

เทศน์อบรมฆราวาส ณ วัดป่าบ้านตาด

เมื่อวันที่ ๓๐ พฤศจิกายน พุทธศักราช ๒๕๕๙

ธรรมดาของจิตไม่ได้คิดได้ปรุงอยู่ไม่ได้

ก่อนจึงหัน

การอดอาหารเพื่อภาวนาให้รู้จักประมาณ การอดอาหารนี้ดีทางด้านจิตตภาวนา แต่เสียทางธาตุขันธ์ ถ้าอดเข้าไปมากจริงๆ แล้วเสียธาตุขันธ์ได้ ให้เราพิจารณาทั้งธาตุทั้งขันธ์ทางด้านจิตตภาวนาเกี่ยวกับเรื่องการอดอาหาร การอดอาหารนี้ดีทางด้านจิตตภาวนา เฉพาะอย่างยิ่งสติติดแนบๆ เลย อดไปหลายวันเท่าไรสติไม่มีผลอ แต่ครั้งแล้วมันก็มาเสียที่ธาตุขันธ์ เพราะฉะนั้นผู้อดอาหารควรจะพิจารณาให้ดี นี่เป็นคำเตือนซึ่งเราผ่านมามากแล้วเรื่องเหล่านี้ มีอดบ้างอิมบ้างแต่อย่าให้มันเสียทางธาตุขันธ์ซึ่งเป็นเครื่องมือใช้สำหรับจิตตภาวนา ธาตุขันธ์เสียได้นะ เวลาอดไปนานๆ ธาตุขันธ์เสีย

คือธรรมดาที่ไม่มีคนเตือนมันเป็นได้ ผิดพลาดไปได้ ต้องมีคนเตือนเสมอ คอยรั้งเอาไว้ๆ เพราะทางไม่เคยเดิน สิ่งไม่เคยทำ ไม่รู้จักความพอเหมาะพอดี การอดอาหารนี้ส่วนมากถูกกับจิตตภาวนา แต่ถ้าอดไปมากเข้าจริงๆ ก็มาเสียทางธาตุขันธ์ ท้องเสีย เสียทางท้อง ผู้อดอาหารให้พิจารณาด้วยดี ให้พร

หลังจึงหัน

ปวดเข้า คู่ได้ไม่นานจะเหยียดไม่ออก ปวด ครั้งเหยียดนานก็จะคู่ไม่ได้อีกแหละ ถ้าคู่เข้ามานานก็จะเหยียดไม่ออก เป็นเพราะเส้น เวลามันชำระมันบังคับเรา เต็มวันมีแต่ร่างกายส่วนต่างๆ บังคับเรา มันลดลงทุกอย่างๆ ด้วยความชำระๆ ไปเรื่อยๆ เวลาเราเร่งธรรมนี้บังคับมัน มันคนละแบบ พอเร่งความเพียรนี้ร่างกายนี้เป็นเครื่องมือเอาสมบุกสมบัน หนักมากนะเรา ถ้าพูดถึงเรื่องการประกอบความเพียรนี้ค่อนข้างหนักมาก จนกระทั่งพ่อแม่ครูจารย์ได้รั้งเอาไว้ๆ ไม่ว่าจะความเพียรออกแรงใดๆ มันผาดโผน ผาดโผนนี้เพราะความตั้งใจ ความมุ่งมั่นมันรุนแรง เลยกลายเป็นเรื่องผาดโผนไป ท่านได้รั้งเอาไว้ๆ ท่านจอมปราชญ์แต่เรามันจอมโง่

เราพิจารณาย้อนหลัง ท่านสอนที่ตรงไหนแหลม ฝึกลึกมาก ไม่มีคำว่าผิดส่วนมากมักจะมีเรื่องการรั้งเอาไว้ๆ เหตุที่จะได้รั้งเอาไว้เพราะความเพียรรุนแรง มีความปรารถนาอย่างแรงกล้า อันนี้เป็นตัวเหตุสำคัญ ความมุ่งมั่นต่อแดนพื้นทุกซมึกำลังกล้าแข็งมากทีเดียว เพราะฉะนั้นอะไรๆ ที่จะมาผ่านจึงผ่านไม่ได้ เอาขาดสะบั้นไปเลย นี่ละเวลาฝึกกรรมาน ร่างกายเป็นเครื่องมือก็หนักไปด้วย ถ้านั่งก็ท่านรั้งเอาไว้เสีย ออกทางด้านปัญญาท่านก็รั้งเอาไว้เสีย มันไม่รู้จักความพอดี ถ้าวาดติตสมาธิท่านก็เขี่ยลงบนเขียง เหมือนหมูขึ้นเขียง ติตสมาธิ มันเป็นหมดแล้วหายสงสัย...เรา

คือธรรมชาติของจิตนี้ถ้าไม่ได้คิดได้ปรุงอยู่ไม่ได้นะ มันกระวนกระวายมันตีตมัน ดันอยากคิดอยากปรุง เรื่องอะไรก็ตามขอให้คิด อวิชชาปัจจุยา อวิชชาตัวนี้ดันออก ให้อยากคิดเรื่องนั้นเรื่องนี้ อยากรู้อยากเห็นอยากๆ ดันออก ทีนี้เวลาฝึกจิตเพื่อความสงบด้วยจิตตภาวนา เอาพุทโธผูกมัดจิตใจเอาไว้ จนกระทั่งเป็นความสงบขึ้นมา สงบหนักเข้าๆ ก็เป็นสมาธิ คือความแน่นหนามั่นคงแห่งความสงบ แน่นหนามั่นคงมาก พอถึงขั้นนี้แล้วความคิดความปรุงไม่อยากคิดอยากปรุงเลยมันรำคาญ แต่ก่อนไม่ได้คิดอยู่ไม่ได้

เวลาถึงขั้นความสงบจริงๆ แล้วความคิดความปรุงเป็นสิ่งรบกวน ไม่อยากคิด นั่งอยู่ที่ไหนเหมือนหั่วตอ คือจิตมันแน่นของมัน ความคิดยิบๆ แยะๆ เหมือนมีสิ่งรบกวน มันไม่อยากจะคิด ที่กล่าวมาเหล่านี้เราเป็นหมดแล้ว เป็นมาแล้ว ผ่านมาแล้วจึงพูดได้เต็มปากทีเดียว เวลามันอยากคิดนี้เหลือประมาณ ทีนี้เวลามันเข้าสู่ความสงบสงบหนักเข้าๆ เป็นสมาธิ แน่นหนามั่นคงแห่งความสงบ ทีนี้ความคิดความปรุงเป็นการรบกวน ไม่อยากคิด นั่งอยู่ที่ไหนเหมือนหั่วตอ คือจิตมีอารมณ์อันเดียวแนว เอกัคคตา จิต เอกัคคตารมณ์ คืออารมณ์อันเดียวของจิตไม่มีอะไรเข้ามาเกี่ยวข้องกับรบกวนเลย ตอนนี้จะที่ว่าความคิดความปรุงมันไม่อยากจะคิดอยากปรุง มันรบกวน ถ้าอยู่แนวนี้อยู่เท่าไรก็ได้

เวลามันไม่อยากจะคิดอยากปรุง ไม่ได้คิดอยู่ไม่ได้ นั่น ต้องบังคับเอาไว้ไม่ให้คิด พอถึงขั้นไม่อยากจะคิดแล้ว ทีนี้ความคิดปรุงออกมาเป็นความรำคาญ ติดนะ ความสงบแนวนี้ท่านเรียกว่าติดสมาธิ คือไม่อยากจะคิดอยากปรุง เป็นอารมณ์อันเดียวแนว ติดแล้วนั้น แต่เจ้าของไม่รู้ว่ามีแต่ความเพลินอยู่กับความแนวนั้น ทีนี้เวลาออกทางด้านปัญญา ปัญญาเป็นความคิด แต่เป็นความคิดทางมรรค ไม่ใช่เป็นความคิดสมุทัย เป็นความคิดแก๊กิเลส การแก๊กิเลสแก้ด้วยปัญญาต่างหาก ไม่ได้แก้ด้วยสมาธิ

สมาธิเหมือนว่าตีตะล่อมเข้ามา ฆ่าได้ง่าย ทำลายได้ง่าย พุดง่าย ๆ ถ้ามันเต็มอยู่ทุกแห่งทุกหนก็ไม่ทราบจะไปฆ่ากิเลสตัวไหนๆ ต้องตีตะล่อมเข้ามาสู่ความสงบเหมือนเราไล่สัตว์เข้าคอกแล้วฆ่าได้ง่าย ทีนี้เมื่อจิตเข้าสู่ความสงบแล้ว เอาปัญญาออกคลี่คลาย นี่จะเริ่มฆ่ากิเลส เพราะฉะนั้นการฆ่ากิเลสอย่าพึ่งเข้าใจว่าฆ่าด้วยสมาธิความสงบใจ ความสงบใจคือสงบอารมณ์ไม่ให้กวนมากนัก เพื่อปัญญาจะได้ฟาดฟันหันแหลกกับกิเลสตัวฟุ้งซ่านได้ง่ายขึ้นๆ

จิตเป็นสมาธินี้จะเป็นหนักขนาดไหนมากขนาดไหน ก็เป็นสมาธิอยู่ตลอดไป ไม่ใช่ธรรมแก๊กิเลส เป็นแต่เพียงเป็นอุปกรณ์หนุนปัญญาให้แก๊กิเลส อย่างที่ท่านว่าสมาธิปริภาวิตา ปัญญา มหปุผลา โหติ มหานิสสา ปัญญาที่มีสมาธิหนุนหลังแล้ว

ยอมเดินได้คล่องตัว นั้น นี่ละภาคปฏิบัติแกอย่างนี้ ภาคปริยัติเราก็เรียนมา แต่มันหนักภาคปฏิบัติ ดึงออกมาจากนี้บ้างเลย อย่างที่แปลตะกัณนี้ถนัด ถ้าเป็นภาคปริยัติก็ว่าปัญหาที่มีสมาธิอบรมแล้ว ย่อมมีผลมากมีอานิสงส์มาก ท่านว่าอย่างนั้น ที่นี้ปัญหาที่สมาธิหนุนหลังแล้วย่อมเดินได้คล่องตัว

ปัญญาปริภาวิต จิตต์ สมุเทว อาสเวหิ วิมุจฺจติ จิตที่ปัญญาชักฟอกเรียบริ้อยแล้วย่อมหลุดพ้นจากกิเลสทั้งปวงโดยชอบ คำว่าโดยชอบคือหมายความว่าไม่ผิด ท่านว่า ปัญญาปริภาวิต จิตต์ สมุเทว อาสเวหิ วิมุจฺจติ นี้พระพุทธเจ้าประทานให้ทั้งนั้น สด ๆ ร้อน ๆ สำหรับผู้จะแก้กิเลสเพื่อถึงแดนแห่งนิพพาน เอ้า เดินตามนี้จะไม่ผิดเลย

เดี๋ยวนี้เรื่องมรรคผลนิพพานใครพูดได้ที่ไหน พูดแล้วหัวเราะเยาะเย้ยกันทั่วแผ่นดินแห่งชาวพุทธเรา เราอยากพูดให้เต็มปากนะ ชาวพุทธเราเต็มบ้านเต็มเมืองพอพูดเรื่องมรรคผลนิพพานชาวพุทธเราฟังไม่ได้แล้วนะ เหมือนว่าเรื่องมรรคผลนิพพานที่พระพุทธเจ้าซึ่งเป็นศาสดาสอนโลกไว้โดยชอบธรรมนั้น เป็นสิ่งที่ครีที่ล้ำสมัยเอาเหลือประมาณของกิเลสตัวล้ายุคล้าสมัยเวลานี้ ที่นี้เมื่อเข้าถึงตัวจริงเสียจริงๆ แล้วมันเปิดออกหมดจะให้ว่าไง อะไรที่ปิดบัง ก็มีแต่กิเลสเท่านั้นปิดบังหัวใจให้มีมืดปิดตา สำคัญตนว่าทันสมัย ล้ายุคล้าสมัย ก็คือกิเลสมันเสกตัวเองต่างหาก ธรรมท่านไม่ได้เสก

พอแก้กิเลสลงไปๆ จะว่าธรรมนี้ล้ายุคล้าสมัยท่านไม่เคยสนใจ กิเลสขาดสะบั้นลงไปจำขึ้นมาเท่านั้นท่านเป็นที่พอใจแล้ว เพราะกิเลสมันชอบย่อ บ้ายคือกิเลส ไม่มีใครเกินกิเลส คือกิเลสบ้ายอ ไปตำหนิติเตียนไม่ได้นะกิเลส ถ้าเป็นหมากก็เห่อๆ ขึ้นเลยคือไปตำหนิมันไม่ได้ กิเลสมันเห่อๆ ชูคำรามเจ้าของ เราจะยกตัวอย่าง อยู่ในกรุงเทพเรานี่ละ เขานิมนต์เราไปฉันในบ้านเขา...มีหมาตัวหนึ่งน่ารักนะ อ้วนๆ เตี้ยๆ หูตูป มันป่วนเปี้ยนๆ อยู่กับคน คนอยู่ที่ไหนมันอยู่ที่นั่นหมาตัวนี้ มันสนิทสนม รู้ภาษาคนด้วยนะหมาตัวนี้ เราก็ไปฉันที่นั่น

ที่นี้เจ้าของเขาเขารู้นิสัยมันว่าบ้ายอ อย่าว่าเป็นบ้ายอแต่คน หมากก็บ้ายอเหมือนกัน ที่นี้เขาก็พูดลักษณะชมเชยหมาตัวนี้ละ เราก็นั่งฟัง เขาก็นอน เวลานอนนั้นเหมือนไม่มีหูมีตามีใจนะ คือเขาได้รับลูกยกเข้าไปเขาเคลิ้มหลับ เข้าใจไหม หมาตัวนี้พูดอะไรรู้เรื่องหมดเขาว่าอย่างนี้ เขาก็หูฟัง รู้ภาษาคนว่างั้น เช่นอย่างเราใช้ให้เขาไปไหนเขาไปเลย มันก็มีสระน้ำเล็กๆ ความยาวสัก ๓ เมตร ความกว้างจะอยู่ใน ๒ เมตรครึ่ง น้ำอยู่นั้นมีปลาอยู่ในนั้น อยู่หน้าบ้านเขานะ

ใช้อะไรๆ ได้หมดหมาตัวนี้ว่า เช่นอย่างเราจะใช้เขาลงน้ำหาปลาที่เขาไปทันทีพอว่างั้นลูกปั๊บปั๊บขึ้นเลยจะวิ่งลงไปสระน้ำ ฟังซินะ เขารู้ภาษาแล้วนะนั่น เขาถูกปั๊บปั๊บ

ไปลง พอลง โอ๊ย พุดเฉยๆ ไม่ให้ไปละ กลับคืนมาเสีย เขากลับคืนมานอนเฉย คือว่า ให้เขาลงสระน้ำหาปลาได้ ปูบปูบไปเลยจะลงสระน้ำ มันน่ารักอยู่นะ ที่นี้มันก็มาบท ขำๆ ละ เขายกยอไปเต็มๆที่เต็มฐานแล้วที่นี้เขาก็พุดเสียงธรรมดาเรานี้ละ พอบทสุดท้าย เขาก็เปลี่ยนคำพุดเป็นตำหนิติเตียน สุดท้ายเขาเปลี่ยนจากยกยอสรรเสริญมาเป็น พุดเสียงเบาๆ นะ เปลี่ยนเป็นไอ้บ้า ว่าเบาๆ นะ พอว่าไอ้บ้า เหม่อๆ ขึ้นเลยไม่ใช่เล่นนะ

เขานอนอยู่นั้น พอพุดสรรเสริญเขานอนเฉยเหมือนไม่รู้ไม่ชี้ บทสุดท้ายเจ้าของ เขาบทย่าว่า ไอ้บ้า ว่าเบาๆ นะ เขาได้ยิน เหม่อๆ ขึ้นเลย มันน่ารักนะหมาตัวนี้ ก็เราไป เห็นต่อหน้าต่อตา พุดเรื่องอะไรไปหาหมา ส้มแล้วนะ อ้อ กิเลสมันบ้ายอ ถูกทุกหัวใจ ไม่มีผิดพลาด ว่ากิเลสบ้ายอถูกหมด ที่ผิดก็คือทำนุผู้บริสุทธิ์พระพุทธเจ้าพระอรหันต์ อันนี้เข้าไม่ติดเลย เพราะความยกยอสรรเสริญเหล่านั้นมีคุณค่าเท่ากับบุตรกับคุณ เป็น อย่างนั้นนะ อันนั้นเหนือกว่าขนาดไหน เพราะฉะนั้นจึงเข้าไม่ติด เข้าไปบีบตกผล็อยๆ เลย เป็นเองเป็นหลักธรรมชาติ

ให้พากันตั้งอกตั้งใจภาวนาให้ตื่นะพวกข้างใน เราเคยเตือนเสมอ สติเป็นสำคัญ มากในการภาวนา กิเลสจะหนาแน่นขนาดไหนก็ตามถ้าสติครอบงำแล้วกิเลสออกแสดง ตัวไม่ได้ กิเลสจะออกทางสังขาร ความคิดความปรุงดินออกมาให้คิดให้ปรุง เป็น ทางออกของกิเลส แล้วก็ไปเป็นไฟกลับไปเผาไหม้ตัวเอง ออกจากอวิชชา อวิชชาตันให้เกิดสังขารขึ้นมา สังขารสมุทัย แล้วก็กลับมาเผาเรา เมื่อสติมีอยู่แล้วไม่ เกิด เกิดไม่ได้สติครอบเอาไว้ๆ เมื่อครอบงำเข้าๆ จิตค่อยสงบๆ ที่มันดันออกมา อยากคิดอยากปรุงไม่คิดไม่อยาก สติจึงเป็นของสำคัญมาก ให้พากันใช้สติให้ดี

มาวัดมามาเพื่อศีลเพื่อธรรม ไม่ได้มาเพื่อโลกเพื่อสงสาร เพื่อดิฉินนินทา ยก โทษคนนั้นยกโทษคนนี้ โทษเจ้าของเต็มหัวใจไม่ดูไม่คิดมันก็ไม่เห็นที่แก้ ไปยกโทษคน อื่นไม่ใช่ทางแก้กิเลส ทางส่งเสริมกิเลสให้เกิดความกระทบกระทั่งอื่น ไม่ใช่ทางอย่าพากันไปคิด ร้ายข้างเขาดีข้างเขาเขารับผลของเขาเอง ดีเขาก็รับผลดีไป ชั่วเขาก็รับผลชั่ว ไป เราอย่าไปคิดให้เสียเวลา ให้ดูความติดดินของจิตที่มันชอบจะคิดเรื่องเหล่านี้อยู่ ตลอดเวลา ตีมันไว้ไม่ให้มันคิด ให้คิดแต่เรื่องอรรถเรื่องธรรมเข้าสู่ใจ แล้วใจจะมีความ สงบร่มเย็น จำเอานะคำนี้

สติเป็นของสำคัญมาก ถ้าลงสติได้ครอบแล้วกิเลสเกิดไม่ได้ มันจะหนาแน่น ขนาดไหนมันก็ดันอยู่นั้นขึ้นมาไม่ได้ สติครอบเอาไว้เลย ต่อไปมันก็ค่อยสงบลง ความ ดันรุนแรงก็เบาลงๆ ต่อไปมีแต่ความสงบครอบไปหมดเลย หนักเข้าๆ ถึงขั้นสมาธิเต็ม ภูมิแล้วคิดไม่อยากจะคิดไม่อยากจะปรุง รำคาญ อยู่แนวเป็นอารมณ์อันเดียว เอกัคคตาจิต เอกัคคตารมณ์ อยู่อันเดียวอยู่ที่ไหนได้หมดเลย ไม่มีสิ่งรบกวนคือความคิดปรุงของ

เจ้าของนั้นแหละกวนเจ้าของเอง อันนี้ไม่กวนแล้วก็สบาย ติดสมาธิได้ ที่นี้ออกทางด้านปัญหา ความคิดทางด้านปัญหาเป็นฝ่ายมรรคแก้กิเลส ความคิดธรรมดาของมันเป็นฝ่ายสมุทัยส่งเสริมไฟเผาไหม้ตัวเอง ถ้าความคิดทางด้านปัญหาเป็นน้ำดับไฟ จำให้

ดี

ไม่มีอะไรจะพิสดารยิ่งกว่าจิต จิตนี้ถ้าได้เบิกกว้างออกแล้วมันกว้างจริงๆ เวลา มันมีดมืดปิดตาถูกกักถูกขังไว้เหมือนนักโทษในเรือนจำ ยศถาบรรดาศักดิ์สูงต่ำขนาด ไหนเข้าไปเป็นนักโทษแล้วเป็นนักโทษด้วยกันหมดไม่มีคุณค่าอะไร ถ้าลงกิเลสได้ครอบ หัวใจแล้วก็ เป็นนักโทษด้วยกันไม่มีคุณค่าอะไร เพราะฉะนั้นถึงเบิกออกด้วยความ พากเพียร อย่างน้อยให้จิตสงบได้ สงบแล้วออกทางด้านปัญหาพิจารณา อนิจจัง ทุกข์ อนัตตา อสุภะอสุภัง ป่าช้าผีดิบในร่างกายของเรา แยกส่วนแบ่งส่วนออกเป็นหนัง เนื้อ เอ็น กระดูก ตับ ไต ไส้ พุง อาหารใหม่ อาหารเก่า ดุคสี่คลายออกไป นี่เรียกว่า พิจารณาทางด้านปัญหา ที่นี้มันจะเบิกกว้างออกละปัญหา เบิกกว้างออกๆ ความ เฉลียวฉลาดจะไปด้วยปัญญาพานั้นแหละ พากันจำ เอาละวันนี้พูดเพียงเท่านี้

รับฟังรับชมพระธรรมเทศนาของหลวงตา ได้ที่

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

และรับฟังจากสถานีวิทยุสวนแสงธรรม กรุงเทพฯ และสถานีวิทยุอุดร

FM 103.25 MHz