



กระโถนข้างธรรมาสีห์

ฉบับที่ ๔๕ เดือนพฤศจิกายน พุทธศักราช ๒๕๕๐

๑๖. อุปสมานุสติ

การปฏิบัติความดีของพวกเรา กำลังใจยังไม่ทรงตัวอย่างแท้จริง ทำไประยะหนึ่ง มันเหมือนกับตัน ไปไม่ถูก ไปไม่เป็น อันนั้นอาจจะเกิดจาก ความซ้าซากจำเจในสถานที่ และเรื่องของการปฏิบัติของเราเอง ทำให้มันไม่ก้าวหน้า

การที่เราปฏิบัติกันนั้น ตัวสมถะ คือ การภาวนาให้กำลังใจมันสงบลง กับตัววิปัสสนา คือ การพิจารณาเพื่อให้ปัญญามันเกิด ยอมรับสภาพความเป็นจริงของร่างกาย ทั้งสองอย่างนี้ต้องไปด้วยกัน มันถึงจะเจริญ มันถึงจะมีความก้าวหน้า

สมถกรรมฐาน กับ วิปัสสนากรรมฐาน มันเหมือนกับคนที่ถูกเชือกผูกขาติดกัน มันก้าวข้างใดข้างหนึ่งไปถึงจุดสุดแล้ว มันจะก้าวต่อไม่ได้ เพราะถ้าก้าวต่อแล้ว มันจะกระตุกกลับมาที่เดิม ต้องก้าวอีกข้างหนึ่งมันถึงจะไปได้

ดังนั้น การภาวนาของเรา ถ้ารู้สึกอารมณ์ใจของเรามันไปถึงที่สุดแล้ว มันถึงที่ตัน ไปต่อไม่ได้ มันจะถอยหลังออกมา เมื่อมันถอยหลังออกมา ถ้าเราไม่หาเรื่องดีดีให้มันคิด มันก็จะคิดฟุ้งซ่านในรัก โลภ โกรธ หลง ไปตามความถนัด ไปตามความชำนาญของมัน

การพิจารณาในเรื่องของวิปัสสนาญาณนั้น เราพิจารณาได้หลายแนว จะดูตามแนวของอริยสัจ คือ ดูสาเหตุของทุกข์ให้เจอ เลิกสร้างเหตุนั้นความทุกข์ก็ไม่เกิด

หรือว่าดูในเรื่องของไตรลักษณ์ ลักษณะความเป็นจริงของทุกสิ่ง

ประกอบไปด้วยความไม่เที่ยง เกิดขึ้นในเบื้องต้น เปลี่ยนแปลงในท่ามกลาง สลายไปในที่สุด มีแต่ความทุกข์ ถ้าไปยึดถือมันหมายมั่นไม่ได้อย่างใจก็ทุกข์

และไม่มီးอะไรทรงตัวได้ ทุกอย่างต้องเสื่อมสลายตายพังไปในที่สุดแม้กระทั่งตัวเรา หรือจะพิจารณาตามแบบของวิปัสสนาญาณ ๘ อย่าง คือ

อุทยัพพานุปัสสนาญาณ พิจารณาเห็นความเกิดและความดับ เป็นปกติของทุกสิ่งทุกอย่าง

ภังคานุปัสสนาญาณ พิจารณาว่าทุกอย่างต้องพัง ต้องดับ ต้องสลายไปหมด

ภยตูปัญฐานญาณ พิจารณาให้เห็นว่า มันเป็นทุกข์เป็นภัย เป็นของน่ากลัว เหล่านี้เป็นต้น จนไปจบลงที่ สังขารูปেকชาญาณ คือ การปล่อยวางเพราะรู้จริงเห็นจริงแล้ว

เมื่อเราพิจารณาในลักษณะนี้ไป อารมณ์ใจมันก็จะค่อย ๆ ทรงตัวจนกลายเป็นการภาวนาไปโดยอัตโนมัติ เราก็ภาวนาต่อไปเลย เมื่อภาวนาไปเรื่อย ๆ อารมณ์ใจมันขึ้นถึงที่สุด มันไปถึงจุดที่มันเคยตันอยู่ มันก็จะถอยหลังออกมา

เราก็มาพิจารณาใหม่ สลับกันไปสลับกันมา เหมือนกับผลัดกันก้าวเท้าเดิน มันถึงจะก้าวหน้า กำลังของวิปัสสนาญาณนั้น ได้เปรียบอยู่อย่างหนึ่งว่า ถ้าเราพิจารณาไปเรื่อย ๆ มันจะกลายเป็นภาวนาเอง โดยอัตโนมัติ

เพราะอารมณ์จิตมันตั้งมันลึกลงไปตามลำดับของการภาวนา

มันจะเป็นของมันเอง แต่ว่าขั้นต้นของวิปัสสนาญาณนั้น ถ้าเราไม่มีพื้นฐานของการภาวนา อารมณใจก็จะทรงตัวมันยากมาก

ส่วนอารมณ์ของสมถภาวนานั้น ถ้าหากว่ามันทรงตัวแล้ว ไปถึงที่สุดของมันแล้ว เราพิจารณาไม่เป็น เมื่ออารมณ์มันถอยหลังออกมา มันจะพุ่งชานไปยังรัก โลภ โกรธ หลงของมันเอง

ดังนั้น ทั้งสองอย่างจึงต้องไปด้วยกัน ผลัดกันก้าว ผลัดกันเดิน สมถกรรมฐานเป็นการเพาะกำลังให้แข็งแรง วิปัสสนากรรมฐาน เหมือนกับอาวุธที่คมกล้า เมื่อมีกำลังมีอาวุธแล้ว การจะตัดกิเลส ก็เป็นเรื่องง่าย

ในเมื่อเรารู้ว่า ทั้งสองอย่างต้องทำสลับกันไป แต่บางทีมันก็ยังไม่ว่าง มันก็ยังรู้สึกว่าจะไปไม่ได้ดี ไม่คล่องตัว อาจเกิดจากอิริยาบถของเรา ที่มีมันช้า ๆ อยู่กับที่ ไม่ใช่ว่ามันนิ่งมันอย่างเดียวไปตลอด

ยืนก็ยืนมันอย่างเดียวไปตลอด เดินก็เดินมันอย่างเดียวไปตลอด นอนก็นอนมันอย่างเดียวไปตลอด มีน้อยคนที่ทำอยู่อิริยาบถอย่างเดียว แล้วอารมณ์ใจจะตั้งมั่น ให้เราเปลี่ยนสถานที่ เปลี่ยนอิริยาบถบ้าง

เมื่อเราเปลี่ยนสถานที่ เปลี่ยนอิริยาบถ มีสิ่งแปลกใหม่เข้ามา สภาพจิตก็จะไม่เบื่อหน่าย มันก็จะเริ่มปฏิบัติในอิริยาบถใหม่

หรือว่าเริ่มปฏิบัติในสถานที่ใหม่ เพื่อที่จะให้กำลังใจ ทรงตัวเท่ากับที่เราเคยทำมา หรือว่าอาจจะดีขึ้นกว่าเดิมก็ได้ เพราะว่ามันไม่ซ้ำซากจำเจแล้ว

คราวนี้ การภาวนาในอิริยาบถอื่น จากที่เคยลองมาแล้ว อิริยาบถยืนก็คล้ายกับการนั่ง แต่เพียงแต่ว่าอารมณ์ใจของเรานั้น

มันต้องทรงตัวจริง ๆ ไม่อย่างนั้นมันจะรู้สึกตัวโยก ๆ อยู่หน่อยหนึ่ง

ถ้ายืนไปนาน ๆ ก็เหมือนกับสภาพของการนั่ง คือว่าขาแข็ง ถ้าอารมณ์ใจไม่ก้าวเข้าไปถึงความเป็นฌาน ยังไปเกาะอยู่กับร่างกาย เราก็จะรู้สึกเมื่อยจนทนไม่ว่างเช่นกัน อิริยาบถนอนนั้น ถ้าจิตมันหยาบสติมันขาด มันจะตัดกลับไปเลย

ส่วนอิริยาบถเดิน คือ การเดินแล้วภาวนาไปด้วย หรือว่าเดินแล้วพิจารณาไปด้วย ในลักษณะที่เรียกว่าจงกรมนั้น ทำให้การปฏิบัติก้าวหน้าได้ง่าย ถ้าทำได้ อารมณใจก็ทรงตัวได้ง่าย

การเดินจงกรมนั้น เริ่มตั้งแต่การกำหนดสถานที่ที่จะเดิน แนวทางจงกรม ถ้าหากว่าจะเอาให้เหมาะสม ก็คือแนวเหนือใต้เส้นหนึ่ง แนวตะวันออกเฉียงเหนือตะวันตกเฉียงใต้เส้นหนึ่ง แนวตะวันตกเฉียงเหนือตะวันออกเฉียงใต้เส้นหนึ่ง

ส่วนแนวตะวันออกตะวันตกเขาไม่นิยมกัน เพราะว่าถ้าหากอยู่ในที่โล่ง บางวาระบางเวลา แสงแดดจะส่องหน้าพอดี สร้างความรำคาญ ทำให้เดินจงกรมไม่สะดวก

ระยะทางการเดินจงกรม ถ้าหากว่าพื้นที่มีเหลือเฟือ เราจะกำหนดไกลใกล้แค่ไหนก็ได้ แต่ถ้าหากจะเอาให้พอเหมาะพอดี จากการที่เคยลองมา ระยะประมาณ ๒๕ - ๓๐ ก้าว เป็นระยะที่กำลังเหมาะ

แต่ในสถานที่ที่จำกัดอย่างสมัยที่บวชใหม่ ๆ อยู่ที่วัดท่าซุง กุฏิมันเล็กมาก กว้างประมาณ ๒ เมตร ยาวประมาณ ๒ เมตรครึ่งเท่านั้น ก็ใช้วิธีเดินเป็นรูปเลข ๘ อารบิก เวลาเราเดินวนเป็นรูปเลข ๘ ระยะทางมันได้เพิ่มขึ้น

หมายความว่า ระยะทางจะใกล้จะไกล จะยาวจะสั้นทำได้ทั้งนั้น แต่จากการที่เคยทำมา คือระยะที่เหมาะสม คือระยะประมาณ ๒๕ - ๓๐ ก้าว เมื่อเราเดินไปสุดทางแล้ว เราก็วกกลับ การเดินนั้นให้กำหนดใจ กำหนดรู้อาการเคลื่อนไหวของร่างกายอย่างหนึ่ง

อันนี้จะเป็นอิริยาบถและสัมปชัญญะในมหาสติปัฏฐาน ๔ คือ ดูว่าตอนนี้ก้าวเท้าซ้าย ตอนนี้ก้าวเท้าขวา ตอนนี้แขนมันแกว่งไปข้างหน้า ตอนนี้แขนมันแกว่งไปข้างหลัง ไม่ต้องไปค่อยๆ ยก อย่าง เทียบบอย่างที่ใหญ่เขาสอนกัน อันนั้นมันเด็กหัดใหม่

อิริยาบถของเราให้เป็นไปตามปกติ ก้าวเดินไปตามปกติ เพียงแต่กำหนดสติรู้ตามไปด้วย ว่าตอนนี้ก้าวเท้าซ้ายไปข้างหน้า ตอนนี้เท้ามันวางลงแตะพื้น ตอนนี้ก้าวเท้าขวาไปข้างหน้า ตอนนี้เท้ามันวางลงแตะพื้น เหล่านี้เป็นต้น

ถ้าอารมณ์จิตมันค่อย ๆ ละเอียดขึ้น ทรงตัวมากขึ้น มันจะรู้ทั่วทั้งร่างกาย รู้แม้กระทั่งลมหายใจที่หายใจอยู่ รู้แม้กระทั่งว่ามีอากาศมากระทบร่างกายส่วนไหน แล้วทำให้ชนของร่างกายของเรามีการเคลื่อนไหวอย่างไร มันจะรู้ละเอียดขนาดนั้น

อีกวิธีหนึ่ง คือ เดินไปภาวนาไป ลักษณะนี้แรกๆ จะมีปัญหา คือว่าถ้าเราจับลม ๓ ฐานเมื่อไร เราจะก้าวไม่ออก เพราะว่าลม ๓ ฐานคือ หายใจเข้าผ่านจมูก ผ่านกึ่งกลางอก ลงไปสุดที่ท้อง หายใจออกจากท้อง ผ่านกึ่งกลางอก มาสุดที่ปลายจมูก อันนี้เป็นกำลังของปฐมฌาน

จิตที่เริ่มเข้าสู่ระดับของปฐมฌานนั้น มันเริ่มแยกออกจากประสาทของร่างกาย ทำให้บังคับร่างกายไม่ได้ บางคนพอรู้ลม ๓ ฐาน

ขามันก้าวไม่ออก ติดอยู่แค่นั้น ให้อ่อยๆ ทำ ผ่อนหนักผ่อนเบา ปรคับปรคองไปเรื่อย

ก้าวเดินพร้อมกับรู้ลมหายใจให้ได้ ถ้าหากว่าท่านทำได้ มันก็จะ เป็นสภาพของการทรงฌานใช้งาน คือ อิริยาบถต่างๆ ของเราทำไปตามปกติ ขณะเดียวกันก็ยังทรงฌานได้ตามปกติ

อีกวิธีหนึ่งก็คือ เดินไปพร้อมกับกำหนดหัวข้อธรรม ข้อใดข้อหนึ่ง ที่เรายังไม่รู้จริง ยังไม่เห็นแจ้ง กำหนดขึ้นมา แล้วคิดพิจารณาไป คูมันให้ละเอียด แยกแยะมันออกมา เช่น

การพิจารณาว่าร่างกายนี้เป็นธาตุ ๔ ก็ดี ร่างกายนี้ยังไม่ใช้เรา ไม่ใช่ของเราก็ดี มันมีแต่ความทุกข์ก็ดี หรือว่าพิจารณาตามแบบของ ปฏิจสมุปบาท คือดูว่าวิชชา ความเขลาเป็นเหตุให้ไม่รู้อันนั้น มันทำให้ เราเกิดขึ้นอย่างไร

การเดินทางนั้นมีอานิสงส์มาก ถ้าเราเดินจนเคยชิน การเดินทางไกลจะเหนื่อยช้า เหนื่อยยาก ครูบาอาจารย์บางท่านเดินทางไกล เข้ายันค่ำ ค่ำยันเช้า จากการที่เคยทำมา มันเป็นการเดินทางไกลไปในตัว

แต่ว่าขณะเดียวกัน ถ้าเราจะพิจารณา ก็พิจารณาได้ ในขณะที่ เราเดิน เข้ายันค่ำ ค่ำยันเช้า ขณะที่ทรงฌานเดินอยู่นั้น กำลังใจของเรา จะไม่ฟุ้งซ่านไปยังอารมณ์อื่น ก็เลยไม่สามารถจะเกิดขึ้นได้

อานิสงส์ข้อต่อไปก็คือว่า ทำให้ท้องไม่ผูก อาหารที่ฉันเข้าไปนั้น มันย่อยได้ดี เลือกลมจะคล่องตัว ท้องไม่ผูก ถ่ายได้สะดวก

อานิสงส์ข้อต่อไปก็คือว่า เมื่อเลือกลมดี ไม่มีเศษอาหารตกค้าง ในร่างกาย การเจ็บไข้ได้ป่วยก็น้อยลง และข้อที่สำคัญที่สุดคือว่า

สมถภาวนาก็ดี วิปัสสนาภาวนาก็ดี ที่เราทำได้ในขณะจงกรมนั้น จะทรงตัวและเสื่อมยาก

ส่วนใหญ่เมื่อเรานั่งอยู่ อารมณ์ใจจะทรงตัว เมื่อเราเคลื่อนไหว มันมักจะเสื่อมไป หลุดไป ดอຍไป แต่ถ้าเราชินกับการเคลื่อนไหว ในลักษณะเดินจงกรมแล้ว อารมณ์ที่ทรงตัวนั้น จะคลายตัวได้ยาก เพราะว่ามันชินกับอริยาบถอื่นแล้ว

สิ่งเหล่านี้คือ อานิสงส์ของการเดินจงกรม คือ อานิสงส์ของการ เปลี่ยนอริยาบถร่างกาย ในการปฏิบัติภาวนาของเรา ทำให้สิ่งที่มีมัน ไม่ก้าวหน้ามันก็ก้าวหน้า สิ่งที่เคยทำไม่ได้ มันก็ทำได้ง่ายขึ้น หรือว่าบางท่านอาจจะใช้วิธี เดินไปท่องหนังสือไป หรือเดินไปท่องแบบสวดมนต์ไป มันก็จะจำได้ง่ายด้วย

สำหรับวันนี้จะพูดถึง อุปสมานุสติกรรมฐาน ถ้าว่ากันตามศัพท์ อุปสมานุสติ คือ การระลึกถึงความสงบระงับ อันนี้หมายถึง สงบจากกิเลสทั้งปวง อย่างที่หลวงพ่อกฤษีสิงดำ ท่านสรุปว่า เป็นการระลึกถึงพระนิพพานนั่นเอง

การระลึกถึงพระนิพพานนั้น ถ้ากำลังใจของเรา ยังเข้าไม่ถึง โคตรภูของพระโสดาบัน เราจะไม่เข้าใจว่า กำลังใจที่เกาะพระนิพพาน ที่รักพระนิพพาน ที่เข้าถึงพระนิพพานจริงๆ นั้น เป็นอย่างไร เราก็ระลึกไม่ได้

ให้ใช้วิธีง่ายๆ คือ ภาวนาจับลมหายใจเข้าออก หายใจเข้า หายใจออก ใช้คำภาวนาที่หลวงพ่อกันเคยใช้ว่า นิมิตจิตติ นิมิตจิตตา นิพพานะ จิตติ นิพพานะจิตตา ก็ได้ หรือจะใช้ นิพพานะ สุขัง ก็ได้ แล้วแต่เราถนัด

แต่ถ้าบุคคลที่อารมณ์ใจ เข้าถึงโคตรภูของพระโสดาบัน อารมณ์ท่านจะเข้าถึงกระแสพระนิพพานที่แท้จริง จะรู้ถึงความเยือกเย็น ความสงบระงับของกิเลสที่แท้จริงนั้นเป็นอย่างไร ท่านเหล่านี้ จะเกาะอุปสมานุสติได้ง่าย เพราะว่าเข้าถึงจริง ๆ แล้ว

อีกประเภทหนึ่งคือ ท่านที่ได้มโนมยิทธิ คือมีฤทธิ์ทางใจ สามารถถอดจิตไปยังภพภูมิต่างๆ ได้ ถ้าอย่างนั้นจะสะดวกที่สุด สบายที่สุด คือ ส่งกำลังใจขึ้นไป กราบพระบนพระนิพพานเลย

ถ้าหากว่าส่งกำลังใจขึ้นไปในลักษณะอย่างนั้น เป็นอุปสมานุสติ กรรมฐานอย่างแท้จริง เพราะว่าจิตของเราอยู่บนพระนิพพานแล้ว สภาพรัก โลก โกรธ หลง มันเกิดขึ้นไม่ได้

รัก โลก โกรธ หลงเป็นสมบัติของร่างกาย ถ้าไม่มีจิตไป คอยปรุง คอยแต่งกับมัน มันก็ไม่สามารถทรงตัวได้ มันก็สลายตัว ของมันไปเอง เมื่อรัก โลก โกรธ หลง สลายตัวไป เราก็เข้าถึงอุปสมานุสติ ที่แท้จริง นี่คือมโนมยิทธิที่หลวงพ่อกันต้องการ

มโนมยิทธิที่แท้จริงนั้นเหมาะสำหรับคนฉลาด ถ้ามีความเขลาแทรก อยู่แม้แต่นิดเดียว ก็ไม่อาจหลุดพ้นได้ มโนมยิทธิที่แท้จริงก็คือ เรารู้จัก พระนิพพาน เราไปพระนิพพานได้ เอาใจตั้งไว้ที่ พระนิพพานได้

ถ้าเราเอาใจเกาะที่พระนิพพานไว้เป็นปกติทุกวัน ๆ กำลังใจ ทรงตัวเคยชินกับความปราศจากรัก โลก โกรธ หลง ถ้าทำไปนาน ๆ อารมณ์ รัก โลก โกรธ หลงมันจะสลายตัวไปของมันเอง

มโนมยิทธิไม่ได้จำเป็นต้องรู้อดีต อดีตทุกชาติเราเกิดมา ไม่มีชาติไหนที่เราไม่ทุกข์ ไม่จำเป็นต้องรู้ปัจจุบัน เพราะปัจจุบันนี้

ชีวิตเราเกิดอยู่ มีชั้น ๕ อยู่ที่ทุกข์ตลอด ไม่จำเป็นต้องรู้อนาคต เพราะว่อนาคตถ้าเกิดอีกก็ทุกข์อีก

ไม่จำเป็นต้องระลึกชาติ เพราะว่ไม่มีชาติไหนที่เราไม่ทุกข์ ไม่จำเป็นต้องรู้ใจคนอื่น เพราะว่แค่ระวังใจของเราให้พ้นจากกิเลส ก็ระวังไม่หวาดไม่ไหวแล้ว ไม่จำเป็นต้องรู้ว่าคนและสัตว์ ก่อนเกิดมาจากไหน ตายแล้วจะไปไหน

ถ้าเรามั่นใจ ในสิ่งที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า สอนเราว่า ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว ก็ไม่ต้องเสียเวลาไปดูมัน มโนมยิทธิที่สำคัญที่สุด คือเกาะพระนิพพานให้ได้ ใช้ในอุปสมานุสติกรรมฐานให้ได้

ส่วนใหญ่ที่เห็นใช้กัน คือไประลึกชาติ ไปย้อนอดีต ฉันทเป็น อย่างนั้นกับเธอ ฉันทเป็นอย่างนี้กับเธอ แล้วแทนที่จะตัด จะละ กลับไป ยึดมัน ฟุ้งความสัมพันธ์ขึ้นมาใหม่ แทนที่จะสลัดบ่วงของสังโยชน์ ที่มันคล้องเราอยู่ ก็กลายเป็นคล้องติดมากขึ้น

จะว่ไม่มีประโยชน์เสียทีเดียวก็ไม่ใช่ เพราะว่ถ้าเราใช้ มโนมยิทธิจนคล่อง คือเราทรงฌานอยู่ตลอดเวลา ถ้าตายเราก็เกิดเป็น พรหมได้ แต่ว่โอกาสที่จะหลุดพ้นมันช้าลง

ถึงได้กล่าวว่ มโนมยิทธิเป็นเรื่องของคนฉลาดเท่านั้น คือ ใช้ มโนมยิทธิไปในเรื่องของอุปสมานุสติกรรมฐาน ใช้กำลังของ มโนมยิทธิเกาะพระนิพพานไว้ ใหม่ ๆ ก็เกาะไม่ทรงตัว เผลอนิดเดียว มันก็ลงมาแล้ว

จากที่เคยทำอยู่แรก ๆ วินาทีสองวินาทีมันก็ลงมาแล้ว เพราะ อารมณ์ของพระนิพพานเป็นอารมณ์ที่ละเอียดมาก เมื่อเราเกาะไม่ได้

ทรงไม่อยู่ เราต้องหางานให้มันทำ เนื่องจากว่เคยสวดมนต์ได้มาก ก็เลยกำหนดใจขึ้นไปกราบพระบนพระนิพพาน

ตั้งใจสวดมนต์ทุกบทที่เคยสวดได้ ถวายเป็นพุทธานุชา ธรรมานุชา สังฆานุชา เมื่อจิตมีงานทำ มันรู้ว่่างานยังไม่หมด มันก็จะอยู่กับงานนั้น จิตก็จะค่อย ๆ ชินกับอารมณ์พระนิพพาน เพราะรู้ว่่างานยังไม่หมด มันก็จะไม่เคลื่อนลงมา

พอมันอยู่บ่อยเข้า บ่อยเข้า เคยชินกับสภาพความละเอียด ของ อารมณ์พระนิพพานมากเข้า มันก็เกาะได้นานขึ้น ถ้าทำบ่อย ๆ ทำให้เป็น ปกติ ในที่สุดอารมณ์พระนิพพานก็จะทรงตัว

ถ้าทำได้ในระยะเวลายาวนานพอ โดยไม่เผลอทิ้งกำลังใจ จากจุดนั้น กิเลสจะค่อย ๆ หมดไปโดยอัตโนมัติ ไม่ต้องเสียเวลาไปตัด ไม่ต้องเสียเวลาไปคิด ไปพิจารณา เพราะว่รัก โลภ โกรธ หลง เป็นสมบัติ ของร่างกาย

เราส่งใจไปพระนิพพานเสียแล้ว ไม่มีใจอยู่กับร่างกายเสียแล้ว รัก โลภ โกรธ หลงก็เกิดไม่ได้ ในเมื่อมันเกิดไม่ได้ มันไม่มีใครเลี้ยงดูมัน คือไม่ได้ไปปรุงไปแต่ง ไปสร้าง ไปเสริมมัน มันก็จะค่อย ๆ สลายตัว หมดสภาพของมันไปเอง

อุปสมานุสติกรรมฐานที่แท้จริง จึงควรที่จะทรงมโนมยิทธิได้ ถ้าหากว่ทรงมโนมยิทธิไม่ได้ ให้ตั้งใจจับในพุทธานุสติกรรมฐาน คือจับภาพพระองค์ใดองค์หนึ่งก็ได้ ที่เรารักเราชอบมากที่สุด

จะเป็นรูปพระพุทธรเจ้าในลักษณะของพระสงฆ์ก็ดี ในลักษณะของ พระพุทธรปางไหนก็ดีที่เราชอบ หรือในลักษณะของพระวิสุทธิเทพ ตั้งใจว่

นั่นคือองค์แทนองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าไม่ได้อยู่ตรงไหน นอกจากพระนิพพาน จำไว้ให้แม่น

ถ้าเราเจอพระพุทธเจ้าที่อื่น นั่นเป็นฉัพพรรณรังสีของพระองค์ท่าน ที่ส่ง ไปปรากฏต่อหน้าเรา ลักษณะเหมือนท่านทุกประการ แต่ว่ากายที่แท้จริงของพระองค์ท่านนั้นอยู่พระนิพพาน ได้กล่าวว่าย้ำอยู่เสมอว่าพระองค์ท่านไม่อยู่ที่ไหน ๆ นอกจากพระนิพพาน

เราเห็นที่อื่นคือฉัพพรรณรังสีเท่านั้น แต่ว่าจะใช้คำว่าเท่านั้นก็ได้ เพราะวาโอกาสที่จะได้พบท่าน แม้ในลักษณะของฉัพพรรณรังสีนั้นยากเหลือเกิน ยากกว่าถูกรางวัลที่หนึ่งเยาะ มีโอกาสได้พบได้เห็น ถือเป็นบุญของคนอย่างยิ่ง

ในเมื่อเราจับภาพพระ แล้วกำหนดว่า พระองค์ท่านไม่อยู่ที่ไหน นอกจากบนพระนิพพาน เราเห็นท่านคืออยู่กับท่าน เราอยู่กับท่าน คือเราอยู่บนพระนิพพาน กำหนดใจง่าย ๆ สบาย ๆ อย่างนี้ ก็จัดเป็นอุปสมานุสติกรรมฐานอีกแบบหนึ่ง

เรื่องของมโนมยิทินั้น ที่แท้จริงแล้วง่ายมาก คือคิดได้ก็ทำได้ เพียงแต่ว่าเราไม่เคยชิน และไม่ได้ชักซ้อมให้เกิดความคล่องตัว เราก็ขาดความมั่นใจ มโนมยิทินี้แค่คิดก็ถึงแล้ว ไม่ได้จำกัดด้วยระยะทาง ไม่ได้จำกัดด้วยสถานที่ ไม่ได้จำกัดด้วยเวลา

เพียงแต่ว่าเราต้องมีความมั่นใจในตนเอง มีการชักซ้อมบ่อย ๆ เมื่อทำมากเข้า ประสบการณ์มากขึ้น อารมณ์ใจทรงตัวดีขึ้น เราก็จะเกิดความมั่นใจขึ้นมาเอง ส่วนใหญ่ที่พบก็คือ ทำได้เฉพาะต่อหน้าครูบาอาจารย์ ลับหลังแล้วไม่สามารถทำได้ ก็เป็นสิ่งที่น่าเสียดาย

จึงขอสรุปว่า อุปสมานุสติกรรมฐาน คือ การระลึกถึงความสงบระงับที่แท้จริง หมายถึงอารมณ์ของพระนิพพานนั้น ถ้าหากว่าไม่ใช่โคตรภูของพระโสดาบันขึ้นไป เราใช้คำภาวนา ก็เข้าถึงได้แค่เพียงผิวเผิน

ถ้าหากว่าจะจับภาพพระ กำหนดว่าท่านอยู่บนพระนิพพาน ก็ยังไม่มั่นคงจริง ๆ ถ้าจะให้มั่นคงจริง ๆ ต้องทำใหม่ใหม่ยิทริให้ได้ ซึ่งเป็นเรื่องที่ทุกคนต้องชวนชวย ต้องสร้างเสริมตัวเองให้มันยิ่ง ๆ ขึ้นไป เพื่อที่จะได้พันธุกรรม หมดสิ้นกิเลสอย่างแท้จริง

สำหรับตอนนี้เวลาไม่เพียงพอ ขอให้ทุกคนวางกำลังใจ โดยการจับภาพพระให้ทรงตัวเอาไว้ แบ่งความรู้สึกส่วนหนึ่งอยู่กับภาพพระเสมอ กำหนดใจว่านั่นคือองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบนพระนิพพาน

ถ้าหากว่ามันตายลงไปเมื่อไร เราขอไปอยู่กับพระองค์ท่านที่นั่นที่พระนิพพานแห่งเดียว กำหนดเอาไว้แบบนี้ให้ทรงตัวอยู่ตลอดเวลา ไม่ว่าจะยืน เดิน นั่ง นอน อิริยาบถไหนก็ตาม ภาพพระหายไปเมื่อไหร่ โปรดทราบว่ามีโอกาสพลาดลงไปสู่อบายภูมิแล้ว

ให้รีบกำหนดภาพขึ้นมาใหม่ในทันที ถ้าใครได้มโนมยิทริ ให้ส่งใจไปกราบพระบนพระนิพพาน เพื่อที่จะได้เป็นอุปสมานุสติอย่างแท้จริง อย่างที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านต้องการ วันนี้ให้วางกำลังใจอยู่ตรงจุดนั้น ขณะเดียวกันก็ให้เตรียมตัวเพื่อทำวัตรสวดมนต์ของเราไปด้วย

พระครูธรรมธรเล็ก สุขุมมปัญญา
วันอาทิตย์ที่ ๒๕ มกราคม ๒๕๔๗

๑๗. รูปฌาน ๔

เรื่องของอนุสติ คือ การตามระลึกถึงความดีในจุดใดจุดหนึ่ง สำหรับวันนี้จะสรุปลงที่อานาปานสติ อย่าลืมว่าอานาปานสตินั้น เป็นกรรมฐานใหญ่ เป็นพื้นฐานของกรรมฐานทุกกอง

ถ้าหากว่าเราปฏิบัติในอานาปานสติไม่ได้ กรรมฐานกองอื่นๆ ก็ไม่มีความก้าวหน้า ไม่มีความทรงตัวใด ๆ ทั้งสิ้น ลำพังตัวอานาปานสติ คือการระลึกถึงลมหายใจเข้า ลมหายใจออก เป็นการกำหนดจิตตาม ลมหายใจอย่างเดียว หายใจเข้า หายใจออก มันกระทบตรงจุดไหนบ้าง

โบราณจารย์ท่านกำหนดเอาไว้หลายวิธี คือกำหนดเฉพาะ ปลายจมูกก็ได้ ท่านเปรียบเหมือนกับว่า เจ้าของฝูงวัวที่เลี้ยงวัว ตอนเช้าๆ เปิดคอกให้วัวออก ก็จะไปคอกอยู่หน้าประตู วัวออกมาที่ตัวจะได้นับทัน

เอาเฉพาะปลายจมูกอย่างเดียว หายใจเข้า ผ่านปลายจมูกเข้าไป หายใจออกผ่านปลายจมูกออกมา หรือว่าจะเอาเป็น ๓ ฐาน หายใจเข้า ผ่านกึ่งกลางอก ไปสุดที่ท้อง หายใจออก จากท้องผ่านกึ่งกลางอก มาสุดที่ ปลายจมูก

หรือจะเอาเป็น ๗ ฐานตามแบบของหลวงพ่อดล วัดปากน้ำ ท่านก็ได้ หรือว่าจะไม่กำหนดจุดสัมผัสเลย หายใจเข้า กำหนดรู้ตลอด กองลม หายใจออก กำหนดรู้ตลอดคอกองลมก็ได้

การปฏิบัติในอานาปานสตินั้น เริ่มแรกต้องมีการผ่อนสั้นผ่อนยาว เพราะว่าใหม่ๆ สภาพจิตของเรา มันเคยชินกับการกระโดดโลดเต้นไปสู่ อารมณ์อื่นๆ ทันทีทันใดที่มันปรารถนา ท่านกล่าวไว้ว่าเหมือนกับการผูกถึงไว้

ใหม่ๆ ลมมันยังไม่เคยชิน ถ้าหากว่าถูกจับมัดเอาไว้ มันก็จะดิ้นรน เป็นปกติ จิตของเราก็เช่นกัน ใหม่ๆ มันยังไม่เคยชิน ในการโดนจับมัด อยู่กับลมหายใจเข้า ลมหายใจออก มันก็จะดิ้นรน แวบซ้าย แวบขวาไปเรื่อยๆ เผลอเมื่อไหร่ มันไปเมื่อนั้น

เราก็ต้องรู้จักผ่อนสั้นผ่อนยาว ค่อยๆ ควบคุมประคองมัน มันจะ ได้เพียงเล็กน้อยแค่นั้น ก็ถือว่าเป็นกำไรทั้งสิ้น

วิธีที่ง่ายที่สุดก็คือ ให้หายใจเข้า หายใจออก แล้วนับจำนวนไว้ อย่างเช่นว่าตั้งใจว่า เราจะนับจำนวนให้ครบสิบ ถ้าเราใช้คำภาวนาควบ ไปด้วย อย่างเช่น พุทโธ เป็นต้น

ดังที่กล่าวไปแล้วว่า ลำพังอานาปานสตินั้น ไม่มีคำภาวนา แต่ที่ เรากำหนดคำภาวนาก็ดี กำหนดจุดสัมผัสของลมก็ดี เป็นการสร้างสติ สัมปชัญญะ เป็นการสร้างงานเพิ่มขึ้นให้กับจิต เมื่อมีงานเพิ่มขึ้น มีจุดที่ต้องระมัดระวังตามรู้มากขึ้น สติจะได้ทรงตัวง่าย

ถ้าเราควบกับพุทธานุสติ โดยภาวนาว่าพุทโธ หายใจเข้า พุท ผ่านจมูก ผ่านกึ่งกลางอก ไปสุดที่ท้อง หายใจออก โธ จากท้อง ผ่านกึ่งกลางอก มาสุดที่ปลายจมูก

อันนี้ถ้าจิตไม่ได้แวบไปไหน รู้ตลอดตั้งแต่พุทเข้า โธออก ให้นับ หนึ่ง พอหายใจเข้า พุท หายใจออก โธ ให้นับสอง ถ้าจิตคิดเรื่องอื่น เมื่อไหร่ให้ทิ้งจำนวนที่เราทำได้กลับมานับหนึ่งใหม่

หายใจเข้า พุท หายใจออก โธ นับหนึ่งใหม่ หายใจเข้าพุท หายใจออกโธ นับสองใหม่ หายใจเข้าพุท หายใจออกโธ นับสามใหม่ ถ้าจิตมันแวบไปสู่อารมณ์อื่น สู่อารมณ์อื่นก่อนที่จะครบสิบ ให้ตั้ง

กลับมาที่ลมหายใจ พร้อมกับนับหนึ่งใหม่ทันที

แรกๆ ทำไป โอกาสจะนับได้สักหนึ่งถึงสามก็ยาก แต่พอใช้ความพยายาม ใช้สติสัมปชัญญะ ปรคับประคองมันเอาไว้ โอกาสที่จะนับหนึ่งถึงสามได้ก็เริ่มง่ายขึ้น โอกาสที่จะนับหนึ่งถึงห้าก็เริ่มง่ายขึ้น แต่กว่าจะครบสิบ บางทีเกินชั่วโมง

เพราะว่าจิตของเรา มันเคยชินกับการวิ่งไปสู่อารมณ์อื่นๆ ไปสู่ความฟุ้งซ่านตามปกติของมัน เมื่อเรามาบังคับมัน มันก็ต้องดิ้นต่องรน แต่ก็ลักษณะเดียวกับลิงนั่นเอง คือถ้าเรามัดมันแน่นจริง ๆ คอยเฝ้าดู คอยเขียนตีมัน พอมันเหนื่อยมากเข้า มันเจ็บตัวมากเข้ามันก็จะเช็ด เมื่อมันเช็ด มันก็จะอยู่กับลมหายใจเข้า ลมหายใจออกเฉพาะหน้า

คราวนี้การหายใจเข้า การหายใจออกนั้น เราจะกำหนดจับลมที่ฐานก็ได้ แล้วแต่เราถนัด จะจับฐานปลายจมูกก็ได้ กึ่งกลางอกก็ได้ ที่ท้องก็ได้

หรือจะจับเข้าทางช่องจมูกซ้าย ช่องจมูกขวา จับฐานที่เพลาคาที่โคนลิ้น กึ่งกลางอก ที่ท้อง หรือที่ศูนย์เหนือสะดือ ตามแบบของทางสายธรรมกาย ของหลวงปู่สด วัดปากน้ำก็ได้

แต่ว่าจากที่เคยปฏิบัติมา ลมสามฐานเป็นส่วนที่จับง่าย ใช้สติพอดี ไม่ต้องระมัดระวังมากเหมือน ๗ ฐาน แล้วก็ไม่ได้จำเป็น ที่จะต้องให้สติลดน้อยถอยลงมา เหลือฐานเดียว เพราะจะทำให้พลาดได้ง่าย

เมื่อจิตเริ่มอยู่เฉพาะหน้า ขั้นตอนต่างๆ ของการปฏิบัติ ที่จะทรงให้เป็นอัปนาสมาธิ มันก็ประกอบไปด้วยองค์อย่างต่ำที่สุด ๕ อย่าง คือ วิตก คิดอยู่ว่าจะภาวนา วิจารณ์ ตอนนีภาวนาอยู่ ตามรู้ลมหายใจเข้าอยู่

ตามรู้ลมหายใจออกอยู่

ลมหายใจเข้า ลมหายใจออก จะแรง จะเบา จะยาว จะสั้น คำภาวนาว่าอย่างไรอยู่ ลำดับต่อไปตัวปิตีก็เกิดขึ้น ปิตีก็มีอยู่ ๕ อย่าง คือ ขณิกาปิตี ปิตีเพียงเล็กน้อย ความบันเทิงใจเริ่มเกิดขึ้นเล็กน้อย ก็จะมีผลทำให้ร่างกายขนลุกเป็นพักๆ ไหวเป็นพักๆ

ต่อไปก็เป็นชุตทกาปิตี อาการนี้จะมีน้ำตาไหล อยู่ ๆ น้ำตาไหลออกมาเฉย ๆ ไม่ได้เสียใจ ไม่ได้โกรธใคร ไม่ได้เคืองใคร ไม่ได้ตีใจอะไรเลย มันไหลพรากๆ ออกมาเอง

หรือจะเป็นโอกกันทิกาปิตี ตัวโยกไหว โยกไปโยกมา บางทีก็คั่นตึงตังโครมคราม เหมือนกับผีเข้าเจ้าสิง หรืออุเพ็งคาปิตี ลอยขึ้นทั้งตัว

หรือผรณาปิตี รู้สึกตัวพองตัวใหญ่ หรือรู้สึกว่เหลือแต่ใบหน้า ใหญ่โตอยู่ หรือรู้สึกว่ตัวเองรั่วเป็นรู มีสรรพสิ่งต่างๆ ไหลออกจากร่างกาย ชูซ่าไปหมด หรือบางทีก็รู้สึกว่ ตัวมันระเบิด ละเอียดแหลกเป็นผงไปเลย หรือว่เห็นแสงเห็นสีต่างๆ วิ่งเข้ามา

อันนั้นเป็นอาการของปิตี บางคนก็เจออาการเดียว บางคนก็เจอ สองอย่าง สามอย่าง สี่อย่าง ห้าอย่าง โอกาสที่จะเจอครบน้อยมาก แต่ที่จะไม่เจอเลยก็หายากอีกเช่นกัน เมื่อจิตเริ่มเข้าถึงปิตี ตรงจุดนี้ ต้องระมัดระวังให้ดี

เพราะว่าพอเริ่มเข้าถึงปิตี มันมีความอึดเอิบใจบอกไม่ถูก มันจะไม่เบื่อไม่หน่าย รู้สึกอยากจะทำ อยากจะปฏิบัติอยู่ตลอดเวลา อันนี้ให้ตั้งเวลาไว้ คือกำหนดเอาไว้ว่า เต็มที่เราจะภาวนาไม่เกินหนึ่งชั่วโมง

หรือว่าครึ่งชั่วโมง

แล้วเราก็เปลี่ยนอิริยาบถไปทำการทำงานอื่น โดยการ
 ประคับประคองความรู้สึกนั้นไว้ หรือว่าเปลี่ยนอิริยาบถ ไปยืน ไปเดิน
 ไปนอน เพื่อที่ประสาทร่างกายบางส่วนจะได้พักผ่อน

ไม่อย่างนั้นถ้าเราไปเร่งมันมาก ไปเครียดกับมันมาก ประสาท
 ร่างกายรับไม่ไหว ก็จะเกิดอาการสติแตก บ้า ๆ เป๋ ๆ อย่างที่เขา
 เรียกว่าบ้า อย่างที่เขาเรียกว่ากรรมฐานแตก เป็นต้น

จริงๆ เรื่องของกรรมฐาน ผู้ปฏิบัติยิ่งปฏิบัติ สติยิ่งสมบูรณ์
 พร้อม แต่ที่มีอาการดังนั้น เพราะว่าทำเกิน ส่วนอีกประเภทหนึ่งที่ทำแล้ว
 ไม่ได้ผลคือ ทำขาด กลายเป็นกามสุขัลลิกานุโยค คือ ย่อหย่อนเกินไป
 อย่างหนึ่ง

กลายเป็นอัตถกิสมถานุโยค คือ เครียดเกินไปอย่างหนึ่ง ทั้งสอง
 อย่างล้วนแล้วแต่ไม่ดีทั้งสิ้น ต้องมัชฌิมาปฏิปทา คือพอเหมาะพอดี
 พอสมกับตัว

คราวนี้มัชฌิมาปฏิปทา มันไม่มีมาตรฐานวัด เนื่องจากว่า
 มันขึ้นอยู่กับกำลังกาย กำลังใจเฉพาะของแต่ละคนที่ไม่เท่ากัน
 บางคนนั่งกรรมฐานชั่วโมงหนึ่ง สามชั่วโมง ห้าชั่วโมง สบายดีทุกประการ
 จิตรวมตัว ทรงตัวดีมาก

บางคนแค่สามนาที ห้านาทีก็แย่แล้ว ดังนั้นว่า จุดพอดีของ
 แต่ละคนอยู่ตรงไหน ต้องพยายามหัดสังเกต พยายามทำดู ถ้าเรา
 ตั้งเอาไว้ที่หนึ่งชั่วโมง รู้สึกว่าไปได้พักเดียวกำลังใจก็เริ่มแย่แล้ว

เนื่องจากว่าพอเริ่มเกิดปีติ มารเขารู้ว่า เราจะพันมือเขาแล้ว

ถ้าจิตเริ่มเป็นฌานเมื่อไหร่ ความรู้สึกสุขในฌานอย่างหนึ่ง การ
 เห็นจริงในสิ่งที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสอนอย่างหนึ่ง
 จะทำให้ตัวศรัทธาของเราแน่นแฟ้นไม่เปลี่ยนแปลง

มารเขารู้ว่าเราจะพันมือเขาได้ เขาก็จะพยายามขัดขวาง ถ้า
 เราตั้งใจมากวันไหน มันจะฟุ้งชานมากในวันนั้น ยกเว้นว่าเรามี
 ความคล่องตัว พอตั้งใจภาวนาก็ข้ามไปจนเป็นฌานเลย ถ้าอย่างนั้น
 พอจะหนีมันได้

ไม่อย่างนั้น มารจะหลอกให้เราฟุ้งชาน อยู่กับความรัก โลก
 โกรธ หลง เป็นปกติ ถ้าจิตฟุ้งชานอยู่ ก็ไม่สามารถที่จะทรงเป็นฌาน
 เป็นอัปปนาสมาธิ ได้ ดังนั้นว่าแค่ปีติเท่านั้น เขาก็จะลวงให้เราผิด ให้เรา
 พลาดได้แล้ว

บางคนอึดอ้อมอ้อมใจ ทำไม่รู้จักเมื่อไม่รู้จักหนาย เกิดปิดคาหะ
 คือความเพียรอย่างยิ่งขึ้นมา ทำไม่รู้จักเลิก ข้ามวันข้ามคืน ไม่กินไม่นอน
 ก็มี ในลักษณะนั้น โอกาสที่จะเสียคน โอกาสที่กรรมฐานจะพังมีเยอะ

เพราะว่าจิตใจก็เหมือนกับร่างกาย เราโหมทำความดีมากๆ รุ่งขึ้น
 มันก็โทรม ทำอะไรไม่ได้ ถ้าหากว่ามันโทรม มันไปไม่ไหว ทำอะไรไม่ได้
 แล้วเราฟุ้งชาน ก็ยิ่งไปกันใหญ่ ก็จะเกิดอาการที่เรียกว่าสติแตก หรือ
 กรรมฐานแตก

แต่ขณะเดียวกัน ถ้าเราย่อหย่อนเกินไป ไม่พยายามบังคับมันให้
 ทำความดี มันก็จะทรงตัวได้ยากเช่นกัน อารมณ์ของเราในแต่ละวัน
 ก็ไม่เท่ากัน มันขึ้นอยู่กับสภาพของร่างกาย ถ้าเหนื่อยมากๆ หิวมากๆ
 เจ็บไข้ได้ป่วย มันก็ไม่เอากับเราเช่นกัน

แต่ขณะเดียวกัน บางวันมันก็ทรงตัวดีมาก ภาวนาบีบอารมณ์ใจลงตัว มีความสงบเยือกเย็น อยู่ในสมาธิเลย อย่างนั้นก็มี ดังนั้น ให้เรากำหนดใจสบายๆ ว่า ถ้าหากว่าอารมณ์ใจมันทรงตัว มันภาวนาแล้วดี เราก็จะทำไม่เกินหนึ่งชั่วโมงแล้วเปลี่ยนไปทำอย่างอื่น

ถ้าหากว่าอารมณ์ใจมันไม่ทรงตัว มันฟุ้งซ่าน เราก็จะไม่เอาเกินนี้ ให้ทุกคนเปรียบเทียบกับน้ำฝน ที่หยดลงไปในตุ่ม วันนี้ได้ ๕ หยด ๑๐ หยด พรุ่งนี้อาจจะได้ครึ่งตุ่ม แต่ว่ามันจะได้มากได้น้อยก็ตาม มันไม่ได้หายไปไหน มันยังคงรวมตัวอยู่เป็นปกติ

พุทธ..โธ หายใจเข้า หายใจออก ตามรู้แค่คำเดียว อานิสงส์ก็ महाศาลกล่าวกันไม่หมดแล้ว ถ้าเรายังทำได้ ห้าครั้ง สิบครั้ง ยี่สิบครั้ง ห้าสิบครั้ง ร้อยครั้ง พันครั้ง ทำได้ครึ่งชั่วโมง ชั่วโมงหนึ่ง อานิสงส์ก็ยิ่งมาก

ดังนั้น มันจะได้มาก เราก็จะพอใจกับมัน มันจะได้น้อย เราก็จะพอใจกับมัน ไม่พยายามบังคับมัน ฟืนมัน จนมากเกินไป ขณะเดียวกัน ก็ไม่ยอมปล่อยให้มันไหลตามสบาย ทำมันมากจนเกินปกติ ให้มันพอดีพอเหมาะพอควร

ถ้าเราผ่อนสั้นผ่อนยาวอย่างนี้ได้ อารมณ์ใจก็จะทรงตัว จากบีบมันก็จะกลายเป็นสุข มีความเยือกเย็นใจอย่างบอกไม่ถูก เพราะว่ากิเลสใหญ่ คือ รัก โลภ โกรธ หลง ที่เผาผลาญเราอยู่นั้น มันโดนกำลังของสมาธิกดดับลง

จากนั้นก็ก้าวขึ้นสู่เอกัคคตารมณ์ คืออารมณ์ใจที่ทรงตัวเป็นหนึ่งเดียว ถ้าหากว่าจิตของเราหยาบ จะรู้สึกว่ามีวิตก มันก็นึกอยู่ว่าจะภาวนา วิจารณ์ ตอนนี้มีมันภาวนาอยู่ ลมหายใจแรงหรือเบา ยาว หรือสั้น

คำภาวนาว่าอย่างไรก็รู้อยู่

บีบ มันเกิดอาการทั้ง ๕ อย่างขึ้นก็รู้อยู่ สุข เกิดความเยือกเย็นใจอย่างไม่เคยเกิดมาก่อนก็รู้อยู่ เอกัคคตารมณ์ ลมหายใจตั้งมันอยู่กับลมหายใจเข้า ลมหายใจออกก็มีอยู่ แต่ถ้าจิตละเอียด เราจะแยกออกได้ว่ามันเกิดขึ้นทีละชั้น ทีละชั้นตามลำดับไป

เหมือนกับคนที่ก้าวขึ้นบันไดทีละขั้น รู้อยู่ทุกขั้น แต่ถ้าจิตหยาบ มันก็ก้าวขึ้นไปพรวดเดียว ๕ ชั้นเลย ทรงตัวอยู่สุดท้ายคือเอกัคคตารมณ์ทีเดียว

เมื่อจิตเข้ามาถึงตรงจุดนี้แล้ว ลมหายใจจะละเอียด จะเบา จิตจะรุ่มรอบ สติสัมปชัญญะจะสมบูรณ์ จะสามารถรักษาอารมณ์ฌานสมาบัติที่เกิดขึ้นได้ ตอนนั้นก็ให้ตามดู ตามรู้ไปเรื่อย ๆ

มันหายใจเข้า หายใจออก รู้อยู่ มันหายใจแรง หายใจเบา รู้อยู่ มันหายใจยาวหายใจสั้น รู้อยู่ มันมีคำภาวนา ให้รู้อยู่ ลักษณะนี้ พอตามดูตามรู้ไปเรื่อย สภาพจิตมันจะละเอียดขึ้น สติสมาธิจะจจจจอยู่ เฉพาะหน้ามากขึ้น

อาการที่เคยรับรู้ทางร่างกายต่างๆ เริ่มห่างออกไป จิตกับประสาทเริ่มแยกออกจากกัน มันจะก้าวขึ้นสู่อารมณ์ของฌานที่ ๒ ลมหายใจเข้าออกจะเบาลง หรือถ้าหยาบหน่อยก็จับไม่ได้ หายไปเฉย ๆ คำภาวนาทั้งปวงก็หายไปเฉย ๆ

ถ้าถึงตอนนี้ ให้กำหนดรู้เอาไว้อย่างเดียว รู้ว่าตอนนี้มันไม่หายใจ รู้ว่าตอนนี้มันไม่ภาวนา ถ้าเรากำหนดรู้แบบนี้สบายๆ ไม่ไปตกใจว่า มันไม่หายใจแล้วเราจะตาย ไม่ไปไขว่คว้าลมหายใจเข้าออก

กำหนดรู้โดยตรงนี้ไม่นาน มันก็จะก้าวสู่ฉานที่ ๓

ตอนนี้จะมีอาการแปลกๆ เกิดขึ้นกับร่างกาย คือ มันจะรู้สึก เหมือนกับว่ากลายเป็นหินไป แรก ๆ อาจจะเริ่มจากปลายมือปลายเท้า เข้ามา จนกระทั่งแข็งไปทั้งตัวเหมือนกับถูกสาปกลายเป็นหิน หรือว่า ถูกใครมัดตั้งแต่ศีรษะจรดปลายเท้า ไม่มีจุดใดว่างเลย

มันจะแน่น เกร็ง ตรึง แข็งอยู่กับที่ แต่ว่าภายในมันจะสุข เยือกเย็นอย่างบอกไม่ถูก อันนี้เป็นอาการของฉานที่ ๓ ถ้าเราไม่ตกใจ ตามดู ตามรู้ไปอีก มันก็จะก้าวเข้าสู่อาการของฉานที่ ๔ ตัดสภาพการรับรู้ ภายนอกไปโดยสิ้นเชิง

มันจะเป็นไปเองของมันโดยอัตโนมัติ โดยไม่ต้องไปบังคับมัน ไม่ว่าระดับฉานไหน ๆ ก็ตาม ถ้าเราไม่มีความคล่องตัวในการเข้าออก เราบังคับไม่ได้ นอกจากตามรู้ไปเฉย ๆ เมื่อถึงอาการของฉานที่ ๔ ความรู้สึกทั้งหมดจะรวมตัวอยู่ที่จุดเดียวเฉพาะหน้า

อาจจะอยู่ตรงหน้าของเรา อาจจะตรงปลายจมูก อาจจะอยู่ กึ่งกลางอก อาจจะอยู่ที่จุดสูงของร่างกาย ความรู้สึกทั้งหมดอยู่ตรง จุดนั้น สว่างไสวมาก เยือกเย็นมาก อาการภายนอกต่าง ๆ มันไม่รับรู้เลย ถ้าอย่างนั้นเป็นอาการของฉาน ๔

ตอนนั้น จิตจะจดจ่ออยู่เฉพาะภายใน ไม่รับรู้อาการภายนอก สิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับร่างกายตอนนั้น จิตมันจะไม่รับ ดังนั้น ต่อให้ใคร ตะโกนกรอกหูกดี ยิงปืนอยู่ข้างหูก็ดี ฟาผ่าลงมาก็ดี มันก็จะไม่ได้ยิน

ถ้าหากว่าถึงตรงระดับนี้ จิตก็จะทรงตัวมันคง เยือกเย็น หนักแน่นมาก ให้กำหนดใจว่า ไม่เกินครึ่งชั่วโมงหรือไม่เกินหนึ่งชั่วโมง

เราจะถอนกำลังใจออกมา เมื่อถึงวาระ ครบเวลา จิตมันมีสภาพรู้ มันจะถอนออกมาตรงเวลาอย่างที่เราต้องการ

แต่ถ้าเราไม่กำหนดใจไว้ บางทีมันก็ข้ามไปหลาย ๆ ชั่วโมง ข้าม ไปเป็นวัน เป็นหลาย ๆ วันก็มี แต่ความรู้สึกของเรา รู้สึกว่ามันเพิ่งจะนั่ง เท่านั้น ดังนั้น ถ้าถึงตรงระดับนี้แล้วทุกครั้งให้กำหนดใจว่า เราจะทำเป็นเวลาานเท่าไรหรืออย่าให้นานจนเกินไป

ถ้าจะให้ดีก็นอนไปเลย นอนภาวนา พออารมณ์ใจมันคล่องตัว เอนตัวลงปุ๊บ ใจมันดึงลึกลงไปทันที ทันทีที่ศีรษะแตะถึงหมอน มันก็จะทรงตัวเต็มกำลังของมัน ตั้งใจว่าอีกหนึ่งชั่วโมงมันจะถอนออกมา ถึงเวลาถึงวาระ มันจะถอนออกมาเอง

เมื่ออารมณ์ใจถึงระดับนี้ ทรงตัวได้ง่ายแล้ว ให้ข้อมการเข้าออก ฉานให้เป็นปกติ คือพยายามเข้าฉานที่ ๑ ที่ ๒ ที่ ๓ ที่ ๔ หรือเข้าฉานที่ ๔ ถอยมา ๓ มา ๒ มา ๑ หรือว่าเข้าฉาน ๑ ฉาน ๓ ฉาน ๔ ฉาน ๒ สลับกันไปสลับกันมาให้มีความคล่องตัว

ถ้าเรายังทำไม่ได้คล่องตัว โอกาสที่จะผิด จะพลาด จะหลุด ไปสู่อารมณ์ฟุ้งซ่านอื่น ก็ยังคงมีได้ง่าย ถ้าเราทำได้คล่องตัว นึกปุ๊บ ได้ปั๊บเมื่อไร ก็ชื่อว่าเราทรงอาณาปานสติกรรมฐานได้อย่างแท้จริง

เมื่อถึงวาระถึงเวลาตรงนี้ เราก็ใช้กำลังในการทรงฉานนั้น ด้วยการเข้าให้ถึงจุดเท่าที่เราทำได้ แล้วคลายกำลังใจออกมา ทิวิจารณ์ให้เห็นความเป็นจริงของร่างกายนี้ ความเป็นจริงของโลกนี้

ว่ามันไม่เที่ยงอย่างไร มันเป็นทุกข์อย่างไร ไม่ใช่เราไม่ใช่ ของเราอย่างไร สภาพจิตที่แน่นั่นิ่ง ไสเสอาดนั้น จะทำให้เราให้เห็น

ได้ชัดเจน พิจารณาตรงจุดไหน ก็รู้ได้ง่าย กระช่างแจ้งได้ง่าย

ถ้าหากว่าตั้งใจจะตัด จะละ มันก็ตัดได้ง่าย ละได้ง่าย ด้วยกำลังของสมาธิระดับนั้น ๆ ถ้าหากว่า เราประคับประคองอารมณ์ใจมาถึงตรงจุดนี้แล้ว ต้องแบ่งความรู้สึก คือสติ สมาธิส่วนหนึ่ง จับมันเอาไว้เสมอ ๆ ปล่อยไม่ได้ ทั้งไม่ได้

เพราะว่าถ้าเราปล่อยเมื่อไร มารจะส่งอารมณ์ของนิวรณ์เข้ามาแทรก จิตของเราที่เคยชินกับการไหลลงต่ำ มันก็จะไหลลงต่ำไปทันที เราทำได้ถึงระดับไหน ให้พยายามประคับประคอง รักษาให้อารมณ์ใจอยู่ระดับนั้นตลอดเวลา

ไม่ว่าจะยืน จะเดิน จะนั่ง จะนอน จะทำงานทำการใด ๆ จะอุจจาระ ปัสสาวะ ฉันทอาหาร เราก็กำหนดรู้ไปด้วย เวลาออกบิณฑบาต ก็กำหนดรู้ไปด้วย

ตั้งใจเอาไว้ว่า เราจะรู้ลมหายใจเข้า รู้ลมหายใจออกนี้ ให้ตลอดเส้นทางของการบิณฑบาตของเรา แล้วพยายามประคับประคองมันเอาไว้ให้ได้ ถ้ามันแวบไปอารมณ์อื่น ก็ดึงให้มันกลับมา

พยายามฝึกแบบนี้ ให้อารมณ์ใจทรงตัวอยู่ให้ได้ หรืออย่างสมัยก่อนที่ผมเองทำใหม่ ๆ จะใช้วิธีนอน แล้วก็ลุกขึ้นหนึ่ง เวลาเรานอนลง หรือเอนตัวลง จิตสมาธิก็ตั้งตามลงไปทันที เป็นฉาน ๑ ฉาน ๒ ฉาน ๓ ฉาน ๔

ศีรษะแตะหมอนนับ อารมณ์ใจก็ทรงตัวเต็มที่เท่าที่ทำได้ เสร็จแล้วก็คลายกำลังใจลงหนึ่งขึ้นมา มันก็ถอยเป็น ๔ เป็น ๓ เป็น ๒ เป็น ๑ เป็นอุปจารสมาธิ เราต้องหาวิธีฝึกที่เราถนัด ที่เราชำนาญ

ขณะเดียวกันควรจะแอบฝึก เพราะว่าถ้าเราลุก ๆ นั่ง ๆ นอน ๆ

อยู่ คนที่เห็นอาจจะคิดว่าเราน่าก็ได้ ซึ่งจะเกิดโทษแก่เขา เราพยายามฝึกแบบนี้ ทำแบบนี้ให้ทุกอริยาบถ ขณะเคลื่อนไหวให้เราทรงฌานได้

จะวิ่งก็ให้ทรงฌานขณะที่วิ่ง จะเดินก็ให้ทรงฌานขณะที่เดิน จะทำงานทำการหิ้วปูนก็ดี หรือว่ากวาดขยะ กวาดใบไม้อะไรก็ดี ก็ให้เราทรงฌานไว้ในขณะนั้น สภาพจิตของเราก็จะส่องใส คล่องแคล่ว แลหลวม สามารถรู้เท่าทันว่ากิเลสจะเข้ามาหรือไม่

เมื่อถึงวาระนั้นเวลานั้น ก็เหมือนกับเราใส่เกราะเอาไว้ เป็นเหมือนเกราะแก้วขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า จะคุ้มกายคุ้มใจของเราไม่ให้นิวรณ์เข้ามาแทรก ไม่ให้นิวรณ์เข้ามาทำลายเราได้ ไม่ให้รัก โลภ โกรธ หลง เข้ามาทำลายเราได้

พยายามซ้อมมันให้ชำนาญ เหมือนกับเราชักรอก จะดึงก่อน น้ำหนัก ให้มันสูงให้มันต่ำ จะผ่อนสั้น ผ่อนยาวขนาดไหน ก็ทำให้คล่องถึงเวลามีเรื่องอะไรที่ต้องรับรู้ ก็คลายกำลังใจลงมานิดหนึ่ง มาพูดกับเขา มาปฏิบัติหน้าที่ด้วยความระมัดระวัง

จงงาน เสร็จงาน เสร็จเรื่องที่พูด เสร็จเรื่องที่ทำ รีบดึงกำลังใจกลับเข้าไปอยู่ในเกราะของเราใหม่ รีบกลับเข้าไปอยู่ในฌานในสมาธิของเราใหม่ ระมัดระวังไว้อย่าให้นิวรณ์มันกินใจเราได้

ทำในลักษณะนี้ ให้ชินอยู่ตลอดเวลา สภาพจิตจะยิ่งส่องใสขึ้นไปเรื่อย ๆ สติ สมาธิ ถ้ามันทรงตัว สภาพจิตส่องใส มันก็จะไปเคียวให้ศีล ทุกสิกขาบทของเรานบริสุทธิ์ ศีลยิ่งบริสุทธิ์ สมาธิก็ยิ่งทรงตัว สมาธิยิ่งทรงตัวปัญญาก็ยิ่งเกิด

เมื่อปัญญาเกิดก็จะไปคุ้มศีลอีกทีหนึ่ง เป็นลักษณะเหมือนเรา

ไขนืด จนกระทั่งมันสั้นเข้าๆ และถึงที่สุดของมัน อย่าลืม ไม่ว่าจะยืน จะนั่ง จะนอน ให้เราเห็นอยู่เสมอว่าร่างกายนี้ไม่เที่ยง ร่างกายนี้เป็นทุกข์ ไม่มีอะไรเป็นเรา เป็นของเรา

ไม่ว่าตัวเรา ตัวเขา ผู้หญิง ผู้ชาย คน สัตว์ สิ่งของทั้งปวง เกิดขึ้นในเมืองต้น เปลี่ยนแปลงในท่ามกลาง สลายไปที่สุดด้วยกัน ทั้งสิ้น ไม่มีอะไรให้ยึดถือมันหมายได้ ไม่มีอะไรเป็นแก่นสาร เกิดเมื่อไหร่ก็ทุกข์เมื่อไหร่

ดังนั้น ให้ถอนความพอใจในการเกิดเสีย ตั้งใจว่า ถ้าตาย เมื่อไหร่ เราขอไปพระนิพพานแห่งเดียว ถ้าหากว่าใครจับภาพพระเป็น พุทธานุสติไปด้วย ก็ให้กำหนดใจจดจ่ออยู่กับภาพพระนั้น ถ้าไม่ได้จับ ภาพพระ ก็ให้เอาใจจดจ่ออยู่กับอารมณ์สูงสุดที่เราทำได้

แต่ละวัน แต่ละวัน ให้อยู่กับอานาปานสติลักษณะอย่างนี้ ก็ขึ้นชื่อ ว่าเราเป็นผู้ทรงอานาปานสติกรรมฐาน ได้อย่างที่องค์สมเด็จพระสัมมา สัมพุทธเจ้าท่านต้องการ ได้อย่างที่หลวงปู่ หลวงพ่อ เมตตาสอนเรามา

กำลังใจของเรา เมื่อถึงวาระจะทำสิ่งใดก็ตาม ให้แบ่งส่วนหนึ่ง ประคับประคองอารมณ์นี้เอาไว้เสมอๆ จะคลายออกมาก็ให้มันมี สติอยู่ จะกลับเข้าไปก็ขอให้มันมีสติอยู่ ตามรู้อยู่อย่างนี้ จะมีความ ก้าวหน้าตามที่เรากำลังต้องการ สำหรับตอนนี้ก็ขอให้ทุกคนค่อย ๆ คลาย กำลังใจออกมา แล้วก็เตรียมตัวทำวัตรของเราต่อ

พระครูธรรมธรเล็ก สุระมุนปญโญ
วันจันทร์ที่ ๒๖ มกราคม ๒๕๔๗

๑๘. สรูปอนุสติ ๑๐ วรรณกลีณ ๔

สำหรับตอนนี้ ในเรื่องของอนุสติ คือการตามระลึกถึงความดีทั้ง ๑๐ ประการ เราก็ได้ศึกษามาครบถ้วนแล้ว ในเรื่องของอนุสติ ที่พื้นฐานใหญ่คืออานาปานสติ การนึกถึงลมหายใจเข้าออก

มันก็จะมียุสสองสามขั้นตอนที่ถ้าหากว่าเราปฏิบัติแล้ว ไม่มี ความเข้าใจ หรือว่าเกิดความกลัวขึ้นมา ก็จะก้าวพ้นไปไม่ได้ คือ ขั้นตอนที่เริ่มเป็น ปิติ ได้แก่ มีอาการหน้าตาไหล ร่างกายโยกโคลง ชนลุก หรือว่าลอยขึ้นทั้งตัว หรือรู้สึกว่าตัวพอง ตัวใหญ่ ตัวรัว ตัวแตก ตัวระเบิด อะไรพวกนั้น

อาการต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับร่างกายของเรานั้น ถ้าหากว่าเราไม่กลัว ปลดปล่อยให้มันเป็นไปเต็มที่ ตามกำลังของมัน ถ้ามันขึ้นเต็มที่ มันจะผ่านไปเลย แล้วก็ไม่เป็นอีก เพราะว่าครั้งต่อไป จิตของเราพอตั้งใจจับ มันจะ ทรงเป็นฉกานไป มันจะก้าวข้ามขั้นตอนนี้ไป

บางคนพอเริ่มสั้น ก็เริ่มกลัว บางคนลอยขึ้น ก็กลัว กลัวว่าลอยไป ไกลๆ เตี้ยวกลับไม่ได้ บางคนรู้สึกว่าตัวมันพอง ตัวมันใหญ่ ตัวมันรัว ตัวมันแตกระเบิด กลัวจะตาย บางคนหน้าตาไหล ตัวโยกไปโยกมา หรือว่าดินเหมือนกับทรงเจ้าเข้าผี อายุคนอื่นเขา

ไปฝันไม่ให้อาการเหล่านั้นมันเกิด ถ้าหากว่าเราฝัน อาการ เหล่านั้นจะหายไป แต่ว่ามันจะก้าวข้ามจุดนั้นไม่ได้ เมื่อกำลังใจเริ่ม ทรงตัว ถึงจุดนั้นเมื่อไร อาการเหล่านี้จะเกิดขึ้นอีกทันที

ดังนั้น มีทางเดียวก็คือว่า ปลดปล่อยให้มันเป็นไปเลยเต็มที่ของมัน

ถ้ามันขึ้นเต็มทีเมื่อไร มันจะเลิกของมันเมื่อนั้น ให้สังเกตว่า ในขณะที่นั้น กำลังใจของเราทรงตัวนิ่งมาก

อาการภายนอกมันจะเกิดอะไรขึ้น ไม่ว่าจะเป็นคนลูก น้ำตาไหล ร่างกายโยกโคลง ลอยขึ้นทั้งตัว หรือว่าตัวพอง ตัวใหญ่ ตัวร้ว ตัวแตก ตัวระเบิด อะไรก็ตาม จิตมันจะนิ่งสงบระงับเป็นปกติ ถ้ารู้จักสังเกต ตรงนี้ ก็ไม่ต้องไปกลัวอะไรกับมัน

ขั้นตอนที่พวกเราจะไปติดอยู่อีกขั้นหนึ่งก็คือ ในระหว่างที่กำลังใจก้าวจากปฐมฌานละเอียด ขึ้นไปสู่ฌานที่ ๒ ตอนนั้นลมหายใจจะไม่มี คำภาวนาจะไม่มี ความจริงลมหายใจมันมีของมันปกติ เพียงแต่มันละเอียดมาก

ถ้าเราไม่ได้เอาสติตามจดจ่อมันจริง ๆ จะจับมันไม่ติด ตอนนั้น ถ้าหากว่าเราไปตกใจว่า เอ๊ะ..เราไม่ได้หายใจ เอ๊ะ..คำภาวนามันไม่มีแล้ว ไปรีบหายใจ ไปรีบภาวนา เท่ากับว่าเราถอยหลังกลับ มันจะไม่ก้าวหน้า

อันนั้นให้กำหนดรู้ไว้เฉย ๆ ว่า ตอนนี้นมันไม่หายใจแล้ว ตอนนี้นมันไม่ภาวนาแล้ว จิตมันนิ่ง มันใสอย่างไร ให้กำหนดใจรู้ไปเช่นนั้น มันจะก้าวขึ้นเป็นฌานที่ ๓ ซึ่งรู้สึกว่าคุณกลายเป็นหินไป บางคนก็จะมาตกใจขั้นนี้อีก อันนั้นเป็นเรื่องปกติ

มันอยากจะเป็นอย่างไรให้มันเป็นไป ถ้าหากว่าเราทำใจอย่างนี้ได้ กำลังใจจะทรงตัว แล้วเป็นสมาธิได้เลย จะก้าวขึ้นสู่ฌาน ๔ ได้ง่าย

ในเรื่องของอนุสติอื่นคือ พุทธธานุสติ ระลึกถึงคุณของพระพุทธเจ้า อัมมานุสติ ระลึกถึงคุณของพระธรรม สังฆานุสติ ระลึกถึงคุณของ

พระสงฆ์ สีลानุสติ ระลึกถึงคุณความดีของศีล จาคานุสติ ระลึกถึงคุณความดีของการเสียสละ การบริจาคให้ทาน

เทวดานุสติ ระลึกถึงคุณความดีของเทวดา ของพรหม ของพระบรมนิพพาน ภายคตานุสติ ระลึกถึงความเป็นจริงของสภาพร่างกาย มรณานุสติ ระลึกถึงความตายเพื่อจะได้ไม่ประมาท อุปสมานุสติ ระลึกถึงความสงบ ระงับ คือพระนิพพาน

อนุสติทั้งหลายเหล่านี้ ผูกพันอยู่กับอานาปานสติ คือลมหายใจเข้าออก ถ้าไม่มีลมหายใจเข้าออก อนุสติต่างๆ อีก ๘ กอง จะทรงตัวได้ยาก หรือไม่ทรงตัวเอาเลย ดังนั้น ไม่ว่าเราจะปฏิบัติในอนุสติข้อไหนก็ตาม เราต้องมีอานาปานสติควบคุมอยู่เสมอ

ในอนุสติ ๑๐ นั้น คนที่เป็นพุทธิจริต คือมีความฉลาด จะสามารถปฏิบัติในมรณานุสติ ภายคตานุสติ อุปสมานุสติได้ง่าย เพราะว่ามี ความฉลาด มีปัญญา

ในเรื่องของ พุทธธานุสติ อัมมานุสติ สังฆานุสติ สีลानุสติ จาคานุสติ เทวดานุสติ เป็นเรื่องของบุคคลผู้มีศรัทธาจริต มีจิตนุ่มนวลเชื่อง่ายเป็นปกติ ถ้าปฏิบัติในอนุสติเหล่านี้ ก็จะมีกำลังจิตทรงตัวได้ง่าย

สำหรับภายคตานุสติเหมาะสำหรับผู้ที่เป็นราคะจริต ส่วนผู้ที่เป็นโมหะจริตกับ วิตถกจริต ให้ใช้อานาปานสติอย่างเดียว ใช้อนุสติอื่นๆ ไม่ได้ ผู้ที่เป็นโทสะจริต เราจะใช้อุสติ ๑๐ นั้น กำลังใจมันเข้ากันไม่ได้

ดังนั้นโทสะจริตอย่างเดียว ที่จะต้องแตกแขนงออกไป ใช้กรรมฐานกองอื่นๆ ที่ไม่ใช่อุสติ ๑๐ ประการนี้ คือใช้วรรณกสิณ ๔ และพรหมวิหาร ๔ แทน

สำหรับอนุสติ การตามระลึกถึงความดีทั้ง ๑๐ อย่างนี้ ในแต่ละวัน ให้เรามีอนุสติข้อใดข้อหนึ่ง ทรงอยู่ในใจเสมอ ไม่ว่าจะระลึกถึงความดีของพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ระลึกถึงความดีของศีล ระลึกถึงความดีของการบริจาค ให้ทาน ระลึกถึงความดีของเทวดา พรหม ระลึกถึงความตาย จะได้ไม่ประมาท ระลึกถึงความจริงของร่างกาย ระลึกถึงความสงบระงับในพระนิพพาน หรือระลึกถึงลมหายใจเข้าออก

แต่ละวัน แต่ละเวลา ให้อนุสติ ๑๐ อย่างนี้ ผลัดเปลี่ยนหมุนเวียนกันอยู่ในใจของเราก็ได้ หรือว่าจะเอาเฉพาะอนุสติข้อใดข้อหนึ่งก็ได้ เราไม่จำเป็นต้องใช้ถึง ๑๐ ก็ก้าวขึ้นสู่ความเป็นพระอริยเจ้าระดับต้นได้แล้ว

อย่างเช่น กตिकाความเป็นพระโสดาบันคือ เราต้องเคารพพระพุทธเจ้าจริง ๆ เคารพพระธรรมจริง ๆ เคารพพระสงฆ์จริง ๆ ไม่ล่วงเกินด้วยกาย ด้วยวาจา ด้วยใจ ไม่ว่าจะต่อหน้าหรือลับหลัง อันนี้ก็คือ พุทธาอนุสติ ธรรมาอนุสติ สังฆาอนุสตินั่นเอง

จะต้องเป็นผู้มีศีลทุกสิกขาบท บริสุทธธีบริบูรณ์ ไม่ล่วงศีลด้วยตัวเอง ไม่ยินดีเมื่อผู้อื่นล่วงศีล และไม่ยุยงส่งเสริมให้ผู้อื่นเขาล่วงศีล อันนี้เป็นศีลาอนุสติ

ลำดับสุดท้ายก็คือว่า ระลึกอยู่เสมอว่าเราจะต้องตาย ถ้าเราตายเราขอไปพระนิพพานแห่งเดียว อันนี้เป็นมรณาอนุสติและอุปสมานุสติ

จะเห็นได้ว่าเราใช้อนุสติ ๖ ประการ สำหรับความเป็นพระโสดาบัน เน้นหนักตรงศีลาอนุสติ คือให้ตั้งใจว่า เรายังรักษาศีล เพราะเราเคารพใน พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เรายังรักษาศีล เพราะเรา

ต้องการจะไปพระนิพพาน ก็ยังมีใจอยากไปแต่ยังไม่ยอมประพฤติปฏิบัติ สำหรับพระสกทาคามี ก็ยังเป็นอนุสติทั้ง ๑๐ ประการ คือ ๖ ประการใหญ่นี้เช่นกัน แต่ว่าพระสกทาคามีนั้น กำลังสมาธิท่านสูงกว่า ปัญญาท่านมากกว่า

ดังนั้น เรื่องของราคะ ความรักระหว่างเพศ โลกะ ความโลภอยากได้ใคร่มีในสิ่งต่างๆ โทสะอารมณ์ความโกรธ จะสงบระงับได้มากกว่า เพราะว่ามีปัญญามากขึ้น

เห็นว่าสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ เป็นตัวขัด เป็นตัวขวาง เป็นตัวไม่นำไปสู่พระนิพพาน ก็พยายามลด พยายามละมัน ในเมื่อท่านมีอานาปานสติ คือตัวฉานสมาบัติที่มีกำลังสูงกว่า ก็เลยสามารถทำให้ ราคะ โลกะ โทสะ โมหะ เมฆบางกว่าได้

แต่ก็ยังจัดอยู่ในอนุสตินั่นเอง คือเป็นฉานในอานาปานสติ ถ้าเป็นพระสกทาคามี ก็แปลว่ากำลังของฉานจะต้องสูงกว่าพระโสดาบัน

แต่ในอนุสติทั้ง ๖ คือการระลึกถึงพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ กตिकाระลึกทบทวน ระมัดระวังในสิกขาบทต่างๆ ของศีลในสภาพของตน กตिकाระลึกถึงความตายเพื่อความไม่ประมาท ตั้งใจว่าตายแล้วจะไปนิพพาน กตिका จะละเอียดกว่า ทรงตัวกว่าพระโสดาบัน

ส่วนพระอนาคามีนั้น ทุกท่านจะต้องมีฉาน ๔ ทรงตัวเป็นปกติ ต้องมีความคล่องตัวในฉาน ๔ มาก ไม่อย่างนั้นแล้วจะระงับ ราคะ โลกะ โทสะ ไม่ทัน เนื่องจากพระอนาคามีนั้น ราคะ โลกะ โทสะดับลงโดยสิ้นเชิง

เพราะว่าสติของท่านสมบูรณ์ รู้เท่าทัน เห็นว่าสาเหตุของ

สิ่งทั้งหลายเหล่านี้เกิดจากอะไร แล้วก็หยุดการทำเหตุนั้นได้ทันที

เนื่องเพราะว่าต้องมีกำลังของสมาธิในอานาปานสติกรรมฐาน จึงจะเห็นได้ว่าแม้พระอนาคามีก็ตาม ก็ยังคงสามารถใช้อนุสติ เพื่อที่จะเข้าถึงความเป็นพระอริยเจ้าระดับนี้เช่นกัน

ส่วนพระอรหันต์นั้น เป็นผู้สงบระงับในทุกรูปแบบ เป็นผู้ไม่เป็นทุกข์โทษเวรภัยให้กับคนอื่นด้วยกาย ด้วยวาจา หรือด้วยใจ เป็นผู้ที่มีสติสมบูรณ์ บริบูรณ์โดยสิ้นเชิง ไม่มีทางที่กิเลสส่วนอื่น ๆ จะเกิดขึ้นในใจของท่านได้

เพราะว่าปัญญาของท่านแจ่มใส สติของท่านสมบูรณ์ ไม่ไปสร้างเหตุของการรัก โลภ โกรธ หลง ขึ้นมา รัก โลภ โกรธ หลง ก็กินใจของท่านไม่ได้ อันนี้ก็เกิดจากกำลังของอานาปานุสติ ในระดับของฌาน ๔ เป็นอย่างน้อย

ถ้าหากว่าได้สมาบัติอื่นๆ ขึ้นไปจนถึงสมาบัติ ๘ ก็ยังตีความหมายว่า ในอนุสติทั้ง ๑๐ นั้น ถ้าหากว่าใช้อานาปานุสติเป็นหลัก ใช้พุทธานุสติ ธรรมานุสติ สังฆานุสติ สีลานุสติ จาคานุสติ มรณานุสติ และอุปमानุสติเป็นปกติ

เราสามารถเป็นพระอริยเจ้าตั้งแต่ขั้นต้น คือพระโสดาบัน และพระสกทาคามี ชั้นกลางคือพระอนาคามี และขั้นสูงสุดคือพระอรหันต์ได้ เพียงแต่ว่าต้องใช้ให้เป็น ต้องรักษาอารมณ์ ให้ทรงตัว ต้องมีปัญหาควบกับสติ สัมปชัญญะด้วย

พิจารณาให้รู้แจ้งเห็นจริงสภาพของร่างกายของเรา สภาพร่างกายของผู้อื่น จะเป็นหญิงเป็นชาย เป็นคน เป็นสัตว์ก็ตาม ล้วนแล้วแต่ มีสภาพ

ความเป็นจริง ในลักษณะของความไม่สวยไม่งาม ความสกปรกโสโครก

ความเกิดขึ้นในเบื้องต้น เปลี่ยนแปลงในท่ามกลาง สลายไปในที่สุดเช่นกัน ไม่มีอะไรทรงตัวให้อึดถือมั่นหมายได้ ระหว่างที่ดำรงชีวิตอยู่ ก็มีแต่ความทุกข์เป็นปกติ ตราบใดที่ยังเกิดอีกก็ยังมีทุกข์อีก

เพราะฉะนั้น จึงสมควรที่จะปล่อยวางร่างกายนี้ ปล่อยวางโลกนี้ หรือว่ายังไปยึดไปถือมันอยู่ จะต้องคอยระมัดระวังกิเลสตามสังโยชน์ ที่จะเกาะกินใจของเรา โดยเฉพาะอวิชชาสังโยชน์ ซึ่งเราระมัดระวังแค่ไหน ก็พยายามจะสอดจะแทรกเข้ามาเสมอ

เราเห็นสิ่งใด เกิดความชอบใจขึ้นมา ได้ยินสิ่งใดเกิดความชอบใจขึ้นมา ได้กลิ่นสิ่งใดเกิดความชอบใจขึ้นมา ได้รสสิ่งใดเกิดความชอบใจขึ้นมา สัมผัสสิ่งใดเกิดความชอบใจขึ้นมา อารมณ์ใจใด ๆ เกิดขึ้นในใจ เกิดความชอบใจขึ้นมา

อันนี้จัดเป็นฉันทะ คือยินดีกับมัน มันก็จะสร้างราคะ คือความอยากมีอยากได้ขึ้นมาในใจ ดังนั้น เราจะต้องผูกใจของเราอยู่กับคำภาวนา ผูกใจของเราอยู่กับลมหายใจเข้าออกให้เป็นปกติ

เพื่อที่สติสัมปชัญญะจะได้ทรงตัว ไม่เผลอไปยินดียินร้ายกับสิ่งต่าง ๆ ที่มากระทบ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ของเรา เราต้องระมัดระวัง อยู่ตลอดเวลา ทุกนาที ทุกวินาที ทั้งหลับและตื่น จะต้องพยายามมีสติรู้รอบ หลับอยู่ก็ต้องรู้ ตื่นอยู่ก็ต้องรู้

ถ้าขาดสติลงช่วงใดช่วงหนึ่ง กำลังของกิเลสจะสามารถสอดแทรกเข้ามา ทำให้จิตใจของเราเริ่มว้าวุ่น ชุ่นมัว แล้วเราก็จะพลาดจากเป้าหมายออกไป

ดังนั้น อนุสติทั้ง ๑๐ ข้อใดข้อหนึ่ง ในแต่ละวันเราจำเป็นจะต้องให้มืออยู่ในใจของเราตลอดเวลา เพื่อที่กำลัของกิเลสจะได้แทรกเข้ามาไม่ได้

สำหรับวันนี้ จะกล่าวถึงเรื่องของกสิณต่อไป การศึกษากรรมฐานนั้น ถ้าหากว่าเราศึกษาขั้นต้น คือให้รู้ที่อยู่ว่า กรรมฐานแต่ละกองมีการปฏิบัติอย่างไร มีคุณประโยชน์อย่างไร แล้วเราชอบใจกองใดกองหนึ่ง ก็นำกองนั้นไปปฏิบัติให้ได้ผลอย่างแท้จริง

สำหรับกสิณทั้ง ๑๐ นั้นเป็นกรรมฐานหยาบ เพราะว่ามีนิมิตให้จับได้ ต้องได้ กสิณนั้นจะแบ่งออกเป็น ๓ ส่วน ส่วนแรก เรียกว่า วรรณกสิณ คือ กสิณเกี่ยวกับสีสันต่างๆ ประกอบไปด้วย กสิณสีแดง กสิณสีเหลือง กสิณสีเขียว กสิณสีขาว

อีกส่วนหนึ่งเกี่ยวกับธาตุกสิณ คือธาตุ ๔ มี กสิณดิน กสิณน้ำ กสิณลม กสิณไฟ

อีกส่วนหนึ่งนั้น เป็นเรื่องของกสิณแสงสว่าง และกสิณอากาศ สำหรับวันนี้ จะกล่าวถึงวรรณกสิณทั้ง ๔ ก่อน เพราะว่าเหมาะสำหรับท่านที่เป็นโทสะจริต ซึ่งเมื่อครู่กล่าวแล้วว่า จะต้องต้องมีข้อปฏิบัติที่ต่างจากอนุสติทั้ง ๑๐ ประการ วรรณกสิณทั้ง ๔ คือ

- กสิณสีแดง ภาษาบาลีเรียกว่า โลहितกสิณ
 - กสิณสีเหลือง ภาษาบาลีเรียกว่า ปิตตกสิณ
 - กสิณสีเขียว ภาษาบาลีเรียกว่า นีลกสิณ
 - กสิณสีขาว ภาษาบาลีเรียกว่า โอทาทกสิณ
- กสิณทั้ง ๔ กองนี้ เหมาะสำหรับท่านที่เป็นโทสะจริต ผู้ใดเจริญ

กสิณทั้ง ๔ กองนี้ กำลัโทสะจะเบาบางลง ถ้าทำจนได้เต็มที่ จะสามารถตัดอารมณ์ของโทสะได้ แล้วกสิณทั้ง ๔ กองนี้ยังมีอนุภาพพิเศษต่างๆ กันไป

อย่างโอทาทกสิณ (กสิณสีขาว) เป็นหนึ่งในกสิณทั้ง ๓ กอง ที่จะสร้างทิพจักขุญาณให้เกิดขึ้นแก่เราได้

นีลกสิณ (กสิณสีเขียว) ทำให้สถานที่ที่สว่างอยู่มืดมืดไปได้ สามารถกำบังตนของเราไม่ให้ผู้อื่นมองเห็นได้

ปิตตกสิณ (กสิณสีเหลือง) สามารถเปลี่ยนสีอื่น ๆ ให้กลายเป็นสีเหลืองได้ ให้กลายเป็นสีทองได้ สามารถที่จะทำให้วัตถุต่างๆ กลายเป็นทองคำได้

โลहितกสิณ (กสิณสีแดง) สามารถเปลี่ยนวัตถุต่างๆ ให้กลายเป็นสีแดงได้

เหล่านี้เป็นอนุภาพพิเศษ สำหรับการฝึกกสิณนั้น จำเป็นจะต้องมีดวงกสิณ คือสิ่งที่เราอาศัยเพ่งก่อน สมัยโบราณนั้น กสิณสีแดง ท่านให้ดูดอกไม้สีแดง หรือว่าผ้าสีแดงเป็นหลัก กสิณสีเขียว ท่านให้ดูใบไม้เป็นหลัก

กสิณสีเหลืองท่านให้กำหนดดูดวงอาทิตย์ การกำหนดดูดวงอาทิตย์นั้น อย่าดูดวงอาทิตย์ตอนที่ส่องแสงสว่างมาก เพราะจะทำให้สายตาเสีย กสิณสีขาว ท่านให้ดูผ้าขาว หรือว่าดูดวงจันทร์เป็นหลัก

สำหรับเราในสมัยนี้ วัตถุต่างๆ ห่าง่าย การสร้างดวงกสิณทำได้ง่าย สมัยก่อน ตัวผมเองใช้กระดาษหนังสือพิมพ์ มาพันสีลงไป พันเป็นสีแดง พันเป็นสีเหลือง พันเป็นสีเขียว พันเป็นสีขาว

แล้วใช้จานครอบลง ตัดออกมาเป็นวงกลม ติดใส่ข้างฝ่าไว้ แล้วก็จับเป็นนิมิตภาวนา ไม่จำเป็นที่จะต้องไปใช้สองคืบสี่นิ้วอย่างตำราเขาว่า

เอาขนาดที่เรารู้สึกว่ามันพอดี สามารถจับภาพนั้นได้สะดวก
เมื่อเราใช้สไลด์สีหนึ่งชิ้นมาก่อน ถึงเวลาแล้วกำหนดใจ ตั้งใจสบายๆ
ลืมนามองภาพนั้นแล้วหลับตาลงนึกถึง จะเห็นภาพนั้นได้ชั่วคราว
พอภาพมันเลือนหายไป ให้ลืมนามองใหม่ หลับตาลงนึกถึงอีก
พร้อมกับคำภาวนา อย่างเช่นว่า

สีแดง ใช้คำภาวนาว่า โลหิตกสิณัง ฯ พร้อมกับลมหายใจเข้าออก
สีเหลือง ใช้คำภาวนาว่า ปิตตกสิณัง ฯ พร้อมกับลมหายใจเข้าออก
สีเขียว ใช้คำภาวนาว่า นิลกสิณัง ฯ พร้อมกับลมหายใจเข้าออก
สีขาว ใช้คำภาวนาว่า โอทาทกสิณัง ฯ พร้อมกับลมหายใจเข้าออก
หรือจะคิดเป็นภาษาไทยอยู่ในใจว่า สีแดง ๆ สีเหลือง ๆ สีเขียว ๆ
สีขาว ๆ ก็ได้ พร้อมกับจับลมหายใจเข้าออก ให้เป็นปกติ ลืมตามองภาพ
หลับตานึกถึง ภาพหายไปลืมนามองใหม่ หลับตานึกถึงพร้อมคำภาวนา
ทำดังนี้ไปเรื่อย ๆ เป็นหมื่นเป็นแสนครั้ง ภาพก็จะเริ่มค่อย ๆ
ปรากฏติดตาขึ้นมา เรียกว่าอุดกนิมิต ลืมตาอยู่ก็เห็น หลับตาลงก็เห็น
เมื่อถึงขั้นตอนนี้ ท่านทั้งหลายจำเป็นที่จะต้องเพิ่มสติให้มากกว่าเดิม
เพราะว่าถ้าเผลอเมื่อไรภาพจะหายไป

จำเป็นต้องเอาใจจดจ่ออยู่กับภาพนั้น จะหลับ จะตื่น จะยืง
จะนั่ง จะทำงานทำการใด ๆ ก็ตาม ต้องแบ่งความรู้สึกส่วนหนึ่ง
จับภาพของกสิณไว้เสมอ ถ้าเราทำดังนี้ได้เป็นปกติ ภาพกสิณนั้น สีสัน
ก็จะค่อย ๆ จางลง ๆ ไปเรื่อย ๆ

ถ้าเป็นสีแดง สีเขียว จะจางลงอย่างเห็นได้ชัด จะค่อย ๆ เป็น
สีเหลือง เป็นสีเหลืองอ่อน เป็นสีขาว เป็นสีขาวทึบขึ้น แต่ถ้าหากว่าเป็น

ปิตกสิณ เป็นสีเหลืองอยู่แล้ว ก็จะเป็นสีเหลืองอ่อน เป็นสีขาว
ถ้าโอทาทกสิณเป็นสีขาวอยู่แล้ว ก็จะค่อย ๆ เป็นสีขาว เป็นแผ่น
ทึบขึ้น เราจับไปเรื่อย ๆ ตามปกติของเรา พร้อมกับคำภาวนา จะหลับ
จะตื่น จะยืง จะนั่ง จะเดิน จะนอน ให้ความรู้สึกอยู่กับภาพกสิณ
อย่างนี้ไปเรื่อย

ภาพนั้นจะค่อย ๆ ใสขึ้น สะอาดขึ้น คือจากที่เป็นขาวทึบก็จะค่อย ๆ
จางลง ๆ จนกลายเป็นใส ใสขึ้น ใสขึ้น สว่างขึ้น ๆ จนกระทั่งในที่สุดก็
ใสกระจ่างเจิดจ้าไปหมด อันนี้เรียกว่า ปฏิภาคนิมิต

เมื่อเป็นปฏิภาคนิมิต ความสว่างนั้น จะสว่างเหมือนกับเอา
กระจกสะท้อนแสงอาทิตย์ใส่ดวงตาของเรา เราก็เริ่มอธิษฐาน ขอให้
ภาพนี้เล็กลง ให้ภาพนี้ใหญ่ขึ้น ให้ภาพนี้หายไป ให้ภาพนี้ปรากฏขึ้น
ให้อยู่บนศีรษะ ให้อยู่ในอก ให้อยู่ข้างซ้าย ให้อยู่ข้างขวา
ให้อยู่ข้างหน้า ให้อยู่ข้างหลัง ให้มาได้ ให้หายไป ทำอย่างนี้ให้
คล่องตัว นึกเมื่อไรให้ทำได้เมื่อนั้น ถ้าเป็นดังนี้ แปลว่ากำลังของกสิณนี้
เราทำได้ทรงตัวแล้ว เมื่อทำได้ทรงตัวก็ลองอธิษฐานใช้ผลดู

คือว่าถ้าเป็นโอทาทกสิณ ก็ให้อธิษฐานว่าขอให้ภาพกสิณนี้หายไป
ภาพนรกจงปรากฏขึ้นมา ขอให้ภาพกสิณนี้หายไป ภาพสวรรค์จง
ปรากฏขึ้นมา ให้ภาพกสิณนี้หายไป ภาพของพรหมจงปรากฏขึ้นมา
ให้ภาพกสิณนี้หายไป ภาพของพระนิพพานจงปรากฏขึ้นมา
ภาพของนรกก็ดี สวรรค์ก็ดี พรหมก็ดี นิพพานก็ดี หรือสถานที่ใด ๆ
ก็ตาม จะปรากฏขึ้นมาแทนดวงกสิณ ก็ให้พยายามทำให้คล่อง
ดูให้ชัดเจน รักษาอารมณ์ใจให้แจ่มใส

ถ้าหากว่าเป็นนิลกสิดก็ให้กำหนดว่า ให้ความมืดจงปรากฏขึ้น แต่จะให้จำกัดเขตเอาไว้ ถ้าเราปฏิบัติอยู่ในห้องก็อิฐฐานแค่นี้ในห้องนี้ มืดลง หรืออิฐฐานให้กายของเราหายไปด้วยอำนาจของกสิด

หรือว่าถ้าเป็นปิตกกสิด ก็ลองเปลี่ยนวัตถุอื่นๆ ให้เป็นทองคำ หรือว่าเป็นสีแดง ก็ลองทดลองเปลี่ยนวัตถุอื่นๆ ให้เป็นสีแดงดู ถ้าสามารถทำได้คล่องตัว กสิดเหล่านี้ก็เท่ากับว่าเป็นของเราแล้ว

คราวนี้ ถ้าทำแค่นี้จิตก็จะได้แค่มาน ๔ จะเป็นแคโลกียอกุญา เท่านั้น ก็ให้รู้จักพิจารณาด้วยว่า จริง ๆ แล้วภาพกสิดนี้มันก็ไม่เที่ยง แรกๆ มันเป็นภาพอยู่ข้างนอก พอหลับตานึกถึงภาพก็ปรากฏขึ้นข้างใน จากสีเข้ม ก็เป็นสีจางลง จากสีจางลง ก็เป็นสีใส จากสีใสก็กลายเป็นแก้วทั้งดวง มันไม่เที่ยงเป็นปกติอย่างนี้ ตอนที่เราจับมันไม่ได้ เกาะมันไม่ติด เราก็กลุ้ม ก็ทุกข์ใจเป็นปกติ

แล้วในที่สุดมันก็ไม่มื่ออะไรเหลืออยู่ ไม่ว่าจะป็นดวงกสิดที่เราสร้างขึ้นกิติ กสิดภายในกิติ กระทั่งตัวเรากิติ เสื่อมสลายตายพังไปทั้งสิ้น ไม่มีอะไรเป็นเราเป็นของเราให้ยึดถือมันหมายได้

ถ้าเกิดอีกเมื่อไร ก็ต้องพบกับความไม่เที่ยงเช่นนี้ เกิดอีกเมื่อไร ก็ต้องพบกับความทุกข์เช่นนี้ ถ้าเราเกิดอีก ก็ทุกข์อีก แล้วเราจะโง่มาเกิดทำไม ? เราควรจะไปนิพพานดีกว่า

ก็เอากำลังของกสิดนี้ เกาะพระนิพพานแทน เราจะสามารถเห็นพระนิพพานได้ชัดเจนแจ่มใส สามารถเห็นองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ชัดเจนแจ่มใส วางอารมณ์ใจว่า ถ้าตายเมื่อไร เราขออยู่ที่นี้แห่งเดียว

แล้วจับในอุปमानุสติหรือพุทธานุสตินั้นแทน ถ้าทำดังนี้ได้ กำลังของสมาธิที่ทรงตัวจะทำให้กิเลสค่อย ๆ ลดน้อยลง แล้วในที่สุดก็สลายตัวไป เราก็จะเข้าสู่พระนิพพานได้ตามที่เราต้องการ

สำหรับวรรณกสิดทั้ง ๔ นี้ ถ้ากำลังใจทรงตัวถึงปฏิภาคนิมิตเมื่อไร มันจะตัดตัวโทสะได้โดยอัตโนมัติของมันเอง สำหรับวันนี้เวลาไม่พอแล้ว การศึกษาเรื่องของกสิด ให้เราไปปฏิบัติเอาตามใจชอบของตน ตอนนี้ก็ให้รักษากำลังใจส่วนหนึ่ง เกาะภาพพระให้เป็นปกติ

พระครูธรรมธรเล็ก สุรมมปญโญ
วันอังคารที่ ๒๗ มกราคม ๒๕๔๗



รับประกาศนียบัตรจากหลวงพ่อสมเด็จวัดสระเกศ

สนทนากับพระเล็ก สุขุมมปญโญ
เดือนตุลาคม ๒๕๔๕
ณ บ้านอนุสาวรีย์ฯ

ถาม :(ถามเรื่องพระโสดาบัน).....

ตอบ : เป็นพระโสดาบันนี่ กระแสของการปรารถนาพุทธภูมิ มันจะขาดลง เพราะว่าแทนที่จะเกิดต่อ กลายเป็นพระอริยเจ้าไปแล้ว นี่ กระแสจะขาดตั้งแต่ช่วงนั้น พระโสดาบันอย่างหยาบต้องเกิดอีก ๗ ชาติ เรียกว่า สัตตักขัตตุง เจ็ดครั้งเป็นอย่างยิ่ง คือจากคนเป็นเทวดา จากเทวดาเป็นคน สลับไปอย่างนี้ รวมแล้วพอครั้งสุดท้ายก็ไปนิพพานเลย อย่างกลางเขาเรียก โกลังโกละ จากตระกูลสู่ตระกูล เทวดาไปเป็นคน คนไปเป็นเทวดา แล้วไปนิพพานเลย แล้วก็ เอกพิชิ ผู้มีพีชอันเดียว คือเกิดครั้งเดียว แต่ว่าตายจากชาตินั้นก็ไปเลย เพราะฉะนั้นคนประเภทนี้ เขาไม่ไปตามพระโพธิสัตว์ให้เสียเวลาหรอก เขามีทางไปของตัวเอง

ถาม : เวลาตอกไม้กันขโมย ทำกันอย่างไรครับ?

ตอบ : ตอกจากด้านมุมขวาของบ้านหันหลังให้บ้านแล้วก็มุมขวาสุด ตอกอันลงไปก่อน แล้วก็ไล่วนขวาไป หลังขวา หลังซ้าย แล้วหน้าซ้าย ตอกให้จมมิดอย่างเดียวยังอื่นไม่ต้อง ใครก็ได้ ให้จมดินไปได้ก็แล้วกัน จริงๆ มันก็มีวิธีง่ายๆ แต่ต้องขยันหน่อย คือ ฝากบ้านไว้กับเทวดา เตี่ยวจะบอกวิธีให้

ถาม : หนูสงสัยว่าคนเรานี่ อายุขัยเกิดจากอะไร ?

ตอบ : กรรมเป็นตัวกำหนด สิ่งที่เราทำมาจะเป็นตัวกำหนด ถ้าเรา ศีลดี อายุจะยืน ถ้าศีลเฮงซวยห่วยแตกอายุก็จะสั้น โดยเฉพาะ

ปากเมตติบาท ทำให้หนัก ๆ ไว้เถิด อายุสั้นทุกราย เพราะฉะนั้นถ้าหากว่า ศีลไม่ทรงตัวอายุจะสั้น ถ้าทรงตัวอายุยืนมากๆ อย่างต้นกล้วยอายุยืนเป็น แสนๆ ปี

ถาม :(คอยเรื่องตัวเบา).....

ตอบ : ได้มาแล้วใช่ไหม อย่างนี้ไม่ใช่ตัวเบา ลูก มันเดินเร็ว หลวงพ่อไป ทองผาภูมิ เดินบิณฑบาต ไม่รู้หรอก รู้แต่ว่าตอนแรกๆ คนงานมอญ คนงานพม่า มันอาสาไปหิ้วกับข้าวให้ หลังจากนั้นไม่นานมันก็เลิกไปกันหมด ตอนหลังเขาบอกว่า เขาเดินตามไม่ทัน เขาเหนื่อยมากเลย หัวหน้าคนงาน คือ สมบัติ เขาแปลกใจ ปกติพวกคนงานเดิน หัวหน้าสมบัติต้องวิ่งไล่ตาม แล้วพวกที่เดินขนาดนั้น ต้องมาไล่ตามเรา มันเป็นอย่างนี้ เขาก็เอามอเตอร์ไซค์ไล่ไป เขาบอกขี่มอเตอร์ไซค์ไล่เราไม่ทัน อันนั้นก็ไม่ใช่เรื่อง เพราะเรา ภาวนาไป เดินไป ก็รู้สึกว่ามันสบายๆ ไม่รู้สึกว่ามันผิดปกติเลย แต่ว่าอีกคานั้นเอามอเตอร์ไซค์ไล่แล้วไม่ทัน มันก็เลยไปล้อกันยกใหญ่เลย ส่วนอีกทีหนึ่งก็ ตอนนั้นเดินไปชมพื้นที่ต้นน้ำของสถานีวิจัยเพื่อรักษา ต้นน้ำแม่กลอง คราวนี้เดินไป ห่างจากสถานีอีก ๖ กิโลเมตร แล้วเหลืออีก ๑๐ นาที จะเที่ยง เขาบอกว่าจะนิมนต์ฉันเพล ไกลขนาดนั้นเดินยังงี้ก็ไม่ทันอยู่แล้วใช่ไหม? ก็บอกว่า เอาอย่างนี้แล้วกัน ถ้าเดินถึงก็กิน ถ้าเดินไม่ถึงก็ไม่ต้องกิน ก็ตั้งใจภาวนาแล้วเดินไป คนวิ่งไล่ เขาบอกว่าไล่จนเลือด กำเดาไหลเลย เราก็ไม่รู้ รู้แต่ว่าเราเดินไปถึงนี่ เวลายังเหลือ ก็เลยนั่งฉันต่อ ปรากฏว่าอิ่มก่อน แล้วทางด้านนี้เขาส่งรถไปรับ ไปสวนตรงทางเข้าหน่วย พอดี ก็บอกไปปรับข้างหลังแล้วกัน แล้วเราก็เดินเข้าไป ให้เขาประเคน ฉันเสร็จเรียบร้อยแล้ว เขาเพิ่งจะมาถึง เรื่องอย่างนี้บางที มันเกิดขึ้นแล้วเรา

ก็ไม่รู้ตัว แล้วเขาก็เอาไปพูดกันเอง แต่เรารู้สึกว่าเดินปกติๆ นั้นแหละ ทำใจสบาย ๆ ถึงก็กินไม่ถึงก็ช่างหัวมัน คาถาบทเดียวนั้นแหละลูก ลองดู เมื่อก็ดูถึงวิธีฝากบ้านกับเทวดา ต้องหาทรายมากระษะหนึ่ง ใส่ถาดก็ได้ ใส่กระษะก็ได้ เสร็จแล้วก็วางไว้หน้าห้องพระ ตั้งใจขอ บารมีพระพุทธรูป พระธรรม พระสงฆ์ พรหม เทวดา ทั้งหมด โดยเฉพาะพระภูมิเจ้าที่ ช่วยดูแลรักษาความสงบของบ้านด้วย อย่าให้ ข้าวของอะไรสูญหาย หรือเสียหายระหว่างที่เราไม่อยู่ เสร็จแล้วก็ ตั้งใจจุดธูปห้าดอก ว่า นะโมสามจบ ปักธูปดอกที่หนึ่งทางทิศเหนือ ว่าคาถาว่า เวสสุวรรณโณ ดอกที่สองทิศตะวันออกว่า วิรุฬหกษี ดอกที่ สามทางทิศใต้ว่า วิรุฬหกษา ดอกสุดท้ายทางทิศตะวันตกว่า ธรรมโธ ดอกสุดท้ายปักตรงกลางว่า นะโม พุทธายะ เวสสุวรรณโณ วิรุฬหกษี วิรุฬหกษา ธรรมโธ นะโมพุทธายะ ปักเวียนขวาไป ดอกแรกเอาทาง ด้านทิศเหนือ แล้วไล่ไปที่ละทิศ พอครบแล้ว ดอกสุดท้ายปักตรง กลางว่านะโมพุทธายะ พระพุทธรูปเจ้าห้องค์ เพียงแต่ว่าต้องขยันทำ ทุกวัน ไม่เหมือนไม้กันขโมย ตีแล้วลืมได้เลย

ถาม : ทรายนี้ เล็กๆ ได้ไหมคะ ?

ตอบ : เล็กๆ ก็ได้จะ เอาแบบที่เขาใส่ขนมหม้อแกง กำลังดีเลย ไม่ต้อง ใหญ่ ไว้หน้าห้องพระ ถ้าจะฝากกันตรงๆ ต้องอย่างนี้ ถ้าหากว่าเราไม่มีใคร อยู่บ้านก็ใช้วิธีนี้แหละ ท่านอนุญาตให้ ขอบารมีพระพุทธรูป พระธรรม พระสงฆ์ พรหม เทวดา มีพระภูมิเจ้าที่เป็นที่สุด ให้ช่วยสงเคราะห์ดูแล ทรัพย์สินทั้งหมด อย่าให้สูญหาย อย่าให้เสียหาย เสร็จแล้วก็ตั้งใจ จุดธูป ปักไปเลย อย่าลืมนะ ดอกสุดท้ายตรงกลาง

ถาม : ทำวมหาราชทั้งสี่หรือเปล่า ?

ตอบ : ไม่รู้เหมือนกันว่าใช่หรือเปล่า เพราะว่าชื่อไม่ตรง แต่ท่านบอกมา อย่างนี้ อันนี้ถ้าไม่อยู่ที่ทำ ถ้าอยู่ไม่ต้องหอรอกจะ

ถาม : สู้ชนะเป็นพระกับ สู้ชนะเป็นฆราวาส อย่างไหนง่ายกว่ากัน?

ตอบ : ชนะเป็นพระได้เปรียบกว่าเยอะ เพราะมันจำกัคอยู่ด้วยศีล ถ้า หากประเภทไม่หน้าด่านหน้าทหน้าจริงๆ ซัวอย่างไร มันก็ไม่หลุดจากขอบ ของศีลหอรอก

ถาม : ผมว่าเป็นฆราวาสนี่ มีเรื่องกวนใจทุกวัน

ตอบ : คือชีวิตฆราวาสนี่ เหมือนกับว่าปล่อยเราไว้ในป่ากับเสือตัวหนึ่ง บางทีเดินทั้งปีไม่เจอเสือตัวนั้นหอรอก แต่ชีวิตของพระนี่ เขาเอาyardเข้ากรง ไปด้วยกับเสือตัวนั้น มันก็เลยพัดกันอยู่ทุกวันนั้นแหละ จนกว่าจะตายกัน ไปข้างหนึ่ง

ถาม : เราว่าเราใจเย็น แบบไม่มีใครเหมือน พอเก็บเงินสักก้อน ก็จะบ้าย บาย ไม่รู้ตอนนั้นจะไหวหรือเปล่า

ตอบ : ระวังเอาไว้ มันจะประเภทอีกหน่อยหนึ่งก็ได้ๆ เดี่ยวตายห้าเสีย ก่อนไม่ได้ทำหอรอก หรือไม่ก็กลานไม้ไหวแล้ว แก่เกินแกง พวกเรามันยังได้ เปรียบ คือ มันคิดมุ่งไปทางนี้ตั้งแต่อายุมันยังไม่มาก ใช้คำว่ายังไม่มาก เพราะว่าถ้าคนทุกข์มากๆ อยู่มาขนาดนี้ เหลือจะเงินแล้ว เพราะฉะนั้นแม้ว่า แต่ไปประมาทอยู่ว่ากูยังไหว เดี่ยวเสร็จ ตายเสียก่อนก็หมดเลย

ถาม : ผมว่ากว่าจะได้เกิดเจอพระนี่ก็ยากแล้ว

ตอบ : สุดแสนจะสาหัสสาการจรรจ์ ก็ไปอธิบายให้เขาฟังว่า พระพุทธรูปเจ้าของ เรานี้นะ ปวารณาโพธิญาณมาตั้งแต่สมัยไหน แล้วไล่ไปที่ละองค์ๆ สี่

อสงไขยกับแสนมหากัป กว่าจะมาถึง พระพุทธกัสสป แล้วตัวเองจะ
ได้ตรัสรู้ นี้ ไปไล่ให้เขาดู มันร้องโอ้โฮ...กันทั้งนั้น ช่วงที่สั้นที่สุดนะ ที่มีพระ
พุทธเจ้าจากกัปนี้มากัปนี้นะ ห่างกันหนึ่งอัตรกัป สั้นที่สุด ช่วงที่ยาวที่สุด
ห่างกันหนึ่งอสงไขยกัป แล้วคุณลองคิดดูสิ ถ้าหากว่าไปเจอช่วงที่ยาวที่สุด
ตายหอมตายกระเทียมเลย แล้วมันมีอยู่ช่วงหนึ่งที่ยาวที่สุด ห่างหนึ่ง
อสงไขยกัป แล้วมีพระพุทธเจ้าองค์เดียว แล้วห่างอีกหนึ่งอสงไขยกัป ถึงจะ
เจออีกสององค์ ก็เวรเลยล่ะถ้าไปเจอช่วงอย่างนั้นเข้า ต่อให้โชคดีขนาด

ไหน เกิดทันขนาดไหนก็โอกาสพลาดมีสูงมากเลย
ถาม : ก็เลสมันยาวนานครับ ชะยากเหลือเกิน
ตอบ : ก็ถึงได้บอกว่าพระพุทธเจ้านี้ เป็นปรากฏการณ์มหัศจรรย์ที่เกิด
ขึ้นได้ยาก มีคนเขาถามว่าพระพุทธเจ้ามีความรู้ความสามารถขนาดนั้น
สงเคราะห์คนได้ขนาดนั้น ทำไมไม่เกิดมาหลายๆ องค์ จะได้ช่วยกัน จริง
ไหม ลองคิดดูสิ อสงไขยกัปกับแสนมหากัป หลักสูตรนี้มันผ่านง่ายนักเธอ
นี่อันดับแรก อันดับที่สองพระพุทธเจ้าเป็นสิ่งมหัศจรรย์ พระธรรมเป็นสิ่ง
มหัศจรรย์ นะ ถ้าหากว่าเกิดมาเยอะๆ มันก็ไม่ใช้สิ่งมหัศจรรย์ ไม่ใช่ของ
แปลกแล้วไซ้ไหม ก็หลวงปู่องค์นั้นก็เจอ หลวงพ่อองค์นั้นก็เจอ มันจะเป็น
ของแปลกอะไร คนก็จะไม่เห็นคุณค่าของพระพุทธ ของพระธรรม อันดับ
สุดท้ายนี้บรรลัยที่สุดเลย บรรดาลูกศิษย์นี้จะตีกันแหลกลานเลย พระ
พุทธเจ้าของกูเก่งกว่า ของมึงสู้ๆไม่ได้ รับรองว่าต้องแหลกแน่ เลยกลายเป็นว่าต้องเกิดขึ้นทีละองค์เดียว ปัญหานี้คนถามมันน่าเตะมากเลย อาตมาก็
ก็ไม่คิดว่าจะไปแค่นี้คำตอบมาให้มันห rokok แหม...มันน่าเตะจริงๆ
คนถามอย่างนี้

ถาม : แต่อ่านหนังสือหลวงปู่อาครับ ท่านไม่เขียนเรื่องพระเจ้าตากสิน
กับรัชกาลที่หนึ่งเลย

ตอบ : คือถ้าหากว่าคนรู้ในระดับนั้นก็คือรู้เหมือนกัน

ถาม : เขียนไว้ด้วยนะครับว่าในหลวงเป็นใครมาเกิด

ตอบ : พระเจ้าเดือนเด่นฟ้า ลูกชายของ พระเจ้าตะวันอธिरาช
ท่านบอกว่าเดือนเด่นฟ้า เป็น ภูมิพล แหม...ว่ากันชัดปะเลย

ถาม : ตอนแรกผมอ่านแล้ว เห็นว่าจะนำเรื่องขึ้นไปถวายด้วย

ตอบ : ไม่จำเป็นหรอก ในหลวงท่านรู้เสียยิ่งกว่ารู้อีก

ถาม : ผมว่าเขียนไม่เยอะนะครับ เมื่อกรุงเทพมหานครเป็นราชธานี
เพราะฉะนั้นพุทธศาสนาจะเจริญรุ่งเรือง ก็สงสัยว่าเล่นมากำหนดไว้ชัดเจน
อีกแล้ว ถ้าระหว่างทาง สมมุติในหลวงเป็นพระโพธิสัตว์บารมีเข้มแล้ว พอ
ก่อนลงมาถึงชาติปัจจุบันท่านดับไปเสียก่อน แต่ในเมื่อในหลวงองค์
ภูมิพลยังไ้ก็ต้องมี แล้วจะมีพระโพธิสัตว์อื่นลงมาเป็นแทนหรือเปล่า

ตอบ : ก็เอา...องค์ไหนก็ได้ ให้ชื่อภูมิพลก็แล้วกัน คือยังไ้ๆ ก็ต้องเป็น
อย่างนั้น คือว่าในสิ่งที่ท่านรู้นี้เหมือนกับท่านดูหนังจบเรื่องแล้ว

ถาม :

ตอบ : คิดว่าเราจะเป็นพระพุทธเจ้า ๗ อสงไขยกัปกับแสนมหากัป ออกปาก
ว่าเราจะเป็นพระพุทธเจ้า ๘ อสงไขยกัปกับแสนมหากัป ตั้งหน้าตั้งตาทำเพื่อ
เป็นพระพุทธเจ้า ๘ อสงไขยกัปกับแสนมหากัป มันสาหัสไหม ? นี่ต่ำสุดนะ
ถ้าหลักสูตรต่อไปก็เพิ่มเท่าตัวๆ ไม่ต้องเห็นต้นไม่ต้องเห็นปลายเลย

ถาม : ผมยังสงสัยของหลวงปู่ ถอยมา ๑๐ อสงไขย ตอนนั้นหลวงปู่
เป็นพระเจ้าแผ่นดิน แล้วเจอสมเด็จพระพุทธเจ้า แล้วก็เลยปรารถนาและ

ได้รับการพยากรณ์สมัยนั้น ก็สงสัยว่าถ้าไม่เคยทำบุญที่ดี ที่มันคงมาก่อน ทำไมมาเกิดเป็นพระราชาก่อนได้อย่างไร แสดงว่าจริงๆ แล้ว ก็ต้องมีมาก่อน

ตอบ : ก็แสดงว่าของท่านเอง ท่านก็ฟาดมาสามสี่สิบแล้ว

ถาม : พุดเป็นตัวเลขนี่นิดเดียว

ตอบ : สมัยที่ท่านอธิษฐานแล้ว ได้รับการพยากรณ์ตอนช่วงนั้นท่านบอกว่า ฎุกระดิ่งเป็นเกาะเล็กๆ อยู่กลางทะเล

ถาม : แต่มันก็เสื่อมลง เกิดขึ้น อยู่แล้วนี่ครับ

ตอบ : มันก็ใช่ แต่เรามานึกว่า เมื่อแค่สองพันห้าร้อยกว่าปี ทะเลอยู่ตรงนครปฐม ผ่านไปสองพันห้าร้อยกว่าปีทะเลมันอยู่สุดเพชรบุรีแล้ว ชะอำแล้ว ถ้าลองคิดดูว่าอีกสองพันห้าร้อยกว่าปีมันจะไกลอีกเท่าไรก็ไม่รู้

ถาม : ถ้าฎุกระดิ่งเป็นเกาะเล็กๆ ตอนนั้นมีแต่น้ำเลยสิครับ

ตอบ : พระพุทธเจ้าท่านแสดงโดยการเหาะไป ไปเพื่อสงเคราะห์

ถาม : อ้อ.....นี่ล่าสุดเหาะลงหนังสือพิมพ์เลย

ตอบ : นั่นมันแข่งขงจริง ๆ เรายัง เอ...แปลกใจ ทำไมอยู่ๆ เจอนิมิตบ้าง บอๆ คือว่าวันนั้นมันนิมิตว่าคนมันแตกตื่นเล่าลือกันว่า เจอปลาเข็มตัวเท่าท่อนซุง เราไปดู ไร่บ้านเข้...ปลาเข็มตัวกระจิ่งนึ่ง แล้วมันลือกันไปได้อย่างไร เสร็จแล้วไปดูหนังสือพิมพ์ อ้าว.....อุเพ็งคาปิตี แค่นี้แตกตื่นกันได้ทั้งบ้านทั้งเมือง ถ้ามันเห็นสมัยตุ๊กตาก็ไม่ซ็อกตายหรือวะ ไอ้ที่ลอยตัวนั้น เป็นแค่อุเพ็งคาปิตี มันยังไม่ขึ้นชั้นอนุบาลเลย

ถาม : อ้าว.....ทำไมเขาโชว์ได้

ตอบ : ก็ทำไมโชว์ไม่ได้ มันขรราวาส

ถาม : อ้อ...ทีนี้จะรักษาได้ไม่ได้อีกเรื่องหนึ่ง

ตอบ : รักษาได้หรือไม่อีกเรื่องหนึ่ง รักษาได้แค่นั้น มันขวยอยู่แค่นั้นแหละ เพราะอารมณ์มันไม่ถึงฌานลึกที่หนึ่ง เคยไปถามหลวงพ่อกว่า วิชาตัวเบามันเป็นอย่างไร ท่านบอกว่าก็อุเพ็งคาปิตีนั้นแหละ รักษาระดับให้มันอยู่ตรงนั้น นึกเมื่อไร มันก็ลอยเมื่อนั้น ตอนนั้นแกโชว์วิชาตัวเบาไปเรื่อยๆ แล้วก็คิดว่าเป็นแก่น ทั้งๆ ที่สะเกดยังไม่ได้เลย เราถึงได้เข้าใจ นิมิตที่เขาเห็นปลาเข็มตัวเท่าท่อนซุง แล้วเราไปดูก็คือปลาเข็มธรรมดามันก็คือเรื่องนี้เอง เป็นใจท่อนซุงของมัน ไม่จิ้มฟันของเรา บ้าจริงๆ

ถาม : แล้วมันไม่ทำให้.....

ตอบ : คุณจำเอาไว้ว่า เรื่องของฤทธิ์นี้ พระพุทธเจ้าท่านไม่สรรเสริญ เพราะว่า คนไม่ได้ศรัทธาในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์อย่างแท้จริง ดังนั้นมันจะไปยึดตรงฤทธิ์ตรงเดช ก็ทำให้ไม่เข้าถึงมรรคผล ท่านก็เลยสั่งห้ามพระสาวกไม่ให้แสดง ถ้าเกิดจากศรัทธาที่แท้จริงเมื่อไรนี้ ตัวเคารพพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ จะเกิดจากจริงใจ นี่คือข้อแรกของพระโสดาบันเลย ดูซิเก็ยไปอธิบายหรือว่ามันเป็นยังไง ไม่งั้นคนก็สงสัยว่าพระพุทธเจ้าแสดงได้ พระอัครสาวกแสดงได้ พระมหาสาวกแสดงได้ เยอะแยะขนาดนั้น ไปห้ามทำไม

ถาม : แต่บางทีก็เหาะกันมาทั้งหมดเลย

ตอบ : นั่นมันจำเป็น ก็ไม่ได้เหาะให้เขาเห็นชัดๆ นี่ พอถึงตรงที่ลับ ท่านก็ลงแล้วก็เดินย่ำตอกไป แบบเดียวกับหลวงปู่อายุ ๘๒ ปี ที่วัดท่าซุงนั้น ถามท่านบอกว่า ในขอบเขตของความเป็นสงฆ์ ผมจะแสดงอภิญญาได้สักขนาดไหนครับ ? ท่านก็บอกว่า จำไว้นะลูก การที่เราจะเป็นพระที่แท้จริง

ต้องยอมรับกฎของกรรม ปู่แก่แล้ว อายุ ๕๐ กว่า ถ้าข้ามถนน ปู่ก็ต้องเดิน
ทำนาก็เดินถือไม้เท้า ตัวสั้นตัวอว สะดุดล้มบิาบ ปากแตก ลูกขึ้นมาเช็ดเลือด
บอกนี่แหละลูก จำไว้ว่าถ้าร่างกายมันเป็นอย่างนี้ก็ต้องยอมรับว่ามัน
เป็นอย่างนี้ แต่ถ้าจำเป็นปู่จะทำอย่างนี้ พุดไม่ทันจบ ท่านมายืนชนกับเรา
มาตอนไหนก็ไม่รู้ เสร็จแล้วท่านก็ทำภาพให้ดูว่า บ้านโยมเขาอยู่กลางทุ่ง
กำลังมีงานทำบุญบ้านอยู่ แล้วก็บ่นว่า ไม่รู้หลวงปู่เป็นอย่างไร ป่านนี้ยังไม่
มาเลย เป็นลมเป็นแล้งไปหรือเปล่านั้น พวกเราให้ใครไปคูชิ ท่านพอได้ยิน
ก็ประเภทห่มจีวร ครองผ้า ถือไม้เท้าลงกฎ กือก กือก สามที่เท่านั้นแหละ
ไปโผล่ต้นบันไดบ้าน พวกญาติโยมก็ตืออกตีใจกันใหญ่ บอกหลวงปู่มาแล้วๆ
ก็บอกว่า หลวงปู่ทำไมถึงมาช้านักล่ะ ก็บอกว่าคนแก่ก็เดินช้าหน่อย ช้า
ประสาอะไรวะ สามที่ถึงเลย แล้วท่านก็บอกว่าเป็นแหละ เพื่อรักษากำลังใจ
คนหนุ่มมากที่เป็นบุญเป็นกุศล ไม่ให้กำลังใจเขาลดลงในส่วนบุญนั้น
ก็ทำได้ แต่ก็ไม่ได้ทำอวดเขา ท่านอาศัยช่วงเขาเผลอ ปืบเดียวไปเลย

ถาม : ผมรู้สึกฟังหลวงพี่มันง่ายครับ แต่ไม่รู้มันติดตรงไหน ทำไมมัน
ทำไม่ได้สักที ?

ตอบ : ที่เราทำไม่ได้ เพราะไม่ยอมรับกฎของกรรมจริง ๆ เราเห็นคน
ลำบากปืบ เราจะช่วยเขาทำเคียว แต่คุณไม่ได้ดูว่าเขาลำบากตรงไหน เห็น
คนง่อยเปลี้ยเสียขา มา แค่นี้ก็ให้มันหาย มันหายเลยนะ ถ้าเป็นอภิญญา
ใหญ่จริง ๆ แล้วคุณรู้ไหมว่าก่อนจะง่อยเปลี้ยเสียขา มันไปทำอะไรมา มัน
เกิดจากโทษอะไร คุณมุ่งที่จะไปสงเคราะห์เขาอย่างเดียว โดยที่ฝึกกฎของ
กรรมมันกับบรรลัษณะชิ ประเภทถึงเวลาไอ้ชั่วนักปล้นเขา คุณไปไล่ฆ่าเขา
ก็อย่างนี้ กฎหมายบ้านเมืองมันจะเหลือหรือ ถ้ายังยอมรับตรงจุดนี้ไม่ได้

อภิญญาสมบัติของคุณเกิดยาก

ถาม : ทั้ง ๆ ที่ของเก่าเยอะหรือครับ

ตอบ : ใช่ โดนล้อคอเอาไว้แหวงๆ พวกสันดานเสีย มุ่งจะช่วยเขาอย่าง
เดียว ไม่ดูตาม้าคาเรือ

ถาม : แล้วเมื่อไรจะได้ครับ ?

ตอบ : อยู่ที่ตัวเรา ยอมรับวันไหนก็ได้วันนั้นแหละ

ถาม : จริง ๆ ก็ตัวอุเบกขา ?

ตอบ : ก็นั่นแหละ อุเบกขาในฌาน มันมีตั้งแต่อุเบกขาในเมตตา รัก
หวังสงเคราะห์เขา แต่ยังไม่ทำไม่ได้ อุเบกขาในกรุณา สงสารอยากให้เขา
พ้นทุกข์แต่ยังไม่ทำไม่ได้ อุเบกขาในมุทิตา ถึงจะพลอยยินดีด้วยก็ตาม
แต่ถ้าหากว่าสิ่งนั้นยังไม่ใช่เรื่องของธรรมของวินัยอย่างแท้จริง เราก็
พยายามรักษาอารมณ์สงบใจของเราไว้ อุเบกขาในอุเบกขา ถ้าหากว่า
หมดทางจริง ๆ ก็จำเป็นต้องปล่อย ปล่อยให้เป็นเรื่องของกฎแห่งกรรม

ถาม : อย่างนี้ ถ้าผมเดินไปเจอคนง่อยเปลี้ยเสียขา ผมก็แค่ให้เงินเขา
กินข้าว แค่นี้ถือว่าพอไหมครับ?

ตอบ : ก็เหลือเฟือแล้ว สงเคราะห์เขาในด้านที่เราทำได้ แต่ไม่ใช่ไปฝึกกฎ
ของกรรม เขาขาดเสื้อผ้าให้เสื้อผ้าเขา เขาขาดอาหารให้อาหารเขา ขาดที่
อยู่อาศัย สามารถช่วยได้ หากที่อยู่อาศัยให้เขา แต่ไม่ใช่ไปทำให้มันหาย
ยกเว้นเราจะรู้จริง ๆ ว่า วาระกรรมของคน ๆ นั้นมันหมดลงแล้ว ก็เอาเหอะ
ให้มันหายวิ้งปรือเดียวนั้นเลยก็ได้ พระพุทธเจ้าดอนตรัสรู้ ในปฐมสม
โพธิกถาบอกว่าคนตาบอดก็กลับเป็นคนตาดี คนง่อยเปลี้ยเสียขา
ก็กลายเป็นคนชาติ นักโทษที่โดนจองจำอยู่ก็หลุดจากเครื่องจองจำทั้งปวง

ต้นไม้ผลไม้มันไม่ใช่ฤดูก็ออกดอกออกผลกันหมด แสงสว่างไปทั่วทั้ง
หมีนโลกธาตุ แม้กระทั่งอเวจีมหานรก ที่มีตมิตอยู่ตลอดก็ยังสว่างขึ้น
วูบหนึ่ง มันต้องระดับนั้น เปลี่ยนทุกอย่างจากร้ายกลายเป็นดี ต้องบารมี
ระดับสี่สรวงไซยกับแสนมหากัปเป็นอย่างน้อย

ถาม : แล้วอย่างผม ตอนเด็กๆ เคยนึกว่า ถ้าเราตั้งใจ ไม่ว่าจะเรื่องอะไรนี้
เราทำได้แน่ๆ แต่พอโตมาทำไมกำลังใจส่วนนี้มันลดลง

ตอบ : อันดับแรก ก็เลส ตัณหา อกุศลกรรม พอกมากขึ้น ตาม
จิงหระและอายุ อันดับต่อไป พอมิครอบครัวยุแล้ว จิตใจที่เคยมุ่งมั่นมันก็
ลดลง เพราะมันแต่ไปให้ความสนใจกับครอบครัวอยู่ เอาอย่างนี้แล้วกัน
คนที่ประเภทเคยดีกับเขาเป็นประจำ ถึงเวลาเคยออกหน้าเลย พอมิลูกมี
เมียแล้วมันไม่ไปแล้ว

ถาม : ไม่อย่างนั้น ป่านนี้ก็วิ่งเข้าใส่ผ้าเหลือง โทณหัวบวชเป็นพระไปแล้ว

ตอบ : ช่วยไม่ได้ โอกาสมันเลยไปแล้ว ต้องรอแจ๊คพ็อตอีกรอบหนึ่ง

ถาม : ต้องรอดรอกว่าเมียบอกลูกตาย ตัวเองรอดคนเดียว ถึงมีโอกา

ตอบ : ถึงเวลารอดแล้ว เราตายคาที่ เมียบอกลูกไม่เป็นไรเลย ของเรา
พอมมาถึงจุดนี้จึงได้เห็นว่กำลังใจของพระพุทธรเจ้าท่านสุดท้ายอดจริง ๆ
บริจาคลูกเมียเป็นทาน แล้วของท่านนี้ ปากเสียงแม่แต่น้อยหนึ่งก็ไม่เคยมี
ทำตัวเป็นทาสมาตลอด เป็นคุณ ๆ คุณสละไหวไหมล่ะ?

ถาม : ผมแค่นี้ก็ถึงว่า แค่อะไรร้อยทองบนคอรยังเสียตายเลย ผมยังนึก
เสียตายเลยที่บอกทำบุญบูชาพระธาตุ ผมรู้สึกว่โอกาสไม่ใช่ว่าจะมีอีกสัก
ก็ครั้งในชีวิต ทำไมตอนนั้นเราสละไม่ได้ เคยตั้งใจว่าจะทำให้ได้ พอถึงเวลา
ก็มาติดโน่นติดนี่

ตอบ : นั่นแหละคือกำลังใจของมันยังไม่เป็นจาคานุสติเต็มที ถ้ามัน
เต็มทีถึงเวลามันพร้อมให้ทุกอย่าง ของเราถึงเวลาไปหาพระผู้ใหญ่ไปหา
หลวงพ่อบรมเต็ญ เอาพระที่เรารู้สึกว่าสละสมเอาไว้ แต่ละองค์ล้วนแต่เจ้ง ๆ
ทั้งนั้น ไปใส่ถวายเป็นคนอื่นก็น้ำลายเรียกราดเป็นทางไปเลย แล้วมันก็สงสัยว่
เราให้ได้อย่างไร ก็บอกเขาว่ของทุกอย่างมันมีประโยชน์แก่คุณตอน
คุณมีชีวิตอยู่เท่านั้น ถ้าตายแล้วคุณแบกไปได้ไหมล่ะ? ในเมื่อแบก
ไปไม่ได้ สิ่งเดียวที่แบกเอาไปได้ คือ อริยทรัพย์ ที่เป็นบุญเป็นกุศล ถ้าคุณ
ไม่รีบทำเอาไว้ แล้วเมื่อไรมันจะได้ทำ

ถาม : พระที่ห้อยคอเนเอาไปหล่อไม่ได้ใช่เปล่า ?

ตอบ : ไม่ได้ อะไรก็ตามที่เป็นรูปพระ ถึงจะแตกจะหักอย่างไร ไม่มี
สิทธิไปทำลายเพื่อหลอมใหม่ หรือเพื่อบีมใหม่ เขาปรับโทษทำลาย
พระพุทธรูปเลย อเวจีมหานรกทีเดียว ถ้าหากว่าแตกหักเสียหายใน
ลักษณะนั้นแล้ว เรารู้สึกไม่สบายใจ ที่จะติดตัวเอาไว้หรือติดบ้าน
เอาไว้ให้บรรจุพระที่องค์ใหญ่กว่าเพื่อบูชาต่อไป คนอื่นใครเขาทำให้
เขาทำ เราอย่าไปทำแล้วกัน โทษทำลายพระพุทธรูปนี้สาหัสสากรรจ์นักแล
มีบางคนเอาผ้าเหลืองไปเช็ดเท้าใช้ใหม่? อย่างนั้นจำไว้ให้แม่นเชียว
นะ อย่าทำเป็นอันขาด อย่างน้อย ๆ ธงชัยพระอรหันต์ ถ้าจิตเราหยาบ
ถึงขนาดเอาธงชัยพระอรหันต์มาเช็ดเท้าได้ ต่อไปมันก็ทำกรรม
ที่หนักกว่านั้นได้

ถาม :(คุยเรื่องหลวงพ่อบรมเต็ญ).....

ตอบ : เวลาอยู่ใกล้หลวงพ่อบรมเต็ญจะได้ประโยชน์มหาศาลเลย เพราะว่าเวลา
กำลังใจของพระท่านคุณลงมาก็พลอยคุณเราไปด้วย เราจะรู้หมดเลยว่เขา

ถามปัญหาแล้วหลวงพ่อก็จะตอบอย่างไร มันจะตรงหมด แล้วหลวงพ่อก็จะให้แจกของให้คนที่เขาทำบุญตามจำนวนเงินที่เขาทำมา ถ้าหากว่าพันหนึ่งให้อันหนึ่ง ห้าร้อยให้อันหนึ่ง อันนี้ร้อยหนึ่งไม่ถึงร้อยให้อันหนึ่งของเราไม่ต้องเปิดซองดูเลย มาถึงก็บีบบีบๆ ให้เลย บางอันมาถึงก็ฉีกควับ โยนถังขยะให้แหบไปอันหนึ่ง เล่นเอาเพื่อนตาเหลือกเลย ฉีกของทำบุญเขาก็ทำไม่ปรากฏว่าไปเปิดมาดู มีกระดาษหนังสือพิมพ์มาแผ่นหนึ่ง มันอยากได้ของแต่ไม่มีตั้งค์ เอากระดาษใส่มา

ถาม : แล้วอย่างนี้บาปไหมครับ ?

ตอบ : จะบาปอะไรเล่า เรารู้ที่อยู่ มันก็รู้ที่อยู่ เราฉีกซองไปแล้ว ก็ให้ของมันไปอันหนึ่ง ตาเพื่อนตาเหลือกเลย รีบตะครุบดู ตอนช่วงนั้นความคล่องตัว ความเป็นทิพย์นี้ ได้มหาศาลเลย เพราะกำลังของพระเวสท้านคุณลงมา ท่านไม่ได้คุมแต่หลวงพ่อก็ตรงบริเวณใกล้ๆ ได้หมดเลย ไม่รู้ว่าคนอื่นเขาเป็นหรือเปล่า แต่ของเราจับได้เต็มๆ เลย ตอนนั้นรู้ไปหมดว่า ถามอย่างนี้ หลวงพ่อก็จะตอบอย่างไร ความรู้สึกจะบอกเราเองหมดเลย เหมือนยังกับว่าพระท่านบอกให้ตอบอย่างนี้ แล้วเราก็พลอยรู้ไปด้วย

ถาม : แล้วอย่างนี้ ผมนึกให้สมเด็จพระสังฆราชอยู่ตลอดเวลาจะได้ไหมครับ?

ตอบ : ถ้านึกได้ก็วิเศษเลย

ถาม : จะสอนกรรมฐานเด็กเขาอย่างไรครับ ?

ตอบ : เอาอย่างหลวงพ่อดี ก่อนนอนว่า "พุทโธ" ตั้งๆ สามครั้ง แล้วนอนได้

ถาม :(คุยเรื่องศรัทธาต่อหลวงพ่อดี).....

ตอบ : เมื่อวานมีโยมคนหนึ่งมาจากอยุธยา มาสารภาพบาป เขาบอกเคยเจอหลวงพ่อดีครั้งหนึ่ง ก่อนหลวงพ่อดีมรณภาพตั้งหลายปี ไปถึงก็ตำหนิอย่างเดียวเลย พระอะไรวะ ไม่เห็นจะสำรวมเลย พระอะไรวะ บอกให้ชาวบ้านรวยๆ อย่างเดียวเลย พระอะไรวะ ถวายสังฆทานไม่ให้ตั้งหลักเลย ไล่ออกเอาๆ พุดง่ายๆ คือ มันหาเรื่องตำคั่งแควินาที่แรก จนกระทั่งเดินกลับไปนั่นแหละ เสร็จแล้วพอหลวงพ่อดีได้ประวัติหลวงพ่อดีไปอ่านเสร็จ ไปนั่งร้องไห้ บอกทำไมพระอย่างนี้ดูไม่มีโอกาสเจอนานๆ

ถาม : แทนที่จะได้นั่งคุย

ตอบ : สมน้ำหน้ามัน คือมันเองแบกไว้เต็มที่ แทนที่จะคิดตัวเอง ก็ไปติดคนอื่นเขา

ถาม : โชคดีกว่าพ่อดี ตอนนี้ยังไม่เปลี่ยนเลย แถมนมมานี้ ยังวิจารณ์หลวงพ่อดีให้ผมฟังอีก

ตอบ : เอาเถอะ ตามสบาย.....ที่วัดตอนนี้พระรุ่นใหม่ๆ ก็มี มีประเภทไม่เชื่อเลย ของเราก็ประเภทที่ว่า ค่อยๆ หยอกไปที่ละนิด ทีละหน่อย คราวนี้ว่าช่วงพรรษานี้ บังเอิญต้องเป็นครูสอนนักธรรมเขา ดังนั้นทุกอย่างที่สอนเราจะคบท้ายว่า ถ้าคุณอยากจะฝึก มา ผมจะสอนให้ได้ คือทำมันเลย แล้วก็ไปท้ายๆ บอกว่า ก่อนหน้านี้ ผมเป็นคนเขื่อยากกว่าพวกคุณหลายเท่า แต่ว่าบังเอิญผมฉลาดกว่าคุณนิดหนึ่ง คือผมรู้ว่าทำอย่างไร ผมก็พยายามทำตาม ถ้าผมทำไม่ได้ผมถึงไม่เชื่อ แต่พวกคุณยังไม่ได้ทำอะไรเลย คุณไม่เชื่อ มันโง่ไปหน่อยอะ ยังไม่ทันจะลงมือเลย บอกกูไม่เชื่อๆ แล้วจะมีประโยชน์อะไร เขาบอกว่าตรงภูเขานั้นมีทองอยู่ ยังไม่ทันไปก็บอกว่าไม่เชื่อๆ ลงตะกายไปคุ้ยสักหน่อยว่าไม่มี แล้วค่อยตำ แล้วตกลง

ว่าถ้าหากคนเชื่อมั่นไปถึงเจอ แยกกลับมามันได้อยู่คนเดียว แล้วคุณได้อะไรขึ้นมา มาระยะหลังๆ นี้ ชักจะเชื่อ คือของเราประเภท ทำมันเลยว่า คุณอยากจะทำอะไรบอกมา ที่เรียนนี้มันมี ธรรมวิภาค เกี่ยวกับการปฏิบัติ แนวปฏิบัติทุกรูปแบบเลยอย่างนี้

ถาม : จริงๆ ก็มีครบนะครับ แล้วแต่ละคนจะแตกต่างกันออกไป ไม่มีเพื่อนอะไรอย่างนี้

ตอบ : มีครบ คือทิวี่ ความเห็นแต่ละคนมันไม่เหมือนกัน เขาประเภทที่ต้องทำให้เห็นซึ่งๆ หน้า แล้วอะไรที่ควรจะไปทำ ก็บอกทำแล้วมันไม่ได้ ความเลื่อมใสเฉพาะที่เกิดขึ้นจากใจที่แท้จริง มันดันไปยึดติดในฤทธิ์ในเดช เสียต่างหาก ต้องดูอะไรนะ จิตตคฤหบดี ก่อนที่จะเป็นอัครสาวกผู้เลิศในทางธรรมถึก ท่านได้เจอพระมหานามะ แล้วเลื่อมใส สร้างวัดสร้างอะไรให้อยู่ เสร็จแล้ววันหนึ่งก็บอกว่า พระคุณเจ้าช่วยแสดงฤทธิ์ให้ผมดูหน่อยได้ไหม พระมหานามะ ท่านเก็บอาสนะหนีเลย แล้วก็ส่งพระสุธรรมเถรไปแทน พระสุธรรมเถรท่านเป็นพระปุถุชนนี้ ท่านก็ประเภทคนที่กิเลสใกล้เคียงกัน ก็อยู่ด้วยกันนานหน่อย คราวนั้นจิตตคฤหบดี ก็ตั้งใจว่าจะถวายทานต่อพระพุทธเจ้า และพระอัครสาวก ก็เลยส่งทูตไป สมัยนี้เรียกว่านิมนต์อย่างนี้ พอพระพุทธเจ้ามาไม่ได้ก็ส่งพระโมคคัลลาน์ พระสารีบุตรมา คราวนี้ท่านก็ประเภทตื่นเต้น ต้อนรับกันยกใหญ่ ลืมพระสุธรรมเถรไป คือลืมเจ้าอาวาส มัวแต่ไปต้อนรับพระอาคันตุกะไป พระสุธรรมเถรก็เมียงๆ เข้าไปหา เพื่อให้เขาสนใจตัวเอง แต่ปรากฏว่า เขาก็ไม่ได้สนใจสักที คราวนี้ท่านก็เข้าไปในโรงครัว เห็นท่านเศรษฐีกำลังสั่งทำอาหารอย่างโน้นอย่างนี้ หันมาเจอ อ้าว..พระคุณเจ้ามาพอดี ผมทำอะไรขาดตกบกพร่อง

บ้างหรือเปล่า จะได้แก้ไขให้ถูก เพราะถวายให้พระโมคคัลลาน์ พระสารีบุตร พร้อมกับพระสงฆ์สาวกตั้ง ๕๐๐ ทั้งที่ ก็อยากทำให้สมบูรณ์ที่สุด พระสุธรรมเถรท่านก็มองซ้ายมองขวา แล้วก็พูดประชดว่า ขาดขนมแดกงา คือขนมชนิดนี้มันไม่มีหรอก แต่ท่านพูดประชดไป เสร็จแล้วจิตตคฤหบดีพอได้ยิน ก็รู้ว่าพูดประชดท่าน ขนมแดกงาในโลกนี้มีที่ไหน ก็เลยไล่ตะเพิดไปเลย ท่านก็เลยกลับไป เขตวันมหาวิหาร พระพุทธเจ้าก็ถาม อ้าว...ทำไมถึงมาล่ะ เขาฉันเสร็จกันแล้วหรือ ทั้งๆ ที่รู้จักทำเป็นไม่รู้ พระสุธรรมเถรก็เลย บอกว่า เปล่าครับ เขาไล่มา พระสุธรรมเถรนี่แหละ เป็นองค์แรกในพระพุทธศาสนาที่โดนลงโทษด้วยวิธี ปฏิสาราณียกรรม คือบังคับพระไปขอโทษโยม เพราะว่าตัวเองทำผิดจริงๆ พระสุธรรมเถรก็เลยพากันกลับไปขอโทษโยม บังเอิญว่าโยมฟังธรรมจากพระโมคคัลลาน์ พระสารีบุตร กลายเป็นพระอนาคามีเสียแล้ว หมดโกรธแล้ว ไปขอโทษท่านก็ให้อภัยไม่ว่าอะไรกันหรอก ตอนนี่ท่านเองเป็นพระอนาคามีแล้ว ธรรมะของพระพุทธเจ้าช่างวิเศษจริงแท้ เป็นอย่างนี้ๆ ขอให้ท่านตั้งใจปฏิบัติเถิด พระสุธรรมเถรก็อายโยม ก็รีบจำตัวเองกลายเป็นพระอรหันต์ไป อยู่กับเขาดังนั้นตั้งเน ตัวเองเป็นพระกับเขาแท้ๆ ยังไม่ได้ทำอะไร ถึงเวลาดันไปพูดจากระทบกระแตกแดกดันชาวบ้านเขาอีก ถึงเวลาชาวบ้านเขา กลายเป็นพระอนาคามี ตัวเองก็เลยอายโยม ต้องรีบไปจำเป็นการใหญ่ การลงโทษในพระพุทธศาสนาที่ ประเภทด้นบัญญัติมันหายาก พระสุธรรมเถรนี่ชัดที่สุดเลย โดนลงโทษด้วยวิธีปฏิสาราณียกรรม บังคับให้ไปขอโทษโยม เพราะว่าพระผิดจริงๆ

ถาม : ปัจจุบันยังมีคนทำหรือครับ ?

ตอบ : ก็น่าจะมึนนะ...เดี๋ยวรออาตมาก่อน ถ้าพระทำขุมนมีปัญหอย่างนี้ เจอแน่ เขาจะมี นิสัยกรรม ถอดจากยศ ปัทมาสน์กรรม ขับออกจากวัด เลย ตัษนียกรรม ลงโทษด้วยให้ออกจากหมู่มั่ง คือให้ไปอยู่คนเดียว อย่างนั้น แล้วประเภทปัทมาสน์กรรม ไม่ใช่ขับออกจากวัดเฉยๆ บางที ให้สึกเลย อยู่ที่วิสัยลงโทษ แล้วปฏิสารถนียกรรม บังคับให้ไปขอโทษเขากลับ : เพิ่งจะเคยได้ยินนะครับไปขอโทษขรวัสส แต่ผมว่าคัมมะ ขอเสร็จแล้วได้เป็นพระอรหันต์ ขอสักร้อยครั้งพันครั้งก็ได้

ตอบ : ก็มีประเภทที่คำว่าบาตรไร คือโยมปฏิบัติไม่ดีต่อพระ พระทั้งหมด ถึงเวลาที่รับบาตรก็คิดว่าบาตรลงไม่ยอมรับ เขาเลยใช้วิธีว่าคำว่าบาตรตั้งแต่นั้นเป็นต้นมา เพราะถ้าทายบาตรมาเมื่อไร เขาก็ใส่บาตรได้ เสร็จแล้วเขา จะมีการสวดทนายบาตร หมายความว่าตอนนี้ขรวัสสคนนั้นได้สำนึกผิด แล้วมาขอขมากรรมแล้วให้ทนายบาตรได้ เขาก็เลยมีการสวดคำว่าบาตร สวดทนายบาตร คนสมัยนี้เขาก็เลยไม่รู้ว่ามีมา มาอย่างไร รู้แต่คำว่าบาตร คือไม่เอาด้วย จริงๆ คือมาจากวงการของพระ คำว่าบาตรคือ มิ่งทำบุญมาก กุก็ไม่มีรับ

ถาม : รู้สึกว่าอย่างนี้ถ้าไม่รู้จริง ก็ไม่กล้าพูดไม่กล้าสอนแล้วครับ ?

ตอบ : มันอันตราย ทำไปถึงตรงนั้นแล้ว จะไปคิดว่าธรรมะที่พระพุทธเจ้ารู้ ก็คืออย่างนี้ๆ มันกลายเป็นว่าทิวของตัวเอง หิ่งห้อย บอกว่าพระอาทิตย์สว่างแค่นี้ เจริญใหม่ละ ?

ถาม : แต่ตอนนี้ก็รู้แล้วครับว่า ทำแล้วต้องได้ เพราะทุกครั้งที่ได้ ก็รู้สึกว่าได้ เสร็จไปทุกที พอไปบ๊ีบความคิดมันแล่นมาทันทีทันใดเลยว่าต้องได้

ตอบ : การทำต้องดูเจตนา แบบเดียวกับว่า ปัตตานุโมทนา มัย คือการ

อนุโมทนาในส่วนกุศลของคนอื่นเขาใช่ไหม? คือว่าในขณะที่เราอยาก ทำใจจะขาด แต่ไม่มีโอกาสทำ แล้วคนอื่นเขาได้ทำ ก็เลยพลอยยินดีในบุญ ของเขา เออหนอ...เขาโชคดียิ่งที่เขามีโอกาสทำในสิ่งที่เราไม่ได้ใช่ไหม? จิตที่พลอยยินดีด้วยความจริงใจตัวนั้น มันต่างอยู่ที่ว่า ปัจจุบันเห็นเขา ทำแล้วสาธุ แต่ตัวนี้เราแฝงความหมายว่าเราจะเอา ใช่ไหม? เขาทำ เราจะเอา ก็เลยกลายเป็นว่าเจตนามันผิดไป เลยต้องตั้งอารมณ์ใจกันใหม่

ถาม :(เห็นในหลวงในนิมิต ในรูปพระสงฆ์ยืนบิณฑบาต อยู่ข้างๆ พระวิสุทธิเทพ).....

ตอบ : อาตมาขึ้นนิพพานได้ครั้งแรกในชีวิต ในหลวงรัชกาลที่ ๙ ของเรานี้แหละ ยืนอยู่ตรงหน้า แล้วท่านก็เป็นพระสงฆ์จริงๆ ยืนห่มเหลืองอร่ามเลย ถือบาตรอยู่ใบหนึ่ง ก็เลยกราบท่าน ทูลถามท่านว่ามีพระประสงค์สิ่งใด ถึงได้มาแสดงองค์อย่างนี้ ท่านบอกว่าเธอลองดูในบาตรสิ ก็ก้มดูในบาตร มีน้ำประมาดครึ่งบาตร น้ำกำลังหมุนๆ อยู่หน่อยๆ แล้วมีเรือสำเภาเล็กๆ อยู่ลำหนึ่งกำลังวนไปๆ อยู่ เผลอมองแป๊บเดียว ตัวไปอยู่ในเรือ กลายเป็นเรือลำใหญ่เบ้อเร่อเลย และน้ำกลายเป็นทะเล ชนิดที่ไม่เห็นฝั่ง มีแต่คลื่นลม รุนแรง กลายเป็นน้ำวนกำลังจะดูดเรือลงไปอยู่แล้ว แต่แปลกๆ เจยหน้าขึ้น มาก็ยังเห็นในหลวง องค์ใหญ่เท่าเดิมอยู่ มันกลายเป็นว่าตัวเราเล็กลง หรือไงก็ไม่รู้ไปอยู่ในเรือ ตกใจว่าดูจะตายแน่แล้วใช่ไหม? ก็โวยวายกับท่านว่า ทำอย่างนี้หมายความว่าอย่างไร? ท่านบอกว่าเธอลองหาทางดูสิ ว่า จะขึ้นมาได้หรือเปล่า? พอท่านบอกหาทางดูสิ มองไปรอบข้างเห็นเชือกทอดจากฝั่งมา ไม่เห็นว่าต้นสายมันอยู่ที่ไหนหรอก แต่มันพาดอยู่บนเรือเป็นพันๆ เส้นเลย เราก็เลือกเอาเส้นมโหฬารเลยเมื่อเห็นยาวไว้ว่าไม่ขาด

แน่นอน ก็ป็นขึ้นมา พอขึ้นถึงฝั่งมาก็กราบทูลถามท่านใหม่ว่า หมายความว่าอย่างไร? ท่านบอกว่านานไปเธอจะรู้อเอง คราวนี้พอเล่าเรื่องให้คนอื่นฟัง ก็มีท่านผู้หนึ่งที่ท่านมั่นใจว่า ท่านตีความนิมิตนี้ได้ ท่านบอกว่าในหลวงเป็นพระโพธิสัตว์ คำว่าพระโพธิสัตว์ คือ ผู้ตั้งความปรารถนาจะชนถ่ายสัตว์โลกข้ามวิภวสงสาร ดังนั้นสัญลักษณ์ก็คือเรือ ที่ว่าเราสละเรือทิ้งก็คือว่า เราจะความปรารถนาพุทธภูมิ แล้วขณะเดียวกันว่าเส้นเชือกเส้นที่ใหญ่ที่สุดที่เราเลือก น่าจะเป็นธรรมะส่วนหนึ่งที่หลวงพ่อกำลังสอนเรา คือเชือกมันเต็มไปหมด แต่เราเลือกเมื่อเหนียว เอาเส้นใดเป็นเสาเลยอะไรอย่างนั้น

ถาม : คือไม่ว่าน้ำจะแรงแค่ไหนก็ไม่กลัวที่จะขึ้นจากมันใช่ใหมครับ?

ตอบ : ไม่ใช่ ของเราเองสละเรือ

ถาม : หมายถึงหลวงพ่อก็คือเดียว ?

ตอบ : ใช่ หมายถึงว่าต้องละความปรารถนาพระโพธิญาณ

ถาม : อ้อ.....ในหลวงก็บอกว่าสักวันหนึ่ง

ตอบ : ใช่...ท่านบอกว่านานไปจะรู้อเอง คราวนี้อาตมาขึ้นพระนิพพานครั้งแรก ยังไม่ทันเจอพระพุทธเจ้า เจอในหลวงแล้ว

ถาม : แล้วสมัยที่เป็นร่างอย่างนี้ หลวงพี่เคยคุยกับในหลวงใหมครับ ?

ตอบ : ประเภทคุยกันเอง ไม่เคย แต่ว่ากำลังใจจะยึดท่านเป็นปกติ เพราะยึดถือท่านเป็นแบบอย่าง ถึงเวลาถ้าหากว่าเป็นวัน ๕ ธันวาคม สมัยขรราวาสนี่นะ ก็วันที่ ๔ - ๕ - ๖ ก็จะต้อง ๔ ถวายท่าน ๓ วัน อุทิศส่วนกุศลให้ท่านโดยเฉพาะเลย คือ ประเภทสาธุขอให้ในหลวงอยู่นานๆ เกิดอย่างน้อยก็ ๘๓ พรรษาขึ้นไป ถ้าถึงวาระนั้นแล้วคนดีก็จะมีมากกว่าประเทศชาติก็จะสงบร่มเย็น ทรัพย์สมบัติที่เป็นทรัพย์แผ่นดินก็จะ

ปรากฏขึ้นมาก ถ้าท่านตายก่อน ยุ่งบรรลัยเลย ตอนนี้อยู่กรุงเทพแต่ละที แวะไปไหว้พระแก้ว ก็อธิษฐานเหมือนเดิม ขออุทิศส่วนกุศลให้กับเทพเจ้าทั้งหมด เทพเจ้าที่รักษาพระแก้วมรกตในทิศทั้ง ๔ เทพเจ้าที่รักษาในหลวง สมเด็จพระบรมราชินีนาถ พระบรมราชจักรีวงศ์ เทพเจ้าที่รักษาศาลหลักเมือง เทพเจ้าที่เป็นพระสยามเทวาธิราช ให้หมด ขอไม่มากหรือขอไว้ในหลวงอยู่นาน ๆ

ถาม : แสดงว่าคนที่จะมาครองแผ่นดินต่อไป เทวดาก็เตรียมอารักษ์เต็มที่อยู่แล้ว ?

ตอบ : ก็ต้องเต็มที่อยู่ ในหลวงของเรา ทำวมหาราชท่านยืนยันเลย ใครก็ตามจะลอบสังหารในหลวงไม่มีทาง ท่านป้องกันได้ จะเป็นกฎของกรรมขนาดไหน ท่านป้องกันของท่านจนได้ มีอยู่อย่างเดียวคือ ประเภทป่วยตายไปเอง

ถาม : แล้วอย่างรัชกาลที่ ๘ กรณีท่านก็โดนเหมือนกันไม่ใช่หรือ?

ตอบ : คราวนี้มันไม่ใช่งานของท่าน เป็นงานขององค์ปัจจุบัน เขาต้องประคับประคองแผ่นดินไปให้ได้จนถึงตรงจุดนั้น ของเราเองก็รู้ทั้งรู้ แต่ก็เหมือนกับว่า ยังไงละ คนกำลังเหนื่อย อย่างน้อยเราให้น้ำเขาก็ยังดีใช่ใหม ?

ถาม : เหมือนรัชกาลที่ ๘ ท่านมาขัดตาทัพไว้พักหนึ่ง ?

ตอบ : พักหนึ่งรอรระยะเวลาที่เหมาะสม พักหนึ่งก็ไม่ใช่น้อยนะ ๑๒ ปีแน่

ถาม : ตอนนี้หลวงพ่อดูคมะมาที่วัดท่าขนุนแล้วหรือครับ ?

ตอบ : ถ้าหากว่างานหลวงปู่สายนิมนต์มาเมื่อไร ท่านมาเมื่อนั้น

ถาม : อย่างนี้ถือว่าท่าน

ตอบ : อาตมาไม่ได้นิมนต์ เจ้าอาวาสเขานิมนต์ นี่ยังลากเกมสียาวมา ๒ ปีแล้ว ไม่อย่างนั้น ท่านหมคอายุตั้งแต่ ๙๐

ถาม : ตอนนี้ ๙๓ แล้วหรือครับ ?

ตอบ : ๙๒ แล้ว จะ ๙๓ เดือนกุมภาพันธ์ จริงๆ ก็เวรกรรม ดูจะเจอไม่นี่บ้าง หรือเปล่าก็ไม่รู้ ต้องไม่แผลอรับปากใคร เพราะท่านรับปากจะสงเคราะห์เรา เป็นคนสุดท้าย เราก็ลากเกมสียาวไปเรื่อย ไม่ให้ท่านสงเคราะห์เสียที ขอให้ท่านอยู่นานๆ ก่อน

ถาม : วันดี คินดี เตียวมาเองหรือเปล่าครับ ?

ตอบ : ถ้ามาไล่โขกบาลถึงกฎก็ต้องยอมท่าน พระที่ท่านรู้ท่านรู้จริงๆ หลวงพ่ออุตตมะตอนที่ท่านบอกว่าจะสงเคราะห์เป็นคนสุดท้าย เจอหน้าท่านใช้คำว่า เจ้าผู้เป็นเชื้อสายสักกะเทวราช เราจะสงเคราะห์เจ้าเป็นคนสุดท้าย จะตัวลอยเสียดด้วยซ้ำ คือมันบีบิต แต่ที่นี้เชื้อสายสักกะเทวราช เราไม่เคยไปคุยให้ใครเขาฟังนี่หว่า สักกะเทวราช คือ พระอินทร์

ถาม : แล้วรู้ได้อย่างไร ก่อนที่หลวงพ่อบอก ?

ตอบ : รู้มานานเนกาเล เป็นสิบๆ ปีแล้ว

ถาม : หลวงพ่อบอกหรือครับ ?

ตอบ : ขึ้นสวรรค์ครั้งแรก ก็ไปดูกัมพลศิลาอาสน์ ก็อยากรู้ว่าพระอินทร์หน้าตาเป็นอย่างไร เสร็จแล้วก็ไปเจอ ลุงกำนัน อ้วนพุงปลิ้นเขียว ท้าวหมอนขวาง ครึ่งนั่ง ครึ่งนอน สิบบุหรืมวนเบ้อเรอเลย ไปถึงก็นั่งมอง นี่นะเธอพระอินทร์ แล้วท่านก็ลุกขึ้นนั่งตัวตรง ถามว่าอยากดูแบบไหน ละ? ท่านให้ดูเป็นร้อยๆแบบเลย แล้วแบบสุดท้ายที่เราเข้าใจว่าพระอินทร์ ต้องเขียนั้น ท่านก็เขียวให้ดู ลักษณะนั้นก็ถือว่า ท่านทำตัวตามสบาย

เพราะเห็นว่าเป็นลูกเป็นหลานกันเอง ก็เลยแต่งตัวประเภทไปรเวทเลย นุ่งกางเกงขาก๊วยแค่ครึ่งแข้งอย่างนั้น ประมาณไม่ถึงวินาทีท่านให้ดูเป็นร้อยๆ แบบ แล้วลองนึกดูหลวงพ่อบุญธรรมะอยู่ห่างกับเราแค่ไหน ไปเจอหน้าครั้งแรกท่านว่าเลย

ถาม : ไม่เคยเจอท่านมาก่อนด้วยหรือ ?

ตอบ : ก่อนหน้านี้ไม่เคยเลย หลวงพ่อบุญธรรมะไปวัดท่าซุงครั้งแรกที่พิธีพุทธาภิเษก น่าจะเป็นปี ๒๕๒๐

ถาม : ตอนนั้นยังไม่บวช ?

ตอบ : ยัง หลวงพ่อท่านทำพิธียกช่อฟ้าอุโบสถ ทูลเชิญในหลวงด้วย แล้วมีหลวงปู่ หลวงพ่อที่เป็นพระสุปฏิปันโน ๑๐ กว่าองค์ ท่านบอกว่าให้ไปนิมนต์หลวงพ่อบุญธรรมะ ก็บอกวามันไกลขนาดนั้นแล้วเขาไม่รู้จัก หลวงพ่อ แล้วเขาจะมาหรือครับ หลวงพ่อบอกว่า แกไปบอกว้าข้านิมนต์ ท่านจะมา เสร็จแล้วก็ไปรดตู่กันไป โอ้โฮ...สมัยนั้นถนนมันสุดยอคความลำบากเลย ถนนลูกรัง อีโหลกโขกเซก บางตอนนี้ น้ำมันเขาจะลึกเสียจนไฟวีลยังหนาวเลย ก็ไปจนถึงวัดท่าน เสร็จแล้วพอบอกว่า หลวงพ่อบุญธรรมะ ท่านกับบอก เออ...เออ...ไปๆ เสร็จแล้วไปถึงวัดท่านก็คุยกันกะหนุงกะหนิง เราเพิ่งจะรู้ว่าท่านไปรู้จักกันตั้งนานเนกาเลแล้ว หลวงพ่อบุญธรรมะเคยไปอยู่ปฏิบัติที่วัดปากคลองพร้อมกับหลวงพ่อดั่ง ๒ พรรษา ครูบาอาจารย์เขารู้จักหมด เราเองไม่รู้เองต่างหาก

ถาม : แล้วหลวงพ่อบุญธรรมะท่านทำตั้งแต่ครั้งแรกเลย ?

ตอบ : ท่านทำเลย เจ้าผู้เป็นเชื้อสายของท้าวสักกะเทวราช เราจะสงเคราะห์เจ้าเป็นคนสุดท้าย เราก็นี้กว่าจะสงเคราะห์ครั้งนั้น ไม่ใช่หรอก

ลากยาวมาเลย ตั้ง ๒๕ ปีแล้ว

ถาม : ตอนนั้นหลวงพ่อดูตะมะก็ ๗๐ แล้ว ?

ตอบ : ตอนนั้นท่านดูไม่แก่เลย ของเรากูท่านคงราวๆ ๕๐ กว่า ๖๐ กว่า ราวๆ นั้น เขาบอกว่าพระที่กำลังใจสบายตอนอายุขนาดไหนหน้าตา จะอยู่ขนาดนั้นไปเรื่อย ของหลวงพ่อกับท่านสบายที่สุดตอนอายุท่าน ประมาณ ๕๕ ท่านก็อยู่ของท่านอย่างนั้นไปเรื่อยเปื่อย

ถาม : หลวงพ่อกับท่านว่าตอน ๐๖ ในปฏิปทาท่านผู้เฒ่า

ตอบ : ก็ลองไล่ไปดูสิ ถ้า ๐๖ ก็ราวๆ ๕๐

ถาม : ทำไมหลวงพ่อกถึงต้องรอนอายุมากๆ แล้วมาลา?

ตอบ : ตอนนั้นยังมอยู่ เสร็จแล้วเหตุการณ์สำคัญมันเกิดขึ้น คือว่า ตอนนั้น เจ้าคณะจังหวัดอยุธยา ท่านเป็นเจ้าคุณศรีอยู่วัดพนัญเชิง ท่านเล่นพระใน จังหวัดอยุธยาชนิดที่เรียกว่าจะสึกหนีเสียหมดทั้งจังหวัด ใครมีเงิน ใครมี ของ ใครมีวัตถุโบราณ ต้องให้ท่านหมด ถ้าไม่ให้ ท่านก็จะประเภทถอด ออกจากตำแหน่งบ้าง จับสึกบ้าง เสร็จแล้วตอนนั้นหลวงพ่อกับท่านเป็นพระ ปลัดขวาของสมเด็จพระพุฒาจารย์ วัดอนงค์ สมเด็จท่านบอกหลวงพ่อก บอกรว่า แก่ไปดูซิว่าเกิดอะไรขึ้น หลวงพ่อกก็ไปสืบความ สืบไปสืบมา ได้ เรื่องเลย ดันคอใหญ่เบิ่งโนมหาเถระสมาคมนั้นแหละ ท่านพอเจอก็เลย สลดใจ เออ...ขนาดคนเรากตำแหน่งใหญ่โตมโหฬารขนาดนี้ มันยังรัก-โลก โกรธ-หลง ขนาดนี้ แจ้งเรื่องเจ้าคุณคนนี้เขาไปเมื่อไร กลายเป็นว่าได้เลื่อน ยศทุกที เพราะว่าเป็นที่โปรดมาก ต้องการอะไรสนองได้หมด หลวงพ่อก ท่านก็เลยบอกรว่า ถ้าหากว่าท่านไม่สึก ถ้าเพื่อประโยชน์ของคนส่วนรวม ท่านฝากคนได้นะโวย แล้วคิดดูสิไปอิงกบาลคนระดับนั้น ดังระเบิดทั้ง

ประเทศ

ถาม : หลวงพ่อกับท่าน ไม่สงสารเขาหรือ พอรู้ว่าท่านทำอย่างนั้น ?

ตอบ : แต่คราวนี้คนส่วนใหญ่เขาเดือดร้อนอยู่

ถาม : อ้อ...เล่นเป่าใหญ่มากกว่าเป่าเล็ก ยังไงมันก็ลงอยู่แล้ว ก็เรื่อง ของมัน

ตอบ : ให้มันลงเร็วขึ้นหน่อย คนอื่นจะได้สบาย

ถาม :(คุยเรื่องน้ำท่วมวัดท่าซุง).....

ตอบ : สมัยหลวงพ่อกไปอยู่วัดบางนมโค พระภูมิเจ้าที่มาบอกรว่าท่านเป็น เจ้าอาวาสแล้ว ตั้งศาลให้ผมหลังหนึ่งซิ หลวงพ่อกกับบอกรว่าก็ศาลมี ตั้งหลายหลังแล้วจะตั้งใหม่ทำไม? ท่านก็บอกรว่า ท่านเป็นเจ้าอาวาสใหม่ ผมเป็นเจ้าของที่ เมื่อคุณเมากอยู่ก็ควรแสดงความเคารพ หลวงพ่อกบอก เคารพแล้วได้อะไร? ท่านบอกรว่าถ้าไม่เชื่อกันเอาอย่างนี้แล้วกัน ถ้าพ่อกนี้ ไม่ตั้งศาลให้ผม จมูกข้างซ้ายจะตัน ถ้ามะรินไม่ตั้งข้างขวาจะตันไปด้วย ถ้ามะเรื่องไม่ตั้งคอจะตันไปด้วย ไม่ต้องท้อใจ ปรากฏว่าพ่อกรุ่งขึ้น หลวง พ่อกกับบอกรว่า ยังไม่คิดตั้งศาลจมูกมันตันชนิดสั่งไม่ออกเลย ข้างซ้าย ตันก่อน พ่อกรุ่งขึ้นอีกวันข้างขวาตันไปอีก ท่านก็อ้าปากเป็นหนุมานเลย เสร็จแล้วท่านก็เรียกเด็กวัดมา เฮ้ย...บอกรลูงโตะที่ ตอนนั้นลูงโตะแก เป็นหมอตั้งศาลอยู่ บอกรลูงโตะที่ให้เตรียมดากเสาดังศาลให้ด้วย เด็กวัดก็พายเรือไปถึงบ้านลูงโตะ เรียกรลูงโตะๆ หลวงพ่อกมหา บอกรว่า ให้มหาหาหน่อย ท่านบอกร เออ...กูตกเสาไว้เสร็จแล้ว เป็นอย่างไร? ขนาด ขวาวาสยังเก่งขนาดนั้น ลูงโตะบอกรว่าเทวดาเขามาบอกรแล้ว เสร็จข้านั้ ไปไม่รอด เดียวก็ต้องตั้งให้ ท่านบอกรว่าองค์นั้นมือขวาแดงแซ่ดเลย ถึงข้อ

คอกเลย คือว่า ภูมิเทวดานี้ เขาคุยกันที่มีมือ มือแดงมากเท่าไรก็อนุภาพมากเท่านั้น เพราะฉะนั้นถ้าไปเจอองค์ไหนมือแดงขนาดแซ่ดเลย ก็ระวังไว้ด้วยแล้วกัน มีสิทธิโน้มได้ง่ายๆ เลยจ้ะ เรื่องของพระ เรื่องของเทวดานะ อย่าพยายามไปลอง ตอนหลังพอหลวงพ่อก่านโดนจนแซ่ด ท่านก็สอนพวกเราว่า อย่าไปवादติกับผี อย่าไปลองติกับพระ ลองเมื่อไรได้เรื่องเมื่อนั้น

ถาม : อยากทราบว่าหลวงพ่อกับรัชกาลที่ ๕ มีความผูกพันอย่างไรกันครับ?

ตอบ : ความผูกพันอย่างไร? ก็ท่านสร้างรูปหล่อไว้ที่วัดท่าซุงไง จำไว้ว่าเรื่องอะไรที่มีมันอยู่ในลักษณะดึงฟ้าต่ำ คือ ประเภทยกคนไปเปรียบกับของสูง เรารู้แก่ใจก็พอ รายละเอียดมาก คนที่ไม่ยอมรับมันจะต่ำเอา เรื่องของพระจะระมัดระวัง มันมืออยู่ตัวหนึ่งเขาเรียกว่า ปฏิภาณปฏิสัมภิตา ปกติปฏิสัมภิตาญาณมีอยู่ ๔ อย่าง ธรรมาปฏิสัมภิตา รู้ผลทั้งหมด ต่อไปก็อรรถปฏิสัมภิตา รู้เหตุทั้งหมด แล้วก็ปฏิภาณปฏิสัมภิตา รู้รอบว่าอะไรควรอะไรไม่ควรอย่างไร แล้วก็นิรุกติปฏิสัมภิตา รู้ทุกภาษา คราวนี้ตัวรู้รอบว่าอะไรควร อะไรไม่ควร มันจะบอกความพอเหมาะพอดีของตอนนั้น ดังนั้นถ้าหากถามท่านในภวะนั้นว่าคนมีความต้องการอย่างไร ท่านจะบอกแค่นั้น แล้วขณะเดียวกัน สิ่งนี้ควรไม่ควร ตอบไปแล้ว มันจะมีผลไม่มีผล ในกาลข้างหน้า ท่านจะรู้รอบในตอนนั้น ก็จะบอกแค่ว่าควรเท่านั้น มันจะพอเหมาะพอดี บางทีแหม..เราก็นั่งคิดว่า ทำไมท่านบอกแค่นี้วะ ความจริงมันบอกได้แค่นั้น

