

กำลังใจ ๒๘

(จตุธรรมนำใจ ๗)

โดย พระจุนายก (สุชาติ อภิชาโต)

วัดญาณสังวรารามวรมหาวิหาร

ในพระบรมราชูปถัมภ์

อำเภอบางละมุง จังหวัดชลบุรี

พิมพ์แจกเป็นธรรมทาน

www.kammatthana.com

ท่านที่มีความประสงค์จะพิมพ์หนังสือเล่มนี้แจกเป็นธรรมทาน
ท่านสามารถพิมพ์ได้โดยไม่ต้องขออนุญาตแต่อย่างใด
โดยให้ถือตามหลักธรรมที่แสดงไว้ว่า การให้ธรรมะ ชนะการให้ทั้งปวง

สารบัญ

กัณฑ์ที่	หน้า
๒๗๔ สมณะ วิปัสสนา	3
๒๗๕ พ่อแม่ครูจารย์	38
๒๗๖ กิณเพื่ออยู่	67

กัณฑ์ที่ ๒๗๔

สมณะ วิปัสสนา

๒๖ พุทธจักกายน ๒๕๔๙

เวลาฟังธรรมให้ตั้งใจอยู่เฉพาะหน้า ไม่ต้องส่งจิตไปหาผู้แสดง ให้ตั้งรับเหมือนกับ ผู้รักษาประตู ให้อยู่แถวหน้าประตูรอรับลูกฟุตบอล อย่าวิ่งออกไปไล่จับลูกฟุตบอล ไม่เช่นนั้นจะถูกยิงเสียประตูได้ง่าย เพราะไม่ได้เฝ้าอยู่ตรงหน้าประตู ฉะนั้นเวลาฟังธรรม ก็ต้องตั้งใจไว้ที่ใจ เพราะเป็นจุดที่รับความรู้ต่างๆ เสียงที่มาสัมผัสกับหูก็ต้องเข้ามาที่ใจ เวลาฟังธรรมก็ฟังได้ ๒ ลักษณะคือ ๑. **ฟังให้เกิดปัญญา** ๒. **ฟังให้เกิดความสงบ** การ ฟังเพื่อให้เกิดความสงบก็คือให้จิตเกาะติดอยู่กับเสียงธรรม เกาะติดอยู่กับกระแสธรรม ที่ผ่านเข้ามาทางหู จะเข้าใจบ้างไม่เข้าใจบ้างก็ฟังไป ให้เกาะติดอยู่กับเสียง เพื่อไม่ให้จิต ไปคิดถึงเรื่องราวต่างๆ เหมือนกับการบริการรถโฟล์ค แต่การฟังธรรมจะสบายกว่า ไม่ต้องบริการให้เหนื่อย เพียงอาศัยเสียงธรรมะเป็นตัวผูกใจไว้ อย่าปล่อยให้ใจไปคิด เรื่องอื่นก็แล้วกัน ฟังไปเรื่อยๆ ถ้าเกาะติดอยู่กับกระแสธรรมได้อย่างต่อเนื่อง จิตก็จะ ค่อยๆสงบตัวลงจนเป็นสมณะเป็นสมาธิไป ถ้าฟังให้เกิดปัญญา ก็ต้องพิจารณาตามธรรม ที่แสดงด้วยเหตุด้วยผล ว่าเป็นอย่างไร เพราะอย่างไร ก็พิจารณาตามไป พอเข้าใจก็จะ ร้องอ้อ เข้าใจแล้วรู้แล้ว ว่าจะต้องตัดอย่างไรปล่อยอย่างไร นักปฏิบัติส่วนใหญ่จะไม่ ค่อยเข้าใจเรื่องปัญญากัน คิดว่าสมณะกับวิปัสสนาเป็นเรื่องเดียวกัน คิดว่าให้กำหนดรู้ เหยยๆ ซึ่งเป็นการเจริญสติเท่านั้นเอง คือให้มีสติสัมผัสกับสิ่งต่างๆที่มาสัมผัส ผ่านทางตาหูจมูกลิ้นกายเข้ามาสู่ใจ ให้มีสติรับรู้อยู่ในอิริยาบถ ๔ เดินก็ดี ยืนก็ดี นั่งก็ดี นอนก็ดี ทำอะไรก็ดี ให้มีสติตามรู้อยู่เสมอๆ แต่นี้เป็นเพียงการสร้างสติเรียกว่าสติปัฏ ฐาน ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญในการทำจิตให้สงบ ให้เป็นสมณะ เป็นสมาธิ เป็นบาทเป็นฐาน ของการเจริญปัญญา เพื่อให้รู้แจ้งเห็นจริง ที่เรียกว่าวิปัสสนา

การภาวนาจึงแยกออกเป็น ๒ ภาค ๒ เวลา คือ ๑. **สมถะ** ๒. **วิปัสสนา** เวลาเจริญสมถภาวนาเพื่อความสงบก็ไม่ต้องพิจารณา ภาวนาเพื่อให้อิทธิพลไม่ให้เกิดเรื่องอะไรทั้งสิ้น นอกจากมีนิสัยชอบคิด หยุดคิดไม่ได้ ก็ต้องบังคับให้คิดไปทางปัญญา เพื่อเป็นแนวแห่งปัญญาอบรมสมาธิ คิดด้วยเหตุด้วยผลเพื่อกล่อมจิตใจให้เข้าสู่ความสงบ ให้เป็นสมาธิ แต่ถ้าไม่ชอบคิดก็บังคับจิตใจให้อยู่กับพุทโธฯ หรืออยู่กับลมหายใจเข้าออก ก็กำหนดรู้ไปจนจิตสงบตัวลงรวมเป็น**เอกัคคตารมณ์** ตั้งมั่นอยู่ในความสงบ ตอนนั้นการบริการหรือการกำหนดดูลมหายใจก็หยุดไปโดยปริยาย เพราะได้ถึงจุดหมายปลายทางที่ต้องการแล้ว การดูลมหายใจเข้าออกหรือการบริการเป็นเพียงทางเดินเท่านั้น เป็นตัวพาไปสู่จุดหมายปลายทาง เหมือนกับรถยนต์ที่หนึ่งมาเพื่อให้มาถึงสถานที่นี้ พอมาถึงก็ลงจากรถแล้วก็ขึ้นมานั่งอยู่ที่ศาลานี้ รถยนต์ก็จอดทิ้งไว้ ฉันใดการภาวนาเมื่อจิตรวมลงเข้าสู่ความสงบจนนิ่งเฉยแล้ว การบริการพุทโธฯ ก็จะหยุดไปโดยปริยาย การกำหนดดูลมหายใจเข้าออกก็จะหยุดไปโดยปริยาย อย่างนี้เรียกว่าเป็นการบำเพ็ญเพื่อความสงบ ขณะที่จิตรวมอยู่นั้น จะนานหรือไม่นาน ก็ปล่อยให้เป็นไปตามธรรมชาติ อย่าไปดึงอย่าไปถอนจิตออกมา เหมือนกับการทอดสมอเรือ พอสมอติดดินแล้ว เราก็ไม่ถอนมันขึ้นมา ถ่าถอนเรือก็จะไม่จอดนิ่ง

จิตที่รวมอยู่ในความสงบก็เช่นเดียวกัน ควรปล่อยให้หนึ่งจนกว่าจะถอนออกมาเอง เพราะนี่คือเป้าหมายของการทำสมถภาวนา ทำเพื่อให้อิทธิพลสงบ จะสงบนิ่งได้นานเท่าไรก็ดี เพราะจะเสริมสร้างกำลังให้กับจิตไว้ต่อสู้กับกิเลสตัณหาต่างๆ ยิ่งสงบนิ่งได้นานเท่าไรก็จะมีกำลังต่อสู้กับกิเลสตัณหาได้มากขึ้นตามลำดับ ในเบื้องต้นจึงต้องสร้างฐานของสมาธิคือความสงบให้มีให้มาก แต่ก็ได้หมายความว่าต้องทำแต่สมถภาวนาเพียงอย่างเดียว ก็ยังสามารถเจริญวิปัสสนาไปได้ด้วย สลับกันไป เมื่อออกจากสมาธิความสงบแล้ว ถ้าปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง ไม่มีภารกิจงานอย่างอื่นหรือมีก็ตาม ก็ควรเจริญปัญญาต่อ ด้วยการพิจารณาอนิจจังทุกขังอนัตตาในสังขารร่างกาย เช่นเป็นพระก็ต้องออกไปบิณฑบาต ก็สามารถเจริญธรรมขั้นวิปัสสนาได้ ด้วยการพิจารณาร่างกายในขณะที่ทำกิจกรรมต่างๆ พิจารณาดูอาการ ๓๒ ของร่างกายไปก็ได้ พิจารณาดูความแก่ ความเจ็บความตายว่าเป็นเรื่องธรรมดา ก็พิจารณาไปได้เรื่อยๆอย่างนี้ถึงจะเรียกว่า

วิปัสสนา ถ้าตามฐำนามรูปรู้ว่าเกิดขึ้นแล้วก็ดับ แต่ไม่ควบคุม ไม่ดับมัน ก็จะไม่ทันการณ
เช่นเวลาเกิดกิเลสขึ้นมา แล้วดูเฉยๆ รอให้มันดับเอง แต่มันไม่ดับ เช่นเวลาโกรธก็จะ
โกรธไปเรื่อยๆ เกลียดก็เกลียดไปเรื่อยๆจนวันตาย ถ้าจะให้มันดับก็ต้องใช้ปัญญาใช้
วิปัสสนาเข้าไปดับมัน

เช่นใช้ความเมตตา เวลาโกรธก็ต้องเห็นว่าความโกรธนี้เป็นเหมือนไฟเผาจิตใจ คนที่ถูก
โกรธไม่รู้เรื่องหรืออก เขาสบาย แต่คนที่โกรธจะตายเอา เพราะความร้อนรนของจิตใจ กิน
ไม่ได้นอนไม่หลับ อาฆาตพยาบาท ก็เพราะความโกรธกำลังเผาผลาญใจ กำลังสร้าง
ความทุกข์ให้กับใจ จึงต้องพิจารณาให้เห็นโทษของความโกรธ พอเห็นปั๊บก็จะดับความ
โกรธได้ เอ๊ะเรากำลังบ้า ไปโกรธเขาทำไม โกรธแล้วเหมือนเอาค้อนมาทุบศีรษะเรา ไม่
เกิดประโยชน์อะไร นี่คือนิวิปัสสนา ต้องพิจารณาดับมันให้ได้ ไม่ใช่รอให้มันดับเอง
พิจารณาดูนามรูปว่า มันเกิดแล้วเตี้ยมันดับ เกิดแล้วเตี้ยมันดับ แล้วถ้าเกิดมันไม่ดับ
จะทำอย่างไร บางสิ่งบางอย่างเราดับมันได้ถ้ารู้เหตุที่เกิดจากอะไร เช่นความทุกข์ใจนี้มี
เหตุทำให้มันเกิดขึ้นมา เหตุของความทุกข์ใจก็คือ**ตัณหา** ที่ท่านแสดงไว้ใน**อริยสัจ ๔** มี
กามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา ตัณหาทั้ง ๓ นี้เกิดจากอะไร ก็เกิดจากความหลง เห็น
อะไรแล้วก็อยากได้ แต่ไม่รู้ว่สิ่งที่ยากได้นั้นเป็นความทุกข์ คิดว่าเป็นความสุข
เหมือนกับคิดว่างูพิษเป็นปลาไหล เพราะมีรูปร่างเหมือนกัน ปลาไหลกับงูพิษ ถ้าดูไม่เป็น
ก็จะคิดว่างูพิษเป็นปลาไหลไป ก็อยากจะจับมากิน โดยไม่รู้จักวิธีจับที่ถูกต้อง ก็จะถูกงู
กัดตายได้ ฉะนั้นใดความทุกข์ที่เกิดขึ้นในใจ ที่เกิดจากตัณหาทั้ง ๓ ที่มี**โมหะ**ความหลงมี
อวิชชาความไม่รู้เป็นผู้ผลักดัน ทำให้ไม่เห็นว่สิ่งที่ยากได้ก็อยากล้มผัสนั้นเป็นโทษ ก็
เป็นเช่นเดียวกัน

เหมือนกับยาเสพติด ถ้าไม่รู้ก็คิดว่าเป็นสิ่งทีวិเศษ เสพแล้วทำให้ขึ้นสวรรค์ แต่ไม่คิดถึง
เวลาที่ไม่ได้เสพ ว่จะทุกข์ทรมานขนาดไหน จึงต้องพิจารณาสอนใจให้รู้ว่ ทุกสิ่งทุก
อย่างในโลกนี้ล้วนเป็นอนิจจังทุกขังอนัตตาทั้งนั้น **สัพเพสังขารานิจจา สัพเพสังขาร**
ทุกขา สัพเพธัมมาอนัตตา นี่คือนิวิปัสสนา ต้องเห็นอนิจจังทุกขังอนัตตาในสิ่งต่างๆ ที
อยากได้ก็อยากล้มผัสอยากมีไว้เป็นสมบัติ ถ้าดูเฉยๆรู้เฉยๆก็จะไม่สามารถดับความอยาก

ได้ เมื่อดับความอยากไม่ได้ ก็ดับความทุกข์ไม่ได้ จึงต้องสอนใจให้เกิดปัญญา ให้เห็นว่า
ทุกสิ่งในโลกนี้ที่อยากจะได้กัน อยากจะมีกัน อยากจะเสพ อยากจะสัมผัสกันนั้น ล้วน
เป็นทุกข์ทั้งนั้น สัพเพสังขาราทุกขา เพราะเป็นอนิจจา เป็นของไม่เที่ยง เวลาได้อะไรมา
ใหม่ๆก็ดีอกดีใจ แล้วอีกสักพักหนึ่งก็เบื่อ ของยังไม่ทันเปลี่ยนไปเลย แต่อารมณ์เรา
เปลี่ยนไปก่อนแล้ว ถ้าเราไม่เปลี่ยนต่อไปมันก็เปลี่ยน จากของใหม่เป็นของเก่าไป ก็ทำ
ให้เกิดความเบื่อหน่าย ความสุขก็หายไป ความทุกข์ก็มาแทนที่ นี่คือการเจริญวิปัสสนา
เพื่อให้เข้าใจ ให้เห็น**ไตรลักษณ์** เห็นอนิจจังทุกขังอนัตตาในสภาวะธรรมทั้งหลาย ไม่ว่าจะ
เป็นร่างกายของเราหรือร่างกายของคนอื่น หรือนามจันทร์ที่อยู่ในจิต ได้แก่เวทนาสัญญา
สังขารวิญญูณ ก็เป็นไตรลักษณ์เหมือนกัน

เวทนาจึงเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา เดียวสุขเดี่ยวทุกข์ เดียวไม่สุขไม่ทุกข์ วนไปเวียนมา
เหมือนกับฝนตกแดดออกที่สลับกันไป ถ้าเข้าใจแล้วก็จะไม่ยึดไม่ติด จะได้ไม่เดือดร้อน
แต่เราถูกความหลงครอบงำจึงไม่รู้กัน จึงยึดติดกับสุขเวทนา ส่วนทุกข์เวทนากับไม่สุขไม่
ทุกข์เวทนาจะไม่อยากเจอเลย ทุกขเวทนาเป็นตัวที่เราเกลียดมากที่สุด รองลงมาก็คือไม่
สุขไม่ทุกข์เวทนา คือเฉยๆ ที่ทำให้เบื่อทำให้เซ็ง เพราะอยากจะทำให้สุขตลอดเวลา จึง
อยากสัมผัสอยากได้ยินได้ฟังสิ่งที่ทำให้เกิดสุขเวทนา แต่เราไม่สามารถบังคับสิ่งต่างๆใน
โลกนี้ ที่หมุนเวียนเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลาได้ เราจึงต้องสัมผัสกับเวทนาทั้ง ๓ นี้อยู่
เสมอ สัมผัสทุกข์บ้าง สัมผัสสุขบ้าง สัมผัสไม่สุขไม่ทุกข์บ้าง ปัญหาของเราจึงอยู่ตรงที่
ต้องทำใจให้รับกับเวทนาทั้ง ๓ นี้ให้ได้ คืออย่าไปจงเกลียดจงชังทุกข์เวทนา อย่าไปจง
เกลียดจงชังไม่ทุกข์ไม่สุขเวทนา อย่าไปรักษาอย่าไปยินดีแต่กับสุขเวทนา ต้องทำใจให้
เป็นอุเบกขา ด้วยการเจริญสมาธิทำจิตให้สงบให้เป็นอุเบกขา เพราะหลังจากนั้นแล้วจะ
สัมผัสกับอะไรก็ได้ทั้งนั้น ร้อนก็ได้เย็นก็ได้ สุขก็ได้ทุกข์ก็ได้ ไม่เดือดร้อนอะไร เพราะ
ตัวที่สร้างความอยาก สร้างความรัก สร้างความชังนี้ ถูกกำลังของสมาธิกดไว้ เพราะเวลา
จิตสงบกิเลสก็ต้องสงบตามไปด้วย จะออกมาเฟ้นผ่านแสดงอาการต่างๆไม่ได้

ถ้าสามารถเจริญสมถภาวนาได้ตลอดเวลาอย่างต่อเนื่อง จนจิตสงบนิ่งอยู่ตลอดเวลาใน
อิริยาบถทั้ง ๔ แล้ว กิเลสตัณหาต่างๆจะไม่ออกมาเฟ้นผ่านเหมือนตอนที่จิตยังไม่สงบ

จะออกมาบ้างก็เป็นช่วงๆ ในเวลาที่ได้สัมผัสกับบางสิ่งบางอย่างบางเหตุการณ์ กิเลส
ตัณหาที่จะผุดขึ้นมาเหมือนภูเขาไฟระเบิด จะแสดงอาการให้เห็นอย่างชัดเจน เช่นเกิด
ความไม่พอใจก็จะเกิดความร้อนใจขึ้นมาทันที ตอนนั้นเป็นเวลาที่ต้องใช้วิปัสสนาเข้าไป
ดับ พอโกรธขึ้นมาบ๊วก็ต้องรีบดับทันที ต้องรู้ว่าจะต้องทำอะไร ถ้าไม่รู้ก็จะโกรธไป
เรื่อยๆจนกว่าจะหมดแรงไปเอง จะทดสอบการปฏิบัติกันก็ทดสอบกันตรงนี้ เวลาที่กิเลส
เกิดขึ้นมา ว่าจะดับมันได้หรือไม่ จะดับได้ช้าหรือเร็ว เพราะกิเลสไม่ได้ตายด้วยอำนาจ
ของสมาธิ เพียงแต่ถูกกดไว้ ไม้ให้ออกมาเฟ้นฟ่านเหมือนในขณะที่ไม่มีสมาธิ คนที่ไม่มี
สมาธิจะแสดงความโลภโมโหสั้นออกมามากกว่าคนที่มีสมาธิ คนที่มีสมาธิจะเป็นคน
สมถะสงบเสงี่ยมเจียมตัว แต่ก็ไม่ได้หมายความว่าสิ้นกิเลสแล้ว เพียงแต่กิเลสไม่ออกมา
เฟ้นฟ่านเหมือนเมื่อก่อนนี้ จะออกมาก็ต่อเมื่อมีอะไรไปกระตุ้น เช่นไปเห็นอะไรที่รัก
จริงๆอยากได้จริงๆ ถึงจะโผล่ออกมา หรือโกรธจริงๆ เกลียดจริงๆ ถึงจะโผล่ออกมา
เวลาโผล่ออกมาก็เหมือนกับบอกให้รู้ว่าฉันยังไม่ตายนะ ฉันยังอยู่ บางทีผู้ปฏิบัติเองก็ไม่
รู้ คิดว่าสิ้นกิเลสแล้ว ถึงต้องไปหาคนเก่งๆอย่างหลวงตามหาบัวช่วยกระตุ้นให้ กิเลสมี
เท่าไรเดี๋ยวก็ออกมาหมด

เพราะท่านรู้วิธีกระตุ้นกิเลส ท่านมีเทคนิคมีอุบายมีลีลาต่างๆเยอะเยอะไปหมด มีทั้งลูก
ล่อลูกไล่ การไปอยู่กับครูบาอาจารย์ที่ผ่านกิเลสมาอย่างโชกโชนแล้วจะมีประโยชน์มาก
เพราะท่านจะช่วยทดสอบจิตใจของเรา ให้รู้ว่าสิ้นกิเลสหรือยัง หรือมีแต่ตัวโลภโกรธหลง
ชนิดหยาบๆที่ได้ถูกทำลายลงไปแล้ว แต่ตัวขนาดกลางและขนาดละเอียดยังหลบซ่อนอยู่
เวลาเจริญปัญญาใหม่ๆจะพบกับกิเลสได้อย่างง่ายดายเพราะมีเต็มไปหมด ไม่ต้องไป
ตามหา เพราะกิเลสเฟ้นฟ่านอยู่ตลอดเวลา แต่พอพวกกิเลสส่วนหยาบถูกทำลายไป
หมดแล้ว ขึ้นต่อไปก็ต้องขุดคุ้ยหากิเลส เพราะจะหลบซ่อน ไม่ออกมาเฟ้นฟ่านเหมือน
กิเลสหยาบๆทั้งหลาย การปฏิบัติก็จะเป็นขั้นๆไป จากรูปันธ์ก็ขยับเข้าไปสู่นามันธ์ ใน
เบื้องต้นก็พิจารณารูปันธ์ก่อน พิจารณาร่างกายให้เข้าอกเข้าใจอย่างถ่องแท้เลยว่าเป็น
อย่างไร ก็มีอยู่สองสามลักษณะด้วยกันคือ ๑. อนิจจัง เห็นว่าร่างกายต้องแก่เจ็บตาย ทั้ง
ของเราและของผู้อื่น ต้องมีการพลัดพลาดจากกันเป็นธรรมดา ต้องพิจารณาจนปล่อย
วางร่างกายได้ จะแก่ก็ไม่เดือดร้อน จะเจ็บไข้ได้ป่วยก็ไม่เดือดร้อน จะตายก็ไม่

เดือดร้อน จะพลัดพรากจากกันก็ไม่เดือดร้อนอะไร จะรู้สึกเฉยๆ เป็นเรื่องธรรมดา ๒. พิจารณาดูความเป็นธาตุ ๔ ดินน้ำลมไฟ ให้เห็นว่าร่างกายประกอบขึ้นมาจากดินน้ำลมไฟ ไม่ใช่ตัว ไม่ใช่ตน มีการไหลเข้าออกของดินน้ำลมไฟอย่างต่อเนื่อง

ได้แก่อาหารชนิดต่างๆ อาหารก็มาจากดินน้ำลมไฟ ข้าวก็ต้องออกมาจากดิน ผักก็ต้องออกมาจากดิน สัตว์ก็ต้องกินผักกินหญ้า ก็มาจากดินน้ำลมไฟ เมื่อเข้าสู่ร่างกายก็แปลงจากผักจากข้าวจากเนื้อสัตว์ มาเป็นนม เป็นขน เป็นเล็บ เป็นฟัน เป็นหนัง เป็นเอ็น เป็นกระดูก เป็นอวัยวะต่างๆ เมื่อร่างกายแตกสลายดับไป ก็กลับคืนสู่ดินน้ำลมไฟ ไม่ได้ไปไหน ต้องพิจารณาอยู่เรื่อยๆ พิจารณาจนชำซอง คิดถึงบໍก็รู้เลย จนปล่อยวางได้ เหมือนกับถือก้อนดินไว้ก้อนหนึ่ง จะเสียดายทำไม จะคิดว่าเป็นของเราได้อย่างไร เมื่อรู้ว่ามันเป็นดิน ถ้าเอามาใช้ประโยชน์ได้ก็ใช้ไป เอามาปั้นเป็นลูกเล็กๆไว้ใช้กับหนังสือไว้ยงสัตว์ที่มารบกวน ก็ใช้ไป แต่ไม่ยึด ไม่ติด ไม่คิดว่าเป็นเรา เป็นของเรา ร่างกายก็เป็นเหมือนก้อนดินก้อนหนึ่ง เมื่อถึงเวลาที่จะกลับคืนสู่สภาพเดิม ก็ต้องกลับคืนไป นี่คือการพิจารณาให้เกิดปัญญาในส่วนองร่างกาย เพื่อกำจัดกิเลสชนิดต่างๆให้หมดสิ้นไป ๓. การพิจารณา**อสุภะ**ความไม่สวยงาม เพราะถ้าไม่พิจารณา ก็จะเห็นแต่ความสวยงาม ทำให้เกิดราคะตัณหาความกำหนดยินดีในกาม ก็ต้องพิจารณาจนเห็นว่าไม่สวยไม่งาม เพราะถูกซ่อนอยู่ใต้ผิวหนัง ถ้ามีตาเอ็กชเรย์ก็สามารถมองเห็นทะลุเข้าไปได้ ก็เห็นอาการต่างๆ เช่นโครงกระดูก ตับไตไส้พุงต่างๆ เป็นส่วนที่ไม่สวยงามเลย เหมือนกับตับไตไส้พุงของหมูของวัวที่ขายในตลาด

แต่ถูกหุ้มห่อไว้ด้วยหนัง จึงมองไม่เห็นความไม่สวยไม่งามนี้ จึงต้องใช้ปัญญาพิจารณาอยู่เรื่อยๆ จนติดตาติดใจ หรือจะพิจารณาดูตอนที่ตายไปแล้วว่าเป็นอย่างไรก็ได้ เวลาขึ้นอืดเป็นอย่างไร เช่นเวลาไปงานศพควรไปปลงอนิจจังกัน คือความตาย ความไม่เที่ยงแท้แน่นอน ควรพิจารณาอสุภะกัน ว่าร่างกายนี้ไม่สวยไม่งามเลย ต้องพิจารณาจนกำจัดราคะตัณหาความกำหนดยินดีให้หมดไป เมื่อหมดไปแล้วการพิจารณาร่างกายก็ไม่ต้องทำอีกต่อไป เพราะไม่มีปัญหาแล้ว กลัวตายก็ไม่กลัวแล้ว กลัวแก่ก็ไม่กลัวแล้ว กลัวเจ็บไข้ได้ป่วยก็ไม่กลัวแล้ว ไม่ยึดไม่ติดแล้ว รู้แล้วว่า เป็นเพียงดินน้ำลมไฟเท่านั้นเอง จะไป

หลงไปชอบ ว่าสวยว่างามได้อย่างไร การพิจารณาร่างกายก็จบลงโดยปริยาย เพราะไม่
เป็นปัญหากับจิตใจอีกต่อไป ต่อจากนั้นก็มึนงานที่ละเอียดกว่านั้นอีกที่ต้องทำต่อ คือการ
พิจารณานามขั้นที่อยู่ในจิต ได้แก่ **เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ** ที่จิตยังหลงยึดติด
อยู่ ยังติดอยู่กับสังขารความคิดปรุงแต่ง ยังชอบคิดเรื่องนั้นเรื่องนี้ คิดแล้วก็มีความสุข
บ้างมีความทุกข์บ้าง แต่พอมีความทุกข์ก็ไม่รู้จักระดับดับมัน เพราะติดสังขาร ไม่รู้จักรัก
หยุดคิด จึงต้องพิจารณาแยก **จิต** ผู้รู้ ออกจาก **สังขาร** ความคิดปรุงแต่ง แยกจิตออกจาก **เวทนา**
แยกจิตออกจาก **สัญญา** แยกจิตออกจาก **วิญญาณ** ให้เห็นว่าจิตกับขั้นนี้เป็นคนละส่วน
กัน ขั้นนี้ออกมาจากจิต เป็นอาการของจิต เหมือนกับฟองน้ำกับคลื่นที่ต้องอาศัยน้ำทำให้
เกิดขึ้นมา เช่นเดียวกับเวทนาสัญญาสังขารวิญญาณ ต้องมีจิตถึงจะเกิดขึ้นมาได้

ท่านจึงเรียกว่าอาการของจิต แต่ไม่ใช่ตัวจิต ตัวจิตเป็นตัวที่ถาวร ไม่เปลี่ยนแปลง ไม่
ตายไม่เกิดไม่แก่ไม่เจ็บ แต่ตัวขั้นมีการเกิดดับๆ อยู่เสมอ มีการเปลี่ยนแปลงอยู่เรื่อยๆ
ดังที่ได้แสดงไว้ เช่น **เวทนา** ก็เปลี่ยนไปเรื่อยๆ จากสุขเป็นทุกข์ จากทุกข์เป็นสุข เป็นไม่
สุขไม่ทุกข์ **วิญญาณ** ที่รับรู้เรื่องต่างๆ ที่ผ่านมาจากตาทางหูทางจมูกทางลิ้นทางกาย ก็
รับรู้ไปแล้วก็ดับไป เกิดดับๆ ตลอดเวลา เห็นรูปนี้แล้วก็รับรู้ พอรูปนี้ดับไปความรับรู้รูป
นี้ก็ดับไปด้วย เช่น เห็นรูปของนาย ก. พอนาย ก. เดินผ่านไป ความรับรู้รูปของนาย ก.
ก็หายไป พอเห็นนาย ข. ก็รับรู้ นาย ข. ต่อ ก็เกิดดับๆ รับรู้อยู่อย่างนี้ไปเรื่อยๆ
เปลี่ยนไปตามสิ่งที่มาสัมผัสกับตาหูจมูกลิ้นกาย เรียกว่า **วิญญาณ** ผู้รับรู้รูปเสียงกลิ่นรส
โผฏฐัพพะ ต่อจากนั้น **สัญญา** ก็ทำงานต่อ รูปนี้เป็นใครหนอ อ้อเป็นคุณนั่นคุณนี่ เรียกว่า
สัญญาความจำได้หมายรู้ รู้ว่าคนนี้น่ารักไม่น่าชังเพราะเคยให้เงินให้ทอง จึงน่ารัก ก็ดีอก
ดีใจ แต่คนนี่เคยมาทวงหนี้ทวงสิน ก็น่าเมื่อน่ารังเกียจ เรียกว่า **สัญญา** ความจำได้หมายรู้
แล้วก็ทำให้เกิด **เวทนา** ตามมา เวลาเห็นภาพที่ถูกใจก็เกิดสุขเวทนา เห็นภาพที่ไม่ถูกใจก็
เกิดทุกข์เวทนา เห็นภาพที่เฉยๆ ก็เกิดไม่สุขไม่ทุกข์เวทนาขึ้นมา ต่อจากนั้นก็เกิด **สังขาร**
ความคิดปรุงแต่งตามมาว่าจะทำอย่างไรดี

ถ้าเห็นคนน่ารักน่ายินดีก็ต้อนรับขับสู้ เป็นอย่างไร สบายดีหรือ เป็นการทำงานของ
สังขารความคิดปรุงแต่ง ถ้าเจอเจ้าหนี้ก็เตรียมทางหนีที่ไล่มองซ้ายมองขวา เป็นการ

ทำงานของสังขารความคิดปรุงแต่ง คิดว่าจะไปทางไหนดี ถ้าหลบไม่ได้หลีกเลี่ยงไม่ได้ก็ทำใจ
ดีสู้เสื่อ เป็นหน้าที่ของสังขาร แล้วก็ทำให้เกิดทุกข์สุขขึ้นมา ถ้ามีปัญญาสังขารก็จะอยู่ใน
กระแสของธรรม ของเหตุของผล โดยคิดไปว่าเกิดมาแล้วก็ต้องใช้กรรมที่สร้างเอาไว้
เมื่อผลปรากฏขึ้นมาก็ไม่ต้องไปกลัวมัน เจ้าหนีมาทวงหนี้ก็คุยกันไป มีอะไรให้เขาได้ก็ให้
เขาไป ไม่มีอะไรก็ให้เขาตำให้เขาบ่นไป หรือจะจับเข้าคุกเข้าตะรางก็ยอมให้จับไป ไม่หนี
ไม่หวั่นไหว พร้อมทั้งจะชดใช้กรรม นี่คือการคิดด้วยธรรมะ คิดไม่ให้เกิดกิเลสตัณหา คือ
ความอยากจะหนี **วิภาตตัณหา**คือความไม่อยากเจอคนนี้ อยากจะหนีจากคนนี้ไป หรือ
เวลาเกิดเจ็บไข้ได้ป่วย หมอก็บอกว่ามีเวลาอยู่ได้อีกหกเดือนเท่านั้น ถ้าคิดไปทางธรรมะ
ก็จะยอมรับความจริง จะไม่กลัว อะไรจะเกิดก็เกิด หนีไม่พ้น เกิดมาก็ต้องแก้ต้องเจ็บ
ต้องตายด้วยกันทุกคน แต่ถ้าไม่มีธรรมะเลย พอหมอบอกว่าอยู่ได้อีกหกเดือน หัวใจก็
หล่นลงไปอยู่ที่เท้าเลย หมดกำลังใจที่จะอยู่ต่อไป ไม่รู้จะทำอย่างไรดี นี่คือการ
ความคิดปรุงแต่ง การที่เรามาเจริญวิปัสสนาภาวนากันนี้ ก็เพื่อสร้างสังขารให้คิดปรุงแต่ง
ไปในทางธรรมะ เพื่อรับกับการทำงานของเวทนาสัญญาสังขารวิญญาณ เวลาสัมผัสกับ
เหตุการณ์ต่างๆ

เวลาไปอยู่ต่างประเทศ ถ้าไม่รู้ภาษาที่เขาพูดกัน เราก็จะไม่รู้เรื่อง เพราะสัญญาไม่
สามารถสื่อความหมายได้ ถ้าหมอบอกว่าคุณจะตายภายในหกเดือน ฟังแล้วก็ไม่รู้เรื่อง
ก็จะรู้สึกเฉยๆ ไม่ตื่นเต้น นี่คือการทำหน้าที่ของสัญญา เราสามารถปรับเปลี่ยนสัญญาได้
ถ้าเราถูกสอนมาให้เห็นผิดเป็นชอบ เช่นสอนว่าร่างกายนี้เป็นเรา ถูกสอนมาตั้งแต่เด็กดำ
บรรพ์ ถูกอวิชาโมหะสอนมาตั้งแต่ก่อนเราเกิดแล้ว ว่าร่างกายนี้เป็นตัวเรา เป็นของเรา
นี่ก็เป็นสัญญาที่ไม่ถูก การฟังเทศน์ฟังธรรมก็เป็นการแก้สัญญาที่ผิดให้ถูก แก้อวิชาที่
เป็นสัญญาที่ผิด ให้เป็นธรรมะที่เป็นสัญญาที่ถูกตรงตามความเป็นจริง เรียกว่าวิปัสสนา
รู้ตามความเป็นจริง รู้แจ้งเห็นจริงตามความเป็นจริง ถ้ารู้ตามอวิชาก็จะหลงผิด ไม่เห็น
ตามความเป็นจริง แต่เห็นตรงกันข้ามกับความเป็นจริง เห็นกลับตาลปัตร เห็นตัวตนใน
สิ่งที่ไม่มีความตัวตน เห็นความถาวรในสิ่งที่ไม่ถาวร เห็นความสุขในสิ่งที่เป็นความทุกข์ นี่คือการ
อวิชาความไม่รู้จริง **โมหะ**ความหลง ซึ่งมีอยู่ในใจของเราทุกคน เพราะยังวิ่งเข้าหาความ
ทุกข์อยู่ตลอดเวลาโดยไม่รู้สึกตัว เหมือนกับแมลงเม่าที่บินเข้ากองไฟ ไม่รู้ว่าไฟมันร้อน

เห็นแสงสว่างก็คิดว่ามันสวยงาม น่าจะสนุกเพลิดเพลินดี พอได้มาแล้วก็ได้ความทุกข์มา
แบกด้วย พอได้สามีได้ภรรยา มา ก็ต้องแบกความทุกข์กับสามีกับภรรยา พอได้ลูกมาก็
ต้องแบกเพิ่มขึ้นไปอีก เพราะถูกโหมหะอวิชชาหลอกให้แบก

เราจึงต้องเข้าวัดฟังเทศน์ฟังธรรมกัน เพื่อให้เกิดปัญญา แล้วก็ต้องเอาไปปฏิบัติ มันยาก
ตรงที่ต้องปฏิบัติ เวลาฟังมันง่าย เหมือนคนติดยาเสพติด ที่รู้ว่ายาเสพติดมีโทษมากกว่า
มีคุณ แต่ก็เลิกไม่ได้ พอถึงเวลาเสพใจจะสิ้น ต้องมีความกล้าหาญ ต้องกล้าทิ้งมันไป
หนีมันไป ถ้าอยู่ใกล้จะเลิกไม่ได้ ถ้ารู้ว่าการกำลังติดอะไรอยู่ ก็ต้องตัดใจเลิกให้ได้ เช่น
พระพุทธเจ้าทรงรู้อย่างทรงติดในพระราชฐานอยู่ ได้ทรงประทับอยู่จนถึงอายุ ๒๙
พรรษา ทั้งที่รู้อยู่ว่ามันไม่ใช่เป็นความสุขที่แท้จริง แล้วในที่สุดก็ได้โอกาส เมื่อเกิดมี
บ่วงเพิ่มขึ้นมาอีกอันหนึ่ง ตอนนั้นจึงต้องตัดสินใจพระทัยแล้ว เมื่อก่อนนี้ความทุกข์แค่ ๑
เท่า ตอนนั้นมันเพิ่มเป็น ๒ เท่าแล้ว ตอนนั้นทรงมีพระทัยที่เด็ดเดี่ยว จึงทรงเสด็จหนีออก
จากวังไปได้

เพราะไปมันลำบากนะ การที่จะตัดเพศฆราวาสไปได้ ไม่ใช่ของง่าย อาตมาก็ผ่านมาก็
รู้ที่อยู่ หลวงตาท่านก็พูดอยู่ว่า เวลาจะไปบวชนี้ เหมือนจะไปตายอย่างนั้นนะ แต่ท่านก็
บอกว่า ถ้าจะตายเพราะการบวชก็ยอมตายวะ พอได้ได้อ่านประวัติของท่านโดยสังเขป
ท่านก็เล่าถึงตอนที่ท่านจะออกบวช ถ้าจะตายเพราะการบวชก็ยอมตาย ยอมเสียสละเพื่อ
ทดแทนพระคุณของบิดามารดา การสละการตัดสิ่งต่างๆ จึงไม่ใช่เป็นของง่ายๆ ไม่ใช่
ของเล่น แต่ก็ก็เป็นคุณเป็นประโยชน์อย่างยิ่ง จึงไม่ควรมองว่าเป็นเรื่องเล็ก ควรคิดว่าเป็น
เรื่องสำคัญ เป็นสิ่งที่ควรพยายามทำให้ได้ ไม่สุดวิสัยของพวกเรา เพียงแต่ว่าเรากล้าจะ
ทำหรือไม่ ถ้ายังไม่มีกำลังพอก็พยายามบ่มไปก่อน พยายามสะสมกำลังไปเรื่อยๆ สะสม
บุญบารมีให้พอเพียง ตอนนี้อย่างไม่แก่กล้าพอ เหมือนกับผลไม้ที่ยังไม่สุกเต็มที่ ก็ยังไม่
หลุดออกจากขั้ว จนกว่าจะสุกเต็มที่แล้ว ก็จะหลุดออกมาเอง พวกเราก็เป็นเหมือนผลไม้
การที่จะให้สุกเต็มที่ ก็ต้องหมั่นสะสมบุญบารมีต่างๆ เช่นทานบารมี ศีลบารมี เนกขัมม
บารมี ปัญญาบารมี เมตตาบารมี วิริยะบารมี ขันติบารมี อธิษฐานบารมีความตั้งใจ
อย่างที่เราตั้งใจกันทำบุญทุกๆ เดือนๆ ละ ๑ ครั้ง เรียกว่าอธิษฐานบารมี ควรจะเพิ่ม

ให้มากขึ้นเป็นเดือนละ ๒ ครั้ง เดือนละ ๓ ครั้งก็ยิ่งดีใหญ่ ควรทำให้มากขึ้น แต่ไม่ต้องเป็นรูปแบบนี้ก็ได้อีกหนึ่งมาแบบนี้ แต่อีกช่วงหนึ่งก็ไปฉายเดี่ยวบ้าง ไม่ต้องเกาะกลุ่มกันมาอย่างนี้ วางวันไหนก็ไปวัด ไปอยู่วัด ไปบำเพ็ญ ถ้าทำอย่างนี้ไปเรื่อยๆไม่ช้าก็เร็ว ก็จะได้ออกบวชอย่างเน่นนอน อุบาสกและอุบาสิกาที่ได้ออกบวชกัน ก็ทำอย่างนี้กัน ค่อยๆขยับไปที่ละก้าว ไม่ได้ทำอย่างทันทีทันใด ยกเว้นบางท่านที่ได้สะสมบุญบารมีมา มากพอแล้ว

อย่างคุณแม่แก้วรู้สึกที่ท่านมีบุญบารมีเดิมอยู่มาก นั่งสมาธิครั้งแรกภาวนาครั้งแรกจิตก็รวมลง ท่านก็ไม่ว่าว่าเป็นจิตรวมลง คิดว่านอนหลับฝันไป พอสงบแล้วจิตของท่านไม่อยู่นิ่งเฉยๆ แต่ออกไปรับรู้เรื่องราวต่างๆ ก็โชคดีที่ตอนนั้นมีหลวงปู่มั่นคอยแนะนำสั่งสอนอยู่ หลวงปู่เห็นว่าจิตของคุณแม่แก้วเป็นจิตที่ผาดโผน เวลาสงบแล้วไม่อยู่นิ่งเฉยๆ จะออกไปรับรู้เรื่องราวต่างๆ ซึ่งเป็นทั้งคุณและโทษ ถ้าไม่รู้จักริธีปฏิบัติต่อมัน เปรียบเหมือนงูพิษ ถ้ารู้จักวิธีจับมัน ก็จับมารัดพิษไปทำเป็นยาได้ แต่ถ้าจับไม่เป็นก็จะถูกงูกัดตายได้ เวลาจิตสงบแล้วออกไปรับรู้เรื่องราวต่างๆที่เรียกว่านิมิตนั้น ต้องรู้จักวิธีปฏิบัติต่อนิมิตต่างๆ เพื่อไม่ให้เกิดโทษตามมา คุณแม่แก้วส่วนใหญ่จะเจอนิมิตเกี่ยวคนตาย หรือสัตว์ที่ตายไปแล้ว จะมาปรากฏแล้วเล่าเรื่องราวต่างๆให้ฟัง อย่างตอนที่หลวงปู่มั่นมรณภาพ คุณแม่แก้วก็รู้ก่อนที่ข่าวจะมาถึงหมู่บ้าน เพราะวันนั้นก็เตรียมตัวจะไปกราบหลวงปู่มั่นพอดี ค่ะนั่นก่อนจะออกเดินทาง หลวงปู่มั่นก็มาปรากฏในนิมิต มาบอกคุณแม่แก้วว่าไม่ต้องไปแล้ว เพราะเราได้ตายไปแล้ว พอตื่นขึ้นมาก็ร้องไห้ร้องไห้ให้คุณคนเดียว แม่ชีรูปอื่นก็ไม่เข้าใจ ท่านก็เล่าให้ฟังว่า เมื่อคืนนี้หลวงปู่มั่นได้มาบอกว่าท่านได้มรณภาพไปแล้ว พอสายๆคนทางอำเภอก็มาแจ้งข่าวให้ทราบ แต่นิมิตเหล่านี้ไม่เป็นมรรค ไม่เป็นปัญญา ที่จะกำจัดความโลภความโกรธความหลงให้หมดสิ้นไป ถ้าไปยุ่งเกี่ยวแล้ว เวลานั้นสมาธิก็อยากจะเห็นอีก ก็เหมือนกับดูละครโทรทัศน์ พอหมดเรื่องนี้ก็อยากดูเรื่องอื่นต่อ ก็จะไปไม่ถึงไหน ไม่เกิดปัญญาเพื่อการดับทุกข์ ถ้าไปติดนิมิตต่างๆ นิ่งที่ไรก็อยากจะรู้อยากจะเห็นทุกครั้งที่ไป ไม่สนใจที่จะพิจารณาสุขะอสุภัง พิจารณาเกิดแก่เจ็บตาย ก็จะได้ละอุปาทานความยึดมั่นถือมั่นในขั้นที่ ๕ ความทุกข์ก็จะมีทางหมดสิ้นไปได้ เวลาแก่ เวลาเจ็บไข้ได้ป่วย เวลาจะตาย จิตใจจะสับสนวุ่นวาย ถึงแม่

จะมีสมาธิ ก็ทำให้จิตสงบได้เป็นครั้งเป็นคราว ในขณะที่จิตไม่สงบ ก็จะคิดฟุ้งซ่าน สร้างความทุกข์ขึ้นมา

คนที่มีจิตแบบนี้ถ้าไม่มีครูบาอาจารย์คอยสอนก็อาจจะหลงทางได้ เพราะจะไม่ออกไปทางปัญญา เหมือนไปถึงหน้าร้านแล้ว แทนที่จะเข้าไปในร้านซื้อข้าวของที่จำเป็นมาใช้ สอย กลับไปดูไปเล่นของเล่นที่วางขายอยู่ที่หน้าร้าน ไม่เข้าไปในร้านซื้อข้าวของที่จำเป็นมาใช้ พอตายไปแล้วกลับมาเกิดเป็นมนุษย์ใหม่ ก็อาจจะไม่ได้เจอศาสนาพุทธก็ได้ อย่างพระอาจารย์ทั้ง ๒ รูปของพระพุทธเจ้า ที่ได้ตายไปก่อนที่พระพุทธเจ้าได้ทรงตรัสรู้ ถ้ายังอยู่แล้วได้ยินได้ฟังพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ได้ยินได้ฟังวิปัสสนา ก็จะได้บรรลุถึงการสิ้นสุดแห่งการเวียนว่ายตายเกิด จึงเป็นบุญของพระปัจจุวัคคีย์ที่ยังไม่ตาย ถึงแม้จะหนีจากพระพุทธเจ้าไป แต่ก็ยังทรงมีความเมตตา มีเอื้อโย โสมิโภทมิเกลียดที่หนีจากไป ถ้าเป็นปุถุชนคนธรรมดา ถ้าลูกหนีจากไป ก็คงไม่กลับไปหาลูกน้องแน่ แต่ทรงเห็นว่าธรรมที่ได้ตรัสรู้เห็นนั้น มีคุณประโยชน์มาก ทำให้หลุดพ้นจากความทุกข์ได้อย่างสิ้นเชิง จึงทรงสั่งสอนให้ได้บรรลุเป็นพระอรหันต์ทั้งหมด ถ้าพระพุทธเจ้าทรงประสูติในสมัยที่มีพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าองค์อื่นอยู่ ก็คงจะไม่ได้เป็นพระพุทธเจ้า คงจะบรรลุเป็นอรหันตสาวกไป เพราะการจะเป็นพระพุทธเจ้าจะต้องใช้เวลาบำเพ็ญบารมีมาก ส่วนผลคือความบริสุทธิ์ก็เท่ากัน เป็นพระอรหันต์จิตก็บริสุทธิ์เท่ากับจิตของพระพุทธเจ้า

เหมือนกับหลวงปู่มั่น ท่านก็มีความปรารถนาในพุทธภูมิ แต่เมื่อได้พบพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ก็คิดว่าเรื่องอะไรที่จะต้องเสียเวลาไปค้นหาทางเอง เมื่อมีทางเดินอยู่แล้ว ท่านจึงตัดความปรารถนาในพุทธภูมิไป พอตัดได้แล้วก็บำเพ็ญไป ไม่นานก็ได้บรรลุถึงความบริสุทธิ์ของจิตใจ จะเป็นของพระพุทธเจ้าหรือของพระอรหันตสาวก ก็บริสุทธิ์เหมือนกัน ไม่แตกต่างกัน เหมือนสื่อ ๒ ตัวที่เอาไปซั๊กในเครื่องเดียวกัน เวลาเอาออกมาก็สะอาดเหมือนกัน แต่ในทางโลกคำว่าพระพุทธเจ้าคงจะขลังกว่าเป็นพระอรหันตสาวก ที่เป็นเพียงลูกศิษย์เท่านั้นเอง แต่เรียนจบปริญญาเอกเหมือนกัน เพียงแต่พระพุทธเจ้าทรงตรัสรู้ด้วยตนเอง ไม่มีใครสอน ส่วนพระอรหันตสาวกต้องมี

พระพุทธเจ้าเป็นผู้สั่งสอนถึงจะรู้ได้ ต้องมีโรงเรียนคือต้องมีพระพุทธรูปศาสนา มีพระธรรม คำสอน พวกเราก็โชคดีที่ได้มาพบโรงเรียนที่สอนถึงระดับปริญญาเอกแล้ว จะเรียนหรือไม่ อยู่ที่ตัวเรา ขอให้เราศึกษาไปตามกำลังของเราแล้วกัน อย่ามองสูงกว่าที่เอื้อมได้ เพราะจะทำให้ท้อแท้ เอาแค่ที่เอื้อมได้ก่อน ตอนนี้ทำอะไรได้ก็ทำไป แล้วก็พยายามเอื้อมให้สูงขึ้นไปเรื่อยๆ ขยับขึ้นไปเรื่อยๆ ถ้าเอื้อมไปเรื่อยๆแล้ว ก็จะก้าวหน้าขึ้นไปเรื่อยๆ

อย่าพอใจกับระดับที่ปฏิบัติอยู่ ต้องพยายามขยับขึ้นไปอีกระดับหนึ่ง ถ้ายังไม่เคยรักษา คีล ๕ เลย ก็ลองรักษาดูบ้าง ถ้ารักษาได้บ้างแล้วแต่ไม่ครบทุกวัน ก็พยายามรักษาให้ครบทุกวัน พยายามเพิ่มขึ้นไปเรื่อยๆ ถ้าเคยทำบุญครั้งละ ๑๐ เปอร์เซ็นต์ ต่อไปก็เพิ่มเป็น ๒๐ เปอร์เซ็นต์ ของทรัพย์สินของเรา อย่างนี้ถึงจะไปได้ ไม่อย่างนั้นก็ยังอยู่กับที่ แต่ก็ยังดีกว่าไม่ทำเลย เพราะเหมือนกับเดินถอยหลัง ถ้าทำเท่าที่เคยทำได้ก็เท่ากับรักษาสถานไว้ รักษาสถานภาพเอาไว้ แต่ถ้าอยากจะเลื่อนขั้นขึ้นไปก็ต้องเพิ่มให้มากขึ้น ให้ทานมากขึ้น รักษาศีลมากขึ้น ภาวนามากขึ้น ตัดสิ่งไม่จำเป็นทั้งหลายให้น้อยลง ของฟุ่มเฟือยทั้งหลายก็ตัดไป กามสุขในรูปเสียงกลิ่นรสโผฏฐัพพะก็ตัดไป โทรทัศน์เคยดูหลายๆเรื่องก็ลดลงไป ต้องทำทั้ง ๒ อย่างควบคู่กันไป ทั้งเสริมสร้างทั้งลดละ ถ้าทำอย่างนี้แล้ว จะก้าวหน้าไปได้เรื่อยๆ พอเริ่มเห็นผล เริ่มสัมผัสกับความสุขในใจ จะรู้สึกสบายใจขึ้น เมื่อก่อนนี้ติดโน่นติดนี่รุงรังไปหมด เดี่ยวนี้แสนจะสบาย ถึงเวลาไม่ได้ดูละครก็ไม่เดือดร้อนอะไร อ่านหนังสือธรรมะฟังเทศน์ครูบาอาจารย์กลับมีความสุขกว่า มีกำลังจิตกำลังใจที่จะไปในทางธรรมมากขึ้น ไม่ช้าก็เร็วก็จะได้ออกบวชแน่ๆ

ถาม ท่านอาจารย์ครับ ผมมีความรู้สึกที่ ทุกขเวทนาควรพยายามขจัดออก แต่สุขเวทนาที่หลงติดอยู่นี้ ไม่ยอมปล่อยให้

ตอบ ก็เหมือนกับถนัดมือซ้ายมือขวา ถนัดมือขวาก็ชอบใช้มือขวา มันเป็นนิสัย ชอบสุขเวทนาไม่ชอบทุกขเวทนา ก็เป็นนิสัยเหมือนกัน แต่เวลาเจอทุกขเวทนา ก็ผ่านมาได้ เจ็บไข้ได้ป่วยแสนสาหัสอย่างไร ก็ผ่านมาได้ นอนชมอยู่ในบ้านสักพักหนึ่ง แล้วก็ผ่านไป แต่ผ่านแบบทุกข์ทรมานใจ แต่ถ้าชอบทุกขเวทนา ชอบเจ็บไข้ได้

ป่วยก็จะผ่านไปด้วยความสุข เพราะจะคิดว่าช่วงนี้ได้พักผ่อนอย่างเต็มที่ มีแต่
กินกับนอนอย่างเดียว ไม่ต้องทำอะไร ถ้าไม่ชอบก็จะทุกข์ ถ้าชอบก็จะสุข

ถาม คิดกลับกันใช่ไหมครับ

ตอบ ต้องพยายามหัดชอบในสิ่งที่เราจะต้องเจอ แล้วจะมีความสุข ชอบความเจ็บไข้ได้
ป่วย ชอบแก่ ชอบตายอย่างนี้ เพียงแต่ไม่ต้องไปวิ่งไปหามัน ให้มันมาหาเรา
แล้วก็ไม่ต้องวิ่งหนีมัน

ถาม เวลาเกิดสุขเวทนา ก็ต้องดูอีกด้านหนึ่งใช่ไหมครับ

ตอบ เวลาสุขก็ต้องคิดว่าสุขเพื่อทุกข์ เพราะไม่สุขไปตลอด สุขแล้วเดี๋ยวก็ทุกข์ เวลา
ทุกข์เดี๋ยวก็สุข ถ้าไม่มีทุกข์จะสุขได้อย่างไร ถ้าไม่มีสุขจะทุกข์ได้อย่างไร ต้อง
สลับกันไป ให้มองในแง่ดีไว้ มีทุกข์ก็ดีเหมือนกัน เพราะเดี๋ยวจะได้สุข มีสุขก็ไม่
ดีเพราะเดี๋ยวจะต้องทุกข์

ถาม ท่านอาจารย์พูดถึงท่านแม่ซีแก้วที่มีจิตโลดโผนนั้น ทั่วไปทุกคนจะต้องมีจิตโลด
โผนอย่างนั้นไหม

ตอบ มีร้อยละ ๕ เท่านั้น ส่วนใหญ่ก็จะมีอะไร สงบเฉยๆ ไม่มีอะไรปรากฏขึ้นมา

ถาม เห็นบางคนมีนิมิตปรากฏเกิดขึ้นเยอะเวลาภาวนา แต่บางคนไม่เกิดเลย ทำไม่ถึง
เป็นอย่างนั้น

ตอบ ท่านว่ามันเป็นเหมือนนิสัย เคยสะสมมา จิตแต่ละดวงได้เคยฝึกเคยเรียนอะไร
มาต่างกัน ต่างลัทธิต่างครูต่างอาจารย์กัน ชาตินี้เราเกิดมาได้เจอพระพุทธศาสนา
เราก็เรียนทางพุทธศาสนา ชาติก่อนอาจเจอศาสนาที่สอนให้บำเพ็ญเพียรนิมิตก็ได้
เมื่อเข้านี้มีคนมาเล่าว่ามีหนังสือเล่มหนึ่งสอนให้นั่งตัวลอย ก็ทำได้ นั่งสมาธิทำให้
ตัวลอยได้ก็มี หลวงปู่เสาร์ท่านหนึ่งแล้ว ตัวท่านก็ลอยขึ้นมา เพราะเคยฝึกมาก่อน
ในอดีต แต่คงจะเป็นคนส่วนน้อยที่สนใจเรื่องเหล่านี้ ส่วนใหญ่คงไม่ค่อยสนใจ

เท่าไร เวลานั้นสมาธิจึงไม่ค่อยมีอะไรพิเศษปรากฏขึ้นมา หนึ่งแล้วก็สงบนิ่งไป
เท่านั้น

เราจึงไม่ควรเอาเรื่องของคนอื่นมาเป็นมาตรฐาน เพราะแต่ละคนมีวาสนาไม่เหมือนกัน
บางคนมีตาทิพย์ ติดต่อกับพวกกายทิพย์ได้ อย่างคุณแม่แก้วเป็นต้น บางคนระลึกชาติ
ได้ บางคนอ่านจิตใจของผู้อื่นได้ เช่นหลวงปู่มั่น ท่านได้หลายอย่าง สันทนากับพวก
เทวดาก็ได้ ส่วนใหญ่ถ้าเป็นพวกปัญญาอบรมสมาธิมักจะไม่ค่อยมีเรื่องเหล่านี้ พวก
ปัญญาวิมุตติจะไม่ค่อยมีอิทธิฤทธิ์เท่าไร ไม่เหมือนพวกเจโตวิมุตติที่เก่งทางฌานทาง
สมาธิ ที่มักจะได้อิทธิฤทธิ์ต่างๆ ถ้าเป็นพวกปัญญาวิมุตติ ก็จะไม่ค่อยได้อิทธิฤทธิ์กัน
เช่นพระสารีบุตร ไม่เคยได้ยินว่าท่านมีอิทธิฤทธิ์อะไรเลย แต่ท่านเก่งมากทางด้านปัญญา
คือรองจากพระพุทธเจ้าเลย เรื่องการแสดงธรรมไม่มีใครฉลาดแหลมคม มี
ความสามารถแสดงได้อย่างละเอียดถี่ถ้วน เพราะเป็นจริตนิสัยของแต่ละคน เจโตวิมุตติ
และปัญญาวิมุตติ ก็เป็นเหมือนมือซ้ายกับมือขวา การปฏิบัติเพื่อหลุดพ้นต้องมีทั้งเจโตฯ
คือมีสมาธิ และปัญญาคือวิปัสสนา ถึงจะหลุดพ้นได้ เช่นเดียวกับเวลาที่เราทำอะไร ก็
ต้องใช้ทั้งมือขวาและมือซ้าย แต่เราอาจจะถนัดมือขวามากกว่ามือซ้าย หรือมือซ้าย
มากกว่ามือขวา เราเก่งทางด้านหนึ่ง แต่อีกท่านอาจจะเก่งในอีกด้านหนึ่ง

ถ้าเก่งทางด้านสมาธิกว่าทางด้านปัญญา ก็จะได้สมาธิง่ายแต่จะได้ปัญญาช้า ถ้าเก่ง
ทางด้านปัญญา ก็อาจจะทำจิตให้สงบนิ่งด้วยการบริการรรมพุทฺธะไม่ได้ ต้องใช้ปัญญาทำ
จิตให้สงบ พิจารณาด้วยเหตุด้วยผล จนปล่อยวางเรื่องราวต่างๆได้ จิตจึงจะสงบตัวลง
พอสงบแล้วก็ก้าวขึ้นสู่การพิจารณา**ขั้น ๕** **พิจารณารูป เวทนา สัญญาสังขาร วิญญาณ**
ซึ่งเป็นการเจริญวิปัสสนาโดยตรง แต่ช่วงที่พยายามทำให้จิตสงบ ก็ต้องตัดความผูกพัน
กับเรื่องราวต่างๆ ที่เป็นอุปสรรคต่อความสงบก่อน เช่นคิดเรื่องลูก เรื่องภรรยา เรื่อง
สามี เรื่องงานเรื่องการต่างๆ ก็ต้องใช้ปัญญาเข้าไปสกัดจนปล่อยวางได้ เมื่อปล่อยวาง
แล้วจิตก็สงบตัวลง พอออกจากความสงบแล้ว เราก็บังคับจิตให้คิดไปทางที่เราต้องการ
ให้มันคิด คือพิจารณาการเกิดแก่เจ็บตาย พิจารณาอาการ ๓๒ ของร่างกายเป็นต้น นี้
เป็นแนวทางของพวกปัญญาวิมุตติ จะใช้ปัญญาไปตลอดสาย แต่พวกที่เป็นเจโตวิมุตติ

ในเมืองต้นจะบริการมพุทธโศกจนจิตรวมลง อย่างคุณแม่แก้วพอรวมลงแล้วไม่อยู่นิ่ง แต่
ออกไปรับรู้เรื่องราวต่างๆ ก็จะติดอยู่ตรงนั้น จะไปไม่ถึงไหน ถ้าไม่มีครูบาอาจารย์มา
สอน ให้เลิกสนใจกับเรื่องต่างๆที่เกิดจากการนั่งสมาธิ ให้จิตสงบนิ่งจนกว่าจะถอน
ออกมาเองแล้วค่อยออกพิจารณารูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ พิจารณาอนิจจัง
ทุกขังอนัตตาในขั้นที่ ๕ ต่อไป

ในหนังสือมุตโตทัยของหลวงปู่่มั่นก็แสดงไว้ว่า เจโตวิมุตติกับปัญญาวิมุตติเป็นของคู่กัน
ไม่ได้แยกกันอย่างที่คนบางคนเข้าใจ บางคนคิดว่าสามารถบรรลุวิมุตติได้ด้วยเจโต
วิมุตติเพียงอย่างเดียว ก็เหมือนพวกฤษีชีไพรที่ได้ฌานสมาบัติแต่ยังไม่ได้วิปัสสนา บาง
คนก็คิดว่าสามารถบรรลุวิมุตติความหลุดพ้นด้วยปัญญาวิมุตติเพียงอย่างเดียว ไม่ต้องมี
สมาธิก็ได้ อย่างนี้ก็ไม่ถูก เป็นการใช้ปัญญาทำจิตให้มีสมาธิก่อน ให้สงบให้ตั้งมั่นก่อน
แล้วถึงค่อยไปพิจารณาขั้นที่ ๕ ในลำดับต่อไป เจโตวิมุตติกับปัญญาวิมุตติต้องไป
ด้วยกัน คือสมาธิปัญญาแยกกันไม่ได้ เพียงแต่การดำเนินอาจจะมีหนักเบาต่างกันไป
ตามวาสนาบารมี ตามความถนัดของแต่ละคน บางคนไม่เข้าใจ คิดว่ากำหนดรู้ไปเรื่อยๆ
แล้วก็ใช้ได้ ไม่เคยทำจิตให้สงบเลย ก็ได้แต่การเจริญสติ ให้รู้ที่กำลังทำอะไรอยู่ กำลัง
คิดอะไรอยู่ แต่เวลาเกิดความทุกข์ขึ้นมา เกิดความโลภขึ้นมา ความโกรธขึ้นมา ก็ไม่รู้ว่า
จะทำอย่างไร รู้อยู่แต่ก็ดับไม่ได้ ต้องใช้ปัญญาเข้าไปดับ ต้องเห็นไตรลักษณ์ในสิ่งที่ทำ
ให้โลภ ทำให้โกรธ ทุกสิ่งทุกอย่างเป็นไตรลักษณ์หมด แต่เราไม่เห็นมัน พอเห็นเงินทอง
หนึ่งใจก็ร้อนไปหมด คิดว่าจะได้ความสุข ได้เงินมาแล้วจะมีความสุข แต่ไม่เห็นว่าเป็น
ความทุกข์ ทุกข์เพราะกระวนกระวาย ถ้าตัดใจได้ ไม่อยากได้แล้ว ความกระวนกระวาย
กระสับกระส่ายก็จะหายไป อยู่เฉยๆได้ จะได้ไม่ได้ก็ไม่เป็นไร ได้มาก็เท่านั้น ความสุข
ไม่เพิ่มขึ้น มีแต่ความทุกข์ที่เพิ่มขึ้น

เพราะถ้ายังหลงก็จะไปยึดไปติด ไปรักไปหวงไปห่วง เวลาจากกันก็ร้องไห้ร้องไห้เสียอก
เสียใจ เป็นผลที่ได้จากการได้สิ่งต่างๆมา แต่ไม่คิดกันไม่พิจารณากัน ไม่เห็นกัน ทางของ
การหลุดพ้นจึงหนีไม่พ้น **ศีลสมาธิปัญญา** ซึ่งย่อส่วนมาจากมรรค ๘ นั้นเอง **ศีล**คืออะไร
ก็คือ **สัมมากัมมันตะ** การกระทำชอบ **สัมมาวาจา** การพูดชอบ **สัมมาอาชีโว** อาชีพที่

ชอบ **สมาธิ** ก็คือ **สัมมาวายามะ** ความเพียรชอบ **สัมมาสติ** การตั้งสติชอบ **สัมมาสมาธิ** การทำจิตให้ตั้งมั่นให้สงบให้หนึ่ง ไม่ให้ออกไปรับรู้เรื่องราวต่างๆ ถ้าจิตรวมลงแล้วออกไปรับรู้เรื่องราวต่างๆ เรียกว่า **มิจจาสมาธิ** ไม่ใช่สัมมาสมาธิ สัมมาสมาธิต้องอยู่ในองค์ฌานที่มีวิตกวิจารณ์ปีติสุข แล้วก็ขยับลึกเข้าไปจนเหลือแต่อุเบกขา ไม่ใช่พอจิตรวมลงแล้วก็ออกไปเที่ยว ไปเห็นคนนั้นคนนี้ เรื่องนั้นเรื่องนี้ พอออกมาจากสมาธิแบบนี้จิตจะไม่มีกำลัง เหมือนกับเวลานอนหลับไม่สนิทแล้วฝันไป พอตื่นขึ้นมาจะไม่สดชื่น ไม่มีกำลัง เหมือนกับไม่ได้พักผ่อน จิตก็เช่นเดียวกัน เวลาเข้าสมาธิแล้วไม่นิ่ง ก็จะไม่ได้นิ่ง ไม่ได้ชำระจิตเตอร์รี่ หหมดแรงไปกับการรับรู้เรื่องราวต่างๆ เป็นมิจจาสมาธิ ถ้าเป็นสัมมาสมาธิ จิตต้องสงบนิ่งเป็น **เอกัคคตารมณ์** เป็น **อุเบกขา** ถ้าเวลานิ่งแล้วจิตออกไปรับรู้เรื่องราวต่างๆ ก็ต้องดึงจิตกลับมา อย่าปล่อยให้จิตออกไป ดึงกลับมาสู่ตัวเรา ดึงกลับมาหาพุทโธฯ ไม่เช่นนั้นจะติดเป็นนิสัย พอสงบปั๊บก็จะออกไปรับรู้ จะติดอยู่ในสมาธิแบบนี้

ไม่ก้าวขึ้นไปสู่ขั้นปัญญา คือ **สัมมาทิฐิ** ความเห็นชอบ **สัมมาสังกัปปะ** ความคิดความดำริชอบ เห็นอย่างไรจึงเรียกว่าเห็นชอบ ก็เห็นอนิจจังทุกขังอนัตตา นี่ก็เห็นชอบแล้ว เวลาเห็นอะไรเป็นอนิจจังเป็นทุกข์เป็นอนัตตา ก็เห็นชอบ พอเห็นชอบแล้วก็มี ความดำริชอบ เมื่อเป็นอนิจจังเป็นทุกข์เป็นอนัตตา จะไปเอามันมาทำไม ไปอยากได้มันมาทำไม ไปยึดไปติดมันทำไม ก็จะปล่อยวาง เมื่อปล่อยวางแล้วจิตก็หลุดพ้น ไม่ว่าจะเรียกว่ามรรค ๘ หรือศีลสมาธิปัญญา หรือทานศีลภาวนา ก็เป็นมรรคเหมือนกัน ต่างที่ฐานะของผู้ปฏิบัติ เรื่องทานศีลภาวนาจะเหมาะกับญาติโยม เพราะยังมีทรัพย์สมบัติเงินทองอยู่ ต้องทำให้อ่อนก่อน แต่พระนี่จนแล้วก็เลยไม่ต้องมีทาน พระมีแต่ศีลสมาธิปัญญา เพราะในทานศีลภาวนาก็มีสมาธิปัญญาอยู่ในองค์ภาวนาอยู่แล้ว จึงเหมือนกันหมด เพียงแต่เวลาแสดงธรรมทรงแสดงให้เหมาะกับกาลเทศะ เหมาะกับบุคคลที่ฟัง เหมือนกับหมอที่ให้ยาคนไข้ คนไข้เป็นโรคเหมือนกัน แต่ถ้าเป็นเด็กก็ให้น้ำหวานๆ ถ้าเป็นผู้ใหญ่ก็ฉีดยาเลย ก็เป็นยาที่เข้าไปรักษาโรคชนิดเดียวกัน แต่วิธีให้ยาแตกต่างกัน ตอนที่พระพุทธเจ้าให้ยาฆราวาสญาติโยม กับให้ยาบรรพชิตนักรบวช จึงไม่เหมือนกัน เวลาที่หลวงตาเทศน์ให้ญาติโยมฟัง กับเทศน์ให้พระฟังก็ไม่เหมือนกัน ลองไปฟังเทศน์ที่ท่านเทศน์ให้พระฟังดู

เหมือนกับท่านเคี้ยวข้าว ทุบตี เตะต่อยพระเณร แต่กับญาติโยมจะเทศน์แบบเบาๆ เพราะเป็นเทศน์ที่อ่อนโยน ง่าย พุดอะไรแรงๆแล้วเดี๋ยวจะหนีกระเจิงไปหมด การหลุดพ้น จึงอยู่ตรงมรรคเป็นหลัก มรรคต้องเจริญให้มาก สรุปลงแล้วก็ต้องกลับมาปฏิบัติอย่างที่เรากำลังทำกันอยู่นี้แหละ ไม่มีข้อแก้ตัว ถ้าแก้ตัวก็แสดงว่าโง่เต็มที่ มีทางหลุดพ้นแล้วยังจะ ดิ้นหนีไปอีก ถ้าเป็นปลาที่เหมือนกับจะปล่อยลงทะเลอยู่แล้ว แต่ก็ยังอุตส่าห์ดิ้นกลับเข้าไป อยู่ในหม้อแกงอีก

ถาม ดีที่ท่านอาจารย์บอกว่าพยายามเอื้อมให้มันสูงขึ้นเรื่อยๆ ไม่อย่างนั้นจะอยู่ที่เดิม แต่มันไม่ไหว เลื่อนขึ้นให้สูงเรื่อยๆ ท่านอาจารย์พูดมันเหมือนง่าย แต่มันยากจริงๆ

ตอบ ของดีมันต้องยาก แต่คุ้มเหนื่อย คุ้มกับการบำเพ็ญ

ถาม วันนี้อัจฉรย์ใจมาก เพราะเมื่อเข้าไปกราบพระองค์หนึ่ง ท่านก็อธิบาย แล้วท่าน พระอาจารย์ก็มาอธิบายละเอียดเพิ่มขึ้นค่ะ เรื่องรูปกับนามนี่ค่ะ แต่ว่าท่าน อาจารย์ได้อธิบายให้ละเอียดเข้าไปอีก ทำให้เข้าใจลึกซึ้งขึ้น

ถาม ผมอ่านหนังสือ**กำลังใจ**ของท่านอาจารย์ ว่ามีโยมมาใส่บาตร ๒ คนแล้วทะเลาะกัน

ตอบ อยู่คนละฟากถนนกัน พอเจอหน้ากันแล้วอดไม่ได้ ขนาดกำลังใส่บาตรยังด่ากันเลย

ถาม ขนาดอยู่ต่อหน้าพระ

ตอบ ก็เลสมันแรง เวลาเจอคู่กรณีแล้วมันกระโดดผิงเลย เรานั่งกันอยู่อย่างนี้ ถ้าเจออะไรแรงๆเข้า มันก็ไปเหมือนกัน แต่ถ้าเคยฝึกมาแล้ว จะสามารถคุมใจได้

ถาม คุมได้แต่รู้สึกว่ามันกรุ่นอยู่ข้างใน

ตอบ เราก็คุมได้ในระดับที่เราได้ฝึกมาแล้ว แต่ในระดับที่ยังไม่ได้ฝึกก็จะคุมไม่ได้ เพราะยังไม่ได้ไปเผชิญกับมัน

ถาม สองคนที่ทะเลาะกันคงไม่รู้ตัวนะเจ้าคะ

ตอบ ไม่รู้สึกตัวหรอก รู้แบบคนเมา รู้ควบคุมไม่ได้ ไม่สนใจแล้วเรื่องกาลเทศะ เรื่องพิธีโอตต๊อปปะ โยนทิ้งไปหมดแล้ว

ถาม ท่านอาจารย์คะ มีผู้ส่งสัยฝากมาถาม บอกว่านั่งอยู่ในป่าช้านานๆแล้วบางที่เกิดความกลัว ตรงนี้ท่านอาจารย์แก้อย่างไร บางที่พุทโธก็เอาไม่อยู่

ตอบ ต้องใช้ปัญญา ต้องใช้ความจริงว่าเกิดมาแล้วต้องตายสักวันหนึ่ง

ถาม ยอมเสี่ยงตาย

ตอบ เกิดมาแล้วก็ต้องตาย ตายแบบไม่กลัวกับตายแบบกลัว มันต่างกันนะ ตายแบบไม่กลัวนี้สบาย

ถาม กลัวนะค่ะ

ตอบ ความกลัวนี้แหละคือตัวทุกข์ ที่ต้องดับให้ได้ ความกลัวก็คือวิภวตัณหา ความไม่อยากเจอกับสิ่งที่น่าเกลียดน่ากลัวทั้งหลาย แต่เราก็ห้ามไม่ได้ ชีวิตคนเราก็ต้องเผชิญกับสิ่งต่างๆ ทั้งที่น่ารักและน่ากลัว พระท่านจึงต้องไปอยู่ในป่าในเขา ไปอยู่ใกล้เสือใกล้สัตว์ต่างๆ เพื่อกระตุ้นกระตุ้นความกลัวให้ออกมา เพื่อจะได้ใช้ธรรมะคือวิปัสสนาปัญญาไปดับมัน ในเบื้องต้นถ้ายังคิดพิจารณาไม่เป็น ก็ให้บริกรรมพุทโธๆไปก่อน เวลากลัวมากๆก็ฝากเป็นฝากตายไว้กับพุทโธๆเลย ไม่สนใจไปหาสิ่งที่กลัว ถ้าเห็นงูจะเลื้อยเข้ามาใกล้ ก็หลับตาแล้วก็บริกรรมพุทโธๆไป เป็นการใช้อุบายของสมาธิ ถ้าใช้อุบายทางปัญญาก็ต้องปลง เกิดมาแล้วต้องตาย คิดเสียว่าวันนี้เป็นวันที่ต้องใช้หนี้ เมื่อก่อนเราเคยฆ่าเขามาก่อน วันนี้เขาจะมาฆ่าเราบ้าง เราก็เคยพิจารณาอยู่เสมอว่า เกิดมาแล้วต้องตาย เป็นเรื่องธรรมดา เมื่อ

เวลาจะตายเราก็ยอม พอยอมแล้วจิตก็จะหายกลัว จะสงบนิ่ง ความกลัวหายไปหมดเลย กลายเป็นความเมตตา คุยได้สบายเลย มันก็ไม่ได้ทำอะไรเรา แต่เพราะความกลัวของเรา ทำให้สังขารคิดปรุงไปต่าง ๆ นานา ความจริงมันอาจจะมาขอความเมตตา หรือมาทำความรู้จักกับเราก็ได้ เวลาจะเข้าไปใกล้สัตว์ ต้องทำให้หนึ่งให้เฉย ค่อยๆ ก้าวเข้าไปทีละก้าวๆ ไม่ให้เขาเกิดอาการตกใจกลัวขึ้นมา พอเขารู้ว่าเราไม่เป็นพิษเป็นภัยกับเขา เขาก็ไม่ทำอะไรเรา บางทีเราเดินไปตามทางเจอภูมียืนเฉยๆ มันเห็นเรามันก็นิ่งอยู่เฉยๆ ต่างฝ่ายต่างมองกัน พอสักครู่หนึ่งมันก็ไป

ถาม ท่านอาจารย์เคยถูกงูกัดไหมคะ

ตอบ เคย แต่เป็นเรื่องสุดวิสัย เพราะอยู่ในที่มืด ไม่ได้ฉายไฟ เป็นตอนเช้ามืด เดินลงเขาจะไปบิณฑบาต พอออกจากแนวป่า เดินอยู่บนถนนโล่งๆ แล้ว ไม่คิดว่าจะมีงูก็เลยไม่ได้ฉายไฟ อาศัยแสงดาวแสงเดือน พอเห็นกลางๆ เดินมาตั้งสิบกว่าปี ก็ไม่เคยเจออะไร พอวันนั้นเดินไปเจอ ก็ไม่ทราบว่าเป็นงูกัด คิดว่าไปเตะหนามเข้าก็เลยฉายไฟดู ก็เห็นงูกะปะตัวเล็กๆ ไม่ยาว รอยที่มันกัดก็เหมือนถูกเข็มเล็กๆ แทง มีเลือดออกมาเป็นจุดเล็กๆ ตอนนั้นอยู่ใกล้ๆ กับบ้านพักของเจ้าหน้าที่ป่าไม้ ในเบื้องต้นก็บีบเลือดออกมาก่อน แล้วก็เดินไปที่บ้านพักปลุกคนให้ช่วยพาไปโรงพยาบาล เพราะเริ่มเจ็บแล้ว เริ่มเดินไม่ค่อยได้ เขาก็เอามะนาวมาโปะที่แผลไว้ก่อน ช่วยดูพิษได้ แล้วรีบพาไปโรงพยาบาล พอไปถึงโรงพยาบาล เราก็คิดว่าหมอจะรีบเอายามาฉีดยา แต่กลับไม่ได้ฉีดยา ปล่อยให้นอนอยู่เฉยๆ เอาสายน้ำเกลือมาใส่ เลยถามว่าไม่ทำอะไรหรือ พยาบาลบอกว่าเพียงแต่ตรวจเลือดดูก็พอ เพราะพิษงูนี้มันไม่ตายทันที ที่ยังไม่ให้ยาทันทีเพราะกลัวจะแพ้ยา พิษของงูชนิดนี้ไม่ได้ไปทำลายประสาท ไม่ได้ทำให้หัวใจหยุดเต้น แต่จะทำลายเลือด คือจะทำให้เลือดไม่แข็งตัว เลือดจะไหลไม่หยุดถ้ามีเลือดไหลออกมา เขาบอกว่าหมอสั่งให้เช็ดดูก่อนว่าเลือดยังแข็งตัวอยู่หรือเปล่า ถ้าโดนงูพิษกัดตอนเช้ามืด พิษจะไม่แรง เพราะมันออกหากินทั้งคืนแล้วคงได้ไปกัดสัตว์อื่นบ้างแล้ว อาจจะมีพิษเหลืออยู่น้อย พอที่ร่างกายจะกำจัดมันได้เอง แต่เขาไม่ได้อธิบายในตอนนั้น เรา

ก็กระลับกระล่ายอยู่เหมือนกัน ว่าทำไมไม่ทำอะไร ใจหนึ่งก็ปลงว่าถึงคราวแล้ว มั่ง อะไรจะเกิดก็ต้องเกิด

ถาม มองเห็นว่าเป็นถุงกะปะเลยหรือคะ

ตอบ ตั้งใจดูเลยว่าเป็นถุงชนิดไหน จะได้บอกหมอถูก พอถึงที่โรงพยาบาลเขาก็เอาถุงชนิดต่างๆมาให้ดู ตอนต้นเอาเลือดไปตรวจดู เลือดก็ยังเป็นปกติอยู่ เพราะพิษงูเพิ่งเข้าไปได้ไม่นาน ได้เพียงครึ่งชั่วโมง ยังไม่กระจายไปทั่ว ต้องรออีก ๖ ชั่วโมง ถึงจะตรวจเลือดอีกครั้งหนึ่ง ตอนที่ไปถึงโรงพยาบาลก็เกือบจะ ๖ โมงเช้า พอใกล้ๆเที่ยงเขาก็มาเจาะเลือดดูอีกที ตอนนั้นเลือดไม่แข็งตัวแล้ว ธรรมดาเลือดจะแข็งตัวประมาณ ๑๐ กว่านาที แต่นี้ ๓๐ กว่านาทีก็ยังไม่แข็งตัว ก็เลยต้องให้ยาเซรุ่ม ถ้าแพทย์ก็อาจจะทำให้ซ็อคได้ ก็เลยให้พยาบาลผู้ช่วยมาเฝ้าดูอาการ ตรวจชีพจรกับความดันอยู่ทุกชั่วโมง เราก็ไม่รู้สิคะอะไร ยาที่ให้ขวดแรกก็ขนาดนมกล่องเล็กๆ ผ่านทางสายยาง ใช้เวลาประมาณสัก ๔๕ นาที พออีก ๖ ชั่วโมงก็มาตรวจเลือดอีก ก็ยังไม่แข็งตัว ต้องให้เพิ่มอีกหนึ่งขวด พออีก ๖ ชั่วโมงก็มาตรวจอีกที ตอนนั้นเลือดแข็งตัวเป็นปกติแล้ว แต่แผลที่ถูกงูกัดเริ่มดำคล้ำ เส้นเลือดที่พิษงูวิ่งผ่านไปจะเป็นสีดำคล้ำไปหมด หมอบอกรอดูอีกวันสองวัน อาจจะต้องฉีดยาออกไปบ้างเพราะมันจะเน่า แต่สองวันต่อมาอาการก็ดีขึ้น เริ่มกลับเป็นสีชมพู ก็เลยไม่ต้องฉีดยาออกไป อาจจะเป็นเพราะมะนาวที่ช่วยทำให้ไม่เน่า หรือการบีบเลือดออกตอนที่ถูกกัดใหม่ๆช่วยลดพิษงูให้น้อยลง เกิดมาก็ไม่เคยคิดว่า จะถูกงูกัด ทำอย่างไรได้ในเมื่อมันเกิดเหตุการณ์ขึ้นมาแล้ว ก็คอยระดับประคองสติรักษาใจไว้เท่าที่ตนเอง ไม่ไปวุ่นวายจนเกินเหตุเกินผล ก็ไม่ได้ถึงกับปล่อยเลย ยอมตายละ อย่างนี้ก็ไม่ใช้ ถ้าหาหมอได้ก็ไปหาหมอ

ถาม บนขวานี้แสดงว่ามีงูเยอะเหมือนกัน

ตอบ ก็มีพอสมควร มันก็เป็นธรรมดาของป่า แต่ไม่เคยสำรวจประชากรของงูดู

ถาม บนนี้มีพวกกวางมาหาท่านเยอะ

ตอบ ป่าไม่เขาลี้ียงไว้ มันออกมาหากินตอนค่ำๆ เป็นโครงการในพระราชดำริที่จะขยายพันธุ์สัตว์ป่า เอาพ่อพันธุ์แม่พันธุ์มาผสมกัน

ถาม แล้วกลางวันมันอยู่ที่ไหนคะ

ตอบ มีอยู่ ๒ พวก พวกที่ลี้ียงอยู่ในคอก กับพวกที่ปล่อยให้อยู่ในป่าตามธรรมชาติ

ถาม ถ้าเผชิญผ่านมาพึงธรรมชาติพวกนี้จะได้ไหมคะ

ตอบ ไม่สะดวก เพราะเป็นสถานที่ราชการ โดยปกติหลัง ๕ โมงเย็นแล้วจะไม่ให้ใครเข้ามา เป็นเวลาที่ควรจะอยู่อย่างวิเวกมากกว่า ก็ไปพึงธรรมชาติอื่นบ้าง พึงครูบาอาจารย์องค์อื่นบ้าง จะได้มีอะไรมาเปรียบเทียบ

ถาม อยากจะเรียนถามเกี่ยวกับเรื่องทานนะครับ เวลาที่เราทำทาน สังเกตดูมีอยู่ ๒ อย่าง อย่างหนึ่งเป็นโมหะ อีกอย่างเป็นกำลังของจิตใจ จริงๆเวลาเราทำทานเราต้องกำหนดจิตอย่างไร ทำอย่างไรจึงไม่เป็นโมหะ

ตอบ ทานเป็นการให้ เวลาให้ก็อย่าไปยึดติดกับสิ่งที่เราให้ ต้องไม่ถือว่าเป็นของๆเราแล้ว ต้องไม่หวังสิ่งตอบแทนจากผู้รับ ก่อนจะให้ก็พิจารณาด้วยเหตุผล เห็นเขาเดือดร้อนก็ให้เขาไป ช่วยเหลือเขาไป ให้พ้นจากความทุกข์ความเดือดร้อน เราก็มีความสุขใจ มีความภูมิใจ นั่นเป็นผลที่เราได้รับ ไม่ว่าจะต้องการหรือไม่ก็ตาม แต่ไม่ควรหวังให้เขามาขอบคุณยกมือไหว้เรา ไม่ต้องการอะไรทั้งสิ้นจากผู้รับ
อย่างนี้เป็นการให้ที่บริสุทธิ์ ที่ไม่มีโมหะความหลง แต่บางคนให้แล้วก็อยากให้ประกาศชื่อของตน ว่าได้ให้เท่านั้นเท่านั้น อย่างนี้มีโมหะเข้ามาเกี่ยวข้อง ยังอยากจะให้คนอื่นรู้ว่าได้ทำบุญทำทาน เป็นการปิดทองหน้าพระ ถ้าปิดทองหลังพระก็ไม่ต้องการให้ใครรู้ ทำเพื่อประโยชน์ทางจิตใจ ให้มีความสุข ทำเพื่อชนะความตระหนี่ ความหวง ความโลภ ความเห็นแก่ตัว นี่คือเป้าหมายของการทำทานที่แท้จริง ทำเพื่อชำระจิตใจ ชำระสิ่งที่สร้างความทุกข์ให้กับใจ คนที่มีความตระหนี่มีความโลภ มีความหวง จะมีแต่ความไม่สบายใจ แต่คนที่ไม่มี จะมีแต่ความ

สบายใจ เวลาเสียอะไรไปจะไม่เสียตายไม่เสียใจ คิดว่าเป็นการทำบุญทำทานไป ถ้าเคยให้อยู่เป็นประจำ พอมีขโมยขึ้นบ้าน ก็จะคิดว่าเป็นการทำบุญให้ทานไป เป็นการดีเสียอีกที่เราไม่ต้องชนของไปให้เขา เขามารับถึงบ้านเลย เป็นการมองโลกในแง่ดี คิดว่าดีแล้วเราจะได้อะไรใหม่มาใช้ เมื่อเรามีเงินพอที่จะซื้อหาใหม่ เราเป็นคนสมถะ ถ้าไม่จำเป็นจริงๆก็ไม่ต้องซื้อใหม่ เพราะของเก่ายังใช้ได้อยู่ แต่ตอนนี้มีคนมาให้โอกาส มาขโมยเอาของเก่าไป เมื่อมีความจำเป็นต้องใช้ เราก็ได้อะไรใหม่มาใช้ ถ้ามองอย่างนี้ แทนที่จะเศร้าโศกเสียใจกลับมีความสุข

ถาม พอดีมีน้องคนหนึ่ง เขาบอกว่าไปทำสังฆทานดีกว่า ที่เขาอ่านมา ทำสังฆทานต้องไม่เลือกพระ เป็นการทำทานที่สูงสุด ที่นี้โยมไม่เห็นด้วยตรงนี้ เพราะมีความรู้สึก ว่า ครูบาอาจารย์ท่านกล่าวว่า การทำบุญกับพระอรหันต์จะเป็นบุญสูงกว่า โยมก็
ไม่รู้จะอธิบายให้เขาฟังอย่างไร

ตอบ ความหมายที่แท้จริงของสังฆทาน หมายถึงถวายให้องค์กร ไม่ได้ถวายให้กับบุคคล เช่นวัดอย่างนี้ เวลาญาติโยมสร้างศาลาหลังนี้ก็ถวายเป็นสังฆทาน ไม่ได้ถวายให้เจ้าอาวาส ไม่ได้ถวายให้พระรูปหนึ่งรูปใดเป็นเจ้าของ แต่เป็นของวัด เป็นกรรมสิทธิ์ของส่วนรวม นี่คือความหมายของสังฆทาน แต่คนไม่เข้าใจ ความหมาย คิดว่าถวายองค์ไหนก็ได้ ไม่จำเพาะเจาะจงองค์ อย่างนี้ไม่ใช่ ถึงแม้จะเป็นการแบ่งสังฆทาน แล้วทางวัดจัดพระรูปใดรูปหนึ่งให้มารับ ก็ยังไม่ใช่สังฆทานอยู่ดี ถ้าพระรูปนั้นเอาไปเป็นสมบัติของตนเอง เป็นเหมือนกับการจับฉลากมากกว่า เป็นการสุ่มเอา เอาพระองค์ไหนก็ได้มาสักองค์หนึ่งก็แล้วกัน ยังเป็นทานเพื่อบุคคลอยู่

ท่านแยกทานไว้เป็น ๒ ชนิดด้วยกันคือ ๑. **ปาฏิบุคคลิกทาน** ทานที่ให้กับบุคคล เป็นสมบัติของบุคคลนั้น ๒. ทานที่ให้กับองค์กร เป็นสมบัติของส่วนรวม เรียกว่า**สังฆทาน** ความเป็นมาอยู่ในสมัยที่พระพุทธเจ้าทรงไปโปรดพระราชาบิดาเป็นครั้งแรก หลังจากที่ ได้ตรัสรู้แล้วได้รับนิมนต์ให้ไปโปรดในวัง พระนางมหาปชาบดีมีความปรารถนาที่จะถวายผ้าจีวร ให้พระพุทธเจ้าไว้ครอง อุทิศตัดตัดเย็บด้วยพระองค์เอง แล้วก็นำไปถวาย

ให้พระพุทธเจ้า แต่พระพุทธเจ้าทรงปฏิเสธ ทรงตรัสให้ถวายเป็นสังฆทาน ถวายก็ครั้งก็
ทรงปฏิเสธทุกครั้งไป ทรงเห็นว่าผ้าหยากร จึงวางแบบฉบับไม่ให้ถวายเจาะจงกับพระที่
รักที่ชอบ เพราะมีพระหลายรูปที่มีผ้าไม่พอใช้ ให้ถวายเป็นของสงฆ์ เป็นของส่วนรวม
แล้วให้สงฆ์พิจารณากันเองว่าควรจะให้พระรูปไหนดี เช่นเวลาถวายผ้ากฐิน เราจะกล่าว
ถวายให้หลวงตาโดยตรงไม่ได้ ต้องให้พระ ๔ รูปทำการอุปโลกน์ เหมือนกับในรัฐสภา ที่
ต้องมีผู้ตั้งญัตติ มีผู้รับรองญัตติ มีผู้ลงคะแนนเสียง เพื่อให้มีมติเป็นอย่างไรอย่างหนึ่ง
นี่ก็แบบเดียวกัน เพียงแต่ของสงฆ์ไม่ใช้วิธีนับคะแนน แต่ใช้วิธียกมือขึ้นถ้าไม่เห็นด้วย
ถ้าเห็นเฉยก็เห็นด้วย เมื่อสงฆ์ทำอุปโลกน์เสร็จแล้ว ก็เอาผ้าไปตัดเย็บชักร้อยมตากให้แห้ง
แล้วนำไปถวายให้กับพระรูปที่ได้รับฉันทานุมัติตามมติของสงฆ์ ไม่ตามมติของญาติโยม
ผู้ถวาย เพราะสงฆ์จะรู้ว่าใครควรจะได้รับ ให้สงฆ์ตัดสิน เหมือนกับคณะของโยม จะ
ให้เราชี้ว่าคนไหนควรจะได้รับของชิ้นนี้ เราก็ไม่รู้ ให้ญาติโยมตกลงกันเองดีกว่า ว่าใคร
สมควร การให้เป็นสังฆทานก็ดี ช่วยกระจายปัจจัย ๔ ที่ญาติโยมถวายให้ทั่วถึงพระทุก
รูป เพราะพระบางรูปอาจจะไม่ค่อยมีใครศรัทธาก็ได้ เป็นพระดีปฏิบัติดีแต่เงียบเฉย ไม่
ค่อยปฏิบัติสนทนากับใคร ญาติโยมเลยไม่ชอบ เพราะไม่ยิ้มแย้ม ไม่ทักทาย ไม่เอออกเอาใจ
จึงไม่มีใครถวายข้าวของเลย พระพุทธเจ้าจึงทรงเห็นว่าควรถวายให้เป็นส่วนกลาง ที่วัด
ป่าบ้านตาดของทุกอย่างที่ถวาย หลวงตาเป็นผู้รับแทนสงฆ์ เวลาพระต้องการใช้ก็เอามา
ใช้ได้เลย โดยถือว่าของทุกอย่างที่ได้มาเป็นสมบัติของวัด ที่พระที่อยู่ในวัดทุกรูปเอาไป
ใช้ได้ ต้องการสบู่อต้องการยาสีฟัน ก็หยิบไปใช้ได้เลย ไม่ต้องขอใคร

ถาม เวลารับไม่จำเป็นต้องมีพระ ๔ รูปใช่ไหมครับ มีตัวแทนก็ได้

ตอบ พิธีกรรมที่ถูกกำหนดขึ้นมา โดยอ้างตามพระวินัยที่กำหนดไว้ว่า จะให้ครบองค์
สงฆ์ต้องมีพระ ๔ รูปขึ้นไป เช่นสำนักนี้มีพระอยู่ ๓ รูป จะถวายสังฆทานก็ถวาย
ไม่ได้ ถ้าจะทำตามรูปแบบ ทำไม่ได้ แต่ถ้าทำในเชิงปฏิบัติก็ทำได้ ถวายให้เป็น
ส่วนกลางโดยไม่กล่าวคำถวาย เพราะเชื่อว่าผู้รับจะเอาไปแจกจ่ายให้กับพระรูป
อื่น

ถาม เพื่อนที่ทำงานผม เขาชอบทำสังฆทาน แต่นิมนต์พระมาแค่ ๒ รูป ก็เลยดูแปลกๆ

ตอบ ๒ หรือ ๔ ก็เหมือนกัน ไม่เป็นสังฆทานอยู่ดี เพราะเป็นของพระที่รับไป ไม่ได้เอาไปแจกจ่ายให้กับพระรูปอื่น จะเป็นสังฆทานต้องเป็นของวัด ของส่วนรวม พระที่อยู่ในวัดต้องมีสิทธิ์ใช้ได้ จึงจะเป็นสังฆทาน แต่ทางพระป่าไม่ได้พิถีพิถันกับเรื่องพิธีกรรมเท่าไร แต่ปฏิบัติกันเลย ของทุกอย่างที่หัวหน้าสงฆ์รับมาจะไม่ถือว่าเป็นของๆตนเลย เป็นของส่วนรวม ท่านเป็นผู้ใหญ่ เป็นเหมือนพ่อแม่ เป็นหัวหน้าครอบครัว จะรู้ว่าควรเอาไปทำอะไรอย่างไรบ้างน้อยเพียงไร ผู้ที่ไปอยู่ศึกษาที่ท่านก็มีฉันทานุมติ มอบอำนาจให้กับท่านโดยปริยาย เพราะไปตัดไปละไม่ได้ไปเพื่อสมบัติข้าวของเงินทอง ไปเพื่อธรรม แต่ที่ต้องทำตามพิธีเพราะเป็นเรื่องของกฎระเบียบขององค์กร ต้องมีกฎกติกา เพื่อป้องกันไม่ให้คนไม่ดีมาสร้างความเสียหาย เช่นได้หัวหน้าที่เห็นแก่ตัว ได้อะไรมาก็ถือเป็นของตนหมด

ถาม วิธีปฏิบัติสำคัญมากกว่าพิธีกรรม

ตอบ เหมือนเอาเนื้อทอดใส่จาน ไม่ต้องใส่ผักชี ไม่ต้องใส่แตงกวา เอาแต่เนื้อล้วนๆนี้แหละ

ถาม ถ้าถวายให้พระรูปใดรูปหนึ่งโดยไม่เจาะจง ก็ไม่เป็นสังฆทาน

ตอบ เป็นปาฏิบุคลิกทาน ไม่ใช่สังฆทาน เพราะไม่ได้สนับสนุนทำนุบำรุงส่วนรวม เป็นการทำนุบำรุงบุคคล ทางวัดในเมืองส่วนใหญ่จะอยู่แบบตัวใครตัวมัน ใครได้อะไรมาก็เป็นของคนนั้นไป ไม่เหมือนธรรมเนียมของวัดป่า เป็นกองกลางหมด เงินเข้ามาเท่าไรก็เป็นของกองกลางหมด มีความจำเป็นก็ไปกราบเรียนกับหัวหน้าสงฆ์ แล้วท่านจะพิจารณาให้ตามความจำเป็น

ถาม ถ้าท่านยังอยู่ที่วัดป่าบ้านตาด แล้วลูกถวายปัจจัยเฉพาะท่าน ท่านต้องเอาไปใส่กองกลางไหม

ตอบ ขึ้นอยู่กับผู้รับ ถ้าไม่อยากยุ่งกับเรื่องเงินทอง ก็ร่วมทำบุญกับหลวงตาไป ถ้ามีความจำเป็นจะเก็บไว้ก็ได้ แต่ถ้าเป็นของที่มาในลักษณะต่างๆไป ก็เข้ากองกลางไป แต่ถ้าญาติโยมพี่น้องเป็นห่วงพระของตน นานๆมาเยี่ยมที ก็อยากจะถวายให้เป็นของส่วนตน เช่นพระชาวต่างประเทศ เวลาบิณฑบาตมาเยี่ยม ก็ถวายให้กับพระโดยตรง ก็ไม่เสียหายอะไร แต่ไม่เป็นสังฆทาน เป็นการดูแลบุคคล แต่ถ้าต้องการให้ศาสนาพุทธเจริญไปเรื่อยๆ ก็ต้องดูแลส่วนรวมไว้ก่อน เพราะเวลาจะบวชพระต้องมีพระ ๑๐ รูปขึ้นไป ถ้าอยู่ในที่กั้นดารหาพระได้ยาก ก็อนุโลมให้มีพระ ๕ รูป มีพระรูปเดียวบวชไม่ได้ การจะสืบทอดพระศาสนาให้อยู่ต่อไป จึงต้องมีพระอย่างน้อย ๕ รูปขึ้นไป เหมือนกับการสืบสกุล ต้องมีลูกหลาน แล้วก็ต้องเลี้ยงดูลูกหลานให้ดี ไม่ปล่อยปละละเลย ยิ่งมีมากเท่าไรก็ยิ่งดี วงศ์สกุลจะได้ใหญ่ขึ้น

ถาม การใส่บาตรทุกวัน แต่พระไม่ซ้ำกัน เปลี่ยนไปเรื่อยๆทุกวัน ใช้การถวายสังฆทานไหม

ตอบ ถ้าเป็นวัดป่าก็ใช่ เพราะท่านจะเอาไปแบ่งกัน บิณฑบาตได้อะไรมากก็ไม่เก็บเอาไว้เลย จะเอามารวมกันแล้วให้พระหัวหน้าพิจารณาก่อน อย่างนี้เป็นสังฆทาน แต่ถ้าเป็นบาตรใครบาตรมัน ก็ไม่ใช่สังฆทาน ทางวัดป่าถือมากเรื่องบิณฑบาตไม่ให้เก็บอะไรไว้เลย ให้เอามารวมกันหมด เพราะสมัยก่อนพระป่ายากจนมาก เวลาบิณฑบาตจะไม่ค่อยได้อาหารเท่าไร ถ้าต่างคนต่างเก็บไว้ในบาตร ก็จะขาดความรักสามัคคีกัน ต่างคนต่างเอาตัวรอด ไม่มีความเสียสละ

ถาม ถ้าในกรณีที่เราใส่บาตรไปแล้ว พระองค์นั้นท่านเอามาแบ่งก็ถือเป็นสังฆทาน ถ้าไม่เอามาแบ่งก็ไม่ใช่ แต่ถ้าเราตั้งใจอธิษฐานว่าเราถวายแบบสังฆทานจะได้ไหมคะ

ตอบ มันไม่เกี่ยวกับเรา เราได้บุญเท่ากัน ถ้าเป็นสังฆทานก็จะทำให้ศาสนามีอายุยืนยาวนานขึ้น พระสงฆ์มีความสามัคคี มีความรักปรองดอง มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่

ต่อกัน ไม่เอาตัวใครตัวมัน สังฆทานทำให้สงฆ์อยู่ด้วยความปรองดอง มีความสามัคคี เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ไม่เห็นแก่ตัว มึงนาก็ช่วยกันทำ มีอะไรก็แบ่งกัน เคารพในอาวุโสกันแต่ ไม่ก้าวก่าย ไม่ข้ามหน้าข้ามตาผู้หลักผู้ใหญ่ ท่านบวชก่อนเราก็ให้ท่านพิจารณาก่อน ถึงแม้จะไม่มีอะไรเหลือให้เรากิน แต่เราจะได้อบุญมาก

ถาม สมมุติว่าเราตั้งเจตนาขอถวายพระภิกษุหมู่ใหญ่ คือน้อมจิตเลย ถือว่าสำเร็จเป็นสังฆทานไหมคะ คือมีเจตนาถวายแบบน้อมจิต แต่หาพระไม่ได้ แต่น้อมจิตถวายให้สงฆ์ทั้งในอดีตและปัจจุบัน

ตอบ ถ้าต้องการถวายสังฆทาน ก็ไปถวายวัดที่เป็นสังฆทานจริงๆ

ถาม แต่ไม่มีโอกาสที่จะไป

ตอบ ก็เก็บเงินไว้ก่อน รวบรวมไว้ พอมีโอกาสก็ไปถวายวัดที่เป็นสังฆทานจริงๆ ทุกอย่างเข้ากองกลางหมด อย่างวัดของหลวงปู่ชาได้ยื่นว่าทุกอย่างเข้ากองกลางหมด เราก็เก็บรวบรวมไว้ แล้วก็ส่งไปก็ได้ ถ้ายังติดใจในการทำสังฆทานอยู่ ผู้ให้ได้อบุญเท่ากัน สำคัญอยู่ที่จิตของผู้ให้มากกว่า ว่ามีความบริสุทธิ์มากน้อยเพียงไร ถ้าให้แล้วยังต้องการอะไรหรือไม่ ถ้ายังต้องการอยู่ ก็เป็นเงื่อนไข แต่ถ้าให้โดยไม่ต้องการอะไรตอบแทนเลย จะได้อบุญมากกว่า แต่สังฆทานเป็นเรื่องของการอุปถัมภ์องค์กร ของศาสนา ช่วยทำให้ศาสนามีอายุยืนยาวขึ้น ไม่เกี่ยวกับผู้ให้

ถาม ถ้าทำไปแล้วยังไปกังวลว่า พระจะเอาเข้ากองกลางหรือไม่ ก็ยังไม่ได้ละความละโมภของเร

ตอบ ยังอยากจะได้บุญมากๆ ความจริงแล้วมันไม่ได้มากกว่ากันหรอก จะถวายให้พระองค์เดียวหรือถวายให้เป็นส่วนกลาง ถ้าไปเจอพระรูปเดียว เป็นพระที่ดีเป็นพระอริยะ ก็ได้บุญเหมือนกัน เป็นการสนับสนุนให้ท่านได้ทำประโยชน์ แต่บุญคือความสุขใจที่ได้จะเท่ากัน ถึงแม้จะให้กับสุนัข ก็ได้บุญคือความสุขใจเท่ากัน

ถ้าเป็นของชิ้นเดียวกัน จะให้กับพระก็ดีให้กับสุนัขก็ดี ถ้าให้ด้วยความเมตตา กรุณา ด้วยความบริสุทธิ์ใจ มีความปรารถนาที่จะสงเคราะห์ช่วยเหลือ บุญในใจ คือความสุขใจก็เท่ากัน

ถาม ถ้าผู้รับเป็นอริยสงฆ์

ตอบ จะเป็นพระอริยสงฆ์หรือเป็นสุนัข ก็เหมือนกันในใจของเรา คือเป็นความสุขใจ

ถาม แต่ที่สำคัญคือมันทำใจยาก ว่าสุนัขจะเสมอพระสงฆ์

ตอบ ไม่ได้ว่าสุนัขเสมอพระสงฆ์ แต่ว่าบุญคือความสุขใจมันเท่ากันพวกเราไม่เข้าใจกัน เรื่องการถวายทานกับพระอริยสงฆ์ มีประโยชน์เพิ่มขึ้นตรงที่ท่านจะสอนธรรมะ ให้กับเรา เป็นประโยชน์อีกกระทงหนึ่ง ถ้าให้สุนัข อย่างมากมันก็ทำให้เราเฝ้า บ้านให้เรา แต่ใจที่ชนะความตระหนี่ ชนะความโลภ ใจที่เกิดความเมตตาสงสาร เกิดจากการที่เราได้ช่วยเหลือผู้ที่เดือดร้อน ไม่ว่าจะ เป็นมนุษย์หรือเป็นสัตว์ก็ เหมือนกัน มีความสุขใจเหมือนกัน คนบางคนถึงเลี้ยงหมาได้ ไม่จำเป็นต้องเลี้ยง คน การเลือกบุคคลเราลงไปทำการทำประโยชน์ของบุคคลนั้น ถ้าสนับสนุนโจร ก็จะไปฆ่าผู้อื่นต่อ ถ้าสนับสนุนพระพุทธเจ้าก็จะทำให้ท่านมีกำลังเผยแผ่ธรรม ถ้าสนับสนุนสงฆ์ก็จะทำให้ศาสนาอยู่ได้ยาวนาน ทำให้ผู้มีศรัทธามีกำลังใจบวช เพราะเมื่อบวชแล้วไม่อดอยากขาดแคลน มีอาหารกินทั่วถึงกัน ไม่ว่าจะฟังบวช วันนี้หรือบวชมา ๑๐ ปีแล้ว ก็แบ่งอาหารเท่าๆกัน ทำให้องค์กรคือศาสนาอยู่ต่อไปได้ แต่ถ้าเลือกเฉพาะถวายแต่องค์หัวหน้า พระบวชใหม่ไม่สนใจ พอบวช ได้ ๓ วัน ไม่มีอะไรกิน ก็จะสึกไป ทำให้ไม่มีใครอยากจะบวช

ถาม ถ้าจิตเรายังเลือกที่รักมักที่ชัง เลือกที่จะให้แต่พระอริยสงฆ์ เพราะเราหวังบุญ มาก อย่างนี้ถือว่าเป็นมลทินกับใจเราใช่ไหมครับ

ตอบ ไม่แน่เสมอไป ถ้าเลือกด้วยปัญญา ก็ไม่เสียหายอะไร ถ้าเลือกพระอริยสงฆ์ เพราะอยากจะฟังธรรมะจากท่าน ก็ไม่ได้เป็นการเลือกที่รักมักที่ชัง เพราะคงจะ

ไม่ได้ธรรมะจากสุนัข แต่ก็ปฏิเสธไม่ได้ว่าสุนัขกับพระอริยสงฆ์ก็ต้องการอาหารเหมือนกัน เราก็ให้ทั้งคู่เลย พระอริยะก็ถวาย สุนัขที่มากับท่านก็ให้ ดังบทเมตตาที่ว่า **สัพเพสัตว์ตา** สัตว์ทั้งหลายทั้งปวง ที่เราสวดกันทุกวัน ท่านสอนไม่ให้เลือกที่รักมักที่ชังในการให้ความเมตตากรุณา เพราะความจำเป็นมีเท่ากันหมด เรื่องปัจจัย ๔ มีความจำเป็นเหมือนกันหมด ไม่ว่าสัตว์ไม่ว่ามนุษย์ เรื่องความรัก ความเมตตาสงสาร ทุกคนต้องการด้วยกันทั้งนั้น ไม่ควรเลือก เช่นให้ความเมตตากับพระอริยะ ส่วนสุนัขข้างห่มัน อย่างนี้ก็ไม่ถูก แต่ที่เราเลือกทำบุญกับพระอริยะ ถ้ามีโอกาสเลือกได้ เพราะเราจะไต่ยินไต่ยั้งฟังธรรมะจากท่าน ถ้าให้ท่านสุนัข ให้ข้าวมันกิน เราก็ยังจะไม่สามารถจัดความสงสัยที่มีอยู่ในใจเราได้

ถาม กลางวันนี้เพิ่งให้ข้าวสุนัขไป ให้อ้อยกับช้าง

ตอบ ควรจะให้ หลวงตาท่านก็เลี้ยงสุนัขเลี้ยงนกเลี้ยงแมว ไม่ว่าพระป่าจะอยู่ที่ไหน จะให้อาหารสัตว์เสมอ นี่คือการเมตตา ผู้มีความเมตตาย่อมมีความสุขใจ ความสุขใจก็คือบุญ

ถาม หลวงพ่อลูกก็ยังไม่เข้าใจคำที่กล่าวว่า ถวายทานแก่พระอรหันต์ ๑๐๐ ครั้ง ก็สู้ถวายแก่พระปัจเจกพุทธเจ้าครั้งหนึ่งไม่ได้ ที่ถวายทานแก่พระปัจเจกพุทธเจ้า ๑๐๐ ครั้ง ก็สู้ถวายแก่พระพุทธเจ้าครั้งหนึ่งไม่ได้

ตอบ ความสามารถของท่านแตกต่างกัน พระพุทธเจ้าเปรียบเหมือนจบปริญญาเอก พระปัจเจกจบปริญญาโท พระอรหันต์จบปริญญาตรี นี่ถ้าเรียนกับพระอรหันต์ ก็ได้รับความรู้ระดับปริญญาตรี ถ้าเรียนกับพระปัจเจกก็ได้รับความรู้ระดับปริญญาโท ถ้าเรียนกับพระพุทธเจ้าก็ได้รับความรู้ระดับปริญญาเอก ประโยชน์ที่พระพุทธเจ้าทำ กับพระอรหันต์ทำก็แตกต่างกันมาก

ถาม หมายถึงอนิสงส์ที่ได้รับจะต่างกัน ตัวบุญนะค่ะ

ตอบ หมายถึงประโยชน์ที่ท่านจะทำให้กับโลกและกับตัวเรา

ถาม แล้วทำไมไม่มีคำกล่าวว่า ถวายทานแก่พระอรหันต์ ๑๐๐ ครั้ง สู้ถวายแก่พระปัจเจกพุทธเจ้าครั้งหนึ่งไม่ได้ แสดงว่าผลทานนี้ได้อันಿಸงส์ต่างกันชึคะ

ตอบ คือพระพุทธเจ้ามีความสามารถสอนให้บรรลุธรรมได้เก่งกว่าพระอรหันต์

ถาม หมายถึงประโยชน์ที่คนทำจะได้รับ

ตอบ ได้ความรู้จากพระพุทธเจ้า ทำให้หลุดพ้นง่ายกว่าฟังเทศน์จากพระอรหันต์

ถาม อย่างนี้เราเหวียงเมล็ดข้าวลงไปในพื้นที่คอนกรีต กับเหวียงลงไปหลุม ผลมันก็เท่ากันชึ

ตอบ ไม่เท่า

ถาม ถ้าไม่เท่า แล้วอย่างนี้มันจะเท่ากันได้อย่างไร

ตอบ ก็ไม่เท่า พระพุทธเจ้าทรงมีความสามารถแก้กิเลส แก่ความทุกข์ของเรา มากกว่าพระอรหันต์

ถาม ไม่ หนูกำลังจะเปรียบเทียบที่ท่านบอกว่า ให้ทานกับคนกับให้ทานกับสุนัขมันเท่ากัน หนูรับไม่ได้

ตอบ มันเท่ากันในความเมตตากรุณา แต่ผลประโยชน์ที่จะได้จากสุนัขกับพระอริยะมันต่างกัน เหมือนกันในความเมตตากรุณาที่ออกจากจิตใจเรา เราเมตตาสุนัข เราเมตตาพระอริยะ ก็เป็นความเมตตา เป็นความสุขใจเหมือนกัน

ถาม หมายความว่าเราต้องยกระดับจิต ทำให้เสมอกันตรงนั้น ใช่ไหม

ตอบ ไม่เห็นต้องยกระดับจิตตรงไหนเลย

ถาม คือปุณฺชนทัวไปมีความรู้ลึกว่า ให้กับพระอริยะจะดีกว่าให้กับสัตว์

ตอบ สุนัขหิวข้าว คนหิวข้าว ก็หิวเหมือนกัน สุนัขได้กินข้าว คนได้กินข้าว ก็อิ่มเหมือนกัน ไม่เห็นต้องยกระดับตรงไหนเลย ให้ดูด้วยเหตุผล แต่ประโยชน์ที่สุนัขกับคนทำจะต่างกัน สุนัขทำได้แค่เห่า แต่คนสอนให้เกิดความกระจำจั่งให้เกิดปัญญาขึ้นมาได้ นี่เป็นความต่างระหว่างสุนัขกับคน ประโยชน์ที่สุนัขจะทำให้กับเราก็คือเฝ้าบ้านเห่าไล่ขโมย แต่พระอรหันต์สอนให้เราเป็นพระอรหันต์ เช่นเป็นพระโสดาบันขึ้นมาได้

ถาม ถ้าตามที่ธรรมชาติจัดสรรให้ เราควรจะได้บุญจากใครมากกว่ากัน

ตอบ มันมี ๒ ส่วน บุญที่เกิดจากความเมตตากรุณานี้เท่ากัน เมตตาสัตว์เมตตาคนนี้เท่ากัน แต่บุญที่เกิดจากปัญญาต้องได้จากพระอริยะมากกว่าจากสุนัข เพราะสุนัขไม่มีปัญญาความรู้ที่จะสอนเราได้ แต่พระอริยะมีปัญญาความรู้ที่จะสอนเราได้ ปัญญาเป็นบุญอีกระดับหนึ่ง แต่เราไม่เข้าใจ คิดว่าบุญคือการให้ทานอย่างเดียว แต่ไม่คิดถึงบุญที่เหนือกว่าการให้ทานคือปัญญา เพราะบุญเกิดจาก**ทาน ศีล ภาวนา** เกิดจาก **ศีล สมาธิ ปัญญา** ถ้าถามว่าทำอะไรจะได้บุญสูงสุด ก็**พึงธรรมให้เกิดปัญญา**นี้แหละ จะได้บุญมากที่สุด ถึงให้ทำบุญกับพระพุทธเจ้า เพราะพระพุทธเจ้าเป็นมหาเศรษฐีปัญญา ทำบุญกับพระพุทธเจ้านับ ทานให้ปัญญาเราบ้าง ทานพูดเพียงคำเดียว ก็บรรลุแล้ว กับองค์ลิลิตทรงตรัสเพียงประโยคเดียวว่า **เราหยุดแล้ว เธอต่างหากที่ยังไม่หยุด** ก็บรรลุธรรมแล้ว แต่ถ้าไปเจอพระอรหันต์ ทานอาจจะไม่สามารถแสดงธรรมอย่างที่พระพุทธเจ้าแสดงได้ ก็อาจจะยังไม่หยุดฆ่าคน พระอรหันต์องค์นั้นอาจจะถูกฆ่าตายไปก็ได้ ต่างกันตรงนี้ ต้องแยกแยะ ไม่ใช่ว่าทำกับสุนัขกับทำกับพระอริยะจะได้บุญเท่ากันหมด ไม่ใช่ ส่วนที่เท่ากันก็คือบุญที่เกิดจากความเมตตากรุณาที่เกิดขึ้นในใจเรา แต่บุญเช่นปัญญาที่ผู้รับจะให้เรานั้นมันต่างกัน

ถาม อานิสงส์ผลบุญของการให้ทานนี้ จะทำให้ร่ำรวยมีโภคทรัพย์ในภพชาติต่อไป ถ้าเราทำกับพระปัจเจกพุทธเจ้าและพระพุทธเจ้านี้ จะได้ผลทันตาใช่ไหมคะ

ตอบ อานิสงส์ทางด้านโภคทรัพย์ จะหมายถึงภพหน้าชาติหน้ามากกว่า ส่วนในภพนี้ ชาตินี้อานิสงส์ที่จะได้คือปัญญา ได้ฟังธรรม ได้หลุดพ้น ซึ่งมีค่ายิ่งกว่าเงินทองเท่าภูเขา พวกเรายังไม่หลุดพ้นกัน การได้ปัญญาจึงเป็นบุญที่ดีที่สุด ถ้าถามว่าทำบุญชนิดไหนได้บุญมากที่สุด ก็คือทำบุญให้เกิดปัญญา ก็ต้องไปหาแหล่งของปัญญา แหล่งที่มีปัญญามากที่สุด ดีที่สุด วิเศษที่สุด ก็คือพระพุทธเจ้า รองลงมา ก็คือพระปัจเจก รองลงมาคือพระอรหันต์ รองลงมาคือพระอนาคามี พระสกิทาคามี ลงมาเรื่อยๆ จนถึงพระปุณฺณธรรมดาผู้ทรงศีลทรงธรรม ท่านก็มีปัญญาในระดับของท่าน ระหว่างพระผู้ทรงศีลกับพระไม่ทรงศีลก็ต่างกัน พระผู้ทรงศีลทรงธรรมยังรู้ ยังเข้าใจคำสอนของพระพุทธเจ้า ก็จะไม่พาให้เราหลง ถ้าพระที่ไม่รู้เลย เดียวก็หลอกให้เราไปอาบน้ำมนต์ ไปสักยันต์ตรงนั้นตรงนี้ ถ้าทำบุญกับคนโง่เขาก็พาให้เราโง่ตาม ถ้าทำบุญกับคนฉลาดเขาก็พาให้ฉลาดตาม ทำบุญกับหลวงตามีไหมที่ท่านสอนให้เจิม ให้เอาวัตถุมงคลต่างๆมาห้อยคอ ไปเอาน้ำมนต์จากที่นั่นที่นี้ ไม่มีหรอก ท่านสอนแต่ทานศีลภาวนา สอนให้เกิดปัญญา แต่เราฟังแล้วยังไม่เข้าใจ ก็เลยคิดว่าทำบุญแล้วเมื่อไหร่จะรวยสักที ใ้ นั่นมันเป็นผลพลอยได้ ผลที่ได้ในปัจจุบันคือ จิตใจได้รับการชำระ เวลาให้ท่านก็ได้ชำระความตระหนี่ ความเห็นแก่ตัว ความหวงเหวน ความเสียดาย ความโลภ

ถาม ถ้าเราฆ่าความตระหนี่ในปัจจุบันนี้ได้ ก็เท่ากับว่าบุญได้เกิดขึ้นแล้วในปัจจุบันนี้ใช่ไหมคะ

ตอบ ทำตอนนี้ก็ได้ชนะแล้ว เพราะการให้เป็นการเดินสวนทางกับความตระหนี่ ถ้าความตระหนี่ชนะก็จะไม่ได้ให้ เพราะเสียดาย ไม่ทำดีกว่า ก็อาจจะคิดไปว่า มีคนทำกับหลวงตามากมายแล้ว ได้เงินมากแล้ว ไปทำทำไม คิดอย่างนี้ก็ได้ทำ ความตระหนี่ก็ชนะเราแล้ว แต่เราไม่มองที่ใจเรา ที่หัวใจขาดความสุข เหมือนกับเวลาเราหิวข้าวแล้วเลือกร้านอาหาร ร้านนี้อร่อยแต่คนเยอะต้องรอนานก็ไม่เอา ร้านนี้คนน้อยแต่ไม่อร่อยก็ไม่กิน ก็อดตายพอดี อย่างเราอยากจะไป

ทำบุญกับวัดที่ไม่มีใครไปทำ พอไปเห็นวัดเข้า ไม่น่าศรัทธาเลย ก็ไม่ทำ ส่วนวัดที่
น่าศรัทธา ก็มีคนทำกันเยอะ ก็ไม่ทำอีก

ถาม สรุปลแล้วไม่ได้ทำสักที

ตอบ ไม่ได้ชนะความตระหนี่ แพ้ความหลง แพ้ความตระหนี่ ที่อ้างสารพัดเหตุผล
ไม่ให้ทำบุญทำทาน ให้หวงรักษาเงินไว้ แล้วก็มาเสียใจเวลาถูกขโมยไป ร้องท่ม
ร้องไห้กินไม่ได้นอนไม่หลับ แต่ถ้าเคยให้อยู่เรื่อยๆ ก็จะคิดว่าเป็นการทำบุญทำ
ทาน เป็นการใช้นี้ไป จึงไม่เดือดร้อน

เป้าหมายหลักของศาสนาอยู่ที่การทำจิตใจให้พ้นทุกข์เท่านั้นเอง ปัญหาของพวกเราคือ
ชอบสร้างความทุกข์ที่เกิดจากความหลงกัน หลงยึดติดในวัตถุข้าวของเงินทอง ยึดติดใน
บุคคล ยึดติดในความสุขต่างๆ ทำให้เรามีแต่ความทุกข์ความวุ่นวายไม่รู้จักจบจักสิ้น ที่
ทรงสอนให้เราให้ทานกัน ก็เพื่อเราจะได้ไม่ทุกข์ เมื่อไม่มีสมบัติเราก็สบายใจ ไม่มีเงินก็
ไม่ต้องไปกังวลว่าดอกจะขึ้นหรือจะลง จะเอาเงินไปฝากดีหรือไปซื้อหุ้นดี วุ่นวายกิน
ไม่ได้นอนไม่หลับ คนที่ไม่มีไม่เห็นเขาเดือดร้อนเลย ก็ขอให้ปฏิบัติด้วยนะ ไม่ใช่ฟังอย่าง
เดียว

ถาม อย่างที่ท่านบอกว่าให้กำจัดกิเลสที่หยาบๆ เช่นความโกรธนี่ เวลาออกไปแล้วมัน
เหมือนไม่โกรธ แต่มันก็ยังติดอยู่ในใจ ทำไมถึงเป็นอย่างนี้

ตอบ ยังตัดไม่ขาด ยังไม่ปล่อยวาง

ถาม คือน้องเขารู้สึกว่าไม่โกรธ แต่ก็ยังไม่อยากเจอแบบนั้นอีก

ตอบ ความไม่โกรธนี่ดี แต่ความไม่อยากเจอนี่ไม่ดี ความไม่อยากเจอเป็นสมุทัย ถ้า
ผ่านมาได้แล้วจะไปกลัวทำไม ผ่านมาได้ครั้งหนึ่งแล้วก็ผ่านไปได้อย่างตลอด เวลา
เกิดขึ้นอีกก็ปฏิบัติเหมือนกับที่เคยปฏิบัติ เราก็นิ่งเฉย ไม่สะทกสะท้านไม่

หวั่นไหว ไม่ยินดียินร้าย ก็ไม่มีปัญหาอะไร สิ่งต่างๆในโลกนี้เราห้ามมันไม่ได้ มันจะเกิดมันก็ต้องเกิด ถ้าไม่เกิดมันก็ไม่เกิด

ถาม เลี้ยงได้ไหมเจ้าคะ

ตอบ บางทีก็เลี้ยงได้ บางทีก็เลี้ยงไม่ได้ ถ้าเลี้ยงได้ก็เลี้ยง เลี้ยงไม่ได้ก็ต้องทน

ถาม อย่างกรณีที่คุณเขาทำให้เราโกรธ แต่เราก็ตัดได้ พอเราหนีไป เขากลับโกรธเรา มากยิ่งขึ้น อย่างนี้เราบ่าไปไหมคะ

ตอบ ไม่บ่าไป เป็นกรรมของเขา ที่ไม่รู้จักรงับความโกรธ ถ้าเราไม่ได้ไปทำให้เขาโกรธ เขาโกรธขึ้นมาเองก็ช่วยไม่ได้ อย่างเขาตำเราแล้วเราไม่เดือดร้อน แล้วเขากลับ โมโหใหญ่ เราไม่ได้ทำอะไร เราเป็นเหมือนกับต้นเสานี้ ไปตัดต้นเสาแต่ต้นเสามัน เหยยๆ แล้วเราก็ไปโกรธมัน เป็นความโง่ของใคร

ถาม เราก็ปล่อยเขาไป

ตอบ เป็นกรรมของเขา เป็นความโลภโมโหสันของเขา ที่เขาจะต้องแก้ ถ้าเขาไม่แก้เขาก็ ต้องทุกข์ทรมานไปกับมัน เป็นวิบากกรรมของเขา เราแก้ได้แล้ว เหมือนเรากินยา เราหายจากโรคแล้ว แต่เขาไม่กินจะไปโทษใครล่ะ ไปโทษคนที่กิน คนที่หายแล้ว จะไปโทษกันไม่ได้ อย่างเป็นหวัดด้วยกัน ๒ คนนี้ คนหนึ่งกินยาแล้วหายก่อน อีกคนไม่กินยังไม่หาย คนไม่หายกลับไปโกรธคนที่กินยา แสดงว่าเป็นคนบ้า ไม่มีเหตุไม่มีผล อาจจะเป็นเพราะมีความอิจฉาริษยา มีความเกลียดชัง อยากจะให้ เราทุกข์แต่เราไม่ทุกข์ เขาก็เลยทุกข์ใหญ่ ท่านถึงสอนว่าให้ทุกข์แก่ท่านทุกข์นั้น จะกลับมาหาตน ทำไม่ไปคิดอยากให้เราทุกข์ ทำไม่ไม่คิดอยากให้เราสุขล่ะ คิด ให้เขาสุขแล้วเราก็สุขตามไปด้วย

ถาม ถ้าไม่พอใจหรือไม่ชอบนี้ จะเช็คกลับไปว่าเราชอบหรือไม่ชอบ จริงหรือไม่จริง เหมือนกับจะสอบตัวเอง อย่างนี้เราไม่ควรจะสอบใช้ไหมคะ

ตอบ ถ้าสงสัยก็ควรจะสอบ

ถาม ว่าหลงทางหรือเปล่า

ตอบ มันอาจจะหลอกเรา ใจบอกว่าไม่ชอบ แต่ยังเก็บเอาไว้

ถาม บอกไม่ชอบแต่ก็ยังคงคิดถึงอยู่

ตอบ ถ้าไม่ชอบ ทำไมยังคิดถึงอยู่

ถาม พอดีมีใครมาปรึกษาว่าเวลาเจอหน้าคนนี้ เขาจะไม่ชอบโดยที่ไม่รู้สาเหตุ เพราะอะไรคะ

ตอบ กรรมเก่า พอเจอหน้ากันก็รู้ว่าไม่ถูกชะตากัน

ถาม อยากทราบว่าจะต้องแก้ยังไง

ตอบ ทำใจให้เป็นอุเบกขา เราบังคับเขาไม่ได้ แต่บังคับเราได้ ถ้าเราไม่ชอบเขา ไม่สามารถทำใจให้รักเขาได้ ก็ทำใจเฉยๆไปก่อน แต่ถ้าเขาจะทำอะไรเรา ก็อย่าไปโกรธเขา อย่าไปมีอะไรกับเขา คิดเสียว่าเป็นวิบาก ถ้าทำใจได้ก็ยิ้มให้เขา มีอะไรก็แบ่งให้เขา บางที่มีเหตุการณ์ทำให้เราทำได้ก็มี เช่นต่างคนต่างจะไปใช้โทรศัพท์เครื่องเดียวกัน เราก็ให้เขาใช้ก่อน เป็นการสร้างไมตรีจิต เปลี่ยนจากความไม่ชอบมาเป็นความชอบกัน บางทีมันอาจจะไม่ใช่วิบากก็ได้ อาจจะเป็นเพราะเราไม่ชอบคนขึ้นหน้าแบบนี้ ไม่ชอบคนลักษณะนี้ก็ได้ แต่เมื่อมีโอกาสได้ทำบุญร่วมกัน ได้ช่วยเหลือกันแล้ว ความไม่ชอบกันก็หายไป

ถาม เราต้องมีเมตตาก่อน

ตอบ เสมอเลย ต้องยิ้ม ต้องมีไมตรีจิต ต้องปรารภนาดีเสมอ

ถาม เขาก็พยายามทำ คือพยายามเมตตา แต่ว่าเขาค้นพบว่าในความเมตตาอันนี้มีความรู้สึกกระวนกระวายอยู่ข้างใน มีความรู้สึกไม่ชอบอยู่ลึกๆ มีความไม่สบายใจอยู่ลึกๆ เขาอยากแก้ตรงนี้ค่ะ

ตอบ ต้องพยายามทำไปเรื่อยๆ เป็นการต่อสู้กันระหว่างธรรมกับอธรรม ระหว่างธรรมกับกิเลส กิเลสความเห็นแก่ตัว ความอยากที่จะทำอะไรตามใจตัวเอง กับทำสิ่งที่ถูกต้องแต่ไม่ถูกใจ ต้องพยายามฝึกทำไปเรื่อยๆ เหมือนกับถนัดมือขวา พยายามหัดใช้มือซ้ายก็ยัง เผลอไปใช้มือขวาได้ ต้องมีสติ อย่าไปปฏิเสธ อย่าไปรังเกียจเวลาที่ต่อสู้กัน เชื่อเถายังไม่ถูกทำลายไปหมด ถ้ามีสติรู้ แล้วไม่ไปกังวลกับมัน ก็จะไม่เป็นปัญหา ทำไปเรื่อยๆแล้วจะหมดไปเอง

ถาม ก็แสดงว่าจิตเรายังไม่เข้มแข็งพอ

ตอบ ยังไม่มีธรรมมากพอ กิเลสมันยังมีแรงต่อต้านอยู่ เมื่อธรรมมีแรงมากกว่า ก็จะหนีอกกิเลสได้ พอกิเลสถูกหนีอกแล้ว ก็จะไม่มีความต้าน ถ้าเป็นมวยก็ยังไม่นับ ๑๐ ยังปลัดกันรุกปลัดกันรับอยู่ แต่ถ้าวิ่งไปนับ ๑๐ แล้วก็จบ

กัณฑ์ที่ ๒๗๕

พ่อแม่ครูจารย์

๒๔ ธันวาคม ๒๕๔๗

ไปอยู่กับหลวงตาก็เป็นเหมือนลูกของท่าน ท่านเป็นเหมือนพ่อเป็นเหมือนแม่ของพระ
เถรที่ไปอยู่ศึกษาที่ท่าน พระเถรจึงเรียกท่านว่า**พ่อแม่ครูจารย์** บวชได้ประมาณ ๖
อาทิตย์ที่วัดบวรฯ พอห่มผ้าเป็น สามารเดินทางได้ โดยไม่รู้สึกลำบากใจเกี่ยวกับการ
ห่มผ้าและดูแลรักษาบริวารต่างๆ ก็กราบลาสมเด็จพระเจ้าขออนุญาตไปอยู่กับหลวงตาที่วัดป่า
บ้านตาด สมเด็จพระเจ้าก็พูดว่าท่านอนุญาต แต่หลวงตาจะอนุญาตหรือไม่ก็อยู่ที่หลวงตา จึง
เป็นเหมือนเด็กเกิดใหม่ ยังไม่เดียงสาในการเป็นพระนัก วันแรกที่ไปถึงก็เห็น
สมรรถภาพของตัวเอง จากการเดินบิณฑบาตที่เร็วมากของวัดป่าบ้านตาด เราไม่เคยเดิน
เร็วอย่างนั้น นั่งรถไฟไปตอนเย็น ถึงอุตุระตอนเช้ามีด มีรถของญาติโยมที่อุตุระมารับ
พอมาถึงศาลาวัดก็พอดีได้เวลาออกบิณฑบาต ก็รีบเตรียมบริวารแล้วก็ออกบิณฑบาต
เข้าไปก็เดินตามปกติไปแบบสบายๆ แต่ขากลับพอพ้นบ้านหลังสุดท้ายใส่บาตรเสร็จ พระ
รับบาตรของหลวงตาบ๊อบ ต่างคนต่างโกยแหบกันเลย เราไม่เคยเดินวิ่งแบบนั้น ซึ่งเหมือน
แข่งเดินเร็วในโอลิมปิก มีข้าวเหนียวเต็มบาตรที่หนักมาก ถลกบาตรก็ผูกไม่แน่น เดิน
กลับมาได้ครึ่งทางถลกบาตรก็หลุด จีวรก็จะหลุด ต้องคอยประคองประคองอย่าง
ทุลักทุเล กว่าจะไปถึงศาลาเขาก็เริ่มจัดแจกออาหารกันแล้ว

ถาม ท่านมองไหมคะ

ตอบ ท่านคงมอง แต่ท่านเมตตา ท่านไม่พูดอะไร

ส่วนใหญ่ถ้าเป็นพระมาใหม่ ท่านจะไม่ใช้มาตรการหนัก ท่านจะเฉยๆไปก่อน นอกจาก
แย่งจริงๆก็อาจจะถูกว่าโดยตรง แต่ใหม่ๆท่านจะสังเกตดู ถ้าเห็นว่ามีสติปฏิบัติ
จะช้ากว่าเขา ยังไม่เข้ร่องเข้รอย ท่านก็ไม่พูดอะไร ช่วงนั้นท่านจะรับพระประมาณ ๑๕-

๑๖ รูปเท่านั้นเอง พอท่านอนุญาตให้ได้อยู่ได้ พระเก่าก็มาแสดงความยินดี เพราะท่านจะไม่รับใครง่าย ๆ มีพระหลายรูปด้วยกันที่ท่านไม่ให้อยู่ ในช่วงใกล้เข้าพรรษา ท่านก็จะพูดว่าองค์นี้ไปนะ องค์นี้ได้อยู่ได้นะ แต่สำหรับอาตมาท่านยังกักไว้ว่า ท่านที่มาจากวัดบวรฯ เราได้ตกลงกันว่าได้อยู่ได้ชั่วคราว ตอนไปกราบท่านวันแรกท่านก็บอกว่า อยู่นี้ได้ชั่วคราว กฎก็ไม่วาง แล้วท่านก็ไม่พูดอะไรอีก ตอนนั้นเป็นช่วงต้นเดือนเมษายน ตอนที่ท่านอนุญาตให้ได้อยู่ได้ก็ประมาณเดือนมิถุนายน กำลังประชุมพระ ก่อนเทศน์ท่านก็พูดว่าองค์นี้ไปนะ องค์นี้ได้อยู่ได้นะ ส่วนองค์ที่มาจากวัดบวรฯ เราได้ตกลงกันว่าได้อยู่ได้ชั่วคราว ท่านก็ต้องไป อยู่นี้ไม่ได้ แล้วท่านก็เริ่มเทศน์ไปประมาณสักชั่วโมงกว่า ๆ พอจะเลิกประชุมลุกขึ้นมากราบพระ ท่านก็พูดว่าองค์นั้นจะอยู่ก็อยู่นะ ท่านต้องการให้เห็นคุณค่าของการได้อยู่ จะได้มีความตั้งใจ เพราะเวลาได้อะไรมาง่าย ๆ เราจะไม่เห็นคุณค่าของมัน สิ่งใดที่ได้มาด้วยความยากลำบากเราจะรักษามัน

ก็อยู่มาตลอด ๕ ปีแรกก็ไม่ได้ไปไหนเลย เพราะพระวินัยกำหนดไว้ว่าถ้ายังไม่ได้ ๕ พรรษา ไม่ให้อยู่ปราศจากครูบาอาจารย์ เช่นบวชได้ ๒ พรรษาแล้วจะไปจุดดงค์องค์เดียวก็ยังไปไม่ได้ นอกจากท่านเห็นว่าสมควร ถ้าไปแล้วได้ประโยชน์ แต่ถ้าไปแล้วไม่เกิดประโยชน์ท่านก็ไม่ให้ไป มีพระอยู่รูปหนึ่งอยู่ได้ ๒-๓ พรรษา ก็ขอลาไปจุดดงค์ ลาสองสามครั้งท่านก็ไม่อนุญาต ครั้งสุดท้ายไปลา ท่านก็บอกว่าถ้าไปก็ไม่ต้องกลับมา ท่านจะดูจิตของผู้ปฏิบัติเป็นหลัก อายุพรรษาไม่สำคัญเท่าไร บางที่ได้ ๕ พรรษาแล้ว ถ้าท่านเห็นว่ายังไม่สมควรไป ไปแล้วเสีย ไปแล้วสึก ท่านก็พยายามดึงไว้ อย่างน้อยอยู่ในวัดก็ยังสามารถศึกษาจากครูบาอาจารย์ ที่วัดก็มีความสงบวิเวกดี ถ้าปฏิบัติเป็นแล้วก็ไม่จำเป็นต้องไปที่อื่น แต่ใจไม่ค่อยชอบอยู่กับที่ ไปอยู่ที่ไหนนานๆแล้วก็เกิดความเบื่อหน่าย อยากจะไปสถานที่ใหม่ จิตจะหลอกให้เราคิดว่า ไปที่นั่นดี ไปที่นี่ดี จะได้อย่างนั้นได้อย่างนี้ ความจริงแล้วอยู่กับครูบาอาจารย์นี่ดีที่สุด อยู่กับท่านก็เป็นเหมือนลูกของท่าน ทุกสิ่งทุกอย่างท่านจะดูแลให้หมด ก็สบายดี ไม่ต้องมีภารกิจอย่างอื่น นอกจากตอนเช้าออกไปบิณฑบาต กลับมาฉันเสร็จก็ล้างบาตร ช่วยกันทำความสะอาดศาลา หลังจากนั้นก็กลับกุฏิภาวนาจนถึงช่วงบ่าย ๒ โมง ถ้าอยากจะทำน้ำชากาแฟ ฉันท่าน้ำปานะ ก็มีที่เตรียมไว้ให้ฉัน ฉันเสร็จแล้วก็ช่วยกันปัดกวาด เสร็จแล้วก็ช่วยกันทำความสะอาด เช็นน้ำไป

ใส่ตุ่มตามที่ตั้งต่าง ๆ ตักน้ำจากบ่อใส่ปืนในรถเข็น แล้วก็ขึ้นไปใส่ในห้องน้ำต่าง ๆ ตามกุฏิตามสถานที่ต่าง ๆ เสร็จแล้วก็กลับกุฏิทรงน้ำ แล้วก็ภาวนาต่อ วันที่ท่านจะประชุมอบรมพระ ท่านจะให้พระมาบอกตอนใกล้ๆ พลบค่ำ พอบอกบั้งก็ต้องรีบไปเลย เพราะท่านจะไปรออยู่แล้ว จะปล่อยให้ครูบาอาจารย์นั่งรอก็ไม่สมควรอย่างยิ่ง ไม่ว่าจะทำอะไรอยู่พอพระมาบอกประชุมคำเดียว ก็รีบไปเลย หยิบไฟฉายหยิบผ้าปูนั่งกับจิวรได้ ก็ต้องรีบไปเลย ใครไปถึงก่อนก็ช่วยจัดที่นั่ง จุดธูปจุดเทียน ไม่มีไฟฟ้า เวลาท่านเทศน์ก็มีแค่เทียน ๒ เล่มที่จุดไว้บูชาพระท่านนั่นเอง

ถาม สมัยที่ท่านพระอาจารย์ไปอยู่มีไมโครโฟนใช้หรือเปล่าครับ

ตอบ ไม่มี ก็เหมือนตอนนี้ มีพระเถรประมาณ ๑๐ กว่ารูป ท่านก็นั่งอยู่ตรงนี้ พระเถรก็นั่งอยู่ข้างหน้าท่าน ท่านก็พูดเสียงดังพอได้ยินกัน

ถาม ท่านพระอาจารย์อยู่กุฏิเดี่ยวตลอด ๘-๙ ปีหรือว่ามีย้ายครับ

ตอบ ก็มีย้ายบ้าง

ถาม ท่านอาจารย์ปัญญาได้เคยอบรมสั่งสอนหมู่คณะไหมคะ

ตอบ ท่านปัญญาจะทำหน้าที่แปลให้พระฝรั่งรูปอื่นฟัง หลังจากที่หลวงตาเทศน์เสร็จแล้ว ท่านก็บอกว่า เอาท่านปัญญาอธิบายให้หมู่เพื่อนฟัง สมัยนั้นจะมีพระชาวต่างประเทศอยู่ประมาณสัก ๕-๖ รูป ท่านปัญญาก็จะสรุปให้ฟังประมาณสัก ๑๐ นาที ช่วงนั้นหลวงตาก็จะนั่งฉันน้ำฉันหมากไป พระรูปอื่นก็นั่งสมาธินั่งภาวนาไป รอให้ท่านปัญญาอธิบายให้เสร็จเรียบร้อย พอเสร็จแล้วหลวงตาก็จะคุยต่อแบบสนทนากัน เล่าเรื่องการปฏิบัติของท่าน เรื่องการอยู่กับหลวงปู่มั่น และเรื่องราวต่างๆ เป็นเกร็ดความรู้ พูดคุยประมาณ ๔๕ นาที ก็เลิกประชุมกัน ใช้เวลาทั้งหมดประมาณชั่วโมงครึ่งหรือ ๒ ชั่วโมง หลังจากนั้นต่างคนต่างกลับที่พักไปภาวนาต่อ ไปเดินจงกรมนั่งสมาธิต่อ จนถึงเวลาพักผ่อน พอตื่นขึ้นมาก็ปฏิบัติกันต่อจนถึงเวลาออกไปบิณฑบาต ก็ลงไปศาลาเตรียมจัดอาสนะต่างๆ

ฉุพื้นด้วยกะลามะพร้าว พื้นที่นี่ใช้เทียนไขทา เอาเทียนไขมาต้มกับน้ำมันก๊าด แล้วก็มาทาบนพื้นไม้ เวลาเดินจะมีรอยติดอยู่ จึงต้องฉุพื้นด้วยกะลามะพร้าวทุกเช้าทุกเย็น

ถาม เวลาชั้ดนี้มีเวรไหมครับ

ตอบ ทุกคนต้องช่วยกันทำ ต้องรีบไปให้ทัน ถ้าไปหลังเขาแสดงว่าเอารั้ดเอาเปรี๊ยะบ พอเริ่มฉุก็ฉุกันหมดทุกรูปเลย ฉุเสร็จก็ช่วยกันกวาด กวาดเสร็จก็เตรียมหม่มจี้วออกบิณฑบาต มีอยู่ปีหนึ่งหนาวมากถึง ๖ องศา หนาวจริงๆ ก็ยังต้องออกบิณฑบาตตามปกติ สมัยนั้นถนนยังเป็นลูกรัง ยังไม่ได้ราดยาง เวลาเดินเหยียบก้อนหินเหมือนกับเหยียบก้อนน้ำแข็ง ต้องเดินเท้าเปล่า สุดทรมาณเลย แต่เป็นการฝึกที่ดี

ถาม ท่านอาจารย์เคยท้อไหมคะ เพราะท่านกลับจากอเมริกาเน้มน้สะดวงสบายมากเลย

ตอบ ไม่หอรอก ตอนไปอยู่อเมริกาที่อยู่แบบคนจนอยู่ ไม่ได้ไปอยู่อย่างสบาย ต้องทำงานพร้อมกับเรียนไปด้วย อดข้าวด้วย บางเวลาไม่มีเงินพอกินข้าวได้วันละมื้อเท่านั้นเอง ก็ต้องอด เพราะตอนนั้นงานทำที่อยากทำไม่ได้ งานที่ทำได้จะเป็นงานล้างชาม ก็ไม่ทำยอมอดเอา พออดไปนานๆก็ทนไม่ไหว อากาศมันหนาวเย็น เวลาเรียนหนังสือก็เรียนไม่รู้เรื่อง ในที่สุดก็ยอมล้างชาม

ถาม ช่วงนั้นโยมแม่ท่านออกมาฟังธรรม หรือออกมาไม่ได้แล้ว

ตอบ ตั้งแต่ไปอยู่ก็ไม่เคยเห็นออกมา เห็นแต่หลวงตาเข้าไปเทศน์ในครัวเวลาอบรมสั่งสอนญาติโยม พอตีปีนั้นที่ไปอยู่ มีโยมคนหนึ่งเป็นโรคมะเร็ง ขอไปอยู่เพื่อปฏิบัติจิตเตรียมใจให้พร้อม เพราะหมอบอกว่าอยู่ได้ไม่เกิน ๖ เดือน หลวงตาก็บอกว่าถ้าจะมาเพื่อภาวนาก็มาได้ แต่ถ้ามาแล้วต้องเอาหม้อเอาหุ้กเอายาเอาอะไรต่างๆมาด้วย ก็อย่ามาดีกว่า เขาก็ใจกล้า ไปแบบตัวเปล่าๆ ไปเพื่อภาวนา

จริงๆ ท่านก็เมตตาเทศน์ทุกคืน ท่านไม่เคยเทศน์ทุกคืนมาก่อน ตั้งแต่สร้างวัดป่า บ้านตาดมา ท่านไม่เคยไปเทศน์ทุกคืนในคร้วเลย เป็นครั้งแรกและครั้งเดียวที่ ท่านเทศน์ทุกคืน ยกเว้นคืนที่มีภารกิจอื่น คืนที่ต้องเทศน์สอนพระ ท่านก็ไม่ได้ ไปในคร้ว หรือไปธุระข้างนอก เป็นที่มาของหนังสือ ๒ เล่มคือ **ธรรมชุดเตรียมพร้อมและศาสนายูที่ไหน** ซึ่งจะเน้นไปทางพิจารณาวิปัสสนาเพื่อทำจิต ให้สงบระงับ พิจารณาขั้น ๕ ให้เห็นว่างไม่เที่ยง ไม่มีตัวตน ไม่ใช่เรา ไม่ใช่ของเรา ถ้าไม่พิจารณาความหลงจะทำให้ยึดติด วิธีแก้ความหลงจึงต้องพิจารณาอยู่เรื่อยๆ พอไม่พิจารณา ความหลงก็จะทำให้ไปยึดติด ต้องพิจารณาจนไม่ยึดติด พอไม่ยึดไม่ติดแล้วก็จะสบาย จะเห็นว่าร่างกายของเราเป็นร่างกายของคนอื่นไป เวลาได้ข่าวว่าคนนั้นไม่สบาย คนนี้ต้องผ่าตัด คนนั้นตายไปแล้ว ก็ารู้สึกเฉยๆ ถ้าพิจารณาจนเห็นว่าร่างกายไม่ได้เป็นเราเป็นของเราแล้ว เวลาเป็นอะไรก็รู้สึกเฉยๆ

อยู่ที่การพิจารณา ที่ไม่สามารถพิจารณากันได้เรื่อยๆ เพราะใจไม่มีสมาธิ ถูกกิเลสจุดลากไปเรื่อยๆ ถ้ามีสมาธิกิเลสจะถูกกดไว้ ไม่สามารถจุดลากให้ไปคิดเรื่องต่างๆได้ ส่วนใหญ่กิเลสจะคิดหาโน้�หนานี้ ทำโน้นทำนี้ ไม่คิดพิจารณาไตรลักษณ์ อนิจจังทุกขังอนัตตaley แต่ถ้าได้ทำจิตให้สงบแล้ว กิเลสก็จะถูกกำลังของสมาธิกดเอาไว้ ถึงแม้จะออกจากสมาธิแล้วมันก็จะไม่มีแรงเหมือนเมื่อก่อนนี้ เหมือนกับคนที่ถูกชกน้บ ๘ พอขึ้นขึ้นมา มันก็ยังโงะโงะ ยังไม่มีแรงมากพอ ตอนนั้นก็ป็นโอกาสดีที่จะพิจารณาทางด้านวิปัสสนา พิจารณาร่างกายเป็นเบื้องต้น พิจารณาให้เห็นความแปรปรวนเปลี่ยนแปลง เกิดแก่เจ็บตาย เป็นเพียงธาตุ ๔ ดินน้ำลมไฟ ผ่านมาทางอาหาร มาเป็นอาการ ๓๒ เวลาตายไปก็แยกกลับคืนสู่ดินน้ำลมไฟไป เวลาฟ้งก็เข้าใจ แต่พอไม่พิจารณาความหลงก็กลับมายึดว่าเป็นเราเป็นของเราอีก แต่ถ้าเราสามารถพิจารณาได้ตลอดเวลา ยืนเดินนั่งนอน ในอิริยาบถทั้ง ๔ จนฟ้งอยู่ในใจแล้ว ก็ป็นเหมือนกับาท่องสูตรคุณ ตอนต้นก็ต้องท่องอยู่เรื่อยๆจนจำขึ้นใจ ต่อจากนั้นก็เลิกท่องได้ พอจะคุณอะไร เช่น ๗ คุณ ๗ ได้เท่าไร คำตอบก็จะออกมาทันที ไม่ต้องไปไล่มาตั้งแต่ต้น คำตอบจะมาจากทันที ถ้าพิจารณาจนติด เป็นนิสัยฟ้งอยู่ในใจแล้ว ก็จะมองเห็นทันที เมื่อก่อนนี้มองป็นตัวเราของเรา เดียวนี้มอง

เป็นแค่ธาตุ ๔ ดินน้ำลมไฟ เป็นเหมือนรถยนต์คันหนึ่ง เป็นเหมือนบ้านหลังหนึ่งเท่านั้นเอง แล้วก็รู้ว่าจะปฏิเสธไม่ได้กับการเปลี่ยนแปลง จะแกก็ไปเปลี่ยนแปลงไม่ได้ ไปบังคับไปแก้มันไม่ได้ จะเจ็บไข้ได้ป่วยก็ต้องเป็น รักษาได้ก็รักษาไป หายก็หาย ไม่หายก็ต้องอยู่ร่วมกันไปจนกว่าจะจากกัน จนกว่าร่างกายจะดับจะหยุดทำงาน โรคภัยไข้เจ็บก็หายไปเอง หายอย่างถาวร

ผู้ที่กังวลไม่ใช่ที่ร่างกาย ผู้ที่วุ่นวายก็คือใจ เพราะใจยังหลงอยู่ ยังยึดยังติดอยู่ เพราะไม่ได้พิจารณา ถ้ามองจริงๆ ถะอะวันๆหนึ่งเราพิจารณาเรื่อง เกิดแก่เจ็บตายสักกี่ครั้ง ในเวลา ๒๔ ชั่วโมง เราพิจารณาได้สักชั่วโมงหนึ่งไหม เมื่อไม่พิจารณาก็ปล่อยให้ข้าศึกคือความหลงหลอกเราอยู่ตลอดเวลา ว่าเป็นตัวเราของเรา แต่ถ้าเราต่อสู้กับมันด้วยการพิจารณาอย่างต่อเนื่องจนมีกำลังมากกว่าแล้ว ก็จะกลายเป็นจิตใต้สำนึกไป ที่ฝังอยู่ในใจตลอดเวลา ถึงตอนนั้นก็ไม่ต้องพิจารณาต่อไป เพราะมองที่โรคที่โรคก็จะคิดว่าเป็นธรรมดาๆ เกิดแก่เจ็บตายเป็นธรรมดาๆ ไม่ใช่ตัวเราไม่ใช่ของเรา แล้วความวุ่นวายใจจะมาจากที่ไหน จะไม่มีโอกาสวุ่นวายอีกต่อไป จะรู้สึกเฉยๆ เพราะใจไม่ได้เป็นร่างกาย ใจเป็นเพียงเจ้าของชั่วคราวของร่างกาย ที่เป็นเพียงสมบัติชิ้นหนึ่งเท่านั้นเอง ถ้าหลงก็จะคิดว่าเป็นของเรา พอเวลาต้องจากกันไปก็เศร้าโศกเสียใจ เพราะเสียด้ายอาลัยอาวรณ์ สร้างความทุกข์ขึ้นมาอีกชั้นหนึ่ง แทนที่จะคิดว่าไม่ช้าก็เร็วก็ต้องจากกัน มีใครเอาร่างกายไปได้อะไรตายไป เอาไปได้แค่กรรมหรืออกรรม กรรมก็คือวิปัสสนาปัญญาสมาธิศีลทาน ที่ได้ทำไว้ ที่จะติดเป็นนิสัยไป ทำให้ชอบทำบุญทำทาน ชอบรักษาศีล ชอบนั่งสมาธิ ชอบพิจารณาทางด้านปัญญา ถ้าไม่เสร็จภารกิจในชาตินี้ ก็จะทำต่อไปในภพหน้าชาติ จะทำงานง่ายกว่าคนที่ไม่ได้ทำมา จะทำอะไรก็ง่ายไปหมด นั่งสมาธิก็ง่าย รักษาศีลก็ง่าย ทำบุญทำทานก็ง่าย แต่คนที่ไม่ได้ทำมา พอจะทำจะรู้สึกว่าเป็นเรื่องลำบากยากเย็น ไม่เหมือนเวลาไปเที่ยว เพราะความไม่ถนัด ไม่เคยทำมาก่อน จึงไม่ติดเป็นนิสัย แต่ถ้าเคยทำแล้ว จะติดเป็นนิสัย จะมีความสุขเวลาทำ ไปเที่ยวก็มีความสุขแบบหนึ่ง ทำบุญทำทานรักษาศีลปฏิบัติธรรม ก็เป็นความสุขอีกแบบหนึ่ง เป็นความสุขที่ต่างกัน ความสุขแบบนี้ทำให้จิตใจมีความอิ่มมีความพอ ไม่หิวกระหายกับสิ่งต่างๆ แต่ถ้าไปเที่ยวไปซื้อของฟุ่มเฟือย

ต่างๆ จะทำให้มีความทิวเพิ่มขึ้น ได้เที่ยวแล้วก็อยากจะเที่ยวอีก อยากจะซื้อของมากขึ้น ไปเรื่อยๆ จึงเป็นสิ่งที่ต้องปลูกฝังทำกันไปเรื่อยๆ ทำให้ได้มากเท่าไรยิ่งดี

ชีวิตของมนุษย์เป็นเหมือนบิ๊มน้ำมัน เป็นที่เติมน้ำมันเติมพลัง จิตใจของเราเป็นเหมือนรถยนต์ที่ท่องเที่ยวอยู่ในภavn้อยภavnใหญ่ ถ้าได้เติมน้ำมันก็จะท่องเที่ยวไปได้อย่างสะดวกสบาย มีเสียบียง ถ้าไม่เติมน้ำมันมันจะไปเที่ยวไปเล่นกัน พอขับรถไปกลางทาง น้ำมันหมดก็ต้องเดินไป ก็จะลำบาก ไปไม่ถึงจุดหมายปลายทาง ส่วนใหญ่จะวนอยู่กับเรื่องของกิเลสตัณหา ไม่ได้ไปสู่การหลุดพ้นจากอำนาจของกิเลสตัณหาเลย แต่ถ้าดำเนินตามทีพระพุทธรเจ้าทรงสั่งสอน บำเพ็ญบารมีต่างๆ ทานบารมี ศีลบารมี เนกขัมมบารมี ปัญญาบารมีที่เรากำลังบำเพ็ญกันอยู่นี้ ก็จะทำให้หลุดพ้นจากอำนาจของกิเลสตัณหาไปตามลำดับ **ทานบารมี** วันนี้เราก็มาทำทาน **ศีลบารมี** เราก็รักษา ศีล ๕ ศีล ๘ **เนกขัมมบารมี** เราก็ไม่กินข้าวเย็น ไม่ใช้น้ำหอมเครื่องสำอางต่างๆ ไม่ใส่เสื้อผ้าที่มีสีสันฉูดฉาด ไม่เปิดโทรทัศน์วิทยุเครื่องเสียงต่างๆ ไม่เปิดดูหนังสือต่างๆ ที่ให้ความบันเทิง เปิดแต่หนังสือธรรมะ เปิดเทปธรรมะฟังกัน ไม่นอนบนพูกหนาๆ แต่นอนบนพื้นแข็งๆ เพื่อจะได้ไม่นอนมาก จะได้มีเวลาภาวนามากขึ้น พระปฏิบัตินอนไม่เกิน ๔ ชั่วโมงก็พอแล้ว ร่างกายต้องการเพียงเท่านั้น พักผ่อน ๔ ชั่วโมงก็พอเพียงแล้ว แต่พวกเราต้องให้กิเลสอีก ๔ ชั่วโมงเป็น ๘ ชั่วโมง นอนนานๆก็เลยต้องมีพูกนึ่มๆ จะได้นอนสบาย ถ้านอนบนพื้นแข็งๆก็จะนอนไม่หลับ เพราะร่างกายหลับพอแล้ว นี่คือการออกจาก**กามสุข** เนกขัมมบารมี หาความสุขจากการปฏิบัติธรรม สวดมนต์นั่งสมาธิกำหนดพุทโรฯไปภายในจิตภายในใจ

ขณะที่จิตสงบก็ปล่อยให้สงบไป ไม่ต้องไปทำอะไร เป็นเวลาที่จิตต้องการพักผ่อน เสริมสร้างพลัง สงบได้นานเท่าไรยิ่งดี ถ้าเป็นจิตที่ผาดโผนเวลาสงบแล้วจะไม่นิ่งไม่อยู่เฉยๆ จะออกไปรับรู้เรื่องราวต่างๆ ในเบื้องตันควรดึงกลับมา อย่าตามไป เพราะถ้าตามไปแล้วจะติดใจ จะติดเป็นนิสัย พอหนึ่งที่ไรก็อยากจะไปเที่ยวไปดูสวรรค์นรก ไปสัมผัสกับสิ่งต่างๆ ที่ค่อนข้างจะแปลกและมหัศจรรย์ แต่ไม่เกิดประโยชน์ทางด้านกำจัดกิเลสตัณหา ไม่ช่วยยให้การบำเพ็ญของเราบรรลุถึงเป้าหมายที่แท้จริงคือ**มรรคผลนิพพาน** เป็น

เหมือนการเดินทางมาที่นี้แต่ไปแหวะแหวางแสนแหวะหนองมน ไปซื้อขนมกับข้าวกับปลา ไปเที่ยวอาบน้ำที่บางแสน แล้วก็ไม่ว่าที่นี้เพราะเหนื่อย ก็เหมือนเวลานั่งสมาธิแล้ว ออกไปรับรู้เรื่องราวต่างๆ พอออกจากสมาธิก็ไม่มีกำลังไม่สดชื่น เหมือนกับไม่ได้พักผ่อน ก็จะไม่มีความตั้งใจไปต่อสู้กับกิเลส พอออกจากสมาธิกิเลสก็จะทำงานทันที ไปคิดตามเรื่องของกิเลสค้นหาทันที ไม่มีโอกาสพิจารณาไตรลักษณ์ในขั้น ๕ นั่งสมาธิเท่าไร ก็จะได้แค่ตรงนั้น ได้ไปเที่ยวได้ไปดูนรกดูสวรรค์ ได้ฤทธิ์เดชอะไรต่างๆ ถ้าไม่ระวัง กิเลสก็จะใช้ฤทธิ์เดชเป็นเครื่องมือ เป็นเครื่องมือทำมาหากิน ทาลาภหายศ หาชื่อเสียง เป็นคนทำนายทายทัก กลายเป็นหมอดูไป อาจคิดว่าแค่นี้ก็พอแล้ว ก็เลยไปไม่ถึงเป้าหมายที่ควรถึง อยู่ใกล้อยู่ในเอื้อมมือแล้ว ได้สมาธิแล้ว แต่ต้องดึงไว้ ไม่ปล่อยให้ ออกไปรับรู้เรื่องราวต่างๆ ต้องดึงไว้ให้อยู่กับความสงบ ถ้าใช้พุทโธก็ดึงกลับมาหาพุทโธก็ได้

ถ้าเป็นปัญญาจริตก็เอามาพิจารณาอาการ ๓๒ ของร่างกาย ให้เที่ยวอยู่ในร่างกาย แทนก็ได้ ถ้าอยากจะไปเที่ยวนรกสวรรค์ก็มาเที่ยวกายนครแทน ท่องเที่ยวดูในร่างกาย ตั้งแต่ข้างนอกเข้าไปข้างใน ดูที่ผมที่ขนที่เล็บที่ฟันที่หนังที่เนื้อที่เอ็นที่กระดูก ที่หัวใจที่ตับที่ปอดที่ไตที่ลำไส้ ทั้ง ๓๒ อาการของร่างกาย พิจารณาไปเรื่อยๆ ทั้งอนุโลมและ ปฏิโลม ถ้าอย่างนี้ก็เป็นวิปัสสนาไปในตัว เป็นปัญญาอบรมสมาธิไปในตัวเลย ถ้าพิจารณาอย่างนี้ก็ไม่ต้องนั่งก็ได้ พิจารณาอย่างต่อเนื่อง พิจารณาดูความไม่สวยงามของร่างกาย พิจารณาความเป็นดินน้ำลมไฟของร่างกาย เริ่มตั้งแต่อาหารที่มาจากดินน้ำ ลมไฟ เมื่อเข้ามาในร่างกายก็เปลี่ยนเป็นผมขนเล็บฟันหนังเนื้อเอ็นกระดูก ฯลฯ เมื่อร่างกายตายไปปล่อยทิ้งไว้ก็ค่อยๆ แยกส่วนออกไป น้ำก็ไปส่วนของน้ำ ดินก็ไปส่วนของดิน ลมก็ไปส่วนของลม ไฟก็ไปส่วนของไฟ จนในที่สุดร่างกายที่ว่าเป็นตัวเราของเรา ก็หายไปหมด ไม่มีอะไรหลงเหลืออยู่เลย ถ้ามีสมาธิแบบที่ชอบท่องเที่ยวในเบื้องต้นอย่าเพิ่งปล่อยให้ไปเที่ยว เพราะจะเสียเวลา เหมือนกับนักเรียนที่ไม่ทำการบ้าน แต่ไปอ่านหนังสือการ์ตูน ไปเล่นเกม กลับมาบ้านแทนที่จะรีบทำการบ้านอ่านหนังสือ กลับไปเล่นเกม ดูหนังสือการ์ตูน ดูโทรทัศน์ เวลาสอบก็ไม่ได้ผลดี เพราะไม่ได้ทำหน้าที่ของตนให้ สมบูรณ์นั่นเอง

เป้าหมายของการปฏิบัติก็คือการละอุปาทาน ความยึดมั่นถือมั่นในขั้นนี้ ๕ รูปเวทนา สัญญาสังขารวิญญาณ ว่าเป็นเราเป็นของเรา ความจริงมันเป็นเพียงสภาวะธรรม รูปก็เป็น รูปธรรม มาจากดินน้ำลมไฟ ส่วนเวทนาสัญญาสังขารวิญญาณก็เป็นนามธรรม ออกมาจากจิต เป็นอาการของจิตเป็นเหมือนกับอาการของน้ำ น้ำก็มีฟองมีคลื่น มันก็มาจากน้ำ อาการของจิตก็มีเวทนาสัญญาสังขารวิญญาณ เช่นเวทนามี ๓ อย่าง มีสุขมีทุกข์มีไม่สุขไม่ทุกข์ เป็นอนิจจังเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา เดียวก็สุขเดียวก็ทุกข์ เดียวก็ไม่สุขไม่ทุกข์ มีเหตุมีปัจจัยทำให้เป็นไป บางครั้งก็ควบคุมได้ บางครั้งก็ควบคุมไม่ได้ ถ้าควบคุมไม่ได้ก็ต้องปล่อยไป เช่นอากาศหนาวจัดมีผ้าห่มก็ห่มไป แต่ถ้าเกิดไปหลงอยู่ในป่าไม่มีอะไรห่ม ก็ต้องปล่อยให้หนาวไป ต้องทำใจให้เฉยให้ได้ ถ้านั่งสมาธิเป็นจะช่วยได้มาก เวลานั่งสมาธิจนจิตสงบนิ่งแล้ว จิตจะไม่รับรู้เรื่องความหนาวของร่างกายเลย ตอนหนึ่งใหม่ๆใจจะสั่นปากจะสั่น แต่พอจิตสงบแล้วความหนาวสั่นก็จะหายไป จะนั่งสบาย พระที่ไปธุดงค์ในป่าท่านก็ไม่มีผ้าห่มติดตัวไป มีแค่ผ้า ๓ ผืนเท่านั้นเอง อย่างหลวงปู่มั่น เทียงธุดงค์อยู่ที่เขียงใหม่ คิดดูช่วงนี้อากาศมันเกือบจะถึงศูนย์องศาแล้ว ท่านก็มีแค่จีวรสบงสังฆาฏิเท่านั้นเอง ท่านก็อาศัยผ้าที่ติดตัวไปแล้วก็นั่งสมาธิไป

ในสมัยแรกๆพระจะมีผ้าใช้เพียง ๒ ผืนเท่านั้นเอง มีผ้าสบงคือผ้าห่มและผ้าจีวรคือผ้าห่ม ต่อมาเมื่ออากาศหนาวมากพระก็ไปทูลขออนุญาตพระพุทธเจ้า ขอหาผ้ามาเพิ่ม พระพุทธเจ้าก็ทรงพิจารณาดู ทรงนั่งสมาธิช่วง ๖ โมงเย็นถึง ๔ ทุ่ม ทรงห่มจีวรผืนเดียว พอ ๔ ทุ่มไปแล้วก็รู้สึกว้าจิวรผืนเดียวไม่พอ ก็เอาจีวรอีกผืนหนึ่งมาห่ม พอหลังจากตี ๒ ไปแล้วก็ต้องห่มอีกผืนหนึ่ง เป็น ๓ ผืนถึงจะพอกับการดูแลรักษาร่างกาย จึงทรงอนุญาตให้มีผ้าสังฆาฏิที่เป็นจีวรสองชั้นไว้สำหรับห่มกันหนาว ส่วนจิตที่เข้าไปในสมาธิแล้วจะไม่หนาวเลย แต่คนที่ยังเข้าไม่ได้จะลำบาก จะหนาวสั่นอยู่ตลอดเวลา อีกประการหนึ่งเวลานั่งขัดสมาธิ จะทำให้อุณหภูมิจนในร่างกายสูงขึ้น สังเกตดูเวลานั่งสมาธิในหน้าร้อนเหงื่อจะแตกเลย เวลานั่งจะทำให้ร่างกายร้อนขึ้นอบอุ่นขึ้น พระพุทธเจ้าจึงทรงอนุญาตให้มีผ้าสังฆาฏิ เป็นผ้าจีวร ๒ ชั้น ไว้ใช้เป็นผ้ากันหนาว สมัยนี้เวลาพระทำพิธีก็จะเอาผ้าสังฆาฏิพาดไว้บนบ่า เป็นธรรมเนียมปฏิบัติของพระที่จะต้องรักษาผ้าทั้ง ๓ ผืน

ให้อยู่ใกล้ตัวเสมอ เกิดมีเหตุฉุกเฉินจะต้องไปไหนมาไหนปั๊บ ก็จะได้มีบริหาร
ครบถ้วนอยู่กับตัว ไม่ต้องวิ่งหาผ้า

พระเมื่อก่อนนี่จะเป็นพระรูดงค์กัน จะไม่อยู่กับที่ จะจาริกไปเรื่อยๆ เปลี่ยนที่ไปเรื่อยๆ
เพื่อสร้างความกลัว ไปเจอที่แปลกใหม่แล้วจะรู้สึกกลัว แต่พออยู่ไปนานๆเข้าจะเกิด
ความเคยชิน ความกลัวก็จะหายไป ก็ให้เปลี่ยนที่ใหม่ ไม่ให้ยึดติดกับที่ พอปรับตัวได้ก็
จะสุขมันสบาย ก็จะไม่ปรับตัวเอง แต่ถ้าต้องย้ายที่เรื่อยๆ ก็ต้องปรับตัวไปเรื่อยๆ การ
รู้จักปรับตัวมีประโยชน์มาก เราอยู่ท่ามกลางความเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ ต้องปรับตัวอยู่
เรื่อยๆ เช่นอากาศนี่เราก็ต้องปรับตัว แต่ถ้าปรับไม่ได้ก็จะทุกข์ ไม่ว่าจะอยู่ที่ไหนก็มีการ
เปลี่ยนแปลงไปเรื่อยๆ เปลี่ยนรัฐบาลก็ต้องปรับตัว คนที่เคยเป็นรัฐมนตรีก็ต้องปรับตัว
ปรับใจ คนที่ไม่เคยเป็นรัฐมนตรีก็ต้องปรับตัว ก็ปรับกันไป มีการเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ
ความทุกข์ก็เกิดจากความไม่สามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพความเป็นจริง ยังยึดติดกับ
อดีตอยู่ เคยเป็นรัฐมนตรีก็ยังคงคิดว่าเป็นรัฐมนตรีอยู่ ยังอยากจะให้ปฏิบัติกับตน
เหมือนกับยังเป็นรัฐมนตรีอยู่ เคยรวยก็ยังคงอยากจะทำตัวเป็นคนรวยอยู่ แต่เป็นไม่ได้
เพราะมันผ่านไปแล้ว เป็นอดีตไปแล้ว ต้องปรับตัวให้เข้ากับสภาพปัจจุบันถ้าไม่อยาก
ทุกข์ ต้องหัดปรับให้อยู่ในสภาพที่ต่ำที่สุด ที่เลวที่สุด ที่แย่มากที่สุด ถ้าอยู่ได้แล้ว ต่อไปไม่
ว่าจะอยู่สภาพไหนก็รับได้หมด เป็นเหตุทำให้พระรูดงค์ต้องอยู่แบบลำบากที่สุด เป็นเหตุ
ที่ทำให้วัดป่าบ้านตาดไม่มีไฟฟ้า ไม่มีน้ำประปา เป็นการฝึกให้ปรับใจปรับตัวให้เข้ากับ
สภาพความจริงของชีวิต

คนเราทุกคนจะต้องลงถึงจุดต่ำสุดสักวันหนึ่ง เวลาแก่ก็ต้องถูกทอดทิ้งให้อยู่กับบ้าน
ถึงแม้ลูกจะรักเราขนาดไหน เขาก็ต้องไปทำงานทำการ จะเอาเราไปด้วยได้อย่างไร เราก็
ต้องหัดอยู่กับบ้านให้ได้ หัดอยู่เฉยๆให้ได้ จะมีความสุข อยู่เฉยๆนี่แสนจะสุข ความสุข
สุดยอดก็คือการอยู่เฉยๆนี่แหละ ไม่มีอะไรจะสุขเท่า ไปเที่ยวช้อปปิ้งกับอยู่บ้าน อยู่บ้าน
สบายกว่าตั้งเยอะ พาสปอร์ตก็ไม่ต้องทำ วิชา也不用ขอ เวลาผ่านด่านตรวจคนเข้าเมือง
ก็ต้องถูกจับแก้ผ้าก็มี ก็ยังไปกัน เพราะอยู่บ้านกันไม่ได้ เพราะไม่เคยปรับตัวเองให้อยู่
กับที่ ให้อยู่เฉยๆ ต้องมีรูปเสียงกลิ่นรสโผฏฐัพพะชนิดต่างๆ มาหล่อเลี้ยงจิตใจอยู่

ตลอดเวลา แต่ไม่รู้จักพอเพราะสิ่งเหล่านี้ไม่เคยให้ความอิ่มความพอกับใคร เพราะความพอกอยู่ที่การอยู่หนึ่งเฉยต่างหาก ถ้าอยู่หนึ่งเฉยได้เราก็จะพบกับความพอ จึงต้องอาศัยการปฏิบัติ ต้องทำสมาธิ มีศีลมีทานเป็นเครื่องสนับสนุน แล้วก็เจริญวิปัสสนา พิจารณาว่าทุกสิ่งทุกอย่างเป็นความทุกข์ทั้งนั้น ก็จะไม่อยากได้อะไรไม่อยากทำอะไร อยู่ตัวคนเดียว แส่นจะสบาย เวลาเมื่อไรก็ต้องวิตกกังวลกับสิ่งนั้นสิ่งนี้ มีสามีมีภรรยาก็ต้องทุกข์กับสามีทุกข์กับภรรยา มีใครบ้างที่ไม่ทุกข์กับสามีไม่ทุกข์กับภรรยาไม่ทุกข์กับลูก ที่มาบ่นให้ฟังก็เรื่องของความทุกข์ทั้งนั้น

ถาม ก็แต่งไปแล้วนี่เจ้าคะ

ตอบ ก็ตัดใจซิว่าเขาไม่ใช่ลูกเรา ไม่ใช่สามีเรา เป็นเพียงเพื่อนร่วมเกิดแก่เจ็บตายเท่านั้น อยู่ร่วมกันด้วยความเมตตากรุณา เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ รักกันได้แต่อย่าไปยึดติด อย่าไปอยากให้เขาเป็นตามที่เรต้องการ ก็คนอื่นเขาเป็นอะไรเราไม่เห็นเดือดร้อนเลย พอมาเป็นสามีเป็นลูกเราเท่านั้น ต้องเป็นเรื่องทันที ก็เพียงแต่ทำใจ หัดทำใจ ว่าเป็นเหมือนคนอื่นก็แล้วกัน แต่อยู่ด้วยกันอย่างเพื่อน เพื่อนร่วมหอเพื่อนร่วมบ้าน ช่วยดูแลกัน อยู่คนเดียวอาจจะมีคนอื่นรบกวนเราได้ ก็มีเพื่อนไว้คอยช่วยปกป้องคุ้มครอง ก็มีความสุขได้ เพียงแต่เปลี่ยนทัศนคติของเราเท่านั้นเอง อย่าไปครอบครอง ส่วนใหญ่พอได้อะไรมาแล้วจะเป็นตัวกูของกูขึ้นมาทันที จะต้องทำตามที่เราสั่งที่เราต้องการทันที พอไม่ได้ตั้งใจความรักที่เคยมีก็กลายเป็นความเกลียดชังขึ้นมาทันที เพราะความหลง ไม่มีปัญญา ไม่รู้จักคิดกัน ปล่อยให้ไหลไปตามอารมณ์ความอยาก ที่เป็นตัวร้ายกาจที่สุด ได้อะไรมาก็ไม่เคยพอใจสักที ให้ทำอย่างนี้ก็ไม่พอใจ ทำอย่างนั้นก็ยังไม่พอใจ ถ้าชอบอาหารชนิดนี้ ก็ทำให้กินทุกวันก็เบื่อ ก็ว่าเขาก็กิน เขาก็ตอบว่าเห็นว่าชอบไม่ใช่หรือ ก็เลยทำให้กินทุกวัน ความอยากจะเป็นอย่างนี้ ไม่เคยอยากได้ในสิ่งที่มิ สิ่งที่มีเหมือนกับของตายแล้ว ชอบของเป็นๆ ชอบลุ่น จะได้หรือไม่ได้หนอ มีความสุขตื่นตื่น พอได้มาแล้วก็หมดความอยากแล้ว ก็หาของใหม่อีก

นี่คือค้นหาความอยาก ต้องเห็นโทษของมัน อย่าไปหลงตามมัน ให้ใช้เหตุผลทุกครั้งที่อยากจะได้อะไร ให้พิจารณาว่ามีความจำเป็นไหม ถ้ามีความจำเป็นต่อการดูแลร่างกาย ก็หามา มีความจำเป็นต่อการดูแลจิตใจ ก็ทำไป เช่นต้องนั่งสมาธิ ต้องเดินจงกรม เจริญปัญญา จำเป็นไหม ถ้าจำเป็นต่อจิตใจ ก็ไม่เป็นตัณหา เป็นมรรค เป็นเครื่องดับทุกข์ดับปัญหาต่างๆ ทางร่างกายก็เช่นกัน ถ้าต้องกินอาหาร ก็ต้องมีอาหาร แต่ให้รู้จักประมาณ ไม่น้อยเกินไป ไม่มากเกินไป ให้พอดีกับความต้องการของร่างกาย เสื้อผ้าก็เช่นเดียวกัน ก็ให้พอดีกับความจำเป็น ความต้องการ บ้านกับยารักษาโรคก็เช่นกัน ถ้ามีความจำเป็นก็ต้องมี เพราะหน้าที่ของเราที่แท้จริงก็มีอยู่ ๒ อย่างเท่านั้นคือ ดูแลรักษาร่างกายกับใจของเรา กายก็ต้องดูแลรักษาให้อยู่ได้ ไม่ให้ชำรุดทรุดโทรมก่อนเวลาที่ควร ใจก็ยิ่งต้องรักษาใหญ่ เป็นงานหลัก เป็นงานหนักด้วย เป็นงานที่สำคัญที่สุด เพราะถ้ารักษาใจได้แล้วปัญหาต่างๆจะหมดสิ้นไป เช่นพระพุทธเจ้ากับพระอรหันต์ ที่เป็นพระพุทธเจ้ากับพระอรหันต์ขึ้นมาได้ก็เพราะท่านดูแลรักษาใจ กำจัดความโลภ ความโกรธความหลง ความอยากต่างๆ จนหมดไปจากจิตจากใจ เพราะความโลภความโกรธความหลงความอยากต่างๆนี้แล เป็นต้นเหตุของปัญหาของใจ ที่สร้างความทุกข์สร้างความวุ่นวายใจ กระทบกระชวยใจ เวลาร่างกายเป็นอะไร ก็เกิดจากตัณหา จากความอยากทั้งนั้น เรายังมีชีวิตอยู่เพียงแต่คิดถึงความตายก็ทุกข์แล้ว ก็เกิดจากตัณหาทั้งนั้น ถ้ากำจัดได้แล้ว จะไม่มีปัญหาอีกต่อไป

หน้าที่หลักๆของเราจึงมี ๒ หน้าที่เท่านั้น คือดูแลรักษาร่างกายและใจ จะดูแลรักษาร่างกาย ก็ต้องมีรายได้ ก็ต้องทำงานทำการ แต่อย่าไปทำจนหลงผิดไป หาเงินหาทองร่ำรวยใช้ไป ๑๐ ซาติก็ไม่หมด อย่างนี้ไม่รู้จะหาไปทำไม หามาพอดูแลอัตรภาพร่างกาย แล้วให้มีเวลาได้ทำบุญปฏิบัติธรรม มีเงินทำบุญทำทาน มีเวลาปฏิบัติธรรม จึงต้องมีร่างกายไว้ทำงานทางด้านจิตใจ ไม่มีร่างกายก็ปฏิบัติธรรมไม่ได้ ไปเกิดในอบายก็ทำอะไรไม่ได้ ไปเกิดบนสวรรค์ก็ทำอะไรไม่ได้ เพราะอบายเป็นที่ใช้บาปใช้กรรม สวรรค์ก็เป็นที่รับรางวัลของบุญกุศล มีภพชาติของมนุษย์เท่านั้นที่สามารถทำภารกิจทางด้านจิตใจให้เสร็จสิ้นไปได้ เมื่อได้เกิดเป็น

มนุษย์แล้ว จึงควรทำความเข้าใจให้ถูกต้องว่าเกิดมาทำไม คนส่วนใหญ่ไม่รู้ว่าจะเกิดมาทำไม ถ้าไม่ได้เจอพระพุทธรูปศาสนาจะไม่รู้ ถ้าไม่ได้ยินได้ฟังธรรมะจะไม่รู้ ก็จะไหลไปตามความอยากในลาภยศสรรเสริญสุขกัน แล้วก็ทุกข์วุ่นวายกัน เพราะมีทั้งเจริญและเสื่อม เวลาเจริญก็ดีอกดีใจ เวลาได้งานได้การได้เงินเดือนเพิ่มก็ดีใจ พอถูกปลดออกก็เสียใจ จึงไม่ควรกังวลกับเรื่องตงงาน หทำอะไรทำได้ก็ทำไป ถ้าต้องล้างชามก็ล้างไป เป็นงานที่มีศักดิ์ศรี ดีกว่าไปลักไปขโมย ไปโกหก หลอกลวงผู้อื่น

ถาม ถ้าต้องทำงานที่เราไม่ชอบนี้รู้สึกว่ามันฝืน เกิดความทุกข์ใจขึ้นมา

ตอบ ต้องปรับตัวเพราะไม่มีทางเลือก อย่างไปอยู่วัดป่าบ้านตาดก็ต้องเข็นน้ำ ต้องมัดกวาด ต้องฉุ่พื้น คนอื่นทำ เราก็ต้องทำ อยู่ในสภาพที่บังคับให้ต้องทำเราก็ทำไป ตราบใดที่ไม่ผิดศีลผิดธรรม ไม่เสียหายอะไร ใจรับได้ฝืนได้ ฝืนไปสักพักหนึ่ง ลักระยะหนึ่ง ก็จะเคยชิน ก็กลับชอบขึ้นมาได้

ถาม ความไม่ชอบนี้ก็ในตัวสมุทัย

ตอบ เป็นวิภวตัณหา คือความไม่อยากได้สิ่งนั้นสิ่งนี้ ไม่อยากเป็นสิ่งนั้นสิ่งนี้ ไม่มีใครอยากจะจน ไม่มีใครอยากจะทำลำบาก ไม่มีใครอยากจะทำล้างถ้วยล้างชาม อยากจะนั่งชิวแจ่วเธอทำอย่างนั้นเธอทำอย่างนี้ อยากมีคนใช้ แต่พระท่านสอนไม่ให้มีคนใช้ ให้พึ่งตนเอง พระป่าจะไม่ให้มีใครรับใช้ มีลูกผู้หลักผู้ใหญ่จะมาบวชที่วัดป่าบ้านตาด แล้วจะขอเอาเด็กรับใช้มาด้วย ท่านก็บอกให้เลิกเอา ถ้าจะเอาเด็กรับใช้ ก็ไม่ต้องให้ลูกมา ถ้าจะให้ลูกมากก็ไม่ต้องเอาเด็กรับใช้มา จะเอามาทั้ง ๒ อย่างไม่ได้ ที่มีก็เมื่อก่อนที่จำเป็น ช่วยทำกิจที่พระทำเองไม่ได้ เช่นถางป่าถางหญ้า ตัดต้นไม้ สิ่งไหนที่พระทำไม่ได้ก็ต้องให้ลูกศิษย์ทำให้ เช่นประเคนของ พระประเคนกันเองไม่ได้ ต้องมีฆราวาสคอยประเคนให้ เงินทองจับเองไม่ได้ ต้องมีฆราวาสดูแลรักษาให้ พยายามปรับตัวนะ พยายามฝึก พยายามลด พยายามเผชิญกับความยากลำบากเพิ่มขึ้นไปเรื่อยๆ ขยับอันดับความลำบากเพิ่มขึ้นไป

เรื่อยๆ นั่งให้นานขึ้น ทนความเจ็บปวดให้นานขึ้นไป พยายามทำใจให้หนึ่ง ด้วยการพิจารณาก็ได้ สวดมนต์ก็ได้ บริกรรมพุทฺธชฺรยฺสไปก็ได้ ปล่อยให้เวทนาแสดงอาการของมันไป จะดับก็ให้มันดับของมันไปเอง ถ้าไม่ดับก็ให้ตั้งอยู่อย่างนั้น ปรึบใจให้รับกับสภาพความเป็นจริง

ถาม เวลาเมื่อเวทนา ใจก็จะอยู่กับเวทนา

ตอบ ถึงได้บอกให้กลับมาสวดมนต์ กลับมาบริกรรมพุทฺธชฺรยฺสไป บางที่ต้องไปที่น่ากลัวๆ เวลากลัวก็จะคิดแต่เรื่องที่กลัว ยิ่งคิดก็ยิ่งกลัวใหญ่ ยิ่งทุกข์ใหญ่ ถ้าไม่อยากจะทุกข์ ก็ต้องหาที่พึ่ง ก็จะคิดถึงพุทฺธชฺรยฺสไป คิดถึงพระขึ้นมา บริกรรมแต่พุทฺธชฺรยฺสไป ผากเป็นผากตายไว้กับพุทฺธชฺรยฺสไป เวลากลัวมากๆ ไม่รู้จะหาอะไรพึ่ง ก็กอดกับพุทฺธชฺรยฺสไป พอ กอดไปเดี๋ยวเดียวจิตก็รวมลงสงบลง พอสงบบีบความกลัวก็หายไปหมด เพราะความกลัวมันเกิดจากใจเราไปคิดขึ้นมาเอง ฉะนั้นเวลาเจ็บอย่าไปคิดถึง ความเจ็บ อย่าไปสังจิตหาความเจ็บ เวลากลัวอย่าไปหาความกลัว ให้รับกลับมา หาพุทฺธชฺรยฺสไปอย่างเดียว ความเจ็บความกลัวจะเป็นอย่างไรก็ปล่อยให้มันเป็นไป ถ้า อยู่กับพุทฺธชฺรยฺสไปตลอดเดี๋ยวจิตก็รวมลงได้ แล้วมันก็จะหายไปหมดเลย แล้วจะรู้ว่าเราเียงเอง เราผลิตความกลัวขึ้นมาเอง ผลิตความเจ็บขึ้นมาเอง พวกเรายัง ภาวนาไม่เป็นกัน ถ้าภาวนาเป็นแล้วจะรู้ จิตยังไม่เคยรวมกัน ยังไม่รู้ ถ้ารวมแล้ว จะรู้ว่าปัญหาทั้งหมดอยู่ที่จิตนี้เอง ไม่ได้อยู่ที่ไหน สิ่งต่างๆ เขาก็อยู่อย่างนั้นของเขา เขาไม่มีอะไร เราไปวาดภาพขึ้นมาหลอกตัวเราเอง เวลาตุ๊กแกวิ่งบนหลังคาก็ คิดว่าผีมา

ถาม ท่านอาจารย์ครับ พออยู่วัดใหม่ๆ นี้ อยู่ในกุฏิ แรกๆ อาจจะกลัว พอทานเข้าๆ ความกลัวมันหายไป แต่ก็คิดว่าไม่ได้หายไปหมด พอรู้สึกคุ้นเคยแล้วมันจะชิน แต่พอเปลี่ยนที่ความกลัวมันโผล่ขึ้นมาให้เห็นอีก ความกลัวมันยังไม่หายไปหมด

ตอบ คือที่นั่นเรารู้ว่าไม่มีอะไรน่ากลัวแล้ว แต่ที่ใหม่ที่เรายังไม่รู้ว่าไม่มีอะไรซ่อนอยู่หรือเปล่า ใจก็ปรุงแตงขึ้นมา จินตนาการไปเอง พออยู่ไปสักพักหนึ่งมันก็ไม่มีความอะไรอีก มันอยู่ที่จินตนาการของเรา ต่อไปก็รู้ว่าเราลอกตัวเราเองอยู่ตลอดเวลา สถานที่ที่เราลอกเราไม่ได้ สถานที่ที่เราไม่มีอะไร เป็นดินน้ำมันไฟ เป็นต้นไม้ใบหญ้า ไม่มีอะไร เราลอกตัวเราเองตลอดเวลา สมมุติว่าสิ่งนั้นดีสิ่งนี้ดี แล้วก็ไปแย่งกัน พอได้มาแล้วก็ไม่เอาแล้ว ไปสมมุติอย่างอื่นขึ้นมาอีก แล้วก็ไปแย่งกันใหม่ แพ้ชนะก็เปลี่ยนไปเรื่อยๆ เดียวก็สั้นเดียวก็ยาว เดียวก็สั้นเดียวก็สั้น หลอกกันไปหลอกกันมาอยู่อย่างนี้

ถาม ท่านอาจารย์คะที่ท่านอาจารย์ว่า ถ้าพวกเราเคยปฏิบัติมาก็จะติดตัวมา ถ้าสมมุติว่าเราปฏิบัติแล้ว ชาติหน้าจะปฏิบัติดีขึ้นมาใหม่คะ

ตอบ ก็เหมือนเราเรียนหนังสืออยู่ชั้นนี้ แล้วเปลี่ยนโรงเรียน เราจบ ม.๕ แล้วเราก็ไปต่อ ม.๖ โรงเรียนอาจให้เราสอบดู ทดสอบภูมิปัญญาเราดู แต่ทางด้านจิตใจไม่ต้องทดสอบ เรียนถึงชั้นไหนก็รู้อยู่ในชั้นนั้น รู้อยู่แก่ใจ เคยทำได้แค่ไหนก็จะทำได้แค่นั้น เคยนั่งสมาธิได้กี่นาที นั่งกี่ครั้งก็จะนั่งได้เท่านั้น ไม่ว่าจะเปลี่ยนชาติหน้าหรือชาติหน้า ตายไปแล้วสมมุติมาเกิดใหม่ นั่งสมาธิครั้งต่อไปใหม่ก็จะนั่งได้เท่านั้น จะให้มากขึ้นก็ต้องผลักมันขึ้นไป มันจะไม่ขึ้นโดยอัตโนมัติ ต้องผลักมันขึ้นไป เคยนั่งได้ ๓๐ อยากจะนั่งได้ ๔๐ ก็ต้องฝึกนั่งต่ออีก ๑๐ นาที

ถาม ถ้าเกิดเราไม่ผลักมันขึ้นไป แล้วมันจะหล่นลงมาใหม่ครับ

ตอบ ถ้าไม่นั่งเลยก็ต้องหล่นลงมา บางวันเราไม่ได้นั่ง พอกลับมา นั่งก็ไม่ได้นานเท่าที่เคยนั่ง นั่งไม่ถึง ๓๐ เคยนั่ง ๓๐ นั่งได้แค่ ๒๐ จึงต้องรักษาไว้ สิ่งที่ทำได้ดีต้องรักษาไว้ สิ่งที่ยังทำไม่ได้ก็ต้องพยายามทำให้ได้ ทำให้มากขึ้นไป

ถาม ลูกเขาไม่ชอบมาวัด แสดงว่าไม่ได้ทำมา

ตอบ ถ้าไม่มีเหตุปัจจัยอย่างอื่นมาเกี่ยวข้องก็เป็นอย่างนั้น แต่ถ้าเขามีเหตุมีภารกิจอย่างอื่นที่เขาต้องไปทำ เขาก็ไม่สามารถมาได้ ถ้าเป็นความชอบล้วนๆ ก็หมายความว่าเคยสะสมมา เคยชอบอะไรก็จะชอบอย่างนั้น

ถาม เกี่ยวข้องกับเวลาของแต่ละคน บางคนเข้าวัดตั้งแต่อายุน้อยๆ บางคนก็ไปเข้าตอนอายุมาก เกี่ยวกับเรื่องพวกนี้ไหมครับ

ตอบ เวลานั้นก็มีส่วน เป็นตัวจุดประกาย ถ้ามีเชื้อเก่าอยู่แล้ว พอถูกจุดขึ้น ก็จะเริ่มทำงานต่อ แต่ถ้าไม่มีโอกาส เช่นไม่เคยได้เจอครูบาอาจารย์ ไม่เคยมีใครแนะนำพาไปวัดปฏิบัติ ทั้ๆที่มีอะไรอยู่บ้างแล้ว แต่ไม่ได้รับการปลุกขึ้นมา เหมือนถ่านไฟเก่า ถ้าไม่ได้ถูกจุด ก็จะไม่ลุกขึ้นมา การคบคนจึงมีส่วน ในมงคลสูตร ท่านสอนไว้ในบทแรกเลย **อเสวนา จ พาลานังฯ** ไม่คบคนพาลคนโง่ ให้คบบัณฑิตคนฉลาด บัณฑิตก็คือพระพุทธเจ้า พระอรหันต์ พระอริยเจ้าทั้งหลาย เวลาได้คบกับบัณฑิตแล้วก็จะจุดประกายให้บารมีต่างๆที่เคยทำไว้ฟื้นขึ้นมา ที่ยังไม่มีแรงพอที่จะไปของมันเองได้ ต้องอาศัยผู้อื่นหรือเหตุการณ์มาคอยผลักดันไป แต่ถ้ามีมากแล้ว ก็ไม่ต้องอาศัยบัณฑิต ไม่ต้องอาศัยใคร มันจะไปของมันเอง อย่างพระพุทธเจ้านี้ถึงเวลาท่านก็ไปของท่านเลย อยู่ในวังแสนจะสุขแสนจะสบาย ทุกคนมีแต่มุ่งหน้าไปในวังทั้งนั้น มีใครจะมุ่งออกจากวังไปอยู่ป่าบ้าง ไม่มีหรอก เป็นเพราะบุญบารมีที่ได้ทรงบำเพ็ญมาพลังในตัวของมันเอง มีแรงมากจนไม่มีใครจะยับยั้งเหนี่ยวรั้งไว้ได้ มันก็จะไปของมัน ถ้าบำเพ็ญขนาดนั้นก็มียู่ ๒ ทางเลือกเท่านั้น ถ้าไม่เป็นพระพุทธเจ้าก็เป็นพระอรหันต์ เป็นพระอรหันต์ เพราะได้พบกับธรรมะคำสอน พบครูบาอาจารย์ ก็จะไปอย่างรวดเร็วเลย เราจึงบรรลุช้าเร็วจึงต่างกัน อยู่ที่บุญบารมีที่บำเพ็ญมา ถ้าเรียนอยู่ในระดับไหนก็ต้องมาเรียนต่อในระดับนั้น ถ้าเป็นหลักสูตร ๔ ปี ได้เรียนมาปีหนึ่งแล้ว ก็ต้องมาเรียนต่ออีก ๓ ปีกว่าจะจบ แต่ถ้าเรียนมา ๓ ปีแล้ว ก็เรียนอีกแค่ปีเดียว ถ้าเรียนมา ๓ ปีครึ่งแล้ว ก็เรียนอีก ๖ เดือนก็จบ

เราจึงบรรลุดีได้ช้าเร็วต่างกัน บางคนฟังธรรมเพียงครั้งเดียวก็บรรลุแล้ว เช่น พระอัญญาโกณฑัญญะฟังธรรมครั้งแรก ก็ได้บรรลุเป็นพระโสดาบัน แต่ พระปัญจวัคคีย์อีก ๔ รูปยังไม่บรรลุ เพราะปัญญาบารมีบำเพ็ญมาไม่เท่ากัน แต่ก็ไม่ห่างกันเท่าไร ไล่ๆกัน ตามกันมาติดๆ ห่างกันเพียงไม่กี่ชั่วโมง พอฟังแล้ว เอากลับไปพิจารณาอีกสักครั้ง ๒ ครั้ง ทบทวนในสิ่งที่ได้ยินได้ฟังมาก็จะ บรรลุได้ อาจจะไม่บรรลุในขณะที่ฟัง แต่บรรลุหลังจากที่ได้ฟังแล้วก็ได้ ก็ปรากฏว่า ได้บรรลุเป็นพระอรหันต์พร้อมกันในลำดับต่อมา ไม่นานหลังจากที่ พระพุทธเจ้าทรงแสดงธรรมอีกครั้ง ๒ ครั้ง ก็บรรลุเป็นพระอรหันต์ทั้งหมด เป็น พระอรหันต์ ๕ องค์แรกของพระพุทธศาสนา ตามอย่างพระพุทธเจ้า หลังจากนั้น ก็ทรงไปเทศน์โปรดพวกนักปฏิบัติในลัทธิอื่น ที่ได้ปฏิบัติทานศีลสมาธิมาแล้ว พอทรงแสดงทางด้านปัญญา แสดงทางด้านวิปัสสนาให้ฟังหนเดียว ทั้ง ๕๐๐ รูป ก็บรรลุพร้อมกันเลย เพราะไปติดอยู่ตรงนั้น ติดอยู่ในขั้นปัญญา ยังไม่เห็น **อนัตตา** ที่ไม่มีใครรู้ นอกจากพระพุทธเจ้าเป็นพระองค์แรก ที่ทรงตรัสรู้เห็น อนัตตาท่อนเพื่อน เมื่อรู้แล้วก็มาสอนผู้อื่นต่อ พอผู้อื่นฟังแล้วพิจารณาบ้างก็ เข้าใจ เหมือนกับเห็นงูเป็นปลาไหล แต่ผู้รู้จะรู้ว่าไม่ใช่ปลาไหล ถ้าแยกแยะดู ก็ จะเห็นว่ามึลักษณะต่างกัน เช่นเดียวกันกับพระพุทธเจ้าที่ทรงสอนพวกเราที่เห็น อตตาทัวตน ว่าไม่ใช่ตัวตน เป็นอนัตตา ถ้าเอาไปพิจารณาดู ก็จะเห็นอย่างที่ทรง สอน มันอยู่ที่ภูมิปัญญาของแต่ละคนที่ได้สะสมมา อยู่ที่สมาธิที่ได้บำเพ็ญมา มัน จะสนับสนุนให้การปฏิบัติของเราในปัจจุบัน อย่าไปคิดเวียนข้ามชั้น เวลาย้าย โรงเรียนก็ไปโกหกครูว่าเรียนจบ ป.๔ แต่จบ ป.๒ พอให้เรียน ป.๕ ก็เรียนไม่ ผ่าน

ถาม สมัยก่อนแค่ฟังธรรมก็บรรลุได้เลย แต่สมัยนี้คงยาก

ตอบ น่าจะมีนะ อาตมาเชื่อว่ายังมี ในวงพระปฏิบัตินี้ยังมีอยู่ เพียงแต่ไม่มีการมา ประกาศบอกกันเท่านั้น ไม่อยู่ในวิสัยที่จะประกาศได้ เพราะจะสร้างลัทธิ เลียนแบบ เดียวก็จะประกาศกันวุ่นไปหมดเลย จนไม่รู้ว่าจะจริงหรือหลอก แต่ผู้รู้

ย่อมรู้อยู่แก่ใจ ย่อมมีความพอใจ ผู้อื่นจะรู้ไม่รู้ไม่ได้เป็นเรื่องสำคัญ เวลากินข้าว อิ่มแล้วผู้อื่นจะรู้ว่าเรากินอิ่มหรือไม่ ไม่ใช่เรื่องสำคัญ นอกจากแม่เราเท่านั้นที่ต้องบอกว่าอิ่มแล้ว ไม่อย่างนั้นจะโดนบังคับให้กินอีก แต่ทางด้านจิตใจผู้ปฏิบัติจะรู้เอง เรียกว่า **สันติภูมิก** ไม่มีความจำเป็นต้องไปประกาศบอกใคร

ถาม แต่ผู้ปฏิบัติรู้จักใช้ใหม่คะว่าองค์ไหน

ตอบ ก็ต้องสนทนาระหว่างกัน หรืออยู่ร่วมกัน เห็นจริยวัตรข้อวัตรปฏิบัติต่างๆ แต่จะให้สนิทใจต้องคุยกัน ต้องมีธรรมะระดับเดียวกัน ถ้าอยู่สูงกว่าเรา เราจะไม่รู้ ถ้าอยู่ต่ำกว่า เราจะรู้ เพราะเราเคยผ่านมาแล้ว แต่ธรรมะที่สูงกว่าเรายังไม่ถึง เราเลยไม่รู้ เราเคยขึ้นถึงชั้น ๑๔ เราจะไม่รู้ว่าจะขึ้นถึงชั้น ๑๕ แล้วจะมองเห็นอะไรบ้าง เพราะยิ่งสูงขึ้นไปก็จะมองเห็นไกลขึ้น อยู่ชั้น ๒ จะเห็นได้ระดับหนึ่ง พอขึ้นไปถึงชั้น ๑๐ จะเห็นได้อีกระดับหนึ่ง คนที่อยู่ชั้น ๑๐ จะรู้ชั้น ๑๐ ลงมาถึงชั้น ๑ เพราะเคยผ่านมาแล้ว แต่จะไม่รู้ชั้น ๑๑ ขึ้นไป

ถาม กรุณาทบทวนชนิดหนึ่ง เมื่อคราวก่อนนี้ท่านอาจารย์เมตตาพูดถึงเรื่องของทำบุญนะครับ ที่ว่าผลบุญมี ๒ ส่วน ส่วนหนึ่งท่านบอกว่าคนที่ได้รับจะได้ฟังธรรมในระดับและประสิทธิภาพที่ไม่เท่ากัน อีกส่วนก็คือความเมตตาที่เรามีให้กับใครก็แล้วแต่ นี่จะเสมอกัน แต่ผมมีความรู้สึกเวลาที่ทำบุญกับหลวงตาม้า หรือทำกับท่านอาจารย์นี้ ความปลื้มปีติยินดีในใจมันเกิด ความเย็นน่านในใจมันมี ซึ่งตรงนี้มันแตกต่างกันกับทำกับคนอื่น ตรงนี้มันรู้สึกได้ว่ามันแตกต่างกัน ความปลื้มปีติยินดี

ตอบ อยู่ที่อุปาทานของเรา ถ้าไปทำกับพระอริยะที่เราไม่รู้ว่าท่านเป็น เราก็อาจจะไม่มีความปลื้มปีติก็ได้

ถาม อันนั้นเกิดจากศรัทธาใช้ใหม่ครับ

ตอบ ศรัทธานั้นแหละเป็นอุปาทาน

ถาม เป็นตัวมานะ

ตอบ จะว่าเป็นก็ได้ แต่เป็นธรรมนะ เช่นเชื่อว่าเป็นพระพุทธรเจ้า ใจก็จะน้อมไป ก็จะมีความสุข เกิดจากความปรุ้งแต่งของใจ แต่ถ้าไปเจอกับพระปัจเจกพุทธเจ้าเราก็จะไม่รู้ ก็อาจจะไม่มีความรู้สึกอะไร

ถาม แม้แต่หมาแมวก็อาจจะเป็นพระโพธิสัตว์ก็ได้

ตอบ อาจจะเป็นชาติสุดท้ายก่อนที่จะมาเป็นพระพุทธรเจ้าก็ได้

ถาม ถ้าเราล่วงรู้ตรงนั้น กับหมากับแมวเราอาจจะปลื้มปีติก็ได้

ตอบ การแผ่เมตตาทำนั้น หมายถึงให้เรามีจิตเมตตาต่อเพื่อนสัตว์ร่วมโลกทั้งหลาย ไม่ว่าจะป็นมนุษย์หรือเดียรถยาน ให้ความเมตตาเท่าเทียมกัน ให้นำแก้วนี้กับหมาให้กับคนก็นำแก้วเดียวกัน หมาก็กินได้ คนก็กินได้ ได้ประโยชน์เหมือนกัน ความเมตตาก็เป็นแบบนี้ เป็นสิ่งที่ดีกับจิตใจของเราและของผู้อื่น ความเมตตาทำให้จิตใจเรามีความสุข เวลาโกรธกับเวลาไม่โกรธ อย่างไหนจะดีกว่ากัน เวลาโกรธที่เราขาดความเมตตาแล้ว เวลาดับความโกรธได้ เราก็ได้ความเมตตากลับมา ประโยชน์อยู่ตรงที่ทำให้จิตใจเราเย็นเป็นสุข เพื่อนมนุษย์ที่เกี่ยวข้องก็เย็นเป็นสุขด้วย ดังสุภาษิตที่พูดไว้ว่า **เมตตาคำจุนโลก** ความเมตตาทำให้เราส่งสารผู้อื่น ช่วยเหลือผู้อื่น เวลาตกทุกข์ได้ยาก ได้ช่วยเหลือได้มีความสุขกับเขา ความสุขนั้นก็กลับมาหาเรา ให้สุขแก่ท่านสุขนั้นก็กลับมาหาเรา ให้ทุกข์กับท่านทุกข์นั้นก็กลับมาหาเรา เวลาเราโกรธเราเกลียดใครความทุกข์ก็เกิดขึ้นในใจเราแล้ว มันอยู่ตรงนั้น ไม่ว่าจะให้ความเมตตาแก่ใครมันก็สุขเหมือนกัน

วันนี้อ่านข่าวที่มูลนิธิหมาพิการจัดงานเลี้ยงให้หมา จัดโต๊ะจีน ๑๐ โต๊ะ อยู่ที่นนทบุรีที่หลวงตาดูแลช่วยเหลือสุนัขจรจัดเดือนละแสน แต่เขาบอกว่าค่าใช้จ่ายตกเดือนละสี่แสน เขาก็จัดอาหารให้สุนัขกิน สุนัขเขาก็มีกายมีใจเหมือนเรา เพียงแต่ต้องเสวยวิบากกรรม เขาทำบาปมาในชาติก่อน อย่างพวกเราถ้าทำบาป

กัน ซาติน้ำก็ไปเป็นอย่างเขา ใจเราใจเขาก็เหมือนกัน อยากจะได้รับความสุข
อยากจะได้รับความสะดวกเหมือนกัน ใจไม่ได้เปลี่ยนไปตามร่างกาย ใจกับภพ
ชาติก็เหมือนร่างกายกับเสื้อผ้าที่ใส่ จะแต่งให้เป็นพระเจ้าแผ่นดินก็ได้ เป็น
ขอทานก็ได้ แต่ร่างกายก็ยังเป็นร่างกายอันเดิมอยู่ ใจก็เช่นเดียวกัน ใจเป็นสุข
ไปเป็นสัตว์เดียรฉาน เพราะต้องใช้กรรมที่ทำมา เกิดเป็นมนุษย์ก็ได้ร่างของ
มนุษย์ แต่ก็ยังเป็นใจอันเดิม มีกิเลสโลภโกรธหลง มีความปรารถนาความสุข
ความสะดวกเหมือนกัน เวลาได้รับความสะดวกก็มีความสุข เวลามีคนทักทายยิ้ม
แย้มแจ่มใส เราก็มีความสุขแล้ว

ถาม เวลาแผ่เมตตาให้ ให้แผ่เมตตาให้ตัวเองก่อน ถูกไหมครับ

ตอบ หมายความว่าให้ความสุขกับเราด้วย ให้ความสะดวกกับเราด้วย ก็คือต้องดูแลใจ
ของเรา ไม่ให้ใครธไปทำบาปเป็นต้น

ถาม เกิดมาเป็นสัตว์นี้จะมีโอกาสได้สร้างบุญไหมคะ

ตอบ อาจจะได้บ้าง ถ้ามีสติปัญญา เช่นลิงกับช้างที่อุปัฏฐากดูแลพระพุทธเจ้า ตอนที่
เสด็จไปจำพรรษาอยู่ในป่าตามลำพัง สัตว์บางตัวมีสติปัญญาสูงเท่ากับมนุษย์
หรือสูงกว่ามนุษย์ด้วยซ้ำไป

ถาม เวลาเราทำความดี เราก็นึกถึงครูบาอาจารย์ ท่านจะรับกระแสได้ไหมเจ้าคะ

ตอบ หมายถึงอย่างไร

ถาม หมายถึงว่าเราแสดงมุทิตากับท่านนะคะ คลื่นจิตของท่านจะรับเราได้ตลอดเวลา
ใช่ไหมคะ ถ้าเราทำกับท่าน

ตอบ ต้องถามท่านดู โดยปกติคนเรามองหน้ากันก็รู้กัน เช่นสามีภรรยาที่ส่งกระแสให้
กันอยู่ตลอดเวลา ด้วยกิริยาอาการที่แสดงออก บางวันก็ยิ้มแย้มแจ่มใสต่อกัน ก็
รู้แล้วว่าวันนี้ส่งกระแสดีให้กัน บางวันหน้าบึ้งตึงใส่กันก็รู้แล้วว่าส่งกระแสที่ไม่ดี

กิริยาอาการก็เป็นสื่ออยู่แล้ว อยู่ที่ผู้รับจะมีสติปัญญารับรู้หรือไม่ บางคนก็ไม่ค่อยดูคนอื่น มัวแต่คิดเรื่องของตนเอง คนอื่นจะส่งสัญญาณมาอย่างไรก็ไม่รับรู้เลย คงจะรับได้บ้าง จะมากจะน้อยจะหยาบจะละเอียดต่างกัน คนเราสื่อกันบางที่ไม่ต้องใช้ภาษา ไม่ต้องใช้คำพูด ใช้กิริยาอาการมองหน้ามองตากัน บางที่อยู่ไหนเหตุการณ์ก็รู้ว่าต้องปฏิบัติอย่างไร เพราะเคยได้ฝึกมาแล้ว เหมือนพวกทหารตำรวจ เวลาออกปฏิบัติการณ์จริงๆ เขาไม่มานั่งบอกว่าทำอย่างนี้ๆ เพราะมีแผนอยู่แล้ว ก็ทำกันไปเลย

ถาม คำถามต่อเนื่องนะเจ้าคะ ถ้าหากทุกคนเป็นห่วงพระอาจารย์ ปวดหลังอยากให้ท่านหายนะเจ้าคะ ความปรารถนานะคะ

ตอบ เข้าใจ แต่เรามองกันคนละระดับ ระดับอุปาทานยึดมั่นถือมั่น กับระดับปล่อยวาง มันไม่เหมือนกัน

ถาม ชัดเจน

ตอบ ปรารถนาดีต่อกันได้ เป็นห่วงได้ แต่อย่าบังคับกัน อย่าจุดอย่าลากพาไปหาหมอให้ไปทำอย่างนั้นทำอย่างนี้ เป็นการลวงล้า เป็นการปฏิบัติที่ไม่ดีแล้ว ถ้าไปลวงล้าชีวิตของผู้อื่น โดยที่เขาไม่อนุญาต เสนอได้แต่อย่าไปบังคับกัน บางคนเสนอแล้วต้องไป ถ้าไม่ไปจะโกรธ ผิดใจกัน เลิกคบกันเลยก็มี อุตุสำหมาแล้วไม่ยอมไป ก็เสียใจ คิดว่ารังเกียจความปรารถนาดีความหวังดี แต่แต่ละคนมีวิธีการปฏิบัติกับชีวิตของตนเองต่างกัน เรื่องส่วนตัวควรจะปล่อยให้เป็นเรื่องส่วนตัว ก็ได้ตกลงกันไว้แล้วว่า ถ้าต้องการอะไรจะบอก ถ้าไม่บอกก็ไม่ต้องกังวล ญาติโยมก็ได้ปวารณาตัวแล้ว โดยปกติพระจะขอความช่วยเหลือจากผู้อื่นไม่ได้ ถ้าเขาไม่ปวารณา เช่นจะไปขอสินนี้สิ่งนี้กับคนนั้นคนนี้ไม่ได้ ยกเว้นญาติพี่น้องเท่านั้น แต่ถ้าได้ปวารณาตัวแล้วว่าจะรับใช้จะถวายสิ่งนั้นสิ่งนี้ ถ้าต้องการก็บอกเขาได้

ถาม ถ้าอย่างนั้นคณะขอปวารณาตัวนะคะ ขอไว้ก่อนเลย

ตอบ จะได้สบายใจ ไม่ต้องมาห่วงมากังวล หรือคิดว่าใจจิตใจดำ ความหวังดีบางทีก็เหมือนนิทานที่หลวงตาเล่าให้ฟัง เรื่องลิงโดนกิ่งไม้ทับแล้วก็ร้อง ลิงตัวอื่นมาเห็น เข้าก็สงสาร ก็กระโดดขึ้นไปบนกิ่งไม้ ก็ยิ่งทำให้หนักขึ้น ลิงที่ถูกทับก็ยิ่งเจ็บ ยิ่งร้องดังขึ้น ไม้ตัวอื่นก็ยิ่งตกใจ ก็ยิ่งมารุมดูกันใหญ่ ขึ้นไปกระโดดโลดเต้นบนกิ่งไม้ จนลิงที่ถูกทับตายไป

ถาม ท่านอาจารย์คะ น้องสาวว่าถ้าพวกเรานึกถึงท่านอาจารย์ ท่านอาจารย์จะทราบไหมคะ

ตอบ ไม่ทราบหรอก เพราะไม่ได้คิดถึงใคร อยู่ที่วิสัยของแต่ละคน คนที่มีวิสัยที่จะรับกระแสจิตของผู้อื่นได้ เขาก็อาจจะทราบ ถ้าเปิดเครื่องรับไว้ ถ้าไม่มีพลังจิตทางด้านนี้ก็จะไม่ทราบ เรื่องพลังจิตไม่ได้เป็นทางดับทุกข์ เป็นความสามารถพิเศษเท่านั้นเอง ไม่มีก็ยังไม่เป็นพระอรหันต์ได้ ยังดับกิเลสได้ สิ่งที่ต้องรู้เพื่อเป็นพระอรหันต์ก็คือรู้ **ไตรลักษณ์** **รู้อนิจจังทุกขังอนัตตา** เพื่อกำจัดกิเลสอาสวะให้หมดสิ้นไปจากจิตจากใจ คนมีฤทธิ์ที่ไม่ได้เป็นพระอรหันต์ก็มี เช่นพระเทวทัต ท่านก็มีฤทธิ์เดช แต่ไม่ไปทางวิปัสสนา ไม่เจริญปัญญา กลับไปหลงติดอยู่กับฤทธิ์ ใช้ฤทธิ์เป็นบันไดก้าวสู่ความยิ่งใหญ่ ขอสืบทอดอำนาจจากพระพุทธเจ้า เพราะคิดว่าตนมีฤทธิ์มีเดช แต่พระพุทธเจ้าทรงเห็นฤทธิ์เดชไม่ใช่เรื่องสำคัญ ในการปกครองผู้อื่นหรือตนเอง ให้อยู่ในความสงบ ให้หลุดพ้นจากความทุกข์ ต้องมีปัญญา ต่อให้เหาะเหินเดินอากาศได้ อ่านจิตอ่านใจของผู้อื่นได้ ระลึกชาติได้ แต่ถ้าไม่มีปัญญากำจัดความโลภความโกรธความหลง ก็เป็นพระอรหันต์ไม่ได้ อย่างหลงประเด็น พวกฤทธิ์เดชนี้อยู่ในขั้นสมมติ มีมาก่อนที่พระพุทธเจ้าจะตรัสรู้

ถาม พวกนี้เรียกว่าโยคีใช่ไหมเจ้าคะ

ตอบ พวกโยคีฤษีชีไพรมีวิชาต่างๆ แต่ยังคงเป็นเครื่องมือของกิเลสอยู่ กิเลสเอามาใช้เป็นวิชามาร เพื่อให้ได้มาตามความโลภความอยากความโกรธของตน ถ้าโกรธก็ใช้ฤทธิ์เดชไปทำร้ายผู้อื่น ฤทธิ์เดชสมัยนี้ก็คือพวกอาวูตต่างๆ เป็นฤทธิ์เดช

เหมือนกัน แต่ไม่ได้ออกมาจากใจโดยตรง เป็นเครื่องไม้เครื่องมือที่เจผลิตขึ้นมา
เอามาชนกันทั้งนั้น ถ้าเป็นผู้ที่มีธรรมก็จะไม่เอามาใช้ชนหาผู้อื่น แต่เอามา
ปรามเอามาป้องกัน ไม่เอามาทำร้ายผู้อื่น จึงอย่าไปยึดกับเรื่องฤทธิ์เดช คิดว่า
มันเป็นของแถม เวลาไปจ่ายกับข้าวก็อย่าไปเอาแต่ของแถมจนลืมหัวกับข้าวกลับ
บ้าน ไปซื้อข้าวกับข้าวกับปลาแล้วได้ของแถมด้วย ก็เอามาได้ ไม่เป็นไร แต่อย่า
ทิ้งกับข้าวกับปลาก็แล้วกัน เอาแต่ของแถมอย่างเดียว เดียวก็อดตาย ถ้าไม่เจริญ
ปัญญา ไม่พิจารณาไตรลักษณ์ ก็จะไม่หลุดพ้นจากความทุกข์ จะพิจารณาได้
อย่างต่อเนื่องก็ต้องมีจิตที่สงบ มีสมาธิ ตั้งมั่นไม่วอกแวก ไม่ลอยไปตามอารมณ์
ต่างๆ

สมาธิและปัญญาจึงมีความจำเป็น ต้องเจริญสลับกันไป เหมือนการเดินทางที่ต้องใช้
ทั้ง ๒ เท้า เท้าซ้ายและเท้าขวา สลับกันไป สมาธิและปัญญาก็เช่นเดียวกัน ทำจิต
ให้สงบแล้ว พอถอนออกมาก็เจริญปัญญาต่อ พิจารณาจนจิตเหนื่อยหรือฟุ้งก็
หยุด กลับมาทำสมาธิต่อ ออกจากสมาธิก็เจริญปัญญาต่อ สมาธิและปัญญาจะ
สนับสนุนกันถ้าใช้เท้าเดียวเดินจะเดินเร็วกว่าคนใช้ ๒ เท้าหรือไม่ ถ้ามี ๒ เท้าแต่
ใช้เท้าเดียว ก็ต้องเขย่งไปกระโดดไปที่ละก้าว ก็จะไม่ถึงไหน ถ้าใช้ ๒ เท้าเดิน
ก็จะไปเร็ว สมาธิสนับสนุนปัญญา ปัญญาทำให้จิตมีความหนักแน่น มีความ
สงบมั่นคงมากยิ่งขึ้น เพราะความไม่สงบวอกแวกหวั่นไหวของจิต ก็เกิดจาก
ความหลงความเห็นผิดเป็นชอบ ความเห็นว่าเป็นตัวตน พอมีตัวมีตนแล้วก็เกิด
ความหวั่นไหวว่าจะเกิดอะไรกับตน ถ้าไม่มีตัวไม่มีตนก็จะไม่หวั่นไหว

จะเห็นไม่มีตัวตนได้ก็ต้องพิจารณาแยกแยะอยู่เรื่อยๆ เพราะตัวตนจะไปรวมอยู่
ในร่างกาย ในอาการ ๓๒ จึงต้องแยกมันออกมา ทำลายมัน ให้มันแยกออกมา
เป็นชิ้นส่วน เหมือนกับรถยนต์ แยกออกมาเป็นส่วนๆ จะเห็นว่าไม่ได้เป็น
รถยนต์ เป็นเพียงชิ้นส่วนต่างๆ มีล้อมีเครื่องยนต์มีเบาะมีที่นั่งมีกระจก ฯลฯ
ไม่ได้เป็นตัวเป็นตน พอมารวมกันก็เห็นรูปเป็นร่างขึ้นมา แล้วก็ไปยึดไปติดว่า
เป็นตัวเป็นตน จะทำให้ได้ผลก็ต้องมีเวลามาก เป็นฆราวาสญาติโยมก็ทำได้ถ้าไม่

มีธุระไม่มีภารกิจ เช่นเป็นแม่บ้านอยู่กับบ้านทั้งวัน ไม่ต้องออกไปทำงานทำการ ทำงานบ้านก็เป็นเหมือนเป็นพระนี่ ล้างถ้วยล้างชามก็พุทโธๆไป พิจารณาไป หุงข้าวก็พิจารณาไป ถ้าทำกิจตามลำพังคนเดียวไม่เกี่ยวข้องกับผู้อื่น ก็จะสามารถทำกิจภายในได้ แต่ถ้าต้องไปคุยไปสนทนาไปปรึกษาหารือกับผู้อื่น ก็จะทำไม่ได้ เวลาพระธุดงค์พระป่าทำกิจจะไม่คุยกัน ลองสังเกตดู มีหน้าที่อะไรก็ทำไป ภายนอกก็ทำไป ภายในก็ภาวนาไป โดยที่เราไม่รู้ที่กำลังภาวนาอยู่ กำลังพิจารณาอยู่ ถ้าเป็นอาหารก็พิจารณาให้เห็นว่าเป็นปฏิกูล อาหารในบาตรเวลาเข้าไปในท้องแล้วเป็นอย่างไร เวลามันออกมาแล้วเป็นอย่างไร พอพิจารณาอย่างนั้น ความยินดีในอาหารก็จะหายไป

ถาม ท่านอาจารย์คะน้องเขาฝากถามว่า ถ้าเขามีความทุกข์แล้วเขาคิดถึงท่านอาจารย์ ท่านอาจารย์จะทราบไหม

ตอบ คงไม่ทราบหรอก แต่อาจารย์องค์อื่นอาจทราบก็ได้ อยู่ที่พลังจิตของแต่ละท่าน ที่ไม่เหมือนกัน เป็นความสามารถเฉพาะตน พระอริยะบุคคลแต่ละองค์ มีความสามารถเฉพาะตนไม่เหมือนกัน อย่างที่พระพุทธเจ้าทรงยกย่องพระโมคคัลลานะ ว่าเก่งทางด้านฤทธิ์ พระสารีบุตรเก่งทางด้านปัญญา พระสีวลีเก่งทางด้านทานบารมี ไปไหนจะมีอานิสงส์ของทานบารมีของปรากฏอยู่เสมอ มีคนชอบทำบุญถวายทานกับท่านมาก พระอานนท์ท่านก็เก่งทางด้านความจำ เป็นผู้ใฝ่รู้เทศน์ของพระพุทธเจ้าทุกกัณฑ์จำได้หมด ถ้าพระอานนท์ไม่ได้ไปฟังด้วย ก็ยังบังคับให้พระพุทธเจ้า กลับมาเทศน์ให้ท่านฟัง เป็นเงื่อนไขข้อหนึ่ง ที่พระอานนท์ตั้งไว้สำหรับการรับหน้าที่เป็นพระอุปัฏฐาก แต่ละองค์แต่ละท่านจึงมีความสามารถไม่เหมือนกัน

อย่างในสมัยปัจจุบันนี้เท่าที่ทราบกัน หลวงปู่มั่นก็ติดต่อเทวดาได้ มีเทพมาฟังเทศน์ฟังธรรม อ่านจิตใจได้ ตอนที่ท่านอยู่บนถ้ำแล้วมีหลวงตาอยู่ที่ตีนเขา เวลาท่านส่งจิตไปหาหลวงตาองค์นั้น ก็เห็นท่านคิดถึงแต่บ้าน คิดถึงแต่ลูก คิดถึงแต่ภรรยา พอตอนเช้าหลวงปู่มั่นท่านก็ทักหน่อยหนึ่ง หลวงตาองค์นั้นก็อายมากจน

ต้องย้ายหนีไปเลย ความสามารถเฉพาะตนเองแต่ละองค์ไม่เหมือนกัน ของหลวงตา
เรานี้ไม่ทราบว่ามี การพูดกล่าวกันอย่างไรบ้าง เรื่องที่เด่นชัดก็คือการแสดงธรรม
เทศนา ส่วนเรื่องอ่านใจคนก็มีคนกล่าวถึงเหมือนกัน ว่าบางทีเขาคิดอะไรอยู่ใน
ใจ พอไปพบท่านแต่ยังไม่ทันได้กราบถามท่าน ท่านก็จะตอบก่อน มีคำถามอยู่ใน
ใจไม่ทันได้ถามท่าน ท่านก็จะตอบเลย จะเป็นความบังเอิญหรือไม่ก็ไม่รู้
เหมือนกัน เรื่องเหล่านี้ไม่ควรถือเป็นประเด็นสำคัญ อย่าไปหลงติดเพราะจะ
เสียเวลา เวลาที่มีทุกข์อย่าไปคิดถึงอาจารย์ ให้พิจารณาว่าทุกข์ของเราเกิดจาก
อะไร เกิดจากสมุทัยความอยาก เราต้องอยากอะไรสักอย่างหนึ่ง เมื่อไม่ได้สม
ความอยาก ก็ทุกข์ขึ้นมา ถ้าตัดความอยากได้ความทุกข์ก็จะดับไป อย่างนี้จะ
เป็นประโยชน์มากกว่า

ถาม ผมได้ยินมาว่าพระอานนท์ตรัสรู้ในคืน ที่ท่านเร่งความเพียรอย่างมากเกินไป
ในขณะที่ท่านจะล้มตัวลงนอน ท่านก็ตรัสรู้เพราะท่านผ่อนคลายตัวเองลง แต่
ของพระพุทธเจ้าที่ตั้งใจว่าจะไม่ลุกขึ้นจากการภาวนาจนกว่าจะตรัสรู้ ดูเหมือนมี
ความเพียรเหมือนกัน แต่ทำไมถึงต่างกันล่ะครับ

ตอบ อริยาบถต่างกัน แต่ความเพียรในจิตใจเหมือนกัน ต่อสู้กับกิเลสตัณหาในทำนอง
สมาธิก็ได้ หรือในอริยาบถยืนหรือเดินหรือนอนก็ตัดกิเลสได้เหมือนกัน ภาวะจิต
ของแต่ละคนไม่เหมือนกัน ของพระพุทธเจ้าต้องนั่งถึงจะตัดได้ ของพระอานนท์
นี่ท่านไปยึดไปติดกับคำพยากรณ์ของพระพุทธเจ้า จิตเลยไม่ปล่อยวาง มัวแต่
กังวลว่าเมื่อไหร่จะบรรลุเสียที เพราะพระพุทธเจ้าได้ทรงพยากรณ์ว่าจะต้องบรรลุ
วันนี้แน่นอน ความเพียรก็เร่งเต็มที่แล้ว พิจารณาทุกอย่างหมดแล้ว แต่ก็ยังไม่
บรรลุ ก็เลยเกิดความวิตกกังวลขึ้นมา ยิ่งเวลาใกล้เข้ามาเท่าไร ก็ยิ่งวิตกกังวล
ใหญ่ จิตก็เลยสร้างกิเลสขึ้นมาแทนที่จะสร้างธรรมะขึ้นมา การจะหลุดพ้นได้จิต
ต้องปล่อยวางทุกอย่างแม้แต่คำพยากรณ์ พอเห็นว่าใกล้สว่างแล้วก็คิดว่าหมด
หวังแล้ว ครั้งนี้คงเป็นครั้งแรกที่พระพุทธเจ้าทรงพยากรณ์ผิดพลาด ก็เลยจะไป

พัก ขณะที่กำลังจะพัก ระหว่างทำนึ่งกับทำนอน จิตไม่ได้คิดอะไร ปล่อยวางคำ
พยากรณ์ ปล่อยวางทุกสิ่งทุกอย่าง จิตก็หลุดเลย

ต้องปฏิบัติถึงจะรู้ เวลาหลุดมันหลุดอย่างไร บางองค์ก็หลุดแบบง่าย ๆ มีอยู่องค์
หนึ่งบรรลุ ๔ ชั้นในเวลาปลงผม พอมีตโกนลงศีรษะครั้งแรกก็บรรลุเป็นพระ
โสดาบัน พอครั้งที่ ๒ ก็เป็นพระสกิทาคามี ครั้งที่ ๓ ก็เป็นพระอนาคามี ครั่ง
ที่ ๔ ก็บรรลุเป็นพระอรหันต์ ปัญญาขยับไปเรื่อยๆ หมุนของมันไปเรื่อยๆ
เหมือนกับไฟที่มีเชื้อ พอไฟติดแล้วก็ไหม้ของมันไป การบรรลุไม่อยู่ที่อิริยาบถ
แต่อยู่ที่สภาพจิตที่พร้อมจะบรรลุในขณะนั้นหรือไม่ มีอยู่รูปหนึ่งมีปัญหา จะไป
กราบทูลถามพระพุทธเจ้า พอเดินไปถึงกุฏิฝนก็ตก ยังไม่ได้ขึ้นไปบนกุฏิ ก็ยืนรอ
อยู่ที่ชายคา เห็นน้ำฝนที่ไหลลงมาจากชายคา ลงมาในน้ำที่อยู่บนดิน เกิดเป็น
ฟองน้ำแล้วก็ดับไป เกิดแล้วก็ดับไป พิจารณาฟองน้ำแล้วก็บรรลุเลย เลยไม่ต้อง
ขึ้นไปกราบทูลถามพระพุทธเจ้า เพราะรู้คำตอบแล้ว การบรรลุนั้นจึงไม่จำเป็น
ว่า จะต้องอยู่ในท่าหนึ่งขัดสมาธิเสมอไป อยู่ในอิริยาบถใดก็ได้ ถ้าจิตอยู่ในภาวะที่
พร้อมก็บรรลุได้

มีพระอีกรูปหนึ่งท่านติดในด้านความสวยงาม พระพุทธเจ้าก็ให้ไปดูซากศพของ
โสเภณีที่มีชื่อเสียงคนหนึ่ง เป็นโสเภณีที่มีความสวยงามมาก พอดีเธอตายไป ก็
ให้ไปพิจารณาดูซากศพของเธอ พอพิจารณาแล้วก็หลุด เพราะจิตแต่ละดวงไปติด
อยู่กับจุดใดจุดหนึ่งที่ไม่เหมือนกัน อย่างพระอนันท์ไปติดอยู่กับคำพยากรณ์
ของพระพุทธเจ้าว่าจะบรรลุ แต่ไม่ได้หมายความว่าท่านไม่ได้บำเพ็ญเพียร
ธรรมชั้นอื่นๆก็ได้บำเพ็ญมาหมดแล้ว แต่มาติดที่ปมสุดท้ายนี้ ติดที่คำพยากรณ์
นี้ ติดที่ความอยากจะบรรลุ ซึ่งเป็นสมุทัย ความอยากเป็นพระอรหันต์ในตอนนั้น
จึงเป็นอุปสรรค เมื่อก่อนเป็นตัวผลักดันให้ปฏิบัติ พอมาถึงจุดนี้แม้แต่ความ
อยากไปพระนิพพานก็ต้องตัดไป เพราะเป็นสมมุติ จะรู้อยู่กับใจ ผู้ปฏิบัติจะรู้ว่า
อะไรยังคาใจอยู่ เหมือนก้างติดคอ คนอื่นไม่รู้ เรารู้และเราต้องเอามันออกเอง

ขอให้ปฏิบัติไปเถิดแล้วจะรู้เห็นเอง ไม่มีอะไรมาปิด มาปิดกั้นการปฏิบัติได้ แต่ถ้าไม่ปฏิบัติแล้ว ต่อให้ฟังไปจนวันตายก็จะไม่เห็นไม่รู้ ฟังแล้วเข้าใจถึงดับ ความสงสัยได้ แต่ไม่แก้ปัญหของเราได้ ขอให้เห็นความสำคัญของการศึกษา และการปฏิบัติ นี้ว่าเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุดในชีวิตของเรา ควรจะอุทิศชีวิตเพื่อ การศึกษาและการปฏิบัติ โดยการทำหน้าที่อย่างอื่น เพื่อสนับสนุนให้เราได้มาทำ หน้าที่นี้ จะทำมาหากิน ทำอะไรต่างๆ ดูแลพ่อแม่ ทำบุญทำทาน ก็ขอให้คิดว่า เป็นการสนับสนุนให้เราได้ศึกษาได้ปฏิบัติ เพราะเนื้อหาสาระที่แท้จริงของชีวิตเรา อยู่ตรงนี้ อยู่ที่การศึกษาและการปฏิบัติเพื่อความหลุดพ้นจากความทุกข์ ไม่มี ใครอยากจะเจ็บไข้ได้ป่วย เวลาไม่สบายก็วิงวอนห่มอกันทุกคนเลย ไม่มีใคร อยากจะไม่สบาย อยากจะหายกันทั้งนั้น แล้วทำไมไม่อยากจะพ้นทุกข์กันบ้าง ทั้งๆที่ทุกข์กันตลอดเวลา เพราะอำนาจของกิเลสมันแรงมาก ทำให้เราหลง ให้รัก ความทุกข์ ให้เห็นผิดเป็นชอบ เห็นทุกข์เป็นสุข เราจึงกอดความทุกข์กัน รัก ความทุกข์กันอยู่ตลอดเวลาโดยไม่รู้ตัว

อุปาทานต่างๆเป็นตัวที่ทำให้เราทุกข์ ไฉนนั้นก็เสียดาย ไฉนนั้นก็เสียดาย ไฉนนั้นก็ อยากได้ ไฉนก็อยากได้ ล้วนแต่เป็นความทุกข์ทั้งนั้นเลย แต่มองไม่เห็นกัน ลอง ตัดทิ้งไปให้หมดเลย อยู่แบบไม่มีดู เอาเท่าที่มีอยู่แล้วก็พอ จะมีความภูมิใจ ผู้อื่นทำได้ ครูบาอาจารย์ที่เรากราบไหว้ท่านก็ทำได้ แล้วทำไมเราจะทำไม่ได้ ก็ เพราะเรารู้กิเลสไม่ได้ เราชอบฟังแต่พอถึงเวลาปฏิบัติเราไม่ปฏิบัติกัน เหมือน เขียวร่นักมวยให้ชกซ้ายชกขวา พอให้เราขึ้นไปชกบนเวที เราก็ไม่เอา เพราะกลัว ลำบาก ขาดโน้นขาดนี้หน่อยก็ลำบากแล้ว ค่อยๆตัดก็ได้ ค่อยๆลด สิ่งไหนไม่ จำเป็นก็ค่อยๆตัดไป ไม่อย่างนั้นก็จะไม่ก้าวหน้าสักที สิ่งที่ดีได้ก็ตัด สิ่งที่ทำได้ ก็ทำ ต้องทำทั้ง ๒ อย่าง ต้องลดต้องละ ต้องเสริมสร้างสิ่งที่ยังไม่มี ทานศีล ภาวนามีน้อย ก็ต้องเสริมสร้างให้มีมากขึ้น สมบัติข้าวของเงินทองสิ่งที่ไม่จำเป็น ต่างๆเรามีมาก ก็พยายามตัดทิ้งไป บริจาคไป แล้วเราจะพัฒนาก้าวหน้าไปเรื่อยๆ

เป็นอย่างไรหายดีแล้วหรือ เมื่อได้ต่อชีวิตมาแล้วก็ควรเอามาปฏิบัติธรรม มาทำบุญ อย่าไปเที่ยว เที่ยวพอแล้ว เที่ยวก็ครั้งก็เหมือนกัน ผู้ปฏิบัติธรรมไม่ได้ปฏิบัติได้มากเท่าไรก็ยิ่งดีมากขึ้นไปเท่านั้น จะมีความสุขมากขึ้นไปเรื่อยๆ ความทุกข์จะน้อยลงไปเรื่อยๆ

ถาม ตอนเข้าห้องผ่าตัดไปก็รู้สึกว่าจะตึงตึงจะจ๋าอะ ก็ภาวนาไป แต่ทำไมความดันขึ้นตั้งเยอะ ก็ภาวนาไปไม่รู้รู้สึกกลัว แต่หมอบอกว่าความดันขึ้น หมอถามว่ากลัวหรือ

ตอบ ก็อาจจะมีส่วนเหตุอื่นก็ได้ ถ้าเราไม่รู้รู้สึกกลัว ร่างกายมีอะไรหลายอย่างที่เรารู้ มันจะขึ้นก็ให้มันขึ้นไป ขอให้จิตใจเราสงบก็แล้วกัน จะขึ้นจะลงก็เป็นเรื่องของเขา ขอให้จิตใจเราดี จิตใจเราสงบ ให้นิ่ง ให้อ่อนโยน นั้นแหละเป็นเป้าหมายของเรา

ถาม ที่บ้านเขามีพระอยู่ที่องค์คะ

ตอบ ตอนนี้มีอยู่ ๓ รูป ไปต่างจังหวัดกันพอออกพรรษา ธรรมดาก็มีไม่มาก มีประมาณสัก ๖ รูป เพราะส่วนใหญ่เอาตมามาไม่ได้สอนไม่ได้กำกับดูแลเดี่ยวเชย เพราะไม่ได้อยู่ในสภาพอย่างนั้น เพราะเราก็อยู่ในฐานะผู้อาศัย ไม่ใช่วัดของเรา เป็นของสมเด็จพระเจ้าผู้มาอยู่ที่ไม่ได้มาศึกษากับเรา ใครสนใจอยากจะทำสมาธิภาวนาเราก็สอน ถ้าไม่สนใจเราก็ไม่สอน ปล่อยให้ได้อยู่ตามอัธยาศัย บางท่านก็อยากไปอยู่กับสำนักครูบาอาจารย์ มีหมู่คณะมีกฎระเบียบที่ตายตัว ที่นี้ค่อนข้างจะเหมือนมหาวิทยาลัยเปิด ตัวใครตัวมัน ใครขยันอยากจะทำปฏิบัติก็ปฏิบัติไป ไม่อยากจะทำปฏิบัติก็ไม่บังคับกัน

ถาม เข้าง่ายออกยาก

ตอบ ที่นี้เข้าก็ง่ายออกก็ง่าย

ถาม องค์ที่ขึ้นมายุ้งข้างบนนี้ก็

ตอบ ก็มาด้วยความสมัครใจ

ถาม ท่านอาจารย์ก็ได้แนะนำบ้าง

ตอบ ถ้าถามก็แนะนำไป แต่ส่วนใหญ่จะรู้ว่าต้องทำอะไร ได้ยินได้ฟังได้อ่านหนังสือของครูบาอาจารย์กันอยู่ประจำอยู่แล้ว ขาดการปฏิบัติเท่านั้นเอง ที่ผ่านกันไปไม่ค่อยได้ก็คือทุกขเวทนา พอเจอทุกขเวทนาจึงอด ถ้าผ่านไปได้แล้ว ก็จะไปได้เรื่อยๆ

ถาม ตอนนี้อยู่ก็อายุมากแล้ว มีปัญหาเรื่องเข่า ก็เคยผ่านได้บ้าง นั่งเก้าอี้ได้ไหมคะ

ตอบ ได้ แต่อาจจะได้ไม่ผลเท่าที่ควร ก็ต้องยอมรับสภาพ ว่าเครื่องมือเครื่องมือที่ใช้ในการปฏิบัติมันชำรุดทรุดโทรม

ถาม แต่เดิมนั่งขัดสมาธิมาตลอดค่ะ นั่งได้นาน แต่ช่วงหลังนี้หมอบอกให้นั่งเก้าอี้เพื่อชะลออาการเสื่อมไว้ จะได้เดินได้

ตอบ ก็ต้องทำตามสภาพ ร่างกายก็เหมือนรถยนต์ ถ้าวิ่งใหม่ก็วิ่งได้เร็ว ถ้าวิ่งเก่าก็ต้องค่อยๆไป

ถาม อย่างนี้ถ้าปฏิบัติแต่อายุน้อยๆก็ได้เปรียบชิคะ

ตอบ ถึงได้บวชกันตั้งแต่อายุ ๒๐ ถ้าบวชอายุ ๖๐ ก็จะไม่ค่อยไหว

กัณฑ์ที่ ๒๗๖

กินเพื่ออยู่

๑๓ มกราคม ๒๕๕๐

การพิจารณาให้เห็นปฏิภูลในอาหารนั้น ทำเพื่อกำจัดความอยาก ไม่ให้ยินดีในรูปสีกลิ่นรสของอาหาร ว่าเป็นอาหารชนิดนั้นอาหารชนิดนี้ ท่านจึงสอนให้พิจารณาให้เห็นความเป็นปฏิภูล คือความไม่เนาดูของอาหารที่รับประทาน พิจารณาดูอาหารที่เคี้ยวอยู่ในปาก ว่ามีรูปลักษณะอย่างไร ถ้าคายออกมาแล้ว จะตักเข้าไปกินใหม่ได้ไหม ถ้าเห็นสภาพของอาหารที่เคี้ยวอยู่ในปาก ก็จะคลายความอยากรับประทานไปได้มาก ถ้าดูตอนที่อยู่ในถ้วยในจานก็จะทำให้น้ำลายไหล เราจึงต้องพิจารณาดูตอนที่อาหารถูกเคี้ยวแล้วคลุกกับน้ำลายอยู่ในปากว่าเป็นอย่างไร ดูตอนที่อยู่ในท้องว่าเป็นอย่างไร ดูตอนที่ออกมาว่าเป็นอย่างไร เพื่อตัดความอยากรับประทานอาหารออกไป อาหารทุกชนิดที่รับประทานต้องไปรวมกันอยู่ในท้อง แต่ก่อนที่จะไปรวมกัน เราก็จัดเสียสวยงาม แยกอาหารคาวหวานออกจากกัน แยกไว้เป็นส่วนๆ ถ้าผลไม้หั่นไปในแกงก็จะไม่รับประทาน เพราะไปปนกับของคาว การพิจารณาแบบนี้เพื่อให้เกิดความรังเกียจขยะแขยง เพื่อทำลายความหลงในรูปรสของอาหาร ถ้าไม่พิจารณาก็จะติดกับรูปรสของอาหาร อยากกินอาหารชนิดนั้นชนิดนี้ แต่ถ้าเป็นพระแล้วเลือกไม่ได้ แล้วแต่ญาติโยมจะนำมาถวาย ถ้าไปอยู่ที่กันดารมีแต่คนยากจนใส่บาตร ก็จะเป็นอาหารที่ไม่ค่อยชอบรับประทาน แต่ต้องฝึกฉันให้ได้ ด้วยการพิจารณาว่าอาหารทั้งหมดที่จะฉันนี้ จะต้องไปรวมกันอยู่ในท้องอยู่ดี ก็ให้รวมกันอยู่ในบาตรเสียเลย ใส้อาหารชนิดต่างๆมา ก็เอาใส่รวมลงในบาตรเลย แล้วก็คลุกกันให้เป็นอาหารชนิดเดียวกัน ทั้งของคาวของหวานผลไม้ทองหยิบฝอยทองแกงเขียวหวานแกงจืด ก็ใส่ไปลงในบาตร แล้วก็คลุกกัน เหมือนคลุกข้าวให้หมากินรสชาติก็ดี มีเบรี่ยหวานมันเค็มครบถ้วนหมดเลย ถ้าฉันแบบนี้แล้วจิตใจจะไม่กังวลกับเรื่องอาหาร

ไม่เช่นนั้นแล้วเวลาบวชใหม่ๆจะต้องนั่งอยู่ปลายแถว เวลาเห็นอาหารที่ชอบอยู่หัวแถวก็อยากจะรับประทาน พอมาถึงเราที่ปลายแถวก็เหลือแต่ถาดเหลือแต่จาน ก็จะเกิดความเสียใจท้อแท้เบื่อหน่ายได้ ถ้าไม่ไปมองสิ่งที่ยังมาไม่ถึงเรา มองแต่เฉพาะสิ่งที่มาตั้งอยู่ข้างหน้าเรา เราก็จะไม่ผิดหวัง แล้วถ้าเอาอาหารทุกชนิดคลุกกันในบาตร เราก็จะไม่เกิดความอยากรับประทานอาหารชนิดนั้นชนิดนี้ จะช่วยให้การฉันอาหารไม่เป็นปัญหากับเรา การฉันในบาตรนี้ก็มีอยู่ ๓ ลักษณะด้วยกันคือ ๑. แบบสบายๆ ได้อาหารอะไรมาก็แยกไว้เป็นส่วนๆในบาตร ข้าวก็เอาไว้ด้านหนึ่ง กับข้าวเอาไว้อีกด้านหนึ่ง ผลไม้เอาไว้ด้านหนึ่ง ของหวานก็เอาไว้อีกด้านหนึ่ง ถ้าเป็นน้ำก็ใส่ไว้ในถ้วยไว้ดื่มเลย ผลไม้จะไว้ที่ฝาบาตรก็ได้ ฉันแบบนี้ฉันแบบสบายๆ แบบที่ ๒ จะไม่จัดแยกอาหารไว้เป็นส่วนๆ มีอะไรก็ใส่ลงไปเลย ตรงไหนก็ได้ แบบที่ ๓ ก็คลุกอาหารทุกชนิดที่อยู่ในบาตร เพื่อกำลัปากิเลสตัณหา ความอยากรับประทานอาหารชนิดนั้นชนิดนี้ ถ้าไม่อย่างนั้นจะมีปัญหากับการขบฉัน ฉันไม่ลงบ้าง อยากจะฉันแล้วไม่ได้ฉัน ก็จะทำให้ท้อแท้เบื่อหน่ายกับเพศของนักบวช แต่ถ้าฝึกรับประทานตามมีตามเกิดได้ โดยพิจารณาว่าอาหารจะดีขนาดไหนจะเลวขนาดไหน ก็เป็นอาหารเหมือนกัน ทำหน้าที่เหมือนกัน คือรักษาร่างกายให้อยู่ต่อไปได้ ดับความหิวกาย ป้องกันไม่ให้เจ็บไข้ได้ป่วย ให้มีกำลังปฏิบัติธรรม ก็ถือว่าใช้ได้แล้ว

กินเพื่ออยู่ ไม่อยู่เพื่อกิน ไม่หาความสุขจากการรับประทานอาหาร ไม่เหมือนสมรวาสญาติโยม เวลารับประทานจะถือเป็นความสุขอย่างหนึ่ง กินกันแบบไม่ยับยั้ง ตักอาหารที่กินกัน ต้องขับรถไปไกลๆ เพื่อไปร้านอาหารที่ถูกปากถูกคอ เสียเวลาไปเปล่าๆ เพียงเพื่อเติมน้ำมันให้กับร่างกายเท่านั้นเอง ควรจะปฏิบัติร่างกายเหมือนกับรถยนต์ บั้มไหนก็เติมได้ บั้มตราดาว บั้มตราเสือก็น้ำมันเหมือนกัน มาจากโรงกลั่นเดียวกัน อาหารก็มาจากตลาดเหมือนกัน พอมาถึงที่ร้านแล้วก็มีวิธีปรุงแต่งต่างกันไป ทำให้มีสีกลิ่นรสชาติต่างกันไป แต่การทำหน้าที่ดูแลรักษาร่างกายให้อยู่ได้ ให้มีพลัง ให้มีเชื้อเพลิง ก็เหมือนกัน

มีเรื่องการพิจารณาอาหารอยู่เรื่องหนึ่ง มีแม่ชื่อรูปหนึ่ง จำไม่ได้แล้วว่าอยู่ในหนังสือของหลวงตาหรือเปล่า หรือได้ยินได้ฟังมา แม่ซึ่งก็พิจารณาความเป็นปฏิภูลของอาหารทุกครั้งก่อนที่จะรับประทาน มีอยู่ครั้งหนึ่งพิจารณาจนเลยเถิด จนรับประทานอาหารไม่ลง พอ

มองเห็นอาหารในงาน ก็จะทำให้ภาพอาหารที่อยู่ในกระเพาะ รับประทานไม่ลง จนร่างกาย
ชubbผอม ก็เลยไปปรึกษากับหลวงตา ท่านก็ช่วยแก้ไข สอนให้พิจารณาว่า อาหารที่
รับประทานเป็นธาตุ ๔ ดินน้ำลมไฟ มาจากดินน้ำลมไฟ ร่างกายก็มาจากดินน้ำลมไฟ
เป็นธาตุเหมือนกัน ส่วนผู้ที่พิจารณาคือใจ ไม่ได้กินอาหาร เป็นเพียงผู้จัดการเอาอาหาร
เข้าไปในร่างกายเท่านั้นเอง เหมือนกับเติมน้ำมันรถ คนขับรถไม่ได้กินน้ำมัน คนขับรถก็
เพียงแต่เอาน้ำมันใส่ไปในถังรถยนต์เท่านั้นเอง ร่างกายเป็นธาตุ ๔ ดินน้ำลมไฟ อาหารก็
เป็นธาตุ ๔ ดินน้ำลมไฟ เป็นการเติมธาตุเท่านั้นเอง ไม่ได้เกี่ยวกับใจเลย ใจเป็นเพียง
ผู้จัดการดูแลร่างกาย นี่ก็เป็นวิธีแก้ถ้าพิจารณาจนเลยเถิดไป การพิจารณาทางด้าน
ปัญญา ก็เป็นเหมือนกับการรับประทานยาเพื่อรักษาโรคของจิตใจ คือความโลภความ
โกรธความหลง หลงในรสชาติอาหารก็เป็นความหลงเป็นความโลภ ก็ต้องพิจารณาปฏิภู
ความไม่สวยงามน่าขยะแขยงของอาหาร จะได้คลายความยินดีในอาหาร จะได้ไม่
รับประทานมากจนเกินไป พออิ่มแล้วก็จะหยุดได้ ถ้าพิจารณามากเกินไปก็กลับเป็นโทษ
ได้ ทำให้กินอาหารไม่ได้ การพิจารณาปฏิภูก็เพื่อแก้ปัญหา คือความยินดีในรูปในรสใน
กลิ่นในสีสัมผัสของอาหาร จะต้องเป็นชนิดนั้นชนิดนี้ ความจริงแล้วก็มีอยู่ ๔ รสเท่านั้นเอง
ไม่ว่าจะเป็นอาหารชนิดใด มีเปรี้ยวหวานมันเค็มเป็นหลัก จะเป็นอาหารฝรั่ง อาหารจีน
อาหารไทยอาหารแขก ก็เปรี้ยวหวานมันเค็มเหมือนกัน ทำหน้าที่เหมือนกัน ก็คือ ให้พลัง
กับร่างกาย ไม่ให้เจ็บไข้ได้ป่วย ถ้าพิจารณามากเกินไปก็เท่ากับกินยามากเกินไป ทำให้
เกิดอาการแพ้ยาขึ้นมาได้ คือกินข้าวไม่ลง พิจารณาปฏิภูมากจนเกินไป ก็เลยกินไม่ลง
ก็ต้องหยุดพิจารณา ถ้าถึงขั้นนั้นก็ต้องหยุด ต้องหันมาพิจารณาว่า เป็นการเติมดินน้ำลม
ไฟให้กับร่างกายเท่านั้นเอง หรือพิจารณาความสวยงามของอาหารบ้างก็ได้ เพื่อมาแก้กัน
ถ้าพิจารณาจนเลยเถิดไป ก็ต้องย้อนกลับมาพิจารณาดูรูปรสสัมผัสที่น่ารับประทาน เพื่อ
คลายปฏิภูลัญญาที่ทำให้กินไม่ลง

การปฏิบัติจึงต้องมีครูบาอาจารย์ ผู้มีประสบการณ์ เพราะจะช่วยแก้ปัญหาให้เราได้ เวลา
ปฏิบัติจนเลยเถิดไป ไม่มัชฌิมา ไม่อยู่ในทางสายกลาง ถ้าไม่พิจารณาเลยก็หย่อนเกินไป
พอเห็นอาหารบับก็น้ำลายไหลอยากจะกิน อย่างนี้ก็หย่อนเกินไป แต่ถ้าพิจารณาปฏิภู
จนกินไม่ลงก็มากเกินไป ต้องให้พอดี คิดว่าเป็นการเติมน้ำมันให้กับร่างกาย ไม่ว่าจะ

ชนิดไหนก็กินได้ ก็จะแก้ปัญหาเรื่องอาหารได้ ไม่ต้องกังวลกับเรื่องอาหารอีกต่อไป ตอนเริ่มต้นอาจจะต้องคลุกอาหารไปก่อน เพื่อกำจัดความอยากในอาหารชนิดนั้นชนิดนี้ อยากจะกินกล้วยเตี้ยว อยากจะกินพิซซ่าอย่างนี้ พอปนทั้งกล้วยเตี้ยวทั้งพิซซ่าเข้าไปในบาตร ก็ไม่มีพิซซ่าไม่มีกล้วยเตี้ยวแล้ว มีแต่อาหารรวมมิตรอยู่ในบาตร กินก็ครั้งๆก็เป็นอาหารรวมมิตร จนไม่ได้ไปนึกถึงอาหารชนิดนั้นชนิดนี้อีกต่อไป หลังจากนั้นแล้วก็ไม่ต้องไปคลุกก็ได้ กินแบบปกติ เพราะเรื่องอาหารไม่เป็นปัญหาแล้ว มีก็กิน ไม่มีก็ไม่เคยไปฝืนถึง เรื่องของการปฏิบัติกับอาหารก็มีหลายวิธีด้วยกัน สำหรับอาตมาขนาดคลุกแล้ว ตอนเย็นๆบางทีก็ยังไม่ปรุแง คิดถึงอาหารชนิดนั้นชนิดนี้อยู่ โชคดีที่ได้ไปอยู่ที่วัดป่าบ้านตาด ที่มีการอดอาหารกัน พออดอาหารได้สัก ๓ วันแล้ว ก็จะไม่คิดถึงอาหารชนิดต่างๆเลย เพราะคิดก็ไม่ได้กิน จึงอดไปเรื่อยๆ ครั้งละ ๓ วันบ้าง ๕ วันบ้าง อดวันเว้นวันบ้าง วันนี้ฉันพรุ่งนี้ไม่ฉัน ทำอยู่ ๒ ถึง ๓ ปี แต่ไม่ได้อดเพราะเรื่องอาหารอย่างเดียว อดเพราะช่วยการภาวนาให้ก้าวหน้าอย่างรวดเร็ว ไม่ให้เกียจคร้าน ไม่ให้หิว จึงควรลองอดอาหารกันดูบ้าง ไม่ตายหรอก กระทบก็ไม่เสียด้วย แต่กิเลสจะร้องขึ้นมาว่า กระทบจะไม่เสียหรือ จะไม่เป็นโรคกระทบหรือ ถ้าอดแบบมีขอบมีเขตก็ไม่ใช่ไร หลวงตาท่านบอกว่า ท่านอดจนต้องเสีย เพราะอดนานมาก อดทีละ ๑๐ วัน ๑๕ วันแล้วกลับมาฉันครั้งเดียว แล้วกลับไปอดใหม่ ท่านบอกว่าฉันอะไรเข้าไปตอนเช้าพอตอนสายก็ออกมาหมดเลย ท่านบอกว่าเสียร่างกาย แต่ได้ทางจิตใจ คຸ້ມคຸ້ມกับการลงทุน

เวลาปฏิบัติควรมุ่งไปที่จิตใจเป็นหลัก เสียกายไม่เป็นไร ถ้าเป็นการแลกเปลี่ยนกับการได้ความเป็นอิสระของใจ ได้หลุดพ้นจากกิเลสความโลภความโกรธความหลงความอยากต่างๆ เสียอย่างนี้เสียไปเถิด เพราะร่างกายสักวันหนึ่งก็ต้องตายไป แต่ใจไม่ได้ถูกทำลายไปด้วย ถ้ายังไม่ได้รับการปลดปล่อยให้มีอิสระภาพ ก็ยังต้องเป็นทาสอยู่ ไปเกิดชาติหน้าก็ยังคงเป็นทาสอีก แต่ถ้ายอมสละร่างกายเป็นเดิมพัน จะเป็นจะตายอย่างไร จะลำบากอย่างไร ก็ไม่ถอย เพื่อทำลายความโลภความโกรธความหลงที่มีอยู่ในจิตใจ ทำอย่างนี้จะได้กำไร เป็นการลงทุนที่คุ้มค่า เพราะชีวิตนี้มีไว้เพื่อทำประโยชน์นี้แหละ เหมือนกับซื้อรถยนต์ขับเค็ล ๔ ล้อ สำหรับใช้ในป่าในเขา มาใช้ในบ้านในเมือง ไม่รู้จะซื้อมาทำไม ถนนก็ไม่ขรุขระ ต้องเอาไปลุยในป่าในเขาสิ รถชนิดนี้มีไว้ใช้อย่างนั้น ร่างกายของเรา

อย่างนั้น เป็นเหมือนรถขับเคลื่อน ๔ ล้อ ไร้สำหรับลุยกับกิเลส กับความโลภความโกรธ ความหลง แต่เรากลับเอาไปรับใช้กิเลส รับใช้ความโลภความโกรธความหลง แล้วเราจะได้อะไรจากการเกิดในแต่ละชาติ ก็ไม่ได้อะไร ยังตกเป็นทาสของกิเลส รับใช้กิเลสอยู่ เป็นวาสนาของพวกเราที่ได้พบพระพุทธศาสนา ที่ทำให้เรารู้ถึงหน้าที่ที่แท้จริงของร่างกาย เราว่ามีไว้ทำอะไร ก็มีไว้เพื่อปลดเปลื้องจิตใจที่เป็นทาสของกิเลส ที่อยู่ภายใต้อำนาจของความโลภความโกรธความหลงอยู่นี้ ให้ได้รับอิสรภาพ ทุกขณะที่เราหายใจอยู่นี้ เราอยู่ภายใต้อำนาจของความหลงทั้งนั้น คืออวิชชาปัจจัยสามขาร อวิชชาเป็นตัวสั่งให้สังขารคิด ให้คิดแต่เรื่องลาภยศสรรเสริญสุข วันนี้จะไปเที่ยวไหนดี วันนี้จะไปกินอะไรที่ไหนดี แต่เรื่องไปปฏิบัติธรรมแทบจะไม่คิดกันเลย ส่วนพวกเราอาจจะมีคิดกันบ้าง เพราะได้สัมผัสได้พบคำสอนของพระพุทธเจ้า ที่สอนให้คิดไปทางอวิชชาปัจจัยสามขาร อวิชชาคือธรรมะคำสอนของครูบาอาจารย์ ที่คอยกระตุ้นให้คิดไปในทางบุญทางกุศล อย่างวันนี้เราก็คิดมาทำบุญกัน ถ้าไม่เคยสัมผัสกับศาสนาเลย วันนี้วันหยุดก็ต้องพาลูกไปเที่ยวกันเพราะเป็นวันเด็ก ไปเที่ยวไหนดี ไปกินที่ไหนดี ก็เป็นเรื่องของอวิชชาปัจจัยสามขารทั้งนั้น พอไปแล้วก็จะเป็นต้นหาความอยาก เป็นอุปาทานความยึดติด เป็นภพ เป็นชาติขึ้นมา พอตายไปจิตก็ยังไม่หยุด อวิชชาปัจจัยสามขาร ก็สั่งให้จิตไปเกิดใหม่

แต่ถ้าใช้ธรรมะปัจจัยสามขารแล้ว ก็จะดับต้นหา ดับอุปาทาน ดับภาวะคือภพชาติ ก็จะไม่มีการไปไหนมาไหน จิตใจมีความสุขแล้ว ก็ไม่ต้องออกไปเที่ยว อยู่บ้านเฉยๆก็มีความสุข อยู่วัดก็มีความสุข ไม่ต้องออกไปแสวงหาความสุขภายนอก นอกจากมีธุระจำเป็น ไปเผยแผ่ธรรมะ แต่จะไม่ออกไปเหมือนอย่างพวกเรา ที่อยู่บ้านเฉยๆไม่ได้ พอวันเสาร์วันอาทิตย์ก็คิดหาเรื่องทำแล้ว จะไปไหนดี อยู่บ้านแล้วอึดอัดใจ หงุดหงิดใจ ทั้งๆที่ไม่มีอะไรจะสบายเท่าการอยู่บ้าน ไม่ต้องแต่งเนื้อแต่งตัวให้เหนื่อย ห้างน้ำห้องทำก็สะดวก ไม่ต้องไปเข้าแถวไปแย่งกัน อาหารก็มีเก็บไว้ในตู้เย็น ทำกินในบ้านแสนสบาย แต่ต้องออกไปดิ้นรนหาความสุขภายนอกบ้านกัน เพราะอยู่บ้านไม่ติด อยากจะเห็นรูปแปลกๆใหม่ๆ อยากจะได้ยินเสียงแปลกๆใหม่ๆอยู่เรื่อยๆ เพราะใจอยู่ภายใต้อำนาจของความโลภความโกรธความหลง จึงเป็นอวิชชาปัจจัยสามขาร สังขารก็ปรุงให้ออกไปทางอายตนะ ไปทางตาหูจมูกลิ้นกาย ไปสู่รูปเสียงกลิ่นรสโผฏฐัพพะ ไปสู่การสัมผัส แล้วก็

เกิดเวทนา พอได้ออกจากบ้านแล้วเป็นอย่างไร มีความสุข ไปดูหนังฟังเพลง ไปกิน ไปเที่ยว ไปซื้อของฟุ่มเฟือย แล้วก็เกิดอุปาทานความยึดมั่น เกิดตัณหาความอยาก ต้องออกไปเรื่อยๆ ออกไปวันนี้แล้วเดี๋ยวพรุ่งนี้ก็ต้องออกไปอีก ก็เป็นภาวะ จะต้องออกไปทำใหม่ เสาร์อาทิตย์นี้ไปเที่ยวที่นั่น เสาร์อาทิตย์หน้าก็ไปเที่ยวที่อื่นต่อ ก็จะไปอย่างนี้ไปเรื่อยๆจนแก่ตาย พอตายไปใจก็ไปเกิดใหม่ ไปเริ่มต้นทำอย่างนี้ใหม่ เป็นวัฏจักรไปเรื่อยๆ แต่ถ้าใช้ธรรมะมาเป็นตัวขับเคลื่อนสังขาร ธรรมะปัจจุตาสังขารา ก็จะไปที่สงบที่สงบที่วิเวก ที่ไม่มีรูปเสียงกลิ่นรสโผฏฐัพพะ ที่จะทำให้เกิดตัณหาขึ้นมา เกิดความอยากขึ้นมา ไปอยู่ตามวัดป่าวัดเขา ไปไหว้พระสวดมนต์ ไปฟังเทศน์ ฟังธรรมะของครูบาอาจารย์ ไปนั่งทำจิตให้สงบ เพื่อตัดตัณหาความอยาก ตัดอุปาทานความยึดมั่นถือมั่น ตัดภาวะภพชาติที่จะตามมาต่อไป

นี่คือธรรมะปัจจุตาสังขารา ถ้าเจริญมรรคอยู่เรื่อยๆ เจริญธรรมอยู่เรื่อยๆ ต่อไปธรรมะจะมีแรงมากกว่าอวิชชา ก็จะทำลายอวิชชาให้หมดไปจากจิตจากใจได้ พออวิชชาถูกทำลายหมดไป จิตก็กลายเป็นจิตที่บริสุทธิ์ เป็นธรรมทั้งแท่ง ใจเป็นธรรมล้วนๆ ไม่มีกิเลสหลงเหลืออยู่เลย จะคิดแต่เรื่องธรรมะ เรื่องของเหตุเรื่องของผล ไม่คิดอยากไปมีสมบัติข้าวของเงินทอง เป็นเจ้าฟ้าเจ้าคุณ เป็นสังฆราชา หรือเป็นอะไรทั้งสิ้น จะไม่มีอยู่ในใจ ไม่คิดอยากไปเที่ยวดูหนังฟังเพลง ไปไหนมาไหน ไปหาความสุขจากสิ่งต่างๆ ภายนอก ใจจะไม่คิด เพราะในใจมีแต่ความสงบ มีแต่ความสุข ถ้าไม่มีความโลภความโกรธความหลงแล้ว ก็จะไม่มีความสร้างอยาก ก็จะไม่ไปไหน อยู่บ้านสบายที่สุด อยู่วัดสบายที่สุด นี่คือการใช้ธรรมะมาปลดเปลื้องจิต ให้หลุดพ้นจากความทุกข์ ใช้ร่างกายให้เป็นประโยชน์ อย่ายปล่อยให้ร่างกายเป็นทาสของกิเลส ด้วยการขบรถไปหาร้านเซล์ซวนชิม ไปกินที่โน่นที่นี้ อาหารชนิดนั้นดี ชนิดนี้ดี บางคนอุตสาหหนึ่งเครื่องบินไปกินอาหารที่ฮ่องกง ไปเข้าเย็นกลับ เพราะอวิชชาปัจจุตาสังขาราพาไป ถ้าเป็นธรรมะปัจจุตาสังขาราก็อยู่ที่บ้านทอดไข่เจียวกิน กินเสร็จจะได้นั่งสมาธิต่อ ไหว้พระสวดมนต์ปฏิบัติธรรม เราทำอยู่ปีหนึ่ง อยู่ในบ้านไม่ได้ไปไหน แต่ไม่ได้ทำอาหารกินเอง ไปกินที่ร้าน เพราะมันสะดวก กินกล้วยเตี๋ยวซาม ข้าวผัดซาม ก็อิ่มแล้ว ก็อยู่ได้วันหนึ่ง เข้าตื่นขึ้นมาก็นั่งสมาธิ พอออกจากสมาธิก็เดินจงกรม ให้มีสติอยู่กับตัวตลอดเวลา ไม่ว่าจะทำอะไร

ให้จิตอยู่ในปัจจุบัน อยู่กับการเคลื่อนไหวของร่างกาย จะเข้าห้องน้ำ จะแปรงฟันก็อยู่ตรงนั้น จะทำอะไรก็อยู่ตรงนั้น

แล้วก็เดินจงกรม พิจารณาว่าเกิดมาแล้วต้องแก่ต้องเจ็บต้องตาย เป็นเรื่องธรรมดา พิจารณาไปเรื่อยๆ ต่อไปก็จะไม่วิตกกังวลกับความแก่ความเจ็บความตาย เพราะเห็นว่าเป็นเรื่องธรรมดา เหมือนกับการขึ้นและตกของดวงอาทิตย์ เพราะรู้ว่าเป็นเรื่องธรรมดา ไม่ได้ดีอกดีใจเวลาดวงอาทิตย์ขึ้นมาตอนเช้า ไม่ได้เสียอกเสียใจเวลาที่ตกลงไปตอนเย็น เป็นเหตุการณ์อย่างหนึ่งที่ใจรับรู้ ร่างกายก็เป็นเหตุการณ์อย่างหนึ่งที่ใจรับรู้เช่นเดียวกัน ต่างกันตรงที่ใจไปยึดติดร่างกายว่าเป็นตัวเราของเรา เพราะความหลงหลอกให้ไปยึด ถ้าแก่ตรงนี้ได้แล้ว ร่างกายก็จะเป็นเหมือนดวงอาทิตย์ จะขึ้นจะตก ใจก็เฉยๆ ร่างกายจะเป็นจะตาย ใจก็เฉยๆเหมือนกัน เพราะไม่ได้ไปยึดไปติดว่าเป็นตัวเราของเรานั่นเอง นี่คือการที่เราต้องพยายามฝึกสอนตัวเอง ว่าร่างกายไม่ใช่ตัวเรา เป็นดินน้ำลมไฟ เป็นการเปลี่ยนแปลงของดินน้ำลมไฟ เป็นการรวมตัวกันเข้ามาแล้วก็แยกออกไป ไม่มีอะไรที่รวมตัวกันแล้วจะอยู่ไปได้ตลอด แม้กระทั่งศาลาหลังนี้ก็เช่นเดียวกัน สักวันหนึ่งก็จะเสื่อมลงไป ผุพังลงไป แยกจากกันไป ศาลาหลังนี้ก็หายไป ถ้าไม่ยึดไม่ติด ก็ไม่เสียอกเสียใจ แต่ถ้ายึดติดก็จะเสียใจ พุดถึงศาลาก็มีเรื่องยึดติดให้ฟังเรื่องหนึ่ง ศาลาหลังนี้สร้างเมื่อปี ๒๕๒๖ มีท่านอาจารย์จากวัดถ้ำกลองเพลงเป็นหัวหน้าพระที่วัดญาณฯ ท่านเห็นว่าที่บนเขาเป็นที่สงบสงัดวิเวกดี ก็เลยปรารถนาขึ้นมาทำสถานที่ปฏิบัติ ก็ขออนุญาตผู้หลักผู้ใหญ่ พอดีมีญาติโยมรื้อบ้านแล้วเอาไม้มาถวายเป็นวัด ท่านก็เลยชวนญาติโยมแบกไม้ขึ้นมาสร้างศาลาและกุฏิ สมัยนั้นไม่มีถนนขึ้นมา เป็นทางเดินป่า ก็ต้องแบกไม้ขึ้นมาอย่างลำบากลำบาก เพื่อมาสร้างกุฏิและศาลาหลังนี้

พอสร้างเสร็จได้ไม่กี่เดือน สมเด็จพระสังฆราชก็รับเสด็จในหลวง ทรงสนทนาธรรมกันบนศาลาหลังนี้ พวกคุณหญิงคุณนายที่ติดตามมา ก็เห็นว่าศาลาหลังนี้ไม่เหมาะ ไม่สมพระเกียรติเลย ก็เลยอยากจะทำรื้อแล้วสร้างใหม่ พอพวกชาวบ้านที่ช่วยสร้างรู้เข้าก็พูดว่า ถ้าจะรื้อก็อย่าไปบาตรพระ พอสมเด็จพระสังฆราชก็เลยห้ามไม่ให้รื้อ ก็เลยเก็บรักษามาจนถึงปัจจุบันนี้ ศาลาหลังนี้มีทั้งในหลวง มีสมเด็จพระสังฆราช มีหลวงตาได้มาใช้แล้ว เป็น

กาลาที่มีความเป็นมงคลอยู่มาก มีบุคคลสำคัญทั้งทางโลกและทางธรรมได้มาเยี่ยมเยียน ก็เลยรักษามา มีคนมาขอสร้างให้ใหม่หลายคน แต่สร้างใหม่ไม่ได้ เดี่ยวพระไม่มีข้าวกิน ตอนหลังชาวบ้านก็บอกไม่เป็นไร จะรื้อก็รื้อได้ เขาไม่ว่าอะไรแล้ว แต่ตอนนั้นมันเสียความรู้สึก เพราะอุตุส่าห์แบกไม้กันขึ้นมาอย่างลำบากลำบาก สร้างได้เพียงไม่กี่เดือนก็จะไปรื้อทิ้งแล้วสร้างใหม่ นี่ก็เป็นเรื่องของกาลาหลังนี้ พอมีใครไปยึดติดแล้ว ก็จะเป็นปัญหาขึ้นมาทันที แต่ถ้าไม่ยึดติดก็ไม่มี ใครจะรื้อก็รื้อไป สร้างใหม่ก็ดี ถ้าพูดตามความจริง จะสร้างให้อย่างถาวรเลย ก็น่าจะดีกว่า ถ้าเป็นวัดอื่นก็คงจะดีใจกัน มารื้อกระต๊อบแล้วสร้างเป็นตึกให้ใหม่ แต่ที่นี้ชาวบ้านเขายึดติด ที่ต้องลำบากลำบากขนไม้ขึ้นมาสร้างกัน ตอนนั้นยังไม่มีอะไรเลย เป็นป่าลุ่มๆ คั้นแรกพระอาจารย์มาปักกลดอยู่คนเดียวก่อน มาเปิดทางก่อน ท่านก็เล่าว่าพอนั่งสมาธิ ก็มีชายร่างใหญ่ๆดำๆโผล่มา ถือไม้กระบองจะไล่ท่านไป ท่านก็บอกว่าท่านไม่ได้มาขับไล่ไล่ส่งใคร ไม่ได้มามีเรื่องมีราวกับใคร มาบำเพ็ญสมณธรรม หาความสงบ ตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า เขาก็เดินหนีไป พอคืนที่สองก็มาอีก ที่นี้เขามาแบบมีเมตตริจิต บอกท่านว่าถ้ามาอยู่แบบนี้ก็มาได้ แล้วเขาก็กลับไป พระเถระจึงได้ขึ้นมาอยู่กัน แต่ก็แปลกนะ มีบางคนมาอยู่แล้วอยู่ไม่ได้ มาอยู่แล้วบอกเจออะไรไม่ทราบ อยู่คืนหนึ่งแล้วเปิดเลยก็มี

เมื่อวันปีใหม่ก็มีฆราวาสมาขออยู่ อยู่ได้คืนหนึ่งก็เจอเหมือนกัน มาปรึกษาว่าจะทำอย่างไร ก็แผ่เมตตาให้เขาไป ขออนุญาตเขา เขาเป็นเจ้าที่เจ้าทาง ไม่ทำอะไรหรอก ก็จะลองอยู่อีกคืนหนึ่ง แต่พอตกเย็นก็ไม่กล้าอยู่กลับไปก่อน ถ้าขึ้นมาแล้วตั้งใจปฏิบัติก็ไม่หน้าจะมีปัญหาอะไร ถ้ามาแล้วจิตใจไม่สงบคิดมาก อาจจะเป็นอุปาทานก็ได้ แต่กับเราไม่เห็นมีอะไร เหมือนคนหูหนวกตาบอด มาอยู่ตั้ง ๒๐ ปีแล้ว ไม่เคยเห็นอะไร ไม่เคยมีใครมาขับมาไล่เลย อาจจะเป็นเพราะไม่ได้ทำอะไร ไม่ได้ก่อสร้างอะไรที่ไม่จำเป็นเลย แต่พอมีความจำเป็นต้องการอะไร มันก็มาเอง ตอนแรกทางเดินไม่ได้เป็นปูนซิเมนต์ เป็นทางดิน ตอนหน้าฝนดินมันเหนียว เวลาเดินดินจะติดกับรองเท้าปึกเลย แล้วก็ลื่นด้วย ก็เลยปรารถนาอยู่ในใจว่าน่าจะทำทางเดินปูนซิเมนต์ ไม่นานก็มีคนมาถามว่าต้องการอะไรไหม กฎุมีพอใช้ไหม ก็บอกเขาไปว่า มีกฎุมีพอเพียงอยู่ แต่สิ่งที่ขาดก็คือทางเดินหน้าฝนลำบาก ทางเดินจะกลายเป็นร่องน้ำ เป็นเหมือนลำธารเลย เวลาฝนตกจะเดินลำบาก

พระเณรต้องลงแต่เช้ามีด เดินลำบากมาก ก็เลยอยากจะทำทางเดินเป็นปูนซีเมนต์ เขาก็เลยบอกว่าให้พิจารณาดูว่าต้องใช้เงินเท่าไร พอบอกเขาไป ก็เขียนเช็คมาให้เลย อย่างพวกแท็งก์น้ำก็เหมือนกัน เวลาที่สร้างกุฏินี้ คนสร้างไม่รู้ว่าแท็งก์น้ำมีความจำเป็นมาก ก็จะมีแท็งก์น้ำให้ลูกเดียว น้ำก็จะไม่พอใช้ ก็ปรารถนาอยู่ในใจว่าน่าจะมีสัก ๓ ใบต่อหนึ่งหลัง ไม่นานก็มีคนเอาแท็งก์น้ำมาถวาย จนมีเกือบทุกกุฏิ

ถาม ท่านอาจารย์ไม่ปรารถนาอีกหรือคะ

ตอบ พอไม่ปรารถนาอีกไม่มี เพราะไม่อยากจะยุ่งวุ่นวาย เรื่องมาก ทำลายการบำเพ็ญปฏิบัติ ทำลายความสงบ ก็เลยไม่ค่อยอยากจะทำเรื่องภายนอกเท่าไร

ข้างบนเขานี้เป็นที่ปลีกวิเวก ไม่ทำกิจร่วมกัน ไม่ได้ไหว้พระสวดมนต์ร่วมกัน ให้ถือการภาวนาเป็นการบูชา เป็นปฏิบัติบูชา เป็นการทำวัตร เหมือนกับตอนที่อยู่ที่วัดป่าบ้านตาด จะรวมกันเฉพาะเวลาหลวงตาเรียกประชุมเท่านั้นเอง นอกจากนั้นแล้วพระจะไม่มารวมกัน ท่านต้องการให้แยกกัน ให้ปลีกวิเวก ต่างคนต่างภาวนา ต่างคนต่างบำเพ็ญ ถ้าท่านเห็นกุฏิไหนมีรองเท้าอยู่ ๒ คู่ ๓ คู่ ก็จะโดนเลย เวลาจะเหยียบกัน ต้องซ้อนรองเท้ากัน เวลาคุยกันก็ต้องไม่ให้มีเสียงเด็ดลอดออกมาจากกุฏิเลย แต่เราไม่ชอบไปคุยกับใคร อยู่ตามลำพังที่กุฏิ นานๆถ้ามีธุระจำเป็นจริงๆก็ไปพูดไปคุยบ้าง ส่วนใหญ่จะพูดคุยกันตอนที่ยังไม่มืด ตอนร่วมทำกิจวัตรกัน ส่วนใหญ่จะไม่ไปไหน ไปทำกิจที่ศาลาเสร็จแล้วก็กลับมาก็อยู่ที่กุฏิ หรือไปภาวนาเดินจงกรมอยู่ในป่า อยู่คนเดียวแสนจะสุขแสนจะสบาย เวลาบำเพ็ญจนจิตสงบแล้ว จะไม่อยากยุ่งกับใคร จิตสงบเป็นเหมือนกับน้ำนิ่ง พอไปพูดไปคุยกับใคร ก็ทำให้กระเพื่อม จิตก็จะไม่ใส ไม่สดชื่น ไม่สุข ทำให้เสียเวลาด้วย เพราะนอกจากการทำจิตให้สงบแล้ว ยังมีงานสำคัญกว่านั้นอีก คือการเจริญปัญญา พิจารณาอนิจจังทุกขังอนัตตาในชั้นที่ ๕ ในเบื้องต้นต้องพิจารณากายอยู่เรื่อยๆก่อน ให้เห็นว่าไม่เที่ยง เกิดแก่เจ็บตาย เป็นปฏิฏฐเป็นอสุภะ ไม่สวยไม่งาม ซ่อนอยู่ภายใต้ผิวหนัง มีแต่ผลิตของเสียออกมา ต้องเข้าห้องน้ำปัสสาวะอุจจาระ มีเหงื่อไคล ต้องคอยอาบน้ำชำระอยู่เรื่อยๆ ไม่เช่นนั้นก็จะส่งกลิ่นเหม็น ถ้าไม่พิจารณาก็จะไม่เห็นกัน ก็จะหลงยึดติดกับร่างกาย ของคนนั้นของคนนี้ อยากจะมีแฟน อยากจะมีสามี อยากจะมีภรรยา แต่ถ้า

พิจารณาเห็นความเป็นปฏิกูล เห็นความเป็นอสุภะไม่สวยงามแล้ว ก็จะคลายความหลง มีแต่โคจรกระดูก มีแต่หนังหุ้มกระดูก แล้วก็ไม่มีเที่ยงด้วย สวยวันนี้หล่อเหลาวันนี้ ไม่นานก็เริ่มแก่ ผมก็ขาวหนังก็เหี่ยว ไม่ช้าก็เร็วก็ต้องจากกันไป มีแต่ความทุกข์ตลอดเวลา ความสุขที่ได้ก็เพียงเล็กน้อย เพราะใจอ่อนแอ ไม่สามารถอยู่ตามลำพังได้ ต้องพึ่งคนนั้นต้องพึ่งคนนี้ จึงต้องไปทุกข์กับคนนั้นทุกข์กับคนนี้ ไม่คุ้มค่าเลย

สิ่งแรกที่พระอุปัชฌาย์สอนพระบวชใหม่ให้พิจารณา ก็คือร่างกาย พิจารณา เกสา โลมา นขา ทันตา ตโจ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง อากาโร ๕ อย่างนี้เรียกว่า**กรรมฐาน ๕** เป็นวิชาความรู้เบื้องต้นเลยที่พระบวชใหม่จะต้องเรียนรู้ก่อน ถ้าอุปัชฌาย์รูปใดไม่สอนกรรมฐาน ๕ ก็จะถูกปรับอาบัติ เพราะไม่ทำหน้าที่ของอุปัชฌาย์อย่างสมบูรณ์ เพราะการพิจารณาร่างกายเป็นการปกป้องจิตใจ เป็นการต่อสู้หรือกำจัด**ราคะ**ความกำหนัดยินดีในกาม ที่บวชแล้วอยู่ไม่ได้กัน ก็เพราะไม่ได้พิจารณากรรมฐาน ๕ ไม่ได้พิจารณาอาการ ๓๒ ของร่างกาย ไม่ได้พิจารณา**อสุภะ** พอไม่ได้พิจารณา เวลาเห็นอะไรก็จะสวยงามไปหมด ยิ่งคิดยิ่งสวย ผ้ายิ่งร้อนขึ้นไปใหญ่ จนอยู่ในผ้าเหลืองไม่ได้ จิตใจรุ่มร้อน ก็ต้องลาสิกขาไป แต่ถ้าได้พิจารณาตั้งแต่วันบวชเลย ว่าร่างกายมีผม มีขน มีเล็บ มีฟัน มีหนัง พิจารณาไปทั้งอนุโลมและปฏิโลม จนติดอยู่ในใจ ต่อจากนั้นก็พิจารณาอาการอื่นๆ ดูได้ผิวหนังว่ามีอะไรบ้าง ก็มีเอ็น มีกระดูก มีเนื้อ มีอวัยวะต่างๆ มีหัวใจ มีตับ มีปอด มีลำไส้ มีเยื่อในสมอง ฯลฯ เป็นสิ่งที่ต้องพิจารณา ต้องใช้เวลามาก ต้องอาศัยความวิเวกมาก ถ้าไปยุ่งเกี่ยวกับเรื่องอื่นบ้าง ก็จะถูกกลบไปทันที พอออกไปทำกิจอื่นก็จะมีเวลาพิจารณาเลย ยกเว้นจิตที่แท้จริงจริงๆ มีความชำนาญในการพิจารณาอยู่แล้ว ก็พิจารณาควบคู่ไปกับการทำกิจวัตรได้ เช่นปัดกวาดไปก็ยิ่งพิจารณาดูอาการ ๓๒ ได้ หรือพิจารณาอาการใดอาการหนึ่งที่ถนัดได้

มีพระรูปหนึ่งท่านถนัดในการพิจารณาโคจรกระดูก มองไปทางไหนก็เห็นแต่โคจรกระดูก ไม่เห็นคน มองไปที่ไรจะลงไปใต้ผิวหนัง ลงไปที่โคจรกระดูกเลย พอมีคนวิ่งตามหาคนผ่านมา ถ้ามองว่าเห็นคนๆนั้นผ่านมาทางนี้ใหม่ ท่านบอกไม่เห็น เห็นแต่โคจรกระดูกวิ่งไป เมื่อกี้ นี่คือการพิจารณาเพื่อกำจัดกามฉันทะหรือกามราคะ ความยินดีในกาม ความ

กำหนดยินดีในรูปร่างหน้าตา อยากรู้ได้มาเป็นคู่ครอง ถ้าพิจารณาอย่างนี้แล้วใจจะเย็นสบาย ในที่สุดก็จะปล่อยวางได้ ก็หมดไปเพราะหนึ่ง เรื่องของร่างกายก็หมดปัญหาไป จะไม่หลงยึดติดกับร่างกายของตนหรือของผู้อื่น รู้ว่าเป็นอนิจจังทุกขัง รู้ว่าเป็นอสุภะ เป็นแค่ธาตุ ๔ ดินน้ำลมไฟ ไม่มีตัวไม่มีตน ต้องใช้เวลามากในการพิจารณา ต้องใช้ความสงบมาก ต้องไม่มีเรื่องอื่นมารบกวน ถ้าพิจารณาเป็นจะเดินจงกรมได้ทั้งวันเลย บางท่านเดินจนฝ่าเท้าแตก หลวงตาท่านก็เดินจงกรมจนฝ่าเท้าเกือบแตก เวลาหลับเท้าแล้วรู้สึกเสียว บางท่านเดินพิจารณาจนไม่ได้หลับไม่ได้นอน จนตาเสียไปเลย เช่นพระจักขุบาล เพราะเวลาพิจารณาธรรมะแล้วจิตจะหมุนตัวเลย เหมือนกับรถยนต์ที่วิ่งลงเขา จะหยุดก็ตอนที่เข้าใจแล้ว ปล่อยวางได้แล้ว ไม่ต้องพิจารณาอีกต่อไป เหมือนการพิจารณาปฏิภูลในอาหารก็เหมือนกัน เมื่อหมดปัญหาแล้วก็ไม่ต้องพิจารณาอีก ไม่ต้องคลุกอาหาร กินอย่างไรก็ได้ การพิจารณาอสุภะก็เหมือนกัน เมื่อปล่อยวางได้แล้ว ไม่มีความกำหนดยินดีแล้ว ก็ไม่ต้องพิจารณาอีกต่อไป ต่อให้สวยามขนาดไหนก็ตาม

เป็นผลที่เกิดจากการพิจารณา อาศัยสมาธิเป็นที่พักจิต ที่เติมพลัง เพราะเมื่อพิจารณาไปสักระยะหนึ่งแล้วจิตก็จะเหนื่อยล้า เหมือนกับมิด ถ้าใช้ไปเรื่อยๆก็จะท้อ การพิจารณาจะไม่แยบคาย ก็ต้องหยุดพักในสมาธิ กลับมาทำจิตให้สงบ ถ้าเคยสงบด้วยพุทโธๆก็พุทโธๆไป จิตสงบนิ่งได้นานเท่าไรก็ปล่อยให้หนึ่งไป เหมือนกับการพักผ่อนหลับนอนกินอาหาร พอจิตได้พักผ่อนเต็มที่แล้วก็จะถอนออกมาเอง ก็กลับไปพิจารณาใหม่ ก็จะเห็นชัดขึ้นเข้าใจดีขึ้นไปเรื่อยๆ การเจริญปัญญาและสมาธิจึงเป็นของคู่กัน ขาดกันไม่ได้ ต้องทำสลับกันไป เหมือนกับการเดิน ต้องใช้ทั้ง ๒ เท้าเดิน เท้าซ้ายและเท้าขวาสลับกันก้าว ถ้ามีเท้าเดียวก็จะเดินลำบาก ลองเดินเท้าเดียวดูซิ ก็ต้องกระโดดไปที่ละก้าวๆ ถ้ามี ๒ เท้าก็จะเดินไปได้อย่างรวดเร็ว ถ้าทำสมาธิอย่างเดียวไม่เจริญปัญญาเลย ก็จะตัดกิเลสไม่ได้ สมาธิเพียงแต่กันกิเลสไม่ทำงานเวลาที่จิตสงบ พอจิตออกจากสมาธิกิเลสก็จะทำงานทันที ถ้าเจริญปัญญาอย่างเดียวไม่ทำสมาธิเลย ก็จะไม่มีการตัดกิเลส รู้ว่าไม่ดี รู้ว่าไม่สวย แต่พอเห็นเข้าก็ยังอยากได้ยังอยากทำ คนดื่มสุราก็รู้ว่าไม่ดี รู้ว่าเป็นโทษ ทำให้เมา ทำให้สุขภาพร่างกายเสื่อมโทรม แต่พอเห็นขวดเหล้าแล้ว ก็ไม่มีกำลังที่จะหยุด ต้องหยิบมาดื่มจนได้ ถ้ามีสมาธิแล้ว จิตจะนิ่ง มีความอึด ก็จะไม่หิวกับอะไร ก็จะ

หยุดดื่มได้ ถ้ายังไม่ได้พิจารณา ก็ยังไม่เห็นโทษของการดื่มสุรา ก็จะไม่หยุดดื่ม ถ้าไม่
คอยเบรกว่าไว้ ความอยากก็จะดึงให้กลับไปดื่มอีก จึงต้องพิจารณาด้วยปัญญา เป็นการ
ถอนรากถอนโคนของกิเลส ท่านเปรียบเทียบไว้ว่าสมาธิเหมือนกับหินทับหญ้า ทำให้
หญ้างอกขึ้นมาไม่ได้ พอยกเอาหินออก หญ้าก็งอกขึ้นมาใหม่ เพราะไม่ได้ถอนรากถอน
โคน แต่ถ้าได้ถอนรากถอนโคนแล้ว ไม่ต้องเอาหินไปทับก็ได้ เมื่อไม่มีรากแล้วหญ้าก็จะ
เจริญขึ้นมาไม่ได้ อยู่ดี

กิเลสก็เหมือนกัน ถ้าถูกถอนรากถอนโคนด้วยปัญญาแล้ว ก็จะโผล่ออกมาไม่ได้ ราก
ของกิเลสคืออะไร ก็คือความหลงตัวเอง เห็นผิดเป็นชอบ ไม่เห็นอนิจจังทุกขังอนัตตา
เห็นอนิจจังเป็นนิจจัง เห็นสิ่งที่ไม่เที่ยงเป็นของเที่ยง เห็นสิ่งที่เป็นทุกข์เป็นสุข เห็นสิ่ง
ที่ไม่มีตัวตนเป็นตัวตน จึงต้องพิจารณาให้เห็นว่าไม่เที่ยงเป็นทุกข์ไม่มีตัวตน เพื่อจะได้ไป
ทำลายความหลง เมื่อไม่มีความหลงแล้ว ความโลภก็จะมี เมื่อรู้ว่าสิ่งที่อยากได้มาทำให้
ความทุกข์กับเรา มีใครอยากจะได้บ้าง เมื่อรู้ว่าได้มาแล้วต้องเสียมันไป แต่เราไม่คิด
อย่างนั้นกัน เราชอบคิดว่าได้มาแล้วจะอยู่กับเราไปตลอด จะให้ความสุขกับเราไปตลอด
จะเป็นของเราไปตลอด แต่มันไม่ได้เป็นอย่างนั้น บางทีได้มาแล้วก็ถูกขโมยไป ถูกคนอื่น
แย่งไป แล้วก็มาร้องไห้ร้องไห้ให้เศร้าโศกเสียใจ ถ้ายังอยู่ก็กังวลว่าจะจากไปเมื่อไหร่
เหมือนหุ่นจะตกเมื่อไหร่ก็ไม่รู้ ไม่คิดหรือว่ามันไม่เที่ยง ขึ้นได้ก็ลงได้ อย่าคิดว่าต้อง
ขึ้นอยู่เรื่อย พอลงแล้วก็กินไม่ได้นอนไม่หลับ เสียอกเสียใจ แล้วก็บ่นกันใหญ่เลย

ถาม ท่านอาจารย์คะ มีปัญหาฝากมาถามว่า ในการพิจารณาสุภะนี้ ต้องตั้งเป็นรูป
ขึ้นมา เหมือนนิมิตที่เกิดในสมาธิหรือไม่

ตอบ ถ้ามองไม่เห็นก็ต้องสร้างมันขึ้นมา ไปดูการผ่าศพก่อนก็ได้ ไปดูที่งานศพก็ได้
อย่างอาตมาตอนไปอยู่ใหม่ๆก็ไปสดงานศพ ชาวบ้านทางอีสานเวลาเผาศพ จะ
ไม่มีโลงไม่ปิดมิดชิด จะเป็นโลงกระดาษเปะโครงไม้ ไม่มีฝา เวลาเผา ก็ตั้งบน
กองฟืน เอาไม้ ๒ ท่อนทับโลงไว้ เวลาไฟเผาร่างกายจะติดขึ้นมา ก็ไปพิจารณาดู
คนตายอยู่เรื่อยๆ ถ้านึกภาพไม่ออกก็ต้องไปดูของจริง ดูของจริงแล้วก็เอามาคิด
เอามาเจริญอยู่เรื่อยๆอยู่ในใจ ว่าสักวันหนึ่งร่างกายเราก็ต้องเป็นอย่างนี้

ถาม ถ้าไม่เห็นด้วยตาใน

ตอบ สมัยนี้มีหนังสือเปิดดูได้ หรือจะไปดูที่วัดบวรฯ ก็มีพิพิธภัณฑ์ เอาเด็กต้องอยู่ใน ขวด แล้วก็มีภาพอสุภะให้ดู หรือไปดูการผ่าศพที่โรงพยาบาลศิริราชหรือ โรงพยาบาลตำรวจก็ได้

ถาม ในเวปไซด์ก็มี

ตอบ ต้องรู้ว่าดูเพื่ออะไร ถ้ายังไม่รู้เรื่อง ก็จะไม่เข้าใจว่าดูไปทำไม เพราะเป็นเหมือนยา ขม เหมาะกับคนที่ต้องการจะละ ต้องการถือศีล ๘ ไม่อยากครองเรือน เช่น นักบวช ก็จะมีประโยชน์ ผู้ที่เพิ่งเริ่มปฏิบัติก็อาจจะไม่เหมาะ ควรทำจิตให้สงบ ก่อน แล้วค่อยพิจารณา จึงจะเห็นคุณค่าของการเจริญปัญญา ว่าช่วยรักษาใจให้ สงบระงับจากความโลภความยินดีต่างๆได้ เวลามีความกำหนดยินดีในกาม จะ ทรมาณใจ อยู่ไม่เป็นสุข ก็อยากจะทำจิต ถึงตอนนั้นก็เหมาะกับการพิจารณา อสุภะ ธรรมะแต่ละชั้น ถ้าใช้ผิดขั้นตอนก็ทำให้เสียได้ คือสติแตก หรือหมด ศรัทธา เพราะใช้ยาแรงกว่าจะรับได้ ยังไม่อยู่ในขั้นที่จะใช้ยานั้น ก็อย่าเพิ่งใช้ ใน เมืองต้นจึงควรทำบุญทำทาน ลดละการยึดติดในสมบัติข้าวของเงินทองก่อน รักษาศีลให้บริสุทธิ์ ทำจิตให้สงบ แล้วค่อยเจริญปัญญา

ถาม ถ้ากรณีเกิดเป็นสีลันในบางครั้งเจ้าคะ

ตอบ จะเป็นอย่างไรก็ได้ทั้งนั้น แต่ละคนจะไม่เหมือนกัน

ถาม ของลูกนี่บางครั้งเห็นเป็นสีลัน บางครั้งก็เป็นขาวดำ

ตอบ เป็นอย่างไรก็ได้ ขอให้ตัดกิเลสได้ก็ใช้ได้ บางที่ไม่เห็นเป็นภาพเพียงแต่นึกบ๊วก็รู้ ก็ใช้ได้ บางคนเก่งทางนิมิตก็จะมีอุคหนิมิตปรากฏขึ้นมาเป็นภาพแล้วก็หายไป ก็ ควรพยายามรักษาภาพนั้นให้ตั้งอยู่นานๆ เช่นเห็นอสุภะ เห็นวับแล้วก็หายไป ก็ พยายามดึงกลับมา ให้ตั้งอยู่นานๆ เมื่อตั้งได้แล้ว ขั้นต่อไปก็ให้แยกเป็นส่วนๆ

เรียกว่าปฏิภาคนิมิต คนที่มีจิตทางนี้ก็จะเป็นอย่างนี้ ถ้าไม่ใช่ก็ไม่ต้องกังวล ขอให้หนักได้ก็ใช้ได้เหมือนกัน พอนึกถึงความไม่สวยไม่งามความกำหนดยินดีก็จะถอยไป เหมือนนึกถึงคนนั้นคนนี้ ก็รู้ว่าเป็นใคร แต่ไม่เห็นเป็นภาพ

ถาม การพิจารณาเป็นส่วนๆนี้หมายความว่า ถ้าเห็นภาพแล้วก็แยกเป็นส่วนๆออกมา

ตอบ การแยกส่วนนี้เพื่อให้เห็นว่าไม่มีตัวตนในร่างกาย เป็นเพียงอวัยวะต่างๆ เหมือนรถยนต์ ถ้าแยกออกมา ก็จะมีแค่ชิ้นส่วนต่างๆ ไม่มีตัวรถยนต์

ถาม แยกจนเห็นว่าเป็นดินน้ำลมไฟอย่างนั้นหรือเปล่าครับ

ตอบ ในที่สุดก็ต้องลงไปตรงนั้น เวลาแยกอาการ ๓๒ ก็ไล่ถามไปว่า ตัวตนอยู่ตรงไหน อยู่ที่ผมหรือ อยู่ที่ขนหรือ อยู่ที่เล็บหรือ อยู่ที่ฟันหรือ ฟันก็ไม่มีตัวตน ขนก็ไม่มีตัวตน เล็บก็ไม่มีตัวตน หนังกี่ไม่มีตัวตน อวัยวะทั้ง ๓๒ ก็ไม่มีตัวตน แล้วตัวตนอยู่ตรงไหน ก็อยู่ที่ความหลงสมมุติขึ้นมาั่นเอง

ถาม พระอาจารย์คะ เพลียน้องคนหนึ่ง เขาฝันว่าตัวเองตาย เขาคิดเป็นจริงเป็นจังแล้วไม่สบายใจ ยังรับความตายไม่ได้ ควรทำอย่างไร ทุกอย่างยังไม่ได้ทำให้เรียบร้อย การงานก็ยังไม่เรียบร้อย เลยเป็นห่วงกังวล แต่เขาก็ปฏิบัติอยู่ทุกวันนี้มากๆ ขอให้พระอาจารย์อธิบายให้เขาฟังนิดหนึ่งค่ะ เขาไม่สบายใจค่ะ

ตอบ ถ้ารับความตายไม่ได้ ก็อย่าเพิ่งไปพิจารณา พยายามเจริญสมาธิให้มาก ให้จิตสงบก่อน แล้วค่อยพิจารณา การปฏิบัติของแต่ละคนจะแตกต่างกัน ถ้ายังไม่มีสมาธิก็ต้องเจริญสมาธิก่อน ให้จิตมีกำลังที่จะรับกับการพิจารณา ถ้าจิตรวมลงแล้วจะรับได้ จะรู้ว่าจิตไม่ใช่ร่างกาย แต่ถ้ายังไม่รวมลง ก็จะคิดว่าตัวเองจะตาย เพราะคิดว่าร่างกายเป็นตน ก็เลยกลัว

ถาม เขาบอกว่าเขาใช้วิธีวิปัสสนา

ตอบ ถ้าเจริญวิปัสสนาโดยไม่เจริญสมาธิเลยก็จะเป็นอย่างนี้ จะไม่เกิดประโยชน์อะไร เพราะสมาธิเป็นฐานของวิปัสสนา นอกจากใช้วิปัสสนาเพื่อทำจิตให้สงบให้เป็นสมาธิ ที่เรียกว่าปัญญาอบรมสมาธิ เมื่อมีสมาธิแล้วจึงค่อยพิจารณากายพิจารณาอสุภะ ถึงจะก้าวไปได้

ถาม อสุภะนี้ใช้วิธีลอกออกไปเป็นส่วนๆ

ตอบ ก็ได้ ทำให้เกิดความขะเขวขังรังเกียจ ไม่ยินดี

ถาม ลุกเคยทำจนจิตหลุดไป

ตอบ น่าจะเป็นเพราะยังไม่มีสมาธิ มีแต่กำหนดดูด้วยสติไปเรื่อยๆ แล้วก็พิจารณาไป จิตยังไม่มีฐาน ไม่รวมลงสู่ฐาน ต้องทำให้ลงสู่ฐานก่อน ด้วยวิธีใดวิธีหนึ่ง การกำหนดดูด้วยสติช่วยได้ในระดับหนึ่ง แต่ยังไม่พอ ต้องให้จิตรวมลงสู่ฐานถึงจะมีกำลัง จะลงได้ก็ต้องเจริญสมถภาวนา ถ้าไม่ชอบนั่งหลับตาปริกกรรมพุทฺโธฯ ก็ต้องไปอยู่ที่กัลลวๆ แล้วไปพบอะไรแรงๆ ถ้ามีสติดีจิตก็จะรวมลงเลย เหมือนหลงปุชอบตอนที่ได้เดินไปจะเอากับเสือโคร่ง ท่านมีสติอยู่ตลอดเวลา พอเห็นเสือโคร่งบ๊ีบ แทนที่จะตื่นตระหนกกลัว จิตกลับวูบลงไปสู่ความสงบเลย ปล่อยวางร่างกาย หายไปหมดเลย ทั้งร่างกายทั้งเสือก็หายไป เหลือแต่จิตล้วนๆ ยืนอยู่ตรงนั้นตั้งนานโดยไม่รู้สีกว่านาน พอถอนออกมาก็เห็นเทียนที่จุดไว้ในโคมไฟได้ไหม้หมดไปแล้ว ถ้าไม่ชอบนั่งหลับตาพุทฺโธฯ ก็ต้องไปอยู่ที่เปลี่ยวๆ กัลลวๆ เวลาไปพบอะไรแรงๆเข้า จะเป็นกระตุ้นให้จิตรวมลง ถ้าไม่รวมลงก็เป็นบ้าไปเลย มีรายหนึ่งทีในวงกรรมฐานเล่ากันว่า อยากจะเป็นเหมือนหลงปุชอบ อยากจะไปเจอเสือ พอไปเจอเสือจริงๆแล้วภาวนาไม่ได้ จิตใจลั่นไปหมด พอได้ยินเสียงโกล์เข้ามาทีวิ่งเข้าหมู่บ้านเลย พอเจอคนในหมู่บ้านก็พูดไม่เป็นภาษาเลย ถ้าอย่างนี้ก็อย่าพึ่งไป เพราะสติยังไม่แก่กล้าพอ การปฏิบัติจึงต้องรู้กำลังของตน ไม่ใช่เห็นคนอื่นทำได้ก็จะทำบ้าง ต้องค่อยๆไปที่ละขั้น ถ้ากลัวก็ให้อยู่ในกุฏิก่อน พอหาย

กลัวแล้วก็ให้ออกมาอยู่ข้างนอกกุฏิ ออกมานั่งที่ศาลา หรือเข้าไปอยู่ในป่าลึกๆ ต้องขยับไปที่ละขั้น

ถาม ในการเจริญสติวิปัสสนา ก็คือการตามรู้เท่ารูปนามใช้ใหม่เจ้าคะ

ตอบ เป็นการฝึกตั้งสติมากกว่า

ถาม ถ้าเป็นสติก็จะเห็นเพียงกายกับใจที่เคลื่อนไหวอยู่ คือจะไม่เห็นในรูปของความตายที่เป็นนิमित แสดงว่าการทำแบบนี้เป็นสมณะเท่านั้นเอง แต่เข้าใจว่าเป็นวิปัสสนา

ตอบ เป็นวิปัสสนาแบบหยาบๆ ถ้าเห็นการเปลี่ยนแปลงของกาย เห็นการเปลี่ยนแปลงของอารมณ์ต่างๆ แต่ยังไม่พอ เพราะเป้าหมายของการเจริญ อยู่ที่การกำจัดความโลภความโกรธความหลง เพื่อให้รับกับการเปลี่ยนแปลงให้ได้ เช่นร่างกายจะตายวันนี้จะรู้สึกเฉยๆได้หรือไม่ จะรับได้หรือไม่ อยู่ที่ตรงนี้ ตอนนี้อะไรก็รู้ว่าร่างกายต้องแก่เจ็บตาย แต่ยังเป็นทฤษฎีอยู่ ยังไม่ได้เจอของจริง แต่ถ้าหมอบอกว่ามีเวลาอยู่ ๓ เดือน จะรับได้ไหม จะรู้สึกเฉยๆได้ไหม ถ้าได้ก็แสดงว่าได้ผล แต่ถ้าไม่ได้ก็แสดงว่ายังไม่ได้ผล จึงต้องไปพิสูจน์กับของจริง เวลาปฏิบัติอยู่ในบ้านเหมือนกับชกต่อยกับกระสอบทราย ไม่เหมือนชกต่อยบนเวที แต่ก็เป็นการเริ่มต้นที่ดี เป็นการฝึกสติไว้ควบคุมจิตใจ เพื่อเป็นฐานของปัญญา ที่เห็นว่ามีภารกิจดัดเบา ไม่เที่ยงแท้แน่นอน จะรับกับความจริงนี้ได้หรือไม่ ก็ต้องพิสูจน์ดู รู้ทางทฤษฎีว่าร่างกายต้องแก่เจ็บตาย ก็ต้องพิสูจน์ดูว่าปล่อยวางได้หรือไม่ ถ้าปล่อยวางได้ ไปอดข้าวในป่า อยู่วัดป่า ๓ วันไม่ต้องกินข้าวก็ได้ ไปนอนที่ไหนก็ได้ ให้นอนที่ไหนก็นอนได้ ให้อยู่ในป่าซำก็อยู่ได้ ถึงจะพิสูจน์ได้ว่าการปฏิบัติได้ผลหรือไม่

ถาม จริงๆแล้วควรเจริญทั้งสมาธิทั้งปัญญาควบคู่กันไปใช้ใหม่คะ

ตอบ ทำสลับกันไป ถ้าสมาธิยังไม่เต็มที่ ปัญญาจะทำงานไม่ได้ผลเต็มที่ สมาธิจะเต็มที่ ได้จิตต้องรวมลง เหลือเพียงแต่สักแต่ว่ารู้ ปล่อยวางร่างกาย รูปเสียงกลิ่นรส

โผฏฐัพพะต่างๆ ถึงแม้จะมาสัมผัสแต่จิตจะไม่ยุ่งเกี่ยวกับ จะอยู่นิ่งๆตามลำพัง ถึงจะมีพลังเบรกกิเลส เพราะการทำสมาธิเป็นการหยุดจิต เมื่อจิตหยุดกิเลสก็ทำงานไม่ได้ แต่เราไม่เคยหยุดจิตมาก่อน จึงไม่รู้จะหยุดอย่างไร เหมือนขับรถแต่ไม่รู้ว่าจะเบรกอยู่ตรงไหน รู้แต่คันเร่ง พอถึงเวลาจะเบรกก็นเบรกไม่ได้ ที่เรามา นั่งสมาธิกัน ก็เพื่อหาคันเบรกของจิต ให้รู้จักวิธีหยุดจิต พอรู้แล้วเวลาเกิดกิเลส ขึ้นมาก็คงหยุดกิเลสได้ ถ้าไม่มีสมาธิก็เหมือนกับไม่รู้ว่าจะเบรกอยู่ตรงไหน พอเกิด กิเลสขึ้นมาก็คงหยุดไม่ได้ พอพิจารณาความตาย แทนที่จะสงบกลับฟุ้งซ่านขึ้นมา เพราะไปกระตุ้นความกลัวให้มีมากขึ้น แทนที่จะทำให้ปลงกลับไม่ปลง เพราะไม่มีสมาธิ จึงปลงไม่ได้

ถาม คือเขาไม่สบายใจ

ตอบ เพราะจิตยังไม่มีสมาธิ

ถาม คือพิจารณาตามรู้

ตอบ เพราะอยากปฏิบัติแบบง่ายๆสบายๆ ตามรู้รูปนาม เกิดดับๆ ไม่ได้ต่อสู้กับกิเลส เวลากิเลสทำอะไรก็ไม่ได้กำหนดดู เวลาอยากจะได้อะไรก็ไปทำตามความอยาก อยากไปดูหนังก็ไปดู พอดูแล้วความอยากดูหนังหายไป ก็ว่ามันดับไป อย่างนี้ใช้ไม่ได้

ถาม เวลาพิจารณาเห็นกิเลส ปรากฏว่าเป็นกิเลสในตัวเรา แต่พอพิจารณาเข้าไป กลับเห็นกิเลสอยู่ในขันธุ์

ตอบ ความจริงกิเลสไม่ได้อยู่ในขันธุ์ แต่อยู่ในจิต ขันธุ์ไม่มีกิเลส ขันธุ์ของพระพุทธเจ้า กับของปุถุชนก็เหมือนกัน แต่ใจของพระพุทธเจ้ากับใจของปุถุชนไม่เหมือนกัน ใจของพระพุทธเจ้าไม่มีกิเลส แต่ใจของปุถุชนมีกิเลส

ถาม แสดงว่าเราก็คงหลงจิตของตัวเอง

ตอบ เราหลงทุกสิ่งทุกอย่าง หลงรูปเสียงกลิ่นรสโณภูมิจึงพะ ก็เกิดความโลภขึ้นมา ถ้าไม่หลงก็จะไม่เกิดความโลภขึ้นมา

ถาม อย่างนี้เราต้องถอยกลับมาที่สมาธิ

ตอบ ถ้าพิจารณาต้องอยู่ที่ไตรลักษณ์เสมอ สิ่งต่างๆที่เราสัมผัสรับรู้ ต้องเห็นว่าเป็นทุกข์เป็นอนิจจังเป็นอนัตตา เมื่อเห็นแล้วก็จะไม่อยากได้อะไร

ขั้นของพระพุทธรเจ้า ของพระอรหันต์ กับของปุถุชนก็ไม่ต่างกัน เป็นเพียงเครื่องมือเท่านั้นเอง อยู่ที่ใครจะเอาไปใช้ ถ้าธรรมะเอาไปใช้ อย่างหลงตาทำนก็เอามาเทศน์สั่งสอน ท่านก็ใช้ขั้น ๕ ใช้ร่างกายพูด ใช้สังขารคิดปรุงแต่ง ใช้วิญญานรับรู้สิ่งที่ท่านคิดแล้วแสดงออกไป รับรู้รูปเสียงกลิ่นรสโณภูมิจึงพะต่างๆ เวลาสนทนาก็ต้องใช้ขั้นเหมือนกัน แต่ใจของท่านไม่มีความโลภความโกรธความหลง เวลาสัมผัสกับสิ่งต่างๆ ใครจะให้อะไรมามากน้อยเพียงไร ก็ไม่ถืออกดีใจหรือเสียอกเสียใจ ใจของท่านเป็นปกติธรรมดา เป็นกลาง แต่ใจของพวกเราไม่เป็นเช่นนั้น ให้มาน้อยก็บ่น ให้มามากก็อยากจะได้มากกว่านั้นอีก ขั้นเป็นเพียงเครื่องมือเครื่องมือ เป็นเหมือนรถยนต์ คนไม่เมากับคนเมาขับจะไม่เหมือนกัน คนเมาขับก็ไปชนแหกเลย คนไม่เมาก็จะขับอย่างปลอดภัย พาผู้โดยสารไปถึงจุดหมายปลายทางโดยสวัสดิภาพ ไม่สร้างความเดือดร้อนให้กับผู้อื่น ขั้นก็เป็นอย่างนี้ ถ้าเป็นเครื่องมือของกิเลสก็จะเป็นโจรผู้ร้าย มีขั้น ๕ เหมือนกัน แต่มีวิชาความโลภความโกรธความหลงพาไป แต่ขั้นของพระอริยเจ้ามีแต่ธรรมะพาไป จึงทำแต่สิ่งที่ดีที่งามเป็นคุณเป็นประโยชน์ ขั้นไม่ได้เป็นของใคร เป็นสภาวะธรรม เวลาเกิดการปฏิบัติ ธาตุของแม่กับพ่อมารวมกัน แล้วก็จะมีจิตมายึดครอง เหมือนกับการผลิตรถยนต์ที่ต้องสั่งจองไว้ก่อน เพราะผลิตไม่ทัน ต้องซื้อใบจองกัน ร่างกายก็เหมือนกัน พอธาตุของพ่อแม่มารวมกัน ก็มีดวงจิตดวงวิญญาณมาจอง แล้วก็รอจนคลอดออกมา แล้วก็ว่าเป็นของฉัน เอาไปใช้ทำโน่นทำนี่ ไม่ได้ทำตามพ่อแม่ พ่อแม่อยากจะให้เรียนกลับหนีไปเที่ยว พ่อแม่อยากจะให้บวชก็ไม่บวช พ่อแม่อยากให้เป็นกษัตริย์ก็กลับไปบวชเสีย เพราะใจของแต่ละคนไม่เหมือนกัน เคยสะสมมาทางไหนก็จะไปทางนั้น ถ้าสะสมมาทางธรรมะก็จะไปทางธรรมะ ถ้าสะสมมาทางกิเลสก็จะไปทางกิเลส แต่ขั้นเป็นกลางๆ แล้วแต่ใคร

จะมาครอบครองเป็นเจ้าของ ถ้าเรามาจองร่างกายนี้ช้ากว่าคนอื่น ก็จะเป็นของคนอื่นไป ก็ต้องไปหาร่างกายอื่นแทน ส่วนร่างกายนี้เขาจะไปทำอะไรก็ได้ จะไปเป็นโจรก็ได้ เป็นนักการเมืองก็ได้ ใจชอบอะไรก็จะพาร่างกายไปทำตามที่ชอบ

ถาม ถ้าธาตุขันธ์ของพระอรหันต์ไม่มีแล้ว แต่ก้ไปแล้ว ดวงจิตของท่านเมื่อพ้นไปแล้ว หลังจากละทิ้งขันธ์แล้ว ก้ไม่มีสภาพอยู่ แต่อยู่ในอวกาศของจิตของธรรมหรือคะ

ตอบ จิตไม่ได้อยู่ในมิติของความกว้างแคบ ของกาลเวลา จะพูดว่าอยู่ตรงนั้นอยู่ตรงนี้ ไม่ได้ จะว่ากว้างใหญ่เท่ากับจักรวาลก็ได้ เท่ากับห้องฟ้าก็ได้ หรือเล็กเท่ากับร่างกายก็ได้ เท่ากับตัวมดก็ได้ แล้วแต่ว่าจะเอาอะไรมาเป็นตัววัดจิต ถ้าเอาร่างกายเป็นตัววัด จิตก็ใหญ่เท่าร่างกาย ถ้าเอาช้างเป็นตัววัด จิตก็จะใหญ่กว่า แต่ความจริงจิตไม่ได้เป็นตัวช้าง ไม่ได้เป็นตัวมนุษย์ เหมือนกับโทรศัพท์มือถือที่มีหลายขนาด มีทั้งเล็กมีทั้งใหญ่ แต่คลื่นที่เข้าไปในเครื่องโทรศัพท์ก็เข้าไปได้หมดทุกเครื่อง จิตเป็นเหมือนกระแสคลื่นที่เข้ามาครอบร่างกาย สามารถไปได้ทั่วจักรวาลภายในเสี้ยววินาที อย่างที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสไว้ว่า เพียงแต่อาฆนออกไปบ๊บบก็ไปถึงแล้ว ถึงโลกนั้นถึงโลกนี้แล้ว อย่าไปคิดเรื่องจิตมากนัก เพราะเป็นอจินไตยสำหรับผู้ที่ไม่ปฏิบัติ แต่สำหรับผู้ปฏิบัติจะรู้อยู่แก่ใจ รู้ว่าไม่จำเป็นต้องรู้ว่าจิตอยู่ตรงไหน เพราะอยู่กับตัวตลอดเวลา ที่คุยกันอยู่นี้ก็คือตัวจิต ไม่ใช่ร่างกาย ที่เป็นเพียงเครื่องมือของจิต แต่จิตมองไม่เห็นตัวจิตเอง ก็เลยคิดไปต่างๆนาๆ จิตไม่รู้จักตัวเอง เพราะไปหลงยึดร่างกายเป็นตัวจิต ตัวเราที่แท้จริงคือตัวจิต เราอยู่ตรงไหนจิตก็อยู่ตรงนั้น จิตอยู่ตรงไหนเราก็อยู่ตรงนั้น แต่เราไม่รู้ เพราะไม่เคยเห็นจิตอยู่ในสภาพของจิตล้วนๆ แต่เห็นอยู่กับร่างกาย เห็นอยู่กับรูปเสียงกลิ่นรสโผฏฐัพพะ ก็เลยคิดว่าจิตอยู่ตรงนั้น

ถาม ติดในสมมุติ

ตอบ ใช่แล้ว

ไม่ต้องกังวลเรื่องของจิต เพราะจิตเป็นธรรมชาติที่ไม่เกิดไม่ดับไม่สลาย เหมือนธาตุ ๔ ดินน้ำลมไฟ ก็ไม่หายไปไหน มารวมกันเป็นอย่างนั้นเป็นอย่างนี้ แล้วเดี๋ยวก็กลายเป็นอย่างอื่นไป เช่นอาหารที่เรารับประทานเข้าไป ก็มาจากการผสมผสานของดินน้ำลมไฟ มาเป็นผักเป็นเนื้อเป็นผลไม้ พอเข้ามาในร่างกายส่วนหนึ่งก็เป็นขนเป็นผมเป็นเล็บเป็นฟัน ฯลฯ ส่วนที่ร่างกายไม่ต้องการก็ถ่ายออกมา ก็กลับไปสู่ดินน้ำลมไฟอยู่ดี เวลาถ่ายในป่า พอแห้งก็กลายเป็นดินไป น้ำก็ระเหยไป วนไปเวียนมาอยู่อย่างนี้ ไร้ไซเคลไปเรื่อยๆ ถ้าพูดภาษาสมัยใหม่ จิตก็ไร้ไซเคลไปเรื่อยๆ จากร่างนี้ก็ไปอีกร่างหนึ่ง ก็ยังเป็นจิตอยู่อย่างเดิม ปัญหาไม่ได้อยู่ที่รู้ว่าจิตเป็นอะไร แต่อยู่ที่ว่าจะทำอย่างไรกับจิตต่างหาก จะทำอย่างไรไม่ให้จิตทุกข์ ปัญหาอยู่ตรงนั้น เหมือนกับคนที่ถูกยิงด้วยลูกธนู ฝังอยู่ในร่างกาย มีคนจะมาช่วยเอาลูกธนูออก มารักษาแผลให้ ก็ห้ามไว้ก่อน อย่าเพิ่งทำอะไร ไปถามก่อนว่าคนที่ยิงชื่ออะไร เป็นผู้หญิง ผู้ชาย มีอายุเท่าไร เป็นคนชั้นไหน ถ้ามีไปหาข้อมูล แผลก็เน่าตายพอดี นี่ก็เหมือนกัน ไม่ต้องไปรู้หรือกลัวใจเป็นอย่างไร กว้างใหญ่ ลึกแคบ อยู่ตรงไหน เวลาบริสุทธิ์แล้วจะเป็นอย่างไร ไม่ต้องไปสนใจ รักษาให้หายเถอะ ทำให้บริสุทธิ์เถิด ปัญหามันอยู่ตรงนั้นแล้ว แล้วจะรู้เอง ไม่ต้องไปสงสัยว่าพระพุทธเจ้าตายไปแล้วจะไปอยู่ตรงไหน สามารถติดต่อกับเราได้หรือไม่ วันนี้ก็มีคนมาถามว่า พระพุทธเจ้าพระอรหันต์ที่นิพพานไปแล้ว ยังติดต่อกับคนที่มีชีวิตอยู่ได้หรือไม่ ก็บอกว่าไม่รู้แน่ แต่ก็มีพระอาจารย์ท่านเล่าว่า เวลาท่านเข้าสมาธิ ก็มีพระพุทธเจ้าพระอรหันต์มาสนทนาธรรมกับท่าน จะมาในรูปแบบไหนก็ไม่รู้เหมือนกัน มาหรือไม่ ก็ไม่ได้แก้ปัญหามาของเรา ถ้ามาแสดงธรรม แต่เราไม่เอามาปฏิบัติก็ไม่เกิดประโยชน์อะไร ถ้าไม่มาแต่เราเอาระรณะคำสอนของท่านมาปฏิบัติ ก็จะเกิดประโยชน์ เพราะฉะนั้นไม่ต้องไปคิดว่านิพพานเป็นอย่างไร พระพุทธเจ้านิพพานไปแล้วหายไปไหน สาสัญญหรือเปล่า เป็นปัญหาโลกแตก คิดไปก็ไม่เกิดประโยชน์อะไร มาทำหน้าที่ที่ต้องทำดีกว่า มานั่งสมาธิกันให้จิตสงบ มาเจริญปัญญา พิจารณาอสุภะ พิจารณาปฏิฆะทุกครั้งก่อนจะรับประทานอาหาร จะได้เป็นศิษย์มีครู

พระณรวเวลาจะใช้สอยปัจจัย ๔ ท่านบังคับให้พิจารณา เรียกว่าปฏิสังขาโยนิโส ให้พิจารณาจิ๋ว อาหารบิณฑบาต ที่อยู่อาศัย ยารักษาโรคทุกครั้งที่จะบริโภค จะ

รับประทานอาหารเพื่อดับความหิว ไม่ได้รับประทานอาหารเพื่อความสนุกสนานเฮฮา เหมือน
คนบางคนเวลากินอาหาร ต้องจัดงานเชิญคนมาเป็นร้อย อย่างนี้ไม่ใช่เรื่องของการกิน
อาหารแล้ว ไม่ได้ปฏิบัติสัจจาโยนิโสไม่ได้พิจารณาถึงเหตุผลตามธรรมชาติ การใส่เสื้อผ้าก็เพื่อ
ปกปิดร่างกายเท่านั้นเอง ถ้าพิจารณาก็จะไม่ซื้อเสื้อผ้าชุดละหมื่นชุดละแสนกัน ประดับ
พลอยประดับเพชร เป็นบ้ากันไป ดิตไปทำไม มันได้ประโยชน์อะไร เสื้อผ้าที่ไม่ได้
ประดับเพชรประดับพลอย ก็ปกปิดร่างกายได้เหมือนกัน เพราะไม่ปฏิบัติสัจจาโยนิโส ถ้า
พิจารณา เวลาจิวรเก่าแล้วต้องปะ จะได้ไม่รั้งเกียด ถ้าหลงตามแฟชั่นเวลาเห็นคนอื่นใส่
ผ้าใหม่ๆไม่มีปะเลย จะรู้สึกน้อยอกน้อยใจมีปมด้อย อย่างพระมหากัสสปะนี่ ผ้าทำปะ
จนไม่เห็นผ้าผืนเดิม ก็ยังใช้ได้อยู่ ใช้เพื่อปกปิดร่างกายเท่านั้น ไว้ห่มไว้ห่อร่างกาย ถ้า
พิจารณาอย่างนี้แล้วความหลงในเครื่องนุ่งห่มจะถูกล้างไปหมดเลย จะอยู่อย่าง
พอเพียงจริงๆ อยู่อย่างสมณะจริงๆ

ถาม บางคนว่านิพพานเป็นอัตตาเป็นอนัตตา หมายความว่าอย่างไร

ตอบ ไม่ทราบเหมือนกัน แต่เคยได้ยินหลวงตาเล่าให้ฟังว่า นิพพานไม่ใช่ทั้งอัตตาและ
อนัตตา เพราะเป็นสมมุติ ท่านว่านิพพานเป็นวิมุตติ ไม่อยู่ภายใต้มิติของสมมุติ
อนัตตามีไว้เพื่อกำจัดความหลง ที่คิดว่ามีอัตตาตัวตนในสิ่งต่างๆ เช่นในร่างกาย
ก็เลยเอาอนัตตามาแก้ ให้เห็นว่าเป็นเพียงดินน้ำลมไฟ มีตัวตนได้อย่างไร
ร่างกายก็เป็นดินน้ำลมไฟ ไม่มีตัวตน ต้องเอาอนัตตามาแก้ มาทำลายอัตตา ตัว
จิตที่พิจารณาก็ไม่ได้เป็นตัวเป็นตน เป็นตัวรู้ เป็น ๑ ในธาตุทั้ง ๖ คือดินน้ำลม
ไฟ อากาศธาตุและธาตุรู้คือจิต เพียงแต่จิตมีความหลง คิดว่าดินน้ำลมไฟเป็นตัว
เป็นตน แล้วก็ไปทุกข์กับมัน จึงต้องมาแก้ปัญหาคือความทุกข์ความหลงผิด ที่
เห็นว่าเป็นตัวเป็นตน ก็ต้องใช้อนัตตาเป็นตัวแก้ เมื่อพิจารณาเห็นว่าเป็นอนัตตา
แล้วก็ปล่อยวาง ถ้าเราเห็นว่าร่างกายเป็นเพียงวัตถุ เหมือนแก้วใบหนึ่ง เวลาเป็น
อะไรไปเราก็ไม่เดือดร้อน จะเฉยๆ เพราะปล่อยวางแล้ว พอปล่อยวางหมดแล้ว
จิตก็หลุดพ้น จิตก็นิพพาน เป็นจิตที่บริสุทธิ์ ไม่มีความโลภความโกรธความหลง
ไม่เกี่ยวข้องกับอัตตาหรืออนัตตา จิตไม่ได้เป็นอัตตาหรืออนัตตา เป็นธาตุรู้

เหมือนดินน้ำลมไฟ ก็ไม่ได้เป็นอัตตาหรืออนัตตา แต่เมื่อไปว่าเป็นอัตตา จึงต้องเอาอัตตามาแก้ว่าไม่เป็นอัตตา เป็นดินเป็นน้ำเป็นลมเป็นไฟ

ที่ต้องเสียเวลาคิดกับเรื่องเหล่านี้กัน ก็เพราะไม่ปฏิบัติกัน อ่านแล้วก็จินตนาการกัน อวดรู้อวดเก่งกัน เป็นตาบอดคลำช้าง แต่ละคนก็ว่าตนถูกทั้งนั้น คนที่ไปคลำท้องช้างก็ว่าช้างเป็นเหมือนฝาผนัง คนที่ไปจับหางก็ว่าเป็นเหมือนเชือก คนที่ไปจับวงก็ว่าเป็นเหมือนงู ก็ไม่มีใครผิด แล้วก็เถียงกัน เพราะเห็นเพียงบางส่วน เห็นไม่ครบทุกส่วน ถ้าศึกษาแต่ไม่ได้ปฏิบัติ ก็จะจินตนาการไป เหมือนคนที่ไม่เคยไปส่องกง เพียงแต่อ่านเรื่องของส่องกง แล้วก็จินตนาการไปต่างๆ นานา ถูกบ้างผิดบ้าง แล้วก็มาเถียงกัน คนที่เคยไปมาแล้วก็จะไม่มาเสียเวลาเถียงกับคนที่ไม่เคยไป เเถียงไปก็ไม่เกิดประโยชน์อะไร ชื่อตัวเครื่องบินให้เขาไปดูเลยดีกว่า จะง่ายกว่า พวกเราก็เหมือนกัน อยากจะรู้ว่านิพพานเป็นอัตตาหรืออนัตตา ก็ภาวนาไปเรื่อยๆ มรรค ๘ ก็เดินไปซิ ก็ต้องถึงจนได้ ถึงแล้วก็จะไม่เถียงใคร ไม่เห็นมีพระอรหันต์มานั่งเถียงกัน ว่าเป็นอัตตาหรือเป็นอนัตตา มีแต่พวกที่ไม่เป็นที่เถียงกันอยู่เรื่อย

ถาม การที่เรามีพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่ง แล้วก็ไปไหว้ศาลพระภูมิของที่ทำงาน ที่เขาจะไหว้ทุกปี และก็ต้องให้หมันไปไหว้ ก็คิดว่าเอ๊ะมันถูกต้องหรือเปล่า ที่เรามีพระรัตนตรัยอยู่แล้ว แต่ยังไปไหว้เจ้าที่เจ้าภูมิ

ตอบ ถ้าคิดว่าเจ้าที่เจ้าภูมิเป็นเจ้าของบ้าน เป็นผู้หลักผู้ใหญ่ แล้วก็ไหว้เขา เพื่อไม่ให้เสียมารยาท ก็ไม่ขัดกับพระรัตนตรัย การไหว้กันไม่ได้หมายความว่ายึดเป็นสรณะ เพราะสรณะของศาสนามีอยู่คำเดียวเท่านั้น ก็คือกรรม ให้ยึดหลักกรรม ถ้าเรายึดเราเชื่อในหลักกรรม แสดงว่าเรายึดในพระรัตนตรัย แต่ถ้าเชื่อฮวงจุ้ย เชื่อดวงเชื่อดาว เชื่อการทำนายทายทัก แสดงว่าเราห่างเหินจากพระรัตนตรัย เช่นเวลาทำมาค้าขายไม่ขึ้นเลย ก็เปลี่ยนชื่อบริษัท เปลี่ยนชื่อของตัวเองเพื่อจะได้เจริญก้าวหน้า อย่างนี้ก็ได้ถือพระรัตนตรัยเป็นสรณะเลย ถ้าเป็นสรณะก็ต้องยึดการทำมาค้าขาย ถ้าซี้เกียจก็ทำให้ซ้นมากขึ้น ทำงานให้ชนะใจเจ้านายให้ได้ ไป

ตั้งแต่ที่ ๕ เลย เลิก ๒ ทุ่ม ก็จะได้ขึ้นเงินเดือน รับรองได้ขึ้นแน่ๆ แต่ถ้าไปสาย กลับก่อน แล้วจะเจริญได้อย่างไร อยู่ที่การกระทำของเราเป็นหลัก อย่างอื่นเป็นเพียงส่วนประกอบ บางทีก็จำเป็น เช่นจะมาที่นี่ก็ต้องนัดวันกัน จะมาวันจันทร์ก็มาไม่ได้ แต่ไม่ได้เป็นตัวสำคัญ ตัวสำคัญอยู่ที่การมาทำบุญ มาฟังเทศน์ฟังธรรม มาปฏิบัติ วันเวลาเป็นเพียงตัวประกอบ ทางศาสนาถือฤกษ์สะดวกเป็นหลัก ไม่ต้องให้หมอดูว่า จะทำวันไหนดี สะดวกเมื่อไรก็ทำเมื่อนั้นเลย เวลาเจ็บไข้ได้ป่วย ต้องไปดูฤกษ์ก่อนหรือเปล่า จะไปหาหมอวันไหนดี พอปวดบั้นก็วิ่งหาหมอทันที สรรณะก็คือกรรมนี่แหละ ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว ทำความดี ละบาป กำจัดความ โลกความ โกรธความหลง นี่คือหลักของสรรณะ อยู่ตรงนี้ ไม่ได้้อยู่ตรงไหน อย่างอื่นเป็นส่วนประกอบให้ถูกกับกาลเทศะ ไม่ขัดกับสังคัม ถ้าสังคัมเขาไหว้พระภูมิ เราก็ไหว้ไป แต่ไม่ได้ไปหลงไปกับเขา เขาทำพิธีอะไรก็ทำตามเขาไป แต่ไม่ได้ไปทำเพราะเชื่อหรืออยากจะได้อะไร เป็นการเข้าสังคัมเมื่อมีความจำเป็น

ถาม แปลว่าภายนอกเราอาจจะยกมือไหว้ แต่ภายในใจเราอาจจะนึกถึง พระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ก็ได้ ไช้ไหมครับ เช่นยกมือไหว้พระภูมิเจ้าที่ที่ไหว้ แต่ใจเรานึกถึง พระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์เป็นหลัก

ตอบ ในใจเราทำอะไรก็ได้ ถ้าใครก็ได้ ใครจะไปรู้ บางที่เราต้องไหว้คนที่เราเกลียดเราก็อไหว้ไป แต่ในใจเราอาจจะดำเขาก็ได้

ถาม ที่บ้านมีศาลพระภูมิ เราก็อยกมือไหว้ จำเป็นต้องบูชาหรือไม่คะ

ตอบ ถ้าเชื่อมั่นในพระรัตนตรัยก็ไม่จำเป็น อย่างพระโสดาบันท่านไม่ไหว้อะไรทั้งนั้น ท่านเชื่อมั่นในพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ เชื่ออย่างอื่นไหว้อย่างอื่นก็เป็น สิลัพพตปราชมาส ไม่เห็นว่าดีชั่วอยู่ที่กรรม อยู่ที่การกระทำ อยู่ที่ศีลธรรม ถ้าตั้งมั่นอยู่ในศีล ๕ แล้ว ไม่ต้องไปไหว้อะไรก็ได้ แต่บางทีก็ต้องทำไป เพื่อไม่ให้ขัดกับความรูสึกของผู้อื่น ถ้าผู้อื่นอยากจะทำไหว้ศาลพระภูมิ ก็ไม่ต้องไปขวางอยากจะทำก็ตั้งไป อยากจะทำไหว้ก็ไหว้ไป อยากจะให้เราไหว้ด้วย ก็ไหว้ไป ให้เขา

สบายใจ จะได้อยู่กันอย่างร่มเย็นเป็นสุข ไม่ทะเลาะกัน การกระทำของเรา แบ่งเป็น ๒ ลักษณะคือ ๑. เป็นกิริยาเฉยๆ ๒. เป็นแบบจริงจัง ถ้าเป็นพระโศดบันเวลาไปวัดแล้วมีการสมาทานศีล ท่านก็สมาทานไปกับเขา แต่ความจริงจิตของท่านมีศีล ๕ อยู่ตลอดเวลาอยู่แล้วไม่ว่าจะสมาทานหรือไม่ เพราะเป็นธรรมชาติของพระโศดบัน แต่เมื่ออยู่ในสังคมที่มีการสมาทาน ก็สมาทานตามเขาไป ไม่ประกาศว่าไม่ต้องสมาทานแล้ว การสมาทานไม่ได้ทำให้เกิดศีลขึ้นมา เป็นการตั้งสังฆาธิฐานเท่านั้นเอง แสดงว่ายังไม่มีศีล ๕ ถึงต้องตั้งสังฆาธิฐานว่าจะรักษาศีล ๕ แต่คนที่ไม่มีศีล ๕ แล้วก็ไม่ต้องตั้งสังฆาธิฐาน เมื่อมีศีลอยู่แล้ว ถ้าไม่สมาทานตามเขาไป คนที่ไม่เข้าใจก็จะหาว่าอูตริ หาว่าเพี้ยน อยู่ในสังคมของคนเพี้ยน คนไม่เพี้ยนก็ต้องแก่งเพี้ยนตามไปด้วย

ถาม กลายเป็นชาติกันไปหมด เราเพี้ยนอยู่คนเดียว

ตอบ ก็จะเป็นอย่างนั้น ถือเสียงข้างมาก พวกมากลากไป

ถาม คำถามจากชาวใต้ห้วน เขายังไม่มั่นใจเรื่องชาติก่อนชาตินี้

ตอบ ต้องเชื่อคนที่รู้ไปก่อน ถ้ายังไม่แน่ใจก็ไม่ใช่ไร จะเชื่อก็ได้ไม่เชื่อก็ได้ ไม่สำคัญ สำคัญที่ทำความดีหรือไม่ เชื่อว่าเราสามารถมีความสุขได้จากการทำความดี เชื่อหรือไม่

ถาม เชื่อค่ะ

ตอบ ก็ทำความดีไปก็แล้วกัน ถ้าทำความดีไปเรื่อยๆแล้วต่อไปก็ให้เห็น ว่ามีชาติหน้ามีชาติก่อนหรือไม่ นั่งสมาธิแล้วจะเห็น

ถาม การนั่งสมาธิต้องกำหนดเวลาหรือไม่

ตอบ ไม่ต้อง ให้นานเท่าไรไต่ยิ่งดี

ถาม ถ้าวอดทนทำ เจ็บก็ปล่อยมัน

ตอบ ถูกแล้ว ไม่ต้องไปยุ่งกับมัน ไม่ต้องไปสนใจความเจ็บ ปล่อยให้เกิดขึ้นตั้งอยู่แล้วดับไปเอง ส่วนใจก็ภาวนาไป ถ้าสวดมนต์ก็สวดมนต์ไปเรื่อยๆ จะเจ็บจะปวดอย่างไรก็ปล่อยมันไป ไม่ต้องไปสนใจ ถ้าหายไปเองจิตก็จะสงบลงไป แล้วจะเห็นตัวจิต จะรู้ว่าตัวจิตกับร่างกายเป็นคนละตัวกัน เหมือนน้ำกับแก้วน้ำ เป็นคนละอันกัน เวลานั่งสมาธิจิตกับร่างกายจะแยกออกจากกัน จะรู้ว่าจิตเป็นอย่างหนึ่ง ร่างกายเป็นอีกอย่างหนึ่ง ร่างกายตายไป แต่จิตไม่ได้ตายไปกับร่างกาย ก็จะทำให้รู้ชาตีก่อนชาติหน้ามีจริง ร่างกายก็เหมือนเสื้อผ้า เสื้อผ้าชุดเก่าก็เหมือนชาตีก่อนที่ใส่ไม่ได้แล้วก็โยนทิ้งไป ก็เป็นเหมือนชาตีก่อน เสื้อผ้าที่ยังไม่ได้ซื้อมาก็เป็นชาติใหม่ แต่ร่างกายก็ยังเป็นร่างเก่า จิตกับร่างกายก็เช่นเดียวกัน ก็เป็นจิตเก่า เพียงแต่เปลี่ยนร่างกาย อาจจะเป็นร่างมนุษย์ อาจจะเป็นนกเป็นแมว อยู่ที่เราทำอะไรในวันนี้ ถ้าไม่รักษาศีล ๕ ก็ต้องไปเป็นนกเป็นปลาเป็นสุนัข แต่ถ้ารักษาศีล ๕ ได้ ก็จะกลับมาเป็นมนุษย์ได้อีกเรื่อยๆ สำคัญอยู่ที่ปัจจุบันว่าทำอะไร ถ้าทำแต่ความดีไม่ทำบาป ก็จะได้กลับมาเกิดเป็นมนุษย์อยู่เรื่อยๆ ได้มาทำความดีเพิ่มขึ้นไปเรื่อยๆ จนได้บรรลุเป็นพระพุทธเจ้าเป็นพระอรหันต์ไปในที่สุด จากนั้นก็ไม่ต้องไปเกิดอีกต่อไป

ถาม น้องเขาฝากถามว่า เวลาที่ถ่ายภาพนะค่ะ แล้วเห็นดวงๆ ไม่ทราบว่าเป็นดวงจิต ดวงธรรมหรือเปล่านั้น

ตอบ เห็นท่านผู้รู้บางท่านว่าเป็นพวกเทพ

ถาม ส่วนมากจะอยู่ในสถานที่ศักดิ์สิทธิ์

ตอบ ใช่ ที่แถวนี้ก็มี มีคนถ่ายภาพมีเป็นดวงๆ เมื่อ ๒ พรรษาก่อนมีพระอินโตะมาบวชอยู่ที่นี้ เขาก็ถ่ายตอนเดินลงเขา จะปรากฏเป็นดวงๆในภาพ แต่อัตมาไม่ยืนยันนะว่าเป็นเทพจริงหรือไม่ เป็นการวิเคราะห์ของผู้รู้บางท่าน บางทีก็จะปรากฏเป็นเส้นๆ เหมือนสร้อยคอทองคำ เช่นในงานศพของหลวงปู่ขาว หลวงปู่

ดุลย์ ที่บนเขาพระมณฑปก็มีเหมือนกัน ของพวกนี้ไม่ได้เป็นมรรค รู้ก็ได้ไม่รู้ก็ได้ ไม่ได้ทำให้กิเลสหมดไป เพียงแต่รู้ว่าเป็นความจริงอย่างหนึ่ง ว่าดวงวิญญาณมีจริง เวียนวายตายเกิดมีจริง แต่การเวียนวายตายเกิดไม่ได้หยุดจากภาพเหล่านี้ ต้องหยุดด้วยการปฏิบัติเท่านั้น แต่รู้ไว้ก็ดี ถ้าเสริมศรัทธาความเชื่อ ทำให้เกิดฉันทะความยินดีในธรรม วิริยะความขยันหมั่นเพียร ที่จะทำความดีให้มากยิ่งขึ้นไป โดยหลักแล้วถ้าส่งเสริมให้เราทำความดี ทำบุญมากขึ้น อย่างนี้ก็ดี คนบางคนต้องเห็นโลงศพก่อนถึงจะรีบทำบุญ การเห็นโลงศพก็ต้องถือว่าดี เพราะทำให้เราได้ทำบุญ

ถาม ผันเห็นโลงศพอะไรอย่างนั้นะครับ รีบไปปอเต็กตึ๊งซื้อโลงศพเลย

ตอบ อาตมาตอนอายุสัก ๑๒ ขวบก็ได้เห็นคนตาย ก็ติดตามติดใจมาตลอด ทำให้พิจารณาอยู่เรื่อยๆว่า คนนี้ก็ต้องตาย คนนั้นก็ต้องตาย เราก็ต้องตาย ไม่มีใครไม่ตายเลยสักคน คนที่เรารัก เช่นพ่อแม่ของเรา สักวันก็ต้องตาย คิดไปเรื่อยๆ พอตายไปก็รู้สึกเฉยๆ ไม่เศร้าโศกเสียใจ ร้องไห้ร้องไห้ ช่วยรักษาใจให้เป็นปกติ ถ้าไม่ได้คิดไตร่ตรองไว้ก่อน เวลาสูญเสียสิ่งที่รักไป แทบจะอยู่ต่อไปไม่ได้ เวลาเห็นอะไรควรน้อมเข้ามาเป็นมรรคให้ได้ ให้เป็นปัญญา ให้เป็นสมาธิ ให้เป็นศีล ให้เป็นทาน ถ้าเห็นแล้วทำให้ทำบุญมากขึ้นก็ดี เห็นแล้วทำให้รักษาศีลก็ดี เห็นแล้วทำให้หั่งสมาธิก็ดี เห็นแล้วทำให้พิจารณา ทำให้ปล่อยวางได้ยิ่งดีใหญ่ มีบางคนพิจารณาเห็นความเสื่อมของดอกไม้ ก็หลุดพ้นได้ ปล่อยวางได้ พิจารณาดอกไม้ว่าเหมือนกับทุกสิ่งทุกอย่างในโลกนี้ เพียงแต่ดอกไม้เสื่อมเร็ว ซ้อมมาปักไว้ในแจกันไม่กี่วันก็เฉาตายไป แต่คนใช้เวลานาน แต่จะนานหรือไม่ก็เหมือนกัน เกิดขึ้น ตั้งอยู่ แล้วก็ดับไป ถ้าพิจารณาเป็น เปรียบเทียบเป็น ก็บรรลุได้ ปล่อยวางได้ ท่านสอนว่าตามีไว้ดู หูมีไว้ฟัง ใจมีไว้คิด เวลาเห็นอะไรได้ยินอะไรก็ต้องโอปนโยโก น้อมเข้ามาให้เป็นธรรมะ ให้เป็นมรรค ให้เป็นปัญญา ไม่ใช่ชน้อมเข้ามาแล้วเกิดกิเลส เห็นเพชรพลอยแล้วตาลูกกวาวอยากจะได้ อย่างนี้ไม่ใช่โอปนโยโก ถ้าเห็นอย่างนี้ก็จะเห็นโทษ เห็นคนอื่นได้ตำแหน่งแล้วอยากจะได้บ้าง เกิด

ความอิจฉาริษยา เกิดความท้อแท้ ไม่มีกำลังจิตกำลังใจที่จะทำงาน อย่างนี้เห็นแบบกิเลส ถ้าเห็นคนอื่นได้ดีได้ดี ทำให้เกิดวิริยะความขยันหมั่นเพียรมากขึ้น ต้องทำให้ดีกว่าเขา เพื่อจะได้ดีกว่าเขา อย่างนี้ไม่เป็นโทษ แต่เป็นคุณ

ส่วนใหญ่มันอยู่ที่ตัวเรา ถ้าเราขี้เกียจทำงานแล้วจะเลื่อนเราขึ้นไปได้อย่างไร ก็ต้องเลื่อนคนที่ขยันกว่า แต่ถ้าเราขยันกว่าคนอื่น ไปทำงานตั้งแต่ตี ๕ เลิกงาน ๒ ทุ่มอย่างนี้ ไม่นานเขาก็จะเลื่อนเราขึ้นไปอย่างแน่นอน อย่างที่นี้ก็มีอยู่คนหนึ่งทำงานถางหญ้า คนอื่นทำงาน ๖ วันก็หยุดวันหนึ่ง แต่คนนี้ไม่หยุด มาเป็นยามเฝ้าประตูต่อ ทำอย่างนี้มาตลอดเลย ถามว่าทำไปทำไม เขาบอกว่าเขาชอบ เขามีความสุข อาชีพเก่าเป็นสัปเหร่อ เป็นโสด ไม่มีครอบครัว จิตใจของเขาอาจจะสูงกว่าพวกเราก็ได้ เขามีความสุขกับการกระทำอย่างนี้ เวลาทำงานก็ไม่ขี้เกียจ คนอื่นนั่งอุ้งกัน กินน้ำกินอะไรกัน นั่งๆนอนๆกัน แต่เขาทำของเขาไปเรื่อยๆ เวลามีธุระจะลาไปไหน ก็ไปได้อย่างสบายเลย จะไปเมื่อไหร่เจ้านายก็ให้ไปทันทีเลย จิตใจของคนมันแปลกนะ สามารถมีความสุขจากการกระทำ ไม่ต้องมีอะไร เวลาเฝ้าประตูเขาก็อ่านหนังสือธรรมะไป ฐานะของจิตใจไม่ได้ขึ้นอยู่กับเพศกับวัย อยู่ที่การพัฒนาด้วยบุญบารมี เขาจึงไม่กระตือรือร้นกับการเจริญทางโลกเท่าไร อาจจะยังไม่พร้อมที่จะบวช ยังไม่สุกงอม ก็ต้องบำเพ็ญไปก่อน

ถาม คุณแม่ฝากมาทำบุญค่ะ คุณแม่ไม่สบาย ขอท่านพระอาจารย์เมตตาแม่ด้วยเจ้าค่ะ

ตอบ ยังรักษาตัวเราไม่ได้เลย

ถาม ก็ว่าจะไปภาวนาค่ะ แต่คงต้องลดจำนวนวันลง

ตอบ ก็ดี ทำไปเกิด มันดีกับเราแน่นอน ก็อาจจะส่งผลให้ผู้อื่นด้วย แต่เราต้องยอมรับความจริง ต้องเจริญอนิจจังทุกขังอนัตตา เป็นเรื่องธรรมดา พยายามรับความจริงนี้ให้ได้ จะดีกว่า เราจะได้ดำเนินต่อไปอย่างปกติ คนไปก็ต้องไป เขาไม่เดือดร้อน คนที่เดือดร้อนคือคนอยู่มากกว่า คนอยู่ยังทำใจไม่ได้ ดำเนินชีวิตไป

อย่างปกติไม่ได้ มัวอยู่กับความทุกข์ ไม่เกิดประโยชน์อะไร การเจริญวิปัสสนาจะ
ช่วยเรามากกว่าช่วยคนที่เราห่วง

ถาม สงสารเขา นะคะ ไม่อยากให้เขาเจ็บปวด

ตอบ เป็นความหลง ไม่เห็นว่าคนเราเกิดมาต้องเจ็บป่วยเป็นธรรมดา เขาก็อยู่มานาน
แล้ว ก็ถึงเวลาที่เขาจะต้องไป ก็ต้องเป็นอย่างนี้

ถาม อยากให้เขามีจิตสงบ

ตอบ เป็นตัณหา

ถาม อยากให้เขาไปแบบสบายๆ ไม่ทรมาน

ตอบ ทางที่ถูกคือไม่ต้องไปอยากอะไรทั้งสิ้น เขาจะอยู่ก็อยู่ จะทรมานก็เรื่องของเขา
จะไปอย่างสบายก็เรื่องของเขา เพราะเป็นตัวของเขาเขาทำเขาเอง คนเราจะตาย
ตายอย่างสุขก็ได้ ตายอย่างทุกข์ก็ได้ ถ้าบำเพ็ญมากก็จะตายอย่างสุข ถ้าไม่บำเพ็ญ
มา ก็ตายอย่างทรมาน

ถาม เป็นผลของยาด้วยนะคะ

ตอบ ถ้าบำเพ็ญมากก็ไม่ไปหายา อย่างพระปฏิบัติ ท่านจะไม่เข้าโรงพยาบาล จะใช้ธรรม
โอสถเป็นหลัก ถ้าไม่พึ่งตนเอง ไม่พึ่งธรรมะ พึ่งแต่ยา พึ่งสิ่งต่างๆภายนอก ก็
เป็นอย่างนี้

ถาม เวลาญาติเราเจ็บป่วย ก็จะมีพี่น้องหลายคน คนนั้นอยากจะให้เข้าโรงพยาบาล
คนนั้นบอกไม่ต้อง คนนั้นอยากจะให้ทำโน้นทำนี่ จะเป็นการก้าวก่ายชีวิตคนอื่น
หรือเปล่าไม่ทราบ เป็นโทษเป็นภัยหรือเปล่าครับ

ตอบ ถ้าเพียงแต่เสนอ ไม่บังคับกันก็ไม่ใช่ไร ถ้าบังคับก็เป็นการก้าวก่าย ถ้าถามเขา
ว่าไปหาหมอไหม ถ้าบอกไม่ไป ก็จบเรื่อง การรักษาจึงขึ้นอยู่กับกำลังจิต ความ

พอใจของแต่ละคน อย่างพระปฏิบัติโดยเฉพาะอย่างยิ่งครูบาอาจารย์ จะไม่ค่อยไปหาหมอ ถ้าพอจะรักษาได้ก็ไป ถ้ารักษาไม่ได้ก็ปล่อยให้เป็นไปตามความจริง จิตใจของท่านไม่มีอะไรกับการอยู่การตาย ไม่ได้เดือดร้อนอะไร อยู่ไปก็ไม่ได้อะไรเพิ่มขึ้น เพียงแต่ต้องทำงานนานขึ้น

ถาม ถ้าตั้งจิตอธิษฐานให้กับแม่เขา จะได้รับไหม

ตอบ ถ้าได้คนเราก็จะไม่ตาย ไม่เจ็บไข้ได้ป่วย ไม่แก่กัน เป็นเพียงความปรารถนาดี ถ้าทำได้ควรช่วยคนเจ็บให้เจ็บน้อยลง แต่ไม่ควรบังคับเขา ไม่ควรทะเลาะกัน รุ้หนวยกันไปหมด ต้องเอาใจคนป่วยเป็นหลัก เขาเป็นโจทก์ ให้เขาเป็นผู้ตัดสินใจ ถ้าเราสามารถตอบสนองความต้องการของเขาได้ ถ้าเห็นว่ามีผิดอะไรก็ทำไป ถ้าเขาอยากจะทำตัวตาย ให้เราช่วยเขา อย่างนี้ก็ไม่ถูก ถ้าเขาบอกว่ามันทรมาณ ก็ให้เอาความทรมาณมาเป็นธรรมะ ทุกข์มีปัญญาบังเกิด ถ้าไม่ทุกข์ก็ไม่เกิดปัญญา ถ้าพิจารณาก็เห็นต้นเหตุ ความไม่อยากเจ็บ ไม่อยากตาย เป็นต้นเหตุทั้งนั้น ถ้าละต้นเหตุได้ทุกข์ก็จะดับไป ถ้าไม่มีปัญญาช่วยเขา ก็ต้องใช้อุเบกขา ไม่ต้องไปคิดว่าไม่มีความกตัญญู มันไม่เกี่ยวกัน เพราะเราทำอะไรไม่ได้ ไม่อยู่ในวิสัย แล้วเราก็ต้องดูแลใจของเราด้วย ถ้ากินไม่ได้นอนไม่หลับ ไม่สามารถดำเนินชีวิตอย่างปกติได้ แสดงว่าเรากำลังทำลายตัวเราเอง เราไม่ฉลาด ถ้าฉลาดก็ต้องดำเนินชีวิตไปอย่างปกติ มีหน้าที่อะไรก็ทำไป มีเวลาว่างก็ไปเยี่ยมดูอาการ ถ้าเฝ้าได้ตลอดเวลาทำให้ดีที่สุด การตายก็เป็นเหมือนการเปลี่ยนเสื้อผ้าเท่านั้นเอง เป็นการเปลี่ยนร่างกายใหม่ ถ้าทำบุญทำกุศลมาก็จะได้ของที่ดีกว่าเก่า ถ้าไม่ได้ทำก็จะได้ไม่ได้ ไม่มีใครทำให้กันได้ ต้องทำเอง **อตฺตาทิ อตฺตานิ นานาโถ** เป็นเรื่องบุญเรื่องกุศล เรื่องบาปเรื่องกรรม อยู่ตรงนั้น พระพุทธเจ้าทำแทนเราไม่ได้ ถ้าทำได้ปานนี้พวกเราไปถึงนิพพานกันหมดแล้ว

ถาม เราควรน้อมเข้ามาหาตัวเอง ว่าสักวันเราก็ต้องเจอภาวะอย่างนี้ ไข้ไหมครับ

ตอบ ใช่แล้ว ที่ให้ไปงานศพก็เพื่อให้ไปโบนียโก ให้ไปดูว่าต่อไปเราก็จะเป็นเหมือนเขา จะไปนอนในโลงเหมือนกัน เมื่อคิดอย่างนั้นแล้ว ก็จะกระตือรือร้นในการทำ ความดี ในการปล่อยวางร่างกาย

ถาม ครูบาอาจารย์เคยพูดว่าเวลาไปเผาศพ เวลาเดินขึ้นเมรุเอาดอกไม้จันทน์ไปวาง เหมือนเดินเข้าแถวเพื่อไปตาย

ตอบ เหมือนพวกวัวควายที่จะถูกเอาไปเชือด แต่เราไม่คิดอย่างนี้กัน พอเป็นขึ้นมาก็ สลายไปเสียแล้ว ทำอะไรไม่ได้แล้ว ทำได้ตอนนี้ ยังมีเวลามีโอกาสสร้างกรรมะให้ เกิดขึ้น เพื่อเป็นเกราะคุ้มครองจิตใจ ไม่ให้หวั่นไหวเดือดร้อนวุ่นวาย กับความ เป็นความตาย ของใครก็ตาม ของเราหรือของผู้อื่น จะรู้สึกเฉยๆ แต่ไม่ได้เฉย เฉย ไม่มีน้ำใจ มีความเมตตาความกรุณาเต็มเปี่ยมก็ช่วยอะไรไม่ได้ ไม่อยู่ใน สถานะที่จะทำอะไรได้ จึงไม่ควรเศร้าโศกเสียใจ พยายามทำให้ดีที่สุดในขณะที่ยังมีชีวิตอยู่ ทำความดีให้กับคนที่เรารักให้มากที่สุด เวลาเขาตายไปแล้วจะได้ไม่ ร้องไห้ร้องไห้เสียใจ บางคนเหมือนกับตัดจรีต เวลาตายไปแล้วก็ร้องไห้ร้องไห้ ให้น้ำโศกศพ ร้องไปทำไม ไม่เกิดประโยชน์อะไร ควรทำตอนที่เขายังมีชีวิตอยู่ ให้ เขามีความสุข อย่าไปมองเรื่องความเป็นความตายเป็นเรื่องใหญ่โตเลย คิดว่าเป็น เรื่องปกติ เหมือนพระอาทิตย์ขึ้นพระอาทิตย์ตก เกิดตายกันมานับไม่ถ้วนแล้ว มากกว่าพระอาทิตย์ขึ้นพระอาทิตย์ตกอีก แต่ก็จำไม่ได้ พอเกิดใหม่ก็ยึดติด เหมือนเดิม ทุกข์เหมือนเดิม