

การภาวนาตามแบบพุทธะ

เงาแห่งพุทธะ เริ่มเกิดตั้งแต่ฌานที่ 1

ธรรมะคือคำสั่งสอนของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ที่เรายอมรับกัน มีอยู่ 3 แต่จะขอกล่าวมาตั้งแต่ต้น ซึ่งเกี่ยวกับสภาวะที่พึงของเรา

พุทธโศคือพระพุทธรูป เป็นชื่อของคุณธรรมที่ทำให้คนให้เป็นพุทธะ ใครสามารถทำจิตให้สงบ นิ่ง มีวิตก วิจาร์ ปิติ สุข เอกัคคตา เป็นสมาธิขั้นปฐมฌาน มีสติรู้สำนึก ผิดชอบชั่วดีประชุมพร้อมอยู่ที่จิต จิตเลียบปลงพร้อมลงด้วยองค์มรรค 8 ประการ รวมลงเป็นหนึ่งอยู่ที่จิต จิตในขั้นปฐมฌาน ฌานที่หนึ่งเป็นจิตในขั้นทดสอบความสามารถ และเป็นการหยั่งรู้สภาพความจริงของจิต เพราะฌานหนึ่ง จิตยังมีอารมณ์ ถ้าเป็นนักบวชกรรมภาวนา จิตยังบวชกรรมภาวนาอยู่ แต่มีสติรู้พร้อมอยู่ที่จิตในขณะนั้น ถ้าจิตดวงใจพิจารณาธรรมอยู่ ก็ทำหน้าที่พิจารณาอยู่ แล้วก็ยังมีสติรู้พร้อมในขณะจิตนั้นๆ แล้วก็มีการดูดดื่ม ชิมซาบซึ่งเรียกว่าปิติ เป็นอาการที่จิตดีมีรสพระสัทธรรม เมื่อเป็นเช่นนั้น จิตมีปิติ มีความสุข จิตดวงนี้ กลายเป็นสัมผัสกาโม เป็นจิตที่ใครในธรรม เพราะจิตได้ดีมีรสพระสัทธรรม อาการที่จิตดีมีรสพระสัทธรรม จิตนิ่ง สว่าง แจ่มใส เบิกบาน รู้ตื่นอยู่ที่จิต อันนี้เงาแห่งพุทธะคือคุณธรรมที่ทำให้คนให้เป็นพุทธะบังเกิดขึ้นในจิตแล้ว

การภาวนาเป็นการรวมธรรมลงสู่ใจ

ดังนั้น สมาธิที่เราฝึกฝนอบรมอยู่นี้ เพื่อรวบรวมคุณธรรมที่กระจายอยู่เป็นหมวดๆ กระจายอยู่ที่ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ มารวมลงที่ใจ ทำไมเราจึงรวมเอาธรรม มาไว้ที่ใจ ธรรมคือหลักปฏิบัติ ได้แก่ ศีล สมาธิ ปัญญา และมรรคมีองค์ 8 รวมอยู่ที่จิต จิตรู้ ตื่น เบิกบาน นั้นเป็นวาระแรกที่จิตรวมเอาองค์มรรคซึ่งเรียกว่า มรรค 8 สมังคี บังเกิดขึ้นในจิตของผู้ภาวนาแล้ว เมื่อเป็นเช่นนั้น จิตกลายเป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน มีคุณธรรมที่ทำให้คนให้เป็นพุทธะ จิตพุทธะบังเกิดขึ้นแล้ว ธรรมชาติของจิต พุทธะ จะต้องเป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน เมื่อพุทธะตัวนี้มีพลังแก่กล้าขึ้นและมีความมั่นคง ยิ่งขึ้น จะทำให้จิตของผู้นั้นกลายเป็นผู้มีสติปัญญา รู้แจ้งเห็นจริง รู้ตามสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

จิตพุทธะน้อมเอาพระปัญญาคุณมาไว้ที่จิต

พระพุทธเจ้าตัวเอง เห็นเอง ตรัสรู้ชอบด้วยพระองค์เอง เราฟังคำสอนของ
พระพุทธเจ้าแล้วมาปฏิบัติ ทำจิตให้เกิดมีพุทธะขึ้นในจิต จิตของเรา ก็กลายเป็น
พุทธะ พุทธะมีพลังแก่กล้าขึ้น มีสติเป็นตัวเด่น สามารถที่จะคิดค้นอารมณ์จิตหรือ
ธรรมที่ปรากฏขึ้นในจิต อะไรเกิดขึ้นดับไปภายในจิต จิตรู้ รู้ด้วยความมีสติ
อาการที่จิตเกิดมีความรู้ ความคิดอ่านขึ้น สติรู้พร้อมอยู่นั้นเป็นองค์แห่งวิตก วิจาร์
เป็นองค์ฌานที่หนึ่งและองค์ฌานที่สอง สามารถปฏิบัติจิตให้ไปสู่ความรู้แจ้งเห็นจริง
ด้วยตนเอง รู้อะไรเห็นอะไรพิจารณา แล้วโอบนโยก น้อมเข้ามาในจิต มารู้อยู่ที่จิต
เป็นผู้รู้ดีรู้ชอบ พระพุทธเจ้าตรัสรู้ชอบโดยไม่มีใครสั่งสอนพระองค์ พระองค์รู้เอง
แต่เราเป็นสาวก เราฟังคำสอน แล้วปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบ เป็นผู้รู้ดี รู้ชอบตาม
พระองค์ และกิริยาอาการที่รู้ดีรู้ชอบนั้นเรารู้เองเหมือนกัน ดังนั้นเราจึงเป็นผู้มี
ปัญญาเห็นชอบได้น้อมเอาคุณของพระพุทธเจ้าคือพระปัญญาคุณมาไว้ที่จิต

จิตที่มีสติสัมปชัญญะน้อมเอาพระบริสุทธิคุณมาไว้ที่จิต

ในขณะที่จิตมีสติสัมปชัญญะ รู้พร้อม รู้ชอบอยู่ในขณะนั้น แม้อารมณ์จะเกิดดับอยู่
กับจิต จิตปราศจากความยินดียินร้าย ปราศจากความเกลียด ความรัก ความชัง
จิตเป็นกลางโดยเที่ยงธรรม จิตไม่มีอาการแห่งความยินดียินร้าย เป็นจิตที่
ปราศจากกิเลส เพราะความยินดีคือกามตัณหา ความยินร้ายคือวิภวตัณหา จิตสัก
แต่ว่ารู้ สักแต่ว่าเห็น รู้เห็นแล้วปล่อยวางไป แม้จะมีความดูดัดมีขี้เมาในรสแห่ง
พระสัทธรรมก็ไม่ได้ยึดเอาไว้ จิตจึงปราศจากภวตัณหา เป็นจิตที่เป็นปกติ บริสุทธิ
เที่ยงธรรม ดังนั้น เราจึงได้น้อมเอาคุณของพระพุทธเจ้าประการที่สองมาไว้ในจิต
แล้ว เป็นบริสุทธิคุณ แม้จะชั่วขณะจิตหนึ่งก็ยังมี

จิตที่มีความรู้สึกสำนึกผิดชอบชั่วดี น้อมเอาพระมหากรุณาคุณมาไว้ที่จิต

เมื่อเรามีคุณภาพแห่งความเป็นพุทธะอยู่ในจิต เราก็ได้น้อมเอาคุณของพระพุทธเจ้า
มาไว้ในจิตแล้ว ผู้ที่มีคุณธรรมความเป็นพระพุทธเจ้าอยู่ในจิต ย่อมเป็นผู้มี
ความรู้สึกสำนึกผิดชอบชั่วดี มีเจตนาที่จะงดเว้นความชั่ว ประพฤติดี ทำจิตให้
บริสุทธิสะอาดอยู่เสมอ จึงกลายเป็นพระมหากรุณาคุณ

โดยธรรมชาติของผู้ที่มีจิตพุทธะปรากฏเด่นชัด ย่อมเป็นผู้ประกอบด้วยเมตตา
กรุณา มุทิตา อุเบกขา มีจิตเป็นปกติประกอบด้วยคุณธรรม คือ หิริ ความละอาย
ต่อบาป โอตตัปปะ ความสะดุ้งกลัวต่อบาป มีศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา เป็น
พลังอินทรีย์พร้อมอยู่ที่จิต ทำให้จิตเด่น สว่างไสว รู้ ตื่น เมื่อกานอยู่ตลอดเวลา ผู้ที่
มีจิตเป็นเช่นนั้น เป็นจิตพุทธะ ย่อมงดเว้นจากการฆ่า การเบียดเบียน การข่มเหง
รังแกได้โดยเด็ดขาด จึงเป็นจิตที่ประกอบด้วยพรหมวิหาร คือ เมตตา กรุณา
มุทิตา อุเบกขา เมื่อเป็นเช่นนั้น เราก็ย่อมเอาคุณธรรมของพระพุทธเจ้า คือพระ
มหากรุณาคุณ มาไว้ในจิตของเราแล้ว นี่ก็คือคุณธรรมที่ทำให้คนให้เป็นพระพุทธเจ้า

**ผู้ที่น้อมเอาคุณธรรมของพระพุทธเจ้ามาไว้ในที่จิต ชื่อว่าเป็นผู้ถึงพระพุทธเจ้าเป็น
สรณะ**

พระพุทธเจ้าเป็นผู้รู้ดี รู้ชอบด้วยพระองค์เอง เราก็รู้ดี รู้ชอบตามพระองค์ไป
พระพุทธเจ้าเป็นผู้มีพระทัยอันบริสุทธิ์สะอาด มีกายวาจาเป็นผู้บริสุทธิ์สะอาด เราก็
เป็นผู้บริสุทธิ์สะอาดตามพระองค์ไป พระพุทธเจ้ามีพระมหากรุณาคุณ เรายึดมั่นใน
ศีลในธรรม ปราศจากการฆ่า เบียดเบียน ข่มเหง รังแก เราก็มีคุณธรรมคือพระ
มหากรุณาคุณ โอบนโยก เราได้น้อมเอาคุณธรรมซึ่งเป็นคุณสมบัติของ
พระพุทธเจ้า มาไว้ในจิตในใจของเราโดยสมบูรณ์แล้ว อูหิ! เรามีคุณธรรมเช่นนั้น
หรือไม่ว่า เมื่อเรามีคุณธรรมเช่นนั้น ก็ได้ชื่อว่า พุทฺธัง สรณัง คัจฉามิ เราเป็นผู้ถึง
พระพุทธเจ้าเป็นสรณะที่พึงที่ระลึกอย่างแน่นอน

การกล่าวถึงพระพุทธเจ้าด้วยวาจา แต่ใจยังไม่ถึง คือยังไม่ถึงสภาวะรู้สึกสำนึกผิด
ชอบชั่วดี ยังไม่ถึงสภาวะรู้ตื่นเบิกบานที่จิต เราจึงยังไม่ถึงพระพุทธเจ้าเป็นสรณะ
แท้จริงเป็นแต่เพียงแสดงกิริยาเท่านั้น บัดนี้ เรามาฝึกสมาธิภาวนาน้อมเอาคุณของ
พระพุทธเจ้าคือพุทธโฆมาบริกรรมภาวนาเป็นคู่ของจิต และทำจิตให้สงบลง มีวิตก
วิจารณ์ ปีติ สุข เอกัคคตา เราก็ได้คุณธรรมที่ทำให้คนให้เป็นพุทธะมาไว้ในจิต เมื่อจิต
ของเราดีคุณภาพเช่นนี้ เราถึงพระพุทธเจ้าเป็นสรณะที่พึงที่ระลึกโดยไม่ได้ตั้งใจ
เพราะจิตของเราเป็นไปเองโดยอัตโนมัติ นี่ก็คือคุณธรรมที่ทำให้คนให้เป็นพระพุทธเจ้า
เราภาวนา เราปรารภณา เราต้องการกันที่จุดนี้

จากปริยัติสู่ภาคปฏิบัติ

ส่วนธรรมะอันเป็นคำสอนของพระพุทธเจ้านั้น เรียกว่าสัทธรรมศาสตร์ ปรัชญา
ท่านกำลังเรียนปรัชญา เพราะตั้งใจฟังปรัชญาคือความรู้ที่เกิดจากฟัง ปรัชญาคือ
ความรู้ที่เกิดจากการท่องบ่นสาธยาย ปรัชญาคือความรู้ที่เกิดจากการอ่านการ
เขียนแล้วจดจำเอาได้ เป็นความรู้ทางสัญญา หลักสูตรธรรมะที่เป็นคำสอนที่เราใช้
เป็นหลักสูตรแห่งการศึกษาเพื่อเป็นคู่มือการปฏิบัตินั้นเรียกว่า ปรัชญาธรรม

บัดนี้ เราได้น้อมเอาพระปรัชญาธรรมมาปฏิบัติฝึกหัดตัดกาย วาจาและใจของ
ตนเองให้อยู่ในความสงบ กายนั่งอยู่นิ่งๆ นั่งขัดสมาธิ เอาขาขวาทับขาซ้าย มือ
ขวาวางทับมือซ้าย ตั้งกายให้ตรง ดำรงสติให้มั่น เราน้อมเอาปรัชญาธรรมมา
ปฏิบัติทำกายให้สงบนิ่ง ทำวาจาให้สงบนิ่งโดยไม่พูด ทำจิตให้จดจ่ออยู่อารมณ์จิต
อันเป็นคู่มือแห่งการภาวนา ซึ่งเราจะเอาอารมณ์อันใดก็ได้ อันนี้เรียกว่า **ปฏิบัติ
สัทธรรม**

ธรรมปฏิบัตินำไปสู่ปฏิเวธธรรม

เมื่อเราปฏิบัติ คือบริกรรมภาวนา ทำกายวาจาและใจให้สงบด้วยอารมณ์สิ่งใดสิ่ง
หนึ่งอันเป็นคู่ของจิต เมื่อจิตมีความสงบเป็นสมาธิ สมาธิคือ**ปฏิเวธธรรม** เป็นผลที่
เกิดจากการปฏิบัติ ปิติและความสุขเป็นปฏิเวธธรรม เป็นผลเกิดจากการปฏิบัติ จิต
ดำเนินอยู่ในฌานที่หนึ่ง มีวิตก วิจารณ์ ปิติ สุข เอกัคคตา เป็นปฏิเวธธรรม เป็นผล
เกิดจากการปฏิบัติ สติที่มีพลังแก่กล้าสามารถกำหนดตามรู้อารมณ์จิตได้ทันการ
รู้เท่าเอาทันในขณะจิตนั้น ไม่หลงอารมณ์จิตของตนเอง เป็นปฏิเวธธรรม
สติปัญญาสามารถกำหนดรู้อารมณ์จิต รู้อนิจจัง ความคิดไม่เที่ยง ทุกขัง ความคิด
ไม่ทนอยู่กับที่ อนัตตา ความคิดไม่เป็นตัวของตัว มีการหมุนเวียนเปลี่ยนแปลงอยู่
ตลอดเวลา ทุกขณะจิต อันนี้เป็นปัญญาเห็นชอบเรียกว่าปฏิเวธธรรม ยิ่งกว่านั้น
ผลที่พึงได้บรรลุสุสมาธิวิโมกข์ สมาธิปิติ มรรค ผล นิพพาน ที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติ
เรียกว่า ปฏิเวธธรรม

ปรัชญา ปฏิบัติ ปฏิเวธทั้ง 3 ประการนี้ เป็นธรรมะคำสอนของสมเด็จพระสัมมาสัม
พุทธเจ้า

ธรรมทั้งหลายมีใจเป็นใหญ่

กรรมะคำสอนดังที่กล่าวนี้ อาศัยกาย วาจา จิต เป็นผู้ปฏิบัติตาม โดยเฉพาะอย่างยิ่งจิตเป็นใหญ่ จิตเป็นนายกายเป็นบ่าว **มะโนปพพังคะมา รัมมา มะโนสสุทฺธา มะโนมะยา** กรรมทั้งหลายมีใจเป็นใหญ่ มีใจเป็นสภาพถึงก่อน สำเร็จแล้วแต่ใจ **มะนะสา เจ ประสันนนะ ภาสะติวา กะโรติวา** เมื่อจิตใจผ่องใส การพูดก็ดี การคิดทำก็ดี การคิดก็ดี ย่อมเป็นไปในทางที่สุจริต คือถูกต้องตามระบอบแห่งพุทธะ ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน ถ้าหากว่าจิตหรือใจตัวนี้เศร้าหมอง ไม่ผ่องแผ้ว การพูด การทำ การคิด ล้วนแต่เป็นไปในทางอกุศลทั้งนั้น

เพราะฉะนั้น การอบรมจิตให้ดำรงอยู่ในขอบข่ายแห่งศีล สมาธิ ปัญญา ทำศีล สมาธิ ปัญญา ให้ประจวบพร้อมที่จิต มีสติวินโย สติเป็นผู้นำ สติรู้รู้สึกสำนึกผิดชอบชั่วดี รู้ ตื่น เบิกบาน มีคุณธรรมความเป็นพุทธะบังเกิดขึ้นในจิตพร้อมแล้ว

คุณธรรมที่ทำให้คนให้เป็นสังฆสาวก

ต่อจากนั้น เจตนาหรือความตั้งใจของนักปฏิบัติทั้งหลาย ก็จะมุ่งตรงต่อการปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบ **สุปฏิปันโน** จะเป็นผู้ปฏิบัติดีคือปฏิบัติไม่ผิด **อุชุปฏิปันโน** เป็นผู้ปฏิบัติตรง ตรงต่อมรรคผลนิพพาน ตรงต่อความพ้นทุกข์ ตรงต่อความบริสุทธิ์สะอาดแห่งจิต มีใ้ปฏิบัติเพื่อเพิ่มพูนกิเลส **ฉายุปฏิปันโน** ปฏิบัติอย่างมีเหตุผล ได้พิจารณาไตร่ตรองกรรมะที่เกิดดับอยู่กับจิต รู้ เห็น เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ซึ่งเป็นพระไตรลักษณ์ มาเกิดขึ้นในจิตแล้ว ว่าสุขก็ดี ทุกข์ก็ดี เกิดขึ้นเพราะเหตุ กรรมทั้งหลายจะเกิดขึ้นก็เพราะเหตุ จะดับไปก็เพราะเหตุดับ เมื่อมีความรู้เห็นชอบอย่างนี้ ปฏิบัติถูกต้องอย่างนี้ จึงได้ชื่อว่าฉายุปฏิปันโน ในเมื่อผู้ปฏิบัติโดยเหตุโดยผล ยอมรับเหตุแห่งสุข เหตุแห่งทุกข์ จึงกลายเป็นผู้ปฏิบัติชอบยิ่ง เพราะจิตมุ่งตรงต่อมรรคผลนิพพาน อันเป็นความบริสุทธิ์สะอาดแห่งจิต การปฏิบัตินี้มิได้มุ่งอยู่ที่อาภิสลินจ่างราววัลโง่ การปฏิบัติไม่ได้ไปเกี่ยงใคร เป็นหน้าที่ของเราที่จะตั้งใจปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ เมื่อเป็นเช่นนั้น นี้อย่างไรพระสงฆ์สาวกของพระพุทธเจ้าอยู่ที่ตรงนี้ ผู้ปฏิบัติดี ปฏิบัติตรง ปฏิบัติโดยเหตุผล เพื่อความรู้ยิ่งเห็นจริง ปฏิบัติชอบยิ่งนี้เป็นคุณธรรมที่ทำให้คนให้เป็นสาวกของพระพุทธเจ้าที่ถูกต้องและแน่นอน

เมื่อเราเป็นผู้ปฏิบัติที่ถูกต้องแน่นอน มีสัมมาทิฐิ ความเห็นชอบ สัมมาสมาธิ ความตั้งใจมั่นชอบ มีปัญญาเห็นชอบ ตั้งใจมั่นชอบ มีคุณสมบัติแห่งความเป็นพุทธสาวก

อย่างแท้จริงกลายเป็นผู้นำที่ถูกต้อง **อาหุเนยโย** จึงเป็นผู้ควรแนะนำพร้าสอนผู้คน หรือพุทธบริษัท **ปาหุเนยโย** จึงสมควรแก่การเป็นผู้ให้การต้อนรับพุทธบริษัท **ทักษิณเยโย** จึงเป็นผู้สมควรให้คำแนะนำพร้าสอนที่ถูกต้อง **อัมชลิกรณเยโย** เป็นผู้ที่มีมือไม้อ่อนสามารถกราบไหว้พระพุทธรูป พระธรรม พระสงฆ์ บิดา มารดา ปู่ ย่า ตา ยาย สหธรรมิกทั้งหลาย ผู้อาวุโสทรงคุณธรรม ปราศจากทิฐฐิ ความถือตนถือตัว หรือความมีมานะ กระจ่าง กายก็เป็น กายอ่อน **มฤ** สุภาพเรียบร้อย อ่อนโยน วาจาก็สุภาพ ไพเราะ ใจหรือจิตก็เป็นจิตที่มฤ อ่อนน้อมถ่อมตน กลายเป็นผู้ประพฤติก่อนน้อมถ่อมตน **โสวัจฉลตา** เป็นผู้ว่านอนสอนง่าย เชื่อคำสอนของพระพุทธรูปอย่างแท้จริง ไม่มีบิดพริ้ว เชื่อว่ามีพระพุทธรูปเจ้า มีพระธรรม มีพระสงฆ์ มีความรักในพระพุทธรูปอย่างมั่นคง มีความรักในพระธรรมอย่างมั่นคง มีความรักในพระสงฆ์อย่างมั่นคง มีความเคารพต่อพระธรรมคำสั่งสอนอย่างแน่นอน ไม่ละเมียดล่วงเกินระเบียบสีกขาบทวินัยน้อยใหญ่ เป็นผู้มั่นในศีล เป็นผู้มั่นในธรรม เป็นผู้มึหิริความละอายบาป เป็นผู้มึโอตตปปะความสะดุ้งกลัวต่อบาป เป็นผู้มึโยนิโสมนสิการ มีการทำในจิตในใจโดยอุบายที่แยบคาย มีสติกำหนดจดจำอยู่ ที่อารมณ์จิตตลอดเวลา กำหนดหมายรู้ธรรมที่เกิด ดับอยู่ภายในจิต

ธรรมะเกิดที่จิตของผู้มีความเพียรเพ่งอยู่

เมื่อจิตมีสิ่งรู้ สติมีสิ่งระลึก ผู้ที่ตั้งใจจดจ่อเพ่งดูอารมณ์จิตอยู่ตลอดเวลาด้วยความมีสติสัมปชัญญะ โดยธรรมชาติของจิต ถ้ามีอารมณ์สิ่งรู้ สติมีสิ่งระลึก สติย่อมเพิ่มพลังงานขึ้นมา เป็นสติพละ เป็น 1 ในพละ 5 คือ ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา

แม้ว่าการปฏิบัติสมาธิอย่างที่มีปิติมีความสุขยังไม่เกิดขึ้น แต่มีศรัทธา ความเชื่อ ความเลื่อมใส ในคุณพระพุทธรูป พระธรรม พระสงฆ์ ในคุณธรรมของพระพุทธรูปเจ้า ในคุณธรรมคำสั่งสอน โดยทั่วไปก็ได้ชื่อว่า เป็นผู้ปฏิบัติได้ผล มีศรัทธา มีความเพียร มีความตั้งใจ มีความมั่นใจ มีสติปัญญาครอบรอบรอบอยู่ที่จิต เมื่อแสดงออกมารู้ที่กาย ที่วาจา การทำด้วยความมีสติ การพูดด้วยความมีสติ การคิดด้วยความมีสติ การทำ การพูด การคิดเป็นอารมณ์จิตเป็นสภาวะธรรมที่ปรากฏอยู่กับจิต ในเมื่อจิตดวงใจมีสติสัมปชัญญะเพ่งดูอยู่กับสิ่งเหล่านี้ แม้สิ่งนั้นจะเกิดดับอยู่ไม่หยุดหย่อนก็ตาม แต่มีสติรู้รู้ในขณะจิตนั้นทุกขณะจิต **ยะทาหะวปาตุกะวันติขัมมา อาตานิ โนณายะโตพราหะมณะสสะ อะถัสสะกังขาวะปะยันติสัพพา ยะโตปะชานาติสสะ**

เหตุที่มั่งง ในกาลใดแล ธรรมย่อมปรากฏแก่พราหมณ์ผู้มีความเพียรเพ่งอยู่ใน
กาลนั้น ย่อมรู้ธรรมะตามความเป็นจริง

ทำไมจึงภาวนา “พุทโธ”

ครูบาอาจารย์ของเราสอนให้ภาวนาพุทโธ ทำไมจึงสอนให้ภาวนาพุทโธ เพราะพุท
โธเป็นกิริยาของจิต พุทโธแปลว่า รู้ รู้เป็นกิริยาของจิต ในเมื่อจิตสงบลงไปแล้ว
ปล่อยวางคำพูดว่าพุทโธ จิตไปสงบ นิ่ง รู้ ตื่น เบิกบาน นั้น พุทโธเกิดขึ้นในจิตแล้ว
เพราะฉะนั้น ท่านจึงสอนให้ภาวนาพุทโธ ถ้าเราจะเป็นลูกศิษย์ของครูบาอาจารย์
จริงๆ อย่านำได้เคลือบแคลงสงสัย หลวงพ่อโหน่งของเรา คือ ท่านอาจารย์เสาร์ ท่าน
อาจารย์มั่น สอนให้ภาวนาพุทโธอย่างเดียว แต่เป็นที่น่าเสียดายที่ลูกศิษย์ของครู
บาอาจารย์ไม่ยอมเชื่อครูบาอาจารย์ กลับไปเชื่อสิ่งเหลวไหล บางที่ได้ยินว่า
ภาวนาพุทโธ จิตได้แต่สมณะไม่ถึงวิปัสสนา ก็ไปเชื่อคำพูดของคนที่ไม่เป็น

ทำอะไรทำให้จริง อย่ายับจด

เฮ้อ! ลองตั้งใจให้มันแน่นแน่ว ดูซิว่าอาจารย์โหน่งของเราสอนให้ภาวนาพุทโธ.....
ตั้งใจ ตัดสิ้นใจให้เด็ดขาด จะลงนรกก็จะไปกับพุทโธ จะขึ้นสวรรค์ก็จะขึ้นกับพุ
โธ จะสำเร็จพระนิพพานก็จะขอไปกับพุทโธ เป็นก็ขออยู่กับพุทโธ ตายก็ขอไปกับพุ
โธ เอาให้มันแน่นลงไป อย่านั่งเลงสงสัยด้วยประการใดๆ ทั้งนั้น

ทุกวันนี้ นักภาวนาทั้งหลายที่พากันจับๆ จดๆ จับโน่นวางนี่ ไม่เอาจริงไม่เอาจัง
เพราะมีกลุ่มบุคคลที่ภาวนาไม่เป็น ไม่รู้ตามความเป็นจริง ไปเที่ยวล้าสมของคนที่ให้
เขวจากหลักความเป็นจริง

การภาวนาตามแบบพุทโธ

การภาวนาตามแบบพุทโธ ต้องทำจิตให้รู้ ตื่น เบิกบาน จิตมีอิสระแก่ตัวเอง ไม่ต้อง
อาศัยอำนาจใดๆ เข้ามารบกวนขัดข้อง

การภาวนา ถ้าหากอาจารย์ผู้นำแนะนำให้ภาวนา พุทโธ..... แล้วนั่งกล่อมจิต ให้ทำจิต
อย่างนั้น ให้ทำจิตอย่างนี้ ส่งกระแสไปอย่างนั้น ส่งกระแสไปอย่างนี้ หนักๆ เข้า
กล่อมไปกล่อมมากก็เหมือนกันกับพี่เลี้ยงนางนมเขาเท่กล่อมเด็กน้อยให้มันนอนหลับ

กล่อมไปกล่อมมามันก็เกิดหลับ เมื่อหลับแล้วมันก็ไม่ยึดคำพูด เมื่อจิตดวงใจไปยึดคำพูด มันก็เป็นการสะกดจิต หลังจากนั้นเขาจะสั่งให้เป็นไปอย่างไร จิตก็ยอมปฏิบัติตามทุกขณะ สั่งให้ไปดูนรกก็ได้ สั่งให้ไปดูสวรรค์ก็ได้ ทิพย์จักขุ ตาทิพย์ คนภาวนาทุกวันนี้ได้ตาทิพย์ เองง่าย ๆ วิธีภาวนาตาทิพย์ เขียนคาถาพระเจ้าเปิดโลกใส่แผ่นกระดาษเอามาปิดตา ถ้าอยากดูนรก ก็นรกๆๆ ถ้าอยากดูสวรรค์ ก็สวรรค์ๆๆ พอจิตสว่าง ตาสว่างขึ้นมา มองเห็นนรก มองเห็นสวรรค์ โอ๊ย บ้านนอกเขาเอาไปทำวิชาดูหมอหากิน เต็มขีโยงเขยงอยู่ตามบ้านตามช่อง บ่ อด บ่อยาก ครั้นจะเอากันปานนั้น เอาใหม่จะพาทำ

ถ้าทำแบบนั้นเดี๋ยวจะเป็นแบบอะไร เจ้าพ่อ**ยวงโชน** เจ้าพ่อ**ยวงโชน**มาทำพิธีอยู่นี่ พอทำพิธีปราบมารขึ้นมา ชัดมีดอยู่ใบหุรูปหลวงพ่อสิงห์ ที่นี้พอทำลงไปแล้ว เจ้าพ่อ**ยวงโชน**มาประทับคนที่ เป็นร่างทรง นอนลงไป นอนหลับไม่ตื่น ผู้กำกับการ แสดงว่า เออ เดี่ยวท่านก็ฝัน เดี่ยวท่านก็ฝัน วันหนึ่งก็ไม่ฝัน สองวันก็ไม่ฝัน ที่นี้ ชาวบ้านเขาสงสัย ก็เลยไปเชิญหมอมารู พอหมอมารู เข้ามั่นหมั่นแล้ว มันตายแล้ว มันจะฝันได้ยังไง ลงผลสุดท้ายเอาไปเผาวัดสะแก นั้น เพราะฉะนั้น ถ้าเราภาวนาแล้ว จิตของเราเนี่ยมันคล้ายๆ กับว่ามีอำนาจอะไรมาบีบบังคับ

ถ้าภาวนาที่ถูกต้อง จิตเป็นไปโดยถูกต้องนี้ กายเบา จิตเบา กายสงบ จิตสงบ ออกจากที่นั่งสมาธิมาแล้วก็ยังเบาสบายอยู่นี่ ที่นี้ถ้าหากว่าเราภาวนาแล้วจิตสว่าง เข้าไปมองเห็นภาพนิมิตต่างๆ อย่างสมมติว่าเราภาวนาอยากเห็นพระพุทธรูปเจ้า เข้าไปให้น้อมนึ้กพุทโธๆๆ นึกว่าพระพุทธรูปเจ้าจะเสด็จมาหาเรา เพราะความอยากรู้อยากเห็น พอจิตสงบมันก็เกิดเป็นมโนภาพขึ้นมา ที่นี้พอเกิดมโนภาพขึ้นมา ถ้าผู้นำบอกว่าเห็นหรือยังๆ เห็นแล้วๆ เข้า อาราธนาพระพุทธรูปเจ้าเข้ามาสู่จิตสำนึกของเรา พอเรามโนจิตเอาเท่านั้นแหละ สมาธิที่กำลังมีอยู่ มีความสงบ มีความสว่าง มีปีติ มีความสุขนี้ พอภาพนิมิตเข้ามาหาตัวบ๊อบ มันก็เกิดหนักหน่วงไปทั่วร่างกาย หัวใจเหมือนกับถูกบีบเป็นการทรง เพราะฉะนั้นอย่าไปเข้าใจผิด บางทีพวกกรุงเทพฯ เขาภาวนา เขาว่า พอภาวนาลงไป โอ๊ย วิญญาณนี้ทำไมมันหลายแท้ มันรบกวนอยู่บ่อยๆ วิญญาณนั้นแหละคือผีหลอก จิตของตัวเองแสดงมโนภาพขึ้นมาเป็นผีหลอกตัวเอง ถ้าใครภาวนาจิตยังไม่มองเห็นความตายของตัวเอง ร่างกายของตัวเองไม่เฝ้าให้ตัวเองดู ไม่เห็นความตายของตัวเอง ยังไม่หายสงสัย

