



หลวงพ่อดิเรก จิตตสุภา

**งานของมนุษย์
และวิธีการของท่านผู้รู้**
หลวงพ่отေးน จิตตสุโก

พิมพ์ครั้งที่ ๘ : สิงหาคม ๒๕๕๖

จำนวน ๓,๐๐๐ เล่ม

ได้รับอนุญาตจาก

มูลนิธิหลวงพ่отေးน จิตตสุโก (พันธ์ อินทผิว) แล้ว

จัดพิมพ์เป็นธรรมทานโดยวัดสนามใน

๒๗/๑ ม.๔ ต.วัดชะลอ อ.บางกรวย จ.นนทบุรี ๑๑๓๓๐

โทร. ๐-๒๘๘๓-๗๒๕๑ • <http://www.watsanamnai.org>

ออกแบบและเอื้อเพื่อการเผยแพร่ธรรมโดย สำนักพิมพ์ธรรมดา

ดำเนินการผลิตโดย บริษัท ผลึกไท จำกัด

โทรศัพท์ ๐-๒๘๘๘-๗๐๒๖-๗, ๐๘-๐๕๗๘-๓๑๖๓

โทรสาร ๐-๒๘๘๘-๘๓๕๖

พิมพ์ที่ โรงพิมพ์เม็ดทราย

๕๘/๕-๑๐ ถนนจรัญสนิทวงศ์ แขวงอรุณอมรินทร์

เขตบางกอกน้อย กรุงเทพฯ ๑๐๗๐๐

มูลนิธิหลวงพ่отေးน จิตตสุโก (พันธ์ อินทผิว) เป็นเจ้าของลิขสิทธิ์
สงวนลิขสิทธิ์หนังสือเล่มนี้ตามพระราชบัญญัติ พ.ศ.๒๕๓๗ ห้ามคัดลอกเนื้อหา
ภาพประกอบ รวมทั้งดัดแปลงเป็นแบบฉบับที่ก่อกวน ตีพิมพ์ตีพิมพ์ หรือเผยแพร่
ด้วยรูปแบบและวิธีการอื่นใดก่อนได้รับอนุญาตจากมูลนิธิฯ ผู้ใดประสงค์จะจัดพิมพ์
เพื่อเผยแพร่ผลงานของหลวงพ่отေးน จิตตสุโก กรุณาติดต่อได้ที่มูลนิธิหลวงพ่отေးน
จิตตสุโก (พันธ์ อินทผิว) ๕๒ หมู่ ๕ แขวงทวีวัฒนา เขตทวีวัฒนา กรุงเทพฯ
๑๐๑๗๐ โทร. ๐-๒๔๒๕-๒๑๑๕ โทรสาร ๐-๒๔๑๔-๐๐๒๓

แจกเป็นธรรมทาน ห้ามจำหน่าย



คำนำ

“งานของมนุษย์” เล่มนี้ พิมพ์เป็นหนังสือครั้งแรกเมื่อเดือนกรกฎาคม ๒๕๒๘ โดยคุณสัจจพันธ์ อรรถากร เป็นผู้ถอดความจากแถบบันทึกเสียงที่หลวงพ่อเทียน จิตตสุโก เทคนิชอบรมพระภิกษุ-สามเณร และญาติธรรมด้วยภาษาเมืองเลย แต่ในการพิมพ์ครั้งนี้ได้จัดทำวรรคตอนและย่อหน้าใหม่ มีหัวข้อย่อยเพิ่มขึ้นมา เพื่อให้จับประเด็นของเรื่องได้ง่ายขึ้น และได้ถอดความจากภาษาท้องถิ่นเป็นภาษาภาคกลางเกือบทั้งหมดจะได้อ่านไม่สะดุด คงเหลือไว้เฉพาะคำที่เกี่ยวกับการปฏิบัติโดยตรง เช่น **เฮ็ดซื่อๆ** โดยอธิบายความหมายของคำไว้ในเชิงอรรถ

ในเล่มแบ่งเป็น ๒ บท บทแรก หลวงพ่อกล่าวไว้ว่า มันเป็น**หน้าที่** ของมนุษย์ทุกคนที่จะต้อง “ทำงาน” เราจึงต้อง “รัก” งานเพื่อจะทำงานโดยไม่เหน็ดเหนื่อยไม่เบื่อไม่เซ็ง ก่อนที่ความรักในงานจะเกิดขึ้นได้ เราต้องฝึกหัดตัดนิสัยเสียก่อน เราต้องศึกษาตัวเราจากธรรมชาติ ให้เห็นธรรมชาติในตัวเราจริงๆ

บทสุดท้าย ท่านเสนอแนะ **วิธีการ** เมื่อเรา **ทำถูกแบบ** ตามวิธีการของท่านผู้รู้ ก็จะได้ **รับผลอย่างเดียวกันกับท่านผู้รู้** ดังคำพูดที่ว่า “จงทำอย่างเราตถาคตนี้ ก็จะมี - จะเห็น - จะเป็น - จะมีอย่างเราตถาคตนี้ จะไม่มีทุกข์อย่างเราตถาคตนี้”

มูลนิธิหลวงพ่อเทียน จิตตสุโก (พันธ์ อินทผิว)
กันยายน ๒๕๕๒

คำนำในการพิมพ์ครั้งแรก

การทำงานเป็นเสมือนลูกกุญแจที่จะไขไปสู่ความสำเร็จ. แต่งานที่จะได้รับผลสำเร็จสูงสุดของชีวิตนั้น คือ “งานทำความรู้สึกตัว” และ “การกระทำทางจิต”, ซึ่งท่าน**หลวงพ่อพันธ์ หรือ “หลวงพ่อเทียน จิตตสุโก”** ได้สอนความจริงเรื่องนี้ตลอด ๒๘ ปีที่ผ่านมา.

สำนักฯ วัดสนามใน และ “ทับมิ่งขวัญ” ตระหนักถึงประโยชน์ของการทำงานชนิดนี้มาก จึงได้จัดพิมพ์ธรรมบรรยายเรื่องนี้ของท่านออกเผยแผ่.

อเนก ใคร่ขอขอบคุณท่านผู้มีศรัทธาบริจาคและร่วมทำ “งานของมนุษย์” ขึ้นนี้. และขออนุโมทนากับทุกท่านที่ได้เจริญก้าวหน้าในชีวิตการงาน โดยเข้าถึงสภาพจิตใจที่ไม่เป็นทุกข์, รวมทั้งขอตั้งความหวังกับทุกท่านให้ได้เจริญในธรรมเป็นลำดับไป.

คณะผู้จัดพิมพ์

๒๘ กรกฎาคม ๒๕๒๘
(ขึ้น ๑๒ ค่ำ เดือน ๘)

คำชี้แจง

สังฆกรรมที่หลวงพ่อเทียน จิตตสุโก นำมาเปิดเผย และเทคนิคการเจริญสติด้วยวิธียกมือสร้างจังหวะที่ง่ายแต่มีประสิทธิภาพสูงทำให้มีผู้รู้ตามเห็นตามเพิ่มมากขึ้น ท่านจึงเป็นที่รู้จักและยอมรับในแวดวงของผู้แสวงหาทางพ้นทุกข์

นับจากวันที่ท่านประจักษ์แจ้งสังฆกรรม เมื่อวันที่ ๘ กรกฎาคม ๒๕๐๐ และนับจากวันมรณภาพเมื่อ ๑๓ กันยายน ๒๕๓๑ เป็นต้นมา มีบุคคลหลายคนหลายกลุ่มได้นำเอาคำสอนของท่าน ไปตีความบ้าง ขยายความบ้าง หรือพยายามอธิบายด้วยภาษาของตนเองบ้าง ตามทิวี่ ความนึกคิด และความเข้าใจของแต่ละบุคคล ซึ่งอาจจะถูกก็ได้ ผิดก็ได้ ถูกมากผิดน้อยก็ได้ ถูกน้อยผิดมากก็ได้ หรือแม้แต่ผิดทั้งหมดก็ได้

ทางมูลนิธิหลวงพ่อเทียน จิตตสุโก (พันธ์ อินทผิว) มีอาจจะไปติดตามแก้ไข ท้วงติงได้ทั้งหมด จึงขอเตือนสติทุกๆ ท่านว่า สมัยหลวงพ่อเทียนยังอยู่นั้น ท่านได้พูดย้ำเรื่อง **กาลามสูตร** อยู่เสมอไม่ให้เราเชื่ออะไรง่ายๆ และท่านยังได้พิมพ์ **กาลามสูตร** ไว้ในหนังสือของท่านทุกเล่ม ซึ่งมูลนิธิฯ ก็ได้ปฏิบัติตามแนวทางของท่านตลอดมา

สำหรับผู้สนใจศึกษาคำสอนของท่านอย่างจริงจัง จะพบว่า จุดเด่นในคำสอนของหลวงพ่อเทียนก็คือ ท่านจะนำทางให้เราหันกลับมาให้ความสำคัญกับ**บรรพชาตบิรสุทธิ์** ที่เรียกว่า **“ความรู้สึกรักตัว”** และ **“ความปกติของจิตใจ”** ในตัวของเราเองเสมอ เพราะนั่นเป็นหนทางเดียวที่เราจะรู้ว่า **พระพุทธรเจ้าสอนอะไร หลวงพ่อเทียนสอนอะไร**

ลงชื่อ 

(พระอธิการเอนก เตชวโร)

ประธานกรรมการมูลนิธิหลวงพ่อเทียน จิตตสุโก

กันยายน ๒๕๕๒

สารบัญ

งานของมนุษย์

พอใจ - ชอบใจ - รักในงาน	๑๑
ดัดนิสัย	๑๓
เคลื่อนไหวให้รู้สึก	๑๔
มีสติก็มีมารยาท	๑๖
ทำงานเพื่องาน	๑๗
การศึกษาตัวเรา คือ การศึกษาธรรมชาติ	๑๘
เข้าไปรู้ - เห็น - เข้าใจธรรมชาติของคน	๑๙
ถ้าทำไม่ถูก - นาน - เสียเวลา	๒๐
รู้สมมติ - ไม่ติดสมมติ	๒๑
มีตาทิพย์ - หูทิพย์	๒๒
รู้ศาสนา - พุทธศาสนา	๒๓
รู้บาป - บุญ	๒๔
ทำถูก - ธรรมชาติสอนเอง	๒๖
ต้องพร้อมที่จะเปลี่ยนแปลง	๒๘
“จิต” พาทำ หรือว่า “รูป” พาทำ	๒๙
กิเลส - สติปัญญา	๓๐
ทำถูก - ทำงานไม่เห็นเหนื่อย	๓๑
วิถีสงสารของผู้รู้ - ผู้ไม่รู้	๓๒
เหนื่อยเพราะยึดถือ	๓๓

๑๑

๑๓

๑๔

๑๖

๑๗

๑๘

๑๙

๒๐

๒๑

๒๒

๒๓

๒๔

๒๖

๒๘

๒๙

๓๐

๓๑

๓๒

๓๓

๓๔

รู้อันเดียวกัน

๓๗

เคารพพระธรรม

๓๘

พุทธบริษัทสี่

๔๑

วิธีการของท่านผู้รู้

๔๕

อย่าให้มันรัก

๔๘

ต้องทำจริงๆ

๔๙

ต้องรู้วิธีียบถ้อยด้วย

๕๑

ธรรมะ คือ การกระทำ

๕๓

ทะลุออกมา

๕๕

ใจสว่าง

๕๗

ต้องมีวิธีการ

๕๘

มีหมดทุกคน

๖๑

เจริญสติ - ดูความคิด

๖๓

เข้าใจกิเลส - ตัณหา - อุปาทาน - กรรม

๖๕

ฝึกหัดกิริยามารยาท

๖๗

รับรองผลด้วยชีวิต

๖๙

ไม่ต้องเป็นอะไร

๗๐

ทำถูกต้องตามแบบ

๗๑

จิตหลุดพ้น

๗๓

งานของมนุษย์





พอใจ - ชอบใจ - รักในงาน

ขอให้ตั้งใจฟังทุกรูป ญาติโยมขอให้ตั้งใจฟังเหมือนกัน

พวกเรามันต้องมีจิตใจหนักแน่น การงานทุกสิ่งทุกอย่าง ถ้าหากเราไม่มีจิตใจหนักแน่นเสียแล้ว การงานนั้นก็จะไม่เดินไม่ก้าวหน้า ถ้าหากว่าจิตใจหนักแน่น หรือหากว่ามีความพอใจ - ชอบใจ - รักในงานอันนั้น ทำงานอันนั้นจะไม่เหนื่อยไม่เมื่อย ทำได้อยู่ตลอดเวลา ทั้งกลางวันกลางคืน ตอนเช้าตอนเย็น เพราะเราพอใจในการในงาน จึงว่าไม่เหนื่อยไม่ทุกข์ ถ้าหากเราไม่พอใจเสียแล้ว การงานนั้นไม่ก้าวหน้า เราไปทำก็เมื่อยเพราะเราไม่รักงานนั้น ไม่พอใจในงานนั้น - เมื่อย เมื่อความเหน็ดเหนื่อยเมื่อยล้ามีแล้วเช่นนี้ งานไม่สำเร็จ ดังนั้น **คนเราจึงต้องมีความรักและมีความพอใจในการงานของตนจริงๆ**



ตัดนิสัย

ก่อนที่จะทำได้เช่นนี้ ก็ต้องมีการฝึกหัดตัดนิสัย คนเรา - มันต้องมีการฝึก **ถ้าหากไม่ฝึกหัด ตัดนิสัยแล้ว มันมักจะเป็นไปตามสันดานเดิม** สันดานเดิมซึ่งมันมีอยู่ด้วยกันหมดทุกคน ไม่ว่าจะเป็นสัตว์เดรัจฉานหรือว่าสัตว์มนุษย์นั้น มักชอบเป็นคนขี้เกียจ เกียจคร้าน - ทำงานน้อย - เล่นมาก - นอนมาก นั่นเป็นสันดานของคนเกียจคร้าน เป็นสันดานเดิมของสัตว์ **ถ้าหากคนใดรักการรักงานแล้ว จะเป็นคนกินน้อย - นอนน้อย - พุดน้อย - ทำการงานมาก - ชอบพอทำการงาน** นั่นแหละ จึงว่าจะต้องตัดแปลงนิสัย ใครๆ ก็เหมือนกันหมดทุกคน ไม่ว่าหญิงไม่ว่าชาย ไม่ว่าพระสงฆ์องค์เณร เป็นอย่างนั้นนะ - เรื่องนิสัยนี้ ถ้าหากว่าเราได้อยู่ดี - กินดี - นอนดี สบายใจ - ถูก **มันถูกใจกิเลส แต่มันไม่ใช่จะถูกใจสติปัญญา**

ดังนั้น เราจึงว่าคนเรานี้อยู่ด้วยทุกข์ กินด้วยทุกข์ นั่งนอนด้วยทุกข์ ทั้งนี้เพราะเราไม่เห็นทุกข์นั่นเอง เมื่อเราเห็นทุกข์ - รู้ทุกข์ - เข้าใจทุกข์เสียแล้ว เราจะพยายามปลดเปลื้องตัวเราให้ออกจากทุกข์จริงๆ ทุกข์นั้น - เราเข้าไปยึดมัน เข้าไปถือมัน แบกهامอยู่ มันก็เลยทุกข์ ถ้าหากเราไม่เข้าไปยึดไปถือมัน ไม่แบกไม่หามมัน ปล่อยวางมัน **ทั้ง** ความทุกข์จะไม่เกิดขึ้นมาเลย - จริงๆ





เคลื่อนไหวให้รู้สึก

เมื่อวานนี้ มีผู้อำนวยการ ข.ส.ม. หรืออะไรนี่ละ เราก็ไม่รู้จัก เขาให้ลูกน้องของเขามา ๒ ครั้งแล้ว เขาว่าเขาได้อ่านหนังสือของพวกเราที่พิมพ์กันขึ้นมา แล้วเขามีข้อสงสัยเกี่ยวกับเรื่องการเจริญสติ กับทำสมาธิ พวกเราก็จดจำไว้ให้ดีกว่า อันนี้ - มันเป็นเรื่องการตอบปัญหาของคน จะแก้ปัญหของคน - ต้องจำให้ดี

การเจริญสติ เจริญสมาธิ หรือทำสมาธิ นั้น ไม่ต้องไปทำมันครับ แต่ว่าให้เคลื่อนไหว ให้มันรู้สึก ที่ว่า “รู้สึก” นี่แหละครับ **เป็นสติ เป็นสมาธิ** คนเราถ้าเคลื่อนไหวโดยไม่รู้สึก จะไปทำสมาธิอยู่เท่าใด - ก็ไม่เป็นสมาธิ จะไปนั่งภาวนาอยู่เท่าใดๆ ก็ตามที่ - จะไม่มีสติ เพราะว่ามันไม่รู้สึกตัวแล้วนี่ ภาษาธรรมะท่านเรียกลักษณะเช่นนี้ว่า “โมหะ” ภาษาบ้านเราเรียกว่า “หลงตัว - ลืมตัว - ไม่กำหนดตัวเอง”



มีสติก็มีมารยาท

ฉะนั้น คนมันจึงทำไปตามใจชอบ ชอบจะทำอย่างไรก็ทำไปนี่ละ เราจึงเรียกว่า “คนไม่มีสติ” คนอย่างนี้ถึงจะว่าตนมีสติอยู่ก็ตามเถิด ก็เป็นคนไม่มีมารยาท **คนมีสติมีมารยาทนั้น ต้องรู้สึกตัวในการทำ - การพูด - การคิด การนั่ง - การนอน - การยืน - การเดิน ท่านว่า - อย่างนี้แหละ คือ สติ คนที่รู้สึกตัว อยู่อย่างนี้ละ ท่านเรียกว่าคนมีสติ** เมื่อมีสติเช่นนี้ การทำการพูดนั้นจึงว่าไม่ค่อยพลาดผิด จะมีความรักตัวเองอยู่เสมอ ชอบในการทำงานของตัวเอง ชอบในกิริยามารยาทของตัวเอง เพราะตัวเองฝึก (มา) อย่างนั้น





ทำงานเพื่องาน

แต่คนมักจะไม่ค่อยชอบฝึกตัวเอง คอย (ทำ) ตามนิสัยเดิมของตัวเอง เมื่อไปทำงานสิ่งใดสิ่งหนึ่งเข้า เมื่อเกิดไม่พอใจ ก็มีความทุกข์ความแข็ง สมัยนี้ท่านเรียกว่าความแข็ง ส่วนบ้านผมเรียกว่า มีความทุกข์ความเดือดร้อนสับสนวุ่นวาย ทั้งนี้ก็เพราะไม่ฝึกหัดตัวเอง จะทำอะไรก็กลัวแต่จะเหน็ดเหนื่อยเมื่อยล้า เมื่อกลัวแล้วมันเหนื่อยครับ เข้าไปอยู่ในสังคมก็เดือดร้อน เพราะว่าเราเอาแต่ใจเรา ถ้าหากเราวางภาระ ทั้งหมด ทำงานเพื่องานเฉยๆ อย่างที่ผมว่านี่ **“ทำงานเพื่องาน”** ไม่ใช่ทำงานเพื่อตัวเรานะ ทำงานเพื่องานเท่านั้น แต่ผลก็จะเป็น **“เพื่อตัวเรา”** - ก็ถูก **“เพื่อเพื่อนฝูงประเทศชาติบ้านเมือง”** - ก็ถูก

“ทำ ซื่อๆ” นี้ เป็นหน้าที่ของคน มันต้องทำงานทุกคนนี้ เพราะคนมันต้องกินนี้ มันกิน มันนอน มันไปนั่นมานี่ มันเป็นหน้าที่นะ จึงบอกหลักไว้ให้ฝึกหัดทุกๆ คน

*คำว่า “ซื่อๆ” ในภาษาถิ่นอีสานนี้มีหลายความหมาย “ตรง” (ไม่คิดไม่โกง) ก็ได้ “เฉยๆ” ก็ได้ “อย่างนั้นแหละ” “อย่างนั้นเอง” ก็ได้ หรืออาการของใจที่ว่างเฉยเป็นอุเบกขา ก็ได้ ขึ้นอยู่กับรูปประโยคที่พูด ส่วนความหมายในที่นี้ ตรงกับคำว่า “อุเบกขา” มากที่สุด “ทำซื่อๆ” ก็หมายถึง ทำอะไรก็ทำไปโดยมีสติกำกับ ใจเป็นอุเบกขาอยู่ด้วยนั่นเอง **ทำไปอย่างนั้นไม่หวังอะไร** - สัจจพันธ์ อุตถาก



การศึกษาตัวเรา คือ การศึกษาธรรมชาติ

ก่อนที่จะเป็นอย่างนี้ (ทำงานเพื่องาน) ได้ เราต้องพยายามศึกษาตัวเราให้มาก การศึกษาตัวเรานี้ ท่านเรียกว่า **“ศึกษาธรรมชาติ”** - ว่าอย่างนั้น

ธรรมชาติของมันเป็นอย่างนั้น จึงว่า - การฝึกสติ หรือไปทำสติ - ทำสมาธิ หรือจะเรียกว่า ทำกรรมฐาน อะไรก็ตามเกิด ต้องทำกับธรรมชาติของมัน

ผมได้ทำมาแล้วพอสมควรเรื่องเหล่านี้ครับ เรื่องพุท-โธ ธัม-โม สัมมา-อรหัง พอง-ยุบ นับหนึ่ง-สอง-สาม อาณาปานสติ ฯลฯ เป็นอยู่ครับ - สงบอยู่ ศึกษาธรรมชาติแบบนั้นก็ถูก แต่สำหรับผมไม่เข้าใจ ไม่เกิดความเข้าใจ

แบบที่ผมจะนำมาเล่าสู่กันฟังวันนี้เนี่ย **เป็นการศึกษาธรรมชาติ ทำสมาธิกับธรรมชาติ เป็นการเจริญสติกับธรรมชาติ** กล่าวคือ **มันเคลื่อนไหวโดยวิธีใดก็รู้สึกตัว “ความรู้สึกตัว”** นั่นละครับ เป็นสติ เป็นสมาธิ **เป็นธรรมชาติของมันอย่างนั้นเอง** ให้มันเห็นธรรมชาติของมันอย่างนั้นเองจริงๆ - ครับ



เข้าไปรู้ - เห็น - เข้าใจธรรมชาติของคน

“โอ! ธรรมชาติของสัตว์ ธรรมชาติของคน ธรรมชาติของมนุษย์ มันเป็นอย่างนี้เองหนอ” เราก็จะเห็นในทันทีทันใดนั้นเลยทีเดียว

เมื่อเห็นอย่างนี้แล้ว ก็จะทำให้เห็นว่า สภาพการเคลื่อนไหวทุกสิ่งทุกอย่างนั้นละครับ มันเป็น “รูป” มันเป็น “นาม” มันเป็น “ทุกข์” ทุกข์ จึงว่า หนไม่ไหว

พระพุทธเจ้าท่านสอนว่า ทุกข์ - หนไม่ไหว มันหนไม่ไหว - นั่งอยู่เฉยๆ ไม่ได้ครับ เราจะเห็นสภาพธรรมชาติของมันเป็นอย่างนี้เองที่นี่ เราก็รู้เลย

เมื่อเห็นทุกข์แล้ว ที่นี่ก็เห็น “สมมติ” เลย์รู้ - เข้าใจ เรื่องสมมติ ผี - เทวดา นี่ รู้จริงๆ ครับ มันรู้จากธรรมชาติ



ถ้าทำไม่ถูก - นาน - เสียเวลา

“ธรรมชาติอยู่ไหน?” - ว่านั่น

“ธรรมชาติ (ของ) สติ - ปัญญา” หรือธรรมชาติที่จะทำให้รู้มันมีอยู่แล้วในคนทุกคนไม่ยกเว้น ถ้าทำถูกครับ ถ้าทำไม่ถูกก็ไม่ใช่ - มันเป็นอย่างนั้น จะเปรียบก็เหมือนกับว่า เม็ดข้าวทุกเม็ด จะเป็นข้าวเหนียวก็ช่าง ข้าวเจ้าก็ตาม ถ้าเป็นข้าวอ้วนข้าวเต็ม - เป็นข้าวเปลือกครับ เอาไปเพาะไปปลูกมันจะแตกหมดทุกเม็ด ออกหน่อหมดทุกเม็ดเมื่อเพาะปลูกในที่ชุ่มที่เย็น แต่ถ้าเอาไปเพาะไปปลูกในที่ที่มันแห้งแล้ง ที่มันไม่มีน้ำ อาจจะไม่ออกก็ได้ หรือต้องเสียเวลานานถึงจะออกก็ได้ ถ้าไปปลูกในเตาไฟหรือที่ที่เราก่อไฟจะไหม้เสียด้วยซ้ำไปครับ

ดังนั้น การฝึกการอบรมนี้ก็เหมือนกัน ถ้าทำไม่ถูกแล้ว ก็จะต้องทำนานครับ เสียเวลา **ถ้าทำถูก ก็จะได้ผลดี**



รู้สมมติ - ไม่ติดสมมติ

เมื่อรู้จักสมมติแล้ว ก็จะไม่ติดสมมติ แต่ก็อยู่กับสมมติ นั้นแหละ อันนี้แสดงว่าหรือหมายความว่า อยู่กับการทำงาน แสดงว่า ทำการทำงานได้ทุกอย่างนั้นแหละ แต่จะไม่ติด - ไม่ทุกข์เพราะงาน อันนั้น ทั้งนี้ก็เพราะว่าเรารู้จักสมมติอันนั้นแล้วนี่ครับ มันเป็นหน้าที่ ของทุกคนต้องทำอย่างนั้น

สมมติ (ที่เรียกว่า) ผี สมมติเทวดา สมมติเปรต สมมติสัตว์ เจริญาน สมมติอสุรกาย สมมติพระอินทร์ พระพรหม สมมติมนุษย์ สมมติ (ที่เรียกว่า) พระอริยเจ้าก็เหมือนกัน ถูกสมมติขึ้นมาทั้งหมด - บัญญัติกันขึ้นมา แต่ว่าเป็น “ปรมาตม”^{*} ท่านจึงว่า - สมมติบัญญัติ ปรมาตมบัญญัติ อรรถบัญญัติ และ อริยบัญญัติ หนีจาก “สมมติ” ไม่ได้ ถึงจะเป็นปรมาตมก็ยัง (ต้อง) เอาสมมติไปว่า - ไปบัญญัติ (ขึ้นมา) สมมติอันหนึ่งๆ (เรา) ก็สมมติขึ้นเอง เรียกกันไปเอง เช่น สมมติ “ผี” ก็สมมติเรียกกันอย่างนั้นเอง ผีจึงไม่เห็น ไม่มีตัวไม่มี ตน คนใดไม่มีตาทิพย์ ไม่เห็นผีจริงๆ

^{*}ปรมาตม หมายถึง ของจริง กำลังทำ - กำลังเป็น - กำลังมีอยู่ - กำลังสัมผัสอยู่



มีตาทิพย์ - หูทิพย์

เมื่อรู้จัก “รูป - นาม” นี้แล้ว “ตาทิพย์” มีขึ้นมาเลย มีตาทิพย์ น้อยๆ เห็น - รู้จัก “โอ!..ตาทิพย์อันนี้ มันไม่ได้หมายถึงว่าจะไปเห็น คนอื่น (แต่) เห็นตัวเรา ดูตัวเรา สภาพหรือสภาวะตัวเราทำชั่ว ทำดี มันเห็นอย่างนี้ต่างหากละ โอ! นี่ - ตาทิพย์มันเป็นอย่างนี้”

“หูทิพย์” นี่ - ฟังการพูด พูดดี - พูดชั่ว พูดอันใดๆ นั้น เรา รู้ได้หมด นี่ - อันนี้หูทิพย์ ไม่ใช่ตาทิพย์ไปมองเห็นดับไตไส้ปอดของ คนนั้นคนนี้ ไม่ใช่ (อย่างนั้น) หูทิพย์ - เรานั่งอยู่ที่นี้ คนพูดอยู่ที่ใด ไกลๆ ได้ยินหมด อันนั้นก็ยังไม่ใช่ ตาทิพย์ - หูทิพย์อย่างนั้น มันออกนอกตัวไป มันเลย “เป็นคนลืมหูลืมตา” ไปเสียครับ

พระพุทธเจ้าท่านจึงสอนว่า “ท่านจงมีสติอยู่ทุกเมื่อเถิด” - ว่า อย่างนั้น ถ้าเรามีสติอยู่ทุกเมื่อแล้ว เราจะไปเห็นคนอื่นได้อย่างไร มันก็ไม่ไปเห็นคนอื่นสิ มันเห็นตัวเรานี่ละ นี่ - ท่านว่าอย่างนั้น



รู้ศาสนา - พุทธศาสนา

เมื่อรู้จักสมมติแล้ว ก็รู้จัก “ศาสนา” เลย

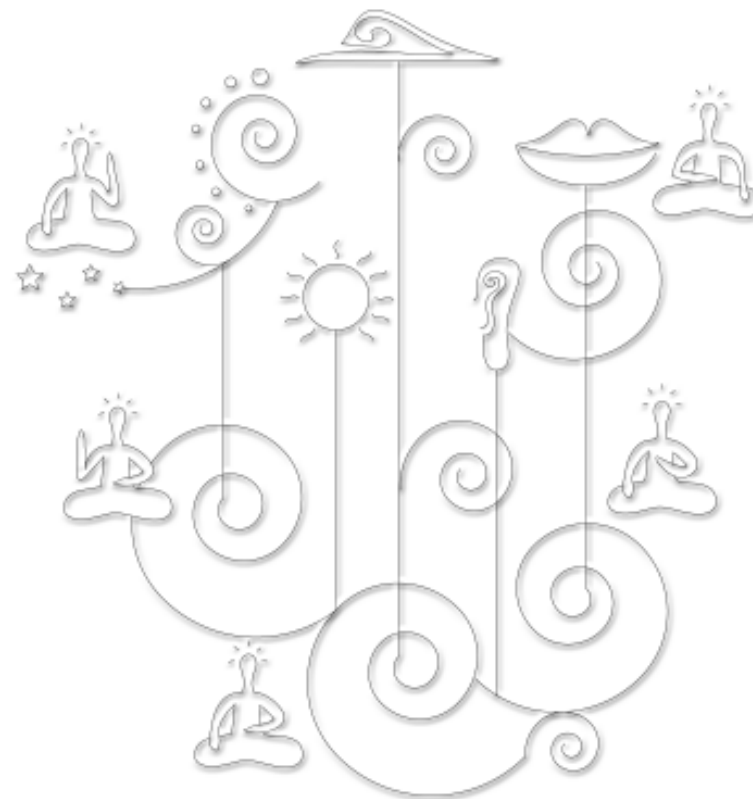
ศาสนา แปลว่า คำสอนของท่านผู้รู้ - วาจัน จึงว่า - ศาสนามีหลายอย่าง เพราะเรารู้จักแล้วจริงๆ นี่ ศาสนา - คนใดรู้อันใดก็เอาอันนั้นแหละมาสอน สอนใส่หูคนนั้นล่ะ ดังนั้น คนจึงต้องมีการแก้ไขฝึกหัดดัดแปลง เพราะรู้มาถึงขั้นนี้แล้ว ก็รู้ทุกคำสอนมาแล้ว นี่ ฉะนั้น - “การฟัง” นั้นจึงว่าฟังแล้วก็ (ให้) ดูตัวเรา ดูตัวเราแล้วก็ฟังคำพูด แล้วก็ดูหมู่ดูเพื่อน มันต้องเป็นไปอย่างนั้นนะ

จึงว่า โอ! ธรรมะ - ศาสนา นี้ ไม่ได้หมายถึงตัวหนังสือ ไม่ได้หมายถึงพระพุทธรูป ไม่ได้หมายถึงโบสถ์วิหารอย่างเดียวเท่านั้นนะ มันหมายถึงคำสอน - สอนตัวคน ตัวจริงของมันแท้ๆ นั้น ก็คือ **“ตัวคนนั้นแหละเป็นตัวศาสนา”**

ตัว “พุทธศาสนา” นั้น คือ ตัวสติ - ตัวสมาธิ - ตัวปัญญา นั้นต่างหาก

ดังนั้น “ศาสนาผี” จึงมี “ศาสนาเทวดา” - ก็มี “ศาสนาฤกษ์งามยามดี” - ก็มี เหล่านี้เป็นศาสนาทั้งหมดแหละ รวมไปถึงศาสนาคริสต์ ศาสนาอิสลาม ฯลฯ แล้วก็มีศาสนาพุทธด้วย แต่ความจริงนั้นตัวศาสนามันถูกสมมติขึ้นมา - ว่ากันไปเอง

ถ้าหากเป็นปรมาตม์แล้ว ตัวสติ - ตัวสมาธิ - ตัวปัญญา ฝึกหัดดัดนิสัยเราให้ถูกกับธรรมชาติ นั้นแหละ (คือ) ตัวพุทธศาสนา - ผมเข้าใจอย่างนี้ครับ





รูปาป - บุญ

เมื่อรู้จักศาสนาแล้ว ก็รู้จัก “บาป” รู้จัก “บุญ” เลย

บาปคืออะไร - ถึงจะทำบุญอยู่ก็ตามเถิด แต่ (หาก) ทำชั่ว - พุจฉั่ว - คิดชั่วอยู่ เป็นบาปไปเลย บาปมันอยู่ตรงนั้น (ตรงที่ทำชั่ว - พุจฉั่ว - คิดชั่ว) มันไม่เห็นเป็นตนเป็นตัว (หอรอก) ครั้น พุฒให้ ฟังอยู่เดี๋ยวนี้ (แม่) ทำกรรมฐาน (อยู่) ก็ตาม ทำวิปัสสนาอยู่ก็ตาม (ก็ยัง) เป็นบาป ที่ว่า “เป็นบาป” เพราะว่ามัน (ยัง) ทำชั่ว - พุจฉั่ว - คิดชั่วอยู่ ตรงนั้นต่างหาก

อันตัวรูปกายอันนี้นะ ตัวรูป - ตัวนามอันนี้ มันไม่รู้จักอะไร (หอรอก) เราไปดูสิคนตาย มันจะพลิก จะขยับ (ตัว) เป็นไหม ถึงจะ เอาข้าวไปให้กิน มันก็กินไม่ได้ ทำอะไรมันก็ไม่เป็น - ไม่ได้ ทั้งหมด เป็นท่อนไม้ ท่อนฟืน เป็นดินไปเลย ๆ นี่ละ เป็นอาหารของ สัตว์เหล่าอื่น ตัวจิตวิญญาณละ เราเห็นไหม ไม่เห็นละสิ จะเห็นได้ อย่างไร ตายแล้วไปไหนก็ไม่รู้ วิญญาณ - ไม่รู้สิ น๊ะ!

นี่แหละ บาป - บุญ รู้จักมันตรงนี้ครับ ท่านจึงว่ามีตาทิพย์ มี หูทิพย์ มันอยู่นี่เอง! มันไม่อยู่ไกลดอก





ทำถูก - ธรรมชาติสอนเอง

เมื่อรู้จักอย่างนี้แล้ว ก็หมดสงสัยเรื่องผีเรื่องเทวดา เรื่องนรก เรื่องสวรรค์ เรื่องเปรต สัตว์เดรัจฉาน อสุรกาย รู้จักหมดสิ้นจริงๆ ไม่มีทุกข์เพราะสิ่งเหล่านี้ ตายแล้วเกิด เกิดแล้วตายหรือ? - ไม่สงสัยดอก หมดสงสัยเลยครับ **การจะกระทำให้เป็นอย่างนี้ได้ เพราะธรรมชาติมันสอนให้เอง รู้จักทุกข์ - สุข เพราะธรรมชาติมันสอนให้**

ดังนั้น **การศึกษาธรรมะจึงต้องศึกษาจากธรรมชาติ**เช่นนั้นจริงๆ ผู้หญิงก็มีธรรมชาติเช่นนั้น ผู้ชายก็มีธรรมชาติเช่นนั้น พระสงฆ์องค์เณรก็มีธรรมชาติเช่นนั้น คนรวยคนจนก็มีธรรมชาติเช่นนั้น คนมันเหมือนกันหมดนี้ครับ คนไทย คนจีน คนอังกฤษ คนฝรั่งเศส คนอเมริกา คนเขมร คนญวน คนลาว คนอินเดีย ก็มีอย่างนั้นครับ



ต้องพร้อมที่จะเปลี่ยนแปลง

สำหรับพระพุทธเจ้านั้น พระองค์เป็นคนที่ทำจริงพูดจริงครับ เปลี่ยนแปลงไปเรื่อยๆ สิ่งใดที่ไม่ได้ประโยชน์แล้ว ท่านเปลี่ยนทันทีเลย เราคงเคยได้ยินกันมาแล้วว่า พระองค์ไปปฏิบัติอยู่กับพระอาจารย์จนได้สมบัติแปด แต่มันก็ไม่ใช่ว่า พระองค์ก็เปลี่ยนเลยหนีเลย ออกจากที่นั่น พระองค์ก็มาปฏิบัติบำเพ็ญทุกรกิริยา ไม่ฉันข้าวไม่ฉันน้ำ อันนั้นก็ไม่ใช่ทางอีก พระองค์ก็เปลี่ยนเลย - เป็นอย่างนั้น **อันนี้สัจคน - มันต้องพร้อมที่จะเปลี่ยนแปลง ดัดให้มันเข้ากับธรรมชาตินั้นๆ จริงๆ** ในที่สุดพระองค์ก็มา “กระทำทางจิต” นี้ละ





“จิต” พาทำ หรือว่า “รูป” พาทำ

คำว่า “**กระทำทางจิต**” นี้ “จิต” พาทำ หรือว่า “รูป” พาทำ (จะ) ทำอะไรก็ตาม เราก็เห็นแล้ว จิตใจเขาจะพาทำ ทำดี - ทำชั่ว ที่นี้ก็ตัวสติ - ปัญญา ที่คอยคุมกายวาจาใจ - เน๊าะ! เมื่อสติ - สมาธิ - ปัญญา ควบคุมกายวาจาใจแล้ว ก็เป็นคน ไม่ลืมหืมแล้วละ

ในขณะที่เราลืมหืม เราทำไปอย่างนั้นแหละ - อันนั้น “ลืมหืม” นะ บางทีทำไปโดยไม่มีสติปัญญา ทำไปตามกิเลส - เน๊าะ! กิเลสมันชอบอยู่กับสติปัญญา (แบบ) นี้ มันก็มีนะครับ นี่ให้รู้จักไว้



กิเลส - สติปัญญา

กิเลสมันชอบอย่างไร? ชอบไปตามใจมัน **มันอยากทำอะไร มันก็ทำไป อันนี้แหละ เขาเรียกว่า “กิเลส”** กิเลสนั้น จึงว่า **มันทุกข์** เมื่อมีคนตำหนิแล้ว - ปู้ป - ยึดถือเข้าเลย เจ้าตัวกิเลสนี้

แล้วที่นี้สติปัญญาล่ะ? สติปัญญามันก็ไม่สนใจสิ เพราะว่า รู้จักสมมติมาแล้วนี่ เรา รู้จักวิธีทำทุกแง่ทุกมุมแล้ว เน๊าะ! มันก็เลย ไม่ติด - ไม่ทุกข์





ทำถูก - ทำงานไม่เหนื่อย

ท่านจึงว่า - เมื่อรู้จักกรรมะอันนี้แล้ว ก็เอาไปใช้กับการทำงานได้ทุกอย่าง แต่ทว่าให้ระวังเพียงว่าความรู้ที่รู้มานี้ จะเอาไปทำผิดแบบหรือทำถูกแบบ **ถ้าทำผิดเสียแล้วไม่มีโอกาสไม่มีเวลา** จะเปรียบก็เหมือนกับเม็ดข้าวนั้นแหละ ถ้าเอาไปเพาะไปปลูกใส่ลงไปในเตาไฟแล้ว ไม่มีโอกาสจะงอกง่ายเสียแล้ว บางทีก็จะไหม้ไปในไฟเสียด้วยซ้ำ - อันนี้ การปฏิบัติธรรมนี้ก็เหมือนกัน บางคนทำไปตั้งนานๆ แล้วก็ตายเปล่าเสียก็มี

ถ้าเอาเม็ดข้าวไปเพาะไปปลูกในที่ชุ่มที่เย็นแล้ว จะไม่นานเลยจะแตกดอกออกผลออกมาเลย - จริงๆ คนเราก็เหมือนกัน ถ้าตั้งใจฝึกหัดตัดนิสัยดีๆ แล้ว (ต้อง) อยู่กับผู้ที่ฉลาด - ผู้ที่รู้จริงๆ นะ ก็จะได้ประโยชน์จริงๆ มันเป็นอย่างนั้น เอาไปใช้กับชีวิตได้จริงๆ

ฉะนั้น คนเราต้องรู้จักการรักงาน รักคำพูด รักหน้าที่ของเรา ทำงานใดๆ จึงจะไม่เมื่อยไม่เหนื่อย คนใดที่ไม่รักการรักงาน ทำงานแล้วก็เหนื่อยก็เมื่อย ทำนิดหน่อยก็ว่าตนทำมาก มันเป็นอย่างนี้



วิถีสงสารของผู้รู้ - ผู้ไม่รู้

ท่านจึงว่า “**วิถีสงสารยืนยาวนาน**” - ว่าดังนี้

ส่วนคนธรรมดาบอกว่า - “**ตายแล้วเกิด เกิดแล้วตาย (เหมือนกับ) มดแดงไต่ขอบ (กระ) ดั่ง**” - บ้านผมว่าอย่างนี้ คือหมายถึงวิถีสงสารเหมือนกับมดแดงไต่ขอบ (กระ) ดั่ง - ไม่มีทางออก วนเวียนอยู่อย่างนั้น ที่พูดนี้ เป็นวิถีสงสารของคนที่ยังไม่รู้

ส่วนวิถีสงสารตามแบบของพระพุทธเจ้านี้ ไม่ใช่ที่ว่านั้นนะครับ แต่หมายถึง “**ความคิด**” นี่ละ ไม่ใช่อย่างอื่นนะ เรื่องการคิดนี้ มันคิดอยู่อย่างนั้นตลอดเวลาเลยละครับ นี่ - มันไม่ใช่ตายเฝ้าเข้าโลงไปอย่างนั้นนะ อันนี้แหละ “**วิถีสงสาร**” ตายแล้วเกิด - เกิดแล้วตาย ตายแล้วเกิด - เกิดแล้วตาย ฯลฯ อยู่อย่างนั้นละ “**มันคิด**” นั้นแหละครับ “**เกิดวิถีสงสาร**” แล้ว อย่างนี้ละเรียกว่า วิถีสงสาร อย่างของผู้มีปัญญา

ถ้าวิญญูสงสารของผู้ไม่มีปัญญา ก็ว่า ตายเน่าเข้าโลงไปโน่นละ ตายไปแล้วก็มาเกิดอีกหน ตายแล้วไปตกนรกไปสวรรค์ แล้วกลับมาเกิดอีกหน เนอะ - อันนั้นท่านเรียกว่า วิญญูสงสารของคนไม่มีปัญญา

วิญญูสงสาร ของคนมีปัญญา ก็หมายถึง **ความคิด** มันคิดขึ้นมา บ๊ีบ เห็นบ๊ีบ มันเป็นอย่างนี้ นี่ - ท่านว่าอย่างนั้น คำว่า “วิญญูสงสาร” มันจึงต่างกัน



เหนื่อยเพราะยึดถือ

ที่นี้ วิญญูสงสารที่มันทำให้เราเหน็ดเหนื่อยเมื่อยล้า นั้น บัดนี้จะ สมมติให้ฟัง (มีสองตัวอย่าง)

(ตัวอย่างแรก) กลางคืน คนเจ็บไข้ได้ป่วยหรือเป็นอะไรก็ตาม เกิดแล้วนอนไม่หลับ “โอย! เมื่อไรจะรุ่งเมื่อไรจะแจ้งน้อ! อยากให้ รุ่งให้แจ้งเสียที” - เนอะ สำหรับคนนอนไม่หลับนั้น กลางคืนมัน ก็ตื่นเสียหลายหน เพราะมันนอนไม่หลับนี่ครับ มันก็นานรุ่งนานแจ้ง เมื่อยน้ก นอนพลิกทำนั่นทำนี่ก็ไม่รุ่งไม่แจ้งสักที “โอย เมื่อไรจะ รุ่งน้อ” - นอนบ่นอยู่อย่างนั้นแหละ มันเป็นอย่างนั้น แต่ที่นี้ผู้ใดที่ นอนหลับดี แผล็บเดียวรุ่งเลย ตื่นหนึ่งหรือสองตื่นเท่านั้นรุ่งแล้ว “โอย! รุ่งง่ายแท้้น้อ” กลับว่าอย่างนี้ไปเสียละสิ

มันจึงผิดกัน (ไม่เหมือนกัน) คนนี้ มันจึงทำงานผิดกัน เหล่านี้แหละ ท่านเรียกว่าวิญญูสงสารทั้งหมดไม่ยกเว้นเลย สำหรับคนนอน ไม่หลับนั้น มันนานรุ่งนานแจ้ง ส่วนคนนอนหลับดี อยู่ดี กินดี นั้นนะ - รุ่งง่าย (สว่างเร็ว) มันเป็นอย่างนั้น





(ตัวอย่างที่สอง) สำหรับการเดินทางก็คล้ายๆ กันอีกนั่นแหละ ถ้าหากว่าเราไม่เหนื่อยไม่เมื่อย พุดไปคุยไปก็ถึงง่าย แพล็บเดียวเท่านั้นแหละการเดินทาง วันหนึ่งเหมือนกัน เดินทาง ๑๒ ชั่วโมงเหมือนกัน ส่วนคนใดที่ไปแบกไปหามละก็เหนื่อยนัก “โอ๊ย! เมื่อไหร่จะถึงสักทีนี่” - วังั้น แต่ความจริงระยะทางมันก็เท่ากันนั่นแหละเท่ากัน คนที่เหนื่อยเดินไปก็ถึงเหมือนกัน คนที่ไม่เหนื่อย (เดิน) ไปก็ถึง (เพราะ) ระยะทางเดียวกัน แต่ว่าคนที่ไปยึดไปถือนั่นทางจะยาวไกล เพราะตนเดินทางเหน็ดเหนื่อยเมื่อยล้า - ท่านว่าอย่างนั้น แต่ถ้าหากเราไม่เหน็ดเหนื่อยเมื่อยล้า - เพราะไม่ยึดไม่ถือ ไปโดยความสบาย พุดไป - คุยไป รู้สึกตัวไป อยู่กับการกระทำของเราไปแบบเดียวกันถึงเลย ๑๒ ชั่วโมงเหมือนกัน แต่มันปุ๊บเดียวเท่านั้นครับ

ฉะนั้น จึงว่า - ให้รักการงานของเราทุกอย่าง ถ้าหากเรารักการรักงานของเราแล้ว จะไม่มีการเหน็ดเหนื่อยเมื่อยล้า จะทำด้วยความสนุก



รู้อันเดียวกัน

ดังนั้น ธรรมะคำสอนของพระพุทธเจ้านั้น พระองค์สอนคนทุกชั้นทุกวัยครบ ทุกชาติ ทุกภาษา ทุกเพศ จะเป็นเพศหญิงก็ได้ เพศชายก็ได้ เป็นเพศใดได้หมด ไม่จำกัดชั้นวรรณะ ดี - ชั่ว นั้นอยู่กับบุคคลผู้กระทำเท่านั้น จึงไม่กำหนดเชื้อชาติตระกูลอะไรทั้งนั้น มันขึ้นอยู่กับคนเท่านั้นละ - ไม่เป็นอย่างอื่นครับ

ไม่ใช่ว่าเชื้อชาติของพระพุทธเจ้านั้นอยู่ในประเทศอินเดีย พระองค์จึงรู้ได้ - ไม่ใช่อย่างนั้น คนไทยก็รู้ คนจีนก็รู้ คนญวน คนลาว คนเขมร ฯลฯ คนใดทำให้รู้แล้ว ต้องรู้ได้หมด เพราะว่าธรรมะอันนี้มันอยู่กับคน ทำให้ทุกข์ ให้สุข มันขึ้นอยู่กับคน ต่างแต่ว่าคนนั้นมันมีสติปัญญาแตกต่างกัน เรื่องสูงต่ำดำขาวต่างกัน แต่ว่า “เรื่องธรรมะ” นั้น ไม่มีต่างกันเลยแม้นิดเดียว **ถ้ารู้ก็รู้ อันเดียวกันนี้หมดทุกคน** ยุคพระพุทธเจ้าท่านก็รู้ธรรมะอันนี้ สากของพระพุทธเจ้าท่านก็รู้ธรรมะแบบนี้ ผู้รู้เดียงนี้ก็รู้ธรรมะแบบนี้ ท่านจึงว่า “พระพุทธเจ้าทุกพระองค์ต้องเคารพพระธรรม”





เคารพพระธรรม

เคารพพระธรรมนั้น หมายถึงว่า จะต้องไปกราบไปไหว้
อย่างนั้นหรือ?

เปล่า - ไม่ต้องไปกราบไปไหว้อันใดดอก

“เคารพพระธรรม” นั้นก็หมายถึง “การอยู่กับการกระทำ”
นั่นแหละ ไม่พูดผิด - ไม่ทำผิดนั่นแหละ ท่านเรียกว่า เคารพพระ
ธรรม เคารพมัน (ธรรม) ไว้ เคารพ “ตัวของเรา” นี่แหละ ทำดี -
พูดดี - คิดดี อย่าให้ทุกข์เกิดขึ้น ท่านเรียกว่า “เคารพ” ไม่ใช่ไป
กราบไปไหว้ ที่ไปกราบไปไหว้นั้นมันอีกเรื่องหนึ่ง ท่านเรียกว่ากาย
อันนี้เป็นวัตถุภายนอก คนมองเห็น ตัว “เคารพพระธรรม” จริงๆ
นั่นคือ - เราเห็นตัวเรา นี่ ไม่ให้มีทุกข์เกิดขึ้น นี่

ถ้าทุกข์เกิดขึ้นแล้ว มันเป็นอย่างไร?

โอ้! ก็อย่างว่านั่นแหละ - “ทุกข์”

ท่านจึงว่า - ศึกษากับธรรมชาติของมันจริงๆ ธรรมชาติมันสร้าง
มาให้แล้ว ยกตัวอย่าง หมู่เพื่อนนั่งฟังผมพูดอยู่เดี๋ยวนี้ ขอถามหน่อย

หลวงพ่อ : เป็นอย่างไร จิตใจของหมู่ท่านในขณะนี้

พระ : ซื่อ ๆ อยู่

หลวงพ่อ : เอ้า...ใครเป็นอย่างไรบ้าง? ว่ามาเลย หมู่ นั้น
(กลุ่มนั้น) ละ, เป็นอย่างไรจิตใจ

พระ : เฉย ๆ อยู่

หลวงพ่อ : ไปทำอะไรให้มัน?

พระ : ไม่ได้ทำอะไรครับ

หลวงพ่อ : นี่แหละ จึงว่า - ธรรมชาติมันสร้างให้จริงๆ แล้ว
ไปทำงานจะได้ไหม ถ้ามันเฉยๆ อยู่อย่างนี้

พระ : ได้ครับ

หลวงพ่อ : แล้วจะเหนื่อยจะล้าไหม

พระ : ไม่เหนื่อยไม่ล้าครับ

หลวงพ่อ : เนี่ย! แล้วทำไมถึงไม่อยากทำ ไม่อยากปฏิบัติ
ไม่อยากศึกษา ทำไม?

พระ : ... (ไม่มีใครตอบ) ...

หลวงพ่อ : เพราะเราไม่เข้าใจ - เราไม่เข้าใจ เมื่อเราไม่เข้าใจ
แล้ว ก็เลยเกิด “ความไม่รู้” ขึ้น

ของน้อยๆ - คำสอนของพระพุทธเจ้า สอนน้อยๆ - รู้ เลย

ของสบายๆ - แล้วก็รู้เลย

ของสั้นๆ - ท่านว่า อึดใจเดียว ทำได้เลย

จึงว่า - วัฏสงสารยืนยาวนานเพราะคนไม่รู้ วัฏสงสารที่ว่า
นอนไม่หลับกลางคืนมันก็ยาว การเดินทางก็ยาวไกล ไม่ถึงง่าย

ที่นี่ ถ้าเราทำอย่างนี้อยู่ มันก็ไม่ยาว - ไม่สั้น **ไม่อะไรทั้งนั้น**
มันเฉยๆ อยู่ - ลักษณะอย่างนี้แหละที่พระพุทธเจ้าท่านสอนว่า ควร
ศึกษา ควรฝึกหัด เมื่อรู้แล้วก็ต้องสอนกันต่อไป



พุทธบริษัทสี่

“พุทธศาสนา คำสอนของพระพุทธเจ้านี้จะเจริญงอกงาม
ขึ้นไปก็ต้องอาศัยพุทธบริษัททั้งสี่ และการประพฤติดีประพฤติ
ชอบตามพระธรรมวินัย คำสอนของพระพุทธเจ้า (ก็จะ) ต้อง
เจริญมั่นคงถาวรตลอดไป แต่ในทางตรงกันข้าม - คำสอนของ
พระพุทธเจ้าก็จะเสื่อมจะอันตรายหายไป นั่นก็เพราะว่าพุทธ-
บริษัทสี่ไม่ประพฤติดี ไม่ปฏิบัติชอบ ไม่อยู่กับพระธรรมวินัย ไม่
ปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธเจ้า พระพุทธศาสนาก็จะฉิบหาย
ไปหมด เพราะพุทธบริษัทสี่” - ท่านว่าอย่างนั้น

“บริษัทสี่” นั้น ท่านว่า - “ภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา” -
ท่านว่าอย่างนั้น

บัดนี้ ผมมาว่าเอาเองผู้เดียว บริษัทสี่ตามที่ว่านั้น ภิกษุกับ
อุบาสก - คนเดียวกันแหละนี้ ภิกษุก็ผู้ชาย อุบาสกก็ผู้ชาย ภิกษุณี
และอุบาสิกานั้นก็ผู้หญิงเหมือนกัน บริษัทสี่ตามความหมายข้างต้น
นั้นจึงเหลือเพียง “บริษัทสอง” เท่านั้น - เมื่อย่นให้สั้นเข้า



ส่วนบริษัทที่หนึ่ง ถ้าว่าตามแบบของผมว่านี่ อาจจะมีผิดก็ได้ แต่ผมเข้าใจว่าถูก คำสอนของพระพุทธเจ้านั้น อาศัยคน จะเป็น ผู้หญิงก็ช่าง ผู้ชายก็ตาม ดังนั้น จึงกล่าวได้ดังนี้ว่า

บริษัทที่หนึ่ง นั้น (คือ ผู้) **ไม่รู้ ไม่รู้จักของจริง** ในคำสอนของพระพุทธเจ้า **แต่ตนกลับไปเทศน์ไปสอนคนทั่วไป** ไปสอนให้ทำอย่างนั้นทำอย่างนี้ แต่ตนเองไม่รู้จักรู้อย่างหมายปลายทาง คนนี้แหละ (บริษัทนี้แหละ) ทำให้ศาสนาฉิบหายครับ ตนไม่รู้แต่ก็ไปสอนนี้ครับ - มันเป็นอย่างนั้น นี่คือนบริษัทที่หนึ่ง

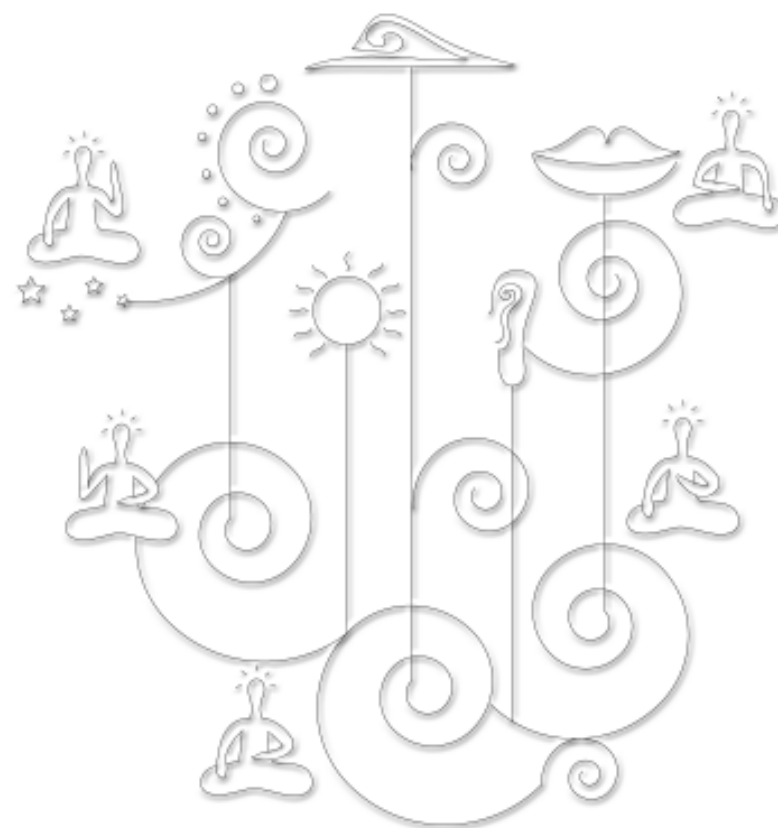
บริษัทที่สอง (คือ ผู้) **รู้ธรรมแต่หากไม่สอนคน** (อื่น) หลีกไปอยู่ผู้หนึ่งผู้เดียว บริษัทนี้ก็ไม่ทำให้เจริญ แต่ก็ไม่ได้ทำให้เสื่อมเจริญได้เฉพาะตัวเราผู้เดียว เพราะไม่ทำให้เกิดอันตรายใดๆ อยู่ไปอย่างนั้นซื่อๆ ไม่เจริญ คำสอนของพระพุทธเจ้าไม่เจริญเพราะบริษัทนี้

บริษัทที่สาม (คือ ผู้) **ไม่รู้ไม่สอน** เฉย ท่านว่า - เฉยๆ อยู่อย่างนั้นแหละ ถ้าหากว่าเป็นอะไรอยู่ ก็อยู่กินไปอย่างนั้นแหละ ถ้าบวชเป็นพระเป็นอะไร ก็อยู่กินไปอย่างนั้นแหละ

เรื่องการทำบุญให้ทานนั้น ท่านจึงว่า **“ทำบุญให้เลือกวัด ตักบาตรให้เลือกพระ”** - อันนี้คนเฒ่าคนแก่บ้านผมเขาสอนกันมา จะไปเลือกได้อย่างไร เราจะไปเห็นได้อย่างไร เราจะรู้จักได้อย่างไร? - ก็ไม่รู้ละสิ! พ่อแม่สอนมาว่า ทำบุญให้เลือกวัด ตักบาตรให้เลือกพระนี่ ไม่รู้จักจริงๆ และพาทำกันมาอย่างใดละ มีวัดก็ทำบุญไปเลย เห็นพระแล้วก็ทำบุญไปเลย ไม่รู้จักเลือกนี่

บริษัทที่สี่ (คือ ผู้) **รู้ - เข้าใจ** ชาบซึ่งตรึงใจตัวเองแล้วว่า “อย่างนี้แหละคำสอนของพระพุทธเจ้า” นี่ ไม่ผิดพลาดรับรองได้ **เมื่อรับรองตัวเองได้แล้วก็เที่ยวเทศน์เที่ยวสอน** เพราะว่าคนทุกคนมันเหมือนกัน นี่ครับ มันก็รู้เหมือนกันได้สิ ศาสนา คำสอนของพระพุทธเจ้าเจริญได้ก็เพราะบริษัทนี้แหละ

๓๑ ธันวาคม ๒๕๒๗



วิธีการ ของท่านปู่





ขยับมาใกล้ๆ อยู่ไกลแล้วมันไม่ค่อยได้ยิน ถึงได้ยิน ฟังแล้ว
มันก็ไม่ชัด เมื่อวานนี้ พุดถึงเรื่องความรัก **คนเราต้องมีความรัก
ชนิดหนึ่ง คือ รักการรักงาน** เมื่อเรารักแล้ว ทำการทำงานก็ไม่เบื่อ
ไม่หน่าย ไม่เซ็ง ถ้าหากเราไม่รักแล้ว มันเบื่อมันหน่ายมันเซ็ง

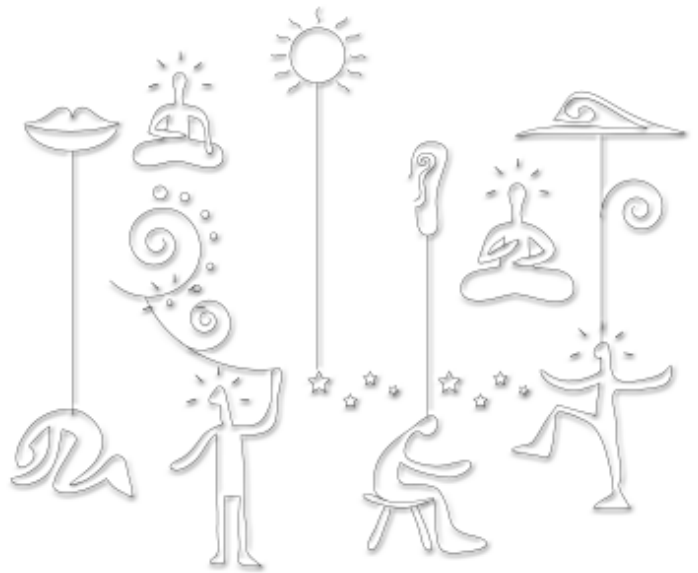
วันนี้ จะพุดถึงเรื่อง**วิธีการ** คนเราจะทำอะไร ไปไหน พุดอะไร
ก็ต้องมีวิธีการ ไม่ใช่ว่ามันจะเป็นขึ้นมาเองได้ในทันที ต้องมีวิธีการ
อันหนึ่ง เรียกว่า การฝึก **ฝึกจิตฝึกใจ** หรือว่า **“ฝึกตัวเอง”** - วังนั๋น

วิธีการของมัน ก่อนที่จะเกิดความรักขึ้นมา นั้น **ต้องทำความ
รู้สึกตัว ทำความตื่นตัว** เรารักตัวเรา รู้สึกตัว - ตื่นตัวอยู่เสมอ ความ
รักอันนั้นจะได้ไม่ลืมหืมตัว เมื่อไม่ลืมหืมตัวแล้ว ของที่มันเซ็งที่มันมีอยู่
นั้นแหละ จะปรากฏเกิดขึ้นมาให้เรารัก



อย่าให้มันรก

สมมติทางโลก - ที่นี้ เรารักของสิ่งใดแล้ว เราก็หมั่นดูหมั่นแล
หมั่นตรวจ ถ้ามันอยู่ใกล้ เราก็หมั่นจับหมั่นถูหมั่นขัด เมื่อ
เราหมั่นจับหมั่นถูหมั่นขัดหมั่นถู ของสิ่งๆ นั้นแหละก็จะสะอาด
ขึ้นๆ เช่น ว่าบ้านเรามัน **รก** หรือว่ามันรก บ้านหลวงพ่อมัน **รก**
มันไม่ดี ถ้าหากเราหมั่นกวาดหมั่นถูแล้วละก็ มันจะดีขึ้น - ใช้ได้
อันนี้ก็เหมือนกัน



ต้องทำจริงๆ

การพูดเรื่องทุกสิ่งทุกอย่าง ผมหรือหลวงพ่อบอกพูดเรื่องตัวเอง
เมื่อตัวเองเข้าใจอย่างไร ก็จะต้องเอาคำพูดของตัวเองนั้นแหละมาพูด
มาเล่า มาแสดงความจริงใจอันนั้น ต่อหมู่ต่อเพื่อนต่อหมู่คณะ
พรรคพวกทุกคน เพราะว่า “ของสิ่งนี้” นั้น มันมีอยู่ทุกคน แต่
ไม่ใช่ว่าจะมาทำกันเล่นๆ (ให้) **เฮ็ดจริง - เฮ็ดจัง* ทำจริง - ทำจัง**
พูดจริง - พูดจัง ไปจนกว่าจะปรากฏ

การเคลื่อนไหวตัวเอง**ทุกวิธี** (ทั้งอิริยาบถใหญ่และอิริยาบถ
ย่อย) ผมทำความรู้สึกตัว แล้วก็รักตัวเองอยู่เสมอ ถึงเวลาแล้วก็ต้อง
ทำอยู่เสมอ ไม่ปล่อยให้เวลานั้นล่องทิ้งไป ไม่ให้เวลาหมดไปเฉยๆ
เป็นคนสำนึกตัวเองอยู่เสมอ ซึ่งก็ไปตรงกับคำสอนของพระพุทธเจ้า
ว่า “ท่านจงมีสติอยู่ทุกเมื่อเกิด”

ท่านว่า - ให้ เจริญสติ - เจริญสมาธิ

*“เฮ็ด” ภาษาถิ่นอีสาน แปลว่า “ทำ”



เจริญ ก็แปลว่า **ทำให้มาก** นั่นแหละ

สติ ก็แปลว่า **ความระลึกได้**

สมาธิ ก็แปลว่า **ตั้งใจ**

ปัญญา ก็แปลว่า **รอบรู้**

สิ่งเหล่านี้นั้น พวกเราพูดเป็นกันทั้งนั้น แต่หากว่าพวกเราไม่เข้าใจ เมื่อไม่เข้าใจแล้ว เราก็เลยไม่ได้ทำตามสิ่งนั้น ผมเองที่แรกก็ไม่เข้าใจ - ไม่เข้าใจจริงๆ นี่กว่าทำไปตามธรรมดาประเพณีบ้านเมืองเขาให้ทำกัน แต่เมื่อผมมาทำอย่างนี้ มันเกิดความซาบซึ้งจริงใจ จนกระทั่งว่ารับรองได้ว่าพระพุทธเจ้าท่านสอนเรื่องนี้

ถ้าไม่ทำเรื่องนี้ - อย่างนี้ - สิ่งนี้ไม่ปรากฏ เพราะการที่จะปรากฏได้นั้น **จะต้องมีการ “เขย่า” ตัวเราให้เรารู้ - ให้เราเห็น - ให้เราเข้าใจ - ให้เราสัมผัสอยู่กับสิ่งนั้นได้ทุกระยะ ทุกขณะ ทุกเวลา ทุกวินาที** ก็เหมือนกับเราดูบ้านนั่นแหละ ถ้าเราดูบ่อยๆ แล้ว พื้นบ้านจะใสสะอาดขึ้น ทีนี้ เราก็ทำความรู้สึกตัวเรา เคลื่อนไหวโดยวิธีใดอยู่ก็ตาม **มันก็เลยรู้สึกตัวขึ้นจริงๆ** รู้สึกตัวขึ้นมา (ตอนนี้) ก็ (คือ) รูปร่าง - รู้นาม นี่แหละ โอ...รูป - นาม นี่ มันเป็นอย่างนี้ เสร็จแล้วก็เกิด “ความรัก” คำว่า **รัก** นั้นมัน**คิดถึง** พอดีหากมีเรื่องอันใดเกิดขึ้นมา มันคิดถึง (ความรู้สึกตัวทันที) - เลยว่า “รัก”



ต้องรู้อิริยาบถย่อยด้วย

ทีนี้ ก่อนจะรักอันนี้ (ขึ้นมาได้) มันต้องทำอันนี้ คือ ศึกษากับธรรมชาติของตัวเองจริงๆ - อย่างนี้เสียก่อน คนเราจะนั่งอยู่นิ่งๆ ไม่ได้ จะดิ้นรนอยู่ตลอดเวลา มันก็ไม่ได้เหมือนกัน มันเป็นจังหวะๆ อยู่นี่ ดังนั้น เราก็เลยมา “**สร้างจังหวะ**” - หาวี๊ อย่างที่พระพุทธเจ้าท่านสอนเอาไว้ ว่า - **ให้มีสติเข้าไปกำหนดรู้ในอิริยาบถทั้งสี่ ยืน - เดิน - นั่ง - นอน** ให้มีสติเข้าไปกำหนดดูอันนี้ แต่เรากลับไม่เคยกำหนดรู้ อันนี้ - ทั้งๆ ที่เราพูดเป็น ดังนั้น สิ่งนี้มันก็เลยไม่ปรากฏขึ้นมา

เมื่อเรารู้ในอิริยาบถทั้งสี่นี้แล้ว ท่านยังสอนเพิ่มเข้าไปอีกว่า **ให้มีสติเข้าไปกำหนดรู้ในอิริยาบถย่อยทุกอิริยาบถ** เช่น กะพริบตา เหยียดขี้ - แลขวา ก้ม - เงย เอียงซ้าย - เอียงขวา หายใจเข้า - หายใจออก ให้มีสติเข้าไปกำหนดรู้ทั้งหมด แต่ไม่ต้องไปว่าสั้นว่ายาว ไม่ต้องว่าอะไรทั้งนั้น ลมหายใจ - ลมละเอียด ไม่ว่า (เพียงแต่) ให้ **รู้สึกซื่อๆ***

*ซื่อๆ แปลว่า เหยยๆ, เปลาๆ, เพียงแต่...เท่านั้นเอง, ...มันเป็นเอง, การวางใจเฉยๆ เช่น น้ำตาไหลซื่อๆ = น้ำตาไหลออกมาเอง, มันเป็นขึ้นมาซื่อๆ = มันเป็นขึ้นมาเอง, รู้สึกซื่อๆ = เพียงแต่รู้สึกเท่านั้นเอง, การเห็ดจิ้งหะก็ให้เห็ดซื่อๆ = การทำจังหวะให้ทำไปโดยวางใจเฉยๆ



ความรู้สึก ซือๆ อันนี้ มันจะเป็นอะไร?

มันจะเป็น (ของ)มันเอง

เพราะ **เฮ็ดซือๆ** - มันก็ต้อง **เป็นขึ้นมาซือๆ**

ทำซือๆ ไม่ใช่ทำหวังเอาอย่างนั้นอย่างนี้ ไม่ใช่อย่างนั้น จะว่า **ทำเพื่อบูชาพระพุทธเจ้า** - ก็ใช่ เพราะพระองค์ตรัสว่า “การบูชาพระตถาคตด้วยข้าวตอกดอกไม้ของหอมทั้งหลายนั้น ไม่เป็นการบูชาพระพุทธเจ้า ผู้ใดก็ตามถ้าจะบูชาด้วยการปฏิบัติธรรม ให้รู้ธรรม - เห็นธรรม - สมควรแก่ธรรม จึงจะเป็นการบูชาพระพุทธเจ้า” - อันนี้ผมได้ยินได้ฟังมาจากครูบาอาจารย์ ซึ่งหมู่เพื่อนก็คงจะเคยได้ยินอยู่บ้างละกระมัง เรื่องอย่างนี้

พระ : ได้ยินอยู่ ครับ

หลวงพ่ : ได้ยินอยู่ นะ

พระ : ครับ

แต่แล้วเราก็ไม่รู้ว่าการบูชาพระพุทธเจ้านั้นจริงๆ เป็นอย่างไร พวกเราไม่รู้จำก็แต่แค่ได้ยินมา

ผมก็เลยมาทำความเคลื่อนไหว - นี่แหละ แล้วก็ โอ...เกิดความรู้สึกเข้าใจขึ้น คำว่า **บูชาพระพุทธเจ้า** ก็หมายถึง **ทำความเข้าใจตัวเอง** อย่างที่พระองค์สอน (ไว้) นั่นแหละ คือ สอนให้เราใช้ชีวิตอยู่ทุกเมื่อ อันนี้แหละ มันเป็นเอง ก็เลยรู้ธรรม - เห็นธรรมจริงๆ



ธรรมะ คือ การกระทำ

ธรรมะ ไม่ใช่อันนั้นนะ ตัวเรานี้แหละเป็น “ธรรม” ทำดี - ทำชั่ว ก็ตัวเรานี้แหละเป็นผู้ทำ พุทธดี - พุทธชั่ว ก็ตัวเรานี้แหละพุทธ คิดดี - คิดชั่ว ก็ตัวเรานี้แหละเป็นผู้คิด จึงว่า **ธรรมะ คือตัวคนทุกคน ไม่ยกเว้น** แต่เมื่อเราไม่ทำอย่างทีกล่าวนานี้ จิตใจเราก็เลยไม่รัก เมื่อเราเห็น - เรารู้ - เราเข้าใจอย่างนี้แล้ว เราก็จะคิดถึงอยู่เสมอ - อันนี้ท่านเรียกว่า “ปัญญา” เกิดขึ้น หรือว่า “ญาณ” เกิดขึ้น หรือว่า “ตาทิพย์” เกิดขึ้น ก็ได้

ที่ผมพูดอย่างนี้ บางคนในที่นี้อาจจะไม่เคยได้ยิน เพราะคงเคยได้ยินแต่ว่าตาทิพย์ - หูทิพย์ คือ นั่งอยู่ที่นั่นแล้วก็มองเห็นจิต เห็นใจคนอื่น หรือว่าได้ยินได้ฟังคนอื่นที่พูดอยู่ไกลๆ โน่น เน้นะ - เข้าใจกันไปเสียอย่างนั้น อันนั้นมันเป็นเพราะนิสัยของคนที่ไม่เข้าใจเรื่องนี้ มันเข้าใจแต่เรื่องนั้น มันก็เลยลืมตัวไป ผมรู้เรื่องนี้แล้ว ผมก็เลยเข้าใจขึ้นมาเลยว่า โอ...ธรรมะนี้ คือคนทุกคนไม่ยกเว้น ผู้หญิง ผู้ชาย พระสงฆ์องค์เณร เป็นธรรมะหมด

คำว่า ตัว “**กรรมะ**” นั้น ก็คือ การกระทำ ทำการงานดี – ชั่ว
อันหนึ่ง พุดดี – พุดชั่ว อันหนึ่ง คิดดี – คิดชั่ว อันหนึ่ง (การกระทำ) ทำ
 ก็มีอยู่ ๓ อย่าง ตามความหมายนี้ คือ ทำดี ทำชั่ว (และ) ทำไม่ดี
 ไม่ชั่ว - มันเป็นอย่างนั้น “ทำดี” ก็แปลว่า กรรมะ “ทำชั่ว” ก็แปลว่า
 กรรมะ “ทำไม่ดีไม่ชั่ว” ก็เป็นกรรมะ นี่ละ - เราต้องดู ไม่ใช่เอา
 ตาเนื้ออันนี้ดูนะ มันมีสติ - มีสมาธิ - มีปัญญาเข้าไป แทะเข้าไป
 เจาะเข้าไป มันก็เลยทะลุออกมาเลย



ทะลุออกมา

คำว่า “ทะลุออกมา” นี่แหละมันสำคัญ เราก็เห็นหมด สามารถ
 มองเห็นทุกสิ่งทุกอย่าง ถ้าเห็นอย่างนี้แล้ว หมายความว่า เราสูงขึ้น
 ตันๆ คือ เรื่องรูป - นาม รู้ “**รูป**” - รู้ “**นาม**” รู้ “**รูปทำ**” - “**นามทำ**”
 รู้ “**รูปโรค**” - รู้ “**นามโรค**”

รูปโรค - นามโรค มีสองอย่าง โรคทางเนื้อหนัง เจ็บหัวปวดท้อง
 ต้องไปหาหมอ โรคทางจิตทางใจ ได้แก่ การรัก - การชัง ดีใจ -
 เสียใจ อันนี้ต้องเจริญสติ - เจริญสมาธิ - เจริญปัญญาจึงจะรู้

เมื่อรู้รูปโรค - นามโรคแล้ว ก็จะมี “**ทุกขัง - อนิจจัง - อนัตตา**”
 สภาพความเปลี่ยนแปลงไปอยู่ทุกขณะ ในทุกอิริยาบถ นั่นแหละเป็น
 “**ทุกข์**”

เมื่อรู้ทุกข์แล้วก็รู้ “**สมมติ**” สมมติผี สมมติเทวดา สมมติดี
 สมมติชั่ว สมมติว่าวอาาราม โบสถ์ วิหาร เหล่านี้สมมติขึ้นมาทั้งหมด

เมื่อรู้สมมติแล้ว ก็รู้ “**ศาสนา**” ศาสนา ก็แปลว่า คำสั่งสอนของ
 ท่านผู้รู้ ผู้ใดรู้เรื่องอันใดแล้วก็จะนำเรื่องอันนั้นแหละมาสอน

แต่ยังไม่ใช้พุทธศาสนาดอก ศาสนาจึงมีหลายอย่าง มีศาสนาผี ศาสนาพราหมณ์ ศาสนาเทวดา หรือเรื่องฤกษ์งามยามดี ฯลฯ เหล่านี้ เมื่อเราไปแตะต้องสิ่งใดเข้าแล้ว กลายเป็นศาสนาขึ้นมาทั้งนั้น

ส่วน “พุทธศาสนา” แปลว่า ที่พึ่ง เพราะว่าพึ่งสิ่งเหล่านั้น (ที่กล่าวมาแล้วนั้น) ไม่ได้นี่ ก็เลยได้รู้ละเอียดต่อไปอีกว่า ศาสนา ได้แก่คนทุกคน ส่วนพุทธศาสนา ก็คือ ตัวสติ - ตัวสมาธิ - ตัวปัญญาที่มีอยู่ในจิตใจของคนทุกคน - นั่นแหละเป็นพุทธะ “พุทธะ” จึงแปลว่า “ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบานด้วยธรรม”

เมื่อได้รู้อย่างนี้แล้ว ก็เลยรู้ “บาป” - รู้ “บุญ” คนอื่นจะรู้อย่างใดนั้นผมไม่รู้จัก แต่ผมรู้มาอย่างนี้ เมื่อรู้มาอย่างนี้ จึงได้นำเรื่องอย่างนี้แหละมาพูด

บาป ก็คือ โง่ นั่นแหละ หรืออยู่ในที่มืด - นั่นละ แล้วบุญละ บุญ ก็ (คือ) เห็นสิ่งที่ไม่เคยเห็น รู้สิ่งที่ไม่เคยรู้ สว่างขึ้นทางจิตใจ ไม่ใช่สว่างเพราะแสงสว่างอย่างนั้นอย่างนี้ ไม่ใช่อย่างนั้น คล้ายๆ กับว่าเรามันเคยอยู่ในที่มืด เมื่อเปิดไฟได้แล้วมันก็สว่างขึ้นมา



ใจสว่าง

ที่นี่ เมื่อจิตใจของเราพ้นจากความมืด มันก็สว่างขึ้น ซึ่งก็คือ “ความเห็นแจ้ง” ท่านจึงว่า “รู้แจ้ง รู้จริง รู้แล้วต่างเกาล่องภาวะเดิม” - อันนี้แหละเป็นวิปัสสนา วิปัสสนานั้นต้องรู้อย่างนี้ คนอื่นจะรู้อย่างใดนั้นผมไม่รู้จัก เมื่อเป็นดังนี้แล้ว ก็เลยไม่มีความทุกข์เพราะสิ่งเหล่านี้ แล้วก็เกิดความรักขึ้นมาเลยละ ทีนี้





ต้องมีวิธีการ

จึงได้บอกว่า มันต้องมีวิธีการ **วิธีการ** ของมันก็คือ **การทำ**
จังหวะ วิธีการนั้น อย่างนั่งอยู่ - ก็เก็บมือเข้า เอามือออก วิธีลุก -
ก่อนที่จะลุกขึ้นก็ต้องมีวิธี ไม่ใช่ว่าจะลุก - (ก็) ลุกเอาปุ๊บปั๊บเลย
อย่างนั้น วิธีนั่ง - ก็ต้องมีวิธี ฯลฯ ผมจึงบอกว่า **มันต้องมีวิธี**
ทั้งหมด ลุกก็มีวิธี - ลุกอย่างนั้นลุกอย่างนี้ นั่งก็มีวิธี - นั่งอย่างนั้น
นั่งอย่างนี้ เดิน - ก็ต้องค่อยไปค่อยมา นอนก็เหมือนกัน จะต้อง
มีวิธีทั้งนั้น

ดังนั้น พวกเราถ้าจะศึกษากันจริงๆ ก็ต้องแสวงหา “วิธีการ”
เมื่อรู้วิธีการจริงๆ แล้วก็จะมีความรู้แปลกๆ เกิดขึ้นตามมา ความรู้
ที่เกิดตามขึ้นมาทีหลังนี้เป็นความรู้ของ “**วิปัสสนา**” ที่นี้ - ก็เลย
ล้มตัว เลยไม่กำหนดตัวเอง แล้วก็เข้าไปในความคิด เมื่อเข้าไปใน
ความคิดแล้ว ความคิดมันก็เลยจุงใจ หรือว่าดึงไป - ลากไป จึง
ไม่ได้เห็นต้นตอของความคิด - มันเป็นอย่างนั้นล่ะ

เมื่อเราเดินไป - เดินมา หรือว่าสร้างจังหวะไป - สร้างจังหวะมา
หรือว่าจะทำอะไรก็ตามเกิด มันเกิด **รู้ - เห็น - เข้าใจต้นตอของ**
ความคิด แนะ - วิธีของมันนะ - วิธีทางจิต ที่นี้จึงว่าแบ่งจิตก็ได้หรือ
(จะ) ว่า (ไป) **มันหากเป็นเอง**

เมื่อรู้ (-เห็น) ความคิดแล้ว ก็ดูความคิด โดยเอาสติ - สมาธิ
- ปัญญา คอยดูความคิด ไม่ต้องไปติดตำรา ไม่ต้องไปติดสิ่งที่
สมมติ ไม่เอา - อย่าเอา - ไม่ติด - ยกเลิก - เอาทิ้งไว้ตรงนั้นของมัน
คนที่ไม่รู้ให้เขาทำไปอย่างนั้น ส่วนคนที่รู้ เรารู้ - เราเข้าใจแล้ว เราก็
ไม่ไปทำลายสิ่งเหล่านั้น **การไม่ไปทำลายนี้ ก็ไม่เข้าไปติดด้วย** การ
ติดก็ติดแนบแน่นฝังอยู่กับตัวเองนี้ (เท่านั้น) (ให้เรา) คอยดูจิตใจ
ตัวเองนี้ - นี่แหละ เป็นการปฏิบัติวัตรพระพุทธเจ้า





มีหมดทุกคน

พระพุทธเจ้าคืออะไร?

พระพุทธเจ้านั้นไม่ใช่รูปร่าง - (ไม่ใช่) ร่างกายอะไรทั้งนั้น ตัวจิตใจอันที่ไม่เกี่ยวไม่ข้องกับอะไรทั้งหมด เป็น**จิตใจสะอาด - จิตใจสว่าง - จิตใจสงบ - จิตใจราบรื่น อย่างนั้นสิ** พระพุทธเจ้า สิ่งๆ นั้น **มีหมดทุกคน** - มันเป็นอย่างนั้นนะ เดียวนี้ ถ้าว่าจะพูดถึงจิตใจ

หลวงพ่ : เป็นอย่างไรจิตใจหมู่เพื่อนเดี๋ยวนี้

พระ : ปกติ - เฉยๆ ครับ

หลวงพ่ : หมู่แม่ออก (อุบาสิกา) เป็นอย่างไรบ้างจิตใจนะ

แม่ออก : ... (เงียบ) ...

หลวงพ่ : มันเป็นอย่างไบบ้างจิตใจ เดียวนี้

โยม : เฉยๆ

หลวงพ่ : เฉยๆ - มีใครเป็นอย่างไบบ้าง เดียวนี้ จิตใจนะ

ทุกคน : ... (เงียบ) ...





หลวงพ่ : ไม่รู้จักจิตใจตัวเองเนาะ ก็ต้องดูใจตัวเองสิ ที่
ถามนี้ - ถามถึงความจริงนะนี้ เตี่ยนี้ถ้าผู้ใดเป็น
อย่างไรก็บอก จะได้ว่า ไม่ใช่หลวงพ่จะไปมองเห็น
จิตใจคนนั้นคนนี้ ไม่ใช่อย่างนั้น เพียงเล่าให้ฟัง
เฉยๆ แล้วก็ถาม

ถ้าหากผู้ใดจิตใจวุ่น ยุ่ง วุ่นวายอยู่ นั้นเรียกว่าจิตใจเป็นทุกข์
จิตใจเป็นอกุศล จิตใจเป็นบาป ส่วนผู้ที่จิตใจมัน ชิวๆ - มันเฉยๆ
อยู่ - นี่ (เรา) ไปทำอะไรได้ให้มัน - เพราะเราเจริญสติอยู่นี้ เราดูมัน
อยู่นี้ นี่ละ - ท่านว่าละ

อันจิตใจเฉยๆ จิตใจ ชิวๆ นี้ ถ้าว่าตามภาษาธรรมะท่าน
เรียกว่า “อุเบกขา - วางเฉย” และมันมีอยู่ในคนทุกคน ไม่ใช่ว่าจะ
เลือกชั้นวรรณะ เลือกตระกูล ว่าต้องเป็นคนร่ำรวย คนมีความรู้
คนไม่มีความรู้ มันไม่ใช่จะเป็นอย่างนั้น มีหมด (ทุกคน) คนยาก
คนจนก็มี คนร่ำคนรวยก็มี



เจริญสติ - ดูความคิด

ทีนี้ ถ้าหากเราไม่เจริญสติแบบนี้ ไม่ทำแบบนี้ แต่ไปเรียน
หนังสือหลายๆ จะเป็นอย่างนี้ไหม - ไม่เป็น มีเงินมากๆ ไปซื้อเอา
ได้ไหม - ไม่ได้ มันต้องทำให้ถูกหลักของมัน มันจึงจะเป็น

เมื่อมองเห็นความจริงอันนี้แล้ว ทีนี้ - แรกๆ มันคิดลัก
ร้อยเรื่องพันเรื่อง เราจะรู้จะเห็นเท่าทันความคิดสักเรื่องเดียว มัน
คิดไปยาว (แล้ว) กว่าเราจะรู้ตัว เห็นการคิด ต่อจากนั้น มันจะสั้น
เข้า - สั้นเข้า ความคิดอันนั้นนะ ในขณะที่ปัญญาของเราจะ
เร็วเข้า เร็วเข้า ความฉลาดของสติ - ของสมาธิ - ของปัญญา มัน
ก็จะเร็วเข้า - เร็วเข้า มันคิดมาปั๊บ - เห็นปั๊บ เหมือนแมวกับหนูนี่ละ
หนูออกมามันจับปั๊บเลย หนูมันช็อกตายเลย ความคิดอันนั้น ก็
เหมือนกันกับเรื่องหนูนี้แหละ - พอดีมันคิดขึ้นมาปั๊บ - เราเห็นปั๊บ
มันหยุดเลย

เมื่อดูอันนี้แหละ มันก็เลยพ้นไป พ้นไปจากความคิดอันนั้น ความคิดอันนั้นก็เลยสิ้นเข้า แล้วหมดไป เรื่อง โทสะ - โมหะ - โลภะ นั้น มันก็เลยมาจิตจางลงเอาที่ตรงนี้ เมื่อโทสะ - โมหะ - โลภะ จิตจางลงแล้ว เวทนา - สัญญา - สังขาร - วิญญาณ นั้น ก็ไม่เป็นทุกข์ - เขาเรียกว่า “รูปสี่” อันนี้ละ ส่วน “ขันธห้า” นั้น ได้แก่ - รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ

ที่นี้ “นามรูป” ตั้งแต่นี้ไปเราจะเรียก “นามรูป” คือ ตัวนาม อันนั้นมันคิดขึ้นมา มันเป็นรูปความคิด คือ ตัวเวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณนั้น เป็น (ได้) ทั้งนาม เป็น (ได้) ทั้งรูป อันที่มันเป็นรูปเราเรียกว่า “รูปสี่” ลักษณะอันนั้น เขาว่า**จิตใจเปลี่ยนแปลง** จากความเป็นมนุษย์ ขึ้นมาสู่ความเป็นเทวดา หรือพระอินทร์ พระพรหมขึ้นมา **เป็นพระขึ้นมา** ส่วนคนอื่นจะเป็นอย่างไรนั้น ไม่รู้จัก แต่สำหรับตัวเองแล้ว จะรับรองได้ว่า “โอ! ความเป็นพระ มันเป็นที่ตรงนี้” **จิตใจมันก็เลยไม่ติดไม่เชื่อมกับโทสะ - โมหะ - โลภะ ความยึดมั่นถือมั่น** นี้ - ก็จะลดน้อยลงไปเลยในขณะนั้นเอง



เข้าใจกิเลส - ตัณหา - อุปาทาน - กรรม

การทำบุญให้ทานรักษาศีล เจริญสมณะ เจริญวิปัสสนา ก็ตาม ถ้าไม่มาแก้ไขขบหนึ่แล้วก็ยังทุกข์มาก แต่ถ้าแก้ไข (โดย) มาทำอย่างนี้ - ทุกข์น้อย ไม่ทุกข์มากแล้ว อันนี้แหละได้ชื่อว่า - ทางไปหา พระพุทธเจ้า - ผมเข้าใจอย่างนั้น แล้วผมก็ทำจังหวะไป เดินจงกรม ไป เลยเข้าใจ กิเลส - ตัณหา - อุปาทาน - กรรม

กิเลส มันเหมือนยางไม้ ยางเหนียว

ตัณหา มันอยาก

อุปาทาน มันเข้าไปยึดมั่นถือมั่น

กรรม แปลว่า เสวยทุกข์เสวยสุข

ถ้าเข้าไปยึดมั่นถือมั่น เข้าไปแบกไปหามอยู่อย่างนั้น มันก็ทุกข์ล่ะซี ที่นี้ผมก็เลยวาง “วาง” ก็คือไม่สนใจกับสิ่งนั้นๆ ละ เรา ก็มาสนใจดูเริ่มตั้งแต่การเคลื่อนไหวของตัวเรา มันคิดขึ้นมาเราก็อ้างไปเลย เมื่อทำอย่างนี้อยู่ มันก็จิตก็จางไป มันหลุดไปๆ (จะ) เปรียบอุปมาให้ฟัง



น้ำสี แต่ก่อนนะมันมีคุณภาพร้อยเปอร์เซ็นต์ เต็มกระป๋อง หากมันเป็นสีดำ เราเอาไปย้อมผ้าขาว ผ่านนั้นมันจะดำทั้งหมด

แต่เมื่อมารู้ - มาเห็น - มาเข้าใจอย่างนี้แล้ว น้ำสี ซึ่งมีปริมาณ เต็มกระป๋องเหมือนเดิม แต่มันหมดคุณภาพแล้ว ถ้าเป็นสีดำไป ย้อมผ้าขาว มันจะไม่ติดผ้า หากจะติด มันก็ติดดำนิดหน่อย หรือ อาจไม่ดำเลยละ - มันเป็นอย่างนั้น

การกระทำอันนี้ก็เหมือนกัน กล่าวคือ เมื่อเราเห็นมันอยู่เรื่อยๆ รู้จักชื่อเสียงมัน เห็นหน้าตาดั้งเดิม (เห็น) สภาพของมันว่า - มัน เป็นอยู่อย่างนี้ - มันก็จะไม่ทำร้ายทำอันตรายให้กับเราได้



ฝึกหัดกิริยามารยาท

ดังนั้น พระพุทธเจ้าท่านจึงว่า สภาพหรือสภาวะดั้งเดิมนั้น เหมือนกันหมด ไม่มีผิดแปลกแตกต่างกัน พระองค์จึงตรัสว่า “เรา ตถาคต ผู้เป็นตถาคต ไปถึงแล้ว ณ ที่แห่งนั้น แล้วจึงมาบอกมาสอน ผู้ใดปฏิบัติตามเรา ก็จะมี - จะเห็นอย่างเราตถาคตนี้” - วังั้น ท่านว่า “ถ้าหากไม่ประพฤติไม่ปฏิบัติตามอย่างเราตถาคตแล้ว จะไม่รู้ - จะไม่เห็น - จะไม่เข้าใจ อย่างเราตถาคตนี้”

การที่เราทำบุญให้ทานรักษาศีลทุกวิธี นั่นก็เพราะเราอยากเห็น พระพุทธเจ้า เราอยากไปหาพระพุทธเจ้า **แต่เรากลับไม่ได้ทำ (ตาม) วิธีการอย่างที่เราพุทธองค์ได้ปฏิบัติมา** เราก็เคืองคว้าง ไปทำ - ไปปฏิบัติตามอารมณ์ของเราอยู่ เนอะ! มันเป็นอย่างนั้นนะ - ไม่ได้ - อันนั้น ลักษณะนั้นมันเป็นลักษณะของคนผู้ไม่มีมารยาท ไม่มี กิริยา - ท่านว่า จึงไม่ได้เห็นพระพุทธเจ้า

ท่านจึงว่า - ให้ฝึกหัดกิริยามารยาท การนั่ง การนอน การเดิน การกิน ฯลฯ ทุกสิ่งทุกอย่าง พระพุทธเจ้าท่านสอนให้มีกิริยามารยาท ฝึกหัดอบรมตัวเอง



“นั่งตรงๆ” - ว้างั้น (ก็) นั่งตรงๆ

“ฟังดี” - ว้างั้น (ก็) ฟังดี

ท่านว่า - “นั่งไม่ดี ฟังก็ไม่ดี” นี่ มันจะฟังดีได้อย่างไรเล่า ก็
ในเมื่อมันยังทำไปทั่วๆ อยู่อย่างนั้น มันไม่ได้ตั้งใจฟัง

“นั่งอย่างไร” - ว้างั้น

นี่ **อยาก**นั่งอย่างไรก็นั่งกันไปเลย เขา (ทำ) ตามอารมณ์
อยากนั่งก็ - บู้บ๊ีบ - ไปเลย นั่นละ มันไม่ได้ตั้งใจ **“ความตั้งใจ”**
ไม่มี นี่แหละท่านว่า **คนไม่มีสติ ไม่มีสมาธิ ไม่มี ความตั้งใจมัน** -
นั่นะ เอนเอียงไปตามอารมณ์ของตนนั่นละ ท่านว่าเป็นอคติ อกุศล
“อกุศล” นั้นท่านเรียกว่า “บาป” - ว้างั้น แต่เราเรียกว่า “ทำไม่ดี” -
ว้างั้น ก็เราไม่ได้ดูคนอื่นเขา นี่ มันก็ทำไปตามนิสัยสันดานภาวะ
ดั้งเดิมนั้น

ท่านจึงว่า - สภาพสภาวะเดิมนั้นเหมือนกันหมด มันชอบทำ
อย่างนั้น แล้วท่านจึงว่าให้ฝึกหัดตัดนิสัย ฝึกหัดตัดแปลงสิ่งที่
ชั่วร้าย สิ่งที่ไม่ดีออกแล้ว สิ่งที่ดีมันก็ค่อยเกิดขึ้นนะสิ

นี่ คล้าย ๆ กับเราเอาผลไม้ หรือเมล็ดพืชต่างๆ ไปเพาะลง
ในดิน เอาไปเพาะไปปลูกมือนั้นวันนั้นแล้ว จะให้มันเกิดมือนั้น
วันนั้นเลย - ไม่ได้ มันค่อยแทรกซึมความเย็นความร้อน เรียกว่า
ดินกับเมล็ดผลไม้กับความอบอุ่น มันประสานเข้าหากัน ซึมเข้ากัน แล้ว
มันแตกหน่อแตกต้นออกมาเป็นเบี๋ยเป็นหน่อ หรือว่าเป็นต้น
เป็นลำ ทำดอกออกผลมาให้เราได้กินแน่ๆ



รับรองผลด้วยชีวิต

การเจริญสติแบบนี้ก็เหมือนกัน รับรองร้อยทั้งร้อยทีเดียวจะ
เอาชีวิตเป็นเดิมพัน คืออย่างที่พ่อแม่ท่านกล่าวกันมาว่า ยอมเสีย
สละทรัพย์ เพื่อรักษาอวัยวะทุกส่วน แต่เมื่อเป็นโรคขึ้นมา หมอเขา
บอกว่าต้องตัดอวัยวะทิ้ง เราก็ยอมเสียสละอวัยวะเพื่อรักษาชีวิต
ชีวิตนี้ขอไว้ก่อน เอ้า!.. ทีนี้ ถ้ามีใครมาว่า - ที่สอนนี้มันผิด (ผม)
ก็ว่า - ยอมเสียสละชีวิตเพื่อรักษาความจริง คือ ลัทธิธรรมนั่นเอง จึง
กล่าวว่ายอมเอาชีวิตเป็นเดิมพัน

จึงว่า - **ธรรมะ** นั่นคือ **คนทุกคน อยู่กับคนทุกคน** สุดแล้ว
แต่ว่าบุคคลนั้นจะทำให้มันปรากฏขึ้นมาหรือไม่ ถ้าคนๆ นั้นไม่ทำ
ให้ปรากฏขึ้นมา ไม่ทำวิธีนั้นให้เกิดขึ้นมา สิ่งนั้นก็ยังไม่ปรากฏ



ไม่ต้องเป็นอะไร

เมื่อทำสิ่งนั้น (วิธีนั้น) แล้ว จะเป็นอะไร - ถามอย่างนี้

ตอบก็ว่า - จะเป็นอะไรก็ตามเถิด (แต่) **ต้องเป็นอย่างนี้จริงๆ** เรื่องนี้ **แล้วก็ต้องเห็นพระพุทธเจ้าจริงๆ** สภาพสภาวะดั้งเดิมของพระพุทธเจ้าเป็นอย่างไร เราจะได้รู้ เราจะได้เห็น

พระพุทธองค์จึงตรัสว่า “สัตว์ทั้งหลายเป็นตถาคต” สัตว์ในที่นี้ไม่ใช่สัตว์เดรัจฉานนะ สัตว์มนุษย์นี้ต่างหาก (ที่) เป็นตถาคต เป็นพระพุทธองค์ แต่คำกล่าวเช่นนี้คนทั่วไปฟังแล้วไม่เข้าใจ ในที่นี้ท่านจึงว่า “สัตว์ทั้งหลายเหมือนกับเรตถาคต” - เหมือนกัน

“เรตถาคต เมื่อยังไม่รู้ เมื่อยังไม่เห็น ยังไม่เข้าใจ ไม่ได้ซาบซึ้งกับสิ่งนี้ ก็ยังเป็นทุกข์ มีตบอดไม่รู้จักทิศทาง เมื่อเรตถาคตไปรู้ - ไปเห็น หรือไปถึงแล้วซึ่งสภาพหรือสภาวะบ้านอันนั้นเมืองอันนั้นแล้ว ก็นำมาบอกมาสอนพวกเธอทั้งหลาย จงทำอย่างเรตถาคตนี้ ประพฤติปฏิบัติตามอย่างเรตถาคตนี้ เมื่อทำอย่างเรตถาคตแล้ว ประพฤติปฏิบัติอย่างเรตถาคตแล้ว จะรู้ - จะเห็น - จะเข้าใจอย่างเรตถาคตนี้ จะไม่มีทุกข์อย่างเรตถาคตนี้แหละ” - วังน



ทำถูกต้องแบบ

ดังนั้น ความทุกข์ - ความแข็ง - ความเศร้าหมอง หรือว่าความเดือดร้อนสับสนวุ่นวายเกิดขึ้น เพราะเราไม่ได้ปฏิบัติตามแบบของพระพุทธองค์

การที่เราให้ทาน รักษาศีล หรือทำกรรมฐาน เจริญวิปัสสนา บทใดบทหนึ่งนั้นก็ตาม มันเพียงแต่ว่าเราพูดเอาเองซื่อๆ แม้เราจะว่าไปอย่างไรก็ตาม - ก็ว่าได้ แต่มันยังไม่ถูกต้องตามแบบของพระพุทธเจ้า แล้วผลของมันจะเป็นอย่างของพระพุทธเจ้าทำ มันจะได้หรือ

เมื่อเราปฏิบัติ เราทำไปถูกต้องตามแบบของพระพุทธเจ้าแล้ว ญาณสิ่งนั้นก็ปรากฏขึ้นมาให้เราได้รับผลจริงๆ อย่างนี้แหละจึงได้ชื่อว่า เราได้ทำตามแบบของพระพุทธเจ้าแล้ว พระพุทธเจ้าอยู่ที่ไหนเราจะไปเห็นจริงๆ ท่านว่า - ลักษณะเดียวนี้ - นี่แหละ

หลวงพ่ : เอ้า!.. ถาม - พวกคุณก็ต้องพูดให้ฟังสิ เพราะผมไม่ได้มีตาทิพย์ ไม่ได้มีหูทิพย์ หูทิพย์ตาทิพย์ หลวงพ่มีแต่ที่หลวงพ่แสดงออกมาแล้วนั้นตามที่หลวงพ่รู้จัก



ถามนะ - จิตใจหมู่เพื่อนเป็นอย่างใด เดียวนี้ทั้งหมด
ทุกคนที่นั่งอยู่เดี๋ยวนี้ ลองว่ามาเลย

พระ : เฉยๆ อยู่ครับ

หลวงพ่อ : ผู้ใดเป็นอย่างใด

พระ : เฉยๆ อยู่ครับ

หลวงพ่อ : ว่ามาซิ ท่านนั้น - เป็นอย่างไร
(หลวงพ่อหันไปถามพระรูปหนึ่ง)

พระ : ... (เงียบไม่ตอบ) ...

หลวงพ่อ : พวกเรานี้แหละ ถามแล้วก็ไม่ตอบจึงรู้เรื่องกันไม่ได้
ผู้สอนก็ไม่สามารถรู้ว่าเราต้องการอะไร ก็สอนให้
ไม่ถูก แม้แต่พระพุทธรูปเจ้าท่านก็ยังถามนะ ถาม
แล้วได้ความว่าเป็นอย่างนั้นอย่างนี้แล้ว พระองค์
ก็ทรงแก้ไขให้เลย ครุบาอาจารย์ท่านไม่ได้มีหุทิพย์
ตาทิพย์อย่างพระพุทธรูปเจ้านี้ละ ท่านก็ต้องฟังคำพูด
จึงต้องถาม ตอบกันให้เข้าใจ - ถามเอา ชือๆ นี่นา
เมื่อถามรู้ (ความ) แล้ว ท่านก็จะแสดงให้ฟัง ท่าน
แสดงให้ฟังแล้ว ก็ - โอ... มันเป็นอย่างนั้นเอง
แล้ว (ท่าน) ก็บอก (วิธี) แก้ ให้ทำอย่างนั้นๆ



จิตหลุดพ้น

ท่านจึงว่า - นิสัยคนนั้นไม่เหมือนกัน จริตของคนไม่เหมือนกัน
สติปัญญาของคนไม่เหมือนกัน แต่สภาพสภาวะจิตใจอันที่มันไม่
ทุกข์นั้น มันเหมือนกันหมด

ท่านจึงว่า - เมื่อเราทำจิ้งหะ (อย่าง) นี้ไป(เรื่อย) มันจะวาง
อารมณ์หมด วางหมด วางหมด วางเปล่า - **แต่ไม่ใช่ว่างโดยไม่มีสติ**
ปัญญานะ มันเห็นใจเราหลุดพ้นจากภาวะทุกสิ่งทุกอย่าง - มันเห็น -
มันรู้ - มันเข้าใจ โอ! ลักษณะนี้ นี่เอง (ที่) ท่านเรียกว่า **“จิตพ้นแล้ว**
จากสภาพสภาวะที่อะไรปรุงแต่งไม่ได้อีกต่อไป” พระองค์เห็นตรงนั้น
(เห็นอาการเกิดดับ) พระพุทธรูปเจ้าท่านเห็น อย่างที่พวกเราที่ยังเอามา
สวดกันอยู่ “...จิตใจเราถึงที่สุดแล้ว ซึ่งสภาพสภาวะที่อันใดปรุงแต่ง
ไม่ได้อีกต่อไป” ท่านเห็นอันนี้ นี่ละ พระพุทธรูปเจ้า (ตรัสว่า) “...เมื่อ
อันนี้แหละ เราไปถึงแล้ว แห่งนั้น” - ว่าอย่างนั้น ท่านว่า ไม่ใช่เดิน
ด้วยเท้า ไม่ใช่ว่าเดินทางด้วยรถยนต์ ไม่ใช่ว่าเดินทางด้วยเครื่องบิน -
ไม่ใช่! พระองค์ ดูจิต - ดูใจ - ดูสภาพสภาวะ ที่มันว่างหมดนี้
ต่างหากเล่า



ประวัติ
หลวงพ่อเทียน จิตตสุโก
โดยสังเขป

หลวงพ่อเทียน จิตตสุโก เดิมชื่อ พันธุ์ อินทผิว เกิดเมื่อวันที่ ๕ กันยายน พ.ศ. ๒๔๕๔ ที่บ้านบุษม ต.บุษม อ.เชียงคาน จ.เลย บิดาชื่อ จิ้น มารดาชื่อ โสม บิดาของท่านเสียชีวิตตั้งแต่ท่านยังเด็ก ในสมัยนั้นหมู่บ้านบุษมยังไม่มีโรงเรียน ท่านจึงไม่ได้เรียนหนังสือ ในวัยเด็กท่านได้ช่วยมารดาทำไร่ทำนา เช่นเดียวกับเด็กอื่นๆ ในหมู่บ้าน

เมื่ออายุได้ ๑๑ ปี ท่านได้บรรพชาเป็นสามเณร อยู่กับหลวงน้าที่วัดในหมู่บ้าน ได้เรียนตัวหนังสือลาวและหนังสือธรรม พออ่านออกและเขียนได้บ้าง และได้เริ่มฝึกกรรมฐานตั้งแต่คราวนั้น ท่านได้ปฏิบัติหลายวิธี เช่น วิธีพุทโธ วิธีนั่งหนึ่ง สอง สาม... หลังจากบรรพชาเป็นสามเณรได้ ๑ ปี ๖ เดือน ก็ลาสิกขาบทออกมาช่วยทางบ้านทำมาหากิน

เมื่ออายุได้ ๒๐ ปี ท่านได้อุปสมบทเป็นพระภิกษุตามประเพณี ได้ศึกษาและทำสมาธิกับหลวงน้ำอีกครึ่งหนึ่ง หลังจากบวชได้ ๖ เดือน ท่านได้ลาสิกขาบทออกมา และแต่งงานมีครอบครัวเมื่ออายุ ๒๒ ปี มีบุตรชาย ๓ คน ท่านมักจะเป็นผู้นำของคนในหมู่บ้านในการทำบุญ จนเป็นที่นับถือและได้รับเลือกเป็นผู้ใหญ่บ้านถึง ๓ ครั้ง แม้จะมีภาระมาก ท่านก็ยังสนใจการทำสมาธิและได้ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอตลอดมา

ต่อมาท่านได้ย้ายไปอยู่ในตัวอำเภอเชียงคานเพื่อให้ลูกได้เรียนหนังสือ ท่านได้ประกอบอาชีพเป็นพ่อค้าเดินเรือค้าขายขึ้นล่องตามลำน้ำโขงระหว่างเชียงคาน-หนองคาย-เวียงจันทน์ บางครั้งไปถึงหลวงพระบาง ทำให้ท่านได้มีโอกาสพบปะกับพระอาจารย์กรรมฐานหลายรูป จึงเกิดความสนใจธรรมะมากขึ้น นอกจากนี้ ท่านยังเห็นว่าแม้จะทำความดี ทำบุญ และปฏิบัติกรรมฐานมาหลายวิธีตั้งแต่อายุยังน้อย แต่ท่านก็ยังไม่สามารถเอาชนะความโกรธได้ ท่านจึงอยากค้นคว้าหาทางออกจากสิ่งเหล่านี้

ปี พ.ศ. ๒๕๐๐ เมื่ออายุได้ ๔๕ ปีเศษ ท่านได้ออกจากบ้านโดยตั้งใจแน่วแน่ว่าจะไม่กลับจนกว่าจะพบธรรมะที่แท้จริง ท่านได้ไปปฏิบัติที่วัดวังสีมุกดาราม ต.พันพร้าว อ.ท่าบ่อ จ.หนองคาย (ปัจจุบันคือ อ.ศรีเชียงใหม่) โดยทำกรรมฐานวิธีเคลื่อนไหวก่อน แต่ท่านไม่ได้ภาวนาคำว่า “ติง-นิง” (ติง แปลว่า ไหว) อย่างที่คนอื่นทำกัน ท่านเพียงให้รู้สึกถึงการเคลื่อนไหวก่อนของร่างกายและจิตใจเท่านั้น ในช่วงเวลาเพียง ๒-๓ วัน ท่านก็สามารถหลุดพ้นจากความทุกข์ได้อย่างเด็ดขาด โดยปราศจากพิธีตองหรือครูบาอาจารย์ ใน

เวลาเข้ามีดของวันขึ้น ๑๑ ค่ำ เดือน ๘ ซึ่งตรงกับวันจันทร์ที่ ๘ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๐๐

หลังจากนั้น ท่านได้กลับมาเผยแผ่ซึ่งเน่สิ่งทีท่านได้ประสบมาแก่ภรรยาและญาติพี่น้องเป็นเวลา ๒ ปี ๘ เดือน โดยในขณะนั้นท่านยังเป็นฆราวาสอยู่

วันที่ ๓ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๐๓ ท่านได้อุปสมบทเป็นพระภิกษุอีกครั้งหนึ่ง เนื่องจากเห็นว่าถ้าหากบวชเป็นพระภิกษุแล้วจะทำให้การเผยแผ่ธรรมะสะดวกขึ้น

คำสอนของหลวงพ่อได้แพร่หลายออกไปทั้งในและต่างประเทศ ได้มีผู้ปฏิบัติตามเพิ่มจำนวนมากขึ้นเรื่อยๆ หลวงพ่อได้อุทิศชีวิตให้กับการสอนธรรมะอย่างไม่เห็นแก่ความเหน็ดเหนื่อยหรือสุขภาพของร่างกาย จนกระทั่งอาพาธเป็นโรคมะเร็งที่กระเพาะอาหารเมื่อปี พ.ศ. ๒๕๒๕ ถึงแม้ว่าสุขภาพของท่านจะทรุดโทรมลงมาก แต่ท่านก็ยังคงทำงานของท่านต่อไปจนถึงวาระสุดท้ายของชีวิต

หลวงพ่อดีละสังขารอย่างสงบ ณ ศาลามุงแฝกบนเกาะพุทธธรรม สำนักปฏิบัติธรรมทับมิ่งขวัญ ต.กุดป่อง อ.เมือง จ.เลย เมื่อวันที่ ๑๓ กันยายน พ.ศ. ๒๕๓๑ เวลา ๑๘ นาฬิกา ๑๕ นาที รวมอายุได้ ๗๗ ปี และได้ใช้เวลาอบรมสั่งสอนธรรมะแก่คนทั้งหลายเป็นเวลา ๓๑ ปี

ข้อมูลจากหนังสือ “ธรรมะแท้ต้องรู้อย่างเดียวกัน”



การเจริญสติ ในชีวิตประจำวัน

การเจริญสตินี้ ต้องทำมากๆ ทำบ่อยๆ นั่งทำก็ได้ นอนทำก็ได้ ขึ้นรถลงเรือทำได้ทั้งนั้น เวลาเรานั่งรถเมล์ เรานั่งรถยนต์ก็ตาม เราเอามือวางไว้บนขา พลิกขึ้นคว่ำลงก็ได้หรือเราไม่ยากพลิกขึ้นคว่ำลง เราเพียงเอานิ้วมือสัมผัสนิ้วอย่างนี้ก็ได้ สัมผัสอย่างนี้ ให้ความตื่นตัว ทำซ้ำๆ หรือจะกำมือ เขี่ยดมืออย่างนี้ก็ได้

คำว่า “ให้ทำอย่างนั้นตลอดเวลา” (คือ) เราทำความรู้สึก ชักผ้าชักเสื้อ ถูบ้านกวาดบ้าน ล้างถ้วยล้างชาม เขียนหนังสือหรือชื้อขายก็ได้ เพียงเรามีความรู้สึกเท่านั้น แต่ความรู้สึกอันนี้แหละ มันจะสะสมเอาไว้ที่ละเล็กทีละน้อยเหมือนกับเราที่มีชันหรือมีโองน้ำ หรือมีอะไรก็ตามที่มันดี ที่รองรับมันดี ฝนตกลงมา ตกทีละนิดทีละนิด เม็ดฝนเม็ดน้อยๆ ตกลงนานๆ แต่มันเก็บได้ดี น้ำก็เลยเต็มโอ่งเต็มขันขึ้นมา

อันนี้ก็เหมือนกันเราทำความรู้สึก ยกเท้าไปยกเท้ามา ยกมือไปยกมือมา เรานอนกำมือเขี่ยดมือ ทำอยู่อย่างนั้น กลับแล้วก็แล้วไป เมื่อนอนตื่นขึ้นมาเราก็ทำไป กลับแล้วก็แล้วไป ท่านสอนอย่างนี้ เรียกว่า ทำบ่อยๆ อันนี้เรียกว่าเป็นการเจริญสติ



รูปแบบ
การเจริญสติแบบเคลื่อนไหว
(ในอิริยาบถนั่ง)
ตามแนวทางของ
หลวงปู่เทียน จิตตสุโภ



๑. วางฝ่ามือทั้งสองไว้บนเข่าสองข้าง



๒. พลิกมือขวาตะแคงขึ้น
รู้ลึกทั่ว แล้วหยุด



๓. ยกมือขวาขึ้น
รู้ลึกทั่ว แล้วหยุด



๔. ลดมือขวามาไว้ที่สะดือ
รู้สึกตัว แล้วหยุด



๕. พลิกมือซ้ายตะแคงขึ้น
รู้สึกตัว แล้วหยุด



๘. เคลื่อนมือขวาขึ้นมาที่หน้าอก
รู้สึกตัว แล้วหยุด



๙. เคลื่อนมือขวาออก
รู้สึกตัว แล้วหยุด



๖. ยกมือซ้ายขึ้น
รู้สึกตัว แล้วหยุด



๗. ลดมือซ้ายมาทับมือขวา
รู้สึกตัว แล้วหยุด



๑๐. ลดมือขวาลงไว้ที่หัวเข่า
รู้สึกตัว แล้วหยุด



๑๑. คว่ำมือขวาลง
รู้สึกตัว แล้วหยุด



๑๒. เคลื่อนมือซ้ายขึ้นมาที่หน้าอก
รู้สึกตัว แล้วหยุด



๑๓. เคลื่อนมือซ้ายออก
รู้สึกตัว แล้วหยุด



๑๔. ลดมือซ้ายลงที่หัวเข่า
รู้สึกตัว แล้วหยุด



๑๕. คว่ำมือซ้ายลง รู้สึกตัว แล้วหยุด
และทำการเคลื่อนไหวตั้งแต่เริ่มต้นมาอีก
ให้ต่อเนื่องกันไป

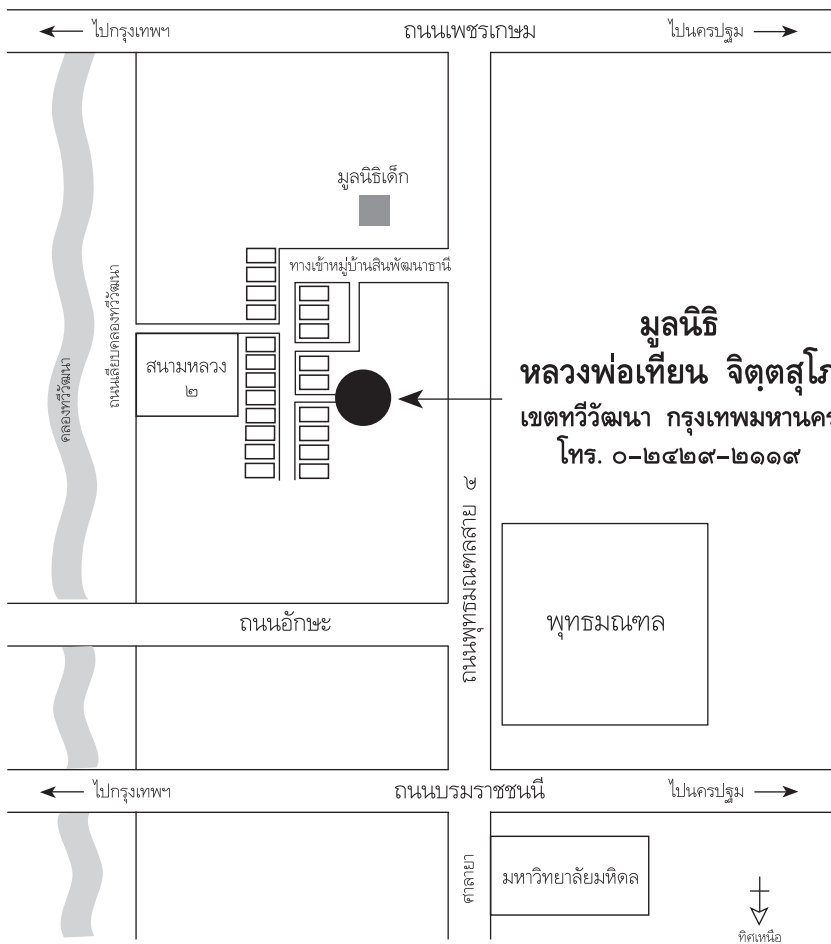
กาลามสูตร

๑. มา อะนุสสะเวณะ, อย่าเชื่อถือ โดยการฟังตามกันมา,
๒. มา ประัมปะรายะ, อย่าเชื่อถือ โดยเห็นทำตามกันมา,
๓. มา อิติกิริยะ, อย่าเชื่อถือ โดยมีการเล่าลือกันมา,
๔. มา ปิฏะกะสัมปะทาเนนะ, อย่าเชื่อถือ โดยการอ้างตำรา,
๕. มา ตักกะเหตุ, อย่าเชื่อถือ โดยการนึกเอาเอง,
๖. มา ณะยะเหตุ, อย่าเชื่อถือ โดยเพราะการอนุমান,
๗. มา อากาเรปะริวัตักเกนะ, อย่าเชื่อถือ โดยคิดตามอาการเป็นไป,
๘. มา ทิฏฐินิชฌานักขันติยา, อย่าเชื่อถือ โดยชอบใจว่า
ตรงตามหลักของตน,
๙. มา ภัพพฐุปะตายะ, อย่าเชื่อถือ โดยเห็นว่าเป็นบุคคล
ที่น่าเชื่อถือ,
๑๐. มา สะมะโณ โนครุติ, อย่าเชื่อถือ โดยเห็นว่าเป็นครูบา
อาจารย์ของเรา,

เมื่อใดท่านรู้ด้วยตนเองว่า

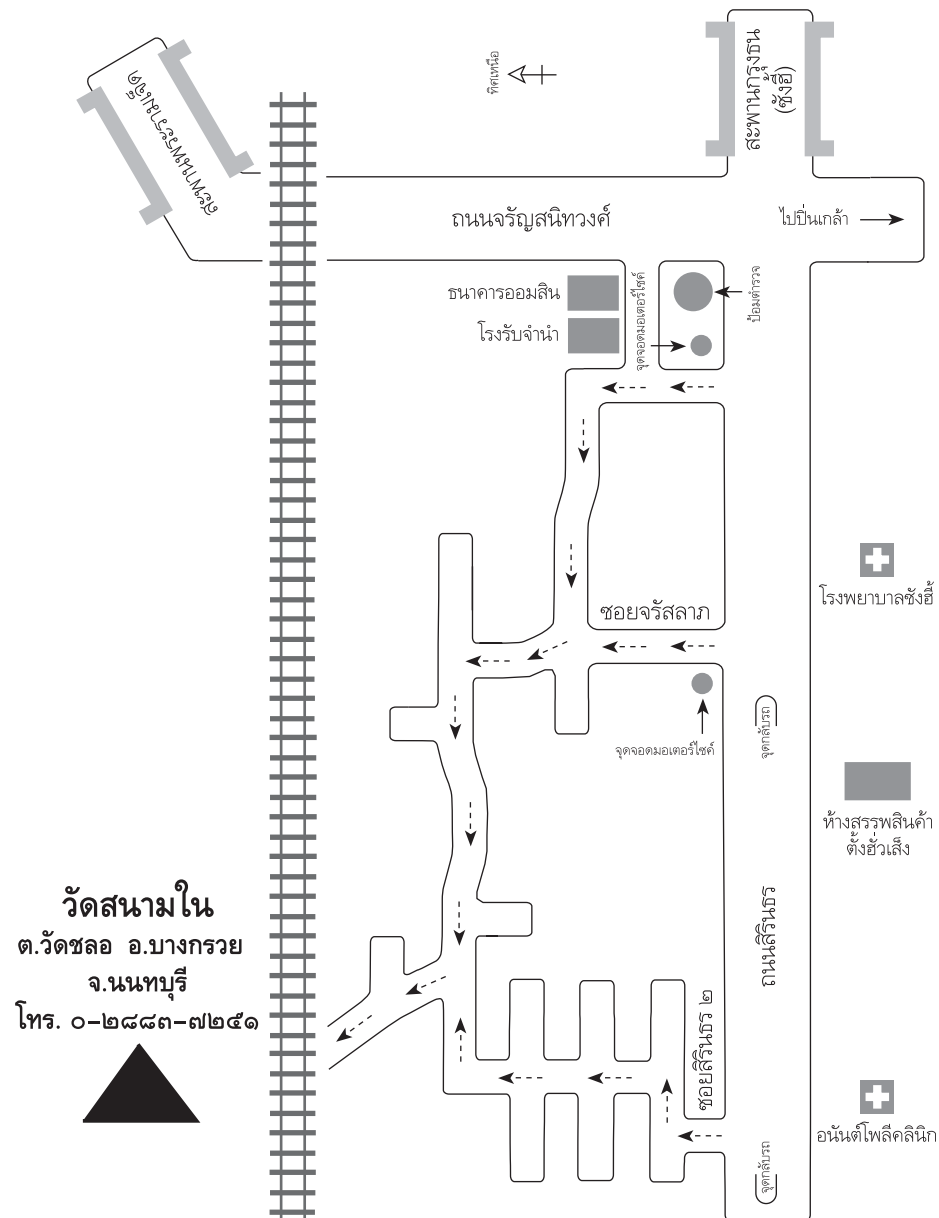
- อิมะ ธัมมา อะกุสะลา, ธรรมเหล่านี้เป็นอกุศล,
อิมะ ธัมมา สāvāṇṇา, ธรรมเหล่านี้มีโทษ,
อิมะ ธัมมา วิญญูคะระหิตา, ธรรมเหล่านี้ผู้รู้ดีเจียน
อิมะ ธัมมา สะมัตตา สะมาทินนา อะหิตายะ ทุกขายะ สังวัตตันตีติ,
ธรรมเหล่านี้ ใครสมาทานให้เต็มที่แล้ว, ย่อมเป็นไปในสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์
เพื่อทุกข์, ท่านพึงละเสียเมื่อนั้นเถิด,
อิติ. ด้วยประการฉะนี้แล. ฯ

แผนที่
มูลนิธิหลวงพ่อเทียน จิตตสุโม

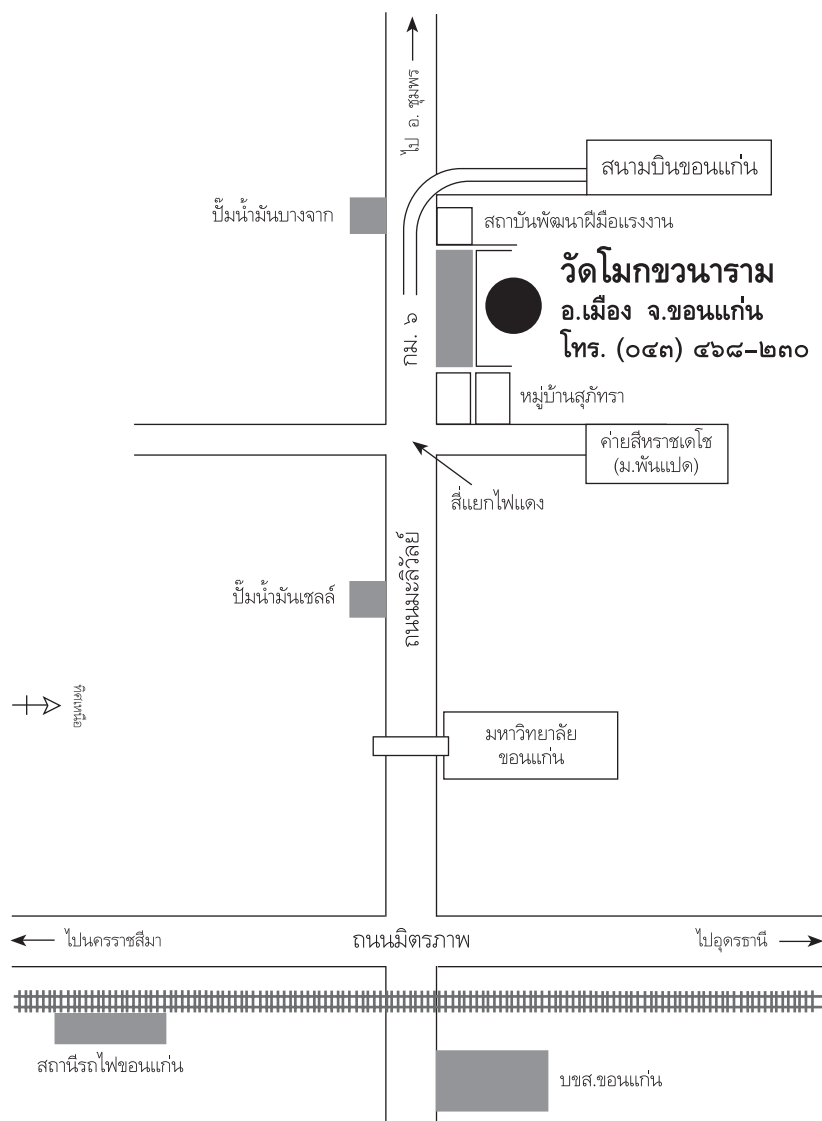


ทุกวันที่ ๑-๗ ของเดือน
มีการจัดอบรมการปฏิบัติธรรมตามแนวทางของหลวงพ่อเขียน
ที่มูลนิธิหลวงพ่อเขียน ผู้สนใจเข้าร่วม ติดต่อสอบถามได้ที่
๐-๒๕๒๙-๒๑๑๙ (สำนักงานมูลนิธิฯ)
๐๘๕-๖๐๐-๒๕๕๑ (พระอาจารย์เอก เทชวโร)

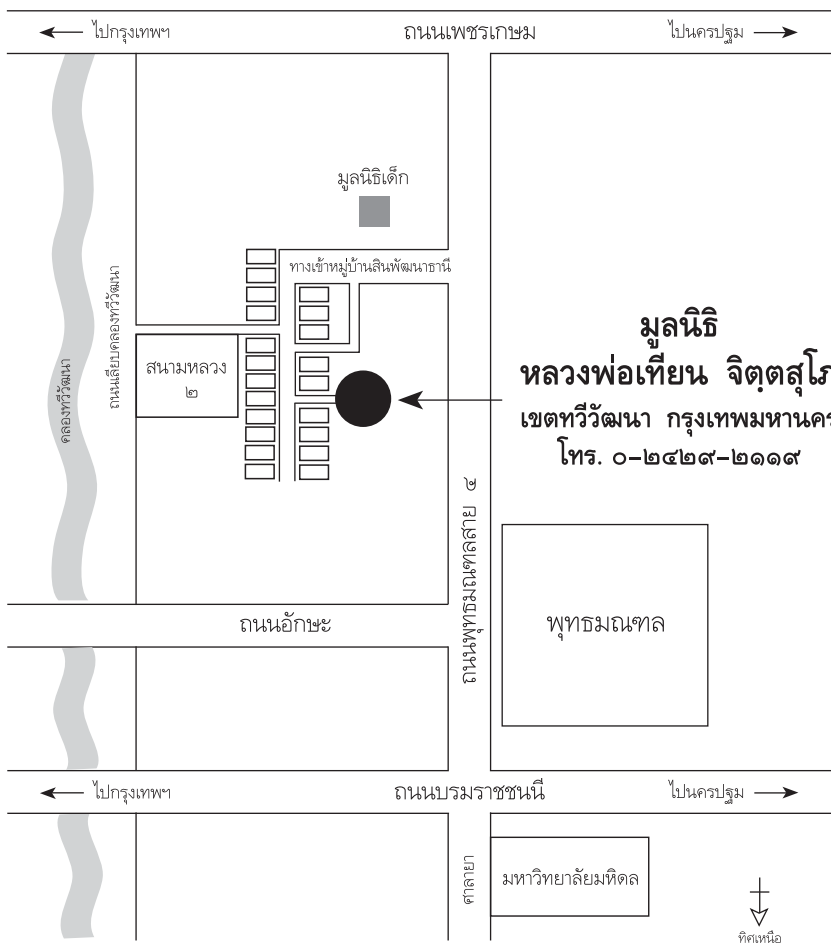
แผนที่
วัดสนามใน



แผนที่ วัดโมกขวนาราม

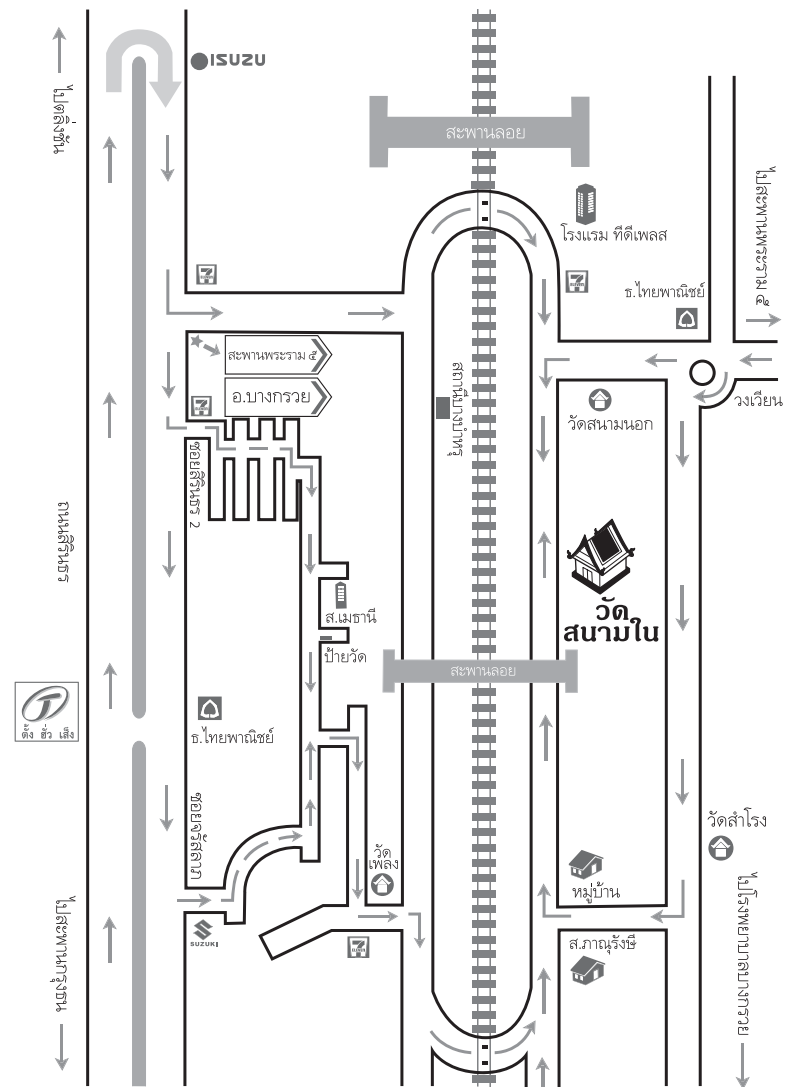


แผนที่
มูลนิธิหลวงพ่อเทียน จิตตสุภา



ทุกวันที่ ๑-๗ ของเดือน
มีการจัดอบรมการปฏิบัติธรรมตามแนวทางของหลวงปู่เทียณ
ที่มูลนิธิหลวงปู่เทียณ ผู้สนใจเข้าร่วม ติดต่อสอบถามได้ที่
๐-๒๕๒๙-๒๑๑๙ (สำนักงานมูลนิธิฯ)
๐๘๔-๖๐๐-๒๕๔๑ (พระอาจารย์เอนก เดชวโร)

แผนที่
วัฒนธรรมใน



วัดสนามใน ต.วัดชลอ อ.บางกรวย จ.นนทบุรี
สถานที่ปฏิบัติธรรมเจริญสติตามแนวทางของหลวงปู่เทียน
โทร. ๐๒-๘๘๓-๗๒๕๑