

... คำหลวงปู่สอน คำหลวงปู่สั่ง ...



หลวงปู่สาวกโลกอุดร อมมปาโถ

## ... คำหลวงปู่สอน คำหลวงปู่สั่ง ...

“คำหลวงปู่สอน คำหลวงปู่สั่ง”.....เป็นธรรมเนียมนอกธรรมดาที่เกิดขึ้นจากความเมตตาของหลวงปู่สาวกโลกอุดร ธมฺมปาโล ที่มีต่อพระลูกศิษย์ซึ่งมีคำถามมีปัญหาคารวะปฏิบัติปฏิบัติ ได้เข้าไปกราบเรียนขอคำสั่งสอนที่แนะนำจากหลวงปู่เป็นการส่วนตัว คำสอนของหลวงปู่นี้ จึงไม่มีปรากฏในชุดพระธรรมเทศนาที่นำออกเผยแพร่ เนื่องจากการเรียนถามหลวงปู่เป็นการส่วนตัว จึงไม่มีการบันทึกเสียงไว้

“คำหลวงปู่สอน คำหลวงปู่สั่ง” .... จึงเป็นคำบอกเล่าธรรมดา จากความทรงจำที่พระลูกศิษย์ที่ทันหลวงปู่ได้ถ่ายทอดให้คนรุ่นหลังได้ฟัง

.....

“คำหลวงปู่สอน คำหลวงปู่สั่ง”

หลวงตาลำพันธ์ อินทวัฒน์ ได้เล่าถ่ายทอดคำสอนของหลวงปู่ให้พระผู้ไปกราบเยี่ยมและขอฟังธรรมที่หลวงปู่ได้สอนหลวงตาเป็นการส่วนตัว

หลวงตาลำพันธ์ จึงเล่าให้ฟังว่าครั้งหนึ่ง ท่านได้เรียนถามหลวงปู่

**คำถาม** “ทำไมกระผมเวลาทำสมาธิ จึงมีความคิดจวนจ้วง ดูหมิ่นดูแคลนพระพุทธรูป แม้พระพุทธรูปหินปรอทแกะ เวลากระผมไม่ทำสมาธิก็มีความคิดว่าจะดูพระพุทธรูปวางแกะกะรุกรุกตาไปหมด กระผมไม่ได้ตั้งใจจะคิดเช่นนั้นเลย กระผมละอายแก่ใจจนจิตกระผมตก รู้สึกท้อแท้ใจจนไม่อยากจะปฏิบัติธรรมต่อไป”

“คำหลวงปู่สอน คำหลวงปู่สั่ง”

**หลวงปู่ตอบ** “มันเป็นด้วยอนุสัยที่นอนเนื่อง ความคิดจวบจ้วงพระพุทธรูป เกิดจากภพหนึ่งภพ ใด เคยเกิดเป็นผู้มีจิตใจจิวจรียา อนุสัยนี้มันนอนเนื่อง เมื่อมาเพ่งสติที่จุดตั้งหัก ที่ว่าเพ่งสติ นี้เหมือนเราไปเหยียดตรงที่รังแตนรังมด รังมันก็แตกเท่านั้นซิ

.....มันแตกไปไหนล่ะ.....มันก็แตกมาใส่ตัวเจ้าของนะล่ะ

ฉะนั้นไอ้ที่คิดผุดขึ้นว่าดูถูก ดูหมิ่นพระพุทธรูป หรือคิดไปต่างๆ นานา ทั้งดีหรือไม่ ดีนะ ให้รู้ว่าธาตุๆ ชันธุ์ มันคิด ไม่ใช่ตัวเราคิด ถ้าความคิดมันผุดเกิดขึ้น มันมากๆ นะ จนเราผลอเออออ หลงเชื่อมันไปเลย ว่าเราเป็นคนที่ยั่วซ้ำว่าเราไม่ควรประพฤติธรรม กรรณฐาน..

**นี่ล่ะ..หลงกลกิเลส หลงกลความคิดมันแล้ว มันหลอกหลวงเรา**

**\*\*\* ให้รู้ทันมัน**...ว่าเป็นเรื่องธาตุๆ ชันธุ์ๆ เป็นอนุสัยที่มันนอนเนื่อง พอสติเราเพ่งไปที่จุดตั้งหัก...มันก็เข้าไปตรงจุด

เปรียบว่าเป็นรังแตนหรือเป็นรังมดนะ(มโนทวาร)...มดมันก็แตกรังเท่านั้นซิ มันแตกไปไหน..มันก็แตกใส่ตัวเจ้าของนะล่ะ ใส่ตัวเจ้าของ

.....มันไม่ได้แตกหนีไปไหน

.....มันแตกมาใส่ตัวเจ้าของ

.....**ให้เราเพ่งสติสู่ที่จุดตั้งหักอย่างเดียว”**

“คำหลวงปู่สอน คำหลวงปู่สั่ง”

.....มันจะคิดวับๆ แวมๆ ให้เราไปดูถูกดูหมิ่น

.....จ้วงจาบองค์พระ

.....หรือจะคิดดีเลิศประเสริฐสักปานใด

.....ไม่ต้องสนใจ ไม่ต้องสนใจ ให้เพ่งสติที่จุดตั้งหักอย่างเดียว

.....แต่ถ้ามันคิดมากๆ สู้ไม่ไหว ก็ให้บริกรรมช่วยประคองกรรมฐาน

ด้วยคำว่า “ธาตุคิด ๆ ๆ”

\*\* ถ้าไม่ได้นั่งทำกรรมฐาน เวลาเดินเหินไปมา หรือทำงานการนี้ล่ะ

ก็ตั้งสติมาไว้ที่จุดตั้งหัก มันลืมนะก็ตั้งสติมาใหม่

**ตั้งสติมาไว้ที่จุดตั้งหักนี้ล่ะ**

**ทำอยู่อย่างนี้ล่ะ ทำให้มากเข้าไว้”**

“คำหลวงปู่สอน คำหลวงปู่สั่ง”

“เพ่งที่จุดตั้งหัก

ยิ่งเพ่ง ยิ่งมืด ยิ่งตื้อ ยิ่งดี

ถ้าเพ่งแล้วเห็นแสง ไม่ถูก เป็นนิมิต

นิมิตและความฝันทุกอย่าง

อย่าเอามาเป็นกรรมฐาน

ยิ่งเพ่งมันจะยิ่งเริ่มดำ

ไปสู่การดับข้างเดียว จะเคยชิน

มันจะวิ่งไปหาความดับ

คือฝ่ายความคิดดับ แต่ฝ่ายสติไม่ดับ

ยิ่งโง่ไปเรื่อยๆ ทำอยู่อย่างนั้นแหละ

ทำไปเรื่อยๆ ทั้งเวลาเราปฏิบัติ

หรือเวลานอกนั้น ก็ให้ทำตลอด

ความเคยชิน เขาจะดับไปที่ละน้อยๆ

ต้องตะล่อมทำไปเรื่อยๆ จากดับฝ่ายเดียวยังเหลือสติอยู่

เราทำอะไรอยู่ที่ข้าง

ทำประจำ ถึงเวลาเขาจะให้เราทำ

จะปวดอยู่ตรงจุดตั้งหักนั้นแหละ

พอเพ่งไปสักเดี๋ยวจะหาย

ถ้าทำเพื่อเอาบุญ ไม่ต้องเพ่งฌานก็ได้ คุณมเขาก็ได้

เพ่งฌานไม่มีสุขเลย

มีทุกข์อย่างเดียว

แต่ถ้าอยากตัดภพตัดชาติ

มันก็ไม่ไช่เรื่องยากเกินวิสัย

ขอให้ตั้งใจตั้งมั่นในอิทธิบาท ๔”

“คำหลวงปู่สอน คำหลวงปู่สั่ง”

“การพิจารณา อสุภกรรมฐาน  
อย่าไปพิจารณาของสวยๆ งามๆ  
เพราะมีแต่จะไปรักเขา  
ต้องไปดูของสกปรก  
แล้วน้อมเข้ามาใส่ตัวเรา  
จึงจะเรียกอสุภกรรมฐานเหวอ

(อสุภ อ = ไม่ สุภ = งาม,สวย)

(อสุภ = ไม่งาม,ไม่สวย)

.....

ถ้าใครอยากปฏิบัติได้เร็ว

ให้ปฏิบัติเพ่งฌานสติ

ที่จุดตั้งหัก ไปพร้อมกับ

การพิจารณาอสุภกรรมฐาน....ควบคู่กัน

ถ้าไม่ทำอสุภกรรมฐาน

แต่จะเพ่งฌานอย่างเดียว

จะปฏิบัติลำบากรู้ได้ช้า

ซึ่งเรียกว่า “ทุกขาปฏิบัติ”

เพ่งฌานโดยไม่ทำอสุภกรรมฐาน

เมื่อผัสสะมากระทบ จิตจะตกไว้มาก”

“คำหลวงปู่สอน คำหลวงปู่สั่ง”

“ขณะที่เราพิจารณาอาการ ๓๒ อยู่เนิ่น

ความคิด...มันคิดออกไปเรื่องอื่นเลย

มันฟุ้งมาก

จนพิจารณา อสุภะติดๆ ชัดๆ

ทำให้เราเข้าใจว่า

เราทำไม่ได้ ทำแล้วคิดมาก

เราไม่ถนัดเลย ที่จะทำอสุภะกรรมฐาน

คงไม่ใช่แนวทางของเราแน่

\*\*\*แล้วก็เพ่งฌานอย่างเดียว

**หลวงปู่ท่านสอนให้ทำคู่กัน**

**อย่าทอดทิ้งอสุภะกรรมฐาน**

**ที่เป็นฝ่ายวิปัสสนากรรมฐาน**

**เป็นเบื้องบาทขององค์ฌาน**

**เป็นกำลังให้องค์ฌานของเรา”**

“คำหลวงปู่สอน คำหลวงปู่สั่ง”

“อย่าไปรับอารมณ์ของคนอื่น

มันจะเผาผลาญจิตใจเรา

ลดบารมีของเรา

หมายถึงการสนทนาด้วยการติเตียน

สนทนาด้วยการกล่าวโทษ

ด้วยการนินทาว่าร้าย

ด้วยการเพ่งโทษผู้อื่น

อย่าร่วมสนทนา

ถ้าหลีกเลี่ยงไม่ได้

ก็อย่าปล่อยให้ใจของเรา

ให้ร่วมไปกับอารมณ์ของเขา”

“คำหลวงปู่สอน คำหลวงปู่สั่ง”

หลวงปู่ให้โอวาท : งานภายในของพระ .....**เพ่งสติที่จุดตั้งหักนั้นแหละ**  
ส่วนงานภายนอก .....**สวดมนต์สวดพร**

เรียนถามหลวงปู่ : เวลาผมปฏิบัติ ทำไมบางทีว่าวุ่น ฟุ้งซ่านไปหมด  
ปฏิบัติเหมือนไม่เห็นหน้าเห็นหลัง อะไรเลย

หลวงปู่ตอบ : เวลาแผ่เมตตาจากห้วงสมาธิ เป็นยังไงมั้งล่ะ  
แล้วแผ่ให้สรรพสัตว์นะ ใจสงบดีไหม

ลูกศิษย์ตอบหลวงปู่ : เวลาแผ่เมตตา ใจผมสงบดีครับ

หลวงปู่ให้โอวาท : ก็แผ่ให้ตัวเองบ้างซิ ให้ตนเองบ้าง  
แผ่ให้แต่คนอื่น บ่อนข้าวแต่คนอื่น ก็ให้ตนเองกินบ้างซิ

...คำแผ่เมตตาให้ตนเอง...

อะหัง สุขิโต โหมิ

อะหัง นิททุกโข โหมิ

อะหัง อัပ္พยาปัชฌโม โหมิ

สุขี อัตตานัง ปิริหารามิ

