

เทศน์อบรมฆราวาส ณ วัดป่าบ้านตาด
เมื่อวันที่ ๑ เมษายน พุทธศักราช ๒๕๕๙

เหลือเฟือด้วยอาหารไม่เป็นท่า

ก่อนจึงหัน

พระเท่าไรวันนี้ (๓๑ ครั้งผม) พระ ๓๑ ทางภูวาก็อยู่ในย่านนี้แหละ คงตั้งจุด ๓๐ ไว้เป็นจุดศูนย์กลาง มีกว่าบ้างลดลงบ้าง ท่านอุทัยท่านคงจัดอย่างนั้น แต่เราเปิดไว้แล้ว สำหรับวัดภูวาก็เปิดไว้เรียบร้อยแล้ว พระที่ตั้งใจปฏิบัติปฏิบัติชอบ เอ้า มาเท่าไรมาเราจะรับเลี้ยงเราบอกกัน เพราะฉะนั้นพระจะมาจำนวนเท่าไรเราจะรับเลี้ยง หากว่าหมดกำลังแล้วเราจะบอก ก็ยังไม่เห็นได้บอกนะ ก็อย่างนั้นเรื่อยมา ท่านคงตั้งจุด ๓๐ เป็นจุดศูนย์กลาง ๓๐ กว่าบ้าง แล้วลดลงบ้าง ส่วนมากจะกว่าๆ เพราะเป็นสถานที่บำเพ็ญธรรมได้เป็นอย่างดี

พอลงรถแล้วเราตั้ง(ใจ) ไปดูจริงๆ นะไม่ใช่ธรรมดา ตระเวนดูบริเวณนั้น เหมาะสมทั้งนั้นเที่ยว เป็นทำเลที่ภาวนา ทำเลที่กลางแจ้งอะไรๆ หินลาดหินดาน ทำเลภาวนามีเยอะ จึงได้ให้ท่านรับพระ จำนวนเท่าไรๆ แต่ท่านคงตั้งจุด ๓๐ แหละ ๓๐ กว่า ลดบ้างกว่าบ้างเป็นธรรมดาอย่างนั้นเรื่อยไป แล้วเด็ดขาดด้วยไม้ให้ใครเข้าไป ยุ่มยามนะ เราบอกท่านอุทัยอย่างเด็ดขาดอีกด้วย นี่ผมตั้งใจจะส่งเสริมพระปฏิบัติเรา เพื่อมรรคผลนิพพานโดยตรง เพราะฉะนั้นอะไรที่จะมาขัดข้องการดำเนินเพื่อมรรคผลนิพพาน ให้ตัดออกๆ อย่าให้เข้ามายุ่ง

เฉพาะอย่างยิ่งพวกที่เข้าไปพักในนั้นยั่วยุๆ ไม้ให้มา เราบอกขาดเลย ถ้าทางไหนมาให้อ้างเราเลย เราเป็นคนดูแลวัดนี้เพื่อมรรคเพื่อผลแก่พระปฏิบัติทั้งหลาย เพราะฉะนั้นจึงไม่มีคนเข้าไปยุ่มยาม ยุ่มยามไม่ได้เราบอก ถ้าว่าฝืนนี้ผมเลิก เน้นมีข้อปฏิบัติกันอยู่ ถ้าฝืนไม่ปฏิบัติตามนี้แล้วเลิกบำรุงรักษาส่งเสริม เอ้าทำไปถ้าเก่ง พูดง่าย ๆ ท่านก็ปฏิบัติดีเรื่อยมา นั่นวัดหนึ่งเป็นวัดที่จะทรงมรรคทรงผล คือวัดภูวาว์ เรียกว่าเป็นอันดับหนึ่งเลยเชียว บรรดาพระทั้งหลายที่เข้ามาอยู่ที่นั่นเหมาะสมมาก ไม่มีอะไรยุ่งกวน เราไม่ให้มายุ่งกวน คือเราพูดยังไงเป็นอย่างนั้น ถ้าลงว่าเด็ดตรงไหนเด็ดจริง ๆ ไม่ใช่หละหละ ถ้าเล่นเล่นจริงๆ ไม่มีจริง เวลาจริงไม่มีเล่น

ตั้งแต่นั้นมาดูเหมือนได้ ๒๐ กว่าปีแล้วนะ เราเลี้ยงตลอดเลย ไปส่งปลายเดือนๆ ประจำทีเดียว เราจะอยู่ไม่อยู่ไม่สำคัญ สั่งเขาอย่างขาดตัวแล้วให้เขาไป ตอนปลายเดือนเขาก็ไป เช่นวันที่ ๒๖-๒๗-๒๘ เหล่านี้เขาไป ของเต็มรถๆ รถอย่างน้อย ๔ คัน เอาไปเต็มเหนี่ยวๆ เลย อาหารสด อาหารยาว อาหารประเภทต่างๆ หวานคาวไส้เต็มรถๆ ไปเลย ให้ท่านได้บำเพ็ญภาวนาด้วยความสะดวก

แต่สำหรับพระปฏิบัติแล้วท่านไม่ค่อยยุ่งกับการอยู่การกินละ อันนี้เราก็เห็นใจท่าน เพราะเราได้เคยบำเพ็ญมาก่อนแล้วทั้งนั้น เราไปบำเพ็ญในป่าในเขามิใครบารุง พระพุทธเจ้าเสด็จออกทรงผนวชว่าไง เหมือนกับเทวดาตกจากสวรรค์ลงนรกนั่นเอง พระพุทธเจ้าเสด็จออกทรงผนวช ไปหาขอทานเขากินในกรุงพาราณสี ก็คนขอทาน เขาก็ให้ทานตามประเภทของเขา พระองค์ยอมรับๆ ใครเป็นอันดับหนึ่งแรก คือ พระพุทธเจ้า ได้รับความลำบากลำบากลำดับหนึ่งทีเดียว แรกทีเดียว เราเอานั่นมาคิดซิ

ไปอยู่ที่ไหนเหลือเฟือด้วยอาหารไม่เป็นท่านะ พุดจริง ๆ ถ้าที่ไหนขาดแคลนๆ บกพร่องๆ นั้นละธรรมเจริญๆ ถ้าธรรมเจริญที่ตรงไหนตรงนั้นต้องบกพร่องขาดเขิน พระผู้ปฏิบัติธรรมต้องเสาะแสวงหาเอง ไม่ใช่เขาไม่มีไม่ใช่เขาไม่ให้ เราหาเอง ไปอยู่ในป่าในเขา พวกคนป่าคนเขาเขาอยู่แห่งละ ๓-๔ หลังคาเรือน ๔-๕ หลังคาเรือน ไปบิณฑบาตเขาได้อะไรมาให้ ฉันเท่านั้นพอ แต่ธรรมนี้ฟุ้งๆ เลยอ่อนไม่ได้ อาหารมีน้อยเท่าไรธรรมยิ่งเด่นๆ ถ้าอาหารมากธรรมยุบยอบนะ เป็นอย่างนั้น

จึงได้เตือนพระเราอยู่เสมอ การขบฉันสำคัญสำหรับนักปฏิบัติเรา ฉันมากฉันน้อยเป็นยังไง ฉันมากนอนมากซี่เกียจมาก ราคะตัณหา มาก ขึ้นตรงนี้ละ ราคะตัณหาไม่ได้ขึ้นถึงอวัยวะละ มันจะยิบเย็บในจิตใจให้รู้ พอยิบเย็บเท่านั้นที่รู้ว่าเป็นข้าศึก แล้วรับหาเหตุผลของมัน แก้ไขเหตุผลของมัน ไม่เช่นนั้นไม่ได้ สักแต่ว่าทำไม่ได้นะ การประพฤติปฏิบัติต้องใช้ความพินิจพิจารณา โดยถือหลักธรรมพระพุทธเจ้าเป็นทางเดินที่เราจะแยกแยะตามจริตนิสัยของเราอย่างไรบ้างจะเหมาะสม เราก็ดำเนินตามนั้น

ธรรมดาส่วนมากมักจะถูกรื่องผ่อนอาหารอดอาหาร เพราะอันนี้เกี่ยวกับร่างกาย ถ้าผ่อนอาหารหรืออดอาหารนี้สติจะดี บอกได้ชัดเจนเลยว่า เริ่มตั้งสติในวันนั้น สติจะเริ่มรู้สึกในวันนั้น พอสองวันสามวันไปแล้วสติจะเด่นๆ สุดท้ายตื่นนอนจนกระทั่งหลับไม่เปลอเลย นี่ผลเกิดมาจากอาหารน้อย พอฉันลงไปๆ มันหากเป็นของมันเอง สติจะค่อยลดของมันไปเอง ตั้งหน้าตั้งตาขนาดไหนมันก็ลดของมัน เราต้องได้ระวังเสมอ เราจึงไม่เคยได้รับความสะดวกสบายละการปฏิบัติธรรม จริตนิสัยถูกกับที่ว่าคนหยาบด้วย ต้องถูกตัดสันดานเสมอ

อดอาหารผ่อนอาหารดังเคยเล่าให้ฟัง ไปบางบ้านเขาตีเกราะประชุมให้ไปดูพระองค์นี้ อีตาบวันนี้ละ ไปถึงที่พักแล้วอยากฉันเมื่อไรก็ฉัน ไม่อยากฉันอดก็วันก็อด แต่เรื่องภาวาแรงตลอดไม่ให้เปลอไม่ให้อ่อน นี่เขาก็ตีเกราะประชุม เราไม่ลืมถ้าที่ไหนเที่ยวตีเกราะเราก็บอก เขาไม่ตีเราก็บอกว่าเขาไม่ตี การปฏิบัติของเราอย่างนั้นเหมือนกันหมด แต่ที่ไหนเขาทำอย่างนั้นเราก็บอก เขาไม่ทำเราก็ไม่บอก เป็นอย่างนั้นละตีเกราะประชุมให้ลูกบ้านมา ใครเห็นว่าไง พระองค์นี้มาอยู่กับเราได้หลายเดือนแล้ว

นะ หายเสียบๆ ไม่ทราบกี่วันด้อมๆ มาบิณฑบาตวันหนึ่งหรือสองวันอย่างมากหายเสียบๆ นี่มานานสักเท่าไรแล้ว เขาก็บอกตรงๆ เลย ตั้งแต่ตั้งบ้านก็ไม่เคยเห็นพระแบบนี้เขาวางนั้นนะ เขาพูดตรงๆ เลย

ไม่ฉันจ้งหันเลยนี้เป็นยังไง ท่านไม่ตายแล้วหรือ ไม่ตายท่านไม่โมโหโงโงอยู่หรือ ให้ไปดูนะ แต่เขามีข้อแม้อันหนึ่ง ไปให้ระวังนะ พระองค์นี้ไม่ใช่พระธรรมดาเขาบอก เป็นพระมหานะเขาวา เตี่ยท่านจะเขกเอานะ เขาก็ไป ก็มาอย่างว่าละ ถ้ามเหตุถ้ามผล พอได้ความแล้วไม่ถึงสิบนาทีให้เขากลับทันที อย่างนั้นก็ มี เราไม่รู้จักตาย เขาอยู่บ้านเขายังรู้จักว่าเราจะตาย นี่เพราะอะไร เพราะความมุ่งมั่นต่ออรรถต่อธรรมแดนพันทุกข์ เพราะจิตนี้มุ่งต่อแดนพันทุกข์ หลังจากได้ฟังธรรมจากพ่อแม่ครูจารย์อย่างถึงใจแล้วเรื่องมรรคผลนิพพาน

แต่ก่อนมรรคผลนิพพานส่วนใหญ่เชื่อ แต่ส่วนย่อยมันแบ่งกิน มรรคผลนิพพานยังมีอยู่หรือไม่มีนาๆ นี่ส่วนย่อย ส่วนใหญ่เชื่อ พอไปฟังอรรถธรรมจากพ่อแม่ครูจารย์มันแล้วลงถึงเลยเทียว ท่านใส่เปรียงเหมือนท่านเอาเรดาร์จับไว้หมด ท่านมาหาอะไรขึ้นทันทีเลย ใส่เปรียงๆ พอฟังธรรมท่านถึงใจแล้วมรรคผลนิพพานหายสงสัยทั้งๆ ที่มีกิเลสอยู่ เชื้อร้อยเปอร์เซ็นต์ นั่นละตั้งแต่บัดนั้นมาเราจึงหาความสุขไม่ได้ ในการฝึกกรรมเป็นเวลา ๙ ปีเต็ม ทุกข์มากทีเดียว เป็นประวัติในชีวิตของเรา เราทำอย่างเต็มเหนี่ยวๆ แล้วก็ได้สมเหตุสมผล

สรุปลงแล้วการผ่อนอาหารอดอาหารนี้เป็นประจำเลย ในการประพฤติปฏิบัติจิตใจเด่นๆ ตลอด ท้องเราถึงเสีย อดอาหารจนท้องเสีย เสียไม่สนใจ เรื่องอรรถเรื่องธรรมไม่ให้ลดเลย ท้องเสีย เวลามาฉันจ้งหันปรกติแล้วท้องมันก็เป็นของมัน ถ้ายเรื่อยๆ มาเลย จนกระทั่งจะออกช่วยชาติมันถ่ายของมันเรื่อย มันจะตายในปีนั้นละ ชนพรรษา แต่ก็ผ่านมาได้ นี่พูดถึงเรื่องการฝึกกรรม บรรดาพระทั้งหลายให้พากันพิจารณา ส่วนมากมักจะถูกทางผ่อนอาหารอดอาหาร อันนี้มันเกี่ยวกับร่างกาย เครื่องมือของกิเลสคืออาหารการกิน ร่างกายนี้เป็นเครื่องมือของกิเลส ตัดทอนกิเลสลงก็ได้ ให้พิจารณาพิจารณา

ผู้ปฏิบัติต้องใช้ความพิจารณา ไม่พิจารณาไม่ได้ พระเรานั้นละเป็นผู้เก็บความรู้สึกได้ดีหนึ่ง เป็นผู้สำรวจระวังหนึ่ง เป็นผู้ใคร่ครวญหนึ่ง ใช้ความพากเพียรหนึ่ง ใช้สติ วิริยะ ใช้ปัญญาหนึ่ง นี่ละผู้จะก้าวเดินเพื่อนำตนให้หลุดพ้นจากทุกข์ และสอนประชาชนโลกทั่วๆ ไปให้ได้รับผลประโยชน์ ต้องเอาตัวเป็นหลักเกณฑ์ พระพุทธเจ้าทรงดำเนินอย่างไร พระองค์เอาพระองค์เป็นหลักเกณฑ์สอนโลก สาวกทั้งหลายท่านก็

ดำเนินอย่างนั้น เราเอาเราเป็นหลักเกณฑ์ ได้ตัวแล้วคนอื่นก็ค่อยๆ ตามกันมาๆ อย่างนั้นละ ให้พากันตั้งอกตั้งใจ

จิตใจเวลานี้ต่ำทรมามาก เมืองไทยเราเป็นเมืองพุทธ รู้สึกเราสลดสังเวช เหมือนกัน ยิ่งรัฐบาลกับประชาชนกลายเป็นหมากัดกันในเมืองไทยแล้ว แหมเราสลดสังเวชนะ เมืองไทยเราเป็นเมืองคน เป็นเมืองมนุษย์เหมือนโลกทั่วๆ ไป เมืองทั้งหลายเขาก็เป็นเมืองคน เมืองไทยเราก็เป็นเมืองคน แต่ในระยณะนี้เมืองไทยเรานี้จะเป็นเมืองหมากัดกัน ระหว่างประชาชนกับรัฐบาลกัดกัน มันกัดกันเพราะเหตุใด มองดูแล้วก็รู้ใครผิดใครถูก แต่มันไม่ยอมรับความผิดความถูกอะไรนั้นซิ มันจะเอาให้ได้ อย่างใจๆ ก็ใส่กันละที่นี้ หมากัดกัน

เมืองไทยเราเป็นเมืองหมากัดกัน เพราะไม่มีธรรมเป็นกรรมการห้ามล้อ กรรมการห้ามมวย มันก็กัดกันได้ ถ้ามีธรรมใครผิดใครถูกมันก็รู้กันอยู่ที่นี่ ไปเรียนมาจากไหนไอ้พวกนี้ ว่าถึงขั้นดอกเตอร์ดอกแต่อะไรก็ไม่รู้ละมันไปเรียนมา ดอกเตอร์หมากัดกันไม่ใช่ดอกเตอร์มนุษย์เราที่จะเป็นตัวอย่างแก่บุคคลทั้งหลายได้ มันเป็นดอกเตอร์หมากัดกัน ใครอยากเป็นดอกเตอร์หมากัดกันให้ไปหาเรียนเมืองนอก เข้ามาแล้วมากัดกันนะ ฟังแล้วสลดสังเวช นี่ละความรู้ของกิเลส ถ้าไม่มีธรรมเข้าแทรกอย่างไรต้องเป็นอย่างนี้แน่นอน

กิเลสจะหาความพอดีไม่ได้ และหาความพอไม่ได้ หาความยุติไม่ได้ ถ้าธรรมมีทันทีๆ อะไรพอเหมาะพอดีขนาดไหนให้อยู่ตามความพอดีบพอดี เรียกว่าธรรม ไม่เสีย ถ้ากิเลสแล้วพาให้ล่มจมได้ทั้งนั้น ปีนกันซิ อยากได้อย่างนั้นแล้วอยากได้อย่างนี้ ปีนไปปีนมาพอสูงๆ แล้วได้จิ้งหะดีๆ สูงตุมเลยตก จม ติดหนี่ติดสินเขาพะรุงพะรังทั่วโลก ดินแดนเพราะอะไร ก็เพราะความติดความดิน อยากได้อยากมีอยากดีอยากเด่น ของตัวไม่มีก็ไปหาภู่หายืมเขามา เพื่อจะเอาเงินที่กู้ยืมนี้มาคิดค้าคิดขาย สุดท้ายเงินที่กู้ยืมมากลายเป็นดอก กินทั้งต้นทั้งทุนแล้วเจ้าของเลยจมๆ ส่วนมากเป็นอย่างนี้นะ เพราะความติดดิน

ถ้าอยู่ธรรมตาพอเป็นพอไป คนเราก็ไม่ทุกข์มากนัก อันตัวหนี้สินนี้สำคัญมาก ท่านกล่าวไว้ในธรรมว่า การติดหนี้ติดสินเป็นทุกข์มากในโลก และการไม่ติดหนี้ติดสินเป็นสุขมากในโลก แสดงไว้แล้วในธรรม ใครอยากเก่งก็ให้ไปหานะ ไปหาภู่หายืมเขามา ประดับหน้าร้าน ช่างในมีแต่ฟืนแต่ไฟเผา ในร้านก็เผา ในหัวอกเจ้าของก็เผา นี่ความไม่รู้จักประมาณ เมื่อเราไม่ติดหนี้แล้วมีเท่าไรๆ อยู่ยังงิกันยังงิสบายมากนะ ไอ้ติดหนี้ติดสินเขาพะรุงพะรังเอามาประดับหน้าประดับตา ช่างในเป็นฟืนเป็นไฟเผาหัวอก อย่า

ทำนะพี่น้องทั้งหลายอย่าทำ พออยู่พอกินยังงใจให้อยู่กินกันไป อย่าดีดอย่าดันหาติดหนี้ติดสินพะรุงพะรังมาเป็นแห้วคอสิงนั้นแหละ เอาละให้พร

ภวานาสติเป็นพื้นฐานนะ จำให้ดีพระเจ้า สติไม่ขาดตั้งได้ไม่สงสัย จิตนี้มันจะเหาะเหินเดินฟ้าไปไหน กิเลสจะลากมันไปไหนสู้ธรรมไม่ได้ ธรรมลากมาให้หมอบได้เลย สติธรรม ปัญญาธรรม จำให้ดี พูดต้องย้าแล้วย้าเล่า ไม่เช่นนั้นกิเลสจะเอาไปถลุงหมด

รับฟังรับชมพระธรรมเทศนาของหลวงตา ได้ที่

www.Luangta.com หรือ www.Luangta.or.th

และรับฟังจากสถานีวิทยุสวนแสงธรรม กรุงเทพฯ และสถานีวิทยุอุดร

FM 103.25 MHz