

# จิตคน

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๑ พฤศจิกายน ๒๕๖๘

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

**ถาม :** ข้อ ๓๑๓๒. เรื่อง “ออกจากสมาธิ

กราบนมัสการหลวงพ่อบอก ขอสอบถามดังนี้เจ้าคะ

๑. เคยได้ยินหลวงพ่อบอกเทศน์ว่า อย่าพรวดพราดออกจากสมาธิ ไม่อย่างนั้นจะเข้าเหมือนเดิมได้ยาก หนูนั่งสมาธิ เวลานั้นพุทโธจนจิตดี ๆ เห็นสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นภายในไม่เคยเหมือนเดิมเลย แม้จะมีการกระทำที่คล้ายกัน แต่อุบายต่างๆ ที่ใช้ก็ไม่เหมือนกัน

เช่น มีครั้งหนึ่งนั่งพุทโธ ตอนนั้นรู้ว่ามีกำลังจึงจับพุทโธลง ทะลุความมืดลงไป เห็นสิ่งที่อยู่เบื้องล่างเป็นความสว่าง แล้วจิตถอนขึ้นเอง จับพุทโธลงไปอีกครั้ง เห็นสิ่งที่อยู่เบื้องล่างเป็นความสว่างอีกครั้ง แล้วจิตถอนขึ้นเอง จากที่เคยทำมาคิดว่าถ้าเป็นครั้งที่ ๓ น่าจะทำได้เท่าเดิม แล้วจะกลายเป็นสัญญา เวลาถอนออกจะไม่ผ่องใสเบาสบายเท่ากับออกมาในตอนที่ได้ทำมาก่อน จะเป็นสัญญา เลยออกจากสมาธิ ไม่กำหนดจิตลงไปอีก จิตก็มีกำลังสบายกว่า หนูทำถูกไหม เจ้าคะ

๒. เวลานั้นสมาธิรู้สึกได้ผลดี แต่ยังไม่ได้มีกำลังมาก แค่คล่องตัวเบาๆ สบายๆ เฉยๆ เวลาจะออก หนูก็จะบอกตัวเอง “จะออกแล้วนะ” แล้วให้เวลาสักเกือบๆ นาที ค่อยๆ ออกแบบนี้ ถูกไหมเจ้าคะ ทำอย่างไรคือการไม่พรวดพราดออกเจ้าคะ

๓. หนูชอบภาวนาเพื่อไม่ให้มีความทุกข์ใจ แล้วก็ไม่อยากตกนรก คิดว่าชาตินี้จะใช้ไม่ให้เสียชาติเกิดที่มาเจอครูบาอาจารย์ ตอนนี่เริ่มดีขึ้น สามารถทำหายใจเข้าพุทก็เป็นสุข หายใจออกโธก็เป็นสุขได้เร็วขึ้น ทีนี้พอทุกข์เริ่มน้อยลง หนูก็เริ่มขี้เกียจเจ้าคะ มันก็คิดว่าทุกข์เท่านี้รับได้ ขออุบายให้ขยันหน่อยเจ้าคะ

**ตอบ :** นี่คำถามเนาะ คำถามๆ เขาถามมาเริ่มจากต้น “เคยได้ยินหลวงพ่อบุญมาว่าอย่า ออกพรวดพรากจากสมาธิ ไม่อย่างนั้นจะเข้าได้ยาก”

อันนี้มันเป็นคำสั่งเลยนะ เป็นคำสั่งของหลวงตาพระมหาบัว ท่านเคยเทศน์ไว้มากมาย แต่คนจะจับประเด็นได้มากหรือไม่ได้มาก ฉะนั้น เราเอาคำนี้มา ย้ำ มาย้ำเวลาพูดถึงเวลาผู้ฝึกหัดปฏิบัติใหม่

แล้วเวลาผู้ฝึกหัดปฏิบัติทั่วไปว่าว่างๆ ว่างๆ แล้วบรรลุนิยามๆ เราฟังแล้วแบบว่ามันไร้สาระ เราฟังแล้วเราเศร้าใจ เราเศร้าใจถึงความเห็นในการประพฤติปฏิบัติของเขา แล้วในการประพฤติปฏิบัติของเขา เขาก็มีคนนับหน้าถือตา มีคนยกย่องสรรเสริญ มีเป็นกลุ่มเป็นก้อน เขาทำเป็นกลุ่มเป็นก้อนเป็นศักยภาพในสังคม เขาก็เชื่อกันแบบนั้นไง

ทีนี้พอเราเห็นแล้ว เวลาเราพูดเราก็พูดของเราอยู่ เริ่มต้นก็ไม่มีใครเชื่อใครฟังหรือใครฟังแล้วก็ฟังผ่านๆ กันไปไง แล้วฟังแล้วแบบว่ามันขัดหูเขาเหมือนกันนะ

“หลวงพ่อบุญอะไรก็จะไปตีเขา อะไรก็จะไปตีเขา เขาภาวนาเขาต้องมีความสุขความสงบของเขา ก็ไปตีตีเขา”

กรณีนี้เป็นกรณีที่ว่าเราเทศนาว่าการ หรือหลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่น ครูบาอาจารย์เรา เวลาเผยแผ่ธรรมๆ ก็อยากให้เราชาวพุทธเราทาน ศีล ภาวนา

ผู้ที่ทำทาน ทำทานก็สาธุ เขาทำคุณงามความดีของเขา ผู้ที่ถือศีลประพฤติปฏิบัติก็เป็นความดีของเขา ทาน ศีล ภาวนา

เวลาหลวงตา ไปหาท่าน ท่านจะบอกว่า “มา มารถเปล่าๆ นะ เวลากลับไปให้พุทธโง่ไปทั้งคันนะ”

เวลาท่านเน้นย้ำตลอดว่าอยากจะให้ชาวพุทธเราฝึกหัดภาวนา เพราะการฝึกหัดภาวนามันจะเป็นประโยชน์สูงสุด แล้วฝึกหัดภาวนามันจะเป็นผลที่สูงสุดในพระพุทธศาสนาที่จะติดหัวใจของผู้ที่ฝึกหัดปฏิบัติไป ฉะนั้น ให้ฝึกหัดปฏิบัติ

คือว่าเหมือนคนนะ ในทางโลกๆ เขาว่าโลกเจริญเพราะการศึกษา นี่ก็เหมือนกัน ชาวพุทธๆ ชาวพุทธทาน ศีล ถ้าภาวนา จิตเขาจะมีสติปัญญ ถ้าเขามีสติปัญญามันจะติดหัวใจเขาไป มันเป็นจิตเป็นนิสัยของมนุษย์ที่ว่าเป็นมนุษย์ที่มีคุณสมบัติของความเป็นมนุษย์โดยสมบูรณ์ ฉะนั้น สิ่งที่ท่านทำๆ ท่านจะให้ภาวนา ถ้าภาวนามันจะเป็นประโยชน์มาก

แต่เวลาภาวนาไปแล้ว มันก็เริ่มที่ว่าให้ทำอย่างนั้นๆ มันก็เป็นอุปาทานหมู อุปาทานหมู ถ้าใครภาวนาก็เป็นประโยชน์ของเขา เป็นคุณสมบัติของเขา เป็นคุณงามความดีของเขา แต่ถ้าจะเอาหลักตามความเป็นจริงละ

ศีล สมาธิ ปัญญา มรรค ๘ คือศีล สมาธิ ปัญญา

แล้วอะไรเป็นศีล อะไรเป็นสมาธิ เป็นปัญญา

หลวงตาพระมหาบัวท่านบอกเลย ศีล ๕ ก็สุญ ๕ ศีล ๑๐ ก็สุญ ๑๐ ศีล ๒๒๗ ไม่ต้องพูดถึงเลย เรื่องของเขา เรื่องของเรา ถ้ามันไม่ปฏิบัติขึ้นมาตามความเป็นจริงมันไม่มีศีลใจ

ขอศีลๆ ใจ ที่นี้กรรมฐานเรา เวลาศีล อารธนาศีล วิรติศีล อธิศีล ศีลที่แท้จริง ศีลที่แท้จริงมันเกิดจากที่ไหนละ มันเกิดจากจิตนะ ศีลคือความปกติของใจ ถ้าใจปกติสุขแล้วศีลสมบูรณ์แบบของมัน ถ้าศีลสมบูรณ์แบบของมันในหัวใจของตนใจ

ย้อนกลับมาที่ภาวนา ถ้าย้อนกลับมาที่ภาวนา เห็นไหม ถ้าเป็นสมาธิแล้วอย่าพรวดพราดออก เรายืนยันตรงนี้เพราะอะไร เพราะว่ามันไม่มีอะไรเป็นขึ้นเป็นอันแล้วมันเป็นสมาธิได้อย่างไร ถ้าเป็นสมาธินะ มันมีเข้าและมีออก

จนเขาประท้วงเรานะ “สมาธิมีเข้ามีออกด้วยหรือ”

ถ้าสมาธิไม่มีเข้าไม่มีออกมันก็ไม่มีอะไรเป็นการชี้แจงว่าสิ่งใดเป็นข้อเท็จจริงใจ ก็อารมณ์จินตนาการไป อย่างนั้นเป็นสมาธิหรือ

ฉะนั้น เวลาเราพูดถึงใจ เราถึงบอกว่า ถ้าเป็นสมาธิมันเข้า แล้วอย่าพรวดพราดออกเพราะอะไร เพราะเวลาคนเข้าสมาธิแล้วมันตกใจพรวดออกเลย แล้วต่อไปจะทำอย่างไร แล้วเวลาเข้าไป เข้าก็ไม่มีสติ ไม่มีการดูแลรักษา เข้า ออก ออกก็ไม่มีรู้มันออกอย่างไร ถ้ามันไม่มีเข้า

ไม่มีออก มันก็เป็นเรื่องธรรมดาเรื่องปกติ แล้วมันเป็นสมาธิตรงไหน แล้วอะไรเป็นสมาธิ อะไรไม่เป็นสมาธิ

อ้าว! สมาธิไง เพราะอะไร สิ่งที่ว่า เป็นสมาธิ เพราะเวลาเราฟังหลวงตากับหลวงปู่เจี๊ยะ ท่านคุยกัน แล้วเราอยู่ด้วยไง หลวงปู่เจี๊ยะท่านวิตกวิจารณ์ ท่านก็อยากจะให้ชาวพุทธเจริญอกงาม เวลาท่านก็ปรารภกับหลวงตา หลวงตาบอก “สมาธิมันทำกันไม่เป็น มันทำอะไรกัน”

เวลาคนภาวนาเป็นนะ เขารู้ คนภาวนาเป็นมันเป็นขั้นเป็นตอนขึ้นมา มันมีเหตุมีผลเป็นขั้นเป็นตอน ปุณฺณ กัลยาณชน โสดาปัตติมรรค โสดาปัตติผล สกิทาคามิมรรค สกิทาคามีผล อนาคามิมรรค อนาคามีผล อรหัตตมรรค อรหัตตผล มรรค ๔ ผล ๔ นิพพาน ๑ มีระดับเป็นขั้นๆ ของมันขึ้นไปนะ หยาบละเอียดแตกต่างกัน มรรค ๔ ผล ๔

แล้วปุณฺณ กัลยาณปุณฺณแตกต่างกันอย่างไร ทำสมาธิ ทำสมาธิอย่างไร

ใช้เรื่องภาวนานะ สาธุ เจริญพร ขอเชิญคุณท่านตามสบายเลย ขอให้ทำเถอะ เพราะการฝึกสมาธิเป็นการฝึกฝนตนให้มีสติมีปัญญา ไม่เป็นเหยื่อ

หลอกออนไลน์ หลอกออนไลน์กันอยู่เพราะขาดสติ เพราะไม่มีสติยังคิด เพราะไม่มีสติ ไม่มีตัวตนของตน

ฝึกหัดเถอะ มันดีงามทั้งนั้นนะ

แต่ “บรรลุมรรค”

บรรลุมรรคตรงไหน เ็งยังทำสมาธิกันไม่เป็น พื้นฐานเ็งยังไม่มี เพราะอะไร สมถกรรมฐาน สัมมาสมาธิคือสมถกรรมฐาน สัมมาสมาธิ ถ้าเป็นสัมมาสมาธิเป็นสมถกรรมฐาน ถ้าเป็นมิจฉามันเร่ร่อนหลอกหลวงร้อยแปด แล้วไม่ต้องเข้าไม่ต้องออก เพราะถ้ามันเข้ามันออก มันไม่ไปอย่างนั้น ถ้ามันเข้ามันออกมันรักษาตัวได้ เพราะมันไม่มีเข้าไม่มีออกไง เพราะไม่มีสติไง ก็ควบคุมไม่ได้ไง

พักทำๆ เราจะพูดคำนี้บ่อยให้เห็นว่า ถ้ามันเป็นสมาธิมันมีที่มา มันมีที่ไป มันมีเข้า มีออก มีเจริญแล้วมีเสื่อม ถ้ามีสมาธิมันถึงจะเสื่อม

ไฉนนี่ไม่มีเจริญ แล้วก็ไม่มีเสื่อม ถ้าพูดภาษาเรา มันก็ไม่มีดีและก็ไม่มีความ กลางๆ เร่ร้อนกันอยู่อย่างนั้นนะ แล้วจึงจะทำอะไรกัน

ที่เราพูดนี้เพราะเราเป็นการเตือน เตือนฝ่ายปฏิบัติ เตือนนักปฏิบัติทั้งหลายว่า ถ้าตามข้อเท็จจริงมันมีเหตุและมีผล

นี่ไง พระสารีบุตรไปเรียนกับสังขชัยมา นั่นก็ไม่ใช่ นี่ก็ไม่ใช่ ไม่ใช่จนเหลวไหลไปเลย จนไม่มีอะไรเป็นต้นเป็นปลาย ก็เลยสัญญาากันเลยว่า มันไม่ใช่ทางแล้วละ เราไม่มีหนทางไปแล้วละ ถ้าเราเจอครูบาอาจารย์ เราอย่าทิ้งกันนะ

ไปฟังเทศน์พระอัสสชิใจ ว่าองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสอนว่าอย่างไร

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสอนว่า ธรรมทั้งหลาย คือธรรมที่มันจะเกิดขึ้น จะบรรลु ธรรมหรือจะมีคุณธรรมที่จะเกิดขึ้นมันต้องมีเหตุ มีการกระทำที่ถูกต้องและชอบธรรม นี่ไง ธรรมทั้งหลายมาแต่เหตุ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสอนให้ไปกำจัดที่เหตุ นั้น ทำลายเหตุ เหตุ และปัจจัยทั้งหมดที่จะเกิดทุกข์ ที่จะไปรู้ไปเห็นอะไร ตรงนั้นนะต้องไปกำจัดทั้งสิ้น พระสารีบุตร บรรลุธรรมเป็นพระโสดาบันเลย

เห็นไหม มันมี เย ธมฺมาฯ ชาวพุทธท่องกันปากเปียกปากแฉะ แล้วชื่นชมว่าศาสนาพุทธ มีเหตุและมีผล มีที่มาและที่ไป แล้วเรามาภาวนากัน “ว่างๆ ว่างๆ” ไฉโย! จำคาถา

ภาวนาเป็นสิ่งที่ดีงาม ผูกมัดเกาะ เพราะอย่างน้อยก็มีสติสัมปชัญญะ แต่ที่เราพูดอีกนะ เห็นแล้วมันสังเวชใจ

ที่ไหนมีศรัทธา ที่นั่นมีเหยื่อ ที่ไหนมีเหยื่อ ที่นั่นมีนักล่า

ไฉพวกนักล่ามันล่า แล้วไฉเหยื่อก็อยากจะบรรลุธรรมๆ เขาชักจูงไปหมดเลย นั่งหลับก็ บรรลุธรรม น้ำลายไหลย่อยก็บรรลุธรรม

เฮ้ย! พระพุทธศาสนามีคุณค่านะ ไม่ใช่เอามาหย่าเปกกันอย่างนี้นะ

ฉะนั้น เราถึงได้พูดให้เห็นว่า นี่คำถามใจ “เคยได้ยินหลวงพ่อบุญมาว่าอยากพรวดพรวด ออกจากสมาธิ ไม่อย่างนั้นจะเข้าได้ยาก”

มันได้ยากเพราะอะไร เพราะจิตนี้มันด้าน เห็นใหม่ เวลาเราเตือนคนที่เวลาใจแตกให้ กลับมาเป็นคนดีแสนยาก คนที่ติดรูป รส กลิ่น เสียง แล้วบอกว่าให้ละให้วาง ยาก

นี่เหมือนกัน พอมันพรอดพราดออกมันเคย เพราะอะไร เพราะเรารักษาเกือบเป็นเกือบ ตาย ฉะนั้น เวลาเข้ามา ก็เข้ามาด้วยสติสัมปชัญญะ ต้องรู้ตลอด ถ้าเว็บหายนี่ตกภวังค์แล้ว เว็บ ไปแล้ว ใจเว็บนี่จบแล้ว

มีสติสัมปชัญญะไว้ไม่ให้มันเว็บหาย เว็บหายคือภวังค์ เผอเรอไปเลย แต่ถ้าเรา ต่อเนื่องๆ ไป

ฉะนั้น คำถามถามว่า สิ่งที่เขาเคยทำครั้งที่ ๑ สิ่งที่เขาพูดอะไรๆ แล้ว กำหนดพูดไร พอ จิตดี ดีจากภายใน มันเคยเหมือนเดิม แล้วเวลานั่งพูดอะไรๆ แล้ว ถ้าจับพูดต่อไปมันจะทะลุ ความมืด มันจะทะลุสิ่งใด ส่งออกทั้งนั้นนะ มันทะลุไปเห็นความสว่าง แล้วทะลุไปสู่ความสว่าง

จิตสงบนะ สัมมาสมาธิคือรู้ใจของตัวเอง รู้ใจของตน แต่ถ้าไปรู้เห็นแสงเห็นสีมันรู้ ออก แล้วเวลาจะไปเห็นภาพต่างๆ มันไปของมัน มันไปมันรู้เห็น

จะบอกว่าสิ่งนี้ไม่มีไม่ได้ สิ่งของมันจะเกิดขึ้น มันเกิดขึ้นจากคนที่มีจิตนิสัยอย่างนั้น คน ทานอาหารเคยทานอาหารอย่างใดก็ชอบอาหารอย่างนั้น แล้วแต่สภาพแต่ละชาติเวียนว่ายตาย เกิดในวัฏฏะมันมีจิตนิสัย จิตมันมีกำลัง พอจิตมันเริ่มสงบบ้าง ถ้ากำหนดมันจะรู้เห็น สิ่งใด สิ่งนั้นมันส่งออกทั้งนั้นนะ

สัมมาสมาธิคือรู้จิตของตน ไม่รู้อะไรเลย รู้อะไรเลยคือพาดพิงอันนั้น ไปเห็นสีเห็นแสงมัน พาดพิงหมด มันไปพาดพิงมันถึงรู้ถึงเห็นอย่างนั้น แล้วถ้าทำให้มันสงบเข้ามาๆ

พอจิตสงบ เขาบอกว่า ครั้งที่ ๑ เขาทะลุความมืดไปจนมันสว่าง แล้วเวลาจะออก กำลัง จะออกแล้วนะ

ตั้งสติไว้ เวลาเข้าเวลาออกอย่างนี้ถูก แต่การที่ไปรู้ไปเห็น รู้แล้วก็รู้ใจ

ฉะนั้น สิ่งที่ว่าเรามีสติกำหนดพูดไรแล้วมันสุข เขาบอกว่าเขามีความทุกข์ แล้วเวลาเรา ฝึกหัดปฏิบัติแล้วมันจะมีความสุข มีความสบายใจ สุขสบายใจ

สัมมาสมาธิคือสุขอื่นใดเท่ากับความสุขไม่มี

คนที่เขาปรารถนาความสุขโดยอามิส สิ่งที่เกิดขึ้นเขาต้องแสวงหา ได้เสพ ได้ความพอใจ  
สิ่งใด แล้วสิ่งที่เป็นความสุขของเขา ต้องลงทุนลงแรงมากมายมหาศาล

แต่ที่เราสุข เวลานั่งโดยปกติสุข กำหนดพุทโธ เวลาจิตมันสงบเข้ามาในตัวมันเอง เห็น  
ใหม่ มันจะมีความเบา ความสบายใจ มันจะมีความสุขของมันมาก ก็สุข พอมันคลายออกมา  
เดี๋ยวมันก็ไปเสพอารมณ์ มันก็เสพต่างๆ เราก็ตั้งสติไว้ ฝึกหัดไว้

นี่ไง หลวงปู่เจี๊ยะสอน หลวงตาพระมหาบัว หลวงปู่เจี๊ยะเป็นพระอรหันต์ เวลาพระ  
อรหันต์กับพระอรหันต์ท่านปรึกษาหารือกัน ปรึกษากันเพื่อพระพุทธศาสนา อยากจะ  
สร้างธรรมทายาทๆ ให้สมมุติสงฆ์ให้เป็นธรรมขึ้นมาเพื่อเป็นประโยชน์กับบุคคลคนนั้น ถ้าเป็น  
ธรรมขึ้นมา ใจดวงนั้นเป็นธรรมขึ้นมา มันจะมีความมหัศจรรย์ในใจของตน แล้วใจของตนแล้ว  
มันเป็นธรรมที่เหนือโลก มันไม่ติดโลกเด็ดขาด

ถ้ามันยังติดโลกอยู่แสดงว่าหัวใจดวงนี้ต่ำต้อย ต่ำต้อยจนตัวเองไม่เป็นอิสระในใจของ  
ตน ถึงต้องไปติดโลกามิส รูป รส กลิ่น เสียง ติดคนสรรเสริญ ติดคนยกย่อง ติดคนบูชา มันเป็น  
เรื่องไร้สาระ ถ้ายังต้องพึ่งนอกจากใจของตนเป็นเรื่องไม่ใช่ธรรม

ถ้าเป็นธรรมๆ ขึ้นมา ถ้าจิตมันสงบของมัน ถ้าเป็นปกติสุข ฉะนั้น ความเป็นปกติสุข  
ขึ้นมา มันถึงเป็นสัมมาสมาธิ

คำที่ว่า “อย่าพรวดพราดออก” เราเอาคำนี้มายืนยันว่าสมาธิมีการเข้าและการออก

โดยปกติเราคลายออกมาเป็นปกติ ตา หู จมูก ลิ้น กาย เป็นสามัญสำนึกที่เราจะสื่อสาร  
กับคนทั่วไป ถ้าจิตมันสงบเข้ามาๆ เวลาความสุขมันก็มีหลายชั้นหลายตอน ชณิกสมาธิ  
อุปจารสมาธิ อัมปนา

อัมปนานี้สื่อสารไม่ได้เลย มันจะละเอียดเข้ามาๆ จนมันวางหมดนะ ใจอยู่กับกายนี้  
อายตนะ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ไม่รับรู้เลย แต่ใจมันจะเด่นมาก เด่นมาก เวลามันเข้ามาเหมือน  
ฉานสมาบัติ

ฌานสมาบัติ ปฐมฌาน ทุตติยฌาน ตติยฌาน จตุตถฌาน อากาสนัญญายตนะ  
 วิญญูญาณัญญายตนะ อากิญจัญญายตนะ เนวสัณฺณานาสัณฺณายตนะ แล้วมันไปอย่างไรละ มี  
 เข้ามือออกใหม่ ถ้าไม่มีเข้าไม่มีออกมันจะละเอียดขึ้นมาได้อย่างไร ปฐมฌาน ทุตติยฌาน ตติย  
 ฌาน จตุตถฌาน ฌาน ๔ รูปฌาน อรูปฌาน มันเข้าอย่างไร มันออกอย่างไร

นี่มันไม่มีอย่างนั้น มันไม่มีอะไรเป็นมาตรฐานนะ แล้วมันจะเป็นสมาธิขึ้นมาได้อย่างไร  
 แล้วเป็นสมาธิ นี่ฌานนะ สมาธิเป็นสมาธิ นี่คำถามที่ ๑.

คำถามที่ ๒. ไง “เวลาทำสมาธิรู้สึกได้ผลดี แต่ยังไม่มีการนั่งมาก แค่คล่องตัวเบาๆ สว่าง  
 เฉยๆ เวลาจะออกหนูก็จะบอกตัวเอง “จะออกแล้วจ๊ะ” แล้วให้เวลาสักพักเกือบนาทีแล้วค่อย  
 ออก แบบนี้ถูกไหมเจ้าคะ”

ถูก เข้ามีสติสัมปชัญญะสมบูรณ์ เวลาจะออก คลายตัวออกมาด้วยความสมบูรณ์แบบ  
 สัมมาทิฏฐิถูกต้องชอบธรรม

การประพฤติปฏิบัติขึ้นมาจากปุถุชนเป็นกัลยาณชน ศรัทธา อจลศรัทธา

ศรัทธาเชื่อถือ หวั่นไหว คลอนแคลน แล้วแต่อารมณ์ แล้วแต่สติสัมปชัญญะมากน้อย  
 ขนาดไหน ถ้าทำสมาธิได้ๆ ถ้าจิตสงบแล้วนะ จะเกิดอจลศรัทธา อจลศรัทธาคือศรัทธาผลของความ  
 สงบสุข ผลของจิตที่มันตื่น พุทฺธะ ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน มันจะเป็นอจลศรัทธา จากศรัทธา  
 เป็นอจลศรัทธา

นี่ไง จากปุถุชน จากอารมณ์ที่เป็นมนุษย์โดยปกติ ถ้ามันมีสัมมาสมาธิขึ้นมา เห็นใหม่  
 เป็นมนุษย์เหมือนกัน แต่มนุษย์ที่ว่าจะยกขึ้นสู่วิปัสสนา จะยกขึ้นสู่วิปัสสนาเป็นบุคคลคู่ที่ ๑ ไง  
 บุคคลคู่ที่ ๑ กับปุถุชน มันคนละระดับ คนละชั้นตอนกัน แล้วถ้าคนทำเป็นมันจะรู้มันจะเห็นของ  
 มัน

แต่คนทำไม่เป็น ตรงนี้ไม่เกี่ยว ไม่มีเหตุ แล้วก็ไหลไปเลย ไหลไปตามแต่ว่าอารมณ์หนึ่งก็  
 บรรลุธรรมขั้นหนึ่ง จินตนาการครั้ง ๑ ครั้ง ๒ ครั้ง ๓ มันจินตนาการเพราะอะไร เพราะมันมีกิเลส  
 มันมีสมุทัยเจือปนมันไป

เวลาถ้าเป็นสัมมาสมาธิ สมุทัย กิเลสสงบตัวลง ถึงเป็นสัมมาสมาธิ มันไม่เจือปน

ถ้ามันเจือปนมันก็ออกธูอย่างที่เราบรรลุดูธรรมกันนั่นแหละ ฟังแล้วปวดหัว แต่ก็ช่างมันเถอะ เพราะมันอยู่ที่วุฒิกภาวะ มันอยู่ที่วาสนา

ถ้ามีวาสนานะ มันจะเอะใจ เอ๊ะ! จริงหรือ พอมัน เอ๊ะ! ขึ้นมา นี่คือวาสนาของเราไง

ทางวิทยาศาสตร์ห้ามเชื่อ ต้องถาม ทดสอบๆ ทดสอบจนมันเห็น พิสูจน์ว่าเป็นความจริงในการปฏิบัติ บัจฉัตตัง สันทิฏฐิโก มันมีเหตุมีผลจริงหรือ ถ้ามันข้อเท็จจริงขึ้นมา มันถึงจะเป็นข้อเท็จจริงขึ้นมา

นี่พูดถึงว่าการเข้าและการออกอุกใหม่

ถ้ามันถูก มันถูกต้องชอบธรรม แล้วมันมีหนทาง คือความถูกต้องชอบธรรม ข้อเท็จจริงที่เรากระทำ

ปริยัติวิชาการ ปฏิบัติคือการทดสอบการกระทำ ถ้ามันเป็นจริงขึ้นมามันก็จะจริงขึ้นมาในข้อเท็จจริง ถ้ามันเป็นข้อเท็จจริงขึ้นมามันจะเป็นบัจฉัตตัง สันทิฏฐิโก

ฉะนั้น ถ้ามว่าถูกใหม่ ถูก แล้วฝึกหัดอย่างนี้ แล้วไม่ทิ้ง แล้วเอาหลักนี้ไว้ แล้วเวลามันจะออกนอกอุกนอกรทาง หลักนี้มันจะทำให้เราฟื้นฟูกลับมา

เพราะสพฺเพ ธมฺมา อนตฺตา สพฺเพ ธมฺมา อนตฺตา ธรรมทั้งหลายเป็นอนัตตา การฝึกหัดปฏิบัติแต่ละรอบ แต่ละครั้งแต่ละคราว ฉะนั้น ถ้าเราชำนาญในวิธี เราไปกลัวอะไร ชำนาญในการเข้าและการออก ชำนาญในการกระทำ สมาธิจะเสื่อมไปที่ไหน ถ้าสมาธิมันเสื่อม พอมันเสื่อมไปแล้วมันทำให้มันทุกข์มันยากไป นี่ข้อที่ ๒.

“๓. หนูชอบภาวนาเพื่อไม่ให้มันทุกข์ใจ แล้วไม่อยากจะตกนรก คิดว่าชาตินี้จะไม่ให้เสียชาติเกิดอีก ที่เกิดมาเจอครูบาอาจารย์ ตอนนี่เริ่มดีขึ้น เวลาหายใจเข้าพุทก็มีความสุข หายใจออกโรก็มีสุขได้เร็วขึ้น ทีนี้พอทุกข์มันเริ่มน้อยลง หนูก็เริ่มขี้เกียจเจ้าคะ”

มันน่าอิจฉาเนาะ หายใจเข้าพุทก็สุข หายใจออกโรก็สุข น่าอิจฉา ถ้ามีความสุขจริงๆ นะ แต่มันสุขจริงๆ ถ้าเราควบคุมของเราได้

แต่ถ้ามีต้นเหตุคือความอยากจะได้อย่างนั้น จะได้แบบนี้ มันจะจินตนาการ มันจะทำให้เราเสียศูนย์ เสียหลัก ถ้าเรามีศูนย์ของเราเนะ เราหายใจเข้าพุทก็มีความสุข หายใจออกโทก็มีความสุข ความสุขสงบ เอกัคคตารมณ จิตตั้งมั่นแล้วฝึกหัดใช้ปัญญา

ถ้ามันใช้ปัญญา ปัญญาในอะไร

ในแนวทางสติปัฏฐาน ๔ ใจ การฝึกหัด การประพฤติปฏิบัติในแนวทางสติปัฏฐาน ๔ ในพระพุทธศาสนา จิตสงบแล้วมันไม่มีคนยุคนแห่ จิตมันอิมเต็มของมัน ถ้ามันไปเห็นกาย เห็นเวทนา เห็นจิต เห็นธรรม แล้วฝึกหัดใช้ปัญญา แล้วปัญญาจะไม่เกิดเอง ปัญญาจะเกิดได้ยาก จะต้องวิปัสสนาอ่อนๆ วิปัสสนาท่ามกลาง วิปัสสนาถึงที่สุด

วิปัสสนาอย่างไรฝึกหัดปฏิบัติไป แล้วจะเห็นเลยว่า ใช้ปัญญาไปแล้ว เวลาสมาธิมันอ่อนลงมันจะเป็นสัญญา มันจะเป็นอย่างไร ไม่ต้องไปตกใจว่าเดี๋ยวมันจะเป็นสัญญา มันจะเป็นอะไร

ให้มันเป็นปัจจุบัน แล้วถ้ามันผิด ผิดพลาดบ้างมันเป็นเรื่องธรรมดา การผิดพลาดบ้างเพราะการทำงานมันต้องมีผิดมีถูก แล้วถ้ามันผิดไป เราก็เริ่มต้นใหม่ แล้วฝึกหัดจนชำนาญในวิธี ชำนาญในการเข้าและการออก ชำนาญในการรักษา ชำนาญในการกระทำ

ช่าง ถ้าเราเป็นช่างนะ สิ่งที่เราใช้สอยสบายมาก ซ่อมได้ตลอดเวลา แต่ถ้าเราไม่ใช่ช่าง เวลาของเราเสียนี้ปวดหัวเลยนะ ซ่อมก็ไม่ได้ ทำอะไรก็ไม่ได้ จะไปหาช่าง ช่างก็ไซกก็สับเอาอีก

ฝึกหัด แล้วมันจะเป็นข้อเท็จจริงของมันขึ้นมา ชำนาญในวิธี ชำนาญในการเข้าและการออก แล้วฝึกหัดของเราขึ้นไป นี่ข้อเท็จจริง จบ

**ถาม :** ข้อ ๓๑๓๓. เรื่อง “ลูกหมาน้ำตาไหล”

กราบนมัสการหลวงพ่อกะหม่อมทำโฮมสเตย์ มีแขกมาพักตลอดทั้งเดือน เมื่อเดือนที่แล้วมีหมาจรมาคลอคลอได้ถุนบ้าน เห็นว่าไม่เหมาะสมกับสถานที่ จึงย้ายลูกหมาไปไว้ที่อีกบ้านหนึ่งที่ไม่ได้ใช้ แล้วให้อาหารตามสมควร ขอเรียนถามหลวงพ่อดังนี้

๑. การแยกลูกหมาแบบนี้ถือว่าการพลัดพรากจากแม่หรือไม่ บางครั้งผมเผลาใช้โทษตอนขู่ไปแล้วรู้สึกผิดภายหลัง ลูกหมากับแม่ยังกลับมาบงกชแวกตอนกลางคืน ผมจึงขังลูกหมาไว้ กรณีนี้ถือว่าทารุณสัตว์หรือผิดศีลข้อ ๑ หรือไม่

ผมรู้สึกทุกข์ใจมาก เพราะจำเป็นต้องดูแลสถานที่เพื่อเลี้ยงชีพ วันนี้เห็นลูกหมาน้ำตาไหลตอนขัง ผมสลดใจ ธิบขอโทษกรรมและแม่เมตตาให้เขาเข้าใจ

ตอนนี้อยู่กับแม่หมาครับ เพราะหลุดมาจากกรงเรียบร้อย ผมอาจต้องล่ามเชือกลูกหมาไว้ แล้วอยากถามหลวงพ่อก่อนว่า ขอหลวงพ่เมตตาชี้ทางให้ผมปฏิบัติอย่างถูกต้องและเดินต่อในธรรมครับ

**ตอบ :** นี้คำถามเนาะ เวลาจิตใจของคนนะ เวลามันอ่อนไหวมันก็เป็นเรื่องหนึ่ง เวลาจิตใจของคนที่แข็งกระด้างเขาก็ทำลายไปเลย ในสิ่งมีชีวิตในวัฏฏะนี้ไง โตทยอยพราหมณ์ โตทยอยพราหมณ์เขาเป็นเศรษฐีนะ นืออยู่ในธรรมบท เป็นเศรษฐี แต่เอาเงินของสมัยโบราณเขาฝังทรัพย์ไว้ในดินไง แล้วเวลาเขาเสียชีวิตไปเขาผูกพัน เขาไปเกิดเป็นสุนัข เป็นหมานี่แหละ

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไปบิณฑบาต โตทยอยพราหมณ์ โตทยอยพราหมณ์เขาเป็นเศรษฐี เขามีฉันทิฎฐิ เขาไม่ใส่บาตรไง เวลาเขาตายไปแล้วไปเกิดเป็นสุนัข องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าก็อยากจะโปรด แล้วบิณฑบาตไปตามนั้น บิณฑบาตไปสายนั้นไง สายนั้นบีบหมามันก็ยังมาเห่าอีก

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอกว่า โตทยอยพราหมณ์ เธอเป็นมนุษย์เธอก็ตระหนี่ เธอเป็นสุนัขเธอก็ยังตระหนี่อีกนะ ตามมาเห่า

พูดให้คนใช้บ้านนั้นฟัง คนใช้บ้านนั้นไปฟ้องเจ้านาย เป็นลูกชายเขา เขาโกรธมาก เขาตามไปต่อว่าพระพุทเจ้าเลยว่ทำไมเอาชื่อพ่อเขาไปเรียกหมาตัวนั้น

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตอบว่า เธอมาต่อว่ามันไม่มีเหตุผล ต้องพิสูจนั เธอกลับไปนะ เอาอาหารไปเลี้ยงหมาตัวนี้ แล้วเรียกเขาว่าพ่อๆ เลย แล้วบอกขอสมบัติเขา

หมามันเพิ่งตามไปเองนะ ลูกชายเขา เขาก็กลับไปบ้านเขา เอาอาหารไปเลี้ยงหมาที่มาเกิดในบ้านอย่างดีเลย เวลาเลี้ยงหมาแล้วก็ลูบหัวเลย ทำคุ้นเคยกับเขาเลย แล้วเรียกเขาพ่อเลย พ่อๆ ผังสมบัติไว้ที่ไหน ขอ

หมาตัวนั้นเขายังระลึกจำได้ นี้อยู่ในธรรมบทนะ หมาตัวนั้นวิ่งไปเลย เอาขาไปตะกุกที่ เขาไปผังทองคำไว้ ลูกชายเขาก็ให้คนงานขุด ไททองคำ ไททองคำทั้งนั้นเลย อันนี้พิสูจน์ถึงการเวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะ

ฉะนั้น คำว่า “จิตใจที่อ่อนโยน” เขาเห็นเรื่องสุนัข เห็นเรื่องสัตว์เลี้ยง เขาก็คิด

เวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะไม่รู้ใครไปเกิดเป็นอะไร ใครเป็นใคร ฉะนั้น นี่พูดถึงจิตใจที่อ่อนไหว จิตใจที่เชื่อในคุณธรรม ใ้พวกจิตใจที่แข็งกระด้างก็บอกว่า ไฮ้! เรื่องแม่หมากับลูกหมา มึงก็ยังเขียนมาถามหลวงพ่อกันนะ

ตอบเรื่องหมาๆ ไง แต่จิตใจของคนมันอ่อนไหว มันก็อ่อนไหวไปกับข้อเท็จจริงนั้น จิตใจคนแข็งกระด้างก็คิดไปอย่างหนึ่ง

ฉะนั้น ในกรณีของเรานะ ในเมื่อเรามีอาชีพ เราต้องเลี้ยงชีพ เราทำหน้าที่การงานของเรา สิ่งใดที่เกิดขึ้นมันก็อยู่ที่ความสมดุลงพอดี ความสมเหตุสมผลของเรา

หมามันจรจัดมาแล้วมาอยู่บ้าน มาคลอดลูก ถ้าเราดูแลอย่างไรก็ดูแลด้วยความชอบธรรม แต่ถ้ามันสุกวิสัย เราจะบริหารจัดการอย่างไร มันมี มันถึงมีกรณีที่เขาขับเลี้ยงหมาไว้เต็มบ้านเต็มเมืองนั่นนะ นั่นก็เป็นเหตุเป็นผลของคน มันอยู่ที่หัวใจ หัวใจของคนมันพัฒนาได้ มันเติบโตขึ้นมาได้

นี่ก็เหมือนกัน มันเป็นหน้าที่ของเรา ในเมื่อเรามีบ้านมีเรือน มันจรจัดมาแล้วมันมาอาศัย มันมาคลอดลูก เราจะบอกว่า ดูแลรักษา ถึงเวลาแล้วทางโลกเขามีจัดการอย่างไร

มีคนมาถามมากมาย เวลารักเวลาชอบใจก็ไปเอาเขามาเลี้ยง เวลาเป็นภรรยาหน้าทีเดือดร้อนมาก แล้วคนที่ใจอ่อนไหวทำไม่ได้ ทำร้ายเขาไม่ได้ ต้องดูแลกันไป แต่คนที่เขารักเขาชอบของเขา เขาก็รักก็ชอบของเขา คนที่ไม่รักไม่ชอบของเขา มันก็ไม่รักไม่ชอบของเขา นี่ผลของวัฏฏะ คือจิตใจของคนที่มีมันแตกต่างหลากหลาย

ฉะนั้น อย่างข้อที่ ๑. การแยกลูกหมาถือว่าเป็นการพลัดพรากจากแม่หมาหรือไม่

มันก็เป็นของชั่วคราว การพลัดพราก เห็นใหม่ เวลาเติบโตขึ้นมามันก็เติบโตของมันขึ้นมา แล้วถ้ามีความจำเป็นจะต้องดูแลรักษา นั่นก็เรื่องหนึ่ง

แล้ว ๒. ลูกหมาที่มันมารบกวน

นั่นก็รบกวนหน้าที่การงานของเรา ถ้าย้อนกลับ ย้อนกลับไปฟาร์มสุนัข เขามีเป็นคอกเลย เขามีแม่พันธุ์ มีสายพันธุ์ นั่นก็เป็นธุรกิจของเขา ถ้าเราพูดอย่างนี้ไป แล้วเขาซื้อขายชีวิตของเขาอย่างนี้ แล้วโยมบอกว่า พอพลัดพรากไปแล้วเราเป็นกรรมหรือไม่ เราจะเป็นอะไรหรือไม่

ไฉนมันเรื่องสุดวิสัยนะ สิ่งที่เขาทำเป็นอาชีพเลยนะ นั่นก็เป็นเรื่องของเขา มันอยู่ที่ว่าคนเกิดมาต้องมีหน้าที่การงานเพื่อเลี้ยงชีพ แล้วเลี้ยงชีพด้วยความสุจริตหรือทุจริต แล้วเลี้ยงชีพของเราด้วยความสะอาดบริสุทธิ์

ไฉนก็เหมือนกัน เราทำโฮมสเตย์ เรามีหน้าที่เลี้ยงชีพของเราเพื่อมีบริการประชาชน แล้วถ้าสุนัขมันเป็นอย่างนั้น ถ้าเกิดสุนัข ถ้าเขาเห็นว่ามันกลับเป็นว่านี่เป็นโปรแกรมโปรแกรมหนึ่งในการมาพักใช้ใหม่ เขาชอบใจก็มี แต่เราจะรู้ความคิดคนได้อย่างไร

ฉะนั้น เราจะบอกว่า ให้เป็นความเหมาะสมถูกต้องชอบธรรม เหมาะสมกับการกระทำทั้งเราและเขา แล้วทำให้มันถูกต้องชอบธรรมเท่านั้น แต่ว่าจะให้ได้ดีใจทุกๆ อย่าง จะให้ได้ดีใจคิดทุกๆ เรื่อง มันไม่มีอยู่ในโลก มันมีความขัดแย้งอยู่ทั้งนั้น การเวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะมันก็มีผลทั้งนั้น แต่เราทำสิ่งที่ดีที่สุดแล้ววาง แล้วเราดำรงชีพของเราเพื่อประโยชน์กับการเกิดเป็นมนุษย์ เอวัง