

สิงคโปร์

วันที่ ๑๕ - ๒๔ ธันวาคม พ.ศ.๒๕๖๕

วันที่ ๑๕ ธันวาคม ๒๕๖๕ เวลาบ่าย

สนทนาธรรม

๑.ผู้ถาม เท่าที่ได้ศึกษามากับสวามีก็ดี จากท่านอาจารย์ฝั้นก็ดี เวลานั่งภาวนามีปัญหาอะไรเกิดขึ้น ไม่ว่าจะเป็นปัญหาในครอบครัวหรือปัญหาในชีวิตประจำวันก็ดี บางทีก็ใช้กรรมโถม บางทีก็ระลึกถึงพระคุณของครูบาอาจารย์ทั้งหลาย บางทีจิตก็สงบได้ชั่วครู่ขณะ แล้วก็ฟุ้งซ่านอีก ทำอย่างนี้มันถูกหรือผิดคะ

ท่านอาจารย์ ถูก การหัดภาวนาเบื้องต้นก็ต้องใช้คาบกรรมเสียก่อน จะเอา โถมหรือระลึกถึงครูบาอาจารย์ หรือระลึกถึงพระพุทธเจ้าก็ได้ ขอแต่ให้ทำใจให้แน่วแน่งอันเดียวกัน ถ้าใจยังไม่แน่วแน่มันก็ส่งสายละซี มันพวนเสียไม่เป็นภาวนา แต่ก็อดทนไปเพราะใจเรายังไม่เคยภาวนา มีแต่ส่งสายอยู่ตลอดเวลา ฟังมาภาวนานี้เองจะให้มันรวมทีเดียวมันก็ยากอยู่ ถ้าเราไม่ทำก็ไม่มีเวลาจะรวมลงได้ ขอให้อดทนทำไปเถิด

๑.ผู้ถาม เวลากำหนดภาวนาไม่คิดพระเจ้าของค์หนึ่งองค์ใดเลย เพียงกรรมโถมใจมันก็สงบลงได้ ถ้าไม่มีปัญหาอะไรมันก็จะเป็นอย่างนั้น จะให้ทำเช่นนั้นหรือคะ

ท่านอาจารย์ ได้เหมือนกัน ไม่ต้องระลึกถึงพระเจ้าของค์ไหนหรือครูบาอาจารย์องค์ไหนหมด ถ้าภาวนาโถมใจมันรวมได้ก็ใช้ได้เหมือนกัน เมื่อใจมันรวมได้ก็ถึงพระเจ้าทุกองค์ เวลาเราสงบลงแล้วแก้ปัญหาได้ไหม ปัญหาประจำวันที่มันเกิดขึ้น การภาวนาแก้ได้ไหม

๑.ผู้ถาม ไม่สามารถที่จะแก้ปัญหาชีวิตประจำวันไปได้ การแก้ปัญหาชีวิตประจำวันที่เกิดเฉพาะหน้า บางทีก็คิดว่าเราจะแก้ไขด้วยวิธีนี้ หรือจะแก้ด้วยวิธีนั้น ในที่สุดก็ตัดสินใจอะไรไม่ได้ เลยเกิดอาการกระสับกระส่าย คิดถึงครูบาอาจารย์ที่เคยศึกษามาด้วยเพราะคิดว่าครูบาอาจารย์มีความสามารถที่จะช่วยให้ตัดสินใจได้ถูก คิดถึงแล้วถ้าเป็นเช่นนั้นมันจะมีผลเกิดขึ้นไหม

ท่านอาจารย์ มันลึงเลอยู่ เอาหลายอย่างเกินไป เอาอย่างเดียวจะเอาอย่างไหนก็เอา ให้ถือเสียว่า เรื่องต่างๆ นั้นอยู่ที่ตัวของเรา อย่าไปพึ่งพระเจ้าองค์นั้นองค์นี้ เราสงสัยว่าพระเจ้าหรือครูบาอาจารย์ จะมาช่วย นี่แหละมันเป็นเหตุให้เราลึงเลสงสัย ก็เลยทำให้ใจไม่สงบ เมื่อไม่สงบก็เลยไปพึ่งอยู่อย่างนี้ เพราะฉะนั้นให้อาณัติเดียว ความคิดเห็นภายในใจที่ว่า ปัญหานี้เกิดขึ้นเฉพาะที่ตัวของเรา ถ้าหากเราไม่สงบ เรื่องมันยุ่งอยู่อย่างนี้แหละ ฉะนั้นเราจะปล่อยวางทอดธุระหมด เพราะใจเราฟุ้งใจจึงไม่เห็นของจริง ปล่อยวางเสียให้ใจสงบด้วยวิธีที่ไม่สงสัยลึงเลอะไรทั้งหมด เวลานี้มันไม่มีอะไร ให้วางทั้งหมดให้เหลือแต่ใจคือผู้รู้ผู้เดียว ผู้รู้นั้นรู้ก็คือตัวใจ ศาสนาพระเจ้า ถือพระเจ้าแล้วก็เชื่อว่าพระเจ้าจะต้องมาช่วยอยู่รำไป ความจริงแล้วเป็นความเชื่อ พระเจ้าไม่ได้มาช่วยอะไรหรอก เรานี่เองเป็นคนทำให้เกิดเรื่องขึ้นมา พระเจ้าไม่ได้บอกเราหาเรื่องมายุ่ง เราไปหาเรื่องยุ่งเรื่องส่งสายเอง ถ้าหากเราถือว่าพระเจ้าจะช่วยทุกอย่าง เมื่อเราทุกข์หรือเดือดร้อนส่งสายด้วยประการต่างๆ ร้องขอให้พระเจ้าช่วยอย่างนี้อยู่รำไป พระเจ้าแยเลยพระเจ้านี่ก็เลยไม่มีโอกาสที่จะทำดีทำได้เลย อย่างเราหิวข้าว หิวอาหาร ไม่ใช่พระเจ้านอกให้เราหิว แต่ว่าธาตุมันต้องการ ไม่ใช่เรื่องพระเจ้านอกให้เราหิว แต่ถ้าหากพระเจ้าช่วยให้พระเจ้าไปหาให้เรารับประทานลองดู มันจะมีไหม พระเจ้าจะมาช่วยไหม หากพระเจ้ามาช่วยให้คนรับประทานอาหารแล้ว คนรับประทานอาหารทั้งโลกเป็นภาระของพระเจ้าทั้งหมด พระเจ้าก็เลยไม่มีเวลาว่าง นี่เพราะธาตุเราต้องการเราจึงหิว เมื่อเราหิวเราก็ต้องไปหามาเอง รับประทานเองจึงจะระงับความหิวได้ ฉะนั้นเรื่องอื่นๆ ก็เช่นนั้นเหมือนกัน ไปใช้พระเจ้านัก ไม่ใช่ไหวหรือ พระเจ้าเอาไว้สักการบูชา อันนี้เอาพระเจ้าไปใช้หมด คุณว่าพระเจ้านั้นเป็นผู้ดีผู้วิเศษ ครูบาอาจารย์ท่านเป็นผู้ดีผู้วิเศษ เราระลึกถึงท่านแล้ว เราจะได้ทำดีอย่างท่านอย่างนั้นต่างหากหรือ อย่าเอาพระเจ้ามาใช้สู้มั่งมีสุขสบายไม่ได้หรอก

๑.ผู้ถาม เคยได้รับประสบการณ์ ท่านอาจารย์ฝันแนะนำให้กำหนดซากศพตลอดเวลาและกำหนดที่กาย พยายามทำอยู่สองวันนั้นแล้วรู้สึกว่กายอยากจะพักผ่อน เลยปล่อยวางไม่กำหนดอะไร หลังจากได้รับประสบการณ์นั้นแล้วได้ไปกราบท่านอาจารย์ที่วัดหินหมากเป้ง อยากทราบว่ามันเป็นเพราะเหตุใด ท่านอาจารย์บอกว่า ต้องทำอย่างนี้กำหนดอย่างนี้ หลังจากนั้นก็พิจารณากายอีก ถ้าหากรู้สึกเมื่อยก็มากำหนดบริกรรม แต่เดี๋ยวนี้ถ้าหากกำหนดบริกรรม ถ้าใจสงบมักจะจี๋เกียจ พิจารณากาย ได้รับประสบการณ์ถ้าหากพิจารณากายมักจะเหนื่อยเพลีย เลยไม่อยากพิจารณากาย ถึงแม้จะได้รับความสงบขนาดไหนก็ตาม

ท่านอาจารย์ มันมีสองอย่าง อย่างหนึ่งเราพิจารณากาย ถ้าหากมันขัดมันไม่จี๋เกียจหรือ มันเพลิน มันอึดอัดอึดใจ พอใจ ถ้าไม่ขัดมันมักจะจี๋เกียจมันอยากปล่อยวางแล้วสงบเลย อย่างที่สงบเลยมัน

รวมได้ง่ายแต่ไม่ได้ปัญญา อย่างที่พิจารณากายอาการสามสิบสองนั้น ถ้าหากจิตมันไม่สงบมันไม่
แน่วมันก็ขี้เกียจ แต่พยายามทำความเข้าใจในการพิจารณาอาการสามสิบสองนั้นจนกระทั่งมันจับ
หลักได้ คือใจมันไปซัดในอาการใดอาการหนึ่งแล้ว ใจมันจึงเบิกบานผ่องใส อันนั้นมีประโยชน์
มากคือเรามีความรู้ความฉลาด

๑.ผู้ถาม เมื่อปล่อยวางภาระอะไรทั้งหมดแล้ว พยายามมากำหนดที่รูปนามใหม่ ใจมันมักจะเหนื่อย
เพลีย จึงปล่อยวาง เมื่อปล่อยวางแล้วไม่บังคับต่อไปรู้สึกสบายแล้วไม่อยากพิจารณาอะไรอยากอยู่
เฉยๆ

ท่านอาจารย์ การพิจารณารูปนามมันถูกแล้ว แต่พิจารณาไม่เป็นมันเลยเหนื่อยเพลีย ต้องพิจารณาให้
เห็นเป็นอสุภะ หรือเห็นเป็นอนิจจังลงทุกขัง อนัตตา ะ ถ้าจิตมันแน่วแน่จริงๆแล้ว มันไม่เหนื่อยไม่
เพลียหรอก มีแต่จะผลิตผลิตแลอิมเอบในใจ มันจะอยู่เฉยๆไม่ได้ เพราะเห็นของมีอยู่เป็นอยู่ใน
กายนี้ทั้งหมด

๑.ผู้ถาม พิจารณากายส่วนใดส่วนหนึ่งให้มันเป็นธาตุ แต่ว่าไม่เป็นของสกปรก เห็นแต่สักแต่ว่าเป็น
ธาตุ เรื่องของสกปรกไม่ใช่มันมาจากกาย แต่มันมาจากภายนอก ตัวของเราจะสกปรกหรือไม่
แล้วแต่เราจะชำระหรือไม่ ถ้าเราชำระก็ไม่สกปรก ถ้าไม่ชำระมันก็สกปรก ขอมรับว่ากายของเรา
เป็นธาตุ แต่ไม่ยอมรับว่ากายของเราสกปรก

ท่านอาจารย์ ก็ใช้ได้เหมือนกัน ให้เห็นเป็นธาตุก็ใช้ได้เหมือนกัน ให้เห็นเป็นของสกปรกก็ใช้ได้
เหมือนกัน คำว่าสกปรกในที่นี้คือว่ามันไม่ดี มันไม่ชอบใจเรา อย่างเราลองพิจารณาเครื่องใน ตับ ก็
ดี ไส้ใหญ่ ไส้เล็กๆดี อาหารอยู่ในท้องอยู่ในลำไส้เราก็ดีหรือเลือดของเราที่มันไหลอยู่ก็ดี มันเป็น
แปลมันเป็นหนองมันไหลออกมาสกปรกไหม เหงื่อไคลของเราอยู่ในตัวของเรา จิตนี้ก็คือตัวของเรา
มันจะไม่สกปรกได้อย่างไร ล้างวันหนึ่งตั้งกี่ครั้งกี่หน นี่ก็แสดงว่าสกปรกซิ ทำไมจะไม่สกปรก
อย่างธรรมดาเราเห็นเป็นธาตุอย่างนี้ สกปรกไหม เราล้างไหม คือว่าถ้าหากไม่สกปรกเราไม่เกลียดก็
ไม่ต้องล้าง อันนี้เราล้างเพราะมันสกปรกจึงค่อยล้าง เพราะเราไม่ชอบใจมันเหม็น

๑.ผู้ถาม เมื่อท่านอาจารย์อธิบายเหตุผลให้ฟังคล้ายๆ ใจมันไม่ยอมรับ

ท่านอาจารย์ ไม่เป็นไรหรอก อยากให้คิด พิจารณาแบบนี้แหละ คือว่ามันยังไม่ทันซัดภายในใจมัน
ยังไม่ทันรับ เมื่อเห็นด้วยตนเองแล้วจึงค่อยยอมรับ มันเป็นเรื่องมาถึงจะอธิบายเหตุผลว่ามันเป็น

อย่างนี้ๆ แต่ใจอันหนึ่งซึ่งแต่เดิมมันไม่ยอมรับว่าเป็นของปฏิฐูล อันความรันอันนั้นมันยังรันอยู่ ใครจะว่าอย่างไรมันก็ไม่ยอมรับ ต่อเมื่อไปพิจารณาเห็นชัดด้วยตนเอง มันจึงยอมรับว่า อ้อเป็นอย่างนี้ นี่เองที่ท่านว่าอย่างนั้น ๆ

เวลาคำ

แสดงธรรมเทศนา

ท่านเตือนพวกเราให้เป็นผู้ไม่ประมาท *อุปมาเทน สมุปเพตติ ผู้มีชีวิตอยู่ด้วยความไม่ประมาท คือมีปัญหา เป็นผู้ประเสริฐ* นี่พระพุทธเจ้าท่านเตือนพวกเราอย่างนี้ คนเราถ้าหากว่าไม่มีปัญญอยู่ด้วยความโง่เขลา ทำชีวิตให้สั้นเปล่าไปเฉยๆ ไม่มีคุณค่า ถ้าหากผู้ที่มีปัญญามีชีวิตอยู่แม้ในวันเดียวก็ได้ชื่อว่าเป็นของประเสริฐยิ่งกว่าผู้มีชีวิตตั้งร้อยปี ก็จะต้องรู้จักตน รู้เรื่องรู้ความเป็นอยู่ของตนว่าวันหนึ่งๆ นั้นภาระสิ่งใดที่เราจะพึงทำก่อนทำหลัง สิ่งใดที่เป็นประโยชน์ตนประโยชน์คนอื่น นี่เรียกว่าคนผู้ที่มีปัญญ ให้สังเกตดูคนเรา เวลาใดถ้าอยู่ด้วยความฉลาดด้วยปัญญา ย่อมพิจารณาถึงเหตุผลกิจการงานนั้นๆ ที่เราจะต้องประกอบ ที่เราจะต้องกระทำ มีความรอบคอบรอบรู้ในสิ่งที่ตนจะต้องกระทำ ว่ากิจสิ่งนี้ควรทำก่อนควรทำหลัง กิจส่วนนี้คนที่จะเป็นประโยชน์ตนประโยชน์คนอื่น ตรึกตรองหรือพิจารณาอยู่อย่างนี้ทุกเวลา คนที่มีปัญญาย่อมอึดอับอยู่ด้วยความรู้แบบนี้ ด้วยความคิดแบบนี้

ถ้าพูดตามสมัยใหม่เขาเรียกว่าคนมีมันสมอง คนมีมันสมองย่อมทำประโยชน์แก่ประเทศชาติแก่ครอบครัวหรือแก่ตนเองด้วยเหตุผลดังอธิบายมานี้ ถ้าหากพูดในทางหลักธรรม หรือทางปฏิบัติ *เป็นผู้ไม่ประมาท คือคิดนึกเรื่องความเป็นอยู่ของตนแต่ละวันๆ ว่าเราทำอะไรบ้าง กิจภาระที่เราพึงทำ พิจารณาถึงตัวของตนอยู่ตลอดเวลา ไม่ได้ไปคิดส่งไปหาคนอื่นหรือเพ่งโทษคนอื่น เราเพ่งพิจารณาตนโดยเฉพาะแต่ภายในว่าสิ่งใดที่เราทำลงไปแล้วหรือยังไม่ได้ทำ สิ่งนั้นๆ ที่เราพิจารณานั้นมันเป็นไปเพื่อความดีหรือเป็นไปเพื่อความชั่ว เมื่อชั่วก็ละเสีย เมื่อดีก็ให้รักษาไว้ตลอดไป* ท่านสอนพระโดยเฉพาะท่านสอนผู้มีชีวิตประกอบด้วยปัญญา ท่านสอนอย่างนี้ คือสอนให้รู้จักความเสื่อมความสิ้นไปของชีวิตคนเรา คนเรานั้นแท้ที่จริงนั้นความเจริญไม่มี มีแต่ความเสื่อม ที่เราว่าเจริญนั้นคือเราเข้าใจผิด คิดผิด ผู้มีชีวิตอยู่ด้วยปัญญาจะต้องเห็นความเสื่อมของตนอยู่ตลอดเวลา ตั้งแต่เกิด อย่างเราเกิดขึ้นมานั้น เสื่อมสภาพจากเดิม จนกระทั่งตลอด ตลอดมาแล้วกลับมาโดยลำดับ

เป็นเด็กเป็นหนุ่มเป็นสาว เฒ่า ชรา จึงเรียกว่าเสื่อม เสื่อมจนกระทั่งชำรุดทรุดโทรมจนเห็นได้ชัด ไปมาที่ไหนก็ลำบาก หลังค่อมหลังขัดหลังงอ อันนี้เรียกว่าความเสื่อม ความเป็นจริงมันเสื่อมอย่างนี้ พระพุทธเจ้าท่านสอนว่า ผู้มีชีวิตอยู่ด้วยปัญญาเป็นของประเสริฐด้วยเหตุนี้ คำว่าประเสริฐแปลว่าของดี **ผู้มีชีวิตอยู่ด้วยปัญญาเป็นของดี** หมายความว่าถ้าหากเห็นความเสื่อมของตนอยู่ตลอดเวลา เราจะต้องเร่งรีบทำภารกิจของตน สิ่งที่เราควรทำสำเร็จให้รีบร้อนทำให้สำเร็จเสีย เพราะความเสื่อมสูญสิ้นไม่หยุดยั้งแต่ละนาที่วินาที เหตุนี้จึงรีบเร่งทำเสียในกิจของตนที่จะพึงทำ จึงเป็นของประเสริฐ คนบางคนที่ไม่เข้าใจว่า พิจารณาถึงความเสื่อมแล้วเป็นเหตุให้เศร้าใจ เป็นเหตุให้ไม่อยากทำภารกิจใดๆ ทั้งหมดนั้นเรียกว่าเป็นผู้ประมาทโดยแท้ ไม่ได้ชื่อว่าชีวิตเป็นของประเสริฐ ไม่ได้ชื่อว่าชีวิตประกอบด้วยปัญญา ชีวิตอันนั้นเป็นของประเสริฐ

ความเสื่อมความชำรุดทรุดโทรม แม้แต่เราบริโภคอาหารก็เพื่อชดเชยความชำรุดทรุดโทรม ไม่ใช่เพื่อความเจริญงอกงาม เมื่อเราเข้าใจเห็นเช่นนี้แล้ว จะเป็นผู้ไม่ประมาท จะรีบเร่งสร้างคุณงามความดีให้มันทันกับกาลเวลา

ท่านอาจารย์พำนักภาวนาพร้อมทั้งอบรมธรรมนำก่อน

ให้ฟังพิจารณาความเสื่อม ความหมดไปสิ้นไปแห่งชีวิตของตน นับตั้งแต่วินาทีนาที่หรือชั่วโมฆะวันคืน เสื่อมสูญสิ้นไปไม่ได้กลับคืนมาอีก นี้เรียกว่าความเสื่อมสิ้นไปของชีวิตร่างกาย เพราะฉะนั้นเราจะต้องรักษาใจของเราให้สงบ อย่าได้ปล่อยไปตามความสิ้นสูญไปของชีวิต ใจของเราให้หยุดนิ่ง อย่าให้เลื่อนไหลไปตามกาลเวลา เสื่อมครั้งแรกนั้นมันแสงอรุณมันใสมันอ่อนคนชอบ เข้าใจว่ามันเจริญ เมื่อค่อยสูงขึ้นแค่นั้นก็เริ่มแก่พอแก่จัดเต็มที่มันก็ค่อยอ่อนลงๆ หมดไปๆ กลับไป แล้วก็ขึ้นมาใหม่ มันวนอยู่อย่างนี้ โลกอันนี้คือร่างกายเรา ก็เช่นเดียวกันความเสื่อมของโลกภายนอกเสื่อมอยู่ตลอดทุกนาที่วินาที คนเราเกิดในระยะแรกๆ เสื่อมยังค่อยยังชั่วหน่อย พอเสื่อมท่ามกลางหนักหน่อย เสื่อมมันปลายหมดท่าเลย

ตอบปัญหาธรรมหลังธรรมเทศนา

๑.ผู้ถาม เวลานั้นภาวนา พิจารณาว่าคนอื่นเหมือนแมลง ครั้งแรกมันก็เป็นไข่ ต่อมาก็เป็นตัวหนอน แล้วต่อมาเมื่อเสื่อมจากนั้นก็เป็นตัวแมลง เอาเรื่องแมลงขึ้นมาเทียบ

ท่านอาจารย์ เมื่อมาพิจารณาชีวิตของเรา ให้เห็นเป็นของไม่มีสาระมันเป็นของไม่ถาวรมันคงอะไร มันเป็นไปตามเรื่องของมัน เมื่อเราพิจารณาอย่างนี้เราจะหายไปจากความเมาคือ เมาในอายุว่าเราจะมีอายุยืนนาน เมาในชีวิตว่าเราจะไม่ตาย เมาในความที่เราจะไม่เจ็บไม่ไข้ มันจะหายไปจากความเมาหมึ้นี้ หมายความว่าจะไม่ถือตัวถือตน มันจึงค่อยปล่อยวาง ที่พิจารณาได้แบบนี้มันเป็นประโยชน์อย่างนี้

จิตใจมันไปจดจ้องสิ่งใดเห็นอะไรมันชัด เราพิจารณาจ้องอยู่ในเรื่องนั้นเป็นอารมณ์นั้นแหละตัวภาวนา จะยืน เดิน นั่ง นอน คิดถึงเรื่องนั้น เอาอันนั้นเป็นอารมณ์โดยตลอด นั้นแหละตัวภาวนา เราเพ่งพิจารณาอยู่อย่างนี้ละ คุณอันนั้นละไม่ต้องหลับหูหลับตา หรือถ้าหากเราจะคิดค้นไปถึงเรื่องความเปลี่ยนแปลงของบ้านเมืองของโลก ความทุกข์ของมนุษย์สัตว์ ความเกิดความดับของเราเวียนว่าตายเกิด พิจารณาคิดค้นอยู่อย่างนั้น พอไปๆ มันชัดมันหายเองหรือความง่วง ลืมตาพิจารณาข้างนอกอย่างนี้แหละ พิจารณาความทุกข์ของสัตว์ ความเกิดของมนุษย์เป็นทุกข์ ตัวของเราเวียนว่ายตายเกิดเพราะเหตุนี้ พิจารณาอยู่อย่างนี้ นี่แหละกลัวความเกิดความตาย กลัวความทุกข์สงบจิตไม่ได้ มันก็จะทุกข์ใหญ่อีกละคราวนี้

วันที่ ๑๘ ธันวาคม ๒๕๖๕ เวลาค่ำ

แสดงธรรมเทศนา

ปลั่งในทางพุทธศาสนาหัดด้วยวิธีการสำรวมใจให้มันคง สงบ ในเมื่อใจมันมีความสงบเต็มที่แล้ว จะต่อสู้กับอารมณ์ความคิดนึกทั้งปวง ปลั่งใจจะเกิดขึ้นในขณะนั้น คำว่า " ปลั่งใจ " ในที่นี้หมายความว่า ใจกล้า ใจแข็ง เค็ดเคียวในการที่เราจะทำสมาธิให้มันแน่วแน่นอยู่ได้เป็นเวลานานๆ ภายของเราที่จะไม่รู้สึกรู้สึบเมื่อยด้วยประการต่างๆ นี่ปลั่งใจในทางพุทธศาสนาที่ท่านสอน

ที่ท่านหัดอบรมฝึกฝนตนได้แล้ว เกิดปลั่งใจขึ้น จนกระทั่งนั่งอยู่ตั้งเจ็ดวัน ท่านเรียกว่าเข้านิโรธสมาบัติ โดยที่ไม่รู้สึกหิวโหยหรือเหน็ดเหนื่อยด้วยประการใดๆ เลย อันนี้เป็นปลั่งของใจในการทำความสงบ เป็นการประหารหรือระงับหรือทำลายกิเลสทั้งหลายได้ พระพุทธเจ้าจึงเทศนาว่าความสงบเป็นความสุขอย่างยิ่ง การหัดทำความสงบนี้ะเมื่อเราทำชำนาญแล้ว อะไรเกิดขึ้น เช่น โลก โกรธ หลง สิ่งใดสิ่งหนึ่งที่มันกระทบให้เราไม่พอใจหรือดีใจเสียใจ อันเป็นเหตุนำมาซึ่งความเดือดร้อนวุ่นวาย เราจะทำความสงบคือปล่อยวาง ทำใจให้มันกล้าหาญ ได้แก่การต่อสู้ที่เคยชำนาญมาแล้ว เรียกว่าเป็นการบริหารสุขภาพทางใจ นี่แสดงถึง**เรื่องใจของเรามีศัตรูอยู่รอบด้าน มีศัตรูทุกขณะ** หากเราไม่ได้หัดปลั่งของใจนี้ให้มันคง เราจะไม่มีความสุข พระพุทธเจ้าจึงสอนให้เรา

หัดต่อสู้ด้วยพลังใจ คือหัดพลังความสงบ ผู้ที่หัดทำความสงบอบรมพลังใจได้แล้ว ถึงแม้เราทำได้ไม่นาน ขณะที่เราทำความสงบ นั่งภาวนาทำสมาธิครูหนึ่งขณะหนึ่งก็ตาม ก็จะเห็นคุณค่าแห่งความสงบขึ้นมาแล้วว่า เป็นความสงบสุขแท้จริงที่ได้หัดทำความสงบ

ในการแสวงหาความสุขทุกวิถีทาง ถึงแม้ว่าจะเป็นกรกระทำด้วยกายหรือด้วยใจก็ตามแต่ก็เป็นของจำเป็นที่จะต้องทำ หากว่าเราสร้างพลังใจด้วยความสงบนี้พร้อมๆ กันไปในตัว จะไม่นำความเดือดร้อนเป็นทุกข์มาให้แก่เราถ่ายเดียว ในที่นี้มีได้หมายความว่านั่งนอนใจให้มันสงบอยู่ท่าเดียว แต่ให้รู้จักรักษาความสงบให้อยู่ในอารมณ์อันเดียว ถึงจะเป็นการแสวงหาวัตถุภายนอกก็ตาม แต่ให้รู้จักรักษาความสงบภายในใจไว้ อันเป็นวัตถุภายนอก อันนี้เป็นของภายใน ต้องทำตัวรู้เท่าอย่างนี้อยู่เสมอ

ศัตรู คือภัยอันตรายของคนเราที่เกิดมา มีสองอย่างที่เราจะต้องต่อสู้คือทางกายและทางใจ กายได้แก่เรื่องปัจจัยภายนอกที่จะต้องนำมาบริหาร ถ้าหากขาดปัจจัยภายนอกชีวิตก็จะอยู่ไม่ได้ แต่ศัตรูภายในของใจ ถ้าหากเราไม่มีพลังต่อสู้ภายในใจ คือ ทำความสงบรู้จักปล่อยวาง อดทนต่อสู้ไม่ได้ เราก็จะไม่มีความสุข คนเราโดยมากสู้ด้วยกาย ทางใจไม่ค่อยจะสู้ด้วยเท่าไรนัก เหตุนี้ความทุกข์จึงเกิดขึ้นกับพวกเราโดยมาก

ท่านอาจารย์พานั่งภาวนาร่วมทั้งอบรมธรรมนำก่อน

หัดภาวนาคือการสำรวมใจให้มาอยู่ในที่เดียว อย่าให้จิตส่งสายออกไปภายนอกเหมือนกับน้ำมีหลายสายเราปิดให้มีสายเดียวมันก็มีพลังแรงขึ้น หรือมีจะนั้นก็เปรียบเหมือนกับไฟฟ้าของเรา ไฟฟ้าถ้าหากเปิดหลายๆ ดวงมันก็หรี่ลงไป ถ้าเปิดดวงเดียวแล้วแสงมันก็สว่างจ้ามพลังขึ้น ใจคนเรา ถ้าหากส่งสายไปมากๆ พลังใจมันก็น้อยไป ด้านทานสู้กับอารมณ์ไม่ได้ ถ้าหากเราสำรวมอยู่ในจุดเดียว อารมณ์ต่างๆ ที่ผ่านไปผ่านมามันก็ไม่ปรากฏ ด้วยอำนาจของพลังใจอยู่ในจุดเดียว เพราะฉะนั้นการทำภาวนาคือการสร้างพลังใจของเราให้มีขึ้น

ตอบปัญหาธรรมภายหลังนั่งภาวนา

๑.ผู้ถาม บางทีทำไมมันมีภาพนิมิตเกิดขึ้น

ท่านอาจารย์ มันเป็นบางคน บางคนก็เกิด บางคนก็ไม่เกิด ภาพนิมิตจะเกิดหรือไม่เกิดไม่เป็นปัญหา ขอให้ชำนาญในการสำรวมใจทำความสงบได้เร็วเท่าใด ได้คล่องแคล่วเท่าใด ชำนาญเท่าใดยิ่งดี นั่น

แหละเป็นของสำคัญที่สุด ภาพนิมิตนั้นบางทีก็เป็นอุปสรรคของการเจริญก้าวหน้าของการภาวนา อีกซ้ำ ภาพนิมิตบางทีเราชอบใจ เกิดความพอใจขึ้นเลยติดอยู่เพียงแค่นั้น ภาพนิมิตไม่ใช่เป็นของดี เสมอไป ถ้าหากใช้เป็นที่ประโยชน์ ถ้าใช้ไม่เป็นก็เกิดโทษ ถ้าไม่เห็นภาพนิมิต ภาวนาไม่เป็น โดยมากจะเข้าใจอย่างนี้ พอเห็นภาพมันเลยส่งออกไป เรียกว่าส่งนอก

๑.ผู้ถาม ท่านอาจารย์คะ กุศลกับอกุศลมันเป็นธาตุอันหนึ่งๆ เมื่อจิตเป็นกุศลมันสบาย เมื่อจิตเป็น อกุศลทำไมมันร้อน

ท่านอาจารย์ ก็นั่นล่ะซี กุศลเป็นธาตุอกุศลก็เป็นธาตุ เห็นอกุศลเป็นธาตุร้อน เรากลัวร้อนแล้วจะได้ ละธาตุร้อนนั้นเสีย เห็นเช่นนี้ดีนัก ถูกต้องตามธรรม เรียกว่าเห็นด้วยตนเอง

วันที่ ๑๕ ธันวาคม ๒๕๖๕ เวลาค่ำ

แสดงธรรมเทศนา

ในสมัยเดิมนี่มีลัทธิสองลัทธิ คือลัทธิคอมมูนิสต์กับลัทธิประชาธิปไตย คอมมูนิสต์พูดกัน ง่ายๆ ก็เรียกสังคมนิยม สังคมนิยมพัฒนาด้านวัตถุ ส่วนประชาธิปไตยหรือเสรีประชาธิปไตย หมายถึงเรื่องด้านจิตใจ ทั้งสองอย่างนี้มันควบคู่กันไป ถ้าหากไปแยกกันออกแล้วก็เดือดร้อน พุทธ ศาสนาสอนทั้งสองอย่างเป็นคู่กันไป เราจะเห็นได้ที่พระพุทธเจ้าสอนให้ประกอบสัมมาอาชีวะ คือ ทำมาหากินในทางสุจริต การที่ทำกินสุจริต ประกอบสัมมาอาชีพนั้น ก็หมายถึงเรื่องการส่งเสริมใน ด้านวัตถุ ส่วนในด้านจิตใจนั้นทำมาหาเลี้ยงชีพโดยอิสระไม่มีการบังคับ แต่เมื่อได้มาแล้วก็ให้รู้จัก แล้วยแบ่งปันวัตถุที่ได้มานั้นด้วยความเมตตาโอบอ้อมอารี ไม่มีใครบีบบังคับ นี่พระพุทธเจ้าท่าน สอนในหลักพุทธศาสนาคู่กันไปอย่างนี้

พระพุทธเจ้าได้ตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้าแล้ว เผยแพร่ศาสนาสอนพุทธบริษัท มีพุทธสาวก สาวิกามากขึ้นมาแล้ว ขนาดนั้นพระองค์ก็ไม่ได้ถือสิทธิ์เสรีคนเดียว การบริหารสงฆ์มอบให้สงฆ์ เป็นใหญ่ไม่ใช่พระพุทธองค์บริหารคนเดียว นี่แสดงถึงเรื่องความเป็นอิสระของสงฆ์ ไม่ใช่ของ บุคคลคนเดียว แม้ในการทำสังฆกรรมบางอย่างเช่น พระรับกฐินเขาเอามาถวายเป็นของสงฆ์ แต่ว่า สงฆ์ทำกฐินไม่ได้ ต้องมอบให้องค์ใดองค์หนึ่งเป็นคนทำกฐิน กฐินจะสำเร็จได้ก็เพราะสงฆ์ แต่องค์ เดียวเป็นคนทำ สำเร็จได้เพราะสงฆ์อย่างนี้ การบริหารประเทศที่เรียกว่า เสรีประชาธิปไตย มีนายก

เป็นหัวหน้าก็ทำนองเดียวกันนี้ เราจะเห็นในทางสังคมนิยมในพุทธศาสนาได้เช่น ของของสงฆ์ที่มี ญาติโยมเอามาถวายแล้ว พระสงฆ์จะต้องแจกเฉลี่ยทั่วกันหมด นี่เรียกว่าสังคมนิยมในทางพุทธ ศาสนาอย่างสมบูรณ์บริบูรณ์แท้ทุกประการ เหตุนี้จึงว่าพุทธศาสนามีทั้งเสรีประชาธิปไตยและ สังคมนิยมพร้อมๆ กัน เพราะอะไร คนเรามีทั้งกายและใจ กายนั้นพูดถึงเรื่องสังคมนิยมคือในด้าน วัตถุ ส่วนเสรีนั้นหมายถึงเรื่องจิตใจ พร้อมกันไปกับวัตถุ คือว่าจิตใจคิดไปโดยเสรีภาพทำอยู่ใน ขอบเขตศีลธรรม แต่เดี๋ยวนี้คนเราเข้าใจผิดคิดว่า เสรีภาพนั้นเป็นอีกอย่างหนึ่ง สังคมนั้นเป็นอีก อย่างหนึ่ง มันเลยกลายเป็นเรื่องแตกแยกกันไป เป็นเรื่องยุ่งกันใหญ่ ถ้าเข้าใจโดยนัยนี้แล้วไม่มีเรื่อง ยุ่งเลย

สังคมนิยมกับเสรีประชาธิปไตยถ้าแยกกันออกก็เหมือนกับคนเราตายแล้ว คือกายกับใจมัน แยกออกจากกันไม่ได้ ผู้บริหารประเทศชาติจะเป็นลัทธิใดก็ตาม ถ้าหากไม่เข้าใจในเรื่องทั้งหลาย เหล่านี้แล้วทำไม่ถูก ไม่ดีทั้งนั้น เสรีมันก็กลายเป็นสังคมไม่รู้ตัวเหมือนกัน สังคมมันกลายเป็นเสรี ไม่รู้ตัว สังคมนิยมมันกลายเป็นคอมมิวนิสต์ไปถ้าทำไม่ถูก ถ้าทำถูกมันไม่เป็นคอมมิวนิสต์ สังคม นิยมกับเสรีประชาธิปไตยอยู่ด้วยกัน เป็นไปด้วยความสงบเรียบร้อยสมบูรณ์บริบูรณ์ อันนี้พูดถึง การบ้านการเมือง เมื่อพูดถึงด้านธรรมคือตัวของเรานั้น ตัวของเราก็เหมือนกันกับประเทศชาติหนึ่ง ที่เราก่อขึ้นมา มีทั้งสังคมนิยม มีทั้งเสรีประชาธิปไตย สังคมนิยมคืออะไร ได้แก่ตัวของเรา รูปอันนี้ แหละจำเป็นที่จะต้องบำรุงด้วยวัตถุ เมื่อบำรุงด้วยวัตถุจำเป็นต้องแสวงหาสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่รูป เช่น อาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย หรือยาสำหรับแก้โรคแก้ไข้ ที่เรียกว่าปัจจัยชาติทั้งสี่หาทั้งสี่ ประการนี้มาบำรุงในทางที่ชอบในทางที่สุจริต ไม่เป็นไปเพื่อเบียดเบียนตนและคนอื่น ร่างกายของ เราก็สมบูรณ์ไม่เป็นทุกข์และไม่เดือดร้อนแก่คนอื่นด้วย อันนี้เรียกว่าสังคมนิยม ในประเทศน้อยๆ คือตัวของเรา เสรีประชาธิปไตยคือ ได้แก่ใจ *เราจะต้องมีอิสระควบคุมใจของตนให้ได้อย่าปล่อยใจ ของเราให้มันมาประมาทล้มตัว ใจถ้าหากควบคุมไม่ได้มันดึงเราไป ชักจูงไปในทางที่ผิดทุจริต ต่างๆ โดยไม่รู้ตัว มันก็เลยเกินขอบเขตเป็นเหตุให้ตนและคนอื่นได้รับความทุกข์และเดือดร้อน นี่ เรียกว่าบริหารไม่เป็น* เสรีประชาธิปไตยบริหารประเทศน้อยๆ นี่ไม่ถูก

พระพุทธเจ้าท่านเทศนาไว้ ตัวของเราก็คือเป็นเมืองอันหนึ่ง มีพระเจ้าแผ่นดินชื่อพระยาจักราช เป็นผู้ครอบครองเมืองคือตัวเรา ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจเรียกว่าทวารทั้งหก คือประตูพระนครทั้ง หก ถ้าหากรักษาไม่ดีพวกโจรและข้าศึกมันเข้ามาทำลายได้แก่เรารักษาทวารทั้งหกไม่ได้ ความชั่ว มันร่วไหลเข้ามาให้เราทำผิดทุจริตสิ่งที่ไม่ดีไม่งาม ถ้าหากเรารักษาให้ดี รอบคอบรอบด้านด้วย อินทรีย์สำวร เมืองพระนครนั้นจึงจะอยู่เย็นเป็นสุข ทุกคนจงพากันรักษาพระนครอันนี้ แต่ละคนๆ รักษาพระนครของตนแล้ว อยู่ด้วยกันก็เลยเป็นสุขด้วยกัน มีกี่คนๆ มีความสุขด้วยกัน

ทั้งนั้น พระพุทธเจ้าท่านสอนให้ย่อลงอีกง่ายๆ ในการรักษาพระนครอันนี้ ถึงจะมีตา มีหู มีลิ้น มีกาย ก็ตาม ถ้าหากสำรวมใจไม่ได้เสียแล้ว ส่วน ตา หู จมูก ลิ้น กาย ก็สำรวมไม่ได้ **ท่านให้สำรวมใจอันเดียว เมื่อสำรวมใจได้แล้ว ตา หู จมูก ลิ้น กาย เป็นอันสำรวมได้เอง** เพราะฉะนั้นท่านจึงสอนให้สำรวมใจ ท่านบอกว่าใจนั้นแหละเป็นของไม่มีตนไม่มีตัว เป็นของเที่ยวไปไกลคนเดียวได้ แต่ในผลที่สุดมันก็กลับมาอนที่กายนี้ ผู้จะระวังสำรวมใจจงอย่าได้วิ่งตามจิต คอยสกัดจับเอาใจอยู่ที่กายนี้ คือคอยจับที่ทวารทั้งหก

ท่านอาจารย์พำนักภาวนาพร้อมทั้งอบรมธรรมนำก่อน

ให้รู้จัก มันคิดไปหาอะไร มันยึดอะไร มันส่งไปหาอะไร ตั้งสติกำหนดให้รู้จักตัวมัน ไปจับตัวนั้นให้ได้ สติควบคุมใจให้มันอยู่ในที่เดียว ถ้าหากว่าจับใจได้อย่างนี้แล้ว คำบริกรรมหรือไม่มีคำบริกรรมก็จะมีประโยชน์เท่ากัน คำบริกรรมเป็นเพียงแต่เครื่องล่อให้ใจเข้ามารวมเหมือนเอาเหยื่อล่อปลาให้มากินเบ็ดฉะนั้น เมื่อปลากินเบ็ดแล้ว เราไม่ต้องการเหยื่ออีก ได้ปลาแล้วก็พอ

สนทนาธรรมต่อ

๓.ผู้ถาม ในทางพุทธศาสนาได้พูดถึงเรื่องคนวิกลจริตอย่างไรบ้าง

ท่านอาจารย์ ในทางพุทธศาสนาท่านพูดถึงอยู่บ้างว่า ถ้าเป็นกรรมพันธุ์เกิดจากกรรมพันธุ์เกิดจากกรรมแล้วก็ไม่มีการแก้ไข ถ้าเกิดจากสมาธิภาวนาเพราะอาจารย์สอนผิดหนทาง ก็พอแก้ไขได้ แท้จริงการสอนภาวนาคือหัดสติให้สมบูรณ์ มิใช่สอนให้วิกลจริต

๑.ผู้ถาม ขอโอกาสกราบเรียนถามท่านอาจารย์ว่า เวลาที่จะเข้าถึงจุดเอกัตตาจิต คือว่าจิตมันว่าง ตอนนั้นมันไม่มีอะไร เราก็ไม่ยึดถือหรือส่งสายไปที่อื่น แต่เรารู้สึกตัวว่าเรากำลังนั่งภาวนา

ท่านอาจารย์ นั่นแหละที่พูดถึงเรื่องใจเดิม ใจของกลางแท้มันอยู่อันเดียวคือไม่มีอารมณ์ หมายความว่ามันไม่ได้ใช้งาน มันไม่ส่งสายไปที่อื่น มันรู้อยู่นิ่งของมันเป็นต่างหาก เราต้องการเข้าหาอันนั้นแหละ เมื่อเราเข้าหาอันนั้นเรื่องอื่นๆ มันก็วางหมดทอดธุระหมด ความเดือดร้อนวุ่นวาย กระสับกระส่ายทั้งหลายหายหมด เพราะเหตุเราเข้าถึงตรงนั้น จิตอันนั้นใช้อะไร ไม่ได้ เป็นแต่ไป

พักผ่อนเอาพลังไว้ต่อสู้กับอารมณ์ต่างๆ เท่านั้น นี่จึงว่าทำความเพียรภาวนาเพื่อให้เข้าถึงความสุข
คือตรงนี้เอง

๑.ผู้ถาม เราจะรู้ได้อย่างไรว่าการภาวนาของเราจะก้าวหน้าหรือไม่อย่างไรครับ

ท่านอาจารย์ ด้วยการหัดอย่างนี้ ให้เข้าถึงเอกัคคตาจิตอยู่บ่อย ๆ จนชำนาญคล่องแคล่ว นึกอยากจะเข้า
เมื่อไรก็ได้ อันเป็นเหตุให้ระงับกิเลสทั้งหลาย มี นิวรณ์ธรรม เป็นต้น ต่อนั้นไปจะรู้ด้วยตนเองว่าเรา
เจริญก้าวหน้าหรือถอยหลัง เพราะกิเลสเหล่านี้ไม่มี ใครจะรู้ดีเท่าตัวเอง

๑.ผู้ถาม เราสงสัยอย่างนี้เรามีความรู้ว่าเรากำลังนั่งอยู่ มันไม่เหมือนกันกับที่เรารู้ว่าเรากิเลสอยู่แต่ว่าพูด
ไม่ถูก

ท่านอาจารย์ ไชยธรรมคาใจมันต้องมีผู้รู้ หมายความว่ามันต้องรู้ตัวของมันเอง ที่ไปรู้นั้นรู้นี้ มิใช่มัน
รู้ตัวของมันเอง คือมันส่งออกไปรู้ของภายนอก มันไปยึด อันนี้มันไม่ไปยึดภายนอก แต่มันรู้ตัวของ
มันเอง นี่แสดงว่าคุณใจได้แล้ว มันอยู่ในอำนาจของเราแล้ว หรือจะพูดให้เข้าใจได้ง่ายๆ ว่า จิตกับ
สตรียรวมเข้ามาอยู่ที่เดียว เรียกว่าใจ จะพูดก็ไม่ถูก เพราะภาษาใจมันไม่มี มีแต่ภาษาวาจา

๑.ผู้ถาม การที่เราพิจารณาอะไรต่างๆ นี้ นี่เป็นเพราะใจมันคิดค้นหรือว่าเป็นเพราะเราไปคิดมัน
ต่างหาก

ท่านอาจารย์ ถ้าจะหมายเอาใจเป็นเราแล้ว ใจที่ว่านี้ไม่มีการพิจารณา ผู้พิจารณานั้นเป็นตัวจิต
ต่างหาก จิตนี้ถ้าสติคุมอยู่แล้วจะพิจารณาอะไรก็เป็นไปเพื่อความเรียบร้อยเป็นธรรม รวมเรียกว่าจิต
ไปคิด ใจไม่ได้คิด

๑.ผู้ถาม เวลาจิตมันเสียหลัก มันมีความรู้สึกบอกไม่ถูก มันไม่ชัดเหมือนก่อน พยายามตรวจดูว่ามัน
เสียหลักเพราะอะไร แต่นี้เข้าใจว่าจากปิติ มันทำให้ส่ายอย่างที่ท่านอาจารย์ว่า ที่นี้อยากจะระงับใน
การที่มันมัวเมาอยู่กับปิตินี้ ทำให้มันชัดอย่างเดิมเราจะต้องทำอย่างไรคะ

ท่านอาจารย์ คือทั้งหมดค่อยๆ จับตัวที่มันอยากให้ชัด อยากให้ระงับ หรืออยากให้อะไรต่างๆ มัน
อยากเป็นนั่นเป็นนี่ให้ได้ นอกนั้นทั้งหมดเสียก่อน หรือผู้ที่ว่ามัวเมาใครเป็นคนไปมัวเมาอยู่
ตรงไหน นี่ว่าถึงผู้อยากแก้ ถ้าไม่อยากแก้แล้วก็ทิ้งไว้หัดให้ชำนาญแล้วมันหากจะแก้ของมันเอง

๑.ผู้ถาม เรามองที่อยากทำแต่สิ่งที่ดี เจตนาเรามุ่งไปในทางที่ดี แต่มันอาจจะผิดก็ได้เพราะไม่เข้าใจในเจตนาของตน

ท่านอาจารย์ คือว่าสิ่งที่เราทำอะไรลงไป นึกคิดอะไรเราเข้าใจว่าของเราดีทั้งนั้น เราจึงค่อยคิดค่อยนึกค่อยทำ ใครๆ ทำโดยมากมันเป็นอย่างนั้น เหตุนั้นจึงว่าให้มีเครื่องวัด เครื่องวัดในทางพุทธศาสนาท่านให้วัดตรงที่ว่า *คิดอันใดมันเป็นประโยชน์ตนและคนอื่นเป็นของดี ถ้าหากเป็นเครื่องเบียดเบียนตนและคนอื่น ทำให้ตนและคนอื่นเสียหาย อันนั้นเป็นของไม่ดี นี่แหละเป็นเครื่องมือวัด*

๑.ผู้ถาม ถ้าหากมีการตกน้ำ แต่เรามีชูชีพ ถ้าเราเสียสละให้คนอื่นมันก็เป็นการเบียดเบียนตน ถ้าหากเราช่วยตัวเราเองมันก็จะเป็นการเบียดเบียนคนอื่นไหม

ท่านอาจารย์ นี่เป็นกรณีพิเศษ เราไม่ได้ทำให้เขาตกน้ำนี่ เขาตกก็เรื่องของเขา หากเราจะยอมสละชีวิตเพื่อเขาแล้ว ก็เป็นทานบารมีของเรา ไม่ได้เกี่ยวข้องกับเรื่องเบียดเบียนตนเบียดเบียนคนอื่น การเบียดเบียนตนเบียดเบียนคนอื่นมันเกี่ยวข้องกับเรื่องตนเป็นเหตุ จึงเรียกว่าตนทำดี ทำชั่ว จึงเข้าประเด็นนี้

วันที่ ๒๒ ธันวาคม ๒๕๖๕ เวลาค่ำ

แสดงธรรมเทศนา

วันนี้จะอธิบายเรื่องของคนเราไม่มีสาระต่อวันวานนี้ ที่อธิบายว่าไม่มีสาระนั้นหมายถึงหาตัวตนไม่ได้ เป็นแค่สักแต่ว่า ชาติ ใดๆ เกิดมาก็เอาชาติ ดิน น้ำ ไฟ ลมมาเกิด ดับสลายไปก็ลงไปเป็นดิน น้ำ ไฟ ลม ไม่เห็นได้อะไรและไม่มียอะไรเหลืออยู่ ที่เกิดมาถือตนว่าเราว่าเขาเพียงแค่สมมุติเรียกเอาหลายๆ ไม่มีสาระอะไรเลย เรียกธาตุสี่ สมมุติธาตุสี่ให้เป็นโน่นเป็นนี่ แต่แล้วธาตุสี่มันหาได้เป็นตามเรียกไม่ ธาตุสี่นี้มันช่างแปรสภาพหลอกลวงให้คนเราเห็นเป็นต่างๆ ดินก็เห็นเป็นคนเป็นสัตว์เห็นเป็นหญิงเป็นชาย เห็นเป็นหนุ่มเป็นแก่ เห็นเป็นบ่าวเป็นสาว เห็นเป็นขาวเป็นดำ เห็นเป็นต่างๆ เหลือที่จะพรรณนาให้สิ้นสุดลงได้

นอกจากไม่มีสาระแล้ว เกิดมายังเบียดเบียนสรรพสิ่งและสัตว์ต่างๆ อีกด้วย เพราะมนุษย์เกิดมาแล้วต้องกินต้องใช้สิ่งต่างๆ มากกว่าสัตว์เหล่าอื่น เป็นต้นว่า ชีวิตอันนี้ต้องเนื่องด้วยของภายนอก การกินต้องกินเนื้อของผู้อื่นเอามาแลกชีวิตของเราไว้ การใช้เครื่องนุ่งห่มก็ต้องเอาเปลือกไม้ใบไหม แลเส้นด้าย เป็นต้น ที่อยู่อาศัยต้องใช้ไม้มาทำเป็นเรือนเป็นรังอยู่ จะอยู่โดดเดี่ยวเหมือนสัตว์บาง

จำพวกไม่ได้ แม้ร่างกายอันนี้เกิดพิการเจ็บไข้ได้ป่วยไม่สบายต้องอาศัยหุยกยามาบำบัด ก็ไม่พ้นจากเบียดเบียนของอื่นและสัตว์อื่นอีกนั่นแหละ ตกลงมนุษย์คนเราเกิดมามี ดิน น้ำ ไฟ ลม ประสมเป็นก้อนแล้ว ต้องเป็นอยู่ด้วยการเบียดเบียนคนอื่นและวัตถุสิ่งอื่นจึงจะอยู่ได้ ถ้าหาไม่แล้วก็จะอยู่ไม่ได้เลยเด็ดขาด

ยังอีกสิ่งหนึ่งซึ่งนอกเหนือจากธาตุที่จะเบียดเบียนเขาเห็นอยู่แล้ว สิ่งนั้นก็คือความเห็นแก่ตัว มักได้ อิจจาริยา เห็นคนอื่นดีกว่าตนคิดนินทาอยู่ไม่ได้คิดปองร้ายทำลายให้เขาเจ็บหายย่อยยับไป การทำเช่นนั้นคิดว่าตนทำถูกแล้วดีแล้ว แต่แท้ที่จริงหากเป็นการทำลายตนเอง ทำลายสุขภาพทั้งกายและใจ ให้เดือดร้อนเป็นทุกข์อยู่ตลอดเวลา

มนุษย์คนเราเกิดมาตั้งตนไว้ผิติดไม่ชอบแล้ว ย่อมได้รับผลกระทบทำให้เดือดร้อนทั้งแก่ตนและคนอื่นด้วย ฉะนั้นจึงควรคิดให้ชอบประกอบตนให้สมกับเกิดมาเป็นหนี้สิน บุญคุณของดิน น้ำ ไฟ ลม *อย่าเอา ดิน น้ำ ไฟ ลม ก้อนนี้ไปทิ้งใส่ของสกปรก คือได้มาแล้วอย่าไปทิ้งกองขยะด้วยการทำตัวเป็นคนเลว* ฆ่าสัตว์เบียดเบียนคนอื่น ได้ชื่อว่าทำลายตนเองและเบียดเบียนคนอื่นด้วย เกิดมาจะเป็นคนมีคณจันก็ต้องการมีชีวิตอยู่ด้วยกันทั้งนั้น ไม่ต้องการให้ใครมาเบียดเบียนตน ของที่มีอยู่เป็นกรรมสิทธิ์ของตนใครก็ไม่ต้องการให้ใครมาลักขโมยเอาไปโดยเป็นการข่มเหงน้ำใจของกัน ไม่ชอบธรรมเลย ของเราของเขาก็เช่นเดียวกัน บุตรภรรยาสามีซึ่งเป็นที่รักสุดใจ ใครมีแล้วได้ชื่อว่าแก้วดวงหนึ่ง ใครมาทำให้แตกร้าวหรือเศร้าหมองก็เหมือนกันกับมาทำหัวใจให้แตกร้าวหรือเศร้าหมองไป ฉะนั้น ของเขาของเราก็เช่นเดียวกัน จึงไม่ควรทำตนให้เป็นภัยแก่สังคม และภัยแก่ตนเองด้วย *ถึงศีลข้อ ๔ ยังเป็นภัยแก่โลกมาก การแกล้งกล่าวคำเท็จของไม่จริงสิ่งที่ไร้ประโยชน์ยอมให้เกิดโทษอย่างร้ายแรง ตกลงคนกล่าวคำเท็จแล้วโทษอย่างอื่นที่เขาจะไม่ทำยอมไม่มี* สุราพาให้คนชั่วนับไม่ถ้วน คนดีๆ พอดื่มสุราเข้าแล้วชักให้มีอาการวิปริตแปลกๆ อย่างน้อยคนพูดไม่เก่งพอดื่มสุราเข้าไปแล้วชักจะพูดเก่งหรือจนเลยขอบเขตไปอีกด้วย

ของเหลวๆ ดังที่อธิบายมานี้ ใครก็ย่อมรู้ดีอยู่แล้ว แต่นิสัยสันดานคนเรามันชอบตามใจตัวเอง เห็นของเหลวๆ เป็นการโก้เก๋ คนจึงเป็นเลวมากกว่าเป็นดี ฉะนั้นถ้าหากไม่นึกถึงของดีมีคุณเสียแล้ว จะยับยั้งใจของตนไม่ได้ คุณคือ ดิน น้ำ ไฟ ลม ซึ่งเป็นของมีอยู่ในตนนี้ ทำให้เราเกิดมาเป็นคน มิได้สร้างให้เราทำความชั่ว ตัวของเรา (คือจิตใจ) เข้ามาอาศัยอยู่แล้วบังคับให้ธาตุ ดิน น้ำ ไฟ ลม กระทำความชั่วต่างๆ เรียกว่าเกิดมาเพราะคุณทั้งพ่อแม่ผู้ให้กำเนิดและ ดิน น้ำ ไฟ ลม ผู้เป็นวัตถุธาตุก่อเกิดเป็นตัวตนแล้วมาทำความชั่วต่างๆ นานา จึงได้ชื่อว่าไม่รู้จักคุณของผู้มีคุณ เป็นคนเนรคุณ แล้วโทษทั้งหลายเหล่านั้น ถึงแม้ธาตุทั้งสี่ โดยมีการบังคับกระทำลงไปแล้ว ธาตุทั้งสี่ดับสลายลงไปแล้ว ย่อมเป็นของจิตแต่ผู้เดียว จิตทำจิตให้ได้รับผลกระทบนั้นๆ ต่อไป

ท่านอาจารย์พำนักภาวนาพร้อมทั้งอบรมธรรมนำก่อน

หลักของธรรมที่อธิบายมาทั้งหมดจะเกิดขึ้นได้ก็จากความสงบ ถ้าไม่มีความสงบแล้วธรรมจะไม่ชัด ถ้าหากจิตเรอบรรเทาให้เข้าถึงความสงบเสียก่อน สิ่งที่เราสงสัยมาแต่ก่อนก็ตามหรือที่เราจะคิดต่อไปก็ตามจะชัดขึ้นมามีในที่นั้น เหตุุนั้นจึงหัดทำความสงบเสียก่อน นี่หลักฐานของธรรมจึงจะเกิดอย่าพากันทิ้ง อบรมความสงบให้ได้

ตอบปัญหาธรรม

๑.ผู้ถาม ขอรบกวนเรียนถามว่า วิปัสสนาจะอยู่ในขั้นของอุچارสมาธิหรืออัปนาสมาธิ

ท่านอาจารย์ อุچارจะเป็นภูมิของวิปัสสนา อัปนามันพิจารณาอะไรไม่ได้ อุچارในที่นี้มีความสงบเข้าไปในอารมณ์อันหนึ่ง วางอารมณ์ภายนอก แล้วมันไปมีอารมณ์อันหนึ่งของมันเฉพาะต่างหาก ถ้ามันเจือไปด้วยอารมณ์ภายนอกคือ ตามอายตนะทั้ง ๖ มีตาเป็นต้นธรรมดานี้เอง แต่มันเห็นได้ชัดเป็นไตรลักษณ์ไปจึงเรียกว่า วิปัสสนา เข้าถึงอัปนาไม่มีอารมณ์เสียแล้วมันก็ไม่เป็นวิปัสสนา คำว่าชัดในที่นี้มันหมายความว่า อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา คือเห็นความเกิดดับของสังขารร่างกายหรือสิ่งสารพัดทั้งปวงหมด จิตอันนั้นจึงค่อยปล่อยวางและเกิดความสลัดสังขารขึ้นภายใน เมื่อเห็นชัดอย่างนี้นั้นจึงเรียกวิปัสสนา ภูมิของวิปัสสนานั้นมีลักษณะอาการอย่างที่ว่านี้ละ คือพิจารณาในตัวของเราให้เห็นเป็นธาตุเป็นขันธ์เป็นอายตนะให้เห็นเป็นไตรลักษณ์ นี่เป็นภูมิที่ตั้งของวิปัสสนา เราจะต้องพิจารณาอย่างนี้ละ เมื่ออยู่ในภูมิของวิปัสสนาแล้ว เมื่อวิปัสสนาจะเกิดก็เกิดขึ้นเอง เราแต่งเอาไม่ได้ ถ้าแต่งก็ไม่เป็นวิปัสสนา เหมือนลูกไม้บำรุงต้นดีแล้ว ลูกเกิดเองสุกเองจะนั้น

๑.ผู้ถาม พยายามระงับอารมณ์ภายนอก ไม่ให้คิดอะไรสักอย่างเดียว ให้อยู่กับความสงบนั้น พอเราจะคิดอะไรขึ้นมา สภาพความสงบมันก็หายไป

ท่านอาจารย์ มันก็อย่างนี้ละซี คือเรารักษาความสงบให้มันมั่นคง เมื่อเรารักษาความสงบเราทิ้งอารมณ์ต่างๆ อย่าให้อารมณ์เข้ามาแทรกในขณะนั้น เมื่อจิตมันสงบแล้วมันจึงค่อยเห็นชัดขึ้นมาตรงนั้น สิ่งที่เราเห็นชัดที่เรียกว่าวิปัสสนา พระไตรลักษณ์ญาณมันเห็นชัดตรงนั้น ไม่ใช่เราออกไป

พิจารณา มันซัดอยู่ในนั้น มันปรากฏอยู่ในนั้น ถ้าตามไปพิจารณาเป็นเรื่องออกไปข้างนอก มันเป็นเรื่องแต่งปรุงทั้งนั้น

๑.ผู้ถาม พยายามรักษาความสงบอันนี้มานานแล้ว เวลาพยายามรักษาความสงบคล้ายๆกับมันหลับไป ต่อมาจึงรู้ว่าเราหลับไป ไม่มีความก้าวหน้าเลย มันอยู่เฉยๆ

ท่านอาจารย์ ให้อยู่นั่นละ ให้รักษาอันนั้นเสียก่อน ไม่ใช่ของง่ายๆ คือให้มันชำนาญ ว่าเราจะรักษาความสงบอย่างนี้ ได้ด้วยวิธีใดที่จะให้มันคงอยู่อย่างนี้ มีอุปายแบบกายพรินไหวในตัวให้เข้าถึงความสงบอย่างนี้ได้เสมอๆ คือ ชำระอารมณ์ที่มันสอดแทรกมาภายนอก ให้อยู่กับอันนี้เสียก่อน อย่าเพิ่งสึกเร็วนัก มันจะร่วงก่อนสึก มันจะไม่หวน มันไม่แน่เหมือนกันเวลาพิจารณาไป ๆ บางครั้งบางครั้งามันซัดแล้วรวบลงไป หายสงสัยหมด เป็นได้เหมือนกันนิสัยไม่เหมือนกัน หรือดีที่สุดคือรักษาวิธีลูกไม้อย่าให้มันร่วงถ้ามันไม่ร่วงมันจะต้องสึกและหวน

วันที่ ๒๓ ธันวาคม ๒๕๖๕ เวลาค่ำ

แสดงธรรมเทศนา

ทุกศาสนาทุกลัทธิทุกนิกายสอนให้คนทำดี ไม่ใช่สอนให้คนถือเฉยๆ สอนให้รู้จักคุณงามความดี ละชั่ว ทำดี เหตุนี้เราถือศาสนาใดลัทธิใดจงพากันตั้งใจปฏิบัติตามศาสนานั้นลัทธินั้นๆ โดยเฉพาะทางศาสนาพุทธ เมืองสิงคโปร์นี้มีพระมาสอนให้รู้จักพุทธศาสนาหรือวัดวาก็มีน้อย ผู้นับถือพุทธศาสนาไม่มีโอกาสไปวัดไปวา เราอยู่ที่บ้านจงให้พากันมีวัดภายในคือที่ตัวของเรา ที่บ้านของเราทุกๆ คน วัดคือสถานที่ที่เราจะต้องบำเพ็ญคุณงามความดี ที่เรียกว่าวัด เช่น วัดในทางพุทธศาสนา มีกฎพระท่านอยู่ มีโบสถ์ มีวิหาร สำหรับทำสังฆกรรมหรือศาสนพิธีต่างๆ หรือเป็นสถานที่บำเพ็ญบุญกุศลของศาสนิกชนทั่วไป รวมความแล้วว่า **วัดคือสถานที่ที่จะต้องบำเพ็ญคุณงามความดี เมื่อไปสถานที่นั้นแล้วทุกคนจะต้องพากันทำคุณงามความดี ด้วยการทำงาน ด้วยการรักษาศีล ด้วยการไหว้พระสวดมนต์ ด้วยการเจริญภาวนาสมาธิ เป็นต้น** วัดอย่างที่ว่านี้แหละ ถ้าไม่ประกอบคุณงามความดี ไม่ประพฤติดีในสถานที่เช่นนั้น ถึงแม้จะมีพระอยู่ก็ตาม หรือสร้างเป็นวัดใหญ่โตรโหฐานก็ช่าง วัดที่ไม่มีคนปฏิบัติประพฤติดีประพฤติชอบ วัดนั้นเรียกว่าวัดร้าง เป็นที่รังเกียจและเป็นที่เกลียดกลัวของคนทุกๆ ไป ดังเขากล่าวกันว่า วัดร้างมีเปรต ก็หมายความว่าไม่มีของดีในที่นั้นนั่นเอง

วัดของฆราวาสก็ให้มีเหมือนกันกับของพระสงฆ์ วัดของชาวบ้านก็คือว่า มีบ้านมีเรือนรู้จักรักษาทำความสะอาด นี่เป็นวัดอันหนึ่ง รู้จักรักษากิจวัตร คือว่าทำงานประกอบอาชีพให้ถูกต้องตามกาลเวลา อันนี้ก็จัดเป็นวัดอันหนึ่ง วัดอีกอย่างหนึ่งก็คือว่ารู้จักปรองดองสามัคคีในครอบครัว ถ้าแตกร้างไม่ปรองดองกัน ก็ชื่อว่าวัดร้างเหมือนกัน เพราะฉะนั้นเป็นฆราวาสก็จึงให้มีวัด เนื่องจากเรามีวัดอยู่ที่บ้านของเราอยู่แล้ว เราจึงได้ไปอบรมนำเอาวัตรของพระมาไว้ที่บ้านของตน ด้วยการกำหนด ทานวัตร ด้วยการรักษาศีล เรียกว่าศีลวัตร ด้วยการภาวนา เรียกว่า ภาวนาวัตร เอามาไว้ที่บ้านของเรา เมื่อทุกคนมีวัตรอยู่ที่บ้านของตนอย่างนี้แล้วก็เรียกว่า เราเป็นผู้มีวัดอันสมบูรณ์ เรื่องนี้แท้ที่จริงคนชาวพม่าเขามีวัดที่ตึ๊งมาก ที่บ้านของเขาจำเป็นจะต้องมีเครื่องสักการบูชา คือมีพระพุทธรูปและมีดอกไม้บูชาทุกๆ วัน เช้า เย็น ก่อนจะออกไปทำงานหรือกิจใด ๆ ให้อุทิศถวายพระสวดมนต์แล้วทำความสะอาดไม่ให้ขาดเป็นกิจ วัดของชาวพม่าเขาคือมาก

ที่ว่ามีเหล่านี้คือ ทานวัตร ศีลวัตร ภาวนาวัตร ทั้งสามประการนี้ โดยเฉพาะสังคโปริไม่เห็นพระออกบิณฑบาตรเลย ก็ยากที่จะได้ทำทานวัตร เพราะฉะนั้นที่ยังเหลือ ศีลวัตร ภาวนาวัตร ก็ยังพากันรักษาวัดทั้งสองนี้ให้สมบูรณ์ ศีลในที่นี้เราไม่จำเป็นที่จะต้องไปวัด ไปสมาทานกับพระก็ได้ เรารู้จักข้อคเวณรู้จักโทษนั้นๆ คือโทษห้าประการเรียกว่าศีลห้า โทษแปดประการเรียกว่าศีลแปด ขอให้เข้าใจคเวณจากโทษเรียกว่าศีล จิตเรตังเจตนาจเวณจากโทษนั้นๆ จึงจะเป็นศีล ไม่ใช่เราอยู่เฉยๆ เราจะเป็นศีลเลย เราอยู่เฉยๆ ไม่ได้ทำอะไรเลยเรียกว่าเป็นศีลไม่ได้ เราไม่ได้ทำ เราตั้งเจตนาว่าเราไม่ทำความชั่วหรือบาปนั้นๆ ข้อ ๑ ถึง ๕ เราไม่ได้ทำเรายินดีพอใจ อย่างนี้จึงจะเป็นศีล ศีลเป็นเครื่องวัดความดีของคนดังกล่าวแล้ว คนเราหากไม่มีศีลเสียเลยก็ไม่ผิดอะไรกับสัตว์ต่างๆ ไปคือบรรดาสัตว์ทั้งหลายเกิดขึ้นมาก็มีการหาเลี้ยงชีพตามประเภทของตนๆ มนุษย์ของเราก็เช่นนั้นเหมือนกัน ก็ไม่เห็นผิดแปลกอะไรกันเลย ศีลจึงเป็นเครื่องวัดความดีของคน *ผู้ที่มีศีลเรียกว่ามนุษย์อันสมบูรณ์* ผู้ไม่มีศีลท่านเปรียบอุปมามนุษย์เหมือนกับสัตว์ธรรมดา ถ้ามีศีลเรียกว่ามนุษย์แท้ หรือหากมีธรรม คือ หิริ โอตตัปปะ เป็นเครื่องอยู่ได้อีกเรียกว่ามนุษย์เหมือนกันกับเทวดา ยังไม่ทันไปเกิดชั้นฟ้าสวรรค์ แต่หากว่าเป็นมนุษย์เทวดาอยู่ในโลกอันนี้ *เหตุนั้นคนเราเกิดมา ที่ได้สมบัติคือมนุษย์สมบูรณ์อย่างนี้แล้วควรที่จะรักษามนุษย์สมบัติอย่าให้เสื่อม อย่าให้ถอยหลังลงไปเป็นมนุษย์เหมือนกันกับสัตว์ จึงได้ชื่อว่าเรารู้จักรักษาตัวของเรา รักษาคุณธรรมของเราคือมนุษย์สมบัติไว้แล้ว เจริญมนุษย์สมบัตินี้ให้ยิ่งขึ้น จนมี หิริ โอตตัปปะ จึงจะเป็นมนุษย์เทวบุตรต่อไป*

ท่านอาจารย์พาทังภาวนาพร้อมทั้งอบรมธรรมนำด้วย

โรคคือความไม่สบายในกาย ความเจ็บความป่วยไม่สบายเรียกว่าโรคเกิดขึ้นจากกาย โรคเกิดขึ้นจากใจไม่ปกติ เกิดความหวั่นไหว เกิดความโลภความโกรธ เกิดความเกลียดความรักความชัง เรียกว่าโรคของใจ โรคของใจนี้แหละพระพุทธเจ้าสอนให้พากันรักษาด้วยยาธรรมโอสธ ปฐมพยาบาลขั้นแรกคือปล่อยทิ้งเสียอย่าให้เป็นอารมณ์ อย่าคิดถึงเรื่องนั้นทำให้ใจสงบ นั่งอยู่ในที่เดียว หากมันไม่อยู่ก็ให้นึกเอาพุทโธมาไว้เป็นอารมณ์ นี่เรียกว่าปฐมพยาบาล

(นั่งภาวนาประมาณ ๓๐ นาที)

สนทนาธรรม

๓.ผู้ถาม ผมเป็นหมอ บางทีเห็นว่าคนไข้บางคนต้องมีความศรัทธาเชื่อมั่นในตัวหมอ ยิ่งเป็นหมอที่มีชื่อเสียงแล้วก็ยิ่งเป็นกำลังใจแก่คนไข้ได้ดียิ่งขึ้น อยากจะกราบเรียนถามท่านอาจารย์ว่า เหตุที่เป็นเช่นนี้จะเป็นเพราะพลังอำนาจในความเชื่อมั่นนี้ช่วยให้คนไข้หายจากการเจ็บไข้เช่นกันใช่ไหมครับ

ท่านอาจารย์ เป็นได้ที่จะทำให้หายป่วยจากโรคได้ ไม่ใช่ตลอดไปเป็นบางกรณีที่เป็นโรคเล็กๆ น้อยๆ ก็อาจพอบรรเทาได้ บางทีโรคติดต่อหรือโรคเรื้อรังก็ไม่อาจจะหายได้ หมอก็เป็นคนดีมีเมตตาหรือน้ำใสใจจริงกับคนไข้ คนไข้ก็เลื่อมใสกับหมอ ทั้งสองพลังรวมกันเข้าก็เลยทำให้ทำให้คนไข้หายก็มันวางความเจ็บป่วยนั้นไปอยู่กับความดีอันนั้น การปล่อยวางนั้นแหละมันเป็นพลังเหมือนกันกับเราหัดภาวนาทำสมาธิ จะเจ็บจะเมื่อยก็ตาม ถ้าหากจิตมันยอมสละไปอยู่ในจุดเดียว จิตมันสงบได้ มันก็หายเจ็บเมื่อยไปได้เหมือนกัน

๓.ผู้ถาม ขอกราบเรียนถามท่านอาจารย์ว่า บางทีมีคนรักษาคคนไข้ที่เป็นโรคมะเร็ง โดยที่เขาตัดเอาเนื้อที่เป็นมะเร็งของคนไข่ออกแล้วเอาเนื้อที่ดีใส่เข้าไปแทน หลังจากนั้นคนไข้ก็หายจากโรคนี้ เวลาไปให้นายแพทย์ตรวจอีกก็ไม่พบมะเร็ง และเวลาที่เขาคัดเอาเนื้อของคนไข่ออกนั้น เขาก็ใช้มีดธรรมดาไม่ค่อยสะอาดและไม่มีการเย็บแผลให้คนไข้อีกด้วย แต่เวลาที่เขากำลังทำอยู่นั้นเขาจะต้องทำใจให้สงบ แล้วคล้ายกับวิญญาณของหมอเขรมันมาเข้าร่างเขา แล้วช่วยเขาในการรักษาอีกด้วย โดยที่เขาเองก็รู้สึกตัวเลย เหตุใดจึงเป็นเช่นนี้

ท่านอาจารย์ เรื่องพรรคนี้นั้นต้องหลายล้านคนกว่าที่จะเป็นได้สักคนหนึ่ง เรื่องมหัศจรรย์ คนพิเศษมันเป็นของนอกเหนือจากเหตุผล เราเพียงแค่ได้ยินแล้วนำเล่านั้นฟังอย่างนั้นแหละแต่ใครจะทำได้ ที่ทำได้ก็คือเรียนแพทย์เรียนหมอและทำกันอยู่นี้แหละ เรื่องหมอเยอรมันที่เล่ามานั้นมันลวงเลยมาแล้วหลายร้อยปี แล้วก็ไม่มีใครทำได้อย่างเขาเสียด้วย นานๆ จึงจะโผล่ขึ้นมาสักคนหนึ่ง เป็นคนนอกเหนือจากเหตุผลเอาะไรมาพิสูจน์ไม่ได้ ขอให้ปล่อยไปตามเรื่องเสียดีกว่า เอามาคิดก็ไม่ได้ อะไรวะเสียเวลาเปล่า คิดสิ่งที่จะเป็นไปได้นี้ พระพุทธเจ้าสอนว่า ความไม่มีโรคเป็นลาภอย่างยิ่ง เพราะคนเราตั้งแต่เกิดมาก็มีโรคประจำอยู่แล้ว เซลล์ทุกตัวเกิดจาก ดิน น้ำ ไฟ ลม ซึ่งเป็นวัตถุธาตุ วัตถุธาตุนั้นแลเป็นที่ตั้งเป็นบ่อเกิดของโรคนานาชนิด นอกจากโรคจากเซลล์แล้วโรคอันหนึ่งซึ่งหมอแผนปัจจุบันค้นไม่พบก็คือ โลก โกรธ หลง มีหมอกคือพระพุทธเจ้าองค์เดียว ค้นพบและรักษาให้หายขึ้นเด็ดขาด และวิชานั้นยังสอนกันมาตราบเท่าทุกวันนี้ เอาไหมจะสอนให้ **ปฐมพยาบาลที่แรกต้องหัดนั่งกำหนดจิตให้รู้เรื่องของจิตก่อน เพราะจิตเป็นที่เกิดของโรคนานาชนิด ถ้าไม่รู้เรื่องของจิต โรคเกิดขึ้นก็ไม่รู้ และไม่ทราบจะรักษากันที่ไหน จงตั้งสติกำหนดให้รู้จักจิตของตนว่า คิดดี คิดร้าย หยาบและละเอียดอย่างไร ให้เห็นจิตของตนอยู่ทุกขณะ การรู้ตัวอยู่อย่างนี้เป็นความรู้ที่ดีมีประโยชน์ดีกว่าไปรู้เรื่องคนอื่นสิ่งอื่น** นี่พระพุทธเจ้าสอนปฐมพยาบาล โรคมีอยู่แล้วทุกคนแต่ไม่รู้จักรักษาและไม่เข้าใจว่าตนเป็นโรค จนโรคกำเริบเต็มที่แล้วจึงรู้จักว่าตนมีโรค หมคหนทางที่จะรักษาให้หายแล้ว

๓.ผู้ถาม ตามตำราแพทย์เขาบอกว่า เซลล์ต่างๆ ทำงานรับรู้สัมผัสต่าง ๆ เช่นเรารับในการเห็นรูป เป็นต้น ในพุทธศาสนาเรื่องนี้มีความเห็นอย่างไร

ท่านอาจารย์ เรื่องนี้ถ้ายอมรับกันว่า คนตายแล้วถ้ายังมีกิเลสอยู่เกิดอีก ก็จะอธิบาย

๓.ผู้ถาม ยอมรับว่าคนตายแล้วถ้ายังมีกิเลสอยู่เกิดอีก

ท่านอาจารย์ เซลล์เป็นวัตถุธาตุชนิดหนึ่งสำหรับรับรู้ ทำงานอยู่กับจิต คือผู้รู้ ถ้าหากเซลล์ทำงานไม่ได้แล้ว เช่นเซลล์ส่วนใดส่วนหนึ่งวิกาลเสียไม่ทำงานแต่จิตนั้นยังทำงานอยู่ เช่นตาเสียข้างหนึ่งไม่ทำงาน แต่จิตนั้นยังมีความรู้สึกอยู่ว่าตานี้ยังมีอยู่ ดังนี้ เป็นต้น เมื่อเซลล์ทั้งหลายพิการไปหมดแล้ว (คือตาย) จิตนั้นยังไปยึดเอาชั้น ๕ ว่าเป็นของกูๆ อยู่ ย่อมไปเกิดในชั้น ๕ อีกต่อไป ถ้ายึดชั้น ๔ ไปเกิดในชั้น ๔ (แท้ที่จริงคือชั้น ๕ แต่รูปละเอียด) ยึดชั้นหนึ่งก็ไปเกิดชั้นหนึ่ง คือมีแต่รูป (คือจิตมันก็มีอยู่ไม่รู้ตัวแล้วปล่อยวางรูปไม่ได้) ไม่ทำงานแต่จิตนั้นยังทำงานอยู่ เช่นตา

เสียข้างหนึ่งไม่ทำงานแต่จิตนั้นยังมีความรู้สึกอยู่ว่าตานันยังมีอยู่ ดังนี้เป็นต้น เมื่อเซลล์ทั้งหลาย
พิการไปหมดแล้ว (คือตาย) จิตนั้นยังไปยึดเอาชั้น ๕ ว่าเป็นของกู ๆ อยู่ ย่อมไปเกิดในชั้น ๕ อีก
ต่อไป ถ้ายึดชั้น ๔ ไปเกิดในชั้น ๔ (แท้ที่จริงคือชั้น ๕ แต่รู้ปละเอียด) ยึดชั้นหนึ่งก็ไปเกิดใน
ชั้นหนึ่ง คือมีแต่รูป (คือจิตก็มีอยู่ไม่รู้ตัวแล้วปล่อยวางรูปไม่ได้)

อนึ่ง คนที่ตายแล้วย่อมสละทิ้งเซลล์นี้ทั้งหมด แต่จิตนั้นยังไปยึดชั้น ๕ จึงไปเกิดในชั้น ๕
แล้วก็ได้เซลล์ใหม่ขึ้นมาอีก ชั้น ๕ ก็คือเซลล์ใหม่ที่ดียอมทำงานในหน้าที่เดิมต่อไป เพราะจิตไปยึด
ในชั้น ๕ จึงได้ชั้น ๕ มิใช่เซลล์ไปยึด เซลล์เป็นแต่เกิดแล้วก็ดับไป จิตผู้รู้ถ้าหากรู้ทำตามเป็น
จริงว่า เซลล์เป็นผู้รับรู้ จิตเป็นผู้รู้รู้ชั่ว หยาบตะเอียด บาปบุญคุณและโทษ สติควบคุมจิตให้อยู่ใน
อำนาจของตนได้ ไม่ปล่อยไปตามอำนาจของกิเลส เซลล์และจิตทำงานร่วมกันอย่างนี้ เมื่อแยกออก
จากกันแล้วก็จะเห็นเป็นคนละอันกัน เซลล์ไม่ได้ไปตกนรกขึ้นสวรรค์ จิตเท่านั้นเป็นผู้ไป เซลล์ทาง
ศาสนาท่านเรียกว่า ปสาทะ เป็นวัตถุธาตุชนิดหนึ่งสำหรับรับรู้ เป็น ปสาทรูป ทำงานร่วมกันอย่างนี้
จึงเป็นไปโดยเรียบร้อย ถ้าเซลล์วิกลส่วนใดส่วนหนึ่งสามารถรักษาด้วยยาได้ แต่ถ้าจิตวิกลรักษา
ด้วยยาไม่หาย ต้องรักษาด้วยธรรมโอสธ เมื่อรักษาด้วยธรรมะส่วนใจหายแล้ว ส่วนเซลล์ก็พลอย
หายไปด้วย เซลล์นี้ในทางพุทธศาสนาสอนว่า ปสาทะ เป็นวัตถุธาตุชนิดหนึ่งสำหรับรับรู้ จิตเป็น
นามธรรมสำหรับทำงานร่วมกันกับปสาทะก็ได้ สำหรับควบคุมจิตไม่ให้ส่งสายก็ได้ เมื่อแยกออก
จากกันแล้วเซลล์ย่อมไม่มีความหมายอะไรเลย จิตสามารถไปเกิดได้อีกหรือไปตกนรกหรือไปขึ้น
สวรรค์ก็ได้