

เทศน์อบรมพระ ณ วัดป่าบ้านตาด
เมื่อวันที่ ๓๑ พฤษภาคม พุทธศักราช ๒๕๑๑

อย่ามองดูผลมากกว่าเหตุ

การฟังเทศน์คือการทำงานอันหนึ่งของจิต คือทำงานฟัง เราไม่ต้องไปปรุง ท่านผู้แสดง ปรุงให้เรียบร้อย เป็นแต่เพียงคอยจ่อจ้องจิตฟังเท่านั้น ใจขณะฟังเทศน์ถ้ายังสงบตัวเข้า ไม่ได้รู้สึกจะลำบากอยู่ เพราะการทำภาวนาโดยลำพังตนเอง กับการฟังเทศน์ซึ่งเป็นการฟังเพื่อความสงบเช่นเดียวกันกับการภาวนานั้น การนั่งภาวนาตามปรกติรู้สึกจะยากกว่าที่จะทำให้จิตใจสงบได้ แต่การฟังเทศน์มีทางที่จะให้ได้รับความสงบ สดวกกว่ากันอยู่บ้าง ฉะนั้น ทางนักปฏิบัติทั้งหลายจึงนิยมการฟังเทศน์จากครูจากอาจารย์ ท่านชี้แจงในทางภาคปฏิบัติ นอกจากจะได้รับความเข้าใจในธรรมะที่ท่านแสดงไปแล้ว ยังได้รับความเข้าใจในขณะฟังเทศน์ด้วย เพราะฉะนั้นการฟังเทศน์จึงไม่จัดว่าเป็นการด้อยกว่าภาคปฏิบัติทั่วไปซึ่งเกี่ยวกับด้านจิตใจ

ในครั้งพุทธกาลปรากฏว่า ผู้ได้สำเร็จมรรคนิพพานเพราะการฟังเทศน์มีจำนวนไม่น้อย เพราะการฟังเทศน์ก็คือการชี้แจงเรื่องราวของจิตแต่ละท่านๆ ที่นั่งฟังอยู่นั้น ให้ทราบตามหลักความจริง เช่นเดียวกันกับการพิจารณาทางด้านปัญญา ถ้าจิตอยู่ในวงสมาธิ พอท่านเริ่มแสดงไปจิตก็เริ่มจ่อ จดจ่อฟังเป็นระยะๆ ใจที่มีหน้าที่อันเดียวซึ่งคอยจะรับทราบธรรมะจากท่านอยู่ก็มีทางจะสงบได้ ใจที่ยังไม่เคยสงบเลยก็ยิ่งรู้สึกว่าได้รับความเบาใจในขณะที่ฟัง ที่ใจมีสมาธิด้วยแล้วก็ยิ่งรวมสงบได้เร็ว ทางภาคปัญญาผู้ที่อยู่ในขั้นปัญญา ซึ่งกำลังพิจารณาอยู่แล้ว เพราะมีสมาธิเป็นบาทฐาน คำว่าสมาธิหมายถึงความสงบใจนั้นแลเป็นส่วนใหญ่

พอท่านเริ่มอธิบายแยกแยะส่วนต่างๆ จะเป็นขั้นใดก็ตามในขั้น ๕ นี้ จะเป็นข้างนอกก็ตามข้างในก็ตาม ซึ่งเป็นเรื่องสังขารหรือสติปัญญานอยู่ด้วยกันแล้ว ย่อมจะถูกกับจิตของผู้กำลังพิจารณาอยู่ คล้ายกับที่ท่านเบิกทางให้ เราเดินตามหลังท่าน ท่านชี้แจงไปอย่างไรใจก็คอยที่จะขยับตามท่าน ยิ่งไปถึงจุดที่เรากำลังพิจารณาอยู่และกำลังติดอยู่ด้วยแล้ว นั้นยังเป็นจุดที่จ่อจ่อมากสำหรับเรา คอยจะฟังท่านจะชี้แจงไปว่าอย่างไรในจุดนั้น พอท่านอธิบายไปถึงจุดนั้นเพราะความรู้ของท่านได้ผ่านไปแล้ว เมื่อท่านอธิบายย่อมถูกต้อง ผู้ฟังก็ย่อมได้รับความเข้าใจปลดปล่อยความสงสัยของตนออกได้ในทันที ขณะที่ฟังท่านในจุดนั้น

เพราะฉะนั้นการฟังเทศน์จึงมีทางที่จะสำเร็จได้เป็นขั้นๆ ตามที่มีมาในครั้งพุทธกาล ก็เพราะนักปฏิบัติมีชั้นภูมิทางด้านจิตใจต่างกัน หากว่าผู้มีอุปนิสัยสามารถแก่กล้าเรียกว่าพร้อมมูลอยู่แล้ว เรื่องสมาธิกับเรื่องปัญญาก็เป็นไปพร้อมๆ กัน คือปัญญาพิจารณาตามความจริงที่ท่านแสดงไป ความสงบคือไม่ฟังชานวุ่นวายไปกับอารมณ์ใดๆ ในขณะที่ปรากฏขึ้นกับใจ มีแต่คอยตรงตามความจริงที่ท่านแสดงไปเท่านั้น ย่อมทราบเหตุทราบผลได้ชัดเจน และหาย

สงสัยเป็นระยะๆ ไป ฉะนั้นการฟังเทศน์จึงเป็นจุดจำเป็นของท่านผู้ปฏิบัติ ไม่ว่าจะป็นภาค
 ทั่วๆ ไป ไม่ว่าจะป็นเรื่องของจิตโดยเฉพาะ และ ไม่ว่าจะป็นจิตชั้นใดภูมิใดของผู้ปฏิบัติ
 ย่อมจะเป็นการเสริมความรู้ความฉลาดของตนให้เขยิบขึ้นไปได้เป็นลำดับ นี่ละการฟังเทศน์มี
 ความจำเป็นอย่างนี้

การฟังเทศน์ท่านจะเทศน์ไปเรื่องของใครก็ตาม เรื่องนอกเรื่องใน เรื่องต้นไม้ภูเขา
 เรื่องสัตว์เรื่องบุคคลก็ตาม เมื่อพิจารณาแล้วก็คือเรื่องสังขารอันเดียวกัน หรือไตรลักษณ์อัน
 เดียวกัน สติปัญญา ๔ อันเดียวกัน เราสามารถจะน้อมเข้ามาพิจารณาเทียบเคียงกับสิ่งที่มีอยู่
 หรือส่วนที่มีอยู่ของเราได้ และได้รับความเข้าใจจากธรรมะทั้งที่เป็นภายนอกและเป็นภายใน
 ทั้งที่เป็นเรื่องของสัตว์และบุคคล ต้นไม้ภูเขา เพราะเป็นสิ่งที่เหมือนๆ กันกับส่วนที่มีอยู่ในตัว
 ของเรา เวลาท่านนั่งภาวนาหรือท่านทำความเพียรอยู่ตามป่าตามรก ท่านเห็นใบไม้ร่วงลงมา
 ท่านก็พิจารณาเป็นธรรมะ การร่วงโรยของใบไม้ก็คือความหมดกำลังของมัน จึงร่วงโรยลงมา
 เรื่องความหมดกำลังของธาตุชั้นชีวิตจิตใจก็ย่อมเป็นในลักษณะเดียวกัน นั่นท่านเทียบเข้า
 มาถึงตัวของท่านทันทีไม่ประมาท

การฟังเทศน์ไม่ว่าจะฟังเทศน์จากครูจากอาจารย์ ไม่ว่าจะฟังเทศน์จากหลักธรรมชาติ
 โดยการพิจารณาลำพังตัวเอง ย่อมเป็นสิ่งที่ทำให้สำเร็จประโยชน์แก่จิตใจได้ แต่ถ้าเรายังไม่
 สามารถก็ต้องอาศัยครูอาจารย์เป็นผู้ชี้แนวทางให้เป็นทอดๆ ไป เมื่อเรามีกำลังพอที่จะ
 พิจารณาได้โดยลำพังเราแล้ว อยู่ที่ไหนก็มีทางจะพิจารณาได้ เพราะสิ่งที่มีอยู่ในโลกและมา
 เกี่ยวข้องสัมผัสกับตัวของเรานี้ ประสานกันอยู่ตลอดเวลา นอกจากเราจะไม่ทำความสนใจ
 พิจารณาตามหลักธรรมชาติซึ่งเป็นหลักธรรมะเท่านั้น

คำสอนของพระพุทธเจ้าเป็นคำสอนที่ถูกต้องหาที่ตำหนิไม่ได้ ไม่ว่าจะป็นชั้นต่ำ ชั้น
 กลาง หรือชั้นสูง เป็นธรรมะที่รับรองมาจากความบริสุทธิ์ เพราะความบริสุทธิ์นั้นย่อมเป็นผล
 มาจากการปฏิบัติถูก ผู้ปฏิบัติตามหลักแห่งสวางชาติธรรมจึงมีทางที่จะได้รับผลเป็นชั้นๆ ขึ้น
 ไป แต่อย่าลืมน่าศาสนาธรรมนั้นไม่ใช่ธรรมชี้เกียจ ไม่ใช่ธรรมอ่อนแอ ไม่ใช่ธรรมเอาตามใจของ
 ตน เป็นส่วนสำคัญ ถ้าเราหนักแน่นในสิ่งที่ธรรมะตำหนิเช่นนี้ ผลก็คือเราจะได้ตำหนิตัวของเรา
 เอง หากว่าเราหนักแน่นตามหลักธรรมะแล้ว เราจะได้มีความภาคภูมิใจในตัวของเราทั้ง
 ปัจจุบันและอนาคต

ธรรมะทุกบททุกบาทไม่ใช่ธรรมะที่จะควรถูกตำหนิ เพราะเป็นธรรมะที่ชอบธรรมอยู่
 แล้วโดยสมบูรณ์ ผู้ปฏิบัติตามหลักธรรมะที่สมบูรณ์แล้วด้วยความชอบธรรม ผลที่จะพึงได้รับ
 จึงเป็นความชอบธรรมและชอบใจสำหรับตน ให้ระวังสิ่งที่ปลอมแปลงจะเข้ามาแฝงและเป็นเจ้า
 อำนาจครองใจของเรา นี่เป็นสิ่งสำคัญ เติณจกรมอยู่เข้าใจว่าตนเติณจกรม ขาน้นก้าวไปจริง
 กลับไปกลับมา แต่จิตไม่ทราบว่สัมผัสกับธรรมะหรือสัมผัสอยู่กักรื่องหลอกลวงที่เคยพา

จุดลากมาเป็นเวลานาน ผลที่ปรากฏตามความมุ่งหวังจึงไม่ค่อยมี เพราะเหตุอันแท้จริงนั้น เราไม่ทำให้ถูกต้อง เป็นสักแต่ว่ากิริยา การเดินใครเดินก็ได้ไม่ว่าแต่มนุษย์เราหรือนักบวชเรา แม้แต่สัตว์เดรัจฉานเขายังเดินได้ วิ่งได้ เด็กที่ไม่รู้ภาษาภาษาก็ยังเดินได้ ถ้าไม่มีธรรมะเป็นเครื่องสัมปยุต ประกอบกับประโยคพยายามของตนที่ตั้งไว้แล้วก็ไม่สำเร็จประโยชน์

การนั่งภาวนาก็มีลักษณะเช่นเดียวกัน จะอยู่ในอิริยาบถใดก็ตาม ถ้ามีธรรมะเป็นเครื่องคุ้มครองจิตใจอยู่ ชื่อว่าเป็นความเพียรตลอดสาย หากว่าธรรมะได้พรากไปจากใจเสียกาลใด อิริยาบถใด อิริยาบถนั้นก็เป๋นโมฆะ ไม่สืบต่อทางเหตุแห่งความดี ผลจึงต้องหยุดชะงัก นี่ละการดำเนินที่เป็นไปด้วยความล่าช้า หรือเป็นไปไม่ได้ในทางจิตใจให้สมหวังเราต่างต้องการนั้น มีสิ่งสมควรพิจารณาอยู่ในจุดนี้ เราอย่ามองดูผลมากกว่าเหตุ ในขณะที่เดียวกันที่เรามองดูผลโปรดได้มองดูต้นเหตุด้วย เหมือนอย่างผลไม้ เราต้องมองถึงต้นเหตุของมันว่า ต้นไม้ที่ตั้งอยู่ได้ด้วยอาหารประเภทใด และอาหารประเภทใดเป็นที่ถูกกับต้นไม้ประเภทนี้ ผู้ต้องการผลอันสมบูรณ์ควรจะเสาะแสวงหาอาหารประเภทนั้นๆ ให้ถูกกับต้นไม้ ผลจะปรากฏขึ้นมาเอง หลักธรรมะของพระพุทธเจ้ามีเท่านั้น

เหตุนี้สำคัญ ไม่ขึ้นอยู่กับผู้ใด ไม่ว่าจะเป๋นนักบวช ขรวาส หลิงชาย ไม่ว่าจะใครจะตำหนิใครจะชม ไม่ว่าจะใครจะทำผิดหรือทำถูก ธรรมะไม่มีทางได้ทางเสียด้วย แต่หากเป๋นตัวเองผู้ทำนั้นแลเป็นผู้ที่จะมีทางได้เสียจากความประพฤติของตน โดยอาศัยการทำถูกตามหลักธรรมะ ทำผิดจากหลักธรรมะ ซึ่งเป็นผลให้เกิดสุขบ้างทุกข์บ้าง ดังที่เราว่า อยู่ภายในตัวของเรา

สำหรับขรวาสญาติโยมก็เห็นใจ เพราะหน้าที่การงานมีมากยังอุตสาหะสละเวลาลำเวลา ทรัพย์สมบัติตลอดชีวิตจิตใจที่มีคุณค่ายิ่ง หาอันใดเปรียบไม่ได้แล้วในโลก มาบำเพ็ญธรรมะโดยไม่คำนึงถึงชีวิตจิตใจซึ่งเป๋นการเสี่ยงในเวลาไปและมา ทรัพย์สมบัติที่มีค่าก็ต้อยอมเสียสละ ผู้ไม่จริงจังจริงๆ ก็ทำไม่ได้ จึงต้องขอขอบคุณและอนุโมทนากับท่านทั้งหลาย ซึ่งเป็นผู้มีภาระมากอยู่แล้วตามปรกติของขรวาส

แต่ส่วนพระเรา เฉพาะอย่างยิ่งคือนักปฏิบัติ ไม่ค่อยเกี่ยวกับหน้าที่การงานการปกครอง ให้ความร่มเย็นแก่ผู้อื่นมากนัก มีทางเดียวที่จะพยายามทำให้เป๋นความร่มเย็นแก่ตน โดยเฉพาะ ควรจะตระหนักใจให้มากในหน้าที่การงานของตนโดยเฉพาะ วันหนึ่งคืนหนึ่งการรักษาดนอย่าให้ด้อยไป นี่ละข้อปฏิบัติ ความเป็นภัยแก่จิตใจเพราะความพลอสติ ควรจะเห็นโทษหรือควรจะเห็นว่าเป็นโทษอย่างหนักไว้ด้วย นั้นแลเป๋นการดีสำหรับผู้ปฏิบัติ

สติมีได้ทั้งภายนอกภายใน เราจะประกอบหน้าที่การงานใดๆ ก็ตาม สติควรให้มีอยู่กับหน้าที่การงาน คือความรู้สึกตัวอยู่ว่าสติได้สัมปยุตอยู่กับการงานนั้นๆ ในขณะที่ทำ เมื่อย้อนเข้ามาสู่ภายใน สติที่เคยฝึกฝนอบรมอยู่เสมอนั้น ก็เป๋นเครื่องสนับสนุนให้ได้รับความสะดวก

ในการบำเพ็ญ ถ้าเป็นฝ่ายสมาธิ ไม่ว่าจะสมาธิประเภทใดสงบลงได้เร็ว ถ้าปล่อยไปเสียไม่คำนึงถึง การระมัดระวังรักษาตนโดยทางสติ เมื่อถึงคราวจะเอาจริงเอาจิ้งคว่าหากไม่คอยเจอ ผลจะให้เกิดความสงบสุขนั้น โปรดทราบว่าจะเกิดขึ้นจากการรักษา ไม่ได้เกิดขึ้นจากการปล่อยตาม อำเภोजใจ ไม่ว่าจะชาติชั้นวรรณะใดเมื่อก้าวเข้ามาในวงศาสนาหรือเป็นนักบวชด้วยแล้ว ธรรมะ ของพระพุทธเจ้าให้ความเสมอภาคเหมือนกันหมด ผู้ใดมีความขยันหมั่นเพียรเข้มแข็งมากผู้นั้นย่อมจะได้รับผลเป็นสุข

การพิจารณาทางด้านปัญญา คำว่าปัญญาก็คือความฉลาด เราควรจะนำไปใช้ให้ถูกกับ จุดที่พอเหมาะกับคำว่าปัญญา พระพุทธเจ้าท่านสอนไว้ทั้งสมาธิทั้งปัญญา คนเราถ้ามีแต่การทำงานตลอดเวลา ไม่มีการพักผ่อนร่างกายบ้างเลยย่อมทนไม่ไหว ร่างกายย่อมหมดกำลัง จิตใจถ้าเราจะพิจารณาตั้งแต่ทางด้านปัญญา ทั้งๆ ที่เราไม่เคยเจอสมาธิคือความสงบใจเป็น อย่างไรเลยนั้น อาจจะเป็นปัญญาในทางผิดก็ได้ เหมือนอย่างเครื่องมือ เครื่องมือมีหลาย ประเภทที่จะทำงาน เช่น เราจะปลูกบ้าน เครื่องมือที่จะปลูกบ้านไม่ใช่มีประเภทเดียว มีหลาย ประเภท ควรจะนำไปใช้ให้ถูกต้องกับการงานนั้นๆ ผลจะเป็นที่ถูกต้องไม่ผิดพลาด

ปัญญาก็เหมือนกัน อะไรเป็นเครื่องปกปิดกำบังธรรมชาติคือคำว่าเราอันแท้จริงอยู่เวลานี้ ผู้ปฏิบัติเพื่อปัญญาควรจะรื้อฟื้นเข้าไปตั้งแต่สิ่งที่ปกปิดกำบังภายนอกๆ ผิวนั้นเข้าไปโดย ลำดับ ชั้นแต่ละชั้นเป็นสิ่งทีปกปิดกำบังตัวเราอันแท้จริงได้ ควรพิจารณา กายคตาสติไม่ใช่ ของเล็กน้อย ทั้งการพิจารณาเพื่อถอดถอน ทั้งความสนใจคือไม่สนใจจะพิจารณาเลย ถ้าไม่ สนใจพิจารณาเลยก็เป็นเครื่องปกปิดกำบังได้อย่างมิดชิด จนมองหาเราอันแท้จริงไม่เจอ ถ้าเรา พิจารณาก็มีทางที่จะค้นพบ

ของจะอยู่ลึกขนาดไหนถ้าฝังไว้ใต้ดินก็ดี ถ้าขุดค้นให้ถึงก็ต้องเจอ แล้วการขุดเราจะต้อง ขุดตั้งแต่พื้นผิวนั้นของดินนี้เข้าไป จนกระทั่งถึงส่วนลึกของดิน ตลอดถึงสิ่งที่เราต้องการ ไม่ใช่ เราจะไปขุดเอาเฉพาะสิ่งที่ฝังอยู่โดยไม่คำนึงถึงว่าอยู่ลึกหรือตื้น ต้องขุดลงไปจนถึง คำว่าเรา อันแท้จริงนั้นอยู่ลึกขนาดไหน ตื้นขนาดไหน นั่นก็ขึ้นอยู่กับสิ่งที่ปกคลุมหุ้มห่อ เวลานี้มี อะไรบ้างที่ปกคลุมหุ้มห่อตัวเราอันแท้จริง พระพุทธเจ้าท่านสอนอะไรบ้าง

เวลาเราบวชที่แรกอุปัชฌายะท่านก็ให้มูลกรรมฐาน ตจปัญจกรรมฐาน ให้ขุดลงที่นี้ เริ่มขุดเข้าไป พิจารณาหนักก็ดูให้ชัด ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก ดูให้ชัด สิ่ง เหล่านี้มีอยู่ตามหลักธรรมชาติของตน คือไม่ปิดบังโดยหลักธรรมชาติของตน จึงต้องอาศัย ปัญญาพิจารณาลงไป นี่ละชื่อว่าการขุดค้น ด้วยเครื่องมือคือปัญญา เช่นเดียวกับจอบ เสียม ขุดดินฉะนั้น เรื่อย่านำความร้อนใจ อยากให้ได้อย่างใจเข้าไปทำงาน แต่ให้เอาเหตุผลคือหลัก ธรรมะเข้าไปทำงาน ความร้อนใจ ความอยาก เฉยๆ นั้นโลกนี้มีด้วยกันทุกคน จะร้อนหรือเย็น ก็ให้มีหลักเหตุผลเป็นเครื่องพิสูจน์กันตามความร้อนที่ปรากฏขึ้นมา เย็นก็ให้ทราบเรื่องความ

เย็นว่ามีสาเหตุเป็นมาอย่างไร ใจจึงต้องเย็น เวลานี้ใจไม่สบาย เพราะอะไรเป็นสาเหตุของใจจึงไม่สบาย อยู่ๆ โดยไม่มีสาเหตุแต่จะปรากฏตัวขึ้นมาเฉยๆ นั้นย่อมเป็นไปได้ ต้องมีสาเหตุ นอกจากตัวเองไม่พิจารณาเท่านั้น

ผู้ต้องการจะกำหนดให้ใจสงบ จะกำหนดอานาปานสติ หรือบทธรรมบทใดก็ตาม ให้มีสติกำกับอยู่กับธรรมบทนั้นจริงๆ เรื่องสมาธิที่เราได้ยินแต่ชื่อก็จะปรากฏขึ้นที่ใจของเรา เพราะเหตุที่จะให้เป็นสมาธิก็คือการกำหนด มีกำหนดลมหายใจเป็นต้น มีความสืบทอดด้วยสติ ลมจะละเอียดเข้าไปๆ แต่อย่าไปปรุงแต่งลมอยากให้เป็นอย่างนั้นอย่างนี้ มีหน้าที่ที่จะกำหนดให้รู้อยู่กับลมเท่านั้น ลมจะหมดไปจริงๆ ตามความรู้สึกก็ให้รู้ และไม่วิตกวิจารณ์กลัวว่าจะตายไปเสียบ้างอะไรบ้าง ไม่ต้องวิตก

บางทีลมมันเหมือนจะหมดจริงๆ เวลาเราพิจารณาเข้าถึงลมละเอียดแล้ว เลยจากละเอียดก็หายไปเลย หายทั้งๆ รู้ๆ อยู่แน่แล เหมือนไม่มีลมหายใจเลย โดยมากผู้ปฏิบัติพอไปถึงระยะนี้เข้าใจว่าตนไม่มีลมหายใจ เลยคิดวิตกวิจารณ์เลยก่อลมขึ้นมาอีกเสีย การวิตกวิจารณ์คือความกลัวตายนั้นละเป็นเหตุสำคัญ เลยเป็นการพินลมกลับมาอีก การพินลมกลับคืนมากับการรบกวนจิตไม่ให้สงบก็เกิดขึ้นในขณะเดียวกัน ลมก็เลยปรากฏตัวขึ้นมา ใจที่คอยจะละเอียดตามลมก็เลยกลายเป็นใจที่หยาบไปเลย เลยหาความสงบไม่ได้

ทางที่ถูก ลมจะหมดไปในความรู้สึกนั้นก็ให้หมดไป จะเหลือธรรมชาติอันหนึ่งที่อยู่เป็นเวลา นั้น ให้อยู่กับความรู้ ไม่ต้องถือสิ่งใดเป็นสำคัญยิ่งกว่าความรู้ เมื่อลมหมดไปแล้วสิ่งที่รู้ยังไม่หมด หมดก็หมดแต่ลมไปเท่านั้น ความรู้ที่ว่าลมหมดไปนั้นคือใจ ไม่ได้ลื่นไปด้วยลม ให้อยู่กับความรู้อันนั้น นี้อธิพิจารณาลมหายใจพิจารณาอย่างนี้ จะอยู่นานไม่นานนั้นแล้วแต่ความเหมาะสมของใจที่จะเคลื่อนที่หรือเคลื่อนไหวตัวออกมา แต่ไม่ให้วิตกวิจารณ์เรื่องความเป็นความตายในขณะที่ลมหมดไป

ผู้รู้ยังมีอยู่ไม่ตาย คนตายผู้รู้ต้องออกจากร่าง ขณะที่ลมหมดไปนั้นผู้รู้ยังอยู่ในร่างกาย เราไม่ต้องกลัวว่าจะเป็นจะตายอะไรต่อไป การพิจารณาภาวนาก็เพื่อที่จะให้รู้จักความเป็นความตายของตน ทำไมจึงต้องกลัวในเวลาลมหมดไปขณะที่ภาวนานั้น นี่ก็แสดงว่าเป็นความเห็นผิดของผู้ปฏิบัติ เพราะฉะนั้นผลที่จะคืบหน้าจึงไม่ค่อยปรากฏสำหรับผู้บำเพ็ญอานาปานสติ ทางที่ถูกไม่ต้องกลัว อะไรหมดไปให้รู้ในขณะที่หมดไป สิ่งที่ยังอยู่ก็คือผู้รู้ว่าสิ่งนั้นสิ่งนี้หมดไปนั้นแล ผู้นี้ไม่หมด พอสมควรแก่กาลแล้วก็ถอนขึ้นมา แล้วจำต้นเหตุที่ตนเคยพิจารณาเอาไว้ แต่อย่าไปคาดผลในวาระต่อไป ที่เราจะต้องทำอยู่เสมอ

ลมจะมีความละเอียดไปอย่างนั้น ละเอียดไปจริงๆ จนกายของเรานี้ไม่มีเลย ไม่ว่าแต่ลมไม่มี แม้แต่กายก็ไม่มี จิตที่เป็นไปขณะนั้นต้องเป็นจิตที่ละเอียด นี่ท่านเรียกว่าสมาธิอันหนึ่งเหมือนกัน ผู้ปฏิบัติไม่ควรจะมองข้ามไปเรื่องของสมาธิ ในเวลาที่ควรจะใช้ปัญญาที่ใช้ ใช้ได้

สองกาล คือกาลหนึ่งใจของเรามันผัดโผนโลดเต้นไม่ค่อยอยู่ในบังคับบัญชา ไม่ค่อยอยู่ในการบริการที่จะกำกับจิตใจให้สงบ ฟุ้งเพื่อเห่อเหิมเกินขอบเขต ตอนนั้นเราจะนำปัญญามากั้นทาง หวงห้ามหรือฟาดฟันจิตประเภทนั้นลงก็ได้ไม่ขัดข้อง หาอุบายต่าง ๆ มาพร่ำสอนจิตใจซึ่งกำลังคะนองนั้นให้ยอมจำนนต่อเหตุผล จิตจะเข้าสู่ความสงบได้เช่นเดียวกับอุบายของการบำเพ็ญเพื่อสมาธิ

จิตที่รวมสงบลงได้ด้วยอุบายปัญญานี้เป็นจิตที่กล้าหาญมาก ผิดปรกติกับจิตที่อบรมให้เป็นสมาธิโดยทางบริกรรมนี้ผิดกัน แต่เราจะถือว่าวิธีนี้เป็นวิธีที่ดีเยี่ยมโดยมองข้ามการบริกรรมหรือการกำหนดอานาปานสติเป็นต้นเสียนั้นไม่ได้ เราจะนำมาใช้ได้ช่วงเวลาที่เห็นวามสมควรเท่านั้น นั่นกาลหนึ่ง กาลที่สองก็คือจิตถอนออกมาจากความสงบ ควรแก่การพิจารณาแล้วพิจารณาทางด้านปัญญา นี้มีสองกาลด้วยกัน

ท่านที่เห็นภัยในตัวเองควรจะรีบเร่งความเพียร ภัยมีอยู่ตลอดเวลาอย่าเข้าใจว่าตัวไม่เป็นโรคเป็นภัยอะไรแล้วไม่มีภัย ภัยทางด้านจิตใจนี้ยิ่งเป็นภัยสำคัญ ที่จะให้เกิด แก่ เจ็บ ตาย อยู่ไม่ขาดวรรคขาดตอนนั้น ก็เนื่องจากเชื้อโรคอันสำคัญที่ฝังอยู่ในใจซึ่งไม่สามารถจะถอดถอนออกได้นั้นแล เป็นโรคติดต่อภพติดต่อชาติไปตลอดสายตั้งกับตั้งกลับไม่มีใครสามารถจะนับได้

จิตมีทางจะสงบมีทางจะฉลาดได้ ด้วยอุบายวิธีของผู้บำเพ็ญจากหลักธรรมะ ถึงจะคึกคะนองเท่าไรก็ไปไม่พ้นหลักธรรมะ หากเป็นผู้สนใจจะนำมาฝึกกรรมจริง ๆ แล้วบางครั้งก็เห็นประจักษ์ทั้ง ๆ ที่กำลังคึกคะนองอย่างเต็มที่นี้ หมอบราบลงไปเลยด้วยอำนาจของปัญญา หรืออุบายวิธีของตนที่มีกำลังมากกว่า เห็นได้อย่างชัด ๆ นอกจากนั้นแล้วไม่มีอุบายใดคือนอกจากหลักธรรมะแล้ว จะนำมาฝึกกรรมจิตใจให้มีความเฉลียวฉลาดและหายพยศไปได้

จิตถ้าไม่มีสมาธิเลยผู้ปฏิบัติรู้สึกจะหาที่ปลงวางจิตใจไม่ได้ เพราะก้าวเข้ามาสู่วงแห่งความสงบเย็นใจแล้ว สถานที่ก็เหมาะสม เพศก็อำนวย หน้าที่ก็ว่าเป็นนักปฏิบัติพร้อมอยู่แล้วที่จะตั้งหน้าต่อความเพียร เพียรให้เห็นเรื่องของตัวเองนี้แลเป็นความเพียรที่เลิศ เห็นเรื่องรู้เรื่องของตัวเองก็เป็นเหตุจะทำให้รู้เรื่องสิ่งทั้งหลายทั่ว ๆ ไปได้ รู้อะไรไม่ประเสริฐเท่ารู้เรื่องของตัวเอง จะทุกข์ยากลำบากก็ให้ถือว่าเป็นงานเพื่อตัวเองโดยเฉพาะ แล้วเอาไปเทียบเคียงกับเรื่องที่เราจะแบกความทุกข์ความลำบากตั้งกับตั้งกลับไม่มีวันสิ้นสุด กับแบกความทุกข์ในเวลาประกอบความเพียร อันไหนจะมีน้ำหนักมากกว่ากันในความเป็นทุกข์

การท่องเที่ยวในสังสารวัฏนี้แล เป็นเรื่องความทุกข์หนักและไม่มีจบสิ้นลงได้ ความทุกข์ที่เกิดขึ้นจากการประกอบความเพียรนี้มีทางที่จะจบสิ้นลงได้ในวันหนึ่งแน่นอน เช่น นั่งสมาธิภาวนา เอ้าเวลาเมื่อยก็เมื่อย เวลาเจ็บก็เจ็บ แต่ใจก็เป็นสุข ถ้าเมื่อยมากเจ็บมากก็พักเสียก่อนเปลี่ยนท่าใหม่ แต่ใจกับจิตที่จะสัมปยุตกันเ็นทางความเพียรนั้นไม่ยอมมลดละ สืบต่อกันอยู่โดย

ลำดับ เราจะเห็นเงื่อนของวัฏฏะที่หมุนอยู่กับหัวใจของเราได้เป็นระยะๆ ไป ไม่มีสิ่งใดมาเป็นภัยต่อจิตใจนอกจากเรื่องของใจที่ไม่รู้เรื่องของตัวเองเท่านั้น ไปเที่ยวขว้างสิ่งต่างๆ เข้ามาเป็นอารมณ์ของใจ แล้วกลายเป็นทุกข์ขึ้นมา

เมื่อพิจารณาหรือพูดตามธรรมส่วนละเอียดแล้ว ไม่มีสิ่งใดเป็นภัยในโลกนี้ยิ่งไปกว่าใจ เป็นภัยกับตัวเอง เพราะความไม่รู้เรื่องของตัว นี่เป็นสิ่งสำคัญมาก การนำธรรมะเข้าไปปฏิบัติก็เพื่อจะรู้เรื่องของตัวเองนั่นแล ถ้ารู้ได้อย่างชัดเจนแล้วไม่มีอันใดเป็นภัย ใจรอบตัวเอง ใจรู้ตัวเอง ใจไม่เป็นภัย อยู่ในอิริยาบถใดก็สบายไปหมด ไม่เลือกว่ากลางวันกลางคืนยืนเดินนั่งนอน เพราะธรรมชาตินั้นมีอันเดียว ไม่นิยมเป็นอย่างนั้นอย่างนี้เหมือนสิ่งสมมุติทั้งหลาย

การแสดงธรรมะก็เห็นว่าพอสมควร หากว่ามีข้อข้องใจในวาระต่อไปก็ค่อยพิจารณากัน ขอยุติเพียงเท่านี้

รับชมรับฟังพระธรรมเทศนาของหลวงตา ได้ที่

www.luangta.com หรือ www.luangta.or.th

และทางสถานีวิทยุเสียงธรรม *FM103.25MHz* พร้อมเครือข่ายทั่วประเทศ