

นั่งนาน ๆ ว่าพุทโธมาก ๆ

หลวงปู่เจี๊ยะ จุนโท

ลำดับต่อไปจะได้บรรยายธรรมะ พอเป็นเครื่อง
ประดับประดาใจของเราให้เข้ามาสู่ในแนวของธรรมะ ตาม
ธรรมดาใจของเราใจมันไม่ค่อยเข้าอยู่ในแนวของธรรมะ มัน
วอกแวกเหมือนอย่างลิง วอกแวกคอกหน้าคอกหลัง ไม่เป็นอัน
น่าดู เหมือนใจเราก็เป็นอย่างนั้น ความขี้เกียจมั่ง ความมั่งง่าย
มั่ง ความไม่มีมานะอุตสาหะต่าง ๆ นานา คิดหลอกตัวเอง
ตามใจตัวเอง เรียกว่าตามใจของกิเลส เราเกิดขึ้นมาทุกคนก็จะ
ตามใจของกิเลสกันทุกคนเกิดขึ้นมาเป็นอย่างนั้น จึงได้สร้าง
โลกสร้างสงสารมีบ้านมีเรือน มีเงินมีทองมีข้าวมีของ ขายได้ดี
เท่าไรก็ยิ่งเหนื่อยแสนเหนื่อยทั้งวันทั้งคืน ก็ยังมูมานะเอาอย่าง
นั้น ใจก็อยากได้ฮึกเหิมว่าเรียงกับสิ่งเหล่านั้น ทำให้ใจเพลิดเพลिन
เมื่อเรียกว่าลุ่มหลงไปของกองกิเลส

ส่วนพวกเราที่ได้สละกิจการบ้านเรือนเข้ามาตั้งใจประพฤติปฏิบัติ ก็อย่าให้ใจออกไปอย่างนั้น ใจต้องคอยเตือนมันอย่าให้มันวิ่งออกไป อย่าให้...อย่าชี้เกี้ยวชี้คร้าน อย่ามั่งง่าย ต้องอุตสาหัภาวนา นั่งอย่างนี้ก็ต่อพยายามอุตสาหะ นั่งนานๆ ว่าพุทโธมากๆ บริกรรมเร็วๆ หลวงตาเคยพูดหลายที บอกว่าการบริกรรมเร็วๆ นั้นเป็นเพราะเหตุอะไร นี่ต้องเข้าใจ เหมือนช่างเคาะตีเหล็ก นี่หลวงตาตีเหล็กมาวันนี้ฟาดขวานชักสองสามเล่ม เมื่อเหล็กมันยังแดงจะไปตีซ้ำๆ ไม่ได้ ตีเร็วๆ มันจึงได้ยัดออกไป แล้วก็ได้กว้างขวางออกไปเป็นอย่างนั้น เหมือนใจเราที่เป็นอย่างนั้น

เมื่อมันไม่ตั้งอยู่กับพุทโธ มันพยายามจะวอกแวกออกไป เหมือนอย่างลิงอย่างนั้น เราก็ต้องว่าเร็วๆ กำกับด้วยพุทโธ นี่ นี่อุบายสำคัญ อุบายอย่างนี้เป็นเครื่องตัดกระแส ของใจที่ไม่ให้คิดสายออกไป เป็นอย่างนั้น ผู้ที่ไม่เคยภาวนาก็ไม่สามารถจะเข้าใจสิ่งเหล่านี้ บางคนก็เอาแต่ลมหายใจสบายๆ แล้วก็คิดโน่นคิดนี่ ประเดี๋ยวก็มาไปโน่นไปนี่ ใจเหล่านี้แหละวุ่นวาย เออ นั่ง

ไม่ได้ซะแล้ว ขี้เกียจขี้คร้าน มันไม่จูงใจพຽງนี้เอาใหม่เถอะ นอน
ดีกว่า กลับกุฎิ นอนๆ เนะ ไปอย่างนั้น นี่มันหลอกเรา มันดึง
เราให้ลุ่มหลงต่างๆนานาของใจ ใจมันเป็นสิ่งที่ทรมานยาก
เพราะฉะนั้นต้องเอาพุทโธ ธัมโม สังโฆ หรือความตายอันใด
อันหนึ่งที่มีมันกลัวๆอย่างนั้น มากำหราบมัน อย่าให้มันดี้อ อย่า
ให้มันชน เมื่อเราเอาคุณของพระพุทโธเจ้ามาระลึกอยู่ในใจของ
เราอย่างนั้น พุทโธๆ ถ้าอย่างท่านอาจารย์สอน จนกระทั่งตายไป
แล้ว นี่ดูสิ เราน่ะมันได้ทำอะไรบ้าง ต้องคิดอย่างนั้น แล้วทำไม
เราไม่ได้ มันเป็นเพราะเหตุอะไร นี่ เนะ ปัญหา ปัญหาของตัวเอง
เรา อย่าไปเที่ยวเพ่งคนอื่น อย่าไปดูคนอื่น ดูเรา ทำไมภาวนาไม่
ลง มันเป็นเพราะเหตุอะไร ใจไม่เป็นสมาธิ นี่ ทำไมมันเป็นอย่างนี้
นี่ ดูมันเข้าไป เเพ่ง เอาเข้าไปพุทโธ เจ้าจะวิ่งไปไหน ลองดูสิ เอ้อ
ข้าจะว่าพุทโธอยู่อย่างนี้ไม่ให้ใจไปไหน มันก็ต้องอยู่เราวันยังค่ำ
ถ้าใจอันนั้นจริงแล้ว มันก็ต้องได้ สมาธิต้องเกิดแน่นอนอนสามคืน
เจ็ดคืน ต้องเป็นอย่างแน่นอน!

สมัยหลวงตาหนุ่มๆ เห็นคนแก่แล้วเค้านั่งสมาธิกันได้ตั้ง
หลายสิบคน อย่างนี้ ใ้เรานี้กินข้าวชาวบ้านแล้วให้เค้ากราบ
มิ่งชี้เกียด ทำไมมิ่งชี้เกียด แล้วมิ่งว่ามิ่งเป็นพระ เป็นพระแบบ
ไหน ฮือ ฮือ! มิ่งสู้คนแก่ไม่ได้ แต่ก่อนมิ่งแจวเรือทั้งวัน ขึ้นผล
หมากกรากไม้ สู้เค้าทั้งวัน ครึ่งวันก่อนวันมิ่งเอาได้ เดี่ยวนี้มิ่งมาชี้
เกียดเรอะ แน่ะ นี่ใจมีมานะ ใจที่มีอุตสาหะเกิดขึ้นอย่างนั้นแล้ว
มันก็ทำความเพียรได้ ใจนั้นก็ต้องสงบ นี่แล้วก็บวชมากระทั่ง
จนทุกวันนี้ จะสงบหรือไม่สงบโยมก็ดูเอา เอ้อ ว่าไปก็จะไม่ไป
เพราะฉะนั้นสิ่งเหล่านี้เราก็จำเป็นต้องประคับประคอง ออย่า...
ถ้ารู้เห็นว่าใจนั้นยังคิดกระสับกระส่ายอยู่ เราก็จำเป็นต้องว่า
ไว้ให้มันเร็ว เร็วเข้าเท่าไรยิ่งดี

ใ้ลมมันไม่ต้องไปหมาย มันปั่นปลายของการกระทำ เมื่อ
ความสำเร็จแล้ว เหมือนคนที่ปิดกวาดเช็ดถูบ้านเรือน ปูที่หลับที่
นอนเรียบร้อย ปูผ้าที่หลับที่นอน ปูหมอน วางหมอนวางเสื่อ
เรียบร้อยหมดแล้ว ก็เข้าไปนอน เหมือนอย่างอานาปา เมื่อใจที่
มัน เราพยายามเพียรเพ่งว่าอยู่อย่างนั้นจนเกิดความสงบแล้ว

มันก็ต้องเข้าไปเสวยอานาปาอย่างนั้นเอง บั้นต้นยังไม่ทันไรจะ
เข้าไปทำเดี๋ยว แล้วไม่ได้ชำระสะสาง บ้านเรือนมันสกปรกโสมม
ติดขี้ไก่ขี้หมูขี้หมาอะไร ย่ำเข้าไปแหลกเหลวหมด แล้วเราก็ไม่
ปวดกวาดเช็ดถู เหมือนใจเราอย่างนั้น แล้วมันจะสงบได้อย่างไร
ไม่ทันไรก็จะให้มันสงบ มันก็ไปอยู่นิดๆหน่อยๆมันก็ถอนออกมา
อีกแล้ว คิดไปนู่นไปนี่อีก คิดไปสารพัด นี่ คิดไปเรื่อย เพ่นพ่าน
ออกจากหัวใจไปเสมอ อานาขของกิเลสมันชักจูงใจอย่างนี้ นี่
เราต้องพยายามทรมาณมัน อย่าให้มันวิ่งออกไป มาอยู่กับพุทโธ
ธัมโม สังโฆ เราเวลานี้ เรามาอยู่ในวัด เราไม่ได้ออกไปนอกกริต
นอกรอย ใจเอ๋ย เอ็งอย่าไปอย่างนั้น นี่ ต้องเข้าใจอย่างนั้น พิธี
ทรมาณก็ต้องมีอย่างนี้อย่างเดียวเท่านั้นเอง ไม่เห็นมีพิธีใด ว่าให้
เร็วแล้วใจนั้นมันจะไปไหน ดูซิว่ามันจะคิดได้มั๊ย ดูซิว่าเร็วๆ โยม
ลองดูทุกๆคน พระก็ลองเอา มันจะคิดไปไหน เดียวก็คิดๆนึก
เองนะ เอาดีๆ เค้านั่งได้เราก็นั่งได้ดี ลูกผู้ชาย บวชเป็นพระเป็น
เณร กินข้าวโยม ก็เสียข้าวนะ ต้องเอาดีๆ ทำไมพวกโยมนั่งได้
เราเป็นไฉนนั่งไม่ได้ มันจะตายเรอะ หา! บวชมาเสียผ้าเหลืองพ่อ

แม่ เสียเงินเสียทองเยอะแยะ ก็ต้องมีความอุทิศสาหะพาทเพียร
ให้แข็งแรง อย่าไปท้อถอย

เพราะฉะนั้นการทำใจเบื่องต้นเนี่ยเป็นสิ่งสำคัญที่สุด เมื่อ
เราพยายามจนกระทั่งสิ่งนี้ จนกระทั่งความตายหรือพุทโธ ธรรมโม
สังโฆบทยโคบทยหนึ่ง อยู่กับใจเราจนกระทั่งไม่คิดวอกแวกไปในที่
ใด ใจนั้นบริกรรมพุทโธอยู่เรื่อยอย่างนั้น นั่น เริ่มดีขึ้นเป็นลำดับ
แต่บั้นต้นมันก็จำเป็นจะต้องมีบ้าง ถึงว่าเร็วมันก็ต้องแยกแยะ
ออกไป ก็ต้องมีบ้าง เมื่อมีบ้างอย่างนั้น เรารู้ตัวขึ้นอย่างนี้ เราก็
จำเป็นจะต้องหวนกลับมาระลึกไว้อีกในบทยบริกรรมนั้น
เพราะฉะนั้นในองค์ฌานท่านจึงเรียกว่า วิตกวิจารณ์เนี่ย เป็นสิ่ง
สำคัญที่สุด ถ้าขาดวิตกแล้ว ไม่ได้ องค์ฌานไม่เป็น เพราะการ
ที่ว่าอย่างนั้นก็เพื่อต้องการตัดกระแสของอารมณ์ของใจ คือ
นิวรณ์ธรรมทั้งหลายนั่นเอง ไม่ให้เข้ามาแทรกแซงในขณะที่ทำ
สมาธิ แล้วก็เอาสิ่งเหล่านั้นมาเป็นอารมณ์ของใจ อย่างพวกนัก
เฟื่องกสิณอย่างนี้ ก็ต้องเอาไฟ หรือเอาอะไรต่างๆ เค้าเล่นวัตถุ
ข้างนอก ถ้าแม้คนที่เฟื่องข้างในจริงๆ อย่างนั้นบางทีก็ยังไม่อยู่

บั้นต้นก็ต้องฝึกจนกระทั่งให้ชำนาญชำนาญ จจนกระทั่งใจ...เมื่อใจ
จดจ้องกับสิ่งเหล่านั้นมากเข้าๆๆ เพลินเข้าๆๆ อย่างนี้ ใจก็ไม่
วอกแวกไปในที่ใด ใจก็ต้องเพ่งดูอย่างนั้นอันเดียว

เหมือนกับใจของพวกเขาเหมือนกัน เมื่อบริกรรมพุทโธ ธัม
โม สังโฆอยู่อย่างนั้นตลอดเวลา ใจก็ไม่วอกแวกไปไหน ใจก็อยู่
กับพุทโธอย่างนั้น นี่ บั้นต้นนั้นเริ่ม เริ่มเข้าไปตามลำดับอย่างนั้น
เหมือนเราอาบน้ำ ไม่ใช่เททีเดียวเสร็จ ต้องมีเมื่อหลายๆชั้นต้อง
ฟอกสบู่ถูเนื้อถูตัวถูตามแข้งตามขา ถูตามมือตามตีน ถูไป
สารพัด นี่เหมือนกัน ไม่ใช่ชั้นเดียวรวดเสร็จ นี่ เพราะฉะนั้นสิ่ง
เหล่านี้ก็เปรียบอุปมาอุปไมยเหมือนใจเรา มันจำเป็นอย่างยิ่ง
จะต้องใช้การบริกรรม เมื่อบริกรรมแล้วไ้ความง่วงเหงา
หาวนอนมันจะมาที่ไหน ไม่มา! มาไม่ได้ เพราะลำดับของใจนั้น
มันทำงานอยู่ การที่จะมีถิ่นมิตถะง่วงเหงาหาวนอนเกิดขึ้นนั้น
เพราะปล่อยใจให้สบายๆ แล้วใจนั้นก็คล้ายๆเพลินๆ ง่วงๆ
เหงาๆหาวนอน ขี้เกียจขี้คร้าน ไม่อยากนึกไม่ยากคิด ไม่อยาก
ทำอะไรทั้งหมดเลย วางเฉยๆอย่างนั้น เอาแล้ว เข้ามาแล้ว นั่น

มันจูงไปแล้ว จูงความซี้เกียจ จูงอำนาจของใจให้เข้าไปหลังไหล
เข้าไปในสิ่งเหล่านั้น เหมือนสิ่งโสโครกปฏิญูล เมื่อฝนตกใหญ่ลง
มา ตรงไหนเป็นที่ลุ่มก็ต้องไหลไปในที่นั้น เหมือนใจของเรามัน
คอยจะแยกแยะออกไปต่างๆนานาอย่างนั้นแหละ เพราะฉะนั้น
เราก็ต้องกำกับ อย่าให้มันไป ทรมานเข้าๆ จนกระทั่งใจนั้นมัน
อยู่กับพุทโธ ธัมโม สังโฆ เรียกร้อยสงบแนบแน่นอยู่กับการ
บริการมันนั้น ชักพักใหญ่ๆ ๒๐ นาที หรือครึ่งชั่วโมง หรือตั้ง
ชั่วโมงอย่างนี้ยิ่งดี

นั่น โยมเอาแล้วสัปหงกครืดๆแล้ว แน่ะ เอาอย่างไรกันซื่อ นี่
เรียกว่าภาวนาไม่เป็น! อย่าเพิ่งไปกำหนดมันซี้ ใจพุทโธไว้ให้มัน
เป็น ภาวนาไม่เป็นมันขาดทุน ทำแต่กายใจไม่กระทำมันก็
ขาดทุน เข้าไปสองทีก็สัปหงกงี้ก้งกๆ ต้องระวังตั้งสติแล้วก็ให้มี
พุทโธไว้ ยิ่งผู้ที่ภาวนานานๆก็ยิ่งเป็นอย่างนั้น เมื่อเข้าขั้นต้น
กำหนดแต่ผู้รู้! เอาอยู่อย่างนั้น มันได้อะไร ไม่เห็นได้หาอะไร
เลย! นี่ว่าหยาบๆซักที มันไม่ได้อะไร! ต้องเข้าใจ ภาวนาอย่าง
นั้นภาวนาไม่เป็น! ภาวนาซี้เกียจ นั่นนะตัวซี้เกียจใหญ่ ไม่คิดไม่

นึก อันนี้ เข้าใจมั๊ย มันชี้เกี้ยว อย่างกำหนดแต่ผู้รู้ๆ ไปกำหนด
มันทำไม ใจมันยังตั้งไม่ได้ เหมือนเด็กมันเดินไม่ได้ แล้วไปบังคับ
ให้เด็กเดิน มันก็ล้มขาแข้งขาหักตายเท่านั้นเอง หัวต่งหัวแตก
หมด ฮือ เหมือนกับใจเรา เปรียบให้ฟังขนาดนี้ยังไม่เข้าใจ แล้วก็
เรียกว่าภาวนาไม่เป็นเอง อ๊ะ นี่ ความไหวพริบหรือเรียกว่าความ
ฉลาด กุศโลบายก็ต้องให้มีเกิดขึ้นกับใจเรา ทำไมเจ้าจึงง่วงเหงา
หาวนอน ง่วงเพราะเหตุอันใด นี่ มันมาอย่างไร ทำมาที่วันก็คืน
ไม่ได้พิจารณาเลย ก็ตาย เหมือนน้ำเค็มอาบกัน ตัวไม่เป็น
กระโดดฮวบเข้าไป จมคลองตาย นี่แบบเดียวกันเลย ต้องแก้ไขสิ
อย่าให้ไปอย่างนั้น ไปอย่างนั้นไม่ได้ อย่างหลงตากก็ว่าให้ฟัง
เมื่อคืนแล้ว ไปอย่างนั้นมันเสียสมาธิ สมาธิก็ไม่ได้ สมาธิก็ไม่
เกิดเพราะไอ้ถิ่นมัทธะมันครอบงำอยู่ ไม่มีประโยชน์เลย นี่

ว่าให้หลงตาดู ดูให้ดี เราก็เปรียบเหมือนอย่างพี่เหมือน
อย่างน้อง กินข้าวหม้อเดียว ยายปู้ก็หุง พวกหลายคนหุงข้าว
แจกกันไปใครไม่มีก็มาเอา โยมเค้าหมดเค้าก็เอามาทาน เรากิน
ข้าวหม้อเดียวกัน ไม่ได้ตัวอย่างไรก็ต้องเตือนกัน นี่อย่างนี้เป็น

ประโยชน์ไม่ดีแล้วนำออกไปข้างนอก ใช้ไม่ได้ เสีย เสียแท้ๆ
เพราะฉะนั้นยังมีภาชิตที่นางวิสาขาที่แต่งงานออกไปแล้ว พ่อจึง
บอกว่า เอ้อ ลูกเอ๋ย ไฟในอย่าได้นำออก ไฟนอกอย่าได้นำเข้า นี่
สอน สอนลูกสาวเป็นอย่างนั้น ไฟในอย่าได้นำออก เรื่องของ
บ้านของเรือนของครอบครัว อย่าได้เอาออกไปเล่าให้คนอื่น
ฟัง เป็นที่ขายหน้าขายตา นี่ เป็นอย่างนั้น เรื่องข้างนอกก็ไม่เอา
เข้ามา ก็ไม่เก็บเรื่องคนนั้นคนนี้ เค้าด่ากัน เค้าทะเลาะกันอย่าง
นั้นอย่างนี้ นินทากันอย่างนั้นอย่างนี้ เราก็ไม่เก็บเข้ามา นี่ เป็น
อย่างนั้น เพราะฉะนั้นจึงว่าดี เราอยู่อย่างนี้ก็เปรียบประดุจพี
เปรียบประดุจน้อง กินข้าวหม้อเดียวกันกระทะเดียวกันอย่างนี้แล้ว
เพราะสิ่งอันใดที่พวกเขาตั้งใจภาวนา ผู้ใดที่มีความรู้ที่มีความ
ฉลาด แม้แต่พวกโยมก็สามารถจะเตือนพระได้ ทำไมท่านนั่งเอา
แต่สัปหงก แน่ะ แล้วไปเทศน์ได้ยังไง สอนเค้า แน่ะ ตัวเอง
สัปหงกก็กุกๆอยู่แทบทุกคืน แย่ซีอย่างนี้ แย้งเข้าไปมั่งนิดหน่อย
ก็ไม่ใช่ไรหรอก ท่านไม่โกรธ แต่บางองค์ท่านจะเตะเอา

(หัวเราะ) ถ้าหลวงตานี้ ไม่ได้ ยกแข่งยกขาละเลย เดี่ยวก็
ฟาดพลั่วเข้าให้คางหลุด (หัวเราะ) นี่เป็นอย่างนั้นนะ

เพราะฉะนั้นจึงว่าความตั้งใจนี้เป็นสิ่งสำคัญ ให้มันเข้มข้น
แข็งมันเด็ดมันเดี่ยว แล้วถีนมิทธะเหล่านั้นจะเข้ามาได้อย่างไร
นี่ เราไม่เด็ดไม่เดี่ยว เมื่อเข้าไปบริกรรมอย่างนั้นพักใหญ่ให้ใจ
มันอยู่กับพุทโธอย่างนั้นแล้ว ความแจ่มใส ความสว่างไสวของ
ใจ แม้แต่ร่างกายก็จะพาให้อิมเอิบ เมื่อการบริกรรมติดเนื่องกัน
อยู่อย่างนั้นแล้ว ใจนั้นก็เริ่ม เริ่มมีปีติคือความอิมของใจ เมื่อ
อารมณ์ขาดเข้าไปอย่างนั้นแล้ว ความเหน็ดเหนื่อยความ
เมื่อยล้าของหัวใจกับของกายไม่มีเลย อิมเอิบซาบซึ้งถึงใจอัน
แท้จริงอย่างนั้น นั่น เมื่อมันเป็นอย่างนั้น ใจมันก็ถึงสมาธิ เมื่อใจ
ถึงสมาธิ เราบวกเข้ามา เราก็รู้ อ้อ นี่สมาธิ ใจของเราไม่คิดไม่นึก
ไม่ปรุงไม่แต่ง มีแต่พุทโธอยู่อย่างเดียว แล้วเราวางพุทโธลงไปใจ
ก็ยังเฉย เนียบ เหมือนเราหลับ แต่ไม่ใช่หลับ ยังรู้ตัวอยู่ นี่ เราก็รู้สิ
อ้อ นี่คำสั่งสอนของพระพุทธเจ้านะ ที่เรียกว่าแสดงว่า ศีล สมาธิ
ปัญญา เราเข้ามาบวชมาเรียนก็ได้เจอจะพบเห็นความจริงอย่างนี้

เราทำสมาธิเกิดขึ้น โลกเค้าทั้งหลายบอกว่าหมดมรรค หมดผล
นี่ เราจะเชื่อได้ยังไง เราเคยทำสมาธิมันเกิดขึ้น เกิดความสงบนี้
แล้วจะมาพูดว่าไม่มีได้ยังไง คนทั้งหลายเค้าไม่กระทำ เมื่อเรา
กระทำใจให้มันเป็นขึ้นอย่างนั้นแล้ว ใจมันก็ต้องเป็นสมาธิ เมื่อ
ใจเป็นสมาธิอย่างนั้น เมื่อใจเราวุ่นวายอีก เราต้องการให้ใจเรา
สงบ เราก็ได้อุบายแล้วนี่ เอาพุทโธหรือเอาสิ่งหนึ่งสิ่งใดมา
บวกรวมเข้า ใจนั้นมันก็เกิดความสงบ ความเดือดร้อน ความ
วุ่นวาย ความขัดข้อง ความโทมนัส โสมนัสของใจมันก็หายไป
จากใจ แล้วใจนั้นก็สบาย นี่ เป็นอย่างนั้น

นี่อุบายเบื้องต้น เบื้องต้นสำหรับผู้ที่ไม่ค่อยจะกระทำ เมื่อมี
ความทุกข์ ความเดือดร้อน ความพลัดพรากจากสิ่งที่รักสิ่งที่
ชอบใจ หรือลูกเต้าผัวเมียภรรยาตายจากกัน นั่งร้องไห้เจ็ดวัน
เจ็ดคืนจนตาเปียกตาแฉะ ตาฟกตาบวมหมดเลย นี่ เพราะอะไร
เพราะรำพึงแต่สิ่งเหล่านั้น ไม่คิดแก้ไข ใจนั้นก็ยิ่งโศกยิ่งเศร้า
ร่างกายก็เหี่ยวแห้งลงไปตลอดเวลา เมื่อเราเอาพุทโธเข้าไปแก้
ซัก ห้านาทีเท่านั้น มันก็หยุดไป นี่ อุบายเบื้องต้นเป็นอย่างนี้ นี่

แหละเพราะฉะนั้นครูบาอาจารย์ ท่านที่ตั้งใจประพฤติปฏิบัติ
ท่านจึงเอาธรรมะมาสอนพวกเรา เสียสละแม้แต่ชีวิต ไม่เห็นแก่
กินแก่นอน กินข้าวกินหนเดียว สอนจนกระทั่งตายลงไป แน่ะ ดู
เถอะในโลงนะเป็นสักขีพยาน นี่เพราะฉะนั้นจึงว่า โอบนโยโก
น้อมเข้ามา ถ้าอาจารย์ยังตายแล้วเราทำไมจะไม่ตาย เราเป็น
ลูกศิษย์ก็ต้องให้มันดีเหมือนท่านมังสี ทำไมไม่ดี ทำอย่างไรใจ
ไม่ดี นี่ คิดสนุกสนานว่าเริงเพลิดเพลิมมันก็ไม่ดี คิดถึงใจให้มี
ธรรมะธรรมโม พุทโธอยู่ในใจตลอดเวลา ใจมันก็ดี ใจก็เป็นพระ
นี่ เราก็คือเป็นพระขึ้นมา เป็นขี้มันก็เป็นพระ เป็นเณรก็เป็นพระ
เป็นพระมันก็ยังเป็นพระ ไม่วอกแวกไม่เหลาะแหละโลเล
เหลวไหล ใจก็เป็นพระอยู่ตลอดเวลา นี่เป็นอย่างนั้น
เพราะฉะนั้นการกระทำนั้นต้นเนี่ยเป็นสิ่งสำคัญ แก่ไขตรงนี้ให้
ตกลงไปแล้ว ใจนั้นก็สงบเยือกเย็น สบาย แล้วได้เวลาของ
เราเราก็ทำตอนเช้าหรือตอนบ่ายเราก็กระทำของเราอย่างนั้นอีก
ก็ดำเนินแบบนั้นลงไปอีก ใจก็สงบ นี่ หลายๆวันเข้า เมื่อใจสงบ
แล้ว ท่านบอกว่าใจนั้นเป็นสมาธิ

สมาธิเป็นเหตุของการที่จะให้เจริญซึ่งวิปัสสนาหรือเรียกว่า
ปัญญา คำว่าปัญญาฯ นักภาวนาทั้งหลายเข้าใจว่าภาวนาไป
แล้วให้เป็นแต่สมาธิอันเดียว แล้วก็หมายความว่า จะให้เกิด
ปัญญา อันนี้ยังเข้าใจผิด เข้าใจผิดนักหนาทีเดียว ลักษณะของ
ปัญญาที่คิดปรุงแต่งเรื่องโลกเรื่องสงสาร เรื่องคิดไปในวัฏสงสาร
นั้นมันไม่ใช่ลักษณะของปัญญา เป็นลักษณะของความฟุ้งซ่าน
ฮึกเหิมของใจ ใจเริ่มหลงเพลิดเพลिन เป็นนิวรณ์ธรรมเข้ามา
ครอบงำใจเราต่างหาก ส่วนใจที่กระทำสมาธิเกิดขึ้นแล้ว
พยายามค้นคว้าพิจารณาในอารมณ์อันใดก็แล้วแต่ เอามา
วิจารณ์ เอามาตรึกตรองเอามาพิจารณา คิดถึงความเกิด
อย่างนี้ เราเกิดขึ้นมาแล้วก็ต้องมีความแปรปรวนมีเจ็บมีป่วย
มีไข้ แล้วสิ่งเหล่านี้มันได้อะไรกับตัวเรา ได้อะไรกับจิตใจของเรา
นี่ เราเอาสิ่งเหล่านี้มาคิดมาใคร่ครวญพิจารณา นี่ อย่างนี้
เรียกว่าปัญญา แต่ปัญญาอย่างนี้ เป็นปัญญาในระยะขั้นต้น
เรียกว่าดำเนินทางท่านบอกว่าเหมือนอย่างมรรค เมื่อรู้จักอย่าง
นั้นแล้วก็เอามาพิจารณา

เมื่อแต่จกนกระทังอารมณัที่เราคิดนั้นมาเป็นปัจจุบันธรรม
ไม่มีวอกแวกไปในอดีตอนาคต มีจำเพาะเรื่องขงปัจจุบันธรรม
คิดอยู่อย่างนั้นอันเดียว ไม่วอกแวกไปในที่ใด นั้น ลักษณะนั้น
เป็นลักษณะขงมรรคเริ่มดำเนินเข้าไป เหมือนบุคคลผู้ที่จะไป
ปากน้ำ เดินเข้าไปถึงถนนใหญ่ หรือออกจากวัดอโศก ก็เริ่มตรง
เข้าไปเรื่อยๆเป็นอย่างนั้น ไม่ใช่รีบทีเดียวแล้วจะถึงปากน้ำเลย
ไม่ใช่เป็นอย่างนั้น ถ้าลักษณะขงการเดิน ก็ต้องเดินทีละก้าว
สองก้าว จนปากน้ำมันมีกี่กิโล นั้น เมื่อใครมีกำลังแก่กล้า
สามารถก็วิ่งเอา นี วิ่งเร็วหรือวิ่งช้า นี เพราะฉะนั้นพระพุทธเจ้า
ท่านจึงทรงแสดงว่า **สุขาปฏิบัติ ขิปปปฏิญญา** เมื่อบุคคลผู้นั้น
มีใจอันสงบ แล้วใช้ความพิจารณาในสิ่งต่างๆ จนสิ่งทั้งปวง
นั้นมาเป็นปัจจุบันธรรม ไม่ไปในอดีต ไม่ไปในอนาคต คิดคั่นอยู่
อย่างนั้น หลายๆวันเข้า หลายๆเดือนเข้าอย่างนี้ นั้นแหละ ท่าน
เรียกว่าเจริญอริยมรรค ลักษณะอย่างนี้จึงเรียกว่าเป็นลักษณะ
ขงปัญญาอันที่จะคิดปล่อยจากโลกจากสงสาร ตัดจากสภาวะ

ของความเกิดแก่เจ็บตายของใจ นี่ลักษณะอย่างนี้จึงเรียกว่าเป็น
ลักษณะของปัญญาที่จะตัดรากเหง้าของอกุศลของใจที่เกิดขึ้น
เมื่อใจนั้นเข้าไปคิดอยู่จำเพาะสิ่งอันใดอันหนึ่งอยู่อย่างนั้น
ไม่วอกแวกไปในที่ใด อย่างนั้น เรียกว่าทั้งสติทั้งปัญญา สติมี
หน้าที่ระลึกรู้ตลอดเวลาอย่างนั้น ความปรุ้งในเรื่องต่างๆนานา
ก็บ่อนเข้าไปของหัวใจอย่างนั้นตลอดเวลาอย่างนั้น ใจนั้นไม่
วอกแวกไปในที่ใด มันก็เพติดเพติดกับความคิดนั้นอันเดียว อย่างผู้
ที่พิจารณากายอย่างนี้ เพติดอยู่เฉพาะกาย ไม่วอกแวกไปในที่
ใดเลย อย่างนั้น เมื่อเป็นเวลานานๆตั้งชั่วโมง สองชั่วโมง สาม
ชั่วโมงอย่างนั้น ไม่รู้ความสุขมันมาอย่างไร ปิติอิ่มเอิบไปหมด
ซาบซ่าไปหมด นั่งนานขนาดไหนก็ไม่มีเหน็ดมีเหนื่อย ไม่มี
เมื่อยมีล้า ยิ่งสบายยิ่งค้นคว้ายิ่งพิจารณาเท่าไร ใจนั้นยิ่ง
เกิดมีผละพลั่ง

เมื่อต้องการจะหยุดเห็นว่าเหนื่อยมากอย่างนี้ เราก็เลิกการ
ค้นคว้าพิจารณา ปล่อยให้ใจให้อยู่เป็นปกติอันเดียวเฉยเช่น
อยู่จำเพาะความรู้ของใจที่ตั้งอยู่เฉพาะหน้าอย่างนั้นก็ได้ เป็น

เวลาเป็นชั่วโมงๆอย่างนี้ ใจไม่วอกแวกไปในที่ใดทั้งหมด มี
จำเพาะความรู้ที่อยู่จำเพาะหัวใจอันเดียว เรียกว่าปกติอยู่อย่าง
นั้น ไม่ไปไหนเลย นี่ อย่างนี้จึงเรียกว่าสมาธิเต็มที่

เมื่อพักผ่อนสมควรท่านก็เรียกว่าให้มีอนุโลมปฏิโลม ในแบบ
ท่านก็สอนอย่างนั้นคือให้พิจารณาถอยเข้าถอยออก พิจารณา
บุคคลภายนอกน้อมเข้ามาหาตัวเรา พิจารณาตั้งแต่ตัวเรา
ออกไปหาภายนอก นี่เรียกว่าอนุโลมปฏิโลม ถอยเข้าถอยออก
พิจารณาอยู่อย่างนั้น ใจนั้นก็ยิ่งว่าเริงเพลิดเพลิดกับสิ่งที่เรา
พิจารณา นี่ ก็อย่างนี้แหละเรียกว่ามรรค ที่จะล่วงจากทุกข์ก็
ต้องเพราะทำอย่างนี้ ใจนั้นมันจะปลดเปลื้อง ปลดเปลื้องอะไร
ปลดเปลื้องหัวใจที่วุ่นวายดิ้นรนนั่นเอง เมื่อถูกบังคับถูกอัดฉีด
อย่างนั้นแล้ว เหมือนน้ำที่เข้าไปในกระบอก มันก็ฉีดออกเป็น
ฝอยได้เต็มที่เลย ถ้าเราเทศานไปอย่างนั้นมันก็ออกพรวดหมด
เมื่อถูกอัดอย่างนั้นแล้ว ใจนั้นก็ต้องแยกแยะ คิดอยู่จำเพาะเรื่อง
นั้นเรื่องเดียว ไม่ไปในที่ใดเลย มีความเข้มแข็งต่อสู้กับการ
ค้นคว้าพินิจพิจารณาอยู่อย่างนั้น อดีตก็ไม่ไป อนาคตก็ไม่ไป

น้อมอดีตก็มาเป็นปัจจุบัน น้อมอนาคตก็มาเป็นปัจจุบัน เป็น
ปัจจุบันธรรมดา

เมื่อพิจารณาเข้าๆ เมื่อถึงความจริงอย่างนั้นแล้ว มันก็
เห็นความจริง การที่ว่าเห็นความจริงเห็นอย่างไร เนี่ยฟังให้ดีๆ
ตรงนี้ แต่ฟังยาก สิ่งเรานี้ฟังยาก เพราะเมื่อกระทำไม่ถึงแล้ว
เหมือนคนไม่เคยมีเงินล้าน เงินโกฏิ เงินเป็นสิบล้าน เราก็บอก
ว่าในโลกไม่มีใครเค้ามีกัน นี่ เป็นอย่างนั้น เพราะฉะนั้นจึงว่าฟัง
ยาก เมื่อบุคคลผู้นั้นคิดว่าพินิจพิจารณาลงไปมากเข้าๆ อย่าง
พระอานนท์ พระพุทธเจ้าบอกว่า อานนท์วันปฐมสังคายนา
พระอานนท์จะได้สำเร็จมรรคผลธรรมอันวิเศษนะ พยายามค้น
อยู่ทั้งวันทั้งคืนไม่เป็นอันหลับอันนอน ค้นอยู่อย่างนั้นคิดอยู่
อย่างนั้น คิดจนเมื่อยล้า ร่างกายก็สู้ไม่ไหว ใจก็เหน็ดเหนื่อยเต็ม
ที พักซักทีเถอะ นี่ นี่ตอนพักนี้ให้ระวัง นี่ ใจเราในสภาวะอย่างนี้
ไม่เชื่อมกับสิ่งใดทั้งหมดในโลกนี้ แม้แต่ร่างกายก็ไม่เชื่อม มี
ใจอยู่เป็นเอกเทศไม่เกี่ยวเกาะกับอันใดอันทั้งหมดในโลก แม้แต่
ร่างกายก็ไม่เกี่ยวเกาะ ความคิดนึกปรุงแต่งอันใดดับไป

หมดแล้ว นี่ ใจเป็นเอกเทศอย่างนั้น นั่นแหละเรียกว่าธรรมะ นี้ จะรู้ถึงผลว่างานทั้งหมดที่พิจารณาอย่างนั้นเรียกว่ามรรค คือ กำลังเดินไป เหมือนเราเดินไปถึงปากน้ำ ไปถึงที่ร้านใดร้านหนึ่ง เราเข้าไปนั่งพัก ความเหน็ดเหนื่อยเมื่อยล้าไม่มีเลย เหมือนใจที่ เข้าไปกำหนดพินิจพิจารณาเรื่องทั้งหมดแล้วอย่างนั้น หยุดทันที ในขณะที่นั้นแล้วก็ไปเห็นโทษกับการคิดนึกปรุงแต่งของหัวใจ เพราะมีสติเข้าไปทันกับปัญญานั้นทันอยู่ตลอดเวลา นี่ ใจอย่าง นั้นจึงเรียกว่าเป็นผล

เมื่อถึงมรรคถึงผลอย่างนั้นแล้ว เราก็เห็นความจริงของใจนี้ ที่ได้กระทำอย่างนี้จึงได้เกิดได้เป็นได้มีขึ้นกับเรา คำสั่งสอนของ พระพุทธเจ้านั้นมันอยู่ที่ตัวเรา ไม่ได้อยู่ที่คนอื่น เมื่อเราค้นคว้า พินิจพิจารณาจนเห็นความจริงอย่างนี้แล้ว ในขณะที่เห็นความ จริงอย่างนั้น ความปีติความเลื่อมใสในคุณพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เหลือที่จะประมาณได้เลย เอาเงินมากองตั้งแต่ แผ่นดินไปถึงจรดฟ้าก็ยังไม่มีความหมาย(จบวิดีโอ)

ที่มา: <https://youtu.be/9ToPXf6SbVY>