว่า เขาคิดได้ เขาทำได้

แต่ถ้าจิตบางดวงมันมีอำนาจวาสนาน้อยกว่า หลุดออกไปแล้วคิดไม่ได้ ทำอะไรไม่ได้ ถ้าคิดไม่ได้ ทำอะไรไม่ได้ พอสติมันควบคุมไม่ได้ พอควบคุมไม่ได้ก็สวดมนต์อะไรไม่ได้

คำว่า “สวดมนต์” คูลี เวลาคนหลุดออกไปแล้วไปดู ไปดู ไปพิจารณา ไปเที่ยวเล่น เที่ยวเล่นเป็นชั่วโมงๆ นะ แล้วพระที่เขาเป็นนี่เขาชอบมาก วันไหนถ้าพอนั่งสมาธิแล้วมันจะออกไปข้างนอกแล้ว ออกไปข้างนอกไปดูผีดูนาง ไปเที่ยวเล่นนะ แล้วสำคัญตนาว่าอันนั้นเป็นธรรมๆ แล้วก็ไปคุยกับพระ พระที่เขาทำไม่ได้เขาก็ว่าเป็นผู้วิเศษ



ถ้าเรื่องธรรมดาเสร็จแล้ว ถ้าแก้ไขก็รั้งไว้ จิตมีสติ พุทโธชัดๆ ไว้ มันออกไม่ได้ ถ้าออกได้นั้นคือเปลว นั้นคือเปลวอะไร ถ้าคนมีสติแล้วไม่ให้ออก แล้วออกไม่ได้

แต่เวลาคนขาดสติ พรีบ! มันไปแล้ว พอมันไปแล้ว นั่นคือความผิดพลาด นั่นคือการเผอเรอของตน สิ่งที้ออกไปคือความเผอเรอของตนโดยที่ไม่เข้าใจ พอตนเองเผอเรอแล้วออกไปแล้ว กลับไปสำคัญว่าเป็นของดี กลับไปสำคัญว่าเป็นของดี แล้วสิ่งที่เผอเรอแล้วออกไปมันจะเป็นของดีได้อย่างไร มันก็ไปกว้านเอาความตกใจ ไปกว้านเอาสิ่งต่างๆ เข้ามาเป็นขยะให้กับหัวใจ

**แต่ถ้ามันเป็นความจริงๆ ของเรา เรามีสติสัมปชัญญะไม่ออกไป ไม่ให้ออกไป ไม่ให้มันส่งออก เราพยายามหายใจเข้านึกพุท หายใจออกนึกโธไว้**

แต่คำถามต่อไป “เวลามันออกไปแล้ว จากนั้นสติควบคุมความคิดไม่ได้”

แต่ถ้าคนที่มันมีกำลังมากกว่า มันคิดได้ มันทำได้ ที่ว่ามันไปได้ แต่เนี่ยมันออกไปแล้วมันไปไม่ได้ มันไปไม่ได้มันก็กลับมา ถ้ามันกลับมาโดยอายุขัยของคน

โดยอายุขัยของคน เวลาจิต เวลาอภิญญาไปรู้ไปเห็นต่างๆ ไปโดยอภิญญา เขากลับมา ร่างกายนี้เขายังไม่หมดชีวิต อย่างนี้ได้ เวลาพระปัจเจกพุทธเจ้า สมัยพุทธกาลเข้าฌานสมาบัติ ๗ วัน นั่งอยู่ ๗ วันนี่อยู่ได้ นี่เป็นเรื่องธรรมดา เป็นเรื่องธรรมดาของคนทำได้ แต่จะเป็นเรื่องมหัศจรรย์ของคนที่ยังปฏิบัติไม่ได้

แต่คนที่เขาปฏิบัติได้เขาอยู่อย่างนั้นมันเรื่องธรรมดาๆ ธรรมดาของกำลังของจิตนะ ไม่ใช่ธรรมดาของมรรค นี่ไม่เกี่ยวกับมรรคเลย นี่ไม่เข้าสู่มรรคเลย

ถ้าเข้าสู่มรรคนะ ศีล สมาธิ ปัญญา ถ้าศีล สมาธิ ปัญญา คือความปกติของใจ ถ้าใจสงบแล้ว จิตนี้เด่นมาก จิตเป็นสัมมาสมาธิคือจิตเด่นมาก ไม่พาดพิงอารมณ์ใดๆ ทั้งสิ้น ขณิกสมาธิ อุปลารสมาธิ เวลาอุปลารสมาธิ อุปลาระคือรอบจิต ความรู้สึกนี้มันคิดได้ มันรับรู้ได้ นี่วิปัสสนาเกิดตรงนี้ ถ้าอัปนาสมาธินะ จบ

ได้ยินพระเขาพูดนะ “อัปนาสมาธิมันยังคิดลึกๆ ได้”

อัปปนาสมาธิของใครวะ

“อัปปนาสมาธิมันคิดลึกๆ ได้ว่าเราไม่ติดโลก เราไม่ห่วงโลก”

คนไม่เคยเป็นไม่รู้ พุดผิดหมด เป็นไปไม่ได้ เวลาถ้าเข้าสู่อัปปนาสมาธิได้ แต่การเข้าสู่อัปปนาสมาธิมีส่วนน้อยมาก ส่วนใหญ่แล้วก็อุปจาระแล้วแค่นั้นนะ อุปจาระมันมีหยาบ มีกลาง มีละเอียด อุปจาระอย่างหยาบๆ อุปจาระอย่างกลางๆ อุปจาระอย่างละเอียด

เวลาอุปจาระอย่างละเอียด เขาก็คงคิดว่านั่นเป็นอัปปนาไป มันถึงว่าคิดลึกๆ คิดลึกๆ มันเป็นไปไม่ได้หรอก มันไม่มีอยู่จริง ถ้ามันไม่มีอยู่จริงนะ

ฉะนั้น ขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ อัปปนาสมาธิ มันก็เป็นชั้นของสมาธิอันหนึ่ง ชั้นของสมาธิอันหนึ่งแต่เวลายกขึ้นสู่วิปัสสนานั่นมันก็เป็นอีกเรื่องหนึ่ง นี่พูดถึงถ้ามันถูกต้องดังมานะ

แต่ถ้าพูดถึงคำถาม คำถามเพียงแต่บอกว่า จิตนี้มันแยกออกไปจากร่างกายนี้ แล้วให้อธิบายว่านี่มันคืออะไร

สิ่งที่อธิบายคือว่า ถ้าจิตเวลาเราภาวนา ถ้าจิตมันสงบแล้ว เห็นนิมิตก็ได้ รับรู้สิ่งใดก็ได้ ถ้ามันแยกออกไปก็ได้ สิ่งที่แยกออกไปได้มันเป็นผลของสมาธิ

คำว่า “สมาธิ” หมายความว่า จิตของเราถ้าเป็นปกติ คือสามัญสำนึกของเรา เราก็คิดได้แบบโลกๆ คิดได้แบบมนุษย์ เราจะคิดจินตนาการอย่างอื่นขึ้นไปมันคิดไม่ได้

แต่เวลาภาวนาๆ ใครหัดภาวนาก็แล้วแต่ ถ้าจิตมันดีขึ้น ถ้าจิตมันดีขึ้นมันคิดสิ่งต่างๆ มันคิดได้ละเอียดกว่า คิดได้รอบคอบกว่า นั่นเพราะกำลังของจิตมันดีขึ้นมา

นี่ไง คนที่ฝึกหัดภาวนานะ เวลาหายใจเข้านี่ก็พุท หายใจออกนี่ก็โธ ถ้ามันมีกำลังของมัน มันมีฐานของมัน เวลาไปตรีกในธรรม คิดเรื่องธรรมะนี่ อู้ฮู! ทำไมมันสดชื่น ทำไมมันปลอดโปร่ง ทำไมมันซาบซึ้ง นั่นนะผลของสมาธิทั้งนั้นนะ

ถ้าสมาธิเป็นบาทเป็นฐาน เป็นพื้นฐานนะ ปัญญาที่เกิดบนพื้นฐานอันนี้มันชัดเจนของมัน มันมีรสมีชาติ มันมีความสุข มันมีความเข้าใจ มันซาบซึ้งในพระพุทธศาสนา

แต่ถ้าสมาธิของเราไม่มี มันก็เหมือนความคิดของเราเหมือนกับคนที่มันล้า แล้วความคิดเกิดบนความล้า ถ้าจากความรู้สึกอันนั้นนะ มันไม่ธรรมดา มันคิดเปื้อๆ มันไม่อยากเพราะอะไร เพราะเราล้าเราเหนื่อยเราอยากเต็มที่ แล้วความคิดเกิดขึ้นมาแล้วมันก็ไม่ดูดี

นี่ก็เหมือนกัน จิตของคนมันไม่ได้ภาวนามันก็เป็นแบบนี้ มันล้า มันแบกหามความคิด มันแบกหามความทุกข์ความยากมาทั้งภพทั้งชาติ

แล้วก็ไปตรีกในธรรมะๆ ถ้ามีสติมีปัญญานะ มันตรีกด้วยสติปัญญาของมัน พอมันเข้าใจ มันปล่อยางนะ นั่นนะปัญญาอบรมสมาธิ ฉะนั้น ผู้ที่ประพฤติปฏิบัติสูงสุดนั่นนะคือปัญญาอบรมสมาธิ

คำว่า “ปัญญาอบรมสมาธิ” หมายถึงว่า เขาชวนชวายการกระทำของเขา แล้วเป้าหมายของมันโดยข้อเท็จจริงเป็นปัญญาอบรมสมาธิโดยสัมมาทิฐิผู้มีสติสัมปชัญญะ

แต่ถ้ามันขาดสติสัมปชัญญะ เขาคิดแบบนั้นนะ แล้วเขาบอก “นี่วิปัสสนา นี่รู้แจ้ง” นี่เขาคิดของเขาไป ความคิดไง ไม่ใช่ความจริง

ผู้ใดปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม

ไฉนนี้มันดันเดา คาดหมาย จินตนาการ มันปฏิบัติโดยการคาดหมาย การจินตนาการ มันก็ได้ผลของเขาอย่างนั้นนะ

แต่ถ้าเราปฏิบัติเป็นอย่างนั้น เราก็วางไว้ พิสูจน์กัน คราวนี้เป็นอย่างนี้ ก็ทำ ความสงบของใจอีก แล้วก็ใช้ปัญญาอีก ถ้ามันรอบคอบ มันสมดุล เออ! มันจะเกิดรสเกิดชาติ รสของธรรม รสของปัญญาธรรม รสของวิปัสสนา มันจะมีรสมีชาติ

เราก็ปฏิบัติเทียบเคียง เห็นไหม คราวนี้ดีกว่านี้ คราวนั้นเป็นอย่างนี้ ทำบ่อยครั้งเข้า ทำซ้ำทำซากๆ

วิธีการ วิธีการคือการพิจารณาซ้ำแล้วซ้ำเล่าๆ เวลามันผิผลาดขึ้นมา เดี่ยวเราจัดเรียงใหม่ เราทำใหม่ มันดีขึ้น รอบคอบขึ้น ชัดเจนขึ้น แล้วพอมันคลายตัวมันก็ทำซ้ำๆ ทำซ้ำๆอยู่อย่างนี้พิจารณาอย่างนี้ แยกแยะอย่างนี้จนชัดเจนของมัน เวลาพอมันเป็นความจริง นี่ความจริงมีอันเดียว

พอมันเป็นความจริงนะ สิ่งที่ผ่านมา เออ! นี่คือการชวนชวาย

นักกีฬา คนทำงานเขาก็ลองผิผลองถูกเพื่อพัฒนาการของเขา เวลามันขาด มีอันเดียว นิโรคดับทุกข์มีหนึ่งเดียว แล้วถ้านิโรคดับนะ จบเลย

**ที่แล้วๆ มาคือการฝึกหัด คือการกระทำที่ดีขึ้นเท่านั้น ถ้าจะเป็นความจริงนะ นิโรคมีหนึ่งเดียว ทุกข์ สมุทัย นิโรค มรรค นิโรคคือขณะจิต**

เขาบอก “ไม่มีขณะก็ได้ ไม่ต้องมี”

ไม่ต้องมีก็ไม่มีนิโรค ไม่มีนิโรคก็อริยสัจ ๓ ทุกข์ สมุทัย มรรค นิโรคไม่มี อริยสัจ ๔ ไม่มี สัจจะความจริงไม่มี แต่เอาสี่ข้างเข้าดูกันอยู่ตอนนี้ “ไม่ต้องมีขณะก็ได้ ไม่ต้องรู้จริงก็ได้ไง ไม่ต้องรู้จริง รู้จำๆ นี่แหละ รู้แถๆ ก็ใช้ได้ รู้แตกไปแตกมานี้ก็ใช้ได้ ใ้รู้จริงๆ ไม่ต้อง” ไม่ต้องเพราะอะไร ไม่ต้องเพราะมันทำไม่ได้ไง ถ้ามันทำได้ก็เป็นความจริงขึ้นมาไง

นี่พูดถึงว่า จิตนี้เรื่องมาก จิตใจของคนนี้เรื่องมาก แล้วมาเรียบเรียง เรียบเรียงให้มันเข้าที่เข้าทาง นี่สัมมาสมาธิ เรียบเรียงให้เข้าที่เข้าทาง ถ้าเป็นสมาธิแล้วถ้ายกขึ้น วิปัสสนา กิเลสไม่ต้องมาขุมาแห่ย์ กิเลสไม่ต้องมาปั่นมาแต่ง มันจะเป็นสัจจะความจริงขึ้นมา เป็นภาวนามยปัญญา ปัญญาเกิดจากการภาวนา เกิดจากการชวนชวายการฝึกหัดการกระทำของเรา

ฉะนั้นบอกว่า สิ่งนี้ให้อธิบายถึงว่า สติกับความคิดมันไม่ใช่อันเดียวกัน มันไม่ใช่อันเดียวกันอย่างไร



สิ่งที่มันไม่ใช่อันเดียวกันเพราะกำลังของเราเท่านั้นแหละ ถ้ากำลังของเราดีนะ มันมีสติด้วย มีความคิดด้วย แล้วมันยังจะเป็นผู้พิเศษอีกนะ มันจะไปเที่ยวดูป่าช้าเลย แล้วจะกลับมาบอกครอบครัวนั้นเลยว่าญาติเชิงไปอยู่ไหนเลยละ ถ้าสติกับความคิดมันไปด้วยกัน

อันนี้มันอยู่ที่กำลัง กำลังคืออำนาจวาสนา คือพันธุกรรมของจิตใครได้สร้างมามากมาน้อย แล้วคำว่า “สร้างมามากมาน้อย” สร้างมามากแล้วถูกด้วยนะ ไม่ใช่สร้างมามากแล้วผิด

สร้างมามากแล้วผิด เดียรถีย์นิครนถ์เขาก็มีวาสนานะ ในศาสนาเซนพร้อมทั้งพระพุทธเจ้านั่นนะ เขาบอกเขาปล่อยวางหมด เขาเป็นชีเปลือย เขาไม่ยุ่งห่มอะไรเลย เขาปล่อยวางได้จริง สมณะต่างหากยังห่มจีวร

แต่เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ครูบาอาจารย์ของเราบอกนะ ถ้าเป็นจริงมันต้องมีสติมีปัญญา มีความละเอียด ต้องมีความละเอียด มีสติสัมปชัญญะว่าสิ่งใดควร สิ่งใดไม่ควร

สิ่งที่ไม่ควร เห็นไหม ถ้ามีสติปัญญา ถ้าปฏิบัติได้จริง มันจะมีความละเอียด รู้สิ่งใดควร สิ่งใดไม่ควร ชีเปลือยสล่อนจ้อนไปอย่างนั้นมันจะไปเผยแพร่ศาสนาให้เจริญรุ่งเรืองได้อย่างไร นี่เป็นคำสอนของพระพุทธศาสนานะ

แต่เขาบอกว่าเขาปล่อยวางได้หมดเลย สมณะต่างหากยังห่มผ้าจีวร ยังติดอยู่

แต่เวลาครูบาอาจารย์ของเราบอกว่า “แม้แต่ความละเอียด ความควรไม่ควรยังรู้ไม่ได้แล้วจะเป็นศาสนาได้อย่างไร” นี่เวลาครูบาอาจารย์เราโต้แย้งนะ

นี่ก็เหมือนกัน สิ่งที่ว่า สติกับความคิดทำไมมันแตกแยก มันควบคุมไม่ได้

ควบคุมไม่ได้มันก็เพราะกำลังของเราเท่านั้นนะ ถ้ามันมีกำลังบับ มันควบคุมได้ทั้งนั้นนะ มันเป็นไปของมันได้

แต่กรณีอย่างนี้บีบ อย่างที่ว่า จิตมันเรื่องมาก แล้วไม่มีความจำเป็นว่ามันจะต้องทำ  
อย่างนั้น แต่ประสบการณ์ของผู้ที่ถาม ผู้ที่ทำแล้วมันได้ขึ้นมา มันเป็นอย่างนั้นขึ้นมาโดยการ  
กระทำของเรา แล้วไม่รู้ว่ามันคืออะไร

คนทำอยู่ที่บ้านนะ แล้วก็เขียนมาให้พระตบที่วัด พระไม่ได้ทำด้วยนะเว้ย

เพียงแต่ว่า ที่จิตมันแยกออกจากร่างไปมันคืออะไร แล้วมันทำอย่างไร

เราก็กลับมาหายใจเข้านี้กพุทธ หายใจออกนี้กโธของเราต่อเนื่องไป แล้วถ้าออกไปแล้ว  
ไม่มีความจำเป็น ความสำคัญของเรคืออยู่กับผู้รู้ อยู่กับพุทธโธ ต้องการความสงบของใจ  
ต้องการศีล ต้องการสมาธิ ต้องการภาวนามยปัญญา ปัญญาเกิดจากจิตที่รู้แจ้งในจิตของตน  
เอวัง