

ธรรมเทศนา พระปรามิทัย ปาโมชโย
ณ ศาลาลูงชิน วันอาทิตย์ที่ ๑๗ เดือน กุมภาพันธ์ พ.ศ.๒๕๕๑
ครั้งที่ ๑๘

โหมเยอะนะ เยอะ.. ก็ต้องช่วยตัวเองให้มากๆหน่อย หลวงพ่อคูให้ไม่ได้ไม่ทั่วถึง การปฏิบัติธรรมจริงๆนะ เบื้องต้นให้หัดรู้สภาวะไป เราต้องเรียนเรื่องตัวเอง สิ่งที่เราเรียกว่าตัวเราก็คือกายกับใจ ให้เราหัดรู้สภาวะของกายของใจเรื่อยๆ ไม่มีทางอื่นเลย การปฏิบัติไม่มีทางอื่นหรอก เพราะฉะนั้นเราจะต้องคอยรู้กายคอยรู้ใจของตัวเองบ่อยๆ ถึงวันหนึ่งมันก็จะแจ้งขึ้นมาเอง คล้ายๆ เรากินข้าว กินไปเรื่อยๆ นะ ถึงเวลาหนึ่ง ก็จะอิ่มขึ้นมา การปฏิบัตินี้ก็เหมือนกัน ให้เรารู้กาย ให้เรารู้ใจไป รู้ไป รู้แล้วรู้อีก อยู่อย่างนี้ ถึงวันหนึ่งเค้าก็อิ่มขึ้นมา เค้าเต็ม **จิตมันจะพลิกตัวออกจากโลกเอง** ไม่มีใครทำจิตให้บรรลุมรรคผลนิพพานได้นะ จิตเค้าบรรลุของเค้าเอง

ทีนี้จิตจะบรรลุของเค้าเองได้เนี่ย หน้าที่เราให้รู้กายให้รู้ใจบ่อยๆ นะ ถึงวันหนึ่งมันก็จะพลิกตัวออกจากโลกไป ไม่มีอะไรเลยนะจริงๆ แล้วไม่มีอะไรหรอก อย่าไปนึกว่าสภาพเอา ว่าการปฏิบัติคือการต้องทำอย่างนั้น ต้องทำอย่างนี้ มีแต่เงื่อนไขมากมาย มีแต่การบังคับมากมาย แท้จริงก็แค่รู้สึก รู้สึกอยู่ในกาย รู้สึกอยู่ในใจ ส่วนรูปแบบของการปฏิบัติเนี่ย ใครถนัดใช้กรรมฐานอะไรก็ใช้อันนั้น ไม่ใช่เรื่องสำคัญ รูปแบบมันก็คล้ายๆ กล้องบรรจุสินค้าเนาะ เรียก “บรรจุภัณฑ์” เท่านั้น ตัวสำคัญคือเนื้อในของสินค้า ในทางการปฏิบัติเนื้อในแท้ๆ ก็คือ เรามีสติมีปัญหาพอมั้ย รูปแบบของการปฏิบัติเป็นแค่เปลือก เพราะฉะนั้นมันไม่มีหรอก รูปแบบอันไหนดีกว่ารูปแบบอันไหน กรรมฐานสำนักไหนดีกว่าสำนักไหน ถ้าสำนักไหนรู้กาย สำนักไหนรู้เวทนา สำนักไหนรู้จิต สำนักไหนรู้ธรรม ก็ใช้ได้เหมือนกัน แต่ว่าไม่ใช่อยู่ที่กิริยาท่าทางนะ อันนั้นเป็นแค่เปลือก จุดสำคัญก็คือคุณภาพในจิตใจของเราเนี่ย ดีพอมั้ย ถ้าจิตใจเรามีคุณภาพเนี่ย อยู่ในเปลือกอะไรนะ เราก็พัฒนาไปได้ เราก็เลือกเปลือกที่พอเหมาะพอควรแก่เรา เราถนัดจะรู้ลมหายใจก็รู้ลมหายใจไป ถนัดรู้ท้องพองยุบก็รู้ไป ถนัดจะรู้ปริยาบถ ๔ ก็รู้ไป ขยับมือแล้วรู้สึกตัวได้ อย่างหลวงพ่อก็ขยับไป นะ จะดูเวทนาอย่างท่านโกเอนกาก็ได้ จะหัดดูจิตตรงๆ เลยก็ได้ อะไรก็ได้ ไม่ใช่เรื่องสำคัญหรอก **ที่สำคัญคือให้มีสติกับมีปัญหา สติจะเป็นเครื่องระลึกถึงสภาวะที่กำลังปรากฏ** สติเป็นตัวไปรู้สภาวะของรูปธรรม ของนามธรรม ที่กำลังปรากฏ **ปัญญาจะเป็นตัวไปรู้ความจริงของสภาวะธรรมของรูปธรรม นามธรรม** ความจริงคือการเห็นไตรลักษณ์ ถ้ามีสติรู้ตัวสภาวะ มีปัญญารู้ลักษณะความเป็นไตรลักษณ์ของกายของใจ ฝึกอย่างนี้หลายๆ นะ วันหนึ่งอริยมรรคจะเกิดขึ้นเอง หน้าที่ของเราก็คือ ค่อยๆ พัฒนาสติ ค่อยๆ พัฒนาปัญญาขึ้นมา ส่วนจะเดินจงกรม ยกเท้าขยับตัว ดูท้องพองยุบ หรือหายใจ หรืออะไร เคยทำอะไรก็ได้ถ้าได้เนี่ยถ้ามีสติถ้ามีปัญหา แต่ถ้าขาดสติขาดปัญญาไม่ว่าจะใช้กรรมฐานอะไรก็ใช้ไม่ได้เหมือนกัน สูงที่สุดที่ทำได้คือแค่สมณะกรรมฐาน อย่างมากที่สุดทำได้แค่ใจสงบ มีแต่สตินะ ได้แต่ความสงบเท่านั้น ถ้ามีปัญหาเห็นไตรลักษณ์เนี่ย ถึงจะเข้าถึงมรรคผลนิพพานได้ในวันหนึ่ง

เพราะฉะนั้นเราต้องเรียนนะว่าทำยังไงสติจะเกิด ทำยังไงปัญญาจะเกิด สติเป็นความระลึกได้ สัมชณะ สัมชชะ คำสอนทั้งหลายที่ว่าสติคือการกำหนด สติไม่ได้แปลว่ากำหนด **‘สติ’ แปลว่าความระลึกได้** อย่าไปแปลผิดนะ บางทีเราใช้ภาษาไทยเราใช้เพี้ยน อย่างเราบอกว่า “ทุกข์ให้กำหนดรู้” อะไรอย่างนี้ เราพูดเอาเอง ในภาษาบาลีท่านใช้คำว่า **“ทุกข์ อริยสังขัจจปริญญูญโย”** หมายถึง **ทุกข์สังขัจ เป็นของควรรู้อบ** ไม่ใช่ว่าทุกข์ให้กำหนดรู้ ควรรู้อบหมายถึงอะไร หมายถึงว่าสิ่งที่เรียกว่าทุกข์ก็คือกายกับใจ รูปกับนาม มีสติ รู้ด้วยสติ รู้ด้วยปัญญา รู้ด้วยสติก็คือรู้ถึงความมีอยู่ของกายของใจ รู้ถึงความหายไปของกายของใจ เรียก ‘มีสติ’ มีปัญญาเข้าใจความเป็นจริงของกายของใจว่ามันไม่เที่ยงนะ มันเป็นทุกข์ มันไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่ตัวเรา ต้องรู้อย่างนี้ เพราะฉะนั้นสติเป็นความระลึกได้ **สติเกิดจากการที่จิตจำสภาวะได้แม่น** เพราะฉะนั้นเราต้องหัดดูสภาวะบ่อยๆ อย่างเราจะจำใครสักคนหนึ่งได้แม่น เราต้องเห็นหน้าคนนั้นบ่อยๆ ถ้านานๆ เห็นทีหนึ่งก็จำไม่แม่น เพราะฉะนั้นเราอยากให้สติเกิดไวๆ เราก็ต้องหัดรู้สภาวะบ่อยๆ วิธีหัดรู้สภาวะก็คือ ให้ตามรู้กาย ให้ตามรู้เวทนา ให้ตามรู้จิต ให้ตามรู้ธรรม หลวงพ่อใช้คำว่าตามรู้ นะ

เพราะฉะนั้นในสติปัญญาท่านถึงใช้คำว่า “**กายานุปัสสนา**” “**ปัสสนา**” แปลว่า การเห็น ‘อนุ’ แปลว่า ตามตามเห็นกายเนื่องๆ ตามเห็นเวทนาเนื่องๆ ตามเห็นจิตเนื่องๆ ตามเห็นสภาวะธรรมเนื่องๆ ตามเห็นเนื่องๆ ต่อไปจิตมันจำสภาวะได้แม่นยำ พอสภาวะอันนั้นเกิดแล้วเนี่ย สติจะเกิดเองโดยไม่ต้องชักชวนให้เกิด สติต้องเกิดเองนะ สติที่กำหนดให้เกิดขึ้นไม่ใช่ของจริง ไม่ใช่ของแท้ สติที่กำหนดให้เกิดขึ้นจะเกิดจะแข็งแรง แน่นๆ ชัดๆ ที่อๆ หนักๆ จิตที่หนักที่แน่นที่แข็งที่ชัดที่ทื่อ เป็นอกุศลจิต จิตที่เป็นกุศล เป็นมหากุศลจิต จะต้องเบา ต้องนุ่มนวล ต้องอ่อนโยน คล่องแคล่วว่องไว ไม่ถูกกิเลสครอบงำ แคเราอยากเดินจงกรมนะ แคเราอยากเดินจงกรมแล้วเราไปเดิน การเดินนั้นถูกกิเลสครอบงำเรียบร้อยแล้ว คือถูกความอยากจะทำปฏิบัติครอบงำอย่างนี้สติจะไม่เกิดแล้ว กิเลสมันครอบงำซะก่อนแล้ว แต่ถ้าเราเดินไปโดยที่ไม่ได้เจตนา ก้าวเท้าไป เกิดระลึกขึ้นได้ เห็นรูปมันเดินอยู่นะ เนี่ยสติมันระลึกขึ้นเอง หรือใจลอยอยู่นะ เราเดินๆ อยู่ใจลอยอยู่ เกิดระลึกขึ้นได้ว่าใจลอยไปเนี่ย สติมันเกิดขึ้นมาเอง สติที่เกิดขึ้นนี้ถึงจะใช้ได้ สติที่กำหนดให้เกิดขึ้นไม่ใช่ของจริง ลงกำหนดเมื่อไหร่ ก็คือ โลภะมันแทรกแล้ว มีโลกเจตนาเกิดขึ้น ก็เกิดการกระทำกรรม โลกเจตนาเป็นความจงใจทางใจ เป็นความจงใจทางใจ เป็น “**มโนสัญญาเจตนา**” ทำให้เกิดการกระทำกรรม **การกระทำกรรมก็คือ ใจมันทำงานขึ้นมาแน่นอน ด้วยอำนาจของโลกเจตนา** พอทำงานมาแล้วความทุกข์มันจะเกิด ความเป็นตัวตนมันเกิด ความทุกข์มันเกิด แล้วก็ให้คอยรู้สึกนะ ส่วนสติเกิดเอง ให้คอยตามดูใจของตัวเอง อย่าลืมหาย อย่าลืมหาย

หลวงปู่พุทธทาสเถรเถรว่า **สิ่งที่ทำให้เรารู้กายรู้ใจไม่ได้ มี ๒ อัน อันหนึ่งลืมหาย** เหลือไป ส่วนใหญ่เหลือไปคิด **อีกอันหนึ่งคือไปฟังกายไปฟังใจ** ไปกำหนดกาย กำหนดใจ นั่นแหละตัวกำหนดกายกำหนดใจ กำหนดมากเข้าๆ มันจะกลายเป็นการฟัง ฟังแล้วกายก็นิ่งใจก็นิ่ง ไม่มีใครลืมหายให้ดูหรือ ฟังไปเท่าไรก็ไม่มีใครลืมหายให้ดู เพราะฉะนั้นให้คอยรู้ไปเล่นๆ นะ ใจโกรธขึ้นมาที่รู้ เนี่ย นั่งฟังหลวงปู่แล้วก็เห็นด้วย ก็พยักหน้า ก็รู้สึก อ้อ เมื่อกี้ หลงพยักหน้าไปแล้ว เห็นมัย ตามรู้ เมื่อกี้พยักหน้า ตอนนี้อยู่ รู้สึกขึ้นมาว่าเมื่อกี้เหลือ อย่างนี้สติมันจะเกิด มันจะตื่นขึ้นมาได้แบบหนึ่ง ตื่นขึ้นมาทีละขณะเท่านั้น ไม่ตื่นมากหรือ ตื่นเป็นขณะๆ ไป เพราะฉะนั้นให้รู้สภาวะนะ แล้ววันหนึ่งสติจะเกิด ทีนี้พอสติจะเกิดแล้ว ก็ต้องฝึกต่อไปให้เกิดปัญญา ถ้ามีสติอย่างเดียว รู้รูปธรรมรู้นามธรรมไปเรื่อยๆ มันจะเป็นการฟังอารมณ์ การฟังอารมณ์ หลายคนฝึกกรรมฐาน อย่างไม่รู้ลมหายใจนะ สติไปกำหนดอยู่ที่ลมหายใจ กลายเป็นการฟังลมหายใจ ได้สมณะ บางคนดูท้องฟองยุบ สติกำหนดอยู่ที่ท้อง จิตไม่หนีไปไหนเลย อยู่ที่ท้องอย่างเดียว ได้สมณะ เดินจงกรม ยกเท้าย่างเท้า จิตแนบอยู่ที่เท้า ไม่หนีไปไหนเลย ได้สมณะ เพราะอะไร เพราะการฟังตัวอารมณ์เนี่ย เรียกว่า “**อารมณ์รูปนิชฌาน**” การฟังตัวอารมณ์ คือการทำสมณะกรรมฐานนะ ส่วนวิปัสสนากรรมฐานนั้นเห็นลักษณะของอารมณ์ เห็นไตรลักษณ์นะ ถ้าไม่เห็นไตรลักษณ์ด้วยปัญญาเนี่ย ไม่เรียกว่า วิปัสสนา

ทีนี้ปัญญาเกิดจากอะไร ปัญญาที่มีสัมมาสมาธิเป็นเหตุใกล้ให้เกิด เพราะฉะนั้นใจเราต้องมีสัมมาสมาธิเนี่ย อันนี้ต้องเรียนว่าทำยังไงสัมมาสมาธิจึงเกิด ไม่ใช่อยู่ๆ ก็เกิดเอง ไม่มีอะไรเกิดเองหรือ ทุกสิ่งทุกอย่างต้องลงทุนลงแรงฝึกขึ้นมาทั้งนั้น อยากให้มีสัมมาสมาธิ เราต้องเรียนธรรมะในหมวดที่ชื่อว่า “**จิตตสิกขา**” จิตตสิกขา ใครเคยได้ยินเรื่อง ไตรสิกขา ไช้มัยศีลสิกขา ทำยังไง กาย วาจา ใจ เราจะเป็นปกติ จิตตสิกขา ทำยังไงจิตของเราจะพร้อมแก่การเจริญวิปัสสนา ปัญญาสิกขา ก็คือการที่ได้เห็นไตรลักษณ์ของกายของใจ ทีนี้จิตตสิกขา คือการเรียนรู้เรื่องจิตตัวเอง ให้คอยสังเกตจิตใจตัวเองไป จิตใจเราไหลแวบไป หลงไปคิดก็รู้สึกขึ้นมา หลงไปคิดก็รู้สึกขึ้นมา โลกขึ้นมาที่รู้สึกขึ้นมาเนี่ย จิตใจเป็นยังงี้คอยรู้สึกไว้ รู้ไปๆ นะ ใจมันจะตั้งมั่นขึ้นชั่วขณะ อันนี้เป็นวิธีสำหรับคนทำสมาธิไม่ได้ แต่ถ้าคนไหนทำสมาธิที่เป็นสัมมาสมาธิได้เนี่ย ก็จะทำจิตตสิกขาได้เต็มภาคภูมิ ทำความสงบจิตเข้ามาเนี่ย จนถึง ฌานที่ ๒ ต้อง ฌานที่ ๒ นะ ฌานที่ ๑ ยังไม่พอ ฌานที่ ๑ มีวิตก มีวิจารณ์ ใจยังตรึก ใจยังตรง ยังไม่พ้นจากโลกของความคิดอยู่ เพราะฉะนั้นยังไม่ได้ตัวที่แท้จริงขึ้นมา เพราะฉะนั้นให้ทำไปจนถึงฌานที่ ๒ มันดับวิตก วิจารณ์ไป จะเกิดสภาวะธรรมอันหนึ่งเกิดขึ้น ชื่อว่า “**เอโกภิกภาวะ**” ภาวะแห่งความเป็นหนึ่ง พอเอโกภิกภาวะเกิดขึ้น คือธาตุรู้เกิดขึ้น ตัวรู้เกิดขึ้น เอโกภิกภาวะเนี่ย อรรถกถาอธิบายว่า คือ สัมมาสมาธินั่นเอง ใจมันมีสมาธิ มันตั้งมั่นขึ้นมา มันก็จะเห็นว่าองค์ธรรมทั้งหลายที่เกิดในฌานนั้น ก็เป็นของถูกรู้ถูกดูนะ พอจิตลอยออกจากฌานมาแล้ว มาสู่โลกภายนอกนี้ อำนาจของสมาธิ ที่เราฝึกมาเต็มภาคภูมิเนี่ย มันจะส่งผลให้ตัวรู้เนี่ย ยังเด่นดวงอยู่ มันจะตั้งรู้ขึ้นมา เมื่อมีตัวรู้เด่นดวงอยู่เนี่ย มันจะเห็นทันที

เลย ร่างกายที่ยืน เดิน นั่ง นอน ไม่ใช่ตัวเรา เห็นมัย จะใจตั้งมั่น แล้วก็จะเกิดปัญญา ก็จะเห็นเลย ร่างกายนี้ไม่ใช่ตัวเรา จะเห็นเลย ว่าเวทนา ความรู้สึกสุข รู้สึกทุกข์ ความรู้สึกเฉยๆ ไม่ใช่ตัวเรา เป็นของถูกรู้ถูกดูทั้งหมด จะเห็นว่า กุศล อกุศลทั้งหลาย ไม่ใช่ตัวเรา เป็นของถูกรู้ถูกดูทั้งหมด เนี่ยฝึกอย่างนี้เรื่อยๆ ไป พอกำลังของสมาธิเสื่อม จิตก็ไหลเข้าไปคลุกกับอารมณ์ ก็มาทำความสงบใหม่ จิตก็ถอยมาเป็นผู้รู้ ผู้ดูอีก เข้า-ออก เข้า-ออก ฝึกอยู่อย่างนี้ นะ อันนี้เป็นสำหรับคนซึ่งทำสมาธิได้ แต่คนที่ทำสมาธิไม่ได้ ดูกายลำบาก ดูเวทналำบาก ให้จิตไปเลย ถ้าเรารู้ทันว่าจิตมันไม่สงบ จิตมันฟุ้งซ่าน พอรู้ว่ามันฟุ้งซ่าน มันจะสงบของมันเอง ใจมันจะสงบ ใจมันจะตั้งมั่นชั่วขณะ 'ได้นิดเดียว แต่ดีกว่าไม่ได้เลย' พอใจตั้งมั่นขึ้นมาชั่วแวบเนี้ย ถ้าสติระลึกถึงกาย จะเห็นว่ากายไม่ใช่เรา สติระลึกถึงเวทนานะ ไม่ได้ตั้งใจนะ มันระลึกเอง ถ้าใจจะระลึกไม่ใช่ของจริง ถ้าสติระลึกถึงเวทนา ก็เห็นว่าเวทนาไม่ใช่เรา สติระลึกถึงจิตสังขาร ก็จะเห็นเลย กุศล อกุศลทั้งหลายไม่ใช่ตัวเรา

เนี้ย อย่างนี้ถึงจะเรียกว่ามีปัญญา เห็นแล้วมันไม่ใช่ตัวเรา เรียกว่า *การทำวิปัสสนา* *ทำไปเพื่อถอดถอน* *ความเห็นผิดว่าตัวเรามีอยู่จริงๆ*

“ในความเป็นจริงตัวเราไม่มี ในความเป็นจริง มันเป็นความว่างเปล่า ตัวเราไม่มี แต่ความไม่รู้ ทำให้เรา *สร้างตัวตนขึ้นมาจากความไม่มีอะไรและกัหลงติดอยู่กับมัน หลงประกอบ หลงรักษา ทำทุกสิ่งทุกอย่างเพื่อจะรักษาความเป็นตัวตนเอาไว้* **ทั้งๆ ที่ตัวตนไม่มี”**

ไปหลงสร้างขึ้นมาแล้วก็พยายามรักษามันไว้อย่างเหนียวแน่น เช่น จะทำอะไร จะขยับเขยื้อนเคลื่อนไหวอะไรเนี่ยนะ มันจะเชิรฟ์อัตโนมัติตัวตนทั้งหมดเลย มันจะรักษาตัวตนไว้ กินอาหารก็ต้องกินร้านแบบนี้ ต้องหุงๆ อย่างนี้ นั่งรถต้องอย่างนี้ มันถึงจะใช้มัน ใช่มัย ถ้านั่งรถกระป๋องอย่างนี้ไม่ใช่มันแล้ว มันกระจอกไป เวลาจะคุยกับคนนี่ ต้องวางแผน ถนัดต้องเป็นอย่างนี้แหละ ถนัดต้องเท่าๆ ถนัดเวลาจะคุยกับคนนี่ต้องทำเสียงหล่อ อะไรอย่างนี้ มันจะคัดแปลง ปลอมแปลงทุกสิ่งทุกอย่างในกาย วาจา ใจ ของตนเอง เพื่อเชิรฟ์อัตโนมัติตัวตน เพื่อหลอกตัวเองว่าอัตตามีจริงๆ ตัวตนมีจริงๆ

ทีนี้ พวกเราเจริญสติมากเข้าๆ นะ ราววันหนึ่งเราจะเห็น ว่าตัวตนไม่มีหรอก พวกเราค่อยๆ เรียนนะ ถึงวันเนี้ย เหมือนหลวงพ่อกำลังปลุกต้นไม้เนาะ ต้นไม้หลวงพ่อเริ่มออกดอกออกผล ทอยออกดอกออกผลมาเป็นระยะๆ แล้ว ฟังธรรมไปเรื่อยๆ นะ ฟังไป แล้วก็ฝึกเอา ถึงวันหนึ่งมันบิ่งขึ้นมาเลย จะเห็นเลย ทุกอย่างนี้ว่างเปล่า ตัวตนไม่มีจริงๆ มีแต่ของหลอกๆ สร้างขึ้นมา **สร้างขึ้นมาจากความไม่มีอะไร ในที่สุดมันก็สลายไปสู่ความไม่มีอะไร** พยายามรู้สึกรู้สึกไว้ อย่างหลวงพ่อกำลังเทศน์ที่นี้ ปีกว่าๆ แล้ว ..ก็ครั้งแล้ว.. ใครจำได้ ต้องดูว่าชีวิตมันผ่านเท่าไร ๑๘ ครั้งนะ ครั้งนี้ ๑๘ หรือเปล่า ..ครั้งนี้ ๑๘..

๑๘ ครั้งเนี้ย พวกเราจำนวนมากมีพัฒนาการที่น่าพอใจนะ จำนวนมากเลย จิตใจของเราเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว หลายคนมีความทุกข์มากในชีวิต ตอนนี้ความทุกข์เบาบางลง แต่ละคนเคยผลอนานๆ ผล่อทั้งวัน ตอนนี้ผล่อสั้นลง ใช่มัย เคยมีกิเลสรุนแรง ตอนนี้พอกิเลสไหวตัวแวงก็มองเห็นแล้ว กิเลสก็สลายตัวไปก่อนที่มันจะรุนแรงขึ้นมา พวกเราฝึกอย่างนี้เนาะ ฝึกไปเรื่อยๆ อย่างที่ศาลาลุงจีนเนี้ย หลวงพ่อกำลังเทศน์ที่นี้เนาะ มาที่เดียวแหละ ไม่ได้ไปที่อื่น เพราะที่นี้ ครูบาอาจารย์ท่านสั่งต่อกันมา หลวงพ่อพุทธท่านสั่งไว้ บอก **“อย่าทิ้งศาลาลุงจีนนะ”** หลวงปู่เหรียญท่านก็พูดเหมือนกัน หลวงพ่อก็ถูกหลานท่านนะ ก็ต้องรักษาศาสนาของพ่อแม่ครูอาจารย์ไว้ มาที่นี้ ทีแรกมา ก็มายังงั้นแหละนะ มาเพราะครูบาอาจารย์สั่ง ไม่รู้จะทำทำไมเหมือนกัน มาแล้ว โอ เห็นทีแรกก็พอใจนะ มีคึดคืดต่อเลย ฟังๆ ที่หลุดไปเผลอนะ แต่มันมีคึด เพราะอดทนนะ พวกเราก็อดทนฟัง หลวงพ่อก็อัดทนพูดไปเรื่อยๆ ด้วยความอดทนทั้ง ๒ ฝ่าย วันเนี้ยก็พอเข้าใจ ทำไมครูบาอาจารย์ถึงสั่ง ให้มาสอนอยู่ที่นี้ ไม่ให้ทิ้ง เพราะที่นี้เป็นที่ที่บ่มเพาะผู้คนจำนวนมากขึ้นมา สร้างผู้ที่มีเจริญสติขึ้นมาเป็นจำนวนมาก ถ้าเรายังเจริญสติอยู่ มรรคผลนิพพานไม่ใช่เรื่องเหลือวิสัย บางคนนั่งฟังๆ อยู่ในนี้แหละ บิ่งขึ้นมาก็มีนะ มี ...พอหลวงพ่อกำลังพูดสังเขปมัย จิตทำอะไรบ้าง จิตหนีไปคิด ใช่มัย ส่วนใหญ่จิตจะหนีไปคิด หลงไปคิด ให้รู้สึกนะ หลงไปคิดแล้วก็รู้สึกเอา รู้สึกเอาจริงๆ แล้วไม่มีอะไรมากหรอก ง่าย ครูบาอาจารย์แต่ละองค์ สอนนิดเดียว ยิ่งแก้ยิ่งสอนสั้น หลวงพ่อสั้นลงเรื่อยๆ แล้วรู้สึกมัย อย่างหลวงปู่คุณน่ะ สอน

เหลือนิดเดียว ‘ดูจิต’ เหลือนิดเดียว นะ พระอาจารย์มหาบัว เคยไปเรียนกับท่าน ท่านก็สอนนิดเดียว ‘มีสติ รู้กายรู้ใจลงปัจจุบัน’ สอนแก่นี่เอง ก็รู้สึก รู้กายรู้ใจลงปัจจุบันไปเรื่อยๆ อย่าไปบังคับมัน นะ รู้สึกๆ ไป วันหนึ่งก็แจ้งขึ้นมาเอง

เดี๋ยวนี้เทศน์ได้ ๑๕ นาทีจบนะ อ้าว ใครจะคุย วันนี้ทีมงานเตรียมพร้อม คราวก่อนทีมงานเตรียมตัวไม่ทัน คือคราวก่อนหลวงพ่อกศนนี่ไปสัก ๑๐ นาที ใจมั่ว มีคนจิตว่างวาบขึ้นมา วาบๆ ขึ้นมาเลย ความว่างมากกระทบใจหลวงพ่อกศนนี่ ธรรมะก็หายไปหมดเลย เพราะฉะนั้นถ้าไปฟังซีดีคราวก่อน จะสังเกตหลวงพ่อกศนนี่นิดเดียวนะ ก็เลิกแล้ว หยุดแล้ว เพราะ ธรรมะหายไปหมดแล้ว ธรรมะหายไปเนี่ยนะเพราะจิตฝ่ายกุศลก็ได้ เพราะจิตอกุศลก็ได้ ที่ผิดปกติ ที่แรงกว่าปกติ อย่างเกิดมีจิต อกุศลที่รุนแรงผิดปกติ พรวดเข้ามากระทบนะ ธรรมะก็หายไป จิตที่เป็นกุศลรุนแรงมากกระทบ ธรรมะก็หายไปเหมือนกันนะ คิน ไปสู่ความว่างไม่มีอะไร อ้าว ใครจะคุยเชิญ

(ช่วงถาม-ตอบ)