

เทศน์อบรมคณะครูและนักเรียนโรงเรียนอุตรพิทยานุกูล ณ วัดป่าบ้านตาด

เมื่อวันที่ ๕ กันยายน พุทธศักราช ๒๕๔๘

อดอาหารนี้ดีทุกชั้นสำหรับเรา

วันนี้คนไม่มากนัก แต่ก็เต็มอยู่ทุกแห่ง ว่าคนไม่มากมันก็มาก อาหารได้มาแล้ว ก็มาแยกมาแยะจัดโน้นจัดนี้ กว่าจะได้ฉันเป็นเวลานานยิ่งกว่าเวลานั่งฉันอีกนะ นั่งจัด นั้นจัดนี้ นานกว่าเวลาฉันอีก คนมากก็ต้องจัดแยกโน้นแยกนี้ คนมากพระมากจัดก็เข้าไป ๆ ถ้าคนน้อยก็เป็นอีกอย่างหนึ่ง ที่นี้เทียบปั๊บเข้าไปถึงสุดยอดเลยว่ายู่คนเดียว จะไปบิณฑบาต สะพายบาตรลง อยากรจะว่าลงเขา ๆ เพราะเราเคยชินกับเขา สะพายบาตร ปั๊บไปเลย เจียบ บิณฑบาตมาแล้วมีแ่องหินมีน้ำอยู่ตรงไหนเท่านั้นแหละ มากี่ฉันปั๊บปั๊บ ๆ ไม่ได้ไปถึงที่พักนะ พอออกมาที่ไหนก็ฉันเสีย บางแห่งญาติโยมเขาไปจัดที่ให้เป็นท่าเลฉัน เวลาบิณฑบาตออกมา มีแ่องน้ำแ่องอะไร ๆ ในหิน มากี่ฉันปั๊บปั๊บ ๆ ล้างบาตรเช็ดบาตรเสร็จเรียบร้อยแล้วสะพายบาตรเปล่าขึ้นเขาเลย เรียกว่าง่าย หมายถึงว่า ความง่ายความสะดวกตัว

ไปบิณฑบาต สำหรับเราเองมันเป็นเรื่องนิสสัยวาสนาอะไรไม่ทราบ คือบ้านใหญ่ไม่ไปนะ ไปหาแต่บ้านเล็ก ๆ น้อย ๆ สี่ห้าหกเจ็ดหลังคาเรือน เก้าหลังคาเรือน สิบหลังคาเรือน เหล่านี้ส่วนมาก มักจะไปตามนี้ บ้านใหญ่จริง ๆ ไม่ไป คือมันกวนเรื่องภาวณาที่ว่าไม่ไป พูดนี้ก็จะว่าดูถูกโลกมันก็ไม่ใช่ เพื่อตัดความกังวลเพื่ออรรถเพื่อธรรมของเราเอง บ้านไหนเราไปพักนอกบ้านเขา มันค่าอย่างนั้นนะ เขารูมออกมาหาเรา ทือ บ้านนี้ไม่เป็นที่แล้ว คือคนจะมากวน เข้าใจไหม แทนที่จะพักที่นั่นแถวไหน..ไม่อยู่แหละ หนีไปเลย เพราะมุ่งต่อธรรมอย่างเดียว ไม่มุ่งอะไรทั้งนั้น

บิณฑบาตได้มาเท่าไรพอ อาหารจะประณีตบรรจงหรือเลวอะไรไม่ได้สนใจ พอยังอึดภาพที่เป็นคู่ควรกับอาหาร อาหารเป็นยังไง ร่างกายของเราเป็นยังไง เข้ากันได้ นั้น รับเท่านั้นพอ พอฉันเสร็จเรียบร้อยแล้วก็ล้างบาตรเช็ดบาตร เรียบร้อยแล้วก็เอาผ้าเช็ดบาตรที่มันเปียกมันอะไรตากบนหินดานแดด ๆ ครู่เดียวแห้งแล้ว ปั๊บปั๊บ ๆ ไปเลย เจียบเลย นี่หมายถึงวันฉัน แต่ไม่ได้ฉันทุกวันนี้ แล้วแต่จะลงมาเมื่อไร มาบิณฑบาตฉัน ถ้าไม่ลงมาก็ไม่ฉัน สักก็วันก็ตัวเอง เพราะฉะนั้นเราจึงไม่เอาใครไปด้วย

ถ้าเป็นสององค์สามองค์มันเป็นน้ำไหลบ่า ภาระมา ความรับผิดชอบโดยสัญชาตญาณที่มีต่อกันมันก็เป็นเอง มันก็เป็นน้ำไหลบ่า กระแสของจิตก็ออกนั้นออกนี้ ถ้าไปคนเดียว อะไรอยู่นี้หมด ภาระก็มีอันเดียวแต่เรา ที่นี้การขบการฉันการไปการมา

มันก็สะดวกทั้งหมดเลย เดินไปไหนก็ทำความเพียรไป สติไม่ให้พรากจากใจ ให้มันติดอยู่กับใจ นี่เรียกว่าผู้ภาวนาอบรมจิตใจของเรา บำรุงรักษาจิตใจ ไม่ให้ข้าศึกคือกิเลส มันเหยียบย่ำทำลาย ไปคนเดียวก็ยิ่งแนวตลอด หรือเราจะเดินจากนี้ไปหาหมู่บ้าน เป็นเรื่องเดินจงกรมเป็นความเพียรตลอดเลยนะ ไม่ได้ว่าเสียเวล่ำเวลาเพราะวันนี้ไปบ้านนั้นบ้านนี้ ไปหาถ้ำหาอะไรสถานที่ต่าง ๆ การเดินไปเป็นความเพียรไปตลอด ของคน ๆ เดียวนะ มันต่างกัน

คือคนเดียวเท่านั้นมันปลดเปลื้องภาระออกหมดเลย เหลือแต่เราคนเดียว ที่นี้เฝ้าอยากกินก็กิน ก็วันไม่กินก็แล้วแต่ จะตายก็อยู่กับเจ้าของ มันรู้นี่นะ มันจะตายจริง ๆ ก็บิณฑบาตมาฉันเสีย แน่ ความรู้อยู่กับเจ้าของ ร่างกายนี้ใจเป็นผู้รับผิดชอบ ควรฉันไม่ควรฉัน ที่นี้จิตเกี่ยวกับเรื่องธาตุเรื่องขันธเกี่ยวกับธรรมจะเอาทางไหน เราก็มุ่งต่อธรรม เพราะฉะนั้นทางร่างกายจึงต้องผ่อนลงเรื่อย ๆ เพื่อให้ธรรมดีขึ้น

ที่พระท่านอดอาหารนี้ ในครั้งพุทธกาลก็คือพระพุทธเจ้าทรงทำเอง แต่ที่นี้พระองค์อดพระกระยาหารไม่ฉันนั้น เพื่อจะตรัสรู้ด้วยการอด ผิดกันตรงนี้เท่านั้นเอง ไม่ได้มีจิตตภาวนาทางด้านจิตใจเข้าไปแทรก เพราะฉะนั้นจึงไม่สำเร็จ ที่นี้พอพลิกป้อออกมาเสวยพระกระยาหาร ที่นางสุชาดาไปถวาย วันนั้นก็พอดีพระสรีระทุกสัดทุกส่วน เบาหิวเลย ก็อดอาหารมาตั้ง ๔๙ วัน มาเสวยพระกระยาหารในวันนั้น ข้าวมธุปายาส ๔๙ ขึ้นท่านเสวยหมด เสร็จแล้วก็ตั้งสัจจอธิษฐาน

คิดถึงเรื่องที่ว่าท่านเสด็จไปกับพระราชบิดาไปแรกนาขวัญ ที่ร่วมหัวใหญ่ ทรงบำเพ็ญอานาปานสติ จิตสง่างามและอัศจรรย์ขึ้นเดี๋ยวนั้น ท่านย้อนหลังไประลึกนั้นได้ ตอนที่ท่านอดพระกระยาหารมามากต่อมากแล้วไม่สำเร็จ ท่านเลยย้อนไปคิดถึงอันนั้น หรืออันนั้นจะสำเร็จ จึงปลงพระทัยเลย ทรงเสวยพระกระยาหารที่นางสุชาดาไปถวาย ในวันเพ็ญเดือนหก แล้วตั้งสัจจอธิษฐานเลย จะภาวนาแบบนั้นนะที่นี้ ไม่เอาแบบอดอาหาร จิตตั้งเลย วันนั้นก็พอดีพระสรีระทุกสัดทุกส่วนเบาหิว ๆ ช่วยอีกด้วยนะ พอเสวยพระกระยาหารแล้วก็ตั้งสัจจอธิษฐานว่า สถานที่นั่งนี้ ๑.นั่งเพื่อตรัสรู้พ้นจากทุกข์ ลีนกิเลส ๒.ถ้าไม่ตรัสรู้ต้องตายอยู่ในสถานที่แห่งเดียวกัน ไม่ยอมมลุกเลย นั้น แต่ท่านตั้งลงในจุดที่ถูกต้อง คืออานาปานสติ ได้แก่ภาวนา ก็ติดฝังในคืนวันนั้นเลย

เรื่องอดอาหารถ้าอดอย่างที่พระพุทธเจ้าทรงทำมาก็ผิด เพราะไม่มีจิตตภาวนาเกี่ยวข้อง แต่ท่านอดนี้ท่านอดเพื่อเป็นเครื่องหนุนความเพียรทางด้านจิตตภาวนาจึงถูกต้อง แล้วส่งเสริมได้ดี สำหรับเราเองนิสัยवासนาหยาบมาก ที่ว่าทุกข์ทรมานมากเพราะอดอาหารนั้นแหละ ไม่ได้มีอิมหันาสารณูแหละ เป็นครั้งคราวเท่านั้น นอกนั้นก็พึดกัน

เรื่อย ๆ มันจะตายจริง ๆ ก็ให้ฉันเสียทีหนึ่ง ๆ คือร่างกายเราอ่อนเปื่อย แต่จิตใจดีขึ้น ๆ มันเห็นกันอยู่ที่นี่ ก็เราภาวนาเพื่อใจ เราไม่ได้ภาวนาเพื่อหาอาหารนี่วะ มันก็หนักทางนั้น ทุกข์มากก็ทนเอา เพราะผลเป็นอย่างนี้ ๆ ทางด้านจิตใจ ด้วยเหตุนี้จึงต้องฝึก

อย่างพระท่านไม่ฉันท่านอด ท่านจะไม่หิวยังงัยท่านก็เป็นคนเหมือนกันกับเรา ธาตุชั้นธต้องการสิ่งต่าง ๆ ที่มาเยียวยารักษาเหมือนกันกับโลกทั่ว ๆ ไป ท่านจะไม่หิวยังงัย แต่ท่านก็ทน ทนเพื่อธรรมจะได้ดูตมกันภายในจิตใจ ทนเอา เวลาอดอาหารเข้าไป นี่จิตใจจะค่อยเบาหวิว ๆ อดไปหลายวันเท่าไรจิตใจยิ่งนึ่มเข้าไป ๆ สติยิ่งดี ๆ ติดแนบ ๆ กัน มันเห็นอยู่อย่างนั้น ที่นี้เวลาเราหิวนี้เราก็มาคิดเทียบ หิวนี้กินเมื่อไรมันก็อึด กำลังของร่างกายนี้ขึ้นอย่างรวดเร็ว เช่นเราอ่อนเปื่อยมาเดินบิณฑบาตในหมู่บ้านไม่ถึง พักนั่งอยู่ตามทาง นี่มันอ่อนไหมขนาดนั้น ที่นี้พอไปฉันออกมาแล้วนี้มันแข่งสู้ไม่ได้ นี่กำลังทางร่างกายมันขึ้นเร็วนะ พอฉันเสร็จแล้วติดตมเลยขึ้นเขา ไม่ได้เป็นคนเก่าที่เดินด้อมแต่้ม ๆ ลงมานะ พอฉันเสร็จแล้วเหมือนม้าแข่ง นี่กำลังทางร่างกายมันมีได้รวดเร็ว แต่กำลังของจิตมีได้ช้า จึงต้องพยุกัน

กำลังของจิตเกิดขึ้นจากการอดอาหารผ่อนอาหาร ก็ต้องทน พระที่ท่านทำท่านทนทุกองค์นั้นแหละ ไม่ทนได้หรอก เพราะเหตุผลเทียบกันแล้วท่านมุ่งในธรรมะ เมื่อธรรมะเห็นเป็นยังงัยต้องหมุ่นไปธรรมะมากกว่าเรื่องธาตุชั้นธ ธาตุชั้นธอยากกินเมื่อไรก็ได้ อยากนอนเมื่อไรก็ได้ไม่ยากอะไร แต่ที่จะพยุจิตใจให้ตมนี้ลำบากหนา คำว่าลำบากนี่คือการฝึกหัดเบื่องตันจิตยังไม่ได้หลักได้เกณฑ์ ล้มลุกคลุกคลานนี้ยิ่งลำบากมาก ครั้นฝึกไป ๆ ก็ค่อยคล่องตัว ๆ จิตคล่องตัวจิตได้หลักได้เกณฑ์ จิตใจแน่นหนามันคงขึ้นเรื่อย ๆ ที่นี้การอดอาหารอะไร ๆ นั้นมันก็กลมกลืนกันไป ความพอเหมาะพอดีเรื่อย ๆ

สำหรับการอดอาหารนี้ดีทุกชั้นสำหรับเรานะ ตั้งแต่ล้มลุกคลุกคลาน อดอาหารก็ช่วยได้ดี เวลาจิตตั้งหลักได้แล้วอดอาหารก็ยังคล่องตัวเข้าไป ยิ่งออกทางด้านภาวนาล้วน ๆ แล้วอดอาหารยิ่งคล่องเลย ลื่นไปเลย ไม่ได้เสียที่ตรงไหน สติก็เหมือนกัน สติเป็นพื้นฐานสำคัญมาก ที่อดอาหารเหล่านี้สตินี้ดีขึ้น ๆ ติดแนบกันเลย จนกระทั่งไม่เปลอเลย เวลาอดอาหารมันเก่งนะ อยู่ทั้งวันทั้งคืนไม่มีการเปลอสติเลย ที่นี้พอเราฉันเข้าไปเริ่มมีผิต ๆ พลาด ๆ นั้นเป็นแล้วนะรู้แล้ว เจ้าของรู้แล้ว แต่เมื่อไม่กินมันก็จะตาย จะทำงัย ก็ต้องทนไป พอได้จ้งหะแล้วก็เอาอีก ๆ ต่อกันไปเรื่อย ๆ

จนกระทั่งจิตก้าวเข้าสู่หลักเกณฑ์อันดีงามไม่ถอยแล้ว ที่นี้ไม่ต้องบอกนะ ความเพียรที่ล้มลุกคลุกคลาน กับความเพียรของจิตที่มีหลักมีฐานออกก้าวเดินแล้ว เช่นสติปัญญาอัตโนมัติ อันนี้ไม่มีถอยเลย ยิ่งเสริมอันนี้เข้าไปยิ่งคล่องตัวเข้าไปเรื่อย ถึงไม่

เสริมมันก็พุ่งๆ อยู่แล้ว คืออาหารเข้าไปอย่างนี้ ธรรมชาติมันเหมือนรถบรรทุกของหนัก มันจะอืดอาดลง ทีนี้เวลาจิตคล่องตัวแล้วการอดอาหารยิ่งช่วยได้ดี ๆ คือคำว่าฝึก ธรรมชาติมันไม่ใช่จะเป็นแบบเดียวตลอดไป แบบที่ว่าเวลาล้มลุกคลุกคลานนี้ทุกซั่มมาก ต้องยอมรับว่าทุกซั่ม

เช่นอย่างการฝึกกรรมฐาน ไม่ขบไม่ฉันไม่หลับไม่นอน นักตอสนี่ ถ้าไปทำตาม สบายตายเลย ไปไม่รอด ต้องเอาแบบฝันตลอด ทีนี้พอสติตั้งค่อยดีขึ้น จิตใจมีหลักมี เกณฑ์มีความสงบร่มเย็นเข้าไปโดยลำดับ ก็ได้หลักขึ้นมาภายในใจ ทีนี้พอคิดพออ่าน ละทีนี้ จนกระทั่งก้าวขึ้นสู่ภาวนามยปัญญาหรือสติปัญญาอัตโนมัติ อันนี้อยู่ที่ไหน เหมือนกันเลย จิตนี้หมุนตัวๆ เป็นแต่เพียงว่าซ้ากับเร็ว ถ้าสมมุติว่าเราอดอาหารมันถูก กัน ยิ่งอดอาหารเข้าไปอันนั้นยิ่งคล่องๆ ถึงไม่อดมันก็หมุนของมันอยู่แล้วเป็นอัตโนมัติ นี่ละจิตเวลาได้ก้าว ก้าวอย่างนั้นนะ

เวลาถูกกิเลสบีบนี้ก้าวไม่ออก แหม จะก้าวออกสู่ความพอกความเพียรเหมือน จุงหมาใส่ฝน ร้องแหง็กๆ พวกอยู่ที่ใต้ถุนศาลานี้พวกร้องแหง็กๆ ฝนไม่ตกก็ตาม จุงเข้า ทางจงกรมนี้มันจะต้องร้องแหง็กๆ เข้าใจไหมร้องแหง็กๆ มันไม่อยากไป ทีนี้พอจิต ก้าวเดินโดยลำพังตนเองได้แล้ว พุ่งต่อพระนิพพาน เหมือนว่าพระนิพพานอยู่ชั่วเอี่ยม แล้วไม่มีแหง็ก ไม่มี ผิงๆ ตลอดเลย หลับต้องบังคับ นอนต้องบังคับ จิตมันหมุน หมุน ที่จะออกจากทุกซั่ม เพราะเห็นโทษนี้เห็นเต็มหัวใจ เห็นคุณของธรรมก็เห็นเต็มหัวใจ เมื่อต่างอันต่างเห็นเต็มหัวใจแล้ว ใจดวงเดียวเป็นผู้พิจารณาแล้วมันก็พุ่งทางด้านเพื่อ ความพ้นทุกซั่ม หมุนตัวๆ

ถึงขั้นที่เราฝึกจนกระทั่งคล่องตัวแล้วมันก็ง่ายอย่างนี้นะ ความเพียรประเภทนี้ เราไม่ต้องพยายามเพียรนะ คำว่าเพียรนี้เพียรเพื่อพ้นทุกซั่ม...ถูก แต่ว่าเพียรในประโยค พยายามปัจจุบันไม่ได้เพียร ต้องรู้ใจเอาไว้ๆ ไม่งั้นมันจะเลยเถิด ลืมหลับลืมนอนไป หละสำคัญ ทุกอย่างลืม ถ้าลงทางจงกรมนี้ฟาดตลอดทั้งวันก็ไม่รู้จักหยุด นี่ที่ว่าท่าน เดินจงกรมฝ่าเท้าแตก แต่ก่อนเราก็อ่านในคัมภีร์ว่า พระโสณะท่านเดินจงกรมจนฝ่า เท้าแตก เราก็คิด ความเชื่อไม่เชื่อก็ยังไม่ได้ไปสนใจนักละ อ่านในตำรา ความเพียร ท่านกล้าเดินจงกรมจนฝ่าเท้าแตก เราจำได้เท่านั้น ยังไม่เน้นหนักในการพิจารณา เรื่องความเพียรฝ่าเท้าแตก

แต่พอมาถึงขั้นของเราเป็น เอาเราเลย พอถึงขั้นสติปัญญาอัตโนมัติ ความเพียร อัตโนมัติ นี่ละฝ่าเท้าแตกได้เลย ถ้าลงได้ลงทางจงกรมลืม เหมือนนักมวยต่อยกันวงใน ใครจะไปคำนวณเวลาล่าเวลา ใครคำนวณเวลาล่าเวลาตายเลยนักมวยคนนั้น ไม่มีละ ปิดกัน

เลย อันนี้จิตที่พึดกับกิเลสก็เท่ากับนักมวยเข้าวงใน นี่เป็นอัตโนมัตติ อยู่ที่ไหนเป็นความเพียรตลอด สติติดแนบเลยเชียว นี่ละสติเมื่อได้อบรมดีแล้วติดแนบกับตัว ก้าวเรื่อย ๆ เพลิน เดินจงกรมนี้ถ้าลงได้ก้าวลงเดินจงกรมแล้วลืมเวล่ำเวลา เหน็ดเหนื่อยเมื่อยล้า หิวโหยน้ำท่าไม่สนใจเลย เพราะมันเข้าวงใน หมุนตัว ๆ จนกระทั่งมันจะตายแล้วที่นี้มันอ่อนไปหมด ก้าวขาจะไม่ออกแล้วก็มา ถึงขนาดนั้นนะ จนจะก้าวขาไม่ออก เดินก็ไม่ได้เดินเร็วอะไรนะ แต่มันเดินตลอด กลางคืนก็เดิน กลางวันก็เดิน สุดท้ายฝ่าเท้าก็แตกได้

เราเชื่อพระโสดนะว่าเดินจงกรมประเภทนี้ เดินธรรมดากับคัมภีร์ธรรมดาจะให้ฝ่าเท้าแตกนี้เป็นไปได้ยาก เราไม่อยากจะเชื่อแหละ ถ้าเป็นความเพียรประเภทอันนี้หมุนตัวเลย ความเพียรอัตโนมัตติ สติปัญญาอัตโนมัตตินี้ไม่ต้องบอกก็ได้ เดินจงกรมฟาดแต่เข้าจนยันค่ำ แล้วก็เดินอยู่ทุกวัน กลางคืนกลางวันไม่ว่า มันจะไม่แตกได้ยังไงฝ่าเท้า ท่านเดินจงกรมท่านฝ่าเท้าแตก เทียบกับเราลงได้ลงทางจงกรมมันลืมเลยเวล่ำเวลา เดินได้ทั้งวันทั้งคืน มันจะได้ภูเขาลูกไหนมาติดฝ่าเท้าเพื่อจะไม่ให้แตกละ มันก็แตกได้

เราไม่แตก แต่เป็นเครื่องยืนยันกันได้ เวลาที่นั่งมันจะเป็นจะตาย ก้าวขาไม่ออก เดินจงกรมขนาดถึงจะก้าวขาไม่ออก คือจิตมันไม่ถอย หมุนตลอด เดินสะเปะสะปะชน ข้างทางจงกรมโครมครามนั้น แล้วโครมครามทางนี้ คือจิตมันหมุนอยู่ภายใน เหมือนกับว่าตาบอดไปเลย ตาฝ้าตาฟาง แล้วเดินสะเปะสะปะ คือจิตมันทำงานอยู่ภายใน ภายนอกเขาก็ก้าวไปโครมคราม ๆ โอ๊ย ป่า ถอยออกมา ถ้าคนอื่นเขาไปเห็นเขาจะว่าบ้า ความจริงคือจิตมันหมุนตัวภายใน ไม่ออกข้างนอก แล้วกลับมาเดินไปอีก เอาอีกโครมครามอีก คือจิตมันหมุนอยู่ตลอด นี่ละเรื่องที่ว่าฝ่าเท้าแตก

ที่นี้พอมานั่ง มันจะตายจริง ๆ ก็มานั่ง ออกร้อนฝ่าเท้าเหมือนไฟลนนะ ก็มาดูละที่นี้ เวลาที่นั่งแล้วทำไมฝ่าเท้าเรามันถึงได้ออกร้อนเอานักหนา เหมือนไฟลน มันเป็นอย่างนี้ มาดูซิ เอาฝ่าเท้ามาดูมันก็ไม่แตก ที่นี้เอามือไปสัมผัสฝ่าเท้าที่มันกำลังออกร้อนอยู่นั้น อู๊ยเสียว เสียวคือว่าอันนี้มันบางพอแล้ว จากนั้นมันทะลุ ทะลุถึงเนื้อ แต่ท่านบอกว่าฝ่าเท้าแตก ไม่ได้แตก คือมันบางเข้า ๆ ทะลุถึงเนื้อ ท่านเลยเรียกว่าฝ่าเท้าแตก ความจริงมันทะลุเข้าไปถึงเนื้อก็เลยเรียกว่าฝ่าเท้าแตก

นี่เป็นในเรา มาลูบ ๆ มันออกร้อนเหลือประมาณ เวลาขึ้นเวทีมันไม่ได้สนใจกับออกร้อนนะ พอมายุคนี้นี้ แหม มันออกร้อนฝ่าเท้า เลยเอาฝ่าเท้ามาดู ฝ่าเท้ามันแตกหรือ เอามาดูจริง ๆ เอ๊ะ มันไม่แตกนี่นะ แล้วเอามือไปคลำ ๆ เสียว เสียวแปลบ ๆ บางแล้วนั่น ถ้าเลยจากนั้นไปทะลุถึงเนื้อ นั่นเห็นได้ชัด อันนี้เชื่อเรา ถ้าลงความเพียร

ประเภทนี้เชื่อ อย่างพระโสณะท่านฝ่าเท้าแตกเชื่อ ของเรานี้ถ้าหากว่ากิเลสไม่แตกก่อน ฝ่าเท้าแตกเหมือนกัน เชื่อ เพราะมันหมุนไม่หยุด

นี่ละท่านทั้งหลายให้ฟังเสีย การประกอบความเพียร ธรรมเมื่อมีกำลังแล้วจะเป็นอย่างนี้หมุนอัตโนมัติเพื่อความพ้นทุกข์ ๆ นิพพานอยู่ชั่วเอี่ยม ๆ ตลอดเลย หวดหวัด ๆ ทีนี้ก็ปั่นใหญ่ละ ฝ่าเท้าแตกได้ เป็นความเพียรอัตโนมัติมาจากที่เราล้มลุกคลุกคลาน ฝืนทรมาณตนเองหนักเบาอะไร อย่างที่ว่าอดอาหาร อดนอนบ้างอะไรบ้าง หลายประเภท เวลาก้าวถึงก้าวนี้แล้วทุกอย่างจะไปอยู่ในความเพียรอัตโนมัติหมด ทางนี้ต้องรั้ง บังคับให้นอน บังคับให้พัก ไม่บังคับไม่ได้มันหมุนของมัน นี่ละความเพียร นี้เรียกว่าจนแล้วนะ เตรียมกุสลาภิเลสแล้ว กิเลสจะพังแล้ว กิเลสไหลมาตัวไหน ขาดสะบั้น ๆ ลงความเพียรประเภทนี้แล้วกิเลสไหลไม่ได้ นะ ขาดสะบั้นไปเองโดยอัตโนมัติของความเพียรที่ฆ่ากิเลส

นี่พูดให้ท่านทั้งหลายฟังได้ดำเนินมา เริ่มแรกมาตั้งแต่การอดอาหาร ทน เรื่องอดอาหารทน จะไม่หิวได้อย่างไรมันเคยอยู่เคยกินคนเรา ไม่ใช่คนตาย มันต้องหิว แต่ความหิวนี้มาเทียบเคียงกันแล้ว จะหิวมากขนาดไหน อ่อนเพลียมากขนาดไหนก็ตาม เวลาเรามาจนแล้วกำลังขึ้นได้ง่ายนิดเดียว อย่างที่ว่าเดินป้อแป้ ๆ มาจากภูเขากลับไป บิณฑบาตไม่ถึงหมู่บ้านเขา ไปพักกลางทางเสียก่อน ทีนี้พอไปฉันจังหันมาแล้วกลับไปนี้ ดืดเหมือนม้าแข่ง กำลังมันขึ้นมารวดเร็ว ดืดผิงเลย เวลามาเป็นอย่างนั้นเวลาไปเป็น อย่างนี้ กำลังทางร่างกายขึ้นง่าย แต่กำลังทางด้านจิตใจนี้ขึ้นได้ยาก เพราะฉะนั้นจึงต้อง พยายามให้มาก จนกระทั่งกำลังทางด้านจิตใจขึ้นแล้วก็อย่างที่ว่าละ เป็นอัตโนมัติ ความเพียรอัตโนมัติ อันนี้ไม่ต้องบอกหมุนตัว ๆ เลย นี่การประกอบความเพียร

อำนาจแห่งโทษของกิเลสจะเห็นได้ชัดเจนต่อความเพียรของเราแล้วขึ้นมา สติ ปัญญาทันกับกิเลสมันจะเห็นกันหมด เรื่องราวอะไร ๆ เห็นหมด ทีนี้การก้าวออกเพื่อความพ้นทุกข์มันก็ยิ่งหนัก หนักเข้าไป เอาจนกระทั่งมันขาดสะบั้นไปหมดเลย ทีนี้สรูปเลยนะ ที่มันหมุนของมันไปนี้หมุนตั้งแต่ส่วนหยาบส่วนละเอียดเข้าไป ๆ เป็นน้ำซับน้ำ ชิม กิเลสอ่อนลง ๆ ธรรมะก็ละเอียดเข้าไป ๆ ตามกันไป ตามไปจนกระทั่งเป็นมหาสติ มหาปัญญา นี่เป็นน้ำซับน้ำชิมนะนี่ มหาสติมหาปัญญานี้ชิมไปเลย กิเลสอยู่ที่ไหนชิมถึงกัน ๆ เลย

จนกระทั่งกิเลสมันเสื่อมขาดสะบั้น มหาสติมหาปัญญาที่เป็นเครื่องมืออันยอดเยี่ยมฆ่ากิเลสนี้เป็นอันว่ายุติกันเอง ไม่ต้องบังคับ ความเพียรเหมือนเป็นธรรมจักร พอกิเลสขาดสะบั้นลงไปแล้ว ความเพียรก็ลดตัวลงเป็นปกติธรรมดาไม่ต้องบังคับ แต่

เวลากิเลสยังอยู่มันก็หมุนของมันอย่างนั้น พอกิเลสขาดสะบั้นลงไปแล้วอันนี้ก็เหมือนกับเราทำงานเสร็จแล้วปล่อยเครื่องมือ อันนี้มหาสติมหาปัญญาก็เป็นมรรค ไม่ใช่เป็นนิพพาน พอกิเลสขาดสะบั้นไปแล้ว มหาสติมหาปัญญาเป็นเครื่องมือฆ่ากิเลสก็ปล่อยตัวเองไปเอง

นี่พูดถึงเรื่องการประกอบความเพียรท่านทำ อย่างพระท่านอดอาหารทุกวัน หลายวิธีการ บางองค์ไม่นอนก็มีอยู่ในนั้น บางองค์ไม่นอนตลอดรุ่งก็มี นอนเล็กน้อยก็มี อดอาหารอย่างเปิดเผยให้เห็นอย่างนี้ก็มี มีแต่วิธีการที่จะแก้กิเลสดับกิเลสทั้งนั้น เรื่องทุกข์ทนเอา ใครทุกข์ด้วยกันทั้งนั้น ผิดปรกติของธาตุขันธ์ ไม่ได้อยู่ไม่ได้กินไม่ได้หลับได้นอนตามปรกติแล้วทุกข์ทั้งนั้น เอา ทนเอา ทนเอาเพื่อธรรมๆ ผ่านกันไปได้

อะไรถ้ามาถึงตัวเราเองมันเป็นพยานกันได้ทันทีนะ อย่างที่ว่าความเพียรอัตโนมัตถ์มันเป็นของมันเอง ไม่ว่าจะอยู่ที่ไหน อิริยาบถใด เว้นแต่หลับเท่านั้น มันจะหมุนของมันเป็นธรรมเรื่อย ๆ ฆ่ากิเลสไปเรื่อย ๆ เป็นอัตโนมัตถ์ตลอด เหมือนกับกิเลสที่ทำลายสัตว์โดยอัตโนมัตถ์ของมัน ออกทางหูทางตาทางจมูกลิ้นกายกิเลสออกตลอดเวลา ทำงานตลอดเวลาเป็นอัตโนมัตถ์ กิเลสสร้างผลประโยชน์ของมันโดยอัตโนมัตถ์บนหัวใจของสัตว์ แต่สัตว์มันจะตายซิ นี่กิเลสทำงานก็เป็นอัตโนมัตถ์เหมือนกัน

นี่พอถึงขั้นธรรมได้ทำงานเป็นอัตโนมัตถ์มันก็รู้ เราก็ไม่เคยคิด ไม่เคยรู้แต่ก่อน ว่ากิเลสทำงานบนหัวใจสัตว์เป็นอัตโนมัตถ์ ไม่เคยคิดนะ แล้วธรรมทำงานบนหัวใจเราเพื่อฆ่ากิเลสก็เป็นอัตโนมัตถ์ อย่างนี้เราก็ไม่เคยคิด แต่เวลาเป็นขึ้นมาแล้วมันก็วิ่งไล่กันปั๊บเลย พอถึงขั้นสติปัญญามีกำลังมากแล้วเป็นอัตโนมัตถ์ฆ่ากิเลสโดยลำดับลำดับ ทีนี้มันก็ไปคิดถึงเรื่องกิเลส ที่กิเลสอ่อนตัวลง ๆ ถูกธรรมะปราบเข้า ๆ กิเลสอ่อนตัว แต่ก่อนมันทำงานอัตโนมัตถ์

พอถึงขั้นความเพียรอัตโนมัตถ์แล้วกิเลสเกิดไม่ได้ นะ มีแต่คอยจะดับจะมุดจะมอดตลอด ที่จะให้เกิดแผงขึ้นมาใหม่ไม่มี ท่านผู้ประกอบความเพียรถึงขั้นสติปัญญาอัตโนมัตถ์ก้าวขึ้นสู่ธรรมขั้นสูงที่จะหลุดพ้นโดยถ่ายเดียวแล้วกิเลสจะเกิดไม่ได้เลย มีแต่จะฆ่ากิเลสที่มีอยู่แล้ว ๆ ให้ดับไป ๆ ที่กิเลสจะเกิดขึ้นใหม่ไม่มีในความเพียรประเภทอัตโนมัตถ์ พอมีกำลังมากแล้วกิเลสตัวไหนจะมาเกิดได้ละ ก็มีแต่ฆ่าไปดับไป ๆ สุดท้ายก็หมดโดยสิ้นเชิง กิเลสดับทุกข์ดับไปพร้อมกันเลย บรมสุขจำขึ้นมาเลยภายในจิตใจจากความพากเพียรของเรา ให้พากันอุตสาหะพยายาม

เราไม่ได้ประเภทนั้นก็ให้ได้ประเภทลูกศิษย์มีครู ให้เดินตามครูของเรา พระพุทธเจ้าทุกสิ่งทุกอย่างเป็นคติตัวอย่างแก่โลกได้โดยสมบูรณ์ ให้เรายึดเอามาปฏิบัติ

ตามกำลังวังชาของเราก็เรียกว่าลูกศิษย์มีครูสอน ดำเนินตามครู อย่าทำตัวเหลวแหลก แหวกแนวใช้ไม่ได้นะ ธรรมนี้สด ๆ ร้อน ๆ ธรรมพระพุทธเจ้าสอน ถ้าจะเทียบก็เหมือน ใส่น้ำที่เต็มไปด้วยน้ำในสระ อาบเต็มใช้สอย รสชาติจิตสนิททุกอย่างอยู่ในนั้นหมด ดี แต่ถูกจอกแหนปกคลุมไว้เสีย น้ำจะมีมากมีน้อยมองไม่เห็นกัน ใครมองลงไปก็เห็นแต่ จอกแต่แหนปกคลุมน้ำไว้ จอกแหนคือกิเลส กิเลสมันปกคลุมน้ำในสระใหญ่คือใจของเรา กิเลสครอบอยู่ในจิตใจของเรา ธรรมจึงไม่ปรากฏ

ประกอบความพากเพียรนี้เรียกว่าถอนจอกถอนแหนออก เลิกจอกเลิกแหนออก เรื่อย ๆ ออก ๆ จนหมดเลย จ้ำขึ้นมาเลย น้ำนี้ก็เหมือนกันพอเอาจอกแหนออกหมดแล้ว สระนั้นก็จ้ำไปด้วยน้ำ อันนี้ก็จ้ำไปด้วยธรรม กิเลสเรื่องอำนาจแต่ก่อนหมดโดยสิ้นเชิง เอาละวันนี้ไม่พูดอะไรมาก

พวกลูกหลานมาศึกษาก็ให้จำเอานะ ที่สอนเรื่องความพากความเพียร อย่าปล่อยเนื้อปล่อยตัว จิตนี้สำคัญมาก กิเลสมีอำนาจมากนะ ต้องเอาธรรมเป็นเบรคห้าม ล้อเสมอ บังคับ จิตใจมันมักจะลงในทางต่ำทราม มันไม่ได้ขึ้นข้างบน ต้องเอาธรรมจุด ลากขึ้น จิตใจมันต่ำเพราะกิเลสต่ำลากใจลงไป พูดธรรมะนานอยู่นะ

ผู้กำกับ ลูกศิษย์ที่สวนแสงธรรมได้รับข่าวทางเว็บไซต์หลวงตา จากชาวสิงคโปร์ ว่า เมื่อก่อนนี้ชาวสิงคโปร์ยังไม่เข้าใจในพระพุทธศาสนา ตลอดจนข้อวัตรปฏิบัติของ พระรัตนตรัยฐานสายหลวงปู่มั่น ต่อมาทั้งพระและฆราวาสได้อ่านศึกษาธรรมะภาษาอังกฤษของหลวงตา มีชื่อเรื่อง ประวัติหลวงปู่มั่น ปฏิปทาพระรัตนตรัยฐาน ปัญญา อบรมสมาธิ แล้วได้เกิดความเลื่อมใสศรัทธาในพระพุทธศาสนามากขึ้น ต่างก็พากันตั้ง ใจปฏิบัติจิตตภาวนาอย่างจริงจัง หนังสือธรรมะดังกล่าวข้างต้นของหลวงตาได้เผยแพร่ ไปตามวัดต่าง ๆ ในประเทศสิงคโปร์มากขึ้นตามลำดับ จนเป็นที่สนใจของพระและ ฆราวาสที่ต้องการศึกษาอบรมด้านพระพุทธศาสนามากยิ่งขึ้น เขาจึงแจ้งมา และขอ น้อมกราบในเมตตาธรรมของหลวงปู่มั่นและหลวงตา ที่ทำให้ชาวสิงคโปร์ได้ศึกษาอบ รมธรรมะและนำมาปฏิบัติได้อย่างจริงจังต่อไปครับ

หลวงตา เขาแจ้งมาตามความรู้สึกที่ได้รับการศึกษาจากธรรมเหล่านี้ โธ ธรรม พระพุทธเจ้าของเล่นเมื่อไร ก็ยังบอกว่่าน้ำถูกจอกแหนปกคลุมไว้เท่านั้น น้ำจึงเหมือน ว่าไม่มีคุณค่าเลย ประหนึ่งว่าไม่มี มีแต่จอกแต่แหน พอเปิดออก ๆ เริ่มเห็นน้ำแล้ว ตัก มาอาบเต็มใช้สอยเป็นยังงี้ ดูดเต็มแล้ว ทีนี้ก็มีแก๊จที่จะรื้อจกรื้อแหนออกเรื่อย ๆ ๆ แล้วก็เปิดกว้างออก ๆ ฟาดออกเสียจนหมด จ้ำมีแต่น้ำ นี่ธรรมพระพุทธเจ้าเหมือนน้ำ ในสระ น้ำอรุณน้ำธรรมอยู่ที่ใจ กิเลสมันปกคลุมอรุณธรรมเอาไว้ที่ใจ มองลงไปเห็น

ตั้งแต่ความโลภ ความโกรธ ความหลง ราคะตัณหา เห็นแต่ความทะเยอทะยาน ความติดความตื่นเต็มหัวใจ ซึ่งเทียบกับจอกแหงนทั้งนั้น ที่นี้เวลาเราฟังธรรมฟังธรรมบำเพ็ญตนแล้ว ก็เหมือนกับเรารื้อจอกรื้อแหงนออก คือกิเลสประเภทเหล่านี้ ออก ๆ จิตจะค่อยบางขึ้น ๆ พอทราบโทษทราบคุณของสิ่งที่ทำลงไป เรียกว่าบาปว่าบุญโดยลำดับ แล้วก็เปิดออก ๆ จำปัจจุบัน นั้นเห็นไหมละ

เทศนาว่าการที่เราเทศน์นี้เรียกว่าเต็มภูมิของเรา เราไม่ได้สงสัยในการสอนโลกเลย เพราะเราอดจากหัวใจที่สมบูรณ์เต็มที่แล้ว ถ้าวานิพพานก็คือนิพพาน ว่าอย่างนั้นเลยนะ ว่าธรรมธาตุก็คือธรรมธาตุ รวมอยู่ที่หัวใจดวงนี้หมดแล้ว แต่ก่อนกิเลสปกคลุมหุ้มห่อมันไว้มันไม่ปรากฏ เอาอันนี้ออกหมดจำขึ้นมา จำอยู่ตลอดเวลาไม่ว่าหลับตื่นลืมตา ยืนเดินนั่งนอนจำตลอดเวลา ไม่มีอิริยาบถ คือใจที่บริสุทธิ์แล้วไม่มีอิริยาบถตลอดเวลา จะเรียกว่ากาลิกาก็ไม่ผิด ฝ่ายผลปรากฏอย่างนั้นตลอดเวลา ท่านถึงเรียกนิพพานเที่ยง

ที่เราจะไปสอนโลกนี้ไม่ว่าจะธรรมะชั้นใด เราอดจากหัวใจที่จำอยู่แล้วนี้ด้วยความไม่สงสัย ธรรมะจะออกไปโลกใดเมืองใดทวีปใดก็ตามเราเป็นที่มั่นใจตลอด เพราะธรรมะนี้ไม่มีปลอม จริง สาธุพูดแล้ว ตำรับตำราคนมีกิเลสไปจดจารึกนะ มีผิดมีพลาดอยู่กับคนมีกิเลส ธรรมะท่านจะจริงขนาดไหน คนมีกิเลสมันก็จะปลอมตัวเข้าไปแทรก ๆ อย่างนั้น อย่างธรรมะท่านแสดงว่า นิพพานมีอย่างนี้นะ คนมีกิเลสไปอ่านธรรมะว่านิพพานมีอยู่ มันก็บอกนิพพานมีหรือไม่มีนา แล้วนิพพานไม่มี นั้นเห็นไหมละ กิเลสมันเข้าไปตีนิพพาน อ่านอยู่แล้วนิพพานมีจากพระพุทธรูปเจ้าที่สอนแล้ว กิเลสมันเข้าไปตีว่านิพพานไม่มีเห็นไหมละ นั้น จำให้ดีนะ

อันนี้เราพูดก็ไม่พันมาหาตัวของเรามากเหมือนกัน ความมุ่งมั่นที่จะเอาตัวเองให้ถึงแดนนิพพาน ตั้งแต่เรียนหนังสือมันฝังอยู่แล้วนะว่าจะให้ได้เป็นพระอรหันต์ในชาตินี้ จะไปนิพพานแน่ ๆ ความมุ่งใส่นิพพานมุ่งอย่างหนัก แต่ก็มีอยู่ส่วนหนึ่ง นี้ละกิเลสมันอยู่ในใจ ครั้นอ่านไปถึงนิพพาน ๆ เอ้ นิพพานมีหรือไม่มีนา เห็นไหมละ มันมีจริงหรือไม่จริงนา ส่วนใหญ่เราเชื่อแล้ววานิพพานมี เราจะไปนิพพานให้ได้ แต่ส่วนย่อยมันก็มาแบ่งว่า นิพพานมีหรือไม่มีนา คือมันจะถอนกำลังของเราที่จะไปนิพพานให้อ่อนลงแล้วต่อไปก็ไม่อยากไปนิพพาน ไม่อยากไปนิพพานแล้วอยากอะไร อยากลงนรกเข้าใจไหมละ นั้น

นี่ละเวลานั่งอ่าน ๆ ตำราท่านบอกนิพพานมี ก็คือศาสดาองค์เอกสอนไว้ด้วยความถูกต้องแม่นยำ แต่กิเลสเข้าไปแทรก อย่างน้อยนิพพานมีหรือไม่มีนา มากกว่านั้น

นิพพานไม่มี ตายแล้วสูญ นี่คือเรื่องกิเลสล้วน ๆ ปิดหูปิดตาสัตว์โลกให้จม นี่ละเวลาเราอ่าน ที่นี้เวลามาปฏิบัติ ๆ เข้าไปนี่ ทั้งที่ว่านิพพานมีหรือไม่มีจิตมันก็มุง พอฟังเทศน์ของหลวงปู่มั่นแล้วดวงที่เดียวที่นี้ นิพพานเต็มหัวใจของคนมีกิเลส มีเต็มใจของตัว ที่นี้ก็ขัดกันเลย จนกระทั่งถึงว่านิพพานอยู่ชั่วเอื้อม ที่นี้มีหรือไม่มีนิพพาน ทำไมนิพพานอยู่ชั่วเอื้อม จับผิดจับถูกอยู่อย่างนั้นเอาอยู่นั้น ความเพียรไม่รู้จักหยุดหย่อน พอผางออกไปเท่านั้นนิพพานมีหรือไม่มี หมดปัญหาเลย

สอนพี่น้องทั้งหลายว่านิพพานมีหรือไม่มี เราหมดปัญหาทุกอย่างแล้วเรามาสอน เรื่องนิพพานมีหรือไม่มีจำอยู่ในหัวใจ มีหรือไม่มีมองเข้ามา ถ้ามั่นไม่เห็นอื่นเห็นอยู่ร่างกายก็เอา ส่วนใจมันจำตลอดเวลาแล้วนะ อิริยาบถทั้งสี่ไม่ว่า ยืน เดิน นั่ง นอน ธรรมชาตินั้นจะจำตลอดเวลา เรียกว่านิพพานเที่ยง จำอยู่ตลอดเวลา อกาลิโก ไม่มีภกฏ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เข้าไปเกี่ยวข้องเลย นี่นะใจดวงนี้ ที่มาเทศน์สอนท่านทั้งหลายเวลานี้ อย่างอาจหาญก็ว่ามันเลยอาจหาญไปแล้ว มันจำอยู่นี้ตลอดเวลา พระพุทธเจ้าสอนโลกสอนด้วยความจำในพระทัย สวาททั้งหลายก็สอนจำในหัวใจของท่านเอง ใ้เราตัวเท่าหนูก็จำในหัวใจหนูนี้จะว่าไง

พี่น้องทั้งหลายให้จำเอานะ บาปมี บุญมีให้ระวังให้ตี ถ้าว่าบาปมีอย่าไปทำนะเหยียบหัวพระพุทธเจ้าไปก็ลงนรกทั้งนั้น บาปไม่มีนั้นเหยียบหัวพระพุทธเจ้าไปแล้ว บุญไม่มีเหยียบพระพุทธเจ้าไปแล้ว ลงนรกทั้งหมด ถ้าเชื่อตามพระพุทธเจ้าแล้วขึ้น จำให้ตี นี่เราพูดถึงเรื่องการเทศนาว่า การ เทศน์ที่ไหน ๆ เราพอใจ เพราะธรรมของเราแน่นอนหมด ตามแต่ผู้ที่จะรับฟังไปปฏิบัติตนจะได้มากน้อยเพียงไรเท่านั้น สำหรับเราไม่สงสัย จะออกนอกโลกไปไหนก็ไปเถอะธรรมประเภทนี้ ธรรมเหยียบหัวกิเลสทั้งนั้น เปิดหัวใจให้จำขึ้นมาได้ทั้งนั้น จำเอานะ เอาละพอ

เราจะออกทำประโยชน์อีกนะนี่ เราไม่อยู่เฉย ๆ ออกทำประโยชน์ให้โลกตลอดเวลา เราไม่ได้ว่าง เรื่องกิจการเหล่านี้เราไม่ว่าง แต่ใจของเราว่าง ว่างครอบโลกธาตุ แต่กิริยาที่ออกมาจากเมตตากรุณา ให้ทำประโยชน์แก่โลกนี้ไม่มีเวลาว่างวันหนึ่ง ๆ หมุนตัว ๆ อยู่อย่างนั้น ลูกหลานทั้งหลายให้จำเอา ธรรมเอาไปฝังใจนะ นี่เทศน์ออกมาอย่างทำทายเป็นเชียว เลยทำทายเป็นจำอยู่ทั้งหมดแล้ว ธรรมพระพุทธเจ้ามีหรือไม่มีก็ถอดออกจากนี้ให้เห็นแล้ว พระพุทธเจ้าสาวกทั้งหลายเป็นธรรมแห่งเดียวกัน แบบเดียวกัน เสมอกันหมด ตั้งแต่พระพุทธเจ้าลงมาถึงสาวก ความบริสุทธิ์เสมอกันหมด มีธรรมชาตินี้เสมอกันหมด ธรรมะต้องเป็นธรรมเสมอกันหมด ถ้าเราจะยึดให้เป็นธรรม ถ้าเราจะให้กิเลสยึด พระพุทธเจ้านิพพานแล้วเท่านั้นปีเท่านั้นปี มรรคผลนิพพานไม่มี ตายทั้งเป็น

พวกนี้เข้าใจไหม เราจะตายทั้งเป็นหรือจะตายทั้งตายเอาว่ามาซิ เอละจะให้พร

รับฟังรับชมพระธรรมเทศนาของหลวงตา ได้ที่

www.luangta.com หรือ www.luangta.or.th

และรับฟังจากสถานีวิทยุสวนแสงธรรม กรุงเทพฯ และสถานีวิทยุอุดร

FM 103.25 MHz