

คำชี้แจง

ก่อนที่ท่านจะอ่านเรื่องราวในหนังสือเล่มนี้ คณะผู้จัดทำขอชี้แจงว่า การนำเอาเทศน์เกี่ยวกับการบำเพ็ญเพียรของท่านอาจารย์พระมหาบัว ญาณสัมปันโน มาเรียบเรียงจัดทำหนังสือเล่มนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ท่านผู้อ่านเกิดแรงบันดาลใจที่จะประกอบความเพียรในทางธรรมอย่างจริงจัง ไม่ทอดลอย เช่นเดียวกับท่านอาจารย์ตลอดจนได้ทราบอุบายวิธีฝึกจิตบังคับใจ เพื่อให้ได้แนวทางการต่อสู้กิเลสเท่านั้น

อย่างไรก็ตาม ท่านอาจารย์ได้เทศน์เตือนไว้ว่า การประกอบความเพียรนั้นเป็นเรื่องเฉพาะตน จะให้เหมือนครูบาอาจารย์ท่านใดท่านหนึ่งทุกอย่างไม่ได้ ผู้ปฏิบัติจะต้องใช้วิจารณ์ญาณของตนเองว่าควรจะหนักจะเบาอย่างไรจึงจะเหมาะสมกับตน

“...ธรรมะพระพุทธเจ้าเป็นอย่างนั้นะถึงจะแก้กิเลสได้ ไม่ใช่ว่าจะจำมาจากไหนจากนี้อะไร ถึงจะจำจากครูบาอาจารย์เท่าไรก็เป็นแนวทางต่างหาก ส่วนเจ้าของที่จะทำให้เกิดมีของเจ้าของต้องเป็นเงื่อนไขหนึ่ง ๆ ของอุบายสติปัญญาของเจ้าของที่จะผลิดขึ้นมาคิดขึ้นมาให้เป็นสมบัติของเจ้าของ ถึงจะแก้กิเลสเจ้าของได้นะ นี่เป็นแนวทางต่างหากที่ครูบาอาจารย์สอนนี้ ให้จำเอาไว้เฉย ๆ แต่เวลาเป็นหน้าที่ของตัวเองแล้ว มันเป็นเรื่องของตัวเองที่จะผลิดจะค้นขึ้นมาทุกสิ่งทุกอย่าง ให้เป็นวงปัจจุบัน ให้เป็นสมบัติของเจ้าของและแก้กิเลสเจ้าของได้ เป็นผลขึ้นมาในขณะนั้น ให้จำให้ดี...”

(รากแก้วของศาสนา หน้า ๑๖๗)

“...ความเพียรจึงควรให้มีเป็นบทเป็นบาทเป็นจังหวะ ที่ควรจะหนักให้หนักนอกจากเรื่องว่าเบาหน้ะมันเป็นของมันเองละ ควรจะหนักก็ให้มันหนักบ้าง นักประกอบความพากเพียรให้เห็นความอัศจรรย์ อย่าให้มีแต่ครูบาอาจารย์ท่านพูดท่านอธิบายเรื่องธรรมเรื่องความมีความเป็นของท่านหรือของธรรมให้ฟังเพียงเท่านั้น ให้ปรากฏในจิตใจของเราประจักษ์เอง มันถึงเชื่ออย่างลึก เชื่ออย่างฝังใจ ถ้าเราได้เห็นได้รู้โดยลำพังตนเองแล้วเรียกว่า สนฺทิกฺขุญฺโถ ประจักษ์ หรือ ปจฺจตุตฺต เวทิตพฺโพ ประจักษ์ภายในแล้วจะไม่มัววันลี้มเลย นี่การประกอบความพากเพียร...”

(ความลึกลับซบซ้อนของจิตวิญญาณ หน้า ๒๙๗)

“...การอดอาหารต้องให้รู้จักเจ้าของนะ ธาตุชั้นของเจ้าของ ต้องรู้เองนะ ให้คนอื่นไปบอกไปแะไม่เหมาะ คือการอดอาหารนี้มันเป็นอุบายช่วย เป็นวิธีการหนึ่งที่จะช่วยการแก้กิเลสให้ง่ายขึ้น แต่ไม่ใช่เป็นเรื่องแก้กิเลส คือเวลาไม่อดอาหารมันเป็นอย่างหนึ่ง การภาวนามันไม่สะดวก จิตมันคึกมันคะนอง นี่ละสำคัญกว่าเพื่อน คือธาตุชั้นมันมีกำลัง และกายมันก็เป็นเครื่องส่งเสริมจิตให้คึกคะนองได้ เมื่อมีกำลังแล้วมันก็ไปหมุนจิตนั่นแหละทำให้คึกคะนองได้ แล้วภาวนาให้สงบมันไม่ยอมสงบ มันดิ้นรน เราจึงต้องพักอาหาร เพื่อให้อาหารน้อยลงไป เมื่ออาหารน้อยลงไป ร่างกายนี้มันก็ไม่หมุนจิต ไม่กววนจิต จิตมันก็ไม่ตืดไม่ตื้นมากเหมือนตอนที่ธาตุชั้นมีกำลัง ที่นี้การภาวนาก็ค่อยสงบตัวเองไปได้ง่าย นี่เห็นชัด เพราะฉะนั้นจึงต้องได้อุดบ่อๆ เพื่อให้ภาวนาละเอียดเข้าไปๆ ช่วยการภาวนาของเราด้วยการอดอาหาร นี่พูดถึงเรื่องจิตที่ยังไม่สงบมันสงบได้ง่ายกว่ากัน ถ้าจิตสงบแล้วก็สงบได้ดี ถ้าออกทางด้านปัญญา มันก็คล่องตัว นั่นมันเป็นอย่างนั้นนะ

เมื่อการอดจะมากไป เราก็ต้องรู้จักเราเอง การผ่อนผันสั้นยาวในตัวเอง จะให้คนอื่นไปบอกมันไม่ถูกนะ เจ้าของต้องรู้ในเจ้าของเอง จะสมกับว่าปฏิบัติเพื่อความฉลาด หากความฉลาด ก็ต้องให้รู้วิธีใดก็ดี มันอยู่กับตัวแท้ๆ นี้ อุบายวิธีเหล่านี้ ถ้ามันจะหนักมากไปเราก็ผ่อนมันได้นี้...”

(ความลึกลับซับซ้อนของจิตวิญญาณ หน้า ๒๐๘)