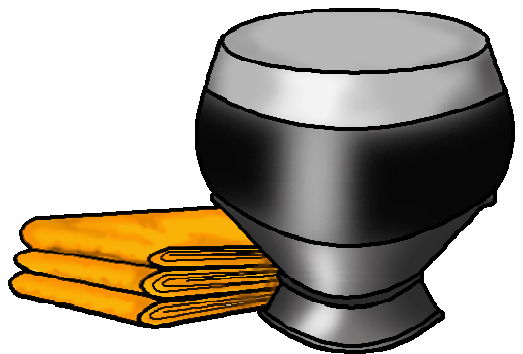


พุทธโฆษาจารย์

ตอบปัญหาธรรม



“ความด้อยลงแห่งกองทุกข์มิได้ เพราะความดับไปแห่งความเพลिन”

คำนำ

คณะศิษย์และคณะศรัทธาที่ร่วมสนทนาธรรมวันที่ 18 ธันวาคม พ.ศ. 2547 และวันที่ 5 มีนาคม พ.ศ. 2548 ณ วัดป่าพง เรียนถามพระอาจารย์ คีฤทธิ โสภิตโต ในเรื่องธรรมะและข้อสงสัยในการปฏิบัติธรรม

คณะศิษย์ขออนุญาตถอดคเทปบันทึกจัดทำเป็นหนังสือเพื่อเผยแพร่ในส่วนหัวข้อธรรมที่พิจารณาแล้วว่ามิใช่ประโยชน์ต่อผู้สนใจปฏิบัติ

คณะศิษย์วัดนาป่าพง

“จัดทำเพื่อเผยแพร่เป็นธรรมทาน”



สารบัญ

	เรื่อง	หน้า
	ละความเพติน	4
	เห็นเกิด-ดับ	19

ละความเพลิน

วันที่ 18 ธันวาคม พ.ศ. 2547

การทำงานนี้มันธรรมดาเลย มันต้องมีปัญหาที่มีข้อขัดข้องต่างๆ อันนี้บางทีวิธีแก้มันไม่ได้ไป แก้ที่ตรงตัวทำงาน เหมือนกับการฝึกพระ ฝึกคน หรือฝึกใครก็ตามเราฝึกให้เขามีธรรมะ ให้เขาเข้าใจ ธรรมชาติของจิตอย่างนี้ แล้วเดี๋ยวการทำงานมันดีไปเอง คือขอให้จิตดีอย่างอื่นมันดีไปหมด

พระพุทธเจ้าจึงให้มาเริ่มที่การฝึกจิตของตัวที่เจ้าของ ฝึกกายฝึกจิตของเรา ถ้าฝึกกายก็อยู่ใน กรอบของศีล ถ้าฝึกจิตหลักๆ เรื่องการฝึกจิตก็คือการที่เราไม่เพลิน นั่นก็คือความเพลิน ในการ ทำงานโลกธรรมมันก็ กระทบเราเป็นธรรมดา ลาภ ยศ สรรเสริญ สุข เมื่อเข้ายังคุยเรื่องโลกธรรม อยู่ จริงๆ เรื่องการพิจารณาโลกธรรมสามารถทำให้เข้าสู่วิมุตติได้เลย เมื่อเข้าอ่านคำสอนของ พระพุทธเจ้า ให้พิจารณาเรื่องโลกธรรม เห็นความไม่เที่ยงจนกระทั่งจิตสามารถปล่อยวางได้ จิต หลุดพ้นได้ก็เป็นมรรควิธีที่แปลกอีกอันหนึ่งซึ่งเรามองอาจจะเป็นพื้นๆ ยิ่งแค่เรื่องลาภ ยศ สรรเสริญ สุขทำไม ! ไปเข้านิพพานได้อย่างไร

นั่นก็คือความเพลินก็เป็นเหตุให้อารมณ์ของโลกธรรมมันตั้งอยู่นาน ทำงานมันก็มีเรื่องของ ความเห็น ความเห็นไม่ตรงกันบ้าง ธรรมดาเรื่องความเห็นไม่ตรงกันนี้ อย่างว่าแต่ญาติโยมไม่ตรงเลย พระอรหันต์ก็ยังมีความเห็นไม่ตรงกันเลย อย่างอาตมายกตัวอย่าง ให้ที่พระสารีบุตร พระโมคคัล ลานะ พระมหากัสสป พระอนิรุทธ์ พระอานนท์ เยอะเลย ระดับมหาสาวกไปอยู่ที่ในป่าโคสิงคาสลวัน ไปอยู่ที่บอ ก เอ๊ะ ! ป่านี้มันจะมีภิกษุประเภทไหนอยู่แล้วมันจะคินะ เป็นป่าทิ้งดงามสง่า ป่าที่ดี แต่ ละคนก็บอกตามความเห็นของตัวเอง พระมหากัสสป บอกต้องมีภิกษุผู้เลิศทางตรุรงค์มาอยู่ถึงจะดี พระอนิรุทธ์ต้องบอกต้องเลิศด้านทิพย์จักขุ พระสารีบุตรต้องเลิศด้านในการเข้าฌานสมาบัติ พระ โมคคัลลาก็บอกต้องมีผู้ที่ตอบพระอภิธรรมได้ไม่ติดขัด พระอานนท์ก็บอกต้องเป็นภิกษุผู้เป็นพหูสูต หลายองค์ก็บอกกันไป ก็ความเห็นไม่ตรงกัน บอกเอาอย่างไรดีเอาอย่างนี้รวมตัวกันไปหาพระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าก็เลยบอกว่า ที่พวกเธอพูดมาทั้งหมดนี้ก็เป็นสุภาษิตได้ทั้งหมด ถูกหมด ดีหมดเลย พวก เธอทั้งหลายลองฟังความเห็นเราบ้าง

ท่านก็บอกว่า ภิกษุเมื่อกลับจากฉันอาหารบิณฑบาตแล้ว ก็นั่งคู้บัลลังก์ ตั้งกายตรง ดำรงสติมั่น เฉพาะหน้า หวังอยู่ว่าถ้าจิตเรายังไม่หลุดพ้นจากอาสวะ เราจะไม่นอนจากการนั่งคู้บัลลังก์เพียงนั้น แล้วก็พยายามจะฝึกฝนอบรมจิตของตนเอง อันนี้พระพุทธเจ้าก็เสนอความเห็นเหมือนกัน แต่ละสาวก ก็มีความเห็นของตัวเอง แต่ละสาวกก็เป็นพระอรหันต์ ก็เหมือนกับเรามาทำงานจริงๆ เราเป็นคนดีมี ศีลธรรมกันมากันหมดนะ แม้แต่การทำงานในกลุ่มของผู้ปฏิบัติเหมือนกันก็มีความเห็นไม่ตรงกันอีก แต่ก็เป็นความเห็นที่ดีทั้งนั้นนะ ไม่ใช่เป็นความเห็นที่ไม่ดี แต่ภายใต้ความเห็นที่ดีก็ต้องมีข้อที่ว่า อย่งไหนจะดีที่สุด หรือว่าจะเป็นไปได้ไปไหนทางไหนหรือว่าเอาแบบไหนยังงี้ จึงมีธรรมะอีกอันในเรื่อง

ของ อปริหานิยธรรม ธรรมที่เป็นไปเพื่อความเจริญ ไม่เสื่อม อย่างหนึ่งก็คือ เคารพสักการะผู้เป็น อาวุโสในที่นั้น ถ้าเรามีการเคารพผู้เป็นอาวุโสหรือผู้ที่มีอำนาจตัดสินใจในองค์กรนั้นๆ ก็เป็นการดี ถ้าเราเป็นฝ่ายเสนอความเห็น เราก็มีหน้าที่เสนอ เขาจะไม่ทำตามความเห็นเราก็ไม่เป็นไร ความเห็นนี้ เวลามันผลิติดอกมา แล้วยึด มันก็เป็นตัวตน มีการยึดในความเห็น เมื่อยึดในความเห็นดี ก็มีทุกข์อีก เหมือนกัน ความเห็นไม่ดียึดก็มีทุกข์

ความเห็นทุกอย่างพระพุทธเจ้าบอกว่าถ้ามีจิตปักลงไปในเรื่องใดสิ่งหนึ่งสิ่งนั้นเป็นที่ตั้งแห่ง อุปาทานได้ทั้งหมด อุปาทานในความเห็น ยึดก็ไม่ได้ ถึงความเห็นจะเป็นความเห็นดี ความเห็นไม่ดี นั้นเป็นเหตุให้มีภพมีชาติหมด เมื่อมีอุปาทานก็มีภพ มีสถานที่เกิดของจิต จิตไปยึดแล้ว จิตเกิดแล้ว มีชาติการเกิด บุคคลนั้นย่อมไม่พ้นจาก ชาติ ชราและมรณะ ไม่พ้นจากความแก่และความตาย ง่ายในการที่จะปรับเปลี่ยนความเห็น ถ้าเป็นภิกษุพระพุทธเจ้าก็บอกว่าให้อวดทน ยอมรับฟังคำสั่งสอน โดยความ เคารพหนักแน่น สอนภิกษุหลายอย่างว่าถ้ามีคนทั้งหลายมาติเตียน พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ กับเธอพวกเขาทั้งหลายจะทำอย่างไร ? ภิกษุทั้งหลายก็ไม่ได้ตอบยังงี้ พระพุทธเจ้าก็บอกอย่างนี้ เมื่อมีใครมาว่าร้ายว่ากล่าวต่อพระรัตนตรัย พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ก็ตาม ให้พวกเขาทั้งหลาย ตั้งใจฟังเขา ว่าเขาพูดถูกพูดผิดตั้งใจฟังให้ดี

ฉะนั้นในการไปสนทนากับใครก็ตาม พระพุทธเจ้าเราก็จะตั้งใจฟัง เวลาที่เขาพูดมาปุ๊บ พระพุทธเจ้าจะทวนคำพูดเขาทุกคำ ก็แสดงว่าท่านตั้งใจฟังทุกคำท่านจำได้ ทวนแล้วก็จะบอกต่อสิ่งที่ ท่านพูดมันไม่มีในเราตรงไหน ตรงไหนที่ไม่มีในเรา ตรงไหนที่มีในเราก็แก้ไป พระพุทธเจ้าก็ อนุญาตให้แก้ได้ ยกเหตุผลยกผลได้ ถ้ายกเหตุผลยกผลแล้วเขาไม่ฟังก็ปล่อยวางไม่เป็นไร แต่ถ้าเขาฟังก็ดี ไป งั้นก็ไม่ใช่จะอุเบกขาซะหมด แต่ให้ตั้งใจฟัง ตอบเขาไปโดยดี วิธีที่จะทำ เวลาได้ยินมา ได้เห็นมา จิตคนเราเป็นธรรมชาติต้องมีการคิดการปรุง ผัสสะกระทบเห็นปุ๊บปรุงไปแล้ว หูกระทบเสียงปั๊บปรุงไป แล้วดีไม่ดี แต่ถ้าเราไม่มีความเพลินในการปรุงการแต่งไม่เป็นไร รับรู้แล้วก็วาง อันนี้เป็นเหตุให้การ งานหรือการเกี่ยวข้องกับผู้ที่เราเกี่ยวข้องกับด้วย เป็นผู้ที่ได้รับความราบรื่นเรียบร้อย การงานจะ บรรลุผลสำเร็จ แต่นี้ต้องใช้การฝึก

ฝึกหัดที่จะดูจิตของตัวเองเมื่อผัสสะมากระทบ สรรเสริญมาก็ตาม ได้รับความสุขมาก็ตาม ต้องไม่ลืมไม่เพลิน ไม่เพลิดเพลิน ไปด้วยสมาธิตาม ได้ลาภมาก็ตาม บางทีท่องไว้ในใจก็คืออย่าเพลิน อย่าเพลินกับอะไร ! อย่าเพลินกับความคิด อดีตก็ตาม อนาคตก็ตาม อย่าเพลินกับอารมณ์อันเป็นสุข อันเป็นทุกข์ จริงๆทำแค่นี้ สติก็จะค่อยๆวางใจขึ้นเรื่อยๆ ขณะที่เราไม่เพลินปุ๊บจิตก็ต้องกลับมา กลับมาอยู่กับอะไร มาอยู่กับกายหรืออยู่กับการทำงานในปัจจุบันของเราก็ได้ เราเดินอยู่เราก็รู้แค่ก้าว ต่อไปตรงนี้ ยังไม่ต้องคิดไป ถึงบ้านหรือยัง ถึงกุฏิหรือยัง รู้อยู่แค่ปัจจุบันตรงนี้ ขยับคิดออกไปถึง ปุ๊บกลับมาอยู่ตรงนี้ ขับรดอยู่ก็รู้ว่าขับรด เขียนหนังสืออยู่ก็รู้ว่าเขียน ใคร่ครวญในงาน ตรงนี้ไม่ต้อง ไปใคร่ครวญไกล นี่ความไม่เพลิน ขณะที่เราไม่เพลินนั้น คือมีสติ มีความระลึกรู้ได้ ขณะที่เรามีความ ระลึกรู้ได้อย่างต่อเนื่องนั่นคือเรามีสมาธิความตั้งใจมั่นต่อเนื่องกัน เมื่อความตั้งใจมั่นเกิด เดี่ยวปัญญา มัน

เกิด เกิดยังไง ? ปัญญาในทางพุทธศาสนาไม่มีอะไรมาก ปัญญาเห็นความเกิดความดับ เห็นความไม่เที่ยง เห็นอารมณ์เกิดดับ เห็นอดีตเกิดดับ เห็นอนาคตเกิดดับ สุขทุกข์เกิดดับ นี่สุดยอดปัญญาแล้ว

พระพุทธเจ้ายังบอกพระอานนทีเลย อันนี้เป็นความประหลาดมหัศจรรย์ในพระผู้มีพระภาคเจ้าไม่เคยเกิดมาก่อน การที่เห็นเวทนาเกิดดับ สัญญาเกิดดับ สังขารวิตกเกิดดับ พระพุทธเจ้าบอกเลยเป็นความมหัศจรรย์ในจิตของพระพุทธเจ้า แต่พวกเราเห็นกันอยู่บ่อยๆแต่เห็นแล้วเราเลยผ่านไปเลยไม่เห็นว่ามันเป็นประโยชน์ จริงๆมันเป็นประโยชน์มาก เพราะขณะที่ความรู้ของเราไปรับรู้ในสิ่งใดสิ่งหนึ่งในใจของเรา นี่คือภพแล้ว นี่คือการเกิดของจิต จิตเกิดแล้วที่ใดมีภพที่นั่นมีชาติ มีการเกิดชรา มรณะแล้วแก้ไม่ได้ ฉะนั้นถ้ามีการเกิดของจิตรับรู้ถึงสิ่งใดสิ่งหนึ่งมา พระพุทธเจ้าบอกอย่าเพลินรับรู้สุขขึ้นมาอย่าเพลิน รับรู้ทุกข์ขึ้นมาอย่าเพลิน รับรู้สรรเสริญ รับรู้ลาภยศขึ้นมาอย่าเพลินเป็นแต่เพียงว่าเราตั้งสติพิจารณา แล้วถ้าเราฝึกอย่างนี้บ่อยๆมันจะเป็นเหตุให้เราเป็นผู้มีสติว่องไวรวดเร็ว ภาวการเกิดของจิตที่เข้าไปเกาะรูปนามก็สั้นเข้า สั้นเข้า กลับมาเร็วเข้า เท่ากับเราเจริญ สมณะและวิปัสสนาเคียงคู่กันไปตลอดเวลา

ถ้าเราทำอย่างนี้อยู่บ่อยๆ ซ้อมอย่างนี้บ่อยๆ การงานทั้งหมดมันดีเอง ทุกอย่างมันดีเอง เพราะว่าจิตมันได้รับการฝึกจิตมันดี ในหมู่ของพระอริยบุคคลอยู่ด้วยกันมากๆก็ไม่มีปัญหาอะไร เพราะว่าต่างคนต่างฝึกจิตของตนเอง ต่างคนต่างทำงานของตนเอง เหมือนพระพุทธเจ้าบอกว่า การเจริญสติปัญญา 4 การฝึกตน ฟังตนฟังธรรม เท่ากับ เป็นการรักษาสัตว์อื่นไปด้วย อันเดียวกันเลย เราไม่ต้องวิ่งไปรักษาใคร รักษาตัวเอง เวลาเข้าหมู่เข้าคณะถ้าทุกคนคุมตัวเองปั๊บเรียบร้อย เรียบร้อยไปเองหมู่คณะเรียบร้อย เราไม่ต้องคอยไปคุมใคร เราพยายามฝึกคุมตัวเอง เพราะฉะนั้นในการที่คนคนหนึ่งมีธรรมะฝึกตนอยู่เรื่อยๆ ฝึกตนอยู่บ่อยๆ อันนี้เป็นเหตุให้ทุกอย่างราบรื่นเรียบร้อย จึงไม่ต้องไปแก้อะไรที่ไหน แก่ที่เราประพฤติปฏิบัติไป แต่แนวทางที่เราประพฤติปฏิบัติต้องตรงทางด้วยนะ บางทีเราก็กว้างหลายครูบาอาจารย์ อันนี้ก็ปัญหาอันหนึ่งก็อยู่ที่เราปลุกศรัทธาลงไปในครูบาอาจารย์องค์ใด เราก็มักจะเชื่อคำของครูบาอาจารย์องค์นั้น และนำมาประพฤติปฏิบัติตามแนวทางอันนั้น อย่างหลวงพ่อกษัตริย์ท่านก็ศรัทธาของหลวงปู่มั่น เอาธรรมะของท่านมาประพฤติปฏิบัติที่วัดหนองป่าพงเมื่อก่อนอาตมาไปช่วง ปี 22-23 ช่วงนั้นเราก็มองเห็นว่า มีรูปหลวงปู่มั่นภาพเดียวที่ศาลา หลวงพ่อกษัตริย์นำธรรมะของหลวงปู่มั่นมาประพฤติปฏิบัติ ท่านก็เลยถือหลวงปู่มั่นเป็นครูบาอาจารย์ ฉะนั้นเวลาเราศรัทธาใคร เราก็มักจะนำเอาธรรมะนั้นมาใช้ แต่ธรรมะทั้งหมดทุกคนเอามาจากองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ที่สำคัญถ้าเราฟังนโยบายที่พระพุทธเจ้าท่านได้มอบไว้ให้ ว่าสุดต้นตะเหล่าไคที่นักกวีแต่งขึ้นใหม่ เป็นคำร้อยกรอง ประเภทกาพย์กลอนมีอักษรสละสลวย มีพยัญชนะอันวิจิตรเป็นเรื่องนอกแนวคำกล่าวของสาวก เมื่อมีผู้นำสุดต้นตะเหล่าไคมากล่าวอยู่ เธอจะไม่ฟังด้วยดี ไม่เงี้ยวหูฟัง ไม่ตั้งจิตเพื่อจะรู้ทั่วถึง และจะไม่สำคัญว่าเป็นสิ่งที่ตนควรศึกษาเล่าเรียน ส่วนสุดต้นตะเหล่าไคที่เป็นคำของตถาคตเป็นข้อความลึก มีความหมายซึ่งเป็นชั้นโลกกุตระ ว่าเฉพาะด้วยเรื่องสุญตา เมื่อมีผู้นำสุดต้นตะเหล่าไคมากล่าวอยู่ เธอยอมฟังด้วยดี ยอมเงี้ยวหูฟัง ย่อมตั้งจิต

เพื่อจะรู้ทั่วถึง และย่อมสำคัญว่าเป็นสิ่งที่ตนควรศึกษาเล่าเรียนโดยหลักโดยนโยบายแล้วพระพุทธเจ้าต้องการให้เข้ามาศึกษา คำสอนของท่านเอง พุทธพจน์โดยตรงจะเป็นบริษัทที่เลิศที่สุด จะคล่องแคล่วในหลักธรรมมากที่สุด

พระสารีบุตรได้ฟังธรรม จากพระอัสสชิ ซึ่งเป็นพระอรหันต์ ฟังแล้วก็ได้ดวงตาเห็นธรรมเกิดความเลื่อมใสเข้ามาบวชในพระพุทธศาสนา แต่หลังจากบวชแล้วพระสารีบุตรก็ศึกษาธรรมะคำสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าต่อ มุ่งไปที่พระพุทธเจ้าโดยตรงก็ไม่ได้ศึกษาจากพระอัสสชิ แต่ศึกษาจากพระพุทธเจ้า ฉะนั้นถ้าเราต้องการเป็นบริษัทที่เลิศที่สุด ก็อย่าให้เน้นไปที่การศึกษาธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าอันเป็นพระดำรัสโดยตรง จะเป็นเหตุให้เราเจริญก้าวหน้ามากที่สุด

เมื่อเช้าก็มีโยมมาถามอยู่คนหนึ่ง เอ๊ะ ! ครูบาอาจารย์ท่านหนึ่งบอกว่า อานาปานสติ มันไม่ค่อยดี อาตมาก็บอกว่าไม่เป็นไร อันนี้เป็นความเห็นของครูบาอาจารย์ เวลาเราศึกษาไปเรื่อยๆเราก็เริ่มเห็น บางทีความเห็นที่ไม่ตรงกัน ในพระธรรมคำสอนของครูบาอาจารย์แต่ละคน ทั้งที่ก็เป็นครูบาอาจารย์ที่เราเคารพนับถือกันทั้งนั้น ตรงนี้เราก็ไม่มีปัญหาอะไร ถ้าเราทราบว่าเป็นจริงแล้ว พระพุทธเจ้าบอกว่าอันนี้เป็นจิตจำกัด เป็นข้อจำกัดของพระอรหันต์ผู้ปัญญาวิมุตติไม่มีความแตกฉาน ในด้านมรรควิธี พระพุทธเจ้าแตกฉานที่สุดเก่งที่สุดในเรื่องของมรรควิธี ที่ไหนที่จะเข้าถึงความพ้นทุกข์ได้ดีที่สุดวิธีไหนที่มีอานิสงส์สูงสุด ง่ายที่สุด พระพุทธเจ้าจะแจกไว้หมด แต่พระอรหันต์แม้ผู้ปัญญาวิมุตติไม่มีความสามารถตรงนี้ เป็นมัคคานุคาเท่านั้นเป็นผู้เดินตามมรรค แต่พระพุทธเจ้าเป็นมัคคัญญูรู้มรรค เป็นมัคควิทูผู้รู้แจ้งในมรรคเป็นมัคคโกวิท ฉลาดในมรรค เก่งที่สุด เก่งทั้งในด้านการใช้บทพยัญชนะหมายถึงการถ่ายทอดเอาวิมุตติ หรือเอาเส้นทางเข้าสู่วิมุตติมากล้นเป็นคำพูดออกมา มันจะเป็นยังไงให้สมจริงมากที่สุด เก่งแม้ในเรื่องของนัยยะความหมายต่างๆ เก่งแม้ในเรื่องของการยกอุปมาอุปมัย พระพุทธเจ้าจึงถูกสรรเสริญว่าเป็นครูผู้สอนของเทวดาและมนุษย์ที่เลิศที่สุด ให้เราสนใจในคำสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า อย่างที่บอกไปเมื่อข้างต้น

โลกธรรม ความไม่เพลिन นันทิ จริงๆนั่นทีนี้พระพุทธเจ้าพูดบ่อยมาก แต่บางทีคำสอนนี้หายไปในระบบการสอน นันทิคือความเพลिन ละนันทิได้ จิตหลุดพ้นได้เลย อย่างที่บอกความเพลिनในอะไรบ้าง ในอารมณ์ของเรา อารมณ์อันเป็นอดีตเป็นอนาคตบ้าง ความเพลिनในสุขบ้างในทุกข์บ้างนี้เท่ากับเราฝึกจิตแล้วเรามีความเพียรแล้วถ้าทำตรงนี้อยู่เรื่อยๆ ทุกอย่างดีเอง

อาตมาดูคนสวน คนงานในนี้ เราไม่ทำอะไร เข้าๆเราจับมาฟังธรรมะทุกวันจากคนที่คือมันดีไปเองมันค่อยๆดีไปเอง บางทีไปสอนไปบอกมากก็เบื่อ เขาก็เบื่อเหมือนกันบ่นบ้าง แต่สอนธรรมะนี้ไม่เป็นไรมันเป็นกลางๆ เพราะฟังแล้วเขาก็ค่อยๆเข้าใจไปวันละนิดวันละหน่อย อาศัยเวลาน้อยๆ 5 นาที 10 นาที อบรมธรรมะ กันเข้าๆ มีเรื่องธรรมแล้วพอเขามีความเข้าใจกันมากขึ้นมากขึ้น เขาก็จะฝึกกายฝึกจิตเขาให้ตรงแนวทางไปเอง ผลงานมันก็ออกมาดี เขาก็มีใจรักในงาน มีใจรักในองค์กรคือคนขอให้ใจรักในองค์กร รักในผู้ร่วมงาน เจ้านาย ผลงานก็ออกมาดีมากทำด้วยใจเหมือนเป็นการทำงานของพระเหมือนกันพระจะทำงานด้วยใจ ทานมือเดียวนี้สามารถทำงานได้อย่างฉะฉานวิโม

เหมือนกัน มีใจให้ในการทำงาน ทำอย่างไรเราจะสร้างใจให้กับบุคลากรของเราได้ ก็คือการที่เราประพฤติปฏิบัติต้องตรงแนวทางด้วย ถ้าเจอออกไป เดี่ยวจะเป็นในเรื่องของความเพียรผิด เอาไม่เพียกมาสักวันหนึ่งจะได้ไฟ สี่ไปทั้งวันยังไม่ไฟ ถามว่าขยันไหม ขยัน คนนี้ขยันทำความเพียรแต่ขยันผิด นี่เป็นประเด็นที่ใหญ่พอสมควร ขยันผิด เสียหาย เสียหายเวลา มันก็ต้องหิบบรรควิธีที่ถูกด้วย ต้องดีเรื่องของธรรมะให้แตกแล้วจะง่าย การประพฤติปฏิบัติจะง่ายหิบบ่ไม่แห้งบ่บ่มาสิไม่นานก็ไฟ หิบบ่ไม่เพียกมาสิจะไปโทษไม้ก็ไม่ได้ คนหนึ่งใช้ความเพียรเป็บเดียว อีกคนใช้ความเพียรตั้งนานแต่กลับไม่ได้ผล เนื่องบุญที่เราเคยทำด้วย มรรควิธีที่เราหิบบ่มาใช้มีความสำคัญต้องใช้ปัญญา การเป็นผู้เลือกก็ไม่ผิดอะไร ฟังตนฟังธรรม ฟีกตนในแนวทางของธรรมะด้วยหลักง่าย ๆ ความไม่เพลินไม่เพลินในโลกธรรม นั่นก็คือความเพลินสัมมาปัสสัง นิพพิทเทติ เมื่อเห็นอยู่โดยถูกต้องยอมเบือหน่าย นันทิกะยา รากักะโย เพราะความสิ้นไปแห่งนันทิ จึงมีความสิ้นไปแห่งรากะ รากักะยา นันทิกะโย เพราะความสิ้นไปแห่งรากะ จึงมีความสิ้นไปแห่งนันทิ นันทิรากักะยา จิตตั้ง สุวิมุตตันติ วุจะติ¹ เพราะความสิ้นไปแห่งนันทิและรากะ กล่าวได้ว่าจิตหลุดพ้นแล้วได้ดีแล้ว ละนันทิอย่างเดียว จิตหลุดพ้นได้เลย

แล้วละนันทิ สามารถทำได้เป็นญาติโยมฆราวาสก็สามารถทำได้ เวลาที่เราได้รับสุขอย่าเพลิน เวลาที่เรามีความสุขแล้วเราเสียตาย เราจะเพลิน แต่ถ้าเราตัดใจได้ตลอดตั้งใจสักครั้ง สองครั้งก็ได้ มันจะเริ่มชินเราก็ทำได้เหมือนกันถ้าเราทำได้เราก็จะไม่เพลินกับความทุกข์เหมือนกัน เราจะเริ่มชินแล้วเริ่มสร้างสติได้เราก็อยๆ ละมัน ทิ้งมัน

ความคิดความอ่านไปเรื่อยๆบางทีไปนั่งเล่นชายทะเลก็นั่งคิด ขณะนั้นมันเพลินมีความสุขกับการได้นั่งคิดอยู่ชายทะเล คิดคนเดียวสบายๆ นี่เพลินเลยนะนี่อย่างบางคนว่า โอ๊ย เราจะหาความสุขทำไม? เราจะไปห้ามทำไม? มันก็ได้อยู่ แต่ผู้นั้นก็จะไม่สามารถพ้นจาก ความแก่ ความเจ็บ ความตายได้ เพราะจิตไม่ได้ฝึกสติ ไม่ได้ฝึกละความเพลินอันนี้เป็นหลักใหญ่ หลักสำคัญ พระพุทธเจ้าพูดบ่อย และก็เป็บมรรควิธีที่เราทำได้ภายใต้เทศมรราวาสระนี้แหละภายใต้การทำงานของเรา ไม่ต้องมีอุปกรณะอะไรให้ยุ่งยากมากมาย ไม่ต้องมีการเตรียมการอะไรมากมาย เตรียมการในใจของเรา ไม่ต้องอาศัยสถานที่หรือกาลเวลาอะไร เราอยู่ที่ไหนก็ได้ เพลินในใจปุบปิบทิ้งเกิดความยินดี ยินร้าย ธิบทิ้งคิดไปเรื่องอดีต อนาคตนานเกินไปเกินพอดีก็รีบทิ้งกลับมา กลับมาอยู่กับกายคุณลมหายใจ หรือรู้อยู่กับงานในปัจจุบัน อันนี้ใช้ได้แล้วฝึกทำอย่างนี้เรื่อยๆ มีใครสงสัยอะไรจะถามอะไรเพิ่มเติมไหม ?

ตัวเองดีเดี่ยวดิไปเองการงานเดี่ยวกดีไปเองความคิดความอ่านก็จะวิ่งไปในทางกุศล ภายใต้ความดีนั้นก็ไม่ยึดอีกเหมือนกัน ดูพระอนนที่ถูกปรับอบติ พระอนนที่ก็เป็นพระอรหันต์ คณะสงฆ์อีก499 เป็นพระอรหันต์ยังปรับความผิดพระอนนที่เลย พระอนนที่มีความผิคนะนี้ชวนขวยให้สตรีบวชในพระพุทธศาสนา และไม่ยอมทูลขอให้พระพุทธเจ้า มีอายุถึง กัลปนี้เงอะไรอีกเยอะเยอะเลย พระ

¹ นันทิกขวรรค สฟา. ส. ๑๘/๑๗๘/๒๔๕-๖. (หรือในปฏิจจสมุปปาตจากพระโอบุฐหน้า ๖๕๓)

อานนท์ก็แก้ข้อกล่าวหาของตัวเองก็ตั้งใจฟังว่าคณะสงฆ์เขาพูดว่าอะไร คณะสงฆ์ก็ยังยืนยันว่าไม่ได้ ท่านผิด พระอานนท์ก็ยอมรับ ผิดไม่เป็นไรยอมรับความผิดตัวเอง ก็ไม่มีปัญหาอะไร

ขณะที่เราไม่เพลินนี้พระพุทธเจ้าบอกว่านั้นคือขณะที่เราไม่มีอุปาทาน ความเพลินใดความเพลินนั้น คืออุปาทาน ถ้าเราละความเพลินได้เรียกว่าเราละอุปาทานนั้นได้เลย เราละอุปาทานได้ ได้คะแนนเยอะเลย

ภพชาติถูกตัดไปทันทีสายตรง พระพุทธเจ้าบอกเป็นวิธีที่ลัดสั้นตรงและง่าย อยู่ในเพศบรรพชิต ก็ได้อยู่ในเพศฆราวาสก็ได้ ถ้ามรรคมืองค์ 8 ถูกหิขไปทำในบุคคลใด ความพันทุกข์มีในบุคคลคนนั้น พระอรหันต์บุคคลมีในที่นั้น เราอย่าไปมองว่า การประพฤติปฏิบัติมันยาก มันไกลเกิน เรามาดูพระพุทธเจ้าทรงตรัสอย่างนี้แท้ๆ ให้เชื่อมั่นลงไปเลยว่ามันทำได้ มันง่าย มันไม่ยากเกินกำลังของเรา เพียงแต่เราฝืนจิต ฝืนใจนิดหน่อย ไม่ต้องลงทุนลงแรงอะไรมาก ไม่ได้เหนื่อยไม่ได้เหงื่อออก เหน็ดเหนื่อยยากอะไร เพียงแต่ฝืนใจนิดหน่อย วันหนึ่งก็คิดว่าเราละความเพลินไปได้ก็ครั้ง พยายามฝึก หลวงพ่อชาบอกต้องซ้อมอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา นี่ต้องซ้อมพระพุทธเจ้าก็จะเปรียบเทียบกับต้องซ้อมยิงหุ่นฟางบ่อยๆ เหมือนนายขมังธนูซ้อมยิงหุ่นฟางที่ปั้นเป็นรูปคน การซ้อมยิงหุ่นฟางก็คือท่านให้เห็นการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ดับไป เวลาเราไม่เพลินเราก็จะเห็นการดับการเกิดของอารมณ์ทันทีเลย ว่ามันมีการเกิดการดับ นี้เราได้ซ้อมแล้ว วันวันเราได้ซ้อมบ่อยไหม! ถ้าเราได้ซ้อมบ่อย

พระพุทธเจ้าบอกว่าเมื่อมีข้าศึกมาจริงๆ คนคนนั้นก็จะเป็นนายขมังธนูที่ยิงไกล ยิงเร็ว ยิงแม่น เพราะว่าซ้อมบ่อย ศัสตรากระทบปู้บ ยินดียินร้ายเราสามารถตัดทิ้งได้เลย ละทิ้งอารมณ์ได้เลยความยินดี ยินร้ายในโลกธรรมก็ทำอะไรเราไม่ได้ ใครๆเขาจะว่าเรา เราก็เฉยๆได้วางอุเบกขาได้ ใครชมเราก็วางอุเบกขาได้เหมือนกันยินดียินร้ายก็มีทุกคน แต่มีแล้วรู้จักการวางแก่นั่นเอง ถ้าไม่วางมันก็ทุกข์ ใครทุกข์มากทุกข์น้อยใครเพลินนานก็ทุกข์นาน ใครเพลินน้อยก็ทุกข์น้อย เพลินนานก็คือเลี้ยงไว้นาน หลายวัน หลายคืนก็ทุกข์นาน จริงๆเราไม่ต้องไปมีเหตุผลอะไรกับมันมากมันเกิดมาเราทิ้งมันมีหน้าที่เกิดเรามีหน้าที่ทิ้ง ดึงมันกลับมาได้ปล่อยมัน

โยม คำว่านั่นที ท่านกล่าวหมายถึงเพลินเพลินในอารมณ์ ไม่ใช่เพลินในการทำงานมันต่างกันใช่ไหมคะ สมมุติว่าคนที่ทำงานเป็นนั่นทีไหมคะ

พระอาจารย์ มุทำงานก็เป็นนั่นทีอยู่ แต่กรอบของการมุทำงาน พระพุทธเจ้าก็วางไว้อยู่ว่าทำงานต้องโดยธรรม ทำงานที่ถูกต้องถูกเป็นธรรมและไม่เครียดครัด ไม่เคร่งเครียดกับการทำงาน เราเพลิน ถ้าเพลินมากเราเริ่มเคร่งเครียดกับการทำงานแล้ว ถ้าตอนนี้ให้เริ่มรู้สึกตัว โอ้! อันนี้มันเกินพอดีไปนิดหนึ่ง ไม่ได้หลับไม่ได้นอน คนปกติจะทำงานวันละ 8 ชั่วโมง เอ๊ะเราเล่น 10 แล้ว 12 แล้วนะ เอ๊ะ! พักผ่อนได้ไหม อย่างนี้ ลูกเมียเริ่มบ่นแล้วนะ รู้สึกให้เวลาการทำงานเยอะเกินไปก็กลับมาพิจารณา เพราะว่าคนเราในโลกเกิดมาก็หน้าที่จะได้มาซึ่งความสุขด้วย เราทำงานจนลืมให้มีความสุขกับตัวเอง พระพุทธเจ้าจึงว่าทำงานโดยเป็นธรรมโดยไม่เครียดครัดทำคนให้เป็นสุขอิม

หน้า ถึงจะอยู่ในโลกได้อย่างคืออย่างสมบูรณ์รู้จักแบ่งปันโภคทรัพย์บำเพ็ญบุญ และ รู้จักมองเห็นธรรมชาติทั้งหลายสิ่งทั้งหลายว่ามันไม่เที่ยง ใครทำได้ถือว่าเป็น ฆราวาสชั้นเลิศ ชั้นประเสริฐชั้นสูงสุด แค่ง่ายๆเห็นไหมโยมไม่ได้ไม่ทำงานแต่ ให้ทำงานแต่อย่าเคร่งครัดเกินไปเท่ากับเป็นการทอนความอยากเท่ากับเป็นการทอน ความเพลิน เราก็ทำได้แต่ถ้าอย่างอื่นมันเริ่มมีเสีย เริ่มมีการกระทบมากขึ้นแล้ว เราก็กลับมาพิจารณา ลดลงนิดนึง

โยม อีกข้อหนึ่งคะ ท่านบอกว่าพระพุทธเจ้ารู้วิธีการปฏิบัติที่ง่ายและได้อานิสงส์มาก นี่ คือ อันไหนคะ

พระอาจารย์ วิธีที่ง่ายท่านก็บอกไว้เยอะอยู่ วิธีที่ได้านิสงส์มากก็บอกไว้ อานาปานสติเป็นมรรควิธี ที่พระพุทธเจ้า อธิบายเรื่องและอานิสงส์ไว้มากที่สุดเลย 10 กว่าอย่าง เกือบ 20 อย่าง ถ้าจะลงรายละเอียดก็จะเป็น 30-40อย่าง ในเรื่องของอานิสงส์การได้มาซึ่งรูปฌาน อรูปฌาน การได้มาซึ่งอิทธิวิธีการได้มาซึ่งความเป็นอานาคามีผล กับ อรหัตผล การ ทำให้กายไม่ลำบาก ตาไม่ลำบาก การทำให้ผู้นั้นสามารถรู้เมล็ดมหายใจสุดท้ายเวลาจะ ตาย การทำให้กายไม่ไหวโคลงไม่ไหวดิ่งก็ทำได้ พระมหากษัตริย์ที่นั่งที่ไหนนั่งเปื้อนเลย เนื่องจากเจริญอานาปานสติอย่างเดียว พระพุทธเจ้าบอกถ้าจิตมันไม่ไหว กายก็จะ ไม่ไหว ถ้าจิตไหวโคลงกายก็จะไหวโคลง เป็นเหตุให้ได้มาซึ่งโภคทรัพย์ปัจจัย อานิสงส์ เยอะมาก อันนี้วิธีง่ายๆของพระพุทธเจ้าที่เราดูว่าวิธีไหนที่ง่าย เราดูอย่างไร

1. เราดูในวิธีที่พระพุทธเจ้าทรงบอกเอง ว่าวิธีนี้สะดวกง่ายเป็นปฏิบัติที่ง่าย ต่อการบรรลุมรรคผล
2. เราดูว่าวิธีที่ท่านสอนกับคนเจ็บ คนป่วยใกล้จะตาย หรือสอนกับคนแก่แต่่าชรา ใกล้ตาย อันนี้จะเป็นวิธีที่ง่ายเพราะเขามีเวลาน้อยพระพุทธเจ้าจะต้อง สอนอะไรที่ง่ายเข้าใจง่ายที่สุดนั้นเราลองหยิบเอามาสักอัน สองอัน วิธีที่ ง่ายอย่างหนึ่ง ท่านก็ลักษณะนี้ ไม่เพลินกับผู้รู้เช่นสอน มาลูกกษัตริย์ มาลูก กษัตริย์นี้แก่แล้วใกล้จะตายแล้วก็บอกขอธรรมะสั้นๆ ชีวิตอาจจะอยู่ได้ ไม่นาน ท่านก็บอกมาลูกกษัตริย์เห็นอะไรก็สักแต่ได้เห็น รู้อะไรก็สักแต่ว่า รู้ ได้ยินได้สัมผัสอะไรทางอายตนะให้สักแต่ว่า สักแต่ว่าทำเท่านี้ท่าน บอกตัวตนจะไม่มี เห็นไหม!มันโง่กัน การละนันทก็คือความเพลิน รับรู้ ขึ้นมาปุ๊บอย่าเพลิน ทิ้ง รับรู้มาปุ๊บทิ้งไม่เพลินทำเท่านี้ตัวตนไม่มี ไม่มี ยังไง ก็ในขณะที่ผู้รู้ หรือวิญญาณชั้นขึ้นไปเกาะรูปนามปุ๊บ เราทิ้งทันที ทิ้งปุ๊บภพก็ไม่มี ภพคือสถานที่เกิดของจิต เมื่อจิตไปเกิดปุ๊บเราทิ้งทันที ภพก็ไม่มี เห็นไหม! ภพไม่มี นามรูปก็ไม่มี เพราะวิญญาณจะต้องอาศัย นามรูปเป็นตัวเกาะ มันก็เกาะนาม นามอันเป็นเวทนา นามอันเป็นอดีต

นามอันเป็นอนาคตบ้าง หรือสิ่งที่เป็นรูปบ้าง มันเกาะอย่างนี้ เวียนเกาะไป ฉะนั้นถ้าเราเพลินเราก็อ้างอิง ทั้ง ทั้ง ที่ใดไม่มีนามรูป ที่นั่นคือที่ที่ไม่มีชราและมรณะ นั่นคือ วิมุติ

โยม การทิ้งกับการไม่ใส่ใจ เหมือนกันไหมคะ
พระอาจารย์ คล้ายๆกัน เมื่อเราไม่ใส่ใจปั๊บ นั่นคือเราเริ่มจะทิ้งแล้ว เริ่มที่จะละความพอใจในมันได้ เพราะถ้าเราพอใจในมันเราใส่ใจมันอยู่เราจะหิบบมันมาใคร่ครวญ หิบบมันมาพิจารณา ใส่ใจมันจริงไหม ฉะนั้นถ้าเราไม่ใส่ใจมัน ก็เรียกว่าเราทิ้งมันแหละ เราทิ้งมันแล้วเสร็จแล้วเอาผู้รู้ของเราความรู้สึกเราไปจับ กลับไปอยู่ตรงไหนไปไว้ตรงไหน พระพุทธเจ้าก็ให้กลับมาอยู่กายนี้ เพราะกายมันยังไม่ตาย โยมก็ต้องรักษาเอาไว้ก่อน จนกว่ามันจะตายไปตามธรรมชาติของมันเอง คือถ้าเราจับหลักใหญ่ๆ จับหลักการใหญ่ๆของพระพุทธเจ้านี้การปฏิบัติธรรมจะง่าย กรอบของการประพฤติ ปฏิบัติจะชัดเจนง่ายๆ

โยม ยังไงคะ ที่เรียกว่ากรอบของการประพฤติ
พระอาจารย์ อย่างเช่นเราจะไม่ไปวิ่งประพฤติปฏิบัติไปอย่างสะเปะสะปะ เดี่ยวคนโน้นว่าดีอันนี้ ว่าดีเรามองปั๊บเราจะเข้าใจเลย อ้อ อันเดียวกัน คนนี้มาบอก อ้อ อันนี้เราก็อ้างอิง อ้อ เหมือนกัน ไม่มีอะไร อย่างนี้เราจะไม่สะเปะสะปะ ก็เหมือนเราจับรากแก้วได้แล้ว ให้อัฟฟการอกฝอยมัน โยมมาหมด บางคนบอกว่าภาวนาอย่างนี้ ดีนะ คุณลองภาวนา หรือยัง อ้อ ! เข้าใจ อันนี้มันก็หลักสติปัญญา สี่ นั้นเองอย่างนี้ เราก็อ้างอิงมาได้หมด วิธีนี้ปั๊บ อ้อ อยู่ในมรรค 8 อันนี้ มันจะง่าย มันจะชัดเจน พระพุทธเจ้าจึงว่าเวลา สอนนี้สอนมรรค 8 สติปัญญาสี่ วนอยู่ตรงนี้สอนหลักการ ถ้าเราแน่นใน หลักการตรงนี้ ใครจะบอกอะไรง่ายเลยโยม ทำให้เราไม่เฉ

โยม ท่านอาจารย์คะ อย่างการที่บอกว่าละนันทิไม่เพลินเพลิน แต่ถ้าเราเปลี่ยนเป็นวิธีการ หลีกเลียง การหลีกเลียงที่จะโดนผัสสะนี่ก็ ถือว่าก็ยังไม่ถูก ใช่ไหมเจ้าคะ
พระอาจารย์ หลีกเลียง ก็ได้ระดับหนึ่ง บางคนก็อยู่ในสถานะที่เค้าหลีกเลียงไม่ได้ ถ้าเราอยู่ใน สถานะที่หลีกเลียงได้ เราก็อ้างอิงก็ได้ถือว่าตรงนั้นบางที่บางคนบอกว่า โอ้ มันยังเป็นประโยชน์หลายอย่าง อันนี้ทำไปแล้วมันก็เกื้อกูลต่อทั้งตนเองและผู้อื่น แต่มัน อาจจะมีผัสสะหลายอย่างเข้ามากระทบ อย่างนี้เราก็อ้างอิงธรรมะเอาเราเห็นประโยชน์ทั้ง ตนประโยชน์ทั้งผู้อื่น เราก็อ้างอิง อ้อ มีวิธีควบคุมผัสสะ ผัสสะกระทบมาเราก็อ้างอิงพยายามไม่เพลินเราพยายามแยกแยะผัสสะ เราพยายามเข้าใจในผัสสะการทำความเข้าใจในผัสสะนี้เป็นปฏิบัติที่สะดวกสบายต่อการเข้ามรรคผล เหมือนกัน นี่เป็นอีก วิธีให้แยกแยะการเห็นการได้ยิน การกระทบมาทางอายตนะ

โยม แต่ถ้าการหลีกเลียงนั้นมันก็ไม่ใช่ว่าการที่ถูกต้อง

พระอาจารย์ ไม่ใช่วิธีเดียว การหลีก พระพุทธเจ้าก็ให้หลีกจากคนพาลคนไม่ดี คนดีเราไม่ต้องหลีกก็ได้ เหมือนกับว่าเวลาพระพุทธเจ้าเวลาไปเผยแผ่ศาสนาเนะ ท่านเอาจากพวกไหน เอาจากพวกปริพาชกนี้แหละ จากพวกชฎิลคนละความเห็นทั้งนั้นเห็นใหม่! แต่ไปคุยกับเขาไปปรับความเห็นเขาแค่นั้นเองอาตมาถึงบอกว่าองค์กรทางศาสนาหลายๆที่ บางทีเราเห็นว่าไม่ดีไม่ตรงกัน ไปคุยกับหัวหน้าเขาเลยปรับความเห็นให้ได้ ถ้าเราใช้วิธีการพระพุทธเจ้านะ ถ้าปรับความเห็นกันได้เราได้ทั้งองค์กรเลยนะ พระพุทธเจ้าปรับความเห็นชฎิลได้ 3คนนี้ ได้ลูกน้องมา 1,000 คนเห็นใหม่ได้เลย วิธีการของพระพุทธเจ้าไม่ต้องไปทุกข์ ไม่ต้องไปทำลายใคร แต่ปรับความเห็นกันแล้วคนสมัยก่อนเขาต้องการแสวงหาสัจธรรมกัน ในกลุ่มของคนดีเราก้แสวงหาสัจธรรมเหมือนกัน อะไรคือความถูกต้อง อะไรคือสิ่งที่ดีที่สุดจริงๆแล้วพื้นฐานทุกคนมีจิตใจดีมีการยอมรับตรงนี้อยู่แล้ว เราไม่ได้คุยกับผู้ร้าย เราคุยกับคนดีที่มีพื้นฐานจิตใจที่ดีพอสมควร เป็นนักปฏิบัติ ตรงนี้ถ้าเราก่อยๆคุยกันน่าจะเป็นอะไรที่สามารถทำได้ อดทนใช้เทคนิค ใช้ศิลปะทุกอย่าง พระพุทธเจ้าว่าภิกษุในกรุงโกสัมพี ท่านบอกอุชิววกโจรยังมีความสามัคคีกันเลยมันไปปล้นมันยังรวมตัวสามัคคีกันเลย เธอเป็นภิกษุแท้ๆเธอยังไม่มีความสามัคคีกัน พระภิกษุในกรุงโกสัมพีทะเลาะกัน พระพุทธเจ้าเข้าไปห้าม ก็บอกพระพุทธเจ้าเจียบๆไว้ก่อน จะทะเลาะกันให้เห็นคำเห็นแดงพระพุทธเจ้าก็ห้าม 2 คน 3 คนไม่ฟังท่านก็เลยหนีไป แต่ฆราวาสญาติโยมสมัยนั้นมีความฉลาด พระภิกษุทำไม่ดีไม่สนใจเลย คว่าบาตรเลยไม่สนับสนุน ไม่ใส่บาตรไม่ให้การสนับสนุนใดๆ ภิกษุอยู่ไม่ได้ นี่วิธีการปราบภิกษุไม่ดี ไม่สนับสนุนเขาก็อยู่ไม่ได้เมื่อภิกษุอยู่ไม่ได้เค้าก็ต้องปรับตัวดีขึ้นมา พอเขาปรับตัวดีขึ้นมา ชาวบ้านก็มาสนับสนุน แล้วพระพุทธเจ้าก็กลับมา อันนี้ต้องใช้พิจารณาวิธีแล้วเอาปัญญาหยิบมาใช้ เรื่องของธรรมะนี้หยิบไปใช้ได้ทุกเรื่อง

โยม ท่านอาจารย์คะ อย่างที่ท่านเทศน์ บอกว่าการที่จิตเราเข้าไปเกาะนี้ มันทำให้เกิดภพชาติ ที่นี้คนเราส่วนใหญ่ที่เกิดมาก็จะต้องมี พ่อ แม่ พี่ น้อง ญาติพี่น้อง ที่นี้มันก็มีความผูกพันกับตรงนั้น เราจะทำความรู้สึกยังงัยกับตรงนี้ เพราะจริงๆความผูกพันจริงๆมันก็ทำให้จิตไปเกาะกับตรงนั้น ที่นี้เราจะวางความรู้สึกกับตรงนั้นยังงัย

พระอาจารย์ ทำหน้าที่ถูกต้อง ทำหน้าที่ไปแค่นั้น จิตโยมเกาะ โยมก็ทิ้งได้แค่นั้น ก็แค่หน้าที่ถูกต้องใช้ใหม่! เช่นว่า สมมุติเราดูแลแม่เราป่วยอย่างนี้เนะ โยมจะผูกพันจะขนาดไหนก็ตาม โยมก็ได้แค่ป้อนข้าวป้อนน้ำ พาแม่ไปจับถ่าย พาแม่ไปอาบน้ำ ให้อาหารกิน ดีขึ้นมาหน่อยก็อ่านธรรมะให้แม่ฟัง เปิดเทปให้แม่ฟังธรรมะ ถ้าโยมทำได้แค่นั้น โยมจะทำอะไรดีกว่านั้น ภายใต้อารมณ์ที่โยมมีอยู่ มันทำอะไรมากกว่านั้นไม่ได้ นี่คือการทำหน้าที่ถูกต้อง เพราะฉะนั้นถึงโยมจะรักโยมก็ทำได้แค่นี้ ถึงโยมจะเกลียดแม่โยมก็ทำ

ได้แค่นี้ โยมทำหน้าที่ถูกต้องอยู่ แต่ใจโยมมันเกลียดมันฝัน ถึงว่าคนเรานี้ให้ทำหน้าที่ให้ถูกต้อง ภายใต้การทำหน้าที่ที่ถูกต้อง คนอื่นเขามองเราแล้ว โห คนนี้ผูกพันกับคนนี้นะ อาจจะไม่ใช่ก็ได้ แต่เราก็ทำหน้าที่

โยม งั้นไม่ต้องปล่อยวางความรู้สึกตรงนั้นแล้วใช่ไหมคะ คือมันจะเกาะ
พระอาจารย์ เกิดขึ้นมาแล้วก็ให้ทิ้ง เหมือนกับแก้วใบนี้เรารักมัน แล้วเราทำได้แค่นั้น เราไม่รักมันแล้วเราทำได้แค่นั้น ก็ทำได้เหมือนกันแหละ เรารักมันเราก็ล้างมันเช็ดดูมันดีเก็บมันดีถึงเราไม่รักมันเราก็ต้องล้างมัน ไม่งั้นมันเน่านะ ทานอะไรแล้วไม่ล้างมันก็เน่าบุคคลปรกทานไม่ได้ คนเห็นเราล้างแก้วก็คิดว่าเรารักแก้วใบนี้ ไม่ได้รักหรือเราทำแคหน้าที่ แต่เราเจอหน้าพ่อหน้าแม่ เราก็จินตนาการ เออพ่อแม่เราก็น้อยก็แก่ตายนะ แล้วก็อย่าลืมพิจารณา เออเราก็แก่ตายเหมือนกันนะ โอปนยิโกน้อมเข้ามาในตัวเราเรื่อยๆ ฝึกพิจารณาคนเราผูกพันก็จะเป็นยังไง นึกถึงเรื่อยๆ นึกถึงบ่อยๆ ถ้าเรานึกถึงอะไรบ่อยๆ นั้นนะ เริ่มสังเกตได้แล้ว เราเริ่มรักมันแล้วนะ หรือเราเริ่มไม่พอใจมันเหมือนกันไม่พอใจคนนี้อีกคนนี้นั้นก็ขึ้นมาบ่อยๆ เข้ามาในหัวเราก็ต้องทิ้งมัน

โยม หนูเจอปัญหาที่คะหนูสงสัย บางทีคิดมีแว็บเข้ามาบ่อยๆ ไปคิดเรื่องบุคคลหรืออันนี้เข้ามาเรื่อยๆ พอเราทิ้ง แล้วเอ๊ะ! ทำไมเราอยากให้เราทำอย่างนี้ มันจะดีกว่านะนี้ ที่นี้คิดไปคิดมาเออแสดงว่า เรายึดเป็นตัวเป็นตนว่าต้องทำอะไรอย่างนี้เราถึงจะพอใจ และให้เราทิ้ง แต่ผลก็ขึ้นมาใหม่ แสดงว่าเราเพียงแต่วางมันเฉยๆ แล้วพิจารณาอย่างไรที่จะทิ้งมันได้เด็ดขาด ไม่อยากจะทำมาขึ้นมาคิดอีกเพราะบางทีก็คิดขึ้นมาเรื่อยๆ เพราะยังไม่รู้ว่าจะทิ้งมันตรงไหน มันยังขึ้นมาอยู่อีกเป็นระยะๆ

พระอาจารย์ มันเป็นธรรมชาติ เป็นธรรมดาที่มันจะขึ้นมา โยม ที่นี้ในการทิ้งมันต้องมีลักษณะของการใช้ปัญญาแบบเหตุผล ถ้าเราอยากจะทำมันในลักษณะของการใช้ปัญญาแบบเหตุผลก็ได้ใคร่ครวญ เออ ! เราทำอะไรไม่ดีนะ! พุทอะไรไม่ดีเขาถึงทำอย่างนี้ ก็ใคร่ครวญไป โยมเดินจงกรมอยู่ในบ้าน ก็หยิบเรื่องนี้ขึ้นมาใคร่ครวญพิจารณาอย่างนี้ได้ ถ้าโยมใคร่ครวญบ่อยๆ พิจารณาบ่อยๆ แล้วขณะบ่อยๆ โยมก็จะเริ่มเกิดความเข้าใจไปอีกชั้นหนึ่งว่า เออ มันก็ไม่มีอะไรนะ เรื่องอะไรเกิดขึ้นมาแล้วเราพิจารณาปุ๊บมันก็เริ่มชนะทุกที ชนะทุกทีชนะบ่อยๆ เข้า เอ๊ะ! ขณะที่ใคร่ครวญนี้มันก็ยังเกาะ ยังติด ยังเป็นภพชาติอยู่นะนี้ โยมก็เริ่ม ! ทำยังไง ให้มันสั้นกว่านี้ ให้มันเร็วกว่านี้ เรื่องนี้เกิดขึ้นมาทีไรเลยดีไหม ! ไม่ต้องใคร่ครวญมันมาก ใคร่ครวญก็ชนะอยู่ดีเข้าใจอยู่ดี ก็เริ่มก้าวขึ้นไปอีกชั้นหนึ่ง พยายามแล้วที่มีเรื่องอะไรขึ้นมาในใจปุ๊บนี้ทิ้งเลย เกิดมาปุ๊บก็ทิ้งเลยอย่างนี้ก็โอ โยมบอกทิ้งมันแล้วเดี๋ยวมันเกิดอีก มาบ่อย มันเหมือนกับมันว่ามันไม่เด็ดขาด ใจ ! ไม่มีเรื่องอะไรเด็ดขาดมันจะเป็นอย่างนี้ไปเรื่อยๆ อันนี้เป็นมุมของมรรควิธีอีกอันหนึ่งที่ไมเหมือนกับครูบาอาจารย์องค์ไหน

พระพุทธเจ้าให้ทิ้งอย่างนี้ไปเรื่อยๆ ผลจะเป็นอย่างไร พระพุทธเจ้าบอกว่าวิญญาน จะไม่สามารถปรุงแต่งรูปนามขึ้นมาได้ อันนี้เป็นมุมที่ไม่เคยมีใครสอน อาตมาไม่เคยได้ยินจากที่ไหน ท่านบอกการทิ้งๆ ทิ้งอยู่เรื่อยๆจะทำให้เกิดผล คือว่าวิญญานไม่สามารถสร้างรูปนามขึ้นมาได้ อันนี้เป็นมุมที่แปลก สร้างไม่ได้เพราะอะไร ? เพราะว่าเวลามันไปเกาะ ไปสร้างปุ๊บ โยมมีสติทัน ทันทีทิ้งทันทีเลย ด้วยสติอัน ว่องไวรวดเร็วของเรา ที่ถูกฝึกในการทิ้ง ที่ใดไม่มีรูปนามที่นั่นไม่มีทุกข์ วิญญานสร้างรูปนามขึ้นมาไม่ได้ก่อตัวไม่ได้ ก่อตัวมาโยมทิ้งทันที จึงว่ามันจะเป็นกุศลหรือ อกุศล โยมมีหน้าที่ทิ้งอย่างเดียว โยมบอกทิ้งไม่หมด ไซ้ ! ไม่หมด ถ้าเดินมรรควิธี นี้ไม่ต้องรอให้มันหมด แต่ใช้การตรวจสอบอย่างไร ? เร็วขึ้นไหม? เราทิ้งได้เร็วไหม ถ้าเร็วนี้ พระพุทธเจ้าบอกว่าเป็นการตรวจสอบแล้ว นี่คืออินทรีย์ภาวนาชั้นเลิศ

โยม

ดีขึ้นไซ้ไหมคะ ผ่องใส

พระอาจารย์

ไม่ต้องคอยระลึกถึงบุญกุศลก็ได้ การอยู่กับอุเบกขาที่เป็นบุญกุศลแล้ว การทิ้งนี่ก็เป็น บุญกุศลแล้ว ความเป็นกุศล ความฉลาด มันทำได้หลายอย่าง มันไม่ใช่การหยิบเอา ความคิดที่ดีขึ้นมาอย่างเดียว อันนั้นก็ป็นระดับหนึ่ง ถ้าความคิดดีและไม่ดียังคละเคล้า กันอยู่ พระพุทธเจ้าก็พยายามให้ทิ้งความไม่ดี และสร้างความคิดที่ดีขึ้นมา ต่อไปมี ไหม ได้ดีได้เร็วกว่านั้น ก็คือทิ้งหมด ความคิดไม่ดี เราฝึกทิ้งแล้วนี้ เราสร้างความคิดที่ ดี ต่อไปเราก็ทิ้งความคิดที่ดีขึ้นไปอีก เพราะมีความคิดก็เป็นภพ เป็นชาติอีก หรือ กลับมาอยู่กับอุเบกขา แม้อุเบกขานี้ก็ยังเป็นภพนะนี่ แต่พระพุทธเจ้าบอกทิ้งมันที หลังตรงนี้ เอาเป็นที่เกาะให้จิตก่อนต้องฝึกทิ้งซ้ายขวาก่อนและตรงกลางนี้ทิ้งทีหลัง ทิ้งปัจจุบัน

โยม

หนูกลัวว่า เอ๊ะถ้าทิ้งบุญกุศล ทิ้งความคิด เราก็ไม่ได้ระลึกถึงคุณงามความดี ก็กลัวจิต ตก ตกนรก

พระอาจารย์

ไม่ตกโยมไม่ต้องไปเสียดาย มนุษย์เป็นสัตว์ที่มีความอาลัยเป็นที่มายินดี ยินดีแล้วใน อาลัย เราจะทิ้งดีเราก็เสียดาย เราจะทิ้งอะไรเราก็เสียดายไปหมด อยู่แบบไม่เกาะไม่ เป็น เรากลายเป็นว่าเราต้องมีอะไรเกาะมีความดีเกาะมีอะไรชักอย่างให้จิตมันเกาะ ถ้า โยมอาลัยอะไรชักอย่าง นั้นแหละมีอุปาทานแล้วไม่ต้องเสียดาย ถ้ารู้สึกเสียดายปุ๊บนั้น อุปาทานแล้ว ถึงแม้มันจะเป็นของดีก็ตาม

โยม

ก็ไม่เสียดายแต่ไม่รู้ว่าทิ้งได้หรือเปล่า ทิ้งแล้วไม่รู้ว่ามันผิดหรือถูก

พระอาจารย์

ได้ ถูก ทิ้งแล้ววางใจเป็นกลาง สัตตะวิหารธรรม 6 ประการ พระพุทธเจ้าบอกว่า พระอรหันต์ต้องทำได้ ก็คือ ทิ้งความยินดี ยินร้าย ในอายตนะทั้ง 6 ตากระทบรูป ยินดี ยินร้าย พอใจ ไม่พอใจทิ้งแล้ววางอุเบกขา หูกระทบเสียง ยินดี ยินร้ายขึ้นมา วางได้แล้วอยู่อุเบกขาได้ ในทุกอายตนะทั้ง 6 อย่าง พระพุทธเจ้าบอกอีกว่าพระ

อรหันต์จีณาส..... ย่อมไม่ปรุงเครื่องปรุงอันเป็นบุญ ย่อมไม่ปรุงเครื่องปรุงอันเป็นบาป ไม่ทำบุญแล้วไม่ทำบาปแล้วเห็นใหม่ บุญก็ไม่อยากทำแล้วนะพระอรหันต์ ไม่ได้ทำ ทำไปตามหน้าที่ไม่ปรุงเครื่องปรุงอันเป็นอเนนญา อุเบกขาก็ไม่ปรุง แต่อาศัยเป็นเครื่องอยู่แค่นั้น อาศัยเพื่อให้สติได้มีที่ระลึก เพราะกายมันยังไม่ตายก็อาศัยกายนี้แหละ เป็นเครื่องระลึก แต่ผู้เดินมรรคก็ทำ แต่ทำปุ๊บ เมื่อเราเห็นแล้วอ้อ อันนี้ทำแล้ว ยังมีความยึดอยู่ เราก็ปล่อยต่อเพราะบารมีทุกอย่างการประพฤติปฏิบัติทุกอย่างก็ทำเพื่อความปล่อยวางทั้งหมด เพื่อความพ้นทุกข์อย่างถึงที่สุด เราก็ต้องมุ่งไปทางนั้นก่อน แต่ให้เข้าใจ เดียวจะงงว่า เอ๊ะ ! อะไรกันแน่

โยม ขอให้ท่านชี้แนะ วิธีการคูจิต เพราะเฝ้าสังเกต คูจิตตัวเองบางครั้งมันก็เผลอ พอไปคูมันปุ๊บมันเหมือนกับว่ามันหยุด แต่จริงๆ แล้วมันเหมือนยิ่งคูมันยิ่งเครียด คือมันเหมือนกับไปจ้อง เหมือนไม่ได้คิดอะไร แต่จริงๆ แล้วเผลอเฝ้าเดียว มันไปอีกแล้วมันเหมือนว่าไม่ได้ฝึกแบบถูกวิธี

พระอาจารย์ จริงๆ มันก็ถูกอยู่ แต่มันต้องหาวิธีหลบบ้าง เราคูนี้เรายังเครียดเพราะว่า เวลา เราเกิดมีอะไรเกิดมาปุ๊บ เราก็พยายามทิ้งใจใหม่ หรือว่าพยายามที่จะละมันนั่นเรียกว่าเราไปหมายมันเป็นศัตรู นี่มูมมอแล้ว ถ้ามองให้ดีแสดงว่า ไอ้ศัตรูโผล่ขึ้นมาแล้วใจใหม่ นี่ต้องจัดการมัน ต้องทิ้งมัน ถ้าเราปรับความเห็นนิดหนึ่งว่า ความจริงไม่มีศัตรู ศัตรูไม่มี เราลองคูซิ เอ๊ะ ! ความคิดนี้มันโผล่ขึ้นมาได้อย่างไร ทำไมมันไวนักนะ เราก็คอยคูมันอยู่ คอยจ้อง คอยระวัง มันโผล่ขึ้นมาได้ยังไงถูกต้องไหม เอ๊ะ ! มันฉลาดกว่าเราหรือไงมันถึงโผล่ขึ้นมาในใจของเรา แต่จริงๆ กลับไม่ใช่ละ มันไม่ได้โผล่ขึ้นมามันเป็นเพราะเราเข้าไปรู้มันเอง โอ้ โหนี่ประเด็นใหญ่ นี่ต้องพลิกความเห็นตรงนี้ให้ได้ถ้าเข้าใจมูมนี้ โอ้ ! โห ไม่ต้องต่อสู้เลย หมดศัตรูไปอีกบานเลย ความคิดเริ่มไม่ใช่ศัตรูแล้ว สุขทุกข์ไม่ใช่ศัตรูแล้วเพราะใครไปรู้ปั๊บ คนรู้พวกนี้ทั้งหมด ตัวเราเองไง เพราะฉะนั้นเราวิ่งไปจับคนผิดใจ ไปวิ่งไล่จับเงาจับไม่หมดซะที ปุ๊ๆ เอ๊ะ ! มันโผล่ขึ้นมา เอ๊ะทำไมมันโผล่แต่จริงๆ เราไปเป็นมัน เราไปเป็นมันแวบหนึ่ง แล้วสติก็มาสร้างตัวใหม่เป็นคนคูอีกทีว่า เอ๊ะมันรู้ เรารู้อันนี้ขึ้นมาแล้วโผล่ขึ้นมาแล้วอย่างนี้ ฉะนั้นการจ้องคูก็ยังปรับความเห็น ตรงนี้ไม่ได้ มันจะเกิดความเครียดนิดหนึ่งแต่เครียดก็ไม่เป็นไร พระพุทธเจ้าบอกว่าวิธีหลบก็คือ เข้าไปตั้งอยู่ในที่ๆ เราเลื่อมใสอย่างใดอย่างหนึ่ง เราก็จะเกิดความปีติสุขขึ้นมา ฉะนั้นเราเลื่อมใสครูบาอาจารย์องค์ไหน เรานึกถึงท่านก็ได้ นึกถึงพระพุทธเจ้านึกถึงสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่เรালেื่อมใส อันนี้เป็นวิธีแก้

โยม มันจะไม่กลายเป็นสัญญาไปหรือ

พระอาจารย์ ถูกต้องอาศัยก่อน อาศัยแก้ไขให้เรียบร้อยก่อน แต่ถ้าคนเข้าใจแล้วมันก็จะไม่ต้องอาศัย ตรงนี้จะเปลี่ยนมุมมอง ถ้าวิธีแก้ไขแบบอย่างถาวรก็ คือ เปลี่ยนมุมมอง เอ๊ะ ! ทำไม ทำไมก็เลสมันฉลาดเหลือเกินมันโผล่ขึ้นมาได้ยังไง อะไรเป็นตัวโผล่ มันโผล่ หรือว่าใครโผล่ เราคุมมันไม่ทันหรือมันยังงี้ มันไวกว่าอะไร ใครครวญตรงนี้นะ ใครครวญไปใครครวญมาจะรู้ว่าจริงๆ ไอ้ที่มันโผล่ขึ้นมามันไม่ได้โผล่ อดีต อนาคต ไม่ได้โผล่ขึ้นมาเองได้ ความคิดไม่สามารถโผล่มาเองได้ ถ้าจิตไม่ไปสร้างมันขึ้นมา เพราะฉะนั้นเราเองนี่เราคนดูนี่ เราไปเป็นตัวนั้นแป็บนึง เราไปเล่นละครเป็นผู้ร้ายแล้ว แป็บนึง ปูบแล้วเราก็กลับมาเป็นคนดูใหม่ ปูบ เอ๊ย ! ทำไมมันโผล่มาอีกอย่างนี้จริงๆ มันไวมากนะ มันออกไปแป็บเดียว ขณะที่ออกไปเราไม่รู้เราผลอ ผลอปูบเราได้สติ กลับมาเอ๊ะ อ้าวมัน โผล่ขึ้นมาอย่างนี้คือเราดูไม่ทัน เพราะฉะนั้นมันเล่นสลับฉากกันอยู่ อย่างนี้ละนั่นตัวจิตเองเป็นทั้งตัวพระเอกผู้ร้าย เดี่ยวมันไปเป็นผู้ร้ายเดี่ยวเป็นพระเอก เป็นพระเอกคือเป็นผู้ดูเรากี่ว่าเราเฝ้าคุมมันดิแล้วนะเนี่ย แต่ปูบมันไปผลอเป็นผู้ร้าย แต่พอมีสติปูบเราว่า เอ๊ะ ! ผู้ร้ายมันโผล่มาได้ยังไง จริงๆเรานี้แหละ เรานี้ผู้รู้เรานี้ไปหิบบ มันขึ้นมาปูบ ให้มันมีเรื่องขึ้นมา รู้ขึ้น แต่มุมมองนี้เห็นยากหน่อย ต้องใครครวญดีๆ เลยแหละ แต่ถ้าเห็นแล้วนี่ไอ้ ! โห ! งานการประพศปฏิบัติเขาไปเยอะเลย เลิก เกรียคไปเลย

โยม บางครั้งมันก็เหมือนกับดูได้ บางครั้งมันก็ดูไม่ได้

พระอาจารย์ ตรงนี้ใช้การเปลี่ยนความเห็น เปลี่ยนความเห็นให้ได้ อันนั้นคือเรายังเห็นว่าสิ่งเหล่านี้เป็นตัวตนเป็นเราอยู่และเห็นว่ามันเป็นศัตรู

โยม คือถ้าเรารู้ว่าคิดไม่ดีแล้วเราปล่อยเฉยๆ

พระอาจารย์ โยนทิ้งมันไปเฉยๆก็ได้ แต่บางคนอาจคิดว่าอันนี้ไม่ได้ใช้ปัญญาเลยนะ อันนี้แหละ ปัญญาสุดยอดปัญญาแล้วนะ ทั้งเลยโยมจะทิ้งอะไรเลยได้มันต้องผ่านกระบวนการ หลายกระบวนการนะ

โยม ทิ้งเหมือนกับหยุดไหมคะ

พระอาจารย์ ใช้หยุดการเคลื่อนไหวของจิต เพราะฉะนั้นการดับไป ดับลงก็มีขึ้น ทั้งการเคลื่อนไหว ทั้งการนิ่งไป พระพุทธเจ้าบอกว่าเมื่อความนิ่งไปไม่มีการมาการไปก็ไม่มี เมื่อการมาการไปของจิตไม่มีการเคลื่อนไหวและการเกิดขึ้นไม่มี ถ้าการเคลื่อนไหวเกิดขึ้นไม่มี ท่านบอกอะไรก็ไม่มีในโลกนี้ไม่มีในโลกอื่นไม่มีในระหว่างของโลกทั้งสอง ท่านบอกนั่นแหละคือที่สุดแห่งทุกข์ ทำยังไงจิตโยมถึงไม่มีการมาการไปได้ เมื่อมันมีการมาการไปมันมีมาไปเพราะอะไร อ้อ ! เพราะจิตมันไปพอใจ มันเลยนิ่งไป นิ่งไปรู้เรื่องนี้ มันนิ่งไปเราก็อ้าง ๆ มันไม่ได้ใช้ปัญญาพิจารณาอะไรเลย เอ๊ะ ! มันจะได้หรือเปล่า นี่ปัญญาแล้ว ปัญญาทั้งภพ ทั้งการเกิดของวิญญาณ วิญญาณเข้าไปเกาะนามรูปปูบทั้ง

แล้ว ใครจะมีปัญญาหยาบวิธีง่าย ๆ อย่างนี้ได้มั่งละ แต่เราลองใคร่ครวญเป็นเหตุเป็นผล เป็นเหตุเป็นผลใหม่ เอ๊ะ ! เป็นเหตุผลนะการเกิดทุกอย่างในใจของเราที่ก็คือตัวนี้เกิด นี้เอง ตัวที่จะเกิดก็คือตัวนี้เองไม่ใช่ตัวไหนเลย ตัวความรู้สึกของเราที่ไปสร้างภพ สร้างภพในใจก่อน ถ้าเราตายขณะนั้น ภพจริงๆก็เกิดขึ้น ภพน้อยภพใหญ่ภพในใจก่อน เดี่ยวอัคภพภายนอกมันเกิดขึ้นตาม แต่เมื่อเรายังไม่ตายมันก็เป็นภพเวียนในจิตก่อน ไปเรื่อยๆ จึงว่าต้องแก้ภพในจิตให้ได้ การเกิดในจิต ไม่ให้มีความนุ่มไป ความนุ่มไปไม่มีโยมลองดูนะ พระพุทธเจ้าบอก เมื่อความนุ่มไปไม่มี การมการไปไม่มี การมการไปของจิต จิตมันมามันเคลื่อนไปรับรู้โน่นกลับมา มันไปรับรู้โน่น นี่แหละการมการไปขณะมีมาไปคือการเคลื่อนและการเกิดมีการเคลื่อนมีการขยับ พระพุทธเจ้า บอกพอจิตขยับปุ๊บบริบทั้งเลยไม่ต้องสนใจ ขยับปุ๊บทั้งๆ เรามีหน้าที่ตรงนี้ โอ้ โห ! สติ โยมจะไวสุดยอดเลย เห็นจิตหมด ขยับปุ๊บทันทีเข้าใจใหม่ อันนี้ถ้าเราเข้าใจตรงนี้เราจะเข้าใจคำสอนของพระพุทธเจ้าแทบทั้งหมดเลย ถ้าเราไม่เข้าใจตรงนี้เราจะตีคำสอนของพระพุทธเจ้าบางคำไม่แตก เอ๊ะ ! ทำไมทำแค่นี้มันได้ยังไงโยงหาเหตุหาผลไม่ได้ แต่ถ้าโยมเข้าใจตรงนี้พระพุทธเจ้าบอกตรงนี้ ตรงนี้ โยงหาเหตุหาผลได้หมดเลยเข้าใจหมด ถึงเราจะพิจารณาไปขนาดไหนแค่ไหนผลที่สุดก็ต้องมีการตั้งการพิจารณา คุณครูบาอาจารย์ที่ท่านบอกว่า มีจุดมีต่อมของผู้รู้อยู่ที่ไหน นั่นคือมีภพมีชาติเหมือนกันเลย เห็นไหม ผู้รู้ไปรู้ที่อยู่ตรงไหนภพทั้งนั้น แต่ถ้าโยมใช้วิธีนี้ของพระพุทธเจ้านี้ตัดภพ โดยตรงเลยไม่ต้องไปวนหลายวิธีไม่ต้องไปวนอสุภะ วนโน่นนี่ ละนั่นทีคือความเพลिनในผู้รู้ รู้อะไรมากก็ไม่เพลिन ดึงกลับตลอด โห! สติโยมจะเร็วขนาดไหน สติโยมจะเร็วเท่าทันความคิดนะ เกิดปุ๊บโยมรู้หมดเท่าทันการเกิดของจิตในทุกขณะ จิตไปรู้สุขรู้ทุกข์รู้ยินดียินร้ายรู้อดีตอนาคตรู้เท่าทันหมด ทีนี้เราจะกระหึ่มใจเลย ก็เลสไม่ยากแล้วอะไรมันจะทำได้ถ้าเราทันหมด ต้องค่อยๆซ้อมไป

โยม ท่านบอกว่าการที่เราพิจารณาเพื่อให้เกิดปัญญา มันก็คือการปรุงแต่ง

พระอาจารย์ ใช่ การพิจารณาเป็นปัญญาแบบเคลื่อนไหว ที่อาตมาบอกเป็นปัญญาแบบใช้เหตุใช้ผล มันก็คือการปรุงแต่งนั่นเอง

โยม จริงๆแล้ว มันก็ต้องหยุดการปรุง

พระอาจารย์ หยุดการปรุง หลวงพ่อชาบอกนอกเหตุเหนือผล ไม่ต้องมีเหตุผลแล้ว เป็นคำที่ลึกละนี้ คนเราก็เอ๊ะ ทำไมไม่ต้องมีเหตุผล นั่นแหละเหตุผลของมัน คืออย่าไปมีเหตุผล มีเหตุผลแล้วมันไม่จบใจ พอใช้สูตรของพระพุทธเจ้า เท่ากับทั้งเหตุผลหมดเลยเห็นไหม สูตรเดียวกันเห็นไหมโยม มันโยงเข้ากันได้หมดเลย พระพุทธเจ้าถึงให้ทั้งนั้น(ความเพลिन) พระพุทธเจ้าถึงพูดบ่อยมากคำว่ำนันที เราไปเปิดในพระไตรปิฎก คำว่ำนันทีมี

เยอะเยอะไปหมด ท่านก็แจกแจงหนักในอะไรบ้าง หนักใน ตา หู จมูก ลิ่น กาย ใจ ใน
ทุกสิ่งทุกอย่าง

โยม ฉะนั้นในการปฏิบัติอย่างนี้ก็ไม่ต้องพิจารณาอะไรเลยซิคครับ ให้รับรู้แล้วก็ปล่อยวาง
ไม่ต้องหยาบอะไรขึ้นมาพิจารณา

พระอาจารย์ ไซ่ อันนี้การไม่ต้องพิจารณาคือสักแต่ว่ารู้ จะเหมือนกับที่พระพุทธเจ้าบอกสักแต่ว่ารู้

โยม แต่ทำไมรับรู้ไม่ได้ต้องรับรู้ และถ้าเราไม่รับรู้ละคะ ถ้าเราไม่รับรู้แล้วเราก็ไม่ต้อง
ปล่อยวาง

พระอาจารย์ เต็มมันหลุดไปเป็นอสัญญีสัตว์อีก แบบว่าไม่เอาสัญญา ไม่รับรู้ไม่มีอะไร รับรู้อยู่แต่รู้
ว่า นั่นไม่เที่ยง รู้มันเกิดดับ เพราะมันจะมีความเห็นที่หลุดเข้าไปสุดโต่งแบบนั้นอีก
นะ ว่าทุกสิ่งทุกอย่างไม่มี ไม่มีอะไร อะไรไม่มี ไม่มีอันนั้นผิดอีกเหมือนกัน แต่
ความเห็นที่พระพุทธเจ้าบอกว่ามี แต่มันมีชั่วคราวมีสักพักนึงเกิดขึ้นตั้งอยู่ดับไปนี่เป็น
ความเห็นที่เป็นมัชฌิมาคือยอมรับว่าทุกอย่างมีเป็น รู้จักธรรมชาติ อ้อ ! ธรรมชาตินี้มี
จริง รูปมีจริงดิน น้ำ ไฟ ลม เวทนามีจริง สัญญา สังขาร วิญญาณผู้รู้มีจริงมีจริงหมด
รับรู้แล้วก็ทิ้ง รู้จักทุกตัว แล้วรู้จักธรรมชาติมัน ว่าธรรมชาติมันเป็นอย่างไร

โยม แล้วในการปฏิบัติปรกติท่านให้ระลึกละอยู่ในปัจจุบัน แต่เมื่อที่ท่านบอกว่า นึกถึงอดีตว่า
ทำอะไรถูกรึผิด อย่างนี้น้อมเข้ามา

พระอาจารย์ หมายถึงจิตมันไปนึกเอง เราพยายามอยู่กับปัจจุบันแต่จิตเดี๋ยวมันวิ่งไปเอง เพราะเป็น
ธรรมชาติของมัน เป็นคุณสมบัติของมันเลย ว่ามันจะเคลื่อนไป เหมือนน้ำไหลจากที่สูง
ลงที่ต่ำ มันจะพยายามไปอยู่อย่างนี้

โยม แล้วถ้ามันยังเป็นปัญหาอยู่ เราควรจะน้อมพิจารณาเพื่อแก้ไขมันหรือว่าช่างมัน เพราะ
มันผ่านไปแล้ว

พระอาจารย์ น้อมมาได้ ถ้าเราต้องการแก้ปัญหานั้น พระพุทธเจ้าบอกวิธีแก้ปัญหานั้น ถ้าเราเห็น
ประโยชน์ตน เห็นประโยชน์ผู้อื่นไม่เบียดเบียนตน ไม่เบียดเบียนผู้อื่น เราก็หยาบมา
ใช้ได้ ถ้าเราถอนอุปาทานตรงนี้ได้แล้ว เราหยาบมาใช้ได้หมดหยาบปัญหาามาพิจารณาได้
หยาบอะไรมาใช้ได้ ไม่งั้นพระอรหันต์ก็จะทำงานไม่ได้ พระโมคคัลลานะ ก็คุมงาน
ก่อสร้างไม่ได้ แต่ท่านทำได้ เพราะท่านหยาบมาท่านรู้นี้ ท่านหยาบมาใช้ชั่วคราวแล้ว
ท่านก็ปล่อย ท่านก็ปล่อยให้อาการของจิตน้อมไปเรื่องนั้นเรื่องนี้ได้ แต่ท่านรู้ท่าน
เข้าใจแล้ว ถึงเวลาที่ปล่อยและก็โยนทิ้ง ไม่ขัดกับการทำงาน พระพุทธเจ้าชื่นชมและก็
เชิดชูความสามัคคีในหมู่คณะ

การพึ่งตนพึ่งธรรมเป็นหลัก และก็การละความเพลินในธรรมชาติทั้งหลาย จึงขอฝากธรรมะ ให้
พวกเราฝึกฝนตามแนวทางธรรมะนี้ แล้วทุกอย่างจะสำเร็จเอง

.....

เห็นเกิด-ดับ

วันที่ 5 มีนาคม พ.ศ. 2548

ที่พระพุทธเจ้าท่านทรงสอนเป็นประโยชน์มาก

ไปแสดงธรรมที่ไหนก็พยายามชูประเด็นตรงนี้ขึ้นมาคิดหนึ่ง ก็บอกว่าการปฏิบัติของเรา ก็มีปรุงแต่งต่อเติมเพิ่มเติมไปเรื่อยๆเป็นธรรมดาแต่ก็มัน 2000 กว่าปีมาแล้ว เป็นแต่เพียงเราก็อยากให้กลับเข้ามาหาเนื้อแท้ ที่พระพุทธเจ้าท่านทรงบอกว่า มันเหมือนกลองตีไปเรื่อยๆ ตีไป ตีไป เนื้อไม้ที่ทำกลองก็แตก แตกก็เสริมไม้ใหม่ลงไป เสริมไป ตีไป ตีไปก็แตกอีก ก็เสริมไม้ใหม่ไปอีก ทำอย่างนี้ไปเรื่อยๆจนกระทั่ง เนื้อไม้เดิมหายหมดเลย เหลือแต่เนื้อไม้ใหม่ ท่านก็บอกคำสอนของท่านก็อย่างนั้นเหมือนกัน ก็มีแต่เสริมอันใหม่ๆเข้าไปเรื่อยๆ โดยเห็นว่าอันใหม่นั้นน่าจะดีกว่า คนก็ไปศึกษาอันใหม่ไม่ไปศึกษาของท่าน

ฉะนั้นคำสอนของท่านก็ขาดผู้ที่ทรงจำ ผู้ที่เข้าใจเพื่อจะอธิบายสืบทอดต่อกันไป คำสอนก็จาง จาง ๆ ไป เหมือนน้ำเกลือถูกน้ำจืดใส่ไปเรื่อยๆก็ละลาย จืด จืดไปเรื่อยๆ เหลือแต่น้ำเปล่า ก็ถ้าทุกคนพยายามที่จะหันกลับมาสนใจบ้างว่าพระพุทธเจ้าท่านพูดอะไร พยายามที่จะฝึกหัดปฏิบัติทำตามให้ได้ภายใต้คำสอนที่ท่านสอนไว้พูดไว้เท่านั้น อย่างนี้ก็จะเป็นการดี อย่างน้อยเราทรงจำไว้ เราถ่ายทอดให้ลูกหลานเราก็ถ่ายทอดเท่าที่พระพุทธเจ้าท่านตรัส ก็จะเป็นการทรงจำสืบทอดกันต่อไป

มีหลายเรื่องที่เป็นเรื่องพระพุทธเจ้าพูดไว้บ่อย พูดไว้มาก แต่เราไม่ได้นำมาพูดกันเลย ไม่ได้นำมาสอนกัน ในเรื่องของปฏิจจสมุปบาทก็ไม่ค่อยได้มีใครมาสอนกัน อย่างปฏิจจสมุปบาทก็เป็นเรื่องของอริยสัจจ 4 นี้เอง แต่เป็นอริยสัจจ 4 ที่พระพุทธเจ้าลงรายละเอียดเข้าไป ลงรายละเอียดไปในส่วนของสมุทัย คือเหตุเกิดและลงในรายละเอียดในส่วนของ นิโรธ คือความดับ ว่าธรรมชาติทั้งหลายนี้มีเหตุเกิดมาอย่างไร แล้วก็เวลาที่มันจะดับมันมีเหตุดับไปอย่างไรบ้างเป็นขั้นเป็นตอน ซึ่งขั้นตอนกระบวนการอยู่ในจิตของเราทั้งหมด ถ้าเรามีสติมาเฝ้าดูเฝ้าสังเกตขบวนการ ก็จะเห็นว่าขบวนการทั้งหมดเป็นแต่เพียงสติเราไม่ทัน เหมือนเวลาเราพูดจริงๆมันต้องคิดก่อน แต่มันชำนาญจนกระทั่งเรารู้สึกว่าเราไม่ต้องคิดเลยมันพูดออกมาได้เลย มันมีความชำนาญขนาดนั้น เพราะเราใช้การพูดโดยการผ่านทางความคิดมาหลายสิบปีเป็นความคล่อง แต่ถ้าเราลองทำข้อวัตรที่พระท่านฝึกกัน เช่น มุขวัตรหรือในภาษาของบุพสิกขาเรียกมุควัตร คือการงดพูด เราจะรู้เลยว่า แหม ! มันอัดอั้นตันใจมาก วัน วันไม่ได้พูดและมันอยากจะพูดมากเลยนะ เวลาเราจะพูดปุ๊บนี้ แล้วเราหยุดไม่พูด แล้วเราจะรู้เลยความคิดมันเป็นอย่างไรปุ๊บ เราจะเห็นความคิดข้างในว่า อ้อ เราจะพูดอย่างนี้แต่เราพูดไม่ได้ เตียวหันมาเราจะพูดอย่างนี้แต่เราพูดไม่ได้ เราจะรู้ทุกครั้งที่เราจะพูดมันมีความคิดมาก่อน ไม่งั้นบางทีเราไม่เห็นเพราะ มันไว จะพูดปุ๊บมันก็พูดไปเลย อันนี้เรื่องหนึ่ง ปฏิจจสมุปบาท

เรื่อง อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ก็เป็นอีกเรื่องที่มีความเข้าใจ คลาดเคลื่อนกันไปพอสมควร เรื่อง อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา บางทีเราเข้าใจว่า พระพุทธเจ้าไม่ได้บัญญัติเรื่อง อนัตตา แต่พอพระพุทธเจ้า บัญญัติว่าเรื่อง ทุกสิ่งทุกอย่างเป็นอนัตตา เราก็เลยไปเข้าใจว่า อนัตตาตรงข้ามกับอัตตา ซึ่งจริงๆ ไม่ใช่

พระพุทธเจ้าบอกความเห็นมันมีสุดโต่ง 2 ข้าง ข้างหนึ่งคืออัตตา มีความเห็นว่าอัตตามีหรือ ภาษาบาลีเรียกว่า อัตติตา แต่อีกข้างหนึ่ง ความเห็นคนจะเหวี่ยงไปข้างหนึ่งว่า ทุกสิ่งทุกอย่างขาดสูญไม่มีตัวตนไม่มีเรียกว่า นัตติตา แต่พระพุทธเจ้าบอกทั้ง 2 ความเห็นนี้ผิดหมดไม่ใช่ เพราะมันไม่ใช่สัจจะ คือ เมื่อกาลเวลาเปลี่ยนไป ความเห็นนี้ไม่สามารถคงตัวอยู่ได้ เช่นว่า ถ้าความเห็นว่า อัตตามี บอก ถ้าอัตตามีตัวตนของโยมมนัสมีจริงนี้ ถ้าถามว่าถ้าโยมมนัสตายไปแล้วมีจริงไหม! ไม่มี ถูกเผาไปแล้ว ละลายไปแล้วใช่ไหม เพราะฉะนั้นความเห็นนี้ก็เปลี่ยนแปลงด้วยกาลเวลา เพราะฉะนั้นคำว่าสัจจะมัน จะต้องคงที่ตลอดแม้กาลเวลาเปลี่ยนไป ความเห็นว่าตัวตนมีจริง ไม่จริง ถ้ามาดูสุดโต่งอีกข้างหนึ่ง บอกว่าความเห็นที่ "ตัวตนไม่มี" แล้วใครนั่งอยู่ที่นี้ ตอนนี้นั่งมีอยู่เพราะฉะนั้น ณ ปัจจุบันนี้ความเห็น ว่าทุกสิ่งทุกอย่างขาดสูญตัวตนไม่มี ก็ไม่จริงในทุกกาลเวลา

พระพุทธเจ้าบอก ความเห็นที่จริงแท้แน่นอน เป็นสัจจะจะไม่เปลี่ยนแปลงไปตามกาลเวลา ตรงทุกเมื่อ หยิบมาเมื่อไหร่ตรงทุกเมื่อ ก็คือความเห็นที่ว่าอนัตตาคือ ไม่ใช่ตัวตนจริงหรือไม่ใช่ตน ก็คือ ความเห็นว่าทุกสิ่งทุกอย่างมีการเกิดขึ้น ตั้งอยู่สักพักหนึ่งแล้วแตกสลายไปดับไป

ถ้าความเห็นอย่างนี้พระพุทธเจ้าบอกว่าอันนี้เป็นมัชฌิมาปฏิปทา หยิบเอาไปใช้ได้ทุกอย่าง หยิบวิทยุขึ้นมาก็เป็นอย่างนี้ มันมีเหตุเกิดมีความดับ ตัวศาลาก็เป็นอย่างนี้ ตัวคนก็เป็นอย่างนี้ ตัวพัดลม ตัวอะไรก็ตามก็เป็นอย่างนี้ หยิบมาดู ภูเขา ต้นไม้ ใบหญ้า แม้แต่ตัวของคนเราเอง แม้แต่ภายในจิตใจ ความรู้สึกเป็นสุข ทุกข์ อุเบกขาที่ตาม ความคิด อดีตอนาคตก็ตามก็มีการเกิดขึ้นตั้งอยู่ดับไป ไม่ว่าโยม จะคูจิตคูใจ คูอารมณ์ของเรา ตั้งแต่เกิดจนตายมันก็จะเป็นอย่างนี้ ไม่มีการเปลี่ยนแปลง นี่คือสัจจะ แท้จริง สัจจะในความหมายของพระพุทธเจ้าคือคงตัวอยู่ตลอดเวลา พระพุทธเจ้าบอกสิ่งๆนี้มันคง ต้องอยู่ตลอด ไม่ว่าพระพุทธเจ้าจะเกิดขึ้นหรือไม่เกิดขึ้นก็ตาม ธรรมชาตินี้เป็นอยู่อย่างนี้ ท่านจึงเรียก อีกอย่างหนึ่งว่ามันเป็นตลตาคือเป็นเช่นนั้นเอง เป็นอวิตลตาคือความไม่คิดไปจากความเป็นอย่างนั้นยังงั้น มันไม่คิดไปจากอย่างนั้นแน่นอนเป็นอนัญญตาคือการที่มันไม่ไปโดยประการอื่น มันจะไม่เป็นแบบอื่นแน่นอน มันจะเป็นของมันอยู่อย่างนี้ แล้วก็ เป็น อิทัปปัจจยตา คือ ความที่เมื่อมีสิ่งๆเป็น ปัจจัย สิ่งๆจะเกิดขึ้นเพราะมีเหตุอย่างนี้เหตุนี้จึงเกิด เพราะฉะนั้นบางคนสงสัย อิทัปปัจจยตา กับ ปฏิจจสมุปบาท มันเกี่ยวข้องกันยังไง ก็คือ อิทัปปัจจยตามันเป็นคุณสมบัติหนึ่งในปฏิจจสมุปบาท ปฏิจจสมุปบาทนี้มันเป็นระบบใหญ่ระบบของการเกิดขึ้นของธรรมชาติทั้งปวง และระบบของการดับ ไปของธรรมชาติส่วนตัวอิทัปปัจจยตามันเป็นคุณสมบัติหนึ่งของปฏิจจสมุปบาทคือว่า มันอาศัยเหตุเกิด ต่อ ๆ กันไป เพราะฉะนั้นอันนี้ก็คือ ความเห็นที่เป็นมัชฌิมาปฏิปทา ตัวปฏิจจสมุปบาท นี้ก็เป็นตัว มัชฌิมาปฏิปทาและเป็นตัวที่ใช้กับธรรมชาติที่เป็นของสมมุติ อะไรเป็นของสมมุติ นี้เลย ที่เรานั่งอยู่

ทุกวันนี้สัมมุติ ศาลา รถ บ้าน หยิบอะไรขึ้นมาสัมมุติหมด สัมมุติเพราะอะไรมองให้จับ มันฟังใหม่ มันดับใหม่ ? มันแตกใหม่? นามธรรมในจิตของเราเหมือนกันอะไรที่ว่าเป็นเรา สุขเป็นเราใหม่ ! พระพุทธเจ้าบอกตรวจสอบดู มันดับใหม่! ดับ ความทุกข์เป็นเราใหม่! แน่นอนใหม่! ถ้าว่าเป็นเรา ทุกข์ต้องไม่ดับและเราต้องควบคุมความทุกข์ได้ว่า ทุกข์อย่าเกิดนะ ทุกข์ถ้าเกิดแล้วจงดับ เราคุมไม่ได้ มันอยากเกิดมันก็เกิด มันอยากดับมันก็ดับ มันเกิดก็เพราะเหตุปัจจัย มันดับก็เพราะเหตุปัจจัย เหตุปัจจัยอะไร ! เพราะจิตไปจับ จิตไปจับ จิตเข้าใจผิด หลง ดับ อ้าว ! ดับเพราะอะไร? ดับเพราะจิตมันปล่อย ง่ายๆเวลาคลุมหายใจคลุมเข้าลมออกเราตั้งความอยากเลยนะ เราว่าจิตเป็นเรารู้สึกเป็นเรา เอาความรู้สึกมาอยู่กับลมเฉยๆอย่าไปไหนนะ บอกมันตั้งมันเรียบร้อยเสร็จเราก็นั่งสมาธิจัดทำทางอย่างดีเลย รู้ลมหายใจเข้าออกสักพักมันแปร๊บ.ไปคิดโน้นอีกแล้ว มันไม่ได้เชื่อเรานะนี่ จิตผู้รู้เนี่ย ไม่ได้เชื่อเราเอา... เรายังคับดึงกลับมาอีก กลับมาอยู่กับลมซะ อยู่สักพักนึง 1 นาที 2 นาที ปล่อยให้ปรุแง่งในอนาคตอีกแล้ว ไปคิดอนาคต อีกแล้วเรื่องนี้ไปคิดเรื่องโน้นอีกแล้วพຽงนี้ทำอะไร! จะไปที่ไหนดี จะซื้ออะไร ไปซื้อปิ้งที่ไหนดี ไปๆลื้ไปเลยนะ เอ้า ! มีสติละความเพลินได้กลับมาที่ลมอีก มันก็เป็นอย่างนี้ เป็นอย่างนี้ไปเรื่อยๆ ถามว่าทำไม ? เพราะมันไม่ใช่เราไงโยม ถ้ามันเป็นเราก็คงต้องสั่งมันได้ซิใช่ไหม! เหมือนตัวเรา เราบอกโยมมันสั่งตัวโยมมันสบอกอย่าเดินไปไหนนะ ชั่วโงงนี้จะนั่งอยู่ที่ศาลาถ้าเป็นตัวเราจริงเราสั่งได้ใช่ไหม นั่นถ้าเป็นจิตเราจริงๆต้องสั่งได้นะ แต่ถ้าสั่งไม่ได้ พระพุทธเจ้าบอกนี่คืออุปายปัญญา เพื่อเกิดปัญญานี้ไม่ใช่ของเรา แต่ ! โยมมันสบอกโยมมันสั่งตัวเองได้นะ แต่ก็ไม่แน่นะเดินไกลๆนี่ยังถึงจากนี้ไปหน้าวัดยังถึง ถ้าโยมมันสเดินไปไกลๆเดินกลับบ้านที่รามอินทรา อาจจะถูกรถชนก่อนก็ได้ ไม่แน่หรือหัวใจวายตาย ไข่มีะ เหนื่อยมากไม่ค่อยออก กำลังกาย นั่งขายของอยู่ประจำมัน ไม่เที่ยงนะนี่ใช่ไหม เพราะฉะนั้นจริงๆแล้วอะไรที่เราสั่งไม่ได้ นั่นก็คือให้เกิดปัญญาว่า มันไม่ใช่ของเรา

พระพุทธเจ้าจึงให้เฝ้าดูเฝ้าสังเกตเป็นผู้เฝ้ามองเฝ้าสังเกตธรรมชาติ เพื่อให้รู้ตามความเป็นจริงนั่นเอง เราถึงต้องมานั่งทำสมาธิ ทำสมาธิเพื่ออะไร ? เพื่อให้มีความจดจ่อตั้งใจมั่นคงธรรมชาติเหล่านี้แหละ ตามความเป็นจริงเท่านั้นเองไม่ใช่อะไร เมื่อเห็นธรรมชาติเหล่านี้ตามความเป็นจริง เกิดความชัดแจ้งขึ้นมา ก็จะเกิดความเข้าใจว่า อ้อนี่ไม่ใช่เรามีความเสื่อม ที่นี้ของอะไรที่มันมีเสื่อมได้ ดับได้ ไม่ใช่เรา โยมอยากได้มันใหม่! เวลาโยมซื้อกระเป๋าก็ต้องดูดูกันนะอย่ามีตำหนิ อย่ามีแถมรอยอะไร ชื่อรถยนต์ก็อย่าให้มีรอย โอ้ โห เลือกร้อยๆดีเลย มีตำหนิเปลี่ยนไม่เอา เอาคืนร้าน เราไม่อยากจะของมีตำหนิ ไม่อยากจะของเสื่อม ไม่อยากจะของที่จะพัง แต่ทุกวันนี้เราเอาของพังมาเป็นเจ้าของหมดแล้วนี่ใช่ไหม อะไรบ้างเป็นของพัง ร่างกายเป็นของพัง ป่วยประจำเข้าโรงพยาบาลมาก็รอบแล้วใช่ไหม เกิดมาจน 40-50 ปีใช่ไหม เราก็เข้ากันมาหลายรอบ นี่เราเอาของเสื่อมของเกิดของตายมาเป็นเจ้าของ และคิดว่านี่ตัวเรา นี่ของเราแน่นอน

พระพุทธเจ้าบอกว่าคุณคิดอย่างนี้ คิดผิด คิดผิดถ้าคิดอย่างนี้เวลาเราเจ็บก็จะมีตัวเราเจ็บจริงๆและเวลาเราตายก็จะมีตัวเราตาย มีผู้ตาย แต่ถ้าเราถอนความเห็นอย่างนี้ออกมาได้ ให้เห็นว่าเป็นธรรมชาติ

อย่างหนึ่งที่มีการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป พระพุทธเจ้าบอกถ้ารูปตายเราก็จะไม่ตายไปตามรูป ไม่มีใครตาย เวลาเราเจ็บก็ไม่มีใครเจ็บเป็นธรรมชาติที่มันต้องเจ็บต้องป่วยของมัน เราก็รักษาไปตามเหตุปัจจัย หายก็เอา ไม่หายก็เอา เอาทั้งสองอย่าง แต่เราก็ทำให้ดีที่สุด ทำอะไรก็ทำให้ดีที่สุดกับสิ่งๆนั้น ไม่ใช่ว่าร่างกายไม่ใช่ของเราไม่ต้องเอามันไปอาบน้ำ ไม่ต้องไปให้มันกินข้าว ก็ให้มันกินให้การดูแลมันให้ติดตามปกติเรียกว่าทรงไว้ซึ่งสภาพของธรรมชาติ ไม่มี ความอยากที่จะไปทำให้มันสวยสดงดงาม ดึงมาจนเกินประมาณหรือว่าไปทำลายมันอย่างนี้ เหมือนเรามีแก้วอยู่ 1 ใบไว้ใช้ดื่มใช้กินเราก็ต้องล้างสะอาดหลังจากใช้แล้ว เก็บให้ดี ระวังไม่ให้แตก แต่ถ้าสุกวิสัยมันจะแตกก็เรื่องของมัน

เพราะฉะนั้นถ้าเราเห็นอย่างนี้ก็เรียกว่าเรามองธรรมชาติเป็น เราจะไม่ทุกข์ ไม่ทุกข์กับธรรมชาติเหล่านี้ ไม่ทุกข์เมื่อมันเจ็บ ไม่ทุกข์เมื่อความไม่เที่ยงมันมาเยือน ไม่ทุกข์เมื่อตายเมื่อแตกสลาย เวลาโยมจะตายมีใครไปบอกใกล้ๆว่าทำจิตเป็นอุเบกขานะ ตั้งสติไว้ในกายเห็นการเกิดดับให้ดี ละความเพลินให้ได้ โยมก็จะทำได้ เพราะเราฝึกมาแล้วเราฝึกมาเป็นประจำ เรามานั่งสมาธิทุกวัน อย่างนี้ อาตมาไปเยี่ยมผู้ป่วยที่ใกล้จะตาย อิม! บอกแล้วเขาจะทำได้หรือเปล่าน้อ ! แต่ได้ไม่ได้ก็บอกไป เพื่อจิตสุดท้ายเขาจะทำได้ ก็ยังเป็นบุญกุศลกับเขา ไม่บอกให้เขาจับความคิดความงมงายอะไรหรอก ให้เขาเกาะความคิด ก็ยังไปสวรรค์ ไปในด้านกุศล เอาว่าจิตเกาะอะไรรีบทิ้งก็วางใจเป็นอุเบกขาไม่เอาอะไร ด้วยการบอกอย่างนี้จิตก็สามารถบรรลุภูมิธรรม บรรลุภูมิธรรมเป็นอริยบุคคลได้ เอาแบบเฉิๆเลยดีกว่า เอาน้อยๆไม่เอา เพราะว่าเวลาจะตายไม่แน่ว่าเรามีบุญบารมีสามารถบรรลุมรรคผลได้

พระพุทธเจ้าบอกว่าบางคนอาจจะสำเร็จมรรคผล ตอนช่วงจะตาย ความตายและการบรรลุมรรคผลไม่ก่อนไม่หลังกว่ากันก็เป็นได้ เพราะฉะนั้น เขามีโอกาสมีจังหวะ โอ้ เขาจะตายแล้วมีคนนิมนต์เราไปให้ธรรมะถึงเตียงที่กำลังจะตาย แหม! อาตมาว่าเป็นดวงของเขานะ เป็นจังหวะของเราด้วย เพราะฉะนั้นมีอะไรที่จะดีที่สุดก็รอกหูให้เขาไปเลย แล้วเขาก็วัดกั้นของเขาเอง ถ้าเขามีบุญบารมีเขาก็พิจารณาเดี๋ยวนั้น ทำเดี๋ยวนั้น บรรลุเดี๋ยวนั้นได้

อันนี้ในเรื่องของ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ตัวอนิจจัง ทุกขัง อนัตตามันเหมือนเป็นการอธิบายสภาพของสมมุติ เช่นว่า หนังสือเล่มนี้ใช้ไปๆ อาตมาใช้มา 10 ปีกว่า ก็ปะบั้ง เริ่มเปื่อยบั้ง อะไรบั้ง เดิมมันก็ของใหม่หนังสือ ปาติโมกข์ คู่มือประจำๆ 6 ปี 7 ปี 8 ปี นั่งท่องมันเรื่อยๆมันก็เปื่อยแล้ว ผ่านไป 20 ปี 30 ปี 100 ปี มันก็คงไม่เหลือซาก ความที่ว่ามันค่อยๆขาดไปที่ละชนิดนี้ อนิจจัง เวลามันแตกสลายจนหาซากไม่ได้ นี่ทุกข์ขังมันดับไปแล้ว มันหารูปสภาพเดิมไม่ได้แล้ว แตกสลายไป ดับ อนัตตา ก็คือความเป็นตัวตนของมัน ความเป็นหนังสือมันไม่มีแล้ว นี่ก็อนัตตา มันไม่ใช่ตัวตนจริง มันเป็นหนังสือชั่วคราว เป็นตัวตนชั่วคราวเท่านั้นเอง เพราะฉะนั้น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตาจึงเป็นคุณสมบัติหรือเครื่องมือที่ใช้เพื่อพิจารณาสมมุติ บัญญัติ ทุกสิ่งทุกอย่างที่เป็นสมมุติบัญญัติแปรเปลี่ยนได้ ตัวคน ตัววัตถุข้าวของ รูปนามทั้งหมดเป็นสมมุติบัญญัติหมด อะไรก็ตามที่มีสภาพไม่เที่ยงนั่นเป็นสมมุติบัญญัติ แล้วทีนี้สิ่งที่ขาดไปในระบบการสอนของเรา แต่ พระพุทธเจ้าพูดบ่อยมาก ถ้าเราไปดูศึกษาในพระไตรปิฎกที่เป็นคำศัพท์ของพระพุทธเจ้าหลังจากพิจารณาว่าสิ่งๆนี้เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา

แล้ว ปัญญาที่จะได้ก็คือ เนตังมะมะ นั่นไม่ใช่ของเรา เนโสหะมัสสะมิ นั่นไม่ใช่เป็นเรา นะเมโส อตตะตา นั่นไม่ใช่อัตตาของเรา เราจะมองเลยว่าไม่ใช่ของเราละ อันนี้ไม่ใช่เป็นเรา นี่ไม่ใช่ตัวตนของเรา เราถอนตัวมาเป็นผู้มอง ผู้สังเกตสิ่งๆนี้ สิ่งที่เกี่ยวข้อง

เมื่อเราสังเกตสิ่งรอบข้างไปเรื่อยๆ เราก็โอบนโยโก คือน้อมเข้ามาในตัว แล้วเราก็มองตัวเรา อีก เอ๊ะ !มันเป็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตาใหม่! พอมองว่าเป็น มองซ้ำๆซ้ำไป 5 ปี 10 ปี ไปเรื่อยๆเราก็เริ่มเห็นแล้วว่า โอ้ ! นั่นไม่ใช่ของเรา นี่ไม่ใช่เป็นเรานี้ไม่ใช่ตัวตนของเรา มันก็ถอนตัวมาเป็นผู้ดูตัวเรา อีกที นี่เริ่มเข้าถึงจิต จิตเริ่มบริสุทธิ์ขึ้นมา ความบริสุทธิ์นี้คือการที่เราสามารถถอนอัตตา ถอนความยึดมั่นในตัวตน ในธรรมชาติทั้งหลายออกมาได้ ได้มากเท่าไรหรือจิตก็บริสุทธิ์มากขึ้นเท่านั้น ถอนจากรูป ได้ถอนจากนามอีก ก็มองดูนามอีก มองดูสุข ทุกข์ อุเบกขา ที่เรียกว่า เวทนาขันธ มองดูสัญญา ความคิดความหมายรู้ในอดีต มองดูสังขารความปรุงแต่งในอนาคตกันอีก ก็มีความไม่เที่ยง มีความดับอีก เอ้า !อย่างนี้มันก็ไม่ต่างกับรูป เริ่มดูบ่อยเข้าๆนานเข้า 5 ปี 10 ปี ก็เริ่มเข้าใจตรงนี้อีกว่า เนตังมะมะ นั่นไม่ใช่ของเรา เนโสหะมัสสะมิ นั่นไม่ใช่เป็นเรา นะเมโสอัตตาไม่ใช่อัตตาของเรา คือ ท่านถอนตัวมาจนถึงจิตที่บริสุทธิ์

อันนี้คือปฏิบัติทำให้ถึงความดับไม่เหลือแห่งสักกายะ(ความถือว่าตัวตนทั้งหมด) เพราะฉะนั้น เวลาเราพิจารณา อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ก็ขอให้ปัญญาดูเห็นตามต่อเนื่องเลย ว่าสิ่งนี้สิ่งที่เรากำลังมอง กำลังพิจารณาอยู่ไม่ใช่ตัวเราของเรา ไม่ใช่ตัวตนจริง

เพราะฉะนั้นก็จะบอกในเรื่องของอริยสัจ 4 เรื่องของปฏิจตุสมุขปาปะที่แทรกอยู่ในอริยสัจ 4 เรื่องของความเห็นที่สุดโต่งทั้ง 2 ข้างว่า อัตตามี อัตตาไม่มี ส่วนอนัตตาเป็นมัชฌิมาปฏิบัติ เป็นทางสายกลางระหว่าง 2 ความเห็นนี้ แล้วก็เรื่องอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ว่าจริงๆมันเป็นอย่างไร แล้วก็ปฏิบัติหรือปัญญาที่จะเกิดคิดตามต่อเนื่องเมื่อเราเห็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ของสิ่งๆนั้นขึ้นมาว่าเราจะต้องเห็นอะไร ที่นี้โยมบ้าง

โยม อย่างเมื่อก็เรื่องดูเวทนาครับ ถ้าฆราวาสทั่วไปก็ยังทำใจไม่ได้ เวทนาสุข ก็เหมือนกับว่า มันอยากจะชิมสักนิดหน่อยคงไม่เป็นไร ความสุขนี้ก็ชิมหน่อย แต่ !เรามีปัญญาชะอย่าง ก็แป็บเดียว แล้วเราก็ไม่คิด ทำยังไงที่จะคิดให้ถูกต้อง

พระอาจารย์ ใช่ โยมพูดตรงไปตรงมาดีมาก ความรู้สึกคนมันก็เป็นอย่างนี้จริงๆ เวลาเราเป็นนักปฏิบัติเราจะมองเราจะเข้าใจ โอ้โฮๆ มันเป็นอย่างนี้ เพราะเราพยายามมองพยายามห้าม พยายามตัด พยายามละ มันก็จะเกิดอย่างนี้ขึ้นมา ไม่เป็นไรธรรมดา พระพุทธเจ้าจึงใช้คำว่า ละความเพลินค่อยๆละ โยมเคยเพลิน สักชั่วโมง โยมก็มาเพลินครึ่งชั่วโมง พอทำได้ครึ่งชั่วโมง โยมก็หกลงมาลดมาเหลือ 10 นาที 5 นาที 3 นาที 2 นาที ค่อยๆลดลงมาเรื่อยๆ เหมือนกับรักษาศีลนะโยม ศีล 5 โยมไม่เคยรักษายเลย เอาก่อนวันเดียววันหนึ่ง คีนึง อย่าไปเอาเยอะ เดี่ยวหมดกำลังใจ พอวันหนึ่งคีนึงได้ ค่อยทำต่อก้าวเป็นวันที่ 2 วันที่ 3 หรือวันหนึ่งคีนึงถ้ายังทำไม่ได้ โอ้โฮ !

มันยาก ก็เอามันข้อเดียวเลย เล่นอย่างนี้ ข้อเดียววันเดียว ทำให้ได้ค่อยๆ ไปได้โยมเราก็ต้องมีปัญญาสู้มัน กองทัพมันใหญ่ เราก็ต้องเก็บมันทีละนิดทีละนิดค่อยๆ เลาะมันเนี่ยเริ่มอย่างนี้ แล้วพอเราทำได้ทำได้ไปเรื่อยๆ มันก็ก้าวขึ้นไป สถิติ สมาธิ ปัญญาเรา ก็พอกพูนขึ้นๆ

ทีนี้มันก็ง่าย ทีนี้พอเรามองมาข้างหลัง โอ้! อารมณ์อะไรที่เราว่ายากๆ มันเริ่มง่ายขึ้น เหมือนปัจจุบันนี้ หลวงพ่อชาบอกว่า เราอยากไปเล่นลูกโป่งไม่อยากจะเล่นนะ แต่! ตอนเด็กนี่ โอ้โฮ! พ่อแม่ไม่ให้เล่นลูกโป่งนี่เราร้องไห้แล้ว ทนอารมณ์แค่นี้ไม่ได้ ไซ้ใหม่ ! แต่พอโตเป็นผู้ใหญ่ขึ้นมา เริ่มมองอารมณ์อย่างนี้เป็นของธรรมดา แต่ผู้ใหญ่ก็มีอีกอารมณ์หนึ่งที่ยังทนไม่ได้ไซ้ใหม่ มันก็ก้าวเป็นขั้นๆ ไป กิเลสก็วิ่งหนีตามเราก็อไล่ตามเรื่อย ก็ค่อยแกะไป แกะไปที่ละนิด

โยม

ก็ค่อยดูกันว่าอะไรควรจะเล่นทีละขั้น

พระอาจารย์

ก็ตามกำลังของเรา ทดลองก่อนโยมลองหยั่งเชิงมันก่อนไซ้ใหม่ แต่ต้องหิบบมาทำนะเอามาทำเลย เอามาทำแล้ววัดกำลังดูว่าเออ มันสู้ไหวไหม! ถ้าสู้ไหว ก็เอาสู้ไหว ก็สู้ไปเรื่อยๆ หรือถ้าสู้แล้วไม่ไหวก็เอาสิ่งที่ก่อนก็ได้ อย่างโยมนั่งวันละ 1 ชั่วโมงเนี่ย โอ้ ไม่ไหว ไม่ไหวลดลงหน่อย 15 นาทีไหวไหม โอ้! ยังไม่ไหว เอา 10 นาทีก่อน ลดมาเออ 10 นาทีพอไหวก็เอามันคงที่ แต่ 10 นาทีก่อน ไปสักอาทิตย์ เดือนหนึ่ง 2 เดือน 10 นาที พอเราทำได้คงที่ได้อย่างนี้มันเริ่มมีกำลังใจ และเริ่มมีกำลัง สถิติเริ่มได้ฝึกก็เข้มแข็งขึ้น สมาธิความตั้งใจมันก็เริ่มเข้มแข็งมีกำลังมากขึ้น ทีนี้ก็ค่อยๆ ก้าวขึ้นไป เดือนหน้าเพิ่มไปอีก 5 นาที เป็นนั่ง 15 นาที แล้วก็เพิ่มขึ้นทีละนิด ไม่ต้องมาก คิดต่อไปก็ได้ครบ อาตมาหัดรักษาศีลนี้เอามันข้อเดียว ข้อเดียวทีละปีทีละเดือน บางข้อก็นานบางข้อก็เป็นปี บางข้อก็ไวหน่อย ศีล 5 นี้กว่าจะรักษาได้ก็ 5-6 ปี ค่อยๆ ทำทีละนิด มันยังช้านะแต่บางคนอาจจะได้เร็วได้ดีกว่า ก็แล้วแต่กำลังของแต่ละบุคคลมันสำเร็จก็พอแล้ว แต่เรารู้ว่าถ้ามันสำเร็จก่อนตายก็ดี เดี่ยวมันจะตายก่อน นี่สมาธิเรานั่งไปเรื่อยๆ บวกกันไปควบคู่กันไป ไม่ใช่ว่าอันนี้ทำไม่ได้ อันนั้นก็ไม่ได้ทำเลย เช่นศีลเรารักษาไม่ได้สมาธิก็ไม่นั่ง ศีลรักษาไม่ได้ก็ไม่เป็นไร เราบอกว่ารักษาไม่ได้มันนั่งสมาธิไปก่อน รอเหตุปัจจัยให้มันพร้อมเดี๋ยวศีลมันรักษาได้เอง มันไม่จำเป็นจะต้องเริ่มวัดมาจากศีล จากสมาธิจากปัญญาหรอก มันเริ่มจากสมาธิก่อนก็ได้ แล้วก็กระโดดมาศีล ไปปัญญา จะเริ่มปัญญามาก่อนก็ได้เห็นอะไรพิจารณา เห็นอะไรก็เออเนี่ยไม่เที่ยง นี่ไม่เที่ยงๆ เห็นไปเรื่อยๆ เสร็จก็มาแซมสมาธินั่งไปบ้าง พอมีกำลังเออศีลพอรักษาได้ ก็รักษามันหิบบมันมาสักข้อหนึ่งอย่างนี้เหมือน สัมมากัมมันตะ พระพุทธเจ้าให้รักษาไว้ 3 ข้อ ไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ลักทรัพย์ ไม่ประพฤติผิดในกาม เอา 3 ข้อแรกของศีล 5 มาก็ได้

เพราะฉะนั้นเราต้องใช้ปัญญาสู้มัน ยากนิดหนึ่ง ละความเพลิน ความสุขเนี่ยแก้ด้วยการ
ละความเพลิน ก็ยังห้ามไม่ได้ไม่เป็นไรแต่ก็ให้ลดลงๆ ไปเรื่อย ๆ

โยม ก็ให้เห็นคุณและโทษของมันด้วยใช่ไหมครับ

พระอาจารย์ ใช่ เห็นคุณและเห็นโทษ แต่ ต้องเห็นโทษบ่อยๆ ผู้ใดเห็นโทษเห็นอาทีนะวะของสิ่ง
ใดบ่อยๆจะถอนอุปาทานจากสิ่งๆนั้นได้

โยม และตรงการเกิดการดับเมื่อไหร่ ที่อธิบายว่าจิตมันเข้าไปจับก็เกิด แล้วนอกจากอันนี้ ก็
หมายถึงธรรมชาติของจิตทั่วไปด้วยใช่ไหมครับ คือ การเกิดการดับตามธรรมชาติของ
สิ่งของวัตถุ ไม่เกี่ยวกับจิตก็ได้

พระอาจารย์ ใช่ ธรรมชาติทั้งหลายก็มีการเกิดการดับ แต่การเกิดการดับในความหมายหลักๆของ
พระพุทธเจ้านี้ คือการเกิดของจิต เพราะการเกิดของสิ่งอื่นมันก็เกิดตาย ต้นไม้ก็เกิด
ตายของมันไป มันก็ไม่ได้ให้คุณให้โทษกับเราแต่การเกิดของจิตให้คุณให้โทษแล้ว
พาราเวียนในวัฏฏะเกิดตายไปเรื่อยๆ มันคือชีวิต เพราะเราไปคิดว่าวิญญาณหรือจิตที่
เกิดดับมันเป็นชีวิต มันเป็นจิตของเรา แต่เราก็ไม่ได้หมายเอาธรรมชาติอะไรที่จิตมัน
ไม่ไปเกาะเป็นชีวิต เพราะฉะนั้นการเกิดขึ้นมันหมายความว่าสิ่งนั้นเกิดขึ้นมาในจิต นั่น
ก็คือ จิตไปเกาะไปจับสิ่งนั้น ให้สิ่งนั้นมันมีขึ้นมา ถ้าจิตไม่ไปเกาะสิ่งใดสิ่งนั้นก็เท่ากับ
ไม่มี หรือมันมีอยู่ก็คือไม่มีเหมือนกัน

โยม ปกติเราทานอาหาร 3 มื้อแต่ถ้าเราทำที่ว่า 3 มื้อให้เหลือมือเดียว อันนี้จะเป็นการทำ
เกินไปหรือเปล่าครับ ละครขนาดนี้

พระอาจารย์ ต้องดูความพอดี เพราะเรื่องอาหารนี้ หลักการสอนเรื่องอาหารของท่านคือ โภช
เนมัตตัญญตา จันแต่พอดี

โยม ถ้าเราพยายามจะลดมื้ออาหารจะเรียกว่าเราฝึกละสุขเวทนาไหมครับ

พระอาจารย์ ก็ได้ถ้ามันยังอยู่ในกรอบของความพอดี ไม่ใช่ว่าโยมทำงานหามรุ่งหามค่ำแล้วลด
อาหารมาเรื่อยๆ จนตัวผอมลงๆ อาตมาก็เป็นนะ สมัยอาตมาเป็นนักเรียนไปฝึกต้อง
วิ่งต้องออกกำลังกายทั้งวัน แต่อาตมาทานมือเดียว แต่ตั้งใจไว้แล้วเอาให้มันรอดนะ 1
เดือนมันจะรอดไหมนี่ ก็ลองไปเรื่อยๆ มันก็รอด หลังจากรอดนี้ ต้องจำไว้เลยว่า
อย่าทำอีกก็ประคองไปนั่งสมาธิคืนหนึ่ง 3 ชั่วโมง เพื่อนเขาหลับกันหมดแล้ว เราก็ลุก
ขึ้นมา นั่งสมาธิ แล้วเหมือนอย่างที่โยมว่าเวลาไปทดสอบวิ่งเราก็วิ่งกำหนดลมหายใจไป
ด้วยทำสมาธิ โอ้ โหจะรอดหรือเปล่านะ รอดหรือเปล่านะเราก็ทำไป โอ โห มันช่วย
ได้จริงๆตัวนี้เบาหวิวเลยไปจิว..... เข้าเส้นชัยจนได้ มันก็ประคองไปได้

โยม เกิดความภูมิใจไหมครับ

- พระอาจารย์ ก็เกิดอยู่แต่ก็ต้องรีบทิ้ง เพราะเราก็ต้องภาวนาอยู่ด้วย กิ่งงนะ เอ๊ะ มันไปได้ยังไงนะ 3 มือไม่รอดยังมีเลย
- โยม อย่างนี้ถือว่าเป็นการทำให้อินทรีย์เราแก่กล้า
- พระอาจารย์ ก็อินทรีย์ในเรื่องเช่นว่า อาจจะต้องจะบารมี ไซ้ใหม่ เราตั้งใจแล้ว ตั้งสัจจะไว้ 1 เดือน รักษาศีล 8 ทานมือเดียวให้ได้ภายใต้ภาวะตรงนี้ เราก็เลยลองทำดู
- โยม ถ้าเราทานได้จะครบเท่ากับเราทำได้โดยไม่เบียดเบียน
- พระอาจารย์ เบียดเบียนเหมือนกัน
- โยม ถ้าบางคนไม่เบียดเบียนล่ะ
- พระอาจารย์ ถ้าคนไม่เบียดเบียนก็ไม่ใช่ไร ถ้าเรารู้สึกว่าร่างกายเราไม่มีปัญหา มันอาจจะเป็นการฝึกที่ไม่มาก ไม่หนักและมือเดียวเพียงพอ แต่ยังงั้นโห มือเข้าเราก็กับข้าวอย่างเดียว นะ มือเข้าก็น้อยด้วย เพราะเขาไปหนักมือกลางวันกับ มือเย็น เราทานมือเข้ามือเดียว กลางวันบางที่เขาเลยไป อย่างนี้ เราก็ 2 มือไม่ได้ เพราะเราตั้งใจกินมือเดียวเราก็กินเลยแหย่น้อย ถ้ามือเข้าเราได้เต็มๆก็ดี แต่เพื่อนเขาเห็นใจ เอาไข่เอาอาหารเอาอะไรมาให้เรา เพราะว่าตอนกลางวันกับ ตอนเย็นเขาได้ โควต้าจากเราเราไม่ได้กินก็แบ่งกัน
- โยม สรุปลงแล้วถ้าเราทำได้บ้างละครบ 10 วัน 20 วัน
- พระอาจารย์ ก็ถือว่าเป็นการทดลองกำลัง เป็นการลองฝึก ลองฝืน ฝืนความรู้สึก แต่ก็ให้รู้ว่าไม่ต้องทำถึงขนาดว่าทรมาณตัวเองไซ้ใหม่ ไปทรมาณร่างกาย เพราะว่าร่างกายมันไม่ได้ที่ว่าจะเป็นเหตุให้เกิดในทางละเอียดแล้วมันไม่ได้มีผลอะไรมาก มันเป็นเรื่องของจิต การทำความเพียรเป็นการทำความเพียรทางจิต ไม่ได้เอาร่างกายมาทำความเพียร ร่างกายเป็นตัวผ่านเป็นฐานที่ตั้งของสติ เพื่อให้จิตมันนิ่งให้เห็นกระบวนการทำงานของจิต อย่างหลวงพ่อบอกว่า ร่างกายนี้เราจะฆ่ามันเมื่อไหร่ก็ได้ ไซ้ใหม่! เราตัดใจคิดนิ่งฆ่าปาดคอก็ตายแล้ว ไซ้ใหม่ เอาอะไรกับมันไม่ได้ร่างกายนี้
- โยม ก็เราทำสิ่งนี้เพื่อว่าฝึกการละความสุข แล้วเพื่อว่าต่อไปจะได้ละอย่างอื่นได้ กิน กาม เกียรติ
- พระอาจารย์ ก็ได้โยม ถ้ามันไม่ทรมาณเกินไป ถ้าเราดูว่าภาระงานอาชีพของเรา ลองดูซิว่ามือเดียนี่พอไหวไหม แล้วขัดกับการทำงานอาชีพไหม ถ้ามันไม่ขัด พอได้ก็เอาอย่างบางที่เอาตมามาเนี่ยมาทำงานมารักษาศีล 8 เลย บางที่เพื่อนชวนไปกินข้าว เจ้านายชวนไปกินลูกนึ่งก็ชวนมันก็ลำบากอีกนะ เราก็ดูความพอดี บางที่ก็อาศัย จังหวะ เสาร์ อาทิตย์ บ้างเราว่างไม่มีใครชวนไปไหน เราก็รักษาศีล 8 แต่วันธรรมดาเราก็รักษาศีล 5 เราก็สลับจากกัน อย่างนี้ถ้าเราทานมือเดียนานๆ แล้วเราจะรู้ว่าทานมือเดียวเหมือน 3 มือเลย กระเพาะมันขยายไม่อิ่มซักที ไล่เข้าไปได้

เรื่อยๆ แต่พอโยมกลับมาทาน 3 มื้อใหม่นะ ทานไม่ได้หรือก พอเย็นเราทานนี่พอ
 เข้าเราทานไม่ลองหรือเหมือน แค่ว่าพระนี่นะถ้าตอนเย็นฉันน้ำปานะเยอะ เข้าฉันได้
 น้อยลง แต่ถ้าตอนเย็นฉันน้ำปานะไม่ค่อยเยอะหรือไม่ได้ฉัน ตอนเช้าฉันเพิ่มขึ้นได้
 อีกเยอะ ลักษณะเดียวกัน อาตมากลับไปกลับมาเดียว 1 มื้อ 3 มื้อ 1 มื้อ 3 มื้อ เพราะ
 เดียวไปวัดหนองป่าพงบ้างก็ 1 มื้อ กลับมาบ้านกิน 3 มื้อใหม่ไปอย่างนั้นก็สังเกต เห็น
 อ้อ พอเรา กลับมาเราคิดจะทานเยอะๆเนี่ย กินไม่ลงทาน เราก็กินได้เหมือนคนปกติ
 งาน 2 งานก็อึดแล้ว ร่างกายเราปรับได้ แล้วโรคกระเพาะก็ไม่เห็นเป็นเลย เพราะ
 เวลาเราทาน 1 มื้อเราก็กะวัง เราก็กอຍทานน้ำเดิมไปทั้งกลางวัน เย็นใช้ใหม่ เราก็กอຍ
 ไปปล่อยให้ท้องมันแฉวน อาตมาทุกวันนี้ก็ไม่เห็นเป็นโรคกระเพาะเลยนะ พอ
 เป็นพระ 1 มื้อตลอดก็ไม่เป็น ก็คือท้องบ้างก็ได้รับการฉันมือเดียวก็เป็นชุดงควัตร
 อาสนะเดียวหรือมือเดียวเป็นข้อปฏิบัติที่บุคคลทำได้ยากเป็นไปได้เพื่อการขัดเกลาจิตใจ
 แต่ทั้งนี้ทั้งนั้นก็ดูความเหมาะสม เราต้องใช้กำลังก็ โภชนะมัดตัญญูดาข้อปฏิบัติ
 ไม่ผิดพระพุทธเจ้าบอก ถ้าทำอย่างนี้ไม่ผิด แต่ถ้าทำบางอย่างอาจจะผิดหรือ
 ข้อผิดพลาดได้นิดๆ ส้ารวมอินทรีย์อันที่ 1 อันที่ 2 โภชนะมัดตัญญูดา อันที่ 3
 ชาติริยานุโยค ปรารภความเพียร ขยันทำความเพียร พระพุทธเจ้าบอก 3 ข้อนี้
 ปฏิบัติไปไม่ผิด ถ้าโยมจะไปทานของอร่อยถามว่าถ้าโยมทานพอดีเป็นกิเลสไหม?
 ก็ไม่เป็นกิเลส ก็แสดงว่าโยมควบคุมได้อย่างน้อยยังควบคุมได้ระดับหนึ่ง
 ไม่ให้มันอึดเกินไปไม่ให้มันแน่น การไม่ให้มันอึดเกินไปก็คือพระพุทธเจ้าบอกว่าไม่ทำ
 ทุกข์เวทนาใหม่ให้เกิดขึ้นคือ อึดอึดจนเกินพอดี กำจัดทุกข์เวทนาเก่าคือความหิว
 ฉะนั้นเราก็ได้ 2 อย่าง บรรเทาความทุกข์เก่าไปและไม่สร้างทุกข์ใหม่ให้เกิดขึ้นก็ได้
 ความพอดี เป็นผู้ที่มีปกติมีท้องอันพร่องอยู่เล็กน้อย นี่คือการฉันพอดีไม่ฉฉฉฉฉฉฉฉฉฉ
 โยมว่าเรื่องกินก็ยังดียังมีให้หนึ่ง แต่เรื่องกามอันนั้นยิ่งหนักเข้าไปใหญ่

โยม

พระอาจารย์

เนี่ยโยมคุมเรื่องกินอย่างเดียวนะ เรื่องอื่นพ่วงไปด้วยหมด คุมเรื่องกินอย่างเดียวเพราะ
 เรื่องลื่นนี้มันอย่างที่เคยบอกมันพ่วงไปทุกอายตนะใช้ใหม่ โยมเดินผ่านไปหน้า
 ร้านอาหารมองไปเห็นข้าวหน้าเป็ด ข้าวมันไก่ ก๋วยเตี๋ยว ลื่นอยากแล้วใช้ใหม่
 เดินผ่านไปกลิ่นมันโชยมา แหม ! ลื่นก็อยากด้วย หู เพื่อนพูดอาหารอร่อยๆให้ฟัง หู
 ได้ยินเสียง ลื่นเอาด้วย ไป ไปกินกันเถอะเนี่ย เพราะฉะนั้นลื่นนี้ขอพ่วงด้วยทุก
 อายตนะ พระพุทธเจ้าเลยบอกคุมกพิการาหาร(หรือกวจิการาหาร) อาหารคือ คำ
 ข้าวอย่างเดียว เป็นได้ถึงพระอนาคามี สามารถละทางความอยากทางตา หู จมูก ลื่น
 คุม 5 อายตนะของกายได้ทั้งหมดแล้วไม่น่าเชื่อ

โยม

แสดงว่าเป็นมรรควิธี

- พระอาจารย์ เป็นมรรควิธีที่เข้าทำโยม คุมการกินอย่างเดียว แล้วดูไม่แปลกแยกด้วย คุมมันไม่ประหลาด โยมยังอยู่ในสังคมได้
- โยม เรื่องกามอย่างบรรพชิตก็ต้องสูญเลย แล้วถ้ากินแล้วเรากุมยังไม่ได้แล้วจะไปกุมเรื่องกามได้อย่างไร
- พระอาจารย์ เรื่องกาม มันไม่ใช่แค่เรื่องการเสพกามนะโยม เรื่องกามนี่มันกว้าง กามเนี่ย พระพุทธเจ้าบอกหมายถึงความกำหนดไปตามอำนาจความตริตริก ความพอใจในความคิดนั่นเอง โยมเห็นต้นไม้สวย ได้ยินเสียงนกร้องไพเราะ นี่กามแล้วนะ มันกินความหมายลึก ไปถึงนั้นนะ
- โยม ขนาดไม่ลึกขนาดนั้นก็ยังไม่ได้ เอาเรื่องเนื้อหนังนี่
- พระอาจารย์ ก็กุม ไม่ได้ก็ไม่เป็นไรโยม พระโศดาบันก็ยังมีลูกได้ ยังแต่งงานได้ ก็เป็นพระโศดาบันได้
- โยม ผมอยากทราบว่าคุณยังไม่ว่าง
- พระอาจารย์ คุมความคิดนะโยม ถ้าเรากุมความคิดได้มันก็ได้ เวลาคิดนะเราทิ้งอย่างเดียวเวลาคิดเราทิ้งๆๆ อย่างอื่นก็เกิดขึ้นไม่ได้ ความเพลินอย่างอื่นก็เกิดขึ้นไม่ได้ทุกอย่างมันอยู่ที่ความคิด
- โยม แต่ผมว่าน่าจะมีอะไรมาขัดด้วยหรือเปล่าครับ
- พระอาจารย์ มันทิ้งแล้วหาที่อยู่ให้มันนะ ที่อยู่ของมันก็คือ อานาปานสติ อารมณ์กรรมฐานใช้ใหม่ ดุลมเข้าลมออกเป็นที่อยู่ของมัน
- โยม ไม่ต้องกด ข่มหรือครับ
- พระอาจารย์ ไม่ต้องกด ไม่มีอะไรจะกดโยมมันว่างเปล่า มันไม่มีตัวตน ความคิดว่าเรากด คือความคิดภายใต้ อัตตาตัวตน มันจึงมีอะไรอยู่และมีอะไรไปกด เพราะฉะนั้นมันไม่มีก็ไม่มีความไรกด ไม่รู้จะกดอะไร เพราะเรามองความคิดว่ามันเกิดขึ้น ตั้งอยู่ดับไปไปเรื่อยๆมันเกิดแล้วมันก็สลายไปแล้ว ละลายไปแล้ว
- โยม ก็ต้องมีความสามารถในการสลายด้วย
- พระอาจารย์ ก็ค่อยๆฝึก วิธีฝึกพระพุทธเจ้าบอกก็คือละความเพลิน เราเคยไปเพลินกับความคิดนานๆนั่นคือเรายึดความคิดมาก เราเกาะความคิด เราก็รีบทิ้งซะ
- โยม สัญญาด้วย
- พระอาจารย์ ใช้สัญญาด้วย สัญญาเก่าๆเกิดมาปุ๊บรีบทิ้ง เพราะฉะนั้น ไม่แต่จะเป็นสัญญาในทางกามอย่างเดียว สัญญาอย่างอื่น โยมรีบทิ้งไปด้วยฝึกทิ้งคิดอะไรมา ฝึกทิ้งไปเรื่อยๆ มันก็จะเกิดความคล่องตัว ซึ่งอรตใหม่เกิดความยินดีรีบทิ้งเลย แต่ที่ใช้นั้น ไม่ได้ไม่ให้ใช้นะ ได้ของอะไรใหม่ๆ ขึ้นมาเล็กๆน้อยๆก็ตามรีบทิ้ง หลวงพ่อพุทธทาสท่านบอก

แหวนขนาดคิ้วน้ำเปล่าๆ ก็ยังมีความสุขเลย รีบทิ้ง ก็ทิ้งในใจของเราเนี่ยตลอดเวลา ถ้าเราไม่เพลินไปกับความคิดก็เรียกว่า เราคุมเรื่องกามได้ คุมเรื่องความพอใจในความคิด ถ้าเราละความเพลินละความพอใจในความคิดได้ เรียกว่า เราคุมอายตนะทั้ง 5 ความยินดีในอายตนะ 5 ได้ พระพุทธเจ้าบอกสัญญาโยชน์ ? ชนิดที่จะเป็นเหตุให้กลับมาเกิดบนโลกได้อีกก็ไม่มี ถ้าเราจะกลับมาอาศัย ดิน น้ำ ไฟ ลม มันต้องอาศัยความพอใจทางอายตนะมันจะกลับมาเกิดอีก แต่ถ้าเราละความพอใจทางอายตนะได้ มันไม่ต้องกลับมาเกิดอีกบนโลกนี้ ไม่ต้องการแล้ว ดิน น้ำ ไฟ ลม ทีนี้มันก็เป็นเรื่องของจิตอย่างเดียว เคนวิณฑบาทเห็นต้นไม้ ภูเขาสวย ชื่นใจ รีบทิ้งเลย มองไปทุ่งนาเห็นพระอาทิตย์สวยๆ รีบทิ้งเลยเสียขายไปหมด เสียขายหมด กำลังคุณกบิลชายสน พระอาทิตย์ขึ้น นี่ถ้าเราทิ้งได้บ่อยๆ ฝึกบ่อยๆ มันก็จะคล่องตัวขึ้น สติมันก็จะว่องไวขึ้น

โยม

เรามีทีเกาะ อยู่กับความปีติสุข กับ การทำสมาธิ

พระอาจารย์

มีหลัก เรียกว่าหลัก พระพุทธเจ้าจึงว่า อานาปานสติ หรือกายมันเป็นเสาเชื่อมเสาหลัก อย่างดีให้เราเกาะ ที่ท่านเปรียบว่า จับสัตว์มาหลายๆชนิด นกก็บินขึ้นไปอากาศ จะเข้จะลงน้ำ ลิงจะเข้าป่า หมาจะเข้าบ้าน อายตนะมันก็ดึงเราไป มันจะดึงเราไปเห็น มันจะดึงเราไปได้ยิน แต่เราดึงมาที่อานาปานสติ ดึงมาที่ลม พระพุทธเจ้าบอก มันเยือกกันไป เยือกกันมา จนสัตว์พวกนี้มันหมดแรงมันก็นั่งเจ้านอนเจ้าอยู่ที่เสาเชื่อมเสาหลักคือลมหายใจ พอมันหมดแรงเดี๋ยวมันก็มาพอใจอยู่กับลมเอง มันไม่รู้จะไปทางไหน นี่ตรงนี้ก็ต้องใช้กำลังฝึกดิ่งกัน ขณะที่ดิ่งถ้าเราจะให้ได้ประโยชน์เป็นวิปัสสนา ก็คือเราให้เห็นการเกิดดับของมันด้วย เห็นมันเกิดเห็นมันดับบวกรเข้าไปด้วย ก็เรียกได้ว่าเห็นตัวอริยสัจจ์ได้ทำวิปัสสนาคู่กับสมถกรรมฐานไปด้วย* ขณะที่เราจดจ่ออยู่กับลมนิ่งๆซัก 5 นาที 10 นาที นี่เป็นสมถะแล้ว ขณะที่หลุดจากลมไปปั๊บเห็นเกิดดับทันทีเลย อย่างน้อยเห็นลมดับ มีสติดึงกลับมาลม ลมเกิดอีกแล้ว ก็เข้าใจว่ารูปเกิดดับอยู่ตลอดเวลา นามธรรมก็มีการเกิด เกิดมาสักพัก ก็มีสติดึง เอ้า ! นามธรรมดับอีกแล้วใครเห็นอย่างนั้นก็เรียกว่าผู้นั้นกำหนดเห็นการเกิดดับของรูปนามได้ แล้วถ้าทำอย่างนี้ พระพุทธเจ้าก็บอกไม่ต้องไปทำอย่างอื่นอีก ทำอย่างนี้ไปเรื่อยๆจนกระทั่งเข้ามรรคผลเลย

* 1.การมีสติอยู่กับกายแล้วเห็นการเกิดดับในภายใน, 2. การทำสมาธิได้ ขึ้นใจขึ้นหนึ่งตั้งแต่มาน 1 ถึง 4 แล้วเห็นการเกิดดับของขันธในภายใน ชื่อว่าได้ทำสมถะและวิปัสสนาให้เคียงคู่กันไป โดยทรงอุปมาเหมือน การที่เราได้ซ้อมยิงหุ่นฟางอยู่บ่อย ๆ ต่อเมื่อปะทะเข้าศึกก็จะเป็นผู้ยิงแม่น ยิงไกล ยิงเร็ว ทำลายหมู่พลข้าศึกได้

- โยม มีโยมเล่าเรื่องผู้ชายคนหนึ่งมีหนี้สินแล้วคิดฆ่าตัวตายเพื่อหวังจะได้เงินประกันเพื่อลูกเมียที่อยู่ข้างหลัง
- พระอาจารย์ ไม่มีประโยชน์ 4 ล้านเอาไปให้ใคร ให้ลูกเมียมันอาจจะไม่ได้ก็ได้ มันไม่แน่ลูกอาจตายก่อนก็ได้ หรือได้เงินแล้วก็ตายเลยก็ได้คือมันไม่แน่คนเรามันปรุงแต่งไปแล้วคิดว่ามันจะเป็นไปตามสิ่งที่ปรุงแต่ง มันไม่มีอะไรแน่ ชีวิตเกิดมาเอาไปฝากไว้กับกระดากแค่นี้หรือ เอาไปฝากไว้กับเงินกับกระดากมันไม่เข้าท่าเลย เป็นหนี้ก็เป็นหนี้โยมก็แก้ไปตามเหตุปัจจัย มีก็ให้ ไม่มีก็ยังไม่ให้จะทำยังไงล่ะก็มันไม่มีจะเอาไปเชือดคอหรือไง ก็ค่อยๆแก้ไป ชีวิตมันยังสร้างความคิดได้นะ แต่ก่อนเราเกิดมามันก็ไม่มีอะไร ผูกไปผูกมามันมีหนี้ก็ค่อยๆแก้ไป หาเหตุหาวิธีแก้ แหมมีอยู่คนนึงเขามีหนี้ หมื่นกว่าล้านเขายังไม่ฆ่าตัวตายเลยโยม แนะนำให้เขานั่งสมาธิภาวนาดีโยม ก็มาห้าพันล้านเงินตก ขึ้นไปหมื่นกว่าล้าน แหม ! แทบช็อค ก็ค่อยๆแก้ไปเรื่อยๆ ศาลก็จะยึดโน่นยึดนี่ ยึดหมดเลยทรัพย์สินข้าวของก็ซ่อนกันแหลกเลย ค่อยๆแก้ไปก็รักษาศีลนั่งสมาธิ สร้างบารมีเยอะๆ แล้วก็มีความจริงใจกับเขามีศีลธรรมมีก็จะใช้ ใช้ไปเรื่อยๆ นี่ก็รอดมาหลายเพราะแล้วนะ ก็ดีขึ้นเรื่อยๆ
- โยม อาศัยเวลา
- พระอาจารย์ ก็อาศัยอย่าใจร้อน ณ วันหนึ่งที่หนี้สินมันหมดแล้วเรามาดีขึ้นมา แล้วมามอง เอตอนนั้นมันคิดผิด เรื่องหนี้มันธรรมดา โยมก็เคยเป็นหนี้ใช้ไหม แต่ก่อนไม่หมดก็โอ เป็นทุกจันะ พอหนี้หมดแล้วก็ยิ้มออกเป็น 10 ปีกว่าจะหมด ก็มีความจริงใจตั้งใจว่าจะใช้เขาไม่เบี้ยวแต่ก็ทำไป นั่งสมาธิภาวนาไปเรื่อยๆ ก็ค่อยๆมีบารมี มีช่องทางออกไปเองธรรมดาพระพุทธเจ้าบอกว่าถ้าต้องการเอกฉลากปัจจัยสี่ ทรัพย์สินเงินทองข้าวของ โภคะต่างๆให้ไปนั่งสมาธิแต่เราก็นึกมันเกี่ยวกันยังไงน้อ ! ไปนั่งหลับตามันจะจนลง จนลง ชะละมั้ง ก็คือเรื่องทางโลกก็ทำไปแก้ไขไปตามเหตุปัจจัย แต่มีเวลาเราก็นั่งสมาธิโยม จิตที่มันสงบ มันอาจจะเกิดความคิดดีๆใหม่ๆ ขึ้นมาได้ เกิดการแก้ปัญหาวิธีแก้ปัญหาให้มันลุล่วงไปได้ แล้วสิ่งที่เรามองไม่เห็นคาดไม่ถึงมันก็เป็นบุญเป็นบารมี การที่จิตมันสะอาด มันสงบ มันก็ทำให้เกิดอะไรดีขึ้นมาได้ แหม ! ลองเชื่อพระพุทธเจ้าบ้าง อาตมาก็แนะนำไปหลายคนใช้สูตรพระพุทธเจ้าดู โยมใช้มาหลายสูตรแล้วมันยังไม่ได้ ไม่ต้องลงทุนสักสตึง นั่งสมาธินี้ แต่ผลมันได้คุ้มค่า ต้องค่อยๆบอกเขาให้เขาค่อยๆเกิดปัญญาเกิดแสงสว่าง บางทีกำลังมืดแปดด้านง ! ไม่รู้จะหมุนไปทางไหนต้องเจอกัลยาณมิตรคนแนะนำที่ดีหน่อย
- โยม
- พระอาจารย์ ดีขึ้นใช้ไหม ! แต่ต้องให้เขาทำบุญสุนทานด้วยโยม รักษาศีลนั่งสมาธิต้องให้เขาทำ ทำคือทำทุกอย่าง เหตุปัจจัยทุกอย่างสร้างให้มันสมบูรณ์บริบูรณ์ ดูที่อาตมาไปกับ โยม

ดุษมีป่าสำรวอยู่ อยุธยา เลิกกับสามีมาถูกซ้อมมา 10 กว่าปี มีตั้งค้อยู่ 500 บาท หาบ
 ของขาย เดี่ยวนี้รวยมาก มีที่มีทางเยอะแยะเต็มอยุธยาไปหมด สร้างโบสถ์สร้าง
 วิหารที่วัดโน้นวัดนี้เต็มไปหมดเลย จัดสถานที่ปฏิบัติธรรมประจำ เขาบอกเขามี 1
 บาทก็ทำ 1 สิ่ง เขามี 10 บาท เขาทำ 1 บาท เขาทำตลอดบุญบารมีก็ส่งเขาไปเรื่อยๆ
 หาบของขายคนมารุมซื้อกันใหญ่เลย ขายดีไปเรื่อยไม่น่าเชื่อนะ ก็เป็นไปได้อะ มี
 คนสาปคนคำ คนแข่งว่า เอ็งมันคนบาปเอ็งไม่มีทางได้ดีหรอก เขาก็คิดดีนะ
 เรามันคนบาปเพราะฉะนั้นเราต้องทำบุญเยอะๆ สร้างความดี ไม่คิดน้อยเนื้อต่ำใจ
 ชีวิตเราจะได้ดีก็เพราะค่อยๆ ทำขึ้นมามันก็ดีไปหมดอาลัยตายอยากก็จบไปเลย
 พระพุทธเจ้าจึงว่าอะดินปปาตะ สำคัญคนว่าเลวมันไม่ดีมันเป็นกิเลส อย่าไปสำคัญคน
 ว่าเลวว่าไม่ดี เขาว่าไม่ดี ก็ดีนะ เราตั้งหน้าตั้งตาทำความดีไป มันดีหมดแหละเขาพูด
 ไม่ได้มันก็ดีเห็นไหม ถ้าคนมันคิดดี พระพุทธเจ้าบอกใครว่าเรานี้คือผู้ขี้มทรพย์
 พระพุทธเจ้ายังบอกสาวกล้าใครมาว่าเธอ ว่าพระพุทธ ว่าพระธรรม ว่าพระสงฆ์
 อย่าเพิ่งไปโกรธ ตั้งใจฟังเขาให้ดี เขาว่าคิดว่าถูกก็ค่อยๆ แก้ไปอธิบายให้เขา
 ถ้าเขาพูดถูกแล้วก็ยอมรับ ถ้าเขาพูดไม่ถูกก็อธิบายให้เขาไปว่า สิ่งนี้ไม่มีในเรา สิ่งนี้
 มีในเรา เราทำสิ่งนี้ สิ่งนี้เราไม่ได้ทำก็แก้ไป เรื่องของสัมมาวาจา พระพุทธเจ้าก็
 จะสอนไว้หมด การดี การชม การสรรเสริญ ก็ทำตามกาลตามโอกาส
 เหมือนกับที่สอน ไปตะลียะ ไปตะลียะบุคคลมี 4 จำพวกนะ 1 พวกดีอย่างเดียว
 ไม่สรรเสริญ 2 พวกสรรเสริญอย่างเดียวไม่ดี แต่ก็พูดตามความเป็นจริงโดยการอัน
 ควรทั้งคู่ 3 พวกไม่ดี ไม่สรรเสริญ อุเบกขาอย่างเดียว พวกที่ 4 ทั้งดีทั้งสรรเสริญ
 ตามความเป็นจริงโดยกาลอันควร พระพุทธเจ้าก็เลยถามไปตะลียะ พวกไหนดี
 ที่สุดเลิศที่สุด แต่ก่อนอาตมาก็เอามาทนายญาติโยมพวกไหนดี ญาติโยมก็มีกัน
 หลากหลาย 1 บ้าง 2 บ้าง 3 บ้าง ไปตะลียะบอกว่าพวก 3 ดีที่สุด พระพุทธเจ้าถาม
 ว่าเหตุผลอะไร? ไปตะลียะบอกว่าเพราะงดงามด้วยอุเบกขา พระพุทธเจ้าบอก ไป
 ตะลียะพวก 4 ดีที่สุด เราว่าพวก 4 ดีที่สุดเพราะว่าเป็นผู้งดงามเพราะว่ารู้จักละ
 ในกรณีนั้นๆ ว่า กาลไหนควรจะสรรเสริญ กาลไหนควรจะทำหนิเตียน
 ไม่งั้นถ้าพระพุทธเจ้าอุเบกขาอย่างเดียว การถ่ายทอดบอกสอนธรรมะก็ไม่ต้องมีเนื้อ
 จบเหมือนกัน ไม่ต้องสอนแล้วลูกศิษย์ลูกหาเขาทำแล้วก็เฉย ทำดีก็เฉย เลยไม่รู้จะเอา
 ยังไง หลักการนี้เอาไปใช้ได้เลยในการทำงาน ในชีวิตฆราวาสเรา เราปกครอง
 ลูกน้องหลายๆคนการทะเลาะเบาะแว้งเกิดขึ้นตลอดเวลา การใส่ไฟ การใส่ความต่างๆ
 มันเกิด ต้องหนักแน่นใจเย็น จะตำหนิจะว่าอะไรก็ดูกาลเวลา หยุดพิจารณาสัก
 นิดหนึ่งเหตุการณ์มันอาจกลับตาลปัตรดีขึ้น เขาทำไม่ดีหยุดนิดหนึ่งเขาอาจจะมีเหตุผลเขา
 คนเราทำอะไรนี้ทำไปเพราะเหตุ มันต้องมีเหตุมันถึงจะทำ อันนี้คนเรามัน

พัฒนาได้บ้างที่มันเกิดความเข้าใจผิด มีมิจฉาทิฐิเห็นผิดเป็นชอบ ถ้าเราค่อยๆ สอนค่อยๆบอก ค่อยๆให้เขาปรับปรุงแก้ไขตัวเอง มันก็ดีขึ้นได้ อาศัยกาลเวลา ต้องค่อยๆลองจากเขาไป หากนักธรรมะพระพุทธเจ้าได้ประโยชน์กับการหาอยู่หากิน การปกครอง การอยู่ร่วมกัน เป็นประโยชน์ตน ประโยชน์ส่วนรวม

โยม

.....

พระอาจารย์

พระพุทธเจ้าบอกว่าสิ่งที่ทำให้ท่านไม่เคยตกต่ำ จะเกิดภพไหนชาติไหน ท่านก็มีกินมีใช้ มียศถาบรรดาศักดิ์สูงกว่าใครเพื่อนเลย ได้อัธยาศัยดี ท่านทำกรรมอะไรหนอ ท่านถึงได้เป็นอย่างนี้ ท่านก็บอกว่าท่านมีกรรม 3 อย่าง 1.ท่านมีทาน 2.ท่านมีทมะคือ ความข่มใจ 3.ท่านมีสัมมัตถะ คือสารวมระวัง ธรรม 3 อย่างนี้ถ้าบุคคลใดมี เกิดภพใดชาติใดก็ไม่ตกต่ำ ทมะความข่มใจนี้เหมือนกับการที่เราทำสมาธิ เรา รู้จักข่มจิตไม่ให้จิตเพลินไปกับอารมณ์ ฉะนั้น ทมะกับสัมมัตถะ มันจะใกล้เคียงกัน ขณะที่เราข่มจิตเราก็เป็นการสำรวมอินทรีย์ไปด้วยส่วนเรื่องของทานการให้มันก็เป็นพื้นพระพุทธเจ้าบอกจิตที่ตระหนี่เกินไปก็ยากที่จะเข้ามรรคผล ยากที่จะบรรลุอรหัตผล จึงพื้นฐานพระพุทธเจ้าก็ฝึกให้ท่าน แต่การให้ท่านท่านก็ให้พอดี ทรัพย์ในการให้ท่านท่านก็จัดแบ่งหน้าที่ในการให้อันดับหนึ่งเลี้ยงตัวเองก่อน เลี้ยงตัวเอง เลี้ยงมารดา บิดา บุตร ภรรยา ข้าทาสบริวาร ท่านไล่ลำดับไปเรื่อยๆ ผู้มีพระคุณ ผู้ที่เกี่ยวข้องกับเราในวงของเรา ตัวเราไม่รอดคนอื่นก็ไม่รอด พระพุทธเจ้าจึงให้เลี้ยงตัวเราก่อน เหมือนเครื่องบินนะโยมเวลาเขาให้ออกซิเจนเขาต้องให้ตัวเองก่อนนะ ก่อนจะให้เด็ก ถ้าไปให้เด็กก่อนแล้วตัวเองตายเด็กตายด้วย หมดแรงไปครอบงุมเด็ก ตายก่อน ช่วงเสี้ยววินาที พระพุทธเจ้าจึงให้เลี้ยงตัวเองก่อน อย่างที่2 ท่านบอกทำตนให้ปลอดภัยจากอันตราย 3.ใช้ทรัพย์ให้กว้างออกไป ช่วยชาติ ช่วยญาติพี่น้องอย่าง ที่4สุดท้ายให้สมณะพราหมณ์ ผู้บำเพ็ญตนเพื่อความพ้นทุกข์เพื่อการขัดเกลากิเลส พระพุทธเจ้าไม่ได้มองตัวเองก่อนนะ มองพวกเราก่อนต้องอยู่รอดและสมณะพราหมณ์ ก็อยู่รอดด้วยเหมือนกันเพราะต้องพึ่งพาอาศัยกัน

โยม

.....

พระอาจารย์

หลักใหญ่คือความไม่ประมาท ถ้าเขาถามว่า คุณเอามากจากอะไร ! โยม ตอบได้ไหม ทำไม! เราถึงยกความไม่ประมาทเป็นหลักใหญ่ มีอะไรรองรับไหม ! มีเหตุผลรองรับไหม !

โยม

เพราะเรา คুমสติได้ พอมีสติปัญหาต่างๆ ก็แก้ไขได้

พระอาจารย์

มีความเห็นของพระพุทธเจ้ารองรับนะ เพราะว่าเราต้องเอาความเห็น ของพระพุทธเจ้า มารองรับมันจะได้เป็นมาตรฐานดี พระพุทธเจ้าเคยตรัสไว้แล้วว่า เราไม่เห็นธรรมใดๆ ที่จะเป็นเหตุให้เกิด กุศลกรรมได้ดีเท่ากับเรื่องของความไม่ประมาท ความไม่ประมาท

นี่พื้นฐานนี้ก็อย่างหนึ่ง อย่างที่ 2 พระพุทธเจ้าก่อนปรินิพพาน คำสุดท้ายที่ท่านกล่าวคืออย่าประมาท เพราะฉะนั้น ก่อนที่พระพุทธเจ้าจะละจากระบบสมมุติละจากโลกนี้ไป ทั้งชีวิตธรรมะที่ท่านสอน ประโยคสุดท้ายนี้มันน่าจะสำคัญที่สุดนะโยม เรียกว่าเป็นการทิ้งทวนก่อนที่จะลาจากโลกนี้ไป ท่านทิ้งคำว่าอย่าประมาทเอาไว้ อันนี้เป็นความเห็นของพระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าต้องเห็นว่าอันนี้สำคัญแน่นอน ถ้ามีอันนี้แล้วอันอื่นจะตาม นี่ก็คือว่าคนอื่นอาจจะเห็นแย้งกับโยมก็ได้ เอ๊ะ! ผมว่าอันนี้สำคัญกว่า เราก็คยกอันนี้มาที่เราเห็นว่าอันนี้เพราะอะไร? มุ่งหมายก็คือความพ้นทุกข์ ก็ถูกต้อง พ้นทุกข์ในที่นี่ ก็คือพ้นทุกข์อย่างแท้จริงไม่ใช่ทุกข์เล็กๆน้อยๆแต่ ทุกข์ใหญ่ๆของชีวิตที่เกิดมาคือต้องตาย ไม่มีใครอยากตาย สัตว์ทุกตัวก็ไม่อยากตาย มีความกลัวกลัวเจ็บ กลัวพิการ กลัวป่วย กลัวความไม่เที่ยง กลัวความแตกสลาย เพราะฉะนั้นถ้าเขาแก้ความไม่เที่ยง แก้ความแตกสลายได้ นั่นคือสุขที่สุดของเขา มนุษย์ก็อยากเป็นอมต ด้วยการพยายามที่จะหายชะลอความแก่ หาวิธีแก้ไม่ให้ตาย หนั่งต่างๆสร้างขึ้นมาจินตนาการไม่ไปถึงความตาย ทำยังไงจะไม่ตาย แต่เขาเข้าใจผิดนิดนึงเขาพยายามทำของที่มีมันตายให้ไม่ตาย ทำของแตกให้ไม่แตก มันก็เลยทำไม่ได้ พระพุทธเจ้าบอก เขาคิดผิด เพราะของที่ไม่แตกสลายไม่ตายนั่นคือดวงจิต คือจิตที่บริสุทธิ์ไม่ใช่กายนี้ กายนี้เป็นของแตกสลายของตายจึงว่าเขามาประคองรักษาของผิด ต้องปรับความเห็นใหม่

โยม

ก็ไม่ต้องไปสนใจกาย ก็มุ่งเน้นที่จิต

พระอาจารย์

ใช่ มุ่งเน้นที่จิตและมองเห็นจิตเป็นอนิจจัง พอมามุ่งเน้นที่จิต มองเห็นจิตจริงๆ มองหาไม่เจออีกนี่คือปัญหา พอวางกายได้มาหาจิตยังหาจิตไม่เจอ มองเข้าไปก็เจอสุข ทุกข์ อุเบกขา มองเข้าไปก็เจอความคิด เจอสัญญา เจอสังขาร เจอวิญญาณ แล้วจิตจริงๆมันอยู่ไหน ! หาไม่เจอสักที วิถีหาพระพุทธเจ้าจึงว่า ไม่ต้องไปวิ่งหามัน ปฏิเสธไ้อ้ของปลอมนี้แหละ พอของปลอมมันเกิดมาเราก็บอกว่าเป็นไม่ใช่ ๆ ปฏิเสธมันอยู่เรื่อยๆอย่างนี้

โยม

เป็นการไม่ยึด

พระอาจารย์

ใช่ไม่ยึดพอเราปฏิเสธคือเราไม่ยึดเราละความพอใจในสิ่งที่มันเกิดขึ้นมานั่นเอง อย่างนี้เป็นเหตุให้เข้าถึงของจริงได้ แต่ถ้าเราไปวิ่งหาของจริง ไม่เจอมันเหมือนวิ่งไล่เงาจับไม่ได้สักที เพราะตัวที่ให้เงาคือตัวนี้ เราไปเห็นตัวโน้นก็คิดว่าตัวโน้นใช่ ที่พระพุทธเจ้าบอกว่าเงาอาศัยเสาเกิดขึ้น เพราะฉะนั้นถ้าจะไม่ให้เงาเกิดต้องทำลายเสาคัดเสาให้เกลี้ยงเลย พระพุทธเจ้าจึงบอกฝ่าเป็น ชี้ๆ เอาไฟเผาเหลือขี้เถ้าเอาลมเป่าสาดไปในน้ำให้เกลี้ยง เงาก็ไม่มีเกิดขึ้นได้ เพราะฉะนั้นเวลาเก้ออารมณ์โน้นอารมณ์นี้ นี่ พระพุทธเจ้าบอกไม่ต้องทำอะไร กลับมาที่กายพิจารณากายอย่างเดียว หรือ

พิจารณาอาหาร พิจารณาความไม่งามในกาย พิจารณาความเป็นปฏิภูลในอาหารเดี่ยว อารมณ์ต่างๆมันแก้ได้เอง ไม่ต้องไปตามวังแก้มันก็ได้ นี่ก็เป็นอีกวิธีหนึ่ง

โยม

พระอาจารย์ ไขมันมองภาพไม่ออกมันโยงกันไม่ออกว่า เอ๊ะ ! มันไปเกี่ยวกันยังไง

โยม บางคนที่ว่าหยุดปฏิบัติธรรม มันเหมือนกับว่าไม่รู้อะไรต่อไปแล้ว คิดแล้วตัน ประกอบกับความเพียรก็ไม่มาก แต่ถ้าพอมีธรรมะวิจยะ มีอะไรใคร่ครวญอยู่เรื่อยๆ สามารถหยิบยกอะไรเหมือนกับที่ท่านอาจารย์หยิบยกได้ มันก็เป็นทางที่ต่อไปได้เรื่อยๆ

พระอาจารย์ แหม ! แต่มมมองพวกนี้ละ อาตมาไม่ได้เห็นมันที่เดียนานๆจะเห็นนิดนึง แล้วก็มาเล่า ถ่ายทอดให้โยมฟัง บางทีก็เล่าไม่หมดบ้าง ลืมบ้าง จำไม่ได้บ้าง นักปฏิบัติก็จะเห็นมุมนิดๆ เดี่ยวได้นิดได้หน่อยได้มาเรื่อยๆ

โยม ได้มาจากอะไรบ้างครับ

พระอาจารย์ ก็ได้จากการที่เราปฏิบัติไปเรื่อยๆ และก็การใช้ชีวิตประจำวัน แล้วเราทรงการปฏิบัติไว้ เดี่ยวมันจะเห็นมุมอย่างนี้ มุมนี้ก็อย่างที่โยมบอกเมื่อกี้ เราไม่ปฏิบัติ อาตมาก็ลองไม่ปฏิบัติเราเคยรักษาศีลห้า รักษาไปเรื่อยๆเราก็เกิดข้อสงสัย เราจะรักษาไปทำไม ไม่รักษาก็คงจะไม่เป็นไรมั้ง ก็เลยเลิกรักษาศีลห้า ดูซิมันจะเป็นยังไง ! เราก็ผิติดผิติดธรรมไป เดือนสองเดือน โอ้ ชีวิตมันตกต่ำลงไปเรื่อยๆ ดูมันไม่ค่อยดีเลย ความทุกข์เกิดขึ้นเรื่อยๆ อันนี้ก็เป็นปัจจัยตั้งกับตนเอง พอเราเริ่มทุกข์มากขึ้น มากขึ้นชีวิตเริ่มเลวลงเรื่อยๆแล้ว เริ่มไม่ดีแล้ว เราก็กลับมารักษาศีลใหม่ เริ่มเห็นความสำคัญของศีล ด้วยตัวของตนเองแล้วว่า มันสำคัญนะ มันมีประโยชน์นะนี้ แต่เราเริ่มทำเราต้องตั้งข้อสังเกตด้วยนะ มันตกต่ำลงมาอย่างไร มันเลวลงมาอย่างไรบ้าง มันจะได้เป็นการกระทำที่ประกอบด้วยเหตุผล

โยม อย่างที่ท่านเคยบอกว่าถ้าเราฟังธรรมมากๆเข้า มันก็ซักจะบิดเป็นสันเป็นเกลียวๆขมวดเข้ามาเรื่อยๆ

พระอาจารย์ ไซ้ ถือว่าการฟังธรรมตามโอกาสมันเป็นประโยชน์ได้ความเข้าใจมากขึ้น มากขึ้นไปเรื่อยๆ ที่พระพุทธเจ้าบอกว่าหลักการรู้ตามซึ่งสังขธรรม 12 ขั้นตอน แล้วการทวาทะก็ถาม แล้วจะบรรลุสังขธรรมยังไง ! ท่านบอก ไปย้อนทำ 12 ขั้นตอนนี้ไว้ให้มาก ก็ได้จากการมีศรัทธา สร้างศรัทธาเข้าไปหา เข้าไปนั่งใกล้ เงียบโศดลง ฟังซึ่งธรรม ทรงจำธรรมนั้นไว้ ใคร่ครวญพิจารณาเนื้อความที่คนทรงจำไว้ ธรรมทั้งหลายทนต่อการเพ่งพิสูจน์ ฉันทะย่อมเกิดขึ้น ผู้มีฉันทะแล้วย่อมมีอุตสาหะความเพียรพยายามแล้วหาความสมดุลย์แห่งธรรม และตั้งตนไว้ในธรรมอย่างนี้เราโล่ๆๆไปเรื่อยๆวนไปวนมา มีโอกาสก็ทำอย่างนี้ เดี่ยวก็บรรลุสังขธรรมเอง

- โยม** จิตมีกำลังเราสังเกตุยัง ใบบ้าง
- พระอาจารย์** กำลังของจิตที่ว่าสังเกตุยัง ใจ พระพุทธเจ้าให้หมายเอาการทิ้งอารมณ์ ถ้าทิ้งอารมณ์ได้ ใจได้เร็ว นั่นคือจิตมีกำลัง ถ้าเรามีสติได้ดี ละความเพลินในอารมณ์ได้ เรียกว่าจิตมั่น มีกำลัง เอาตรงนี้เป็นเครื่องวัด ท่านยังว่าอันนี้เป็นอินทรีย์ภาวนาชั้นเลิศ ตรวจสอบยัง ใจ ? ความพอใจเกิดขึ้นทั้งได้เร็วความไม่พอใจเกิดขึ้นทั้งได้เร็ว เร็ว ขนาดไหนที่เลิศ ? ท่านบอกชั่วกระพริบตา เร็วมาก
- โยม** การเดินจงกรม ถ้าเดินไปมันก็ไม่ถูกใช้ไหมคะ
- พระอาจารย์** ไม่ถูก จะเดินจงกรมจะนั่งสมาธิ ก็ต้องหยุดอยู่ในปัจจุบันเดินก็รู้แค่เท้า เท้าขวา เท้าซ้าย ก้าวไปแค่นี้พอ รู้ปัจจุบันเราอยู่ใกล้ๆตัว รู้ใกล้ๆไม่ต้องไปรู้ไกลมาก แต่ก็อย่าไป เครื่องเคียดกับมันมากนะโยม เครื่องเคียดมาก ปวดหัว ตึงหัว เพราะฉะนั้น ต้องปล่อย มันบ้าง เรื่อยเปื่อยบ้าง มีโยมอยู่คนหนึ่ง ไปฝึกที่ไหนมาก็ไม่รู้ เครื่องเคียดมาก ไปเดินจงกรมบนศาลาฟ้า ไม่กินข้าวกินปลา ลูกหลานก็สงสัย เอ๊ะ ! ทำไมไม่ไปนาน หนึ่งคืนแล้วเข้ายังไม่ลงมาเลย ไปดูอ้าว ไปซะแล้ว ก็ต้องมาแก้กันเป็นปีกว่าจะหาย แต่พวกนี้ ลักษณะจะเป็นพวกยึดมั่นถือมั่น และเพลินกับความคิด คิดอะไร ก็คิดว่ามันเป็นจริง เป็นจริง ก็ต้องให้พี่น้องเขาช่วยเตือนสติเขา อย่าไปสนใจความคิดนะ คิดอะไรก็ช่างมัน ทิ้งไป หมั่นบอกเรื่อยๆ ป้อนสติญาตรงนี้ไปเรื่อยๆก็เป็นปีกว่าจะหาย หายแล้วก็สบาย การปฏิบัติทำเท่าที่ระลึกได้ ตามกำลัง เป็นรถปีกอ๊อฟ ไปบรรทุกเท่าสิบล้อก็ล้อหัก ค่อยๆทำไป สติก็ค่อยๆถูกสร้างเพาะกำลังไปเรื่อยๆ เดี่ยวมันก็เข้มแข็งเอง เราอย่าไปใจร้อนบางทีความอยากเราวิ่งแข่งหน้าการปฏิบัติ เอ๊ะ ! ทำไมไม่ได้ซักที มันไม่ได้ หรือมันเพิ่งทำ พระโสณะ เดินจงกรมจนเลือดเต็มทางจงกรมเลย เท้าแตกก็ไม่ยอมเลิก พระพุทธเจ้าไปกับพระอานนท์ เอ๊ะ ! อานนท์ทางจงกรมใครนี่เลือดเต็มเลย พระอานนท์บอกของพระโสณะทำความเพียรมาก พระพุทธเจ้าเลยต้องเรียกพระโสณะมาบอกพระโสณะเคยเป็นนักคิดพิณ ก็เลยเปรียบเทียบเรื่องพิณสามสาย ดึงไป หย่อนไปก็เสียงไม่ดี ให้พอดี พอดี ท่านให้พระโสณะกำหนดหมายในความพอดีไว้ พระโสณะก็น้อมไปทำ ก็ได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์
- โยม** ทฤษฎีของธรรมะมันสำคัญไหม ! พระอรหันต์ในครั้งพุทธกาลจำเป็นจะต้องรู้วิธีปฏิบัติไหม !
- พระอาจารย์** อยู่ที่ว่าเราจะเอาแค่ไหน คนที่ไม่รู้ทฤษฎี พระพุทธเจ้าก็ไม่ว่า แต่ไม่สรรเสริญ ถ้ารู้ทฤษฎีด้วยดี แล้วพระอรหันต์ก็ไม่ได้รู้ทฤษฎีทั้งหมด พระอรหันต์ สามจำพวกที่พระพุทธเจ้าบอก พวกแรก รู้วิธีสั่งจ้แต่ตอบอภิธรรมอภิวินัยไม่ได้ ตอบธรรมะละเอียดไม่ได้ ไม่ได้ศึกษา

บางพวก รู้ورىสัจด้วย ตอบได้ด้วย

พวกสุดท้าย คือรู้ورىสัจ ตอบธรรมะด้านวินัยได้ อะไรได้หมด แล้วก็เอกลาภปัจจัย
ครบบริบูรณ์

พระพุทธเจ้าบอกไว้หลายนัย ภิกษุบวชเข้ามาแล้วใครจะศึกษา หรือไม่ศึกษาก็ตาม แต่
ตนเองให้ตั้งใจว่าเราจะศึกษา เพราะว่าเราต้องได้รับการถ่ายทอดภูมิปัญญาจาก
พระพุทธเจ้า เพราะระดับสาวกไม่มีภูมิปัญญาเท่าพระพุทธเจ้าในด้านความแตกฉาน
ของมรรควิธี แม้พระอรหันต์ผู้ปัญญาวิมุตติก็ยังสู้พระพุทธเจ้าไม่ได้ เพราะฉะนั้น พระ
อรหันต์ก็ต้องศึกษา พระพุทธเจ้าบอกว่าถ้าศึกษาก็จะแตกฉานช้าของในบางสิ่ง
บางอย่างแม้ที่บรรลุแล้ว อันนี้ก็เป็นอานิสงส์ของผู้ประพฤติปฏิบัติที่อยู่เป็นที่ แล้วมี
การประพฤติปฏิบัติต่อเนื่อง ก็จะมีความรู้แตกฉานมากขึ้นไปเรื่อยๆ แต่! จำเป็นใหม่
พระพุทธเจ้าบอกว่ารู้ธรรมเพียงบทเดียว ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรมก็บรรลุมรรคผล
นิพพานได้ ก็จำเป็นระดับหนึ่ง ขั้นต่ำสุดหนึ่งบท หนึ่งคำก็ได้ เช่นว่ารู้เกิดดับ เพราะว่า
ระดับของสาวกรู้ธรรมเองไม่ได้ ต้องได้ยินได้ฟังจากพระพุทธเจ้าหรือจากสาวกของ
พระพุทธเจ้า เว้นพระพุทธเจ้าองค์เดียวที่รู้ธรรมเองได้ ไม่ต้องได้ยินได้ฟังจากใคร
เพราะฉะนั้นใครบอกว่าทฤษฎีไม่จำเป็นไม่ได้ อย่างน้อยหนึ่งคำต้องรู้ ไม่งั้น โยมจะเอา
อะไรไปปฏิบัติไซ้ใหม่ ! นั่งสมาธิก็ไม่รู้แล้วจะกำหนดจิตอย่างไร จะไปนั่งก็ไม่รู้ว่า
จะได้หรือเปล่า

โยม งั้นคำว่าศีล สมาธิ ปัญญา ปัญญานี้ก็อาจจะเป็นปัญญาแค่หนึ่งเดียว ไม่จำเป็นต้องเยอะ
พระอาจารย์ ใช่ ปัญญาหนึ่งเดียวได้เลย เห็นเกิดดับก็พอแล้ว พระพุทธเจ้ายังบอกเลยว่าเรียกว่า
พหุสูต ก็ยังได้ รู้ธรรมเพียงบทเดียว ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรมก็เรียกผู้นั้นว่า พหุสูต
ฉะนั้นพหุสูตไม่ใช่ในความหมายว่าจะต้องรู้กว้างอย่างพระอานนท้อย่างเดียว รู้นิด
เดียวก็ได้แต่ทำตัวให้สำเร็จเป็นพระอรหันต์ได้ ถือว่าจบภารกิจ แต่ ! ปัญหาก็คือว่าเมื่อ
เขาไม่แตกฉานช้าของ ไม่แตกฉานในมรรควิธี การถ่ายทอดบอกสอนก็จะไม่คล่องตัว
ลูกศิษย์จะน้อย หรือว่ามีลูกศิษย์แล้วสอนเขาก็ไม่ค่อยเข้าใจ

โยม เพราะแต่ละคนไม่เหมือนกัน

พระอาจารย์ ไม่เหมือนกัน จริตต่างกัน แล้วก็พลิกแพลงในธรรมไม่ได้ แดกถูกไม่ได้ แต่ถ้าเราทรงจำ
พุทธพจน์ได้มาก มันก็เป็นเหตุให้พระสังฆธรรมมันดำรงคงมั่นอยู่ได้นาน

โยม อย่างพระอาจารย์สอนอย่างเดียว คนก็ไม่ค่อยเชื่อมันต้องหลายๆอย่างพอฟังแล้ว อ้อ
ค่อยๆสานต่อมีหลายแง่

พระอาจารย์ ใช่ แล้วธรรมะมันก็จะสอดรับกัน พระพุทธเจ้าก็บอกสิ่งที่ท่านสอนทั้งหมดมา 45
พรรษาไม่มีการขัดกันเวลาเราศึกษาธรรมะของพระพุทธเจ้าเราก็ตรวจสอบไปเรื่อยๆ
ธรรมะไม่ขัดกัน

โยม

ถ้าเราสงสัยในธรรมควรจะถามเลยไหม

พระอาจารย์

ก็เร็วที่สุดภายใต้กาลเวลาที่เหมาะสม ก็ถามเลยได้ คุณตอบ ตัวอย่างเช่นพระพาหิยะ พระพุทธเจ้ากำลังบิณฑบาตอยู่ พาหิยะก็มาถามธรรมพระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าบอกพาหิยะเดี๋ยวก่อนเรากำลังบิณฑบาต พาหิยะก็บอกพระพุทธเจ้า บอกความตายไม่แน่นอนไม่รู้พระพุทธเจ้าจะตายเมื่อไหร่ ข้าพระองค์จะตายเมื่อไหร่ก็ไม่รู้ ก็อยากถาม ก็ขอครั้งที่สองพระพุทธเจ้าก็ปฏิเสธอีกว่าอย่าเพิ่งเลย ก็ถามตอบกันอย่างนี้สามครั้ง พระพุทธเจ้าก็เห็นความตั้งใจจริงในการถาม และก็อย่างน้อยก็เป็นการเบรคความอยากของพาหิยะลงมาในระดับหนึ่ง ให้อารมณ์มันพอดี พอดี ตามถามครั้งที่สี่ พระพุทธเจ้าก็เลยเอาละ พาหิยะอย่างนี้ท่านก็บอกสั้นๆไป เวลาจะรู้อะไรมาก็สักแต่รู้ว่ารู้สักแต่ว่าเห็น ได้ยินได้ฟัง ได้กลิ่นอะไรก็ให้สักแต่ว่า พระพาหิยะฟังแค่นี้ บรรลุเลย เป็นสาวกที่บรรลุเร็ว ก็อยากจะบวช คนที่รู้แล้วเขาก็อยากจะบวช พระพุทธเจ้าก็ให้ไปแสวงหา บาตร จีวร เดินไปเดินมาไปเจอวัชวิดตายชะก่อน ยังไม่ได้บวช ก็ตายในระหว่างเทศมรवास ก็มีคนส่งข่าวมาบอกพระพุทธเจ้า ว่าพาหิยะตายแล้ว พระพุทธเจ้าก็ให้จัดการไปเผา แล้วก็สร้างเจดีย์ไว้ สาวกก็เลยสงสัยถามว่าทำไมต้องทำอย่างนี้ คติที่ไปของพาหิยะเป็นอย่างไร ? พระพุทธเจ้าบอกพาหิยะปรินิพพานแล้วเป็นพระอรหันต์ พระพุทธเจ้าก็ใช้คำปรินิพพานกับสาวกนะ กับพระสารีบุตร, พาหิยะ พระสารีบุตรตายไปท่านก็บอกกับพระอานนท์ว่าพระสารีบุตรปรินิพพานไปแล้วอย่าโศกเศร้าเลย ให้พระอานนท์ที่ฟังคนฟังธรรม แต่ก่อนเราเคยเรียนมา ปรินิพพานใช้กับพระพุทธเจ้าอย่างเดียวนะ แต่พอมาดูในบาลีจริงๆพระพุทธเจ้าก็ใช้กับสาวกอื่นด้วย พระพุทธเจ้าก็บอกพระจักรพรรดิสมควรสร้างเจดีย์ พระอรหันต์ พระปัจเจกพุทธเจ้า พระสัมมาสัมพุทธเจ้า สมควรสร้างเจดีย์เป็นสิ่งที่สมควร นี่สิ่งที่บอกให้โยมฟังมาทั้งหมด ตั้งแต่เริ่มนั่งสมาธิ อันนี้เป็นธรรมชาติของพระพุทธเจ้าทั้งหมดเคยเป็นคำตรัสของพระพุทธเจ้า เห็นไหมถ้าเราศึกษาดีๆ เราจะเอาธรรมของพระพุทธเจ้ามาตอบปัญหาได้อย่างหลากหลายแล้วจริงๆมันมีมากกว่านี้อีกเยอะเลย อาตมาก็ค้นคว้าไม่หมดหรอกภูมิปัญญาของพระพุทธเจ้ากว้างมาก เพราะฉะนั้น ถ้าใครเข้าไปศึกษาของพระพุทธเจ้าตัวเองก็จะได้อรรถ ได้ธรรม ตามความสามารถของตนเองอย่างเต็มที่เหมือนกัน แล้วพระพุทธเจ้าบอกถ้ากลุ่มเหล่านี้มากกัณ จะเป็นบริษัทที่เลิศที่สุดเลย คนนี้ก็ได้มุนี คนนี้ก็มุนี แล้วเอามาผสมผสานรวมกัน มากกัณก็จะได้รับความแตกฉานขึ้นไปเรื่อยๆ