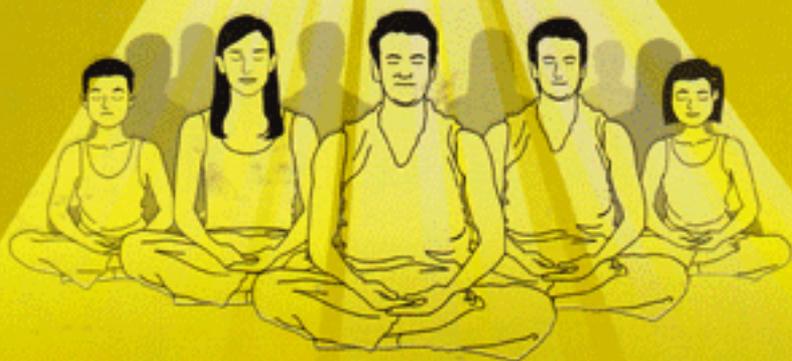


ภัยพิบัติใหญ่!



ใกล้แค่ตา



4

ห้ามจำหน่าย

คำสอนอาจารย์ฟ้า อาจารย์ลูกทับทิม (ม้วน 92-A)

ประทานเมื่อ 8 ส.ค. 46

ดูที่ค่าที่เราช่วยคน ยิ่งเมตตา ยิ่งสงสาร ก็จะเพิ่มค่าให้กับตัวเองมากขึ้นเท่านั้น จิตที่ว่างเปล่าไม่ใช่ไม่ได้คิด คิดพิจารณาไปด้วย คำว่า ‘ว่างเปล่า’ คือ ว่างจากกิเลสทั้งสิ้น นั่นแหละว่างเปล่า หนทางเดินยังอีกไกล แต่เราได้เริ่มเดินแล้ว ก็จงภูมิใจซะ จะช้าไปหน่อยก็ไม่ใช่ไร เมื่อจิตอ่อนแอเมื่อไหร่ ให้คิดว่าอาจารย์ช่วยเราอยู่ข้างหลัง อย่าเพิ่งหือถอย อาจารย์ไม่ทิ้งเรา ไม่ว่าใครทั้งนั้น การที่คิดจะช่วยเหลือคน ต้องคิดเหมือนว่าเขาเป็น พี่เราเป็นน้องเรา เขาเป็นญาติเรา ไม่ต่างอะไรกับเรา หรือสุดท้ายก็เป็นเพื่อนร่วมโลกเดียวกันกับเรา ถ้าใจคิดอย่างนี้ก็จะยิ่งเมตตามากขึ้น เราชนะอย่างหนึ่งแล้ว ให้ดูว่าสิ่งที่เราชนะได้นั้น มันยากเย็นแสนเข็ญไหม ถ้ายากเย็นแสนเข็ญแล้วแต่เราชนะได้จริง เราจงภูมิใจตัวเอง สิ่งที่จะชนะต่อไปถึงจะยากกว่าเดิม เราก็จะภูมิใจมากขึ้น เพราะกำลังใจอันแรกจะนำไปสู่การชนะครั้งต่อไป แต่ถ้าใจสู้ซะอย่าง ไม่มีอะไรเหนือกว่าใจทั้งนั้น เทพที่มาจากที่นี่ อย่างน้อยก็เป็นกำลังใจให้เรา เทพข้างบนเขามาช่วยเราทั้งนั้น แล้วเราจะไม่สู้เลยหรือ อย่าให้เขาเสียเวลาเปล่า

พลังในโลกนี้ สู้จากจุดกลางระหว่างคือไม่ได้ เพราะจุดนี้เป็นจุดมาจากจักรวาลทั้งจักรวาล ทั้งเหนือโลก นอกโลก ทั้งในพิภพ นอกพิภพ ให้ดูเทพที่ลง เขาอยู่ข้างบนพลังก็มาก เพราะฉะนั้นที่มากงไม่ใช่เทพธรรมดา

จริงหรือเท็จ แท้หรือปลอม ใจยอมรับแล้ว อย่ามัวช้า องค์กรที่ขึ้นไปเทพเจ้าแห่งความจริงใจเป็นตัวอย่างไร ดู อย่างน้อยก็ให้ทำตาม ใจที่จะงามได้ต้องขัดเรื่อยๆ ให้ถือว่าเราเจออะไร เราก็กำลังขัดที่ใจ เทพข้างบนที่ได้ขึ้นไป เขาก็ทนมากกว่าเรา เรากำลังเดินตามเทพข้างบน

จุดหนึ่งอยู่ใกล้ตัว อย่างมาฆะเทียวค้นหา อย่างมานั่งคิดเสียเวลา จง นำพาขึ้นไป เราอยู่กันที่นี่ จุดกลางก็คือจุดสว่าง เราเป็นคนที่น่าจุดสว่าง ให้กับหลายๆ คน เพราะฉะนั้น จุดสว่างนี้ต้องสว่างจริงแล้วต้องสว่างอย่าง แรงกล้าด้วย ถึงขั้นสูงสุดหรือใกล้สูงสุด จุดกลางระหว่างก็ว่ามันจะวิ่งเอง ไม่ต้องไปคิดห่วงไกลว่าไปช้า ถ้าได้จุดมันจะวิ่งไปเอง เป็นเพียงแต่ว่าสิ่งที่ จะวิ่งนั้นต้องตามทันแค่นั้น เราต้องมีกำลังพอที่จะหยุด อาจารย์แรกๆ มาบอก ว่าเหมือนลงเหว ก่อนลงเหวเราต้องทำอะไรซักก่อน เหตุเพราะว่าเหวที่เราลง นั้นมันไม่มีที่สิ้นสุด มันยังไม่รู้อะไร ถ้าพลังเราไม่พอ มันจะตกใจ เพราะฉะนั้นต้องหาที่ยึดก่อน ที่ยึดนั้นก็พลังของเรา ที่จะพุ่งสู่เหวนั้น เพราะเหวนั้นจะลึกเท่าไร ก็ยิ่งลงลึกเท่านั้นพลังต้องมาก เพราะสิ่งที่เราจะไป เห็นนั้น เป็นจุดเริ่มต้นตั้งแต่เรามา ย้อนกลับขึ้นไปว่าเรามาจากแห่งใด

มีอาจารย์บางองค์บอกว่าจุดกลางๆ ไม่มีอยู่ข้างล่าง ไม่มีสิ่งที่เรา คาดคิดเป็นสิ่งที่ไม่มีในโลกที่จะเขียนออกมาได้ เพราะฉะนั้นเราต้องมีพลัง ตัวนี้ด้วย ให้สร้างพลังแก่ตัวเองให้มาก แต่ให้คิดว่าเหวที่เราลงนั้นเป็นสิ่งที่ดี ไม่มีภัยกับเราเด็ดขาด เป็นเพียงแต่ว่าเราต้องมีพลังของเราตามไปด้วย ที่เรา ฝึกทุกวันนี้นั่งสมาธิ ก็คือเพิ่มพลังของเราให้มีในจิตเดิมแท้ที่จะพุ่งกลับไปสู่ เบื้องบน ต้องเอาพลังของเราขึ้นไปด้วย ให้คิดว่าอาจารย์มานั้นมีพลังอยู่ใน ตัวเองทั้งนั้น ไม่มีรูปลักษณ์ ไม่มีกำหนด ไม่มีขอบเขต แคเราฟังแค่นี้ก็นึก ภาพไม่ออก เพราะฉะนั้นเราต้องสร้างพลังเราขึ้นไปเพื่อจะไปรู้สิ่งอย่างนี้ การที่สร้างพลังของเราคือว่า ความเชื่อมั่น ความตั้งใจ และแก้ปัญหา นำขึ้นไป ด้วย สามอย่างนี้ต้องนำขึ้นไป จะขาดตัวใดตัวหนึ่งไม่ได้ ถ้ามีปัญญาแต่ ไม่มีความตั้งใจและเชื่อมั่น ก็ไปไม่ได้ ถ้ามีความเชื่อมั่น มีความตั้งใจแต่ไม่มี ปัญญา ก็ไปไม่ถึง มันต้องไปทั้งสามอย่างที่อาจารย์บางองค์ได้สอนพวกเรา แต่อย่างน้อยสิ่งที่เรากำลังไปเป็นสิ่งที่ดี เราคิดแค่นี้ก็ภูมิใจ สำหรับเราว่าที่ เราเดินทางมาทั้งหลายครั้ง เวลาที่เราจะเดินทางที่เสียไปนั้นไม่เสียเปล่า จะ

ช้าหรือเร็วก็ยังดี ว่ามาถูกทางแน่แล้ว ไม่เสียเปล่า ที่อาจารย์ฟ้าบอกไปอ่าน
อีกรอบ นั่นคือเรากำลังจะขึ้นไปสู่หนทางที่พร้อมทั้งสามอย่างต้องนำขึ้นไป
ความเชื่อมั่น ความตั้งใจ และแก้ปัญหา ต้องนำกลับขึ้นไป

ไปฟังอาจารย์ฟ้าที่บอกไว้ เพราะอาจารย์ที่มาหลังๆ ได้บอกว่าจะ
แล้วดีขึ้น อาจารย์บางองค์ก็เคยเตือนเราว่า อย่าขึ้นๆ ลงๆ ให้เราขึ้น ไอ้จุดที่
ลงนั่นคือจุดที่หยุด หยุดพักที่จะขึ้นต่อ ไม่ใช่มีแต่ลงๆ มา เพราะฉะนั้นไอ้ที่
ลงนั่นก็คือจุดที่เราหยุดไว้ เราได้ขึ้นแล้วอย่าเพิ่งลง หยุดไว้ก่อน คุณจิตใจเรา
รอบๆ ก่อน คุณคำสอนบางองค์ คำสอนหลายอาจารย์ ให้เราหยุดคุณคำสอน
ท่านสอนอะไรแล้วอย่าเพิ่งลง หยุดก่อน เมื่ออ่านคำสอนแล้วให้ปัญญาเกิด
มากขึ้น เราจึงเดินต่อ นั่นก็คือว่าเราไม่ลง แต่ที่ผ่านมาที่เราเคยแรกๆ นั้น เรา
ขึ้นแล้วมันก็ลงเลย ไม่ได้หยุดไว้ เหตุที่ลงก็เพราะว่า อาจารย์บางองค์ก็บอก
ว่าเราไม่รู้อะไรที่เป็นของลึกซึ้ง ถ้าไม่รู้อะไรที่เป็นของลึกซึ้งแล้ว มันก็ไม่มี
อะไรอยู่ในใจที่จะเข้าใจ จึงมีคำสอนว่ารู้อะไรให้ลึกซึ้งแล้ว สติไม่ใช่เรื่อง
ใหญ่ ถ้ารู้ลึกซึ้งแล้ว สิ่งที่ไม่ดีมันจะไม่เกิดขึ้น เพราะเราดูรอบๆ แล้ว นั่นคือ
รู้ลึกซึ้ง ที่อาจารย์ฟ้าสอนเป็นคำสอนง่ายๆ ให้ไปอ่าน กำลังสอนว่าสิ่งที่จะ
นำทางต่อคนอีกมากมาย จุดสว่างของเราต้องแรงกล้า ถ้าจุดสว่างเราอ่อน เรา
จะนำคนได้เท่าไร ยิ่งแรงกล้ามากเท่าไร ก็เปรียบเหมือน ว่าแสงไฟที่
สว่างมาก คนก็เห็นมาก ถ้าสว่างน้อยคนก็เห็นน้อย เราจะนำเทียนแสงสว่าง
ในสามดวงนี้ลงในจุดกลางระหว่างคิ้วของเราให้แรงกล้า เพื่อที่จะนำคนอีก
มากมาย พุดง่ายๆ คือเราจะนำทางให้เขาโดยเอาความตั้งใจ เอาความเชื่อมั่นและ
ปัญญาของเราทั้งสามอย่าง นำทุกๆ คนไป นี่แหละคือเรือธรรมะ ถ้าเรือ
ธรรมะมาจอด ไม่มีคนขึ้นไป เรือมันโคลงเคลงนะ เพราะยังงี้ก็ต้องเอาคน
ขึ้นไป เรือมันลำใหญ่แต่คนขึ้นไม่กี่พันคน มันไม่คุ้มค่ากับเรือธรรมะที่ลงมา
การจุดช่วยคนไม่มีที่สิ้นสุด ยังทำต่อไปๆ เรื่อยๆ

โชคดี เรากำลัง โชคดีที่ข้างบนกับข้างล่างร่วมมือกันทำ ธรรมะ

แรกๆ ได้กล่าวกันว่าเบื้องบนกับข้างล่างร่วมมือกันทำ ก็เหมือนเราที่เราได้
ทำแบบนี้เผยแพร่ธรรมะอาจารย์ คำสอนของอาจารย์ฟ้าที่ได้สอนไป อ่าน
ให้ลึกซึ้ง

คำสอนอาจารย์ฟ้า อาจารย์ลูกทับทิม (ม้วน 98-B)

ประทานเมื่อ 3 ก.ย. 46

จิตที่มันคง คำว่าจิตที่มันคงนั้น ต้องถามตัวเองว่าเรามันคงในเรื่องอะไร ถ้าเรามันคงต่อสิ่งที่เราทำดี แม้จะมีอะไรเป็นปัญหา เราก็มันคงในสิ่งที่ทำดี ต้องคิดเสมอว่า ในการทำดีนั้น มันไม่ได้ง่ายอย่างที่เราคิด ง่าย ๆ ว่าคนดีมีน้อย คนไม่ดีมีเยอะ นั่นก็แสดงว่าความดีที่จะทำนั้นนะ มันต้องมีจิตที่มันคง และจิตที่มันคงนี้ ย่อมต้องมีสิ่งที่เชื่อมั่นว่าผลที่ทำความดีนั้น ย่อมตอบกลับมาในความดีของเรา

ง่าย ๆ ก็คือว่าคนที่ทำความดีนั้น เมื่อผลดีตอบสนอง จะมีคนยกย่อง จะมีคนนับหน้าถือตา จะมีคนเอาเป็นตัวอย่าง นี่ก็ผลจากที่ได้ทำดี เพราะฉะนั้นในสิ่งที่มันคงต่อสิ่งที่ทำความดีนั้น ต้องมีจิตที่มันคง อาจจะฟังดูมันง่าย ๆ แต่ในสองคำว่า “มันคง” นั้น ชื่อมันก็บอกแล้วว่ามันมันคง มีอะไรที่จะมากระทบ มีอะไรที่จะมาทำให้เราจะเปลี่ยนแปลงจากความดีนั้น ย่อมไม่มี เพราะจิตเรามันคงแล้ว แต่ว่าถ้าเรากำลังทำความดีไปเรื่อย ๆ สักพักหนึ่ง หรือใช้เวลา แต่มันเปลี่ยนไปแล้ว การทำดีที่เคยทำมาแล้วเราเบื่อ เราไม่ทำ หรือเราจะมีปัญหาที่เกี่ยวข้องที่จะมีผลกระทบต่อเรา เราก็คิดว่าเราทำดีมาตั้งนานแล้ว ก็มีความคิดที่ว่า ไม่เห็นความดีมันตอบแทนสักที ก็ทำให้ความคิดเปลี่ยน เมื่อความคิดเปลี่ยนแล้ว การทำความดีก็ไม่มี ก็คิดแต่อย่างเดียวว่า ที่ทำไปแล้วยังไม่เห็นผลเลย แล้วเมื่อไหร่ถึงจะได้ผล? นี่ก็เรียกว่าจิตไม่มันคง เมื่อจิตไม่มันคงแล้ว การทำอะไรสักอย่าง มันก็ได้ไม่เต็มที่ เพราะที่ไม่มันคงนี้ เราหวังผลเร็วเกินไป ว่าสิ่งที่เราหวังผลนั้น ต้องเป็นสิ่งที่เราได้พบได้ประสบ แต่ในความเร็วที่เราตั้งใจนั้น บางทีอาจจะเป็นปี ๆ มันไม่ใช่ว่าทำวันนี้แล้วพรุ่งนี้ได้ ถ้าทำวันนี้แล้วพรุ่งนี้ได้แล้วนี่ยอมเชื่อได้ว่าที่เราอยู่กับ

ทั้งหมดในโลกนี้แล้ว จะไม่มีใครทำชั่วเลย เพราะทำวันนี้พรุ่งนี้ได้ผล แต่มัน
ไม่เป็นเช่นนั้น เมื่อไม่เป็นเช่นนั้นแล้ว จิตที่ไม่มั่นคงมันก็แปรเปลี่ยนไป
เพราะฉะนั้นในจิตที่มั่นคงนั้น ต้องคิดเสมอว่า ไม่มีเวลาที่เกี่ยวข้อง เพราะ
เรามั่นคงแล้ว จะใช้เวลานานกี่ปี อีกกี่สิบปี ก็ไม่มีอะไรเข้ามาเกี่ยวข้อง
เพราะเรามั่นคงแล้ว เหมือนที่เรา นั่งกันที่นี่ ถ้าเราไม่มั่นคงแล้ว ย่อมมาไม่ถึง
ในทุกวันนี้ เรามั่นคงต่อสายทองแห่งพระเมตตาธรรม เมื่อมั่นคงแล้ว เวลา
ไม่มีมาเกี่ยวข้อง ถ้าแรกๆ เรานั่งเพื่อว่านั่ง ไปแล้วจุดที่สว่างในจุดที่จุดกลาง
ระหว่างคิ้วแล้วจะต้องได้เดือนนี้ปีนี้แล้ว เมื่อไม่ได้ จิตก็ไม่มั่นคง มันก็
แปรเปลี่ยน แต่นี่ก็แสดงว่าเรามีจิตที่มั่นคง โดยไม่เอาเวลาที่เกี่ยวข้อง แต่ผล
ที่เราทำจากจิตที่มั่นคงนั้น อย่างน้อยนิสัยเราดีขึ้น การคิดมีเหตุผล มั่นดี
ขึ้นความสงบเริ่มมีขึ้น นี่คือผลจากที่เรามีจิตที่มั่นคง

คำสอนอาจารย์ฟ้า อาจารย์ลูกทับทิม (ม้วน 99-B)

ประทานเมื่อ 7 ก.ย. 46

ที่ๆ ว่าใจสงบนั้น ถ้าง่ายที่สุดก็ว่าอยู่เฉยๆ ใจที่อยู่เฉยๆ ไม่คิด ไม่มีอะไรเข้ามาเกี่ยวข้อง เมื่อใจที่มันอยู่เฉยๆ แล้ว มีอะไรเข้ามาอยู่ในใจแล้วนี่ ถึงรับรู้ได้ที่อาจารย์ที่สอนมาว่าที่เราต้องทำสงบแล้วรู้ความคิดคนอื่นนี้ ที่เรารู้ความคิดคนอื่นได้ก็เพราะว่าใจของเรานะสงบ ไม่มีอะไร แล้วตัวที่วัดที่อาจารย์ได้สอนก็คือว่า เมื่อสงบแล้ว ตัวที่วัดก็คือเรายืนที่จิต คำว่ายืนที่จิตกับใจสงบ มันอันเดียวกันไหม? ใจสงบนี้ถ้าบอกเราก็คือจิตใจว่าง โลง คุณอย่างเช่นถ้าเราทั้งวันนี้ลองไม่ทำอะไรเลย แล้วไม่คิดอะไรเลย ไม่คิดว่าพรุ่งนี้ต้องทำอะไร ไม่คิดอะไรเลย เราไม่ต้องทำอะไร ไม่ทำนี่ก็พูดถึงว่า ที่เราต้องไปทำอะไร เราก็คิดว่าวันนั้นจะไม่ทำอะไรเลย เพราะบางทีเราทำนี่ถึงไม่ต้องใช้ที่เราต้องคิดที่เรียกว่า สมอมนั้น บางทีมันก็มีบางอย่างทำให้เราหวัง โดยที่สมอมนี่ไม่ได้คิด แต่ก็ยังมีใจหวังว่างานมันไม่เสร็จเพราะฉะนั้นถ้าใจสงบนี้ เหมือนกับวันนั้นเราไม่ทำอะไรเลย เหตุที่ไม่ทำเพื่อให้ความหวังมันไม่ให้เกิดขึ้น ส่วนใจสงบตัวที่วัดก็คือเรายืนที่จิต ยืนที่จิตก็คือจิตใจเราสบายใจสิ่งที่สบายใจ มันจะโล่ง เหมือนอาจารย์ที่จะสอนคือมันโล่ง เขารับรู้ได้ทุกอย่าง แต่สิ่งพวกนี้ที่มันเกิดยากก็เพราะว่าเวลาเราทำอะไรเข้ามา อาจารย์ได้สอนว่าไม่ใช่อยู่เฉยๆ ไม่ทำ...ทำได้ เพราะเราต้องอยู่ข้างล่างอยู่ เราต้องทำอะไร ถ้าแบบข้างล่างคือเราต้องทำมาหากินของเรา ก็ทำได้แต่ขณะที่เราทำเรามีความหวังความกังวลเข้ามา เมื่อมีความหวังความกังวลเข้ามา ใจมันก็ไม่สบาย มันต่อเนื่องมา เพราะฉะนั้นทำยังไงเราทำแล้วไม่หวังทำแล้ววาง คุณให้ออก บางอย่างเรากังวลเกินเหตุคือ บางทีเราก็อยากทำให้ดีที่สุดถามว่าทำให้ดีที่สุด...ได้ แต่คำว่าดีที่สุดของ เรานี้ ไปตั้งชะสูง ต้อง

เรียบร้อยหมด ต้องอะไรหมด ถามว่าดีไหม ถ้าตามข้างล่าง...มันดี แต่ถ้าเกิดเราทำอะไรให้เรียบร้อยดีหมด แต่เราต้องมาห่วงกังวลตัวนี้...มันไม่ดีนะ เราทำให้มันดีแค่นั้น แค่นั้นก็คือแค่นั้น แต่แค่นั้นแค่นั้นนะ ไม่ใช่ชี้แจง จิตที่ทำงานเหมือนกับที่อาจารย์สอนเมื่อก่อน จิตที่ทำอย่างสบาย...มี คือทำไปแล้วก็เย็นสบายไปด้วยไม่มีความกังวล ไม่มีความห่วง

นั่นก็คือว่า อย่างเช่นเราคิดวางแผนบางอย่าง เราอีก 3 วันเสร็จ อีก 3 วันเสร็จเราก็ทำไป เราก็คิดว่าวันนี้ทำสัก 5 ชั่วโมง เราตั้งไว้วันนี้ทำ 5 ชั่วโมงพรุ่งนี้ทำแค่นี้ชั่วโมง มะริ้นทำแค่นี้ชั่วโมง เราคิดว่าใน 3 วันนี้ต้องเสร็จเมื่อถึง 5 ชั่วโมงไปแล้ว ปรากฏว่างานที่เราทำ มันไม่เป็นสิ่งที่เราคาดหวังเราคิดว่า 5 ชั่วโมงเสร็จ มันต้องได้แค่นี้ แต่ทำไปทำมามันเลย 5 ชั่วโมง แล้วนี้ มันไม่ใช่อย่างที่เราคิด ความกังวลความห่วงมันก็เข้ามา

วิธีแก้ก็คือง่ายที่สุด ขณะที่ทำเราสบายไปด้วย ถามว่าทำสบายไปด้วยนี้ ความกังวลความห่วงจะมีไหม... มี แต่น้อยลง เหตุที่มีเพราะเรายังไม่วางจริง แต่น้อยลง น้อยลงก็คือเราทำไปด้วย เมื่อทำไปด้วย ความกังวลตัวนี้มันก็ไม่กลุ้มใจ อย่างเราคิดว่ามันอาจจะเลยมาอีก 2 ชั่วโมง 7 ชั่วโมงเสร็จ ก็ไม่เป็นไร เมื่อ 7 ชั่วโมงเสร็จ ที่เหลือเราก็มาปล่อยวาง คือเป็นวิธีแก้อันหนึ่ง เป็นวิธีแก้ที่ว่าใช้ปัญญาหน่อย

ถึงงานที่เราคิดว่ามันต้องเสร็จตามนี้ มันมีบางอย่างที่บางทีเราคาดไม่ถึงก็มี ตัวนี้ต้องระวัง แล้วพรุ่งนี้ ถ้าพรุ่งนี้เราคิดว่าแค่นี้ชั่วโมงแล้วต้องเสร็จเท่านั้น ถามว่าถ้าเกิดไม่เสร็จเราก็ไม่ห่วง จะมีก็นิดหน่อย เพราะว่าในวันที่แล้วเราก็ใช้วิธีนี้เป็นวิธีแก้ เอาความสงบเย็นเข้าไปด้วย ถึงจะนานแค่ไหนก็ไม่เป็นไร เพราะฉะนั้นถึงจะมีวันที่ 2 วันที่ 3 มา อย่างน้อยนี้ ใจมันจะเริ่มยอมรับว่าตอนแรกเราทำได้ คือทำได้คือเราทำไปด้วยก็เย็นสบาย ไปด้วยกังวลนิดหน่อยไม่เป็นไร วันที่ 2 กังวลนิดหน่อย ก็ไม่เป็นไร แต่เริ่มรู้หลัก เพราะฉะนั้นอาจารย์ที่สอนเริ่มรู้หลักก็คือตัวนี้ สิ่งที่เราเจออยู่ ไม่ว่าเจออะไร

ถ้ามีวิธีแก้ที่ทำให้เราสบายแล้ว...ทำ อย่าให้ความกังวลความห่วงใย ที่เร
ตั้งใจแล้วว่าแค่นี้เสร็จแล้วเรามาตั้งสมาธิ แต่ปรากฏว่ามันนาน ทำให้ที่เรา
ต้องมานั่งแบบนี้ สมาธิมันก็เลยไม่สงบด้วย เพราะฉะนั้นอาจารย์ที่สอนว่า
เวลาใจสงบนี้ต้องวาง

คำว่าวางของสิ่งศักดิ์สิทธิ์หมายความว่า ไม่ได้ทิ้งคือวาง วางอยู่กับที่
เราทำที่ไหน เราวางไว้ที่นั่น เราอย่าเอามาติดใจ อย่าเอามาติดในความคิด
เรา จริงอยู่ตอนแรกๆ มันจะยาก เพราะมันมีหลายอย่าง เวลามันเข้ามาในจิต
ความห่วงใยอะไรๆ อย่างอื่นมันเข้ามาเยอะแยะเลย เมื่อมันเข้ามาแล้วเราไม่
หัดวางตัวนี้ ผลที่จะรู้วันนี้เราก็จะไม่ทราบที่เราเคยทำแล้วนี้ มันขณะตัวนี้ได้
เหมือนที่อาจารย์บอกว่าถ้าวันที่ 1 เราทำเลยอีก 2 ชั่วโมงแล้ว เราทำอย่าง
สงบแล้วนี้ ถึงกังวลหน้อยก็ไม่ใช่ไร แต่งานก็เสร็จ นั่นคือเป็นตัวอย่างใน
วันที่ 2 วันที่ 3 ว่าเราเคยทำอย่างนี้แล้วมีผลอย่างนี้ ถ้ามว่างานเสร็จใหม่...
เสร็จ แต่เวลาเลยหน้อยก็ไม่ใช่ไร เพราะเวลาที่เลยหน้อยเราก็สงบ นี่แหละ
คือปัญญาในวิธีแก้

แต่ในของสิ่งศักดิ์สิทธิ์นี้ที่บอกแล้วว่า การวางก็คือเราวาง เราทำที่
ไหนคือวางที่นั่น อย่าเข้ามาในจิตในใจ เมื่อเข้ามาในจิตแล้ว การที่เราตั้งสงบ
หรือเราทำอะไรที่จะให้สงบ มันถึงยาก เหตุที่ยากก็อยู่ตัวนี้แหละ มันจะละ
จริงๆ นะ มันยาก แล้วอาจารย์ก็ได้สอนว่า ง่ายที่สุด ถ้าอยากให้เราได้ละ
จริงๆ แล้ว ก็ให้มันรู้ซึ่งชะ คำว่ารู้ซึ่งเหมือนกับเราได้คิดค้น ใจ คิดค้นแล้วผล
ที่ได้ก็คือตามนั้น คำว่าคิดค้นตามข้างล่างหมายความว่าไม่ใช่ครั้งเดียว ทำไม่
รู้ก็ครั้ง แต่ผลก็คือตัวนี้นะ นั่นคือรู้ซึ่ง เมื่อทำหลายๆ ครั้งผลก็คือตัวนี้นะ
อย่างน้อยเวลาเราไปเจอข้างนอก มันก็ไม่เกินที่เราต้องเคยฝึกฝนมา มี 10
อย่าง เราทดลอง 10 อย่าง ผลก็คืออย่างนั้น ใน 10 อย่างนั้น เวลาเราไปเจอ
ข้างนอก มันก็อยู่ในนั้นนะ 10 อย่าง นั่นคืออะไร นั่นคือเรารู้ซึ่งเพราะเราได้
ทดลองแล้ว เพราะฉะนั้นในคำว่ารู้ซึ่งของอาจารย์หมายความว่า ไม่ได้ทำ

อย่างเดียวมันมีเหตุหลายๆ อย่าง แต่เรารู้ซึ่งว่าเหตุที่ทำอย่างนี้ ผลก็คือตัวนี้ เมื่อรู้ซึ่งแล้วเวลาเราไปไหนแล้ว ใจอันหนึ่งคือเราชนะมันแล้ว ใจตัวนี้มันชนะ ชนะยังไง? ชนะว่าเราไปเจอ ถึงจะเจอตอนไหนเวลาไหนเราก็จะยิ้ม เราจะยิ้มเลยนะ เพราะสิ่งตัวนี้เราได้ทดลองมาแล้ว เราได้พิสูจน์แล้ว เราชนะมาแล้ว เจอมาเรายิ้มนะ นั่นนะขณะที่ยิ้ม เราก็สงบแล้ว เห็นไหม คำว่ารู้ซึ่งตัวนี้หมายถึงว่าเราดูชัดทุกอย่างแล้ว อย่างนี้นะ รอด! ไปที่ไหนในตัวนี้ ใจสงบได้เลย ไม่ต้องไปกังวล ถึงเราจะต้องไปที่เรียกว่าเกิดแล้วตายมา ถึงยังงี้ ตัวกังวลนี้ก็ไม่มีผลต่อเรา ถ้าพูดง่ายๆ คือในชาตินี้ ตัวนี้เราได้ชนะแล้ว สิ่งที่เกิดตามมาหรือเป็นเหตุที่ทำให้เกิดก็ไม่มีผลแล้ว เป็นเรื่องธรรมดา

เพราะฉะนั้น “ใจสงบ” ที่อาจารย์สอนแรกๆ ก็คือ พยายามว่าเวลาเราทำ อย่าให้มีความกังวลความห่วงเข้ามา ความกังวลความห่วงเข้ามาแล้ว สิ่งที่จะนั่งต่อมาที่จะเห็นที่จิตแล้วรู้ความคิดคนอื่นนี้ มันจะน้อยลง เมื่อน้อยลงก็ถึงทำได้ยาก

คำสอนอาจารย์ทัพบทิม อาจารย์โ้ววัตติน (ม้วน 100-A)

ประธานเมื่อ 7 ส.ค. 46

เรื่องใหญ่ก็คือว่า จะทำยังไงจิตลงที่จุด เพราะจุดเรารู้แล้วว่ามันอยู่ในระหว่างคิ้ว แต่เรื่องใหญ่ก็คือจะทำยังไงให้จุดนั้นลงเข้าไปในระหว่างคิ้วนั้น เพราะตัวจิตที่เราจะดู มันยังแยกไม่ออกว่ามันเป็นความรู้สึกเข้าไปหรือ? ถ้าเป็นความรู้สึกเข้าไปแล้วนี่มันเป็นพลังหรือเปล่า? และที่เรียกจิต มันเป็นอย่างไรร? ข้างล่างเห็นมีที่นั่งเป็นวงๆ ถามว่าที่เป็นวงๆ นี้ เป็นจิตหรือเปล่า? หรือแค่เป็นความรู้สึกให้นึกคิดเป็นวง ๆ ของอย่างนี้วิธีวัดง่ายที่สุดก็คือว่า เราเอาความรู้สึกรวมมาเป็นที่ใดที่หนึ่ง เพราะถ้าเอาความรู้สึกเข้าไปเป็นที่ใดที่หนึ่งแล้ว จิตมันจะเข้าไปด้วย เพราะในความรู้สึกกับจิตนี้ไม่แยกกัน แต่จิตนี้ไม่มีความรู้สึก ในแรกๆ เราต้องเอาความรู้สึกเข้าไปในที่ใดที่หนึ่ง เมื่อความรู้สึกเข้าไปในที่ใดที่หนึ่งแล้วจิต มันจะตามไปด้วย อย่าเพิ่งไปสนใจว่าจิตมันเป็นยังไง อย่าคิดว่ามันเป็นห่วง อย่าไปคิดอะไรทั้งนั้น แล้วถามว่าถ้าไม่เป็นอะไรทั้งนั้นแล้วจะรู้ยังไง ว่ามันเป็นจิตเดิมแท้เรา ง่ายที่สุดคือที่ใดที่หนึ่งที่ความรู้สึกเข้าไปนั่นนะ มันมีความสว่าง ความสว่างนั้นไม่มีรูปร่าง แต่ให้รู้ว่าเป็นความสว่างเราเข้าไปกำหนดเป็นวง อย่ากำหนดเป็นอะไรสักอย่าง เราเอาความรู้สึกเข้าไปที่ใดที่หนึ่งแล้วจิตมันจะเข้าไปเอง ในความว่างนั้นจะมากหรือน้อยเป็นของแต่ละคนวัด ไม่ได้แต่อาจารย์ที่สูงกว่าคุณได้ เพราะฉะนั้นในตัวเราวัดไม่ได้ว่าสว่างของเรามาก กับของคนนั้นสว่างน้อย วัดไม่ได้ ให้ถือว่ามีความสว่างเป็นใช้ได้ ส่วนมากหรือน้อยมันมีหลายอย่างที่ไปเกี่ยวเนื่อง ไม่ต้องไปสนใจ เมื่อใครได้จุดความสว่างแล้วมีความรู้สึกรวมไปด้วย ก็ลองเข้าไปในจุดกลางในระหว่างคิ้วที่เราได้ ต้องเอา 2 อย่างนี้ประกอบกัน เพราะเอาแต่ความรู้สึกแล้ว เราก็ไม่รู้ว่าจะอะไรที่เข้าไปอยู่ใน

ระหว่างคิ้ว ถ้ามีแต่ความสว่าง เราก็ไม่รู้ว่่าที่ความว่าง มันก็ไม่รู้ว่่ามันจะลง
ไปยังไง? ความรู้สึกที่อยู่ในจิตที่สว่างนั้นมันจะเย็นแค่ไหน? เหตุที่ต้องเอา
ความรู้สึกไปด้วยเพราะว่า เราจะไปคู่อิตชชาติ ในอิตชชาตินั้นต้องมี
ความรู้สึกตามไปด้วย ที่ไม่ได้ในเริ่มต้น เพื่อไปคู่อิตชชาติว่า เราเคยเป็น
อะไรมา ในความรู้สึกนั้นก็บอกว่่า ในอิตชชาติเราเคยเป็นอะไรมา บอก
ในจิตที่เรานำไป สองอย่างต้องประกอบกัน เมื่อรู้ในอิตชชาติรู้ไปเรื่อย ๆ รู้
ไปลึก ๆ ขณะที้นั้น ในตัวตนที่อยู่ข้างบนนี้ ถ้าเรียกง่าย ๆ คือในที่เรายู่นี
หายไป ภายสังขาร เวลานั้นต้องลืมตัวตนที่เรานั่งอยู่ ให้หายไป แต่ว่าคำว่า
หายไปนี้ หายไปมากไหม...ไม่ เพราะยังมีความรู้สึกที่ตามอยู่ในจิตที่สว่าง
ตามเข้าไปว่าเรายังไม่ตาย เราแค่ไปคู่อิตชชาติ เอาความรู้สึกบอก แต่ใน
ตัวตนที่มียู่นีหายไป คำว่าหายไปนี้ไม่ใช่ลืม ยังมีความรู้สึกอยู่ แต่เราวางไว้
ชั่วขณะหนึ่งเพื่อจะรู้ละเอียด

เมื่อคูไป ๆ อาจารย์ที่มากครั้งก่อน ๆ ก็สอนว่่า แรก ๆ เรายังไม่มีกำลัง
พอให้รู้เพียงบางส่วนก่อน เราต้องฝึกพลังของเรา เหตุที่ต้องฝึกเพราะว่่า ถ้า
ความรู้สึกเราไม่เข้มแข็งพอแล้ว เวลาเราไปเจออะไรที่เราไม่เคยเจอ เหมือน
ตกเหว ในเหวนีลืมมากไม่มีที่เกาะ เราจะตกใจ

เพราะฉะนั้นอาจารย์ที่ ครั้งก่อน ๆ สอนไว้ว่่าอยากจะนั่ง ถ้าเราได้
เข้าแล้ว อยากจะนั่งรู้ละเอียด ให้มานั่งที้นี้กับอาจารย์ เราแค่ฝึกการเข้าในจุด
กลางระหว่างคิ้วไว้ แค่นั้นก่อน ให้รู้เพียงบางส่วน อยากจะรู้ละเอียดมากขึ้น
ให้มานั่งที้นี้ เพราะพลังเรายังไม่พอเพื่อที่พิสูจน์ในอิตชชาติ อย่างน้อยคือ
ชาติที่ 2 กับชาติที่ 3 เราคงไม่ละเอียดพอถึงรู้อย่างนั้น ถ้าใครอยากจะทำพิสูจน์
แต่ว่่าถ้าพอรู้อิตชชาติ โดยเรารู้เพียงบางส่วนและเราเชื่อมั่นแล้ว ว่่าเวรกรรม
มีจริงเราจะหยุดแค่นี้ก็ได้ เมื่อหยุดแค่นี้แล้ว สิ่งต่อไปก็คือว่่าความรู้สึกกับจิต
ที่สว่างนั้น อย่าเพิ่งออกจากจุดกลางระหว่างคิ้วขึ้นไป ให้ไปคูข้างบน เพราะ
เมื่อได้แบบนี้แล้ว เราจะเริ่มรู้แล้ว ว่่าอาจารย์ครั้งก่อน ๆ ที่ผ่านมาเป็นยังไง

บารมีเป็นยังไงถึงอาจารย์จะสำเร็จเหมือนกัน แต่บารมีก็ไม่เท่ากัน ไม่ต้องดู
อื่นไกล ดูพระแม่องค์ธรรมกับสิ่งศักดิ์สิทธิ์ก็ไม่เท่ากัน นั่นคือละเอียด ของ
ละเอียด ของละเอียด ของละเอียด พุดง่าย ๆ ว่าแทบไม่มีอะไรเหลือเลย หรือ
อย่างเจ้าแม่กวนอิม ข้างล่างที่สำเร็จเป็นเจ้าแม่มีเยอะแยะ แต่บารมีด้าน
เมตตาก็สู้เจ้าแม่กวนอิมไม่ได้ แต่องค์ที่ขึ้นไปก็เป็นเจ้าแม่ เพราะฉะนั้นที่ขึ้นไป
นี่ คือบารมีไม่เท่ากัน...มี

เวลาเราได้แล้ว เรารู้จุดลงแล้ว เมื่อรู้จุดลงแล้วจุดที่ขึ้นก็ไม่ยาก จุดที่
ขึ้นก็มาจากจิตเราพุ่งออกจากจุดกลางระหว่างคิ้วนั่นเอง แต่การพุ่งออก ก่อน
พุ่งออกเราต้องติดต่อกับสิ่งศักดิ์สิทธิ์องค์ใดองค์หนึ่ง หรือหลายองค์ที่อยู่ใน
สายทองนี้ เหตุเพราะว่าในสายทองนี้เราต้องรู้ทางออกให้ได้ เพราะเวลาพุ่ง
ไป ไม่ใช่พุ่งแบบแผ่ พุ่งคือสายทองตรงขึ้นไป แผ่นนี้คือเราเมตตากระจาย
ออก เพราะจิตเราแผ่ในการพุ่ง ... ไม่ได้มันเป็นสายทองเส้นเดียวเอง
เพราะฉะนั้นเวลานั่ง ตอนที่เรานั่งเสร็จ เราเมตตาเราแบ่งบุญกุศลจากจุด
กลางได้ เพื่อพิสูจน์ว่าเป็นสิ่งศักดิ์สิทธิ์แท้ ไม่ใช่ว่าเรานั่งอย่างนี้แล้ว การ
ติดต่อกับอาจารย์หรือสิ่งศักดิ์สิทธิ์องค์ใดองค์หนึ่งเป็นเรื่องง่าย อย่างเพิ่ง
เข้าใจอย่างนั้น เพราะของอย่างนี้ต้องพิสูจน์อีก ฝึกเอาไว้

อาจารย์โ้ววัตติน

เริ่มละเอียดแล้วนะ เพราะฉะนั้นไปรีบทำ อาจารย์สอนแล้วรีบไปเขียนถึงเราได้จุดกลางแล้ว เราก็ต้องไปพิจารณา ว่าที่เราออกต้องตรงกับอาจารย์ด้วยนะ ทำไมไม่ได้จุดกลางแล้วยังมีว่าไม่ตรงกับอาจารย์ มีนะ เราไปย้อนจำ แรกๆ อาจารย์ขำกับอาจารย์ชาวครึ่งสอน ได้จุดกลางระหว่างคิ้วแล้ว เวลาอาจารย์องค์ใดองค์หนึ่งมาสอนจะเข้าใจ คัดหมดเลย แต่ที่เข้าใจหมดเลยนี่ตอนนั้นกำลังคิดเทียบเป็นอาจารย์แล้วนะ เข้าใจ ไหม? มีนะ ไปดูที่สอนว่าได้จุดแล้วอะ คิดว่ารู้เรื่องหมดแล้ว แล้วกำลังจะเทียบอาจารย์ หลงไปเลยนะ เดียวก็คิดว่าตัวเองเป็นสิ่งศักดิ์สิทธิ์ไปเลย อย่าเพิ่งตั้งเอง เพราะการรู้ บางทีจุดกลางระหว่างคิ้วที่เรารู้ อาจจะแค่ชั่ววูบเข้าใจไหม? เพราะของอย่างนี้มันเร็ว เมื่อชั่ววูบแล้วขึ้นมาเนี่ย เราก็เข้าใจว่าในชั่ววูบนั้นเป็นสิ่งที่มันคงหรือเที่ยง แท้จริงอาจจะได้รู้นิดหน่อย

ตัวนี้ต้องระวังถ้าเหมือนกับข้างล่างง่าย ๆ คือว่า เหมือนกับเราไปเรียน เวลาอาจารย์สอนอะไรรู้เรื่องหมดแล้ว แล้วก็ไม่ได้ทำตัวเรียบร้อย อาจารย์สอนก็ทำเป็นไม่รู้ไม่ชี้หูทวนลม เพราะรู้เรื่องและเข้าใจหมดแล้ว นี่แหละอันตราย มีนะไม่ใช่ไม่มี เพราะฉะนั้นต้องระมัดระวังตัวให้มาก เหมือนอาจารย์ก็ยังไม่รู้มากแล้วต้องทำเป็นซื่อ ยิ่งรู้มากต้องทำเป็นซื่อ นะ นั่นคือกันจิตตัวเองไม่ให้หลง ถ้ารู้มากแล้ว แล้วทำเป็นนั่นรู้หมด รู้อะไรหมดนี่ อย่าลืมนะ! หลงทางนะ แยะนะ คิงยาก เพราะฉะนั้นตัวนี้จะสำเร็จต้องระวังด้วย เพราะเรากำลังจะเริ่มรู้ของสิ่งลึกลับในจุดกลางระหว่างคิ้วมากขึ้น รู้อดีตชาติได้ รู้อนาคตได้ มันจะเป็นเรื่องง่ายสำหรับเรา ถ้าคนที่ได้นะ เพราะเริ่มรู้หลัก เหมือนที่ว่ารู้จิตใจคนอื่นรู้ความคิดคนอื่น ในนี้เริ่มได้หลายคนแล้วนะ ได้ 3-4 คนแล้วนะ เริ่มเข้าใจเริ่มรับรู้ ว่า รู้ความคิดคนอื่นนี่อาการมัน

เป็นยังไง

เราบอกเขาว่าคิดอย่างนี้จริงไหม...ถูก ความแปลกมันอยู่กับเรา แล้วทำถี่ๆ ทำมากๆ ที่อาจารย์บอกทำงานชำนาญ มันจะเป็นเรื่องง่ายสำหรับเรา ไม่ใช่เรื่องยาก นี่เรื่องจริงแล้วนะ เพราะฉะนั้นที่จะรู้อดีตชาติหรือรู้อนาคตก็ไม่ใช่เรื่องยาก ถ้าเราเริ่มรู้หลักตัวนี้ แรกๆ บอกเป็นไปไม่ได้ แต่เดี๋ยวนี้ไม่ใช่ เราบอกเป็นไปได้ แต่อยากจะรู้อย่างนั้น ต้องวางจริงๆ ต้องสนิทจริงๆ เพราะเราเริ่มสงบบางอย่าง เรายังรู้ความคิดคนอื่นได้ รู้เองด้วย นั่นคืออันแรก เหมือนกับที่เราเริ่มแรกๆ ว่า รู้ความคิดคนอื่นนะมันยากเย็น แต่ไม่ใช่แล้วนะ อย่างน้อยคือเราเริ่มก้าวหน้า

เรามาดังขั้นนี้แล้ว ฝึกได้ผลยังไง ต้องบอกคนพวกนี้ด้วย ถ้าเราเจิบเราฝึกแล้วไม่บอกเขา เขาก็ไม่รู้ที่เราฝึกไปถึงไหนนะ ว่าเราต้องพิสูจน์ว่าธรรมะนี้ได้ไปหลายคน

คำสอนอาจารย์ถูกทับทิม (ม้วน 95/2)

ประธานเมื่อ 17 ส.ค. 46

ไม่ว่าธรรมะอันใด ไม่ว่าอะไรของอะไร ถ้าใจเรามันไม่วางไม่สงบ สิ่งที่สองสิ่งที่ได้รับมันก็ฟังยาก เพราะฉะนั้นเวลาเราจะมารับฟังธรรมะ ไม่ว่าของที่ไหน ถึงอาจารย์จะเก่งหรือไม่เก่งก็ไม่เป็นไร แต่ต้องให้ใจวาง ใจสงบก่อน ถ้าใจเราวาง ใจสงบแล้ว สิ่งที่จะรู้มากขึ้นรู้ละเอียดมากขึ้นมันก็รับได้ ถ้าไม่วางไม่สงบแล้ว เวลาจะสอนละเอียดมากขึ้นแล้ว มันยังมีตัวสงสัย ตามมาว่าฟังไม่รู้เรื่อง ฟังไม่รู้เรื่องแล้ว มันยาก มันเข้าใจตามที่อาจารย์สอน มันยังไม่ชัดเจน มันทำให้การที่จะรู้ละเอียดมากขึ้นมันก็เลยติดขัด อาจารย์ที่นี้เวลาสอนพยายามจะสอนง่ายๆ สอนง่ายๆ ให้เราเข้าใจทีละขั้นทีละตอนไป เพราะถ้าเราเข้าใจทีละขั้นทีละ ตอนแล้วนี้ เข้าใจแล้วสิ่งที่จะเพิ่มเข้าไป หน่อย จิตก็ยอมรับได้ เพราะเราเข้าใจทีละตอนมาแล้ว

เพราะฉะนั้นอาจารย์หลังๆ ถึงจะสอนละเอียด มากขึ้น แต่ในคำว่าละเอียดมากขึ้นนั้น ไม่ใช่ละเอียดจนเราไม่เข้าใจ อย่างเช่น ‘จิต’ คำว่า ‘จิตมีพลัง’ ‘จิตมันไม่มีตัวตน’ มันเป็นความรู้สึกบวกกับสิ่งที่มีอยู่ ในพลังนั้นมันจะมีของละเอียดมากมาย แต่พูดง่ายๆ คือเรามองไม่เห็น จิตก็เหมือนกันอย่างนั้นแหละ จะว่างเปล่าเฉยๆ โดยที่จับต้องไม่ได้... ไม่ใช่ มันเป็นของละเอียดที่เรายังไม่เห็นแล้วมันบวกพลังเข้าไป คำว่า ‘จิต’ ตัวนี้ถ้าเปรียบง่ายๆ ก็คือว่า เป็นอะไรที่รวมของสิ่งละเอียดๆ รวมเข้าไป แต่ในข้างล่างเขาเรียกว่าเป็นกายสังขารด้วย แต่เป็นกายสังขารที่จับต้องไม่ได้ มันละเอียดถึงอย่างนั้นมันยังไม่หายไป เพราะในตัวพลังนี้มันมีศูนย์กลางอยู่เหมือนกัน เหมือนกับที่เราเรียกว่า ‘อากาศ’ จริงๆ แล้วมันยังเล็กๆ แต่ตาของเรามองไม่เห็น แต่จริงๆ แล้วมันมีอะไรเล็กๆ อยู่ แต่เรามองไม่เห็นเราถือ ว่ามันไม่มี นั่นคือของ

ละเอียดจริงๆ เพราะฉะนั้นในคำ ว่าจิตที่มีพลังนั้นย่อมต้องมีอะไรสักอย่าง เป็นจุดรวมอยู่ มันยังไม่ไหลล่องลอยไปเลย ล่องลอยที่มันหายไปไม่ใช่ซะ มันยังมีจุดอะไรที่รวบรวมอยู่เพราะฉะนั้นในจุดที่รวบรวมอยู่นั้นมันบวกรับความรู้สึกเข้าไป เราต้องแยกว่าความรู้สึกนั้นเปรียบเหมือนว่าเวลาเรากำลังทำอะไรอยู่ เราทำโน่นทำนี่ มันเอาความรู้สึกรวมเข้าไปว่าเราทำโน่นทำนี่ ถ้าไม่มีความรู้สึก กล้วย สิ่งที่ยากก็คือว่าคนที่สติล่องลอย ถ้าตามข้างล่างที่เรียกก็คือสติล่องลอย คือความรู้สึกมันล่องลอยทำอะไรไม่รู้ ถามว่าทำอยู่ไหม... ทำอยู่แต่ทำอะไรไม่รู้ นั่นก็คือมันแยกออกจากกันได้

เพราะฉะนั้นเวลาเรานั่งหรือเราทำอะไรที่ทำให้สงบนิ่งๆ จริงๆ นี้เราแยกกายสังขารได้ เหมือนที่อาจารย์ยกตัวอย่างให้ฟังว่าถ้าขาดสติหรือขาดความรู้สึก ทำอะไรอยู่ไหม... ทำอยู่แต่ทำอะไรไม่รู้ นั่นก็คือมันแยกออกจากกันได้ เพราะฉะนั้นเวลาเรานั่งนี้คำว่าไม่มีตัวตน ถ้าตัดได้ เรานั่งทันทีตัวตนมันมีอยู่ในจุดกลางระหว่างคิ้ว ในความรู้สึกนั้นมันมีได้ แต่ถามว่ามันมีได้แล้วนี้ ขณะที่เรานั่งเรารู้ว่าเรานั่ง แต่ไม่ใช่ตัวตน เราแค่อยู่เฉยๆ สิ่งที่จะรู้ละเอียดมากขึ้นคือ ความรู้สึกในจุดกลางระหว่างคิ้วที่จะพุ่งเข้าไป ตัวนั้นนะคือตัวใหญ่ เพราะขณะที่เราจะพุ่งเข้าไปรู้อะไรละเอียดมากขึ้นนั้น ตัวตนยังต้องไม่มีเลย เมื่อตัวตนไม่มีเหมือนกับว่ามันหายไปเลย เหมือนกับว่า เอ๊ะ! เรามีความรู้สึกอยู่ในจุดกลาง แต่กายสังขารมันหายไปเลย ความรู้สึกมีกายสังขารหายไปเลย มันเหลือแต่จุดกลางระหว่างคิ้วก็กับความรู้สึกที่พุ่งเข้าไป เพราะฉะนั้นเวลาเราจะนั่งพยายามนึกว่า ในกายสังขารกับความรู้สึกนะมันแยกจากกันได้ เราอย่า ไปติดยึดเอา กายสังขาร รวมเข้าไปทุกอย่าง เพราะฉะนั้นที่อาจารย์สอนว่าทำไมเรานั่ง เราขึ้น เราเดิน เรานอนได้แล้วสงบได้ เพราะมันแยกจากกันจริงๆ แล้วในความรู้สึกที่สงบแล้วนั้นนะ มันจะไม่มีว่าเราเอาท่า ไหนแล้วมันต้องสงบในท่านั้น ... ไม่ใช่ซะ ถ้าเราทำชำนาญมากขึ้น ความสงบมันอยู่กับตัวแล้วนี่จะมาท่าไหนแบบไหน ที่

อาจารย์ที่ได้สอนเราแล้วว่ามันสงบอยู่ในจุดกลางระหว่างคิ้ว มันไม่อยู่ใน
กายสังขารที่เราทำอยู่ เพียงแต่เรารับรู้ว่าเราทำอย่างนี้...แค่นั้น

ขณะที่ทำอยู่นี้มันก็มีความสงบได้ แต่ขณะที่ทำอยู่มีความสงบเรา
ไม่ได้พุงในจุดกลางระหว่างคิ้ว เราสงบในสิ่งเราทำอยู่ ที่ทำอะไรก็มีความ
สงบ “ทำ” นั่นก็คือว่าของที่เราทำด้วยความตั้งใจมีความสงบยอมเป็นสิ่งที่ดี
สิ่งที่สะอาด สิ่งที่สวยงาม

เพราะฉะนั้นเวลานั่งในจุดกลางระหว่างคิ้วแล้วนี้ ขณะที่เราทำอะไร
อยู่เราก็รู้ว่ามันมีความสงบก็จะทำงานนี้ได้ เมื่อฝึกตัวนี้แล้ว เวลาเรามานั่งใน
จุดกลางระหว่างคิ้วที่ไม่มีตัวตนแล้วนี้ ในความรู้สึกนั้นมันจะตัดขาดทันที
ทุกวันนี้ที่เรา นั่ง ในความสงบที่เราจะทำอะไรอยู่มันยังไม่เกิดขึ้น ขณะที่เรา
ทำอะไรอยู่และความสงบมันยังไม่เกิดขึ้นนี้ มันจึงมีเหตุหลายอย่างที่ทำให้
เราทุกขร้อนเข้ามา กลุ้มใจเข้ามา กังวลเข้ามา ความเป็นห่วงเข้ามา แล้วอย่าง
นี้เวลาเราจะมานั่ง นั่งในวิธีอื่น หรือนั่งของที่นั่งแล้วเรบอก ว่านั่งแล้วนี้
ตัวตนไม่มี จะเอาความสงบเกิดขึ้นทันทีมันถึงยากใจ เพราะในทั้งวันที่เราทำ
อยู่นี้มันยังวุ่นวายตัวนี้ เพราะขณะที่เราทำเราก็ยังมีกายสังขารอยู่ว่าตัวเราทำ
ตัวเราแก้ ตัวเราต้องทำโน่นทำนี่ ขณะที่ทั้งวันที่เราทำอย่างนี้ เรายังคิดว่าตัว
เราต้องทำ ความรู้สึกที่ไม่มีตัวตนมันจะมาแยกตอนที่เรานั่งมันถึงยาก

ถ้าเปรียบง่าย ๆ ก็คือว่าเราเคยกินข้าว ข้าวแห้งๆ ข้าวสวยเราเคยกิน
แล้วๆ นี้เรามาชอบข้าว...ข้าวต้ม มันถึงยาก มันเปลี่ยนทันทีนะมันรับไม่ได้
เพราะยังติดข้าวสวยข้าวแห้งๆ ว่ามันอร่อย มันมีกลิ่นหอม มันมีรสชาติ มัน
นุ่ม แต่แล้วอยู่ดีๆ มากินข้าวต้ม กลิ่นหอมมันจะมีน้อย แต่มันไม่แห้ง มัน
ยังไฉ่ มันแฉะๆ กินแล้วมันละลายไปเลย ในความรู้สึกนี้แหละมันยังรับไม่ได้ว่า
เราจะมาชอบกินข้าวต้มทันที เพราะฉะนั้นเวลาเราว่าความไม่มีตัวตน ถ้ามว่า
จิตเรารู้ไหม...รู้ แต่ในความรู้สึกจริงๆ แล้วมันยังไม่ยอมรับ มันไม่ยอมรับอยู่
ว่า เอ๊ะที่ไม่มีตัวตนใจมันไม่ยอมรับ เพราะฉะนั้นเวลาเรานั่งไปมันถึงไม่ค่อย

ไปได้หลายชั้น เพราะความรู้สึกเรามาแน่นทันทันนี่นะแล้วบอกว่าเราตัวตนไม่มีจริงๆ นี่ ในความรู้สึกจริงๆ แล้วมันยัง...มันไม่ยอมรับว่ามันเป็นจริงอย่างที่เราคิด เพราะในทั้งวันที่เรานี้ เราก็ก็นึกว่า เอ้อเราทำ เราต้องไปโน้นเราไปนี่ ตัวตนมันยังนึกอยู่แล้วเวลาเรามาแน่นเราบอก ว่าตัวตนเราไม่มีแล้ว ใจมันยังไม่ยอมรับ นี่อันแรกอันที่สอง จริงอยู่ในความสงบมันมีเป็นช่วงๆ ใช้ไม่มี มีเป็นช่วงๆ แต่ในขณะที่ความสงบเป็นช่วง ๆ นี้ มันก็ไม่ได้สงบมากด้วย มันแคว้งไม่นึกคิด ไม่ทำอะไร เฉยๆ ตามที่อาจารย์สอนให้วางเฉยๆ มา มันก็แค่เป็นชั่วคราวหน่อย แต่ชั่วคราวนี้มันก็ไม่สงบที่รู้อะไรมาก มันแค่เราไม่ทำอะไร เราก็ก็นั่งเฉยๆ จริงๆ แล้วนี่ความสงบชั่วคราวนี้ ถ้าวางทันทีแล้ว สิ่งที่จะรู้ตอนนั้นทันทีมันย่อมตามมา อย่างน้อยที่เราควรจะรู้ ก็คือต่อไปเราจะเจอใคร นั่นคือเหตุการณ์ข้างหน้าที่เราต้องไป นี่เป็นตัววัดได้เลย เพราะอะไร? เพราะในชั่วคราวนี้เราสงบจริงๆ รู้เหตุการณ์ล่วงหน้าได้ ไม่ยาก แต่ไม่ต้องไปรู้ไกลมาก รู้ว่าอีกไม่กี่ชั่วโมงนี้เราต้องไปเจออะไร เจอใคร นั่งขณะนั้นมันต้องบอกได้ เพราะฉะนั้นในความสงบที่อาจารย์สอนว่าต้องเย็นที่จิตรู้ความคิดคนอื่น นั่นเป็นตัววัดเริ่มต้น แต่ในขณะที่เราอยู่เฉยๆ เราไม่เจอใคร สิ่งที่เรารู้ล่วงหน้าย่อมได้ ถ้าสงบจริงๆ นั่นคือตัววัดตัวหนึ่ง

เพราะฉะนั้นในความสงบนี้ ขณะที่หลายอาจารย์ก็บอก ว่าเราต้องเย็นที่จิต เราต้องรู้ความคิดคนอื่นนี้ นั่นเป็นตัววัดตัวเริ่มต้น แต่ขณะที่เราอยู่เฉยๆ เราไม่เจอใคร สิ่งที่เรารู้ล่วงหน้า ย่อมได้เรานั่งทันทีสงบนึก ว่าอีกไม่นานเราไปไหน ให้มานึกในใจว่าสิ่งที่บอกคืออะไร ณ ขณะที่สงบชั่วคราวนี้ มันจะบอกเราเอง นี่คือ ตัววัดตัวหนึ่ง ส่วนตัววัดที่หลายอาจารย์ได้สอนว่าทำไมเราต้องเย็นที่จิตแล้วรู้ความคิดคนอื่น เพราะในขณะที่จิตนี้มันเย็นสบาย ไม่มีความคิดของเราอยู่ข้างใน นั่นคือพลังของเราเงียบเฉยๆ ไม่ใช่ไม่มีพลัง เป็นพลังที่เงียบเฉยๆ ที่จะรอว่ามีพลังอะไรตัวไหนเข้ามา นี้ บอกความรู้สึกเราว่าคนนี่เจอออย่างนี้ แล้วพลังของคนอื่นที่เข้ามา ถ้าพูดง่ายๆ ถ้า

เปรียบเทียบก็คือว่ามันไม่ต่างจากเรา นั่นก็คือเขาก็มีพลังตัวนี้ เราก็มีพลังตัวนี้เหมือนกัน ถึงรับรู้พลังกันได้ แต่ในเหตุที่พลังเขานี้มันเป็นพลังที่ไม่ดี มีความทุกข์ร้อน จิตที่มีพลังเอาความร้อนเข้ามาเอาความกังวลเข้ามา แล้วทำให้กายสังขารของตัวเองทุกข์ไปด้วย

เราก็คิดว่าพลังที่เขาคิดอยู่ที่ทำอยู่นี้ ทำไมที่เขาทุกข์หนัก มันเป็นตัวไหน สิ่งที่ถูกคลุมใจมาๆ ร้องให้ไปด้วย มันจะมีทั้งร้อน ทั้งแสบ ร้องให้แล้วทุกข์ด้วยนี้ พลังมันออกมาทั้งร้อน ทั้งแสบ เราก็วัดได้ เพราะฉะนั้นในพลังที่ออกมาในแต่ละที่ออกมาแต่ละอย่างนี้ จะไม่เหมือนกันด้วย รับรู้มันละเอียดอย่างนี้ด้วย เพราะฉะนั้นเวลาเรานั่งสงบเย็นที่จิตรู้ความคิดคนอื่น นั่นคือเราเอาพลังของเราเจียบ ๆ ไว้เพื่อรองรับพลังของคนอื่นไว้ ที่รองรับนี้มันเป็นยังไง แล้วคณาจารย์หลายองค์ที่สอนเราว่าเหตุที่เราต้องทายเป็นคือตัวนี้ว่า ในพลังเจียบของเรากับพลังของคนอื่นเข้ามา มันจะต่างกัน ความแรงจะต่างกัน เป็นตัววัดว่าพลังของคนอื่นที่เรารับได้นี้เป็นสิ่งที่เรารับรู้ได้จริงๆ ว่าในความคิดคนอื่นนี่นะ เป็นพลังอย่างหนึ่งที่เรารับรู้ได้โดยที่พลังของเราเจียบไว้ เพราะว่าถ้าเกิดเราลองไม่นึกไม่ทายแล้วนี้ มีพลังของคนอื่นเข้ามา เราก็ไปกลับคิดว่าเป็นความนึกคิดที่เราคิดเองจริงๆ แล้วพลังเรามันเจียบอยู่แต่ขาดความเชื่อมั่นมีตัวสงสัยเข้ามา เพราะฉะนั้นอาจารย์ที่หลังๆ บอกว่าตัวสงสัยนี้ต้องตัดทิ้งโดยการบอก ถ้าเราไม่บอก เราก็คิดว่าเราคิดเองนึกเองทุกทีที่เราจะทาย เพราะฉะนั้นทุกทีที่จะทายแล้วความเชื่อมั่นก็ไม่มีอาจารย์บอกว่าแรกๆ ไม่เป็นไร ที่บอกไม่เป็นไรเพราะว่าให้รับรู้สิ่งที่เรารับนี้พลังความร้อนคนอื่นนี้มันไม่น่าจะเป็นของเรา เพราะขนาดเรามาอย่างนี้เรามันสงบเยือกแล้ว มันไม่น่าจะใช่เป็นของเรา เพราะฉะนั้นมันถึงต้องทายว่ามันยังงัย? มันไม่น่าจะเป็นของเราว่าทำไมมันร้อนอย่างนี้? ทำไมมีความรุนแรงอย่างนี้ มันไม่ใช่ของเราอยู่แล้ว เรารับรู้ตัวนี้ได้เราทายเป็นเลย ผิดถูกมาน้อยไม่เป็นไร แต่อย่างน้อยมันต้องมีถูกอย่างหนึ่ง ถ้าเราสงบ พลังของเราเย็น

เจียบอยู่ ถ้าตัวนี้เราไม่ผ่าน ไม่ผ่านขึ้นมา ขณะที่ไม่ผ่านนี้ความเชื่อมั่นตัวนี้ก็ไม่ มี เมื่อไม่มี เวลาไปถึงของยากๆ ละเอียดมากๆ เราก็เลยไปกันใหญ่ความกลัวก็เลยตามมา ไม่มีใครกลัว เรากลัวไปเอง กลัวในของที่ละเอียดและยากขึ้นมา นี่เพราะตัวสงสัยตัวนี้เราชนะกันไม่ผ่าน

เหมือนกันเวลาเราเย็นที่จิต เรานั่งท่ายไปเรื่อย ๆ ทายมากๆ ความชำนาญมันตามมา เมื่อชำนาญตามมาเรื่อยๆ ความชำนาญในความละเอียดก็จะตามมา มันเป็นของคู่กัน แรกๆ เราจะให้รู้ละเอียดจนในจุดกลางระหว่างคิ้วที่เราคิดกันว่า ถ้าได้จุดกลางระหว่างคิ้วเรากลับไปสู่เบื้องบนคิดอย่างนี้ทำเดี๋ยว ว่าเราจะกลับไปสู่เบื้องบนโดยออกจากจุดนี้ แต่เมื่อทำไปทำมามันไม่่ง่ายอย่างที่เราคิดนะ เพราะตอนนั้นเรากำลังมีความคิดเข้าข้างตัวเอง ว่าถ้าได้จุดนี้ ออกจุดนี้ทำเดี๋ยวแล้วก็กลับไปสู่เบื้องบนตามที่อาจารย์บอก เพราะอาจารย์ยังงี้ก็ไม่โกหกเราคิดอย่างนี้ แต่ยังมีควมมีตัวตน ความคิดตัวตนเข้ามาเกี่ยวมันถึงยาก

ตอนหลังๆ ถึงอาจารย์บอกว่าคิดเข้าข้างตัวตน อย่าเพิ่ง! เราให้รู้ความคิดคนอื่นก่อน เย็นที่จิตก่อนเอาไปที่ละขั้น ๆ จนรู้ความคิดคนอื่นเราท่ายได้ จนเชื่อมั่นมากๆ ของละเอียดที่เราจะรู้ละเอียดมากๆ เย็นที่จิต ความตั้งใจและความเชื่อมั่นจะตามมา เพราะเราเคยทำมาแล้ว และไม่ใช่ว่าทำครั้งเดียว เราทำมาหลายครั้งจนเชื่อมั่น เราจะไม่มีตัวสงสัย ความกล้าความกลัวจะไม่มี แต่เราอยากจะรู้มากขึ้น แล้วก็ไม่ต้องสงสัย ความพะวงกลัวที่ว่ามันไม่น่าเป็นไปได้ที่จะรู้มันจะไม่มี เพราะเริ่มตั้งแต่แรกเราได้ผ่านตัวนี้มา เพราะฉะนั้นมันเป็นเรื่องใหญ่นะ รู้ความคิดคนอื่นเริ่มต้นนี้มันเป็นเรื่องใหญ่นะ เรื่องใหญ่ที่เราจะก้าวไปสู่ว่า ทายมากๆ นี้ถูกแล้วนี้ สงบเย็นที่จิตก็ต้องละเอียดเพราะเป็นตัววัด ถ้าไม่ได้ตัวนี้เป็นตัววัดเราก็ไม่รู้ที่เราสงบเย็นที่จิตมากแค่ไหน นั่นคือตัววัดตัวหนึ่ง และสงบเย็นที่จิตนี้แผ่ทั่วกายสังขาร นั่นคือสังขารเราต้องเย็นสบายที่อาจารย์แนะว่ามันเย็นสบาย เพราะสิ่งที่รู้ละเอียด

นั่นนะ หนึ่ง ต้องเข้าใจคือมันต้องใช้เวลา มันไม่่ง่ายอย่างที่เราคิด มันต้องใช้เวลาที่ศึกษาตัวนี้ เพราะฉะนั้นในกายสังขารเราต้องเตรียมพร้อม เตรียมพร้อมเพื่อรับรู้สิ่งละเอียดที่ต้องใช้เวลา

แต่สิ่งที่ละเอียดที่ใช้เวลาถ้าเรฝึกมาก ๆ เราฝึกจนชำนาญ เวลาที่น้อยลง มันเป็นเหตุเป็นผลกัน เหมือนกันเริ่มแรกเวลาเรานั่งเย็นที่จิตรู้ ความคิดคนอื่น เราจะบอกว่ามันเป็นไปไม่ได้ จะไปรู้ความคิดคนอื่นได้ไง? ในเมื่อขนาดของเรานี้ เรารู้ว่าเราไม่สงบพอ ในแรกๆ เรารู้ว่ามันไม่น่าเป็นไปได้ แต่นั่งไปๆ นั่งมา อาจารย์สอนนั่งไปๆ ค่อยๆ ได้ เอ้อ มันเริ่มรับรู้ได้ ก็คือว่าสงบเย็นที่จิตนี้ตามที่อาจารย์บอก มันเป็นไปได้จริง เมื่อเป็นไปได้จริง สิ่งที่จะรู้ละเอียดในอดีตชาติที่เราว่าไม่น่าเป็นไปได้ รู้ละเอียดในอดีตชาติว่าตัวเราหรือจะไปรู้ละเอียดในอดีตชาติ ชาติที่ 1 ชาติที่ 2 ชาติที่ 3 ตามที่อาจารย์สอนมันไม่น่าเป็นไปได้ เพราะในอดีตชาตินี้เป็นของเรื่องที่ลึกลับ ใจเราคิดว่ามันเป็นเรื่องของลึกลับที่ไม่มีความสามารถพอที่จะไปดูย้อนได้...ไม่ใช่ เพราะความคิดตัวนี้ก็เหมือนเรานะ เหมือนเราที่เรานั่งแรกๆ อู้ๆ รู้ความคิดคนอื่นมัน เป็นไปไม่ได้ เหนั่งกันนั่งอยู่ในความสงบยังไม่รู้ความคิดคนอื่นแล้วเรานั่งกับอาจารย์ไม่นานแล้วจะรู้ความคิดคนอื่นได้ หรือ? แต่นั่งไปๆ อาจารย์ก็บอกทีละจุด ว่าเราต้องคิดอย่างนี้นะ ต้องเอาความรู้ลึกอย่างนี้นะ มันก็มี อย่างน้อยมันก็มีบ้างที่รู้ความคิดคนอื่น ใช่ไหม? แต่ไม่มีเลยมันเป็นไปไม่ได้ มันมีบ้าง เหตุที่มีบ้างก็ต้องว่า เอ้อ ที่มีบ้างแสดงว่าใช้ได้ ใช้ได้คืออาจารย์สอนนี้นะไม่ใช่ธรรมดาเพื่อให้เกิดความเชื่อมั่น ตามมาว่า เย็นที่จิตรู้ความคิดคนอื่นนะเป็นไปได้ เราก็พยายามรู้มากขึ้น รู้มากขึ้นก็คือรู้ละเอียดมากขึ้น ก็คือเรารู้สงบมากขึ้นจนสงบเราชำนาญนี้ ความแกร่งกล้าตัวนี้ความเชื่อมั่นมันมีมาก เราพร้อมที่จะกลับไปดูอดีตชาติได้ ถ้ามัวตัวเราขณะนั้น ว่าเราสามารถไปรู้อดีตชาติได้โดยลงในจุดกลางระหว่างคิ้ว เพราะถึงตอนนั้นจุดกลางระหว่างคิ้วมันจะเปิดช่องให้เรา แล้ว

ความเชื่อมั่นจะตามมา นั่นแหละสิ่งที่เรานั่งนาน ๆ ที่รู้ต้องละเอียดที่ใช้เวลานั่งนั้นก็ตัวนั้น เพราะของในอดีตชาตินั้นนะห้ามมีความรู้สึกตัวเองเลย มันคล้ายๆ กับว่าเรากำลังมานึกสิ่งที่เราขายมาแล้วนะ เราตายจากอดีตชาติมาแล้วนะ เรากำลังเอาจิตเราไปดูในสิ่งที่เราตายมาแล้วนะ เพราะฉะนั้นมันต้องไม่มีความนึกคิด ตัวตนยิ่งไม่มีใหญ่เลย มันถึงขั้นอย่างนั้นเพื่อให้รู้ว่าในอดีตชาติที่เราภูมิใจนี่เป็นสิ่งที่มันเป็นของจริง เพราะทำอะไรเรารับอย่างนี้ก็คือของจริง โดยที่เราไม่ได้นึกคิดเองเราแค่เหมือนอาจารย์แค่บอกว่าเราแค่มองเป็นภาพ จิตเราก็มองเป็นภาพได้

เมื่อเข้าใจตัวนี้เข้ามาเนี่ย รู้อดีตชาติขึ้นมาความเชื่อมั่นก็ตามมา เมื่อความเชื่อมั่นตามมา ณ ขณะนั้นความเชื่อมั่นในรู้ในอดีตชาติมาแล้วเนี่ย จุดกลางระหว่างคิ้วนี้มันจะตอบเราเองนะ ไม่ใช่เรื่องใหญ่ ไม่ใช่เรื่องยาก เพราะเรากำลังรู้หลักแล้วรู้หลักที่อาจารย์สอน กำลังเปิดกุญแจไขประตู อย่าลืม! ประตูสุดท้ายนี้ก็จะเปิดนี้ต้องแหลมคมนะ กุญแจที่แหลมคมมากๆ เทบเรียกว่าจับไม่อยู่ด้วย นั่นแหละคือประตูสุดท้าย แต่อย่าลืม พอเราเปิดประตูแต่ละประตูแล้วเนี่ย จุดกลางระหว่างคิ้วที่มีแสงผ่านออกมาเนี่ย มันมาทีละประตูมันมีแสงด้วยนะ อย่าเข้าใจว่าเปิดประตูสุดท้ายแล้วแสงโผล่นี่... ไม่ใช่ เราเริ่มเปิดประตูไปเรื่อย ๆ แสงจากในประตูสุดท้ายนี้มันก็โผล่ให้เราเห็นแล้ว เพราะฉะนั้น ขณะที่โผล่ให้เราเห็นนี้เราก็ไปใช้ประโยชน์ได้ยยะแล้วนะ ง่าย ๆ ก็คือเราดูจุดกลางระหว่างคิ้วของเรา รู้ความคิดคนอื่นรู้อดีตชาติในจุดกลางระหว่างคิ้วนั้น นั่นนะเกือบจะถึงประตูสุดท้ายนะ นับว่ามีประโยชน์มากโข นับว่ารู้มากโข ในใจที่เราบอก แต่ในประตูสุดท้ายนั้นก็คือปัญญาต้องแหลมคมมากๆ เพราะรูในกุญแจสุดท้ายนี้แทบจะมองไม่เห็นนะ ปัญญาเราต้องแหลมคม เทบมองไม่เห็นด้วย เพื่อไขประตูตัวนี้ให้ได้ ถ้าง่ายที่สุดเป็นการเอาปัญญาเปิด สัตว์ที่ข้างล่างเราเรียกว่า สัตว์ หรือกฎที่กันเราทำไม่ได้เปิดไม่ได้ เพราะเรื่องเล็กแล้ว เราเต็มสมบูรณ์แล้ว สมาธิที่เราตั้งใจมีความ

เชื่อมั่นก็เปิดไม่ได้ เพราะเราเชื่อมั่นแล้ว เพราะเราเปิดมาหลายประตูแล้ว เราเชื่อมั่นเต็มที่แล้ว ที่จะเปิดได้คือปัญญา นั่นนะปัญญาอย่างเดียวที่จะเปิดประตูสุดท้ายได้ เพราะฉะนั้นปัญญาจะมาให้เรารอดพ้นก็คือตัวนี้ แต่ก่อนจะถึงปัญญาเราก็มามีละชั้นๆ ตามที่อาจารย์บอก

เพราะฉะนั้นวันนี้ที่อาจารย์มาสอนเยอะก็คือตัวนี้ว่า ในการนั่งนะ เวลานั่งขณะที่เราทำอะไรเรายังก็คิดตัวตนอยู่ แต่อยู่ดีๆ เรามานั่งว่าเราไม่มีตัวตนในความรู้สึกนั้นนะเหมือนกับที่อาจารย์บอก ข้าวสวยเป็นข้าวต้มเราชอบกินข้าวสวย อยู่ดีๆ เราก็กินข้าวต้มแล้วใจเราบอก ว่าเราชอบกินข้าวต้ม ในความรู้สึกมันยังรับไม่ได้ ไซ้ไหม มันรับไม่ได้

อันที่สองการไม่มีตัวตน เราว่าเอ๊ะ ไม่มีตัวตน เราทำอะไรก็ เอ้อตัวเองทำอย่างโน้น เราทำอะไรบอกตัวเอง ต้องทำอย่างโน้น ตัวเองต้องไปอย่างนี้ ความรู้สึกตัวตนมันก็ตามมา เมื่อตามมาแล้วแต่เราอยู่ดีๆ นั่งบอกว่าตัวตนไม่มี มีแต่จุดกลางระหว่างนิ้ว มันก็ยังรับไม่ได้ เห็นไหมมีอย่างนี้ มีสองอย่างนี้มันคู่กันอยู่ เมื่อคู่กันอยู่แล้วอยู่ดีๆ มาแล้วเรามาทั้งในสองอย่างนี้ มันถึงความรู้สึกมันยังรับไม่ได้ เพราะฉะนั้นสิ่งที่จะนั่งต่อไปที่จะให้รู้ละเอียดคือแยกให้ออกว่า คำว่าตัวตนนี้ กายสังขารทั้งแต่ความรู้สึกก็... ทำเอาความรู้สึกแคร์แล้วทำนะ นั่นคือกายสังขารเรา รู้แล้วก็ทำ ผลที่มาก็คือ กายสังขารเราไม่มีอะไร เดียวก็ผ่านไป ให้ฝึกว่าเดี๋ยวก็ผ่านไปเพราะว่าจริงๆ แล้วไม่มีตัวตนนี้ สิ่งที่มากระทบกับตัวตนเรานั้นมันก็ไม่มีอะไร มันก็ต้องผ่านไปเองฝึกละเอียดตัวนี้ให้มาก การหวงของการเสียสละ การอะไรนี้มันจะเป็นเรื่องธรรมดาหลายๆ เราทำเพื่ออะไรก็เป็น เรื่องธรรมดาหลายๆ เพราะในความรู้สึกตัวตนมันเริ่มหาย มีเพียงแต่ความรู้สึกทำ ว่าวันนี้เราต้องทำอย่างนี้ วันนี้เราต้องทำอย่างนั้น ทำเฉยๆ อาจารย์ก็สั่งทำไปอย่างนี้นะ สอนคนคือหน้าที่เป็นพระคือ สอนคน เทศน์คนที่เข้าใจเยอะสอนให้มากหน่อย เพื่อให้เข้าใจมากขึ้น คนที่เข้าใจน้อยก็สอนน้อยหน่อย เพราะมันเข้าใจแค่นี้ แล้ว

อาจารย์จึงสอน ก็ดูไปด้วย สอนเสร็จก็หาคนอื่นสอนต่อ นั่นคือหน้าที่พระ เวลาต้องกินนั่นคือสังขารต้องมีอะไรกิน มีความรู้สึกสังขารต้องกินคือกิน กินเสร็จแล้วพอรู้ว่าสังขารพอกคือหยุด ไม่มีตัวตนอาจารย์จึงว่า เอ๊ย ตัวตน ต้องกินมาก ตัวตนต้องหาของกินดีๆ ตัวตนต้องมีของอะไรดีๆ ขึ้นมา... ไม่มี รู้แต่ความรู้สึกว่า เอ้อ สังขารนะต้องมีอะไรเข้าไปเพื่อให้สังขารอยู่ เมื่อกินเสร็จ...พอ สังขารพอก หยุด! สอนต่อ เป็นเพียงแต่ความรู้สึก นั่นคืออาจารย์ กงแล้วก็สอนต่อไปเรื่อยๆ แล้วก็นั่ง เพราะหน้าที่พระสอน ก็นั่ง ก็ไม่ได้ทำอะไรกับเรา เรามีหน้าที่เราทำก็ทำ ทำเสร็จทำๆ ถึงเวลาเรานั่งก็คือนั่ง ฝึก ปัญญา อาจารย์จึงนี้ฝึกปัญญา เพราะการนั่งแบบสมาธิ ความตั้งใจนี้ไม่มีใน ตัวตนแล้ว ไม่มีในตัวตนแล้วนะเพราะเป็นเรื่องธรรมดา มาก ไม่มาใส่ใจ อาจารย์จึงนั่งอย่างเดียวคือฝึกปัญญา แต่ของเรานี้ยังมีศีลยังมีสมาธิ แต่ของ อาจารย์จึงมาถึงขั้นว่าในศีลสมาธินะไม่มี ไม่มีในตัวตนเลย แปลกไหม? ไม่มีในตัวตนนะ มีแต่อาจารย์จึงฝึกปัญญาให้รู้ละเอียด นั่นคือขั้นอรหัตต์ แต่ถ้าเรายังมีที่เหมือนข้างล่าง ยังมีศีลสมาธิตามมาอยู่ ตามมาอยู่มันก็ยัง ตามมาอยู่ ถ้าพูดถึงง่ายๆ ที่เรานั่งที่จะฝึกปัญญานี้แหละ พุทธแบบง่ายที่สุดก็คือ โลก โกรธ หลงนี้เราไม่รู้จักตามที่อาจารย์บอก แล้วเราไม่รู้จัก ถ้าเราฝึกจน เราไม่รู้จัก เมื่อไม่รู้จักแล้วมันไม่มีอาการแสดง ไม่รู้จักเลย โลกเป็นยังไง? โกรธเป็นยังไง? หลงเป็นยังไง? เรามีแต่ฝึกว่าทำยังไงปัญญาที่ออกจากจุด กลางระหว่างคิ้วนี้ เป็นยังไง นั่นแหละกำลังฝึกเหมือนท่านอาจารย์คง แบบ เดียวกัน นี่แหละเรามาใช้ตอนนี้แหละ เราต้องทำเหมือนกับเราไม่รู้จัก เหมือนที่อาจารย์ที่เคยสอน ว่าอาจารย์โกหกไม่เป็น เพราะไม่รู้ว่โกหกคือ อะไร ไม่รู้จักถึงโกหกไม่เป็น เราทำได้ถึงขั้นนี้นั้นนะ เรามุ่งอย่างเดียวคือฝึก ปัญญาอย่างเดียว

วันนี้สอนมาก ฝึกได้ จุดกลางระหว่างคิ้วไม่ใช่เรื่องใหญ่ มันมีขั้น มันมีตอนไปที่ละอย่าง จิตเราต้องสูงขึ้น อาจารย์เคยบอกว่า ข้างล่างที่มีอยู่

เราก็ต้องวางไว้ในข้างล่างที่มีอยู่ เอากลับขึ้นไปไม่ได้ ไม่มีอะไรกลับขึ้นได้ข้างล่างที่เราที่อยู่ ก็เราต้องวางข้างล่างที่มีอยู่ เอากลับขึ้นไปไม่ได้ ถึงอาจารย์มีบอกว่าเราเหนื่อยในสิ่งที่เอาไปไม่ได้เนาะ เหนื่อยไปทำไม? ทำพอสมควรถึงจะมากหน่อยไม่เป็นไร แต่เราพักผ่อนได้ ไอ้ที่มากนี้ไม่ใช่เราอยากมีมาก เพราะมีหน้าที่บังคับ แต่เราทำตามซะ เมื่อทำตามเสร็จแล้วหมดเวลาเราแล้วพักผ่อน ไม่ใช่เราเหนื่อยเพื่อเราอยากได้ ไม่ใช่เราเหนื่อยเพื่อที่เราแสวงหาสิ่งต่างๆ นั่นคือพอสมควร ให้จำไว้ เวลาใกล้เข้ามามากสิ่งที่ต้องรู้มากต้องมีมากขึ้น อย่ายุ่เฉยๆ ว่าเรารู้แค่นี้ เพราะเรารู้แค่นี้ เมื่อถึงตอนนั้นแล้ว ที่เรารู้แค่นี้มันนำไปใช้ไม่ได้เนาะ เพราะเราต้องรู้มากขึ้น รู้มากขึ้นเพราะถึงตอนไปใช้แล้วนี่ มันมีสิ่งที่ละเอียดที่เราต้องนำมาใช้ ถึงอาจารย์ต้องพูดว่าเราต้องพยายามให้จิตใจละเอียดมากขึ้น เพื่อรองรับภัยพิบัติว่าตอนนั้นมันต้องเอาของละเอียดมาช่วย ของละเอียดนั่นคืออะไร? เราแผ่ๆ ออกจากจุดกลางระหว่างคิ้วที่เราที่นั่งนะ แผ่ให้เขาเย็นสงบนะ ถ้าตัวนี้เราไม่แผ่แล้วนี่ ความร้อนต่างๆ มันจะมีมากตลอด ให้คิดว่าเราเป็นคนเริ่มซะ ให้ทุกคนเริ่มซะ ให้คิดว่าเราเป็นที่พึ่งของคนอีกมากมาย เราอย่าคิดว่าเราพึ่งใครไม่ได้เราคิดว่าเราเป็นคนให้คนอื่นพึ่งไม่ได้ อย่านะ เราบอกต้องทำได้ สิ่งศักดิ์สิทธิ์ก็ทำให้ดู แต่สิ่งศักดิ์สิทธิ์ลงมาไม่ได้ พอถึงตอนนั้นมันลงมาไม่ได้ เป็นเรื่องของพวกเราที่ต้องช่วยกัน ต้องคิดว่ายังมีคนอีกมากมายที่ต้องพึ่งเรา เราต้องทำให้ได้ เพราะในความคิดนี้แหละอาจารย์จึงเจ้าแม่กวนอิมก็บอกว่า จะรู้ในสิ่งที่พ้นทุกข์เพื่อสั่งสอนคน ตัวเองตั้งจิตนะ จะรู้ในสิ่งที่ตัวเองสอนเพื่อให้เขาพ้นทุกข์นี้ต้องรู้ให้ได้ เพราะเหล่าเวไนยสัตว์นี้ทุกข์มาไม่ใช่ปีนี่ ทุกข์มานานชั่วกัปชั่วกัลป์แล้ว ถ้าเราไม่ตั้งจิตตัวนี้ขึ้นมา ไอ้ที่ชั่วกัปชั่วกัลป์มันก็จะต่อไปเรื่อยๆ ไม่มีที่สิ้นสุด เราไม่สงสารเขาหรือ?

เราต้องบอกตัวเองว่าอาจารย์จึงได้ เจ้าแม่กวนอิมได้ พระโพธิสัตว์องค์ไหนก็ได้ อรหันต์ องค์ไหนก็ได้เราต้องได้ เพราะท่านได้มาแล้วเราก็

ต้องทำได้ตาม ความยิ่งใหญ่ในจิตใจจะมีมากขึ้น ความภูมิใจจะมีมากขึ้น
ตัวคนที่ว่าโลก โกรธ หลง จะไม่มีแล้ว เลิกขาดจากกัน ใช้ปัญญาที่จะไข
ประตูดุศตภัยออกมาให้ได้ เพื่อช่วยเหล่าเวไนยสัตว์ให้ได้

คำสอนอาจารย์ถูกทับทิม (ม้วน 103/B)

ประทานเมื่อ 15 ก.ย. 46

เวลาเราเข้าใจอะไรบางอย่าง ถ้าเราฝึกฝนจนเข้าใจ ถามว่าที่เราเข้าใจมันจะลืมไหม ถ้านานมากๆ อาจจะลืม แต่ถ้ามันเข้าใจแล้ว จนรู้เรื่องแล้ว ทำบ่อยๆ ตัวที่เข้าใจมันจะติดตลอด ฉะนั้นเวลาสงบ ถ้าได้สงบจริงๆ จนชำนาญ โอกาสที่จะไม่สงบมันจะน้อย ฉะนั้นไม่ต้องห่วงว่าเวลาที่สงบแล้ว เดี่ยวต่อไปมันจะไม่สงบ ไม่ใช่ ที่เราสงบบ้าง ไม่สงบบ้าง ตัวที่เราว่าสงบมันไม่ใช่ตัวสงบจริง มันเป็นเพียงว่าเราไม่ได้สนใจ ไม่ได้นึกคิด แต่ความสงบจริงๆ ยังไม่เกิดขึ้น ถ้าสงบจริงๆ แล้ว เกิดขึ้นแล้ว มันจะติดตัวเลย เพราะฉะนั้นเหมือนกับอาจารย์หลายองค์บอก นึกสงบเมื่อไร ก็สงบทันที มันคือตัวนี้ มันจะติดตัวเลย ถ้าเปรียบง่าย ๆ เหมือนที่อาจารย์หลายองค์บอก เหมือนการทำกับข้าว ถ้าเราทำจนชำนาญ แล้วเราไม่ต้องจำอะไรเลย เมื่อเราจะทำเมื่อไร มันก็รู้เลยว่า ใส่อะไรเท่าไร และผัดนานแค่ไหน และถ้าลงลึกลงไปอีก รู้ถึงว่าต้องใช้ของอะไรบ้างอะไร เพราะว่าเราเข้าใจถ่องแท้แล้ว มันจะติดตัวเลย ความเข้าใจตัวนี้ มันจะติดตัวไปจนตาย และถ้าได้เกิดมาใหม่ ก็จะมาติดตัวมาด้วย มันจะพอดีกับว่าทำไมบางคนพอพูดถึงเรื่องการทำ อาหารมันถึงเข้าใจง่าย และรู้เรื่องเร็ว ก็เพราะว่าเขาได้เคยฝึกฝนมาแล้ว ในอดีตชาติ เพราะตัวที่เข้าใจมันถูกฝึกฝน ติดตัวมาเหมือนกัน ถ้าเราสงบจริงแล้ว และทำงานชำนาญ ต้องทำงานชำนาญด้วยนะ เพราะว่าเวลาเราสงบจริงแล้ว มันทำบ่อยๆ เราก็ตีรู้ว่าอาการที่มันสงบจริงนั้นอาการมันเป็นอย่างไร และมันเริ่มจากไหน เพราะว่าเราเริ่มสงบจริง เราพยายามจับหลักให้ได้ว่ามันเริ่มจากนี้นะ แล้วสงบตามนี้นะ โดยวิธีวัด ก็คือ รู้ความคิดคนอื่นเป็นตัววัด เมื่อจับหลักได้อย่างนี้แล้ว คล้ายๆ กับว่าเราได้พิสูจน์มาแล้วถึงตอนไหนเมื่อไร เรา

ก็ใช้วิธีนี้แหละ เพราะว่าผลจากสงบมันมีค่าอยู่ อย่างน้อยมันก็สบายใจ โลงไม่มีอะไรในสมอง นั่นก็คือบางที่เราเจอเรื่องอะไรหนักๆ เราก็ใช้วิธีนี้แหละ มันก็หายไปเลย เพราะก่อนสงบเราต้องวางไปเลย เหมือนกับเราลืมไปเลยไม่สนใจ นั่นคือวิธีแก้ ฉะนั้นเวลามันสงบขึ้นมา ทำถึๆ มันจะชินไปเอง มันจะเป็นไปเอง

โดยตัวนี้บางที่เราว่างจากงาน แคนั่งเฉยๆ ความสงบมันมาเอง แล้วอาจารย์หลายองค์ที่สอน เวลาสงบตอนนั้นมันจะไม่มีท่าทาง เพราะตัวสงบมันอยู่ที่ใจ คือใจกับความรู้สึก มันไม่มีท่าทาง เมื่อไม่มีท่าทางเราทำอะไรก็สงบหมด มันอยู่ที่ใจ นี่คือเหตุผลว่าทำไมอาจารย์ก็จงทำอะไรก็สงบหมด มันสงบได้ทุกที่ เพราะมันมีแต่ความรู้สึก กับใจที่สงบมันไม่เกี่ยวกับท่าทาง เมื่อเข้าใจแล้วว่ามัน ไม่เกี่ยวกับท่าทาง เวลาอาจารย์สอนก็สงบนิ่ง เงียบ เย็นที่จิต แผ่ทั่วกายสังขาร เพื่อรับรู้สิ่งที่ละเอียดมากขึ้น เพราะสิ่งที่ละเอียดมากขึ้นนี้ในความรู้สึกที่ไม่มีตัวตน ความมีตัวตนแทบหายไปเลย แต่อาจารย์หลายองค์ก็สอนว่าให้เราที่มีความรู้สึกไว้ก่อน เพราะเรายังมีกำลังไม่พอ เราจะปล่อยทันที จะไม่มีรูปร่าง เรายังรับไม่ได้ ตัวนี้ที่เรายังกำลังไม่พอ เพราะถ้าเราไปไกลมากเกินไป พลังตัวที่เราจะมีความรู้สึกยังไม่พอ มันยังบังคับไม่ได้ นี่คือละเอียด เพราะบางที่มันไปไกลๆ จิตมันจะดึงขึ้นไม่ไหว กลัวเราจะตกใจให้พยายามดึงจิตตัวเอง ถ้าจะลงลึกพยายามบังคับจิตตัวเอง เวลาดึงกลับได้ก็ดึงกลับ เราฝึกตัวนี้ได้ต่อไป มันไปไกลแค่ไหน มันจะมีความรู้สึก ว่าแค่นี้พอก่อนแล้วดึงกลับ แต่เวลาดึงกลับขึ้นมาแล้ว อย่าเพิ่งลืมตาเลย มันจะค่อยๆ ถอยออก ฉะนั้นเวลาแรกๆ ก็คือ เราไปแล้วค่อยๆ ถอยๆ เพื่อดึงจิตเรา เพราะอย่าลืมว่าเรายังไม่ตาย ตอนที่นั่ง แต่เวลาจิตมันสงบมันจะเย็นและมีความสุขมาก เหมือนในชีวิตนี้ไม่เคยเป็น มันจะไปเลย มันไม่ได้ มันจะมีตัวนี้อยู่ เพราะว่าความสุขที่เราได้เจอ มันไม่เคยเจอในชีวิตนี้ ทำไมมันสงบเย็นเยือกไม่มีอะไรเลย ความกังวลทุกอย่างทั้งหมด มันว่างเปล่า ตัวนี้บอก

เป็นความต้องการยังไม่ได้? เรายังไปไม่ถึงนั้น หยุดก่อน เราต้องช่วยคนอื่นอีกมากมาย เพื่อเอาตัวที่เราได้ไปสอนเขา

แต่เมื่อถึงเวลาที่สังขารเราไม่ไหวตอนนั้นทิ้งเลย ตรงนี้ไปเลย ถึงเวลานั้นใช้ได้แล้ว เพราะสังขารเราไม่ไหว ตรงนี้ดึงไปเลยเข้าตรงสายทอง ฉะนั้นที่อาจารย์หลายองค์สอนว่า ถ้างานชิ้นหนึ่งเราใช้เวลา 1 ชั่วโมง แต่อย่างนี้เราทำแค่ 5 นาที ที่เหลือเรานั่งเพราะมันแยกออก มันจะเริ่มแยกออก บางอย่างเราเคยกังวล ตัวนี้มันจะบอก เออ! มันไม่ใช่ แล้วมันจะไม่เข้ามาในจิตด้วย เรารู้แล้วว่าไม่ใช่ เพราะรู้ซึ่ง แล้วว่าตัวไหนไม่ใช่ ตัวไหนใช่ แล้วรู้ว่าใช่แค่ไหน มันจะแยกออก อันไหนที่จำเป็น อันไหนไม่จำเป็น จิตเราจะแยกออกอย่างรู้ซึ่งด้วย มันจะแตกต่างกับสมัยก่อน มันวุ่นวาย แต่เมื่อแยกออก มันจะวาง เพราะรู้ว่ามันไม่มีอะไรไม่มีประโยชน์ เอาเฉพาะที่จำเป็น เวลาที่ใช้สั้นลง แล้วตอนนี้เราเริ่มใช้แล้วได้จริงด้วย เพราะเราตั้งใจทำผลงานออกมาก็ดีขึ้น และใช้เวลาน้อยลงนี้ ก็คือผลที่นำมาใช้กับข้างล่าง ฉะนั้นในจุดกลางระหว่างคือไม่ใช่ไปแล้วไปเลย เอามาใช้กับข้างล่างก็ได้ แต่คำว่าจุดกลางระหว่างก็ไม่ใช่จำเป็นต้องรอให้มันเห็นก็ได้ เราแค่ฝึกสงบในจุดนี้ คำมันก็เริ่มมีแล้ว คอยเริ่มพิสูจน์ดู เออ! จริงนะ มันละเอียดมากขึ้นๆ บางอย่าง เริ่มแยกออก บางอย่างเริ่มเข้าใจมากขึ้น มันเริ่มที่จะบังคับตัวเอง เพราะใจที่อยากรู้มากขึ้น มันเริ่มคุมตัวเองได้ไม่ต้องกลัว ไปที่ไหนมันก็ฝึกเอง และตามที่อาจารย์หลายองค์สอนว่าไม่จำเป็นต้องมาฝึกที่นี่ ที่เรามาฝึกที่นี่เพื่อให้รู้อะไรมากขึ้น ก็ตรงตามที่อาจารย์บอกมันเริ่มเป็นเรื่องเป็นราว เริ่มให้เห็นผลในแต่ละคน ก็เริ่มเชื่อว่าธรรมที่เราฝึกฝนมานี้เป็นของจริง ไม่หลงทาง เพราะถ้าเราหลงทาง ที่เราต้องรู้มากขึ้นมันเกิดขึ้นไม่ได้ เราเริ่มสัมผัสเองว่าไม่หลงทาง จากที่เราสงบเย็นรู้ความคิดคนอื่น จากที่ไม่เคยได้เริ่มได้ แต่มีบางคนไม่ได้ ขึ้นอยู่กับความสงบมันต้องฝึกฝน แต่จับหลักไม่ได้ว่าเวลาที่เราสงบ มันคืออะไร มีความกังวลไหม อาการมันเป็นอย่างไร

ใจสบายไหม ให้พยายามฝึกตัวนี้บ่อยๆ เมื่อฝึกบ่อยๆ รู้ความคิดคนอื่น มัน
ต้องได้ เพราะเราเคยได้มาก่อน และถ้าทำบ่อยๆ ถึ้ๆ มันจะได้มากขึ้นด้วย
มันเป็นเหตุเป็นผลตามไปเรื่อยๆ

อาจารย์ฟ้าบอกว่าเราอย่าดูถูกตัวเอง มันทำได้หมด อาจารย์ฟ้าบอก
จงภูมิใจ จากที่มีเคยได้ เริ่มได้และคนที่ได้มากรู้ละเอียดมากขึ้น เป็นเครื่อง
พิสูจน์ และเป็นตัวอย่าง ทำให้คนอื่นมีกำลังใจว่าของอย่างนี้มันรู้ได้จริงๆ
แต่หลังๆ เราต้องฝึกปัญญาเพราะความเชื่อมั่น ความตั้งใจเรามีแล้ว ปัญญาที่
ต้องฝึก เพราะว่าบางอย่างที่เราไม่รู้ซึ่ง ต้องคิดเองด้วย ที่อาจารย์บอกคนนั้นสงบ
คนนั้นสงบ วิธีการมันไม่เหมือนกัน แต่คือต้องรู้เหมือนกัน แต่ความละเอียด
แตกต่างกัน ขึ้นอยู่กับแต่ละคน มันเป็นเหตุเป็นผลกันทุกอย่าง อาจารย์หลาย
องค์จึงสอนให้พิสูจน์ว่า ได้จริงไหม เมื่อพิสูจน์แล้วต้องใช้ปัญญา เพราะใน
จุดกลางระหว่างคิ้ว เราจะรู้ละเอียด รู้ถึงในอดีตชาติ ต้องใช้ปัญญา เพราะ
ของมันละเอียด เมื่อของละเอียด จิตเราต้องละเอียด เราดูแบบหยาบๆ ไม่ได้
ถ้าดูแบบหยาบๆ แล้วมันจะคิดเข้าข้างตัวเอง โดยเริ่มจากจุดแรกคือ การ
เสียดละทีละน้อย ทำบุญ วิธีที่ทำให้สงบอย่าคิดมาก อันไหนที่เราชอบ ทำ
ให้เราสบายใจ เอาวิธีนั้นมาทำให้สงบ เช่น ชอบเขียนการ์ตูนก็เขียน แล้วนึก
ลงจุดกลางระหว่างคิ้ว ไม่จำเป็นต้องนั่งปิดตา ฉะนั้นวิธีทำสมาธิมันมี
มากมาย แต่จุดใหญ่คือ ความสงบใหญ่คือ ความสงบ และรู้ได้อย่างไรว่า
สงบ ก็คือ รู้ความคิดคนอื่น เป็นตัววัดและที่เรารู้ความคิดคนอื่น เพื่อที่เราจะ
ได้เอาไปแก้ทุกข์เขาได้

สรุป วิธีทำให้สงบ คือ อะไรที่ทำให้เราสบายใจแล้วมีสมาธิ ทำ
อย่างนั้นแล้วลงในจุดกลางระหว่างคิ้ว เพราะเราเอาผลมันคือความสงบไปรู้
ความคิดคนอื่น อาจารย์จึงสอนว่า เราทำอะไรก็เกิดความสงบได้หมด
เพราะว่าจิตสงบมันอยู่กับตัว นึกเมื่อไรมันก็สงบ นอนก็สงบ จะทำอะไร ก็
สงบ มันก็จะตรงกับที่อาจารย์บอกว่า อาจารย์จึงงั้นดินก็สงบ เพราะว่ามันเย็น

ที่จิตมันติดตัวแล้ว แต่เราต้องทำมากขึ้น คือฝึกให้คิดแต่อย่าไปติดยึดตัวนี้ เราชอบติดยึดตัวนี้ก็ต้องนั่งอย่างเดียว อาจารย์สอนว่าอย่าติดยึดว่าเวลาเราจะสงบก็นั่ง พอไม่นั่งก็ไม่สงบ อาจารย์สอนว่าอะไรก็ได้ที่ทำแล้วสงบก็ทำอย่างนั้น คือทำที่ชอบแล้วนึกจุดกลางระหว่างคิ้ว เช่น ชักผ้าก็ได้ แต่ที่พระนั่งก็เพราะความสง่า เนื่องจากมีคนไหว้และนับถือ ฉะนั้นวิธีสงบ จึงไม่เกี่ยวกับอะไร วิธีมันเป็นเพียงพิธีกรรมมันเกี่ยวกับความเข้าใจเท่านั้น แต่ทำไมต้องออกจากจุดกลางระหว่างคิ้ว ก็เพราะว่าจุดนี้มันทำให้สงบเร็วกว่าวิธีอื่น ความสงบไม่มีเวลา แต่เวลาได้ก็คือสบายใจ โลง ไม่คิดอะไร ผลคือรู้ความคิดคนอื่น นี่คือตัววัด ถ้าสงบต้องรู้ความคิดคนอื่น ถ้าไม่สงบแสดงว่าต้องมีอะไรอยู่ในใจ

คำสอนอาจารย์ลูกทับทิม (ม้วน 104-A)

ประทานเมื่อ 17 ก.ย. 46

ถ้าสงบนี้ แล้วมันไม่เย็น มันแค่ที่เราไม่คิดอะไร เราเฉยๆ มันยังไม่ถือว่าสงบ มันเป็นเพียงแต่ที่เรายังไม่คิด เราอยู่เฉยๆ แต่คำว่าสงบนี้ เมื่อวางนี้มันไม่มีอะไรอยู่ในใจแล้ว การเย็นที่จิตมันต้องเกิดขึ้นทันที เพราะฉะนั้น ถ้าเย็นที่จิตเมื่อไร นั่นแหละอาการสงบนี้ทำให้รู้ว่า อาการสงบนี้มันจะมีความเย็นอยู่ในตัวของมัน อย่างข้างล่างเรามักพูดว่า เราสงบแล้วนะ แต่ไม่มีอะไรเกิดขึ้น สังขารก็เหมือนเดิม มันเป็นเพียงแต่ที่เรายังไม่คิด เราหยุดคิด เราก็คิดว่าเราสงบ ไอ้หยุดคิดนี้มันไม่ได้วาง มันวางแล้วความเย็นมันต้องตามมา เปรียบเหมือนที่อาจารย์หลายองค์บอก ว่าเราทำเหมือนขาม ถ้าขามนั้นไม่มีอะไรใส่ มันจะโล่งแล้วแต่ของเรานี้ เรามีอะไรใส่ เพียงแต่ ไอ้ที่ใส่นี้ มันยังไม่ทำให้หมุน ยังไม่ไปทำโน่นทำนี่ แต่มีของใส่ไว้ เราแค่เอาที่ใส่นี้วางในขามเฉยๆ จริงๆ แล้วไอ้ที่ใส่นี้เราต้องไปไว้ข้างนอกขาม ให้รู้ว่าอยู่ในขามนั้นคือว่างเปล่า จะรับรู้ได้ทุกอย่างเวลาใส่อะไรในขามแล้วเรารู้ อันไหนจำเป็นก็ใช้ก่อน ถ้าใส่แล้วเรารู้แล้วว่ามันไม่จำเป็น เราก็เอาออกไปอยู่นอกขาม เมื่อเอาออกไปอยู่นอกขามแล้วนี่ เรื่องนอกขามเราไม่เกี่ยว เราไม่สนใจ นั่นคือการวาง

เพราะฉะนั้นจิตเราก็เหมือนกับขามถ้ามันวางไปข้างนอก นอกจิตแล้วก็คืออะไร มันเป็นเรื่องของข้างนอก เราไม่สนใจ เราสนใจจิตเราว่ามันยังมีอะไรอยู่ไหม? แต่ของเรานี้ ในจิตก็ยังไม่เอาออกไป เอาของนอกเรียกว่าเอานอกขามมาใส่เข้าไปอีก แล้วที่เอามาใส่นี้ ก็ไม่เกี่ยวกับเราด้วย เป็นเรื่องต่างๆ ไปที่มันอยู่ข้างนอก อะไรที่หยิบได้ก็ใส่ๆ มันถึง วางไม่ได้สักที เพราะของเก่าข้างในมันก็ยังไม่เอาออก เราก็ไปเอาของใหม่ที่รอบๆ ใส่เข้าไป ใส่

เข้าไปอีก เพราะฉะนั้นไอ้ที่มันไม่สงบมันอยู่ตรงนี้ หลายอาจารย์สอนว่า ทำอะไรคือทำพอ สมควรอันไหนที่ไม่มีประโยชน์ หรือไม่เกี่ยวข้องกับเราก็มว่าเพื่อไฉน รู้ใหม่...รู้แต่เฉยๆ วาง มันเป็นเรื่องสิ่งรอบกาย เขาไปแก้ไขกันเอง ไม่ใช่ที่เราต้องไปแก้ไขทุกเรื่อง อย่างเช่นทำไมเทพทุกองค์ที่จะสำเร็จนี้ ถ้ามว่าสงสารพวกเราใหม่...สงสาร สงสารทุกขณะจิต แต่ในขณะที่ความสงสารนี้ ไม่ใช่สงสารแล้ววุ่นวายไปด้วย สงสารในขณะที่มีเหตุมีผลด้วยว่าคนนี้ช่วยได้แค่นี้ก็คือแค่นี้ ก็ปล่อยวาง ขนาดรู้เลยว่าคนนี้ช่วยได้แค่นี้ก็ปล่อยวางนะ

เพราะฉะนั้นเราคิดว่าจะช่วยคนได้ตลอดแล้วนี้ นอกจากคนๆ นั้นต้องมีปัญญาทะลุถึงช่วยตลอด คำว่าเมตตาก็มีเหตุมีผลอยู่ในตัว ไม่ใช่คนนั้นรับไม่ได้ก็จะเอาว่า...เอ้อ ฝึกเพื่อว่าชนะความยาก แต่คนนั้นยังงี้ก็ไม่ว่าเพื่อฝึกคนนั้นคนใดคนหนึ่ง ไม่มีประโยชน์กับคนเป็นหมื่นเป็นแสนอีกต้องเท่าไร เราเพียงรู้คนๆ นี้รับไม่ได้ ไปเที่ยว 1 เที่ยวที่ 2 เที่ยวที่ 3 รับไม่ได้ วางซะ ไม่ต้องไปมูทะลุเพื่อจะเอาคนนี้ให้เปลี่ยนนิสัย ไม่จำเป็น นี่ก็ดูไม่ออกเพราะอะไร เพราะคนที่มีความอีกหลายๆ เรายังไม่เจอเลย ทำไมไม่หา ไอ้หน้าที่จำเป็นทำไมเราไม่หา นี่...ข้างบนเขาคิดอย่างนี้ละ ไม่ได้ทั้งแต่มันเป็นเรื่องของแต่ละคน ที่มันรับไม่ได้ เขาก็เลยปล่อยวาง

เพราะฉะนั้นยิ่งเมตตาเท่าไรก็ยิ่งสำเร็จ แต่สำเร็จแล้วองค์ที่สำเร็จขึ้นไปนี้ เขาก็อยู่สุขสบายแล้ว แล้วพวกเรา เราก็ทุกข์อยู่ ขนาดเขา อยู่สุขสบาย เขายังสงสารลงมาช่วยต่ออีก เราก็ต้องทำใจให้เขาช่วยด้วย เรื่องมันอยู่แค่นี้บางคนรับไม่ได้ก็คือรับไม่ได้ บางคนก็รับได้ ดู ใช้ปัญญา ดูว่าแก้ไขได้แค่ไหน ก็รีบแก้ไขให้เขา อย่าชักช้า คนไหนที่ว่ามันจะมีว่ามีโอกาสที่ได้ไปไกล รีบไปให้เขารู้มากขึ้น มันก็จะเหมือนที่อาจารย์ทำไมถึงต้องไปสอนเขาอีกเที่ยว เพื่อดูใครคนใดคนหนึ่งที่เขาทำ นั่นแหละ! ให้เป็นคนนำ สี่ห้าคนนำก็ยังดี ดีกว่าไม่ได้เลย เพราะอะไร? เพราะการไปอีก เที่ยวนี้ เป็นตัววัด

แล้วตัววัดว่าธรรมะนั้นะ ที่มานี้คือตั้งใจมา แต่สิ่งที่บางทีเราไปเอาของแจก
เอาอะไรไปแจกนี่ บางอย่างต้องให้เขานั่งก่อน ให้เขานั่งให้เรียบร้อยก่อน
แล้วค่อยมีแจกนี่ ไม่งั้น ความตั้งใจจะนั่งต่อนี้มันจะน้อยลง เพราะอะไร?
เพราะข้างล่างเวลากินอิ่มสบายแล้ว มันไม่เอาแล้ว เหมือนเรา เราต้องทุกข์
เราต้องอะไรลำบากก่อน ถึงรู้ว่าธรรมะนี้มีคุณค่า สอนให้รู้ว่าไอ้ที่เราลำบาก
นี้มันมีอีกวิธีหนึ่งที่ทำให้เราสบายด้วย เหมือนที่ ว่าอะไรที่ทำให้จิตใจสบาย
แล้วก็ลงในจุดกลางระหว่างคิ้ว ถ้ามีอะไรที่มันง่าย ๆ มาสบาย ๆ นี้ มันก็สำเร็จ
กันเยอะแยะแล้ว คิดเอง เออ ของอย่างนี้นับหนึ่งถึงสิบก็เป็นอรหันต์ได้ มันก็
นั่งนับไป ๆ แต่ปัญญาไม่มี นับ ๆ เขาสอนมาให้ให้นับหนึ่งถึงสิบได้ก็จะ
สำเร็จได้ เขาแค้นวางให้มีความรู้ แต่ปัญญาต้องคิดค้นเอง ฟังอาจารย์แล้วไป
พิสูจน์ต่อให้ครบ ก็คือเชื่อมั่น ตั้งใจ ปัญญา มันก็คล้าย ๆ กับว่า สติ สมาธิ
ปัญญา ตั้งใจก็เหมือนกับสมาธิ สติก็คือเชื่อมั่น เราเชื่อมั่นว่าถ้าทำกรรมแล้ว
ไม่ว่ากรรมอันใด ยังไงก็ต้องรับ ช้าหรือเร็ว เราเชื่ออย่างนี้เราก็จะไม่ทำ ก็
เหมือนกับเราเชื่อมั่น เราเชื่อมั่นว่าธรรมะนี้ดี ทำให้เราหลุดพ้นได้โดยการ
พิสูจน์ รู้ทีละอย่าง ๆ ก็เหมือนกัน เพราะในยุคนั้น (พระศรีอารย์) คำว่ามีสติ
ไม่มีความหมาย เพราะคนมันดีหมดแล้ว มีแต่ความเชื่อมั่น เพราะฉะนั้นมัน
แปรเปลี่ยนจากสติ สมาธิ ปัญญาไม่ใช่ว่าคำสอนนี้ไปทุกยุค ไม่ใช่ อย่าง
ของพระพุทธเจ้าองค์นี้คือสมัยนี้ เพราะรู้เลยว่าคนมันชั่วมาสัตว์ โทกห
หลอกหลวงเมฆา ถึงบอกว่าของในยุคนี้ แต่ยุคที่จะเกิดมานี้สติไม่มี เพราะ
มันดีหมด มีแต่ว่าเชื่อมั่น ตั้งใจ แล้วก็ต้องปัญญา แล้วก็สำเร็จถึงยุคนั้นมา สติ
ไม่มีเพราะไม่มีการลักเล็กขโมยน้อย เพราะดีหมด หน้าตาสดชื่น ทุกคน
เกือบเท่ากันหมด ไม่มีโกหก ไม่มีขี้เหล้า เพราะคนขี้เหล้าถึงยุคนั้นไม่เกิด นี่
คืออาจารย์หลายองค์สอนเราว่า ในยุคที่จะเกิดมามี 3 ข้อนี้ไป ที่เขาจะตรัสรู้
ให้

คำสอนอาจารย์ลูกทับทิม (ม้วน 108-A)

ประธานเมื่อ 30 ต.ค. 46

“วาง” ก็คือว่าเราทำอะไรอยู่แล้วก็วาง เมื่อวางแล้วก็ไม่ได้คิด วางแล้วมันก็วางไปเลย นั่นคือวาง ถ้าเรายังมานึกคิด เรายังใส่ใจ เรายังกังวล นั่นไม่ใช่วางแล้วเวลาเราทำอะไรอยู่นี้ ถ้าเราไม่ใส่ใจ เราไม่สนใจแล้ว ถ้าวางแล้วคิดว่ามันก็ทำอะไรไม่ได้... ไม่ใช่ วางในนี้ก็คือว่าสิ่งที่เราวางที่ต้องใช้อยู่เราก็วางไว้ที่หนึ่ง สิ่งที่เราดูแล้วมันทำอะไรไม่ได้ ไม่มีประโยชน์ ไม่มีสาระ เราก็วางทิ้งไป เพราะฉะนั้นที่วางนี้เราต้องใช้ใจเราวางไว้ เมื่อถึงเวลาต้องใช้เราค่อยนึกขึ้นมาว่าที่เราวางไว้อยู่ที่ไหน? ก็หยิบมาใช้ ถึงเราใส่ใจ เราต้องทำอะไรอยู่ถ้าเราไม่วาง มันก็อยู่ในสมองอยู่ในจิตตลอด มันก็ไม่คุ้มนะ เหมือนที่อาจารย์ที่มีสอนว่าเราเหนื่อยในสิ่งที่เอาไปไม่ได้ เราเหนื่อยทำไม? ก็คือความหมายตัวนี้ วางที่เราต้องใส่ใจไว้เราต้องทำอยู่นั่นนะ ให้วางเป็นที่ เมื่อวางเป็นที่แล้วนี้ ถึงเวลาเราต้องใช้เราก็หยิบมาใช้ นั่นก็คือการวาง ส่วนการวางสิ่งที่เราไม่ใ้ใจนั้นก็เหมือนกับเราทิ้งไปเลย อะไรที่ดูแล้วไม่มีประโยชน์ไม่มีสาระ ทิ้งมันไปเลย ไม่ต้องไปสนใจ จะเกี่ยวข้องหรือไม่เกี่ยวข้องอะไร... ไม่เอา เราดูแล้วไม่มีประโยชน์คือทิ้งเลย จะมาเกี่ยวเนื่องเราตรงไหน จะเกี่ยวข้องเราเป็นญาติเป็นที่เป็นน้องอะไรยังไง เราดูแล้วไม่มีประโยชน์ เราต้องทิ้งเลย เพราะอะไร? เพราะการเกี่ยวเนื่องไม่ใช่ว่ามีประโยชน์ทุกอย่าง แล้วถ้าเกิดเราไม่หัดวางหัดทิ้งแล้วนี้ ของพวกนี้มันก็จะติดตัว จากเรื่องเล็กๆ น้อยๆ มันก็สะสมๆ กลายเป็นเรื่องใหญ่ เราคิดว่ามันจำเป็น เรื่องจำเป็นก็มาจากเรื่องเล็กๆ น้อยๆ ก็เรื่องอะไร? เวลาเราให้ของเขายืม ก็ไม่เป็นไร เขาใช้จนเสียเขาใช้จนอะไรก็ไม่เป็นไร เพราะเขาจำเป็นต้องใช้ ไม่เป็นไร เราให้เขาใช้ไปแล้ว เสียเราก็ซื้อใหม่ หรือเสียแล้วจนเขาทำงาน

มันซ่อมไม่ไหว เอ้อ ไม่เป็นไร มันพอใช้ได้ก็พอใช้ไป จนไม่ไหวเราก็ซื้อใหม่แน่แหละ เรื่องเล็กๆ น้อยๆ เราวางชะไม่ไว้ว่าเขาเอาของๆ เราไป โอ๊ยใช้จนเก่า โอ๊ย ไม่ไหว ต่อไปไม่ต้องยืมแล้ว หวงของเข้าไปอีก ของอย่างนี้ยังหวงแล้วจะไปวางยังงั้น นี่เป็นเรื่องเล็กๆ น้อยๆ เมื่อตัวนี้เราให้ได้ เอ้อ เอาไปแล้ว เอ้อ ไม่เป็นไรหุบยืมไป เอ้อมันเก่า มันใช้นานทำเสียก็ซื้อใหม่ เขาไม่ซื้อก็ไม่เป็นไร เราซื้อใหม่เราก็ได้ของใหม่ เห็นไหม? ก็สบายใจไปแล้ว

เรื่องอย่างนี้คือต้องวาง อะไรก็แล้วแต่เขานินทาว่าร้าย ก็ไม่เป็นไร เขานินทาว่าร้ายแล้วเขาสบายใจ เอ้อ ก็ไม่เป็นไร เขาว่าเราแล้วเขามีความสุขก็ไม่เป็นไร เพราะอาจารย์ก็สอนแล้วตัวตนมันไม่มี เมื่อตัวตนไม่มี อะไรมันจะเข้าไปในจิตล่ะ ใช่มั้ย? เรากลับคิดว่าเขาว่าเราแล้วเขาสบายใจ เอ้อ ก็ดีเรา เขาว่าแล้วเขาสบายใจ ยังมีบุญทางนี้อีก เรื่องอย่างนี้วัดได้ อย่าไปใส่ใจ มันยังมีเรื่องอีกมากมายที่ต้องช่วยคนอีกมากมาย นั่นนะมีประโยชน์ เพราะฉะนั้นที่อาจารย์สอนว่าธรรมะตัวนี้เวลานั้นน้อยแล้วนะ เอ้อเราต้องคิด เวลามันน้อยแล้วนะ ทุกขณะจิต เราไม่มีเวลาจะไปยุ่งกับพวกนี้แล้วทุกขณะจิต เอ้อ จะทำยังไงช่วยคน ช่วยวิธีนี้ได้ไหม ช่วยวิธีอื่นได้ไหม เรามาคุยกัน เอ้อ คุยๆ ไปแล้วมันก็มีปัญญา คุยหลายๆ คน เอ้อ คนนี้บอกอย่างนี้ เอ้อ เราก็ไม่ได้คิดถึง นั่นแหละ ไอ้ที่การคุยก็คือสร้างปัญญาเรา เอ้อ ไปตอนกลางคืน บ้าง กลางคืนไม่เป็นไร อย่าลืมเราช่วยคนๆ หนึ่งนะ หมายความว่าช่วยคนๆ หนึ่งนะกับเราอีกสิบวันไปช่วยคนๆ หนึ่งนะ มันต่างกันนะ เพราะในวันที่สิบนี้ไม่แน่ คนๆ หนึ่งเขาไปไหนต่อไหน เราลืมคิดกันข้อนี้ ใช่มั้ย? เพราะเราไม่รู้เราเจอคนๆ หนึ่งนี่นะ อีกสิบวันต้องเจอคนๆ หนึ่งเปล่า เราตอบไม่ได้ เพราะฉะนั้นที่อาจารย์บอกอย่างร้อซาก็คือตัวนี้ เราว่า เอ้อ เขาคงไม่เป็นไร เขาคงไม่ไปไหน... ไม่ใช่ว่าทุกอย่างมันเปลี่ยนแปลงจำคำไว้ข้างล่างของพวกเราที่เคยสอนว่า ทุกอย่างมันไม่เที่ยง

เพราะฉะนั้นเราช่วยคนๆ หนึ่ง ณ ตอนนั้น ก็คือรีบช่วยซะ อย่าปล่อย

เวลา เพราะปล่อยแล้ว เราก็ไม่รู้ว่าจะไปไหนต่อ เพื่อกรรมดึงเขาไปอีก
เข้า ไปกันใหญ่เลย เราจะหาอะไร โอิ๊ ตายแล้ว เราทิ้งไปแล้วคนๆ หนึ่ง แล้ว
เราจะเสียใจ เพราะฉะนั้นถ้านี้คือช่วยคือช่วยเลย จะช่วยวิธีไหน จะยังงั้น เราก็
คุยๆ กัน ก็ไม่มีปัญญา

เพราะฉะนั้นวันนี้คือการสอนเรื่องการวาง อย่าเข้าใจว่า วางก็คือไม่
สนใจ...ไม่ใช่ เราวางให้มันเป็นที่แหละ ถ้าวางเป็นที่นะ มันรู้นะ ว่าที่เราวาง
มันอยู่แค่นั้นนะ เสร็จแล้วเราก็ไปทำอะไรต่อ เสร็จแล้วมาใช้เราก็วางมันอย่าง
นี้ เหมือนเราทำกับข้าวที่อาจารย์สอน เราทำกับข้าวทำอะไร สูตรแค่ไหนเรา
ก็ยั้งรู้เลย ที่วางตรงไหน ที่วางถ้วยวางชามเรายังรู้เลย ไข่ไหม? แล้วไปทำ
ต่อๆ เราเอาถ้วยชามไปเกี่ยวข้องกับถ้วยที่ไหน ก็ไม่เกี่ยว ทำไมตัวนี้เรายังวาง
นี่นะของมันมีอยู่ให้เห็น แต่ปัญญาเราไม่ไหว หัวดวง ชะ แล้วเรื่องเล็กๆ
น้อยๆ ก็อย่าใส่ใจ เลิกได้แล้ว เราจะเป็นสิ่งศักดิ์สิทธิ์ เล็กๆ น้อยๆ อย่าไปใส่
ใจนะ อายเขา ข้างบนเขาเอาแต่เรื่องใหญ่ๆ เราเรื่องเล็กๆ น้อยๆ เรายังมาได้
ใจนะ อายข้างบนเขา

คำสอนอาจารย์มังกรคู่ (ม้วน 108-B)

ประธานเมื่อ 5 ต.ค. 46

สอนเรื่องรู้ตัว ที่รู้ตัวคือต้องแยกให้ออก อาจารย์ที่สอนมาว่าถึงเรา
ไม่คิดเข้าข้างตัว แต่เราต้องรู้ตัวด้วย แต่ในการรู้ตัวนี้ไม่ใช่รู้ตัวว่ามีตัวตน...
ไม่ใช่รู้ตัวว่าจะอะไรที่เราทำอยู่ ต้องรู้ตัวว่าจะอะไรที่เราทำ การไม่คิดเข้าข้างตัว
ง่ายที่สุด ถ้าวัดกันอย่างง่าย ๆ ก็คือ โลก โกรธ หลง เป็นตัววัดง่ายที่สุด อย่า
คิดเข้าข้างตัวแล้วนี้ โลก โกรธ หลง นี้มันจะเบาบางลงเยอะ แต่ที่รู้ตัวที่
อาจารย์สอนคือ ว่าแยกให้ออกว่า สิ่งที่เราทำนี้ มันจะมีผลต่อข้างหน้า
เพราะฉะนั้นสิ่งที่เราทำนี้มีผลต่อข้างหน้านั้น ต้องรู้ตัวว่าทำในสิ่งที่ดี เหตุก็
คือว่าการรู้ตัวนี้มันยาวไปถึงว่า ถึงเราไม่มีตัวตน ถึงเราไม่สนใจว่าเราจะ
กลับมาเกิดหรือไม่ ถึงเราไม่สนใจว่าเราจะกลับไปสู่มะเร็งเป็นยังไง หรือ
เป็นอะไรของเรา ตัวนั้นถึงเราจะไม่สนใจ แต่การรู้ตัวนั้นต้องรู้ว่าสิ่งที่เราทำ
นั้นเป็นสิ่งที่ดี เพราะสิ่งที่คิดนั้น จากที่เราทำจากที่เรารู้ว่า ถ้าทำดีแล้วมันยอม
ได้ผลตัวนี้ นี่คือการชดในตัวเอง แต่เราไม่หวังผล ให้รู้ตัวว่าถ้าเราทำในสิ่งที่ดี
แล้ว สิ่งนี้จะกลับมาสู่ตัวเรา ถึงไกลแค่ไหน จะเป็นยังไง สิ่งตัวนี้ก็ต้อง
กลับมาสู่ตัวเรา เราเชื่อตัวนี้แล้ว เพราะฉะนั้นที่อาจารย์สอนคือการรู้ตัวนี้
เป็นการรู้ตัวในการคิดยาว ว่าสิ่งที่เราจะทำนั้นต้องจริงจัง มันจะต่างกัน โลก
โกรธ หลงนี้แบบง่าย ๆ เมื่อใจตั้งมั่น เมื่อใจเป็นกลาง กลางในลักษณะที่ว่า
พอดีด้วย ง่ายที่สุดคือที่อาจารย์เคยสอน “พอดีสมควร” กลางในลักษณะว่า
พอดีถามว่าในความพอดีนี้ ที่อาจารย์เคยสอนก็คือตัววัดคือใจเราต้องสบาย

ถ้าใจเรายังมีความกังวลยังมีความห่วง ยังมีความต่างๆ ที่ทำให้เรา
สิ่งที่เราทำนั้นไม่สบายใจแล้วนี้นั่นคือไม่ใช่พอดี ตัวที่เราเคยอาจารย์ที่เคย
สอนว่า เหนือยกกับสิ่งที่เราเอาไปไม่ได้ นั่นไม่ใช่ทำให้เราทิ้งทุกอย่างแล้วไม่

ทำ ถึงเราทำทุกอย่าง เราไม่ทำอะไรที่ไม่ใช่ความพอดี เพราะเราก็ไม่ได้สบายใจ นี่ก็คือตัววัด เพราะฉะนั้นในการรู้ตัวที่อาจารย์สอน ว่าคิดยาวจริง แต่ต้องรู้ตัวว่าสิ่งที่คิดยาวนั้นต้องเป็นสิ่งที่ดีด้วย แล้วสิ่งที่ดีที่เป็นตัววัดก็คือเราทำแล้วเราสบายใจ นี่คือการรู้ตัวมันจะไม่เหมือนกับที่อาจารย์เคยสอนมาว่าทำพอดี พอสมควร มันต่างกัน ไอ้ทำพอดีทำพอสมควรนี่เพื่อให้เราละโลก โกรธ หลงในเบื้องต้น อาจารย์ได้ยกตัวอย่างเจ้าแม่กวนอิม เมื่อจิตตั้งมั่นว่าความเมตตาเท่านั้นที่จะชนะทุกอย่าง นั่นเจ้าแม่กวนอิมคิดในใจ ว่าความเมตตาเท่านั้นที่จะชนะทุกอย่าง เจ้าแม่กวนอิมคิดยาวแล้ว รู้สึกตัวที่คิดยาวแล้วว่าเมตตาเท่านั้นที่จะชนะทุกอย่างแล้วก็ทำตาม ขณะที่ทำตามนั้นความคิดเข้าข้างตัวมันไม่มีอยู่แล้ว ก่อนที่จะคิดอย่างนี้ อย่าคิดว่าการคิดเข้าข้างตัวแล้วนี่มันจะรวมกับการรู้ตัว... ไม่ใช่ การไม่คิดเข้าข้างตัวนี่นะมันเป็นการเริ่มต้น เพราะการเริ่มต้นนี่ก็มาสู่การรู้ตัวๆ นี้

เพราะฉะนั้นในการรู้ตัวที่อาจารย์สอนนี้ ก็คือการรู้ตัวในการคิดที่ ยาวและเป็นสิ่งที่ดี เราทำอะไรต้องถามตัวเองว่าที่เรารู้ตัวนี้นะ...จริงไหม ถ้าเรารู้ตัวแล้วแต่เรายังหวังผลว่าสิ่งที่เราทำนะมันจะกลับมา ย่อมจะเป็นอย่างนี้ ย่อมต้องได้อย่างนี้ ขณะที่ว่าเรายอมได้อย่างนี้ยอมจะได้อย่างนั้น ก็เปลอกก็คิดเข้าข้างตัว ยังเปลอกคิดเข้าข้างตัว แต่เมื่อเจ้าแม่กวนอิมตั้งจิตมั่นว่าเมตตา นั้นชนะทุกสิ่งทุกอย่าง ก็เริ่มจากจุดเล็กๆ แล้วขยายๆ โดยจิตรู้ ตัวๆ นี้ว่าเมตตาชนะทุกสิ่งทุกอย่าง ก็ขยายเพิ่มเรื่อยๆ ทำไมการขยายเพิ่มถึงไม่มีที่สิ้นสุด ? เพราะเมตตาชนะทุกสิ่งทุกอย่างเมื่อชนะทุกสิ่งทุกอย่างแล้ว อะไรที่มากกระทบ อะไรที่มากโดนเจ้าแม่กวนอิมท่านก็คิดอย่างเดียว ว่าเมตตาต้องชนะทุกสิ่งทุกอย่าง ถึงไม่มีอยู่ในใจเลยว่า สิ่งไหนโดนมานี้ไม่มี ความหมาย เพราะการรู้ตัวนี้เหมือนกันที่เรารู้ตัวว่าพระเมฆังค์ธรรมนั้น ยังไงต้องวิเศษมากกว่าที่เรารู้แบบนี้ จิตนี้เราเริ่มยอมรับ เรารู้ตัวว่าพระเมฆังค์ธรรมนั้น ต้องวิเศษมากกว่า เราถึงทำสิ่งที่ชนะ อย่างง่ายที่สุดคือชนะใจ

เรา การรู้ตัวของเราเริ่มชนะใจ บางอย่างที่ว่าเรายังวางไม่หมด เพราะฉะนั้น ในการรู้ตัวนี้ ก็คือการชนะบางอย่างเพื่อ ว่าที่เรามาช่วยสิ่งศักดิ์สิทธิ์นั้นเป็น สิ่งที่มีค่า เราแค่ชนะในบางสิ่งที่เราวางแค่นั้นเอง เรายังวางไม่หมดจริง เพราะถ้าเราวางหมดจริงแล้วที่อาจารย์บอก ว่าเราแทบจะไม่มีเวลา ว่าคิดไป เรื่องอื่นที่จะเข้าข้างตัวเอง เพราะอะไร? เพราะการรู้ตัวที่เราชนะ วางจริง ๆ แล้วนี่ จิตตัวต่อมาก็คือ ทำอย่างไรธรรมะนี้จะมีหนทางที่จะให้คนอื่นรู้ นอกจากที่อาจารย์บอก เพราะฉะนั้นที่อาจารย์ให้เราไปทำโน่นทำนี่ แค่นี้เพียง ส่วนหนึ่งเท่านั้น ว่าเราควรทำอย่างนี้บ้าง นั่นคืออาจารย์กำลังฝึกให้ เราว่า สิ่งที่เราไม่เคยคิดอย่างนี้ อาจารย์กำลังบอกอย่างหนึ่ง ว่าทำอย่างนี้ได้แล้ว การรู้ตัวของเรา ฝึกรู้ตัวว่านอกจากที่อาจารย์บอกนั้น การที่จะให้ธรรมะนี้มี คนที่รู้กว้าง รู้มากขึ้น มันยังมีนอกจากที่อาจารย์บอก

เพราะฉะนั้นเวลาเรานั้นๆ แบบรู้ตัวว่า ขณะที่กำลังมีประโยชน์ อะไรที่ ไปเร็ว เราต้องคิดอย่างรู้ตัวแล้วว่าทำยังไงที่ ให้ไปเร็วและให้ผลเร็ว มันแทบ จะไม่มีเวลาที่จะคิดเข้าข้างตัวเองเลยถ้าการรู้ตัวนี้เต็มที นั่นก็คือว่าอะไร? ที่ อาจารย์บอก ว่ายังมีคนอื่นอีกมากมาย คำว่ามากมายนี้เรายังไม่รู้ในใจ ว่าที่มากมายนี้ มันเป็นอย่างไรมาก เพราะเรายังไม่รู้ในใจ แต่เราคิดอย่างรู้ตัวว่ามีคน โดยเอาสักแถมหนึ่งหรือเราไปเห็นตรงไหนก็ได้ที่มีคนเยอะคน เรามองดู เรา คิดอย่างรู้ตัวว่า โอ้โฮ! มันมากมายคำว่ามากมายที่อาจารย์หมายถึงคืออะไร? นี่แหละมันมากมายจริง ๆ เพราะ ฉะนั้นไอ้ที่มากมายนี้นะ เราคิดจะช่วยคนอย่างมากมายนี้ มันกลับไม่มีเวลาที่จะคิดเข้าข้างตัวเองเลย เพราะตัวมากมายนี้ใจเราอยากจะช่วย เหลืออย่างเต็มที่เลย จะหาหนทางทุกอย่างนอกจากที่ที่อาจารย์บอก นั่นคือ การรู้ตัวเริ่มมีมากขึ้น สิ่งที่ทำเริ่มมีปัญญา สิ่งที่จะทำเริ่มหาหนทางเอง นั่น คือไม่ต่างกับเราก็คือว่าเรากำลังฝึกตัวเองที่จุดหลุดพ้นตัวนี้ จุดกลาง อาจารย์ หลังๆ เลยบอกว่า มันต้องโผล่จากใจเรา ไม่ใช่อาจารย์บอกแล้ว ออกมาเป็น

แสงนั้น... ไม่ใช่ ต้องโผล่ออกมาจากใจเราตรงจุดกลางระหว่างคิ้ว จากการรู้ตัวเรา เริ่มเห็นชัดแล้ว

เพราะฉะนั้นการรู้ตัวนี่คือกำลังฝึก ว่า สิ่งที่เราจะเดินแบบเจ้าแม่กวนอิมว่าความเมตตานั้นชนะทุกสิ่งทุกอย่าง เราจะเข้าใจว่าเจ้าแม่กวนอิมทำไมถึงเมตตาเป็นใหญ่ เพราะจากที่รู้ตัวว่าเมตตานั้นจะชนะทุกสิ่งทุกอย่าง เพราะฉะนั้นถ้าเราฝึกรู้ตัว ว่าในการรู้ตัวนี้จะช่วยเหลือคนอื่นอีกมาก มาย จะกลายเป็นปัญหาที่จะเกิดขึ้นต่อตัวเอง สิ่งต่างๆ มันจะออกมาจากจุดกลางระหว่างคิ้ว ต้องจากใจเราด้วยเต็มใจที่ว่าอยากให้ธรรมะตัวนี้รู้กว้างมากที่สุด ให้เร็วมากที่สุด เมื่อกิดอย่างนี้ทุกขณะ โลก โกรธ หลง ตอนนี้อยู่ในเราเริ่มยอมรับว่าเป็นเรื่องเล็ก ที่อาจารย์เคยบอกแล้วว่าต่อไป โลก โกรธ หลงที่เราว่าใหญ่ๆ ตอนนี้นะเรากลับดู ว่านี่มันเป็นเรื่องเล็ก เพราะเรื่องใหญ่จริงๆ นั้นนะ คือคนอื่นอีกมากมายเรากำลังรู้ซึ่ง ว่าคำว่าคนอื่นอีกมากมายนี้นะ มันมากมายจริงๆ นะ แค่นั้นคนเราลองนึกนะ เราแทบไม่มีเวลาคิดข้างเข้าตัวเอง เพื่อจะช่วยเหลือคนนะคิดอย่างมีปัญญา คิดอยากจะให้ธรรมะของพระแม่องค์ธรรมนี้นะรู้กว้างมากที่สุด แล้วที่อาจารย์หลายองค์ก็ได้บอกแล้วว่า เราจะเข้าใจว่าทำไมเวลาเหลือน้อย มันคืออะไร?

คำสอนอาจารย์มังกรคู่ (ม้วน 109-B)

ประทานเมื่อ 6 ต.ค. 46

การมองเป็นจริงให้เอาความรู้สึกมอง อย่าเอาการมีตัวตนมอง ถ้าเราเอาการมีตัวตนมองแล้ว มันทำให้มองนั้นนะ มันไม่เป็นจริง มองยังไงให้เป็นจริงเองง่ายๆ เวลาเราเริ่มหิวข้าว นั่นคือถึงเวลาแล้วที่เราต้องหาอะไรกินเพื่อให้หายหิว ถ้าเราฝืน ฝืนตัวนี้มันก็ยังปวด เพราะมันต้องเอาสิ่งนี้ สิ่งที่เราเข้าไปกินนี้ให้มันหา ไม่ต้องมาทนทุกข์ เรารู้แบบนี้แล้ว เราก็ไปหาอะไรกินเข้าไปเมื่อกินเข้าไปแล้ว ไอ้ที่เคยทุกข์ เคยหิวนั้นก็เบาบางลง เบาบางลงจนเรากินแล้ว เอ้อ อืม ความทุกข์นั้น ทุกข์จากหิวนั้นก็หายไป นั่นคือเรามองเป็นจริง เมื่อมองเป็นจริงว่าเมื่อเวลาหิวแล้ว เราต้องกินแล้ว ถ้าเราไม่กินแล้วนี้ ความทรمانก็จะตามมา นี่คือมองเป็นจริง เรานั่งมา ธรรมะนี้เราก็มองเป็นจริง มองว่าแรกๆ ที่อาจารย์มาสอน จุดนี้มันตึงนะ ให้พิสูจน์ให้ทุกคนพิสูจน์ว่าจุดนี้มันตึงนะ โดยเอาจิตลงในจุดนี้ มันก็ตึง นั่นเรากำลังมองเป็นจริงว่าจุดนี้ แคเราเอาความรู้สึกลงในจุดนี้ มันก็ตึง ต่อมาก็มีสอนว่าจุดนี้ถ้าตึงบ่อยๆ แล้วนี้ สิ่งที่จะรู้ละเอียด...มันไม่ได้ เพราะยังละเอียดแล้วความทุกข์ทรมานในจุดนี้ก็จะมีมาก จึงสอนว่าต้องเอาความสงบเย็นที่จิตเข้าไปแทนที่เหตุที่ต้องมีความสงบเย็นเข้าไปแทนที่เพื่อว่า ถ้าเราจะรู้ละเอียดนั้นทุกอย่างต้องเย็น แล้วก็ได้อสอนต่อไปว่าไอ้ที่เย็นนั้นก็คือความสงบของเราก็สอนต่อว่าทำยังไงคือสงบ สิ่งที่เราสงบนั้นก็คือ เมื่อสงบทันทีการรู้ความคิดคนอื่นก็จะเข้ามาแทนที่ นี่อาจารย์สอนมาอย่างนี้ เมื่อสอนมาอย่างนี้สิ่งที่ให้พิสูจน์ก็ดูว่าเป็นตามที่อาจารย์สอน ไหม? ถ้าสิ่งที่พิสูจน์เป็นไปตามที่สอนนั้น นั่นคือมองเป็นจริงว่าถ้าทำตามอย่างนี้แล้วมันจะเป็นจริง ต่อมาให้สอนโดยใช้ปัญญา ในการใช้ปัญญานั้น จะบอกหมดไม่ได้ เราต้องคิดเอง

บ้าง แล้วก็มีคำสอนว่าคิดอย่างมีเหตุมีผล ผลจากที่เกิดขึ้นนั้นมาจากเหตุอันใด ก็มีสอนต่อว่าจากเหตุอันใดนั้น มันไม่ใช่มีเหตุอย่างนี้อย่างเดียว มันมีหลายเหตุที่รวมกัน สิ่งที่จะมีผลที่เกิดขึ้นจากหลายเหตุนี้ ต้องใช้ปัญญา เอาง่ายๆ มีคำสอนว่า เราเคยมองเป็นจริงว่า ถ้ากินข้าวแล้วจะอึด แต่ก็มีการสอนว่า ถ้าไม่กินข้าวนั้นอย่างอื่นนี่มันจะอึดไหม ก็ให้พิสูจน์ว่ากินอย่างอื่นมันก็อึดได้ แต่ที่อึดได้นะ มันสู้ที่เราเคยกินอยู่ไม่ได้ข้าว เพราะเรามองเป็นจริงอย่างนั้น แต่ขณะที่เรามองเป็นจริงอย่างนั้นนะ คำสอนบอกว่า เวลาเราจะมีปัญหานี้มันยังมีตัวอื่นตามมาด้วย จึงให้ทดลองพิสูจน์ว่า นอกจากเราที่กินข้าวนี้ กินอย่างอื่นแล้วอึดไหม เพื่อว่าขณะที่เรามองเป็นจริงนั้น บางอย่างมันตอบในใจเราไม่ได้ เพราะในผลตัวนั้นมันมีหลายเหตุที่มาทำให้ผลนั้นเกิด ไม่ใช่เหตุอันเดียวปัญญาก็คืออย่างมองด้านเดียว จริงอยู่เหตุหนึ่งคือเป็นเหตุส่วนหนึ่ง แต่มันมีอีกหลายเหตุเข้ามาเกี่ยวข้อง เราต้องพิจารณาตัวนี้ให้มาก เพื่อสร้างปัญญาแล้วให้มองเป็นจริง

ถ้ารู้ตัวนี้แล้วนี่ ปัญญามันจะออก เหตุใดที่ว่าจุดกลางระหว่างคิ้วที่เราไม่ออกเราไม่ไหล ก็มีคำสอนว่าที่เราคิดว่าเราละได้มากแล้วนี่...มันไม่ใช่มันยังมีค้างอยู่ในใจ ทำไมมีค้างอยู่ในใจ เพราะว่าสิ่งที่เราเคยเกิดขึ้นมา ทุกวันนี้ก็ยังมีอีกยังเกิดขึ้นอีก ถ้ายังมีอีกเกิดขึ้นอีก ถึงว่าจะน้อยลงจริง แต่ก็ไม่ถือว่าเราทิ้ง เรารวาง ยังยอมรับว่ายังมีอีก สิ่งที่ไม่มีคือต้องห้ามเกิดขึ้น ในขณะที่เรานั่งจุดกลาง เราว่าโลก โกรธ หลง แล้วในขณะที่นั่ง เราบอกแล้วว่าเราละได้แล้ว ในช่วงความคิดนั้นเราบอกที่เราละได้แล้ว จิตเรามองเป็นจริง แต่เฉพาะในขณะที่นั้น ก็เลยมีคำสอนว่า พยายามให้รู้ซึ่ง เหตุที่รู้ซึ่งก็คือต่อไป โลก โกรธ หลง นั้น หรือไม่ว่าอันใดอันหนึ่งที่เป็นนิสัยที่ไม่ดีนั้น ถ้ารู้ซึ่งแล้วนี่ มันจะไม่เกิดขึ้นเลย โดยเอาตัวนี้เป็นตัววัดมองเป็นจริงแล้ว ทุกอย่างมองเป็นจริงแล้วที่เราไม่มีเหตุที่ก่อให้เกิดขึ้น โลก โกรธ หลง เรามองเป็นจริงแล้วว่าไม่มีเหตุที่ทำให้เกิดขึ้น ถึงจะมีเหตุต่อมาให้เราเกิด เราก็มอง

เป็นจริงแล้วมันก็จะไม่เกิดขึ้น นั่นก็คือว่าเรามองเป็นจริงแล้วว่า โลก โกรธ
หลง นั้น เราไม่มีอยู่ในจิตแล้ว

แต่ทุกวันนี้...มันไม่ใช่ เรามองในช่วงขณะที่เรานั่งในจุดกลาง ว่าเรา
โลก โกรธ หลง เราวางได้จริง ณ ช่วงที่เรานั่งหรือเราให้สงบ แต่มันไม่รู้ซึ่ง
ที่จะติดตัว นี่แหละเรามองเป็นจริงหาปัญญาเข้ามา ว่าเหตุอันใดมันยังค้างอยู่
ง่ายที่สุดก็คือว่าสังขารที่รอบตัวเรานี่ เรากำลังนึกว่าไม่มีตัวตน แต่ขณะที่ไม่
มีตัวตนแล้วมองเป็นจริงนี้ ในจิตใจที่ยังอยู่ข้างในลึก ๆ เรายังมีตัวตนอยู่
เพราะถ้ามองเป็นจริงแล้วไม่มีตัวตนแล้วนี้ สิ่งพวกอย่างนั้นจะไม่เกิดขึ้นเลย
จะมีเหตุอะไรที่ก่อให้เกิดขึ้นนั้น ก็จะไม่มีเลยนั่นก็คือว่าไอ้ที่เราเคยว่าเรา
ละๆ เราได้มากแล้ว มันค้างอยู่ในจิตจริงๆ แต่เป็นส่วนที่ลึก จึงมีคำสอนว่า
ให้รู้ซึ่ง คำว่ารู้ซึ่งถึซึ่งแล้วนี้ ทุกอย่างมันจะชัดเจนเมื่อชัดเจนแล้วสิ่งพวกนี้
มองเป็นจริง จะมองทะลุว่า โลก โกรธ หลง ที่เราเคยว่าเราไม่มีแล้ว มองเป็น
จริงก็ทุกวันนี้ก็ไม่มี เพราะจะมีเหตุอันใดที่ทำให้ก่อให้เกิดนี้ ก็จะไม่เกิด
นั่นคือมองเป็นจริงโดยใช้ปัญญา เพราะฉะนั้นที่จุดกลางเราไม่ส่วว่าเราไม่
พบ ส่วนที่ลึกเข้าไปข้างในนี้มันยังค้างอยู่ที่ใจเราไม่ยอมรับ เมื่อใจเราไม่
ยอมรับถึงมองเป็นจริงแต่ไม่มองแบบทะลุ เราต้องตอบตัวเองเพราะเราไม่
ยอมรับว่าตัวนี้ยังมีอยู่ในจิต นั่นคือการคิดเข้าข้างตัวตนอย่างลึกๆ แล้วก็จุด
กลางระหว่างก็ก็ไม่ใช่ ไม่ใช่สว่าง เพราะการมองเป็นจริงแล้วนี้ มันต้อง
มองแบบทะลุโดยใช้ปัญญา ส่วนที่ลึกต้องถามว่าหรือพิสูจน์ว่าปัญญาตัว
ไหนมาแก้ ถ้าแก้ตัวนี้ไม่ได้ปัญญาอื่นๆ ก็ไม่ตามมา จนทุกวันนี้เราก็ยังบอก
ว่าเรายังมีตัวตนอยู่แต่ในขณะที่นั่งจุดกลาง เราก็บอกตัวเองว่าเราพร้อมที่จะ
กลับไปสู่เบื้องบน แต่หลังจากนั้นการมีตัวตนก็เข้ามาแทนที่ เพราะเราไม่รู้
ซึ่ง เราไม่ได้มองอย่างเป็นจริง ตัวนี้ที่ต้องใช้ปัญญาอย่างหลักแหลม เหตุอัน
ใดทำไมตัวนี้ยังมีอยู่

ดูกลับ เทพสูงๆ เราไปดูท่านๆ สละ ได้แม้แต่ชีวิต ขณะที่เราว่าเรา

ชีวิตนี้สังขารเราเป็นเรื่องใหญ่ แต่เทพสูงๆ เขาคิดอย่างเดียวคือเขาสะดวกทั้งชีวิต นั่นคือการไม่มีตัวตนนี้ตัดทิ้งทันทีที่มองอย่างเป็นจริง เพราะฉะนั้นเวลาที่เราจะก้าวหน้าไปอย่างลึกๆ มันถึงข้ามไม่ได้ ไม่ต้องห่วง โกรธลึกๆ ยังมี โลกลึกๆ ยังมี หวงลึกๆ ยังมี มันยังอยู่จิตในลึกๆ ถ้าไม่มองอย่างเป็นจริงแล้วมันก็จะค้างอยู่ สิ่งที่จะข้ามได้ต้องใช้ปัญญามองให้ชัด ถ้ามองแบบทะลุ มองเป็นจริงแล้ว ทุกอย่างก็จะผ่านพ้นคำว่ารู้ซึ่งก็คือตัวนี้ ไม่ใช่แค่แค่พรุ่งนี้จะทำอะไรเพื่อตัวเองยังมีอยู่ แค่คิดอย่างนี้ก็ยังมีตัวตน

คำสอนอาจารย์ลูกทับทิม อาจารย์กาแพ (ม้วน 110-A)

ประธานเมื่อ 7 ต.ค. 46

“ใจโล่ง” คำว่า “โล่ง” มันก็บอกอยู่ในคำนี้แล้ว โล่งกับวางนี้ต่างกัน เราวางเพราะเราไม่โล่ง ถึงต้องมาวาง ถ้าใจโล่งแล้วมันไม่มีอะไรที่เกี่ยวข้องมันเป็นการรู้ตัวอยู่ มองเห็นจริงอยู่ แล้วทำให้รู้ แต่ใจโล่งนี้ อันแรกอย่าเพิ่งคิดไปไกล ให้รู้ว่าขณะนี้ ยังมีความรู้สึกตัวก่อน อย่าเพิ่งคิดไกล เพราะถ้าคิดไปไกลแล้วนี้ มันจะไม่มีที่สิ้นสุด เมื่อไม่มีที่สิ้นสุดแล้วนี้ มันก็หาขอบเขตไม่ได้มันกลายเป็นเราวิ่งไปเรื่อย ๆ แทนที่จะโล่งกลับเป็น ว่ามันไม่โล่ง เพราะเราไปกังวลว่าไอ้ที่สิ้นสุดนั้นมันเป็นยังไง เพราะฉะนั้น “ใจโล่ง” ก็คือว่าเรายังมีความรู้สึกตัวก่อน รู้ตัว ทำอะไรก็รู้ตัว แล้วรู้ด้วยว่าที่ทำนั้นทำอย่างไรสบาย โล่งด้วยมีอะไรคิดก็คิดแบบโล่งๆ ไม่กังวล เป็นการทำให้แบบพอสมควร ถ้าให้เหมือนข้างล่างก็คืออยู่ในความพอดี

อันไหนที่ยาก เราก็พักสักครู่ หยุดคิดสักครู่ในสิ่งที่ยาก เพราะว่าถ้าสิ่งที่ยากแล้วเราไปคิดต่อมันก็นึกเข้า เพราะฉะนั้นถ้าเรารู้ตัวว่าบางอย่างมันยากต่อเราให้หยุดคิดก่อน ไอ้ที่หยุดนั้นแหละ นั่นก็คือเหมือนกับเราโล่งแค่นั้นก่อน แล้วค่อยคิดพิจารณา ที่ทำใจโล่งนั้นก็เพื่อว่าเวลาเอาใจโล่งแล้วนี้ เหมือนกับข้างล่างที่บอกว่า มันคิดแล้วมันมีเหตุมีผล มันโล่งที่ไม่คิดเข้าข้างตัวเอง มันโล่งแบบใจสบาย แล้วคิดอย่างมีเหตุมีผล เอาความสงบเข้าไปเกี่ยว ทุกอย่างมันจะรวมกันไปหมด ไม่ใช่โล่งแบบว่าเฉยๆ ไม่รับรู้...นั่นไม่ใช่ ถึงเราจะปล่อยวางเราก็ต้องรู้สึกตัว เราปล่อยวาง ทุกอย่างต้องมีความรู้สึกตัวอยู่ เหตุทำยังไงเราก็ต้องรู้สึกตัวว่าเราปล่อยวาง ทุกอย่างต้องมีความรู้สึกตัวอยู่ เหตุทำยังไงผลเป็นยังไงเพื่อพิจารณาตัวนี้ เพราะฉะนั้นในใจโล่งนี้ เรารู้ตัว มองเห็นจริงสิ่งที่ตามมาก็คือ “ใจโล่ง” ถ้าคิดแบบง่ายที่สุด

ก็คือ ไม่มีอะไรหนักใจเลยจะคิดด้านไหนก็สบายใจ จะคิดในสิ่งที่ยาก เราก็รู้ว่ามันยากเกินเราจะคิดต่อ หยุดไว้ก่อน ไว้หาโอกาสหรือแบบข้างล่างก็คือศึกษาเติมต่อ เห็นไหม เพราะใจโล่งก็ยังบอกว่ามันหนักสมองไปแล้ว หยุดไว้ก่อน ศึกษาต่อหรือถามคนที่รู้ต่อ เราก็เอาคำสอนของเขานั้นมาพิจารณาต่อ เพื่อที่เราคิด เรานั่งว่ามันแก้ปัญหาด่วนนั้นได้ไหม?

เพราะฉะนั้นในคำ ว่าใจโล่งนั้น ก็คือความรู้สึกตัวอยู่ รู้ตัวอยู่ มองเห็นจริง ใจเรา ก็สบาย มันจะเหมือนกับที่อาจารย์สอนว่า “ทำพอดี” ในการทำพอดี ไม่ใช่ทำแบบงานเบาๆ ... ไม่ใช่ ทำพอดีในเหตุและผลของเรา ถึงวันนั้นงานมันเยอะ มันเหนื่อย เราต้องรีบทำ มันก็ทำพอดีของมัน อย่าไปคิดว่าความพอดีก็คืองานเบาๆ งานหนักๆ ไม่รับ... ไม่ใช่ เพราะใจโล่งนั้นเวลาคิดพิจารณาในสิ่งที่ละเอียด ใจก็โล่งเย็นสบายด้วย แล้วจิตที่ละเอียด ไม่ใช่สิ่งที่ย่างๆ เป็นสิ่งที่ยากเหมือนกัน แต่ใจเราโล่งใจสบาย ยึดคำไว้ว่า “โล่ง” ก็คือ ไม่มีอะไรหนักใจ แต่คำว่าที่ไม่มีอะไรหนักใจนั้น ไม่ใช่ไม่เหนื่อยนะ ไม่ใช่งานเบานะ คนที่ทำเหนื่อยๆ ใจสบายก็มี เพราะเขาทำแบบใจโล่ง ขณะที่ทำมีเหตุมีผลไปในตัว เพราะฉะนั้นเหตุและผลนอกจากคำสอนที่อาจารย์บอก ก็มาใช้กับเราที่เรายังมีสังขารที่ใช้อยู่ ก็ทำแบบใจโล่งได้ เอาคำสอนง่ายๆ แต่รู้ละเอียดดี ว่าคำสอนที่อ่านมันตั้งมากมาย แต่เราตีความหมายไม่ได้มันต่างกันนะ

คำสอนอาจารย์ทัฬหภูมิ อาจารย์โ้วลิติน (ม้วน 112-A)

ประทานเมื่อ 15 ต.ค. 46

ทำไมต้องรู้ตัว ถึงเราจะทำอะไร ถึงจะสูงขึ้น ถ้าเราพยายาม เราต้องรู้ตัวว่ากำลังทำอะไร แล้วสิ่งรู้ตัวนั้น ต้องเป็นจริง ถ้ารู้ตัวแล้ว แต่อีกตัวหนึ่งหรืออีกใจหนึ่งยังตอบไม่ได้ นั่นไม่ถือว่ารู้ตัว เพราะการรู้ตัวนั้น ที่อาจารย์บอกว่าต้องมองให้เห็นจริง เพราะการมองให้เห็นจริงแล้วนี้ มันจะไปทำให้รู้ตัวเราเห็นอะไรทีละอย่าง ๆ ก็เป็นการรู้ตัวไปในตัว สิ่งที่ยังมองไม่เห็นจริงนั้นอย่าฝืนความรู้สึก พยายามอย่าฝืนความรู้สึก แต่เหตุที่พูดว่าอย่าฝืนความรู้สึกนั้นก็คือการคิดเข้าข้างตัว เพราะถ้าเกิดการคิดเข้าข้างตัวขึ้น บางอย่างเราไม่ชอบ สิ่งที่จะมองให้เห็นเป็นจริงนั้น...ก็ไม่ใช่

เอาง่ายๆ อย่างเราเริ่มมีอารมณ์ ไม่ว่าจะอารมณ์ โกรธ อารมณ์โลก อารมณ์หลง ขณะที่เกิดขึ้นก็พยายามจะคิดเข้าข้างตัว ว่าน่าจะเป็นอย่างนี้ นั่นไม่ใช่การรู้ตัว เพราะกำลังคิดเข้าข้างตัวเอง แล้วพยายามมองให้เห็นเป็นจริงว่า สิ่งที่เราคิดนั้นเป็นสิ่งที่ถูกต้อง นั่นไม่ใช่การรู้ตัว

การรู้ตัวนั้นหมายความว่า เมื่อมีอารมณ์ใดเกิดขึ้นแล้วนี้ มองในอารมณ์นั้น ว่าเหตุที่มันเกิดขึ้นเพราะยังงี้ ทำไมถึงเกิด แล้วจะระงับตัวที่เกิดอารมณ์นั้นๆ ทำอย่างไร นี่แหละคือการรู้ตัว เพราะอารมณ์ที่เกิดขึ้นมันเกิดขึ้นเอง โดยเพราะเราไม่รู้ตัวเลย ถ้าพูดอย่างข้างล่างคือมาจากสังขารเรา ในสังขารนี้ ความนึกคิด หรือที่พูดง่ายๆ ก็คือทุกอย่างที่รวมในกิเลสช่องทางที่เข้าไปในกิเลส นั่นก็คือว่าเป็นสังขารหนึ่ง แต่เป็นสังขารที่จับต้องไม่ได้ ถ้ามีอารมณ์อะไรเกิดขึ้นแล้วเราดูอารมณ์นั้น มองให้เห็นจริง ว่าอารมณ์นั้นที่กำลังเกิดขึ้นนั้นไม่ใช่สิ่งที่ดี หากทางระงับซะ นั่นคือการรู้ตัว รู้แล้ว

หาวิธีระงับ เพราะฉะนั้นคำว่ารู้ตัวมันไม่ใช่สติ สตินั้นรู้แล้วแก่

หยุดแต่การรู้ตัวนั้น รู้แล้วมองอารมณ์นั้น มองสิ่งนั้นๆ รู้ว่ากำลังเกิดขึ้น รู้ว่ากำลังคิดเข้าข้างตัว หาทางระงับซะ มันเป็นเรื่องที่ยาก ยากที่ว่าเราทำยังไงก็ไม่อยากให้มันเกิดขึ้น แต่มันก็เกิดขึ้นบ่อยครั้ง โดยเรานึกไม่ถึงว่าสิ่งเหล่านี้ทำไมยังมีอยู่ เรามาที่นี้เรา คิดว่าเราเข้าใจมาก เข้าใจมากขึ้น เข้าใจหลายอย่าง แต่พวกนี้ก็ยังมีอยู่ พยายามฝึกการรู้ตัวเข้าไว้ว่าอารมณ์ใดเกิดขึ้นแล้ว เรารู้ อารมณ์นั้นเกิดขึ้นอยู่มองให้เป็นจริง แล้วหาทางระงับนี่คือการรู้ตัว แล้วระงับแล้ว เราฝึกตัวนี้ เวลาอารมณ์ใดเกิดขึ้นอีก ก็ฝึกการรู้ตัวซะ ตัวนี้แหละเป็นการระงับเหตุ นั่นก็คือการรู้ตัวเป็นการระงับเหตุในเบื้องต้น ที่จะทำต่อๆ ไปอีกมากมาย (สร้างกรรม) ถ้าฝึกการรู้ตัวมากขึ้น ฝึกให้มากขึ้น เวลาเริ่มมีอารมณ์ใดเกิดขึ้นแล้วนี่ การรู้ตัวจะตามมาฝึกให้มาก มันจะรู้ว่าสิ่งที่เรารู้มากขึ้นแล้วนี่ จะไม่ให้เกิดขึ้นนั่นก็คือการรู้ตัว

คำสอนอาจารย์มังกรคู่ (ม้วน 120-A)

ประทานเมื่อ 27 ต.ค. 46

สิ่งที่อาจารย์ที่สอนเราทุกวันนี้ อย่าคิดว่าสอนแล้วสำเร็จ เพราะทุก
อาจารย์สอนมาจากใจ ใจอาจารย์ส่งสารอะไรเรา อยากให้เรารู้อะไร ก็บอก
ไปตามนั้น เราฟังแล้วปัญญาต้องเกิดขึ้น ถึงจะเป็นคำกล่าวคำที่เคยสอน ๆ
แต่จะมีเหตุมีผลมากขึ้น นั่นก็คืออาจารย์เอาเหตุเอาผลมาสอนเรา เพื่อให้เรา
มีปัญญาคิดมากขึ้น อาจารย์ที่สอน ๆ เรายังมีเมตตาสงสาร แม้ว่าลูกศิษย์จะ
ออกนอกกลุ่มออกทางไปบ้าง อาจารย์ก็จะดึงกลับ นั่นคือไม่มีอาจารย์องค์ใด
องค์หนึ่งที่ทิ้งเราเลย ยิ่งออกนอกกลุ่มออกทางมากก็ยิ่งเตือนเรามาก

อาจารย์เราว่าการเกิดมาครั้งหนึ่งแล้ว ต้องดับสูญไปครั้งหนึ่ง มัน
เป็นวันเป็นปีที่นานมาก มันใช้เวลานานมาก เพราะฉะนั้นการเกิดมาครั้ง
หนึ่งมันนานยิ่งกว่าความคิดของเรา เพราะความคิดของเราอยากให้พุ่งขึ้นกับ
วันนี้มันต่างกับกับราวฟ้ากับดิน มันเป็นไปได้ไม่ได้ ถ้าเป็นไปได้แล้ว ที่ ๆ เรา
อยู่มันก็จะมีความสุขเท่านั้น เพราะใคร ๆ ก็ต้องการความสุขเมื่อมัน
เป็นไปได้ไม่ได้อาจารย์ก็ได้สอนว่า เหตุมันเป็นทุกชั้น ถ้าเกิดมาก็ต้องไปชดใช้
เมื่อมาทวงหนี้ ถ้ารู้ตัวธรรมะนี้ ถึงเราจะทวงหนี้เขา ส่งที่ง่ายที่สุดก็คือยก
โทษให้เขา ก็คือการให้อภัย ก็จบไป ส่วนสิ่งที่เราต้องชดใช้ เมื่อเขาไม่ยอม
เราก็ต้องทนเจ็บทนปวด มีความลำบากต่างๆ จนหมดหนี้เวรกรรมแล้วเมื่อ
นั้นแหละต่างคนก็ต่างไป

เพราะฉะนั้นที่ทุกอาจารย์สอนเราทุกวันนี้ มีใจเมตตาสงสารแก่เรา
มากที่สุด อยากจะสอนเราให้รู้เรื่อง อยากจะสอนให้เรารู้ว่าจุดกลางระหว่าง
คิ้วนี้มันคุ้มค่า อยากจะสอนเราว่าสิ่งที่เราไปเบียดเบียนนั้นมันสุขที่สุดแล้วต่อ
การเกิดที่มีชีวิตอยู่ อยากจะบอกทุกสิ่งทุกอย่างให้เรารู้ ใจที่อยากจะบอก

เต็มที แต่ถ้าบอกมากเกินไป เมื่อเราทำได้แค่นี้ ก็อุตสาหกรรมให้มันมากขึ้น
หน่อย เห็นไหมความเมตตาสงสารต่อเรานะมีมากมาย อาจารย์ก็ได้สอนที่ว่า
เวลาอาจารย์สอนอะไรให้ติดตาม เพราะการติดตามอาจารย์ที่สอนนั้น เพื่อมี
ปัญญาที่เราจะได้ค่อย ๆ สว่างขึ้น แค่ว่าความสงบฝึกความสงบมาก่อน
เพื่อที่จะสร้างปัญญา เพราะฉะนั้นไม่ต้องไปดูอื่นไกลอาจารย์นี้แหละเป็น
ตัวอย่างที่เราทำตามได้ มีไหมที่อาจารย์เคยโกรธเรา มีแต่ว่าสั่งสอน ที่สั่ง
สอนเพราะถือว่าเป็นลูกคนโตหรือเป็นน้องคนโตที่จะสั่งสอนเราได้ เพราะ
ถ้าเรามาทางนี้แล้ว อาจารย์ฟ้าเคยบอกไว้ว่า “ห้ามทิ้ง” เพราะคำสั่งว่า
ห้ามทิ้งนี้ มันอยู่กับทุกอาจารย์ ถึงเราจะโกรธอาจารย์ ถึงเราจะเคยว่าอาจารย์
ในใจ ไม่ใช่อาจารย์สอนเราไม่รู้ แต่ก็ยังสอนเราอยู่ ถึงเราจะไม่ค่อยได้เรื่อง
ถึงเราจะเหนื่อย เราทุกข์จากข้างนอกมา อาจารย์ก็ให้กำลังใจเราว่าอย่างน้อย
ก็ยังมีอาจารย์ที่อยู่ข้างหลัง เราเหนื่อยทั้งวัน เราเหนื่อยมาจากไหน มหา
อาจารย์ที่นี่ มาฟังอาจารย์สอน นั่นแหละเราก็ได้พักผ่อนจากจิตใจแล้ว
เพราะฉะนั้นหลังๆ อาจารย์ก็เลยบอกว่าเรากำลังจะเป็นตัวแทนของเมืองบน
นั่นก็คือว่าเมืองบนได้มอบหน้าที่ที่สำคัญที่จะช่วยเหลือคนให้กับเรา เพราะ
ที่เราผ่านมาที่เราทำมา เราทำด้วยใจ ไม่ใช่แกล้งทำ ไม่ใช่สั่งให้ทำ เราทำด้วย
ใจ

เพราะฉะนั้นถ้าเราทำด้วยใจแล้ว เมืองบนก็ให้หน้าที่ที่จะช่วยเหลือ
คนให้แก่พวกเรา นั่นก็คือว่าเราไม่ใช่คนธรรมดา ตามที่อาจารย์ฟ้าบอกว่าง
ภูมิใจชะ สิ่งอย่างนี้ไม่ใช่ให้กันง่าย ๆ สิ่งอย่างนี้ไม่ใช่เรียกแล้วเรียกเลย ...
ไม่ใช่ เพราะเราได้พิสูจน์มาด้วย ต่อไปเราจงเอาคำนี้ อาจารย์ได้บอกเอาคำนี้
เข้าไปอยู่ในจิตใจเราว่า “เรากำลังเป็นตัวแทนเมืองบนนะ ” ภาระหน้าที่ที่
ยิ่งใหญ่ที่ต้องทำมันยังอยู่ข้างหน้า นั่นคือเป็นเรื่องสำคัญ จงเอาคำนี้เข้าไปใน
จิตใจว่าเมืองบนได้ให้ภาระหน้าที่ให้เราแล้ว ให้รีบทำ

คำสอนอาจารย์ลูกทับทิม (ม้วน 122-A)

ประทานเมื่อ 31 ต.ค. 46

อะไรที่มันเป็นสิ่งที่ดี พยายามทำให้มากๆ อะไรที่รู้ว่ามันไม่ดี ถึงเราไม่รู้ซึ้ง แต่ก็ไม่ดี ต้องบอกว่าทั้งมันซะ อย่าไปสะสม พยายามสั่งสมสิ่งที่ดีให้ทำมากๆ แล้วทำเรื่อยๆ ทำมากๆ ทำเรื่อยๆ ไอ้สิ่งที่ไม่ดีนั้นก็จะไม่เกิดขึ้นเลย เพราะไม่มีเวลาไปคิดถึง นี่อาจเป็นวิธีแก้ อย่างหนึ่ง

เพราะฉะนั้นเวลาเราจะช่วยเหลือ เราช่วยเสร็จแล้วคิดต่อว่าพรุ่งนี้จะช่วยใคร แต่เราคิดว่าจะช่วยใครอย่างน้อยคนหนึ่ง มากหรือน้อยไม่เป็นไร สอนให้เขารู้เรื่องสอนให้เขาเข้าใจธรรมะตัวนี้ วันนี้ยังไม่ได้ ก็พรุ่งนี้ก็ไปสอนต่อ ไอ้ที่ไม่ได้ก็ถือว่าเป็นการฝึกฝนเพราะของอย่างนี้เราผู้อาจารย์ที่มาสอนไม่ได้ อาจารย์เขารู้ว่าแต่ละคนนี่จิตใจเป็นอย่างไร เมื่อเรายังไม่รู้อย่างนี้วันนี้ไม่ได้ พรุ่งนี้ก็สอนต่อ พรุ่งนี้ไม่ได้ วันต่อไปก็สอนต่อ อย่างเมื่อถ้าเราชนะตัวนี้ได้ มันทำให้มีความอดทนมากขึ้น คนนี้เขาลมอย่างนี้ ทำไมเราตอบให้เขาไม่ได้ เราก็ไปค้นหาวิธีที่ตอบนั้นแหละเป็นการฝึกปัญญา อันหนึ่งยังเราช่วยคนมากเท่าไร เราจะมีปัญหาของคนมากเท่านั้น แล้วปัญญาที่จะช่วยคนมันก็จะกว้าง บางทีเรานั่งถึงในจุดกลางระหว่างคิ้ว ขอบคอบตัวเองอยู่เสมอว่า ไอ้ที่นิสัยไม่ดีต่างๆ ที่มีอยู่ในจิตของเรานั้น เหตุอันใดที่มันยังค้างอยู่ง่ายที่สุดก็คือความเพอเรือ อะไรที่ไม่ถูกต้องเราๆ มักจะโกรธนั้นแหละจิตที่ไม่ถูกต้องกับเราๆ คิดเข้าข้างตัวเอง มันละเอียดถึงอย่างนั้น วิธีแก้ที่ง่ายที่สุด พยายามมองเขาว่าเหตุอันใดที่เขาทำอย่างนี้ เหตุอันใดเขาทำกับเราอย่างนี้ เพราะเหตุอันใดเขาทำอย่างนี้ เพราะตามอารมณ์เขา เพราะเขาไม่เข้าใจ บางทีต้องใช้เวลา แบบเรากว่าจะเข้าใจอาจารย์แต่ละองค์ เรายังต้องใช้เวลาที่เข้าใจอาจารย์ แล้วคนทั่วไปจะเข้าใจเราเหมือนกับที่เราจะเข้าใจ

อาจารย์เร็วอย่างนั้นหรือ? เป็นไปได้ยาก ทุกอย่างต้องใช้เวลา แต่ให้คิดเสมอว่า เราเจตนาดี เพราะฉะนั้นความเผอเรอของสิ่งที่ไม่ดีที่มันเกิดขึ้นนั้น ได้มีอาจารย์สอนอยู่ 3 อย่าง ให้รู้ตัว รู้จริง แล้วก็รู้ซึ่ง 3 ตัวนี้แหละ ระวังได้หมด เมื่อเกิดขึ้นแล้วเรารู้แล้วว่ามันไม่มีประโยชน์ทั้งมันซะ เหตุที่มันไม่ถูกใจเรา เพราะคิดเข้าข้างตัวเอง นั่นแหละ อาจารย์หลายองค์ได้สอนเราไว้ตั้งแต่แรกๆ แล้วว่าอย่าคิดเข้าข้างตัวเอง

เพราะตัวนี้แหละ ได้มีหลายอาจารย์ได้พูดเสมอว่า การคิดเข้าข้างตัวเองนั้น ทำให้หลงทางได้ง่าย เป็นการกั้นปัญญาเราที่จะรู้กว้างเพราะมักจะคิดว่าตัวเองถูกไว้ก่อน เพราะฉะนั้นในการฝึกจุดกลางระหว่างก็จริงได้มีอาจารย์สอนว่า เมื่อเราเห็นอันใดพยายามเห็นหลายๆ ครั้ง แต่ขณะที่เห็นนั้นก็ไม่ใช่ติดติดด้วย เห็น...เหตุที่เห็นว่ามันเป็นยังไง เพราะอะไร? ให้ตั้งคำถามอย่างนี้ไว้เสมอ เห็นหลายครั้ง เหตุอันใดถึงเห็นหลายครั้ง ขณะที่เห็นแล้ว ดูว่าจิตเราสงบไหม ถ้าหลายครั้งก็เป็นเครื่องยืนยันว่า สิ่งที่เรารู้ต่อนั้นมันต้องเกิดขึ้นแน่นอน เพราะการเห็นของเราครั้งเดียวนั้นเรายังไม่สงบพอ เรามีความสงสัย ไม่มีตัววัดได้ ไม่เหมือนอาจารย์ฯ เห็นครั้งเดียวก็คือครั้งเดียว เพราะสิ่งพวกนี้เห็นมาตั้งนานแล้ว เพราะฉะนั้นวิธีแก้ของพวกเราก็คือพยายามให้มีหลายครั้ง แต่มีหลายครั้งนั้นก็ไม่ใช่เข้ามาในจิตใจ ให้วางเฉย เพราะสิ่งที่เกิดขึ้นมันยอมไม่มีครั้งเดียว มันต้องมีหลายครั้ง ถ้าเราสงบจริงเห็นหลายครั้งจริง เป็นอย่างนี้บ่อยๆ นั่นก็คือรู้ได้ว่าสิ่งที่เรารู้ล่วงหน้านั้น เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นแน่นอน แล้วขณะที่นั่งด้วยใจที่สงบ อาจารย์หลายองค์สอนว่า เอาความเย็นที่จิต เย็นที่จิตวัดง่ายที่สุดคืออะไรที่เราสบายใจ ถ้าสบายใจแล้วนี่ คือเย็นที่จิต มันมีความสบายใจทั้งวันหรือ ณ ขณะใดขณะหนึ่ง จิตมันเร็ว ได้เร็ว แต่สิ่งที่ไม่ดีก็เกิดเร็ว

เพราะฉะนั้นหลายอาจารย์ที่สอน ว่าพยายามให้มีความชำนาญ ถ้าชำนาญแล้วพวกนี้ก็จะเกิดขึ้นยาก คิดไม่ดี เพราะเราชำนาญ รู้ทัน รู้ตัว และรู้

จริง ฝึกให้ชำนาญ อะไรเกิดขึ้นเร็ว รู้ระดับไม่ดิระงับ นั่นนะยิ่งใกล้สูงสุด เพราะฉะนั้นคำว่าอรหันต์หรือเทพสูงๆ เขาฝึกตัวนี้มาก เพราะจิตมันเร็ว เขากลับสิ่งที่ไม่ดีนี้มันเกิดขึ้น ถึงต้องมีจิตสกัดห้ามไว้ แต่ในขณะที่ห้ามไว้นั้นก็ต้องรู้ด้วย รู้ซึ่งด้วย อันไหนที่รู้ซึ่งแล้วก็ไม่เป็นไร ก็จะไม่เกิดขึ้น เพราะฉะนั้นพยายามฝึกให้มีความชำนาญมากขึ้น ยิ่งชำนาญก็ยิ่งมีประโยชน์แก่พวกเรา

คำสอนอาจารย์ถูกทับทิม (ม้วน 122-B)

ประธานเมื่อ 1 พ.ย. 46

คำสอนของหลายอาจารย์ที่สั่งสอนไป ถ้าเราทำตาม คุณผลจากคำสอน บางอย่างคำสอนก็ไม่ได้บอกผล เหตุที่ไม่บอกผลคือให้เราไปเจอเองก่อน แล้วเอาผลมาพูด เพราะบางอย่างถ้าอาจารย์บอกหมดแล้วนี้ เราก็คิดว่าผลมันต้องเป็นอย่างนี้เพราะอาจารย์ได้บอกแล้ว บางอย่างบอกได้บางอย่างบอกไม่ได้ เหมือนกับอะไร? เหมือนกับอาจารย์ที่สอนและยกตัวอย่างว่า ถ้าเรากินข้าวอ่อม เราจะกินข้าวอ่อม อาจารย์บอกกินข้าวอ่อมกินข้าวมันต้องอ่อม เพราะว่าเหตุตัวนี้มันทำมานานจนเราชินตา แต่อยู่ๆ อาจารย์บอกว่าข้าวเราไม่ต้องกิน เราลองกินนี้ อีกอย่าง กินไปเรื่อยๆ แต่อาจารย์บอกอ่อมหรือไม้อ่อม...ไม่ได้บอก บอกให้เรากินไปเรื่อยๆ เวลาเราหิวเรากินนี้ไป กินไปๆ จนบอกกินไม่ลง กินไม่ลง อ่อมใหม่...อ่อม แล้วเรากินอย่างนี้กับกินข้าวมันต่างกันตรงไหน เรากินข้าวเราต้องเคี้ยว แต่กินนี้อาจจะเคี้ยวน้อยลง กินนี้เคี้ยวน้อยลงแต่ต้องกินมากขึ้น เห็นไหมว่าแต่ไม่ต้องเปลี่ยนเป็นข้าว แต่เป็นอย่างอื่น มันก็มีคำสอนในนั้นอีกมากมาย

เพราะฉะนั้นเวลาเราจะพิสูจน์คำสอนอาจารย์นี้อย่าคิดด้านเดียว เพราะในคำสอนอาจารย์มันมีตัวอื่นเข้าไปด้วย ถ้าเราคิดได้นั้นคือสร้างปัญญา อย่างไม่ให้เราโกรธ ถ้าไม่โกรธแล้วใจเราก็สบาย เมื่อใจเราสบายสังขารเราก็สบายเมื่อสังขารเราสบายเลือดลมเราก็ดี เมื่อเลือดลมเราดี ใจเราก็ไม่ตื้นตัน เราก็เฉยๆ เย็น เห็นใหม่มีอีกหลายตัวที่ตามมา แต่ตัวนี้อาจารย์ไม่ได้บอกอาจารย์ บอกอย่าโกรธนะ โกรธแล้วเดี๋ยวมันสร้างกรรมต่อไปอย่างนี้มา นั่นคือผลใหญ่ ที่เป็นผลใหญ่คือถ้าสร้างกรรมแล้วนี้ ไม่ว่าจะเราจะเกิดหรือเป็นยังไงก็ต้องมารับกรรมที่เราทำ กับใครหรือกับอะไรก็ตาม

อาจารย์ถึงบอกว่ามันไม่คุ้มต่อการเกิด ต้องมาซดใช้ของเก่าๆ ให้รู้สึกเบื่อซะ ถ้ารู้สึกเบื่อหน่ายว่า โอ้โฮ! มันเกิดมาทีหนึ่ง มันทุกข์ยากเหลือเกิน ต้องกินต้องอะไร ไม่กินก็ทุกข์ทรมานต่อการเกิด ก็ให้ระงับเหตุทำยังไงไม่ให้เกิด ก็ถึงบอกให้ระงับเหตุ เมื่อไม่มีเหตุ ผลก็ไม่ตามมา นี่คือข้างล่างเขาสอนกัน อย่างนี้ เมื่อพิจารณาไป ดูไปเรื่อยๆ เห็นจริง เมื่อเห็นจริงแล้ว คำสอนอาจารย์ที่จะรู้มากขึ้น ก็อยากจะเห็นจริงก็อยากจะรู้มากขึ้น เพราะเราได้พิสูจน์คำสอนนั้นว่าเป็นจริงแล้ว ก็อยากจะพิสูจน์คำสอนต่อไปอีก เหมือนกันที่เราไปศาลกัน อาจารย์บอกเริ่มไปศาลกัน แรกๆ เราไปคนเดียว ไปแค่ตอนนี้มีคนตามไปมีคนอยากรู้ ถ้าเราไม่เจอเขา เราไม่คุยกับเขาเราก็ไม่รู้ว่าเขาคิดยังไง เพราะฉะนั้นคำสอนที่บอก ว่ารู้ความคิดคนอื่นนี่เป็นตัววัดไว้ก่อน เขาคิดยังไงเราก็ไปแก้ทุกข์ให้เขา ความเชื่อก็จะตามมา รู้ได้ยังไง? ทำไม่ถึงรู้? รู้ไปทำไม? เหตุและผลก็ตามมา แล้วถ้าเกิดเราไม่ไป เลยละ นั่นคือเหตุนะ เหตุคือเราตั้งใจเพื่อจะช่วยเหลือคนว่าทำยังไงจะช่วยเหลือคนให้มาก เหตุจากใจตัวนี้มาผลถึงไปศาล นี่คือตัววัดเพราะฉะนั้นคำว่าเมตตาสงสารก็คือตัวนี้ ถ้าเราเมตตาสงสารไม่มีที่สิ้นสุด มันมีงานใหญ่ที่สำคัญรอเราอีกมากมาย ที่อาจารย์ได้พูดว่าไอ้ที่เราเจอพวกทุกข์เล็กๆ น้อยๆ พวกกังวลพวกอิจฉา พวกอะไรนี่มันจะไม่เกิดขึ้นเลย เพราะคุณแล้ว มันไม่มีประโยชน์แล้วจะไปเกี่ยวข้อง ทำไมก็ไม่รู้ จิตมันจะห่างไปเอง เมื่อเกิดขึ้นนั่นคือรู้ตัว เมื่อรู้ตัวเสร็จแล้วรู้จริงด้วย เพราะมันเกิดมาหลายครั้งแล้ว เกิดเสร็จแล้วก็ทุกข์อีกๆ มันหลายครั้ง ให้รู้ตัว วางแล้วรู้จริงแล้วฝึกรู้ซึ่งว่าไอ้สิ่งที่เกิดมันเรื่องเล็กน้อย ไม่มีความหมาย อย่าให้มันมีอยู่ในจิตเลย เองงานใหญ่งานสำคัญทำ อย่างนั้นนะมีค่ามากกว่า ถ้าคิดเป็นอย่างนี้ใจเมตตาก็มากขึ้น ความคิดที่จะช่วยเหลือคนจะมากขึ้นๆ จนพวกนี้ไม่มีอยู่ในจิตเลย บางทีรู้เรารู้ที่วางเลยนะ จะไม่เข้าไปในจิตเพราะ ว่าเรื่องใหญ่มันรอเราอยู่ เมื่อเทียบกับเรื่องแบบนี้ เพราะฉะนั้นที่อาจารย์ให้เราทำไปเรื่อย ๆ เพิ่มมากขึ้นเรื่อยๆ ก็คือตัวนี้คือ

ทำงานใหญ่มีค่าดีกว่า งานเสร็จ จบ พอ พักผ่อน พักผ่อนก็คือพอสมควร แล้วช่วยเหลือคนต่อนั่นนะ อาจารย์ที่สูงๆ ที่เราไหว้กันสูงๆ เทพสูงๆ เขาก็กันอย่างนี้ ทุกความคิดเขาอยากช่วยเหลือคนมากมาย เพราะไม่ต่างกัน มันก็คือพวกเดียวกัน ไม่ต่างกัน มันก็คือญาติพี่น้องด้วยกันที่เกิดบนข้างบน มันจะต่างกันตรงไหนถึงเวลาตายก็จะไม่นานมาก ก็อยู่ในช่วงที่ต้องตาย ไม่มีใครสองร้อยปีไม่มีใครสามร้อยปี มันจะต่างกันตรงไหน เมื่อไม่ต่างกันก็คืออะไร มันก็ญาติพี่น้องด้วยกันจึงสอน ว่าอภัยได้คือให้อภัย เอาความเมตตาเป็นใหญ่ช่วยคิดตัวนี้ คิดช่วยเหลือทุกคนไม่ แบ่งแยก จะเป็นใครไม่ว่าใครคือไม่แบ่งแยก ถ้าใจไม่แบ่งแยกแล้ว ใครเคยว่าเราใครเคยทำร้ายเรา ใครเคยอาฆาตเราใคร เคยอะไร ให้อภัยหมดเลย นี่คือเป็นตัวแก้ด้วย ถ้าฝึกได้แบบนี้ก็คือปัญญาที่ออก เมื่อมีปัญญาออกรู้ซึ่งแล้ว เห็นจริงตามที่อาจารย์สอนยอมรับด้วยใจ นั่นนะความสุขเริ่มต้นเราเริ่มมีแล้ว ใครจะว่าหรือใครจะอะไร ยิ้มอย่างเดียว! เราถึงรู้ว่าอาจารย์ก็จงทำไมเขาถึงเรียกเป็นพระบ้ำ พระบ้ำในสายตาคคนที่มิกลิส แต่ความสุขของอาจารย์เขาเย็นตลอดเลย จะดำ จะว่า จะโกหก จะสาปแช่ง จะลอบทำร้าย ไม่สะทกสะท้านใจนิ่งเฉย มีเหตุมีผลเพื่อที่จะช่วยเหลือคนแค่นั้นเอง เพราะฉะนั้นความสงบคำสอนของอาจารย์ที่ว่าความสงบ มันมีเหตุผลที่จะสร้างปัญญาเราอีกมากมาย คิดให้กว้าง หลายอาจารย์สอนเราว่าเอางานใหญ่ไปก่อน งานใหญ่นี้มันมากมายเหลือล้น จนที่เราจะคิดสิ่งไม่ดีเข้ามาในจิต ...ไม่มี งานใหญ่นี้มันยังอีกมากมาย อย่างนั้นนะสำคัญว่าคุ้มกว่ารีบทำซะ

คำสอนอาจารย์ลูกทัพบิม

ประทานเมื่อ 29 ธ.ค. 46

เมื่อเราจะก้าวหน้า ต้องละเอียดมากขึ้น ถ้าเราไม่ละเอียดมากขึ้นแล้ว มันจะทำให้บางอย่าง มันจะคิดเข้าข้างตัวเอง เพราะความละเอียด มันจะเป็น การรู้ซึ่งแล้ว เพราะถ้ารู้ซึ่งแล้ว สิ่งก็ตามมามันก็จะละเอียด เพราะฉะนั้นเมื่อ เราฝึกจิตให้ละเอียด มันก็คือใกล้รู้ซึ่งแล้ว แต่ขณะที่ใกล้รู้ซึ่ง เราต้องรู้ตัว ก่อนรู้ตัวเสร็จแล้ว ต้องรู้จริงด้วย ในสามตัวนี้ มันต้องต่อเนื่อง เราจะรู้ตัวใด ตัวหนึ่งแล้วรู้ซึ่งเลยมัน เป็นไปไม่ได้ และไอ้ที่รู้จริง อย่างจริงหน้าเดียว บางอย่างมันมีจริงหลายอย่าง อาจจะจริงด้านนี้ แต่เรานึกไม่ถึงเราก็คิดว่าที่ เรารู้จริงด้านนี้เป็นการรู้ซึ่งแล้ว เสร็จแล้วไปๆ มาๆ เรายังมีอารมณ์ ไหนเรา ว่าเรารู้ซึ่งแล้ว ทำไมยังมีอารมณ์เกิดขึ้นมาอีก เห็นไหม เพราะถ้ารู้ซึ่งแล้ว พวกนี้มันจะไม่เกิดขึ้นเลย เป็นเพียงแค่เรารู้ แล้วก็ทิ้งเลย เพราะเรารู้ว่า มัน คืออะไร เรารู้หมดแล้ว แต่ขณะที่เรารู้จริงด้านเดียว เราก็อาจจะคิดเข้าข้างตัว ว่าเรารู้ซึ่งแล้ว แต่ไม่นาน ทำไมเรายังมีอารมณ์อย่างนั้นอยู่อีก มันไม่น่าจะมี นั่นก็คือว่าไอ้ที่เรารู้จริงนั้น มันรู้จริงด้านเดียวส่วนรู้จริงด้านอื่นเราก็ไม่ได้ พิจารณา ก็แสดงว่ายังมีอยู่ อาจารย์ก็เลยยกตัวอย่าง เรื่องการทำอาหาร ว่า อาหารที่เราทำ เราก็บอกว่าอร่อยแล้วเราไปเจอคนอื่นที่ทำอร่อยกว่า ที่อร่อย กว่ามีรายละเอียดอะไรบ้าง อาจจะเป็นยี่ห้อมือที่ใช้ เพราะของแต่ละยี่ห้อมือ ข้าง ในมันต่างกัน เมื่อเรารู้ตัวนี้ เราก็คิดแลพิจารณาต่อ ว่าสิ่งที่เรารู้ มันยังมีรู้จริง อย่างอื่นอีก แต่เป็นการรู้จริงที่ละเอียดเพื่อให้เป็นการรู้ซึ่ง ต่อไปเราทำอย่าง นี้ ลองทำและพิสูจน์ในของที่ละเอียดเมื่อพิสูจน์และลองทำแล้ว อร่อย เหมือนเขาทำ ตามทุกอย่างนะ เพราะว่าบางทีเราถามรู้จริงคือเรื่องอะไร เรา บอกยี่ห้อมือ คือยี่ห้อมือจริง แต่ในการทำมันมีอีกหลายอย่าง เพราะฉะนั้นเราก็ต้อง

รู้จริงอย่างอื่นอีก เช่นวิธีการพิสูจน์จนแน่ใจว่า ไม่มีอะไรดีกว่านี้แล้ว นั่นแหละสุดท้ายก็คือรู้ซึ่ง จะไปที่ไหนไม่มีแล้ว เพราะรู้ซึ่งหมดแล้ว เพราะเราได้พิสูจน์มาหมดแล้ว เมื่อรู้ซึ่งแล้วเราจะตอบตัวเองว่า อาหารที่เราทำดีที่สุดแล้ว จะไปแข่งขันกับใครก็ไม่กลัว เพราะเราได้พิสูจน์มาแล้วเหมือนกัน เมื่อเรารู้จริงเรื่องหนึ่ง เราอาจจะคิดเข้าข้างตัวว่าเรารู้ซึ่ง แต่ไปๆ มาๆ มันยังมีอารมณ์อยู่ เออ แปลว่าไอ้ที่เราว่ารู้จริงในเรื่องนั้นๆ มันต้องรู้ละเอียด ไม่ใช่รู้อย่างที่เราคิด ต้องรู้ละเอียดและรู้จริงด้วย มันก็ย้อนกลับไปตามที่อาจารย์ว่า ไอ้สิ่งที่ทำให้เราเกิดทุกข์ เราต้องรู้ว่ามันทุกข์จริงๆ จากเหตุตัวนี้ว่า เออ มันทุกข์จริงๆ ก็เหมือนกับที่ข้างล่างสอนให้ระงับเหตุแห่งทุกข์ซะ เหมือนกับที่ข้างล่างสอนทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค แต่เราต้องรู้ว่าสิ่งนี้ มันทุกข์จริงๆ ถ้าใจเรายังไม่รู้ว่ามีสิ่งนี้มันทุกข์จริงๆ แล้ว ไอ้ที่จะหาทางระงับเหตุมันก็น้อยลง เมื่อไม่มีเหตุ หนทางที่จะระงับเหตุมันก็น้อยลง มันคืออะไร มันก็คือ ไอ้สิ่งที่เรารู้จริง เป็นการรู้จริงเพียงบางส่วน ไม่ใช่รู้หมด ง่ายๆ อย่างนี้ วันนี้เราทุกข์ไม่มีเงิน จะกินก็ลำบากก็หาเหตุคือไม่มีเงิน หาหนทางอย่างไรให้มีเงินก็ไปทำงาน เมื่อทำงานก็มีเงินซื้อของกิน เสร็จแล้วก็หายไป ไอ้ความทุกข์ที่ว่าไม่มีเงิน ก็หายไป มันก็ลืม ไปละ เพราะฉะนั้นไอ้ที่เรารู้ว่ามันทุกข์จริงๆ มันแค่ชั่วคราวช่วยยาม เมื่อหายทุกข์แล้วมันก็ลืม เพราะฉะนั้นเวลาเราอยากรู้ละเอียดมากขึ้น เรายังไม่รู้ว่าเหตุแห่งทุกข์จริงๆ มันต้องทุกข์จริงๆ นะ มันไม่ใช่ชั่วคราว มันทุกข์จริงๆ แล้วอยาก จะหลุดพ้น เหมือนกับพุทธเจ้าว่าทำไมมีคนเกิด มีคนเจ็บ มีคนแก่ มีคนตาย ตอนนั้นท่านอยู่สบายในวัง ท่านมองไม่เห็น แต่ออกไปเห็นแค่ครั้งเดียว ก็เกิดความสงสัย เพียงครั้งเดียวเท่านั้น ทำไมมีตัวนี้ แค่ดูครั้งเดียวก็มีตัวสงสัย นั่นคือ เห็นด้วยตาแล้วทำไมเกิด ถ้ามีตัวนี้ จากตัวเล็กๆ ต่อไปก็อายุมากขึ้นก็แก่ แก่มันเกิดจากตัวนี้ก่อน จากเด็กไปหนุ่มสาว แล้วก็แก่ เหตุมาจากเป็นเด็ก แล้วเจ็บ คือป่วย ไม่สบายก็ตาย ตายได้หมด ไม่ว่าตัวเล็กตัวใหญ่ แล้วก็ไม่มีเวลาบอกร การตายไม่มี

เวลาบอก ก็สงสัยว่า เหตุเพราะตัวนี้ ถ้าเราไม่มีการเกิด สิ่งต่างๆ ที่กั้นอยู่นี้ คือ เกิด แก่ เจ็บ ตาย มันก็ไม่เกิดขึ้น แล้วก็นึกย้อนไปว่า เกิดมาได้อย่างไร เห็นไหม ตอนนั้นก็ไปค้นหาในสิ่งที่ละเอียดมากขึ้น ว่าการเกิด มันเกิดมาได้ อย่างไร อะไรที่ทำให้เกิด นั่นคือเห็นแค่นั้นแล้ว ก็ศึกษาต่อและพิจารณาต่อ เพราะฉะนั้นบางทีเรารู้จริง แล้วบอกว่าเรารู้ซึ่ง แต่ทำไมยังมีอารมณ์อยู่อีก มันน่าจะบอกว่าจริงๆ แล้ว ตัวนี้มันไม่น่าเกิดขึ้นมาได้อีก เหมือนที่อาจารย์ บอกว่า อาจารย์โกหกไม่เป็น เพราะอะไร โกหกเป็นอย่างไรไม่รู้จัก แบบ เดียวกัน เพราะฉะนั้นจะนั่งให้ละเอียด ต้องรู้จริงอย่างละเอียด แล้วรู้จริง อย่างละเอียด มันไม่ใช่ด้านเดียว มันต้องหลายด้านด้วย เพราะเราใกล้รู้ซึ่ง ตัววัดที่สุดก็คือ เราสงบทุกเวลาเลย ว่าเรารู้ละเอียดนั่นคือสงบทุกเวลา ถ้าเรา สงบทุกเวลาแล้ว

คำสอนอาจารย์ถูกทับทิม

ประธานเมื่อ 10 ก.พ. 47

คิดแล้วในของละเอียดแล้วนี่ คิดผิคนิดหน่อยมันจะต่อ ไปยาว เพราะฉะนั้นยังละเอียดยิ่งคิดไม่ได้ ต้องนั่งเฉยๆ คุณสิ่งที่เกิดขึ้นว่าเพราะเหตุอันใดแล้วการเกิดขึ้นนั้นอย่าให้เกิดขึ้นเพียงอย่างเดียวหรือเพียงทีเดียว ต้องให้เกิดขึ้นบ่อยๆ เพราะการเกิดขึ้นเพียงทีเดียวนั้นแล้ว ว่าเป็นสิ่งที่ถูกต้อง... นั้นไม่ใช่ เพราะของละเอียดนั้นถ้าเราคิดอย่างหนึ่ง มันก็จะเอาของละเอียดในสิ่งที่คิดผิคนั้นจะตามมาเอง เพราะฉะนั้นยังนั่งให้จิตละเอียดเท่าไร ยิ่งต้องวางเฉยมากเท่านั้น ห้ามคิด เพียงนึกก็ไม่ได้ คุณสิ่งที่เกิดขึ้นจากจิตละเอียดแล้ว คุณว่าสิ่งที่เกิดขึ้นนั้นเพราะเหตุอันใด อย่าไปนึกเองว่าที่เป็นอย่างนี้เพราะทำอย่างโน้นมา ที่ได้ผลอย่างนี้เพราะทำอย่างนั้นมา... ไม่ได้ ของละเอียด เรายังไม่รู้ว่าของละเอียดนั้น ความสงบที่จะรู้มากขึ้นมันเป็นยังไง เพราะฉะนั้นพยายามห้ามนึก ห้ามคิด ให้อยู่เฉยๆ เอาความสงบที่ได้ลงจุดกลางระหว่างคิ้วไว้ สิ่งที่คุณพิจารณาอันนั้นคือหาเหตุอันใดถึงได้ผลอันนั้น ส่วนหาเหตุอันนั้นก็ต้องหาจากความสงบเอง ห้ามคิดห้ามนึกอีก เพราะถ้าเกิดเราคิดจากเหตุผลที่เราถามแล้ว เรายังคิดต่อมันก็บอกว่าเป็นสิ่งแบบนี้ อย่าลืม! แต่เราคิดมันก็คิดเข้าข้างตัวเองแล้ว เพราะฉะนั้นของละเอียดต้องระวังให้มาก เอาแบบหลักง่าย ๆ อยู่เฉยๆ ไม่คิดไม่นึก อยู่เฉยๆ ลงความสงบในจุดกลางระหว่างคิ้วไว้แค่นั้น มันจะละเอียดมันจะเป็นยังไงก็อยู่เฉย ๆ ลงความสงบในจุดกลางระหว่างคิ้วไว้แค่นั้น มันจะละเอียดมันจะเป็นยังไงก็อยู่เฉยๆ แล้วสิ่งที่เกิดขึ้นเข้ามาในจิตก็หาเหตุอันนั้น เหตุอันใดถึงได้ผลอันนั้น ถามว่าเหตุอันใดถึงได้ผลอย่างนั้น ก็ถามเหตุต่อ เพราะในละเอียดนั้นมันคงไม่ใช่เหตุอย่างเดียวถึงจะได้ผลอย่างนั้น อย่างน้อยก็ต้องมีหลายเหตุ ถ้าเหตุอันเดียว

ได้ผลอย่างนั้นมันเป็นแค่เบื้องต้น แต่ในสิ่งละเอียดมันไม่ใช่เหตุอันใดอันหนึ่ง มันมีหลายเหตุเข้าร่วม เพราะฉะนั้นถ้ามีหลายเหตุเข้ามาแล้วก็ต้องไม่นึกเลย ยิ่งต้องไม่คิดเลยให้อยู่เฉยๆ เอาความสงบไว้ แล้วอะไรที่มันเกิดขึ้นมาก็หาเหตุอันนั้น นี่คือผลที่จากจิตละเอียด

เราบางคนยังสงสัยว่าในจิตละเอียดนั้น สิ่งที่จะได้นั้นมันจะเป็นรูปลักษณะใหม่? มันจะเป็นสิ่งที่ละเอียดจนที่รู้มากขึ้น ไหม? อย่าเพิ่งไปคิดของอย่างนี้ไม่ใช่อย่างที่เราคิดแล้วมักจะได้อีห้วงเฉยๆ ให้อยู่เฉยๆ ไว้ แล้วที่มันเกิดขึ้นก็หาเหตุอันนั้น เพราะฉะนั้นในจิตละเอียดต้องระวังให้มาก แต่เราคิดแค่เรานึกแล้วเข้าข้างตัวเอง มันก็จะไม่ตรงแล้ว มันก็จะหาเหตุที่เข้าข้างตัวเองตลอด อย่าลืม! ในจิตละเอียดนั้นบางทีสิ่งที่ละเอียดที่ดี ที่ไม่ดีนะ...ยังมีอยู่นะ ไม่ใช่ว่าจิตละเอียดแล้วมันคือการเข้าขั้นที่จะสำเร็จ ... ไม่ใช่จิตละเอียดเพื่อคู่สิ่งที่เราอยากจะรู้มากขึ้น อย่างเช่นที่มักจะพูดเสมอว่าจิตละเอียดนั้นมันจะมีพลังใหม่? ทำไมมีพลังนี้ยกตัวอย่าง ก็เราหาเหตุว่าจากเหตุอันนี้มันมาจากผลอันไหน จากผลอันนี้มาจากเหตุอันไหนต่อ หาเหตุหาผลไปเรื่อยๆ โดยเอาความสงบเป็นที่ตั้งห้ามนึกห้ามคิด ถ้ามว่าแล้วห้ามนึกห้ามคิดแล้วมันจะเกิดขึ้นเอง ไหม...เกิดขึ้นเอง อย่าลืมที่เราไหว้ที่เราเรียกว่าพุทธเจ้านั้น ที่เกิดขึ้นเองนี้ เพราะจากความสงบ นั่นคือการรู้แจ้ง เมื่อการรู้แจ้งบอกแล้วสิ่งที่เกิดขึ้นว่าเหตุจากอันใดผลก็จากอันนี้ เหตุในเหตุจากใดผลก็มาจากตรงนี้

เพราะฉะนั้นในการรู้แจ้งมันจะไม่มีที่สิ้นสุดเหมือนกัน เพราะฉะนั้นในจิตละเอียดนั้นจะรู้ ขึ้นเอง เราดูจากเหตุอันใดถึงจะได้ผลอย่างนั้น เราก็นั่งเอาความสงบมันก็แจ่มชัดเอง แล้วในคำว่าแจ่มชัดนั้นจะบอกเหตุและผลข้างในด้วย นี่คือของละเอียดที่เราจะรู้ โดยที่เราไม่ตั้งใจให้เกิดขึ้น ไม่ใช่ตั้งใจให้เกิดขึ้นนะ มันเป็นไปเอง ถ้าแบบง่ายๆ คือเหมือน กับข้างล่างเราทำอะไรสักอย่าง เสร็จแล้วเราสงสัยนึกยังไม่ออก อยู่ดีๆ ก็สงบ

สงบปึบ แค่มองอย่างนั้นคำตอบก็ออกมาเลย เห็นไหม...คำตอบมันออกมา
เลยนะ โดยที่เราไม่ได้นึกเราไม่ได้อะไร แต่คำตอบบอกว่าเหตุที่ทำอย่างนี้
ผลก็เป็นอย่างนี้ เพราะฉะนั้นผลที่ให้ได้คือเหตุจากอันใด มันเป็นเหตุที่เป็น
ผลตามมา เพราะฉะนั้นบางคนจะสงสัยว่าจิตละเอียดนั้นอยากรู้อะไรลึกๆ
ได้ไหม...ได้ ไม่ต้องไปสงสัย มันจะรู้เอง แล้วที่รู้เองมันเพราะอะไรก็เหมือน
เราอะ อย่าลืม! มันจิตพุทธะมันอยู่ในส่วนลึกของแต่ละคน ทุกคนมีจิตพุทธะ
เมื่อจิตพุทธะนั้นก็คืออะไร? รู้เอง เหตุและผลรู้เอง เพราะฉะนั้น ในจิต
ละเอียดเราก็อึดเบื้องต้นที่จะเป็นจิตพุทธะ จิตพุทธะมันมีทุกคน มันอยู่ข้าง
ใน หายสงสัยแล้วนะ เพราะฉะนั้นถามว่าต้องรู้ละเอียดถึงยังไงถึงต้องรู้
ละเอียด...ไม่ต้อง นั่งสงบ ไม่ต้องคิดไม่ต้องนึกอะไรสงบไปเรื่อย ๆ สิ่ง
ที่เกิดขึ้นเหตุอันใดถึงจะได้ผลอย่างนั้น ถามในจิต แล้วตอบเอง อย่างนี้ก็อย่าคิด
เด็ดขาด! ถ้าคิดแล้วนึกแล้วมันเข้าไปในจิตละเอียด แล้วเราก็นึกว่ามันเป็น
คำตอบ ตัวนี้ต้องระวังให้มาก

คำสอนอาจารย์มังกรคู่ อาจารย์กาแฟ

ประทานเมื่อ 23 ก.ค. 47

ก่อนจะเกิดภัยพิบัติ ทุกอย่างข้างล่างจะเลวร้ายทุกอย่าง เรื่องการกิน การกินที่เราต้องกินจะมีพิษภัย เพื่อให้มีการเกิดการแก่งแย่ง เมื่อมีการเกิดการแก่งแย่งก็จะมีการเคียดแค้นตามมา เมื่อเคียดแค้นตามมาแล้ว สิ่งที่ไม่ได้ก็จะมีการแย่งชิง เมื่อแย่งชิงกันแล้วก็จะมีการฆ่ากัน จากจุดเล็กๆ ก็จะขยายไปเรื่อยๆ เพราะการกินมันเป็นพิษ ต้องแสวงหาในสิ่งที่ไม่เป็นพิษ สิ่งที่ไม่เป็นพิษก็มีเพียงบางส่วน นั่นแหละ ก็จะเกิดการแย่งชิงในสิ่งๆ นั้น เมื่อเกิดการแย่งชิง สิ่งที่ไม่ได้ ที่เราเรียกว่าไม่สมหวัง ก็จะมีการอาฆาตตามมา เมื่ออาฆาตกันแล้ว เมื่อไม่ได้มากขึ้นๆ ก็จะมีสิ่งทีหนึ่งที่เกิดขึ้น สิ่งที่เกิดขึ้นนั้น ถ้าไม่ได้บุคคลอื่นก็ต้องไม่ได้เช่นเดียวกัน นั่นแหละก็จะมีการทำลายล้างเกิดขึ้น! นี่คือเหตุที่เกิดก่อนเกิดภัยพิบัติ เพราะฉะนั้น ที่เราฝึกตัวนี้ขึ้นมา ก็คือทำให้รู้เท่าทันว่าสิ่งที่มันเกิดขึ้นมากขึ้นๆ นั้น กำลังเข้าใกล้จุดเกิดภัยพิบัติ อาจารย์ที่มาสอนหลังๆ ถึงได้บอกเราแล้วว่า สิ่งที่เราเคยเป็นอยู่จะลำบากมากขึ้น เมื่อลำบากมากขึ้นแล้วเราต้องมีสติให้มาก เหตุที่ต้องมีตัวนี้เพราะว่า ในการที่เราเกิดความลำบากนั้น จะไม่เป็นส่วนใดส่วนหนึ่ง มันจะลำบากไปหมด เมื่อความลำบากๆ ไปหมดนั้น ความทุกข์ทรมานมันก็มากขึ้นๆ ที่อาจารย์ให้เราฝึกละเอียดหลังๆ นี้ ก็เพื่อให้รู้ว่าในการนั่งเย็นที่จิตนั้นในความสงบในเย็นที่จิตที่ละเอียดนั้น มันก็จะชนะความทุกข์ทรมานที่ลำบากมากขึ้นที่เราต้องเจอ คือต้องพบในข้างหน้า อย่างน้อยก็บรรเทาลง จะมีเหมือนบุคคลทั่วไปที่จะคืนรณตลอด ทุกข์แล้วจะให้หายทุกข์ก็คืนรณ แต่คืนรณในสิ่งที่มันเอาไปไม่ได้เพราะมันเป็นพิษ เพราะฉะนั้นพวกเราก่อนที่จะยังไม่เกิดภัยพิบัตินั้น จะรู้แล้วว่าอาจารย์ให้เรานั้นนะ เมื่อเย็นที่จิตก็คือแผ่ทั่ว

กายสังขารของเรา นั่นก็คือให้เราทรمانน้อยหน่อย หรือว่าใครที่ชำนาญมากขึ้นเก่งมากขึ้น ความทรمانที่จะเกิดเราอาจจะไม่มีก็ได้ แต่คนอื่นที่ไม่ได้ฝึกธรรมะนี้จะทรนทรายไปตลอด วันแล้ววันเล่าก็ทรนทรายไปเรื่อย ๆ ทรนทรามยิ่งนัก แล้วการฝึกของเรานั้น ถ้าฝึกกันแล้วเมื่อแผ่ทั่วกายสังขารแล้ว ก็แผ่ให้คนอื่นด้วย เพราะธรรมะนี้ต้องแผ่ด้วย นี่คือการเตรียมให้ เกิดก่อนภัยพิบัติที่จะเกิดขึ้น ส่วนที่ว่ามันจะเจ็บปวด มันจะลำบาก มันจะทรมานแค่ไหนนั้น ให้นึกเสียบ้างว่าสิ่งที่เราจะละสังขารในจิตของเรานั้น ณ จุดที่เราจะออกนั้น เราต้องขณะจิตที่มันติดอยู่ข้างล่าง นั่นแหละเราต้องทิ้งข้างล่าง เพื่อนำจิตนี้ออกจากจุดกลาง ระหว่างก็就会有ความหมายเหมือนกัน เพราะในขณะที่ถ้าจิตยังติดข้างล่าง ความทุกข์ทรมานที่ออกจากกายสังขารที่เราต้องละนั้น มันก็จะทรนทรายในลักษณะเดียวกัน เหมือนกันถ้าเรามีความรู้สึกอย่างนั้น เราก็จะรู้ว่าภัยพิบัติที่จะเกิดนั้นมันทรมานแบบนี้แหละ ทรมานแบบที่ว่าอยู่ไปที่ทรมาน กำลังจะไปก็ทรมาน มันทุกข์แสนสาหัสจริงๆ

อาจารย์ไม่ทำคำ

ฟังแล้วเหมือนธรรมดาๆ แต่ถ้าเกิดคนที่นั่งละเอียดจะฟังรู้ หลังๆ อาจารย์เปรียบให้เราว่า เหมือนกับเรากำลังต้องตาย เรากำลังจะตาย เราติดข้างล่างไม่ได้ เพราะถ้าเราติด ข้างล่าง เราจะกังวลเราจะไม่มีความสุข เพราะฉะนั้นจิตที่จะออกจากร่าง ขณะนั้นนะเราต้องทิ้งข้างล่าง จะมีลูก มีหลาน จะมีพ่อแม่ แม่ ไม่รู้ ต้องทั้งหมด เพราะเอาไปไม่ได้ นั่นคือเราก็ขณะ ขณะอะไร ขณะความกังวล จะมีสมบัติ ไม่มีสมบัติยังไง จะมีบ้านใหญ่โต ยังไง ก็ต้องทิ้งให้หมด นั่นนะต้องเอาจิตออกจากจุด ใครจะเป็นยังไง หรือว่า ยังมีภาระที่ต้องทำก็ไม่ได้ยากนะ อย่าคิดว่ามันง่ายๆ นะ เพราะฉะนั้นเราฝึกๆ อย่างนี้ ว่าถึงเวลาเราจะไปจริง ๆ ที่ว่าออกจากจุดนี้ มันไม่ใช่

เพราะฉะนั้นที่อาจารย์หลายองค์บอกว่าสอนให้เราหัดวางก่อนนั่นคือเริ่มต้นแรก ถ้าเราวางจริงๆ นะ ถึงตอนนั้นความกังวลก็น้อยหน่อย อาจจะกลัวหน่อย เอ๊ะ! ไปแล้วมันคืออะไร เพราะมันไม่เคยเห็น ไข่เปล่า? แต่ยังคงวลน้อยหน่อย กับถ้าไม่เคยฝึกนี่นะ มันสารพัดเลย 'ไม่รู้' ไปดีไม่ดีก็'ไม่รู้' แล้วที่ทำมาที่อาจารย์บอกมันน่าจะวางได้ ก็ไม่ทำจริง ทำบ้างเล่นบ้าง นั่นแหละสิ่งที่เราจะออกจากร่าง มันจะรู้ของเราหมดแหละ เราไม่ต้องกลัวหรือว่าเราจะรู้'ไม่รู้' เฮ้ย! ตายแล้ว ที่อาจารย์สอนๆ ให้ละแล้วให้วางจริงๆ เราก็ไม่ทำ ณ ขณะนั้น หมดเวลา ไม่มีใครช่วยเราได้นะ ตัวเราแหละต้องช่วยตัวเอง ไข่เปล่า

เพราะฉะนั้นถ้าเราฝึกอย่างนี้ไปนะ เราสบาย เราวางหมดแล้ว เราไป อ้อ จุดนี้ไป พอทิ้งข้างล่าง เราทิ้ง ก่อนมีชีวิตก็ทิ้งอยู่แล้ว ไม่สนใจอยู่แล้ว ก็วางก็ไปก็ไป ไม่กังวล แต่ถ้าเราทิ้งไม่ได้ สารพัดเลยละ ไปยังไหนวะ ไข่ที่นั่นก็ไม่ได้ บุญที่ทำได้ไม่ได้เต็มทีเพราะไม่ค่อยตั้งใจทำบุญอีก กังวลทุกอย่าง กังวลในสิ่งที่เราไม่รู้ เข้าใจยัง? เพราะฉะนั้นถ้าเราฝึก เรารู้อดีตชาติ สบายเลย เราไม่ต้องกังวล เพราะเราเคยฝึกหรืออดีตชาติแล้ว มันคือเป็นยังงี้ก็จบ นั่นแหละ ถ้ารู้อดีตชาตินะ ที่ออกกังวลตรงพวกนี้ไม่มี เพราะมันรู้มาแล้วหรือใครที่จะฝึกรู้ล่วงหน้า อ้อ มันเกิดขึ้นจริง มันมีจริง ก็ไม่กังวล ก็มันฝึกมาแล้ว เพราะฉะนั้นนี่คือเหตุแผลผลนะ ไม่ใช่ถึงตอนนั้นมา ใครมาเรียกเราก็ไปไม่ได้เราต้องรวบรวมกำลังใจทุกอย่างนะ เดียวนี้กว่าอาจารย์ช่วยเรียกหน่อยเรียกไม่ได้ อาจารย์ไม่เรียก นี่คือนักเรียนนี่ท่านเปรียบ เราไม่ต้องนึกไกล เราลองปิดจมูกปิดปาก กำลังจะตายๆ นั่นนะ จะไปแล้ว จะตายแหละไม่ตายแหละ ความรู้สึกแบบนั้นนะ อาจารย์ท่านเปรียบเทียบ เปรียบว่าตอนที่เกิดภัยพิบัติ นั่นนะ จะเกิดนี่นะ มันจะทรمانแบบนี้ คือทรمانที่ว่าอะไรก็'ไม่รู้' ต่อไปข้างหน้า จะเกิดอะไรก็'ไม่รู้' มันถึงน่ากลัว ฟังดูง่ายๆ แต่ถ้าเรานั่งละเอียด เราฟังแล้วเรารู้ มันมีความน่ากลัวอยู่ข้างในเป็นเพียงแต่เราไม่เจอ ยัง

ไม่เจอเปรียบง่าย ๆ ถ้าอาจารย์จะยกตัวอย่างก็เหมือนกับคน เราลองเอาคนที่ เคยเกิดอะไรอะ...ระเบิดใหญ่ ปรมาณู เราลองเอาคนที่อยู่ยุคนั้น ถ้าเขาเล่าเขา จะสะดุ้งกลัวทันที เพราะเขาเจอ แต่เราเล่า มันก็ไม่รู้ เพราะมันไม่เจอใช่ ไหม? คำว่าน่ากลัวเป็นยังไง ก็ไม่รู้ ไข่เปล่า? นั่นแหละลักษณะเดียวกัน แต่ เราลองเอาคนที่มียังชีวิตอยู่ตอนนั้นและอยู่ตรงนั้น ให้เขาเล่าสิเขาบอกเขา เล่าแล้วสะดุ้งกลัวทุกที มันคิดว่า เขาเรียกว่าคิดตา เพราะฉะนั้นอาจารย์นี้มา คือยังมีอีกสองบทนะ อีกสองบทเป็นยังไง? ครั้งแรกอาจารย์บอกว่า เมื่อถึง ตอนนั้นนะ พ่อไปทางหนึ่ง ลูกไปทางหนึ่ง ไม่เจอกันนะ เราอย่าคิดว่าเราพา ไปหนีนะ นะ แล้วไปเจอกัน ไม่ใช่ นะ มันหนีกันหมดแหละ เคี้ยวพ่อไปทาง หนึ่งลูกไปทางหนึ่ง อย่างน้อยเราก็ห่วงลูกเรานะ เราคิดว่าจูงมือไปพร้อมกัน ตลอดไม่ใช่ พี่น้องเราที่ไม่เชื่ออย่างนี้ (ธรรมะนี้) เราสงสัยเขาเปล่า เห็น ไหม? เอ้อ มันก็หนีทุกขนะ ถามว่าธรรมะนี้พี่น้องเราทุกคนเปล่า? ก็ไม่รู้ รู้ เปล่า... ไม่รู้อะ แล้วไม่รู้เราสงสัยเขาหรือเปล่า เขาเป็นพี่น้องเราชาตินี้ นะ เราเปล่า ช่วงมันไม่รู้ก็ช่วงมันหรือ แต่เวลาเกิดภัยพิบัติมันเหมือนกันนะ มัน ทรมาณนะ เขาถึงว่าเชื่อไม่เชื่อไม่เป็นไร แต่ใช้ปัญญาหาหนทาง

เพราะฉะนั้นหลัง ๆ อาจารย์ให้ทำทีละอย่าง ๆ จริง ๆ แล้วมันต้อง มากกว่านี้ แต่เราได้แค่นี้ เพราะที่ได้แค่นี้ เพราะว่ายังต้องทำโน่นทำนี่ ข้างล่าง ทำงานก็ได้แค่นี้ ก็แค่นี้ไง ถึงบอกว่าอาจารย์ที่มากบอกว่าได้แค่ไหนก็ แค่นั้น ถ้าเราลองนั่งจิตละเอียดแล้วรู้ซึ่งบางอย่าง อาจารย์บอกว่าเราจะรู้เลย ซ้ำไม่ได้ ไข่หรือเปล่า? เพราะถ้าซ้ำ ตอนนั้นมันเกิดแล้วนี่ มันไม่มีเวลาแบบนี้ แล้วนะ เพราะฉะนั้นอาจารย์ให้เราฝึกละเอียดเพื่อให้รู้บางอย่าง รู้บางสิ่ง บางอย่างจากอาจารย์ที่สอนนั้นนะ แล้วมันจะเข้าไปในจุดกลางระห ว่างคือ เอง ตัวนี้ยังไม่บอกเรา ถ้าเราฝึกละเอียดในจุดกลางนี้ เวลาฟัง อาจารย์ท่านจะ เปิดข้างในว่าตัวนี้นะ ปัญญาเป็นอย่างนี้นะ แต่เฉพาะคนที่ฝึกละเอียดได้ จริง ๆ

เพราะฉะนั้นเวลาคนสมัยก่อนที่ฝึกอย่างนี้ เขาฝึกจนทรमान เขาถึงทุกอย่าง เขาเปิดจุดให้ มีไหม? มีสอน แต่ที่นี้ยุคนี้ เขาเปิดจุดก่อนแล้วค่อยฝึก สมัยก่อนเราต้องฝึกก่อนนะ ทั้งบ้านทั้งหมดเลย อยู่นั่นนะ ฝึกหมดเลย ทรमानไม่รู้เท่าไร จินแน่ชัดว่าเราไม่มีตัวนี้ ก็จะมีอะไรบางอย่างมาเปิดทางให้เรา อ้อ ทางนี้เอง มีสถานธรรมมีบอก แต่สมัยนี้มาเปิดก่อน คือจุดนี้มันได้ก่อน แต่มาฝึกทีหลัง มันถึงมันต่างกันไง แล้วนั่งแล้วตอนนี้เราจะเข้าใจว่าเหตุทำไมอาจารย์เปิดก่อน เข้าใจยัง? ทำไมไม่ฝึกก่อนแล้วค่อยเปิด อาจารย์เปิดก่อนแล้วค่อยฝึก นั่นก็คือว่า ที่เปิดให้พวกเรานะ มันจะวิ่งหนีกัน กัยพิบัติมันจะหนีกันไม่รู้ไปไหน เราจะหลบตรงไหน เราจะไปทางก็ได้ ใครโชคดีนึกถึงได้ ก็ไปถึงเวลานั้นก็ไปนั่งจุดนี้ ก็ไปฝึกตอนมีดๆ ตอนลำบากเหมือนกันไหม เหมือนกัน เพราะตอนนั้นเราต้องลำบาก เราก็ต้องฝึกต่างกัน หรือเปล่า...ไม่ต่าง มันจะไม่มีที่สบายแล้วฝึกหรือ เพราะตอนนั้นจะไปไหนก็ไปไม่ได้ นั่นอย่างเดียว จริงเปล่า แล้วก็เดินไปโน่นเดินไปนี่ไม่ได้ นั่งอย่างเดียว

คำสอนอาจารย์ลูกทับทิม

ประธานเมื่อ 8 ต.ค. 48

วันนี้สอน “ใจฟุ้งซ่าน” ฟุ้งซ่านก็คือคิดไปเรื่อย ไม่มีที่สิ้นสุดหาเหตุหาผลไม่มี คิดว่าสิ่งที่เกิดขึ้นนั้นเป็นสิ่งที่บังเอิญ เป็นสิ่งที่ควบคุมไม่ได้ เมื่อสิ่งที่มันบังเอิญ สิ่งที่ควบคุมไม่ได้ ใจมันก็ฟุ้งซ่านต่อไปเรื่อย ๆ ว่าเหตุที่เราได้รับนั้น ถ้ามันได้น้อยก็ว่าทำไมมันได้น้อย เพราะความอยาก ใจฟุ้งซ่านเพราะความอยากมันเก็บข้างใน เวลาสิ่งที่มันมีทุกข์ ก็ฟุ้งซ่านให้มันหายเร็ว อยากให้มันไม่ให้เกิดขึ้น มันก็ฟุ้งซ่านไม่ให้เกิดขึ้น ก็โดยคิดว่ามันบังเอิญไม่มีอะไรควบคุม มันก็ฟุ้งซ่านต่อ เมื่อฟุ้งซ่านต่อแล้วนะ มันไม่มีที่สิ้นสุดเมื่อมันไม่มีที่สิ้นสุดก็สร้างภาพขึ้นมา ภาพจากใจที่ เป็นทุกข์อยู่ในใจขณะนั้น แล้วก็หาวิธี แต่เป็นวิธีที่ยังมีกิเลส ยังมีสิ่งต่างๆ ที่ไม่มีเหตุไม่มีผลเข้ามา มันก็ฟุ้งซ่านต่อ เมื่อฟุ้งซ่านต่อแล้วนี้ มันไม่มีที่สิ้นสุด ก็พยายามทำต่อไปเรื่อยๆ อันไหนคิดว่าแก้ทุกข์ได้ ผิดถูกไม่รู้ก็ฟุ้งซ่านต่อที่จะทำ อันนั้นก็ทำให้เกิดเป็นหนี้เวรกรรมต่อกัน เมื่อทำแล้วยังมองไม่ชัด ใจมันเคยฟุ้งซ่านอยู่แล้ว ก็ฟุ้งซ่านต่อเข้าไปอีก มันจึงหาที่จบไม่ได้

ก็อย่างเช่นทำวันนี้ เราก็อ้างฟุ้งซ่านอยากจะร่ำอยากจะรวย ฟุ้งซ่านว่าตัวเองไม่เจ็บไข้ได้ป่วย ฟุ้งซ่านว่าตัวเองไม่แก่ เมื่อฟุ้งซ่านไม่มีที่สิ้นสุด มันก็เป็นการกระทำที่ฟุ้งซ่านต่อหาที่จบไม่ได้ เพราะมันไม่มีเหตุไม่มีผล ทำอะไรก็ได้ จะผิดหรือจะถูกก็ไม่รู้เหตุไม่รู้ผล ก็ทำต่อไปเรื่อยๆ เพราะฉะนั้นทุกวันนี้ละ ใจมันฟุ้งซ่านจนไม่มีที่สิ้นสุด มันเป็นเหตุที่ว่าทำไมเป็นหนี้เวรกรรมกันต่อไป (ไม่สิ้นสุด) เพราะใจมันฟุ้งซ่านตลอดเวลา ที่มานั่งจากจุดที่อาจารย์ได้เปิดให้มันเป็นตัวที่หยุด จากเริ่มแรกเอาความความสงบเป็นตัววัด เมื่อความสงบเป็นตัววัดแล้ว นั่งเฉยๆ รู้ความคิดคนอื่น ก็เพื่อให้รู้ ว่าใจ

ฟุ้งซ่านนั้นมันทุกข์ตลอดเวลา หากความสงบในขณะหนึ่งยังไม่มี โดยที่ตัวเราน่ะมีความสงบมากกว่าเขา รู้จิตใจคนอื่น นั่นก็แสดงว่าไอ้ที่มาเป็นทุกข์น่ะ มันเป็นเรื่องจริง ถึงไม่แสดงออกแต่ใจเขาทุกข์ มันก็ค่าเท่ากัน เมื่อสงบได้แล้วเสียส่วนหนึ่ง อาจารย์ที่นี้ก็สอนต่อว่าให้นั่งละเอียดมากขึ้น เพราะจิตละเอียดนั้นมันเป็นจิตที่หยุดความฟุ้ง ซ่าน เพราะเป็นจิตที่ไม่เอาอะไร ที่อาจารย์ที่สอนว่าเป็นจิตที่ไม่คิดเข้าข้างตัว เป็นจิตที่ไม่เอาอะไร เป็นจิตที่ละเอียดหาเหตุผล โดยที่สิ่งที่หาเหตุผลนั้นมาจาการู้ตัวแล้วก็รู้จริง จนไปถึงรู้ซึ่ง หาเหตุผลตัวนี้จนถึงรู้ซึ่ง ว่าสิ่งที่เราเจอนั้นมันดีหรือไม่ดี

เพ

ระ

ฉะนั้นในจิตละเอียดนั้นน่ะเป็นตัวหยุดความฟุ้งซ่าน เมื่อหยุดความฟุ้งซ่านแล้ว ความเย็นสบายมันก็เกิดขึ้น ที่นี้อาจารย์สอนที่นี้หลายองค์ว่านอกจากกายสังขารแล้ว มันไม่มีอะไรที่จะมีความหมาย มันเป็นเพียงแต่ยึดมาใช้ ใช้ชั่วคราวตอนที่มันสังขารยังอยู่ แต่สังขารที่ยังอยู่นั้นต้องไม่เป็นอะไรด้วยถ้าสังขารยังอยู่แต่เป็นอะไรขึ้นมา พิการ เดินไม่ได้ ไปไหนไม่ได้ นั่นก็ยิ่งทุกข์หนัก เพราะฉะนั้นที่อาจารย์สอนให้นั่งละเอียดก็เป็นตัวหยุดความฟุ้งซ่าน ให้เห็นสิ่งที่เราทำอยู่นั้นมันฟุ้งซ่านไปถึงไหน มันฟุ้งซ่าน ไปไกลถึงไหน ให้ดึงกลับมาชะ ให้อยู่กับตัว จุดที่อาจารย์ที่นี้เปิดให้ มันอยู่กับตัวไม่ใช่ข้างนอก แต่เพราะใจฟุ้งซ่านนั้นมันชอบวิ่งไปข้างนอก มันจึงหาจุดไม่เจอ ฟุ้งซ่านโดยไม่มีที่สิ้นสุด ตัวที่หยุดความฟุ้งซ่านได้ก็คือจิตละเอียด หาเหตุผลเพื่อให้มันรู้ซึ่งซึ่งจากจิตใจ

คำสอนอาจารย์ถูกทับทิม

ประทานเมื่อ 21 ม.ค. 48

สอนเพิ่มนะ วันนี้จะสอนเรื่องใจสะอาด ถ้าใจมันขุ่นมัวหรือมีอะไรที่กระทบมาทางใจ ที่กระทบมาทางใจนั้นก็มาจากการสัมผัส สัมผัสทางตา สัมผัสทางหู สัมผัสทางจมูก ที่ข้างล่างเขาเรียกว่าสัมผัสทั้งหก เหตุที่ทำให้ใจเราขุ่นมัวนี้ ก็มาจากการสัมผัส เมื่อสัมผัสแล้ว เราก็ปรุงแต่ง ข้างล่างที่เรียกว่าปรุงแต่ง เพราะว่าบางอย่างเขาพูดแบบนี้ เราก็ไปปรุงแต่ง ปรุงแต่งน่าจะเป็นอย่างนี้ เมื่อปรุงแต่งน่าจะเป็นอย่างนี้แล้ว ถ้าคิดในสิ่งที่ดี ก็ไม่มีอะไร แต่เราไปปรุงแต่งในสิ่งที่ไม่ดี ก็ปรุงแต่งต่อว่าที่เราสัมผัสนั้นมานั้นมันมีอะไรที่เกิดขึ้นกับเรา เราก็ต้องมามีการปรุงแต่ง ว่าเหตุใดหรือสัมผัสที่รับมานั้นนะ ทำไมต้องมาเกี่ยวกับเราหรือเกี่ยวข้องกับเรา เมื่อปรุงแต่งต่อแล้วก็มีการนึกคิด คิดต่ออีกว่าที่ปรุงแต่งนั้นจะอย่างไร ถ้าเป็นการว่ากล่าว จิตที่ปรุงแต่งก็จะบอกว่าเราก็คดีแล้ว ทำไมต้องมีการว่ากล่าวกับเรา? จิตที่ปรุงแต่งก็บอกกับตัวเราว่าต้องมีการว่ากล่าวกับคน ถ้าที่อาจารย์เขาสอนกันคือ อย่างนี้ก็คือคิดเข้าข้างตัวเองอย่างหนึ่งด้วย

เพราะฉะนั้นจิตที่ปรุงแต่งตั้ง ว่ากล่าวว่ากล่าวกับคน จิตที่ปรุงแต่งก็หาคำที่แรงกว่า หาที่แรงกว่า เพราะว่าจิตที่ปรุงแต่งบอกเราก็คดีแล้วนี่ ไม่สมควรที่ต้องมีใครมาว่า จึงปรุงแต่งต้องว่ากล่าวกับคนไป เพื่อให้สิ่งที่ว่านั้นนะไม่ว่าต่อแต่หาเป็นเช่นนั้นไม่ ถ้าเราว่ากล่าวกับคนไป คนที่เคยว่าเรามีจิตปรุงแต่ง ปรุงแต่งว่า ว่าไม่ได้ ก็เลยปรุงแต่งต่อว่าต้องมีการกระทำ อาจจะมีการบาดเจ็บให้เขาขอมรับ เห็นไหมจิตปรุงแต่งสองอัน เพราะจิตปรุงแต่งนั้นแหละ มันเลยมีการก่อกวนเวรกรรมไม่มีที่สิ้นสุด เพราะฉะนั้นอาจารย์ที่นี้ที่สอนว่าอย่าคิดเข้าข้างตัวเอง มันก็เกี่ยวกับจิตปรุงแต่งเข้ามาด้วย รู้แบบนี้แล้วเราจะทำจิต

สะอาดยังไง? ให้ดูที่ว่าที่เราเรียกกันว่าสัมผัสนั้นมันเป็นสิ่งที่อยู่รอบตัว ถ้าเราเรียกว่ากายสังขาร ก็คือสิ่งอยู่รอบกายสังขาร จะไม่มีเลขก็ไม่ได้ เมื่อสัมผัสเข้ามาในกายสังขารหรือว่าสัมผัสทั้งหกนั้น ที่อาจารย์ที่สอนว่า ถ้าเรามีตัวรูๆ ว่ามันไม่มีประโยชน์ เราก็จะจับตัวรูตัวนั้นอยู่ อย่าเข้าไปเอาจิตปรุงแต่งต่อไป เมื่อมีตัวรูแล้วนี่เราก็พิจารณา ว่าไอ้ที่ไม่มีประโยชน์แล้วนี่ อาจารย์ท่านสอนว่าให้วางเฉย นี่แหละก็คือการวาง ถึงว่าเอ้อ ที่ไม่มีประโยชน์นี้ มันคือวางก็คือวางอย่างนี้เมื่อสัมผัสตรงไหน สัมผัสทั้งหกเราวาง ณ จุดนั้น ไม่เข้าจากในจิตปรุงแต่งสิ่งที่ตามมามันก็ไม่มี นั่นคือเรารู้จริงแล้ว สิ่งที่ตามมาเข้ามาในจิตไม่มีเพราะเราไม่ปรุงแต่งต่อ เราไม่คิดเข้าข้างตัวเอง นั่นคือรู้จริง เมื่อรู้จริงอย่างนี้ในสัมผัสทั้งหกนั้นไม่ว่ามาเข้าทางไหน เรารู้อย่างไร จะมาเข้าทางตา จะเข้าทางหู หรือเข้าทางจมูก ตลอดจนเข้ามาทางจิตใจ เมื่อรู่ว่านั่นมันไม่มีประโยชน์แล้วนี่รู้จริงๆ ไม่มีประโยชน์จริงๆ นี้เมื่อเข้ามาทางใดทางหนึ่งแล้วเราก็หยุด หยุดได้ทันทีนี้จากการรู้จริง ๆ หลายๆ อย่างเข้า มันก็จะเป็นการรู้อะไร เมื่อรู้อะไรได้แน่แท้แล้วนี่ เราก็บอกว่าเป็นสิ่งเหล่านี้เราเข้าใจแล้ว

เพราะฉะนั้นคำว่าจิตเราขุ่นมัวนี่เพราะมันจิตมันปรุงแต่งมา ตาเห็นอะไรก็ปรุงแต่งอยากให้เห็น อยากจะได้อย่างนั้นก็เข้าใจ ว่าตามันปรุงแต่งอย่างเช่นเราเห็นของสวย ๆ งาม ๆ เราก็ปรุงแต่งอยากจะได้สวย ๆ งาม ๆ จิตปรุงแต่งเราก็ต้องไปคิดว่าทำยังไงให้ได้สวยงามแบบนั้น มันก็ปรุงแต่ง ปรุงแต่งว่าต้องไปหา เขาใช้สิ่งนี้มีการทำอย่างนี้มา ถึงเกิดความสวยงาม ปรุงแต่งเพื่อไปหา ถ้าเรารู้สิ่งต่อ เราหยุดตรงนั้น สัมผัสทางตาบอกของสวยงามนั้นนะ มันไม่เที่ยง มันเป็นแค่ชั่วขณะหนึ่งเอง แต่ชั่วขณะหนึ่งนั้นเรามักนึกถึงว่ามันเป็นเวลานาน มันปิดบังตาไป แต่ถ้าเรารู้สิ่งนั้น เราก็รู้ว่า เอ้อ ชั่วขณะหนึ่งนี้นะก็คือชั่วขณะหนึ่งที่ตาเราเห็น ถ้าตาเราไม่เห็นนั้น ความสวยความงามก็ไม่มี ความหมาย เราก็หยุดตรงตา เราไม่ไปปรุงแต่งเข้าไปในนั้นเมื่อรู้จริง

ทุกๆ อย่างมันกลายเป็นรู้ซึ่งแล้ว ใจอะไรที่มันรู้ซึ่งขึ้นมา นี่มันจะเริ่มใสสะอาด อย่างเช่นที่อาจารย์เคยบอก ว่าจิตเดิมแท้เราใสสะอาด แต่ทุกวันนี้ที่มันยังขุ่นมัวเพราะจิตปรุงแต่งเข้าไป ที่อาจารย์สอน ว่าอยากมีเหมือนเขา ที่มีคำสอนว่าเห็นเขารวยก็อยากรวยอย่างเขา เห็นเขาคงก็อยากดังอย่างเขา แต่ทำไมไม่เห็นเขาตายแล้วทำไมไม่ตายอย่างเขา นี่ก็คือ คำสอนที่ดับจิตปรุงแต่งว่า สิ่งที่ยากเหมือนตามเขานี้ สุดท้ายนี้เมื่อเขาเป็นอย่างนี้ขึ้นมา ทำไมไม่ตามเหมือนเขา นั่นก็คือจิตปรุงแต่ง ปรุงแต่ง ว่าที่เขารวยเขาดัง เขามีชื่อเสียง นั่นนะมันแค่ช่วงขณะหนึ่ง ก็เหมือนกับข้างล่างที่เรียกว่ามันไม่เที่ยงรู้จริงไปเรื่อยๆ รู้จริงจนแน่ชัด ก็รู้ซึ่ง เมื่อรู้ซึ่ง นี้ใจใสสะอาดมันก็ไหลออกมาสัมผัสที่ไม่มีมีประโยชน์ในสัมผัสทั้งหมดนี้ ที่เรากลัวกันหนักหนา ว่าเราไม่รู้ สติไม่ทัน อาจารย์ก็บอก ว่าพยายามให้รู้จริงแน่ชัดไปเรื่อย ๆ ให้พิจารณาไปเรื่อยๆ แล้วมันรู้ซึ่งแล้วนี้ ถ้าจิตมันใสสะอาดมันรู้ซึ่งแล้วนี้ อย่างนี้นะเราเอาตัวรอดเราได้ ถ้าเรายังไม่รู้ซึ่งที่อาจารย์บอกมันก็มีโอกาสที่จะจิตปรุงแต่ง แล้วปรุงแต่งไม่ใช่ว่าอะไรหรอก มันปรุงแต่งคิดเข้าข้างตัวเอง คิดเข้าข้างตัวเองว่าเรถูกก่อนเราดีกว่า มันปรุงแต่งว่าเรถูกก่อนเราดีกว่า แล้วก็ ปรุงแต่งว่า (ตัว) เราใครจะว่าเราก็ไม่ได้ ก็ปรุงแต่ง ว่าเราดีที่สุดแล้ว เมื่อเกิดจิตปรุงแต่ง นี้ขึ้นมา มันก็มีการคืน ดอบกลับคืนเขาไป แล้วดอบกลับคืนเขาไปก็คือแรงก ว่าเพราะเราดีแล้วนี้ไม่มีใครที่จะมาว่าเราได้ แต่เรากลับคืนแรงกว่าเขา นี้ก็บอกแล้วว่า เป็นสิ่งที่ ว่าเคยคิดว่าดีกว่าเขา แต่เวลากลับคืนไปกลับแรงกว่าเขา นี้มันเป็นคำพูดกับตัวเองไม่ได้ ว่าที่เรา (ว่า) ดีกว่าเขาละ ถ้าดีว่าเขารวดต้องเจียบ เราต้องน้อยๆ (แต่) กลับแรงกว่าเขา เพราะฉะนั้นที่คิดว่าเขามันก็ไม่ใช่ว่าปรุงแต่งตัวเองดีกว่าเขาขึ้นมา อันนี้คือคิดเข้าข้างตัวเอง

เพราะฉะนั้นจิตปรุงแต่งที่เรา ว่า ทำไมเรานั่งตั้งนานแล้วนี้ จุกกลางที่อาจารย์เปิดให้มันไม่ใสขึ้นมา นี้ เพราะมันมีจิตปรุงแต่งตัวนี้มันปิดกัน ลองนึกลองพิจารณาที่อาจารย์สอน ว่าจิตที่เราไม่ใสสะอาดนี้นะ เรามีขุ่นมัวมา

ตลอดเวลา เพราะเรามันมีจิตปรุงแต่ง จิตปรุงแต่ง ที่คิดเข้าข้างตัวเองอยู่ตลอดเวลา ปรุงแต่งว่าเรายังมีกายสังขาร ปรุงแต่งต่อว่าเราไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ ปรุงแต่งต่อว่าเราทำบุญอย่างนี้แล้วนะ มันคงไม่มีอะไรมาก บุญคงจะช่วยเรา ได้ตลอดเวลา คิดว่าบุญเราช่วยเราตลอดเวลา มันเลยเกิดความประมาทขึ้นมาข้างล่างก็เคยสอนอาจารย์ที่นี้ก็เคยสอนว่าอย่าประมาท แม้แต่พระพุทธเจ้าที่ เราไหว้กันมากมายนั้น ถึง ๘๐ ก็ตาย ทำไมท่านเป็นอย่างนี้ ทำไมไม่ขอ 100 แหะ? อีกตั้ง 20 ปีจะได้สอนคนเยอะๆ แค่ 80 ก็ตาย อันนี้เรากราบไหว้กันเยอะแยะนี่นะ ยิ่งกว่าบุญใดๆ แต่ก็บอกตัวเอง ว่าแค่ 80 นั้นมีเวลาที่บอก ว่าเออ เวลาแค่นี้ละ ๘๐ ก็กลับไปสู่เบื้องบน แล้วเราจิตปรุงแต่ง ว่าเราทำบุญเยอะแยะนี่คงมีแต่สิ่งที่ดีๆ มาหาเรา สิ่งที่ไม่ดีคงไม่มีมาหาเรา เราก็ปรุงแต่งว่าบุญที่ทำนั้นน่าจะคงกันได้ดีตลอด ที่นี้ข้างล่างคือทำบุญคือมันได้บุญได้ แต่ทำบุญนี้มันห้ามเราไม่ให้โกรธ ...มันไม่ได้ ทำบุญห้ามไม่ให้เราหลงก็ไม่ได้ ทำบุญไม่ให้เราโลภก็ไม่ได้ มีอยู่อย่างเดียวคือนั่งสงบทำใจให้มันใสสะอาด อย่างที่อาจารย์ บอกให้รู้ตัว รู้จริง แล้วก็รู้ซึ่งแล้วนั้นนะ จนรู้ซึ่งแน่ชัดแล้วนี้ ใจสว่างใสสะอาดมันก็จะไหลลงจุดกลาง ไม่มีใครทำให้เราได้ ตัวเราต้องเข้าใจตัวเอง แต่อย่างน้อยถ้าได้ใสสะอาดขึ้นมาแล้วนี้ ตัวเองก็จะรู้ ว่าทางหลุดพ้นที่กลับไปสู่เบื้องบนนั้นนะ ประตูดุสศทัณฑ์ว่ายากนักหนานี้ะมันได้เปิดขึ้นแล้ว

เพราะฉะนั้นบางทีบางอย่างเรารู้จริง แต่เป็นรู้จริงที่ไม่ตลอดเวลา เมื่อรู้จริงไม่ตลอดเวลานั้นใจมัน ก็ยังขุ่นมัวอยู่ จิตปรุงแต่งที่ทำให้ใจขุ่นมัว มันก็ยังมัวอยู่ เพราะเรารู้จริงไม่ตลอดเวลา เมื่อรู้จริงไม่ตลอดเวลานั้น ที่เรายังมีโลภ โกรธ หลงที่ยังค้างคาใจอยู่ตลอด เรามักจะถามตัวเอง ว่าทำไมมันไม่หายไปซะที? เพราะเราขาดการรู้ซึ่ง ถ้าเราได้รู้ซึ่งอย่างใดอย่างหนึ่งแล้วนี้ ตัวนั้นมันจะหายไปทันทีโดย ที่ไม่ต้องบอก ว่ามันหายไปเอง เหมือนกับที่ข้างล่าง ว่าถ้าเราเข้าใจนี้เราคิดเองรู้เอง แล้วมันเป็นอย่างนั้น

จริงๆ มีเป็นอย่างนั้นจริงๆ แล้วนี่นั่นคือเราเข้าใจแล้ว ต่อให้มีสัมผัสอย่างนี้
เกิดขึ้นทางไหน จะมาแบบไหน จะมาข้างหลัง มาด้านข้างอะไรที่เขาบอก
กระจกมาส่อง เราก็รู้จริงแล้ว ว่ามันไม่มีประโยชน์ เมื่อไม่มีประโยชน์แล้ว
สิ่งที่จะทำต่อมันก็หยุดตรงสัมผัสตรงนั้น นั่นก็คือใจใสสะอาดส่วนหนึ่งแล้ว
ส่วนที่มีอยู่ก็ให้มันใสสะอาดให้มันชุ่มม้วนน้อยลง ถ้าพูดง่ายๆ คือรู้จริงก็คือ
การขัด ขัดใจให้มันใสสะอาดได้จริงๆ เพราะฉะนั้นเราอย่าเพิ่งหยุดขัด ถ้าเรา
หยุดขัดแล้วนี้ไอ้ชุ่มม้วนมันไม่หาย ไม่หายแล้วอย่าลืม สิ มันอาจจะมามากขึ้น
อีกเพราะมันสะสมมานาน

เพราะฉะนั้นรู้จริงนี้ พยายามรู้จริงก็ต่ออาจารย์สอนเรื่อยบอก ก็นั่ง
ละเอียดนั่นแหละ นั่งละเอียดเพื่อให้รู้จริงๆ ตลอดเวลา จนยอมรับว่ามันเป็น
เรื่องจริงนั่นนะ ใจมันยอมรับเพราะเราพิสูจน์มาเยอะแยะแล้ว เมื่อยอมรับ
แล้ว สว่างที่ในด้านที่เราขัดนั่นนะมันก็ส ว่างกลายเป็นรู้ซึ่ง ส ว่างจน
กลายเป็นรู้ซึ่งนี้ เราจะบอกตัวเอง ว่าที่ผ่านๆ มานี้ละ เราเสียเวลามานาน
เสียเวลาในสิ่งที่ไม่มีความหมาย เราบอกกับตัวเองนะ ก็เหมือนกับเรา
คิดค้นได้ ที่ข้างล่างคิดเองค้นเองจนรู้จริงนะ เพราะถึง ว่าเราโง่แบบนี้มานาน
แล้ว ใจก็จะบอกต่อ ว่าเราโง่อย่างนี้มานาน นั่งละเอียดพิจารณาตัวนี้มา (ว่า)
ที่โง่มานาน ไม่ใช่ชาตินี้ละ มาไม่รู้ก็ชาติ เพราะฉะนั้นเราโง่เป็นชาติ ๆ ไอ้
ชาติหนึ่งก็ปี นับไปเป็นร้อยปีเป็นพันปี เราโง่มานาน จนมาตอนนี้เราขัดจน
ใสสะอาด ถึงรู้ว่าก็จะเหมือนที่พระพุทธเจ้าที่บอก ว่า “หยุดแล้ว ” ทุกอย่าง
เหตุที่จะต่อให้ (เกิด) การเกิด ได้หมดสิ้นแล้ว หยุดแล้ว ข้างล่างมีพูดถึง นั่น
คือรู้ซึ่งทุกอย่าง แล้วก็บอกกล่าว ว่าเหตุที่ทำให้เกิดนั่นนะ ได้หมดสิ้นแล้ว
ไม่มีที่จะทำให้เกิดต่อไปอีกแล้ว เหมือนกันจนเรารู้ซึ่ง เราบอกว่าโลกตัวนี้ที่
เขาโลกกันนักหนา อยากันนักหนา เราก็บอกว่าหมดแล้ว โลกที่เหนือ
อะไรต่างๆ เราบอกหมดแล้ว เพราะเรารู้ซึ่งตัวนี้ ต่อไปเมื่อเรานั่งละเอียดก็รู้
อย่างแบบทำอย่างพอสมควรตามที่อาจารย์สอน นั่นตัวเราบอกตัวเองนะ

ไม่ใช่อาจารย์บอก เราบอก เอ้อ หหมดแล้ว ความโลภที่เราเห็น้อยมานานไม่รู้
ก็หมีนปี ก็พันปี ก็พันชาติ เราบอกหมดแล้วพอแล้ว มีแต่คำ ว่าพอสมควรเข้า
มาแทน พอสมควรเราก็ทำเต็มทีของเราแหละ แต่ที่ไม่มีประโยชน์เราไม่เอา
แล้ว ก็จะเหมือนที่เขาว่าอยู่อย่างสมณะ พอสมควรนี้ ก็ตรงกับข้างล่างคืออยู่
อย่างสมณะ มีพอสมควร เมื่อคิดพิจารณานี้ไปเรื่อย ๆ โลกก็บอกพอแล้ว
ความ โกรธก็บอก เอ้อ ทะเลาะกับเขามานานก็ไม่มีประโยชน์ สร้างศัตรู
เปล่าๆ ใครว่าเราหน้อยก็รับไม่ได้ แปลว่าเราก็คิดเข้าข้างตัวเอง ก็คือจิตปรุง
แต่งว่าเราคือผู้ตลอดเวลา (แต่) มาฟังอาจารย์ย้อนครั้งนี้สอน เอ้อ เราคิด ว่าเขา
แล้วทำไมกลับไป ว่ากับเขา แรงกว่าเขา มากกว่าเขา นั่นแหละจิตปรุงแต่งก็
บอก ที่แท้เราก็เลวกว่าเขา มันก็ตรงกับข้างล่างที่ ว่าดีกว่าเขานี้ เราไปว่าเขา
กลับคืนนี้ณะนั่นคือเราเลวกว่าเขา ก็เหมือนข้างล่างที่เขาสอน เรารู้ ว่า (ที่)
จิตปรุงแต่งมามันที่ ว่าดีๆ นะ...ก็ไม่ใช่แล้วเหตุที่โกรธนี้เพราะอะไร ? เพราะ
สัมผัสทั้งหก เชื่อที่มีความโกรธ มันอยู่ข้างใน เชื่อนี้คืออะไร แหละ คือเชื่อ
ที่ว่าตัวเองถูกเชื่อ ที่ตัวเองว่าใครว่าไม่ได้ นี่แหละคือตัวเชื่อดังนี้แหละ ถ้าเรา
บอก เอ้อ ใครมาสอนเราๆ รับฟังหมด เชื่อตัวนี้ก็ไม่มี เรารับหมด (ไม่ว่า) เขา
จะว่าแบบไหนมา ถ้านี้ว่าไม่จริง เอ้อ เขาก็ไม่รู้จริง เราก็หยุดตรงนั้น นี่คือเขา
ไม่รู้เขาไม่ชัดเจน เราไม่ต้องโต้ตอบ เพราะโต้ตอบไปคนอย่างนี้เขาไม่เข้าใจ
เราก็หยุดของเรา เรากลับสงสารเขานะ กลับสงสาร ว่าความโกรธที่เขามีต่อ
เรานั้นนะ เขายังมีเชื่อดังนี้อยู่ เรากลับสวาง เรากลับสงสารคนที่ ว่าเราก็
เหมือนที่ข้างล่างเขาบอกคนโกรธนี้น่าสงสาร ไหม? อะไรก็ห้ามไม่อยู่ เมื่อ
เชื่อนี้อยู่เราก็บอกต่อ ว่าเหตุที่ทำให้มีความรุนแรงนั้นมันยอมจะมีต่อไป
เพราะความโกรธนี้มันเป็นไฟ ไฟมันเผาผลาญได้ทุกอย่าง จากเรื่องเล็กก็เป็น
เรื่องใหญ่ จนเรื่องใหญ่ห้ามไม่ได้ สุดท้ายเราก็รับกรรม มารู้อีกตัวว่าไม่น่า
ทำแล้วจะไปแก้ไขได้ยังงี้ ก็แก้ไขไม่ได้ เราก็บอกตัวเองนั่นแหละ เขาเรียก
ความคิดชั่ววูบที่อยู่ตรงนี้ ความโกรธมันเป็นไฟ ส่วนความหลงก็คือหลงทาง

เราหลงมาเป็นพัน ๆ ปี หมิ่น ๆ ปี หาทางสว่างกลับไม่ได้ เรามักบอกกับตัวเองเสมอว่าอยากพบทางสว่างอยากหาอาจารย์ได้ก็ได้หรือสิ่งศักดิ์สิทธิ์ใดช่วยเปิดทางสว่างให้เราหน่อยเพราะหลงทางมานาน หลงทางจนว่าไม่รู้ก็หมิ่น ก็พันชาติ แล้วจนทุกวันนี้เราก็ยังจะหลงทางเข้าไปอีก อาจารย์บอก เอ้อ นั่งจนละเอียดชะ ถ้านั่งละเอียดแล้วนี่ ทุกอย่างที่เรารู้นี้ก็คือเราเริ่มขัดจิตที่ขัดๆ ไปเรื่อยๆ ขัดไปเรื่อยๆ มันก็คือสว่าง สว่างนี้ก็คือเป็นทางส่องทางให้เรากลับไปสู่เบื้องบน เพราะฉะนั้น โลก โกรธ หลงนี้ที่เรา (ละ) ไม่ได้ก็คือเรายังมีเชื้ออยู่ ก็คือพุดง่าย ๆ คือจิตปรุงแต่ง เพราะฉะนั้นให้คิดอยู่เสมอว่าเราทางนี้ถูก ต่อไปเราตั้งใจแน่วแน่แล้วว่า ถ้าทำใจให้มันสะอาด เมื่อใจสะอาดมากขึ้นแล้วนี่ เราก็บอกแล้วว่าอาจารย์ฟ้าเคยบอกแล้วว่าเราเกิดมาครั้งหนึ่งเมื่อใจมันสะอาดแล้วนี่ สิ่งที่คุณค่ามันจะบอกกับตัวเองนะ วันนี้สอนเรื่องใจสะอาด