

เทศน์อบรมฆราวาส ณ วัดป่าบ้านตาด
เมื่อวันที่ ๒๓ มีนาคม พุทธศักราช ๒๕๔๙

ปล่อยความกังวลเข้ามาสู่จิต

สันติ ทุกวันนี้ภาวนากำหนดสติกับจิตอะไรๆ ก็รู้ แต่สุดท้ายกลับไม่รู้อะไรเลย อีกอันหนึ่งรู้อย่างเดียวว่าไม่ดับ แต่อย่างอื่นไม่รู้เรื่องไม่ว่าเห็นหรือได้ยิน อย่างอื่นนึกไม่ออก อธิบายไม่ได้ รู้อย่างเดียวว่าจิตไม่ดับ

หลวงตา พิจารณาอยู่ในนั้นเสียก่อนนะ ให้อยู่ในปัจจุบันที่เป็นอยู่เวลานี้ สติกับจิตรู้กันอยู่ จะมีอะไรเคลื่อนไหวขึ้นมาก็จะรับรู้กันต่อไป ไม่ต้องคาด จิตขั้นนี้ไม่คาดเข้าใจใหม่ อยู่ปัจจุบัน

สันติ รู้สึกสติมีอยู่ปัจจุบัน แต่อะไรที่ผ่านมาหายหมด

หลวงตา อะไรหายช่างหัวมัน อะไรเป็นมาหายทั้งนั้นแหละ อะไรไม่ใช่เงาไม่หาย มันอาการของจิต จะเกิดจะดับตามความหยาบละเอียดของมัน คือจิตมีฐานละเอียดแล้วอาการต่างๆ ก็เกิดขึ้นของมัน ให้อยู่อยู่นั่นก่อนนะ

สันติ มันเป็นอยู่เกือบทุกวัน

หลวงตา ก็อยู่อย่างทุกวัน จนกระทั่งวันตายก็ตายไปเลย

สันติ รู้สึกมีอะไรอยู่กลางอกเล็ก ๆ หมุนอยู่ตรงกลางอก หมุนแรงแบบจะออกเจ้าค่ะ

หลวงตา พุดยากอยู่เราก็เห็นใจเขา ธรรมะขั้นนี้พุดยาก เรื่องเข้าใจเราเข้าใจแยบคายออกมารู้ทันทีเลย สิ่งที่พุดยากเราก็รู้อยู่แล้ว อันใดพุดยากพุดง่ายรู้อยู่

สันติ มันเป็นอยู่หลายวัน ลูกหมดแรง เหนื่อย

หลวงตา หมดแรง เหนื่อย เอาขันธมาพุดกับเราอีก เรื่องขันธมันก็เป็นอย่างนั้นซิ หมดแรง เหนื่อย เหนื่อยก็นอนเสีย ถ้านอนไม่ตื่นก็ตายไปเลยจะให้ว่าไง เอาเท่านั้นละ อยู่กับปัจจุบันนะ อยู่ในนั้นละไม่สงสัยอะไร ตัวรู้มันจะเป็นนักรู้ตลอดเวลา มีอะไรขึ้นมามันจะรู้ๆ รู้ติดก็มี รู้ப்பட்டพร้อมๆ ก็มี มันหลายขั้นนะจิต พิจารณาอยู่ในปัจจุบันนั้นละ ไม่ได้มีอะไรกว้าง มีเท่านั้น พอแยบคายออกมามันรู้ทันทีๆ เลย อันไหนที่ควรพุดไม่ควรพุดก็รู้ทันทีเลย

เวลามันรู้เสียจริงๆ แล้ว ก็ตั้งที่เคยพุดให้ฟัง ขาดสะบั้นไปหมดเลยแล้วจะให้ว่าอะไร สนฺทิกฺขุโณ ขั้นสุดยอดมันก็รู้ นั่นละ สนฺทิกฺขุโณ ขั้นสุดยอดอย่างนั้นเอง คือ สนฺทิกฺขุโณ รู้เองเห็นเองเป็นลำดับลำดับในผลงานของตัวเองเรื่อยๆ ไป พอถึงขั้นมันดับบทยของมันขาดสะบั้นไปเลยก็ สนฺทิกฺขุโณ สุดท้าย ก็เท่านั้นเอง นั่นละองค์ศาสดาคือ สนฺทิกฺขุโณ จะให้พระองค์มารับรองอะไรอีก ดูนั่นก็รู้เอง

เรื่องภาวนาเป็นเรื่องเล็กน้อยเมื่อไร เกิดจากภาวนาทั้งนั้นแหละ ตั้งแต่เกิดมาเราก็ไม่เคยพบเคยเห็น ความรู้อะไรเหมือนโลกทั่วๆ ไปรู้ไปอย่างนั้น แต่เวลาทางด้านจิตตภาวนาไม่ได้เป็นอย่างนั้น รู้แบบพูดไม่ได้ บางอย่างพูดไม่ถูกเลย ก็มีเท่านั้น ให้ตั้งใจภาวนาผู้ที่ได้ฟังทั้งหลาย ก็ให้ไปเป็นคติเครื่องเตือนใจเจ้าของแล้วภาวนา ธรรมพระพุทธเจ้าคือตลาดแห่งมรรคผลนิพพาน เราบอกไว้แล้ว อยู่กับหัวใจเราเลยไม่อยู่ที่ไหน อย่าไปคาด คาดมรรคผลนิพพานที่นั่นที่นี้อะคาด ตัวนี้ตัวสำคัญ ตัวคาดตัวนี้ ตัวไม่คาดก็ตัวนี้ พอรู้หมดแล้วก็ไม่ได้คาดอะไรทั้งนั้น

พอพูดอย่างนี้แล้วเราก็นึกถึงเรื่องอยู่หนองผือกับพ่อแม่ครูจารย์มั่น อันนั้นจิตมั่นลงเอาจริง ๆ ลงจนขาดสะบั้นไปหมด จำไปหมดเลย จิตเราก็เคยลงเคยรวมมากี่ครั้งก็ห็นจนนับไม่ได้ มันก็ไม่เหมือนคืนวันนั้น คืนวันนั้นเวลามันลงเต็มเหนี่ยวแล้วหมดทุกอย่างเลยไม่มีอะไรเหลือ ถ้าว่าเหลือก็เหลือแต่ธรรมชาติที่จำอยู่นั้น โอโฮ เป็นชั่วโมง ๆ ไม่ถอน ที่นี้เวลาถอนขึ้นมาแล้วตั้งสองสามวันอะไร ๆ ยังดับอยู่หมดเลย พอวันหลังมาก็ไปกราบเรียนหลวงปู่มั่นท่าน ท่านก็ขึ้นปิ้งทันทีเลย เออ เอาละที่นี้ เข้ากันได้แล้วกับผมอยู่ถ้ำสาริกา

ถ้ำสาริกาที่ท่านว่าผีใหญ่มาจะมาฆ่าท่าน นั่นท่านว่าจิตลงใหญ่ เออ เอาละที่นี้ เข้ากันได้แล้วกับผมที่เคยเป็นอยู่ถ้ำสาริกา วันนี้ท่านมหาเป็นพยานแล้ว ขึ้นอย่างนั้นละเวลามันขึ้น ไม่เคยคาดเคยคิด เวลามันลงมันลงจริง ๆ ขาดสะบั้นไปหมดเลย ไม่มีอะไรเหลือ ที่นี้วันหลังพิจารณาอีก เอาบ้ำไปขายท่านท่านก็ชญาบเอาเสีย วันหลังทำอยากจะให้เป็นอย่างนั้นอีกแต่มันไม่เป็นซิ ก็กราบเรียนท่าน จิตเป็นอย่างนั้นแล้วมาพิจารณาอีก จะให้มันเป็นอย่างนั้น มันเป็นบ้ำหรือ ขึ้นทันทีเลย ก็มันเป็นไปแล้วจะให้มันเป็นอะไรอีก มันเป็นบ้ำหรือ ขึ้นเลย คือเราอยากจะให้มันเป็นอย่างนั้นอีก มันเป็นแล้วก็แล้วไปแล้วนี่ท่านวางั้น พ่อแม่ครูจารย์มั่นปิ้งทันทีเลยนะพอเราพูดเรื่องนี้ อย่างนั้นละพอมัน เข้ากันได้แล้วรับกันทันที ๆ เลย

ให้พากันตั้งใจภาวนานะ เรื่องภาวนาเป็นเรื่องสำคัญมาก หัวใจของชาวพุทธเราไม่ต้องพูดที่อื่น ที่รวมแห่งความเลวร้ายทั้งหลาย ความทุกข์ทั้งหลาย อยู่ที่หัวใจ จำให้ดี และที่รวมแห่งความแปลกประหลาดอัศจรรย์หรือความสุข ตั้งแต่ความแปลกประหลาดอัศจรรย์ทั้งหลายนี้อยู่ที่จิต เอาอะไรเป็นเครื่องพิสูจน์ เอาจิตตภาวนาพิสูจน์กัน อย่างอื่นมาพิสูจน์ไม่ได้ พิสูจน์เรื่องความสุขความทุกข์อย่างแท้จริงนี้ มีจิตตภาวนาเท่านั้น เป็นเครื่องพิสูจน์กัน อย่างอื่นพิสูจน์ไม่ได้

เพราะฉะนั้นจึงคาดจึงตั้งจึงเดาเกาหมัด ไขว่คว้าทั่วโลกทั่วสงสาร ถือเอาสิ่งนั้น ๆ มาเป็นสรณะ มาเป็นที่พึ่งที่ยึดของตน มันก็หมุนตัวของมันอยู่อย่างนั้นละจิต

เกาะนั้นติดเกาะนี้หลุด เกาะนั้นถูกเกาะนี้ผิดไปอยู่เรื่อย ๆ นี่จิตไม่มีหลัก จะเอาสมบัติเงินทองข้าวของกองเท่าภูเขาเขามันก็เป็นกองของสิ่งนั้น ๆ ไปเสีย ไม่ใช่เป็นกองแห่งความสุขความทุกข์ให้เห็นประจักษ์เหมือนจิตตภาวนาที่ปรากฏอยู่ในหัวใจ เห็นอันนี้แล้วมันปล่อยหมดทุกอย่างนั้นแหละ ไม่มีอะไร

นี่ละที่ว่าได้หลัก คือจับนั้นผิดจับนี้พลาด จับไปจับมาพอจับถูกก็บีบติดก็บีบเลย มีหลัก จิตตภาวนาทำให้หัวใจของโลกมีหลัก ถ้าจิตตภาวนามีภายในใจ จิตใจมีความสงบร่มเย็นแล้วหลักอยู่ที่นั่นละ อะไรจะขาดจะเหลือจะมีจะทุกข์จะจนแปรปรวนอะไร ก็โลกอนิจจัง ตัวนี้มันตามรู้ตามเห็นไปหมด ปล่อย ไม่กังวล ได้มาก็ไม่กังวล เสียไปก็ไม่กังวล เพราะตัวนี้รู้แล้ว ถ้าตัวนี้ไม่รู้มันจะยุ่งของมันตลอดเวลา เพราะฉะนั้นคนมีคนจนจึงไม่มีอะไรแปลกต่างกันเรื่องความสุขความทุกข์ คนมีเท่าไรยิ่งสร้างอารมณ์มากขึ้น ๆ ให้เป็นกังวล ตีตดินมากขึ้น ๆ หาความสุขไม่ได้ สุดท้ายหาความสุขไม่ได้ สู้ตาสีตาสตามท้องนาไม่ได้นะเศรษฐี

เราอย่าเอาความเป็นเศรษฐีมาอวดผู้ที่มีจิตตภาวนา ผู้ที่มีจิตตภาวนาแล้วผู้นั้นอยู่ที่ไหนสบาย ผิดกันมากนะ เพราะสิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งอาศัยชั่วคราว ที่ได้อาศัยพึ่งเป็นพึ่งตายแท้ ๆ แล้วคือความติงามภายในใจของตัวเอง สงบร่มเย็น จำอยู่ในนี้ นี่เป็นสมบัติติดตัว อยู่กับตัว ไปไหนไม่เคลื่อน อยู่นี้สบายเลย นี่ละจิตตภาวนาเป็นสิ่งที่ปล่อยวางความกังวลทั้งหลายเข้ามาสู่จิตแล้วหายกังวล สบายเท่านั้นเอง

พากันภาวนาให้ดี ให้ตั้งใจภาวนา เราจะได้เห็นที่ปลงวางแห่งกองทุกข์ทั้งหลายลงที่หัวใจ เพราะใจแบกกองทุกข์มาตลอดไม่มีความปล่อยวางเลย ยึดตลอดเวลา และหนักหน่วงถ่วงจิตใจอยู่ตลอด พอจิตตภาวนาชำระลงปล่อยลง ๆ แล้วดีดขึ้น ๆ ที่นี้ร่มเย็น เอาเท่านั้นละวันนี้ ไม่พูดอะไรมาก พอสมควร

รับฟังรับชมพระธรรมเทศนาของหลวงตา ได้ที่

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

และรับฟังจากสถานีวิทยุสวนแสงธรรม กรุงเทพฯ และสถานีวิทยุอุดร

FM 103.25 MHz