

โถง...

๖๖ ล้อไถ?



ธรรมเทศนา หลวงพ่อทูล ขันหมื่นโต

ณ สภามะม่วง จ.ขอนแก่น



Phra Prayadachinnachon

โกธ... แล้วไง?

ธรรมเทศนา โดย พระอาจารย์ทูล ขิปปปัญญา
ณ สวนมะม่วง จ.ขอนแก่น 5 พ.ย.42

5 พ.ค.42 เข้า เปิดการอบรม

หลายคนพูดกันว่า ทำไมหลวงพ่อเน้นหนักปัญญามากกว่าสมาธิ ที่แห่งอื่นเขาปฏิบัติกัน สอนกัน เน้นหนักที่สมาธิ เหมือนกับว่าสิ่งที่หลวงพ่อกับผู้อื่นสอนแตกต่างกันโดยสิ้นเชิง เหมือนหน้ามือกับหลังมือ ที่อื่นเน้นหนักสมาธิ แต่หลวงพ่อเน้นหนักปัญญา ที่นี้การเน้นหนักทั้งสองอย่าง อย่างไหนจะมีคุณค่ามากกว่ากัน มีเหตุผลที่ฟังได้ เราต้องสังเกตดู วันนี้หลวงพ่อจะอธิบายคำว่า ปัญญาให้ฟัง เดียวนี้ทุกคนเข้าใจว่า ปัญญาเกิดจากสมาธิ มีหนังสือออกมามากมายว่าปัญญาเกิดจากสมาธิ แต่หลวงพ่อปฏิเสธว่า ปัญญาไม่ได้เกิดจากสมาธิ

หากใครบอกว่า ปัญญาเกิดจากสมาธิ หลวงพ่อขอถามว่า เกิดอย่างไร มีใครที่ปัญญาเกิดจากสมาธิ เป็นบุคคลตัวจริงบ้าง ใครเป็นคนเกิด ใครเป็นตัวอย่าง พยานหลักฐาน ขอตัวคนนั้นมาพูดที่ ว่าใครพูดผิดพูดถูก หากมีใครมาถามหลวงพ่อว่า ปัญญาไม่ได้เกิดจากสมาธิ แล้วเกิดจากอะไร

ปัญญาไม่ได้เกิดจากสมาธิ เพราะปัญญาของคนมีอยู่แล้ว เป็นสัญชาติญาณของคน ทุกคนมีปัญญาประจำตัว ธรรมชาติเป็นอย่างนี้ ไม่ได้ขอจากใคร ไม่ได้เกิดจากใคร เหมือนกับผลไม้พันธุ์ไหนฝาด ก็ฝาดมาตั้งแต่เริ่มต้นนั้นแหละ ฝาดมาก่อน เนื้อหวานที่หลังได้ ปัญญาของคนก็เหมือนกัน มีมาแต่เริ่มต้น แต่ปัญญาละเอียดสูงสุดจะตามมาทีหลัง ขึ้นอยู่กับการฝึกฝนอบรม

ที่หลวงพ่อบรมสั่งสอนเต็มไปด้วยเหตุผล ใครจะคัดค้านให้มาคัดค้านกันซึ่งๆ หน้า อย่าพูดลับหลัง ตรงไหนที่พูดผิด ผิดตรงไหน จะผิดก็ผิดไปจากตำรานั้นแหละ ตำราทั้งหมดที่มีอยู่ เราก็อ่านแล้ว แต่มันเป็นไปไม่ได้ที่ปัญญาจะเกิดจากสมาธิ หลวงพ่ออาศัยเหตุผลจากสมัยครั้งพุทธกาล เดียวนี้เราปฏิบัติตามใคร ทุกคนบอกว่าปฏิบัติตามพระพุทธเจ้า แต่ทำไมพูดว่า ปัญญาเกิดจากสมาธิ คำนี้พระพุทธเจ้าสอนใครที่ไหน หาหลักฐานมาสิ ในสมัยครั้งพุทธกาลใครเป็นหลักฐาน ยืนยัน ไม่มี ในตำราสมัยครั้งพุทธกาล ผู้เป็นพระอรหันต์ตั้งแต่โสดาบันขึ้นไป ไม่มีใครที่ปัญญาเกิดจากสมาธิเลย

ตัวอย่างพระพุทธเจ้าที่สอนพุทธบริษัททั้งหลาย พระองค์ไม่ได้สอนสมาธิก่อนปัญญา พระองค์สอนปัญญาก่อนสมาธิทั้งนั้น แม้คำ

สอนของพระพุทธเจ้าก็วางรากฐานอยู่ คือ ปัญญามาก่อนสมาธิ ปัญญามาก่อนศีล คือ มรรค 8 ปัญญามาก่อน การสอนปัญญา สอนอย่างไร คือ สอนให้คนรู้จักใช้ความคิดของตนเอง ใช้ปัญญาของตนเอง ทั้งที่ปัญญาของคนมีอยู่แล้ว แต่ไม่ได้อบรมสั่งสอน เป็นปัญญาดิบๆ ขึ้นพื้นฐาน เรียกว่า ปัญญาชั้นโลกียะ เรานำมาฝึกอบรมให้ปัญญาตัวนี้เด่นขึ้น ฉลาดขึ้น เราคิดไปในทางโลกทางสงสารมากมาย ปัญญาตัวนี้คิดดีก็ได้ คิดไม่ดีก็ได้ คิดถูกก็ได้ คิดผิดก็ได้ แต่ปัญญานี้จะนำมาคิดให้ถูกอย่างเดียว ไม่ให้ผิดทำอย่างไร ปัญญาตัวนี้มีความเห็นเป็นฐาน ถ้าความเห็นของคนเห็นอย่างไร แนวความคิดก็จะเป็นไปอย่างนั้น ถ้ามีความเห็นผิด แนวความคิดก็ผิด ปัญญาที่ผิด ถ้ามีความเห็นถูก แนวความคิดก็ถูก ปัญญาที่ถูกต้อง การฝึกปัญญาแนวความคิดนี้เอา มาแก้ความเห็น

ธรรมดาความเห็นของเราเป็นไปนานาประการ เข้าใจผิดตามความเห็นของตนเอง หลักปัญญาคือแก้ไขความเห็น เอาความคิดมาแก้ความเห็น เอาเหตุผลมาเป็นตัวตัดสินว่าผิดหรือถูก นำเหตุไปหาผล เหตุอย่างนี้ถ้าทำตามอย่างนี้ ผลจะเป็นอย่างไร ถ้ามีความเห็นอย่างนี้ พูดออกไปอย่างนี้ ผลจะเป็นอย่างไร นี่คือการตามเหตุไปหาผล ถ้าผลออกมาอย่างนี้ เป็นสิ่งที่ไม่ดี แสดงว่าเป็นความเห็นไม่ดี ความเห็นผิด ต้องแก้ความเห็นใหม่ เปลี่ยนความเห็น เอาปัญญาคือความคิดของเรามาแก้ไขความเห็นของตนเอง นี่เป็นหลัก

ปัญญาคำเดียวนี้มีอยู่ 3 ประเภท

1. สุตมยปัญญา
2. จินตามยปัญญา
3. ภาวนามยปัญญา

ปัญญาทั้งสามหลักนี้ต้องศึกษาให้เข้าใจ ทั้งหยาบ กลาง ละเอียด

สุตมยปัญญา คือ ปัญญาภาคการศึกษา ศึกษาเรื่องอะไรบ้าง
หนึ่ง ศึกษาทางโลก สอง ศึกษาทางธรรม การศึกษาทางโลก ศึกษา
ตามบรรพบุรุษ ครูอาจารย์ ตำราต่างๆ เพื่อจะนำหลักการมาปฏิบัติไป
ตามโลก เพื่อให้เกิดความสุจริต ทำอย่างไร หาอยู่หากินทางสุจริตกุศล
กรรม ทำไปแล้วเกิดประโยชน์

ปัญญาศึกษาในทางธรรมคืออะไร คือ ศึกษาในภาคปริยัติ
ปริยัติทางโลก ปริยัติทางธรรม บางคนศึกษาแต่ปริยัติทางธรรมอย่าง
เดียว ไม่ศึกษาปริยัติทางโลก เวลาปฏิบัติต่อกันจึงไม่รู้เรื่อง เวลาพูดต่อ
กันจึงไม่รู้เรื่อง เกิดขัดใจกัน ขัดแย้งกัน ดุด่ากันนานาประการ เรียกว่า
ขาดการศึกษาปริยัติทางโลก

การศึกษาปริยัติทางโลก มีสองรูปแบบ หนึ่ง ศึกษาตามตำรา
เรียกว่า ภาคทฤษฎี สอง การศึกษาภาคปฏิบัติทางโลก เขาทำอย่างไร
เขาศึกษานิสัยซึ่งกันและกัน เพราะคนแต่ละคนเป็นตัวปริยัติอยู่ในตัว
เราเป็นปริยัติให้เขา เขาเป็นปริยัติให้เรา เป็นปริยัติให้แก่กันและกัน
ศึกษานิสัยใจคอแต่ละคน มีความประพฤติอย่างไร กิริยาทางกายวาจา
เป็นอย่างไร ศึกษาความเป็นอยู่ของแต่ละคน เราจะไปอยู่กับคนกลุ่มนี้
ก็ต้องศึกษาว่าคนกลุ่มนี้เขาต้องการอะไร มีนิสัยอย่างไร เราจะปรับตัว
เข้าหาได้อย่างไร เพื่อให้อยู่ด้วยความสุขความสบาย การศึกษาอย่าง
นี้ เราต้องยอมเป็นคนโง่ไว้ก่อน ถ้าทำตัวเป็นคนฉลาดมากเกินไปจะ
ลำบาก จะหาความจริงไม่ได้ ถ้าทำตัวใหญ่เกินไป จะศึกษากับหมู่มไม่ได้
ไปรอดฉลาดทางการทำการพูดแล้ว ไม่มีทางที่จะได้ความรู้จากคนอื่น

เขา ต้องยอมโง่เข้าไป นี่คือ ปริศณัญญู ศึกษาเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน

นี่คือการศึกษาดตนเองส่วนหนึ่ง คนอื่นอีกส่วนหนึ่ง ศึกษาทั้งสองฝ่าย เราศึกษาดตนเองได้หรือยังว่า เรานิสัยอย่างไร พูดอย่างไร ทำอย่างไร ศึกษาเพื่อน ศึกษาตนเอง เพื่อให้ปรับยืดหยุ่นเข้าหากันได้ ศึกษารวมเพื่อให้เกิดความรักสามัคคีกัน ถ้าไม่ศึกษาทั้งสองฝ่ายจะเกิดปัญหาได้ ศึกษาตนเองพบว่า เรามีนิสัยฟุ้งเฟื่องคนอื่นเป็นอย่างนั้น อย่างนี้ เคยมีหลายคนนักปฏิบัติ ไปที่ไหนก็ฟุ้งเฟื่องที่นั่น คนนั้นเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ แล้วนำมาติฉินนินทากันภายนอก นี่คือการศึกษาดภายนอกอย่างเดียว แล้วไม่ศึกษาดตนเอง ถ้าคนนั้นศึกษาดตนเองได้ จะรู้ตนเองว่า ทำไมเรามีนิสัยฟุ้งเฟื่องคนอื่น การศึกษาดตนเองว่าเรามีนิสัยด่าคนนั้น ว่าคนนี้ ติฉินนินทาคนนี้ ทำไมไม่ว่าเราคนเดียวว่าเรามีนิสัยอย่างนี้ เราต้องแก้ไขนิสัยนี้ ให้เกิดความเห็นชอบเรามีนิสัยอย่างนี้ ต้องแก้ไขตนเอง

ส่วนมากนักปฏิบัติจะมองข้ามจุดนี้ มองคนอื่นว่านิสัยไม่ดีอย่างนี้ แต่ตนเองมีนิสัยไม่ดีฟุ้งเฟื่องคนอื่นทำไมไม่พูด ไม่คิดไม่คำนึง นี่ไม่ใช่ นักปฏิบัติเลย การอยู่ร่วมกันเป็นกลุ่มต้องให้เกิดความรักกัน มีความเห็นตรงกัน ถ้ามีความเห็นไม่ตรงกัน ปีนเกลียวกัน จะลำบากที่จะให้เกิดความรักความสามัคคี นี่คือการศึกษารวมด้วยปัญญาทางโลกที่เรามีนี้แหละ คนเราทุกคนต้องการอยากดี อยากให้ผู้อื่นรักเรา สงสารเรา การทำตัวให้ผู้อื่นรักเรา ต้องปฏิบัติอย่างไร พูดอย่างไร การพูดของเรานั้นได้เลือกคัดจัดสรรคำพูดหรือยัง หรือพูดตามใจชอบ หรือทำตามที่ยากจะทำ

ส่วนมากนักปฏิบัติจะพูดไม่คิดหน้าคิดหลัง ไม่คำนึงถึงเหตุถึงผลที่จะตามมา นี่ไม่ใช่ นักปฏิบัติ นี่คือคนพาล พูดแต่ละคำ แต่ละประโยคต้องเลือกคัดจัดสรรคำพูด ให้คนรักเรา ให้มีความสามัคคีต่อกัน

นี่คือปฏิบัติต่อคำพูดของตนเอง ยังปฏิบัติไม่ได้ ไฉนจะไปปฏิบัติทางใจได้ ส่วนมากเรามองข้ามไปมหาศาล ไปนั่งภาวนาที่นั่นที่นี้ ไม่ได้พูดกัน ต่างคนต่างนั่ง ต่างคนต่างหายใจนึกคำบริกรรมก็ดี อยู่ แต่เมื่อออกจากที่ภาวนากลับมาพูดกันสะเปะสะปะ ตีจินนินทาคนนั้นกล่าวร้ายคนนี้ เหมือนกับไปปฏิบัติแต่ละแห่ง ไปหาความไม่ดีมาพูดกับคนอื่นเขา มาทำให้เกิดความแตกร้างไม่สามัคคี มาอ้างตนเองว่าปฏิบัติมาหลายปี มองข้ามการกระทำ คำพูด ของตนเอง ปฏิบัติเอาแต่ใจอย่างเดียว คือใจอย่างเดียวมันทำอะไรไม่ได้ ต้องรักษาทางกาย วาจาไว้ก่อน เรียกว่า การปฏิบัติธรรมต้องเริ่มจากกายวาจา เพราะกายวาจาเป็นสื่อสังคมทั่วโลก เขามองคนปฏิบัติธรรมเขาไม่มองถึงใจหรอก เขามองแค่กายวาจาก็รู้ว่า คนนั้นปฏิบัติธรรมถึงไหน มีธรรมหรือไม่มี เขาดูตรงนี้ หากมีความเรียบร้อย เขาก็ตัดสินได้ว่าคนนั้นมีธรรมประจำใจแล้ว

หากพูดว่า ตนเองได้ปฏิบัติธรรมมาเท่านี้ปี หรืออุ้งพระมือวนั้นหมวดนี้ก็ดี แต่กายวาจาไม่มีทางปฏิบัติได้เลย แต่ไปออกตัวว่าตนเองปฏิบัติได้ นี่คือการโกหกตนเองด้วย โกหกผู้อื่นด้วย การปฏิบัติธรรมด้วยกายง่าย ๆ นี่ทำได้ใหม่ การปฏิบัติด้วยวาจาง่าย ๆ นี่ทำได้ใหม่ นี่คือจุดสำคัญที่เราต้องคิดพิจารณา นี่คือการศึกษาธรรมจากตนเอง

และคนอื่นฝ่ายโลกียะ นี่เอาคร่าวๆ ไว้ก่อน

ส่วนการปฏิบัติที่เป็นหมวดธรรมจริงๆ หมายถึงอะไร หมายถึงหมวดธรรมที่นำไปสู่ความสุขความเจริญ เข้าสู่สมรรค ผล นิพพาน ผู้ที่จะปฏิบัติธรรมเข้ากระแสสมรรค ผล นิพพาน ต้องปฏิบัติในใจ เอาใจเป็นหลักยื่นหยัดเต็มที ส่วนกายวาจาเป็นส่วนหนึ่งกับสังคัม การปฏิบัติธรรมระดับสูงเอาใจเป็นตัวตั้ง ส่วนใจตัวนี้พยายามตัดกำลังของใจได้ไหม ใจเราอยู่ที่ไหน อยู่ที่ความรู้สึกของใจ ใจที่เป็นไปอยู่ทุกวันนี้กิเลสตัณหาหนุนใจให้เป็นไป กำลังของใจออกมาทางกายวาจา ฉะนั้นต้องตัดกำลังของใจคือปฏิบัติทางกายวาจา กายวาจาเป็นสื่อของกิเลสตัณหาที่แสดงออกมา ถึงใจจะมีอยู่ที่ตาม แต่กำลังกายวาจาต้องตัดไว้ ควบคุมไว้

เหมือนสุนัขที่กัดคนเก่ง เรารู้ว่าหากปล่อยออกจากบ้านไปเมื่อไร หลุดออกไปเมื่อไร ก็จะไปกัดคนนั้น เहांคนนี้ จึงต้องพยายามปิดประตูเสีย อย่าให้ออกจากบ้านไป ผูกโซ่ไว้ อย่าให้หมาไปกัดใคร เราจะได้ไม่เสียเงินเสียทองเดือดร้อน นี่ฉันใด ถึงใจเราอยากจะทำอะไรอยากจะทำผิด ซึ่งจะทำให้คนอื่นเกิดความเสียหาย เราก็จะอดทนไว้ ไม่พูด ให้มันเนาคนเดียว อย่าเอาคำพูดไปทิ่มแทงคนนั้น ต้าคนนี้ นี่ไม่ใช่ นักปฏิบัติธรรม หรือ ทางกายก็เช่นกัน จะไม่ไปตีคนนั้นหรือเหลืออกตาสู่คนนี้ สิ่งที่ไม่ดีเราจะไม่ให้ออกมาทางกายวาจา ปิดช่องกิเลสให้อยู่ แล้วเราต้องมาสอนใจตนเองอันดับหนึ่ง นักปฏิบัติต้องดีขึ้นให้ได้ ควบคุมทั้งกาย วาจา ใจ นี่คือปัญญาศึกษา

ส่วนมากเราจะไปศึกษาเอาแต่พระนิพพานอย่างเดียว มันไม่ใช่

อย่างนั้น ต้องค่อยเป็นค่อยไป เริ่มจากพื้นฐานปฏิบัติง่ายๆ นี้ก่อน ให้
 ศึกษาดูเอง เราเป็นตัวปัญหาใหญ่ เราสร้างปัญหาให้แก่ตัวเอง ใจ
 เป็นตัวสร้างขึ้นมา ต้องบังคับให้อยู่ ปัญญาเป็นตัวบังคับได้ เป็น
 แนวความคิดของตนเองทั้งหมด หมายถึง ปัญญาชั้นโลกียะ
 แนวความคิดนี้ ทำไมเวลาสร้างปัญหาให้แก่ตนเอง ทำไมขยันสร้าง
 นักหนา สิ่งที่ไม่เป็นธรรมกลับไปขยันสร้างความคิดให้เกิดปัญหาขึ้นกับ
 ตนเองได้ เมื่อแนวความคิดสร้างปัญหาให้กับตนเองได้ ก็สร้าง
 ปัญหาให้กับคนอื่นเช่นเดียวกัน

ฉะนั้น แนวความคิดจึงเป็นปัญหาใหญ่ สร้างปัญหาให้กับ
 ตนเองและผู้อื่น แนวความคิดที่จะแก้ปัญหาก็กับตนเองทำไมไม่ยอม
 แก้ ไม่สร้างขึ้นมา ขยันสร้างปัญหาแต่ไม่ขยันแก้ นักปฏิบัติส่วนมาก
 มองข้ามพื้นฐานไป จะไปเอามรรคผลนิพพาน มันทำไม่ได้ หรือทำได้ก็
 ไม่ใช่ขั้นสูงสุด แล้วยิ่งล้มลง ทชุดตัว ฐานไม่ดี

อะไรก็ตาม หากพื้นฐานไม่ดี ก็ทชุดตัวลงได้ง่าย ฐานของบ้าน
 ไม่ดีก็จะทชุดตัวลง ถึงก่อสร้างใหม่ก็ทชุดอีก เพราะฐานไม่แน่น นี่ฉันใด
 ทางกายวาจาถึงจะทำให้ดีอย่างไร แต่ใจไม่หนักแน่นพอก็จะทำอะไร
 ไม่ได้ หนักแน่นหมายถึงอะไร สมานั่นเอง คำว่าสมาธิตัวเดียว คนไม่
 เข้าใจ เดียวนี้เข้าใจแต่ความสงบ คำว่าสงบก็ไม่วู้ พยายามทำกันไป
 ถึงพยายามทำก็ทำไม่ได้ เพราะขั้นตอนของสมาธิเราไม่เข้าใจ ทำไม่ถูก
 หลักเกณฑ์ ทำไมกระโดดโลดเต้นไปหาสมาธิความสงบ ไม่ใช่ทำได้
 ง่ายๆ นะ ต้องเริ่มจากฐานของสมาธิความสงบก่อน คือ สมาธิตั้งใจมั่น
 ถ้าเราทำสมาธิความตั้งใจมั่นไม่ได้ อย่าไปหวังสมาธิความสงบเลย ทำ

ไม่ได้ ต้องฝึกทำสมาธิความตั้งใจมั่นให้เป็น

คำว่าตั้งใจมั่น เป็นฐานของปัญญา และเป็นฐานของความสงบ ด้วย การตั้งใจมั่นทำได้สองอย่าง หนึ่ง การนึกคำบริกรรมก็ได้ สอง การใช้ปัญญาพิจารณาจดจ่อก็ทำได้ นี่คือสมาธิตั้งใจมั่นมีเหตุอยู่สองประการ

หนึ่ง เกิดจากการนึกคำบริกรรม ให้เกิดความตั้งใจมั่น แต่ยังไม่ถึงความสงบ รู้ตัวอยู่ ระลึกได้อยู่ ตั้งใจมั่นนึกคำบริกรรม

สอง ตั้งใจมั่นในการใช้ปัญญา ตั้งใจมั่นในการคิด ความตั้งใจ หมายถึงสมาธิ ความคิดหมายถึงปัญญา คำว่า ตั้งใจมั่นในการคิด คือสมาธิกับปัญญาอยู่จุดเดียวกัน ทำงานร่วมกัน แต่เราฝึกหรือยัง ยังไม่เคยฝึก เราไปแยกกันขาดตอน ปัญญาจะเกิดจากสมาธิความสงบ คำว่าสมาธิความสงบเราไม่เข้าใจ คิดว่าสมาธิความสงบจะทำให้เกิดปัญญา เมื่อเกิดปัญญาแล้ว ก็จะไปเอาปัญญาไปละกิเลสอาสวะให้หมด ไปสิ้นไปจากใจ ทำไมพูดกันง่ายๆ อย่างนี้ มันทำไม่ได้ นักปฏิบัติก็ไปเข้าใจผิดอย่างนี้

ทำไมไม่ศึกษาประวัติครั้งพุทธกาลบ้าง หนังสือตำราในยุคปัจจุบันมีมากมหาศาล เราไม่เคยศึกษาประวัติพระอรียเจ้าครั้งพุทธกาลท่านปฏิบัติกันอย่างไร ภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา ที่เป็นพระอรียเจ้า ท่านปฏิบัติกันอย่างไร ทำไมไม่ดูไม่อ่าน เราบกพร่อง เราจึงทำไม่ถูก ทุกคนมีสิทธิเขียนได้หนังสือธรรมะแต่เพียงคิดขึ้นมาเฉยๆ แล้วก็มาหลอกกัน หลงกันอยู่จนทุกวันนี้ ทำสมาธิไปเถอะเมื่อจิตสงบแล้วปัญญาจะเกิดขึ้น หลอกกันร้อยเปอร์เซ็นต์ สิ่งที่เป็นไปไม่ได้ก็สอน

กันอยู่ทุกวันนี้

ปัญญาไม่ได้เกิดจากสมาธิ ตัวสมาธิที่เราทำเพียงเสริมปัญญาเท่านั้น เราขาดการศึกษา สมัยก่อนพุทธศาสนาเกิดขึ้นในโลก มีผู้ทำสมาธิอยู่มากมายมหาศาล แต่ละคนทำสมาธิเก่งกันทั้งนั้น ถึงขั้นรูปฌาน อรูปฌาน ชำนาญกว่าเราหลายร้อยพันเท่า มีดาบสฤาษีมากมายทำสมาธิได้ แต่ก็ไม่มีใครมีปัญหาเกิดจากสมาธิเลย เราอ่อนการศึกษา ถึงศึกษามาแล้วก็อ่อนปัญญาการครุ่นคิดเหตุผลที่เป็นตัวชี้ขาด นี่คือนิยามปัญหาในการศึกษา

ยกตัวอย่าง สมัยพระพุทธเจ้าของเรา ก่อนตรัสรู้ได้ไปศึกษากับดาบสฤาษีอยู่สองท่าน ศึกษาอยู่ห้าปีกว่า พระองค์มีความชำนาญในการทำสมาธิทุกระดับชั้น ชำนาญทั้งนั้น ทำมาห้าปีกว่า แต่ปัญญาก็ไม่เกิดกับพระองค์แต่อย่างใด พระองค์สร้างบารมีมาทางปัญญาธิกะ แต่กลับไปทำสมาธิ จึงหมดสภาพ ปัญญาไม่เกิดขึ้นแต่อย่างใด การทำสมาธิความสงบมากเกินไปเป็นตัวปิดปัญญาร้อยเปอร์เซ็นต์เต็ม ปัญญาปิดฉากตายตัวทันที

ทีนี้คำว่า ทำสมาธิจิตสงบแล้วน้อมใจไปใช้ปัญญา ก็มีในตำรา แต่ทำได้ที่ไหน ทำไม่ได้ คำว่าจิตสงบนั้น เหมือนคนนอนหลับ ทำงานไม่ได้ มีความคิดแต่คิดไม่ได้เพราะหลับ จิตสงบมันลงลึกถึงฌานแล้วก็คิดไม่ได้ นี่ขัดคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าอยู่มาก ตามหลักความเป็นจริงแล้ว เมื่อจิตลงสู่ความสงบแล้วอย่าไปแตะต้อง ให้จิตสงบให้เต็มที่ เมื่อความอิมัตถ์พอตัวแล้วจะถอนตัวขึ้นมาเอง จึงน้อมใจสู่ปัญญาได้ ไม่ใช่จิตสงบจะน้อมใจใช้ปัญญา ทำไม่ได้เลย ต้องถอนออกมาก่อน

ออกมาที่ไหน ก็ออกมาที่ตั้งใจมัน จึงตั้งใจคิด คิดทางโลกก็เป็นได้ คิดทางธรรมก็เป็นได้ ไม่ได้ผูกขาด คิดทุกสิ่งทุกอย่าง หน้าที่ของสมาธิเป็นกำลังส่ง กำลังหนุน

หากเราตั้งเข็มทิศไว้ถูก กำลังสมาธิก็หนุนไปถูกทาง ถ้าตั้งเข็มทิศไว้ผิด ก็หนุนผิด เหมือนกับสายธนู ส่งลูกธนู สายธนูก็มาจากโค้งธนูที่แข็งมีกำลัง เมื่อปล่อยไปดีดไปก็ผลัดดันลูกธนูวิ่ง ถ้าสายธนูไม่มีกำลังลูกธนูก็ไม่ไปไหน ถ้าสายธนูมีกำลังก็จะส่งลูกธนูไปยังเป้าหมายได้ แต่อย่าลืมว่า ลูกธนูนั้นไปทางทิศไหน เหมือนลูกปืน ปลายปืนส่องไปทางไหน ลูกปืนก็ไปทางนั้น ปลายปืนส่องไปทางหมา ก็จะยิงถูกหมา กำลังของดินปืนในลูกปืนเป็นตัวส่งให้วิ่ง สมาธิก็เช่นกันเป็นตัวส่งเฉยๆ

สมมติว่า ถ้าคนนั้นมีความเห็นผิดอยู่ แล้วไปทำสมาธิ กำลังของสมาธิก็จะหนุนความเห็นผิดต่อไปเรื่อยๆ หนุนผิดทางได้ หนุนถูกทางได้ เป็นดาบสองคม การทำสมาธิจึงต้องศึกษา ถ้าไม่ศึกษาแล้วจะยุ่งยากในการปฏิบัติไม่ก้าวหน้าเลย ปัญญาจึงต้องนำสมาธิ นี่คือสมัยพุทธกาล แต่ยุคนี้เอาสมาธิมานำปัญญา จึงไม่ไปไหนเลย สมัยพุทธกาลเอาปัญญานำสมาธิจึงมีพระอรหันต์จำนวนมาก เอาปัญญามาศึกษาวิธีทำสมาธิเสียก่อน ศึกษาให้เข้าใจก่อนจึงทำสมาธิทีหลัง นี่คือตัวปัญญา เพราะตัวสมาธิเป็นตัวบริยัติ เราไม่เข้าใจว่าบริยัติคืออะไรไม่รู้เรื่องเลย สมาธิจึงไม่ก้าวหน้า วนไปมาเหมือนพายเรืออยู่ในสระ ทำสมาธิร้อยวันพันวันก็วนอยู่ที่แห่งเดียว

ตัวที่จะทำให้ก้าวหน้าจริงๆ คือ ปัญญา การเดินทางของ

กระแสนั้นมีดับอด อวิชชา ไม่รู้ความจริง ธรรมะที่แท้จริงอยู่ที่ตัวเรา สิ่งภายนอกเป็นองค์ประกอบเฉยๆ หลักใหญ่อยู่ที่ตัวเรา ตัวเรายังไม่รู้ตัวเอง ใครจะมาแก้เรา เราต้องเตรียมอุปกรณ์การเดินทางให้พร้อม คำคืนมีดต้องเตรียมไฟฉายให้แสงสว่าง มีดจุดไหนก็ต้องนำไฟฉายส่องไปให้สว่าง ไฟฉายนำหน้า ไม่ใช่การเดินทางในที่มีด แต่เอาไฟฉายไว้ข้างหลัง ไม่ได้นะ ต้องนำหน้า ส่องไปข้างหน้า เดินไปข้างหน้าแต่เอาไฟฉายไปไว้ข้างหลัง ก็ผิดตำรานั้นแหละ ไฟฉายอยู่หน้า เดินตามแสงไฟไปเรื่อยๆ ตรงไหนทางคดโค้ง เป็นหลุมบ่อ เราจึงจะเห็น เดินตามความสว่าง เราจึงจะก้าวหน้าได้

นี่ฉันใด ปัญญาเป็นตัวนำของใจ ใจที่มีดับอดต้องนำปัญญาฉายทางไปก่อน คำว่า นัตถิ ปัญญา สมาอาภา แสงสว่างอื่นใดเสมอด้วยปัญญาไม่มี ต้องเอาปัญญาเบิกทางแล้วก้าวเดินตามไป คำว่า ปัญญาเป็นตาของใจ ต้องสร้างตาของใจให้เกิดขึ้นก่อนจึงจะออกเดินได้ ถ้าปัญญาเป็นตาของใจได้แล้ว จะกำจัดอวิชชาความมืดบอดออกจากใจ การปฏิบัติธรรมต้องใช้ปัญญานำหน้า จึงจะก้าวได้อย่างถูกต้อง

การเดินทางไม่ว่าไปที่ไหน ถ้าเดินทางด้วยความมืดรับรองได้ว่าหลงก็แล้วกัน เข้าป่าลงทะเลฝ่าดงหนามมีอันตรายรอบด้าน แต่ถ้ามีไฟฉายเป็นแสงสว่างในการเดินทาง เราจะรู้จักว่าอะไรเป็นอะไร นี่คือปัญญานำหน้า ปัญญาไม่ได้เกิดจากสมาธิ ปัญญาเป็นตัวของมันเอง คือความคิดไตร่ตรองวิจัยวิเคราะห์ นี่คือหลักปัญญา ต้องรู้จักวิธีปฏิบัติเสียก่อน

นี่คือ โครงสร้างภาพรวมของการปฏิบัติ อันดับต่อไปจะแยกการ

ปฏิบัติอย่างไรบ้าง หมวดศีลจะศึกษาอย่างไร ปฏิบัติอย่างไร หมวดสมาธิจะศึกษาอย่างไร ปฏิบัติอย่างไร จะได้อธิบายต่อไป การศึกษาธรรมะไม่ใช่เอามาประดับคำพูดนะ เอามาปฏิบัติประดับใจ ส่วนมากเราศึกษาธรรมะมาประดับคำพูดเฉยๆ ไม่ได้ประดับใจ ใจจึงแห้งผาก พูดว่าธรรมะหมวดนั้นเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ รู้ทั้งหมด แต่รู้เฉยๆ แต่ใจไม่มีธรรมะ การปฏิบัติธรรมะเราต้องการธรรมะอยู่ที่ใจ ถ้าใจมีธรรมะจะกำจัดสิ่งไม่ดีไม่งามออกจากใจได้ หากยังแสดงสิ่งไม่ดีไม่งามออกทางกายวาจาอยู่ แสดงว่าใจไม่มีธรรมะเลย ถ้าใจมีธรรมะแล้วสิ่งไม่ดีทางกายวาจาจะไม่เกิดขึ้น เพราะอำนาจของธรรมะจะทำให้กิเลสทำอะไรไม่ได้เลย หากกิริยาทางกายวาจายังแสดงโอหังใหญ่โต แสดงว่าใจแห้งผากไม่มีธรรมะ ถึงจะพูดธรรมะออกมา เขาก็ไม่นับว่าคุณมีธรรมะ ธรรมะต้องอยู่ที่ใจ โดยมีกายวาจาเป็นองค์ประกอบ หากกายวาจามีความเรียบร้อย เขาก็มองว่าคุณมีธรรมะแล้ว ไม่จำเป็นต้องมีความรู้สูง เขาก็บอกว่าคุณมีธรรมะแล้ว นักปฏิบัติเขาดูกันตรงนี้

5 พ.ย.42 คำ

ธรรม รู้จริงเห็นจริงตามหลักความเป็นจริง ในธรรมทั้งหลายก็ดู
 อย่างนี้แหละ ไม่มีไฟฟ้า ไม่มีการฟุ่มเฟือย อยู่อย่างเรียบง่าย คือเรา
 มาปฏิบัติธรรมไม่ได้มาหวังฟุ่มเฟือยอะไร ที่อยู่อาศัยก็สมบุรณ์เต็มที
 แล้ว มีเดินที่ มีผ้าปูอย่างดี คำว่า นอน เอาหลับแค่นั้นพอ อย่างหวังอะไร
 เกินนั้น นอนดีแค่ไหน ก็แค่หลับเท่านั้นแหละ ตื่นมากก็เท่านั้นเอง มาอยู่
 ที่นี้ก็แค่หลับนั้นแหละ ตื่นมากก็ใช้ได้ ไม่หวังว่า ดีไม่ดี สวยไม่สวย รวย
 ไม่รวย ไม่สำคัญหรือเรื่องที่หลับที่นอน ครูบาอาจารย์ได้ธรรมมาก็
 ไม่ใช่จากไฟฟ้า พัดลม หีองแอร์ อะไรหรอก ได้มาจากพื้นๆอย่างนี้เนี่ย
 แหละ

ตัวอย่างก็ หลวงพ่อทูล ที่กำลังนั่งพูดอยู่นี้ ก็ได้ธรรมะมาแจก
 สาธุศิษย์ทั้งหลาย ก็มาจากเพิงไม้ไผ่ เพิงไม้ไผ่ แป้นปักไม้ไผ่ แป้นแถม
 ก็ไม้ไผ่ เอาหญ้ามางหลังคา ผู้ปฏิบัติธรรมไม่หวังอะไรฟุ่มเฟือย อยู่ง่าย
 กินง่าย นอนง่าย ไปง่าย ไม่มีอะไรผูกพัน ไม่มีอะไรเป็นภาระ

หลักใหญ่ในการปฏิบัติธรรมคือ ปัญหา ปัญหานั้นมีทุกคน แต่
 บางคนน้อยมากต่างกัน ปัญหาส่วนหนึ่งเกิดเฉพาะตนเอง อีกอย่าง
 หนึ่งเกิดเฉพาะตนเองยังไม่พอ แต่ได้เชื่อมโยงไปอย่างอื่นด้วย ไปสร้าง
 ปัญหาให้คนอื่นเดือดร้อนไปตามๆ กัน ตนเองมีปัญหาแต่รักษาตนเอง
 ไม่อยู่ ไปก่อกวนคนอื่น

ปัญหามีอะไรเป็นต้นเหตุของมัน เราต้องมาศึกษา คำว่า ศึกษา
 ต้องมีปัญญาก่อนจึงจะศึกษาปัญหาตนเองได้ ถ้าปัญญาไม่มี จะไม่

สามารถศึกษาปัญหาของตนเองได้เลย ตัวปัญหาคือ อัดตา นั่นแหละ มี
 เครื่องญาติหลายสิ่งหลายอย่าง ที่ทำให้เกิดอัดตา เสริมอัดตาขึ้นมา แต่
 ส่วนมากคนจะไม่เข้าใจส่วนนี้ พอเกิดปัญหาขึ้นก็แก้ไม่ทัน แก้ไม่ได้ก็
 เป็นทุกข์เดือดร้อนขึ้นมา ก็ไปตีว่าเป็นทุกข์เป็นภัยขึ้นมา มันเป็นผลชะ
 แล้วแก้ไม่ทัน ต้องไปหาตัวปัญหาเดิม นั่นคือ ตัวเอง

การแก้ปัญหา ก็คือ การแก้อัดตาตนเอง อัดตาตนเองมีที่
 ประเภท ตอบ มีมหาศาล หลายแง่หลายมุมที่จะพูดกัน อัดตา มานะ
 ทิฏฐิ เชื่อมโยงกัน ผ่งกันมา ก็เลยไปกันใหญ่ ก็เลยเกิดความหลง
 ขึ้นมา ที่เรียกว่า โมหะ ความหลง หลงอะไร หลงอัดตาตัวเอง หลง
 มานะตัวเอง หลงทิฏฐิตัวเอง หลงสามหลงนี้ก็เหลือเฟือแล้ว มีมาก
 มหาศาลขยายออกไปอีก

อัดตา มานะ ทิฏฐิ สามตัวนี้ มีตัวหนึ่งเป็นหลักเป็นต้นเหตุจริงๆ
 ก็คือ มิจฉาทิฏฐิ ความเห็นผิด ตัวเดียวเท่านั้น ตัวมิจฉาทิฏฐินี้ก่อให้เกิด
 อัดตาขึ้นมาได้ หลงอัดตาตัวเองได้ เกิดมานะตัวเองได้ หลงทิฏฐิ
 ตัวเองได้ ถ้ามีสามหลักใหญ่ๆ ก็จะเชื่อมโยงไปกับกิเลสตัณหาปลีกย่อย
 เชื่อมโยงมหาศาล นี่คือตัวหลักใหญ่ของมัน

ที่นี้การแก้ปัญหา ถึงเราไม่สามารถจะรู้ได้ว่า มิจฉาทิฏฐิเป็น
 อย่างไร มันลึก มันละเอียด ให้เราดูอัดตาตัวเดียว เราตามทันมั๊ย ก็
 ยากจะตามทัน เพราะอะไร ก็เพราะเราขาดสติปัญญา ไม่เข้าใจใน
 ตนเอง หลงตนเอง ไม่รู้ตนเอง นักปราชญ์ท่านพูดอยู่เสมอว่า การ
 ภาวนาปฏิบัตินั้นอย่าทิ้งตนเอง อย่าลืมตนเอง ให้ดูตนเอง นี่คือนัก
 ปราชญ์ท่านพูดบอกไว้ แต่เราก็ไม่มองจุดนี้ ทำไม่ไม่มอง ก็เพราะ

ไม่มีตา คือ ไม่มีตาใน ตาในหมายถึงตาปัญญานั่นเอง จึงไม่รู้เรื่อง มองหน้าไม่ถึงหลัง ตนเองเป็นผู้สร้างปัญหา แต่ก็แก้ปัญหานั้นเองไม่ได้ ตนเองหลงอยู่ในอดีต แต่ก็แก้ความหลงของตนเองไม่ได้

คำว่า โมหะนี้ ชั้นหยาบก็มี ชั้นกลางก็มี ชั้นละเอียดก็มี จะขอพูดเฉพาะชั้นหยาบก่อน ทุกชั้นตอนก็ต้องเริ่มจากชั้นหยาบก่อน ถ้าผ่านชั้นหยาบนี้ไม่ได้ ก็ยากที่จะแก้ปัญหас่วนหยาบส่วนละเอียดอื่นๆ

มานะตัวเดียวนี้ มีอะไรเป็นฐานของมัน หนึ่ง มีฐานะดี นี่อดีตาก็จะสูงขึ้นมา อดีตสูงขึ้นมาก็ลืมตัวเองได้ นี่คือฐานะดีเพียงอย่างเดียว หรือมีความรู้ดี ก็จะทำให้อดีตสูงขึ้นมา เกิดหลงตัวเองได้ว่า เราชู้ดีกว่าเขา ภาคการศึกษาทางโลก จบโน้นมา นี่มา ก็หลงความรู้ของตนเองที่เรียนมา ทางธรรมก็เช่นกัน หลงในอดีตตาตนเองว่า เรามีความรู้ดี ธรรมะหมวดนั้นก็รู้ ธรรมะหมวดนี้ก็รู้ ก็เลยหลงความรู้ตนเอง หลงแล้วก็เกิดมานะถือตนถือตัวขึ้นมา เกิดเป็นมิจฉาขั้น ไม่เป็นธรรมแล้ว มันเป็นไปทางโลกมากเกินไป

เฉพาะเรื่องการศึกษาธรรมปฏิบัติ เมื่อศึกษาแล้วรู้แล้ว อย่าไปหลงความรู้ที่เรารู้มา เพราะความรู้ทั้งหมดนั้น เรายืมเขามารู้เฉยๆ ยืมจากครูบาอาจารย์มารู้ ยืมจากตำราความรู้ เรียกว่า หลักการภาคทฤษฎี รู้เพียงอย่างเดียวจะแก้ปัญหอะไรไม่ได้เลย เพราะปัญญาไม่มี คนรู้จริงตามปริยัติ แต่ไม่มีปัญญาจะนำมาใช้งานได้ จึงเกิดเป็นอดีตสูงขึ้นมา บังคับตนเองไม่ได้เลย ความรู้อย่างเดียวนี้แหละเกิดปัญหาอย่างใหญ่

ยกตัวอย่าง พระปิลูละมีการศึกษามาก รู้ธรรมะมาก ไม่ว่าจะคำบาลีหรือคำแปล รู้หมด เป็นนักเทศน์ด้วย ไปที่ไหนก็มีคนยกย่องว่า

เทศน์เก่ง เทศน์ดี มีความรู้สูง ถ้าเราได้ศึกษาประวัติของพระโปฐิละ แล้ว ท่านผู้นี้มีอิตตาสูง มีมานะสูง มีทิวฐิสูง ไม่ลงรอยกับใคร ไม่ก้มหัวให้ใคร ถือว่าเราโดดเด่นอยู่คนเดียว ประวัติเป็นเรื่องยาว แต่ผลสุดท้ายพระพุทธเจ้า ดุให้สะดุ้ง ให้รู้ตัว นั่นแหละ โปฐิละแปลว่า ผู้แบก คัมภีร์เปล่านั้นเอง ไม่มีอะไรภายใน มีแต่คำพูด ปัญหาส่วนตัวต่างๆ แก้มไม่ได้เลย นี่คือตัวปัญหาคือความรู้ตัวนี้ มันเป็นดาบสองคมได้

ยกตัวอย่างเช่นว่า ในสมัยครั้งพุทธกาล ผู้ที่ท่านเป็นพระอริยเจ้าส่วนใหญ่ในครั้งนั้น เขาไม่ได้อ่านคาถาบาลี ตำราต่างๆ ก็ไม่มี เทปก็ไม่มี เพียงแต่ฟังธรรมะจากปากต่อหู จากหูต่อปากเท่านั้นเอง พอจำได้แล้วก็นำไปปฏิบัติ การปฏิบัติก็คือใช้ปัญญาของเขาปฏิบัตินั่นเอง หลายคนผู้เป็นพระอริยเจ้าในครั้งพุทธกาลนั้น จะไปถามเขาได้ใหม่ว่า ศิลหำรูกักใหม่ เขาก็ไม่รู้ ส่วนใหญ่ไม่รู้ เพราะเขาไม่ได้ศึกษาศิลหำ เขาจะรู้ได้อย่างไร จะไปถามเรื่องสมาธิความสงบ เขาไม่รู้ เพราะเขาไม่ได้ศึกษาสมาธิเอาไว้ แต่ที่เขาปฏิบัติเป็นศิลหรือไม่ เป็นศิล ทั้งที่ไม่รู้ก็เป็นศิล เพราะอะไร เพราะตัวธรรมเป็นตัวกำหนดให้เกิดศิลได้

การทำสมาธิเขารู้จักใหม่ เขาก็ไม่รู้อีก แต่เขาทำสมาธิได้ เช่นว่า เขาฟังพระพุทธเจ้าเทศน์ก็ดี พระอริยเจ้าเทศน์ก็ดี เขาตั้งใจฟัง การตั้งใจฟังนี้แลเรียกว่า สมาธิ ความตั้งมั่น ความตั้งใจ นี่คือสมาธิตั้งแล้วสมาธิอย่างนี้ไม่ต้องนึกคำบริกรรม เพียงตั้งใจรับฟังคำสอนของพระพุทธเจ้าก็เป็นสมาธิขึ้นมา พอรับฟังไปแล้ว ผู้ที่มีสติปัญญาฉลาดมาก ก็ใคร่ครวญตรึกตรองตามเหตุและผลในคำสอนของพระพุทธเจ้าให้รู้จริงเห็นจริงตามนั้น เขาก็ได้เป็นพระอริยเจ้านั่นเอง บางคนกำลัง

ยื่นอยู่ก็มี นี่คือเขาเป็นพระอริยเจ้าในครั้งพุทธกาลได้ง่ายๆ

ถ้าเราศึกษาประวัติพระพุทธรเจ้าในครั้งพุทธกาลแล้วเป็นเรื่องง่าย แต่เราสมัยนี้มันยากเพราะอะไร เพราะหลงรูปแบบมากเกินไป คือรู้มากเกินไป เกิดความสับสน เกิดความลังเลสงสัย คือจับประเด็นธรรมะไม่ถูก ไม่ตรงประเด็นกับตนเอง จึงทำอะไรไม่ได้ ความรู้ต่างๆ ที่พระโสดิจะพูดมา นำไปละตันทา ละกิเลส ละอึดตาได้ใหม่ ละไม่ได้ มีแต่พอกพูนอึดตาอย่างเดียว อีกทั้งเกิดมานะปฏิฐิขึ้นมามากด้วย

มันมีมากกว่านี้ สิ่งที่เสริมให้เกิดมานะอึดตาขึ้นมา เหมือนกับคนที่กินยา ฉลากยาทั้งหมดอ่านทุกฉลาก ยาแก้ปวดหัว ยาแก้มะเร็ง แก้โรคต่างๆ อ่านหมด รู้หมด ยาแต่ละขนาน รู้ทุกชนิด แต่ก็มองอ่านฉลากยาอยู่นั้นแหละ ตัวเองไม่เคยกินยาแม้แต่เม็ดเดียว นี่คือการอ่านไม่วาง อ่านไม่ปล่อย หาเวลากินยาไม่ได้ ถ้าเป็นอย่างนั้นจะหายได้ใหม่ หายไม่ได้ เพราะมันมาอ่านฉลากยามากเกินไป

ถ้าคนมีความฉลาด อ่านครั้งเดียวก็พอแล้ว ยาประเภทนี้ กินอย่างนี้ กินสองเวลา สามเวลา ก็รู้แล้ว ก็วางฉลากได้ แล้วกินยาเลย ก็หายวันหายคืน หรือจะกินยาประเภทเดียวกันในวันต่อไป ก็ไม่จำเป็นต้องอ่านฉลากอีก เพราะรู้แล้วนี่ ยาอย่างเดียวกัน อ่านหลายรอบทำไม รอบเดียวพอ จำได้ว่า กินยังงี้ ธรรมะก็เหมือนกัน เราศึกษาธรรมะมา เพื่อปฏิบัติ ไม่ใช่เอามาท่อง เอามาบ่น ถ้านำมาปฏิบัติแล้วผลของการปฏิบัติเกิดขึ้นอย่างไร แล้วจึงนำผลของการปฏิบัตินั้นๆ มาคุยกัน

เราจะนำธรรมะไปปฏิบัติได้อย่างไร ก่อนจะนำธรรมะไปปฏิบัติ

ได้ เราต้องศึกษาปัญหาก่อน ปัญหาตัวเองมีอะไรบ้าง เราหลงอะไรบ้าง หลงอัตตา หลงมานะ หลงทิฐิติดตนเอง หลงอย่างไร ให้เรามาศึกษาตนเอง แต่ถ้าคนปัญญาไม่มีแล้วละก็ ไม่มีสิทธิ์จะรู้ตนเองได้เลย ก็หลงตัวต่อไป ลืมตัวต่อไป นี่คือการฝึกปัญญาขึ้นมาศึกษาตนเอง

ที่นี้ปัญหาตนเองที่มีอยู่แล้ว เมื่อมันออกมาภายนอก เป็นกิริยาการกระทำการพูด มันไปสร้างปัญหาให้กับคนอื่น คิดอะไรกับคนอื่น พูดอะไรกับคนอื่น มันต้องรู้จักปัญหาของตนเอง นี่คือการระมัดระวัง คืออัตตาหยาบๆ อัตตาที่ไปก่อกวนเพื่อนฝูงชาวเมืองเขา ให้คนจิตใจตาร้อนก็ตี กลียดชังกันก็ตี นี่คือการตัดตาเป็นเหตุ

สมมติว่าเราเห็นคนหนึ่งที่ไม่เคยเป็นนักปฏิบัติมาก่อน ไปที่ไหนไม่มีใครชอบ เพื่อนฝูงไม่ค่อยจะมี ถ้าเป็นอย่างนี้ก็จะสังเกตได้ว่าเป็นเพราะอะไร เป็นเพราะมีอัตตาสูง คนมีอัตตาสูง การพูดก็ดี การทำก็ดี จะไม่คิดว่า การพูดนี้ถูกไหม ผิดไหม ได้แต่พูดตามใจที่อยากจะพูด ทำตามใจที่อยากจะทำ คนไม่มีความคิดไม่มีปัญญา มันเป็นอย่างนั้น ถือว่าตนเองชนะคนอื่นได้ ถือว่าตนเองดี ก็จริงอยู่ อาจดีทางโลก แต่แพ้อะไร แพ้ปัญหาตนเอง เอาชนะคนอื่นด้วยการทำการพูดก็ดี เอาชนะได้แต่แพ้ตนเอง น่าเกลียดมาก

ที่นี้ เราจะปฏิบัติอย่างไร ก็ต้องศึกษาปัญหาที่เกิดขึ้นกับสังคมโลกนี้ คือ อัตตาเป็นใหญ่ ก่อกวนให้หมู่คณะแตกความสามัคคีกัน เกิดความแตกแยกกัน เกิดความอิจฉาตาร้อน หากความรักกันไม่ได้ หากความสงสารกันไม่ได้ ก็เพราะอัตตานี้แหละเป็นต้นเหตุ

หากเราจะพิจารณาอัตราลึกๆ ขึ้นสูง อันนั้นเอาไว้ก่อน เรา

พิจารณาแก้ไขปัญหาหยาบๆ อัดตาอย่างหยาบ เอง่ายๆ ก่อน ไม่ใช่ จะปฏิบัติเอาบรรลุมรรคผลนิพพานขณะนี้ มันไม่ถึงขนาดนั้น มันมีสิ่งที่เราต้องแก้ไขคืออึดตาดัวนี้

เหมือนกันกับผู้จะโค่นต้นไม้ ต้นไม้นั้นมีเครือเถาวัลย์รัดเรียงอยู่ เต็มไปหมด เครือใหญ่เครือเล็กคลุมเต็มไปหมด เราจะตัดต้นไม้ให้โค่นลงตามจุดที่เราต้องการไม่ได้ เพราะมันดึงหน้าดึงหลังกันอยู่ ต้องตัดเครือนั้น เถานี้ ออกให้หมดก่อน จึงจะล้มถูกเป้าหมายได้ เช่นเดียวกัน การภาวนาปฏิบัติระดับสูง ก็ต้องมีปัญหาที่เราแก้กันอยู่ทุกวัน ที่เกิดความเป็นทุกข์ สับสนวุ่นวายในสังคม มีอะไรบ้าง ที่เราไม่สบายกายไม่สบายใจ มีอะไรบ้าง ก็ต้องแก้จุดนี้ให้ได้ก่อน เพื่อจะได้ไต่เต้าเป็นสะพานขึ้นไปสู่ธรรมะระดับสูงได้ ความเห็นผิดหยาบๆ ยังแก้ไม่ได้ ไฉนจะไปแก้ความเห็นผิดอึดตาดัวๆ ได้ นี่คือการศึกษาตรงนี้ให้เข้าใจ ถ้าเราเข้าใจตรงนี้แล้ว วิธีการแก้จะไม่ยากเลย มีหลักการแก้ของมันอยู่ เหมือนคนเป็นโรคหวัด ก็ต้องหายาแก้โรคหวัดมากิน หรือโรคร้ายแรงมากกว่านี้ก็ต้องหายาแรงมากกว่านี้ มารักษาโรคตัวเอง

นี่แหละ ธรรมะทั้งหลายที่จะนำมาแก้ปัญหาดัวเองนี้ ปัญหาภายในคืออึดตาดัว มานะ ทิฏฐิ นี้ มีกับพวกเราทุกคน เราจะแยกได้อย่างไร หลวงพ่อได้ศึกษากับหลวงปู่ขาว ท่านให้ธรรมหมวดสำคัญ แต่คนไม่เข้าใจว่าธรรมสำคัญคือหมวดอะไร คือ ให้ทำตัวเป็นผ้าขี้ริ้วผืนหนึ่ง ท่านสอนอยู่บ่อยๆ เรามาตีความหมายว่า ทำตัวเป็นผ้าขี้ริ้วได้อย่างไร

การฝึกตัวคือยอมคนเป็น ยอมคนซะ ถ้าเรายอมคนได้ ถือว่า

ชนะตัวเองได้ เราเป็นผู้ปฏิบัติ เราไม่หวังเอาชนะคนใดคนหนึ่ง แต่เราหวังเอาชนะกิเลสตัณหาตนเอง เอาชนะกิฐฐิมานะของตนเอง การฝึกแพ็คคน เป็นตัวบังคับให้กิฐฐิอ่อนตัวลงได้ ถ้าไปไหนมาไหนกฐฐิอย่างนั้น กฐฐิอย่างนี้ ซึ่งมีแต่จะเป็นตัวเสริมของมานะอัตตาเท่านั้น ไม่สมกับเป็นนักปฏิบัติ

ในการปฏิบัติคือปฏิบัติตัวเอง ในการกระทำ ความประพฤติกุทุกวันของตนเองเป็นอย่างไรบ้าง คือศึกษาทั้งหมดในสังคมโลกมนุษย์นี้ เพื่อจะไต่เต้าไปยังธรรมะระดับสูง พยายามวางพื้นฐานให้หนักแน่นไว้ก่อน ให้มีความมั่นคงภายในใจไว้ก่อน สิ่งใดทำให้ใจเกิดความวุ่นวาย ปัญหาเป็นอย่างไรต้องพยายามแก้ในจุดนี้ให้ได้ เรามีทุกข์ต่างๆ กับสังคมภายนอกอย่างไร ก็ต้องแก้ในจุดนี้ให้ได้ นั่นคือแพ็คคนเป็น ถ้าคนแพ็คคนเป็นแล้ว จะไปไหนก็มีความคล่องตัว ไม่มีใครมาฆ่าตี มาดูด่า ถึงดูด่าก็ไม่สนใจ เพราะเราถือว่าเราแพ็คคนแล้ว

เหมือนกับสุนัข ถ้าหมาตัวไหนฉลาด เวลาไปไหน มันยอมแพ็คหมาตัวอื่นเป็น หมาตัวอื่นก็จะไม่กัด กระดิกหางบ้าง อวยวะบ้าง แต่ไม่กัด ก็รอดพ้นตัวไป ถ้าหมาตัวใดอวดฉลาด อวดเก่ง อวดดีขึ้นมา แยกเขี้ยวใส่ตัวนั้นบ้างตัวนี้บ้าง เขาจะพืดทันที ทำให้เจ็บตัวไป ดังนั้น ผู้ปฏิบัติจึงต้องยอมแพ็คคนซะ คนยอมแพ็คคนได้ นั่นคือ เอาชนะตัวเองได้ ฝึกตัวเป็นผ้าขี้ริ้วผืนหนึ่ง เราเกิดมาในยุคนี้ชาตินี้ เราไม่หวังอะไรกับโลกนี้ให้มากมาย ไม่หวังเอาชนะใคร แต่หวังเอาชนะกิเลสตัณหาอัตตาตัวเอง ต้องศึกษาตัวนี้ให้ได้ คนแพ็คคน ใครจะมาฆ่าเรา เขาไม่ฆ่าหน้าที่เราคือปฏิบัติทำไปเรื่อยๆ หน้าที่เราทำดีต้องทำ การพูดดีต้องพูด

พูดเพื่ออะไร เพื่อให้ได้อยู่ในสังคมและเป็นที่ยอมรับของคนอื่นได้ แต่เราไม่จำเป็นต้องให้คนอื่นรักหรือ เราไม่ได้ปรารถนาอย่างนั้น แต่เขาจะรักเราโดยปริยาย

นี่คือ อุบายหลบตัว รู้หลบเป็นปีก รู้หลีกเป็นหาง คำๆ นี้ทุกคนเคยพูด แต่หลบเป็นใหม่ หลบปัญหาสังคมโลกนี้ หลบไม่ได้ ปีกไม่มี หางไม่มี เอาอะไรมาหลบ หลบไม่เป็นก็โดนลูกศรของเขานั้นเอง เพียงเท่านี้เราก็เอามาปฏิบัติได้ รู้หลบเป็นปีก หลบอย่างไร คือแพ้คนเป็น หลบเขาซะ เขาจะว่าอะไรก็ว่ากันไป ถ้าเราทำดีทุกที่ทุกทางแล้ว หรือพูดดีทุกที่ทุกประโยคแล้ว ใครจะมารว้าให้เรา เขาไม่ว่า เขาก็จะสรรเสริญเยินยอเท่านั้นเอง คนดีทางธรรมะอยู่ตรงนี้

คนดีทางโลกอีกเรื่องหนึ่ง ดีฝ่ายกิเลสตัณหามานะทิฏฐินี้เป็นอีกเรื่องหนึ่ง นั่นใช้อำนาจบังคับกันทางโลก แต่ทางธรรมเอาคุณงามความดีที่เราสร้างขึ้นมาเอาชนะใจผู้อื่นได้ การเอาความดีชนะใจผู้อื่นทำอย่างไร พยายามฝึกความรักตนเองให้เป็นกับคนอื่นทุกๆ คน มิใช่จะเป็นกับผู้ใหญ่เจ้านาย เอาใจเขาอยู่นั่น ไม่ใช่เท่านั้น การฝึกให้รักคน เป็นคือรักกับทุกๆ คน ให้ตั้งใจเอาไว้อย่างนั้น ตั้งมั่นอย่างนี้ ก็เรียกว่าสมาธินั่นแหละ ตั้งใจอย่างนี้ให้แน่วแน่ ไม่ว่าจะคนฐานะอะไรก็ให้ความรักกับเขาทุกคน เกิดความสงสารกับทุกคน เป็นมิตรกับทุกคน นี่คือการฝึกความดีของเรา

ถ้าเราฝึกเป็นมิตรกับทุกคนได้อย่างนี้ จึงเรียกว่า รู้หลบเป็นปีกได้แล้ว นี่คือการหาอุบายวิธีป้องกันตัว ทำให้ตนเองเกิดความโดดเด่นขึ้นมา มีจิตใจเกิดความเมตตาขึ้นมา ใจสบาย ปัญหาต่างๆ ก็ไม่เกิดขึ้น

นี่คือการบังคับตัวอัตโนมัติให้ลดลงได้ หลวงปู่ขาวท่านพูดว่า ให้ฝึกตัว เป็นผ้าชีวี่ผืนหนึ่ง ของต่ำๆ คนจะมองข้ามไป คนไม่ปฏิบัติ ไม่ยอม ตัวเอง ปัญหาจะเกิดขึ้น สิ่งที่สกปรกโสโครกที่เราทำไปทุกวัน ที่เราพูด ออกไปทุกประโยค มันเหม็นขนาดไหน แต่เราไม่รู้ตัวเอง ปัญหาต่างๆ เราไม่เห็น คือ ปัญญาญาณไม่มี ความรู้รอบทางปัญญาไม่มี จึงเกิด ปัญหาขึ้น

ปัญหาส่วนหยาบๆ อย่างนี้ ยังไม่รู้ตัวเอง ส่วนปัญหากิเลสต่างๆ มากมายมหาศาลละเอียดกว่านี้ ก็จะไม่รู้ไม่ได้ เพราะมันละเอียดมาก เราต้องฝึกปัญญาขึ้นมา แก้ปัญหาไปที่ละขั้นละตอน ไม่ใช่ว่าฮวบฮาบ จะละกิเลสอย่างนั้นอย่างนี้ มันละไม่ได้ เพราะเดี๋ยวนี้ไม่ใช่เหมือนครั้ง พุทธกาล

ในสมัยครั้งพุทธกาลพระพุทธเจ้าสอน ทำไมจึงมีคนละกิเลสได้ มากมายขนาดนั้น เพราะพระพุทธเจ้ามีพระญาณหยั่งรู้ว่า แต่ละคน นั้นเมื่อครั้งอดีตชาติได้สร้างบารมีมาอย่างไรบ้าง สร้างที่ไหน สร้าง อย่างไร พระองค์เจ้ารู้ และนำอุบายธรรมะที่เขาสร้างบารมีมาแล้วใน อดีตเป็นองค์ประกอบ คือยกเรื่องขึ้นมา อธิบายให้เขาเกิดความสะดุ้ง ตัวขึ้นมา ให้เกิดความสำนึกตัวขึ้นมา ตัวบารมีที่เขาสร้างมาในอดีตก็ สวมกันพอดี เป็นอุบายธรรมปฏิบัติเข้าสู่กระแสพระนิพพานเท่านั้นเอง ในสมัยพุทธกาลพระพุทธเจ้าไม่ได้เทศน์สุมสี่สุมห้าเหมือนทุกวันนี้จะ ท่านจะดูคนก่อนว่าในอดีตสร้างบารมีมาอย่างไร ถ้าเขาสร้างบารมีมา อย่างนี้ ก็ต้องให้อุบายเขาอย่างนี้ ให้ตรงกับอุบายที่เขาสร้างมา ให้ตรงกับบารมีที่เขาสร้างมา เพื่อให้โยงต่อกันได้ คนนั้นสร้างบารมีมาอย่าง

หนึ่ง แต่ไปเทศน์อีกอย่างหนึ่งก็ไม่ได้ ธรรมะของพระพุทธเจ้าไม่ใช่ว่าจะไปแก้กิเลสทุกชั้นตอนทุกคน ไม่ได้นะ ได้เฉพาะบางคน ถ้าคนนั้นสร้างบารมีมาอย่างนี้เอาธรรมะอุบายนี้ไปใส่ ก็ได้

เหมือนกับหมอที่ดี ก่อนจะให้ยาคนป่วย เขาจะสำรวจตรวจตรา ก่อนว่า ผู้ป่วยป่วยเป็นโรคอะไรกันแน่ เขาจึงให้ยาคนป่วยไปกิน โรคก็หายวันหายคืนไปได้ หรือมากกว่านี้ก็จะมีการผ่าตัดเอ็กซเรย์ดูฟิล์มว่าเป็นโรคอะไรอยู่ที่ไหน เมื่อผ่าเข้าไปก็จะได้ถูกจุดเป้าหมายที่ต้องการผ่า คนเป็นหมอต้องเอ็กซเรย์เป็น ดูฟิล์มเป็นด้วย ผ่าตัดให้เป็นด้วย ให้ยาตนเองเป็นด้วย ก็จะหายวันหายคืนได้ นี่เรียกว่า ให้ยาถูกจุด

ที่นี้เราต้องฝึกเป็นหมอ เป็นหมอเราเอง เป็นคนป่วยเอง เป็นคนผ่าตัดเอง เป็นคนให้ยาเอง ครอบงำทุกอย่าง ผ่าตัดให้เป็น ผ่าตรงไหน ผ่าตรงปัญหาที่เกิดขึ้นกับเรา ที่เราสร้างขึ้นมา ผ่าออกเสีย สิ่งไม่ดีไม่งามผ่าออกเสีย การพูดไม่ดี เอาออกทิ้งไป การทำไม่ดี ก็ตัดทิ้งไป นี่เรียกว่า การผ่า ตัดออกซะ สิ่งไม่ดีไม่งาม คือรักษาไม่ให้โรคใหม่เกิดขึ้นด้วย รักษาโรคทางใจ ให้โปร่งใจ ให้โล่งใจ เป็นคนไม่มีปัญหา ไม่มีความผูกพันกับสิ่งใดๆ นั่นแหละคือปัญหาความผูกพัน ความผูกพันมีหลายชนิดมากมายมหาศาล ใครเป็นคนสร้างให้เรา เราเป็นคนสร้างเอง ตัดหาความอยากเป็นตัวพาสร้าง คืออยากอย่างนี้ทำอย่างนี้ ขาดทุนไปสร้างใหม่แล้วก็ขาดทุนอีก นี่คือการสร้างปัญหาขึ้นมา เอาความอยากเป็นนาย ที่แรกว่าอยากดี สุดท้ายชั่วก็ได้

ปัญหาตัวเดียวเป็นดาบสองคม การรักษาศีล ภาวนาปฏิบัติ ฟังเทศน์ ฟังธรรม อย่างนี้เป็นทางที่ดี ต้องส่งเสริมให้ดีมากขึ้น แต่

ค้นหาความอยากบางตัว เป็นสิ่งไม่ดี พยายามฆ่าทิ้ง ตัดทิ้งซะ สิ่งไม่ดีไม่งาม เอาอะไรเป็นตัววัด ไม่ดีคืออะไร ก็โยงหาอัตรากี่เนี่ยแหละ ก็เลสค้นหาทั้งหมดอาศัยอยู่กับอัตราก่อนหน้านั้นเอง คือใจเรานั้นเอง ต้องฆ่าออกให้เป็น ต้องเลือกได้อะไรควรเอา ไม่ควรเอา ถ้าเราหายขาดเลย เอาไปได้ใหม่ โรคต่างๆ ที่ควรฆ่า จะกินยาอย่างเดียวไม่ได้ ต้องฆ่า เช่น เนื้องอกในสมอง ต้องฆ่า กินยาไม่ได้ หรือโรคนิวต้องฆ่า ดูด้วยว่าอันไหนควรฆ่า ไม่ควรฆ่า นี่เราต้องฆ่าตาตัวเอง ฆ่าให้เป็น ฆ่าความเห็นคือตัวอัตรากี่ใหญ่

นี่คือปัญญา ฝึกปัญญาของเราให้เป็น ฝึกคิดให้เป็น ความคิดที่ว่า มีเหตุผลเป็นตัวตัดสินชี้ขาด อันไหนจริง อันไหนไม่จริง อันนี้เป็นเหตุอย่างนี้ อันนี้เป็นผลอย่างนี้ ต้องรู้จักเหตุรู้จักผล จะว่าดีหรือว่าชั่ว ถ้าอยากดีอย่างเดียว ไม่รู้จักคำว่าชั่ว จะดีได้อย่างไร เพราะจะทำดีไม่ถูก มันต้องรู้จักชั่วด้วย ชั่วคืออะไร เหมือนกับว่า คนขาว หากขาวหมดทุกคนแล้ว เอาตัวอะไรมาวัดตัวขาว ไม่มีสมมติว่าขาวเลย มันต้องมีคนดำแฝงอยู่ เป็นตัววัด เรื่องความสูงความต่ำก็เหมือนกัน หากทุกคนสูงเสมอกันแล้ว คนต่ำไม่มี จะมีคำสมมติว่าสูงได้ยังไง หรือว่าคนทุกคนสวยขึ้นมาทั้งหมดแล้ว สวยเสมอภาคกัน จะเอาอะไรมาสวย ต้องมีคนชี้แหว่แฝงอยู่ มาตัดกัน จึงจะดูได้ว่านี่สวยนี่ชี้แหว่

นี่ฉันใด ความดีที่ว่ามีนี้ เราก็ต้องรู้ว่า ความไม่ดีคืออะไร นี่คือตัววัดกัน ตัวตัดกัน ความดีคืออย่างนี้ ความไม่ดีคืออย่างนี้ คนทำดีทำอย่างนี้ คนพูดดีพูดอย่างนี้ เพราะอะไร เพราะคำพูดไม่ดีมันแฝงอยู่ จึงวัดกันได้ เทียบกันได้ การทำไม่ดีก็แฝงอยู่ จึงแตกต่างกัน

อย่างนี้

เราคนเดียวมีทั้งพูดดี และพูดไม่ดี ทั้งสองอย่างฝ่ายไหนมากกว่ากัน พูดดีเป็นส่วนใหญ่ พูดดีเป็นส่วนน้อย หรือการทำก็เหมือนกัน ทำดีเป็นส่วนน้อย ทำไม่ดีเป็นส่วนใหญ่ คำว่า ดี จึงต้องรู้ว่าสิ่งไม่ดีคืออะไร การปฏิบัติฟื้นฟู ธรรมดา ให้ปฏิบัติต่อวาจาตนเองอย่างนี้ ทำได้ไหม หาประโยคคำพูดพยายามหล่อหลอมใช้ความคิดหาเหตุผลต่างๆ พูดออกมาแต่ละประโยคแต่ละสำนวน ำให้คนอื่นยอมรับคำพูดของเราได้ เราจะพูดอย่างไร

การทำก็เหมือนกัน ต้องเลือกคัดจัดสรร เรียกว่า

นิสสัมมะ กระฉกฉวย เสวยโย ไคร์ครวญเสียก่อนจึงพูด จึงทำ

ไคร์ครวญ หมายถึง ปัญญาครุ่นคิด ตรึกตรองดูว่า ถ้าพูดอย่างนี้คนอื่นจะว่าอย่างไรกับเรา การศึกษาธรรมะส่วนมากเราจะไปเอาตามตำรา เหมือนกับว่า ดูฉลากยา หยุดไม่เป็น วางไม่เป็น อ่านไปทั้งวันทั้งคืน จนไม่มีเวลากินยาได้เลย การศึกษาธรรมะไม่ใช่ว่าจะเอาตามตำราทั้งหมด ตำรามีอยู่ในตัว อ่านอยู่ทุกวันๆ เป็นตำราที่นักปราชญ์เขียนขึ้น เป็นหลักการนิดหน่อยเท่านั้นเอง แต่ธรรมะที่มากกว่านี้มีมหาศาล หากเราจะศึกษาธรรมะ แต่เราไม่ต้องการศึกษาจากตำรา เราจะศึกษาได้ไหม ได้ ให้ศึกษาจากคน เอาคนเป็นกระดานดำเป็นตัวศึกษา

เช่น เราทราบว่าเขาเป็นคนดี ก็ต้องศึกษาว่า ดีอย่างไร ในสังคมฝ่ายธรรมะ เขาว่าดี ดีอย่างไร เราไปแอบดูจึงมองว่า คนดี เขาพูดอย่างไร การใช้หางเสียง พูดอย่างไร คือ ศึกษาสำนวน หางเสียง ถึง

ประโยคเดียวกัน แต่ทางเสียงคนละอย่าง ก็มีปัญหาได้ ถึงจะพูดถูก แต่ทางเสียงใช้ไม่ได้ ก็มีปัญหาอีก

ยกตัวอย่าง แม่บอกลูกว่า กินข้าวแล้วไปเลี้ยงควาย (พูดด้วยน้ำเสียงกระแทกตุตัน) ประโยคถูก แต่น้ำเสียงไม่ดี มีกิริยาประกอบด้วย ลูกเป็นเด็กจึงร้องไห้ พ่อจึงมาถามว่าร้องไห้ทำไม ลูกก็ตอบว่า แม่ดู พ่อจึงถามแม่ว่า ทำไมไม่ดูลูก แม่ตอบว่า ไม่ได้ดู บอกดี ๆ ก็ร้องไห้เอง พ่อถามต่อว่า บอกดี ๆ บอกยังไง พูดสิ แม่ตอบว่า กินข้าวแล้วไปเลี้ยงควาย (น้ำเสียงอ่อนหวาน ตรงข้ามกับครั้งแรก) จะเห็นได้ว่า ประโยคเดียวกันแต่แตกต่างกันที่สำเนียงการพูด ทางเสียงไม่เหมือนกัน ไม่ใช่คำพูดถูกจะดีทั้งหมดนะ วาจาออกไปจะพูดอย่างไร นี่เรียกว่าปฏิบัติทางวาจาให้เป็น

การทำทางกายก็เช่นเดียวกัน ต้องเลือกคัดจัดสรร สำรวมกาย วาจาอย่างไร ระวังในการทำ ระวังในการพูด สำรวมไม่ใช่ว่าจะหลับหูหลับตาอยู่ป่าอยู่เขาไม่ต้องเห็นหน้าคน นั่นเป็นอีกเรื่องหนึ่ง คำว่า สำรวม ถึงจะอยู่รวมกันเป็นกลุ่มเป็นก้อน เวลาพูด อย่าให้ประโยคไหนไปแทงใจคนไหน สำเนียงพูดออกไปแทงใจใครอย่างไร นี่คือสำรวม รักษาคำพูดให้เป็น ทางกาย ทางตา ก็เหมือนกัน สำรวมทางตาไม่ใช่ว่าหลับตาปี ให้เห็นกันได้ แต่ให้ทำอย่างไรให้ตามีเสน่ห์ ให้คนอื่นมีความรักต่อเรา โดยใช้ตานั่นแหละ การปฏิบัติแค่ใบหน้าอย่างเดียวก็เหลือกินแล้วนะ ทางโลกนี้

หน้าเรามีอะไรบ้าง ก็มีตานั่นแหละ เราใช้สายตาอย่างไร ทำไมจึงมีคำสมมติว่า ตาเบรียว ตาขม ตาหวาน มากมาย หรือปากเรา

ก็เช่นกัน คำพูดออกมาแต่ละประโยค ปฏิบัติคำพูดอย่างไร นี่คือ ภาคปฏิบัติฟื้นฟู ธรรมดาที่พวกเราไม่ทำ มองข้ามตัวเอง ด้วยเหตุนี้ จึง มีหลายคนพูด คนกลุ่มนั้นไปปฏิบัติหลายปีแล้วนะ สองปี ห้าปี สิบปี ทำไมไม่ดีขึ้นสักที เวลาปฏิบัติก็เหมือนกับดูดี เวลาออกจากที่ปฏิบัติไปแล้วไปอยู่กับครอบครัวตัวเอง กับสังคมที่มีอยู่ เกิดเรื่องขึ้นมา ก่อเรื่อง คนนั้นคนนี้ อยากด่าใครก็ด่า อยากว่าใครก็ว่า ตามชอบอกชอบใจ ดู กิริยามารยาททางกายไม่น่าดูเลย ตาเข้ๆ เขียวๆ แดงๆ ก็ว่ากันไป นี่คือ ปฏิบัติได้ยังไง ไม่ต่อเนื่องกัน คนไม่มีสติปัญญา เอาอะไรให้เกียรติทั้งหมด ไม่นำไปรักษาตนเองได้ ไม่นำไปปฏิบัติตนเองได้ นี่คือปัญญา

ตัวปัญญาเป็นตัวนำทั้งหมด ไม่ว่าจะงานทางโลก หรืองานทาง ธรรม หากขาดปัญญามีแต่พังกับพังอย่างเดียว ความรอบคอบไม่มี ความรอบรู้ไม่มี เหตุผลก็ไม่มี ดังนั้นจึงควรฝึกปัญญาให้ดี อย่าพึ่งเอา มรรคผลนิพพานในขณะนี้เลย ในช่วงนี้เป็นหัวเลี้ยวหัวต่อ เราศึกษา ธรรมะแต่ปัญญาเรายังไม่สามารถครอบคลุมทุกอย่างได้ ต้องศึกษา พร้อมกันหลายสิ่งหลายอย่าง การปฏิบัติธรรมในสังคมโลกทำอย่างไร การปฏิบัติธรรมเพื่อเอาตัวรอดทำอย่างไร เพื่อมรรคผลนิพพานทำ อย่างไร มันมีขั้นตอนของมันอยู่ นี่คือภาคปฏิบัติ

คำว่า ตน มีสองตนด้วยกัน ตนทางรูป เรียกว่า รูปธรรม อีกตน คือ ตนทางนาม เรียกว่า นามธรรม ให้เราศึกษาตนของรูปก่อน ให้ เข้าใจส่วนนี้ก่อน ตนของรูปมีอะไรบ้าง ตนของรูปภายในมีอะไรบ้าง ตนของรูปภายนอกมีอะไรบ้าง ต้องศึกษาตนสองตนให้โยงกันได้ ถ้า เรามีตนแล้ว ของของตนก็ต้องตามมา

ตนภายใน หมายถึง ธาตุสี่ คือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม ธาตุไฟ รวมตัวขึ้นมาเป็นตน ตนตัวนี้จะโอบรับคุ้มครอง คือ นามบังคับอยู่ รับรู้อยู่ ปนกันอยู่ เราจะแยกเอาตนหยาบ คือ รูปตน ขึ้นมาพิจารณา เราจะมองธรรมะระดับสูงขึ้นมาใส่ แต่ก็ทำอะไรไม่ได้ พิจารณาธาตุสี่ให้เป็น ดินน้ำลมไฟ พิจารณาสู่อสุภะอสุภัง แยกแยะไป อันนั้นก็เป็นธรรมะ แต่เป็นธรรมะระดับสูง แต่ปัญญาเราไม่ถึงระดับนั้นยังทำไม่ได้

คำว่า ตน คือ สรรวมตนอันนี้ สรรวมกายวาจา ภาย หมายถึง รูปกาย คือ ธาตุดินน้ำลมไฟนี้ทั้งหมด การสรรวมนี้มีอะไรเป็น องค์ประกอบ ส่วนภายนอกประกอบคือ ตนภายนอก นั่นคือ รูป เสียง กลิ่น รส โณภูริัพพะ ทั้งสองอย่างเป็นของคู่เคียงกันมาตลอด มีก่อน ศาสนาพุทธจะเกิดขึ้นในโลก คนยุคก่อนสมัยก่อนที่ศาสนาพุทธยังไม่ได้ เกิดขึ้นในโลก คนก็มี ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ก็มี รูป เสียง กลิ่น รส โณภูริัพพะ สัมผัสกันมาตลอด ของสองอย่างนี้ มีตาภายใน กับรูป ภายนอก สัมผัสกัน แต่ตาภายใน กับรูปภายใน เราเข้าใจจริงๆ ยังไม่ เข้าใจส่วนนี้ จึงมองหา รูปภายนอกอย่างเดียว เรียกว่า น้อมไม่เป็น นี่ คือขาดปัญญาเช่นกัน

การสรรวม การพูด การทำ การทำมีกิ๊ประเภท คือการสัมผัส ทางตามีอะไรบ้าง คือสิ่งที่เราเห็นกันทุกคน เรื่องสัมผัสเป็นธรรมดาของ สัตว์โลก แต่ให้ระวังตัวหนึ่ง คือ ตาภายใน คือตัวละเอียดกิเลสตัณหา มันแฝงอัดตาดัวนี้อยู่ ปัญญาเราจะหยั่งถึงไหม หยั่งไม่ถึงตัวนั้นหรือ กมันละเอียดยิบเกินไป หยั่งไม่ได้ ยังไม่เห็น กิเลสตัณหามันแฝงอัดตา ภายใน หมายถึงนาม เมื่อกิเลสตัณหามันแฝงอัดตาภายในคือ นามเรา

แล้ว มันจะคุมไปถึง อัตตาคือรูปนี้ด้วย มันคุมถึงรูปภายนอกอีกด้วย นี่คือกิเลสตัณหาแฝงอัตตาทภายใน ตัวนี้แหละที่เราต้องการอยากจะทำให้ได้ แต่ทำไม่ได้ เพราะสติปัญญาเรายังไม่ละเอียดพอ เราต้องฝึกปัญญาพื้นๆ ให้ชำนาญก่อน ไม่ใช่จะเอาความคิดความเข้าใจละถอนปล่อยวาง มันยังทำไม่ได้ อย่าไปอยากอย่างนั้น

เหมือนนักชกนักมวย อยากขึ้นเวทีไปเอาเข็มขัดโลกมาใส่คาดเอว แต่กำลังวังชาของตัวเองพร้อมรัยที่จะขึ้นชกชิงแชมป์ เมื่อยังไม่พร้อมแล้วขึ้นไปลิ อะไรจะดีขึ้น เป็นหมูให้เขาเท่านั้น จะชกจะต่อยอย่างไรก็ไม่เคยชก จะชกตามลำพังตามอำเภอใจตัวเองได้ยังไง มันต้องมีสูตรในการชก การชกมันต้องศึกษาคู่ชกให้ชำนาญก่อนว่า คู่ชกนั้นเขาดีขนาดไหน เขาเก่งขนาดไหน เขาออกหมัดอย่างไร ตีศอกอย่างไร ต้องศึกษาคู่ต่อสู้ให้เข้าใจ เมื่อเข้าใจแล้วยังไม่พอ ยังต้องฝึกซ้อมอีก การฝึกเราต้องฝึกนอกเวที ฝึกอย่างไร เตะกระสอบเตะอย่างไร การตีศอก ออกหมัด ทำอย่างไร ต้องชำนาญในการฝึกก่อน เมื่อชำนาญพร้อมแล้ว จึงขึ้นเวทีไปต่อกรกับเขาทีหลัง การขึ้นไปเอาชนะเขานั้นแหละ แต่ก็แพ้เขาลงมาได้ เมื่อแพ้เขาก็ต้องมาฝึกตนเองใหม่ ว่าเราแพ้เขาตรงไหน ทำไมเขาเตะถูกเราได้ ทำไมเขาน็อกเราได้ เรามีความบกพร่องตรงไหน ก็ต้องมาฝึกวิธีการรับ การปกป้องตัวเองให้ได้ หลังจากนั้น ก็ขึ้นเวทีใหม่ เมื่อแพ้ก็ก็ต้องมาศึกษาตนเองใหม่ หาจุดอ่อนตัวเองให้เป็น ไม่ใช่ว่ามีกำลังอย่างเดียวจะเอาชนะเขาได้ นะ ความฉลาดในการชกต้องมีหลายๆ อย่าง พร้อมกัน จึงจะเอาชนะเขาได้

นี่ฉันใด การภาวนาปฏิบัติก็ต้องใช้กำลัง แต่เรารู้จักแต่กำลัง

สมาธิ กำลังสติเราพร้อมรียัง เราฝึกกรียัง กำลังปัญญาเราฝึกพร้อมรียัง เพียงกำลังสมาธิเพียงอย่างเดียวทำอะไรไม่ได้ ขึ้นไปบนเวทีเป็นหมูให้เขาคืนนั่นแหละ ลีลาในการชกไม่มี กิเลสตัณหาต่างๆ เขาเป็นแชมป์มาก่อน เขามีอำนาจเหนือใจเรามาก่อน เราจะทำลายเขาได้ง่ายๆ ได้เมื่อไร

ความคิดของกิเลสตัณหาคิดเรื่องอะไร จึงทำให้ใจหลงใหลมกมายอยู่กับโลกมาได้ มันหาวิธีหลอกใจเราให้เกิดแก่เจ็บตายหลงกับโลก มาร้อยกับพันกัลป์จนถึงชาติปัจจุบัน การศึกษากิเลสตนเองทำไมไม่ศึกษา ส่วนมากเราไปศึกษาธรรมะ การศึกษาธรรมะอย่างเดียวทำอะไรไม่ได้เลย มันต้องศึกษาคู่ต่อสู้อีกชั้นตอนหนึ่ง เราศึกษาธรรมะไปเพื่ออะไร เพื่อโค่นล้มคู่ต่อสู้ให้ราบเรียบ ให้เขาแพ้เรา ไม่ใช่ว่ามีเครื่องมือดี แต่ขาดการศึกษาคู่ต่อสู้ ก็แพ้เท่านั้น เรามีอาวุธที่ดี ดูอย่างทหาร เป็นต้น ถึงมีอาวุธดีก็ตาม แต่ถ้าไม่ได้ศึกษาคู่ต่อสู้แล้ว เวลาเข้าไปก็เหยียบระเบิดตายเท่านั้น จะเดินจ้วงๆ ไปเตะครุฑคอเขาให้ตาย จะเป็นไปได้ยังไง เรามีหลุม เรามีบังเกอร์ เขายิงมา เราก็ตายหมด

ฉะนั้น กิเลสตัณหาที่ว่ามา เป็นหลักใหญ่ในใจของคน มันสามารถล่อหลอกหล່หลอมให้เรามาเกิดตายกับโลกนี้หลายกัปหลายกัลป์ ตั้งแต่ชาตินั้นจนถึงชาติปัจจุบันนี้ เรียกว่า ถูกหลอกมาเกิด การหลอกให้ใจมาเกิด ไม่ใช่เอาอย่างอื่นมาหลอกนะ เอาความพอใจ เอาความยินดีนั่นแหละ สิ่งใดที่ทำให้ใจหลงที่ไหนก็เอามาหลอกที่นั่น กิเลสหลอก คนหลอก หลอกที่ไหน เอาสิ่งที่เรารัก เรามีความสนใจเรื่องอะไร เรามีความยินดีเรื่องอะไร มันเอาสิ่งนั้นนั่นแหละมาหลอกใจ หลอก

ตามน้ำ เราก็หลงไปเลย

เหมือนคนเล่นหุ่นต่างๆ คนเสียเงินได้เพราะอะไร เพราะอยากได้เงิน อยากรวย จึงลงมือลงขันกันเล่นหุ่นกับเขา สุดท้ายก็พังไปตามๆ กัน นั่นคือความอยากรายนั่นเอง ใจเราอยากนั้นอยากนี้ขึ้นมา มันยังฝังใจอยู่ ก็เลยมันจะหลอกในสิ่งที่เราอยากนั่นเอง ความอยากมันแฝงขึ้นมา เรียกว่า อยากตามน้ำ เราก็ลืมหูลืมตาไปเลย นั่นแหละ การศึกษากิเลส เราศึกษาริย์ยัง ศึกษาธรรมะ แต่ว่าเอาไปทำอะไรกับกิเลส จะไปแก้เขาได้ไหม จะมีการปฏิบัติอย่างไรให้กิเลสหายไปหรือหมดไปจากใจ ต้องมีขั้นตอนการศึกษา

งานทุกอย่างไม่ว่าจะเป็นงานทางโลกหรืองานทางธรรม มันต้องศึกษาก่อนจึงลงมือปฏิบัติ จึงลงมือทำงานได้ งานโรงเรียนก็ดี เป็นครู เป็นอาจารย์เป็นแพทย์เป็นหมอบเป็นพยาบาลก็ดี งานทุกอย่างต้องศึกษา มาทั้งนั้น เมื่อศึกษามาก็ฝึกปฏิบัติ ชาวนาชาวสวนก็ต้องศึกษาการทำไร่ทำนาของเขา ศึกษาปฏิบัติไปด้วย หรือจะเป็นเจ้านายก็ต้องศึกษา คือฝึกงานไปด้วย ฝึกงานทดลองทดสอบการศึกษา ถ้าไม่ดีจุดนี้ก็หาเปลี่ยนจุดใหม่ การที่ได้ยาดีๆ มารักษาคนทุกวันนี้ ก่อนได้ยาดีๆ ก็ต้องศึกษาทดสอบก็ครั้งก็หน มันขาดตรงไหน มันเกินตรงไหน มันบกพร่องตรงไหน ต้องศึกษาให้สมบูรณ์แบบในยาแต่ละประเภท ไม่ใช่ว่าจะเอายาอะไรก็ได้มากิน ต้องศึกษา ต้องพร้อม

คนมีอะไรจึงจะศึกษาได้ ก็ต้องมีปัญญาอีกนั่นแหละ เราศึกษา งานต่างๆ แล้วนำมาปฏิบัติ ขนาดนั้นก็ยังผิดพลาดอยู่ นี่คือนานาทางโลก ส่วนงานทางธรรม เป็นการละอาสวะให้เบาบางไปหรือหมดไป

เป็นงานละเอียดสุด เหลือกำลังที่คนธรรมดาจะคิดได้ทำได้ จะมีเฉพาะผู้มีสติปัญญาที่ดีเท่านั้นที่จะศึกษาส่วนนี้ได้ เราเกิดตายกับโลกนี้มา ยาวนานเพราะเราขาดการศึกษาอันนี้ คือศึกษากิเลสตนเองไม่เป็น ทำตามกิเลสทุกชั้นตอน ทำตามตัณหาทุกสิ่งทุกอย่าง เอาตามใจชอบทุกสิ่งทุกอย่าง ลืมตัวเอง เป็นคนขาดเหตุขาดผล กิเลสตัณหาทำให้เราเกิดกับโลกนี้ได้อย่างไรบ้าง นั่นคือความผูกมัด คือเข้าใจผิด หลงผิด คือตัวมิจฉานั่นเอง ไม่ใช่ว่าจะปฏิบัติเอาสัมมาที่เดียวไม่ได้นะ การปฏิบัติจะเอาตัวสัมมาที่ปฏิญญาได้ต้องรู้จักตัวมิจฉาคืออะไรก่อน ตัวมิจฉายังไม่รู้เรื่องเลย จะไปเอาสัมมาได้อย่างไร เอาไม่ได้ ต้องรู้จักมิจฉาคืออะไรก่อน ตัวมิจฉาตัวเดียวที่ทำให้คนมาเกิดในโลกนี้ เป็นวัฏจักรหมุนไปเวียนมา ตั้งแต่กับนั้นจนถึงปัจจุบันนี้ และก็จะหมุนเวียนไปภพหน้าชาติหน้า หาที่สิ้นสุดไม่ได้ ก็เพราะตัวมิจฉาคือความเห็นผิดตัวนี้ตัวเดียว

ความเห็นผิดเล็กๆ คือ อุปาทาน ตรงนี้ ถ้าคนปัญญาไม่ดีก็หมดสิทธิ์ทันที ความเห็นผิดนี้เป็นฐานใหญ่ที่ทำให้คนมาเกิดกับโลก สัตว์ทุกตัวมนุษย์ทุกเหล่าทุกคน มาเกิดเพราะความเห็นผิดว่า นี่เป็นเรา นี่เป็นของของเรา การที่กั๊กว่า ของภายนอกเป็นของของเรา ก็เห็นผิดอีก ตัวเห็นผิดตัวเดียวนี้ จะก่อให้เกิดความคิดผิด คิดว่าเป็นเราเป็นของของเราต่อไปเรื่อยๆ เกิดอุปาทานยึดมั่นถือมั่นขึ้นมา

การที่จะไม่มาเกิดกับโลกนี้ ไม่ใช่ว่าจะบังคับให้ตัณหาหมดไปสิ้นไปได้ทันที ต้องตัดกำลังกิเลสตัณหาอย่างหยาบๆ ก่อน คือโลก คำว่า ความโลภตัวเดียว สิ่งใดทำให้เกิดความโลภ เป็นความจริงอยู่ว่า

ความโลภอยู่ที่ใจ ใจนี้แหละเป็นตัวโลก เพราะกิเลสความโลภอยู่ที่ใจ มันต้องศึกษาวิธีการละความโลภว่าทำอย่างไร และก็ไม่ใช่ว่าจะไปให้บริจาคทานเยอะๆ อันนั้นก็ให้ อันนี้ก็ให้ นั่นไม่ใช่การหยุดความโลภ เรากำลังเข้าใจผิด เพราะนั่นมันเป็นเรื่องการบริจาคทาน ความรักความสงสาร การให้ตามหน้าที่เท่านั้น

ความโลภจริงๆ อยู่ที่ใจ โลกเรื่องอะไร อะไรเป็นฐานของความโลภ ก็ตัวตัณหานั่นแหละ คือความอยากเป็นฐานให้เกิดความโลภขึ้นมาได้ เราต้องศึกษาว่า ความโลภตัวเดียว มันมีอะไรเป็นตัวโลก คือวัตถุสมบัติใหม่ๆ นั่นก็ส่วนหนึ่ง ทำไมจึงไปหลงวัตถุสมบัติ ก็เพราะมีโมหะอีกส่วนหนึ่ง มันโยงกันหมด โมหะความหลงทำให้เกิดความโลภขึ้นมา เป็นตัณหาขึ้นมา ว่าสมบัติทั้งปวงเป็นของของเรา มันฝังลึกอยู่อย่างนั้น มันฝังใจเป็นอุปาทาน คือแยกไม่ออก เพียงแค่วัตถุสมบัติ ก็ทำให้ใจเกิดความโลภขึ้นมาได้ ไม่ต้องไปเอากิเลสตัวอื่นหอรอก ให้ตัดกำลังความโลภนี้เสีย

ส่วนใดที่ทำให้ความโลภเกิดขึ้นได้ มีวัตถุอะไรที่ทำให้หลอกใจเราได้ คือวัตถุภายนอกเป็นเรื่องใหญ่ คือเงินทองกองสมบัติเป็นต้น ความโลภมายังไม่พอ มันเกิดความยึดถือว่าเป็นของของเราด้วย ฝังใจอยู่อย่างนั้นด้วย การฝังใจนี้คืออุปาทานยึดแน่นมาก่อน นี้คือถึงไม่ไปสวรรค์ก็มาเกิดในโลกนี้อีก ไม่ถึงมรรคผลนิพพาน คือห่วงอยู่ ฝังอยู่ ห่วงโน่นบ้างนี่บ้าง ก็มาเกิดกับสิ่งเหล่านี้แหละ มีประวัติหลายเรื่อง

ยกตัวอย่าง แม้กระทั่ง พระหลงยึดจีวรว่าสวย เมื่อตายไป แทนที่จะไปสวรรค์ ไปนิพพาน ก็ไปไม่ได้ ไปเป็นเปรตรักษาผ้าอยู่นั่น

แหละ ของสิ่งใดก็ตาม สิ่งภายนอกที่เราสร้างมา ถ้าเรามีความผูกพัน หลงผิดติดอยู่กับของสิ่งใดขึ้นมา จะมาเกิดกับของสิ่งนั้น นี่คือ “**ตัวกำลัง**” ที่เราต้องแก้ ผู้ปฏิบัติที่จะตัดกำลังตัวนี้ได้ก็คือ ทำอย่างไรเราจะไม่โลภ ไม่ให้เกิดความโลภขึ้นกับตัวเองได้ ส่วนหยาบๆ เราแก้ได้ยังไง นั่นคือ เราทุกคนมีวิัตถุสมบัติ เมื่อเรามีความยึดถือผูกพันกับสิ่งเหล่านี้ เมื่อตายไปก็ต้องมาเกิดใหม่ ผู้ไปสวรรค์ก็ว่ายากอยู่แล้ว ไม่ต้องพูดถึง นิพพาน แค่สวรรค์ของง่าย ๆ ก็ยากที่จะไปได้

พระพุทธเจ้าท่านเปรียบเทียบไว้ว่า บุคคลที่จะไปสู่สวรรค์นั้น เหมือนเขาโค โคตัวหนึ่งมีสองเขาเท่านั้น แต่บุคคลที่จะไปสู่อบายภูมิ เท่ากับชนโค ชนโคมีมากขนาดไหนนั่นคือผู้ที่จะไปสู่อบายภูมิ มีมากขนาดนั้น เพราะความยึดมั่นถือมั่น หลงผิดว่าเป็นของของตนเอง

สมมติว่า คนนั้นทำบุญให้ทาน หมดเงินไปหลายหมื่นหลายล้าน ก็ตาม ขณะที่ทำอยู่ก็เกิดความปีติเอิบอิ่มใจ แต่วันดีคืนดีเมื่อถึงเวลาที่จิตจะออกจากร่าง จิตไปคิดถึงผูกพันกับสิ่งใดสิ่งหนึ่งอยู่นั้นแหละ เรียกร้อย ไปไหนไม่ได้เลย สวรรค์ก็ไปไม่ได้เลย เพราะอุปาทานความยึดมั่นถือมั่นเป็นเรื่องใหญ่ คือเอาตอนสุดท้าย ของเก่าที่เป็นบุญหายไปไหนใหม่ ไม่หาย แต่กำลังไม่พอขณะนั้น กำลังความยึดมั่นถือมั่น เกิดขึ้นแทน เกิดความหวังไร่หวังสวน ถ้าใจเราหวังในสิ่งใดจะมากเกิดกับของสิ่งนั้น บุญต่างๆ ที่มีอยู่เอาไว้ก่อน เอาความหวังรับผลกรรมไปก่อน เมื่อหลุดจากความหวังนี้ไปแล้ว จึงจะขึ้นสวรรค์ที่หลัง ไม่ใช่ว่าทานเดี๋ยวนี้ จะขึ้นสวรรค์ทันที ต้องมองจุดสุดท้ายก่อนจิตจะออกจากร่างเป็นอย่างไร มันจะมีกรรมนิमितปรากฏก่อนเวลาจะตาย ครึ่งนาที

หรือหนึ่งนาที่ไม่เกินนั้น เมื่อกรรมนิमितเกิดขึ้น ตนเองแก้ได้ไหม แก้ไม่ได้ หมดลสิทธิ์ กรรมของความยึดมั่นมันฝังใจ จึงต้องมาเกิดอีก นี่คือความหวังใยของโลกนี้

คนมีความหวังใยโลกนี้ จึงมาเกิดกับโลกนี้ แต่วิธีการหวังใย อาจแตกต่างกันไป ความแตกต่างไม่สำคัญ สำคัญที่มาเกิดกับโลกนี้ แล้วนั่นเอง นี่คือน้องศึกษา ศึกษาธรรมศึกษาได้ แต่ศึกษาความโลภ ของตนเองศึกษาไม่ได้ ศึกษาความยึดมั่นอุปาทานศึกษาไม่ได้ นี่หรือคือนักปฏิบัติ เขาไม่พูดหรือกรรมะหมวดนั้นหมวดนี้ เขาพูดเรื่องความยึดติดผูกพัน นี่คือแก้ปัญหาตนเองให้เป็น ถ้าเราไม่ศึกษาตัวนี้ จะมีปัญหากับการปฏิบัติของเราได้ นี่คือของหยาบๆ ง่าย ๆ

เมื่อหลงวัตถุสมบัติภายนอกไม่พอ ยังมาหลงธาตุอัตตาตัวตน คือธาตุตัวเรา นี่คือน้ำของกุเหมือนท่านพุทธทาสพูดไว้ ชัดเจนมาก หลวงพ่อชวยยกไว้เป็นพิเศษ ฤกษ์และชัดเจน คนหลงตัวกูเมื่อไร ก็หลงของกูตามกันไป ถ้าหลงสิ่งนี้ก็เกิดตายกับโลกนี้ต่อไป ปัญญาเรา ต้องมาศึกษาตัวนี้ คือสร้างปัญญาเราให้เป็น

ทุกคนที่นิ่งอยู่ที่นี้มีปัญญา แต่เป็นปัญญาที่ไม่ได้ฝึกในทางธรรมะ เรียกว่า ปัญญาดิบ ไม่สุก เหมือนกับน้ำมันดูขึ้นมาจากพื้นดิน ใสถึงไว้ จะเอามาใส่รถใส่เรือวิ่งตามถนนหนทาง ยังไม่ได้ เพราะน้ำมันไม่ได้กลั่นกรอง ต้องแยกให้เป็นน้ำมันดีเซล เบนซิน เชื้อเพลิงก่อน จึงจะใส่รถได้

นี่ฉันใด ปัญญาที่เราเมื่ออยู่ ต้องนำมากลั่นกรองเสียก่อน เอามาฝึก ปัญญาส่วนไหนทางโลก ส่วนไหนทางธรรม ต้องศึกษาให้ชัดเจน

เสียก่อน ปัญญาที่นั่นจึงนำมาใช้ประโยชน์ได้ ปัญญาที่ยังไม่ได้
 กลับกรอง จะนำไปใช้เป็นเครื่องมือพาไปสู่มรรคผลนิพพาน ไม่ได้ นี่
 คือ ปัญญาภาคปริยัติระดับหนึ่ง ปัญญาภาคปฏิบัติเป็นอีกระดับหนึ่ง
 ปริยัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ

คำว่า ปริยัติ นี้ ในสมัยพุทธกาลไม่ได้พูดตำราอะไรเลย แล้วจะ
 มีปริยัติมั๊ย มีปริยัติ แต่เขามีแค่การได้ยินได้ฟัง นี่คือนิยัติ แล้วนำไป
 ปฏิบัติ ถึงธรรมะน้อยๆ แค่มวดสองหมวด เขาก็นำไปปฏิบัติได้ นี่คือนิ
 ปัญญาสัมมาทิฐิความเห็นชอบของเขา มันจะมีคุณค่าขึ้นมาตรงนั้น
 ถึงจะมีปัญญามากก็ตาม แต่ถ้ายังเป็นมิจฉาอยู่ก็จะทำอะไรไม่ได้เลย
 ไม่มีคุณค่าเลย ตัวมิจฉาจะบังคับใจให้เห็นผิดหลงผิดได้ ที่นี้ปัญญาที่
 มีอยู่ก็จะทำอะไรไม่ได้ ต้องกลับกรองปัญญาเราเสียใหม่ เพื่อให้แหลม
 คมละเอียดยับ ฝึกฝนปัญญาของเรา สร้างปัญญาของเราโดยเหตุผล
 เป็นตัวตัดสิน อย่าคิดอะไรตามใจชอบว่าเราถูกแล้ว เราพูดทุกสิ่งทุก
 อย่างถูกแล้ว นั่นไม่ใช่ ต้องเอาเหตุผลเป็นตัวตัดสินอีกครั้งหนึ่ง ต้อง
 ฝึกปัญญาของเรา คือความฉลาด ความรอบรู้ความเข้าใจตามเหตุและ
 ผล

เพราะปัญญานี้เป็นตัวแก้ทุกสิ่งทุกอย่าง ทางโลกก็ได้ ทางธรรม
 ก็ได้ ส่วนรวมก็ได้ ส่วนตัวก็ได้ นี่คือนิปัญญาเราต้องกลับกรองออกมา
 อีกครั้งหนึ่ง ไม่ใช่ว่าจะเอาความรู้ไปละกิเลส ไม่มีใครทำได้ คนเราไม่
 เข้าใจปัญญาในภาคปฏิบัติ จะเอาปัญญาในภาคปริยัติไปละกิเลสได้
 ยังไง ต้องเอาปัญญาในภาคปฏิบัติโน่น ปัญญาในภาคปฏิเวธโน่น เป็น
 ตัวละกิเลสตัณหา ไม่ใช่เอาปัญญาในภาคปริยัติไปละ ปัญญานี้เป็น

เพียงศึกษาแนวทางเส้นทางเท่านั้นเอง

ทีนี้เราเป็นฆราวาสญาติโยม จะไปศึกษาปริยัติเหมือนพระทั้งหลายไม่ได้ ต้องเอากำลังที่เรามืออยู่มาศึกษาปัญหาของตนเองแล้วแก้ไขตนเอง นี่ก็พอแล้ว เคยเห็นไหม ประวัติพระหลายองค์ที่มีชื่อเสียงในเมืองไทย มีความรู้มีชื่อเสียงขนาดนั้น ยังแก้ปัญหาดตัวเองไม่ได้ ก่อเรื่องก่อราวในสังคม เรียกว่า คนมีความรู้สูง ถ้ามรรณะชั้นไหนรู้หมดหมวดต่ำหมวดกลางหมวดสูงละเอียดถึงขั้นนิพพาน รู้หมด แต่ปัญหาเต็มตัวแก้ไม่ได้ ความรู้นี่แก้ปัญหไม่ได้

คนเรามีความรู้อยู่ แต่ปัญญาไม่มี เมื่อปัญญาไม่มี ก็ไม่สามารถเอาความรู้ไปแก้ไขปัญหาดตัวเองได้ จึงต้องฝึกปัญญาให้ดี ให้แหลมลึกลงไป คือศึกษาถึงเหตุถึงผลต้องศึกษาตัวนี้ ศึกษาธรรมชาติปฏิบัติต้องดูตนเองเป็นหลักใหญ่ เป็นหลักยืนตัวคือ ดูอัตรตาตนเอง ต้องศึกษาให้เป็น

อัตรตาภายใน คือตัวนาม เป็นตัวก่อให้เกิดอัตรารูปขึ้นมาได้ ถ้าไม่มีอัตรตาภายในเป็นตัวก่อให้เกิดขึ้นมา จะเกิดอัตรารูปได้ยังไง เกิดไม่ได้ต้องมีอัตรตาภายในขึ้นมา คือ เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ กิเลสมันแฝงอยู่ตรงนี้ ที่ตัวอัตรตาภายใน คือ นามธรรม แต่ตรงนี้ ใครจะมีปัญญาหยั่งรู้ใหม่ ยากที่จะหยั่งรู้ได้ ถึงจะมีการศึกษาภาคปริยัติมากเท่าใด ก็ไม่อาจรู้ได้ สิ่งที่จะรู้ได้คือ ปัญญาที่ละเอียดสุขุมลุ่มลึกเท่านั้น

ฉะนั้น ชั้นนี้ห่านี้ เรามาเข้าใจผิดว่าเป็นตน รูปเป็นตน เวทนาเป็นตน สัญญาเป็นตน สังขารเป็นตน วิญญาณเป็นตน เป็นตนตลอด

เลย ดังนั้นเราจะไปศึกษาตนภายในให้รู้ชัดเห็นจริงนั้น รู้ไม่ได้ เพราะ ปัญญาเรายังไม่ถึง กำลังเราไม่พอส่วนนั้นๆ เหมือนกล้องจุลทรรศน์ เรายังไม่ได้สร้างขึ้นมา จะไปวิจัยเซลล์ต่างๆ โรคต่างๆ เรายังทำไม่ได้ กล้องเรายังหยาบ มองไม่เห็น ช่างทั้งตัวเรายังมองไม่เห็นเลย กล้อง ภายในคือปัญญาเรายังไม่มี กล้องจุลทรรศน์คือตาปัญญาเรายังไม่ได้ สร้าง ต้องสร้างจากฐานปัญญาขั้นพื้นฐานนี้ไป ค่อยคิดให้เห็นจริงตาม เป็นจริงไป สัมมาทิฐิความเห็นชอบเป็นฐานใหญ่ของปัญญานี้ ปัญญาทางธรรมะ

ความเห็นชอบส่วนหยาบๆ เป็นอย่างไร ความเห็นชอบอย่าง กลางเป็นอย่างไร อย่างละเอียดเป็นอย่างไร ต้องฝึกขั้นหยาบๆ นี้ไป ก่อน ความเห็นชอบอย่างหยาบจะไปละมิจฉาทิฐิอย่างหยาบ อันนี้ เราจะทำให้เข้าใจตัวนี้ นี่คือนิยามอย่างหยาบละความเห็นอย่างหยาบ ปัญญาอย่างกลางละความเห็นอย่างกลาง ปัญญาขั้นละเอียดละ ความเห็นขั้นละเอียด แต่ตอนนี้นิยามอย่างหยาบเรามีรียัง เมื่อ ปัญญาอย่างหยาบยังไม่มี จะไปกระโดดโลดเต้นละปัญญาอย่าง ละเอียดจึงทำไม่ได้ การฝึกความเห็นจึงเป็นหลักใหญ่ในการปฏิบัติ ธรรม

หลวงพ่อดีพูดในเบื้องต้นว่า หลวงปู่ขาวให้ธรรมะที่หลวงพ่อดูดตี๋ที่สุด ผังใจลึกที่สุดคือ ทำตัวเป็นผ้าชีว้นผืนหนึ่ง นี่คือนิยาม เป็นตัวบังคับประตูปิดเปิด สิ่งใดควรออกไปและไม่ควรออกไป ต้องดูตัว นี้คือผ้าชีว้นผืนนี้

นี่คือ การให้คำแนะนำอุบายธรรมะมาทั้งหมดนี้ เราให้ศึกษา

ธรรมชาติส่วนตนและผู้อื่นให้เข้าใจ ทีนี้ปัญหาส่วนผู้อื่น หลายเรื่องที่
 ธรรมชาติมีปัญหาประจำตัวอยู่ มีปัญหากับครอบครัว กับสังคม ยังไม่
 กล้าที่จะเปิดเผยให้หลวงพ่อรู้ ยังอมไว้อยู่ ยังกลืนไว้อยู่ หลวงพ่อไม่มี
 ปัญญาญาณหยั่งรู้ได้ว่า ใครมีปัญหาอะไรอยู่ หลวงพ่อจึงให้ลูกศิษย์ลูก
 หาที่นั่งอยู่ด้วยกัน ปรีกษากัน ให้ความคิดความเห็นกัน สำหรับ
 ธรรมชาติที่ นั่งอยู่ด้วยกันย่อมจะเปิดเผยความลับส่วนตัวออกมาได้
 ปัญหาต่างๆ ที่ฝังตัวอย่างไร ให้เปิดเผยออกมาฟัง ใครมีประสบการณ์
 ส่วนตัวอย่างไร ให้ช่วยกัน นี่คือนิยามปัญหาหายๆ ในสังคม ครอบครัว
 และส่วนตัวด้วย หลวงพ่อจึงให้ ตั้งวง ตีวงคุยกัน

ปีนี้ โชคดีที่คณะศิษย์อเมริกาที่หลวงพ่อดีสอนไว้ ก็จะมา
 ช่วยกัน คณะพวกเราในเมืองไทยก็พอจะมีหลายคนที่มีความสามารถ
 เข้าใจในเหตุในผล พอจะแก้ปัญหาค้นเองและผู้อื่นได้ก็มีอยู่ ปัญหา
 หายๆ ทางสังคมธรรมดาก็ให้ช่วยกัน ปัญหาทั้งหมดจะให้หลวงพ่อบ
 อธิบายให้ฟัง พวกเราก็ไม่เข้าใจ และพวกเราเองก็ไม่กล้าเปิดเผยด้วย
 จึงให้คณะลูกศิษย์ทุกคนพยุกัน ช่วยกัน ให้ผ่านพ้นปัญหาหายๆ นี้
 ไป ช่วยกันคิด

เหมือนคนโบราณว่า ผงเข้าตาเอาออกเองไม่ได้ ต้องให้คนอื่น
 ช่วยเอาออกให้ นี่ชัดเจนและเป็นความจริง ต้องช่วยกัน คือ ช่วยให้
 คำแนะนำซึ่งกันและกัน มีปัญหาอย่างนี้ จะใช้อุปายแก้กันอย่างไร
 เพื่อให้อยู่สุขสบาย นี่คือนิยาม รู้หลบเป็นปีก รู้หลีกเป็นหาง คือหลบ
 เป็นบางเวลา หลีกเป็นบางเวลา เพราะปัญหาต่างๆ มันกำเริบอยู่แล้ว
 ต้องหาวิธีหลบให้เป็น หลีกให้เป็น คือเราไม่ชนตรงๆ เราอ้อมเป็นหลัก

เข้าใจ นี่คือการอธิบายในการแก้ปัญหาตนเอง จะแก้ไขหมดไปขณะนี้ มันหมดไม่ได้ มันจะอยู่เต็มโลกนี้ตลอดไป ในโลกนี้คือโลกแห่งปัญหา ปัญหานานาชนิด ต้นเหตุของปัญหาคือเกิดจากเราเป็นต้นเหตุคือไปยึดไปหลง ไม่เข้าใจในส่วนนั้นๆ ความไม่เข้าใจปัญหาต่างๆ คืออะไร คือ อวิชา คือ ก่อเรื่องเกิดปัญหากับตนเองกับคนอื่นมายาวนาน จึงเป็นทุกข์ทรมานใจอยู่ตลอดเวลา คือตัวอวิชา

ตัวอวิชาค่านี้นี้เป็นศัพท์ที่สูงใหม่ ไม่สูง มันมีทั้งอวิชาอย่างหยาบ อย่างกลาง อย่างละเอียด คือไม่รู้ความจริงอย่างหยาบ ไม่รู้ความจริงอย่างกลาง และไม่รู้ความจริงขั้นละเอียด ความโลภก็เช่นกัน คือหลงความจริงอย่างหยาบ หลงความจริงอย่างกลาง หลงความจริงอย่างละเอียด อวิชาอยู่ตรงนี้ เราพยายามแก้อย่างหยาบๆ ก่อนดีไหม อย่างฟังไปยุ่งกับส่วนละเอียด เอาให้พอหายใจอ้าปากได้ก่อน ให้มีกำลังใจได้ก่อน เรียกว่า เสริมกำลัง กำลังของสติ กำลังของปัญญา กำลังความสามารถเฉพาะตัวให้พร้อม จึงเรียกว่า ตนแลเป็นที่พึ่งของตน บาลีค่านี้นี้ทุกคนพูดกันมายาวนาน

อิตตาหิ อิตตะโน นาโถ ตนแลเป็นที่พึ่งของตน พูดทำไม เมื่อพูดแล้วปฏิบัติไม่ได้ ผู้ปฏิบัติได้ต้องมีสติปัญญาดีก่อน จึงจะปฏิบัติได้ ฟังตนฟังอย่างไร คือฟังความสามารถเฉพาะตัว ฟังสติตนเอง ฟังปัญญาตนเอง ฟังความฉลาดของตนเอง

เดี๋ยวนี้เราฟังคนอื่นมากไป อยากรู้ธรรมะหมวดไหนก็ไปอ่านตำราเอา ฟังหลวงพ่อกับเขา แล้วก็จำไปเท่านั้นเอง จำไปก็ทำอะไรไม่ได้ ไม่รู้เรื่องเลย แก้ปัญหาตนเองไม่ได้เลย ถ้าเป็นคนจะไปซื้ออาหารที่

ตลาดมากิน เวลาจ่ายตลาด ซื้อเปิด ซื้อไก่ ซื้อปลา ซื้อเป็น อันนี้เป็นเปิด เป็นไก่ เป็นปลา เข้าใจหมด พริก มะเขือ เกลือ ปลา ร้า รู้จักหมด แต่อย่าถามว่า สิ่งต่างๆ มาปรุงเป็นอาหารทำยังไง ทำไม่ได้เลย แต่นี้ก็ไม่รู้เรื่อง รู้อยู่ แต่ทำกินไม่เป็น ต้องอาศัยคนอื่นทำให้กิน แล้วกัน หิวขึ้นมาใหม่ก็ขออีก ขอมากกินไป ทำไม่ไม่ช่วยตนเองให้เป็น ต้องฝึกทำสิ ทำครั้งแรกไม่อร่อย ก็ต้องสังเกตสิ ถ้ามันเค็ม ครั้งหน้าก็ต้องลดเกลือลง ทำให้ถูกปากเราสิ เดี๋ยวไปหน่อย ครั้งหน้าก็ต้องลดพริกลง ถ้ามันจางก็ต้องเพิ่มเกลือเพิ่มพริก ให้ทำบ่อยๆ พอดีกับปากเรา ทำได้มัยนี้คือลักษณะเราฟังเรา ครั้งหน้าจะได้ไม่ต้องไปขอคนอื่น เราทำเองได้ซื้อเองได้

เหมือนถ้วยเดียว แต่ละถ้วยที่เขาทำ เขาชิมทุกถ้วยรีเปลา เขาไม่ชิม เขาตักดวงความพอเหมาะพอดี ก้วยเดียวถ้วยเท่านี้ใส่พริกขนาดไหน เกลือขนาดไหน ใส่พอเหมาะพอดี พอไปกินแล้วก็อร่อยได้เลย นี่คือชำนาญแล้ว ขณะนี้เรากำลังฝึกทำก้วยเดียว ต้องฝึกหลายครั้ง บ่อยๆ จึงจะรู้ว่าปริมาณการใส่ให้อร่อยทำอย่างไร จะรู้ได้เองสติปัญญาเราต้องฝึกตนเอง ปัญญาของเราขนาดนี้แก้ปัญญาของตนเองได้แล้ว นี่ละ ตนแลเป็นที่พึ่งของตน

การแก้ปัญหาล้วนยาก เอาให้ชำนาญก็แล้วกัน พวกเรามักจะไปมองกิเลสต้นหาละเอียด มันไม่ใช่ อวิชชาหยาบๆ ทำไม่ไม่พูด ความไม่เข้าใจปัญหาหยาบๆ ทำไม่ไม่พูดกัน มองข้ามไปหาอวิชชาละเอียด โนน ดีความหมายในธรรมไม่แตก เลยแก้ปัญหิตนเองไม่ได้เลย

การภาวนาปฏิบัติเป็นหลักแก้ปัญญา ไม่ใช่จะมาทำความสงบ

แข่งกันนะ แค่นั้นยังไม่พอ การทำสมาธิไม่ใช่หลักแก้ปัญหา เป็นหลัก
 หลบปัญหาเฉยๆ เมื่อมีปัญหาเกิดขึ้น ก็หลบเข้าสมาธิก่อน จะทำ
 สมาธิตลอดวันตลอดคืนตลอดปีรีเปล่า ก็ไม่ได้ เมื่อถอนออกมาก็มาเจอ
 ปัญหาอันเก่าอีก แล้วก็เข้าสมาธิใหม่ ทำอยู่อย่างนี้ แก้ปัญหาอะไรไม่ได้
 เลย ตัวสมาธิจึงไม่ใช่วิธีแก้ปัญหา ตัวแก้ปัญหาคือสติปัญญาต่างหาก
 แต่กำลังของสมาธิเป็นตัวเสริมต่างหาก ทำเพื่อเสริมปัญญาเท่านั้น แต่
 ถ้าปัญญาไม่มี เมื่อทำสมาธิแล้ว กำลังของสมาธิจะไปเสริมอะไรไม่ได้
 เลย

เหมือนกับ คนมีปากกา ราคาเป็นแสนเป็นล้านก็ตาม ถามว่า มี
 กระดาษเขียนไหม ไม่มี ไม่มีกระดาษเขียน เขียนบนอากาศจะไปมี
 ความหมายอะไร หรือมีปากกาดี แต่เรามีความรู้ที่จะเขียนรีเปล่า ไม่มี
 เขียนภาษาไทยก็ไม่ได้ เขียนภาษาอังกฤษก็ไม่ได้ การมีปากกาอยู่กับ
 เราจะไปดีอะไร ไม่มีประโยชน์อะไรเลย เอาไว้โก้ๆ อวดคนเฉยๆ ถ้าคน
 ไม่มีความรู้การเขียน จะไปมีความหมายอะไร

การทำสมาธิก็เช่นกัน กำลังที่เกิดจากการทำสมาธิจะเอาไปทำ
 อะไร เสริมอะไร เสริมปัญญา ปัญญาเราฝึกரியัง ก็ไม่ได้ฝึก จึงทำ
 อะไรไม่ได้เลย การทำสมาธิเพื่อเสริมปัญญา จึงต้องฝึกคิดไว้ก่อน หรือ
 ถ้าปัญญาไม่มี อย่างมากก็เอากำลังของสมาธิไปใช้ในทางปริยัติ
 ธรรมะหมวดนั้นเป็นอย่างนั้น ธรรมะหมวดนี้เป็นอย่างนี้ นี้ก็ไม่ต่างไป
 จากการอ่านฉลากยา อ่านแล้วก็แล้วกันไป ยาไม่มี มีแต่ฉลากเฉยๆ
 ยาเม็ดสีขาวสีแดงก็ไม่รู้ อ่านแต่ฉลาก จะหายามากินแก้ไข้แก้ปวดก็ทำ
 ไม่ได้

ความรู้ก็เหมือนกัน ปัญญาในภาคปริยัติมีอยู่ แต่จะเอามาปฏิบัติได้ยังไง ทำไม่ได้เลย ก็เราไม่ได้ฝึกภาคปฏิบัติเอาไว้ คำว่าปฏิบัติ คือต้องมีความฉลาดจึงจะปฏิบัติได้ ต้องฝึกปัญญาให้ฉลาดรอบรู้ตามหลักความเป็นจริง คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา นี่คือจุดรวมอยู่ที่นี้

ฝึกคิดบ่อยๆ พิจารณาบ่อยๆ ตรีกตรองบ่อยๆ ให้ชำนาญ งานใดบ้างที่ไม่ได้ฝึก ไม่มี ไม่ว่าจะป็นงานทางโลก งานกีฬาทุกประเภท ต้องฝึกก่อนจะลงสนาม เช่น ฟุตบอล เทนนิส เป็นต้น กีฬาป้องกัน คนจะตีลูกได้ ต้องมีสติที่ดี เขาระลึกทันต่อการตีของเขา นั่นหมายถึง สติระลึกได้

ฝึกพูดบ่อยๆ จนชำนาญในการพูด งานทุกงานจึงต้องฝึก การขับรถก็เช่นกัน ต้องฝึกจึงจะขับรถเป็น ไม่ใช่ว่าจะไปซื้อรถเบนซ์ราคาเป็นล้านมา ขับได้ไหม ขับไม่ได้ ยืนดูเฉยๆ จะไปมีความหมายอะไร ต้องฝึกขับให้เป็น ไม่ใช่เอามาโชว์เฉยๆ

นี่ฉันใด การทำสมาธิไม่ใช่ทำจิตสงบแล้ว จะมาหาความสุขแค่สบายใจประเดี๋ยวประด๋าว เดี่ยวก็เสื่่อม เสื่่อมแล้วก็เข้าสมาธิใหม่วนเวียนอยู่อย่างนี้ ทำอย่างนี้ก็ตายฟรีนะสิ เพราะสมาธิไม่ใช่เรื่องของการละกิเลสตัณหา แต่ข่มกิเลสตัณหาได้ชั่วคราวช่วยยามเท่านั้นเอง ถ้ากำลังสมาธิไม่พอ กิเลสก็พุงขึ้นอีก ยังมีกำลังมากกว่าเก่าด้วยซ้ำไป เอาไปเอามากำลังสมาธิก็จะไปเสริมกิเลสโดยไม่รู้ตัวอีกนั่นแหละ เสริมความอยาก เสริมความโลภ เสริมความโกรธ เสริมความหลงไปด้วยหลงอะไร หลงโมหะสมาธิไป หลงความสุขความสบาย เราจึงหลงทำ

กันอยู่ คนติดสุขหลงสุขโดยไม่รู้ตัวคือปัญญาไม่มี ก็เลสจากทุกข์ไปอยู่ที่สุข หลบจากทุกข์เวทนาไปอยู่ที่สุขเวทนา ลองดีสิจะไปได้ก็ยก เดี่ยวก็กลับมาสู่ทุกข์เวทนาตามเดิม นี่คือ เราไม่เข้าใจส่วนนี้ หลบจากทุกข์ไปหาสุข หลงสุขต่อ เป็นโมหะสมาธิต่อ

ของพินิจ ธรรมดา ทำไม่ไม่ฝึกปัญญามาระเหตุละปัจจุัจ จิเลสต่าง ๆ ให้หมดไปจากใจ ส่วนนี่คือเราต้องฝึกสติปัญญาเอาไว้ก่อน ก่อนจะทำสมาธิมาเสริม ตัวอย่างที่อธิบายคือ พระพุทธเจ้า ปฏิบัติกับดาบสตั้ง 5 ปีกว่า ทำสมาธิมานานนั้นเวลานี้กลับไปกลับมาอยู่ตั้ง 5 ปีกว่า ขณะทำสมาธิอยู่เหมือนกับกิเลสตัณหาน้อยใหญ่หมดสิ้นไปจากใจ เมื่อออกจากสมาธิกิเลสตัณหาก็รุมเร้าตามเดิม คิดถึงนางพิมพาราหุลตามเดิม พระองค์ทำมาห้าปีกว่า ขนาดนั้นปัญญายังไม่เกิดจากสมาธิเลย เอาไปละกิเลสก็ไม่ได้ด้วย พระองค์จึงได้ลาจากดาบสทั้งสองไปเสีย เพื่อหาแนวทางปฏิบัติใหม่ จึงได้ตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้า

เราต้องศึกษาให้ละเอียด มีเหตุผลบ้าง จะไปทำตามสิทธิ์ตถะกุมารไม่ได้ นั่นไม่ใช่พระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าตรัสรู้ที่ต้นโพธิ์ ท่านทำยังไงบ้าง ต้องดูตัวนี้ พระพุทธเจ้าท่านฉลาด สิ่งใดเป็นยังไง ท่านแยกไว้แล้ว แต่เราไม่แยกเฉยๆ เอาทั้งดุ้นไปเลยได้ยังไง เวลาที่ท่านเป็นพระพุทธเจ้าสมบูรณ์แล้ว เวลาท่านประกาศศาสนา ท่านทำยังไง สอนปัญญาเป็นหลักยืนตัวไว้ก่อน เรียกว่า สัมมาทิฏฐิ สัมมาสังกัปปไปเริ่มต้นจุดนั้นมา จะรักษาศีล ปัญญาที่ต้องมาก่อน ปัญญามาศึกษาศีล จะทำสมาธิ ปัญญาที่ต้องศึกษาสมาธิก่อนสิ จึงทำสมาธิต่อไป

ต้องเข้าใจก่อนว่า ปัญญาคืออะไร ศิลคืออะไร สมภาคืออะไร ไม่รู้เรื่องเลย พระพุทธเจ้านำมรรคแปดไปสอนพุทธบริษัทในครั้งพุทธกาล จนคนได้บรรลุมรรคผลนิพพานเป็นจำนวนมาก ก็นำมรรคแปดนี้แหละไปสอน

หลักปัญญาที่ว่ามา ไม่ได้เกิดจากสมาธิ เกิดจากการคิด วิจัย วิจาร์ณตามเหตุผล ปัญญามันอยู่ตรงนี้ การทำสมาธิเป็นตัวเสริมเท่านั้น หลวงพ่อไม่ได้ให้ทิ้งนะ ให้เอาให้ทำ ให้ทำสมาธิขั้นพื้นฐานก่อน เอาความตั้งใจมั่นให้เป็นก่อน เดี่ยวนี้ เราศึกษาสมาธิไม่เข้าใจ คำว่าสงบ มันผิดได้นะ มันถูกได้นะ เป็นมิจฉาได้ เป็นสัมมาได้ ลักษณะสมาธิเป็นสัมมา เรารู้อย่างนี้ ก็ยังไม่รู้ เพราะปัญญาเราไม่มี หรือสมาธิเป็นมิจฉาทิฏฐิความเป็นผิด ก็ไม่รู้จักอีก เพราะปัญญาไม่มี ความสงบเป็นมิจฉาก็ได้ เป็นสัมมาก็ได้ ต้องวางหลักให้เป็นในภาคการศึกษาจึงจะนำมาปฏิบัติ

ลักษณะสมาธิความตั้งใจมั่นเป็นอย่างไรก็ไม่รู้เรื่อง พูดได้คำเดียวคือสงบ สงบ สงบนั่นแหละ คำว่า สงบเป็นของทำยากด้วย ไม่ใช่ของง่าย ๆ นะ การทำสมาธิความสงบได้เป็นนิสัยของคนกลุ่มหนึ่ง คือพวกนิสัยใจโตวิมุตติ ทำความสงบได้ เป็นพระอริยเจ้าลักษณะอย่างนั้น

พระอริยเจ้าในสมัยครั้งพุทธกาล เป็นพระอริยเจ้าได้ด้วยสมาธิตั้งใจมั่น ใช้ปัญญา กลุ่มปัญญาวิมุตติ มีจำนวนมหาศาล มีถึง 70 เปอร์เซนต์ในสมัยครั้งพุทธกาล เราไม่เคยศึกษาเรื่องนี้ จึงทำไปมุ่งแต่สมาธิความสงบเพียงอย่างเดียว

ถ้าเรามีนิสัยปัญญาวิมุตติ แต่ไปทำใจโตวิมุตติ ทำได้ไหม ทำไม่ได้

เราจะไปทำตามนิสัยเจโตวิมุตติ สมาธิความสงบไม่ได้เลย ผู้มีนิสัย ปัญญาวิมุตติ จะทำสมาธิได้แค่ตั้งใจมั่นเท่านั้น จะทำสมาธิความสงบไม่ได้

ผู้มีนิสัยทำสมาธิความสงบได้ นั่นคือเจโตวิมุตติ ต้องศึกษาตนเองบ้างสิ ว่าเรามีนิสัยปัญญาวิมุตติ หรือเจโตวิมุตติ ต้องศึกษาตนเองให้มาก่อนว่าจะหันเหไปทางทิศไหน จึงจะปฏิบัติไปตามทิศนั้น เรามีนิสัยอย่างไรก็ต้องปฏิบัติไปตามนั้น จึงจะกลายเป็นพระอรหันต์ได้

นี่แหละ ให้พวกเราทั้งหลายได้ตั้งกลุ่มขึ้นมา ให้ข้อคิดเห็นซึ่งกันและกัน ใครมีสติปัญญาให้แสงสว่างแก่หมู่คณะได้ก็ว่ากัน คือดีทั้งตนเอง ช่วยกันเอง ชมราวาสช่วยกันเองมันชัดเจน ปัญญาต่างๆ เปิดเผยได้ บางคนปัญญามีอยู่ แต่แก้ตัวเองไม่ได้ จึงต้องให้เพื่อนฝูงช่วยให้อุบาย เป็นวิธีชี้แนะหลักการปฏิบัติเพื่อแก้ปัญหา

ถ้าพระนั่งอยู่ด้วยก็ไม่กล้าพูด อายพระ ปัญหาชมราวาส ปัญหาโลกแตก ให้ว่ากันเอง อย่าไปห่วงการหลบนอน มันหลับมานานแล้ว ช่วงเวลาที่มีอยู่ 3 วันนี่ก็ตั้งใจเต็มที่ เหมือนกับฝนที่ตกลงมาเพียง 3 วันนี่ พยายามหากระถางรองรับให้มากๆ ก็แล้วกัน ถ้าปล่อยผ่าน 3 วันนี่ไปแล้ว ปีหน้าก็ค่อยว่ากันใหม่ กระถางเปล่า มันก็จะแห้งไปก่อน กระถางนั้น ตอนนี้นำน้ำโอง กระถาง มารองรับ เหตุผลต่างๆ นำไปปฏิบัติ เตรียมตัวรองรับทุกอย่าง 3 วันนี่ ถ้ายอมแพ้กันเป็น ก็จะได้รับกันได้เลย ถ้านำอัสติตาเข้ามา ก็จะมีปัญหา ถ้าไม่มีอัสติตา ยอมแพ้กันเป็น ทุกอย่างจะราบรื่น นุ่มนวลในการปฏิบัติธรรม การอธิบายธรรมะวันนี้ก็สมควรแก่กาลเวลา

6 พุทธจิกายน 2542

การอบรมปฏิบัติครั้งนี้มีระยะเวลาอันสั้น ผู้ที่มาก็พยายามดักตวง กอบโกย จดจำ นำอุบายธรรมทั้งหมด เพื่อที่จะเปลี่ยนความคิดเห็น ซึ่งกันและกัน นั้นจะแก้ปัญหาได้อย่างไรก็ต้องนำไป เพราะทุกคนเป็นตัวสร้างปัญหา ให้แก่ตนเองและสังคม ฉะนั้นการภาวนาปฏิบัติ ต้องฝึกตนเอง ไม่ใช่จะไปบ่นธรรมะนั้น บาลีนี้ แล้วให้ปัญหาหมดไป เหมือนกับกินยาพาราเซตามอล มันไม่ใช่อย่างนั้น หรือจะอบยาให้ยาซึมเข้ามาทั้งหมด ไม่ใช่อย่างนั้น

อบรมธรรมปฏิบัติ จุดเริ่มต้นต้องอาศัยจากครูบาอาจารย์ หรือท่านผู้รู้ทั้งหลาย เป็นผู้ให้ข้อคิด เป็นผู้ให้เหตุผลในการอบรม ไม่ใช่ว่าจะ

จำเอาอย่างเดียวกันนะ จำอย่างเดียวทำอะไรไม่ได้ อุบายประกอบในการ
 อบรมมีอะไรเป็นเหตุ อะไรเป็นผล มีหลักการและวิธีการอบรมอย่างไร
 ต้องจดจำวิธีการนั้นๆ เอาไว้ เมื่อไปถึงบ้านหรือที่แห่งใดก็ดี เมื่อ
 ประสบปัญหาอะไรขึ้น ก็สามารถนำเอาอุบายนั้นมาแก้ปัญหานั้นเองได้
 นั่นคือ เราเองอบรมตัวเองให้ได้ อย่าหวังให้ครูบาอาจารย์ อบรมเรา
 เพียงอย่างเดียว นั่นไม่พอ ครูบาอาจารย์มีหน้าที่เป็นผู้ชี้แนะ ให้อุบาย
 วิธีการอบรมเท่านั้น เราก็รับเอาหลักการ อุบาย นำมาอบรมตัวเองให้
 การอบรมตนเองให้ได้ ผู้ที่นั่นต้องมีปัญญาที่ดีก่อน ถ้าปัญญาไม่ดีไม่
 สามารถจะอบรมตนเองได้เลย เพราะใจตนเองมีที่เลี้ยงอบรมใจมา
 ยาวนาน เขาอบรมใจมาร้อยกัปปันกาลป์ในอดีต นั่นคืออารมณ์ของ
 กิเลสตัณหา มันฝังใจเรา เดียวนี้ใจเรากับกิเลสตัณหามันมีความเคย
 ชิน มีความสนิทสนมคุ้นเคยจนเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันว่า อะไรเป็นใจ
 อะไรเป็นกิเลสตัณหา มันปนกันจนไม่รู้เลย ถ้าพูดเรื่องใจ ก็ต้องพูด
 เรื่องกิเลสด้วย ถ้าพูดเรื่องกิเลส ก็ต้องพูดเรื่องใจด้วย เพราะมันอยู่ปน
 กัน

เหมือนกับน้ำทะเล อยู่มายาวนานจนเป็นน้ำเค็ม น้ำเค็มของ
 ทะเลก็มีส่วนบริสุทธิ์อยู่ในนั้นด้วย แต่ก็กลมกลืนกันแล้ว เราตักมาแก้ว
 ไหนก็เค็มแก้วนั้น ทุกคนก็เลยเหมาไปว่า น้ำทะเลเค็ม มันเค็มเพราะ
 อะไร เพราะตัวเค็มมันมากกว่าน้ำจืด ถ้าน้ำจืดน้ำเค็มมีส่วนสัดเท่ากัน
 ก็จะเป็นน้ำกร่อย ที่นี้ น้ำทะเลมีน้ำเค็มมากกว่าน้ำจืด เราก็เลยเหมาว่า
 น้ำทะเลเค็ม แท้จริงแล้วถึงจะเค็มแต่ก็มีน้ำจืดแฝงอยู่ด้วย นี่ฉันใด ใจ
 ที่สะสมอยู่กับกิเลสตัณหามาร้อยกัปปันกาลป์ สะสมกันมาจนเป็น

อันหนึ่งอันเดียวกัน ใจอยู่ที่ไหนกิเลสอยู่ที่นั่น ใจอยู่ที่ไหนตัณหาอยู่ที่นั่น เราไม่สามารถแยกแยะได้ว่า อะไรเป็นใจ อะไรเป็นกิเลสตัณหาได้เลย แยกไม่ได้เพราะเราไม่มีเครื่องมือที่จะแยก

เหมือนกับน้ำทะเล ถ้าเรามีเครื่องมือก็จะสามารถแยกออกได้ว่า นี่เป็นส่วนของน้ำเค็ม นี่เป็นส่วนของน้ำจืด เมื่อแยกได้ก็สามารถนำส่วนของน้ำจืดมาดื่มได้เลย นี่ฉันใด ถ้าเรามีสติปัญญาที่ดีก็สามารถแยกใจกับกิเลสตัณหาออกจากกันได้ คือ สติปัญญาแยกได้ว่า ลักษณะใจเป็นอย่างไร กิเลสเป็นอย่างไร การแยกนี้ต้องดูเหตุ คือหลักการวิธีการแยก ไม่ใช่จะเอาผลมาแยกกัน การแยกผลเหล่านี้มันแยกประเดี๋ยวประด๋าวเดี๋ยวก็เข้าหากันใหม่ เพราะมันเกิดความเคยชินกันมายาวนาน มันห้วงกัน มันหวงกัน เพราะอุปาทาน ความยึดมั่นซึ่งกันและกัน แต่เราไม่รู้ตัวเรายึดมั่นอย่างไร ใจยึดกิเลส ใจยึดตัณหา มันยึดอย่างไร มันละเอียดอ่อนถึยิบที่เดียว ปัญญาเราหยาบๆ ยังแยกไม่ได้ หรือจะไปเตรียมศึกษา ธรรมะปฏิบัติจากตำรา ธรรมะหมวดนั้น เป็นอย่างนั้น ธรรมะหมวดนี้เป็นอย่างนี้ ไม่สามารถจะแยกแยะตัวละเอียด ของกิเลสตัณหาภายในใจได้เลย เพียงรู้แต่ผิวเผินเท่านั้นเอง

ฉะนั้นทุกคนคงเคยได้ยินครูบาอาจารย์ทุกท่าน เวลาเทศน์ที่ไหน ก็จะได้ยินคำหนึ่งเป็นหลักยืนตัวว่า ให้พากันละความโลภณะ ให้พากันละความโกรธณะ ให้พากันละความหลงณะ เราจะได้ยินคำนี้มานานหู จนนุชามาจนถึงปัจจุบัน พากันละโลกโกรธหลง เพราะท่านพูดไปตามหลักการ ถ้าละได้จริงเหมือนท่านพูดมันก็ดี พูดไปตามหลักการที่มีอยู่ แต่ผู้เทศน์ก็ยังละไม่ได้หรอก ก็ยังมีความโลภ ความโกรธ ความหลง อยู่

นั่นแหละ แต่หน้าที่ของพระเทศน์ ต้องเทศน์ตามหลักการและวิธีการ ไม่ใช่พระที่บวชเข้ามาทุกองค์ จะละโลกิโรรหลงทั้งหมด ยังไม่ใช่ การละโลกิโรรหลงได้ เป็นหน้าที่ของพระอริยเจ้าเท่านั้นเอง ปุถุชนธรรมดาไม่ว่าจะเป็นพระ หรือเป็นฆราวาส ยังไม่สามารถละโลกิโรรหลงได้ แต่วิธีข่มความโลภความโกรธความหลงข่มได้ แต่ก็ไม่ขาด จะให้ละให้หมดไปสิ้นไปจากใจทำไม่ได้ ยังมีเชื้ออยู่ เพียงแต่ข่มได้ บรรเทาได้ ไม่ให้เกิดความรุนแรง

การจะละความโลภได้ ต้องวางพื้นฐานแนวความคิด คือ ปัญญา เหตุให้เกิดความโลภคืออะไร ต้องนำปัญญามาศึกษาผลของความโลภ โลภขึ้นมาแล้วใจเราเป็นอย่างไร ต้องมาศึกษาใจตนเอง เพราะความโลภอยู่ที่ใจ สังเกตใจดูว่ามีความกระสันพื้นเพอนอย่างไร มีความร้อใจอย่างไร นี่คือผล แสดงออกทางใจ จึงได้วิ่งตามความโลภของตนเอง

ความโลภนี้ ฐานของมันอยู่ที่ไหน เหตุของมันคืออะไร นั่นหมายถึงตัณหา ตัณหาเป็นฐานใหญ่ให้เกิดความโลภ ถ้าเป็นบริษัท ก็เป็นบริษัทที่สามารถผลิตความโลภได้เต็มที่ ผลิตความโกรธได้เต็มที่ ผลิตความหลงได้เต็มที่ ถ้าจะพูดตามภาษาสมัยใหม่ก็เรียกว่า บริษัท สมุทย์จำกัด เป็นบริษัทประจำโลก อันดับโลกก็แล้วกัน ไม่มีบริษัทใด จะใหญ่เสมอกับบริษัทสมุทย์อันนี้ มันผลิตได้ทุกแง่ทุกมุม โดยผลิตตัวหลักไว้สามตัว นั่นคือ กามตัณหา กามตัณหาเป็นหลักใหญ่แต่ตัวปลีกย่อยมีมหาศาล มันผลิตความโกรธขึ้นมาอีก ผลิตความหลงขึ้นมาอีก นี่คือนักใหญ่ของบริษัทนี้

ทีนี้เราจะมาแก้ไขปัญหาของเครื่องจักรเครื่องกลของบริษัทนี้ให้หยุดทำงานหรือผลิตน้อยลง จะทำอย่างไร ความโลภตัวเดียวมาจากตัณหา ตัณหาอะไรสนับสนุน คือ กามตัณหา กามตัณหาตัวนี้เป็นตัวใหญ่ เป็นได้ทั้งรูปธรรม และนามธรรม เราต้องหาหลักฐานมาลบล้างมาหักล้างกัน พยายามทำลายหรือปิดช่องโหว่ให้มากที่สุด เพื่อไม่ให้เกิดความโลภรุนแรง ถึงจะมีปัญหาทำให้มีไป แต่ความโลภก็ให้ลดลง เหมือนบั้งไฟจะขึ้นได้สูง ก็เพราะกำลังของดินปืนในบั้งไฟ นี้เช่นเดียวกัน ตัณหาถ้ามีกำลังแรงขึ้นเมื่อไร ก็จะมีพลังเป็นความโลภสูงเช่นเดียวกัน

เราจึงต้องศึกษา จะละความโลภอย่างเดียวละไม่ได้ เหมือนกับละความร้อน ตัวอย่างเช่น หม้อน้ำที่กำลังเดือดพล่าน เราต้องการให้มันเย็น จะเอาน้ำแข็งก้อนมหาไปโยนใส่เข้าไป ถึงโยนไปใส่ก็เย็นประเดี๋ยวประด๋าว เดี่ยวก็ร้อนขึ้นอีก โยนน้ำแข็งเข้าไปใหม่ อีกไม่นานก็ร้อนขึ้นอีก ทำอย่างนี้จนตายก็ไม่เย็น เพราะไปดับปลายเหตุ เราต้องมีความรอบคอบรอบรู้ ว่า มันร้อนขึ้นมาเพราะอะไร อะไรเป็นเหตุให้ร้อน ก็ต้องมีความรอบรู้ ว่า เกิดจากความร้อนของถ่าน เต้าแก๊ส ถ้าเราปิดแก๊สซะแล้ว หม้อนั้นก็ไม่จำเป็นต้องไปใส่น้ำแข็ง หม้อนั้นก็จะเย็นลงได้ หรือหากมีถ่านมีไฟ เราก็พยายามเอาถ่านออกมา ดับไฟซะ ถึงจะทำลายไม่หมด ก็ดีกว่าจะให้มันร้อนตลอดไป นี่คือวิธีทำน้ำร้อนให้เย็น ไม่ใช่จะไปเป่าน้ำร้อนให้เย็น

นี่ก็เช่นกัน การจะละความโลภ ครูบาอาจารย์บอกว่า ให้พากันละความโลภความโกรธความหลง บอกกันก็บอกได้ แต่มันมีหลักการ

อยากเป็นตัวอำนวยการให้เกิดผล ตัณหาตัวนี้ นักปฏิบัติต้องเข้าใจให้เป็น เพราะเป็นดาบสองคม ถ้าใช้เป็นตัวอำนวยการจะพาคนให้ไปสู่มรรคผลนิพพานได้ ถ้าใช้ไม่เป็น ตัณหาจะพาคนสู่รกอบายภูมิได้ ผู้จะศึกษาตัณหาได้ ผู้นั้นต้องมีสติปัญญาที่ดี ถ้าสติปัญญาไม่ดีถึงจะมีความรู้ก็รู้ไปเถอะ ทำอะไรไม่ได้

เหมือนการเดินทางในที่มืด คนเดินทางก็ตาบอด ถือไฟฉายที่มีแสงสว่างก็ถือไปเถอะ ไม่มีประโยชน์อะไรเลย หรือตาบอดแล้วก็ใส่แว่นตาดำเข้าไป แว่นตาราคาเป็นหมื่นเป็นแสน ก็ไม่มีความหมายอะไรนี่ก็เช่นกัน ความรู้ที่เราศึกษามาทั้งหมดนั้น ถ้าเราปัญญาไม่ดีแล้วก็ไม่สามารรถเอาความรู้ปริยัติมาละความโลภได้ เพราะเป็นความรู้ภาคทฤษฎี เหมือนลิงได้เพชร มีความรู้ แต่เอาความรู้ไปแก้ปัญหิตนเองไม่ได้ นั่นเพราะปัญญาไม่มี การฝึกจะฝึกอย่างไร ความจริงแล้วปัญญาเรามีทุกคน แต่ปัญญาเราไม่ได้ฝึก ได้แต่คิดไปตามกระแสโลกอยู่ตลอดเวลา ตั้งแต่กับนั้นจนถึงปัจจุบันนี้ เหมือนมีปากกาปากเดียว เขียนแต่คติโลกอย่างเดียว เขียนทางโลกได้ทั้งหมด แต่จะเอามาเขียนทางธรรม ไม่ได้เลย เพราะอะไร เพราะผู้นั้นไม่ได้ศึกษาธรรมะเอาไว้จึงเขียนไม่ได้

นี่ฉันใด ปัญญาเราคิดทางโลกคิดได้ชัดเจน ถึงไหนถึงกัน แต่จะมากลคิดทางธรรมคิดไม่ได้ เพราะไม่ได้ฝึกเอาไว้ คำว่าปัญญาเกิด เราตีความหมายไม่เป็น คำว่าปัญญาเกิด คือเกิดความเข้าใจ ตามหลักเหตุและผล ตามหลักความเป็นจริงในสังขารธรรม ว่าสิ่งนั้นเป็นอย่างไรสิ่งนี้เป็นอย่างไร เหตุเป็นอย่างไร ผลเป็นอย่างไร ต้องเห็นความจริงตัวนี้

รู้ความจริงตัวนี้

คำว่าเกิด คือเกิดความเข้าใจตามหลักความเป็นจริง ที่มีอยู่ในโลกนี้ ที่มีอยู่เป็นอยู่กับตัวเราทั้งหมด และรู้สิ่งรอบข้างรอบตัว ทั้งเราทั้งเราด้วย นี่คือเห็นสภาพความเป็นจริงของโลก การศึกษาธรรมะคือมาศึกษาโลกนี้ก่อน เพราะโลกกับธรรมอยู่ด้วยกัน แยกกันไม่ได้ ของสิ่งเดียวกันนี้แหละ เป็นทั้งโลกเป็นทั้งธรรม ขึ้นอยู่กับตัวแยกแยะทางสติปัญญาจะไปในทิศทางไหน ถ้าหันไปทางโลก ก็เป็นโลกไป ถ้าหันไปทางธรรมก็เป็นธรรมไป

ตัวอย่างเช่น รูปธรรม รูปธรรมตัวเดี่ยวนี่ ถ้าใช้ความคิดทางโลกก็เป็นโลกไป เกิดความรักความยินดีใน รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ทั้งหมดเลย เข้าทางของกิเลสตัณหาทั้งหมด เพราะปัญญาเราเป็นไปในกระแสโลกอย่างเดียว ความคิดต่างๆ ก็เป็นไปตามกระแสโลกนี้ทั้งหมด เราจึงเรียกว่า ความคิดเป็นดาบสองคม คิดอย่างหนึ่งเป็นไปในทางลบ คิดอีกด้านหนึ่งเป็นไปตามทางบวก คิดทางบวกเป็นอย่างไร คือเอารูปตัวเดียว นำมาวิจัยวิจารณ์ว่า เกิดจากอะไร ก็ตัณหานั่นแหละเป็นฐานให้เกิด ตัวสมุทัยเป็นฐานกำลังใหญ่ เรียกว่าจิตสังขาร

เมื่อจิตสังขาร สร้างรูปขึ้นมา มันสร้างอย่างไร อันนี้เราตอบไม่ได้ เพราะปัญญาเรายังไม่ถึง มันละเอียดอ่อน อันนี้เป็นปัญญาของผู้ที่จะเป็นอริยเจ้าจึงจะรู้ได้ เพราะปัญญาเขาละเอียดพอ เราในฐานะผู้ปฏิบัติ ต้องเอาปัญญาอย่างหยาบ เอาดูรูปร่างๆ ก่อน เพราะรูปตัวนี้ทำให้หลงตนได้ และผู้จะไปสู่มรรคผลนิพพาน ก็ใช้รูปนี้แหละ

เป็นฐานการใช้ปัญญาพิจารณา ให้มองเห็นที่มาของรูปนี้ว่าเป็นอย่างไร ให้มองรูปตนเองเป็นไปในทางลบ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา มองว่า ความไม่เที่ยงของรูปเป็นอย่างไร

ให้แยกออกมาแต่ละส่วนคือชั้นนี้ เมื่อปัญญาเรายังไม่ถึง ชั้นละเอียดคือ นามธรรม ถึงจะพิจารณาก็ไม่ได้ผลอะไร เหมือนกับตา บอดแล้วไปหาสิ่งของนั้นแหละ หายังไงก็หาไม่เจอ เพราะตาไม่เห็น ไม่สว่าง สายตาสั้น เอาหยาบๆ ไปก่อน ในชั้นนี้มี รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ในการปฏิบัติก็ต้องแยกพิจารณารูปก่อน เอา ปัญญามาฝึกพิจารณารูปก่อน ให้มองลักษณะอนิจจัง มองอย่างไร ร่างกายเราเปลี่ยนแปลงตั้งแต่วันเกิดจนถึงปัจจุบัน เปลี่ยนแปลง อย่างไม่รู้จบ แต่ก่อนยังเป็นเด็ก นั่งนอนอยู่ในเบาะในเปล ต่อมาก็มีการพัฒนาของสังขาร กลายเป็นนักเรียน วัยรุ่น วัยหนุ่มสาวขึ้นมา มีครอบครัวลูกหลาน นั่นคือสังขารแต่ละยุคแต่ละวัย มีการเปลี่ยนแปลง อย่างไม่รู้จบรูปนี้ เราก็สามารถมองไปสู่อนาคตได้ อดีตมาถึงปัจจุบันนี้ เป็นอย่างนี้ เราก็มองปัจจุบันนี้สู่อนาคตนี้ ธาตุชั้นนี้ก็ไม่ต้องสงสัยเลยว่า ยิ่งนานไปสังขารร่างกายทุกสัดส่วน ก็จะล่วงเลยไปตามกาลเวลาของ ธาตุชั้นนี้ๆ ไม่แตกต่างกัน

เหตุนี้ในสมัยครั้งพุทธกาล เศรษฐีผู้มีเงินมหาศาล ก็นำเงินมา พิจารณาว่าเป็นเครื่องอาศัยประจำชีวิตหนึ่งเท่านั้น ไม่ผูกพันกับสิ่ง เหล่านี้ นี่เป็นอุปายในการละความโลภไปในตัว เพราะเข้าใจว่าเป็น เพียงวัตถุอาศัย มีเพื่อใช้สอยเท่านั้นไม่หวังอะไร พุดงายๆ ว่า ถึงจะมี มากขึ้นกว่านี้ ใจเราก็ปฏิเสธได้ทั้งหมดว่า อีกไม่กี่วันเดือนปี สิ่ง

ทั้งหมดนี้ก็ต้องพลัดพรากจากเราไป หากเรายังมีชีวิตอยู่ วัตถุประสงค์นี้ก็อาจพลัดพรากจากเราไปก่อนก็ได้ เช่น ถูกไฟไหม้บ้าง น้ำท่วมบ้าง ถูกโจรปล้นบ้าง และอีกมากมาย ในขณะที่เรามีชีวิตอยู่ก็มีการเปลี่ยนแปลงไปได้ หรือเมื่อเราตายไปสมบัติของโลกก็ยังมีอยู่ต่อไป ไม่ไปติดใจกับสิ่งเหล่านี้ นี่คือนักปฏิบัติผู้ถอนตัวออกจากโลก ไม่ไปยึดกับโลกนี้

ถ้าไปยึดติดกับสิ่งเหล่านี้อยู่ ก็คือ การยึดติดกับโลกนั้นแหละ สำหรับผู้ภวนาปฏิบัติผู้จะหนีจากโลก ก็ต้องหาวิธีแก้ไขไม่ให้ยึดติดกับโลกนี้ แคว่วัตถุประสงค์นี้ เรายังปล่อยวางไม่ได้ ส่วนกิเลสตัณหาละเอียดมากกว่านี้ เราจะปล่อยวางได้อย่างไร ก็ทำได้ ถ้ามีปัญญาที่ละเอียดอ่อนมากขึ้น เราต้องเอาปัญญาพื้นๆ มาแก้จุดหยาบๆ ให้ได้ก่อน นั่นคือรูป รูปกายที่เรามีอยู่ และรูปภายนอกที่เรามีอยู่ ผู้จะบรรลुเป็นพระอรหันต์เจ้าภูมิธรรมพระโสดาบัน เขาละเอียดความโลภเท่านั้น ที่อธิบายมาเมื่อก็เป็นอุปายละเอียดความโลภ นี่เป็นจุดเริ่มต้นของภูมิธรรมพระโสดาบัน ภูมิธรรมพระโสดาบันยังละเอียดความโกรธไม่ได้ ละเอียดความหลงไม่ได้ ความหลงหยาบๆ พอจะละเอียดอยู่ แต่ความหลงอย่างกลางและอย่างละเอียดละเอียดไม่ได้เลย ภูมิธรรมพระโสดาบันละเอียดละเอียดไม่ได้ มีเหมือนคนธรรมดาทั่วไป มีการแต่งงานมีคู่ผัวตัวเมีย มีลูกหลานเต็มบ้านเต็มเมืองเหมือนคนธรรมดา มีกำหนดผูกพันยินดีอยู่เหมือนคนธรรมดานั่นเอง สิ่งเหล่านี้เราอย่าเพิ่งไปแตะต้องมัน เรายังละเอียดไม่ได้ คนธรรมดาถ้าไม่มีเครื่องมืออะไรจะไปละเอียดไม่ได้เลย

เหมือนกับเรามีผ้าสกปรก คราบสกปรกนั้นได้ฝังลงไปเนื้อผ้า

แล้ว จะไปชักด้วยน้ำธรรมดามันไม่ได้ ถึงจะไปทูปไปตีไปชัก ก็ไม่สามารถจะขจัดเอาสิ่งสกปรกออกจากเนื้อผ้าได้เลย เพราะเราไม่มีสบู่ที่ดี น้ำธรรมดาเอาออกไม่ได้ เราต้องหาเอาวิธีอื่น สบู่อย่างอื่น ผงซักฟอกอย่างอื่น มาซักใหม่ นี่ให้พวกเราปฏิบัติขั้นหยาบๆ ไปก่อน เพียงซักน้ำธรรมดาและตากผ้าไว้ ก็พอใส่ได้ นี่คือภูมิธรรมโศดาบ์ยัง ละระคะไม่ได้ ละความโกรธไม่ได้ แต่ก็มีวิธีพอบรรเทาได้ ไม่ให้เกิด ความรุนแรง

ที่นี้ อูบายบรรเทาความโกรธ ทำอย่างไร ซึ่งสิ่งนี้คนธรรมดาทำได้ ลักษณะบรรเทาความโกรธมี 2 วิธี

1. ผู้ทำสมาธิมีความสงบหนักแน่นแล้ว เป็นรูปฌาน อรูปฌาน เมื่อทำสมาธิเป็นฌานแล้วก็พอบรรเทาความโกรธลงได้ หรือข่มความโกรธเอาไว้ได้ ถ้าไม่มีอะไรจริงจังเกิดขึ้นมา ก็ไม่มีมีความโกรธ เพราะสมาธิบังคับไว้ ละไม่ได้แต่พอบังคับไว้ได้

2. สำหรับผู้ที่ไม่สามารถทำสมาธิความสงบได้ เข้าฌานไม่ได้ มีวิธีแก้ไขให้ความโกรธเบาบางลง โดย สมมติว่าเรามีความไม่พอใจกับของสิ่งใด แล้วเกิดความโกรธขึ้น เช่น ไม่พอใจเพื่อนฝูง หน้าที่การงาน โกรธเจ้านายที่บังคับเรา หรือเกิดขึ้นกับลูกหลาน เหตุต่างๆ มีมาก แต่เมื่อโกรธขึ้นแล้วให้ทำอย่างไร

อันดับเบื้องต้น ให้หาวิธีอยู่นิ่งๆ สักระยะหนึ่ง จะเดินก็ได้ นั่ง ยืน หรือนอนก็ได้ สมมติว่า นาย ก นาง ข มันว่าเราเจ็บแสบ จนเกิดความโกรธขึ้นมา เรื่องจริงหรือไม่ ไม่สำคัญ เราจะไปเอาแพ้นะ มันเจ็บใจ จะไปตอบโต้ เราไม่สนใจว่าจะเป็นเรื่องจริงหรือไม่ เขาอาจพูด

ผิดก็ได้ แต่เราจะไม่สนใจความผิดของเขา หรือเราผิดก็ได้แต่เราไม่สนใจความผิดของเรา เราจะสนใจแต่ความโกรธที่กำลังเกิดอยู่ในปัจจุบัน นั่นคือ ให้มีสติ กำหนดระลึกถึงความโกรธเฉพาะตัว หายใจเข้า ระลึกก็รู้ก็ทำตาม หายใจออกระลึกก็รู้ก็ทำตาม ลักษณะความโกรธที่เกิดขึ้นอยู่ขณะนี้ มีความรุนแรงระดับไหน ถ้าเรามีสติสัมปชัญญะระลึกอยู่ ว่า เป็นอย่างไรหนอ เป็นอย่างไรหนอ ข้อสำคัญ เราอย่าไปนึกถึงเหตุที่ทำให้เกิดความโกรธนั้นๆ เหตุภายนอกอะไรตัดทิ้งหมด เราจะไม่ระลึกถึงเหตุนั้นๆ ให้มีสติระลึกถึงความโกรธเพียงอย่างเดียว ถ้าไประลึกถึงเหตุเมื่อไร ก็จะมีวูบวาบขึ้นมาทันที เหมือนกับเทน้ำมันก๊าดเข้าไป ต้องตัดเหตุออกไปที่ทำให้โกรธ เรื่องเราผิดเขาถูกไม่สำคัญตัดออกให้หมด นี่คือหลักสติระลึกรู้ความโกรธโดยเฉพาะ ดูว่าความโกรธที่เราระลึกอยู่ในขณะนี้ มีความรุนแรงอยู่ไหน เอาจักรณะความรุนแรงของความโกรธเป็นอารมณ์ต่อ รู้อย่างเดียว จะแรงก็แรงไป หายใจเข้าก็รู้ว่าความโกรธเป็นลักษณะอย่างนี้ หายใจออกก็รู้ว่าความโกรธเป็นลักษณะอย่างนี้ อย่าไปเผลอ ถ้าเรามีสติกำหนดระลึกอยู่อย่างนี้ ความโกรธที่เราถืออยู่ก็จะค่อยๆ ลดลง

เหมือนเรานำกระปุกน้ำเกลือ หยดลงใส่ก้อนถ่านก้อนหนึ่ง ปล่อยน้ำไหลเหมือนกับให้น้ำเกลือคนป่วย ปล่อยไหลลงไปแต่ละหยด แต่ละหยด พอานเข้าถ่านไฟแดงๆ ก็จะเปลี่ยนสีจากสีแดง เป็นสีเทา สีขาว เพราะน้ำแต่ละหยดนี้เอง อีกไม่กี่นาทีข้างหน้า ถ่านไฟก็จะหมดสภาพไปเอง ถึงเชื้อไฟยังมีอยู่ก็ตาม แต่ก็หมดสภาพไป นี่ฉันใด ถ้าเรามีสติระลึกถึงความโกรธของตัวเองอยู่อย่างนี้ ความโกรธก็จะเบาลง เเบา

ลง จนถึงสภาพจิตธรรมดา

เมื่อสภาพจิตเป็นธรรมดาแล้ว เราจะระลึกภู้นำมาพิจารณาด้วยปัญญา ในช่วงแรกเอาปัญญาเก็บไว้ก่อน คือบังคับให้อำนาจความโกรธลดลงก่อน ให้อยู่เป็นปกติก่อน เมื่อจิตเป็นปกติแล้วจึงนำปัญญาแทรกขึ้นมาอีกที ใช้ปัญญาพิจารณาว่า ใจเราใจดวงเดี๋ยวนี้ เวลาที่มีความโกรธเป็นอย่างไร รสชาติความโกรธเราก็อธิรู้แล้วในขณะนี้ แต่บัดนี้ความโกรธทุเลาลงใจเป็นอย่างนี้ นำมาบวกลบคุณหารกันดูว่า ใจดวงเดี๋ยวนี้ โกรธเป็นอย่างนี้ พอทุเลาลงเป็นอย่างนี้ เห็นคุณค่าอย่างนี้

ในช่วงนี้ เราจะอาศัยเหตุเบื้องต้นว่า วันต่อไป เดือนต่อไป ปีต่อไป ลักษณะความโกรธจะมีแก่เราหรือไม่ แน่นนอนต้องมี จึงต้องหาวิธีป้องกันก่อนว่า ไม่ให้ความโกรธเกิดขึ้นกับเรา หรือเกิดขึ้นน้อยที่สุด ต้องหาวิธีป้องกันตัวเอง เอาฐานความโกรธปัจจุบันนี้ มาพิจารณาให้เห็นโทษความโกรธของตัวเองว่า เราโกรธเอง เราทุกข์เองคนเดียว เราไม่สบายคนเดียว สนใจตัวเองว่า เหตุให้โกรธคืออะไร นำมาพิจารณาได้ เราสามารถตั้งเหตุต่างๆ มาพิจารณาได้ ขณะความโกรธรุนแรงอยู่อย่านำเหตุมาประกอบ

เหมือนกับว่า การสอนลูก อย่าไปสอนลูกตอนลูกมีความรุนแรง มันไม่ได้ผล ต้องสอนตอนลูกใจเย็นลงก่อนพ่อแม่เย็นลงก่อนจึงจะได้ผล นั่นคือ ปัญญาจะสอนใจก็ต้องให้เรื่องความโกรธคลายความรุนแรงไปก่อน ดังนั้นความโกรธการรุนแรงต่างๆ ต้องหาวิธีปกป้อง หาวิธีลดให้ได้

เหมือนจะรักษาคนป่วย เมื่อมีอาการไข้สูง เขาจะไม่นำยา

รุนแรงให้กิน ไม่นำยาแก้ไข้ให้กิน เขาจะนำยาลดความร้อนให้กิน เมื่อ ความร้อนลดลงแล้ว จึงนำยาแก้ไข้ให้กินทีหลัง นี่คือการรักษาโรค หลักภาวนาก็เช่นเดียวกัน ต้องบรรเทาความร้อนให้ลดลงก่อน การใช้ ปัญญาพิจารณาจึงตามมาทีหลัง

ความโกรธเกิดขึ้นเพราะอะไร เพราะเราไปยึดกับสิ่งนั้น เราไม่ พพอใจกับสิ่งนั้นบ้าง สิ่งนี้บ้าง มันมีในตัวเราเอง เราจึงสนใจได้ว่า สิ่ง ใดที่เกิดขึ้นกับเรา เราต้องรู้จักเหตุที่มาของมัน พยายามตระหนักไว้ ก่อน ดักไว้ก่อน ไม่ใช่จะเอาทั้งหมด คำพูดของคน เราเลือกได้ การ ทำของคน เราเลือกได้ คำว่า นิสัมมะ ภาวะณัง เสยโย คือ ใคร่ครวญ ก่อน เลือกเฟ้น เอาสิ่งที่เป็นประโยชน์ สิ่งที่เป็นโทษ เราไม่เอา ไม่ใช่จะ ว่าจะเอาทั้งหมด เดียวนี้เราปฏิบัติธรรม เราไม่หวังจะเอาชนะกับใคร เรา เอาชนะตัวเองดีที่สุด คนเราในโลกนี้มีสิทธิ์มีส่วนที่จะพูดผิดได้ ทำผิด ได้ เพราะคนเหล่านั้นเขาไม่ได้ปฏิบัติเหมือนเรา เราเป็นผู้ปฏิบัติสมควร ให้อภัยเขา ไม่ควรถือสาเขา เขาไม่เข้าใจว่า ผิดคืออะไร ถูกคืออะไร เขาก็ทำไปตามนิสัยของคนพาล แต่เราเป็นนักปฏิบัติไปทำเหมือนเขา มันไม่เหมาะสม จึงให้อภัยเขาได้ ให้อภัยทานได้ ถ้าเราไม่นำสิ่งที่เขา ว่าเป็นมาให้เรามาเปลี่ยนแปลง เราก็ไม่มีอะไรดีขึ้น ถ้าเราไม่มีแผลในมือ ลองกำยาคูสิ กำทั้งวันทั้งคืนก็ไม่มีอะไร แต่ถ้าเรามีแผลเมื่อไร ยาก็จะ ช้ำมชาบเมื่อนั้น

นี่คือ ใจเราไปยึดสิ่งที่เขาว่าให้เราอย่างโน้นอย่างนี้ ยึดอย่างนี้ จึงเป็นทุกข์ นี่คือการเปิดประตูให้สิ่งภายนอกเข้ามาสัมผัสหัวใจแล้ว จึงไม่ควร เปิดประตู ให้รู้ว่าสิ่งไหนควรรับ ไม่ควรรับ เหมือนบ้านเรา ถ้าคนตีมา

บ้านเรา เราก็เปิดรับได้ ถ้าคนชั่วเข้ามา เราก็ปิดประตูซะ นี่คือการป้องกันตัวเอง ไม่ใช่เอาทั้งหมด รับทั้งหมด เลือกลงให้เป็น คนที่ทำอะไรให้เราก็แล้วแต่ อย่าไปถือสาหาความ

เวลาหมากัดขา เราไปกัดขาหมาตอบ ใครโง่กว่ากัน คนกัดขาหมาโง่ที่สุด หมายถึงกัดตามหน้าที่ของมัน แต่เราต้องรักษาใจเราเองสิ นี่ไปกัดขาหมาตอบ โง่ที่สุด คนที่เราอย่างนั้นอย่างนี้ เก็บมานึกคิดตรึกตรองแก้แค้นเอาชนะกัน นั่นเป็นพยาบาทอาฆาตจองเวรต่อกัน นี่คืออย่าไปรับสิ่งที่ไม่ดีเข้าหาใจตนเอง ต้องสอนใจตนเอง ถ้ารับสิ่งไม่ดีเข้ามา ใจเราจะเป็นทุกข์นะ ต้องสอนอยู่เสมอ ไม่นำสิ่งต่างๆ มาทำให้ใจเกิดความรุนแรง เหมือนไฟเรามีอยู่ก็ตาม คนอื่นเอาเชื้อมาโยนใส่ไฟเรา เราก็ต้องไม่ให้ถูกไฟเรา เขาเทน้ำมันเข้ามา ก็ไม่ถูกไฟเรา เพราะเราปกป้องไว้ ไฟจึงไม่รุนแรง พออยู่ได้ ผู้ปฏิบัติต้องทำอย่างนี้ วิธีการละ วิธีการบรรเทาความโกรธลงได้ เขาทำอย่างนี้

อีกส่วนหนึ่ง เมื่อหาวิธีบรรเทาความโกรธลงได้ ความโกรธเป็นทุกข์ เราไม่ชอบ อีกวิธีการที่จะทำให้ใจเราเป็นปกติได้ คือ ความสุข ความสุขนี้ให้มีพอประมาณ อย่าไปหวังอะไรมากกว่าความสุขนี้ อย่าไปหวังความสุขเกินตัว เพราะความสุขของคนเราเนี่ย ไม่มีอะไรมากมาย แต่เรากลับไปหาความสุขเกินตัว นี่เป็นสิ่งสำคัญ อยากจะรวยเกินไป อยากมีทรัพย์สมบัติมากเกินไป อยากในลาภ ยศ สรรเสริญ มากมาย มหาศาล และความสุขในกามคุณ ซึ่งทุกคนต้องการตัวนี้ อยากจะให้สมหวังก็จะเป็นทุกข์ขึ้นมา หรือโกรธขึ้นมาได้

ฉะนั้นการปฏิบัติต้องรู้จักตนเอง หาวิธีปกป้องตนเอง

แก้ปัญหาค้นเองให้ได้ อย่าสร้างปัญหาให้แก่ตนเองและคนอื่น ต้องศึกษาหมู่คณะและโลกนี้ให้เป็น ตื่นขึ้นมาแต่ละวัน ต้องวางทิศทางไว้ว่า วันนี้จะมีอะไรสัมผัสกับเราบ้าง มีสิ่งที่ชอบใจและไม่ชอบใจ ต้องระวัง สิ่งภายนอกที่จะทำให้เราไม่สบายใจมีมากมาย ไม่สำคัญหรอก สิ่งภายนอก สำคัญที่ตัวเรา ที่จะไปก่อให้เกิดทุกข์แก่ตนเอง อย่าไปก่อเหตุให้เกิดกับสิ่งภายนอก ระวังกาย ระวังวาจา อย่าเอากายวาจาไปก่อเหตุกับโลกเขา อย่าเอาชนะใครทั้งสิ้น ถ้าไปเอาชนะคนอื่นได้ แล้วคิดว่าจะมีความสุข มันไม่สุขหรอก ความสุขไม่ได้เกิดขึ้นจากการเอาชนะคนอื่น ความสุขเกิดจากการชนะกิเลสตัณหา เอาชนะใจตนเอง นั่นแหละ อย่าไปหลงความสุขเหล่านี้ ถึงจะมีใครยกยอสรรเสริญเรา ให้ลาภมากมาย เราก็อย่าไปพุ่มเฟิยติดสุขอยู่ในลาภ ให้คำสรรเสริญอะไรมาก็อย่าไปติดสุขกับสิ่งเหล่านี้ คนส่วนมากจะไปภูมิใจในโลกธรรมเหล่านี้ แท้จริงทั้งหมดเป็นตัวอนิจจัง ไม่เที่ยงเปลี่ยนแปลงได้ เมื่อสิ่งเหล่านี้เปลี่ยนแปลงไป ถ้าปัญญาไม่ทัน จะเป็นทุกข์ขึ้นมาได้ นั่นคือ หลงสุข หลงอำนาจวาสนา หลงทุกสิ่งทุกอย่าง เพราะเรามีความสุข นั่นคือความสุขเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ แต่เราไม่เข้าใจสิ่งนั้น เพราะมันเปลี่ยนแปลงได้ นี่คือเหตุอย่างหนึ่ง สุขอยู่ที่ไหน ทุกข์ก็อยู่ที่นั่น หรือ ทุกข์อยู่ที่ไหน สุขก็อยู่ที่นั่น มันกลมกลืนกันอยู่ มันเปลี่ยนแปลงจากเท่านั้นเอง เราเป็นคนเปลี่ยนจากนั่นเอง

เราต้องหาวิธีปกป้องเหตุให้โกรธ มันมีมากมายมหาศาล แต่เราอย่าสร้างเหตุภายนอก และอย่าสร้างเหตุภายในตนเอง นี่คือนิพพาน ปัญญาความรอบคอบ คนที่โกรธบ่อยๆ เป็นเพราะอะไร โกรธเพราะ

ความผิดหวังบ้างละ ความไม่สนใจตนเอง หรือเกิดจากอึดติดตนเอง มีมากมายมหาศาลเลยเหตุให้โกรธ พุดรวมยอดทั้งหมดว่า เกิดเพราะสิ่งที่มันมี มันมีสิ่งใด ตัวนั้นก็มาเกาะอยู่เรื่อย ถ้าเรารักษาสิ่งที่มันมีไว้ให้ปกติอยู่ สิ่งที่เกี่ยวข้อง มันก็เข้าไม่ได้ เช่น เรามีบ้านอยู่หลังหนึ่ง ประตูเปิดปิดได้ ต้องพยายามเปิดรับบางคน อย่าเอาทั้งหมด เลือกลงให้เป็น จริงอยู่ที่เสียงเข้าหู แต่เราก็ต้องเลือกรับอีกทีหนึ่ง เสียงฟังเทศน์ ฟังธรรมรับเอาไว้สนใจให้มาก เสียงไม่เป็นธรรมก็ปิดฉากทันที เพิกถอนทันที เสียงคนดุด่าเราก็สลัดทิ้ง นั่นคือต้องฉลาดในการเลือกเฟ้น

ยกตัวอย่าง ในปลาว่า เขากินสิ่งที่กินได้ ไม่ใช่ว่ากินทั้งหมด เขาไปหาปูหาปลา ซ้อนสวิงในน้ำ ก็จะมีหลายสิ่งหลายอย่างติดมากับปลากับแห ก็ต้องมาเลือกว่า อะไรกินได้ ก็เลือกสิ่งนั้นไป เมื่อซ้อนขึ้นมามีทั้งผัก ปลาตุ๊ก ซี่ ไม่ใช่ว่ากินได้ทั้งหมดเมื่อไร ต้องเลือกก่อน ต้องเลือกเป็น แล้วทำไมเลือกอารมณ์ภายนอกเข้าสุใจ ทำไมเลือกไม่เป็น จะกินทั้งหมดทำไม ให้คนอื่นเขากินไปเถอะ ผู้นั้นไม่ได้ปฏิบัติ ไม่มีใครเป็นครูอาจารย์สอนเขา แต่เราเป็นนักปฏิบัติต้องพยายามศึกษาให้มากขึ้น หาวิธีปกป้องตนเองให้เป็น นี่คือสติปัญญาครอบรู้ ปกป้องตนเองได้ เลือกเองได้ นี่คือการบรรเทาความโกรธตนเองได้ ต้องสนใจตนเองอยู่เสมอว่า โกรธไม่ดีอย่างไรบ้าง ต้องพรรณนาขึ้นมา

คำว่า พากันละความโลภนะ ละความหลงนะ ความหลงนั้นละไม่ได้หรอก ผู้จะละความหลงได้นั้นคือพระอรหันต์ แต่นี้พากันสอนละความหลง ทั้งที่เราเป็นปุถุชนเต็มตัว ทำไม่ได้ แต่ก็มีวิธีบรรเทาได้ เพื่อไม่ให้เกิดความรุนแรง จึงต้องศึกษา คำว่า หลง อะไรเป็นเหตุ เป็น

ปัจจัยให้มันหลง หลงอยู่ที่ไหน ก็ใจเรานั้นแหละ ใจเป็นตัวหลง มันหลงเพราะความเคยชินกิเลสตัณหา มันคลุกคลีกันมายาวนาน ร้อยกัปพันกัลป์ ใจอยู่ที่ไหน กิเลสอยู่ที่นั่น กิเลสอยู่ที่ไหน ใจก็อยู่ที่นั่น จึงเรียกว่า อวิชชา โมหะ

วิธีป้องกันโมหะความหลง ป้องกันได้ ถ้าเราหลงของสิ่งนี้ ต้องรู้จักว่าอะไรเป็นหยาบ อะไรเป็นส่วนละเอียด อะไรจะบรรเทาส่วนหยาบได้ ก็บรรเทาไปก่อน อย่าให้เกิดความรุนแรง ส่วนความหลงละเอียดนั้น เอาไว้ทีหลัง นี่แหละ นักปฏิบัติพากันละความหลงทั้งหมด มันไม่ใช่อย่างนั้น ต้องแบ่งสี หลงในรูป หลงอย่างไร หลงในนาม หลงอย่างไร คำว่า หลง เนื่องจาก ความไม่รู้จริง อวิชชา ความไม่รู้จริง ไม่เข้าใจในเหตุผลนั้นๆ อวิชชา ความมีติดบอดของใจ ถ้ามีติดบอดเพียงอย่างเดียว ทุกอย่างจะเกิดความหลงขึ้นได้ ดังคำสวดว่า

อวิชชา ปัจจยา สังขารา

สังขารา ปัจจยา วิญญาณัง

วิญญาณัง ปัจจยา นามะรูปัง

หลงในนาม หลงในรูป นี่คือ อวิชชาเป็นหลักให้เกิดความหลงเป็นหลักใหญ่ แต่เดี๋ยวนี้เราต้องการวิธีปกป้องตนเอง คำว่า อวิชชาเป็นต้นเหตุให้เกิดความหลง เพราะไม่รู้ความจริง ความจริงนี้มีความจริง อะไรบ้าง ความจริงขั้นหยาบก็มี ขั้นกลางก็มี ขั้นละเอียดก็มี แต่ปัญญาเรายังหยาบอยู่ ก็ให้มาทำความเข้าใจในส่วนหยาบๆ ได้ไหม เอาแค่นี้ก่อน

สิ่งใดตกอยู่ในกฎไตรลักษณ์ อนิจจังขงรูป เอาสิ่งหยาบๆ นี้

ก่อน นี่คือนิเวศวิทยาส่วนหยาบ ให้เข้าใจส่วนนี้ ให้เข้าใจในเหตุให้เกิดทุกข์ ในส่วนหยาบๆ นี้ทั้งหมด เราต้องหาวิธีปกป้องตนเองให้เป็น นี่คือนิเวศวิทยาตัวนี้ ถ้าดูชื่อแล้วเรื่องใหญ่เพราะเป็นขั้นสูงสุด แต่เราสามารถตัดบรรเทาได้ คือศึกษาความจริง ถ้าเราใช้ปัญญาศึกษาความจริงอยู่เสมอ สิ่งที่ไม่เที่ยงเป็นจริงอย่างไรบ้าง สิ่งที่เป็นทุกข์ เหตุให้เกิดทุกข์เป็นจริงอย่างไรบ้าง สิ่งที่เป็นอนัตตาเป็นจริงอย่างไรบ้าง ต้องศึกษาความจริงในสังขารที่เป็นอยู่ในใจของเราก็คือ ในกายของเราก็คือ ที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้งหมด ให้เข้าใจส่วนนี้

ถ้าเราเข้าใจส่วนหยาบๆ นี้ได้ ตัวนิเวศวิทยาก็จะทุเลาลงได้ ตัดกำลังลงได้ จะไม่รุนแรง สิ่งที่ไม่รู้จริงตามความเป็นจริงต้องเอาปัญญาไปเปิดเผย ตามภาษาของคำว่า นิเวศวิทยา แปลว่า ความมืด ความมืดของใจคือความไม่รู้จริงเห็นจริงนั่นเอง ที่นี้การแก้ความไม่รู้จริงเห็นจริงก็ต้องเอาปัญญาไปแก้ เรายังอยู่ที่บ้าน ถ้ามืดขึ้นมา ก็จุดไฟสิ ตัวความมืดก็หายไป เพราะความสว่างเข้ามาแทนที่ หรือทำงานไม่สะดวก เพราะมันมืด เราก็จุดไฟสิ เรารู้จักวิธีทำงาน เพราะมันเห็น การทำงานอย่าทำในความมืด การงานทุกประเภทต้องอาศัยความสว่างในการทำงาน งานทางโลก งานทางธรรม อาศัยความสว่างทั้งนั้น ทางโลกต้องอาศัยวิทยาศาสตร์ ธรรมชาติ เดือน ดาว นอกจากความสว่างแล้ว ต้องอาศัยตาที่ดีด้วย เป็นเครื่องประกอบให้งานสำเร็จ รวมถึง ความรู้เรื่องในการทำงานด้วย ไม่ใช่ว่า มีความสว่างแล้ว ตาก็ดี แต่ไม่รู้เรื่องในการทำงาน ก็จะไม่ประสบความสำเร็จ นี่คือนิเวศวิทยา

ส่วนทางธรรมะ เอาตัวปัญญาเป็นตัวจุดประกาย สร้างขึ้นมา ดัง

คำว่า นัตถิ ปัญญา สมาอาภา แสงสว่างอื่นใดเสมอด้วยปัญญาไม่มี
 ลักษณะของปัญญาเป็นอย่างไร ส่วนมากนักปฏิบัติในยุคนี้
 ตีความหมายเรื่องความสว่างทางปัญญาผิดพลาดมากมายเหลือเกิน
 พากันไปทำสมาธินึกคำบริกรรม แล้วเกิดแสงสว่างวูบวาบขึ้นมา เป็น
 แสงนี้บ้าง โน่นบ้าง เข้าใจไปว่า ภาพแสงสว่างอันเนื่องจากการทำสมาธิ
 นี้เป็นตัวปัญญา เห็นนิมิตโน่นบ้าง นี้บ้าง เข้าใจไปว่า นี่คือการเห็น
 ด้วยปัญญา อันนั้นไม่ใช่ นะ ตีความหมายผิดร้อยเปอร์เซ็นต์เลย
 ตีความหมายความสว่างคลาดเคลื่อนไปมากมาย

ความเข้าใจอย่างถูกต้องแจ่มแจ้งชัดเจน นี่คือ ความสว่างทาง
 ปัญญาเป็นอย่างไร ไม่ได้หมายเอาโอภาสแสงสว่าง หรือนิมิตที่เกิดจาก
 อำนาจของจิตที่เป็นสมาธิ ไม่ใช่ปัญญา แต่คนไปเหมามาว่าเป็นปัญญา
 ตัวปัญญาที่พิจารณาในไตรลักษณ์ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา แล้วเข้าใจ
 อย่างแจ่มแจ้ง หายสงสัย เข้าใจว่าสิ่งนั้นเป็นอย่างนั้น สิ่งนี้เป็นอย่างนี้
 จนฝังใจ จนมั่นใจได้ว่า หายความลังเลสงสัย และถอดถอนความยึดมั่น
 อุปาทานได้เลย นี่คือนิปัญญา ถ้าเห็นอย่างนี้ นี่จะเป็นตัวไปทำลาย
 กำล้างอวิชชา ตัวไม่รู้จริง ให้เกิดความรู้จริงขึ้นมา ถึงจะไม่รู้จริงในนาม
 ทั้งหมดก็ตาม ขอให้รู้จริงในส่วนของรูปก่อน นี่คือฝึกพื้นฐานของ
 ปัญญาระดับพื้นฐาน ขึ้นไป ก่อนจะไปฝึกหัดขั้นระดับสูง เหมือนกับคน
 จบดอกเตอร์ปริญญาเอก ไม่ใช่ว่าจะจบได้ง่ายๆ ต้องผ่าน ก ไก่ ข ไข่ ...
 สระอา สระอิ สระอี ก่อนทั้งนั้น จึงนำเอาทั้งหมดมาประสมกัน เรียน
 ชั้น ป.1 ป.2 ป.3 ... ไปเรื่อยๆ จนเข้าใจในหลักวิทยาศาสตร์ต่างๆ จึงจะ
 ไล่เต้าไปสู่ขั้นปริญญาเอกได้ ไม่ใช่ว่าจะกระโดดสูงขึ้นไปชั้นละเอียดย

เลยได้ยังไง ทำไม่ได้

ปัญญาเราก็เช่นกัน เราไม่ได้ฝึกอะไรเลย แต่จะไปละกิเลส ละความโลภ ความโกรธ ความหลง ความอยากแบบนี้มันทำไม่ได้ ผิดขั้นตอน ข้ามขั้นตอน เราต้องฝึกตามลำดับขั้นขึ้นไป จะไปละอะไรเกินตัวไม่ได้ เปรียบได้กับ กำลังของเด็กไม่พอที่จะแบกไม้ยาง ถึงอยากก็อยากเฉยๆ ทำอะไรไม่ได้ ต้องมีกำลังสมดุลกันเสียก่อนจึงจะทำได้ เหมือนกับ รถมีกำลังหนึ่งตัน แต่ไปใส่น้ำหนักห้าตัน จึงทำอะไรไม่ได้เลย ต้องใส่ให้พอดีกับกำลังรถที่จะวิ่งได้ การใช้ปัญญาพิจารณาก็เช่นกัน ต้องรู้เห็นตามขั้นตอนของมัน ปัญญาเรามีเท่านี้ก็รู้เห็นเพียงเท่านี้

การทำงานในที่สว่าง เช่น ในคืนวันเพ็ญ สามารถทำงานได้เพียงหยาบๆ เท่านั้น จะไม่สามารถเย็บจักรถักร้อยได้เลย แต่ก็พอจะตัดไม้หรือทำบางสิ่งบางอย่างได้ ของหยาบทำได้ แต่ของละเอียดทำไม่ได้ เพราะความสว่างไม่พอ หรือ ทำงานในกลางวัน แสงอาทิตย์สว่างจ้า จึงจะสามารถเย็บผ้าได้ เพราะความสว่างพอ นี่พวกเราเพียงแค่วันเพ็ญจะไปเอาด้ายสอดรูเข็มทั้งคืนก็ไม่ได้ เสียเวลาเปล่า

ปัญญาเป็นกำลังของใจ เป็นแสงสว่างให้ใจ ปัญญาเป็นตาของใจ ถ้าเราสร้างปัญญาเป็นตาของใจได้เมื่อไร อวิชชาจะหมดสภาพทันที เพราะปัญญาจะไปแทนที่ทำลายความมืดลงได้ จากความไม่รู้จริงก็จะเกิดความรู้จริงขึ้นมา จากความไม่แจ่มแจ้งก็จะเกิดความแจ่มแจ้งขึ้นมา แท้จริงแล้วความสว่างของปัญญาไม่ใช่ตัวละกิเลสตัณหา แต่เป็นตัวให้ความสะดวกในการละของใจเท่านั้นเอง

เหมือนการเดินทาง ไม่ใช่ว่าจะสำเร็จไปถึงจุดหมายปลายทางได้เพราะไฟฉาย เป็นเพราะคนถือไฟฉายไปต่างหากละ แสงสว่างเป็นเพียงตัวประกอบให้ทำงานสำเร็จเท่านั้น เหมือนปัญญาเป็นองค์ประกอบให้ใจได้รู้เห็นตามความเป็นจริงเท่านั้น เราจึงต้องสร้างปัญญาขึ้นมา เพื่อให้ใจมองเห็นอะไรได้ชัด ตามเหตุตามผล ตามหลักความเป็นจริง นี่คือตัวทำลายอวิชชา ไม่มีสิ่งใดจะทำลายตัวอวิชชาได้นอกจากปัญญาเท่านั้น ตัวสมาธิไม่สามารถทำลายอวิชชาได้เลย เพราะสมาธิเป็นตัวหุ้มห่ออวิชชาไว้ต่างหาก แต่นักปฏิบัติไม่เข้าใจ พวกเขาก็นำสมาธิละกิเลส เข้าใจผิดไปอย่างนั้น มันไม่ใช่เรื่องละกิเลส เพียงข่มกิเลสไว้เฉยๆ

ยกตัวอย่าง ถูษิตีไฟพรที่พากันทำสมาธิก่อนพระพุทธเจ้า ใครบ้างที่ละกิเลสได้ ละตัณหาได้ ละอวิชชาได้ ละความโลภ ความโกรธ ความหลงได้ เพียงใช้อำนาจของฌานข่มไว้เฉยๆ เมื่อตายไปก็เกิดเป็นรูปพรหมบ้าง อรูปพรหมบ้าง เมื่ออำนาจของฌานเสื่อมลงก็ลงมาเกิดอีกตามเดิม การสอนว่าทำสมาธิละกิเลส เป็นการสอนในสิ่งที่พระพุทธเจ้าไม่สอน ทำให้คนงมงายกันมหาศาล คือไม่เข้าใจในการสอน คือศึกษาไม่ถึงหลักแก่นแท้ในคำสอนของพระพุทธเจ้า ถ้ามีคนสอนผิดเพียงคนเดียว จะทำให้คนอื่นเข้าใจผิดเป็นหมื่นคนแสนคนได้ ถ้ามีคนเข้าใจถูกสอนถูกเพียงคนเดียว ก็จะทำให้คนอื่นเข้าใจถูกเป็นหมื่นคนแสนคนเช่นเดียวกัน

ปัจจุบันมีคนสอนมากมายหลายคน ไม่เหมือนครั้งพุทธกาล สมัยพุทธกาล ส่วนใหญ่จะได้ยินคำสอนจากพระพุทธเจ้า พระอริยเจ้า

เมื่อได้ฟังแล้ว เหตุผลความเข้าใจในหลักความจริง จะเหมือนกันทั้งหมด ทั้งที่ตำราไม่ได้อ่านมา แต่ความเข้าใจหลักความเป็นจริง จะเหมือนกันทั้งหมด เมื่อได้รับการสื่อสารจากพระอริยเจ้า ก็จะได้ภูมิธรรมไสตบั้นขึ้นไป จะไม่มีคำว่าผิดพลาดในการสอน ถึงพระไสตบั้น จะไม่รู้ธรรมะชั้นละเอียดก็ตาม แต่เขาวางทิศทางแนวการสอนไว้ถูกต้องทั้งหมด นี่เขาเป็นนิตยบุคคล เป็นบุคคลที่แน่นอนแล้ว เดินทางสายตรงต่อมรรคผลนิพพานแล้ว จะไม่หลงทางอีกต่อไป ถึงจะเกิดในโลกนี้อีก 3 ชาติ 7 ชาติ ก็จะไม่ไปสู่อายอื่น มองเห็นพระนิพพานแค่เอื้อมมือนิดเดียว หลักการของพระไสตบั้น กับพระอรหันต์ ก็หลักการเดียวกัน แต่พยายามละเอียดต่างกัน

การปฏิบัติธรรมในยุคนี้นับครั้งพุททกาลนั้น แตกต่างกันมาก หลวงพ่อเคยเปรียบเทียบให้ฟังหลายหน เหมือนกับฝูงโคกำลังแสวงหาหัวหน้าโคอยู่ ถ้าฝูงโคเหล่าใดได้หัวหน้าโคที่ข้ามกระแสน้ำมาก่อน หัวหน้าโคตัวนั้นก็พาโคทั้งหลายข้ามกระแสน้ำได้อย่างแม่นยำ เพราะรู้ว่า ตรงไหนมีโขดหิน ตรงไหนมีน้ำวน ตรงไหนมีจระเข้ ปลาฉลาม หัวหน้าโคตัวนี้จะรู้จักทุกซอกทุกซอกในการข้ามทะเลนี้ เขาจะพาโคไล่เฉียดหลีกเลี่ยงภัยอันตรายทั้งหมด พาข้ามฝั่งได้อย่างปลอดภัย อะไรควรไม่ควรจะรู้

แต่โคอีกกลุ่มหนึ่ง มีความตั้งใจจริงจงในการข้ามกระแสน้ำ แต่ถ้าได้หัวหน้าโคที่ไม่เคยข้ามกระแสน้ำมาก่อน ถึงจะดูท่าทางขึงขังใหญ่โต เหมือนกับว่าจะพาโคทั้งหลายข้ามกระแสน้ำได้ เมื่อมีความมั่นใจอย่างนั้น จึงให้หัวหน้าโคนั้นพาข้ามกระแสน้ำ เมื่อพาโคทั้งหลายข้ามกระแสน้ำ ก็อาจ

เจอขีดหินบ้าง ถูกปลาฉลามกินบ้าง ถูกจระเข้กินบ้าง ลอยไปเจอน้ำ
วังวนจมทั้งโคและหัวหน้าโค

ในยุคนี้ก็เช่นเดียวกัน เรามีความต้องการอยากฟังเทศน์พระ
อรหันต์ หรือพระอริยเจ้า ถ้าพระอริยเจ้าท่านพูดออกมา เราจะเข้าใจ
ใหม่ ก็ไม่เข้าใจ ดูท่าทางพระอริยเจ้าก็ไม่รู้จัก เราได้แสวงหาธรรมของ
พระอริยเจ้า เจอรัยก็ยังไม่รู้ ถึงเจอแล้วก็อาจไม่รู้จัก เหมือนตาบอดไปหา
ทอง ทองจริงทองปลอมก็ไม่รู้จัก หรือตาดำก็ตาม แต่ทองมันเหลือง
อร่ามเหมือนกันหมดเลยนี้ ยังไม่รู้เช่นเดียวกัน แต่ผู้มีปัญญาดี ย่อม
รู้จักเนื้อทอง เห็นปุ๊บรู้ทันที ทองจริงเป็นอย่างไร ทองปลอมเป็น
อย่างไร

นี่ฉันใด การเลือกครูอาจารย์เพื่อเป็นผู้นำในการปฏิบัติ ถ้าผู้มี
ปัญญาดี เขาไม่ดูกิริยามารยาทหรอก เขาดูสิ่งเล็กๆ ภายในบางอย่าง
เขาดูเนื้อหาสาระธรรมะที่ท่านแสดงออกมา เพราะกิริยามารยาทนั้นไม่
สามารถดูแบ่งแยกพระอริยเจ้าได้ ปุถุชนกับพระอริยเจ้า หัวโล้น
เหมือนกัน ผ่าเหลืองเหมือนกัน ความประพฤติก็น่ากลัวกัน จึงมีการ
เปรียบเทียบว่า น้ำลึกเงาลึก น้ำลึกเงาตื้น น้ำตื้นเงาลึก น้ำตื้นเงาตื้น

ประเภทที่หนึ่ง น้ำลึก หมายถึง ผู้มีคุณธรรมเป็นพระอริยเจ้า
ตั้งแต่โสดาบันขึ้นไป เงาลึก หมายถึง กิริยามารยาท ที่แสดง
ออกมาทางกายวาจาเรียบร้อย

ประเภทที่สอง น้ำลึกเงาตื้น หมายถึง มีคุณธรรมเป็นพระอริย
เจ้า แต่กิริยาภายนอกไม่เรียบร้อยเลย ดูเหมือนไม่มีคุณธรรมในใจ ไม่
สำรวจกายวาจา ถ้าเห็นพระอริยเจ้าเช่นนี้ เราจะดูไม่ออกเลย

ประเภทที่สาม น้ำตื้นเงาลึก หมายถึง จิตใจยังไม่มีคุณธรรมอะไรเลย เงาลึก หมายถึง กิริยามารยาทสำรวมเป็นพิเศษ เคลื่อนไหวไปมาเรียบร้อย กิริยาพาที การต้อนรับแขกเรียบร้อยนุ่มนวล มองแล้วน่าเลื่อมใสศรัทธา จนมองไปว่า นี่แหละพระอรหันต์ก็เป็นไปได้

ประเภทที่สี่ น้ำตื้นเงาตื้น หมายถึง จิตใจไม่มีคุณธรรมอะไร และกิริยามารยาทไม่สำรวมอะไรเลย เหมือนปุถุชน อยากทำอะไรก็ทำ

ถ้านำพระอรหันต์ น้ำลึกเงาลึก กับ ปุถุชน น้ำตื้นเงาลึก มาอยู่รวมกันแล้ว เราจะแยกไม่ออกเลย เพราะกิริยามารยาทสำรวมเรียบร้อยเหมือนกัน หรือนำ พระอรหันต์ น้ำลึกเงาตื้น กับ ปุถุชน น้ำตื้นเงาตื้น มาอยู่ร่วมกัน ก็จะแยกไม่ออกเช่นเดียวกัน ว่าองค์ไหนจริง องค์ไหนปลอม

ผู้มีสติปัญญาที่ดีจะดูหลักการที่ท่านแสดงในธรรมะ

ดังนั้น ให้เราเคารพนอบน้อมต่อครูบาอาจารย์ทุกท่านทุกองค์ไป อย่าไปเลือกว่า พระองค์นั้นปุถุชนรีเปลา เราจะไม่ทำท่านด้วย เราจะทำบุญเฉพาะพระอริยเจ้า อย่าไปคิดเช่นนั้น ถึงท่านจะเป็นปุถุชน ท่านก็มีความตั้งใจจริงในการปฏิบัติ สร้างคุณงามความดี เชิดชูพระพุทธศาสนา การจะหาพระอริยเจ้าผู้สูงส่งมารับบุญรับทานของเรายาก

บรรดารอยเท้าสัตว์ทั้งหลาย ย่อมรวมลงอยู่ในรอยเท้าช้างแห่งเดียว เท่านั้น ภูิกษุทั้งหลาย บรรดาธรรมทั้งหลายย่อมรวมลงอยู่ในสัมมาทิฏฐิแห่งเดียวเท่านั้น นั่นคือ ปัญญาสัมมาทิฏฐิความเห็นชอบ

เป็นใหญ่เป็นศูนย์รวมในหมวดธรรมทั้งหลาย การปฏิบัติจึงต้องตั้งหลัก สัมมาทิฐิให้ได้ นี่คือ ทางสายตรงของการปฏิบัติ ให้พยายามคิดตรึก ตรองบ่อยๆ ให้เกิดความชอบธรรม จะไปเอาตามความชอบใจไม่ได้นะ ต้องให้ชอบธรรม รู้จริงเห็นจริงตามความเป็นจริง ส่วนมากที่เราทำทุกวันนี้เป็นเพียงถูกใจ จึงเกิดความผิดพลาดขึ้นมาได้ ให้เปลี่ยนเป็น ถูกธรรม ถูกเหตุผลตามหลักการปฏิบัติ วิธีการละต่างๆ อย่าเพิ่งไปละอะไร รุนแรงขนาดนั้น เอาทีละขั้น ขั้นหายาบ ขั้นกลาง ขั้นละเอียด ตามลำดับ เพราะกำลังของเรายังไม่พอ สติปัญญาเรายังไม่หนักแน่นพอ แต่ ความอยากจะไปบังคับให้ละอย่างนั้นอย่างนี้ไม่ได้ สิ่งที่ยังละไม่ได้ก็ไป พยายามจะละให้ได้ ไม่ถูก ต้องตั้งหลักให้ดีในการปฏิบัติ

เหมือนกับ ดอกส่วามีหลายดอก ส่วานเจาะปูน จะไปเจาะ เหล็กไม่ได้ ต้องใช้ส่วานเจาะเหล็กจึงจะเจาะเหล็กได้ ถ้าส่วาน ประเภทเดียวกันแล้ว แต่กำลังไม่พอก็เจาะไม่ได้อีก กำลังต้องพอด้วย จึงจะเจาะได้ นี่คือจะใช้ปัญญาเป็นตัวเจาะปัญหาตัวไหน ต้องใช้ ปัญญาเป็นตัวนำ ใช้ปัญญาเป็นหลักยึดตัว เพราะปัญญาเป็นตัวให้ แสงสว่างทางใจ ปัญญาเป็นตาของใจ เพราะก้าวเดินออกไปข้างหน้า จะได้ไม่คลาดเคลื่อน ไม่ผิดพลาด ไม่ทำแบบสุมเดา ถ้าสิ่งใดทำแบบ สุมเดาปัญหาจะเกิดขึ้น ไม่รู้จักทิศทาง

เหมือนกับการกินยา แค่วอดหัวขึ้นมาก็กินยา โดยที่ยังไม่รู้เลยว่า เป็นโรคอะไร แล้วถ้าแพ้ยาขึ้นมา ก็เป็นทุกข์อีกนั่นแหละ ก่อนจะกิน ยา ต้องตรวจร่างกายก่อน จึงจะกินยาได้ นั่นคือ ผู้ที่ละกิเลสตัณหาต้อง ศึกษาปัญหาให้เป็น ปัญญาตัวเดียวนี้ ถ้าเรามีเมื่อไร สามารถจะศึกษา

กิเลสตัณหาได้ทั้งหมด เราจะละกิเลสก็ต้องศึกษากิเลสว่า กิเลสนั้นมีเหตุอะไร มีผลอะไร อะไรเป็นปัจจัยให้มันเป็นไปอย่างนี้ คือต้องศึกษาทิศทาง เดียวนี้เราศึกษาแต่ธรรมดา ศึกษาไปทำไม เอาไปละอะไร เอาไปละกิเลส แล้วกิเลสเราศึกษาแล้วยัง ยังไม่เห็นเลยจึงยังละไม่ได้ จะละสิ่งใดได้ต้องรู้จักของสิ่งนั้นก่อนดี จะทำลายสิ่งใดได้ต้องเห็นของสิ่งนั้นก่อนดี

กิเลสนั้น มันเก่งกล้าสามารถฉลาดพอตัว จึงเป็นหนึ่งในโลก หมู่สัตว์ทั้งหลายตกอยู่ใต้อำนาจของมัน มันเป็นใหญ่ครอบครองหัวใจมานานแสนนาน จะไปละได้ง่ายๆ เมื่อไร ที่มงานของปัญญาสติปัญญาจึงต้องพร้อม แต่ก่อนใจเราเป็นข้าทาสของกิเลสตัณหา มาตลอด แต่ทำไมไม่มีความสำนึกว่าเป็นข้าทาสของเขา ถูกกิเลสตัณหาพาทำชั่วอะไรบ้าง พูดชั่วอะไรบ้าง คิดชั่วอะไรบ้าง ทำให้เราตกสู่อบายภูมิ แล้วกิเลสเป็นทุกข์กับเราไหม เราไม่ได้ทุกข์ด้วยเลย เขาหลอกเราให้ทำชั่ว แล้วทำไมเราไม่เข็ดหลาบเสียที

เพราะเราไม่เข้าใจ จึงได้ถูกกิเลสตัณหาหลอกอยู่เรื่อย ตั้งแต่กับนั้นจนถึงปัจจุบันชาตินี้ แล้วจะให้มันหลอกไปถึงไหน เราต้องศึกษากิเลสให้เป็น คือปัญญานี้ที่จะศึกษาได้ ไม่มีสิ่งอื่นใดที่จะศึกษากิเลสตัณหาได้นอกจากสติปัญญานี้เท่านั้น เราจะละกิเลสตัณหาไม่ได้ เพราะยังไม่ได้ศึกษาเลยว่าหน้าตาของมันเป็นอย่างไร

เหมือนกับตำรวจจะไปจับมหาราโจรที่ปล้นร้านทอง แต่ตำรวจยังไม่รู้จักหน้าตาโจรเลย สูงต่ำอย่างไร ผิวพรรณอย่างไร จะไปจับโจรได้อย่างไร สมมติว่าโจรปล้นของ แล้วไปนั่งกินก๋วยเตี๋ยวอยู่ที่ร้านข้างหน้า

ตำรวจติดตามไปแล้วนั่งโต๊ะเดียวกันนั่นแหละ โจรก็ถามว่า จะไปไหน
 เจ้านาย ตำรวจตอบ จะไปหาจับโจรนั่นแหละ โจรปล้นร้านทองแล้วมา
 ทางนี้แหละ นี่คือ ตำรวจไม่รู้จักหน้าตาของโจรเลย จึงจับโจรไม่ได้

กิเลสตัณหาก็ก็นั่นแหละ จะไปภาวนาละกิเลส ทำไปเถอะ ยังไง
 ก็ทำไม่ได้ เพราะเราไม่รู้วิธีการของเขา ศีกษากิเลสของตนเองไม่เป็น
 กิเลสตัณหาทำให้ใจเราเป็นทุกข์ทรมานขึ้นมา มีเหตุมีปัจจัยคืออะไร
 เราก็ก็นั่นแหละ แล้วจะไปละเขาได้อย่างไร ได้แต่ปล่อยให้กิเลสทับถมหัวใจอยู่
 อย่างนี้ต่อไป เราต้องฝึกปัญญาของเราให้ดี

ที่หลวงพ่อบิณฑบาตมาทั้งหมดนี้ เพื่อให้ทุกคนรู้จักทิศทางการ
 ปฏิบัติ ทำไมหลวงพ่อบิณฑบาตไม่ให้ฝึกสมาธิ เพราะตัวสมาธิไม่ใช่เรื่องสำคัญ
 อะไร ทำได้ไม่ยาก แต่ที่ยากคือปัญญา ถ้าเรามีเครื่องมือที่ดีแล้ว จะ
 ไปทำการงานอะไรก็ง่าย ถ้าไม่มีเครื่องมือจะทำอะไรไม่ได้เลย สมมติ
 สร้างบ้านหลังหนึ่งขึ้นมา ถ้าไม่มีเครื่องมือจะสร้างบ้านได้อย่างไร สร้าง
 ไม่ได้ การทำสิ่งใดก็ตามก็ต้องมีการเตรียมการให้พร้อมไว้ล่วงหน้า ใจของ
 เราต้องการให้เกิดความบริสุทธิ์ มีคำบาลีประกอว่า

ปัญญาะ บริสุชณะติ จิตจะมีความบริสุทธิ์ได้เพราะปัญญา

ถ้าปัญญาไม่มีจะไม่ทำให้ใจบริสุทธิ์ได้เลย ตัวอวิชชาที่พูดมา
 เมื่อกี้ ตัวทำลายกัน ตัวหักล้างกัน คือปัญญานั่นเอง คือสวางทาง
 ปัญญา

นัตถิ ปัญญา สมาอาภา แสงสว่างเสมอปัญญาไม่มี หักล้างกัน
 ด้วยตัวนี้ ต้องสร้างปัญญาขึ้นมาให้ได้ ถึงอวิชชาชั้นละเอียดจะละไม่ได้
 ให้เอาหยาบๆ ก่อนเถอะน่า เอาง่ายๆ ก่อน เพื่อตัดกำลังไปเรื่อยๆ ฝึก

ปัญญาให้ละเอียดขึ้นเรื่อยๆ ชั้นกลาง ชั้นละเอียด จนทำลายกัน
หักล้างถึงที่สุด ตัววิชาที่เป็นเหตุสร้างโลก เราจะหักล้างกันถึงชั้น
นั้น คนจะหนีจากโลกได้ ต้องศึกษาโลกให้เป็น โลกที่เราหลงกันอยู่ทุก
วันนี้ หลงอะไร มาศึกษาความไม่รู้ชะ ความจริงเป็นอย่างไร ต้องเอา
ไตรลักษณ์ประกอบกันทุกเรื่องไป

การใช้ปัญญาพิจารณานั้นอาจเกิดความเหน็ดเหนื่อยเมื่อยล้า
ได้ นั่งคิดมากๆ เหนื่อย ก็เดินคิดได้ เดินคิดมากๆ เหนื่อย ก็ยืนคิดได้
หรือนอนคิดก็ได้ แต่อย่าให้หลับ การยืนเดินนั่งนอน เป็นตัวเปลี่ยน
อิริยาบถ แต่ไม่ใช่หลักปฏิบัติโดยตรง เป็นเพียงทางอ้อม หลักปฏิบัติ
จริงๆ คือ หลักสติปัญญาที่สอนใจตนเองให้เป็น อย่าผูกขาดว่าต้องนั่ง
ปฏิบัติ อย่าผูกขาดว่าต้องเดินปฏิบัติ อย่าผูกขาดว่าต้องนั่งสมาธิ
อย่าพูดอย่างนั้น นั่งเป็นอีกเรื่องหนึ่ง สมาธิเป็นอีกเรื่องหนึ่ง แต่เรามา
พูดโยงกัน คำว่าสมาธิจริงๆ แล้วเป็นเรื่องของใจ ใจมีความตั้งมั่นแน่ว
แน่ มีความสงบ เป็นเรื่องของใจ แต่คำว่า นั่ง เป็นเรื่องของกาย ทำไม
เอาเรื่องของกายมาผูกขาดกับการทำสมาธิ สมมติว่าคนนั้นเขานั่งไม่ได้
แล้วเขาทำสมาธิได้ไหม ทำได้ สมมติว่าคนเป็นอัมพาต นั่งไม่ได้ เขา
ทำสมาธิได้ไหม เขาก็นอนทำได้ เพราะสมาธิไม่ใช่เรื่องของกาณั่ง เป็น
เรื่องของใจต่างหาก เรามาผูกขาดเกินไป

เหมือนกับคำว่า กินข้าวกินปลา จะมาผูกขาดว่า นั่งกินข้าว ถ้า
นั่งกินไม่ได้ ก็ยืนกินได้นี่ ถ้านั่งไม่ได้ ยืนไม่ได้ ก็เดินกินได้นี่ หรือนอน
กินก็ได้ การกินข้าวคือการเอาเข้าปาก เคี้ยวแล้วก็กลืน กินจนอิ่ม จะ
มาตีความว่าต้องนั่งกิน มันตีความหมายผิดไป

คำว่า สมาธิ อย่าผูกขาดว่าต้องนั่งสมาธิ เดินก็ทำสมาธิได้ ทำงานอยู่ก็ให้ตั้งใจแน่วแน่ในการทำงาน สมาธิคำเดียวมีหลาย ขั้นตอน หลายอุบายด้วยกัน ต้องศึกษาว่าสมาธิตั้งใจมันทำอย่างไร สมาธิความสงบทำอย่างไร สัมมาสมาธิ มิจฉาสมาธิ โมหสมาธิ เป็นอย่างไร ต้องศึกษา นี่เราไม่ศึกษาได้แต่นั่งพุทโธ อยู่อย่างเดียว พุทโธ นกแก้วนกขุนทองเฉยๆ พอเกิดเป็นสมาธิขึ้นมาก็ตันอยู่อย่างนั้น การทำสมาธิเพื่อละกิเลส ทำไม่ได้ ไม่มีหลักฐานศาสนาพุทธบอกไว้เลย แต่ตำราสมัยนี้เขียนกันขึ้นมา

นี่คือไม่มีการศึกษาทางปัญญา ทำอะไรจึงคลาดเคลื่อนไปหมด เขาทำสมาธิเพื่อประกอบปัญญา เพื่อเสริมปัญญาเท่านั้น ถ้าทำสมาธิได้แต่ไม่มีปัญญาเสริม ก็จะมีความสุขประเดี๋ยวประด๋าว เดี่ยวก็เสื่อม ไม่มีความก้าวหน้าเลย มันต้องมีการเตรียมการล่วงหน้า สมมติว่า พรุ่งนี้เราจะทำบุญตักบาตร วันนี้เราต้องเตรียมอาหารไว้ก่อนไม่ใช่หรือ ต้องเตรียมวันนี้ จะทำบุญบ้านก็ต้องเตรียมวันนี้ จะมีอาหารอะไรเลี้ยงแขกบ้าง พอตื่นขึ้นมาก็เริ่มทำได้เลย เพราะเตรียมไว้แล้ว ถ้าไม่เตรียมไว้จะเอาอะไรให้แขกกิน มันผิดธรรมดา ผิดธรรมชาติ นี่ก็เช่นกัน การฝึกปัญญาต้องเตรียมปัญญาไว้ก่อน แล้วค่อยทำสมาธิ เมื่อทำสมาธิแล้ว ก็นำกำลังของสมาธิมาเสริมปัญญาได้เลย

การพูดว่าทำสมาธิไปเถอะ เมื่อจิตสงบแล้วจะมีปัญญาเกิดขึ้น เป็นไปไม่ได้เลย พุดลอยๆ ไม่มีเหตุผลจะฟังได้ ขาดการศึกษา หลักการทำสมาธิเป็นหลักสากลของโลก พวกฤาษีเขาก็ทำสมาธิตัวนี้ แต่พระพุทโธเจ้าของเราฉลาด เมื่อทำสมาธิกับฤาษีแล้ว ก็ยกมาทำหลัก

ปัญญาได้เลย ฝึกปัญญาก่อนแล้วนำสมาธิมาเสริม ต้องเตรียมการล่วงหน้าไว้

งานทุกอย่างต้องมีการเตรียมการล่วงหน้าก่อน ยกตัวอย่างเช่น โทรศัพท์ ก่อนโทรศัพท์ต้องเตรียมการล่วงหน้าไว้ก่อนว่าจะพูดเรื่องอะไร ไม่ใช่ว่า กดไปหาเพื่อนฝูงแล้วก็พูดว่า ฮัลโหล ฮัลโหล ไม่พูดอะไร นี่มันคนบ้าหรือคนดี ต้องเตรียมการล่วงหน้าไว้ก่อนว่าจะพูดเรื่องอะไร ก่อนที่จะโทรศัพท์ไปหาเพื่อน นี่คือ ความคิดเป็นตัวนำหน้า การพูดก็เหมือนกัน ต้องเตรียมความคิดตรึกตรองไว้ก่อนว่าจะพูดเรื่องอะไร การทำก็เหมือนกัน ต้องเตรียมไว้ก่อนจะทำอะไร นี่คือ คิดก่อนพูด คิดก่อนทำ อันนี้เข้าใจกันอยู่ แต่ทำไมเวลาทำสมาธิไม่คิดอย่างนี้บ้าง

เหมือนกับ ทหารที่ออกไปสู้รบ ก็ต้องมีการฝึกซ้อมก่อน ไม่ใช่พอไปถึงสนามรบแล้วค่อยเตรียม ซ้ายหัน ขวาหัน ตายกันพอดี นั่นคือต้องฝึกให้ชำนาญไว้ก่อน หลบที่บังเกอร์ ชูดหลุมอย่างไร ต้องเตรียมการไว้ก่อนเข้าสนามรบ ฝึกยิงกระสุนปืนไม่ว่าก็ร้อยนัดพันนัดจนมีความชำนาญในการฝึก ไม่เช่นนั้นนั้นก็ยังไม่เป็น หันกระบอกปืนใส่หน้าแล้วเหินยวไก บังเดี๋ยวเรียบร้อย หรือตำรวจก็ต้องฝึก วิธีการสืบสวนสอบสวนก็ต้องฝึก เมื่อเห็นคนร้ายอย่างนี้ จะมีวิธีการสืบสวนสอบสวนอย่างไรก็ต้องฝึก เพื่อให้ได้ข้อมูลความจริง ไม่ใช่จับคนร้ายมาเลี้ยงไว้ อีกไม่นานก็ปล่อย ทำอะไรไม่ได้

ทุกอย่างต้องมีการฝึก การเตรียมการเป็นหลักใหญ่ผู้ช่วยชนะ เพื่อทำงานให้ได้เต็มที่ นี่คือนิยามที่เราต้องการ แต่เราต้องการปัญญาที่ฝึกให้ถูกต้อง จะไปทำสมาธิให้เกิดปัญญา นี่ไม่มีในหลัก

ศาสนาพุทธเลย สมัยพุทธกาลไม่เป็นแบบนี้ ไปหาอ่านดูว่า สาวกใน
 ครั้งพุทธกาลมีใครบ้างเป็นแบบนี้ ปัญญาต้องศึกษาให้ดี นี่พวกเราไม่
 ศึกษาอะไรเลย ทำไมพระก่อนที่จะมาสอนคน จึงไม่ศึกษาหลักในสมัย
 ครั้งพุทธกาลบ้าง เริ่มต้นท่านทั้งหลายก็เป็นปุถุชนคนธรรมดาแน่นแหละ
 แต่ท่านปฏิบัติอย่างไร จึงจะเป็นพระอริยเจ้าได้

ถ้าสมัยนี้มีพระพุทธเจ้าเกิดขึ้น คนจะเป็นพระอริยเจ้ามากมาย
 มหาศาลเลยทีเดียว เพราะมีคนสนใจปฏิบัติมาก แต่หลักการปฏิบัติไม่
 สมบูรณ์แบบ ดังนั้นถ้าพระพุทธเจ้ามาสอนเองคงจะมีพระอริยเจ้า
 มากมายมหาศาล เพราะทุกคนมีบารมีพร้อมแล้ว แต่ไม่มีคนใดจะมา
 จุดประกายว่า บารมีเราสร้างมาอย่างไรเท่านั้นเอง ต่างคนต่างสู้มเตา
 กันไป บรรดาพระอรหันต์ทั้งหมด ไม่มีองค์ใดมีญาณหยั่งรู้วาสนาบารมี
 ของคนได้ ผู้จะรู้บารมีของคนได้ มีแต่พระพุทธเจ้าองค์เดียวเท่านั้น
 เหมือนกับหมอให้ยาแก่คนป่วยถูโรค ก็หายวันหายคืน แต่เดี๋ยวนี้พวก
 เราได้แต่ปฏิบัติสุ่มๆ เดาๆ เหวี่ยงแห ดิ่งขึ้นมาจะมีปลารี่เปล่า เหวี่ยง
 ไปเรื่อย ดิ่งไปเรื่อย ดิ่งขึ้นมาได้แต่ซี่ ไม่มีปลาเลย ถูกแต่ซี่โกธร ซี่โลก ซี่
 หลง ซี่เกี้ยว ซี่คว้าน

นี่คือให้อุบายธรรมมาทั้งหมด ให้พวกเราช่วยกัน สอนกัน ดึงกัน
 ทุกคนเคยเห็นหมาดึงล้อเลื่อนใหม่ หมายถึงดึงล้อเลื่อนคนได้เลย
 ช่วยกันไป ลากกันไป ดึงกันไป ฎไถกันไป หรือจะเป็นแบบ บอดจูงบอด
 ไปไม่รอดเพราะบอดจูงกัน ก็ไม่รู้แหละ หรือจะเป็นแบบ คนตาดีจูงคน
 ตาบอด ไปไม่รอด เพราะบอดจูงกลับ เอาละ ต่อไปก็เข้ากลุ่มกันต่อ
 เอาให้เต็มทีเลยนะ

7 พutschิกายน 2542

เรื่องอาหารการกิน ถ้าไม่มีรูปแบบก็ไม่ได้เสียหายอะไร เราจะไปยึดรูปแบบอะไรมากไม่ได้ ดูกาลเวลา กาลไหนเป็นอย่างไรนั่นเอง กาลไม่จำเป็นก็เพียงน้ำพริกเทใส่ใบตอง กินเข้าไปก็อิมเช่นเดียวกัน มีคุณค่าเท่ากับใส่ถ้วย ใส่จาน ไม่ต้องไปกังวลว่า ไม่ได้ใส่ถ้วยจานสวยๆ อย่าไปหารูปแบบอะไรมากมาย เสียเวลาเปล่า จะไปสรรหาเก้าอี้ โซฟา ก็ไม่จำเป็น ดูกาลเวลา สมควรหรือไม่เท่านั้นเอง เราเอาหลักสำคัญคือ อิม กินเข้าไปแล้วอาหารลงท้องไปบำรุงธาตุชั้นดีเท่านั้น ก็พอ

การภาวนาปฏิบัติก็เช่นกัน อย่าให้มีรูปแบบอะไรมากนัก เสียเวลา เสียประโยชน์ เกิดปลิโพธิ์ขึ้นมา ตัวอย่าง คือ หลวงพ่อเป็น

ครูอาจารย์คนขึ้นมาทุกวันนี้ ก็ไม่มีรูปแบบ ตอนแรกของการปฏิบัติก็ไม่มีรูปแบบ ไม่คิดด้วยซ้ำไปว่าเราจะมีธรรมชาติเกิดขึ้น

ในช่วงนั้น มีหลวงพ่อบุญมา ท่านสั่งไว้ว่า “ทูล คำๆ ให้ไปหาหน่อยนะ” เราก็คิดว่า เอ ท่านเป็นอะไร ไม่สบายรีเปล่า ขาดอะไรรีเปล่า เมื่อไปหาท่าน ท่านเดินจงกรมอยู่ เมื่อท่านหยุดและเรียกขึ้นภูมิ แล้วท่านก็นอนลง แล้วบอกว่า จับเส้นให้หน่อย เราก็จับไม่เป็น ได้แต่บีบนวดไปอย่างนั้นเอง พอท่านบอกว่า พอ แล้วท่านก็ลุกนั่ง เราก็รอดูท่าที่อยู่ ท่านถามว่า อยากฟังเทศน์ไหม เราตอบว่า อยากครับ ท่านก็เทศน์ต่อว่า “เกิด..ดับ เกิด..ดับ เข้าใจรึยัง” เราตอบว่า “เข้าใจแล้วครับ” ท่านก็พูดต่อว่า “เกิด..ดับ ไป กลับบ้านได้” นี่คือการฟังเทศน์ครั้งแรกในชีวิต หนึ่งนาที่เท่านั้น พอได้ยินคำว่า เกิดดับ มันซาบซ่านถึงใจทั่วทุกขุมชน เวลาเดินกลับบ้านมันโล่ง เบากายเบาใจ ก็มาพิจารณาว่า คำว่า เกิดอย่างไร ดับอย่างไร มองดูธาตุภายในบ้าง ดูธาตุภายนอกบ้างว่า มันเกิดอย่างไร มันดับอย่างไร ขยายสร้างภาพจินตนาการขึ้นมา ถ้าไม่สร้างภาพเราจะไม่เห็นคำว่าเกิดเป็นอย่างไร ถ้าเราไม่สร้างภาพเราจะไม่เห็นคำว่าดับเป็นอย่างไร เพียงพูดเฉยๆ จะไม่เห็นอะไร ไม่ใช่รู้ธรรมดาณะ ต้องเห็นด้วย เห็นว่าเกิดและรู้ว่าเกิด เห็นว่าดับและรู้ว่าดับ นี่เรียกว่า เห็นก่อนรู้ ถ้ารู้ก่อนเห็น ปัญหาจะเกิดขึ้น จะไม่มีอะไรดีขึ้นเลย

เหมือนกับเราพิจารณาธรรมชาติหมวดนั้นหมวดนี้ เช่น กายคตาสติ หรือ อสุภะกัฏฐิ ส่วนมากนักปฏิบัติจะไม่เห็นส่วนนี้ แต่ก็พูดได้ว่า ร่างกายส่วนนั้นเป็นสิ่งสกปรกโสโครก พูดได้พูดถูกตามหลักการ แต่ไม่

เห็นความจริง จึงไม่ได้ผลอะไรดีขึ้น มันก็ถูกอยู่เพียงรู้ตามหลักการ แต่ไม่เห็นความเป็นจริง เพราะตัวเห็นเป็นตัวตัดสินขั้นสุดท้าย ถ้ารู้เห็นธรรมชาติจะทำอะไรไม่ได้เลย

สมมติว่า เราพูดเรื่องคนตาย ตายเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ ก็พูดถูกตามหลักการ แต่ถามความจริงว่า เห็นเขาริยังว่าตาย ก็ไม่เห็น ถามเขาว่า ตายท่าไหน นอนตายท่าไหน นอนหงาย นอนคว่ำ นอนตะแคง มันต้องเห็นด้วยว่า กิริยาตอนตายเป็นอย่างไร นี่คือการสร้างญาณขึ้นมากับตัวเองเป็นสำคัญ ทีนี้จะอะไรเป็นตัวสร้าง คือ สมมติ ต้องสร้างสมมติขึ้นมาก่อน จินตนาการสร้างภาพขึ้นมา ให้ภาพเป็นหลักเหมือนความจริงทั้งหมด เรายังภาพเก่าๆ ที่เคยเห็นคนตายทั้งหมด หลับตาที่ดี ลืมตาที่ดี เราจินตนาการขึ้นมา นี่คือจุดเริ่มต้นของการสร้างญาณ โดยการสมมตินั่นเอง แล้วมาเห็นในญาณตัวนี้ เห็นในสมมติตัวนี้

นี่คือ ญาณทัสสนะ เป็นหลักที่สำคัญ ถ้าไม่สร้างญาณตัวนี้ขึ้นมาจะไม่เห็นของจริง ไม่รู้ของจริง แต่คนเราไม่เห็นตัวนี้ ได้แต่พิจารณาไปตามหมวดธรรมเฉยๆ หมวดนั้นหมวดนี้ นั่นคือ พูดตามธรรมเฉยๆ ใครก็พูดได้ ตำราก็มี ครูบาอาจารย์ก็พูดให้ฟัง เราเพียงรู้ตามคนอื่นเขาพูด ให้เราเห็นด้วยปัญญาของตนเองสิ รู้ตามคนอื่นพูดให้ฟัง ทำอะไรไม่ได้เลย ต้องรู้เห็นด้วยตนเอง เรียกว่า ปัญญาญาณ ให้เราฝึกขึ้นมา ใหม่ๆ ก็ไม่ชำนาญหรอก ให้เราฝึกไว้จนชำนาญ เกิดญาณขึ้นมา สร้างญาณหยาบๆ ไว้ก่อน จินตนาการที่ดี คาดการณ์ที่ดี การคาดการณ์จะเป็นตัวเสริมปัญญาได้เป็นอย่างดี คาดการณ์ในอดีตก็ได้ ในอนาคตก็ได้ ใช้อะไรเป็นหลัก ใช้อดีตเป็นหลัก เราคาดการณ์ได้

ว่า เราใช้ชีวิตมาจนถึงจุดนี้แล้ว และคาดการณ์ว่า ชีวิตจากจุดนี้ไป ปีหน้ารูปร่างกลางตัวเราจะมีการเปลี่ยนแปลงอะไรบ้าง อะไรเป็นหลักฐาน ก็คนที่เกิดก่อนเรามีเยอะเยอะไปนี่ เราคาดการณ์ตามความเป็นจริง

ตัวอย่างเช่น ตอนนี้อายุ 30 ปี เราเห็นคนอายุ 50 ปี ก็คิดว่า ถ้าเราอายุ 50 ปี เราจะเหมือนคนนั้นไหม รูปร่างกลางตัวทุกส่วนก็เหมือนเขานั้นแหละ เมื่อเราเห็นคนอายุ 60 ปี 80 ปี รูปร่างเราจะเหมือนคนนั้นไหม เราต้องคาดการณ์ตามหลักความเป็นจริง สร้างเรื่องขึ้นมา เมื่อถึงกาลวาระสุดท้ายของชีวิต คือ ตาย ถ้าเราลมหายใจไม่มีเหมือนเขา หรือจิตออกจากร่างเขาแล้ว เราจะเหมือนเขาไหม ให้จินตนาการมองหาอนาคต เมื่อนำศพไปเผา ไปทิ้งไว้ในป่า ทิ้งไว้หนึ่งวัน สองวัน ลักษณะรูปร่างจะเป็นอย่างไร ก็จะพุงพอง ใหญ่ขึ้น บวมขึ้น นานเข้าก็เกิดน้ำเน่า น้ำเหลืองออกมา

นี่คือคาดการณ์ตามหลักความเป็นจริง ถ้าไม่เชื่อก็เอาคนตายมาเป็นหลักฐานได้นี่ เอาหมาตายมาเป็นหลักฐานก็ได้ ไปสังเกตดูว่าแต่ละวันเป็นอย่างไร นี่คือการทำให้เหมือนคนอื่นตาย หรือสัตว์อื่นตาย เมื่อเน่าเหม็นก็มีแมลงวันมากิน มาชี้ใส่ เกิดเป็นหนอน หนอนก็กินอวัยวะทุกส่วน เราตายก็ไม่ต่างกับหมาตายก็ไม่ต่างกันเลย กลิ่นเราตายกับกลิ่นหมาตายก็ไม่ต่างกันเลย ต้องคาดการณ์ตามความเป็นจริง สมมติเรื่องให้ได้ เป็นการใช้ปัญญาคาดการณ์

คำว่า ปัญญา เพียงคำเดียว คนส่วนมากจะไม่เข้าใจ ปัญญา ก็เหมือนกับ พุดในใจนั้นแหละ คนที่พุดทั้งวันนั้นแหละ จะได้เปรียบใน

การปฏิบัติ เพราะการพูดเกิดมาจากความคิด การใช้ปัญญาก็คือการพูดในใจ พูดไม่มีเสียง นึกดำคนในใจดำยังงี้ คือการคิด หรืออย่างสวดมนต์ วิธีหนึ่งสวดออกมามีเสียง อีกวิธีสวดออกมาในใจ การสวดในใจเรียกว่าปัญญา การสวดออกมามีเสียง เรียก ปัญญาภายนอก ปัญญาภายในไม่มีเสียง

เราพิจารณาอะไร ก็คือ นึกคิดให้เป็นไปตามหลักความเป็นจริง ใช้ปัญญา พูดไม่มีเสียง ของง่ายๆ ให้ฝึกคิด ถ้าไม่เคยฝึกก็ยากนั้นแหละ นี่คือ เกิดปัญญาอย่างนี้ ไม่ใช่การทำสมาธิ การทำสมาธินั้นเป็นตัวเสริม ความตั้งใจมั่นคือสมาธิ คิดให้ต่อเนื่อง สูดตั้งแต่ต้นจนปลายอย่าให้ขาดวรรคขาดตอน สร้างเรื่องจินตนาการ สมมติขึ้นมา โยงไปถึงสัญญา เรียกว่า สัญญาเป็นพื้นฐานของปัญญา แต่คนส่วนมากไม่เข้าใจ ถ้าไม่มีสัญญาแล้วจะเอาอะไรมาคิด ต้องคิดตามสัญญาเป็นฐานเอาไว้

ถ้าเราไปเห็นคนแก่ขึ้นมา ก็ต้องจดจำลักษณะคนแก่เป็นอย่างไร แล้วก็มาพิจารณาตนเองอีกครั้งหนึ่ง หรือ เห็นคนเจ็บไข้ได้ป่วยก็ต้องจดจำ แล้วนำมาสร้างเรื่องคิด โอบนโยก เราเองก็เป็นเหมือนคนเจ็บไข้ได้ป่วยนั้น นี่คือ รู้จริงตามสมมตินี้ก่อน ให้เกิดความชำนาญก่อน มันมีขั้นตอนหลายอย่าง

เหมือนอาหารการกิน ผัก เบ็ด ไก่ เมื่อเราจะเอาอาหารทั้งหมดมาปรุงรวมกัน สัดส่วนเป็นอย่างไรถึงจะอร่อยได้ กินทีละอย่างมันไม่อร่อย ผักคำหนึ่ง เบ็ดคำหนึ่ง เกลือคำหนึ่ง มันจะเป็นอย่างไร มันต้องนำมาคลุกเคล้าให้ได้สัดส่วนเป็นอาหารขึ้นมา นี่คือต้องศึกษาวิธีการ

เหล่านี้ รู้จักสมมติก่อนว่าคืออะไร คนเราจะมาหลง ก็หลงสมมตินี้ คือ ตัวอวิชชา ไม่รู้จักจริงตามสมมตินี้ ถ้าเรารู้จักสมมติ โลกนี้ก็โลกสมมติ แต่ถ้าไม่สมมติจะเรียกว่า โลกได้อย่างไร เช่น คนเราก็มสมมติว่า คนชาตินั้น ชาตินี้ สมมติกันไป แตกต่างกันไปตามภาษา หรือ สมมติผู้หญิงผู้ชาย แต่ละเพศก็มีอวัยวะแตกต่างกันไปอย่างนี้นะ สมมติไปตาม สัดส่วนของแต่ละบุคคล นี่คือจริงตามสมมติ ซึ่งที่จริงแล้วก็เพียงธาตุที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่ชั่วคราว แล้วก็แตกดับไปเช่นกัน แต่ละคนก็ยังสมมติไปอีกตามอาการ 32 นี่คือ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก ฯลฯ ถ้าไม่สมมติขึ้นมาก็มารู้เรื่อง ไม่รู้ภาษาถิ่น ผมก็ไม่ได้เรียกตัวเองว่าผมเลย หนังก็ไม่ได้บอกมาก่อนเลยว่าให้เรียกหนัง แต่คนเราสมมติขึ้นมา แล้วคนเราหลงสมมติกันแค่นั้น พุดง่ายๆ ว่า ผู้หญิงผู้ชาย ถ้าผู้ชายเห็นรูปคนอื่นเขา ผู้หญิงเห็นรูปคนอื่นเขา ถ้าคนสองคนไม่ได้แต่งงานกัน เห็นผู้ชายตายไป ก็จะเกิดความสงสาร แต่ไม่รุนแรง เพราะ ไม่ได้สมมติว่าเป็นผัวเรา ถ้าผู้หญิงตายไป ก็จะสงสารธรรมดา ไม่ได้เป็นทุกข์เดือดร้อนทางใจ เพราะไม่ได้สมมติว่าเป็นเมียเรา

ถ้าสมมติว่าสองคนเป็นผัวเมียซึ่งกันและกันแล้ว ยอมรับความจริงกันทั้งสองฝ่าย มีผู้เฒ่าแก่สมมติขึ้นมา เป็นผัวเมียโดยสมมติ แต่เรายึดเอาสมมติมากเกินไป ผัวเราจริงๆ เมียเราจริงๆ ทีนี้ถ้าฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งตายไปก็จะเกิดความทุกข์มาก คนเป็นทุกข์เพราะหลงสมมติ

วัตถุต่าง ๆ ที่มีอยู่ ก็เป็นเพียงสมมติขึ้นมา เงินทองกองสมบัติหามาได้ ก็สมมติว่าเป็นของเรา หวงแหวน ไครมาปล้นก็ไม่สบายใจ แท้จริงวัตถุของโลกมันไม่ได้ประกาศตัวเลยว่า “ข้าพเจ้าเป็นเงินของคุณ

นะ ดูแลรักษาเราให้ดีขึ้น” มันไม่ได้พูดเลย แต่เราสมมติว่ามันเป็นของเรา เราหลงสมมติ ทุกข์ในสมมติ

เราต้องพิจารณาทุกส่วนว่า สังขารร่างกายเราก็เช่นเดียวกัน เมื่อมาสมมติว่าเป็นอัตตาตัวตนเราแล้ว นั่นคือ หลงในสมมติ ทั้งที่ธรรมชาติของร่างกายนี้เกิดมาอย่างไร จิตวิญญาณคนที่มาเกิดในท้องแม่ ไม่ได้หอบเอาหนัง เอากกระดูก มาเกิดด้วยเลย มาแต่จิตสังขาร พ่อแม่ก็ส่ง กลละทั้งฝ่ายเข้าหากัน ตัวจิตสังขารก็แปรสภาพกลละทั้งสองฝ่ายเป็นรูปร่างกลางตัวขึ้นมา คือร่างกายนี้เกิดขึ้นจากสิ่งสกปรกโสโครก น้ำสเปิร์มของพ่อแม่สะอาดเมื่อไรเล่า สกปรกทั้งนั้น ทั้งเหม็น ทั้งควา สารพัดที่จะเป็นไป เมื่อเกิดมาแล้วก็ต้องหาสิ่งสกปรกโสโครก มาจุนเจือกันไป จะเอาทองเอาเพชรมาจุนเจือไม่ได้ เพราะธาตุขันธ์เราเกิดจากสิ่งสกปรกโสโครก ต้องหาสิ่งสกปรกโสโครกมาจุนเจือกันได้ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง ออการ 32 ทุกส่วน สกปรกทั้งนั้น นี่คือมองอสุภะ

ถ้ามองในแง่ที่ไม่เที่ยง ก็ไม่เที่ยงเช่นเดียวกัน เพราะเกิดขึ้นจากของที่ไม่เที่ยง พ่อแม่ผู้ให้กำเนิดก็ไม่เที่ยง เราก็จะไม่เที่ยงเช่นเดียวกัน ต้องดูที่ต้นกำเนิด เราเกิดมาทำไมทุกข์กายทุกข์ใจอย่างนี้ ก็พ่อแม่เราเป็นกองทุกข์นี่นา ต้องยอมรับความจริงจากต้นเหตุของมัน ร่างกายทุกส่วนต้องพิจารณา ทั้งภายนอกภายในทุกส่วนไม่มีอะไรเป็นของเรา ทุกอย่างเป็นของเราแค่สมมติเพียงผิวเผิน ถ้าคนหลงสมมติเมื่อใดจะเป็นทุกข์เมื่อนั้น ถ้าเข้าใจในสมมติแล้วจะไม่ทุกข์ จะมีก็มิไป รักษากันไป อาศัยสมมติอยู่เท่านั้น นี่คือการพิจารณาในใจ ตรีกตรองอยู่ในใจ จะรู้ในใจเพียงอย่างเดียวไม่ได้ ต้องคิดขึ้นมาก่อน คิดเป็นปัญญา เรียกว่า

ญาณทัสสนะ ทัสสนะแปลว่า การเห็น เห็นสิ่งนั้นเป็นจริงอย่างนั้น เห็นสิ่งนี้เป็นจริงอย่างนี้ แล้วค่อยนำรู้จริงมาประกอบคู่กัน ถ้าไปแยกกันเมื่อไรจะลำบาก ต้องทั้งรู้ทั้งเห็น

ยกตัวอย่าง เช่น เห็นเสือ ถ้าเราไม่รู้เสือ จะมีความหมายอะไร ถ้าเห็นเสือโดยไม่รู้ ก็จะมีว่า เอ ตัวอะไรหนอ เห็นธรรมดาที่ไม่รู้ว่าเสือมีอันตรายอย่างนี้ ก็ไม่เป็น เพราะเราไม่รู้ว่าเสือนี้ หรือรู้ว่าเสือก็ตาม มันทำอันตรายคนอย่างนี้ แต่ไม่เคยเห็นตัวจริง เมื่อไปเห็นตัวจริงขึ้นมา เราก็ไม่เกิดความกลัว ทุกอย่างจึงต้องเห็น ทุกวันนี้เราเพียงแต่เห็นภาพ หลอกตา เช่น กล้องถ่ายรูป ถ้าเราไปถ่ายเอาก่อนขึ้นข้างทาง ดูภาพ แล้วก็เหมือนของจริงทั้งหมด ภาพนี้นำมาดูกันก็ไม่ขยะเขยงเลย กินข้าวไปด้วย ดูไปด้วย ดมไปด้วย มันก็เฉยๆ เป็นธรรมดา แต่ถ้าเอาของจริงขึ้นมา เอามาวางต่อหน้า เห็นของจริงแล้วที่นี้ กินข้าวไม่ลงเลย ความเบื่อจะเกิดขึ้นตรงนี้

การปฏิบัติธรรมเดี๋ยวนี้เราไม่เห็นของจริง เราเห็นธรรมะเพียง ภาพสังขารในกระดาศ ถึงจะนำมาพิจารณาก็ไม่เกิดผลดั่งสังเวช เพราะภาพในกระดาศนำมาจากคน ความโลภ โกรธ หลง ของจริงไม่ได้ อยู่ในกระดาศ มันอยู่กับคน เอาเรื่องของตัวเรามาแยกแยะ การรู้ธรรมะอย่าไปรู้ในกระดาศ มันทำอะไรไม่ได้ ต้องรู้จักของจริง คือ ภายนี้ใจนี้ ทั้งรู้ทั้งเห็น คือ ญาณทัสสนะ

หลวงพ่อก็คือคนที่ศึกษามาก หนังสือทุกอย่างจบหมด สามารถได้ตอบกับนักปราชญ์ต่างๆ ได้ การศึกษาเป็นสิ่งสำคัญ แล้วนำมาพิจารณาว่าส่วนไหนที่จะนำมาปฏิบัติได้ ธรรมะหมวดไหนสูงไปก็

เอาไว้ก่อน เรียกว่า ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม สมควรคือแค่ไหน ก็
 ต้องดูตัวเราก่อน ต้องดูตัวเองว่า ความสามารถเราแค่ไหน สติปัญญา
 เราแค่ไหน ถ้าสติปัญญาเราแค่นี้ จะนำไปปฏิบัติธรรมะขั้นสูง เช่น พระ
 อรหันต์ ได้ไหม ทำไม่ได้ เมื่อทำไม่ได้แล้วยังฝืนทำอยู่ที่เสียเวลาเปล่า
 ถ้าสติปัญญาเราเท่านี้ก็ค่อยฝึกค่อยเป็นไป เราต้องจัดสรรลำดับขั้น
 ไม่ใช่เห็นว่าเป็นธรรมะก็พิจารณาเรื่อยเปื่อยไป ฐานะเราเพียงเท่านี้
 กำลังเราเพียงเท่านี้ เหมือนนักเรียนกำลังเรียน ก.ไก่ ข.ไข่ แต่ไป
 กระโดดโลดเต้นอ่านตำราด็อกเตอร์ จะไปเข้าใจไหม ก็ไม่เข้าใจ เรียกว่า
 กำลังปัญญายังไม่ถึงจุดก็ทำอะไรไม่ได้ เรียกว่า ปฏิบัติธรรมสมควรแก่
 ธรรม ค่อยฝึกไป ขยายไปเรื่อยๆ

เหมือนกับ กำลังเรามีเพียงนิดเดียว จะไปแบกท่อนไม้ท่อนสูง
 ขนาดใหญ่ไม่ได้ กำลังไม่พอ ต้องดูกำลังตนเอง การกินก็เหมือนกัน
 กำลังแค่นี้ ก็กินเท่านี้ เห็นผู้อื่นกินจานสองจานก็เรื่องของเขา เรากิน
 เพียงอิมก็พอ กำลังปัญญาก็เช่นกัน ต้องฝึกให้ขยายขึ้น ขยายขึ้น
 ถ้าปัญญามีความละเอียดอ่อนเมื่อใด ก็จะมีชัดเจนนมากขึ้นเท่านั้น

การปฏิบัติธรรมคนส่วนมากเข้าใจว่า ต้องนึกคำบริกรรมทำ
 สมาธิ ก็ไม่เข้าใจว่าทำเพื่ออะไร บางคนเข้าใจว่า ทำสมาธิจิตสงบแล้ว
 ปัญญาเกิด เดียวนี้คนทำสมาธิหรือปัญญาเกิด ได้ตายไปที่ชั่วคนแล้ว ไม่
 มีใครปัญญาเกิดขึ้นได้เลย เข้าใจผิด เห็นผิด ถ้าเราย้อนหลังถึงคำ
 สอนของพระพุทธเจ้าเราจะเข้าใจ องค์ไหนบ้างที่ทำสมาธิจิตมีความ
 สงบแล้วปัญญาเกิดขึ้น ไม่มีในศาสนาพุทธเลย การปฏิบัติธรรมใน
 สมัยก่อน ความรู้ในตำราไม่มี การฟังธรรมจากครูบาอาจารย์ พระอรหันต์

เจ้า จากปากต่อหู จากหูต่อปากเท่านั้นเอง จำได้เพียงไม่กี่คาถาเท่านั้นเอง แล้วก็นำมาพิจารณาให้รู้เห็นตามความเป็นจริง คนเราไม่เข้าใจคำว่า ปัญญา ก็มาตีความหมายขาดๆ เกินๆ เอาความรู้ที่ศึกษาจากตำรามาเป็นปัญญา มันไม่ใช่ คนละเรื่องกัน ความรู้เป็นเพียงจดจำจากหนังสือ หรือครูบาอาจารย์มาพูด มันไม่ใช่ปัญญา แต่เราต้องจดจำนำมาตรึงตรอง แปรสภาพอีกชั้นตอนหนึ่ง คือ แปรสภาพจากความรู้ มาเป็นปัญญาได้ เพียงความรู้อย่างเดียวจะมาเป็นปัญญาไม่ได้ ปัญญาของคนในสมัยพุทธกาล เขาไม่มีความรู้ทางปริยัติ แต่เขาเข้าใจตามหลักเหตุและผลทั้งหมด

ยกตัวอย่างเช่น ลูกน้องพระเจ้าพิมพิสาร หนึ่งในแสนสองหมื่นคน คนกลุ่มนี้ไม่เคยรู้จักไม่เคยเห็นพระพุทธเจ้า เมื่อประกาศให้มาฟังธรรม เขาก็เพียงมาดูเท่านั้นเองว่า พระพุทธเจ้าหน้าตาเป็นอย่างไร เมื่อมาแล้ว พระองค์ก็อธิบายธรรมะให้ฟัง คนเหล่านี้มีศีลห้ามาก่อนหรือไม่ มีเขาไม่เคยศึกษาศีลห้ามาก่อนเลย กราบพระสามหนักไม่เป็น ทำสมาธิจิตสงบก็ไม่วู้เรื่อง เขาก็มานั่งฟังเทศน์ เขาเข้าใจ เพราะพระพุทธเจ้าเทศน์ตามหลักความเป็นจริงที่เขาได้อยู่ คือ การเปลี่ยนแปลง ความทุกข์ต่างๆ ที่เขารู้ บาปบุญคุณโทษต่างๆ เขาจึงเข้าใจในจุดนี้

สุดท้ายเมื่อฟังไป ปัญญาที่เขาได้อยู่แล้ว ซึ่งแต่ก่อนเคยคิดไปทางโลกทางสงสาร แต่บัดนี้เขาหันเหปัญญาที่มีอยู่ไปในทางธรรม จึงเกิดปัญญา เกิดความเข้าใจตามหลักความเป็นจริง คำว่า เกิด คือเกิดอย่างนี้ ไม่ใช่ เกิดพวยพุ่งขึ้นมา

ในที่สุด คนเหล่านั้นบรรลุลุทธิธรรมหนึ่งแสนหนึ่งหมื่นคน ก็นั่งพื้นดินอยู่นั้นแหละ เขาบรรลุลุทธิธรรมเป็นพระอริยเจ้าไสดาบัน อีกหนึ่งหมื่นคนก็ถึงไตรสรณคมน์ นี่คือตามตำรา ปัญญาเขาก็มีอยู่แล้ว คนยุคนั้นหรือในยุคนี้ มีปัญญาเหมือนกัน แต่ปัญญาได้หันเหไปทางโลกมาก ไม่ได้โน้มมาหาธรรมะ

ทีนี้มีคำหนึ่งที่ฝังใจอยู่ว่า ปัญญาเกิดขึ้นจากสมาธิ มีความเข้าใจอย่างนี้ในกลุ่มปฏิบัติในเมืองไทย 99.99 เปอร์เซ็นต์ทีเดียว ตำรานี้ก็ไม่ว่าใครเขียนขึ้น ก็เหมาะไปว่าเป็นคำสอนของพระพุทธเจ้าทั้งหมด เป็นการเข้าใจผิด เขาไม่ว่าต้นเหตุเป็นอย่างไร เราจึงต้องมาศึกษาว่าการปฏิบัติธรรมนั้นถึงจะมีความรู้เพียงนิดเดียวก็มาพิจารณาได้ ตามหลักอนิจจัง เห็นสิ่งใดในโลกนี้ก็นำมาพิจารณาได้ เห็นต้นข้าวก็ดี ต้นไม้ก็ดี ถ้าสิ่งนั้นมีการเปลี่ยนแปลงก็พิจารณาในความไม่เที่ยง ไม่ว่าสิ่งใดก็ตาม แม้กระทั่งคนสร้างขึ้นมาก็ดี มันก็ไม่เที่ยง ให้อุปนัยถือว่าสิ่งนั้นเป็นธาตุสี่ เหมือนร่างกายของเรา ให้เห็นตัวนี้ เรียกว่า ญาณทัสสนะ ต้องสร้างญาณนี้ขึ้นมา ถ้าญาณตัวนี้แก่กล้าขึ้น รู้ชัดเจนมากขึ้น ตัวปัญญาความคิดจะเป็นตัวผลิตญาณนี้ให้เกิดขึ้น ผลิตญาณทัสสนะขึ้นมา จึงให้นามว่า พุทโธ

พุทโธ เกิดขึ้นจากญาณทัสสนะตัวนี้ ไม่ได้เกิดขึ้นจากคำบริกรรม คนเข้าใจผิดกันมากมาย คำบริกรรมเป็นชื่อของผู้รู้เท่านั้นเอง คำบริกรรม พุทโธ เป็นคำบาลีที่ดีความหมายมาจากผู้รู้ ตัวผู้รู้ต้องสร้างขึ้นมาด้วยปัญญา ญาณทัสสนะ ทั้งรู้ทั้งเห็น ทั้งเห็นทั้งรู้ ต้องสร้างขึ้นมาบ่อยๆ จะเกิดความเข้าใจชัดเจนมากขึ้น พิจารณาอนิจจัง ธาตุสี่

ขั้นนี้ทำให้พิจารณาแต่ละสิ่ง เป็นไปตามหลักความเป็นจริง จะเกิดความเข้าใจชัดเจนมากขึ้น พุทโธ ผู้รู้จริงเห็นจริงตามหลักความเป็นจริง เกิดปัญญา

สมัยครั้งพุทธกาลไม่มีคำบริกรรมว่าพุทโธ ส่วนมากในตำรากล่าวว่ามีอานาปานสติ ระลึกลมหายใจเข้าก็รู้ ออกก็รู้ เป็นการรวบรวมสติให้อยู่ในปัจจุบัน เพื่อให้มีกำลัง ไม่ให้พุ่งไปข้างนอก ให้รวมกำลังที่มีอยู่ไประกอบปัญญาเท่านั้นเอง คิดให้เป็นไปตามไตรลักษณ์ เกิดรู้จริงเห็นจริงตามหลักความเป็นจริง จึงเรียกว่า พุทโธ บางทีอาจเกิดนิพพิทาได้ เกิดความกลัวได้ พิจารณาบาปก็กลัวในบาป พิจารณาอสุภะก็เกิดนิพพิทาเบื่อหน่าย นี้เรียกว่า พุทโธเกิดขึ้น

ถ้ารู้ความจริงขึ้นมา เกิดพุทโธ ผู้รู้ ผู้ตื่น ตื่นจากความเข้าใจผิด เมื่อก่อนคิดว่าเป็นของเราตอนนี้ไม่ใช่แล้ว เมื่อก่อนหมายมั่นปั้นมือว่าเป็นของเราจริง ตัวเรา เมียเรา สมบัติต่างๆ เป็นของเรา แต่เมื่อมาพิจารณาจริงๆ แล้วไม่ใช่ จึงทำให้เกิดตื่นตัวขึ้นมา รู้จริงตามความเป็นจริง พุทโธจึงตื่นขึ้นมา ตื่นจากความหลงผิดเข้าใจผิด ถ้าตื่นขึ้นมาอย่างนี้แล้ว ก็จะไม่หลงผิดอีก อยู่กันไปตามสมมติธรรมตา ตามหน้าที่ เมื่อเราสมมติว่าเป็นเมียเขาก็ทำหน้าที่เมียให้ดีที่สุด เราเป็นแม่ก็ทำหน้าที่แม่ให้ดีที่สุด เราเป็นพ่อก็ทำหน้าที่พ่อให้ดีที่สุด คือทำหน้าที่ตามสมมติให้ดีที่สุด ไม่มีการขัดแย้ง นี่คือ พุทโธ รู้ครอบจักรวาล รูปธรรมก็รู้ นามธรรมก็รู้ พุทโธ ตื่นจากความหลงผิดในอดีต เราเคยหลงว่าเป็นของของเรา บัดนี้เราไม่หลงแล้ว ตื่นตัวขึ้นมา ถ้ายังหลงอยู่ คือ พุทโธไม่เกิดขึ้น จะว่าพุทโธไปจนปากฉีกก็เถอะ พุทโธไม่ได้เกิดจากการว่า

แต่เกิดจากปัญญา

ทีนี้ พุทฺโธ แปลว่า ผู้เบิกบาน เบิกบานสบายใจไม่มีภาวะผูกพัน ก็รู้สมมติหมดแล้วนี่ อยู่ไปสบายๆ ไม่มีกังวล ไม่มีปิติโพทกังวลว่าพวกเรา เมียเรา ยิ้มแย้มแจ่มใสอยู่ไปตามสมมติ พุทฺโธนี้เป็นผลพลอยได้ แต่ การสร้างให้เกิดขึ้น ต้องสร้างด้วยปัญญาญาณ รู้จริงตามเป็นจริง เห็นจริงตามเป็นจริง ญาณทัสสนะเป็นตัวหล่อหลอมให้เกิดขึ้น แต่เราไม่ สร้างไว้เลย

เหมือนกับเรานั่งบ่นว่า กินข้าว กินข้าว นั่งบ่นตั้งแต่วันนี้จนถึง วันตายจะอิมรีเปลา ก็ไม่อิมด้วยการว่านี่ คนเราจะอิมได้ด้วยการกิน ต่างหาก ถ้าเกิดได้ด้วยการว่าจริง ไม่ต้องว่าพุทฺโธหรอก ว่า นิพพาน ดีกว่าไหม นั่งอยู่กันิพพาน มันทำไม่ได้ คนละอุบายกัน นิพพาน แปลว่า ความดับซึ่งอาสวกิเลสภายในใจ สูญสิ้นไป ความดับไม่มีเหลือ เรายังมีสิ่งทำให้เกิด แล้วจะดับได้ยังไง ไม่ใช่แต่จะอาศัยคำนี้ให้ดีอย่างเดียว คำนี้เป็นการรวบรวมกำลังใจให้เกิดขึ้นเป็นสตินั่นเอง ไม่ใช่คิด เพ่งพ่านไป กำลังใจก็ฟุ้งไป ทำอะไรไม่แน่นอน ไม่มาตรฐาน

เหมือนกับการเขียนหนังสือ ถ้าพื้นที่เราเขียนกระโดดกระเดก เขียนไปก็อ่านตัวหนังสือไม่ออก ไม่รู้เรื่อง การเขียนหนังสือต้องเขียนบน พื้นนิ่งๆ นี่ฉันใด การใช้ปัญญาจะได้ผลดี ก็ต้องใจนิ่ง ก่อใจจะนิ่งก็ ต้องเตรียมการวางปัญญาให้ดี เตรียมการคือปัญญา ต้องการวิธีการให้ พื้นนิ่ง ปัญญาเป็นเครื่องหล่อหลอมให้เกิดสมาธิ ในส่วนไหนจะนึกคำ บริกรรมให้เกิดสมาธิก็นึกไป ตามกาลเวลาที่เหมาะสม ในส่วนไหนเรา นึกคำบริกรรมไม่ได้ เราก็ต้องใช้ปัญญาเป็นตัวสร้างสมาธิขึ้นมา ตัว

สมาธิสร้างให้เกิดขึ้นได้สองทาง แต่เดี๋ยวนี้เราสร้างเพียงทางเดียว เพียงนั่งนึกคำบริกรรมทำสมาธิ มันติดปากติดใจ จนไม่รู้ว่า สมาธิคืออะไร คือการนั่งทำนั่นเอง มันฝังใจขนาดนั้น

คำว่า สมาธิ เป็นเรื่องจิต ไม่ใช่เรื่องของกาย ทำไมจึงเอากายมาบวกร่วมกับการทำสมาธิ มันเป็นเรื่องความตั้งมั่นของใจเท่านั้น ความตั้งมั่นของใจเกิดขึ้นสองทาง หนึ่ง การนึกคำบริกรรม สอง เกิดขึ้นด้วยปัญญา สมาธิเกิดขึ้นด้วยปัญญา เราไม่รู้เปล่า ก็ไม่เข้าใจ ยกเว้นผู้ที่ฟังหลวงพ่อบ่อยๆ จะเข้าใจในจุดนี้ คือ ตัวปัญญาเป็นตัวหลอหลอมให้เกิดสมาธิขึ้น การคิดเรื่องใดเรื่องหนึ่งให้ตั้งใจคิดตรงไปตรงมา มั่นใจในการคิดของตนเอง สร้างเรื่องคิดให้เป็น

การตั้งใจคือสมาธิ ความคิดคือปัญญา ถ้าความคิดคือปัญญาของเราตั้งสมาธิได้ สมาธิจะไม่เสื่อมเลย ทำงานก็เป็นสมาธิได้ ขับรถก็เป็นสมาธิได้ ตักอาหาร ซักผ้า ก็ทำได้ แต่สมาธิที่เกิดจากนึกคำบริกรรม ถ้าเสื่อมก็เสื่อมไปเลย ถ้าทำได้ก็เข้าฌานไปเลย พวกนี้จะทำงานไม่ได้จะหลงทันที การทำสมาธินี้เขาหวังประโยชน์คือ เพื่อเข้าฌาน แต่จะทำงานไม่ได้ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ เป็นภัยต่อฌานนี้ทั้งหมด

แต่การใช้ปัญญาเพื่อหลอหลอมสมาธิให้เกิดขึ้น ตัวสมาธิเหล่านี้จะเป็นองค์ประกอบของปัญญา ให้คิดเรื่องใดเรื่องหนึ่ง ตั้งใจคิดอยู่เสมอ ความเข้าใจจะชัดเจนมากขึ้น

เหมือนกับเราดูละครถ้าเราจับเรื่องได้จะสนุก เวลาเขาร้องไห้เราก็ร้องด้วย รู้ความหมาย สนุก ดูทั้งคืนก็อยู่ได้ เป็นธรรมชาติได้ทั้งคืน

การดูโทรทัศน์ทุกเรื่องถ้ามีปัญญาแล้วเป็นธรรมดาแล้วเลย เพราะเขา
 แสดงความจริงของโลก เขาจะสร้างเรื่องอะไรก็แล้วแต่ล้วนแล้วแต่เป็น
 ความจริงที่เตือนคติสอนใจคน ละครต่างๆ ต้องตีความหมายธรรมะ
 หนังสือพิมพ์ทุกหน้ากระดาษทุกคอลัมน์ อ่านปุ๊บตีความหมายใน
 ธรรมะ เพราะเขาสื่อมาจากความจริง ตีกันที่ไหน ปล้นฆ่ากันที่ไหน
 เขาเขียนเรื่องจริงออกมา เขียนความปั่นป่วนของโลก ให้เรานำมา
 พิจารณาว่า เราอยู่ในสังคมโลกที่มีความแปรปรวนทั้งหมด นี่คือความ
 จริง ปัญญาเราต้องรอบรู้ทั้งหมด ไม่ใช่แค่รอบรู้แต่การนึกคำบริกรรม
 เท่านั้น

ที่นี้คนเราไม่เข้าใจ แค่ว่านึกคำบริกรรมหายใจเข้าก็เกิด หายใจ
 ออกก็ดับเป็นคำบริกรรมแล้ว เป็นปัญญาแล้ว มันไม่ใช่ การ
 ตีความหมายในธรรมเดี๋ยวนี้มันวุ่นวายพอสมควร หลักปฏิบัติไม่
 จำเป็นต้องวุ่นวายให้มากเกินควร อยู่ที่ไหนก็ต้องปฏิบัติได้ กินข้าวก็
 ปฏิบัติได้ ล้างหน้า แคะขี้ฟัน ซักผ้า จะทำอะไรอยู่ที่ไหนปฏิบัติได้ทั้งหมด

ยกตัวอย่าง เช่น นั่งถ่ายในห้องน้ำก็ปฏิบัติได้ พรรณนาได้ว่า
 ทำไมไปนั่งถ่ายอยู่อย่างนั้น เรียบเรียงเหตุการณ์ดี ที่มันออกจากกันเรา
 นั้น มันเข้าทางไหน มันเข้าทางปาก ก่อนเข้ามานั้น รสชาติอย่างไร
 กลิ่นอย่างไร ถ้ากลิ่นเหมือนกับตอนที่ออกมา มันจะเอาเข้าได้ไหม เข้า
 ไม่ได้เลย ตอนเข้ากลิ่นหอม เมื่อเข้าไปแล้ว ธาตุไฟเผาไหม้ ย่อย
 ออกมา กากเล็ก กากน้อย หยาบ ละเอียด ส่วนละเอียดก็จะไปหล่อ
 เลี้ยงร่างกาย ส่วนไม่ละเอียดก็ออกมาตามจุดต่างๆ ออกมาทางหูก็
 เรียกขี้หู ออกมาทางตาก็เรียกขี้ตา ออกมาทางรูขุมขนก็เรียกขี้เห็บขี้

โคลไป บางส่วนที่มันหยาบจริงๆ ก็ออกมาทางกัน นี่คืออาหารใหม่ อาหารเก่า อยู่ที่ไหนส่วนก็พิจารณาได้ คือปัญญา การพิจารณาอยู่ตั้งใจ คิดก็คือสมาธิ อยู่ด้วยกันนั่นแหละ สมาธิกับปัญญา อยู่ที่ไหนก็ไม่มี ปัญหา เคียงคู่กันตลอด

เหมือนกับตาสองตา เวลามองไปข้างไหนก็ไม่แยกจากกัน สมมติจะมองไปข้างขวา จะมีอีกตาที่แยกไปข้างซ้ายได้ไหม ไม่ได้ มันต้องไปด้วยกันทั้งหมด ขำเลียงขวาก็ไปทางขวาทั้งสองตา ขำเลียงซ้าย ก็ไปทางซ้ายทั้งสองตา ตาซ้ายเห็นอย่างหนึ่ง ตาขวาเห็นอย่างหนึ่งได้ไหม ไม่ได้ เห็นด้วยกันทั้งหมด ตาขวาจะบอกว่าเห็นสีขาว ตาซ้ายจะเถียงว่าเห็นสีดำได้ไหม ไม่ได้ มันเห็นด้วยกันทั้งหมด นี่คือสมาธิกับปัญญาต้องทำงานคู่กัน อย่าไปแยกกัน เราต้องฝึกบ่อยๆ งานทุกงาน เอาสมาธิกับปัญญาฝังลงไปเลย เห็นเป็นธรรมชาติทั้งหมด

ของอย่างเดียวกัน มองทางโลกก็เป็นโลก มองทางธรรมก็เป็นธรรม เช่น ร่างกายนี้ มองทางโลกก็เป็นโลก สวยงามนั้นอย่างนี้เกิดกิเลสตัณหาหาคะ มองทางธรรมก็เป็นธรรม คือสกปรกโสโครก เน่าเหม็น ไม่มีความสวยงาม ของอย่างเดียวกันมองเห็นให้เป็นธรรมให้ได้มากที่สุด หรือเห็นใบไม้ร่วงใบหนึ่ง มองทางโลกก็เป็นโลก มองทางธรรมก็เป็นธรรม แต่เราจะมองทางธรรมให้ได้มากที่สุด ใบไม้ก็ไม่เที่ยงไม่กี่วันก็ผุพังกลายเป็นดินไป ต้นไม้ต่างๆ เช่น มะพร้าว มะม่วง ฯลฯ เกิดได้ตามเหตุปัจจัยของมัน เมื่อเกิดแล้วก็ต้องแก่ แก่แล้วก็ร่วงหล่นแล้วก็เน่าไปเป็นธาตุดิน นี่คือมองเป็นธรรม ส่วนมากเราไม่คิด เพราะไม่มีปัญญาความคิด

เหมือนกับคนอ่านหนังสือไม่ได้ อยู่ที่ไหนก็ไม่มีความคิดที่จะอ่านหนังสือ เพราะเขาอ่านไม่ได้ ถ้าเขาอ่านได้เขาก็จะวิ่งหาหนังสือ แม้แต่ภาษาคำพูด ถ้าพูดภาษาอังกฤษได้ เจอฝรั่งมา เขาก็เดินเข้าไปสวัสดี แต่ถ้าไม่รู้ภาษาเหมือนหลวงพ่อก็ถอยหลังเลยนั่นแหละ นั่นคือ ถ้าเราไม่เข้าใจสิ่งใด เราจะไม่ทำสิ่งนั้น ถ้าคนไม่มีความคิด เห็นอะไรก็เฉยๆ เห็นคนตายก็แล้วแต่ ก็ไม่นำมาคิดว่าเป็นกรรมอะไรเลย นั่งอยู่กับท่อนไม้ท่อนหนึ่งในป่า ก็ไม่มีอะไรดีขึ้นนอกจากฉีควาดอีใส่แล้วก็ลุกหนีไป ไม่มีความคิดอะไรเลย ถ้าคนมีความคิดปัญญาที่ดี เอาไม้ท่อนนี้ไปเลื่อยปูนอนที่บ้านจะดีไหม เอาไปทำเป็นโต๊ะเตี้ยที่บ้านจะดีไหม นี่คือผู้มีปัญญา หรือหากทำอะไรไม่ได้ ก็นำไปฝ่าฟันหุงข้าวจะดีไหม นี่คือคนมีปัญญา ไม่ใช่นั่งยองๆ อีใส่แล้วหนีไป

ผู้มีปัญญาต้องรู้จัก โอบนโยก ทุกคนเคยสวดทั้งนั้น แต่นำมาปฏิบัติไม่เป็น กรรมทั้งหมดที่เราสวดเป็นหลักปฏิบัติทั้งนั้น แต่เราทำไม่เป็น

เห็นสิ่งใดเป็นทุกข์ภายนอก เห็นคนฆ่ากัน เจ็บป่วยร้องครวญคราง ก็นำมาหาเราว่า เราก็เจ็บป่วยเหมือนเขา ทุกข์กายทุกข์ใจเหมือนเขา เห็นสิ่งที่เป็นอนัตตา ก็น้อมเข้ามาหาเราได้นี่ เช่น เอามะละกอลูกหนึ่ง เอาดินมารถสับล่อนึง เอามาขยำใส่กัน มะละกอก็หมดไปแล้ว ไม่มีมะละกอลูกอีกแล้ว กลายเป็นดินไปแล้ว ร่างกายเราทุกส่วนเมื่อตายไปก็กลายเป็นดิน นี่เรามาหลงสมมติคืออัตตาทันอยู่

มองกรรมคือ โอบนโยก ให้เป็น ผู้ที่จะบรรลुกรรมเป็นพระอริยเจ้าทั้งหมดในอดีต เขาจะมองนอวก่อน เห็นนอวก่อน เอาตำรา

เปิดดูเลย เรื่องพระสาวกต่างๆ ฆราวาสต่างๆ เห็นไปไม่ร่วงก็นำมาพิจารณา โอบนโยโกเข้าหาตนเอง ก็กลายเป็นพระอริยเจ้า บางท่านเห็นดอกบัวอยู่ในสระ สวยงาม แล้วพิจารณาความไม่เที่ยง จึงโอบนโยโกน้อมเข้าหาตนเอง ก็กลายเป็นพระอริยเจ้า เห็นคนตายก็น้อมเข้าหาตนเองว่าเราก็ต้องตาย นี่คือสมัยครั้งพุทธกาล ชัดเจนมาก แต่เรากลับไม่สนใจ แต่เดี๋ยวนี้มีความแตกต่างกันมาก คือสอนกันเอาข้างในก่อนข้างนอก แต่สมัยพุทธกาลนั้น เอาข้างนอกก่อนข้างใน ถ้าเอาข้างในก่อนข้างนอกจะไม่ใช่เลย จะอยู่กับที่ ต้องเอาข้างนอกแล้วน้อมเข้าข้างใน

ตัวอย่างเช่น นายสิงห์ไปช่วยสร้างกะต้อบให้หลวงพ่อ เมื่อครั้งไปวิเวกที่เชียงราย หลวงพ่อเห็นว่านายสิงห์ขยันดี ก็ชวนคุยด้วยว่า สิงห์เคยบวชรีเปลา่ ไม่เคย เคยเข้าวัดบ้างไหม....เคย แต่ไม่เคยไหว้พระ เคยไปคุยเล่นสาว ๆ หนุ่ม ๆ งานบุญทั่วไป แต่ไม่เคยไหว้พระ สวดมนต์ไม่ได้ อ่านหนังสือไม่เป็น ...หลวงพ่อจึงคุยเล่นทั่วไปแล้วถามว่าอยากบวชไหม....ไม่อยากบวช เพราะอ่านหนังสือไม่ได้จึงชี้แจงพิจารณาก็ไม่เอา ทำไม่เป็นไม่อยากทำ ...หลวงพ่อก็ชวนคุยเรื่องการปฏิบัติ เขาก็ไม่ยอม ไม่เอา จึงต้องหาฉากใหม่มาเปลี่ยน ถามว่าเชื่อชาติหน้าไหม แกก็ไม่เชื่อ บาปบุญคุณโทษไม่เชื่อทั้งนั้น ...แล้วชีวิตนี้ต้องการอะไร....เพียงต้องการความเป็นอยู่สบายๆ ในชีวิตปัจจุบัน ...

หลวงพ่อก็จึงบอกว่า ถ้ายังไม่ต้องปฏิบัติภาวนาอะไรหรอก เอาอย่างนี้ เราคิดโน่นคิดนี่เป็นใหม่ ... คิดเป็น....ให้คิดว่าสมบัติที่มีอยู่ทั้งหลายนั้น ไม่มีอะไรเป็นของตน ทุกอย่างเป็นเพียงอาศัยซึ่งกันและกัน

ไม่มีใครหอบหามไปได้เลย ถามว่าคนตายที่เคยเห็น มีใครหอบทรัพย์สมบัติไปได้บ้างไหม ไม่มีเลย เราก็เหมือนกันกับเขา เราตายไปก็ไม่มีทรัพย์สมบัติอะไรเลย ชีวิตความเป็นอยู่ทำอะไรทำนาเป็นทุกข์ เรามีความทุกข์ในใจ แต่ของต่างๆ ไม่ได้เป็นทุกข์กับเราด้วย เราทุกข์ใจเพราะยึดว่าเป็นของๆ เรา ให้คิดในสิ่งเหล่านี้ กลับไปบ้านก็ให้คิดว่า เรามีสังกะสีกี่แผ่น มีถ้วยชามอะไรบ้าง ให้คิดว่า ไม่มีอะไรแน่นอนเพียงอาศัยประจำชีวิตหนึ่งเท่านั้น มีเงินเท่าไร เงินแต่ละบาทนำมาคิด หามาได้ยังไง ใช้จ่ายยังไงบ้าง ให้คิดเรื่องเหล่านี้แหละ สบายมากๆ เลย...

นายสิงห์ก็นำกลับไปคิด มองเอาเหตุผลประกอบ เห็นคนตายก็คิด คิดไปเรื่อยๆ เมื่อกลับมาหา ก็ถามไปว่า พอเข้าใจไหมเข้าใจครับ...นั่นแหละ คิดอีก.... ต่อมาแกก็คิดออกได้ แกเล่าว่า เมื่อก่อนแกอยู่ที่จังหวัดกาฬสินธุ์ ต่อมาอยู่อยุธยงราย นี้คือเกิดความไม่เที่ยงขึ้น เพราะที่ดินที่นาถูกนำไปทำเขื่อน เกิดความไม่เที่ยงขึ้น สมบัติต่างๆ ต้องเสียไปเพราะน้ำท่วม เอาความจริงในอดีตมาคิด ใจมีความทุกข์อะไรบ้างหรือฟื้นขึ้นมา สิ่งภายนอกก่อนภายใน สิ่งภายนอกมีความเปลี่ยนแปลงอะไร สร้างเรื่องจากความเป็นจริงขึ้นมา แกก็คิดได้ ละเอียดขึ้น โอปนยิโก น้อมเข้าหาธาตุของตน เมื่อก่อนเราเป็นหนุ่ม เราคิดว่าเราแข็งแรง ผู้สาวชอบ แต่ตอนนี้เราแก่แล้ว ไม่เที่ยงเลย อธิบายอนิจจังให้ฟัง พิจารณาธาตุภายนอกกับธาตุภายในลงสู่อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ทุกสิ่งทุกอย่างให้ทำใจปฏิเสธรด้วย จะคิดธรรมดาไม่ได้ ต้องถึงอกถึงใจนายสิงห์ก็นำไปคิด แล้วก็คิดได้ เพราะเขาไม่มีความรู้

คิดออกมาแต่ละอย่างเป็นปัญญาล้วนๆ เลย ไม่มีปรีติแฝงเลย เพราะ
เขาอ่านหนังสือไม่ได้ คิดไปแต่ละอย่างเป็นปัญญา

หลายวันแล้ว แก่คิดอยู่ ปัญญามันพุ่งขึ้น แทบนอนไม่หลับเลย
เดินคิดอยู่อย่างนั้น ก็บอกแกไปว่า เราสามารถคิดได้ทุกขณะ เดิน นั่ง
ทำอะไรก็คิดได้ ทีนี้เวลาจะนอน ให้เรากำหนดใจระลึกถึง หายใจเข้าก็รู้
หายใจออกก็รู้ เรียบอกง่ายๆ แค่นี้ กำลังตัวนี้แหละเป็นกำลังใจเสริม
ปัญญา หายใจเข้าก็รู้ หายใจออกก็รู้ เราไม่บอกคำบริกรรมพุทโธ
เพราะแกไม่เข้าใจ เอาของจริงที่แกมีอยู่มากพอแกทำ มีอยู่วันหนึ่ง
ก็สุขสงบ แกแปลกใจ แต่ก็รู้ว่าสุขสงบเท่านั้น

มีอยู่วันหนึ่ง ญาติโยมมาฟังธรรม หลวงพ่อก็พูดเรื่องการฝึก
สติปัญญาความเข้าใจ นายสิงห์นั่งอยู่ไม่ได้ ออกไปเดินจงกรมคนเดียว
เดินเร็วมาก เหมือนกับปัญญามันพุ่งขึ้นมา แล้วสັกพักแกก็มานั่ง วัน
ต่อมา แกมาเล่าให้หลวงพ่อฟัง แกตัดขาดจากวัตถุสมบัติทั้งหลายทั้ง
ปวง ในคืนวันนั้น ธาตุสี่ลงสู่อนิจจังทั้งหมดในคืนวันนั้น แกได้บรรลु
ธรรมเป็นพระโสดาบัน

นี่คือตัวอย่าง คนอ่านหนังสือไม่ออก ความรู้ไม่มีเลย แต่แกเป็น
พระอริยเจ้าได้ โสดาบันใครบอก แกรู้เอง อากาที่เกิดขึ้นทั้งหมด
หลวงพ่อก็เคยผ่านมาหมดแล้ว ตั้งแต่ครั้งเป็นฆราวาส หลักการสอง
อย่างคือ ธาตุภายใน ดินน้ำลมไฟ กับธาตุภายนอก ถ้าเราปฏิเสธสอง
อย่างนี้ได้ ก็ไม่มีอะไร ไม่ต้องถึงธรรมะชั้นสูงอะไรๆ เมื่อเราถามอากา
แกก็พูดออกมาได้อย่างถูกต้องทั้งหมด หลวงพ่อเคยเป็นมาก่อนแล้วจึง
รู้จัก ต่อมา เมื่อปัญญาของนายสิงห์หยุดการไหลใญ่ มีแต่ความยึด

แย้มแจ่มใส ถาพนายสิงห์ว่าสบายดีใหม่ สบายมากครับ

นี่คือเหมือนสมัยครั้งพุทธกาล คนไม่มีความรู้อะไร แต่ก็สามารถคิดตามหลักความเป็นจริง เป็นปัญญาล้วนๆ เดี่ยวนี้เราเข้าใจผิด เพราะมีหลักปริยัติมากมายมหาศาล คิดว่าเรามีปัญญา แต่แท้จริงไม่มีปัญญาเลย มีแต่ความรู้ เมื่อคิดธรรมะปัญญาต่างๆ ก็คิดแต่สัญญา ปัญญาในภาคปริยัติล้วนๆ ทำอะไรไม่ได้เลย ปัญญาตัวนี้จะทำให้เกิดความรู้แจ้งเห็นจริงไม่ได้ ละอะไรไม่ได้ หายสงสัยอะไรไม่ได้สักอย่าง นี่คือปัญญาในภาคปริยัติ มันไม่เหมือนปัญญาในภาคปฏิบัติ เขาไม่เอาปริยัตินำหน้า แต่เอาความจริงเป็นตัวนำหน้า เอาความจริงมาลงหลักไตรลักษณ์ให้เป็น การฝึกปัญญาอย่าอ่านมาก ไม่เช่นนั้นจะกลายเป็นปริยัติไปเลย ดังเช่น โปฐิละ แปลว่า ผู้แบกคัมภีร์เปล่า พุทธธรรมะได้ทั้งวันทั้งคืน แต่ไม่มีอะไรดีขึ้น

คนสมัยนี้ พุดกันแต่ปัญญาภาคปริยัติ ไม่พุดกันเรื่องปัญญาภาคปฏิบัติ คิดธรรมะอะไรก็หาปริยัติมาเทียบ จะเทียบทำไม เอาความจริงที่เราสัมผัสนะมาเทียบ คิดตามความสามารถเฉพาะตัว แค่นั้นแค่นั้น การอ้างอิงเอาตำรามาเสริมทำให้เสียโอกาสไป ให้เราสร้างด้วยปัญญาตัวเองล้วนๆ สิ่งกิเลสตัณหากลัวที่สุด คือ ปัญญาเฉพาะตัวของคนๆ นั้น เรื่องปัญญาในปริยัติกิเลสชอบมาก การศึกษาธรรมทั้งหมด กิเลสชอบมาก เพื่อกิเลสตัณหาทั้งนั้น กิเลสตัณหาอึดตาครอบครองทั้งหมด เรารู้ดีอย่างนั้น อึดตาเกิดจากปริยัติ อึดตาเกิดจากความรู้มาก เราศึกษาธรรมะมาเสริมอึดตาไม่ใช่ละกิเลส ไปไหนก็ตาม พระที่เก่งไม่พอ เราจึงไม่ฟังเทศน์เพราะเรารู้ดีแล้ว พอจะคิด

พิจารณาธรรมะ ก็บอกว่าพอแล้ว รู้แล้ว ธรรมะหมวดนั้นก็รู้ หมวดนี้ก็รู้ จึงปิดจากปัญญาไปเลย พวกนี้คือโง่อดฉลาด ไม่มีอะไรดีขึ้น คุณธรรมะทั้งวันทั้งคืน แต่ไม่ใช่ความรู้ดีรู้ชอบเลย มีแต่ความโง่ เรียนธรรมะมา ไม่ได้นำมาละกิเลส แต่ถูกกิเลสครอบครอง ลืมตัว ยิ่งอ่านหนังสือมากก็ยิ่งตัวอวิชชามาก ไม่รู้ความจริงมากขึ้น ยิ่งมีความรู้มากก็ยิ่งโง่โง่มากขึ้น คือความหลง หลงว่าตนเองรู้มากโดยไม่รู้อันนี้คือปัญญาไม่มี

หลวงพ่อก็จะบอกว่า ยอมแพ้คนเป็นเสียก่อน นี่คือนี่ที่เราต้องการ ถ้าแพ้คนเป็นแล้ว ปัญญาไม่มี ไปไหนก็ไปได้ทั้งหมดในโลกนี้ ฟังครูบาอาจารย์ได้ทั้งหมด หรือฟังฆราวาสญาติโยมก็ฟังได้ เราไม่เกียจว่าใครจะให้ธรรมะเรา แม้แต่เด็กน้อยเราก็ฟังได้ เขาพูดเขาทำอะไรกัน เราฟังได้ นำมาปฏิบัติได้ นี่คือ ตัวบังคับลดอัตตตาลง ให้เหลือน้อยที่สุด แทบไม่มีเลย รับฟังคนอื่นได้ กราบใครก็ได้ ใครชี้ทางให้เรา เรากราบได้เลย คนไม่มีอัตตา ไปไหนก็สบาย

ตัวอย่างคือ มีโยมคนหนึ่งติดตามหลวงพ่อกับไปอเมริกา แกพิจารณาเรื่องอัตตาทำให้คนเป็นทุกข์อย่างไร เนื่องจากว่าแกเป็นผู้หลักผู้ใหญ่มีตำแหน่งหน้าที่การงานสูง แกพิจารณาธรรมคือ ตัวไอ (I) ว่า ตัวไอ มีสองไอ คือ ไอใหญ่ (I) กับไอเล็ก (i) ไอใหญ่ (I) ตามหลักใครไม่ได้เลย ต้องนำหน้าตลอด เขียนประโยคไม่ได้ เหมือนกับตัวเราถ้าใหญ่ขึ้นมา ตามหลังเพื่อนไม่ได้ ไอใหญ่ (I) เขียนหลังยู (You) ไม่ได้ ต้องนำหน้าตลอด

แต่ก่อนหลวงพ่อกเคยว่าโยมคนนี้ บอกว่า ความคิดโง่ๆ เขาโกรธ

หลวงพ่อยืนในใจลึกๆ แต่ไม่ได้ตอบ พอพิจารณาเรื่องไอใหญ่(I) ไอเล็ก(i) เขาก็เลยยอม ยอมรับว่าตนเองผิด เมื่อก่อนไอใหญ่(I) มากเกินไป ตามหลังคนอื่นไม่ได้ ไม่มียอมใคร ถ้าเป็นไอเล็ก(i) แล้ว สบายมาก เข้าได้ทุกสังคม ถ้าเป็นไอใหญ่(I) ใครพูดธรรมะให้ฟังไม่ได้เลย ไอเล็ก(i) ผสมกับตัวอื่น อ่านเป็นคำๆ ได้ แต่ไอใหญ่ (I) ตัวเดียวโดดๆ อ่านไม่ได้ทำอะไรไม่ได้เลย นี่คืออูบายของเขา

ในการอบรมสั่งสอน ให้เรานำอูบายต่างๆ ไปปฏิบัติ ไม่ใช่แค่มาฟังเฉยๆ ไม่มีความหมายอะไร สำคัญที่ให้นำไปปฏิบัติ การอบรมครั้งนี้ มีเวลาสั้น เหมือนกับดูหนังดูละคร เวลาเขาหยุดเล่น เขาหยุดตอนไหน เขาหยุดตอนกำลังมันๆ นั่นแหละ มันเสียตายกำลังเข้าด้ายเข้าเข็ม การอบรมครั้งนี้ก็เหมือนกัน จบตอนกำลังมันๆ นั่นแหละ

วันนี้เป็นวันสิ้นสุดการอบรม ก่อนจะมาปฏิบัติธรรม เราได้สั่งเสียญาติๆ เพื่อนๆ ไว้ว่า เราจะไปปฏิบัติธรรม เขาก็จะคอยสังเกตดูว่า คอยรับผลของการปฏิบัติจากเราอยู่ เราจะนำผลการปฏิบัติไปให้เขาดูได้อย่างไร คือ กิริยามารยาทการแสดงออก เมื่อครั้งก่อนเรามีความคิด การพูดการทำอย่างหนึ่งอาจไม่เป็นมงคลกับผู้อื่นเลย แต่บัดนี้เราเปลี่ยนแปลงเสียใหม่ แก้ไขตัวเองใหม่ แต่ก่อนพูดมาก บ่น ดุด่า พูดเสียงดัง ให้ลดลง ลดทุกอย่างที่ไม่เป็นสาระ สำรวมกายวาจาทุกวิถีทาง ถึงใจจะยังละไม่ได้ ก็พยายามลดกายวาจาลง เพราะเป็นสื่อให้เห็นถึงการปฏิบัติธรรม ให้เขาเห็นว่าเราเปลี่ยนไปหน้ามือเป็นหลังมือ

ถ้ากลับบ้านแล้วยังหงุดหงิดรู้สึก เหมือนเดิม ก็ไม่มีอะไรดีขึ้นเลย เขากำลังมองดูเราอยู่ แกะรอยเราอยู่ วันไหนหนอผู้ปฏิบัติธรรมจะกลับบ้าน แล้วหน้าตาขังเหมือนเดิมรีเปล่า ถึงใจเรายังไม่เปลี่ยนแปลง แต่ให้เราเอากายวาจาออกหน้าไปก่อน เพราะกายวาจาเป็นสื่อของสังคม ต้องสำรวจให้ดี นักปฏิบัติธรรม พูดอย่างไร ทำอย่างไร ฝึกให้เป็น ถ้าเห็นการพูดการทำเป็นไปด้วยดี ถึงเราไม่มีอะไรเลย เขาก็ว่าเรามี เอาดีไว้ก่อนนั่นแหละ เป็นผลดีต่อสังคม ธรรมะส่วนที่ยังทำไม่ได้ก็พยายามต่อไป ทั้งทางกาย ทางวาจา ทางใจ พยายามแก้ไขปรับปรุงปัญหาให้หมดไป อย่าสร้างปัญหาให้กับหมู่คณะ สังคมก็จะเกิดความเป็นธรรม การพูดการทำให้เกิดความเป็นธรรมทั้งหมด เริ่มปฏิบัติจากใกล้ตัว คนจะรักกันเกลียดกัน ก็เนื่องมาจากกายวาจา ต้องระมัดระวังสองอย่างนี้ให้ดี ส่วนเรื่องใจก็พยายามแก้ปัญหาก็ด้วย นี่คือหลักภาวนาใช้สติปัญญาที่หลวงพ่อบรรณิกที่สอน ถ้าขาดสติปัญญาแล้วปัญหาจะเกิดขึ้น หรือแม้กระทั่งไม่รู้ตัวว่าปัญหาเกิดขึ้นแล้ว นี่คือลึ้มตัว ให้พวกเราหมั่นรู้ตัวอยู่เสมอ หมั่นฝึกฝนอบรมตัวเองอยู่เสมอ ปัญญาอบรมใจสอนใจตัวเองให้เป็น ถ้าปัญญาเตือนใจไม่ได้ก็ยากจะปฏิบัติได้ ตนเตือนตน ตนสอนตน เทศน์ตนเองเป็น สอนตนเองเป็น ถ้าทำได้อย่างนี้อยู่ที่ไหนก็ได้ ฟังตนเองได้ ดังคำว่า

อตฺตาทิ อตฺตโน นาโถ ฟังสติปัญญาสอนตนเองเป็น ให้มี
เหตุผล คิดก่อนทำ คิดก่อนพูด เอาละ สมควรแก่เวลา

สัปดาห์ที่หนึ่ง สัปดาห์ที่หนึ่ง
สัปดาห์ที่หนึ่ง สัปดาห์ที่หนึ่ง
สัปดาห์ที่หนึ่ง สัปดาห์ที่หนึ่ง
สัปดาห์ที่หนึ่ง

สัปดาห์ที่หนึ่ง สัปดาห์ที่หนึ่ง