

[เฉพาะสมาชิกเขตใน]

หนังสือที่รวบรวมโอวาทของคุณครูไม่ใหญ่
ที่ท่านเมตตาสอนธรรมะตลอดหลายปีที่ผ่านมา



“หยุด” นี่แหละ
เป็นตัวสำเร็จ
ทั้งทางโลกและทางธรรม

“ บ่ให้รู้ปะหยุดได้ ”

“ สรุป..โอวาทการปฏิบัติธรรมประจำวัน ”



“หยุด”
“นิ่ง”
“เฉยๆ”
“เราเป็นผู้ดู ไม่ใช่ผู้กำกับ”



“ บ่ให้รู้ปะหยุดได้ ” ๓

॥ ପ୍ରାଚୀନ ଶିଳା ଲେଖନୀ ॥

୬

" บำบัดทุกข์และคุณธรรม " ๓

ที่ปรึกษาากิตติมศักดิ์

หลวงพ่อรัญมชโย

ที่ปรึกษา

พระครูสมุห์วิษณุ ปญญาทีโป
พระครูใบฎีกาอำนวยศักดิ์ มุนิสกุโก
พระไชยยศ ยสวโร
รัตนารณ ชุณหะรัศมี

บรรณาธิการ

พระมหาไพโรจน์ ปุณณภาโส
พระสรวัจน์ กวิทูโต
พระมหาอรรถพล กุลสิทฺโธ ป.ธ.๙
พระมหาธีระชัย ธีชชโย ป.ธ.๙

ออกแบบปก

พระพนมชัย อุตตชโย

พิสูจน์อักษร

พระณัฐวุฒิ อธิวิุฑฒ
พินรัตน์ จตุรกุลมรกต

ประสานงาน

เจ้าหน้าที่จุดดอกบัวบูชาพระมหาธรรมกายเจดีย์
พระมหาเจดีย์พระพุทธรเจ้าล้านพระองค์

จัดรูปเล่ม

รัชติ เกิดโชคงาม

จัดทำโดย

ใจ...หยุด ๒๔ น.

พิมพ์ที่

บริษัท รุ่งศิลป์การพิมพ์ (๑๙๗๗) จำกัด

พิมพ์ครั้งที่ ๑

วันที่ ๑๐ ตุลาคม พ.ศ ๒๕๖๐

วันคล้ายวันเกิด ๑๓๓ ปี

พระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร) พระผู้ปราบมาร

พิมพ์จำนวน

๑,๕๐๐ เล่ม

คำนำ

หนังสือ “**ง่ายที่สุด คือ หยุดได้**” เล่ม ๓ (เฉพาะสมาธิกเขตใน) เป็นหนังสือที่ไม่ได้เผยแพร่ทั่ว ๆ ไป โดยทางทีมงานได้รวบรวมโอวาทของคุณครูไม่ใหญ่ที่เมตตามาสอนธรรมะให้ลูก ๆ สมาธิกเขตใน ในช่วงระหว่างปีพุทธศักราช ๒๕๔๙ - ๒๕๕๓

ต่อมาคณะผู้จัดทำได้ร่วมกันคัดเนื้อหาให้เหมาะสมกับความละเอียดของใจ และตั้งใจจัดทำเป็นหนังสือ เล่มนี้เป็นเล่มที่ ๓ เป็นเล่มที่สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมตั้งแต่โอวาทที่ ๒๕๑ - ๔๐๐ เพื่อให้ผู้อ่านได้ทบทวนธรรมะ และวิธีการปฏิบัติที่คุณครูไม่ใหญ่ท่านสอน โดยมุ่งหวังอย่างจริงใจที่จะให้ผู้อ่านมีใจที่ละเอียด มีที่พึ่งภายใน และก้าวไปถึงจุดที่สามารถศึกษาธรรมะที่ละเอียดยิ่งขึ้น กับคุณครูไม่ใหญ่...พระพ่อผู้เป็นที่เคารพรักยิ่งของลูก ๆ ทุกคน

คณะผู้จัดทำ

๑๐ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๐

ทบทวนตัวเอง

ให้ลูก ๆ ทุกคนในองค์กรระวังรักษาตัวเองให้ดี อย่าให้เป็นอะไรไปโดยความประมาท หรือมีเหตุที่ต้องให้หลุดไปจากการสร้างบารมีให้เรารักษาตัวเองให้รอดพ้นจากภัยต่าง ๆ เพราะเราเป็นสมบัติของพระศาสนา หลวงพ่อจะพูดให้ชัดเจนไปเลยก็ได้ว่า **“เราเป็นสมบัติของธาตุธรรม”** เราต้องระวังรักษาสุขภาพกายโดยการบริหารกำลังกายให้แข็งแรงเสมอ สุขภาพใจก็ต้องรักษา อย่าให้ความคิดที่ไม่ดีเข้ามาครอบงำเราได้ เราต้องรักษาใจและความนึกคิดในใจของเราให้เป็นกุศล ให้เจริญอกงามแต่ความดีเท่านั้น บางครั้งหลวงพ่อก็มีหลายเรื่อง บางครั้งตาไม่ได้มองเห็น แต่จะถามถึงหรือทราบข้อมูลอยู่เสมอ

คนเราจะเอาดีทางธรรมได้ ต้องไม่มีหวังในทางโลก เช่น ไม่อยากร่ำรวย ไม่อยากแต่งตัว ไม่อยากมีชื่อเสียง ฯลฯ แล้วก็ต้องยอมลำบาก เพราะหนทางการสร้างบารมีต้องอดทน อยู่ทางโลกก็ต้องทนคนไม่มีศีล อยู่ทางธรรมก็ต้องอดทนต่อเพื่อนสหายธรรมิก เพราะเราอยู่ร่วมกันเป็นทีมใหญ่ ความลำบากทำให้บารมีของเราเพิ่มพูนมากขึ้น ความสบายต่างหากที่ฆ่าเรา ถ้าเราติดความสบายแล้ว จะไม่ยอมปรับตัว ฝึกฝนตนเองให้เจริญในทางธรรม ความสบายมีไว้เพื่ออำนวยความสะดวกในการสร้างบารมีเท่านั้น ไม่ใช่มีไว้เพื่อให้เราติด แล้วทำให้ความไม่ดีต่าง ๆ เฟื่องฟู

การมาเกิดกับการตายของเราไม่เหมือนชาวบ้าน เราเป็นสมบัติของธาตุธรรม เพราะธาตุธรรมส่งให้เราเกิด ให้มาทำหน้าที่ปราบเขาไม่ใช่มาให้เขาปราบ พวกเราอดกายได้ ตายได้

แต่จริง ๆ แล้วเราไม่ตาย เราเพียงแค่ถอดกาย ชาติธรรมก็เอาเราไปกลั่นแก้ไขเติมบุญ พอถึงเวลาก็ถอยลงมาสู่อำนาจใหม่ เราต้องตั้งเป้าหมายในใจว่า “เราต้องไปถึงที่สุดแห่งธรรม” พอมาเกิดอีกก็ครั้งก็ตาม เราจะได้มีเป้าหมายในใจ แล้วจะได้มาสร้างบารมีต่อจากภพก่อน ๆ

เราเป็นทหารกล้าแห่งกองทัพธรรม ต้องตายในหน้าที่เท่านั้น ถ้าหนีทัพหรือหลุดออกไป ถ้าไปรู้ไปเห็น...ชนชั้น ๆ ของเรานี้จะลุกขึ้น จากเส้นสั้น ๆ ไปถึงจักรวาล

พวกเราต้องทำหยุดนิ่งที่ศูนย์กลางกายเท่านั้น หลวงพ่อขอให้ทุกคนตั้งใจทำตามวิธีที่หลวงพ่อนำ หลวงพ่ออยากให้ทุกคนในองค์กรทำ ๒ ข้อคือ

๑. ทำกิจวัตรให้สม่ำเสมอ ตื่นนอนตี ๔ ครึ่ง นั่งธรรมะตามเวลาขององค์กร กิจกรรมที่หมู่คณะมอบหมายให้ก็รับผิดชอบให้ดี

ดูตัวอย่างสาธุชนสิจะ เขาทำงานไม่อยู่ในบุญเลย เขากลับทำกิจวัตร (นั่งสมาธิ) ได้ผล มีประสบการณ์ดี ๆ หลวงพ่อไม่เข้าใจ ยังสงสัยว่าเป็นเพราะอะไร มีองค์กรไหนบ้าง ที่เขากำหนดเวลานอนให้ มีแต่พวกเรานี้แหละ หลวงพ่อต้องกำหนดเวลานอนให้ ก็ยังไม่ยอมนอน ทำกิจกรรมกันเพลิน แต่พอให้นั่งธรรมะกลับหลับเสียนี้

๒. ทำอย่างไร มโนปณิธานที่เราตั้งใจไว้จะไม่เปลี่ยนแปลง ที่เข้ามาในองค์กรตั้งใจจะประพาสพระพรหมจรรย์ ทำวิชชากับหลวงพ่อกัน มาสร้างบารมีกับหมู่คณะ พออยู่ ๆ ไป เกิดอยู่ไม่ได้ เป้าหมายมโนปณิธานเปลี่ยนไป พุดคุยตักเตือนกันด้วยเหตุผลก็รับไม่ได้ ใช้อารมณ์แทนเหตุผล



การมีกัลยาณมิตรสำคัญที่สุด เป็นทั้งหมดของพรหมจรรย์ กับ การที่เรายอมปรับตัวเข้าหาหมั่นคณะ ก็จะช่วยให้ได้มาก แต่ที่สำคัญ สุดๆ คือ **"ใจของเราเอง"** เราเป็นอนาคตาภิรมณ์แล้ว เราต้องคอย ระวังดูแลจิตใจของเรา อย่าให้อกุศลทั้งความคิด คำพูด และการ กระทำเกิดขึ้น สิ่งใดให้อกุศลงอกงาม ตัดฉับออกไปเลย ถ้า เราจริงใจต่อการประพฤติพรหมจรรย์แล้ว เราจะสละสิ่งที่ไม่เป็น ประโยชน์ต่อการสร้างบารมีออกไปได้ เช่นเดียวกับการปฏิบัติ ธรรม ถ้าเราจริงใจก็ต้องปฏิบัติฝึกฝน โดยใช้วิธีการที่ถูกต้อง และ ทำสม่ำเสมอ

หลวงพ่อชวนทุกคนมาสร้างบารมี วัดก็ชื่อวัดพระธรรมกาย เพื่อให้ผู้ฟังนึกถึงธรรมะ และทุกคนในองค์กรต้องเข้าถึงธรรม ถ้า เข้าไม่ถึง มาปิดตาหลวงพ่อดอนตาย ถึงอย่างนั้นหลวงพ่อก็ไม่รู้ ว่าจะปิดตาลงหรือเปล่า หลวงพ่อก็จะนอนตายตาหลับ ปิดตาเอง เลย ถ้าถูกๆ ทุกคนเข้าถึงธรรมกายสมกับชื่อวัด

คุณครูไม่ใหญ่

สอนตัวเอง

เราต้องทบทวนตัวเอง สอนตัวเอง ไม่มีใครสอนตัวเราได้ดีเท่า กับตัวเราสอนตัวของเราเอง ให้ตั้งใจฝึกจิตของเราให้บริสุทธิ์ ยิ่งขึ้นไปเรื่อย ๆ สิ่งไหนที่ทำให้จิตเราไม่บริสุทธิ์...ก็ต้องออกห่างให้เดือนตัวของเราเอง ยิ่งในยุคนี้ สื่อต่างๆ คอยที่จะดึงใจของเราให้ออกห่างไปจากแหล่งของความบริสุทธิ์ ฉะนั้น เราก็ต้องหมั่นรักษาใจของเราให้บริสุทธิ์ให้ได้ตลอด

แม้เราจะมีภารกิจงานหลาย แต่ก็อย่าดูเบาในเรื่องของการนั่งธรรมะ ให้ตั้งใจฝึกใจให้ละเอียดกันขึ้นไปเรื่อย ๆ เพราะเราจะได้มีที่พึ่งภายในกันจริงๆ เมื่อกาลเวลาผ่านไป...ใจของเราก็ต้องละเอียด ยิ่ง ๆ ขึ้นไป ซึ่งการที่เรามาอยู่ในองค์กรก็เพื่อวัตถุประสงค์นี้

คุณครูไม่ใหญ่



ทำให้ถูกหลักวิชา

อย่าประมาทในชีวิต ให้เร่งสร้างบุญสร้างกุศลให้เต็มที่ เราทุกคนเป็นผู้โชคดี ที่เรารู้ว่าชีวิตเกิดมาสร้างบารมี เมื่อโอกาสในการสร้างบารมีมาถึง เราก็เร่งสร้างบารมีให้สุดกำลังความสามารถ ให้ท่วมเทชีวิตและจิตใจให้เต็มที่ อย่ามัวหลงไหล สนุกสนาน เพลิดเพลินในสิ่งที่ไม่เป็นสาระ แต่ให้ทำทุกอนูวินาทีให้มีคุณค่า ด้วยการสร้างบารมีและประพฤติปฏิบัติธรรม

ให้ตั้งใจฝึกใจให้หยุดนิ่ง อย่าให้มีอะไรมาเหนี่ยวรั้งใจของเรา ทั้งทุกอย่าง วางทุกสิ่ง นิ่งอย่างเดียว ฝึกให้คล่องให้คุ้นกับทางสายกลาง ไม่คุ้นไม่ได้ ไม่คุ้นเป็นไม่ได้ ให้คุ้นอย่างถูกหลักวิชา ต้องหยุดต้องนิ่งอย่างสบายๆ มีองค์ประกอบครบ มีความง่าย มีความสบาย มีความสุข มีความบริสุทธิ์ มีความชัดใสสว่างเพิ่มขึ้น ฝึกได้แค่นี้เอาแค่นั้นไปก่อน ทำให้ถูกหลักวิชา ทำได้แค่นี้เอาแค่นั้น ไม่ได้ไม่เป็นไร ฝึกให้คุ้นกับทางสายกลางไปก่อน ทางสายกลางภายในของเรา ต้องราบรื่น ต้องไม่มีอะไรสะดุด ไม่มีอะไรเป็นอุปสรรค ต้องให้ถูกหลักวิชา จะนั่งได้นานแค่นี้ก็แล้ว แต่ แต่ทุกช่วงเวลาต้องนั่งอย่างถูกหลักวิชา มีองค์ประกอบครบ ไม่ทันคนอื่นก็ไม่เป็นไร ฝึกให้คุ้นกับทางสายกลางให้ได้ตลอด แม้เป็นช่วงสั้น ก็ต้องให้ชำนาญอย่างสบายๆ ฝึกซ้ำๆ ทำบ่อยๆ ทำเนื่องๆ ซ้ำแล้วซ้ำอีก จนกว่าจะคล่องชำนาญ เข้ากลางคล่อง ว่องไว ใจมีพลัง เดี่ยวอีกหน่อยทุกคนก็จะไปถึงจุดตรงนี้เอง ทางสายกลางภายในต้องเป็นทางของเรา ไม่ใช่ทางของใคร ใครจะมาก็ดีมาขวาง มากันไม่ได้ ทำไปอย่างง่าย ๆ สบาย ๆ เดี่ยวก็จะสมหวังกันทุกคน

คุณครูไม่ใหญ่



ระบบระเบียบ

ชีวิตของพวกเราทุกคนอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่เป็นบุญกุศล ถือว่าเป็นผู้มีบุญมาก เราควรจะมีความสุขและสนุกสนานต่อการต่อสู้เพื่อเอาชนะใจของเราเอง ควรจะมีความสุขแล้วก็มี ความสนุกสนานต่อการต่อสู้เพื่อจะเอาชนะความรู้สึกที่มีอยู่ในใจของเรา เอาชนะมันให้ได้

มีสิ่งที่สับสนอยู่ ๒ สิ่ง คือ สิ่งที่มีมักจะพูดกันติดปากว่า **“ฉันชอบเป็นตัวของตัวเอง มีความเป็นตัวของตัวเองสูง ชอบความเป็นอิสระ ไม่ชอบอยู่ในกรอบระเบียบวินัย อยู่แล้วอึดอัด”** ถ้าเราพิจารณาให้ลึกซึ้ง พูดอย่างนี้ ถ้อยคำอย่างนี้ “เพราะชอบความเป็นอิสระ อยากเป็นตัวของตัวเอง” แต่การกระทำมักจะสวนทางกัน คือ **“ชอบตามใจตัวเองมากกว่าที่จะเป็นตัวของตัวเอง”** แต่ว่ามาใช้สับสนกันปนกันไปหมดแล้วตอนนี้

ผู้ที่ชอบอิสระ เป็นตัวของตัวเอง ก็มีแต่พระสัมมาสัมพุทธเจ้า กับพระอรหันต์เท่านั้น ที่ท่านเป็นตัวของตัวเอง เป็นอิสระ คือ ท่านไม่ถูกมารบังคับบัญชาได้ เป็นอิสระจากการบังคับบัญชาของเขา ให้ใจทวนทวนกระสับกระส่ายตามใจตัวเอง ตามกระแสกิเลสที่มันบังคับให้คิดพูดทำอย่างนั้นเรื่อยเปื่อยกันไป จนกระทั่งหลงเข้าใจผิดว่า **“นั่นคืออิสรภาพ นั่นคือความเป็นตัวของตัวเอง”**

แต่ที่จริงไม่ใช่เลย นั่นเขาเรียกว่า **“ยังอยู่ในบังคับบัญชาของเขา”** มันเป็นการตามใจตัวเอง หรือพูดเต็ม ๆ ว่าตามใจตามกิเลสหรือมารบังคับให้คิดอย่างนั้น พูดอย่างนั้น แล้วก็ทำอย่างนั้น



ฟังชานเรื่อยเปื่อยกันไป อยากจะคิด อยากจะพูด อยากจะทำอะไร ก็ปล่อยตามใจกันไป คือ แพ้เขาเสียจนชินอย่างนั้น นั่นยังไม่ใช่เป็นตัวของตัวเองนะ นั่นยังไม่เป็นอิสระ

ที่เราเข้ามาอยู่ในองค์กรนี้แหละ เรากำลังจะต่อสู้เพื่อให้เกิดการเป็นตัวของตัวเอง เพื่อให้ตัวของเราเป็นอิสระ พ้นจากบ่วงจากทาสของพญามาร เพราะฉะนั้น กฎเกณฑ์อะไรบางอย่างที่เขาມີอยู่ในองค์กร เขามีเอาไว้เพื่อที่จะได้ต่อสู้กับสิ่งที่บังคับบัญชาเราอยู่ ทำให้เราสูญเสียความเป็นตัวของตัวเอง และอิสรภาพที่จะแสวงหาความสุขได้อย่างไม่มีขอบเขตหรือความรู้ที่กว้างขวาง

ระเบียบวินัยที่มีอยู่...มีเฟ้ออย่างนี้ ถูกวัดถูประสงค้อย่างที่อยากได้ทีเดียว แต่พวกเรามักจะไม่เข้าใจกัน เพราะฉะนั้น เวลาเจอกรอบระเบียบวินัย ก็รู้สึกว่ายึดอัดไม่ได้ตั้งใจ หลงพอก็ยังมองไม่เห็นที่ใดในโลกที่มันได้ตั้งใจ ในเมื่อเรายังเป็นบ่าวเป็นทาสเขาอยู่ จะขายกัวยเตี๋ย ขายกล้วยทอด ทำงานรับราชการ ทำงานส่วนตัว เป็นลูกจ้างในห้างร้านบริษัทอะไรต่าง ๆ เหล่านั้นมันก็มีเงื่อนไข มีกฎเกณฑ์ที่เราทำอะไรไม่ได้ตั้งใจ แล้วอะไรจะมาลำบากใจเท่ากับสิ่งที่เราอยากทำแล้วไม่ได้ทำ หรือสิ่งที่ไม่อยากทำแต่กลับได้ทำ ก็เพราะเรายังไม่เป็นอิสระ ยังไม่เป็นตัวของตัวเอง ดังนั้น อย่าไปสับสนกับคำพูดอย่างนี้ พูดกันเสียจนเคยปาก แต่ความจริงมันอีกเรื่องหนึ่ง

ผู้ที่จะเป็นอิสระ เป็นตัวของตัวเองได้ มีแต่พระอรหันต์และพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทั้งหลายเท่านั้น เพราะท่านหลุดพ้นจากสิ่งที่เขาบังคับบัญชาเราอยู่ ดังนั้น กรอบระเบียบวินัยกฎเกณฑ์ต่าง ๆ

ที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านทรงวางกฎเกณฑ์เอาไว้ ที่หลวงพ่อก็ได้วางแนวทางเอาไว้ และที่คณะกรรมการบริหารได้วางเอาไว้ มีวัตถุประสงค์อย่างเดียว คือ ให้ทุกคนเป็นอิสระ พ้นจากการเป็นบ่าวเป็นทาส ของพญามาร เป็นตัวของตัวเอง

เพราะฉะนั้น อย่าติดขัดกับกฎเกณฑ์ระบบระเบียบวินัยที่วางเอาไว้ ที่ไม่ให้ตามใจตัวของเราเองนั่นแหละ จงมีความสุขและสนุกสนานกับการต่อสู้กับสิ่งที่มันเกิดขึ้นมาในใจเรา ที่มันจะบังคับเราให้เป็นไปตามความปรารถนาของเขา เอาชนะมันให้ได้ ซึ่งจะต้องประกอบไปด้วย ๒ อย่าง คือ หยาบๆ เราก็สอนตัวเองให้ได้ ในเรื่องละเอียดก็ทำให้หยุด ให้นิ่ง ให้เป็นสมาธิ จะได้เป็นบ่อเกิดแห่งสติปัญญา เมื่อสติปัญญาเกิดขึ้นแล้วนี่ ปัญหาอะไรต่าง ๆ มันก็จะได้หมดไป เหมือนออกจากที่มีดไปสู่แสงสว่าง

เพราะฉะนั้น หยาบๆ เราก็สอนตัวเราเองว่า ถ้าวันนี้เป็นวันสุดท้ายของชีวิตเรา เราจะทำสิ่งที่ดีงามอย่างไร เพื่อที่เราจะได้เดินทางไปสู่ปรโลกอย่างเบิกบาน มีความบันเทิงอยู่ในโลกทั้งสองทั้งโลกนี้และโลกหน้า อย่างละเอียดก็ปฏิบัติธรรมะ ทำให้หยุด ให้นิ่ง อย่างนี้แหละ ทำ ๒ อย่างนี้ให้ควบคู่กันไป เพราะฉะนั้น ทำความเข้าใจให้ดีนะ

สำหรับบางคนที่จะเริ่มจะรู้สึกติดขัดกับกฎเกณฑ์ กฎระเบียบ ข้อบังคับ ธรรมวินัยอะไรต่างๆ ให้รู้ว่าเรากำลังคิดผิด ให้ปรับปรุงแก้ไข ทำความเข้าใจกันใหม่ สิ่งที่ดีถูกต้องก็คือ จะต้องมีความสุขและสนุกสนานต่อกฎเกณฑ์ ระเบียบวินัย ธรรมวินัยต่างๆ ต้องต่อสู้เพื่อจะเอาชนะมัน

เมื่อเราชนะมันได้ นั่นแหละความสุข อิศรภาพก็จะเกิดขึ้น เป็นอิศรภาพที่แท้จริง เป็นตัวของเราเองที่แท้จริง ซึ่งถึงตอนนั้นเราก็จะนั่งอย่างเป็นสุข นอนเป็นสุข ยืนเป็นสุข เดินเป็นสุข เหมือนพระราชาในอดีตที่ออกบวช พระมหากษัตริย์นั้นแหละ มีความสุข สนุกสนานทีเดียว ว่า “สุขจริงหนอ” มันก็มีตัวอย่างอยู่แล้ว

คุณครูไม่ใหญ่

ชาตินี้สำคัญมาก

ชาตินี้สำคัญมากจริง ๆ นะ เราจะแพ้ไม่ได้เด็ดขาด บนเส้นทางแห่งการสร้างบารมีนี้ใครจะมาเร็วหรือมาช้า...ไม่สำคัญ แต่สำคัญอยู่ที่ว่า “เมื่อได้มาถึงเส้นทางสายนี้แล้ว จะประทับใจตัวเองให้อยู่สร้างบารมีไปกับหมู่คณะให้ได้ตลอดรอดฝั่ง...จนกว่าจะถึงเป้าหมาย คือ ที่สุดแห่งธรรมได้ไหม”

ชาตินี้สำคัญมาก ถ้าแพ้ชาตินี้...ก็จะแพ้ไปเรื่อย ๆ ชาตินี้เป็นชาติสุดท้ายที่เรารู้ว่าอะไรเป็นอะไร แต่ไม่ใช่ชาติสุดท้ายที่ไปถึงที่สุดแห่งทุกข์ แต่เป็นชาติสุดท้ายที่เรารู้ว่า “เราเกิดมาทำไม อะไรคือเป้าหมายที่แท้จริงของชีวิต อะไรเป็นสาเหตุแห่งความทุกข์ แล้วเราจะไปดับเหตุแห่งความทุกข์นั้นได้อย่างไร” นี่เรารู้ตรงนั้นแล้ว

เพราะฉะนั้น ถือว่าเป็นชาติสุดท้ายของเรา ถ้าชาตินี้ใครแพ้...จะพลัดหลุดไปจากเส้นทางธรรมกาย หลุดไปเลย คราวนี้จะไม่ทันกันแล้ว แพ้ตลอดชาติ

ถ้าเราปฏิญาณตนเป็นนักรู้ นักรบแห่งกองทัพธรรม ต้องสู้จนกว่าชีวิตจะหาไม่ ถ้าแพ้ใจดำถือว่าเสียศักดิ์ศรีทีเดียว เพราะเกิดมาปราบมัน แต่กลับเป็นมันปราบเรา เสียศักดิ์ศรีมาก โน่น...ไปอยู่คนสุดท้าย หมายความว่า แถวยาวเท่าไร ต้องไปอยู่คนสุดท้าย

ถ้าไปทั้งทีมก็ไปอยู่คนสุดท้าย...บ๊วยเลย เราต้องการเป็นบิก...ไม่ใช่บ๊วย เตือนตัวเองด้วย เตือนซึ่งกันและกันด้วย เพื่อเราจะได้ไปพร้อม ๆ กัน ไปอยู่ในแนวหน้า ไปศึกษาวิชชาธรรมกาย ไปปราบพญามารด้วยกันจนกว่าจะถึงที่สุดแห่งธรรม

คุณครูไม่ใหญ่

เอาใจอยู่กับตัว

เราเกิดมามีเป้าหมายที่จะเอากายหยาบมาทำความบริสุทธิ์
หยุดนิ่งให้เข้าถึงพระธรรมกายภายใน เพื่อที่เราจะได้พ้นจากสิ่งที่
เขабังคับบัญชาเอาไว้ และใจของเราจะได้หลุดจากความโลภ ความ
โกรธ และความหลง

ในตอนนี...เรายังมีกายหยาบที่แข็งแรงที่จะสู้กับกิเลสได้
เพราะฉะนั้น...เราอย่าเอาใจไปติดกับเรื่องอะไรภายนอก เพื่อ
ให้ใจของเราอยู่กับตัว เมื่อใจอยู่กับตัวนาน ๆ เข้า ความสงบและ
ความสว่างก็จะเกิดขึ้น แล้วความบริสุทธิ์ก็จะตามมา คือ จากที่เรา
เคยมืดก็จะสว่าง หรือจากที่เราเคยสว่างอยู่แล้วก็จะสว่างมากขึ้น
จนกระทั่งดวงธรรมและองค์พระเกิดขึ้น ซึ่งเราทุกคนนั้นไม่ว่าหญิง
หรือชายล้วนเกิดมาเพื่อเป็นพระภายในกันทั้งสิ้น

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๕๑

รู้สึกว่ามีหลักวิชา อย่าฝืนทำ : พระบรมศาสดาของเราพระองค์นี้ (ในสมัยที่ยังทรงเป็นพระโพธิสัตว์อยู่) บางทีพระองค์ก็สว่างตอนกลางวัน บางทีก็สว่างตอนกลางคืน สว่างภายใน จึงตรัสกับพระอนุรุธะในทำนองที่ว่า “เราก็เหมือนกัน บางทีก็ทำได้ บางทีก็ไม่สามารถ บางทีก็หลุดไปบ้าง” ก็ไม่เป็นไร มันก็คือการฝึกซ้ำๆ เจริญอุททิบาท ๔ ให้มีจิตตะ ทำซ้ำๆ นี่แหละ ถ้าทำๆ ไปแล้วรู้สึกว่ามีหลักวิชา อย่าฝืนทำต่อ ให้ทำเฉยๆ ไปก่อน แล้วปรือตา ลืมตา แม้ทำจนชำนาญแล้ว หากเอ๊ะเอ๊ะ มันก็จะถอนออกมา หรือกลัวผิด มันก็จะถอนออกมา ดินฟ้าอากาศกำลังเป็นใจ อากาศกำลังดี ให้เราชวนขวาย เพราะว่ายังอยู่ในวัยที่แข็งแรง

วิชาธรรมกายต้องเรียนด้วยการเห็น : นั่งกันดีไหม? (พระลูกชาย: ตอนนี้ทุกรูปพัฒนาความละเอียดจนสามารถชัดเท่าลืมตาเห็นทุกรูปแล้วครับ) ดี ฝึกให้ได้ตลอดเวลาทั้งวันทั้งคืน รูปเลย **วิชาธรรมกายต้องเรียนด้วยการเห็น เห็นเป็นภาพ เพราะถ้าไม่เห็น...ตอบไม่ได้ ต้องเห็นชัดจริงๆ ชัดแจ่ม**

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๕๒

ถ้าใจนิ่งภาพจะเคลื่อนไหว ถ้าแน่นภาพจะนิ่ง : ถ้าใจไม่นิ่งจะมีภาพแทรก อย่าลืมนะ ถ้าใจนิ่ง ภาพจะเคลื่อนไหว แต่ถ้าแน่น ภาพจะนิ่ง ถ้าใจไม่นิ่งจะมีภาพแทรก ภาพแสง เหมือนยืนอยู่บนทาง ๒ แพร่ง ๓ แพร่ง ไม่รู้ว่าจะไปทางไหนดี หากในเวลาเดียวกันมีภาพมาให้ดู ๒ ภาพ ๓ ภาพ อย่างนี้แสดงว่าใจยังไม่นิ่ง ไม่เหมือนซื้อของ ที่มีของมาให้เลือกมากมาย ก็ดี นำเสนอมาเยอะๆ ดี แต่ภาพภายใน เวลาเดียวกันต้องเห็นภาพเดียว ไม่งั้นพระเดชพระคุณหลวงปู่ท่านไม่กล้ายืนยัน เส้นทางมรรคผลนิพพานเป็นอย่างนี้ ผิดจากนี้ไม่ใช่ แสดงว่าต้องมีหนึ่งเดียว ผิดจากนี้ไม่ใช่ ท่านกล้ายืนยันขนาดนั้น แสดงว่าท่านต้องเห็นหนึ่งเดียว ไม่ใช่ว่าอาจจะเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ หรือไม่ก็...เห็นเขาบอกว่าจะเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ หรือตามตำราว่าอย่างนั้นอย่างนี้ หรือหนักไปกว่านั้นแล้วแต่คุณไปพิจารณาเอาเอง จะเรียนวิชชาธรรมกายต้องเห็นหนึ่งเดียว

ต้องนิ่งแน่น ไม่ติดอะไรเลย : ลูกยังอยู่ในวัยที่แข็งแรง ต้องรีบชิงช่วงเอาไว้ได้ตอนนี้ละลูกนะ ถ้าเลยไปกว่านี้ อ้อหือ ต้องชวนขวายเป็นฝึกให้ได้ ถ้าจะได้...ลูกต้องไม่ติดอะไรเลย ใจต้องเกลี้ยงๆ ต้องนิ่งแน่น ไม่ติดอะไรเลย ตรงนี้สำคัญนะลูกนะ จะได้...ต้องไม่ติดอะไรเลย ทำตรงนี้ให้ได้ก่อน หยุดให้ได้ซะก่อน

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๕๓

รอให้เป็น เย็นให้พอ : (พระลูกชาย: หลวงพ่อครับ ประสพการณ์ของผมมีทั้งขาขึ้นและขาลง ขาขึ้นใจจะมุ่งเข้าไปสู่ภายใน และมีประสพการณ์อย่างที่ผมหลวงพ่อบอก ขาลงมันจะติด ๆ หลุด ๆ ครับ) หลุดคือ? (พระลูกชาย: ภาพที่เห็นอยู่ มันหายไปครับ ผมก็ทำนิ่ง ๆ รอให้มีประสพการณ์เกิดขึ้นเอง นั่งแบบนี้ในแต่ละรอบ มันก็ยังไม่มีความอะไร เลยต้องกระดิกจิตนิดหนึ่ง เพื่อให้มีภาพขึ้นมาให้ดูครับ) ไม่ต้อง ให้ทำเฉย ๆ เราทำเหมือนนั่งรออะไร แล้วพอไม่มีก็กระดิกจิตขึ้นมา เรากระดิกจิตก็เหมือนไปเรียกขึ้นมา ลูกต้องใจเย็นกว่านี้ เคยบอกแล้ว **“รอให้เป็น เย็นให้พอ”** ลูกก็ฝึกสิ (พระลูกชาย: แม้จะเห็นภาพอะไรก็ตามใช่ไหมครับ) ให้ทำเฉย ๆ ลูกติดตรงนี้ อย่างอื่นลูกเอาชนะมาหมดแล้ว เหลือแต่ตรงนี้ ถ้าได้ ม้วนเดียวจบ ถ้าไม่แก้ตรงนี้ ก็ต้องมาติดอีก

หลุดจากหยาบ : หลับตาลุย ปล่อยไปเลยอย่างสบาย ๆ ทั้งทุกอย่าง วางทุกอย่าง นั่งอย่างเดียว ลูกต้องฝึกแบบไม่มีรอบ ให้ประคองความละเอียด พอเข้ามาในรอบก็ให้ต่อจุดที่ละเอียด ล้ำสุดไปได้เลย นิ่ง ๆ นุ่ม ๆ เบา ๆ สบาย ๆ ปล่อยไปอย่างสบาย ๆ ต้องเป็นไปเอง ถ้านิ่งแน่นมันจะหลุดเข้าไปภายในเลย มันจะหลุดจากหยาบเข้าไปเลย ต้องนิ่งแน่น มีความสุข ทำอย่างสบาย ๆ ทำเท่าที่เราทำได้ไปก่อน ให้ลูกทุกคนมีใจที่ตั้งมั่น มุ่งมั่น แน่วแน่ว่าไม่ประมาท ฝึกให้หนัก อย่างถูกหลักวิชา

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๕๔

อย่าไปเสียตาย : ถ้าเรายังเห็นภาพภายในเป็นภาพนิ่งก็ไม่เป็นไร ให้ทำเฉยๆ อย่างสบายๆ หรือถ้าเห็นภาพแทรก ภาพแข่ง ให้ทิ้งไปเลยนะลูกนะ อย่าไปเสียตาย แล้วกลับมาเริ่มต้นใหม่ ณ จุดที่เราทำได้ง่าย ๆ ก่อน แล้วค่อยเข้าไปใหม่ ทำอย่างนี้ไปเรื่อย ๆ เดียวก็ได้

เฉยกับสุข : นั่งกันเป็นยังไงบ้าง? (พระลูกชาย: ตอนนี้อยู่ที่สะสมความนิ่ง เพิ่มชั่วโมงนั่ง นิ่งนาน ๆ เข้า ๒ ชั่วโมงบ้าง ๓ ชั่วโมงบ้าง พอมาในรอบเข้าไปสู่ภายในได้ ทำให้ผมเห็นองค์พระขึ้นมา ชัดมาก มาพร้อมกับความสุข) จำรอยเดิมได้ไหม? (พระลูกชาย: จำได้ครับ คือ ต้องทำนิ่ง ๆ เฉย ๆ จริง ๆ ครับ) ใช่ มันต้องนิ่ง เฉยกับสุข ต้องอยู่คู่กัน ให้ฝึกให้หนัก อย่างถูกหลักวิชา ถ้าได้เฉยกับสุข ก็สบาย

รู้แจ้งเห็นแจ้ง : ถ้าไม่ทุกข์ ต้องมีแต่สุข ต้องสุข บริสุทธิ์ ชัด ใส สว่าง จักขุ ญาณ ปัญญา วิชา แสงสว่าง มาพร้อม ๆ กัน ตรงนี้เป็นหลักวิชา ความสงสัยจะค่อย ๆ หายไป เพราะรู้แจ้งเห็นแจ้ง รู้ ญาณแม่นยำ ถูกต้องร่องรอย ตรงไปตามความเป็นจริงทุกประการ

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๕๕

ต้องทำซ้ำๆ : ตอนนี้นำคำนี้ให้ทำซ้ำๆ ต้องทำซ้ำๆ เดียวก็เร็วขึ้น นอกรอบให้ทำตลอด ลูกต้องฝึกให้ได้ตลอดเวลา ทั้งในรอบและนอกรอบ

นั่งเหมือนก้อนหินยิ่งสบาย : พระบวชใหม่ที่ไปบวชที่ต่างจังหวัด หลวงพ่อบอกให้บวช ๒ ชั้น ก็ไปนั่งหลับตารอ ที่นี้พระต่างจังหวัด ท่านไม่คุ้น นึกว่าเกร็ง กลัวจะทอ้งขานนาคไม่ได้ ท่านไม่ได้ปวด เกร็ง เกร็งครัด หรือเกร็งเครียด หลวงพ่อเลยบอกให้สบายๆ ท่านก็ไม่พูดอะไร หลวงพ่อเลยไปพูดให้ที่ DMC ว่านี่ท่านสบายแล้ว ถ้าขยุกขยิกแสดงว่าไม่สบาย นั่งๆ นี่แหละสบาย ยิ่งนั่งเหมือนก้อนหินยิ่งสบายมาก

เจริญอิทธิบาท ๔ : ตั้งใจมากไม่ได้ ต้องสบายๆ ไปกด เค้น เน้น ดัน ให้เห็นชัด ให้ภาพมันชัด ตรงนี้...ตั้งใจมาก เราต้องชนะให้ได้ ฟุ้งเราผ่านมาแล้ว เหลือตรงนี้ต้องชนะให้ได้ ต้องสบาย มีความสุข มันถึงจะได้ให้เจริญอิทธิบาท ๔ มีความสมัครใจ แล้วการฝึกหนัก การสังเกต มันถึงจะตามมาเอง ลูกต้องฝึกตรงนี้ ทำภารกิจพร้อมกับตั้งกาย ทำเท่าที่เราทำได้ ที่เราเข้าใจไปก่อน

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๕๖

ถ้าละเอียดจริง ๆ มันจะไม่เบื่อไม่ท้อ : นิ่งในนิ่ง...นิ่งในนิ่ง...
นิ่งในนิ่ง...ทิ้งทุกอย่าง วางทุกสิ่ง นิ่งอย่างเดียว ถ้าละเอียดจริง ๆ
มันจะไม่เบื่อไม่ท้อ มันจะไม่คิดอยากไปไหนเลย ไม่อยากเด่น
อยากดัง ไม่อยากไปทำอะไรแบบที่ชาวโลกเขาเป็นกัน ไม่สนใจ
ในเรื่องอื่น ใจมุ่งแต่อยากจะอยู่ที่นี้ ไม่อยากไปไหนเลย มันอยาก
จะมุ่งสู่ภายในอย่างเดียว มุ่งที่จะทำให้ชัด ให้ใส ให้สว่าง ไม่ติด
อะไรเลย มันเป็นปกติ อารมณ์นี้จะมาพร้อมกับความสุข บริสุทธิ์
ชัด ใส สว่าง นิ่งแน่น นุ่มนวล ตรงนี้เป็นมิเตอร์วัด ลูกสังเกตดู

ถ้าเมื่อไรเราอยากไปข้างนอก ไปโน่นไปนี่ แสดงว่าจิต
หยาบ พญามารบังคับได้แล้ว พญามารมันเริ่มต้นบ้าง ขวางบ้าง
เนื่องจากเราประมาท ลูกไปสังเกตดู ถ้ายังไม่ได้อารมณ์แบบนี้
ต้องฝึกให้ได้

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๕๗

เห็นชัดยิ่งกว่าชัด : พระที่เพิ่งบวชมาบอกหลวงพ่อกว่า เห็นพระชัดยิ่งกว่าชัด โนเนะดี แต่เดิมท่านก็ไม่ได้มีศาสนาอะไร มาบวช ๒ อาทิตย เห็นองค์พระเป็นสาย เมื่อไรจะหมดชะที เห็นชัดยิ่งกว่าชัด ตอนพูดยังเห็นอยู่เลย แต่หลังตาจะชัดกว่าลืมนตา ทำไมผมมาถึงเห็นก่อนคนที่มาก่อน เพราะท่านดูโดยไม่คิดอะไร จากเดิมท่านเป็นคนไม่มีศาสนา เชื่อว่าพ่อแม่ไม่มีคุณ ตัวท่านต่างหากมีคุณต่อพ่อแม่ นับถือขุนหงอคง ที่บ้านไปคนละทางเลย นับถือคนละศาสนา

พอมาบวช หลวงพ่อบอกให้เขาดูเหมือนดูขุนหงอคง เนื่องจากเห็นเขาชอบอ่านการ์ตูน ให้เขาดูเฉยๆ ดูโดยไม่ต้องไปคิดอะไร ตอนนี่เห็นชัดยิ่งกว่าชัด เห็นเขาบอกแบบนี้ละ “เห็นชัดยิ่งกว่าชัด” จากเดิมไม่มีศาสนา มาตอนนี่บอกว่าพระพุทธศาสนามีสิ่งดีๆ ขอถึงพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่ง นี่นะ มา ๒ อาทิตยเห็นขนาดนี้ แต่เรามานานกว่า เราลองเทียบบัญญัติไตรยางค์ ๒ อาทิตย ของเขา ยิ่งกว่าชัด ของเรา อ้อหือ... ของเราดีกว่านั้น

อีกคน นักมวยอดีตแชมป์โลก ตอนแรกคิดจะฆ่าตัวตาย มีคนชวนมาบวช หลวงพ่อก็ไม่ได้รู้จักหรอกนะ ตอนยังไม่ได้บวช หลวงพ่อเรียกมาเคาะหัว บอก “รวย” “หลวงพ่อกับ รวยจริง ๆ หรือครับ” ก็บอกไปว่า มันขึ้นอยู่กับยอมสมัครใจรวยหรือเปล่า ให้ไปคิดดู แล้วค่อยมาบอกหลวงพ่อกทีหลัง แล้วเขาก็มาบอกว่า “ตอนนี้ผมตัดสินใจแล้วครับ ผมยอมสมัครใจรวยครับ” เลยบอกว่า จะรวยได้ต้องเข้าถึงรัตนะภายใน

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๕๘

แปะติดความสุขเอาไว้ : ต้องตลอดเวลากันได้แล้วลูก ก็นั่งกันได้ดีขึ้น เหลือแต่ต้องทำให้ได้ตลอดเวลา ต้องขยับ ไม่ต้องขยับก็ได้ ต้องตลอดเวลากันได้แล้ว เอาให้ชัด ชัดยิ่งกว่าชัด ให้ได้ตลอดเวลา (พระลูกชาย: รู้สึกว่าใจจะฟองเบา มีความสุข เห็นดวงที่ชัดยิ่งกว่าชัด ใจจะฟองเบามีความสุข แต่ที่ผมติดก็คือจะประคองอารมณ์ฟองเบาแบบนี้ยังไม่ได้ตลอด แต่ก็ดีขึ้นเยอะครับ) ถ้ามีความสุขจริง ๆ... มันจะไม่หลุดนะ เพราะเป็นสิ่งที่เราชอบไม่ใช่หรือ ต้องหวนหวนเอาไว้ ต้องอยู่กับความสุข หลงฟุ้งไม่เข้าใจว่า **ในเมื่อมีความสุขแล้วทำไมถึงปล่อยให้หลุดไปได้** เพราะคนทุกคนล้วนแล้วแต่ต้องการความสุข เพราะถ้าหลุดจากความสุขก็เจอความทุกข์ ต้องแปะติดความสุขเอาไว้ ถ้าสุขจะติดก็เกลย (พระลูกชาย: ผมก็แปะติดความสุขเอาไว้ตลอดเวลา แต่ความสุขที่สุขยิ่ง ๆ ขึ้นไปก็ยังไม่สมบูรณ์ แต่ก็สังเกตและมั่นใจว่าทำได้ครับ) ลูกต้องให้ได้ตลอดเวลา ต้องขวนขวาย ดูว่าเราเอาจริงกันแค่ไหน เดี่ยววันเดี๋ยวนั้นผ่านไป นี่ถ้าเอาจริงมันต้องได้แล้ว ให้ลูกไปสังเกตดูว่าติดตรงไหน

เคล็ดเข้าไปทั้งตัว : อย่าไปตั้งใจมาก สังเกตความสุข ความชัด มันจะลดลง ถ้าไม่ติดอะไรเลย จะหลุดจากกายหยาบเข้าไปข้างใน ต้องไม่ติดอะไรจึงจะนิ่ง จะละเอียด จะนิ่งแน่น และแน่นในแน่นเข้าไป ถ้าติดจะไม่ละเอียด จะนิ่งแต่ไม่แน่น อย่าติดในคน สัตว์ สิ่งของ ใจต้องไม่คิดถึงอดีต อดีตที่ผ่านมา ไม่กังวลกับอนาคต ให้เอา ณ ปัจจุบันนี้ ณ วินาทีนี้ ที่เรากำลังมุ่งเข้าสู่ภายในไปเรื่อย ๆ

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๕๙

อย่าไปท้อ : ให้ฝึกอย่างนี้ซ้ำๆ ให้นิ่งแน่น นุ่มนวล ควรแก่การงาน เดี่ยวก็จะเป็นไปเอง เดี่ยวก็ได้ทุกคนแหละ อย่าไปกังวล อย่าไปท้อ

สุขจริงจะไม่หลุด : นั่งกันดีขึ้นเยอะไหม (พระลูกชาย: กระทบ เอาชนะล้น เร่ง เฟ่ง จ้อง ได้แล้วครับ คือ จากการสังเกต ถ้าภาพ แคลบลง กระทบก็จะกลับมาเริ่มต้น ณ จุดที่ง่าย แล้วค่อยเข้าไปใหม่) ลูกต้องขวนขวายกันนะลูกนะ เอาจริงเอาจังกัน ทั้งทุกอย่าง วางทุกสิ่ง นิ่งอย่างเดียว ทำกายของเราให้เหมือนเป็นทางผ่านของ องค์พระ อย่างสบายๆ นิ่งๆ นุ่มๆ เบาๆ สบายๆ ใจเย็นๆ สังเกต ความสุข ความบริสุทธิ์จะเพิ่มขึ้น ทั้งทุกอย่างไม่ให้มีอะไรเหนียวรั้ง ที่ยังไม่ตั้งมั่นเพราะยังเข้าไม่ถึงความสุข ยังไม่ได้ความสุขจาก สมาธิ ถ้าเข้าถึงความสุข มันจะอยากสุขยิ่งๆ ขึ้นไป ถ้ามีความสุขจริงๆ จะไม่หลุด จะไม่มีล้น เร่ง เฟ่ง จ้อง ที่ตั้งมั่นก็จะตั้งมั่น ยิ่งๆ ขึ้นไป ต้องง่าย ต้องสบาย ไม่ง่าย ไม่สบาย...ไม่ใช่

ต้องไม่ติดอะไรเลย : ต้องไม่ติดอะไรเลย ก็จะทิ้งดึงเข้าสู่ทาง สายกลางภายในในแนวตั้ง ยิ่งนิ่งแน่นยิ่งเร็วแรง มีพลัง มีพลังอยู่ ภายใน

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๖๐

ทั้งหมดขึ้นกับหยุดนิ่ง : ทั้งหมดก็ขึ้นอยู่กับหยุดกับนิ่ง การหยุดใจทำให้สำเร็จหมดทั้งทางโลกและทางธรรม ถ้าไม่ติดอะไรเลย จะเข้าไปข้างในทั้งหมดนี้แหละ จะเป็นอย่างทั้งหมดที่พูดมานี้แหละ ปรับทุกอย่างให้สบายๆ ต้องง่าย ต้องสบาย ไม่งั้นหยุดยาก ถ้าเผลอตั้งใจมาก ก็ให้ปรือตาขึ้นมานิดหนึ่ง อย่าเอาใจไปไว้ที่อื่น

ฝึกทั้งวันทั้งคืน : ฝึกทุกอย่าง วางทุกสิ่ง หยุดกับนิ่งอย่างเดียว ลูกต้องขวนขวาย ฝึกให้หนักให้ถูกหลักวิชา อย่าให้มีอะไรเหนียวรั้ง ลูกต้องนั่งเข้าไปสู่โลกภายใน โลกภายนอกนั้นๆ ทำๆ ไปให้ทุกอย่างมันลงตัว ต้องฝึกทั้งวันทั้งคืน เข้าไปสู่โลกภายใน จะเข้าสู่ภายในได้ต้องปลดปล่อยวางทุกสิ่ง นิ่งๆ นุ่มๆ เบาๆ สบายๆ หยุดใจ นิ่ง นุ่ม เบา สบาย ใจขยาย ผ่านจุดเล็กๆ ใสๆ เข้าไป

เรายังต้องเดินทางอีกไกลในเส้นทางสายกลางนี้ ลูกอยู่ในวัยที่ดีที่สุด วัยขนาดนี้แหละที่เหมาะสมที่สุด เชื้อหลวงพ่อก็จะหลวงพ่อก่อนขนาดนี้แล้ว ความแข็งแรงและสังขารเรามีเวลาจำกัด ต้องรีบชิงช่วงเวลานี้ ต้องขวนขวาย อย่าไปให้ความสำคัญกับเรื่องอื่น ให้ความสำคัญกับตรงนี้ให้มากที่สุด แล้วอธิษฐานตอkey ให้มีรู้ญาณแม่นยำ รู้เห็นถูกต้องร่องรอยตรงไปตามความเป็นจริงทุกประการ

คุณครูไม่ใหญ่



สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๖๑

ตรัสรู้ คือ **รู้แจ้ง**ที่เกิดจากการเห็นแจ้ง : **ตรัสรู้** ก็คือ **รู้แจ้ง**ที่เกิดจากการเห็นแจ้ง **รู้**ได้เพราะเห็น เห็นได้เพราะสว่าง สว่างได้เพราะนิ่ง นิ่งได้เพราะทิ้งทุกอย่าง วางทุกสิ่ง ต้องทิ้งทุกอย่าง นิ่ง ๆ นุ่ม ๆ จืดเล็ก ๆ เข้าไปสู่ที่กว้าง ที่เดิมหนาแน่นกว้างขวาง นิ่งในนิ่งอย่างสบาย ๆ หยุดกด ๆ ก็ไม่ได้ ต้องหยุดอย่างสบาย ๆ นิ่งนุ่ม ถึงจะเร็วแรง ให้ใจจดจ่อกับเรื่องธรรมะ ผ่านจุดเล็กใสเข้าไปให้สะอาด บริสุทธิ์ จะผ่านเข้าไปได้ต้องนิ่ง นุ่ม อย่างสบาย ๆ ไปฝืนไปพยายามไม่ได้เลย ต้องสบาย ๆ ถ้าสบายจะดูอะไรก็ชัด ดูอะไรก็ได้ ดูสบาย ๆ ดูอย่างเพลิน ๆ ง่าย ๆ ดูอย่างมีความสุข นิ่งกับสุข เจຍกับสุข ต้องอยู่คู่กัน ตรงนี้สำคัญ ถ้ายังไม่มีความสุขก็แสดงว่าเจຍไม่จริง อย่ากด อย่าดัน อย่าไปเค้น ดูอย่างสบาย ๆ ถ้ามีความรู้สึกไปกด ไปเค้น ไม่ใช่แล้ว

บรรลุธรรมได้ด้วยความเพียร : ความขยันหมั่นเพียรเป็นหัวใจสำคัญในการปฏิบัติธรรม ผู้รู้ทั้งหลายที่ท่านได้บรรลุธรรมก็อาศัยความเพียร สิ่งที่เป็นปฏิปักษ์ต่อความขยันหมั่นเพียรก็คือ ความเกียจคร้านนั่นเอง ซึ่งมีวิธีแก้ได้ด้วยคำเพียงคำเดียวเท่านั้นก็คือ “ขยัน” ถ้าขยันได้ ความเกียจคร้านก็จะหมดไป

คุณครูไม่ใหญ่



สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๖๒

พระเมียนมาเห็นองค์พระมีความสุข : นั่งกันเป็นโง่งม (พระลูกชาย: ดูนี่ๆ ตรงจุดเล็กใส รอให้องค์พระท่านขึ้นมาเอง เมื่อก่อนผมติดใจร้อน) อย่าไปบังคับขู่เข็ญท่านสิ ตามใจท่าน ให้ท่านสมัครใจขึ้นมาเอง (พระลูกชาย: ผมดูนี่ๆ เฉยๆ ไม่ต้องทำอะไรเลยครับ) เอาอย่างพระพม่าสิ อดีตเป็นมหาทศตะ มาบวช มีเสื้อผ้าอยู่ชุดเดียว จะออกจากบ้านต้องสลัดกันใส่เสื้อผ้ากับน้อง พออายุครบบวชก็มาบวช เขาบอกว่านั่งสมาธิเห็นองค์พระมีความสุขมากเลย นี่...ส่งรายงานมา ใจจรดจ่ออยากจะอยู่กับองค์พระ เห็นองค์พระชัดมากเลย ไม่อยากจะหลุดจากองค์พระเลย เพราะถ้าหลุดจากองค์พระ จะไปเจอความทุกข์ อยากอยู่กับความสุขตลอดเวลา ตอนนี้บอกอยากจะบวชตลอดชีวิตแล้ว บวชมาไม่กี่วัน มีความสุขปีติใจมาก ไม่อยากจะเชื่อว่ายังมีแบบมหาทศตะหลงเหลืออยู่อีกในปัจจุบัน นี่กว่าสูญพันธุ์ไปแล้ว จะออกจากบ้านที่ต้องสลัดกันใส่เสื้อผ้ากับน้อง มีอยู่ชุดเดียว

ปล่อยหลุดได้ใจ : ปล่อยหลุดได้ใจ ไม่รักษาเอาไว้ ต้องมาเริ่มต้นใหม่ทุกรอบ ในเมื่อเราไปถึงจุดที่ละเอียดที่สุด มีความสุขที่สุดแล้วทำไมถึงปล่อยให้หลุดไปได้ ซึ่งเป็นไปไม่ได้ ถ้ามีความสุขจริงๆ ความสุข ความบริสุทธิ์ ปกติจะไม่หลุด นอกจากประมาทหรือตั้งใจจะให้หลุด ลูกต้องรักษาให้ได้ตลอดสิ

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๖๓

คุมกลางให้ได้ : นิ่งในนิ่ง...นิ่งในนิ่ง...นิ่งในนิ่ง...เราต้องหวงแหน เอาไว้ให้ดี รักษาเอาไว้ให้บริสุทธิ์ เป็นเส้นทางของเรา มลทินของใจ สิ่งที่ไม่ดี ต้องอย่าให้มี ต้องบริสุทธิ์ มีแต่เรา คุมกลางให้ได้ ให้ใจใสๆ สะอาด บริสุทธิ์ ล้วนเข้าไป อย่าให้มีอะไรเหนียวรัง พอมีความสุข ความบริสุทธิ์ พระเดชพระคุณหลวงปู่ท่านจะต้อนรับแต่คนที่บริสุทธิ์ ท่านจะคอยเติมบุญเติมบารมี กลับเราให้ใสสะอาด ให้บริสุทธิ์ แต่เราต้องบริสุทธิ์ กายบริสุทธิ์ ใจบริสุทธิ์ กลางบริสุทธิ์ เหมือนปิดกวาดบ้านให้สะอาดก่อน เพื่อที่จะรองรับผู้ตั้งเตียงที่จะเอาเข้ามาไว้ในบ้าน เราต้องฝึกให้บริสุทธิ์จากการหยุดนิ่งนี้แหละ

หยุดสนิทจะไม่เกี่ยวกับลูกนัยน์ตา : ถ้ารู้สึกว่ายุดกตๆ ก็ให้ปรือๆ ตาขึ้นมานิดหนึ่ง หลับตาแน่นจะไม่ชัด จะแคบ กระด้าง แสดงว่าเราตั้งใจมากเกินไปนิดหนึ่ง ให้ลดความตั้งใจลงมาในระดับที่พอดี ถ้าหยุดสนิททุกส่วนจะไม่เกี่ยวกับลูกนัยน์ตา จะหลุดจากลูกนัยน์ตาไปเลย หลอมเป็นบรรยากาศไปแล้ว แต่ถ้าติดๆ หลุดๆ ก็ปรือตาให้สบายๆ ให้ทำอย่างนี้ไปก่อน

ถ้านิ่งแน่นจะไม่มีฟุ้ง : ใครยังมีฟุ้งอยู่บ้าง? ฟุ้งแบบไม่ได้ตั้งใจ ให้หมา หรืออารมณ์ค้าง ติดเรื่องราวอะไรมาก็ตาม คือทั้งที่ตั้งใจและไม่ตั้งใจ ที่ยังมีก็เพราะยังนิ่งไม่สนิท ต้องนิ่งต่อไปจนกว่าจะเอาชนะตรงนี้ได้ ต้องทำเฉยๆ ถ้าใจนิ่งแน่นจะไม่มีฟุ้งเลย

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๖๔

ดุษๆ มั่วๆ ไม่ใช่การศึกษาวิชาธรรมกาย : มีอารมณ์ไม่สุข ไม่ทุกข์ ก็เพราะยังฟังอยู่ นิ่งไม่เต็มที่ ก็เหมือนกันอีกนั่นแหละ ต้องเฉย สุข สุขแบบนุ่มๆ ละมุนละไม และสุขยิ่งๆ ขึ้นไป ต้องสว่าง อย่างน้อยเท่าพระอาทิตย์เที่ยงวัน ก็จะชัดเท่าลืมตาเห็นและชัดยิ่งๆ ขึ้นไป ต้องนั่งจนกว่าจะใสอย่างน้อยเท่ากับเพชร เราข้ามขั้นตอนมานิดหนึ่ง มันยังเร็วเกินไป ให้เริ่มต้น ณ จุดที่ง่าย จุดที่สบายก่อน มิเตอร์วัด สุข บริสุทธิ์ นิ่งแน่น ใจเกลี้ยง ชัด ใส สว่าง

เราทุ่มชีวิตมาในองค์กรเพื่อการนี้ ถือเป็นภารกิจหลัก ต้องให้หายสงสัย ถ้าเรายังเคลือบแคลงมันไปไม่ได้

สูตรสำเร็จ : (พระลูกชาย: กลับมาย้ำ basic ใหม่เริ่มตั้งแต่ไปร้อง โลงเบาสบาย โดยมีมิเตอร์วัด คือ ความสุข ความบริสุทธิ์ครับ) ตรงนี้สำคัญ เรายอมย้อนกลับมาทำใหม่ไม่ซ้ำหอรอกลูก ตรงนี้เป็นสูตรสำเร็จเลย ถ้าตรงนี้ได้ก็ไฉไลหมด โดยมีมิเตอร์วัด คือ ความสุข ความบริสุทธิ์ที่เพิ่มขึ้น ใจเกลี้ยงๆ นิ่งแน่น ที่ผ่านมา เราก็อหุดได้ ดีในระดับหนึ่ง ก็เหลือแต่ตั้งใจมากไป หุดได้แบบกดๆ ความสุขไม่เต็มที่

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๖๕

ถ้าไม่สุขไม่ทุกข์ ให้ทำเฉยๆ จนสุข : ทำอย่างมีความสุข เป็นปกติของมนุษย์ ทำอะไรไม่มีความสุขมันจะเบื่อนะ ต้องมีความสุข จะกิน ต้ม พุด คุย จะทำอะไรก็ต้องมีความสุข แต่ของเราจะดูดวงก็ต้องมีความสุข ดูองค์พระก็ต้องมีความสุข มันต้องมีความสุข ถึงจะมีอารมณ์ทำไปได้นานๆ ถ้าไม่มีความสุข นั่งๆ ไปก็จะเบื่อนะ ต้องมีความสุข ความบริสุทธิ์ ใจที่เกลี้ยงๆ นิ่งๆ แน่น มีความสุขถึงจะสว่าง พอสว่างก็จะเห็น เห็นก็รู้ แล้วก็พูดตามภาพ มันเป็นอย่างนี้ เป็นขั้นเป็นตอน ให้ฝึกจนกระทั่งเฉยๆ เป็นไปเอง แต่ถ้ายังมีฟุ้งที่เราไม่ได้ตั้งใจ จะมีอารมณ์ไม่สุขไม่ทุกข์ เราก็นิ่งต่อไป นิ่งคือทำเฉยๆ เฉยจนสุข มิเตอร์วัดเหมือนกัน คือ ความสุข ความบริสุทธิ์ ความนิ่งแน่นเพิ่มขึ้น เพิ่มขึ้น

ต้องเอาฐานให้แน่น ถ้าฐานไม่แน่นดี ยังไม่ได้หรอก ถ้าฐานแน่นมันก็ง่าย ไม่ยากหรอก นอกจากเราจะทำเล่นๆ เราต้องทำจริงๆ ต้องสอนตัวเองให้ได้ ควบคุมตัวเองให้ได้ นอกจากเรื่องกิจวัตร กิจกรรม บริหารชั้นรต์ ต้องเอาใจใส่ ลูกก็นิ่งกันได้ดีทุกๆ รูป ก็เหลือแต่ตั้งใจมาก ต้องหมั่นสังเกตดูและค่อยๆ แก่ไป ลูกมีความตั้งใจกันดีอยู่แล้ว เอาใจใส่กันหรือเปล่า? (พระลูกชาย: เอาใจใส่ครับ)

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๖๖

ช่างมัน : (พระลูกชาย: หลวงพ่อครับ ผมอยู่ในความสว่าง ๆ นิ่ง ๆ ไม่ไปไหน ไม่ก้าวหน้า ไม่รู้วาคืออะไรครับ) ก็สิ่งที่ปนความคิด สว่างขนาดนั้นน่าจะมีอะไรมาให้ดูใช่ไหม แต่ก็ดีกว่ามืด ก็ให้ “ช่างมัน”

ดูๆ มั่วๆ ใช้เรียนวิชชาธรรมกายไม่ได้ : ค่อยๆ ทำไปอย่างง่าย ๆ สบายๆ ต้องง่าย ไม่ง่าย...ไม่ใช่ ยาก...ไม่ใช่ คุณกลางให้ได้ ให้คลายจากความตั้งใจมาก ความฟุ้ง ปรับเข้าสู่สภาวะที่พอดี มันไม่มีทางเลือกอื่น ต้องทิ้งทุกอย่าง วางทุกสิ่ง ใจถึงจะเกลี้ยง ล่อนเข้าสู่ภายใน ไม่มีเครื่องเหนี่ยวรั้ง ทำสบายๆ นิ่งๆ นุ่มๆ เบาๆ ให้นิ่งแน่น นิ่งในนิ่งเข้าไปเรื่อย ๆ

ลูกต้องฝึกให้แจ่มแจ้ง จะดูๆ มั่วๆ มันใช้เรียนวิชชาธรรมกายไม่ได้ ต้องเป็นไปตามสูตร สุข บริสุทธิ์ นิ่งแน่น ชัด ใส สว่าง รู้แจ้ง เห็นแจ้ง

ฝึกนอกรอบในรอบ ทำเหมือนไม่มีรอบ : ลูกทุกคนก็มีบารมีที่จะฝึกได้ อยู่ที่เอาใจใส่ ฝังเดิมที่ทำได้ดี เหลือปัจจุบันต้องเอาใจใส่ ฝังเดิมที่ทำไว้ดีแล้ว จะได้มีโอกาสได้ช่องมาเชื่อมกับปัจจุบัน ต้องฝึกนอกรอบในรอบ ทำเหมือนไม่มีรอบ ฝึกหนักอย่างถูกหลักวิชชา ลูกต้องสอนตัวเองให้ได้ และที่สำคัญลูกกำลังอยู่ในวัยที่สดชื่น แข็งแรง สิ่งแวดล้อมสัปปายะขนาดนี้ หาที่ไหนได้ยาก ลูกต้องเอาใจใส่ ตรงนี้ ภารกิจกับกิจวัตรกิจกรรมให้ลงตัว ค่อยๆ ทำไปอย่างง่าย ๆ ต้องง่าย ถ้าไม่ง่าย...ไม่ใช่ ยาก...ไม่ใช่ ต้องทำอย่างง่าย ๆ ไม่ซ้ำหรือกลูก อย่าไปท้อ

คุณครูไม่ใหญ่



สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๖๗

ฝึกทั้งลืมนตา หรีตา หลับตา ให้ชัด ใส แจ่ม ตลอดเวลา : ใครยังมี
ฟุ้งอยู่บ้าง ฟุ้งโดยที่ไม่ได้ตั้งใจขึ้นมาเอง มีบ้างไหม (พระลูกชาย: พอ
ดวงไป ก็มีภาพเกิดขึ้นมาเองโดยไม่ได้ตั้งใจ พอรู้ตัวก็บีบ กลับมา
ดูดวงใหม่ ใช้เวลาไม่นานครับ) เป็นฟุ้งที่ผ่านมาและก็ผ่านไปใช่ไหม
โดยที่เราไม่ได้ตั้งใจให้ฟุ้งใช่ไหม? (พระลูกชาย: ครับ พอรู้ตัวบีบก็
กลับมาเลยครับ) ลูกต้องฝึกตรงนี้ เอาชนะให้ได้ ถ้านิ่งแน่นจริงๆ
จะไม่มีเลย ฟุ้งทั้งที่เราไม่ได้ตั้งใจ หรือตั้งใจก็ตาม ใจจะเกลี้ยงๆ
เข้าไปติดอยู่ข้างใน (พระลูกชาย: ผมเห็นเป็นภาพในอดีต ไม่ได้
ตั้งใจให้มา เกิดขึ้นมาเองครับ เป็นภาพที่ผ่านๆ มาแล้ว ก็ไม่ได้
ตั้งใจให้มาครับ) แล้วหยุดแบบกดๆ หายหรือยัง? (พระลูกชาย:
ก็ยังมีบ้างครับ แต่ก็ดีขึ้นกว่าเมื่อก่อนครับ) ถ้ารู้ตัวเมื่อไรก็ให้ลืมนตา
เลย ให้หายไปเลยในตอนนั้น อย่าฝืนทำต่อ เดี่ยวจะติดเป็นนิสัย
จะแก้ยาก ลูกต้องฝึกตรงนี้ ต้องขวนขวาย เอาใจใส่ ใจต้องตั้งมั่น
กว่านี้ ต้องฝึกให้ได้ ทั้งลืมนตา หรีตา หลับตา ต้องให้ชัด ใส แจ่ม
ตลอดเวลา ต้องแปะติดเอาไว้ ถ้ารักที่จะศึกษาวิชาธรรมกาย
จริงๆ ใจจะมุ่งเข้าไปสู่แต่ข้างใน จะไม่สนใจเรื่องภายนอก
เพราะไม่ได้มีสาระแก่นสารอะไรเลย

อย่าไปคิดว่าเราเป็นตัวถ่วง : (พระลูกชาย: ของผม ถ้าเคลื่อนเข้าไปจะรู้สึ่ง่าย แต่ส่วนใหญ่ต้องคอย click ขึ้นมาจากตรงกลางดวงถึงขึ้นมาครับ) นี่ๆ ตรงกลางจะเคลื่อนเข้าไปเอง ต้องฝึกตรงนี้นัก่อน และก็อย่าไปคิดว่าเราเป็นตัวถ่วง ทั้งหมดเขาก็เชียร์เราอยู่ อยากให้เราได้ เพราะถ้าไปคิดว่าเราเป็นตัวถ่วง เดี่ยวจะไปเร่งโดยไม่รู้ตัว ทั้งหมดเขาเชียร์เราอยู่ แต่เราทำส่วนตัวของเรา เราทำของเรา ไม่เกี่ยวกับใคร เพราะเป็นเรื่องส่วนตัวของเรา คนอื่นเป็นแค่กองเชียร์เราอยู่ อยากให้เราได้

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๖๘

ฝึกให้หายสงสัยในทุกขั้นตอน : (พระลูกชาย: ตอนนี้มาดูดวง ผุดซ้อนครับ) ต้องดูอย่างมีความสุข ดูไปเรื่อย ๆ เดี่ยวจะเคลื่อนเข้าไปเอง (พระลูกชาย: พอผมดูดวงอยู่เฉย ๆ ก็หลุดไปกลางดวง แต่ยังได้ไม่บ่อยครับ) ก็ต้องจับจุดให้ได้ ต้องนิ่งจริง ๆ ถึงจะเคลื่อนเข้าไป ถ้าจะเคลื่อนเข้าไปได้ต้องนิ่ง ก็ต้องฝึกตรึงนี้ ทำซ้ำ ๆ ปล่อยให้เคลื่อนเข้าไปให้ได้ (พระลูกชาย: ผมดวงองค์พระ ดูดวงผุดซ้อน แต่อารมณ์ยังไม่ได้ มีอารมณ์ไม่สุขไม่ทุกข์อยู่ครับ แต่ได้ความชัด ใส ความสว่างครับ) ถ้ายังมีอารมณ์เฉย ๆ อยู่ ไม่สุขไม่ทุกข์ ไม่เป็นไร ก็ฝึกทำซ้ำ ๆ ให้คล่องให้ชำนาญ จับจุดได้ดีขึ้น เพราะเรายังไม่นิ่ง ฝึกให้หายสงสัยในทุกขั้นตอน ย้อนกลับมาในจุดที่เราควรจะย้อนในจุดที่เราชอบ ถ้าเราคุมกลางได้ทุกอย่างก็ง่าย

เห็นอย่างไรก็พูดอย่างนั้น : พูดตามภาพที่เห็น เห็นอย่างไรก็พูดอย่างนั้น จะทำให้ภาพชัดขึ้น และคนอื่นก็พลอยตามไปได้เลย ต้องนิ่งไปถึงจุดที่พูดภาษาประสบการณ์ออกมา ภาษาประสบการณ์จะพอดีกับภาพที่เห็น อย่างพระอาจารย์ท่านหนึ่ง เห็นชัดมาก ๆ ใจท่านเกลี้ยง ๆ พระอาจารย์ท่านนี้มีคุณสมบัติที่ดีหลายอย่าง คือ

๑. **ตอบตามที่เห็น** เห็นแค่นั้นก็พูดแค่นั้น

๒. **พูดตามภาพ** พูดตามภาพนี้มันดินะ ทำให้คนข้าง ๆ พลอยละเอียดตามไปด้วย

๓. มาก่อนกลับทีหลัง กลับโน้น ๔ พุ่ม มาแต่เช้า ก็ทำของท่านไปอย่างนี้ ทำตามที่หลวงพ่อบอกให้ทำ กลับโน้น ๔ พุ่มทุกวัน

๔. มุ้งมัน ไม่หายสงสัยไม่เลิก ต้องให้แจ่มแจ้งให้ได้ ไม่ได้เป็นไม่ยอม ถ้าใจนิ่งแน่วก็จะติดอยู่กับภายในเลย

(พระลูกชาย: ถ้าใจนิ่ง ใจจะตั้งมั่น ติดอยู่ข้างในเองเลยครับ)
ใช่ พระอาจารย์ฝึกสมาธิ หรีตา และก็หลับตา เหลือครึ่งมิล ภาษาท่าน ต้องหลับตาให้พอดี จะเห็นภาพภายในได้อย่างง่าย ๆ

เริ่มต้น ณ จุดที่เราทำได้ง่าย : (พระลูกชาย: ของผมจะติดตรงความขัด จะขัดเพิ่มทีละนิด ๆ แต่ก็เคลื่อนเข้าไปได้ช่วงยาวขึ้น แต่ความขัดเพิ่มทีละนิด ๆ ครับ) ไม่เป็นไร ก็ฝึกต่อไป เริ่มต้น ณ จุดที่เราทำได้ง่ายก่อน เดี่ยวความขัดก็จะค่อย ๆ ขัดขึ้นเอง

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๖๙

คล่องก็คือ ทำได้ทั้งหลับตา ลืมตา นอกรอบ ในรอบ : ลูกต้อง ขวนขวาย ปล่อยทุกอย่าง วางทุกสิ่ง นิ่งอย่างเดียว ไม่ใช่คำที่สวยหรู แต่ต้องทำให้ได้จริง ๆ มันต้องเป็นอย่างนี้เท่านั้น ลูกทิ้งทุกอย่างมาแล้ว มาเพื่อการนี้ ต้องทิ้งทุกอย่างจริง ๆ ถ้าไม่ทิ้ง...ก็ไม่ได้จะได้...ใจต้องไม่ติดอะไรเลยถึงจะได้ ถ้าไม่งั้นมันไม่ได้ ใจต้อง ตั้งมั่น นิ่งแน่น เป็นใจที่ไม่ติดอะไรเลย ต้องเป็นไปตามสูตร ตรงนี้ สุข บริสุทธิ์ สบาย ง่ายเพิ่มขึ้นไปเรื่อย ๆ เป็นมิติอภิวัดที่สำคัญ ต้องฝึกให้คล่อง ๆ **คล่องก็คือ ทำได้ทั้งหลับตา ลืมตา นอกรอบ ในรอบ ทำได้ทุก ๆ อิริยาบถ** ให้เริ่ม ณ จุดที่ง่าย ที่ทำได้คล่อง ก่อน ก็ต้องฝึกต่อไป ลูกยังอยู่ในวัยที่แข็งแรง ต้องขวนขวาย อากาศ กำลังสดชื่น กำลังสบาย ต้องรีบชิงช่วงตรงนี้ แต่ก็ดีขึ้นมาเยอะแล้ว อย่าไปท้อ

ฟังอย่าไปฝัน อย่าขับไล่ ทำเฉย ๆ : นั่งกันเป็นอย่างไรบ้าง ดีขึ้นไหม (พระลูกชาย: คราวที่แล้วที่หลวงพ่อบอกเมตตาปรับ เรื่องตั้งใจ มากกับหยุดแบบกด ๆ ผมก็เอามาปรับ ผลที่ได้ คือ รู้สึกสบาย ตัว โล่ง นั่งไปได้ ๒-๓ ชั่วโมง โดยไม่ลุก มีความสุข มีความสว่าง แต่ ดวงหรือองค์พระต้อง click ขึ้นมาถึงจะเห็นครับ) ฟังมันมาเองใช่ ไหม มาแล้วก็ไป ไม่ได้ไปสนใจมันใช่ไหม? (พระลูกชาย: ครับ ไม่ได้ไปสนใจครับ) ถ้าฟังไม่ต้องไปต่อต้าน เข้ามา ตั้งอยู่ และก็ออกไป ช่างมัน ลูกก็ต้องฝึกเอาชนะตรงนี้ให้ได้ อย่าไปฝัน อย่าขับไล่ ทำเฉย ๆ เดี่ยวก็ผ่านไปเอง อย่าไปสนใจ

ภาพภายในจะเห็นชัดกว่าภาพภายนอก : (พระลูกชาย: หลวงพ่อครับ กระผมมีอีกคำถามหนึ่งครับ กระผมจะติดเรื่องความขัดผมเทียบไม่เป็นครับ ระหว่างขัดข้างนอกกับขัดข้างใน อย่างผมจะครับเห็นวัตถุภายนอกชัดเจนไหน พอหลับตาก็จะเห็นชัดเท่ากับภายนอก ผมก็เลยเทียบไม่ถูกครับว่า จะเทียบจากข้างนอกหรือจากข้างในครับ) ลูกต้องเทียบจากข้างใน เอาข้างในเป็นหลัก เพราะภาพภายในจะเห็นชัดกว่าภาพภายนอก จะชัดกว่า จะกว้างขวางกว่า เห็นได้ไกลกว่า ชัดยิ่งกว่าลืมตาเห็น ชัดขึ้นไปเรื่อย ๆ มีความสุขเพิ่มขึ้น เพิ่มขึ้น ใจติดอยู่แต่ข้างใน มีความรักมีความสมัครใจที่จะทำ (พระลูกชาย: ครับ ผมก็เคยชัดยิ่งกว่าลืมตาเห็นครับ ได้ช่วงยาวขึ้น ใจจะติดปักไปเอง จะไม่สนใจอะไรเลย ไม่ว่าจะเห็นภาพแทรก จะไม่สนใจเลยครับ) ถูกต้อง ดีแล้ว ทำซ้ำๆ

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๗๐

แปะติดทั้งภาพและความสุข : ใครยังมีติดอยู่ไหม? (พระลูกชาย: มีบางครั้งครับ คือ ที่ผ่านมามีหลวงพ่อบอกให้ทำเนิ่งๆ ผมก็เอาตรงนี้มาใช้ เอาใจจดจ่ออยู่ที่จุดเดียว ไม่ไปเค้น ไม่ไปควานหา ทำแล้วก็ได้ผลที่ตัวเองพอใจครับ ตอนเริ่มต้นอาจจะต้องใช้เวลาในการทำเนิ่งๆ สักครู่ สัก ๕ นาทีครับ) ก็แปะติดเอาไว้สิ (พระลูกชาย: ครับ คือผมจะให้ความสำคัญกับมิตเตอร์วัด เรื่องความสุข ความบริสุทธิ์ให้ผ่านตรงนี้จริง ๆ ถึงค่อยดูภาพครับ พอคุณภาพก็จะขึ้นมาตามต้องการได้ทันทีครับ) ลูกก็แปะติดภาพนั้นที่ลูกเข้าถึง แล้วก็ดูไปอย่างมีความสุขสิ (พระลูกชาย: หลวงพ่อครับ ถ้าจะให้ชัดเลยผมก็สามารถทำได้ครับ แต่พอดูไปสักระยะภาพจะจางไป ผมก็เลยมาทำเนิ่ง ๆ ให้มีความสุขก่อน แล้วค่อยดูภาพครับ) แสดงว่าลูกยังไม่เข้าใจที่หลวงพ่อบอก ก็แปะติดเอาไว้เลยสิ ทั้งภาพและมีความสุข รักษาเอาไว้ ความสุขเราไม่ได้ไปหามา มันมาเอง อย่าให้หลุดทั้งภาพและความสุข จะได้ไม่ต้องกลับมาเริ่มต้นให้มีความสุขใหม่ ลูกก็ประคองเอาไว้จนอรอบ พอมาในรอบก็ต่อไปได้เลย

ทำให้มันคง : (พระลูกชาย: ผมก็ฝึกตามที่หลวงพ่อสอน คือ ลืมตา หรีตา และก็หลับตาให้ชัดเท่ากัน ผมก็ฝึกทำโดยจุดจุดสว่าง ๆ ให้มันคงครับ) ทำให้มันคง ที่ผ่านมาราคันกับเส้นทางสายกลางแล้วเหลือแต่เราทำให้มันคง วิชชาธรรมกายเรียนแล้วต้องหายสงสัย ต้องแจ่มแจ้ง ต้องรู้แจ้ง ที่เกิดจากการเห็นแจ้ง

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๗๑

ถ้านิกนิมิตแล้วตึง ก็ต้องนิ่งๆ เฉยๆ : (พระลูกชาย: หลวงพ่อครับ ถ้าหากนำภาพมาแปะติด แต่ก็ยังไม่มีความสุข จะให้ดูนิ่งๆ ต่อไป หรือต้องกลับมาเริ่มต้นใหม่ครับ) มีให้ดูก็ดูไปแล้ว ก็ให้ดูต่อไป เหลืออีกชั้นเดียวก็มีความสุข แต่ไม่ตึงให้ดูภาพต่อไปอีกนิด เดียวจะมีความสุข ถ้าตึงก็ไม่ต้องนึกอะไร ก็เหมือนสมัยหลวงปู่ ถ้าตึงไม่ต้องนึกนิมิต เพราะถ้านิกนิมิตแล้วตึง ก็ต้องนิ่งๆ เฉยๆ ถ้านิกนิมิตแล้วไม่ตึง ถ้านึกได้ก็เป็นบริกรรมนิมิต แต่ถ้าแปะติดก็เป็นอุคคหนิมิต เป็นชั้นๆ ไปตามลำดับ

ลืมนตา หรีตา และหลับตา : (พระลูกชาย: หลวงพ่อครับ ที่ผ่านมามีคนจะมาติดกดลูกนัยน์ตา คือ ลืมตา หรีตา และก็หลับตาให้เหลือ ๑ มิด ผมก็ทำไปจากปรือๆ แล้วตาก็หลับไปเอง กระผมก็จะคอยคำนึงถึงว่า เรากดลูกนัยน์ตาหรือเปล่า จะคอยกังวลตรงนี้ครับ แต่ก็มีความสุขอยู่ตลอดครับ) ที่หลวงพ่อบอกให้ฝึก ลืม หรี หลับ สำหรับผู้ที่ยังติดเรื่องลูกนัยน์ตาอยู่ ต้องฝึกให้ไปถึงจุดที่ไม่เกี่ยวข้องกับลูกนัยน์ตานั่นแหละ คราวนี้ละสนุกกันใหญ่ พอเข้าไปข้างในจริงๆ ไม่ได้ใช้ลูกนัยน์ตาเลย และก็ต้องฝึกให้ได้ทุกๆ อิริยาบถ นั่ง นอน ยืน เดิน ตรงนี้สำคัญนะ ฝึกให้ชัดเท่ากันหมดเลย ต้องนั่งถึงจะเคลื่อนไหวไปได้ ใจจะตั้งมั่น นิ่งแน่น มีพลัง

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๓๒

เห็นแจ้ง รู้แจ้ง : ลูกต้องฝึกให้ใจตั้งมั่น ต้องแจ่มแจ้ง ให้หายสงสัย ทุก ๆ ขั้นตอน จะแจ่มแจ้งต้องเกิดจากการเห็นแจ้ง ตั้งมั่น เรายังไม่รู้จักตัวเอง เราคือใคร มาจากไหน มาทำไม ยังไม่รู้เลย ตัวเองก็ยังไม่รู้เลย และเราก็ยังไม่รู้จักกัน ถ้ารู้จักตัวเองแล้ว เราถึงจะรู้จักคนอื่นด้วย เพราะจะเห็นกัน ใช้ศูนย์กลางกายร่วมกัน เหมือนนั่งรถคันเดียวกัน จะเห็นกันได้ต้องเห็นแจ้ง เห็นแจ้งได้ ต้องรู้แจ้งที่เกิดจากการเห็นแจ้ง ลูกก็ฝึกกันมาเยอะแล้ว ไม่ช้าหรอกลูก ฝึกเอาให้มันคงให้ได้

ฟังอย่าไปต่อต้าน : (พระลูกชาย: ผมก็เริ่มอย่างสบายๆ ดูดวงคุณค์พระ ความขัดเกิบเท่าลืมตาเห็นครับ) ก็ทำแบบนี้ ฝึกทำซ้ำๆ ย่ำๆ (พระลูกชาย: ก็ยังมีฟังอยู่บ้างครับนิดๆ หน่อยๆ) ฟังเรื่องอะไรล่ะ? (พระลูกชาย: ช่วงหลังก็จะฟังถึงหลวงพ่ครับ พอนิ่งดี ๆ ก็ฟังว่าสนทนากับหลวงพ่อ คำสอนหลวงพ่อ ส่วนใหญ่จะฟังแบบนี้ครับ ส่วนฟังเรื่องเก่า ๆ ๑๐ - ๒๐ ปีที่ผ่านมาไม่ค่อยมีแล้วครับ แต่ก็ไม่ได้ไปขัดขึ้น ไม่ได้ไปสนใจ ทำเหมือนหลวงพ่อบอกครับ ทำเฉย ๆ) แต่ก็ไม่ได้ไปต่อต้าน ไม่ได้สนใจใช่ไหม? (พระลูกชาย: ก็ไม่ได้สนใจอะไรครับ แต่ก่อนจะมีอารมณ์ไม่สุขไม่ทุกข์ตอนนี้ได้มากกว่าไม่สุขไม่ทุกข์ครับ มีความสุขอยากจะนั่งไปได้เรื่อย ๆ ครับ) ต้องเอาชนะให้ได้

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๗๓

ต้องนั่งจึงสุข สุขจะมาติดเอง : (พระลูกชาย: ผมก็นำภาพและความสุขมาแปะติดเอาไว้) เราไปหาความสุขไม่ได้หรอก ความสุขจะมาติดเอง ความสุขจะมาหาเอง เราไปควานหาไม่ได้ ต้องนั่งนะถึงจะสุข แล้วความสุขจะมาติดเอง แต่เราจะไม่ติดกับความสุข ความสุขจะไม่ติดเรา ถ้าเราไม่นั่ง (พระลูกชาย: ครับ นั่ง ๆ ของผม คือ ดูไปเรื่อย ๆ และไม่ได้ไปคาดหวังกับประสบการณ์โดยเน้นที่ความสุขครับ) ดูอย่างถูกวิธีต้องดูนิ่ง ๆ (พระลูกชาย: มีอยู่รอบหนึ่งครับ ผมก็ไม่ได้นึกอะไร ไม่รู้มาได้ไง องค์พระขึ้นมาเป็นสาย มีความใส มีความสว่าง ภาพนั้นติดตามาจนถึงตอนนี้ครับ พอมาในรอบผมก็จะนำภาพนั้นมาเป็นจุดเริ่มต้นใหม่ครับ) พระท่านอันมาตั้งแต่เกิดแล้วนะ นี่ขึ้นมาให้เห็นนิดเดียว จริง ๆ นะ ตั้งแต่เราเกิดมาเลย ต้องเห็นใจท่านหน่อย มีเยอะเป็นอสงไขย นี่เพ็งทะลักมาได้นิดเดียว ท่านจะผุดผ่านออกมาสำหรับคนที่นิ่ง ๆ ถ้าไม่นิ่งท่านไม่ออกมา หายากจริง ๆ คนที่นิ่ง ๆ ท่านจะออกมาเพื่อเป็นบรรณาการ ถ่ายทอดให้ทั้งความรู้แจ้งเห็นแจ้ง สอนให้หมดเลย อยากรู้อะไร บอกหมดเลย ท่านจะออกมาได้ ต้องทำนิ่ง ๆ ท่านถึงจะนำสิ่งดี ๆ ออกมาถ่ายทอดให้เราได้ไงล่ะ

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๗๔

ดูแบบสุขุมาลชาติ : (พระลูกชาย: หลังจากทีกระผมไปทำตามทีหลวงพ่อสอน ก็ทำให้กระผมนั่งได้ดีขึ้นมากเลยครับ ตอนนี้สามารถเห็นดวงสว่างติดอยู่ได้ตลอดเวลาครับ สิ่งทีผมนำไปปรับ คือ เรื่อง ลืมตา หรีตา หลับตา ทำให้เห็นภาพภายในได้ชัดเท่ากันหมด ทั้งลืมตาและหลับตาครับ) ดูแบบสุขุมาลชาติสิ ลูกใช้ดวงตาทีพ่อแม่ให้มาคุณ ๒ หลับตาก็เห็นชัด ลืมตาก็เห็นชัด ใช้ดวงตาได้เต็มประสิทธิภาพ ๒๐๐% พ่อแม่ก็ปลื้มใจทีได้ใช้ดวงตาทีท่านให้มาเต็มประสิทธิภาพ หลับตาก็ชัด ลืมตาก็ชัด

ใช้ร่างกายได้อย่างคุ้มค่า : (พระลูกชาย: ผมก็ฝึกตามทีหลวงพ่อได้เมตตาแนะนำ คือ ลืม หรี หลับ ให้ชัดเท่ากัน ผมก็ฝึกตลอดเลย ครับ ก็สามารทำได้ คือ เหมือนความรู้สึกทีกายหายบหลุดเข้าไปข้างใน แต่มันยังเหลือบางส่วน แตกหลุดไปได้เยอะเลยครับ พอผมดูจุดตรงกลาง ต้องนั่ง ๆ มันก็มีความสุขขึ้นมากับความนิ่ง แล้วตัวก็จะเบาขึ้น ๆ ครับ) ดี ดีมาก ๆ ฝึกตรงนี้ ทำซ้ำ ๆ โยมพ่อโยมแม่คงดีใจ ปลื้มใจ ทีอุทิศส่าให้อาศัยทองมาเกิด มาใช้ร่างกายได้อย่างคุ้มค่าเต็มที ก็ฝึกตรงนี้ซ้ำ ๆ ๆ ๆ อย่าไปท้อ อย่าไปตั้งใจมาก ให้มีความเพียร ลูก ๆ มีบุญมาอยู่ตรงนี้ ได้โอกาสแล้ว ทำให้เต็มที่ อย่าไปท้อ

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๗๕

ฟุ้งเป็นเครื่องกัณจิต : (พระลูกชาย: ผมก็ฝึกเริ่มจากจุดที่ง่ายก่อน เปะติดดวงสว่างตลอดเวลา ฝึกให้ลืม หรือ หลับ ให้เห็นชัดเท่ากัน ครับ เมื่อก่อนผมจะดูภาพ เห็นชัดแต่มีอารมณ์ไม่สุขไม่ทุกข์ครับ) คือเห็นแล้วยังเฉยๆ ไข้ไหม (พระลูกชาย: ครับ ตอนนี้เห็นทั้งภาพ และความสุขมาพร้อมกันครับ สุขขึ้นไปเรื่อย ๆ ครับ) มีฟุ้งบ้างไหม (พระลูกชาย: มีบ้างนิดหน่อยในช่วงแรก ๆ ครับ) ยังนิ่งไม่เต็มที่ เลยยังมีฟุ้งอยู่ ฟุ้งเป็นเครื่องวัดว่ายังนิ่งแน่นไม่สมบูรณ์ เป็นเครื่องกัณไม่ให้เราเข้าไปถึงพระในตัว กัณเหมือนฝาจุกขวดปิดไว้ ต้องเปิดฝาดอก ท่านทำของท่าน เราทำของเรา พบกันครึ่งทางที่กลางกาย

เริ่มจากปิติ สุข ถึงจะเอกัคคตา : (พระลูกชาย: ผมก็นึกถึงบุญใจมีปิติ ชุ่มอยู่ในบุญ พอมาในรอบก็เคลื่อนเข้าไปอย่างง่าย ๆ หุกรอบ ผมจะนึกถึงบุญให้ใจปิติจะเข้ากลางได้ครับ) เอาแบบนี้แหละ ถูกหลักวิชา เดียวก็จะเป็นเอกัคคตา เพราะต้องเริ่มจากปิติ สุข ถึงจะเอกัคคตา เริ่มจากปิตินี้แหละ ยังมีฟุ้งอยู่ไหม? (พระลูกชาย: มีอยู่นิด ๆ ครับ แต่ก็น้อยมากเลยครับ) ไม่เป็นไรฝึกไป เดียวก็เอาชนะได้ ที่ฟุ้งเพราะยังไม่นิ่ง เพราะถ้านิ่ง ฟุ้งจะไม่มีเลย ได้สิ ลูกต้องเอาชนะตรงนี้ให้ได้ ฟุ้งเป็นเครื่องกัณจิต เพื่อไม่ให้ไปเชื่อมกับผู้รู้ภายใน

คุณครูไม่ใหญ่



สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๗๖

นั่งไม่เขยื้อน : ก็นั่งกันดีทั้งนั้นเลย พระในป่านี้ท่านดินะ นั่งไม่เขยื้อนเลย นั่งนิ่งไม่ขยับเลย ทำอย่างไรจะให้หมู่คณะเราได้อย่างนี้บ้าง เราต้องฝึกเอาให้ได้จริงๆ แจ่มแจ้งจริงๆ ได้ในระดับที่เรายอมรับว่าเราได้จริงๆ หายสงสัยด้วยตัวเอง ตอนนี้อยู่ในระดับที่พอจะทำได้ ได้สักประมาณ ๘๐-๙๐% แต่ก็ดีขึ้นเรื่อย ๆ

มิเตอร์วัด : (พระลูกชาย: แป๊ะติดภาพภายใน ทำอย่างมีความสุข โดยมีมิเตอร์วัด คือ สุข บริสุทธิ์ ชัด ใส สว่าง ครับ) ดีจัง ฝึกให้หนักอย่างถูกหลักวิชา ก็ต้องตามนี้แหละ ตามมิเตอร์วัด ตรงนี้สำคัญ มีความสุข มีความบริสุทธิ์เพิ่มขึ้นไป เสียเวลาตรงนี้นิด แต่ก็ไม่มากหรอก (พระลูกชาย: ผมแป๊ะติดดวง องค์พระ พอมาในรอบใจก็รวมเข้าไปเอง) เหมือนการแป๊ะ แป๊ะติดคงทนเดี๋ยวก็กกลายเป็นเนื้อเดียวกัน (พระลูกชาย: มีอยู่รอบหนึ่งครับ นั่งสบาย ๆ ดวงก็ขึ้นมาเองเป็นสาย เข้าไปในท่อแก้วครับ ภาพชัดแจ่มมากเลยครับ พอขึ้นมานิดหนึ่งภาพก็หลุดครับ กระผมก็ดูนิ่ง ๆ ครับ) ตอนแรกดูแบบสบาย ๆ ก็เลยขึ้นมาเองง่าย ๆ แต่ไปเนิ่น ยังเฉยไม่จริง เพราะนั่งแน่นภาพก็เลยแน่นิ่ง ก็นั่งดีนี้ ได้รอบหนึ่งแล้วเดี๋ยวกก็ได้หลายรอบ

จะถูกส่วนได้ใจต้องรวมเป็นหนึ่งใน : (พระลูกชาย: ผมแปะติดดวง
สว่างที่คั่นเคย เห็นได้ทันทีที่ปีรารณา ชัดเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ ชัดเท่า
ลืมตาเห็นครับ นิ่งแน่นเพิ่มขึ้นมากครับ พอถูกส่วนปั๊บ มันไม่ต้อง
ทำอะไรเลยครับ มันเหมือนเปลี่ยน mode คือ จากเดิมที่เราทำ
ผ่านมาทั้งหมด พอถูกส่วนปั๊บ มันก็ไม่ต้องทำอะไรเลยครับ) สำคัญ
ตรงถูกส่วนนี้แหละ เพราะถูกต้องก็เลยถูกส่วน ก็เหลือแต่ทำให้ถูก
ส่วนให้มันได้ทุก ๆ รอบ ต้องจำวิธีการว่าทำอะไรถึงจะถูกส่วน
แล้วก็ทำอย่างนั้นซ้ำ ๆ เกิดมาชาติหนึ่งได้รู้จักคำว่า “ถูกส่วน”
นี้ก็มีบุญมากแล้ว แล้วถ้ามากกว่านั้นก็ต้องถูกส่วนทุกรอบ
นี้สุดยอด perfect แสดงว่าถูกต้องแล้ว

คุณครูไม่ใหญ่



สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๗๗

ฟังเป็นเครื่องกันจิตไม่ให้ไปถึงผู้รู้ภายใน : ใครยังมีฟังอยู่บ้าง (พระลูกชาย: มีบ้างนิดๆ แต่ก็ไม่มาก แต่ก็ดีขึ้นเยอะแล้วครับ เหลือบางๆ น้อยมากครับ แต่ก็ทำตามทีพระเดชพระคุณหลวงพ่อบรรณาครับ ไม่ได้ต่อต้าน ไม่ได้ไปสนใจครับ) ก็ไม่ต้องไปสนใจเหมือนมีแขกมาเคาะประตูบ้าน ถ้าเราไม่สนใจ ไม่ไปเปิดประตูให้เดี๋ยวก็ไปเองแหละ ลูกเอาชนะตรงนี้ให้ได้ เพราะในใจยังมีเครื่องเร้าอยู่ภายใน เป็นมลทินของใจ เพราะเครื่องเร้าภายนอกไม่มีแล้ว ถูกตัดออกหมดแล้ว อยู่ในพื้นที่ที่ไม่มีสิ่งเร้าภายนอก สถานที่ที่เป็นลัปปายะ ไม่มีงานหยาบอะไรเลย แต่สิ่งเร้าที่มีอยู่ภายในก่อนเข้ามาอยู่ในนี้ยังมีอยู่ ลูกฝึกตรงนี้ ฟังเป็นเครื่องกันจิตไม่ให้เราไปถึงผู้รู้ภายใน แต่ก็ดีขึ้นกว่าเมื่อก่อน เป็นกำแพงกันไม่ให้ไปถึงผู้รู้ที่มีอยู่ข้างใน แต่ก็บางลงมากแล้ว เหลืออยู่นิดๆ เดียวก็ทะลุไปได้ บางลงไปเยอะแล้ว

อย่างที่หลวงพ่อบอกคราวที่แล้วไง เราทำในส่วนของเรา คือ มุ่งเข้าไปข้างใน ท่านก็ทำในส่วนของท่าน คือ ท่านก็มุ่งข้างใน ออกมาข้างนอก พอถูกส่วนก็ไปด้วยกัน จะถูกส่วนได้ใจต้องรวมกันเป็นหนึ่ง ตอนนี้เรากำลังฝึกใจให้หยุดนิ่งสมบูรณ์ เพราะใจเราแตกมาตั้งแต่เกิด กระจายไปคนละทิศละทาง ตอนนี้เรากำลังเริ่มกลับมารวมใจใหม่ ที่ผ่านมามีสิ่งเร้าเยอะแยะมากมาย เราก็รู้กันอยู่ ทำให้ใจหลุดออกจากศูนย์กลางกาย ถึงแม้เราจะเข้ามาอยู่ในนี้แล้ว เรามาอยู่ในสภาพแวดล้อมที่เป็นลัปปายะ ที่ปลอดภัย

สิ่งเร้าภายนอกที่เข้ามาไม่ได้ แต่ก็ยังมีสิ่งเร้าที่ยังติดค้างอยู่ข้างใน ที่ทำให้ใจเรานั้นแตก เห็นไปทาง จำไปทาง คิดไปทาง รู้ไปทาง เห็นจำคิดรู้...แยกไปคนละทิศละทางกันเลย

เรากำลังกลับมารวมใจใหม่ให้ติด ถ้าใจติดแล้วจะติดใจ ใจเรา แตกมาตั้งแต่เกิด ตอนนี้อยากกลับมารวมใจให้ถูกส่วน กลับมารวม เห็นจำคิดรู้ใหม่ให้เป็นหนึ่ง ให้ใจตั้งมั่นนิ่งแน่น ตอนนี้อยากกลับมาทบทวนการบ้าน ดูเหมือนซ้ำแต่จริงๆ เรามาได้เยอะแล้ว เรา ยอมเสียเวลาตรงนี้นิดหนึ่ง ดูเหมือนไม่ไปไหน แต่จริงๆ เรากำลัง ไปไหน แต่ขอให้เราเอาไหน ก็แค่นี้เอง

คุณครูไม่ใหญ่



สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๗๘

โลกวิทู ศูนย์รวมความรู้ : ถ้าถูกละเอียดใจตั้งมั่นรวมเป็นจุดเดียว click ดูภาพภายใน มีเยอะแยะมากมาย ภาพนอกอย่างกับ Google Earth จะเลือกดูตรงไหนของโลก click ดู มีข้อมูล ๔,๐๐๐ ล้านเรคคอร์ด Google Earth ก็มีขอบเขตจำกัดดูได้เฉพาะบนโลกเท่านั้น แต่ภาพภายในไม่มีขอบเขตจำกัด เราจะต้องไปถึงโลกวิทู Google Earth ยังมีระยะเวลา แต่ของเราไม่มีระยะเวลา แค่นี้ๆ ให้ถูกส่วน ให้เชื่อมกับผู้รู้ภายใน เราต้องอยู่ในชั้นโลกวิทู รู้แจ้งโลกโลกมีหลายอย่างนะ สัตว์โลก ชนธโลก อากาศโลก มีเรื่องต้องศึกษาอีกมากมายนับไม่ถ้วน ตอนนี้เรายังไม่รู้จักสักโลกเลย แต่ต่อไปเราจะรู้ ตอนนี้เราทำให้หยุดนิ่งถูกส่วน จะได้รู้โลกวิทู เหมือนกล้องส่องดูดาว ส่องออกไปนอกโลก ถ้าน็อตไปทางเลนส์ไปทาง กล้องไปทาง มันก็ส่องไม่ได้ แต่ถ้าเอามารวมกันก็ส่องออกไปนอกโลกได้

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๗๙

ความแข็งแกร่งกับถูกส่วน สิ่งเหล่านี้ผู้รู้ล้วนปรารถนา : (พระลูกชาย: ผมก็ฝึกหนักอย่างถูกหลักวิชา ขวนขวายมากขึ้น เคลื่อนเข้าไปฝึกทำซ้ำ ๆ ย่ำ ๆ ตรงนี้อยู่ครับ) ฝึกให้ได้ ลูกยังอยู่ในวัยแข็งแรง ต้องรีบชิงช่วงในวัยนี้แหละ ลูกมีบุญได้มาอยู่ในสถานที่สัปปายะ ให้ทำความเพียรให้เต็มที่ เดียวก็วันเดียวก็คืน ให้ฉันท้อมไปมื่อ ๆ ฉันทพอหนัก ๆ ท้อง ให้มีแรงทำความเพียร ให้ออกกำลัง เดินย่อย ให้เลือดลมเดิน ให้ลมหายใจออกไป ระหว่างเดินก็อย่าเดินฟรี เสร็จแล้วก็มาทำตบนี้ ทำกายให้เบาเท่ากับใจ ทำทุกอิริยาบถ ทำทั้งในรอบนอกกรอบ ทำเหมือนไม่มีรอบนั้นแหละ ลูกต้องขวนขวายกัน จรดจดจ่อ ลูกยังแข็งแกร่งกันอยู่

สิ่งเหล่านี้ผู้รู้ล้วนปรารถนาด้วยกันทั้งนั้น คือ ความแข็งแกร่งกับถูกส่วน ชาวโลกได้ความแข็งแกร่งแต่ก็ไม่ว่างกัน มัวแต่ไปแสวงหาทรัพย์ เสียเวลาไปไม่เกิดประโยชน์ พวกเราได้หมดเลย ความแข็งแรงและวิธีการที่จะทำให้ถูกส่วน ลูกต้องขวนขวายกันนะ ใช้วันเวลาให้เกิดประโยชน์ให้เต็มที่

คุณครูไมใหญ่



สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๘๐

ทำความเพียรกันให้เต็มที่ : ทั้งทุกอย่าง วางทุกสิ่ง นิ่งอย่างเดียว ทำซ้ำ ๆ ให้ลูกตั้งใจจนขวยย ด้องรีบชิงช่วง ลูกต้องทำความเพียรกันให้เต็มที่ **หลวงพ่อกะพูดแค่สั้น ๆ แต่ลูกต้องจำและเอาไปคิณะลูกนะ** ลูกยังอยู่ในวัยที่แข็งแรง ด้องรีบชิงช่วงตอนนี้ ลูกต้องจำนะลูกนะ ให้สังเกต ตรงไหนที่ทำแล้วพลาดก็อย่าไปทำ อย่าไปผิดซ้ำ ให้ปรับให้ถูกวิธี สังเกต ทำซ้ำ ๆ

ฟุ้งเมื่อไรให้ดูภาพ : (พระลูกชาย: ผมดูดวงสว่างทั้งในรอบและนอกกรอบครับ และดูไปได้เรื่อย ๆ แต่ยังมี ๆ ไม่มีความสุข แต่ก็ไม่ได้ทุกข์อะไรครับ) มีบางช่วงใหม่ที่มีความสุข (พระลูกชาย: ถ้านิ่งตรงกลางจะมีความสุขขึ้นมา แต่จะไม่มีภาพ ถ้ามีภาพจะไม่มีความสุขครับ) **ที่มีภาพแล้วรู้สึกเฉย ๆ ไม่มีความสุข เพราะติดตั้งใจมาก ไม่ได้ดูอย่างสบาย ๆ** (พระลูกชาย: แล้วควรจะดูภาพต่อไปหรือเปล่าครับ) ดูไปจนกว่าจะดูเป็น ดูไปเมื่อใจสบาย ถ้าไม่มีความสุขให้วางใจนิ่ง ๆ สบาย ๆ ถ้าฟุ้งก็ดูภาพ แล้วฟุ้งใหม่ล่ะ (พระลูกชาย: ถ้ามีภาพจะไม่ฟุ้งครับ) ใช่จ้ะ ถ้าฟุ้งเมื่อไรก็ให้ดูภาพ (พระลูกชาย: มีอยู่รอบหนึ่งครับ มีภาพเกิดขึ้นมาเอง มาพร้อมกับความสุข) ก็เอาอย่างนี้แหละ ถ้าฟุ้งก็ดูภาพ ที่ไม่มีความสุขเพราะไม่นิ่งแน่น ก็ดูไปเรื่อย ๆ จนกว่าจะดูเป็น ไม่สุขเพราะไปตั้งใจมากไปแค่นภาพ มีความคิดปน หรืออยากให้ชัด หรืออะไรอีกสารพัด

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๘๑

ทำบ่อยๆ ทำซ้ำๆ : เราติดตรงไหน หรือยังไม่นั่งแน่น ให้ถามตัวเอง ไม่ต้องบอกหลวงพ่อก่อน ฝึกเอาให้ได้นะลูกนะ ไม่ยากหรอกลูก เราก็ผ่านมาแล้ว อะไรง่าย อะไรง่าย อะไรง่ายก็อย่าไปทำอีก เรารู้แล้ว อะไรที่ทำได้ง่าย ๆ เราก็ทำบ่อยๆ ทำซ้ำๆ เดียวก็ได้ตลอดเวลา ฝึกให้คล่องๆ ก็แค่นี้เอง

ทำสบายๆ : ทำสบายๆ อย่าไปตั้งใจมาก ลูกอย่าไปกังวล ทำสบายๆ อย่างต่อเนื่อง ทำซ้ำๆ เอาให้คล่องๆ เดียวก็ดีกว่าเดิม รู้สึกว่าเพียรเราไม่ได้หรอกลูก เดียวก็ถูกหลักวิชชา ทำซ้ำๆ เพื่อความบริสุทธิ์ เพื่อตัวของเราเอง ทำอย่างสบายๆ เดียวก็ชัด เดียวก็ใส เดียวก็สว่าง ทำอย่างสบายๆ

ทางเอกสายเดียว : ระวังจะเป็นหวัดกันนะลูกนะ อย่าไปเดินตากฝน (พระลูกชาย: ตอนนี่ผมก็แปะติดดวงสว่างทั้งในรอบและนอกกรอบ มาในรอบ พอแต่ใจตรงกลางก็มีความสุข มีความสว่างกว้างขวางมากขึ้น นั่งแน่นมากขึ้นครับ) ใจต้องนั่งแน่นระดับหนึ่งถึงจะเป็นไปเอง ที่จริงทางเอกสายเดียว...ต้องนั่งแน่นอย่างเดียว และมีความสุข ถ้าหากว่านั่งแล้วไม่สุขไม่ทุกข์ ก็นั่งต่อไปเรื่อย ๆ จับหลักตรงนี้

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๘๒

Perfect Man ต้นแบบของมนุษย์ที่ยังต้องมีอิริยาบถ ๔ : ถ้าทั้งโลกทำแบบนี้ จะเกิดสันติภาพโลก ตื่นเช้า นั่งสมาธิ ฉ้นเข้า รับประทาน นั่งสมาธิ ฉ้นเพล รับประทาน นั่งสมาธิ ออกกำลังกาย และก็หลับจำวัด ในอยู่แห่งทะเลบุญ พอตื่นนอนก็ตื่นจากอู่มาเลย อยู่แห่งทะเลบุญ ไม่ธรรมดาเลย (พระลูกชาย: ผมจะดูดวงทุกอิริยาบถ พอมาในรอบถูกส่วนก็เห็นดวงชัดใสแจ่มเลยครับ) นี่นะเป็นชีวิตจริง ๆ ก็มีแค่นี้ แต่ชาวโลกใช้ชีวิตไม่เป็นจริง ๆ ไปทำกะโหลกกะลาอะไรไม่รู้ นี่ถ้าเราจะเอียดเราจะไปค้นกัน ทำไมชีวิตถึงไม่เรียบง่าย ทำไมถึงซับซ้อน วุ่นวาย ชีวิตชาวโลกไม่เป็นแบบนี้ ไม่เรียบง่ายเหมือนกับพวกเรา หลวงพ่อรอคอยวันเวลาที่จะใช้ศูนย์กลางกายร่วมกัน ตัดทอนนิ่งแน่นเลย ส่งต่อ ๆ กันไป ทำไมชีวิตถึงไม่เป็นแบบนี้ละ ทำไมถึงเป็นอย่างอื่น นี่เป็นชีวิตต้นแบบของมนุษย์ที่ยังต้องมีอิริยาบถอยู่ ต้องใช้อิริยาบถยืน เดิน นอน นอกจากนั้นทำไมถึงไม่ใช้อิริยาบถเดียวเหมือนพระนิพพาน ที่ไม่มียืน เดิน นอน มีแต่นั่ง มนุษย์ใช้อิริยาบถทั้ง ๔ ได้อย่างนี้ Perfect... Perfect Man อย่างนี้แหละที่โลกขาดแคลน ความจริงมีแค่นี้

๔ อิริยาบถมาตั้งแต่เมื่อไร ลูกต้องไปค้นกันอีก มาตั้งแต่เมื่อไร อิริยาบถ ๔ อย่างนี้ เรื่องราวที่ชวนให้เราต้องศึกษาเรียนรู้มากเลย ถ้าไม่มีอิริยาบถอื่น อาชีพอื่นก็หมดไปเลย แล้วอาชีพเริ่มมาตั้งแต่เมื่อไร ก่อนที่พระพุทธเจ้าจะสอนอาชีพ

ที่จำเป็น สัมมาอาชีวะมาเมื่อไร และก่อนหน้านี้มันเป็นอะไร
อย่างนี้ไง ลูกช่วยกันไปค้นกัน

แต่ลูกยังไม่มีอุปกรณ์ หรือมีแล้วยังไปไม่ถึง อุปกรณ์คือหยุด
นิ่งถูกส่วน เราต้องไปค้นนะ มันเป็นเรื่องเกี่ยวกับตัวของเรา ทำไม
ต้องเป็นอย่างนี้ ตกลงความเหมือนและความแตกต่างอันไหนมา
ก่อน ความแตกต่างมาก่อน หรือความเหมือนมาก่อน... นี่เป็นสิ่งที่
ต้องเรียนรู้ เหมือนอย่างไร ต่างอย่างไร เราต้องศึกษาเรียนรู้
ทั้งหมดนี้ได้จากหยุดกับนิ่งอย่างเดียว โดยผ่านจุดเล็กเท่าปลายเข็ม
จะไปค้นคำตอบมาได้หลังจากที่ตอบหลวงพ่อก็ได้สมบูรณ์

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๘๓

ฟังแสดงว่ายังไม่นิ่งแน่น : ฟังใหม่ ถ้าผ่านตรงนี้เตรียมตัวให้ดี ก้าวกระโดดไปเลย อย่างนี้ไง ก็รอคอยอยู่ตอนนี้ ๙๘% ต่อไป ๙๙.๑ - ๙๙.๙๙ % เพราะต้อง ๑๐๐ ใน ๑๐๐ เข้าไปเรื่อยๆ ใช้สันนิษฐานวิทยาไม่ได้ ต้องไปรู้ไปเห็น ใครยังมีฟังอยู่บ้าง **ฟังนี้ หลวงพ่อถามเพื่อต้องการวัดว่า ตัวเรานิ่งแน่นแค่ไหน ถ้ายังมีฟังแสดงว่ายังไม่นิ่งแน่น** แต่เราผ่านฟังหยาบมาแล้ว เหลือฟังละเอียด แต่ฟังละเอียด เราก็ไม่ได้ไปสนใจ แค่คิดว่าเราทำความละเอียดมาได้ ๙๐ กว่าเปอร์เซ็นต์แล้ว ที่เหลือเราก็ทำได้ ๙๘ - ๙๙.๙๙๙๙ ถ้าเรานิ่งแน่นจริง...เรื่องเก่าจะเข้ามาไม่ได้ ข้อมูลจะถูกลบ ความจำเก่าๆ จะถูกลบ ถ้าได้อย่างนี้นะ สบาย เราจะได้เดินทางอย่างสบาย โดยปราศจากความคิดเก่า มีแต่ความรู้ใหม่ๆ ร่องรอยเก่าๆ ถูกลบเลือน มีแต่เรื่องราวใหม่ๆ เรื่องราวเก่าๆ ถูกลบ ง่ายๆ ไม่ยาก

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๘๔

เห็นและก็ประคองก็นิ่งแน่นเข้าไปเรื่อยๆ : (พระลูกชาย: ช่วงนี้ผมก็ทบทวน คือ ทำง่าย ๆ สบาย ๆ พอจับจุดตรงนี้ก็ประคองไปเรื่อยๆ เป็นไปตามมีเตอรืวัดครับ ความสุข ความบริสุทธิ์ขึ้นมาเอง มีบางช่วงเผลอไปทำยาก ๆ แต่ก็รู้ตัว) ยังมีอยู่อีกหรือ... ทำยาก ๆ (พระลูกชาย: มีอยู่นิด ๆ ครับ แต่ก็รู้ตัวได้เร็วมากขึ้น ก็รีบปรับมาในเส้นทางที่ง่าย ๆ ทันทีเลยครับ) น่าจะจับได้แล้ว พอจับได้แล้วก็แปะติด ก็แค่นั้นเอง

ทำไมพระที่บวชใหม่ จึงนั่งได้ดี เรียกว่าปลีกวิเวกกันเลยทีเดียว ตี ๒ ตื่นขึ้นมาก็ลุยนั่งกันเลย อย่างเห็นแล้วหาย หายได้ไง ปล่อยให้หลุดไปได้ไง เห็นและก็ประคอง...ก็นิ่งแน่นเข้าไปเรื่อยๆ ก็แค่นั้นเอง ไม่งั้นก็ไปต่อไม่ได้ ไม่น่าหาย ก็นิ่ง ๆ ต่อไป หายเพราะไม่ดู ถ้าดูจะนิ่งแน่น ใจจะนิ่งแน่น

เครื่องติด ไฟติด ใจติด ก็อยู่ตรงนั้น : (พระลูกชาย: ผมนิ่ง ๆ ให้เป็นไปเอง นิ่งแน่นเข้าไปเรื่อยๆ นิ่งในนิ่ง กายเบาใจเบา พอถึงจุดนี้จะติดแล้วครับ ไม่หลุด พอเครื่องติดก็มีอารมณ์อยากจะดูต่อ) ใช้มันต้องเป็นอย่างนี้ จะไม่หลุด พอเครื่องติด ไฟติด ใจติด ก็อยู่ตรงนั้น อยากจะดูต่อไปเรื่อยๆ

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๘๕

ตามดู : (พระลูกชาย: มีความสุข จะเคลื่อนเข้าไป แรงดึงดูดภายใน มีพลังกว้างขวาง ใจปล่อยหลุดปล่อยพัน นิ่งแน่น) ก็นิ่งนิ่งเข้าไป ไปถึงจุดที่ไม่ต้องทำอะไร นิ่งเข้าไปเรื่อย ๆ เครื่องมันติดแล้วนะ (พระลูกชาย: ครับ ใจเราควบคุมกลางเข้าไปได้เรื่อย ๆ) ดูนิ่ง ๆ ดูเฉย ๆ ดูเฉย ๆ ก็จะเข้าไปได้เรื่อย ๆ เห็นไปได้เรื่อย ๆ ตามเห็นตามภาพ ที่เห็น ตามเห็นกายในกาย เวทนาในเวทนา จิตในจิต ธรรมในธรรม และก็มองตามภาพที่เห็น เหมือนเราดูหนัง ตามดู ติดตามดูไปเรื่อย ๆ ตามดูไปจนจบเรื่องนั้น ก็เหมือนกัน ก็ดูไปเรื่อย ๆ

โมเลกุลใจหนาแน่น : (พระลูกชาย: ของผมจะเป็นผู้ดูที่ดี ทำอย่างที่ผมพูดเมื่อสักครู่นี้ครับ มีอะไรให้ดูก็ดูไป ทั้งนอกรอบ ในรอบ นอกรอบก็จะแปะติดดวงสว่าง ตอนนี้สั่งสมการแปะติดได้มาก ไม่ว่าจะอะไรก็ดวงไวก่อนครับ พอมาในรอบก็ผ่านดวงสว่างเข้าไป จะสว่างเป็นพื้น สว่างขึ้นเรื่อย ๆ แล้วความนิ่งแน่น ความสุข ความชัด จะค่อย ๆ หายไปตามกันมา อย่างพอเห็นดวง ความสุขก็จะมาพร้อมกับดวงด้วย พอกายขึ้นมาตรงกลางดวง ความสุขก็มาด้วย ตอนนี้ผมกำลังรักษาสภาวธรรมนี้ให้นานขึ้นไปอีกครั้ง) ดูดวง ดูองค์พระ ก็ดูแบบธรรมดา เราผ่านขั้นตอนยากมาแล้ว มาถึงขั้นตอนง่าย ง่ายยิ่งขึ้น แน่นในแน่น แน่นแล้วแน่นอีก ความชัด ความใส ความสว่างเพิ่มขึ้น จะเห็นได้กว้างขวาง มีความสุข ความสบาย ความบริสุทธิ์ แน่น ใจมีพลัง แน่นเข้าไปเรื่อย ๆ แน่นที่ไป

ถึงอนุสาวรีย์ชัย แน่นที่ไปถึงสุโขทัย โลก แน่นที่ไปถึงอเมริกา นิ่ง
แน่น มองไปด้วยโลกวิทู รู้แจ้งโลก โมเลกุลใจหนาแน่น รวมตัวกัน
หนาแน่นไม่มีช่องว่างเลย ใจแห่งใดตลอด ตลอดความรู้ ถ้าอ่อนๆ
แห่งไม่ตลอด มันทู่ๆ ใจจะแห่งตลอดได้ต้องไม่ติดอะไรเลย นิ่ง
เข้าไปเรื่อย ๆ โมเลกุลใจหนาแน่น

คุณครูไม่ใหญ่



สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๘๖

ฟังเป็นเรื่องของคนที่ไม่รู้อะไร : (พระลูกชาย: ความฟังเข้ามา ไม่ได้ครับ คน สัตว์ สิ่งของ ก็ไม่เข้าไปติดด้วยครับ เพราะใจติดอยู่กับดวงกับความสุขครับ พอใจนิ่ง ๆ ตรงกลางก็ไม่มีความฟังครับ เพราะเราไม่ได้ไปสนใจเลยครับ ใจติดอยู่กับดวงกับความสุข ตอนนี้นักยังติดอยู่เลยครับ) ฟังเป็นเรื่องของคนที่ไม่รู้อะไร ก็ปล่อยให้ฟังไป ถ้าฟังใจจะติดเรื่องที่ไม่เป็นประโยชน์ พอใจหลุดจากสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์ ก็จะมาสู่สิ่งที่เป็นประโยชน์ พอใจติดสิ่งที่เป็นประโยชน์ ก็จะนิ่งแน่นเข้าไปเรื่อย ๆ พอจะฟังก็ไม่มี เพราะรู้ว่าเป็นสิ่งที่ไม่มีความเป็นประโยชน์ พอหลุดจากฟังปั๊บ ก็ติดสิ่งที่มีประโยชน์ ติดดวง ติดกาย ใครได้อย่างนี้วิเศษ ใจถ้าไม่ฟังจบแล้ว สบาย จะเดินทางไปถึงจุดหมาย

ติดสิ่งที่เป็นประโยชน์ : (พระลูกชาย: ลูกใจนิ่ง ๆ ที่จุดเล็กใส เห็นองค์พระผุดสวนขึ้นมาครับ) ต้องแน่นในแน่น จะแน่นในแน่นก็ต้องนิ่งในนิ่ง นิ่งในนิ่งต้องทิ้งทุกอย่าง วางทุกสิ่ง นิ่งอย่างเดียว ชาวโลกเขาไปติดในสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์ ลูกต้องไปติดสิ่งที่เป็นประโยชน์ อย่างยิ่งยวด (พระลูกชาย: ครับ ลูกจะติดให้ได้ยิ่งยวดยิ่งเลยครับ)

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๘๗

หลุดเข้าไปเป็นชั้น ๆ : พอใจหลุดจากเรื่องหยาบ ๆ ไปติดกับกาย มนุษย์ละเอียด หลุดจากกายมนุษย์ละเอียดก็ไปติดกับกายทิพย์ หลุดจากกายทิพย์ก็ไปติดกับกายพรหม หลุดจากกายพรหมก็ไปติดกับกายอรูปพรหม และก็หลุดออกเข้าไปเป็นชั้น ๆ จิตบริสุทธิ์ ใจใสสว่างหนักเข้าไปเรื่อย ๆ ชวนติดตาม ใจนี้จะเห็นจากหลังใน จากหลัง อย่างน้อยก็จะได้เห็นเรื่องราวที่ผ่าน ๆ มา เรื่องราวของตัวเรา ต้องรู้จักตัวของเราเอง จะได้ปรับปรุงแก้ไขตัวเอง ถ้าเราได้โลกวิทู จะได้ไปดูตัวของเรา ของเราจริง ๆ เป็นอดีต หรืออนัตตา ตัวตนที่แท้จริงของเรา จะได้ปรับปรุงตัวเราเอง ไม่ได้หรือไง ไม่อยากปรับปรุงตัวเองกันบ้างเลยหรือ เพราะหลวงพ่อบอกปรับปรุงตัวของตัวเอง ลูกไม่อยากปรับปรุงตัวของเราเองบ้างเลยหรือ? (อยากครับ/ค่ะ) สบายไปเรื่อย ๆ ถ้าหลวงพ่อบริสุทธิ์โอกาสอย่างลูก ๆ ย้อนกลับไปเมื่อ ๒๐ - ๓๐ ปีนะ ยังแข็งแรง ๆ อย่างนั้นนะ หลวงพ่อบอกอยู่ ณ จุดตรงนั้นนะ ได้โอกาสเหมือนอย่างลูก ๆ ไม่มีภารกิจการหยาบอะไร อยากจะอยู่แต่ที่นี่ ค้นเข้าไปเรื่อย ๆ แต่มาอยู่ในยุคที่ต้องก่อสร้าง

เกิดในธรรม ๓ ประการ : เราจะต้องไปถึงกายแท้ๆ ของเรา เราต้องผ่านเรื่องราวนับภพนับชาติไม่ถ้วน กว่าจะไปถึงตรงนั้นได้ เข้าไปเรื่อย ๆ สนุกนะ ดูสัตว์เรา ดูตัวของเรา ธรรมชาติเกิดในธรรม ๓ ประการ อันประกอบเป็นกาย กุสลา ฐัมมา อกุสลา ฐัมมา อัพยาkata ฐัมมา เราจะได้ไปเห็น ไปดูเรื่องราวที่ผ่านๆ มานับภพ นับชาติไม่ถ้วน เป็นเรื่องของตัวของเราละ แก่ไขตัวเราเอง ปรับปรุง ตัวเรามันดีนะ เป็น Superman Ultraman

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๘๘

จัดระบบของตัวเอง : หลวงพ่อชอบไม่คิดอย่างอื่น อย่างอื่นก็ให้คนอื่นเขาคิดไป เราต้องไปเห็นกายเดิมของเราตั้งแต่ปฐมชาติ และจะเห็นความหลากหลายของรูปกายของเราอย่างนี้เราไม่เกิดแรงจูงใจบ้างหรือ หลวงพ่อชอบอยากจะแก้ไขตัวเองให้เป็นแชมป์เลย ที่เราทำมาก็เพื่อการนี้ แก้ไขปรับปรุงตัวของเรา ต่างคนต่างก็แก้ไขตัวเรากันไป จัดระบบของตัวเอง ปล่อยเข้าไปในกลาง หลวงพ่อว่าดีกว่าปล่อยใจเลือนลอย ไม่เกิดประโยชน์อะไร เอาใจมาติดข้างใน ซึ่งดินะ นี่ถ้าหัวใจเราตรงกันก็ง่ายแล้ว จะได้พูดเหมือนกัน ทำเหมือนกัน

สอนตัวเอง : ตอนนี่เราเริ่มนำใจมาอยู่ในตำแหน่งเดียวกันแล้ว ตอนนี่เริ่มเอาใจมาอยู่ในตำแหน่งเดียวกัน เพราะเราเริ่มพอจะรู้แล้วว่า ภารกิจนี้ทำตามลำพังไม่ได้ ต้องไปเป็นทีม ต้องเห็นไปตามลำดับ ตามเห็นไปเรื่อย ๆ เห็นภาพและก็ดูภาพ และก็ดูตามภาพไป ตามดูภาพที่เห็นไปเรื่อย ๆ นี่ใจ ก็แค่นี้เอง อย่างนี้ลูกเคลียร์ไหม? (เคลียร์ครับ) เหมือนอย่างเราไปตามใครสักคน ก็ต้องตามดูไป หาไป ต้นไม้ข้างทางก็ไม่ได้ไปสนใจ ก็ตามไปจนเจอว่าอยู่ตรงไหน ข้างนอกอย่างไร ข้างในอย่างนั้น ตามดูภาพไป แต่ข้างในเห็นได้กว้างกว่า ไกลกว่า นี่เพื่อตัวเราเอง สอนตัวเอง จะคิดแบบนี้ได้เฉพาะผู้มีบารมีแก่ ๆ ธาตุธรรมแก่ ๆ จะคิดแบบนี้ บารมีอ่อนคิดอีกอย่าง บารมีปานกลางคิดอีกอย่าง คิดคนละอย่าง

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๘๙

ถึงเวลาต้องละเอียดย : หมดเวลาสำหรับความหยาบแล้วละ ถึงเวลาต้องละเอียดยกันแล้ว อย่าไปติดกับกะโหลกกะลาอะไร ยังแข็งแรงกันอยู่ ต้องชวนชวายนกัน รู้ไปถึงไหน ใจไปถึงนั้น

ใจเกลี้ยงความคิดจะเข้ามาไม่ได้ : นิ่งๆ นุ่มๆ เบาๆ สบายๆ ใจเกลี้ยง จิตบริสุทธิ์ ไม่ติดอะไรเลย ตามคุณภายในกายไปเรื่อยๆ อย่างสบายๆ อย่าไปกังวล อย่าไปตั้งใจมาก เอาใจใส่ ชวนชวายนถึงแม้มีบารมีแก่ๆ ก็อย่าประมาทในการฝึกฝนตัวของเรา ฝึกไปเรื่อยๆ นิ่งในนิ่ง ใจเกลี้ยงความคิดจะเข้ามาไม่ได้ แทรกไม่ได้ นิ่งแน่น มีแต่กลางอย่างเดียว ชีวิตคือการเข้าถึง นิ่งในนิ่งเข้าไปเรื่อยๆ ไปถึงจุดที่ละเอียดย

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๕๐

เส้นทางสายกลาง ผิดจากนี้ไปไม่ใช่ : พระเดชพระคุณหลวงปู่ เป็นบุคคลที่เราควรเคารพบูชากราบไหว้ ท่านหยุดนิ่งอย่างเดียว ท่านสรุปว่า “หยุดเป็นตัวสำเร็จ” หยุดอย่างเดียว ผิดจากนี้ไม่ใช่ ท่านสรุปมาแล้ว เพราะฉะนั้น ลูกอย่าไปติดกับกะโหลกกะลา อะไรที่ไม่เป็นสาระอะไรเลย ให้ใจหลุดล่อนเข้าไปข้างใน เข้าไปในเส้นทางสายกลาง ผิดจากนี้ไปไม่ใช่ เข้าไปติดข้างใน ทำซ้ำๆ เข้าไปจนกระทั่งเป็นจริตอัธยาศัย ความชำนาญ ความคุ้นเคย นิ่งเข้าไป ล่อนเข้าไปเรื่อย ๆ สุขเพิ่มขึ้น บริสุทธิ์เพิ่มขึ้น ล่อนหลุดจากภายนอกเข้าไปข้างใน เจอของจริง ของจริง ๆ ที่มี ลูกมองตาม หรือเปล่า

กายเบาเท่ากับใจ : (พระลูกชาย: ตอนนี้อยาบลงตัว ละเอียดยกก็ปรับได้ดีขึ้นครับ นิ่งขึ้น นุ่มขึ้น นิ่งแน่นมากขึ้น) ดูเหมือนไม่ได้ดูเดียวกันนิ่งเข้าไปเรื่อย ๆ ฝึกซ้ำ ๆ เส้นทางมีอยู่สายเดียว ถ้าไปไม่ถูกก็ให้มันรู้ไป เหลือแต่หนึ่งอย่างเดียว เราจับหลักได้แล้วว่า หยุดเป็นตัวสำเร็จ ที่พระเดชพระคุณหลวงปู่ท่านสรุปเอาไว้ เรากำลังฝึกตรงนี้ เอาให้ได้ เราก็ฝึกให้กายเบาเท่ากับใจ ให้หลุดเข้าไปเลย ให้รู้แจ้ง เห็นแจ้งแทงตลอด จะได้ง่าย มีความสำคัญมากเลย

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๔๑

วัตถุประสงค์ คือ ทำให้นิ่งแน่น : (พระลูกชาย: ตอนนี้อยู่ฝึกทำซ้ำๆ ใจนิ่งแน่น ปล่อยเข้าไปข้างในผ่านดวงผ่านกายไปถึงจุดที่ละเอียดสุด แล้วย้อนกลับมาทำซ้ำๆ ทำอย่างง่าย ๆ ครับ) ถ้าตรงนี้ได้ทั้งกายแล้ว วัตถุประสงค์ คือ ทำให้นิ่งแน่น จะนิ่งแน่นต้องทั้งทุกอย่าง วางทุกอย่าง นิ่งอย่างเดียว

ดูไปเรื่อย ๆ โดยไม่ได้คิดอะไร : (พระลูกชาย: ลูกก็นิ่งได้ดีขึ้นมากเลยครับ ลูกทำตามโอวาทที่พระเดชพระคุณหลวงพ่อกำหนดไว้ ทำอย่างสบายๆ ดูภาพไปเรื่อย ๆ เหมือนดูหนัง ดูดวงในดวงพระในพระ ดวงลับพระ ทำได้ง่าย สังเกตได้ว่าปล่อยเข้าไปข้างในจะมีความชัด ความใส ความสว่าง มาพร้อมกับความสะอาด ความบริสุทธิ์ที่เพิ่มขึ้นไปเรื่อย ๆ ครับ) ทำเหมือนดูหนัง ดูไปจนจบเรื่อง ดูไปเรื่อย ๆ ดูเพลิน ๆ ดูไปเรื่อย ๆ โดยไม่ได้คิดอะไร เหมือนเราเข้าไปในโรงหนัง ดู ไม่ได้คิดอะไร แต่ก็ซาบซึ้งไปเรื่อย ๆ ดูไปถึงจุดจบ โอ้ ! ถ้าทำได้อย่างนี้ทุกองค์ สบาย ดูที่มีให้ดูภายใน ดูให้มันครบ ดูให้ชัดเจน ให้แจ่มแจ้ง ทำซ้ำๆ ถ้าไปถึงจุดที่เราละเอียด เดี่ยวความละเอียดเรานิ่งแน่นมั่นคง จะเห็นและเข้าใจ เรากำลังฝึกตรงนี้อยู่ เหลือแต่หยุดนิ่งอย่างเดียว ไม่มีอะไรจะง่ายไปกว่านี้อีกแล้ว

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๙๒

ต้องเรียนด้วยภาพ : ถ้าเรายังไม่ชัดก็ยังไม่ได้ เพราะต้องเรียนด้วยภาพ และต้องศึกษาเรียนรู้ในระดับที่โลกและสวรรค์ไม่ห่างกัน คนจากไปเหมือนไปต่างจังหวัด ไปเยี่ยมได้ ส่ง SMS ได้ ติดต่อกันได้เลย คือ ไม่มีความรู้สึกว่าพลัดพรากจากกันเลย จะได้หลีกเลี่ยงความทุกข์ใจจากการพลัดพรากไป ไม่ยากหรือกลัว ไม่ยากหรือกลัว ถ้าสู้ก็ไม่ยาก แต่ก็ดีขึ้นเรื่อยๆ เอาให้ค่อยๆ วนเวลาที่ผ่านไปเราไม่สูญเสียเปล่า สำคัญถูกต้องต้องปรับหยาบให้ละเอียด สอดคล้องกัน เพราะงานหยาบรุดหน้าไปไกลแล้ว ไปต่างประเทศของเรานำเข้าไปสู่ภายใน ส่วนงานหยาบไปสู่ภายนอก เพราะจะดึงเข้าไปสู่ภายใน

พูดแต่สิ่งดี ๆ : เราจะพูดแต่สิ่งดี ๆ เพราะว่าเรามีเวลาจำกัดในการอยู่บนโลกนี้ จะไม่ยอมให้ความคิดไม่ดีมาอยู่ในใจเรา จะไม่ยอมพูดสิ่งที่ไม่ดี เวลาบนโลกประเดี๋ยวประด๋าว เดี่ยวก็หมดเวลาแล้ว พอพูดแต่สิ่งที่ดี ๆ ก็จะเป็นกระแสที่ดี ๆ ออกไป

สองประสานงานสำเร็จ : ถ้าตัวลูกเข้าถึงได้ ติดดวง ติดกาย ติดฌาน มันก็จะง่าย งานที่ขยายออกไปต่างประเทศก็จะง่ายด้วย ถ้าเราละเอียด โลกและสวรรค์ก็จะไม่ห่างกัน ที่นี้มันต้องเห็นนะ เราถึงจะทำได้ แล้วให้สำเร็จทั้งข้างนอกและข้างใน สองประสานงานสำเร็จ เพราะฉะนั้น อย่าเพิ่งตายซะก่อน ห้ามเจ็บ ห้ามป่วย ห้ามไข้ ห้ามตายให้แข็งแรง อายุยืน มีธรรมชาติอย่างสวยงามจะสนุกกันใหญ่

คุณครูไม่ใหญ่



สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๔๓

ข้ามฉลามแห่งความฟุ้ง : ก็นั่งกันได้ดีนี่ ข้ามฉลามแห่งความฟุ้งไปได้ (พระลูกชาย: ครับ ข้ามได้อย่างง่าย ๆ ครับ) ข้ามฉลามแห่งความฟุ้ง (พระลูกชาย: พอจับจุดได้ปั๊บก็ง่ายเลยครับ แค่วางใจนิ่ง ๆ ตรงกลาง เข้าไปข้างในได้อย่างง่าย ๆ เลยครับ) จับจุดได้ก็พบจุดจบดีมากเลย ซ้ำอีก ซ้ำอีก จับจุดได้สุดยอเลย ก็เป็นไปตามขั้นตอนนี้แหละ นิ่งแน่น นุ่มนวล อย่างง่าย ๆ เส้นทางนี้ต้องง่าย คล่องกัน ดีขึ้นเยอะเลยนี่ คล่องขึ้น

ยิ่งสุขยิ่งบริสุทธิ์ : ทั้งทุกอย่าง วางทุกสิ่ง นิ่งอย่างเดียว นิ่งในนิ่งเข้าไปเรื่อย ๆ จนกระทั่งนิ่งแน่น นุ่มนวล ก็จะช่วย พอละเอียดเดี่ยวจะไปเองไม่ไป...ไม่ได้ไปเองเลย เพราะความละเอียดเรามาก พอเข้าสู่ภายใน เข้าไปเรื่อย ๆ ยิ่งเราดูเฉย ๆ สบาย ๆ ไปเองเลย ไม่ไป...ไม่ได้ไปเองอย่างต่อเนื่อง ต่อเนื่องเข้าไปเรื่อย ๆ ชัดในชัดใสสว่างเพิ่มขึ้น ความสุข ความบริสุทธิ์เพิ่มขึ้น ยิ่งสุขยิ่งบริสุทธิ์ ใจยิ่งเกลี้ยงเกลา ไม่ติดอะไรเลย คน สัตว์ สิ่งของ ปล่อยทุกอย่าง วางทุกสิ่ง มุ่งเข้าไปสู่ภายใน ทั้งเข้าไปสู่ภายใน

ขยายความละเอียด ขยายความบริสุทธิ์ : พอนิ่งดีแล้วก็ผ่านเข้าไปในกลางกายพระเดชพระคุณหลวงปู่ มีความละเอียด มีความชัด ความใส สะอาดบริสุทธิ์มาก มีความใสสว่างบริสุทธิ์เพิ่มขึ้นไปเรื่อย ๆ นิ่งแน่น เข้ากลางได้เรื่อย ๆ ขยายความละเอียด ขยายความบริสุทธิ์ สบาย ๆ นิ่งในนิ่ง ยิ่งหยุดยิ่งนิ่งยิ่งดิ่งไม่ยั้ง

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๙๔

พยายามฝึกให้ได้ทุกอิริยาบถ : พระพุทธเจ้าเข้านิโรธสมาบัติ เพราะท่านไม่มีอะไรเหนียวรั้งข้องเกี่ยวเลย จะนิ่งแน่นเข้าไปสวย วิมุตติสุขในนิโรธสมาบัติได้ ให้ลูกฝึกทำซ้ำๆ ให้คล่องให้ชำนาญ และพยายามฝึกให้ได้ทุกอิริยาบถ ทั้งนั่ง นอน ยืน เดิน ทำอย่างสบายๆ เราทำได้แค่ไหนเอาแค่นั้นไปก่อน พอชำนาญเจนจบตรงนั้น เดี๋ยวก็จะหลุดพ้นผ่านเข้าไปสู่ข้างใน จะเป็นอย่างนี้เอง และจะนิ่งแน่น ชัดมากขึ้นไปเรื่อย ๆ ทำซ้ำๆ

กายกับใจเป็นหนึ่งเดียว : (พระลูกชาย: กระทบก็ทำได้ง่ายและคล่องขึ้นมากครับ พอกระทบวางใจเบาๆ สบายๆ ดวงก็ขึ้นมา ดูสักพักก็มีองค์พระขึ้นมาเป็นสาย แล้วก็มีแรงดึงดูดให้เข้าไปที่ละองค์ครับ) ลูกต้องขวนขวาย ถ้ารักที่จะศึกษาวิชาธรรมกายจริง ๆ (พระลูกชาย: ผมก็ฝึกทำพื้นฐาน ผ่านดวง ผ่านกาย ผ่านใจ ได้ความสุข ความบริสุทธิ์ที่เพิ่มมากขึ้น ก็ทำได้ง่ายครับ) ต้องฝึกตรงนี้ซ้ำๆ จนกว่าจะยิ่งกว่าทุกสิ่ง ชัดยิ่งกว่าลืมตาเห็น แปลว่า เรานิ่งแน่นมาก ๆ นิ่ง ๆ ๆ ติดเข้าไปเลย กายกับใจเป็นหนึ่งเดียว แปลว่า เรานิ่งแน่นพอ นิ่งแน่น นุ่มนวล ติดเข้าไปเรื่อย ๆ ก็จะได้ ใจติดทุกดวงทุกกาย ติดก็จะชัดใสสว่าง

นิ่งเป็นหนึ่งเดียวกัน : (พระลูกชาย: ลูกก็แปะติดองค์พระตลอด
เวลาครับ) นิ่งแน่น นุ่มนวล ใจต้องไม่ติดอะไรเลย ติดแต่ดวง
ติดกาย ใจจะไม่ไปไหน ไม่ไปนอกเรื่อง ติดตรงกลาง ติดกาย
นิ่งเป็นหนึ่งเดียวกันเลย ทุกวันนี้ใจเราไม่มีคุณภาพ เพราะไม่อยู่
กับกาย ไม่อยู่กับเนื้อกับตัว อยู่นอกตัว เพราะใจไปติดเรื่องหยาบๆ
ไปติดหยาบ คือ ใจเสื่อมคุณภาพ เสื่อมคุณค่าไป

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๔๕

ใจถึงไหนกายไปถึงนั้น : ถ้าเราฝึกให้กายและใจเป็นหนึ่งเดียวกัน ใจอยู่กับเนื้อกับตัวจนสมบูรณ์เหาะได้นี้ แสดงว่าใจมีคุณภาพระดับหนึ่ง ใจถึงไหนกายไปถึงนั้น แต่ตอนนี้พวกเราใจไปทาง กายไปทาง ใจไปโน่น แต่กายอยู่ที่นี่ เราต้องฝึกให้ใจเป็นหนึ่งเดียวกันจริงๆ

ใจอยู่กับตัวจะมีความสุข : ที่ผ่านมายุ่งยังไม่นิ่งแน่น นิ่งได้เป็นช่วงๆ สังเกตดูตัวเราสิ ถ้าใจอยู่กับตัวเราจะมีความสุข ถ้าไม่อยู่กับตัวก็มีความสุขทุกข์ ใจเราอยู่ได้ ๒๐% บ้าง ๓๐% บ้าง ๕๐% บ้าง ไปติดกับคนสัตว์สิ่งของบ้าง ทำให้มีความสุข จินใจไม่มีคุณภาพ เดี่ยวก็ถูกจองได้ คุณยายอุปมาเหมือนที่ร้อยจมูก จมูกคาราบาว เพราะท่านคุ้นกับทองนา ภาษาท่านดี เห็นภาพดี เพราะมันตัวโต มนุษย์จะถูกจองอย่างนี้ จูงให้ออกนอกตัว

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๙๖

ภาพยนตร์ส่วนตัว : (พระลูกชาย: พอหลับตาปุ๊บก็เหมือนเดินเข้าโรงภาพยนตร์ ดูเหมือนดูหนัง ดูโดยไม่ได้คิดอะไร ดูดวงดูกายที่หลุดขึ้นมา สามารถเข้าไปเป็นตรงนั้นได้ครับ) ก็ดูต่อไปสิ ดูภาพยนตร์ส่วนตัวของเรา ดูไปเรื่อย ๆ ดูต่อไป ดูดวงดูกายก็ดูเข้าไป ดูให้ชัด ๆ ทุกกายก่อน ดูให้ชัด ๆ ถึงเวลาจะได้ไปดูว่าก่อนที่จะมาเป็นตัวเรา เราเป็นอะไรมาก่อน Before ก่อน After เรามาจากไหน เดี่ยวเราจะได้ไปดู อย่างนี้นะ Before - After สวเข้าไปเรื่อย ๆ อย่างนี้ถึงเรียกว่า ภาพยนตร์ส่วนตัว

ฝึกไปในช่วงที่เรายังแข็งแรง : ถ้าให้เลือกได้นี้ะ สำหรับผู้ที่หมดโอกาสมักจะพูดแบบนี้ ถ้าหลวงพ่อยังแข็งแรงอย่างนี้นะ ถาวรวัตถุพร้อมอย่างนี้นะ อะไรก็ไม่เอา เอาอะไรมาแลกก็ไม่ยอม แต่ที่นี้ลูกได้โอกาส ลูกมีบุญมาก ฝึกซ้ำ ๆ ฝึกไปในช่วงที่เรายังแข็งแรง ต้องลุยกันสะบัดหันแหลกไปเลย

เราต้องรู้จักตัวเรา : มีเรื่องที่น่าศึกษาเรียนรู้เยอะแยะ เราดูผ่านตั้งแต่กายอภิลักษณ์...ตัวของเรา ดูไปจนถึงกายเดิมแท้ สวเข้าไปดู แต่ต้องมีความพร้อมก่อน ซึ่งตอนนี้เรากำลังฝึกอยู่

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๕๗

หลวงพ่อบอก ๕ ปีที่อยู่กับคุณยาย : (พระลูกชาย: ของลูกก็แปะติดดวงสว่างที่คั่น แปะได้นานขึ้นอย่างง่าย ๆ พอมาในรอกก็ปล่อยทิ้งทุกอย่าง ไม่เอาอะไรเลยครับ ฝึกทำซ้ำ ๆ ให้แจ่มแจ้ง ให้หายสงสัย เพื่อให้ไปถึงจุดที่สมบูรณ์ที่สุดครับ) ฝึกซ้ำ ๆ (พระลูกชาย: ทำแล้วก็ดูมิเตอร์วัดไปด้วยครับ ทำแล้วมีความสุข ความชัดเท่าลืมตาเห็นครับ) ถ้านิ่งก็ได้ทั้งหมด ใจนิ่งก็ได้ทั้งหมด ถ้านิ่งก็เป็นอย่างนี้ ถ้าไม่นิ่งก็ไม่ใช่อย่างนี้ คือ ใจต้องไม่เอาอะไรเลย ตอนเรียนธรรมะกับคุณยาย หลวงพ่อมืออยู่อย่างเดียว คือ อยากจะไปรู้ว่าพระเดชพระคุณหลวงปู่ท่านรู้เห็นอย่างไร โดยผ่านจากคุณยายของเรา อยากรู้ว่ามันเป็นอย่างไร อยากทำอย่างนั้น และอยากเป็นอย่างนั้น มืออยู่อย่างเดียว เหมือนคุณยายของเรา...มืออยู่นิ่งเดียว คือ อยากตามหาพ่อ พอไปหาได้แล้ว ก็อยากศึกษาวิชาธรรมกายจากหลวงปู่ พระเดชพระคุณหลวงปู่ของเราก็มืออยู่อย่างเดียว คือ อยากจะรู้ว่าพระสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านตรัสรู้อย่างไร ถ้าไม่รู้เห็นตาม ไม่ได้ตายเถอะ นั่นเป็นจุดเริ่มต้นการตรัสรู้ธรรมของท่าน คือ ท่านไม่เอาอะไรเลย แม้กระทั่งชีวิต พอตรัสรู้อย่างนี้แล้ว พอรู้แบบนี้แล้ว บารมีเก่าได้ช่อก็ส่งต่อมาอีก ไปกันใหญ่เลย ก็แค่นี้

หลวงพ่อก็ก็นั่นแหละ สออบตกรู้ไหม มีกินไม่มีกิน อนาคตไม่ได้สนใจเลย ใครจะกระแทกกระแทก กระแนะกระแหน ทั้งหมดเลยเฉย ๆ นะ คือ ไม่ได้สนใจอะไร จนกระทั่งอายุ ๒๐ ปี คุณยายให้

นำบูชาข้าวพระ ก็ไม่ได้รู้สึกปลื้มหรือภาคภูมิใจอะไร ก็รู้สึกเฉยๆ
ให้ทำอะไรก็ทำ พอทำเสร็จก็กลับมานั่ง แต่ใจมันมุง มุงอยากจะรู้
เข้าไปข้างใน ก็แค่นี้

เพราะฉะนั้น ชีวิตที่ผ่านมาหลวงพ่อบชอบ ๕ ปีช่วงนั้นมาก
เพราะ

๑. ยังแข็งแรง

๒. ไม่มีกังวล

๓. ได้ศึกษาธรรมะของพระเดชพระคุณหลวงปู่

จนเพื่อนๆ ถามว่า โกรธเป็นไหม คือ ก่อนจะตั้งคำถามต้อง
ตั้งข้อสังเกตมาก่อน คงเห็นว่าหลวงพ่อก็มีอารมณ์ดี ก็ไม่ได้หมด
กิเลสอะไรหรอก แต่จิตปลอดโปร่ง คือ **ไม่มีอารมณ์อย่างอื่น**
มีแต่คุณยาย มีแต่พระเดชพระคุณหลวงปู่ มีแต่ธรรมะ อย่างอื่น
ทั้งหมด อยากจะนั่งกับยาย อยากจะอยู่กับยาย ก็ทำแค่นี้เอง
นี่เราอยู่กันตั้งเยอะ คุณยายก็ไม่ได้บอกอะไร บอกแค่ “ให้คุณนัง
ไป...คุณนังไป” ก็ไม่เห็นท่านบอกอะไรอย่างอื่นนอกจาก “ให้คุณ
นังไป...คุณนังไป” มีบางครั้งคุณยายก็เล่าเรื่องละเอียดให้ฟัง ก็แค่นี้เอง

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๔๘

อยู่กันอย่างมีความสุข : ลูกมีบุญนะ ลูกมีบุญมากนะที่ได้มาศึกษาวิชานี้ในสภาพที่พร้อม มีเครื่องปรับอากาศ มีพร้อมหมดนี้บรรยากาศของลูกคืออย่างนี้ เมื่อก่อนหลวงพ่อก็ไม่มี มีแต่ที่แคบ ๆ ห้องหลังเล็ก ๆ กับคุณยายเท่านั้นเอง อยู่กันอย่างมีความสุข ลูกปลอดภัยพลอดกังวล ยังแข็งแรง แถมไม่ต้องกังวลเรื่องเรียนมหาวิทยาลัย คือ หมดกังวลเรื่องการศึกษาทางโลกแล้ว สบาย

อย่าไปสนเรื่องอื่น : หลวงพ่อก็รอคอยความนิ่งแน่นอยู่นี่ไง เรายังนั่งหลวม ๆ อยู่ รอวันที่ใจมันคงได้แล้ว ใจก็จะตั้งมั่น นิ่งแน่นพอได้อย่างนี้ก็ง่ายแล้ว เราก็ฝึกไปสิ อย่าไปสนเรื่องอื่น หลวงพ่อพูดแค่นี้ลูกคงเข้าใจนะ อย่าไปสนใจอย่างอื่นสิ มีที่สนอยู่ในใจเหมือนเข็มที่มีด้านทุกกับด้านแหลม มีที่สนอยู่ด้านเดียว สนให้ถูกที่ ให้นิ่งแน่นเข้าไปเลย อย่างนี้นะ ลูกก็ฝึกให้นิ่งแน่นเข้าไปอีก ไม่ยาก...ไม่ยาก...ต้องนิ่งแน่น ฝึกซ้ำ ๆ ๆ ถ้านิ่งจริง ๆ จะมีความสุข ถ้ามีความสุขมันจะอยากนิ่งเข้าไปอีก ถ้ายังไม่อยากต่อ แสดงว่าไม่มีความสุข ก็เพราะยังไม่นิ่ง ก็ฝึกต่อไป

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๒๔๔

เราได้ในสิ่งที่ใครๆ ในโลกยากจะได้ : (พระลูกชาย: ของลูกชอบที่หลวงพ่ให้ออกติดเอาไว้ ตอนนี้เข้าใจมากเลยครับ แปะติดบางทีก็จะปลิว ถ้าออกติดก็จะอยู่ องค์พระชัด เป็นไปเอง แล้วถ้านิ่งมากขึ้น ภาพที่เห็นก็จะนุ่มนวล) ทำไมไม่รักษาเอาไว้ล่ะ (พระลูกชาย: ก็พยายามฝึกอยู่ครับหลวงพ่อ) โอ้โฮ คนมีบุญถึงจะได้เห็นอย่างนี้ ลุกกันสะบัดหันแหลก ไม่เอาอะไรเลย นิ่งอย่างเดียว อย่าให้หลุดเลย รักษาเอาไว้ เราได้ในสิ่งที่ใครๆ ในโลกยากจะได้ จะต้องรักษาเอาไว้ (พระลูกชาย: ลูกก็นั่งได้ดีขึ้นมาก พอสัมผัสใจไปตรงกลาง ใจก็จะหยุดนิ่งอย่างมีความสุข อารมณ์ก็ต่อเนื่อง นอกรอบมีอารมณ์เหมือนอยู่ในรอบครับ ปล่อยเข้ากลางไปอย่างง่าย ๆ บางทีก็มีประสบการณ์ใหม่ๆ เกิดขึ้นมา พอหยุดนิ่งตรงกลาง ก็จะลงไปเองเลยครับ องค์พระครับ) ฝึกตรงนี้ ให้ไฉยยิ่งกว่า ถ้ามั่นน้อยกว่า ลืมนตาเห็น มันยังสว่างไม่เต็มที่

ปล่อยหลุดปล่อยพัน : ทำใจเกลี้ยงๆ นะลูกนะ ทำใจใสๆ ไม่ติดอะไรเลย ฝึกหยุดฝึกนิ่ง ตอนนั้นก็ฝึกดีขึ้นมาเรื่อยๆ ใจเริ่มตั้งมั่น เหลือแค่เราทำซ้ำๆ เหมือนกับดอกซ้ำๆ ให้มันมั่นคง ให้เริ่มในจุดที่ง่ายไปก่อน ทำอย่างสบายๆ นิ่งๆ นุ่มๆ เบาๆ สบายๆ นิ่งๆ นุ่มๆ นิ่งในนิ่งเข้าไปเรื่อยๆ สบายๆ ปล่อยหลุดปล่อยพัน ไม่ให้มีอะไรเหนียวรั้ง ชัดใสสว่าง มีดวง มีองค์พระ ดูไปเรื่อยๆ ใจก็จะนิ่งแน่นขึ้น

อย่าไปสนใจ : (พระลูกชาย: ของลูกก็หลับตา เมื่อรอบเข้ามิดนี้ครับ มี ๒ อารมณ์ คือ ถูกดูดลงไปข้างล่าง และดึงขึ้นไปข้างบนครับ ตกใจเหมือนกันครับ) ตกใจทำไมล่ะ (พระลูกชาย: มันเสียวๆ ครับ พอทำไปเรื่อย ๆ ขากี้ชา ผมงก็เลยหลุดออกมา) ทำเฉยๆ ประสบการณ์แบบนี้ไม่ได้ง่าย ๆ ดื้อออก (พระลูกชาย: พอทำไปสังเกตเห็นความละเอียดของการควบแน่นเข้าไปเรื่อย ๆ ครับ พอขำขำเลยถอนออกมา) แปลว่ามันหลุดออกมา มันหลุด ถ้าไม่หลุดจะไม่ชา จะนิ่งแน่นเข้าไปอีก อย่าไปสนใจ กำลังจะดี กำลังจะดีมาก ๆ เลย

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๐๐

หยุดในหยุด นิ่งในนิ่ง : นั่งกันดีขึ้นมาใหม่ (พระลูกชาย: ของลูกก็ ประคองใจไว้ที่ศูนย์กลางกายตลอดเวลา พอ นั่งก็ทิ้งทุกอย่าง วาง ทุกสิ่ง นิ่งอย่างเดียว ปล่อยหลุดปล่อยพัน ใจจะรวมนิ่ง และก็ความ ชัด ความสว่างเข้ามาเอง ทำได้ง่าย ๆ มีความคล่องเป็นไปเองเลย ครับ) รวมใจหยุดนิ่ง นิ่ง ๆ นุ่ม ๆ ในกลางของกลางอย่างสบาย ๆ หยุดในหยุด นิ่งในนิ่ง เบาสบาย เพราะตอนนี้เราหลับตาไม่มีดี แล้ว เราเห็นดวงได้ง่ายขึ้นแล้ว ก็ทำซ้ำ ๆ ๆ พอเราหยุดนิ่งได้ก็แว๊บ ไปเลย ผ่านไปเลย ถ้าใครผ่านได้ก็ผ่านไปเลย พอผ่านไปเร็วก็ไป อย่างสบาย ๆ ไสสว่าง บริสุทธิ์ บริสุทธิ์ในบริสุทธิ์ อย่างสบาย ๆ

เห็นโทษเห็นภัย : ฝึกให้ใจเราบริสุทธิ์หลุดจากเครื่องกั้นจิต นิเวศน์ ๕ ใจจะหยุดนิ่ง จะหยุดนิ่งได้ต้องทิ้งทุกอย่าง วางทุกสิ่ง จะทิ้ง ทุกอย่าง วางทุกสิ่งได้ ต้องเห็นภัยในวัฏสงสาร เห็นโทษเห็น ภัยใจจะไม่ติดอะไรเลย เกลี้ยง ๆ ยิ่งเห็นดีเห็นงาม ใจก็เข้าไป ติด แต่ของเราแทนที่จะเห็นดีเห็นงาม กลับมาเห็นโทษเห็นภัย เห็นคู่กัน ให้รอบด้าน ทั้งหมดนี้เห็นให้รอบ ตั้งแต่การเห็นใน มโนภาพด้วยสติปัญญา ภาพในมโนภาพให้ชัดเจน พิจารณา ไตร่ตรอง ถ้าฝึกให้หลุดพ้นเข้าไปกว่านี้จะเห็นแจ้ง เห็นเป็น ภาพ เห็นดวง เห็นกาย เป็นชั้น ๆ ๆ เข้าไป จะเห็นองค์ประกอบ ของกายและใจเป็นขั้น ๕

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๐๑

มั่วๆ ไป ไม่ใช่การศึกษาวิชาธรรมกาย : ทั้งหมดนี้เกิดจาก
หยุดกับนิ่ง ผีก็หยุดผีก็นิ่ง ทั้งทุกอย่าง วางทุกสิ่ง นิ่งอย่างเดียว
ถ้าตรงนี้ไม่ผ่าน ไปต่อไม่ได้ ก็จะมีมั่วๆ ไป ซึ่งไม่ใช่การศึกษาวิชา
ธรรมกาย ตรงนี้ลูกต้องคล่องๆ ก่อน ลูกต้องเอาใจใส่กัน ถ้าตรง
นี้คล่อง ก็จะง่ายขึ้นไปเรื่อย ๆ

ใจต้องอยู่ในตำแหน่งเดียวกัน : ทั้งหมดอยู่กับหยุดกับนิ่ง ให้มัน
มันคงนิ่งแน่น ถ้านิ่งแน่นจะนุ่มนวล มีความพร้อม น้อมไป
ตรงไหนก็ได้ ใจต้องอยู่ในตำแหน่งเดียวกัน นิ่งแน่นมาก ๆ บริสุทธิ์
มาก ๆ ถ้านิ่งหลวม ๆ มันสวมนุ่มไม่ติด เดี่ยวติดเดี๋ยวหลุดออกมา และ
ก็เข้าไปข้างในเรื่อย ๆ เราจะได้ทำงานที่แท้จริงของเราได้

คุณครูไมใหญ่



สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๐๒

มีกายประดุจยาน : (พระลูกชาย: ของลูกก็ฝึกหยุดฝึกนิ่ง จะรู้สึก ว่าผ่านความละเอียดเข้าไป ชยับไปได้เร็วกว่าเดิมมาก ภาพจะชัด ใส สว่าง และเข้าไปได้เรื่อยๆ ครับหลวงพ่อ) เห็นได้ตลอดไหม? (พระลูกชาย: ได้ตลอดครับ เข้ากลางจุดเล็กใส รู้สึกนุ่มนวลเบา สบายขึ้นมาเองอย่างง่าย ๆ เลยครับ) ถ้าเห็นได้ตลอด อะไรก็ง่าย เห็นได้ตลอดเพราะใจเรานิ่ง ก็เหลือแต่ให้มันนิ่งแน่น มีสิ่งที่น่า ศึกษาเรียนรู้อีกเยอะแยะเลย ที่นี้มันต้องเห็นนะ มันต้องเห็น ไม่เห็นไม่ได้ มันต้องเห็น มันต้องนิ่งแน่น พอหลุดพลั้งะ ! ลงไปเลย ต้องทำกายประดุจยาน ถ้าใจเราละเอียดเป็นหนึ่งในเดียวกับกาย ศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ ของทุก ๆ กายมารวมกัน มีกายประดุจ ยานแล้ว...ไปไหนก็ได้

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๐๓

กายเป็นทางผ่านเหมือนท่อน้ำ : (พระลูกชาย: ตอนนี่ก็ดีขึ้นเยอะแล้วครับ หลวงพ่อ เน้นแน่นมากขึ้น ใจนิ่งแน่น สว่าง บริสุทธิ์เพิ่มมากขึ้นเรื่อย ๆ ครับ) ทำอย่างนี้ซ้ำ ๆ จนกระทั่งใจพร้อม ถ้าพร้อมอะไรก็ง่าย ถ้าพร้อมตรงตามสูตร ตามมิตเตอร์ มีความสุข มีความบริสุทธิ์ อะไรก็ได้ ฝึกไปเรื่อย ๆ มันต้องสุขนะ ไม่งั้นมันไปไม่ได้อะไรมันจะรู้ความนิ่งได้ ก่อนนี่จะมีความสุขสบาย สบาย ๆ แต่มันยังไม่สุข ถ้าสุข สบาย มันก็ได้ ตอนแรกยังไม่เคยคิดแค่นั้นเอง จิตปลอดโปร่ง ถ้านิ่งแล้วจะมีความสุข นิ่ง ๆ สบาย ๆ สุข บริสุทธิ์ ถ้าใจบริสุทธิ์ปราศจากมลทิน จิตมันก็หลุด และถ้าเราบริสุทธิ์จะมีความรู้สึกว่ใจจะเกลี้ยง ต้องให้ถึงระดับที่กายเป็นทางผ่านเหมือนท่อน้ำอย่างนี้ ซึ่งหลวงพ่อรอคอยวันนี้อยู่

ไปถึงจุดที่เร็วแรงเอง : (พระลูกชาย: ของลูกก็ทำนอง ๆ ละเอียดขึ้นมากครับ ผ่านดวงสว่างที่คุ้นเข้าไป จะเห็นพระในพระครับ) เห็นชัดทุกชั้นตอนไหม? (พระลูกชาย: ชัดทุกชั้นตอนครับ ความชัดมาพร้อมความสุขครับ) ต้องให้ได้ตลอด ต้องนิ่งในนิ่งเข้าไปอีก (พระลูกชาย: ของลูกเอาใจจ่อ อยากจะป้รูว่าพระเดชพระคุณหลวงปู่ คุณยายท่านรู้อะไร เราก็อยากจะรู้บ้างครับ พอหลับตาเข้าสู่โลกภายใน มีความสุขครับ) ลูกฝึกตรงนี้ซ้ำ ๆ เดี่ยวจะละเอียดไปเรื่อย ๆ หยุดในหยุดเข้าไปเรื่อย ๆ เดี่ยวฝึกตรงนี้ให้คล่อง ๆ เพราะถ้าคล่องแล้ว ซ้ำ ๆ ดอกย้าซ้ำเดิมไปเรื่อย ๆ จนกระทั่งไปถึงจุดที่เร็วแรงเอง ทั้งเร็วแรง ทั้งเร็วทั้งแรง ก้าวกระโดดไปเลย

คุณครูไม่ใหญ่



สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๐๔

หยุดนิ่งอย่างสบาย : รวมใจผ่านอย่างสบายๆ พอเราปล่อยทิ้งทุกอย่าง วางทุกสิ่ง คล่องแล้ว หยุดนิ่งอย่างเดียว ต้องสว่าง อย่างสบายๆ ชัดในชัด ไสในใส สว่างๆ ง่ายๆ ตลอดเส้นทางสายกลาง

นิ่งในจุดสตาร์ท : (พระลูกชาย: ปล่อยไปได้เรื่อยๆ ครับ ไหลผ่านเร็วแรงเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ หลุดไปเป็นชั้นๆ หลุดล่อนเป็นไปเอง เข้าไปในมิติที่หลุดไปเป็นชั้นๆ มีองค์พระมากขึ้นไปเรื่อยๆ มีความสุข ความบริสุทธิ์มากขึ้นไปเรื่อยๆ ครับ) ทำให้ได้ตลอดดี ต้องทำให้ได้ตลอด นิ่งในจุดสตาร์ทและก็นิ่งต่อไป

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๐๕

หยุดแรก : (พระลูกชาย: ลูกฝึกแปะจุดเล็กใสให้มันคงครับ และก็ปล่อยเข้ากลางใจนี่ นี่เหมือนกันครับ จะนิ่งแน่นเข้าไปเรื่อย ๆ ครับ ความสุข ความบริสุทธิ์ก็เพิ่มขึ้น มาพร้อมกับความขัด ความใส ความสว่างครับ ทำได้อย่างง่าย ๆ ครับ) มันยากตรงไหน ตอนเริ่มต้นมันยากตรงไหนนะ? (พระลูกชาย: หยุดแรกครับ) หยุดแรกนะ (พระลูกชาย: หยุดแรกได้ หยุดต่อไปก็ง่ายครับ) หยุดแรกยากเพราะอะไร? (พระลูกชาย: เพราะเราหยุดยังไม่เป็นครับ ไม่เคยผ่านประสบการณ์การหยุดที่แท้จริง) หรือขี้เกียจหยุด (พระลูกชาย: พอหยุดแรกได้จะจำวิธีการได้ และจะใช้วิธีการนี้ตลอดครับ)

ย่อ - ขยายได้ เข้าไปสู่ภายในได้ง่าย : ถ้าย่อ - ขยายได้ เข้าไปสู่ภายในได้ง่าย เพราะท่านตามใจแล้ว ประจุณิมนต์พระประธานในโบสถ์ให้ออกมาข้างนอก ปกติท่านอยู่เฉย ๆ นิมนต์ให้ท่านย่อ ท่านก็ย่อ นิมนต์ให้ท่านขยาย แต่นี่ย่อ - ขยายได้ ก็ทำอย่างเขาได้นิ่งไปเรื่อย ๆ

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๐๖

ละเอียดลุ่มลึกเข้าไปเรื่อย ๆ : นิ่ง ๆ ไปเรื่อย ๆ รวมใจแว็บไปเลย ผีกตรงนี้ให้ชำนาญ ให้คล่อง ซ้ำ ๆ ๆ ให้ใจตั้งมั่นให้ได้ ให้สุข ให้ละเอียด ให้บริสุทธิ์ในกลางของกลาง ให้ละเอียดลุ่มลึกเข้าไปเรื่อย ๆ ถ้าละเอียดทัน ๆ กันจะดีมากเลย นิ่งในนิ่ง นิ่งอย่างสบาย ๆ นิ่งในนิ่งเข้าไปเรื่อย ๆ

ทำความเข้าใจให้เหมือนกันได้ : มนุษย์เหมือนหุ่น มีปากเหมือนกัน ทานไถ่อย่างเหมือนกัน แต่มีภาษาที่แตกต่างกัน แต่ก็มีความภาษาเวลาถูกเหยียบที่เหมือนกันอยู่ มีบางคำเหมือนกัน เช่น เวลาเจ็บร้อง “โอ๊ย” ไม่รู้ว่าเป็นภาษาอะไร แต่เราสามารถทำความเข้าใจให้เหมือนกันได้ เดียวเราจะไปดูข้างในมีความแตกต่างกันไหม คอยวันนิ่งแน่น หลวงพ่อมาบอกว่าเรานิ่งแน่นแค่ไหน รอวันนิ่งแน่นเท่ากัน ลูกนิ่งกันมาได้ระดับหนึ่งแล้ว

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๐๗

Ultra สุข : เกลี้ยงๆ ข้างในก็ต้องไม่ติด คือนิ่งแน่น มีความสุข ชัดใส สว่าง มันคงเกิดพร้อมกัน ข้างในต้องสุข ถ้าสุขลดลง แปลว่า นิ่งลดลง หรือไม่สุขไม่ทุกข์ แปลว่า เฉยๆ ยังนิ่งได้ไม่สนิท ไม่ค่อยนิ่ง ถ้าทุกข์ แปลว่า ไม่นิ่งเลย **ต้องสุขมากๆ บรรมสุข Ultra สุข ฝึกซ้อมตรงนี้เรื่อยๆ**

วิชชาธรรมกาย ต้องเรียนด้วยภาพ : เรียนวิชชาธรรมกายต้องเรียนด้วยภาพ สิบปากว่าไม่เท่าตาเห็น ไม่เท่ากับภาพเพียงภาพเดียว การเรียนด้วยภาพ แปลว่า **เราครอบคลุมตำราเป็นล้านๆ เล่ม เพราะข้างในมีแต่ภาพ** ให้พูดด้วยภาพ สมมติลูกไปอ่านหนังสือที่ห้องสมุด แต่ไม่เห็นภาพ เป็นจินตนาการจากความคิด ถ้าภาพจากจินตมยปัญญาจะมากมายเยอะเยอะไปหมด บางทีเลือกตลอดชาติ ไม่ได้สักภาพ แต่ภาพที่เกิดจากภาวนามยปัญญา...จะมาพร้อมกับความรู้แจ้ง ที่เกิดจากการเห็นแจ้ง แต่ต้องทิ้งทุกอย่าง ปล่อยวางทุกสิ่ง นิ่งอย่างเดียว ไม่มีอะไรเหนียวรั้งเลยนั่นแหละ ภาพจึงเกิดพร้อมความสุข ความบริสุทธิ์

คุณครูไม่ใหญ่



สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๐๘

ถ้าเบื่อไม่มีความสุข แปลว่าใจไม่นิ่ง : ต้องดูธรรมดาๆ นิ่งแล้ว
จะมีความสุข ทำอย่างนี้ให้ซ้ำๆ จนกระทั่งถึงจุดที่เราไม่ต้อง
นึกเลย ทั้งหมดขึ้นอยู่กับกาฝึกฝนทำซ้ำๆ โดยสังเกตจากความ
สุข ความบริสุทธิ์ที่ได้จากการหยุดนิ่ง ถ้าความสุขน้อยลง แสดง
ว่าใจเริ่มไม่นิ่ง ถ้ามีความสุข ความบริสุทธิ์ สิ้นไหล คล่อง แปล
ว่านิ่ง ถ้าเบื่อ ไม่มีความสุข แปลว่าใจไม่นิ่ง ลูกต้องสังเกต บางคน
ดูแข็งแสดงว่า ใจไม่หยุดนิ่งหลุดออกมาแล้ว ถ้าเบื่อบุญในป่าไม่ได้
เหงาอยู่ตามลำพังไม่ได้ เหงาก็อยู่คนเดียวไม่ได้ ถ้าหยุดนิ่งเข้าไป
สู่ภายใน ความเหงาหงอยซึมเซาเศร้าสร้อยเบื่อกลุ้ม...ไม่มี มีแต่
สุขสดชื่นเบิกบาน

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๐๙

พรรษาแห่งความสมปรารถนา : พรรษานี้แหละลูกนะ เริ่มต้นวันเข้าพรรษา ลูกตั้งใจเข้าองค์กร เป้าหมายเพื่อศึกษาวิชาธรรมกาย ลูกตั้งใจทุกอย่าง วางทุกสิ่ง เพื่อเป้าหมายนี้ พรรษานี้ต้องเป็นพรรษาแห่งความสมปรารถนา คือนับตั้งแต่วันนี้เลย **โดยลูกทำกายวาจาใจ ให้สะอาดบริสุทธิ์ ทำความบริสุทธิ์ภายใน** ภายในจะปรากฏเป็นภาพ ให้เข้าไปสู่ภายใน จะสมปรารถนา ดวงใส องค์พระใส ภาริกิจชัดใสสว่าง แปลว่า ความบริสุทธิ์จะปรากฏขึ้นที่ตัวลูกทั้งหมดนี้เลย ถ้าลูกทำอย่างนี้ได้ การศึกษาวิชาธรรมกายก็ไม่ยาก พรรษานี้จะต้องให้แตกต่างจากพรรษาที่ผ่านมาให้แตกต่างกว่าทุกวัน ให้ใช้ทุกวินาทีอยู่ตรงกลางมุ่งเข้าไปสู่ภายใน ตั้งใจมั่น 'ไม่รู้ ไม่เห็น ไม่ได้' ต้องแจ่มแจ้งเข้าไปให้ได้ ต้องไม่มีเคลือบแคลง เรียนต้องหายสงสัยกับประสบการณ์ภายในที่เราเข้าถึง ไม่ต้องให้ใครมายืนยัน เรายืนยันด้วยตัวเอง เราหายสงสัยด้วยตัวเราเอง เราเป็นอยู่ด้วยตัวเราเอง อย่างนี้จะมันคงยั่งยืน

คุณครูไม่ใหญ่



สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๑๐

ลูกคือธงชัยขององค์กร : เมื่อลูกได้เข้าถึงพระธรรมกายภายใน ก็จะมีความสุข บุญบันเทิง ลูกจะไม่มีวันเบื่อหน่ายในภารกิจ ใจจะจรดจ่อ มุ่งมั่น แน่วแน่ แล้วจะเกิดเป็นกระแสขยายไปสู่ทั้งองค์กร ทำงานหยาบและละเอียดควบคู่กันไปได้ ลูกนึกดูแล้วกัน ลูกจะมีปีติใจขนาดไหน เท่ากับเรายกทั้งองค์กรให้สมปรารถนา ทั้งหมด ให้สมกับที่เขาให้โอกาสเราทุกอย่าง วางทุกสิ่ง เข้าองค์กร ให้สมปรารถนาทั้งหมดเลย หยาบๆ...**องค์กรเราทำเพื่อสาธารณประโยชน์ เพื่อโลกใบนี้ ไม่จำกัดเพศ เชื้อชาติ ศาสนา และเผ่าพันธุ์** พระราชนี้ลูกต้องทำความปรารถนาให้สมปรารถนา แก่ตัวลูกเอง เพราะมีสัญญาณที่ดีๆ แห่งความสมปรารถนา เพราะฉะนั้น ลูกต้องไม่ประมาทนะ เดี่ยวทุกอย่างจะดีขึ้น

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๑๑

ลมในตัวยะเอียด จิตจะละเอียด : ลูกมีช่วง exercise ใหม่ ต้องมีช่วง exercise นะ เดี่ยวท้องอืด ลมเยอะ เส้นยึด เวลา exercise ต้องนานนิดหนึ่ง นี่จำเป็นนะ ทำไมต้องจัดกิจกรรม **เพื่อให้เลือดลมเดินสะดวก เพราะเวลานั่งนาน เส้นจะยึด** พอมีการเคลื่อนไหว ทำให้เลือดลมในตัวดี เดินได้สะดวก ลมในตัวยะเอียด แล้วจิตจะละเอียด จะเห็นได้ชัดได้ง่าย

คุณยายกับการ exercise : ทำไมคุณยายท่านกระฉับกระเฉง เพราะเป็นธรรมชาติของท่าน และท่านเห็นอานิสงส์การ exercise คุณยายท่านปิดกวาดเสนาสนะ ทำกิจกรรม จึงไม่ค่อยป่วย สำคัญมาก **อย่ามองข้ามการ exercise** ลูกทำไปเถอะ ทำเพื่อตัวเอง ใช้เวลาอยู่ในช่วง ๔๕ นาที ถึง ๑ ชั่วโมง เส้นยึด ไม่ยึด ให้เหงื่อออก เพื่อขับถ่ายของเสียออกจากร่างกาย ไม่อย่างนั้นเส้นจะยัดแน่นแล้วท้องอืด ซึ่งจะมีผลต่อการปฏิบัติธรรม exercise ให้ได้ระดับที่เหงื่อออก หลวงพ่ออายุขนาดนี้ ยัง exercise เลย

การ exercise ด้วยการทำความสะอาดเสนาสนะ : การที่เรา exercise แทนที่เราจะ exercise เสียเวลาเปล่า เข้าฟิตเนส เรา exercise โดยการทำความสะอาดเสนาสนะ **อันดับแรกตัวเราแข็งแรง ได้ความสปีดเยอะ เก่งกุลในการปฏิบัติธรรม ได้ความรัก ความสามัคคี สำคัญนะ** ตอนที่หลวงพ่อไปวัดป่าทางเหนือ หลวงพ่อองค์หนึ่งอยู่ในป่าช้า หลวงพ่อไปคุยธรรมะกับท่าน ท่านบอก



ว่า ชอบอยู่ในป่าช้าเพราะเงียบดี ไม่มีใครกวน ท่านให้หลวงพ่อก
ไปพักอยู่กุฏิข้างๆ ท่าน หลวงพ่อสังเกตผิวพรรณท่าน แก้มท่าน
แดงผ่องใส อายุ ๘๐ กว่ายังปิดกวาดเสนาสนะ เหนือโถรมกาย
แต่ดูท่านสดชื่น เลือดลมในตัวเดินดี เหนือโถรมกายแต่ดูสดชื่น
ว่าเรวัง ท่านจำวัดหรือเปล่าไม่ทราบ หลวงพ่อตื่นมาตอนไหนก็เห็น
ท่านสดมนต์ตลอด วัดป่าแก้วอีสานจะทำความสะอาดเสนาสนะ
มีทางเดินจงกรม จัดทางบิณฑบาต ทางภาคใต้ก็อีกแบบ ภาคกลาง
ก็อีกแบบ แปลว่าการ exercise สำคัญ เพราะฉะนั้น ต้องจัด
โปรแกรมให้ลงตัว พระชานี้เป็นพระชานแห่งความสมปรารถนา
เข้าถึงธรรม หลวงพ่อคอยความพร้อมของลูกทุกคน นี่ก็
จวนแล้ว

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๑๒

เรียนแล้วให้หายสงสัย : วิชชาธรรมกาย ต้องเรียนแล้วให้หายสงสัย เดียวพอภายหลังบอกวิชาธรรมกายมีไม่จริง ไม่ได้นะลูก มันไม่ใช่ อันตรายต่อวิชาธรรมกาย แต่อันตรายต่อตัวลูก ต้องเรียนให้หายสงสัย เออ...มีจริง แล้วปลื้ม เราจะได้รักและห่วงแหน ปลื้มในวิชาธรรมกาย และคิดว่าเราตัดสินใจทั้งทุกอย่าง วางทุกสิ่งมาเพื่อศึกษาวิชาธรรมกาย อยู่คนเดียวก็ปีติ ลูกอยากได้อย่างนี้ไหม ปลื้มปีติว่าเรามีบุญได้มาเจอของจริง เรียนมันต้องปีติ ต้องได้อย่างนี้ ดีไหม รู้จริง เห็นจริง ดีไหม ทำจนกว่าจะหายสงสัย ทำซ้ำๆ ทำจนกว่าหายสงสัย

คุณครูไม่ใหญ่



สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๑๓

ต้องให้ชัดยิ่งกว่าลืมตาเห็น : เอาให้ได้ยิ่งกว่าลืมตาเห็น ถ้าเราละเอียดมันจะยิ่งกว่าลืมตาเห็น ยิ่งกว่าลืมตาเห็นไปเรื่อย ๆ นิ่งสนิท ดีไหม ไม่สนิทเพราะอะไรให้สังเกต เพราะฉะนั้น ต้องเหลาใจก่อนสิ หลวงพ่ออยากให้ได้ดีกว่านี้ไม่มีความคิดปน ดูเฉย ๆ ดีกว่าง่ายกว่าเราไปเน้น ไปค้น เหมือนเราเอาตา ดูเฉย ๆ ช่างมัน ดูธรรมดา ๆ ดูเฉย ๆ คือการทำใจให้หยุดนิ่ง ดูเฉย ๆ ปรี๊ด ๆ ตา ให้ soft - soft อย่างนี้ จะได้แก่ตรึงนี้ ปรี๊ด ๆ soft - soft หลุดไปเลย ไม่เกี่ยวกับลูกนัยน์ตา จะได้ละเอียดได้ทุกครั้ง ตั้งใจเกินไปไม่ได้ประโยชน์ เราชนะความฟุ้งภายนอกได้แล้ว เหลืออีกนิดเดียว ภายในเอาให้ละเอียด ๆ

ดูแบบไม่ปนความคิด : ดูเหมือนเด็ก ๆ สิ เด็กดูไม่ได้คิด แค่ว่าให้ดูก็ดู เพราะเด็กยังไม่มีความคิดปรุงแต่ง แต่เราโตขึ้น ถูกโลกหลอหลอมมาให้คิด คิดเพื่อสร้างสรรค์ **ต้องคิดเพราะมันสร้างสรรค์ แต่มันสร้างเสียในตัว** คิดเรื่อยมา จนติดเป็นจิตอัธยาศัย ซึมลึกถึงชั้นธันดานโดยเราไม่รู้ตัว จึงต้องกลับมาแก้ไข เราต้องหวนกลับไปอินโนเซนส์แบบเด็ก ๆ ดูแบบไม่ปนความคิด เดี่ยวชัดหมด ดูธรรมดา ได้สิ

คุณครูไม่ใหญ่



สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๑๔

จิตนุ่มนวล ควรแก่การงาน : ยังเห็นไม่ค่อยชัด แปลว่า จิตยังไม่นุ่มนวลควรแก่การงาน ที่ยังไม่นุ่มนวล เพราะยังไม่นิ่งแน่น ที่ยังไม่นิ่งแน่น เพราะยังมีความคิดปนอยู่ ถ้านิ่งแน่นจะนุ่มนวลควรแก่การงาน จะนุ่มนวลอะไรก็ได้ ถ้านิ่งแน่นแสดงว่าเรามีความพร้อมที่จะนุ่มนวลไปดูแล คือ จะมีความสุข ความบริสุทธิ์ เบิกบาน ชัด ใส สว่าง ลูกอย่าลืม ต้องจำนะ หลวงพ่อไม่ได้อยู่ตรงนี้ตลอด ถ้านิ่งแน่นแล้ว ไม่ชัด ไม่มีหรรษา แม้นิ่งแน่นแล้ว เผลอ ๑% เราเริ่มต้นใหม่ ไม่ต้องเสียตาย ต้องนิ่งแน่นนุ่มนวล จึงควรแก่การงาน นิ่งใน นิ่ง นิ่งแน่นไปเรื่อย ๆ อย่างมีความสุข สนุกสนาน

เป็นนักรบแนวหน้า : ถ้าเรารักที่จะศึกษาวิชาธรรมกายจริง เป็นนักรบแนวหน้าของกองทัพธรรม ลูกต้องฝึกให้อดทน หนักแน่น สำคัญนะ แล้วลูกจะได้วิชาธรรมกายเป็นรางวัลตอบแทน อันควรค่าสำหรับการอดทนฝึกฝนอบรมของเรา

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๑๕

ทั่วถึง ทั้งกลางวัน และกลางคืน : ต้องละเอียดให้ทั่วถึง ถ้าทั่วถึง ทั้งกลางวัน และกลางคืน ลุยกะมันหันเหลัก ลูกต้องนิ่งแน่น ถ้าใจเรานิ่งแน่นจริงๆ ดูเฉยๆ จะปรี๊ดมันเดียวจบ อย่างมีความสุข ความบริสุทธิ์ จะได้มากี่ต่อเมื่อนิ่ง เฉยๆ ดูเฉยๆ การดูเฉยๆ ก็คือ การทำใจให้นิ่งๆ นั่นเอง จะนิ่งได้ก็ต่อเมื่อทุกอย่าง วางทุกสิ่ง

ใจปรุ้งสำเร็จรูป : เข้าได้คล่องขึ้นแล้วใช่ไหม เพราะใจถูกปรุ้ง สำเร็จรูป ปัก...เข้าไปเลย แบบบะหมี่สำเร็จรูป คือไม่ต้องผ่านการ เหลาใจ ปรุ้งสำเร็จ ความสุขเกิดมาพร้อมกับความนิ่ง ชัดใส สว่าง สำเร็จรูป เป็นภาพในใจ เป็นอาหารใจ

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๑๖

ภาพผ่านจากจุดเล็กกลางกาย : ลูกเรียนรู้มาในระดับหนึ่ง มีภาพภายในนับจำนวนไม่ถ้วน ที่ต้องผ่านช่องเล็กๆ กลางกาย ที่เล็กกว่าปลายเข็ม ขยายออกไปสู่ข้างนอก เป็นภาพที่มนุษย์ทั่วโลกยังไม่รู้จัก บางภาพ เทวดา พรหม อรูปพรหมไม่รู้จัก จะผ่านตรงจุดเล็กกลางกายยิ่งกว่าปลายเข็ม นับภาพไม่ถ้วน ลูกจะได้เรียนรู้ตรงนี้ จะเห็นตรงนี้ได้ต้องนิ่งไม่เขยื้อน นิ่ง ใจต้องไม่สั่น นิ่งในนิ่ง ปึก นิ่งแน่น แต่ไม่อึดอัด นิ่งเข้าไปเลย มีความสุขไปเรื่อยแล้วจะเกิดการเปลี่ยนแปลงในโลกใบนี้

หยุดนิ่ง คือ ความสุขที่สวรรค์รำพึง : เราต้องเข้าไปถึงความสุขที่ชาวสวรรค์ชั้นไหนๆ ก็แสวงหา ชาวสวรรค์มีความสุข แต่ยังไม่แสวงหาอยู่ เพราะสิ่งที่มีมันไม่ใช่ให้สวรรค์รู้สึกจนมันต้องถึงสุขในระดับที่สวรรค์รำพึงว่า เออ...ทำไมเราไม่สุขอย่างนี้ นิ่งในห้องนี้ให้รำพึงถึงสวรรค์ เทวดาจึงต้องลงจากเทวโลกมาเฝ้าพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ถาถามหาความสุข เพราะสวรรค์ยังไม่หยุดนิ่ง ไม่หยุดก็ไม่เจอความสุข

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๑๗

ใจไม่ขึ้นลง จะดำรงความหนุ่มสาว : ใจมนุษย์โลกนี้ไปเกาะเกี่ยวกับความชอบ ไม่ชอบ ชอบก็ยินดี ไม่ชอบก็ยินร้าย ใจก็ขึ้น ๆ ลง ๆ แก่ง่ายตายเร็ว ถ้าใจไม่ขึ้นลง จะดำรงความหนุ่มสาว อายุขัยจะยืนยาว ไม่แก่เฒ่าตลอดกาล

พลังมวลแห่งความบริสุทธิ์ : ใจต้องว่าง ให้รักษาใจของเราเอง ดูแลใจเราให้ดี อย่าให้กิเลสมาเกี่ยว แปลว่าใจเราแต่เดิมไม่ได้มีกิเลสมาเกี่ยว แต่พอเรายินดียินร้ายก็ไปเกี่ยวเอากิเลสเข้ามา มาเกี่ยวกับความโลภ มาเกี่ยวกับความโกรธ มาเกี่ยวกับความหลง แปลว่าเราสามารถหมดกิเลสได้...ถ้าใจเราไม่ไปเกี่ยวมันเอาไว้ ทำใจว่าง ๆ ใจก็จะบริสุทธิ์ ไม่ใช่เราไม่มีกิเลส แต่เราไปเกี่ยวมันมา ถ้าใจไม่ไปเกี่ยว ไม่ไปเหนี่ยวไปรั้ง มันก็ไม่มา ใจว่าง ๆ อยู่ระหว่างกลางของความยินดียินร้าย คนบนโลกจะเอียงไปข้างใดข้างหนึ่ง

หยุดไม่ซ้ำที่ : โลกอยู่ในกำมือเรา เราจะเปลี่ยนแปลงอย่างไรก็ได้ ทางโลกเขาใช้เวลา การเรียนภายในไม่ต้องใช้เวลาเหมือนทางโลก เราใช้แค่หยุดเป็นตัวสำเร็จ หยุด ๑...หยุดเข้าไปเรื่อย ๆ หยุด ๒...๓...๔...ไปเรื่อย ๆ ๑๐๐ ครั้ง หยุดไม่ซ้ำที่

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๑๘

ความสุขในทุกขั้นตอน : ลูกต้องให้มีความสุขสบาย มีความสุขในทุกขั้นตอน ทำให้ถูกหลักวิชา เราต้องแก้ไขด้วยตัวของเราเอง ไม่มีใครมาแก้ไขให้เราได้นะ อย่างกลัวไม่ทันหมู่คณะ ต้องมีความสุข ความบริสุทธิ์เป็นฐาน และใจต้องไม่ติดอะไรเลย ติดแต่กลาง แบบพระเดชพระคุณหลวงปู่ คุณยาย ใจท่านเกลี้ยง ท่านไม่ติดอะไรเลย ถ้าหากเราไม่มีความรู้สึกแบบนี้...ความสุขจะเกิดยาก **ความสุข ความบริสุทธิ์เป็นฐาน และความนิ่งแน่วจะมาพร้อมกัน**

ความสุขและความบริสุทธิ์เป็นฐาน : “อย่าสนใจไปคิดเรื่องอื่น ใจต้องไม่ติดอะไรเลย” ต้องมีความสุขและความบริสุทธิ์เป็นฐานในทุกขั้นตอน แล้วเดี๋ยวจะชัดขึ้นมาเอง ไม่ต้องไปทำอะไรเลย

ใจเกลี้ยงๆ สบาย : เรามาในระดับนี้ไม่ยาก มีสุขจากสมาธิเป็นพื้นฐานใจเกลี้ยงๆ สบาย จะไม่กลัวคำถามที่จะได้ตอบ สมัยก่อนเด็ก ๆ แย่งกันตอบ ผู้ใหญ่แย่งกันไม่ตอบ ได้สิน่า

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๑๙

ความสุขจากสมาธิ : ต้องนั่งอย่างเดียว อย่าตั้งใจเกินไป อย่ากังวล อย่าชะล่าใจ อย่าประมาทปล่อยใจไปที่อื่น ให้ฝึกฝนในทุกหนทุกแห่ง มีใครบ้างไหม เคยๆ หรือมีความสุขบางช่วง? นั่นแปลว่ายังนั่งไม่สนิท ใจต้องเกลี้ยงถูกรอบเพราะความสุขจะจงใจให้เรานั่งนานๆ โดยไม่จำกัดกาลเวลา มีความสุขจากสมาธิจึงจะเป็นเอกัคคตา ความเป็นหนึ่ง อุเบกขา ตามทฤษฎีกับประสบการณ์ภายในไม่เหมือนกัน ใจจะเป็นกลางจริง ๆ ไม่ใช่ตั้งหลักจะเป็นกลาง ใจนิ่งๆ เคยๆ เป็นกลาง บริสุทธิมีความสุขเป็นหนึ่ง นั่งแน่นมันถึงจะชัด

ใช้ศูนย์กลางกายร่วมกัน : การเห็นเป็นทีมจะแรงมากเลย ทั้งเร็ว ทั้งแรงมาก เพราะความเร็วแรงมาซ้อนกันอยู่ แทนที่จะขี่จักรยานไปดวงจันทร์ เราก็เหมือนขี่จรวดไปดวงจันทร์

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๒๐

ตั้งใจฝึกให้ได้ทั้งหยาบและละเอียด : ต้องการจิตที่บริสุทธิ์ไปดูสิ่งที่เราเห็น เพราะเราต้องการสิ่งนี้ จะมาพร้อมกับความสุข ความบริสุทธิ์ เราค่อยๆ ฝึกไปเรื่อย ๆ เราเป็นนักเรียนอยู่ ช่วงนี้มันอาจจะเหมือนช้า แต่ต่อไปจะเร็วขึ้นเอง เราต้องตั้งใจฝึกให้ได้ทั้งหยาบและละเอียด หยาบต้องฝึก พระสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านฝึกทั้งหยาบและละเอียด หยาบโดยผ่านเสขิยวัตรและข้อวัตรปฏิบัติของพระภิกษุ เพื่อจะหลอมหยาบให้ไปสู่จุดละเอียด เพื่อลดการกระทบกระทั่งกัน ดังนั้น ต้องหล่อหลอมทั้งหยาบและละเอียด

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๒๑

ราตรีเดียว : เวลาผ่านไปเร็วนะ เดี่ยววันเดียวคืน แต่ก่อนคุณยายก็พูดอย่างนี้ เดี่ยววันเดียวคืน หลับตาสลึมตาไม่กี่ทีก็มืดทั้งหมดเวลาตอนนั้นยังแข็งแรงอยู่ ไม่ได้คิดอะไร แต่เดี๋ยววันเดียวคืนจริงๆ เหมือนมีราตรีเดียว กลางคืนก็หลับ กลางวันก็หลับ (หลับตา) กลางวันถ้าหลับตาเหมือนอยู่ในกลางคืน เห็นแต่โลกภายใน ไม่เห็นโลกภายนอก

ความสุขเป็นฐาน : อย่าไปปนความคิด อย่าไปตั้งใจมากเกินไป มีความสุขทุกครั้งเป็นพื้นฐานสำคัญ ไม่ต้องกังวลจะไม่ทัน ให้หนึ่งไม่ใช่เนิ่น มันน่าจะได้ ไม่น่าจะยากนะ เดี่ยวหมดกรรมก็ทำได้เองแหละ ตอนนี้อยู่ในช่วงเสวยวิบากกรรม เราอาจเสียเวลา ดูเหมือนช้าไม่ทันใจ นิ่งแน่นสำคัญมาก ความสุขเป็นฐาน ต่อเนื่องเอาไว้ใส่ ถ้าอย่างนี้ได้...จะคล่อง ได้ลื่นๆ ดีขึ้นเรื่อยๆ เดี่ยวจะยกขึ้น

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๒๒

อย่างสบายๆ ใจเย็นๆ : หยุดให้หนึ่งสบายๆ จะหยุดนิ่งได้ ต้องทิ้งทุกสิ่งไว้ความหมาย ไม่ต้องติดอะไรเลย ยกเว้น...ติดกลาง ให้เริ่มทำที่ถนัด หรือที่เราชอบก่อน ต้องทำให้นิ่งแนกกว่านี้ ทำตรงที่เราชอบ หรือเราถนัดไปก่อน ต้องเรียนอย่างมีความสุข สนุกสนาน บุญบันเทิง ทำเท่าที่เราทำได้ไปก่อน ค่อยๆ ทำจนชำนาญ วันไหนทำได้รวดเร็วก็ทำรวดเร็ว วันไหนทำได้ครึ่งเดียวก็ทำครึ่งเดียว เหมือนทานข้าว บางวันทานได้เยอะ บางวันทานได้น้อย ให้ทำอย่างสบายๆ ใจเย็นๆ มีความสุข สนุกสนานให้วางใจสบายๆ ไม่ต้องเร่ง ค่อยๆ หยุดนิ่ง จนใจเราถูกส่วน นุ่มนวล ควรแก่การงาน ให้ลูกๆ ใจเย็นๆ สบายๆ โดยไม่ทิ้งหลัก...หยุดกับนิ่ง อย่าใจร้อน หลวงพ่อรอลูกๆ ทุกคนได้ เพื่อลูกจะได้ไปศึกษาวิชาธรรมกายด้วยกัน เราจะถึงเส้นชัยพร้อมๆ กัน

ขับเคลื่อนไปสู่ที่สุดแห่งธรรม : ตำแหน่งที่ถูกต้องที่จะขับเคลื่อนไปสู่ที่สุดแห่งธรรมได้ มีตำแหน่งเดียว คือ ตรงกลาง จะอยู่ตำแหน่งอื่นไม่ได้

คุณครูไม่ใหญ่



สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๒๓

ดูหนึ่งๆ ตรงกลางอย่าไปเก็บรายละเอียด : การดูข้างในไม่เหมือนดูข้างนอก การดูข้างนอก ถ้าให้ชัดต้องกวาดสายตาดู แต่ดูข้างในให้ดูหนึ่งๆ เฉยๆ ตรงกลางทีเดียว แล้วจะเห็นชัดเจน เราคุ้นกับการใช้ตาหยาบดู เราเพิ่งมาคุ้นเคยกับการดูตรงกลางทีเดียว ให้ฝึกทิ้งของเก่าที่เราติดมาหลายสิบปี ให้ดูง่ายๆ เหมือนดูดวง ต่อดูหนึ่งๆ ตรงกลาง อย่าไปเก็บรายละเอียด ถ้าไปเก็บรายละเอียด จะไม่ละเอียด มันจะปนความคิดคำนึง บางครั้งปนจินตนาการ

เห็นรอบด้าน : การดูข้างใน ดูทีเดียวจะเห็นรอบด้าน นี่คือการดมหัตถ์จรรย๋ จึงเรียกว่า วิปัสสนา วิ แปลว่า วิเศษ ปัสสนา แปลว่า การเห็น วิปัสสนา จึงแปลว่า **“การเห็นที่วิเศษ”** นั่งแบบมีความสุข (พระลูกชาย: ตั้งแต่ที่หลวงพ่อบอกว่า ให้ทำใจเย็น ไม่ต้องใจร้อน หลวงพ่อรอได้ จึงนั่งทำใจสบาย กลางความสว่าง นั่งอย่างนี้แล้วรู้สึกมีความสุข) ไม่เป็นไรนะลูกนะให้นั่งแบบมีความสุข ถ้านั่งดูแล้วมีความสุข เดียววันนี้ก็ได้ วันนี้โลกก็เปลี่ยนแปลงแล้ว

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๒๔

พื้นฟูของเก่า : ลูกนั่งกันได้ขนาดนี้ ดีมาก ๆ ลูก ๆ เคยทำมาแล้ว นี่แค่พื้นฟูของเก่า เราอยู่ในช่วงพื้นฟูของเก่า เหมือนปลูกต้นไม้ รดน้ำ พรวนดิน ใส่ปุ๋ย ต้องค่อย ๆ รอมันโต ต้องใช้เวลา ใกล้เคียงเห็น โอปปาติกะแล้ว เราผ่านอัมฤตชะมาแล้ว แต่เราไม่ต้องทำอะไร แค่นี้ ๆ ตรงกลาง ให้จำไว้ละลูกนะ เรากำลังพื้นฟูของเก่าในชาตินี้ เดียวก็ได้ วันนี้อาจจะเปลี่ยนแปลงแล้ว

ต้องปรับให้เข้ากัน : เราทำงานกันเป็นทีม ดังนั้นหยาบ ๆ ต้องปรับให้เข้ากันให้ได้ละลูกนะ เรากำลังพื้นฟูของเก่า เหมือนวัชพืช ที่เรากำลังเอาออก งานหยาบคือวัชพืช เราคุ้นเคยกับของหยาบมานาน เหมือนวัชพืชที่ต้องคอยเอาออก พอวัชพืชออกไปหมด ต้นไม้ก็จะเจริญงอกงาม

เราไม่ได้นั่งแข่งกัน : เราไม่ได้นั่งแข่งกับใคร เราไม่ได้ทำเพื่อใคร เราไม่ได้ทำเพื่อคนอื่น ไม่ต้องกลัวไม่ทันเพื่อน ไม่ต้องกลัวล้ำหลัง ไม่ทันเพื่อนไม่เป็นไร เราไม่ได้นั่งแข่งกันให้ช่วยกันประคับประคอง ให้ดีนะ ลูกต้องคิดอย่างนี้เพราะเราต้องเท่าเทียมกันทั้งทีม เป็นหนึ่ง พร้อมกัน

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๒๕

ใจหยุดนิ่งสนิท ก็จะเป็นไปเอง : การปฏิบัติธรรม มี ๓ ประเภท

๑. สำหรับผู้ที่ฝึกใหม่ เช่น สาธุชน

๒. สำหรับผู้ที่มีใจละเอียดแล้ว การ set program จะสามารถน้อมไปสิ่งไหนก็ได้ และให้ไปของมันเอง จะนึกกายไหนก็ได้ แต่ถ้าเรานึกทีละกาย ทีละดวง แสดงว่า เรายังไม่ละเอียดพอ อันนี้เป็นแค่สำเร็จด้วยความคิดคำนึง

๓. ถ้าให้หายสงสัย ให้หยุดนิ่ง ดิ่งเข้ากลาง แล้วรอให้เกิดขึ้นเอง แล้วจะหายสงสัย แต่บางคนเร็ว บางคนช้า หลวงพ่อจึงให้นึก แต่ถ้าจะให้เร็ว ตอนแรกต้องนึกก่อน นึกดวงหรือองค์พระ จนกระทั่งตอนหลังเห็นขึ้นมาเอง โดยไม่ต้องนึก ถ้าใจหยุดนิ่งสนิท ก็จะเป็นไปเอง

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๒๖

เร่งอย่างถูกวิธี : ให้เราเริ่มจากจุดที่เราชอบและสบายก่อน เข้ากลางไปเรื่อย ๆ ทำตรงนี้ให้ชำนาญ จนเราควบคุมมันได้ เป็นหนึ่งเดียวกับสิ่งที่เราดู ให้เราเริ่มจากจุดที่เราชอบก่อน เมื่อเรามีความสุขก็ดูดวงดุนงค์พระ แต่ถ้ายังไม่ได้ ก็ปล่อยทิ้งเลย ให้ไปเริ่มจุดที่เราชอบก่อน **ไม่เป็นไร** หลวงพ่อคอยได้ อย่าไปคิดเองว่า หลวงพ่อคอยไม่ได้ ต้องเร่งอย่างถูกวิธี

เราไม่ได้หยุดนิ่งแข่งกับใคร : ให้เริ่มจากจุดที่เราทำได้ อย่างมีความสุขไปก่อน เอาจุดที่เราพร้อมก่อน เราเรียนเพื่อตัวของเราเอง เพื่อจะได้เป็นที่พึ่งของตัวเอง เพราะฉะนั้น เราต้องรู้แจ้งเห็นจริง เพื่อเป็นที่พึ่งกับตัวเราได้ ไม่ใช่ฝึกเพื่อมาเมื่อย นั่งแล้วมันเมื่อย ไม่เช่นนั้นมันจะเสียเวลาเปล่า ๆ ต้องฝึกให้สมกับการทิ้งชีวิตมาสู่องค์กร เพราะเรายังไม่พร้อม เรายังย่ออยู่ ลูกต้องสอนตัวเองนะ ลูกนะ ต้องฝึกให้เป็นเนื้อเดียวกัน เหมือนรสเปรี้ยวในมะนาว รสหวานในน้ำตาล **“เราไม่ได้หยุดนิ่งแข่งกับใคร แม้แต่ตัวของเราเอง เราก็ไม่ได้แข่ง”**

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๒๗

เติมพลังงานให้กับตัวเอง : เริ่มต้นที่จุดที่เราชอบ พอใจ นุ่ม นวลควรแก่การงาน จิตสะอาด บริสุทธิ์ ตั้งมั่น มีความสุขมาก เอา จุดที่เราพึงพอใจ สบาย จุดที่เราลืมเวลาลืมโลกไปเลย จุดที่เราอยากเติมพลังงานให้กับตัวเอง พอสบายมีความสุข

หยุดกับนิ่งไปตลอดเส้นทาง : คนที่นิ่งๆ แต่ภาพยังไม่เกิด แสดงว่า ยังนิ่งไม่สนิทและเมื่อนิ่งมากขึ้น ก็จะมีความสว่างเกิดขึ้น นิ่ง กลางความสว่าง นิ่งมากขึ้นๆ ก็จะมีภาพเกิดขึ้น ให้ฝึกนิ่ง นุ่มๆ นิ่งนานๆ นิ่งแน่น อย่าไปคิดว่า หลวงพ่อคอยไม่ได้ หลวงพ่อคอย พวกเราได้ หลวงพ่อยากให้ลูกๆ ทำให้ถูกวิธี สิ่งที่หลวงพ่อยากให้พวกเราเป็น คือ ทำให้ถูกหลักวิชา หยุดกับนิ่งไปตลอดเส้นทาง ต้องนิ่งในนิ่ง แน่นในแน่น

ของขวัญที่ดีที่สุดที่จะถวายเป็นหลวงพ่ : ภาพอะไรต่างๆ ที่เกิดขึ้น ถือว่าก้าวหน้าขึ้นเรื่อยๆ เหมือนการขับรถ ตอนแรกเราก็ต้องเช็ครถ ดูยี่ห้อรถก่อน แล้วพอดตอนหัดขับ เราก็หัดเดินหน้า ถอยหลัง เลี้ยวซ้าย เลี้ยวขวา พอขับเป็นเราก็จะขับได้คล่อง เช่นเดียวกัน ตอนนี้อย่าเพิ่งทำได้

ให้ทำบ่อยๆ เดียวก็จะคล่องกว่านี้ **“ของขวัญที่ดีที่สุดที่จะถวายเป็นหลวงพ่อ คือ การให้ของขวัญจากตรงกลาง ชัดใสสว่าง มั่นคง นี่เป็นของขวัญที่ดีที่สุดที่จะถวายเป็นหลวงพ่อ”**

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๒๘

ทุกขั้นตอนของภายใน ต้องมีความสุข : ให้เริ่มจากจุดที่เราชอบ
ปล่อยไปก่อนจนมีความพร้อม อย่ารีบร้อน ทุกขั้นตอนของภายใน
ต้องมีความสุข สนุกสนาน บุญบันเทิง แต่ถ้าฝืดๆ ฝืนๆ จะไม่ใช่
หรือเค้นๆ ดันๆ ก็ไม่ใช่

ราบรื่นเหมือนทางด่วนพิเศษ : เส้นทางภายในจะราบรื่น เหมือน
ทางด่วนพิเศษ เอาจุดที่เราคุ้น ชอบก่อน พอเรารู้สึกว่าละเอียด
พอจะดูภาพได้ เราก็ดูภาพรวมจนคุ้น ถ้าเราชำนาญจริงๆ พอจะ
เข้าออกตรงไหนก็ได้ ดูตรงไหนก็ได้ วิธีการขึ้นกับความพร้อมของ
ใจเท่านั้น ว่าเราพร้อมขนาดไหน เราปรารถนาขนาดไหน

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๒๙

ถูกส่วนก็จะเคลื่อนไปเอง : ให้สังเกตและจับจุดให้ได้ ให้เอาจุดที่ดีที่สุด และจับจุดตรงนั้นเลย และให้เริ่มตรงนั้นเลย วางใจนิ่งๆ เชนๆ ที่กลาง ดูตรงกลางอย่างเดียว และมีความสุขตรงนั้นไปก่อน ถ้าถูกส่วนก็จะเคลื่อนไปเอง

ตามที่ใจเราต้องการ : เน้นให้ได้จุดสบาย มีความสุขก่อน ให้เน้นหยุดกับนิ่ง ทำซ้ำๆ ตอกย้ำซ้ำๆ จนกว่าใจเราจะทำได้อย่างชำนาญ จนกระทั่งเห็นได้ตลอดเวลา ตามที่ใจเราต้องการ **เพราะว่าตรงนี้เป็นฐานสำคัญของการศึกษาวิชาธรรมกาย**

ต้องฝึกพื้นฐานให้แน่น : “ลูกๆ ทุกคนมีบุญมากและตัดสินใจถูกต้องแล้ว” ให้เราฝึกหยุด ฝึกนิ่ง เราต้องรู้แจ้งเห็นจริงด้วยตัวเราเอง ต้องฝึกพื้นฐานให้แน่น เพราะถึงขั้นนั้น มันยากกว่านี้เยอะ เริ่มต้นจะยากเหมือนหัดเขียน ก.ไก่ ข.ไข่ ถ้าทำได้คล่องแล้วจะง่าย ถ้าได้แล้วจะใช้ได้ตลอดชาติ

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๓๐

อิทธิบาท ๔ : ถ้าเรามีความพร้อม ใจจะนิ่งแน่น เพราะฉะนั้น ย่ำตรงนี้ไปเรื่อยๆ ไม่ช้าหรือเร็ว แต่ต้องทำตลอดเวลา **ให้เอาใจใส่ มี จินตะ มีอิทธิบาท ๔** ต้องสังเกตว่า ที่เรานั่งดี เราทำอย่างไร ถ้าเรานั่งไม่ได้ดี เป็นเพราะอะไร

ใจมีความพร้อม : ใจเราจะต้องเกลี้ยง ๆ ไม่ติดในคน สัตว์ สิ่งของ ใจเราไม่รู้สึกกระทบอะไร แม้ว่าจะมีสิ่งภายนอกมากระทบก็ตาม ไม่ว่าอากาศจะเย็น ร้อน เห็นอะไร มันเฉยจริง ๆ เห็นสักแต่ว่าเห็น จะรู้ได้ต่อเมื่อเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันกับพระภายใน

ฝึกหยุดนิ่งให้สนิท : การเรียนวิชชาธรรมกาย ไม่จำเป็นต้องมีความรู้อะไรมาก่อน แค่นั่งเฉย ๆ แล้วจะเกิดแสงสว่าง เกิดภาพ เกิดการเห็นแจ้งและรู้แจ้ง เพราะฉะนั้น เราไม่จำเป็นต้องรู้อะไรมาก่อน ด้วยเหตุนี้ ตรงนี้ต้องแจ่มแจ้ง จิตบริสุทธิ์ เกลี้ยง มีความสุข เราจึงต้องฝึกหยุดนิ่งให้สนิท เห็นชัดเจน ตามตัวเองได้ ให้หายสงสัยไปตามลำดับ เป็นที่พึ่งของตัวเองได้จริงๆ

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๓๑

ผู้ในจักรวาล : มนุษย์หกพันกว่าล้านคน เป็นชาวพุทธพันกว่าล้านคน ได้ยินได้ฟังคำว่าวิชาธรรมกายก็น้อยลงไป ได้มาเรียนรู้วิชาธรรมกายก็น้อยลงไปอีก และได้มาศึกษาวิชาธรรมกายก็ยิ่งน้อยลงไปอีก อย่างลูกๆ ก็ยิ่งน้อยเข้าไปใหญ่ เทียบได้กับผู้ในจักรวาล เพราะเรามีบารมีในด้านนี้ ให้ตั้งใจกันให้ดี

ทำใจนิ่งๆ อยู่ตรงกลาง : เราต้องเป็นฐานทัพของพระนิพพาน ลูกมีหน้าที่ทำใจนิ่งๆ เฉยๆ ไม่ต้องสงสัยอะไร เพื่อให้พระนิพพานได้ลงมาแก้ไขเรา เหมือนเราเอาด้ายสนเข็ม ด้ายและเข็มต้องนิ่ง เข็มต้องนิ่งๆ ด้ายจึงจะร้อยได้ **พระนิพพานท่านนิ่ง แต่ศูนย์กลางกายเราไม่นิ่ง** แล้วเราจะให้พระนิพพานท่านแก้ไขเราได้อย่างไร เพราะฉะนั้น หน้าที่ของลูกๆ คือทำใจนิ่งๆ อยู่ตรงกลาง นิ่งอย่างเดียว แล้วจะเห็นชัดเจนความสงสัยหมดไป อย่าไปใช้ความคิด ถ้าใช้ความคิด จะไปไม่ได้ตลอด เพราะใจไม่นิ่ง จะทำให้เราลุ่มลึก เรามีหน้าที่ดู หยุดกับนิ่ง แล้วท่านจะเปิดให้เราเห็นง่าย ๆ

คุณครูไม่ใหญ่



สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๓๒

ก้าวกระโดด : ให้ลูกตั้งใจนั่งธรรมะกันให้ดี เพราะหาโอกาสอย่างนี้ยากให้ทั้งทุกสิ่งทุกอย่างให้หมด เพราะประสบการณ์ภายในของลูก ๆ ณ ตอนนี้สามารถจะก้าวกระโดดได้ สิ่งแวดล้อมตอนนี้ไม่มีงานมาเกี่ยวข้อง บรรยากาสเหมาะแก่การปฏิบัติธรรม ให้พวกเรา รักษาจุดตรงกลางไว้ให้ดีในทุกอิริยาบถ **ต้องทุ่มเทชีวิตจิตใจ ให้อยู่ตรงกลางของกลางให้ได้** พร้อมทั้งจะก้าวไปเรียนรู้อะไรต่ออะไรได้ให้ตั้งใจกันให้ดี ให้มององค์พระตลอดเวลาในทุกอิริยาบถ ตั้งแต่ตื่นนอนจนกระทั่งเข้านอน และให้มันคงทั้งหลับตา ลืมตานั่ง นอน ยืน เดิน

เพื่อความบริสุทธิ์บริบูรณ์แห่งการประพาสพรหมจรรย์ : เราเรียนธรรมเพื่อความบริสุทธิ์บริบูรณ์แห่งการประพาสพรหมจรรย์ เพื่อปราบมารประหารกิเลส ให้สิ้นเชื้อไม่เหลือเศษ ไม่ใช่เรียนเพื่ออยากเด่นอยากดัง อยากให้คนยกย่องชื่นชม ถ้าใครเตือนไม่ได้ ว่าไม่ได้ หงุดหงิด แสดงว่ายังไม่บริสุทธิ์ ยิ่งเรียนยิ่งต้องบริสุทธิ์เพิ่มขึ้น ความสุข ความบริสุทธิ์ ควบคู่กับความรู้อย่างเพิ่มพูนขึ้น ต้องรักษาความละเอียดของธรรมะไว้ด้วยงานหยาบไม่ได้เป็นอุปสรรคต่องานละเอียด

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๓๓

ถ้าหยุดใจได้ก็ได้ทันที : ลูกๆ ทุกคนมีบุญบารมีมากพอที่จะไปเรียนรู้ตรงนั้นได้อยู่แล้ว เหลือเพียงหยุดใจให้ได้ **ถ้าหยุดใจได้ก็ได้ทันที** ให้ชวนขวายเป็นคณะลูกนะ ฝึกทีละคนมันไม่ทัน ตอนนี้อยู่พออย่างพอมีแรงก็ฝึกกันจำนวนเยอะๆ ต้องฝึกไปพร้อมๆ กันอย่างนี้แหละ

ไม่ต้องสนใจรายละเอียด : ใครเข้ากลางองค์พระได้ ก็เข้ากลางไปเลย ให้มีความรู้สึกว่า องค์พระผุดผ่านตัวเรา ไม่ขัดไม่เป็นไร ยังไม่ต้องสนใจรายละเอียด **ให้รู้สึกว่าองค์พระผุดผ่านไปก่อนมองกลางไปเรื่อย ๆ**

เห็นและต้องเป็น : ถ้าพร้อมก็ฝึกฝนไปเลย ต้องเห็นและเป็นสิ่งนั้นด้วยนะ ต้องจำไว้นะ เห็นและต้องเป็น ปกติมนุษย์เห็นแต่ไม่เป็น แม้เสื้อผ้าก็ไม่ใช่ แค่อวมยังไม่สนิท ถ้าเป็นจะสวมสนิท กลืนเป็นเนื้อเดียว จะรู้แจ้งเห็นแจ้งไปพร้อมกัน เกิดจากหยุดกับนิ่งอย่างเดียว มีความสุข บริสุทธิ์ ถ้าได้อย่างนี้ลูกจะเรียนรู้ได้ตลอด

คุณครูไม่ใหญ่



สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๓๔

ทำให้ใจให้ใสๆ : เวลาของเราเหลือจำกัดแล้วนะ ช่วงเวลามนุษย์ ชัยลง อายุขัยบนโลกมันสั้น อย่างสมาชิกเขตในหลายคน ก็เดินทาง กลับดุสิตบุรีก่อนล่วงหน้า ให้เร่งทำความเพียรกันนะลูกนะ อะไรที่มันเป็นอุปสรรค...ทิ้งๆ ไป ทำให้ใจให้ใสๆ

ความแน่วมาใช้ตรงกลาง : ถ้าอยากทำอะไรจะได้เร็ว ต้องปรับ ทยาบให้ดี และต้องไม่มีทิฐิมานะ ยอมๆ กันบ้าง ปรับทยาบ กับละเอียด เอาความแน่วมาใช้ตรงกลาง แน่ใจ แน่ใจไปเลย ถ้าทำอย่างนี้ได้จะรวดเร็ว

เราเรียนเพื่อตัวเอง ทำแทนกันไม่ได้ : สำคัญที่สุด คือ หยุดกับ นิ่ง จิตนิ่งแน่ว ใจผ่องใส บริสุทธิ์ มีความสุข มีความรู้แจ้งเห็นแจ้ง ไปพร้อมๆ กัน ถ้าใจเป็นหนึ่ง นิ่งแน่ว สนิท สมบูรณ์ จะมีความสุขความบริสุทธิ์ แล้วภาพที่เห็นจะชัดเจน เห็นแจ้งรู้แจ้ง มันจะ ไปพร้อมๆ กัน นี่คือข้อสังเกต ที่ลูกๆ ต้องสังเกตตัวเองดีๆ ต้อง ขวนขวายด้วยตัวเอง เราเรียนเพื่อตัวเอง ทำแทนกันไม่ได้

ล้นแล้วจิตจะทยาบ : ถ้าใจไม่นิ่งแน่ว จะทำตามเขาไม่ทัน พอ ไม่ทันก็จะล้น เมื่อล้นแล้วจิตจะทยาบ ไม่มีความสุข จะไม่รู้แจ้ง ไม่เห็นแจ้ง เพราะฉะนั้น ต้องฝึกตรงนี้ให้ดี ทำให้ชำนาญ

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๓๕

ถ้าไม่มีจริงจะสละชีวิต : เราเห็นจนเรามั่นใจว่าเราเห็นจริง ๆ คนที่เคยเห็นเคยทำได้แต่ประมาท พอใครมาถามจึงบอกว่าไม่มีไปทำในสิ่งที่ไม่ควรทำ ต้องไม่เป็นแบบนี้ละลูกนะ มันบาป ไม่นั่นคุณยายจะนั่งทำไม ทุกวันทุกคืน วันละ ๖ ชั่วโมง ถ้าไม่มีจริง พระเดชพระคุณหลวงปู่ คุณยาย ท่านจะสละชีวิตทำไม **“ไม่ได้ตายเถอะ”** ดังนั้น ลูกต้องเรียนไปให้รู้จริงให้ได้นะ

สวมหัวใจนักสู้ : ช่วงนี้เป็นวิกฤตพระศาสนาไม่ต่างอะไรกับสมัยสงครามโลกครั้งที่ ๒ เหมือนสมัยพระเดชพระคุณหลวงปู่ คุณยาย แต่ไม่มีเครื่องบินทิ้งระเบิดบนหัวเราเท่านั้น แต่ภัยที่มีขณะนี้**มีผลต่อการล้มล้างทำลายพระศาสนาอีกรูปแบบหนึ่ง และการที่จะเผยแพร่วิชาธรรมกายที่จะมีผลต่อการทำวิชาปราบมารได้ไม่สะดวก** ซึ่งจะกระทบมาถึงเราในที่สุด ลูกต้องละเอียดทั้งวันทั้งคืน ต้องเป็นนักสู้อย่างถูกหลักวิชา ต้องง่าย ๆ สบาย ๆ ละเอียดตลอดเวลา อย่าชะล่าใจ

มุ่งศึกษาธรรมะ : ตอนหลวงพ่อกำลังไปเรียนธรรมะกับยาย ก็ไม่ได้สนใจอะไร มีคนพยายามจะทำให้หลวงพ่อกะทบกระทั่ง แต่หลวงพ่อก็อเฉย ๆ ไม่สนใจ **เพราะมุ่งศึกษาธรรมะจากคุณยาย** เป็นธรรมชาติของหลวงพ่อกับยาย และได้รับการหล่อหลอมจากคุณยาย... จึงไม่กระเทือน

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๓๖

คุณยายท่านเป็นเหมือนม้าอาชาไนย : คุณยายท่านมุ่งมาดศึกษาวิชาธรรมกาย ท่านก็โดนกระแทกแต่ก็ไม่กระเทือน มุ่งศึกษากับพระเดชพระคุณหลวงปู่อย่างเดียว สิ่งทีกลัวอย่างเดียวนั่นคือ คุณยายกลัวตอบคำถามหลวงปู่ไม่ได้ ท่านเป็นเหมือนม้าอาชาไนย ถ้าพระเดชพระคุณหลวงปู่ท่านเตือนใคร คุณยายจะไม่ทำอย่างนั้น

ใจคุณยายอยู่กลางของกลางตลอดเวลา : เรื่องที่โดนดุก็อย่างที่เคยเล่าให้ฟัง คุณยายโดนดุครั้งเดียว คือ เรื่องที่ถามว่า “สงครามโลก เยอรมันเป็นไงวะ” คุณยายตอบว่า “เยอรมันแพ้เจ้าค่ะ” อยู่กับพระเดชพระคุณหลวงปู่มา...โดนดุครั้งเดียว เรื่องเยอรมันแพ้ คุณยายโดนเรื่องงาน เรื่องอื่นๆ ไม่มี ความเป็นอยู่ ความประพฤติ เรื่องการกระทบกระทั่ง เรื่องอื่นๆ ไม่มี และอีกเรื่อง คือ เรื่องอาหาร ไม่รู้ว่าอะไรอร่อยหรือไม่ ก็ตอบท่านไม่ได้ว่า ปลาสดอร่อยตรงไหน ไม่รู้ กินอาหารอะไรก็ได้ให้มันหนัก ๆ ท้องเข้าไว้ คิดแต่จะทำวิชาอย่างเดียว เข้าห้องน้ำ ชักผ้า ใจคุณยายอยู่กลางของกลางตลอดเวลา

คุณครูไมใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๓๗

เอาทิฐิมานะไปใช้ในทางที่ชอบ : ถ้าลูกรักที่จะศึกษาวิชาธรรมกาย ต้องทำอย่างคุณยาย แล้วก็เป็นอย่างคุณยาย เอาทิฐิมานะมาใช้สำหรับปราบพญามารเท่านั้น **เอาทิฐิมานะไปใช้ในทางที่ชอบ ที่จะใช้กับนักรบด้วยกันไม่มี** เคยมีพวกอ่อนไหวง่ายมาด่าท่าน ท่านก็พูดเพราะๆ เชิญเธอด่าไป...เดี๋ยวฉันนั่งเข้าที่ เพราะท่านไม่มีอารมณ์ร่วม

มีเป้าหมายไปปราบไอ้ดำ : จะเรียนธรรมะได้ดีต้องเอาอย่างคุณยาย มกน้อย สันโดษ ไม่คลุกคลีด้วยหมู่คณะ ยินดีปัจจัยตามมีตามได้ มีเป้าหมายไปปราบพญามาร **“ใครจะไปนิพพานก็ไปเถอะ ยายจะไปปราบไอ้ดำก่อน”** ที่เห็นมีพูดอยู่ ๒ ท่าน คือ คุณยาย ปุกกับคุณยายของเรา

ไม่ติดอะไรเลย : คุณยายท่านไม่ติดอะไรเลย แล้วโดยธรรมชาติของหลวงพ่อก็เป็นแบบคุณยาย อยากนั่งหลับตา แต่ติดอยู่ในใจว่าอะไรที่พระเดชพระคุณหลวงปู่สั่งไว้ต้องทำให้สำเร็จ กำลังพยายามทำอยู่ เพราะมนุษย์ต้องปรับปรุงคุณภาพชีวิต ถ้ามนุษย์ไม่รู้เรื่องความจริงของชีวิต ก็จะเป็นอุปสรรค สร้างบารมีลำบาก เหมือนพุทธบุตรที่ไปอยู่ภาคใต้ จะต้องทำให้ทุกคนเข้าถึงพระธรรมกายให้ได้ เพราะคนที่เข้าถึงพระธรรมกายเขาจะมีความสุข ซึ่งเป็นสิ่งที่หลวงพ่อบรรณามาตลอดชีวิต

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๓๘

ปลูกฝังนิสัยคุณยายอาจารย์ ฯ : โดยธรรมชาติ หลวงพ่อชอบอยู่นิ่ง ๆ ที่ DMC ยังไม่ใช่ตัวจริง แต่ต้องทำ ต้องสวดมนต์ ขยายงาน ให้เรียนรู้วิชาธรรมกายไปได้ระดับหนึ่ง คุณอภัยชัย คุณสุธรรมเผยแผ่ ค่อยส่งมอบกันไปเผยแผ่ ก็ส่งต่อ ๆ กันไป ไปเป็นพระอาจารย์ เป็นพี่เลี้ยงดูแลการปฏิบัติธรรมให้กับผู้มีบุญในประเทศต่าง ๆ ลูก ๆ ต้องทำแบบคุณยายนะ ให้เข้าไปในจิตวิญญาณ ปลูกฝังนิสัยคุณยาย จะได้นั่งธรรมะได้ดีเหมือนท่าน

ทำตามคำสอนคุณยาย ฯ : มาตกลงกันก่อน **อยากเด่นอยากดัง มีมานะทูลู ติดในลาภสักการะ อย่าเป็นอย่างนี้** หลวงพ่อจะฝึกแบบที่หลวงพ่อฝึกคุณยาย ลูกพร้อมไหม ไม่พะเน้าพะนอกันนะ จะได้รู้เรื่องเดินตามคุณยาย ทำตามคำสอนคุณยาย

อย่าไปติดกะโหลกกะลา : คุณยายเป็นอย่างไร เราเป็นแบบท่าน เป็นนักรบกองทัพธรรมอย่างแท้จริง วิชาจะได้เชี่ยวชาญ หลวงพ่ออายุเพิ่มขึ้น ไม่ใช่ลดลง เพราะฉะนั้น ลูกต้องตั้งใจฝึกกันนะ อย่าไปติดกะโหลกกะลา **อย่าอยากเด่นอยากดัง อย่าติดในลาภสักการะ คนขึ้นชมสรรเสริญไม่เกิดประโยชน์อะไร**

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๓๙

ถ่ายทอดคุณธรรม : สมัยที่คุณยายทำวิชชากับพระเดชพระคุณหลวงปู่ คุณยายจะเดินทางแค่งานทำวิชาไปหอนัน และศาลาหลวงปู่ที่รับแขก จนกระทั่งพระเดชพระคุณหลวงปู่มรณภาพแล้ว ท่านก็ถ่ายทอดคุณธรรมความรู้จากพระเดชพระคุณหลวงปู่มาให้หลวงพ่อ หลวงพ่อก็ถ่ายทอดมาให้ลูกๆ ทุกคนต่อ ทำแบบท่านจะได้เป็นแบบท่าน

ไม่ขาดการเห็นภาพภายในเลย : หลับตา หนึ่งๆ อย่าให้มีอะไรเหนียวรั้ง ง่าย ๆ สบาย ๆ หนึ่งเข้าไปในกลางองค์พระของท่าน ที่ใสสว่างใหญ่โต ไปให้ถึงจุดที่เราไม่ขาดแสงสว่างเลยทั้งกลางวันและกลางคืน ทั้งลืมตาหลับตา นั่งนอนยืนเดิน ไม่ขาดการเห็นภาพภายในเลย ไม่ขาดพระรัตนตรัยภายใน เป็นอันหนึ่งอันเดียวกับพระรัตนตรัย พระธรรมกายเห็นต่อเนื่องไปเลยทั้งวันทั้งคืนต่างจากมนุษย์ทั่วไป ต้องให้หนึ่งแน่น ละเอียด ถ้าเราหนึ่งแน่น เข้าไปถึงท่านผู้มีอานุภาพมากภายใน ผู้รู้ผู้มีอานุภาพภายใน... ให้ท่านยอมรับเรา ละเอียดและเป็นหนึ่งเดียวกับพระธรรมกาย จนสามารถให้เราใช้อานุภาพของท่านได้ ถ้าเราหนึ่งแน่นจริง

ความบริสุทธิ์ของใจ : ดูตรงกลางอย่างเดียว เน้น...หยุดกับนิ่ง ตรงกลางของกลาง ความบริสุทธิ์ของใจ ความตั้งมั่น ความนิ่งแน่น นุ่มนวลควรแก่การงานของใจ ทำได้อย่างนี้ อย่างนี้ง่ายเลย

คุณครูไม่ใหญ่



สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๕๐

หลับไปในกายที่ไม่ฝัน : ใครหลับแล้วยังฝันบ้าง มีไหม ต้องนอนหลับไปในกายที่ไม่ฝัน คือ ต้องนอนในกายที่ไม่ฝัน เลยกายฝันไปอีกหน่อย องค์พระท่านไม่ฝัน หลับในพระ แม้ฝันจะวนเวียนในกุศลกรรมก็ตาม...ยังเป็นกายฝันอยู่ ยังหลับหยาบไปนิด ต้องหลับที่จะเอียดกว่าเดิม หลับให้ละเอียดกว่าเดิมที่คุ้นเคย ดินะ...หลับก็พระ ดินก็พระ

ลืมตาที่ไม่มีขอบเขต : ชาวโลกเขาคิดอะไรกันบ้างวัน ๆ ลองนึกดูดี ชีวิตชาวโลกไม่เกิดประโยชน์ แล้วเทียบกับของเรา ชีวิตชาวโลกตั้งแต่ตื่นนอนเมื่อนอนก็ยังฝัน วัน ๆ คืน ๆ หมดเวลาไปเปล่า ๆ วนเวียนหลับแล้วยังเอาไปฝันต่อ แต่ของเรามีชีวิตอย่างมีประโยชน์ ต้องละเอียดจนเรารู้สึกว่า อะไร ๆ ก็ไม่มีขอบเขต ไม่มีรั้วขังเรา ลูกต้องได้ในระดับนี้ ลืมตาที่ไม่มีขอบเขต

ข้างในยิ่งเร็วยิ่งชัด : ของข้างในยิ่งเร็วยิ่งชัด แต่ของข้างนอกยิ่งเร็ว ยิ่งไม่ชัด ข้างในยิ่งเร็วมาก ๆ ยิ่งชัดมาก ๆ ฝึกให้ได้นะลูกนะ จะเร็วได้ ใจต้องหยุด นิ่งแน่น ใจต้องไม่ติดอะไรเลย ใจต้องเกลี้ยง ๆ ติดอยู่แต่ข้างใน ไส้ สว่าง คล่องแคล่ว ว่องไว ใจมีพลัง เข้ากลาง คล่อง ว่องไว ใจมีพลัง

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๔๑

ใจคุณยายมีความสุข : หลวงพ่อเคยถามคุณยายว่า “เบื่อไหม อยู่แค่ไม่กี่ที่ในวัดปากน้ำ อึดอัดไหม” ท่านตอบว่า “ไม่เลย ยายมีความสุข ค้นวิชาตลอด ยายกลัวตอบคำถามพระเดชพระคุณหลวงปู่ไม่ได้” ในพื้นที่วัดปากน้ำ ๑๖ ไร่ คุณยายใช้พื้นที่เพียง ๑ ไร่...จากโรงงานทำวิชาไปหอนั่น...กลับไปโรงงานทำวิชา...กลับที่พัก ใจคุณยายมีความสุข exercise ของยายก็ปิดกวาดเช็ดถู เสนาสนะ ชักเสื้อผ้า ค้นวิชาไปด้วย มหัศจรรย์ อยู่ในที่มีขอบเขตจำกัดแต่ไม่จำกัด unlimited ดินะ

มีความสุขในทุกหนทุกแห่ง : ลูกต้องมีความคิดอย่างนี้ พระเดชพระคุณหลวงปู่กับคุณยายท่านไปรู้เห็นอะไรนะ เราต้องคิดว่า เราอยากจะไปรู้เห็นอย่างนั้นบ้าง แล้วลูกจะมีความสุขในทุกหนทุกแห่ง ดีทุกอย่างก้าว และอยู่ในช่วงที่ลูกแข็งแรง สดชื่น ปลอดภัย อดทน คิวนเวียนอยู่อย่างนี้ สุดยอด ลูกจะไปสู่ความละเอียด เดี่ยวความละเอียดจะมา ลูกจะรู้สึกว่าเป็นมนุษย์มหัศจรรย์ จะมหัศจรรย์ว่า เรามาถึงตรงนี้ได้อย่างไร

คุณครูไม่ใหญ่



สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๔๒

เราไม่ได้ติดอะไรเลย : หลวงพ่ออุดงค์ตั้งแต่ยังเด็ก เขาเอาไว้ที่โน่น ๒ เดือน ที่นั่น ๓ เดือน ออกอุดงค์ตั้งแต่ยังเด็ก ๗ ขวบก็อยู่โรงเรียนตะละภฏแล้ว ตอนกลางคืนมีนักเรียนอยู่คนเดียว เจ้าของโรงเรียนไปไล่จับนกกระจอก ทั้งโรงเรียนมีมนุษย์ ๑ คน ๗ ขวบ มี bodyguard ๒๔ ตัว ตอนแรกต่างคนต่างอยู่ บางทีนอนด้วยในมุ้ง ๒ - ๓ ตัว จะมีกายละเอียดมาเป็นเพื่อน ได้ยินแต่เสียง เรียกชื่อแต่ไม่เห็นตัว ห่างจากมุ้งประมาณ ๓ เมตร ทำเสียงเหมือนน้ำชาหยพอหลวงพ่อกออกจากมุ้ง เสียงไปอยู่หัวบันได ก็ตามไปที่หัวบันได แล้วเสียงก็ไปอยู่ที่เชิงบันได พอตามเสียงไป เสียงก็ไปไกลออกไปที่ประตู แล้วก็ไปประตูรั้วของโรงเรียน เปิดไปไม่เจอใครเลย ก็กลับมานอนต่อ หลวงพ่อไม่กลัว เพราะไม่เห็นตัว และตอนนั้นยังไม่รู้จักความกลัวพอ ๘ - ๙ ขวบก็ย้ายบ้านไปเรื่อย

การอุดงค์ตั้งแต่เด็กทำให้หลวงพ่อกไม่ติดอะไรเลย จะได้ประโยชน์ในการปฏิบัติธรรม คือ**เราไม่ได้ติดอะไรเลย** เกลี้ยงๆ คนละเรื่องกับการไม่อยากดูแลตอบแทนคุณพ่อแม่ แต่เราจะตอบแทนให้ดียิ่งกว่าลูกทั่วๆ ไปที่ทำกับพ่อแม่ คือ ให้ท่านได้บุญ เพราะฉะนั้น **อย่าติดกะโหลกกะลา** ถ้าท่านคิดถึงเรา ท่านจะมาหาเรา ได้มาทำบุญ ถ้าเราอยู่วัด ท่านก็มาหาเรา ถ้าเราไปบ้าน ท่านก็ไม่มาวัด จะได้บุญที่ไหน ยกเว้นเจ็บไข้ได้ป่วยมาก ไม่มีใครดูแล

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๔๓

ใจจะตกตะกอน : เราฝึกดูไปถึงจุดที่ไม่มีความคิดปรุงแต่งให้เกิดขึ้นจากธรรมชาติ จากญาณทัสสนะจริง ๆ ถ้ามีความคิดปรุงแต่งให้ทิ้งไปเลย อย่าเสียดายความคิดปรุงแต่ง เริ่มใหม่ ทำใหม่ ความคิดปรุงแต่งจะมาอย่างแนบเนียน บางทีเราแยกไม่ออก ส่วนความคิดปรุงแต่งที่เรา รู้ก็ต้องเอาออกไป ต้องฝึกนั่งไปเรื่อย ๆ จะแยกออกเอง ใจจะตกตะกอน เหลือสิ่งที่ใส ๆ จะแยกออก ไม่มีอะไรปรุงแต่ง

ถ้าใจติดอยู่ก็ไม่ละเอียดย : ให้ลูกหยุดนิ่งไปถึงจุดที่ละเอียดที่สุดของเราเอง อย่างสบาย ๆ ปล่อยหลุดปล่อยพันไปเลย ไม่ให้มีอะไรเหนียวรั้งเลย ใจเราจึงจะได้ละเอียด ให้ปล่อยหลุดปล่อยพันไปถึงผู้มีอานุภาพภายใน จนกระทั่งท่านผู้รู้ภายในท่านยอมรับ ส่งต่อ ๆ กัน ให้เราได้ไปรู้ไปเห็น ไม่ว่าจะเป็นคน สัตว์ สิ่งของ ไม่ให้ติดอะไรเลย ถ้าใจติดอยู่ก็ไม่ละเอียดย ไม่ละเอียดยก็ไม่เห็น เราต้องละเอียดย

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๔๔

ต้องสอนตัวเอง : เราจากเรือนก็เหมือนนกที่จากคอน ถ้ากลับบ้านไปก็จะมีเรื่องราวเยอะแยะตามมา ใจก็จะติด ใจจะหยาบ ในช่วงจังหวะชีวิตในขณะนี้ เป็นจังหวะที่ดีที่สุดของชีวิต ในชีวิตหนึ่งมีเพียงครั้งเดียวเท่านั้น เพราะลูกยังมีความแข็งแรงอยู่ และหลวงพ่อก็ยังพอมีแรงที่จะสอน เพราะฉะนั้น **ลูกต้องสอนตัวเองให้ได้** อย่าไปติดอะไร เพื่อลูกจะได้ไปถึงจุดที่จะได้ไปรู้ไปเห็น ในสิ่งที่ชาวโลกเขาไม่อาจไปรู้ได้ ลูกก็จะได้ช่วยเหลือตนเองได้ เป็นอยู่ได้ด้วยตัวเอง ในขณะนี้ร่างกายเรายังแข็งแรงต้องเอาให้ได้ เพราะถ้าเลยช่วงนี้ไป หลวงพ่ออายุมากขึ้น ต่อไปร่างกายของลูกก็ต้องเสื่อมไปเรื่อย ๆ จะนั่งไม่ค่อยไหว แต่ถ้าได้ประสบการณ์ที่นิ่งแน่นแล้ว มีธรรมะ เมื่อถึงเวลานั้นเราจะได้ช่วยเหลือตนเอง เอาตัวรอดได้ เป็นที่พึ่งให้กับตนเองและคนรอบข้างได้ ช่วงนี้ต้องเอาใจใส่ อย่าให้มีเรื่องอะไรมากนัก ทั้งทุกอย่าง อย่าให้มีสิ่งเหนียวรั้ง

ภารกิจที่ยิ่งใหญ่ : เรายังมีภารกิจภายในที่ยิ่งใหญ่รออยู่อีกมากมาย เป็นเรื่องสำคัญทั้งนั้น ให้ลูกนิ่ง ๆ เดียวก็จะเห็นเอง ความชัด ใส สว่าง ความสุข ความบริสุทธิ์จะเกิดขึ้น ความละเอียดจะเพิ่มขึ้น

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๔๕

หมั่นสอนตัวเอง : ลูกต้องหมั่นสอนตัวเองให้ได้ เพราะหลวงพ่อบໍมีเวลาและอารมณ์มาสอนบ่อยๆ คนอื่นสอนก็ได้แค่ระดับหนึ่ง เราต้องสอนตัวเองให้ได้ อะไรจะดีไปกว่าที่เราจะสอนตัวเองได้ ลูกจะได้ช่วยเหลือตัวเองได้ เป็นอยู่ได้ด้วยตัวเอง ต้องไม่กลับบ้านบ่อย ถ้าไม่จำเป็นจริงๆ เพราะถ้ากลับบ้าน ใจจะหยาบ

ดื่งกับหย่อน : นั้เป็นอย่างไรบ้าง ทำงก็ไดให้มันนิ่ง รู้หลักวิชา อยู่แล้ว ทำงก็ได ที่ติดมีแค่ดื่งกับหย่อน ลูกเลยฟังมาแล้ว เหลือแต่ดื่งกับตั้งใจ แก่แค่ทำแบบธรรมดา ลูกต้องสังเกตดูตัวเอง เมื่อไรเรารักที่จะอยู่เฉียบๆ ภายใน มีความคิดอยากไปรู้เห็นภายใน ที่พระเดชพระคุณหลวงปู่ คุณยาย รู้เห็นเป็นอย่างไร อยากไปดูให้รู้จริง แล้วชวนชวาย อย่างนี้เริ่มใช้ได้ ถ้ายังม่มีความคิดนี้อย่างจริงจัง หรือเป็นช่วงๆ แปลว่า ยังห่าง แสดงว่ายังนิ่งแน่มไม่พอ อยู่ระหว่างดื่งหรือหย่อน ต้องสังเกตดู

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๔๖

ต้องเอาใจใส่ : ลูกเริ่มมีความรู้สึกที่หลงพอว่าหรือยัง เพราะได้แค่ครั้งเดียวในชีวิต ไม่มีครั้งที่ ๒ หากลูกผ่านวัยนี้แล้ว เลยกความแข็งแรงในชีวิต สังขารมันเสื่อมไปแล้ว **ตอนนี้หลงพอยังไหม ถ้าสังขารหลงพอเสื่อมกว่านี้ หลงพอไม่ไหวแล้ว ลูกก็ต้องนั่งคนเดียว ไม่มีหลงพอมานั่งด้วย** เพราะฉะนั้น ลูกต้องเอาใจใส่

เห็นและสุขคู่กัน : จำไว้นะลูก ต้องเห็นและสุขคู่กันไป จะเกิดความสุขบริสุทธิ์ ชัดใส สว่าง หยุดนิ่งอย่างสบายๆ นิ่งในนิ่งเข้าไปในกลางอย่างสบายๆ นิ่งจึงจะเห็นชัด **เพราะวิชาธรรมกายเรียนด้วยภาพ** ต้องนิ่งในนิ่งอย่างเดียว จึงจะเห็น จึงจะไปทำวิชาได้

ดิ่งเข้าไปเลย : หยุดนิ่งในกลางองค์พระอย่างสบาย สบายที่สุด ง่ายที่สุด เข้าไปก่อนอย่างสบายๆ เราไม่เหมือนช่างนอก เขาขับรถต้องลุ้น เร่ง แต่เราต้องนิ่งจึงจะเร็วแรงเอง

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๔๗

อย่าตอบแบบประมาดผล : นิ่งเข้าไปอย่างสบายๆ ต้องสบายๆ นะลูกนะ จำไว้คำนี้ต้องนิ่งต้องสบาย อย่าให้มีลุ้น อย่าลุ้นนะลูก ไม่ต้องกลัวไม่ทันคนอื่น เราได้แค่นี้ เอะแค่นั้นไปก่อน เดี่ยวจะดี แค่นี้ๆ สบายๆ เดี่ยวก็ทันกัน เพราะมันไม่เกิดประโยชน์ มีให้เรา ดูแค่นี้ก็ดูไปอย่างสบายๆ ต้องนิ่งจึงจะเร็วแรง ไปให้สุดองค์พระ ให้นิ่งต่อไป ไปอย่างสบายๆ แล้วจะดีขึ้นไปเรื่อยๆ

ตื่นเต้น : อย่าตื่นเต้น ให้หายตื่นเต้น ต้องรีบหาย เพราะเราไม่มีเวลามาก **ตื่นเต้นบ้างให้เป็นเพียงครั้งเดียวก็พอ** พอเป็น idea จำไว้นะลูก แค่นี้ๆ เท่านั้น ต้องสบายๆ แล้วจะดีขึ้นเรื่อย ๆ

นิ่งอย่างสบายๆ : นิ่งในนิ่งในกลางองค์พระ ถ้าองค์พระยังไม่ชัด ให้ทำองค์พระให้ชัดใสยิ่งกว่าลืมตาเห็นก่อน เอาตรงนี้ให้ได้ก่อน ไม่ช้าหรอก นิ่งๆ เข้าไว้ นิ่งอย่างสบายๆ นะลูก

นิ่งในนิ่ง : นิ่งเข้าไปในกลางองค์พระในองค์พระ เอาเท่าที่ได้ ทำอย่างง่าย ๆ สบายๆ มีความสุข อย่าไปลุ้นนะ นิ่งในนิ่ง นิ่งแน่นจะ มาพร้อมกับความชัด ใส สว่าง ความสุขและความบริสุทธิ์ ลูกนิ่ง เข้าไปนะ นิ่งเข้าไปเรื่อย ๆ อย่างสบายๆ กำลังจะดีขึ้นแล้ว

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๔๘

เห็นภัยในวัฏสงสาร : ถ้าไม่นั่ง ไม่สุข อย่าลืมนะ นี่คือข้อสังเกต ช่วงต้นแค่ทำให้สบาย จะได้เข้าที่กลางกายได้ง่าย นั่งง่าย ทำใจนิ่งเฉย ๆ จะเห็นชัด ถ้าดูแบบเพ่งจะละเอียดขึ้นมาทีละนิด ดูเฉย ๆ จะได้ขึ้นมาเยอะ ๆ อย่าเพ่ง **ดูธรรมดา เอาแบบผู้เห็นภัยในวัฏสงสาร เห็นโทษภัยไม่เอาอะไรเลย** อย่างนั้นแหละ จะนั่งเห็นได้เร็วทีเดียว ต้องเห็นภัยในวัฏสงสารเหมือนท่านโชติกเศรษฐี มีสมบัติจักรพรรดิ ตักไม่พ่อง แต่ความเป็นหนุ่มพ่องหล่นมาทุกวัน **สมบัติจักรพรรดิที่ตักไม่พ่อง แต่ไม่อาจต้านทานความแก่ได้** เมื่อเห็นภัยก็ “อย่างนี้ไม่เอาดีกว่า ไม่เอาสมบัติ” คิดง่าย ๆ ตอนสาว ๆ หน้าขาวผผดำ ตอนแก่ ๆ หน้าดำผผขาว เห็นภัยอย่างนี้เข้ากลางด้นัก เห็นภัยในวัฏสงสาร เห็นแล้วเบื่อ อย่างนี้ไม่อยากมีภัย **อยากปลอดภัย หาหลุมหลบภัย ต้องหาหลุมให้เจอ เรียก “หลุมสว่าง”** ไม่ใช่หลุมดำในอวกาศ อย่างนี้เห็นรายละเอียด สิ่งที่อยู่ในหลุมสว่าง ชัดเจนอยู่กลางกาย

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๔๙

อาเหลา : เมื่อวานมีโยมมาหาหลวงพ่อกับชื่ออาเหลาอายุ ๘๐ ปี หลวงพ่อกถาม อาเหลานั่งธรรมะเป็นอย่างไรบ้าง อาเหลาตอบว่า **ไม่มีอะไรเลย มีแต่ที่โล่งๆ กว้างๆ มีแต่องค์พระ**

ใจเกลี้ยงๆ : ชีวิตที่ผ่านมาหลวงพ่อบอกตอนที่ไปเรียนธรรมะกับคุณยาย เพราะ

๑. แข็งแรง

๒. ไม่มีเครื่องกังวล

๓. มีอารมณ์ดี อารมณ์เดียว อารมณ์อื่นไม่เข้า จนเพื่อน ๆ ถามว่าโกรธเป็นไหม หลวงพ่อยิ้มๆ นี่ก็ไม่ออก ไม่ใช่หมดกิเลส มันไม่มีอารมณ์รับอะไร จะสอบตก วิฑูรย์ อนาคตไม่มีกิน ฉะๆ ใครจะกระทบกระทั่งก็เฉยๆ ใจตอนนั้นแค่อยากรู้ว่า **พระเดชพระคุณหลวงปู่** คุณยาย ไปเรียนรู้อะไร อยากไปเรียนรู้บ้าง คิดแค่นี้เอง ชอบตอนคุณยายรับแขก ตอบเรื่องนรก - สวรรค์ ชอบช่วงนั้นมากที่สุด ชอบอารมณ์ดี ๆ สบาย ๆ มีความสุข

คุณครูไม่ใหญ่



สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๕๐

บ้านหลังเล็ก : หลวงพ่อชอบจังเลย อยู่กับคุณยาย ชอบบ้านหลังเล็ก ถัดมาก็เป็นบ้านธรรมประสิทธิ์ ตั้งใจสร้างวัดตอนแรก ๒๑ รูป ตอนอยู่บ้านหลังเล็กเห็นมาเป็นทีมคงยุ่งในอนาคต เลยต้องตัดทวงความสุขตอนอยู่บ้านหลังเล็ก เห็นทีมตั้งแต่อยู่ในบ้านหลังเล็ก คุณยายท่านตามคนมา ทีมทุนที่แต่วิธีการหาที่...มหัศจรรย์ คุณยายถามหลวงพ่อกว่า “**ท่านจะเอาแบบไหน**” พุดราวกับคุณยายเป็นเจ้าของที่ทั่วโลก หลวงพ่อก็บอกคุณยายว่า “**ก็เอาที่ดินน้ำ ไปมาสะดวก ประมาณ ๒๐๐ ไร่ ฟรี**” เพราะบ่จี้ คุณยายก็ตอบ “**ค่ะ**” คุณยายถาม spec หลวงพ่อบอกแล้วท่านก็นั่งหลับตา

อารมณ์ดี อารมณ์เดียว : คุณยายออกจากเรือนเหมือนนกที่จากคอน ลูกต้องฝึกให้ได้นะ ให้ปลอดกังวล มีอารมณ์ดี อารมณ์เดียว เอาให้ได้

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๕๑

นั่งเฉยๆ : นั่งได้ตึ้นะ อะไรมันจะง่ายกว่านั่ง อย่างอื่นต้องลำบาก ลำบ่น **นั่งเฉยๆ ไม่มีอะไรง่ายกว่านี้แล้ว**

ต้องฝึกกันหนักๆ : ใครยังฟุ้งบ้าง ช่วงสั้น ช่วงยาว ฟุ้งหามาหรือ มาเอง ต้องไม่ให้มีความฟุ้งเลย ถ้าเราจะเป็นนักรบต้องไม่มีความ ฟุ้งให้ในกลางมีแต่ดวง องค์พระ มหาปฐนียาจารย์ และภารกิจ เรา ต้องฝึกกันหนักๆ ซ้ำๆ ให้มันเป็นจริงๆ เป็นแบบคลุมๆ เครือๆ ไม่เอา ทำไม่ได้...ไม่ใช่ มันต้องแจ่มแจ้งหายสงสัย คุณยายท่าน ต้องแจ่มแจ้งจริงๆ ท่านจะเน้นมากตอนสอนหลวงพ่อ **ต้องให้ชัด ใส แจ่ม จริง เข้าใจ** ต้องฝึกให้ได้แบบนี้

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๕๒

แปะติด : ฟุ้งไม่ให้มีทั้งในห้องนอกห้อง แม้นอกห้องก็ไม่ให้มีฟุ้งเหมือนกัน นอกห้องแปะติดกันหรือเปล่า แปะติด...ไม่น่าจะฟุ้งต้องติดในระดับที่ไม่ฟุ้ง

คอยวันที่พร้อม : คุณยายท่านไม่มีฟุ้งเลย แม้ชักผ้า...ข้างในท่านก็ทำงานตามที่พระเดชพระคุณหลวงปู่สั่งด้วย ลูกยังไม่ถึงตรงนั้น คอยวันที่พร้อม

คำทูกคำมาจากภพภายใน : นิ่งในนิ่ง ให้ใจตั้งมั่น ต้องขัดแจ่ม ถ้านิ่งหลวมจะขัดแบบคลุมเครือ ต้องนิ่งแน่นจึงจะขัดแจ่ม ขัดมาก ๆ และมีความสุข ความบริสุทธิ์ ต้องสุข ไม่ใช่ไม่สุขไม่ทุกข์ ทั้งสุข ทั้งบริสุทธิ์มาก ๆ สว่างมาก ๆ เพราะคำทูกคำมาจากภพภายใน เราต้องเห็นเท่านั้นจึงจะเข้าใจ การเข้าถึงกลางก็จะคล่อง

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๕๓

เห็นชัดในทุกๆ อิริยาบถ : ใครยังฟุ้ง...มาเองหรือเพลอ เราเอาชนะให้ได้นะ ลูกต้องฝึก เนื่องจากเรามีอิริยาบถทั้ง ๔ นั่ง นอน ยืน เดิน ทำให้มีความแตกต่างกัน คือ ลืมตา หรีตา ปรีอตา หลับตา ลูกก็ต้องฝึกให้เห็นภาพภายในให้ชัดในทุกๆ อิริยาบถ ทั้งลืมตา หรีตา ปรีอตา หลับตา เพราะลูกยังต้องใช้อิริยาบถอยู่ แม้ลืมตา นอกห้อง เราก็นั่งได้ ชัด ใส สว่าง หรีตาก็เหมือนกัน ปรีอๆ ตา แม้ตอนใกล้จะหลับ ก็ต้องเห็นชัดให้ได้เท่ากัน และทำได้ทุกที่ไม่ว่าจะอยู่ตรงไหนก็ตาม ถ้าฝึกตรงนี้ได้ ก็จะหมดปัญหา แล้วเราต้องคิดอย่างนี้นะ ทุกคนต่างก็เชียร์เราให้เข้าถึงธรรม เชียร์ซึ่งกันและกัน กองเชียร์เราเยอะแยะ เราก็ฝึกซ้ำๆ ให้มันชัด เหมือนการถางหญ้าในสวน ถางหญ้าด้านหลังไปถึงด้านหน้า ทำซ้ำๆ เท่ากับเราถางทางที่รก ให้ชัดในเส้นทางสายกลาง ให้เกลี้ยง ถ้าหยุดนิ่งต้องบริสุทธิ์ ใจไม่ติดอะไร ไม่มีอะไรเหนียวรั้ง เข้ากลางได้อย่างง่ายๆ

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๕๔

ฟังหรือไม่ : ฟังใหม่ ฟัง...เรารู้ว่าฟัง ไม่ฟัง...เรารู้ว่าไม่ฟัง ถ้า ฟังนิด ๆ แสดงว่ายังนิ่งแน่นไม่สมบูรณ์ **ต้องนิ่งแน่นในระดับที่ ไม่มีช่องว่างให้ความคิดอื่นมาแทรก** นิ่งแน่นมาพร้อมความสุข ความบริสุทธิ์ เกลี้ยง ๆ ใจบริสุทธิ์ไม่ติดอะไร จะนิ่งแน่น...ใจจะมา ตั้งที่เดิม พอบริสุทธิ์ก็ต้องสว่าง ถ้าบริสุทธิ์ต้องสว่าง มีความสุขต้อง สว่าง สุขแล้วไม่สว่างไม่ได้ สุขแบบไม่สว่าง ยิ่งสุข ๆ ดิบ ๆ สุขไม่ สมบูรณ์ สว่างแล้วต้องเห็น ไม่เห็นมีที่เดียวคือที่มีด ถ้าไม่มีดต้อง สว่าง ต้องเห็น เห็นในระดับไหน ระดับชัดอย่างน้อยเท่าลืมหิน เห็น ถ้าสลับจะเห็นไม่ค่อยชัด ถ้าสว่างต้องชัด สิ่ง que เห็นในความสว่าง ต้องใส ๆ มีมูลค่าเพิ่ม ไม่ใสได้ใหม่...ไม่ได้...ต้องใส ซึ่งทั้งหมดเป็น อุปการะก่อคุณหนุนกัน ได้อย่างใดก็ต้องได้อย่างหนึ่ง ขาดอย่างใดอย่างหนึ่งไม่ได้ เป็นมิติเตอร์ได้อย่างหนึ่งต้องได้อีกอย่าง เป็นข้อ สังเกต ถ้าชัด ใส สว่าง แล้วไม่รู้...ไม่ได้ ซึ่งไม่รู้มีที่เดียว คือ ที่มีด รู้มั่งในที่สลับ **รู้หมดในที่แจ่มแจ้ง** เพราะเห็นของแจ้ง จะแจ่มแล้ว แจ่ม จะแจ่มกระจ่างในสิ่งที่มีอยู่แล้ว แต่ไม่เห็นสิ่งที่มีอยู่ เพราะ ใจมีมลทิน พอมีมลทินของใจ ใจก็ไม่บริสุทธิ์ ก็ไม่มีความสุข ก็ไม่ ค่อยสว่าง ถ้าไม่เห็น ก็ไม่ค่อยรู้ นี่เป็นเครื่องวัดตัวเอง ลูกจะได้วัด ตัวเอง เพราะหลวงพ่อบังไม่ได้มานั่งตรึงตลอดเวลา

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๕๕

ความสว่างภายใน : ความสว่างในโลกของดวงอาทิตย์ วันจันทร์ถึงวันพุธ สว่างเท่าเดิมตอนเที่ยง แต่สว่างภายในถ้านิ่งวันจันทร์เท่าเที่ยงวัน ถ้านิ่งแน่นวันอังคารจะสว่างขึ้น ช่างในมีแต่ความสว่าง วันพุธนิ่งแน่นก็จะสว่างขึ้น สว่างขึ้นไปเรื่อย ๆ ยิ่งสว่างมาก การกระจายของแสงยิ่งกว้างมาก แปลว่า ความรู้มาก การเห็นกว้าง ความรู้กว้าง ๆ กว้างขยาย ๆ นี่คือข้อสังเกตของเรา

ทางสายกลางต้องถางให้เกลี้ยง : ใครยังฟุ้งอยู่บ้าง ทางสายกลางต้องถางให้เกลี้ยง กวาดล้างความคิด ถางทางไปตลอด เป็นเครื่องวัดว่าจิตเราบริสุทธิ์ขนาดไหน ถ้าบริสุทธิ์จะไม่ฟุ้ง จะเกลี้ยง ถ้าบริสุทธิ์ ๙๐ กว่าเปอร์เซ็นต์ แปลว่าเรายังนิ่งไม่สมบูรณ์

อานุภาพของคุณยาย : มีคนใหม่มานั่งธรรมะกับคุณยาย เพิ่งนั่งหยก ๆ คุณยายท่านให้เจ้าภาพกลับบ้าน บ้านอยู่ตลาดพลู พอไปถึง ไฟไหม้บ้านทุกหลัง พอเขานึกถึงคุณยาย เหมือนมีอะไรมายกไฟขึ้น และสมัยก่อนจะเกี่ยวข้าว จะส่งคนมาที่วัดเพื่อมาฟังคุณยายพูดว่าอย่างไร ถ้าแดดออกจะไปเกี่ยวข้าว ถ้าฝนตกจะไปดำนา ต้องมาถามคุณยาย

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๕๖

เส้นทางเอกสายเดียว : การศึกษาวิชาธรรมกาย เป็นเส้นทางเอกสายเดียว ต้องใช้ศูนย์กลางกายร่วมกัน ตำแหน่งเดียวกัน เส้นทางเดียวกัน จึงจะทำวิชาได้ สมมุติเรานั่งรถจากอนุสาวรีย์ไปวัดพระธรรมกาย มาทางเดียวกัน แต่นั่งรถคนละคัน บางคนถึงหลักสี่ รังสิต บางชั้นร์ หน้าวัด ทางเอกทางเดียวกัน แต่คำตอบไม่เหมือนกัน แต่ถ้านั่งรถคันเดียวกันจะได้ไปอย่างรวดเร็วแรง ทางเอกสายเดียวกัน ก็ให้เห็นเหมือนกัน เพราะฉะนั้น ความละเอียดความบริสุทธิ์ต้องทันกัน ถ้าไม่ทันกันจะตอบอีกแบบ ตอบถูกทั้งหมดแต่ถูกเท่ากับที่ตนเองเห็น ความละเอียดถูกทั้งหมด หลักสี่ตอบอย่างหนึ่ง รังสิตตอบอย่างหนึ่ง บางชั้นร์ตอบอย่างหนึ่ง แต่ถ้าไปทางเดียวกัน ทางเอกสายเดียวกัน ตำแหน่งเดียวกัน ใช้ศูนย์กลางกายร่วมกัน จึงจะเห็นเหมือนกัน ตอบเหมือนกัน เพราะนั่งรถคันเดียวกัน

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๕๗

ถ้าไม่มีความสุข ให้ทิ้งไปก่อน : ภาพภายในให้ดูธรรมดา ถ้าดูแล้วไม่มีความสุข ให้ทิ้งไปก่อน แล้วย้อนกลับมาดูที่มีความสุข ใจมุ่งมั่น ลูกต้องฝึกตรงนี้ ซึ่งจะเป็นอย่างนี้ได้ ต้องเป็นหนึ่งเดียวกับองค์พระ ฝึกไปเรื่อย ๆ ฝึกให้แน่น ทำตรงนี้ไปก่อน หลวงพ่อคอยวันเวลาที่ลูกพร้อม

เราเป็นใคร : ลูกยังไม่รู้จักตัวเองเลย ต้องมีความพร้อมมากกว่านี้ เราต้องไปดู ไปเห็น รู้จักตัวเองเป็นอย่างไร ที่นั่งตรงนี้...ตัวเรา? เอ๊ะ เรานั่งอยู่ที่ตรงนี้ แล้วเราเป็นใคร เราคือใคร ให้มีความพร้อมก่อน หลวงพ่อรอคอยความพร้อมของทุกคนทั้งหมด

เราคือใคร : สักวันหนึ่งเราจะรู้ว่าเราคือใคร เราคือโปรตีน คาร์โบไฮเดรต ไขมัน เกลือแร่ ที่มีดวงวิญญาณอยู่เท่านั้นหรือ? ต้องถามเรื่อย ๆ ลูกฟังหรือเปล่า ยังติดในสิ่งที่ไม่ควรติดหรือเปล่า ทั้งหมดนี้เพื่อเป็นมิตเตอร์วัดความละเอียด

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๕๘

นั่งหลวมๆ : ใครยังฟุ้งอยู่บ้าง ใจติดกับองค์พระจริง ๆ จะไม่มีช่องให้ฟุ้ง ถ้าฟุ้ง แปลว่า ยังนั่งหลวมๆ ถ้ายังมีฟุ้งแสดงว่ายังนั่งไม่สนิท

ความมืดไม่มีในกลาง : ความมืดไม่มีในกลาง มีแต่ความสว่าง นั่งจะสว่าง ไม่มีมืด ความมืดไม่มีในกลาง มีแต่สว่าง ถ้าเรานิ่งแนบดี จะมืดช่วงแรก ตอนนี้อาจยังไม่นิ่ง นิ่งจริง ๆ ไม่มีมืด มีแต่สว่าง

ความฟุ้งเป็นเครื่องกั้น : ถ้าไม่มีฟุ้งจะนั่งโล่งตลอด จะเชื่อมกับองค์พระภายในได้ คือ ตอนนี้อะไรอันองค์พระมานาน ท่านก็ทำส่วนท่าน เราก็ทำส่วนเรา มีเครื่องกั้นจิตเป็นกั๊กกุดไว้ ความฟุ้งเป็นเครื่องกั้น เราต้องเอาจุกออก ด้วยวิธีการหยุดกับนิ่ง ถึงจะเชื่อมกันได้ พบกันที่ครึ่งกลางกาย เรากับท่านเชื่อมกัน ไม่มีพรหมแดนระหว่างเรากับพระภายใน เปิดจุกเหมือนกับจึก ใจหยุดนิ่ง ถ้าไม่มีเครื่องกั้นจะทะลุทะลวงเชื่อมกับท่านได้ ท่านจะได้ถ่ายทอดความรู้ให้เรา พอเอาเครื่องกั้นออก องค์พระที่อื่นๆ ก็มาอย่างต่อเนื่อง พระท่านอันมานาน

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๕๙

เอาใจเราใส่ใจท่าน : พระเดชพระคุณหลวงปู่ท่านบอก “หยุดเป็นตัวสำเร็จ” อย่างนี้เข้าใจง่าย พระภายใน เราทำให้ถูกใจท่าน จะเป็นหนึ่งเดียวกัน ใจท่านอยู่ไหนเราอยู่นั้น ต่างก็ถูกใจซึ่งกันและกัน ต่างก็เข้าใจซึ่งกันและกัน เราเข้าใจท่าน ท่านเข้าใจเรา เข้าไปในใจเรา เหมือนเข้าประตู เอาใจเราใส่ใจท่าน เอาใจท่านใส่ใจเรา ต่างก็เข้าใจซึ่งกันและกัน ต่างคนต่างใส่ใจ คราวนี้อะไรก็ได้ตั้งใจ เพราะใจเดียวกัน อยากได้อะไรก็ได้ตั้งใจ

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๖๐

ข้างในมีทางเดียว : เรามาถึงตำแหน่งที่ถูกต้อง ทางลัดตรงทางสายเอก ทางสายกลาง...ตรง...ง่าย ผ่านทางนั้นทางเดียว ในแนวดิ่ง มันง่ายเยอะเลย เพราะข้างในมีทางเดียว

เส้นทางแห่งความสุข : ใจต้องนิ่งแน่น มีความสุขเพิ่มขึ้น ข้างในไม่ได้ลุ้น ปีบเค้น มีแต่ความสุข ภารกิจเส้นทางสายกลางไปสู่นิพพาน เป็นเส้นทางแห่งความสุข ถ้าไม่สุขยังไม่ใช่ เส้นทางสู่ที่สุดแห่งธรรมไปไกลกว่า สุขยิ่งกว่าเส้นทางนี้อีก ต้องสุขเพิ่มขึ้นตลอดเส้นทาง ถ้าไม่สุข...ไม่ใช่ ยาก...ไม่ใช่ สุขน้อย...ไม่ใช่ สุขเท่าเดิมก็ไม่ใช่ ไม่สุข ไม่บริสุทธิ์ ยาก...ไม่ใช่ ไม่ทุกข์ก็ไม่ใช่

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๖๑

อย่าไปฝืนประสบการณ์ : ใครยังฟังอยู่ ต้องบอกตามความเป็นจริงจะได้รู้ (พระลูกชาย: พอใจนี้แล้ววัดเข้าไปข้างใน จะได้ยินเสียงให้เข้าไปข้างในต่อ อย่างนี้เรียกว่าฟังหรือเปล่าครับ) อย่างนี้ไม่เรียกว่าฟัง ให้เราปล่อยไปก่อน อย่าไปฝืนประสบการณ์ ปล่อยไปก่อน แต่ถ้าเราจะให้หายสงสัย ต้องชัดทุกชั้นทุกตอน ไม่ควรเอ๊ะว่าอย่างนี้ผิดไหม ถ้าเอ๊ะแล้วคิดต่อ...อย่างนั้น คือ ฟังให้ชัดทุกชั้นตอนอย่างมีความสุข อย่างถูกหลักวิชา ต่อไปถ้ามีคนมาใหม่จะได้แนะนำได้ ช่วยหลวงพ่อก็กแรง ไม่ต้องมาพูดเยอะ จังเน้นรายละเอียดทุกชั้นตอน

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๖๒

ตั้งมานาน : เป้าของเราก็ตั้งมานาน ที่สุดแห่งธรรม...เป้าตั้งมานานแล้ว ตั้งมาหลายภพหลายชาติมาก ๆ แต่ตอนนี้หลวงพ่อกถามว่ายังฟุ้งไหม ฟุ้งมาเองหรือเจตนา ก็ความละเอียดของลูกยังอยู่ตรงนี้ กำลังเอาเครื่องกันจิตออก เอานิเวรน์ ๕ ออก เหมือนเอาจุกก็ออกออก

ใจติดก็ติดใจ : หลวงพ่อกถามหน้าโรงเรียน เห็นองค์พระ ๕ องค์ ๑๐ องค์ ล้วนองค์ นับไม่ถ้วนองค์ ใจมันติด พ่อกถามคนโตหน่อย อ้ออึ้ง ๆ เห็นไปทาง จำไปทาง คิดไปทาง รู้ไปทาง เห็น จำ คิด รู้ ไม่รวม ใจแตก ไม่รวมจุดเดียว ไม่ innocent เพราะมีเรื่องมาให้คิด เรากำลังย้อนยุคให้เลยจากการเอาใจแตกให้ติด จนใจติดก็ติดใจ

ฟุ้งละเอียด : นั่งแล้วฟุ้งเป็นคำสอน เป็นคำสอนฟุ้งมา เรียกว่า ฟุ้งละเอียด...ก็ยังดี ฟุ้งที่เป็นกุศล แต่ก็ยังเป็นความฟุ้งอยู่ เราควรทำอะไร เราก็ทำเฉย ๆ ดูเหมือนเราจะแจ่มแจ้งแตกฉานในหัวข้อธรรม แต่จริง ๆ ยังไม่ค่อยรู้เรื่อง ปลื้ม ๆ แต่ได้นิด ๆ เป็นกุศลภายใน เป็นฟุ้งละเอียด ฟุ้งภายใน แต่ถ้าไม่ฟุ้งจะเป็นภาพเรื่องราวตลอดเส้นทาง มีความชัดใสสว่าง คิดก็ฟุ้ง ฟุ้งตอนที่คิด ฟุ้งเปล่าชักสงสัย แบบนี้ไม่ถึงระดับฟุ้งมาก ฟุ้งระดับวิจิกิจฉา สงสัย คิดก็ฟุ้ง ฟุ้งกุศล เป็นฟุ้งละเอียด ฟุ้งสีขาว ฟุ้งสว่าง สิ่งที่ทำคือให้ทำเฉย ๆ ให้นิ่งเข้าไปเรื่อย ๆ ให้นิ่งกับนิ่งไปเรื่อย ๆ เอาแค่ตั้งใจเหมือนกับตั้งไข่ แข่งขัน ตั้งไข่ ตั้งใจ เอาใจมาตั้ง เรียกว่า ตั้งใจ มันก็เป็นอย่างนี้ พอเอาใจมาตั้งได้ มันก็นิ่งแน่น

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๖๓

soft - soft สบายๆ : ลูกลองโดนดูดเข้าไปสู่ภายในอย่างสบาย จนกระทั่งเหมือนน้ำไหลริน soft - soft สบายๆ แต่เร็ว ต้องอย่างนั้นสิ ต้องทำผ่านแบบโดนดูดเข้าไปสู่ภายในให้สบาย บ่อยๆ ก็จะได้คุ้น ให้ทำเฉยๆ เหมือนน้ำไหลริน soft - soft

เข้ากลางองค์พระที่ใสๆ : (พระลูกชาย: นั่งบางครั้งเห็นภาพพ่อตอนป่วยขึ้นมา ลูกก็ลบทิ้งเอาภาพที่แข็งแรงมาแทน อย่างนี้เรียกว่าฟุ้งไหมครับ) เรียกว่ากังวล เอาภาพท่านใสๆ เข้ากลางองค์พระที่ใสๆ ไปเรื่อยๆ ให้ท่านส่งต่อๆ ไป นิมนต์ท่านช่วยส่งต่อไปเรื่อยๆ ให้ท่านส่งต่อไป ให้ใสเท่ากับองค์พระ

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๖๔

ฟังแบบธรรมชาติ : (พระลูกชาย: ของลูกฟังเป็นคำสอนขึ้นมาครับ) ถือว่าจิตเป็นกุศล ต้องฝึกให้แนบแน่นเป็นหนึ่งเดียวกับใจของเรา เหมือนกระป๋องกับใจเป็นหนึ่งเดียวกัน ฟังแต่ไม่สนใจ เหมือนห้องนี้แน่นหนา แต่มีรูแสงเข้ามา ไม่สนใจ เป็นฟังแบบธรรมชาติ

มุ่งเข้าสู่ข้างในอย่างเดียว : ให้ลูกตั้งใจที่มาในช่วงหลวงพ่อแข็งแรง หลวงพ่อมาตอนท้องนาฟ้าโล่ง ก็ต้องสร้างวัด เอาโบสถ์ใส่ จนเต็มพื้นที่ ลูกมาในระดับที่เต็มพื้นที่แล้ว ลูกมาในช่วงที่แข็งแรงให้ลุยไป ยังมีอะไรน่าศึกษาอีกเยอะ มุ่งเข้าสู่ข้างในอย่างเดียว มาในช่วงสร้างวัดเสร็จแล้ว ลุยอย่างเดียว อยากให้ลูกรู้จักโลกวิทู รู้แจ้งโลก จะต้องไปเห็น ไม่เห็น...ไม่ได้ เราจะต้องเรียนรู้ เราต้องรู้แจ้งโลก

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๖๕

วิชาธรรมกายเรียนด้วยพระธรรมกาย : นั่งกันดีไหม (พระลูกชาย: ลูกปล่อยใจเคลื่อนไปสู่ภายในจนคล่องมาก ๆ ครับ) ท่านพยายามดึงเข้าห่ม นกอยู่ส่วนนก ผู้บริสุทธ์อยู่ส่วนผู้บริสุทธ์ พระธรรมกายท่านดึงเข้าห่มพระธรรมกาย เหลือแต่เราว่าเป็นพระธรรมกายหรือเปล่า นั่งแน่น...ท่านจะดึงเข้าพวก วิชาธรรมกายต้องเห็น เห็นภาพ วิชาธรรมกายเรียนด้วยพระธรรมกาย

เราเกิดมาพร้อมภารกิจ : เราอยู่กันเป็นกลุ่มเล็ก ๆ ต้องรู้เห็นไปตามความเป็นจริง คือ รู้แจ้งเห็นแจ้ง ถ้ากลุ่มเล็ก ๆ ของเรายังไม่รู้แจ้งเห็นแจ้งไปตามความเป็นจริง นับประสาอะไรกับชาวโลกที่เป็นกลุ่มใหญ่ นอกโลกอีกมากมาย แสนโกฏิจักรวาล อนันตจักรวาล เขารอคอยการเห็นอันประเสริฐของพวกเราอยู่ แล้วเราจะไปช่วยปลดปล่อยสรรพสัตว์ให้หลุดพ้นจากการเป็นปาวเป็นทาส นี่รู้ไหม เขารอเราอยู่ รอให้รู้เห็นอันประเสริฐตามความเป็นจริง

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๖๖

กายเบาเท่ากับใจ : (พระลูกชาย: ลูกปล่อยใจเข้าไปภายใน ถูกดูดได้แรงขึ้น กายกับใจเข้าไปรวมกันภายใน เป็นอันหนึ่งอันเดียวกันได้ นิ่งได้นานขึ้น ทำตามโอวาทที่หลวงพ่อบอกไว้ ออกกำลังกายให้เหงื่อโชกๆ ให้ลมหายใจออก จะได้ปล่อยเข้าไปภายในได้สมบูรณ์ครับ) ก็เป็นอย่างนั้นแหละ เลือดลมมันเดินสะดวก ถ้ากายเบาเท่ากับใจนะ ทำอะไรได้เยอะ

หยุดเป็นจุดเดียว : ต้องรู้ณะรู้ขณะ รวมใจหยุดนิ่งไว้ตรงกลาง ให้หยุดเป็นจุดเดียว นิ่งๆ นุ่มๆ เบาๆ อย่างสบายๆ ใจใสๆ เย็นๆ ปรับให้เบาๆ ปรับตรงนี้นิดหนึ่ง ทำใจนุ่มๆ เบาๆ สบายๆ ให้ละเอียด ให้ใจเกลี้ยงๆ จะได้เข้ากลางหลวงปู่ได้เร็วแรง จะนิ่งแน่น ต้องทิ้งทุกอย่าง วางทุกสิ่ง นิ่งอย่างเดียว

กิริยาทั้งหยาบทั้งละเอียด : เราเกิดมาพร้อมภารกิจติดตัวมา มาเป็นนักรบไม่เหมือนชาวโลกทั่วไปที่เขาไม่รู้เรื่องราวอะไร เราเกิดมาเพื่อปราบพญามาร กิริยาทั้งหยาบทั้งละเอียด ข้างนอกก็ปราบด้วยการเผยแผ่ หยาบก็รบด้วยการเผยแผ่ ละเอียดก็มุ่งเข้าไปรบภายใน อย่างมีความสุขความเบิกบาน

นักรบมุ่งมันอย่างเดียวยู่ภายใน : ลูกอย่าไปติดคน สัตว์ สิ่งของ กะโหลกกะลาอะไร ภายนอกเห็นก็สักแต่ว่าเห็น ได้ยินก็สักแต่ว่าได้ยิน ก็ฟังไปนั้นๆ ให้ทุกอย่างมันเป็นไปนั้นๆ นักรบมุ่งมันอย่างเดียวยู่ภายใน หยุดนิ่งอยู่ภายใน

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๖๗

เราต้องสอนตัวเอง : เราฝึกไป ก็มีฟุ้งกับตั้งใจมาก หย่อน...เราก็ดิ่ง...เราก็อ่อน ปรับให้พอดีๆ เรารู้ข้อบกพร่องของเรา เราแก้ไข ปรับปรุงช่องโหว่ของเรา เราต้องสอนตัวเองทุกวัน สอนตนเองบ่อยๆ ไม่ได้...ไม่ได้...ไม่ได้...ต้องได้ ฝึกทำให้ได้ กำลังจะดี นิ่งๆ นุ่มๆ นุ่มนวล เดี่ยวจะเร็วแรงไปเอง

กล้ายืนยัน : (พระลูกชาย: ก่อนหน้านั้นจะมีอะไรแทรกๆ แต่พอสว่างปั๊บไม่มีอะไรมาแทรกเลยครับ ทั้งสุข บริสุทธิ์ นิ่งแน่นมาพร้อมๆ กันหมด ไม่ต้องไปถามใครเลยว่าเรานั่งได้อย่างไร) เรียกว่าไม่ต้องให้ใครมายืนยันเลยใช่ไหม ไม่ว่าใครถามว่า เคยเจอความสุขไหม กล้ายืนยัน ให้ตอบตามความเป็นจริง วัตถุประสงค์ของคำถาม หลวงพ่อจะได้รู้ว่าทำถูกวิธีหรือเปล่า หลวงพ่อจะได้ปรับให้ เข้าใจคำถามกันไหม

คุณครูไม่ใหญ่



สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๖๘

สังเกตว่าเราตั้งใจหรือหย่อนเกินไป : (พระลูกชาย: ลูกถือคจุดเล็กใส่เข้ากลางองค์พระครับ) ตอนนี้อธิภาวนาได้ไหม แล้ววันนั้นทำอย่างไร รอบหนึ่งได้ยาวตลอดไหม คือ เรารู้เส้นทางแล้ว เดี่ยวองค์พระก็มา สังเกตว่าเราตั้งใจเกินไป หรือหย่อนเกินไป หรือไม่พอดี ที่ถามเพื่อเราจะได้ปรับ ตรงไหนที่เราเคยผ่านมา ดูว่าเราทำอย่างไร แล้วย้อนกลับไปตรงนั้นให้ได้ อาทิตย์นี้อีก ๓ - ๔ วัน ให้เห็นหน้าเห็นหลัง หมั่นประคองใจให้กลับไปสู่จุดที่ดีที่สุดที่เคยทำได้ ก่อนจะได้ก็ต้องประคองเหมือนเด็กอ่อน แล้วจะได้ทำต่อไป เอาตรงนี้ให้ได้

อย่าฝืนประสบการณ์ภายใน : พวกเราจำนะ “อย่าฝืนประสบการณ์ภายใน” ปล่อยให้มันเป็นไปอย่างที่เราอยากจะเป็น

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๖๙

ให้มี ๒ สิ่งในใจ : ให้เริ่มต้นจากจุดที่เราพึงพอใจ ใจใส ๆ เย็น ๆ นิ่งในนิ่ง นุ่มในนุ่มอย่างเบา ๆ สบาย ๆ ใสในใสไปเรื่อย ๆ นิ่งกันดีไหม ให้เรามี ๒ สิ่งในใจ คือ

๑. ไม่ประมาท

๒. มีความมุ่งมั่น มโนปณิธานที่จะไปปราบมาร ให้มีอยู่ในใจตลอดเวลา มีความตั้งใจกับความไม่ประมาท ความขวนขวาย ความมุ่งมั่น การฝึกฝนพัฒนาตัวของเรามันก็จะเกิดขึ้น เอาใจใส่ตัวเอง ทำเพราะใจรัก มีฉันทะเกิดขึ้น เราอย่าประมาทว่าเราเคยทำละเอียดยุติได้แล้ว จะทำเมื่อไรก็ได้ เพราะที่ผ่านมา เราทำยังไม่ได้ ทุกรอบ **ถ้ามี ๒ สิ่งในใจ ความรักในการประคองใจให้ใสก็จะเกิดขึ้น** จะเกิดฉันทะ วิริยะ อย่างอื่นก็ตามมา จะเกิดการฝึกฝนและพัฒนาตามมา

อยู่ในละเอียดยุติตลอดเวลา : เมื่อลูกมีมโนปณิธานไปปราบมาร เราจะได้ไม่ประมาท ให้เราคลอเคลียนัวเนีย หมั่นประคองรักษาไว้ กว่าที่จะละเอียดยุติมันยาก ต้องรักษาให้ดี

คุณครูไม่ใหญ่



สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๗๐

ในกลางก็ไม่มีอุปสรรค : ให้ใจใส ๆ เกลี้ยง ๆ ต้องบริสุทธิ์จริง ๆ บริสุทธิ์ผุดผ่องจนเรายอมรับว่าเราสะอาดบริสุทธิ์ ซึ่งปรับทั้งหยาบ และละเอียด หยาบ ๆ เราก็ต้องระครองความบริสุทธิ์ไว้ ให้เรานิ่ง เข้าไปภายใน ให้ความบริสุทธิ์ภายในแผ่ขยายออกมาสู่ภายนอก เพราะใจเราไม่ติดอะไรเลย

จุดที่ชอบแล้วไปถึงจุดที่ชอบ : (พระลูกชาย: ตอนนี้อยู่ก็ชอบใน ชอบ จากชอบก็ยังชอบเข้าไปอีก ส่งต่อชอบในชอบ) เราทำเป็นแล้ว มันง่าย พุดถึงจุดที่ชอบแล้วไปถึงจุดที่ชอบได้ พอช้า ๆ พอมันคง อะไรก็ได้ เราจะรู้ตัวเอง ถ้าเรายืนได้มันคง ก้าวก็จะมันคง ไม่ใช่ว่า เดินขาโยกเยกเหมือนคนเมา ลูกต้องดูตัวเอง ต้องเห็นแจ้งรู้แจ้ง

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๗๑

ดิ่งก็อย่าไปฝืน : (พระลูกชาย: เริ่มในจุดที่ง่าย พึงพอใจ ทำได้ง่าย ขึ้น เห็นชัดเท่าลิ้มตาเห็น) พื้นฐานต้องแน่น ดิ่งก็อย่าไปฝืน...ปล่อย เดี่ยวก็เข้าไปเรื่อย ๆ

ตรงกลางอย่างเดียว : อย่าตั้งใจมากเกินไป นิ่ง ๆ นุ่ม ๆ เบา ๆ สบาย ๆ ดูตรงกลางอย่างเดียว เดี่ยวก็เข้าไปเป็นในสิ่งที่เห็น นิ่ง ๆ นุ่ม ๆ เบา ๆ สบาย ๆ ฝึกทำซ้ำ ๆ สบาย ๆ เดี่ยวก็ได้ ต้องนิ่ง ๆ จับจุดตรงนั้นให้ได้ ต้องนิ่งจริง ๆ ต้องนิ่งอย่างเดียว

คุณครูไม่ใหญ่



สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๓๖

เบื่อหน่ายก็เกิดแรงฟิต : ต้องเบื่อหน่ายสุดขีด “ไม่เอาอะไรเลย” เหมือนคนใกล้จะตาย นิพพิทา วิราคะ วิมุตติ วิสุทธิ สันติ นิพพาน เหมือนคนหมดอาลัยตายอยาก ให้อะไรก็ไม่เอา นั่งตักที่เดียว ต้องมาจากเบื่อ คือ เห็นโทษภัยในวัฏสงสาร เกิด แก่ เจ็บ ตาย อยากเป็นอิสรภาพ ไม่อยากเป็นบ่าวเป็นทาสของพญามาร ต้องเบื่อหน่ายสุดขีด เบื่อหน่ายก็เกิดแรงฟิต อย่างนั้นนั่งดี

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๗๓

หลุดเข้าไปทั้งตัว : (พระลูกชาย: หลุดเข้าไปทั้งตัวครับ) หลุดเข้าไปทั้งตัว คือ เป็นเหมือนกายหยาบนี้ใช้ไหม (พระลูกชาย: ครับ เหมือนไปอยู่อีกมิติหนึ่งครับ ล่าสุดเมื่อเช้านี้ ได้เป็นชั่วโมงครับ) ปกติสุขต้องมีให้เห็น ใจเราพราจากเรื่องหยาบๆ มาแล้ว เรารู้ช่องโหว่ของเราว่าตรงไหน จะได้รับแก้เลยนะลูก

ต้องให้แจ่มแจ้งหายสงสัย : ประคองใจของเรา เรานั่งได้ดีกันมาอยู่แล้ว ให้นึกถึงจุดที่เราเคยนั่งได้ดี วันที่ดีที่สุด จะได้เกิดความปิติ ต้องให้แจ่มแจ้งหายสงสัย ลูกต้องหมั่นรักษาความละเอียด ได้แล้ว ก็อย่าประมาท อย่าให้หาย ให้ประคองทั้งวัน ทั้งคืน ต้องทั้งทุกอย่างจริงๆ ใจเกลี้ยงจริงๆ เดี่ยวจะละเอียดไปเอง

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๗๔

เจอกายละเอียดยที่มหาวิทยาลัย : หลวงพ่อเคยเจอกายละเอียดยเห็นกัที่ๆ ก็รู้สึกเฉยๆ ที่พูดแล้วปากไม่ขยับก็เคยเจอตอนเรียนอยู่ทีมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ เคยเจอยักษ์ทีมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ที่รู้ว่าเป็นยักษ์เพราะเขาบอกเอง ตอนนั้นกำลังนอนยักษ์ยืนอยู่ สูงเกือบ ๓ ชั้น ยืนอยู่ด้านนอก ก้มหน้ามาทะเลหลังคาผ่านเตียงชั้นบน เพราะเตียงมี ๒ ชั้น หลวงพ่อนอนชั้นล่าง ก้มมาใกล้ๆ หน้าหลวงพ่อ ห่างประมาณ ๑ คืบ ซึ่งหน้าตายักษ์ก็ไม่ได้น่าเกลียดอะไรมากมาย แต่ก็ดูแตกต่างจากคนทั่วๆ ไป หัวเราะบอกว่า เป็นยักษ์มาเยี่ยม ไปละ แต่หลวงพ่อไม่ได้ตอบโต้อะไร แค่มองมาพูดแล้วก็ไป น้ำเสียงจะดังกว่าปกติ เสียงเหมือนพวกเรา แต่ดังกว่าปกติ ลุกลงไปเจอสักครั้งก็จะเข้าใจ

อีกทีหนึ่ง ครึ่งนั่งครึ่งนอนอ่านหนังสือ เพราะไฟอยู่ที่หัวเตียง มุ้งลวดปิดด้วยตัวเอง เห็นผู้หญิงแต่งตัวสวย เดินไม่กระเพื่อมเลย ถือถาดมา เดินทะเลมา หลวงพ่อไม่ได้สนใจอะไร ไม่ตกใจอะไรเลย แค่มองสยว่าเข้ามาได้ยังไง เพราะล็อกเองกับมือ เขาบอกเองว่าเอามาให้ ปากไม่ขยับ ไม่เหมือนยักษ์ ยักษ์จะขยับปาก **“เอามาให้”** หลวงพ่อไม่ได้ดูในถาดว่าอะไร มองแต่หน้า เพราะสงสัยว่าเข้ามาได้ยังไง ไม่ได้ดูอะไร เลยตอบว่า **“ไม่เอา”** เพื่อนที่อยู่ข้างๆ ได้ยินก็ถามว่า **“คุณว่าไงนะ”** เพื่อนนี้ว่าคุยด้วยแต่กายละเอียดยก็ค่อยๆ ถอยหลังกลับ เวลาถอยหลังกลับ จะดูสวยงามมาก ตัวจะนิ่งๆ เดินทะเลประตูออกไป ไปถามคุณยาย ท่านบอกว่า เขาอาศัยอยู่ที่ต้นไม้ใหญ่ใกล้ที่พัก

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๗๕

ต้องชิงช่วงความแข็งแรง : (พระลูกชาย: ถ้าลูกขวนขวาย มีความมุ่งมั่น จะสามารถเป็นนักรบได้ทุกรูปหรือเปล่าครับ) เป็นได้...เป็นได้อย่างแน่นอน เพราะเราฝึกมาดีในระดับหนึ่ง แต่อยู่ในช่วงติด ๆ หลุด ๆ ติดมากกว่าหลุด หลุดมากกว่าติด หลวงพ่อถึงมาย้ำนี้ไว้ ต้องชิงช่วงความแข็งแรง อย่าไปกลัว ถ้าเลยช่วงเวลานี้ไป ไม่แข็งแรง อย่างหลวงพ่อจะรู้สึกเสียดาย ที่ไม่เป็นเพราะเดี๋ยวก็หนึ่ง...เดี๋ยวไม่หนึ่ง เพราะฉะนั้น ภาวิตา พหุลิกตา จึงมีความจำเป็น ต้องนั่ง คำว่า “**ทิ้งทุกอย่าง วางทุกสิ่ง ไม่มีอะไรเหนียวรั้ง**” ไม่ใช่คำหุ ๆ หรือ คำคล้องจอง ต้องเป็นอย่างนั้นจริง ๆ ผิดจากนี้ไม่ได้ ต้องเอาอย่าง คุณยาย เพราะท่านกับบอกว่าไม่เอาอะไรเลย ถ้ามันนั่งจริง ๆ...มัน เป็น เดียวก็ได้

ละมุนแต่รุนแรง : คำว่า “**หยุดเป็นตัวสำเร็จ**” มีความสำคัญ ถ้าหยุดสนิทก็จะเขยื้อน เคลื่อนเข้าไปเรื่อย จนไปถึงกายที่หลุดพ้น หลุดพ้นก็รู้ว่าหลุดพ้น เห็นว่าพ้นแล้วตามญาณทัสสนะ ละมุนแต่รุนแรง เราทำดีมาระดับหนึ่งแล้ว

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๓๖

เจอกายละเอียดแบบที่ไม่พูด : หลวงพ่อเจอกายละเอียดแบบที่ไม่พูดไม่ได้ยินเสียง เจอตอนเด็ก ๆ แม่พาไปนอกชานชั้นบน เห็นคนไม่มีหัว เลยถามแม่ว่า...คนไม่มีหัว ยืนได้ไง แม่ก็รีบพาเข้าบ้านเลย เห็นคนแต่ไม่มีหัว ไม่ได้ถือหัวเอาไว้นะ เห็นยืนอยู่ เป็นความสงสัย ในวัยเด็กไม่ก็ขบ ปกติเห็นคนก็ต้องเห็นหัว แต่นี้ไม่มีหัว ไม่รู้ยืนได้ยังไง ซึ่งก็ไม่ได้กลัวอะไรเพราะไม่รู้ ถามแม่...แม่ไม่ตอบ

หลวงพ่อกเคยเจอกายละเอียดแบบที่ไม่พูดอีก คือ ตอนเด็ก อายุ ๑๐ ขวบ ยืนอยู่กลางสนามฟุตบอลกลางแจ้งคนเดียว เหมือนมีคนมาโอบไหล่ โอบเหมือนคนโอบ ความรู้สึกอย่างนั้นเลย ขยับไป ๒ - ๓ ก้าวก็โดนอีก

ตอนมาอยู่ที่มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ก็จะเห็นกายละเอียดถี่ ๆ บ่อย ๆ เห็นทุกครั้งก็จะไปถามคุณยาย ท่านก็จะหลับตาตอบให้ เห็นทั้งผู้หญิงผู้ชาย เห็นกันเยอะ เขาถึงนิมนต์พระมาเชิญเอา ผีออก โดนหลอกกันตั้งแต่คนสร้างหอจนถึงลูกหอ เพื่อนอีกคน เคยโดน เอามือลอดไปได้เตี๋ย และมีเสียงพูดออกมาว่า **“ถ้าผมไม่ปล่อย คุณก็ทำอะไรผมไม่ได้”** แต่พอบวชแล้ว หลวงพ่อกก็ไม่ได้เจอ จะเห็นบ่อยตอนที่เรียนอยู่มหาวิทยาลัยเกษตร

ส่วนของคุณยายทองสุกท่านโดนดึงลากออกมานอกมุ้งเลยนะ ตอนเด็ก ๆ คุณยายของเราก็ตูย ตอนเดินไปคูโลก เดินเรียงแถวข้ามสะพานไป และมองไปเห็นกายละเอียดนั่งอยู่เต็มสะพานเลย คนเดียวนั่งเต็มสะพาน ร่างก็ต้องใหญ่พอสมควร เห็นอยู่ช่วงหนึ่ง แล้วก็ค่อย ๆ จางหายไป

คุณครูไม่ใหญ่

รู้สึกอย่างนี้ไหม : ถ้ารักวิชาธรรมกายจริง จะกลัวเสียเวลาในการทำสิ่งไร้สาระ ไม่อยากให้เสียเวลาแม้เพียงวินาทีเดียว อยากจะฝึกใจของเราให้หยุดนิ่งในทุกอิริยาบถ แล้วจะรู้สึกว่า สิ่งที่เรายังไม่รู้มีอีกเยอะ เวลาในโลกมนุษย์สั้นนัก มีเพียงน้อยนิด เราจะทำอย่างไรจึงจะเกิดประโยชน์สูงสุด

ไม่รักอย่างอื่น : ถ้าเรารักที่จะศึกษาวิชาธรรมกาย หมายความว่า เราก็ต้องไม่รักอย่างอื่น เรื่องอื่นเป็นเรื่องไม่สำคัญเท่าการทำใจหยุดใจนิ่ง

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๗๘

ต้องเรียนด้วยภาพ : อย่าลืมนะลูก เราต้องเรียนด้วยภาพ ต้องนิ่ง นิ่งแน่น ถ้าไม่นิ่งทำไม่ได้ นิ่งแน่น นุ่มนวล ฝึกตรงนี้ ให้คล่องๆ มีเด็กคนหนึ่งมาคอยต้อนรับที่หน้าโรงเรียนอนุบาล “หนูไม่เอาอะไรเลย” อยู่ ป.๑ เห็นองค์พระ เข้าไปลึกๆ ภาษาเด็ก...น่ารักดี องค์พระโต อสงไขยๆๆ อนันตจักรวาลใหญ่โตมาก “แต่หนูพูดไม่ถูกค่ะ” คือไม่รู้จะบอกว่าใหญ่แค่ไหน คงใหญ่มาก

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๗๙

นั่งไปเรื่อย ๆ : นั่งในนั่ง หยุดในหยุด เดี่ยวก็เข้ากลางไปเรื่อย ๆ
ขัดไสสว่าง นั่งในนั่งอย่างสบาย ๆ อย่าไปลุ้น อย่าไปตั้งใจมาก นั่ง
ไปเรื่อย ๆ มันเป็นในระดับหนึ่งแล้ว เดี่ยวจะค่อย ๆ สมบูรณ์ขึ้น
อย่าไปท้อนะลูก

สูตรขัดไสสว่าง : แรก ๆ ต้องประคองไปก่อน ถ้าติดแล้วจะยืนอยู่
ได้ด้วยตนเอง นี่สูตรขัดไสสว่าง พอหนึ่ง ไม่ขัดได้ไหม...ไม่ได้ มันต้อง
ขัดไสสว่าง นี่เป็นพื้นฐาน

คุณครูไม่ใหญ่



สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๘๐

นั่งให้สนิท : (พระลูกชาย: ของลูกจะนั่งๆ ไม่สุขไม่ทุกข์ครับ)
ยังไม่ละเอียด ต้องละเอียดกว่านี้ ต้องนั่งให้สนิท ต้องนั่งกว่านี้
ทำซ้ำๆ

ถ้านิ่งแน่นแล้วอะไรก็ได้หมด : ถ้านิ่งแน่นแล้วอะไรก็ได้หมด ชัด
ใสสว่าง สุข บริสุทธิ์ ได้ทุกอย่าง นิ่งแน่น ก็แปลว่า ทั้งทุกอย่าง วาง
ทุกสิ่ง นิ่งอย่างเดียว เพราะเห็นทุกข์โทษภัยในวัฏสงสาร ไม่เอา
อะไรเลย ใจก็นิ่งแน่น ผิดซ้ำๆ

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๘๑

ต้องนิ่งๆ นุ่มๆ : (พระลูกชาย: ลูกนิ่งแน่นมากขึ้น พอเข้ากลางไปเร็ว ๆ บางช่วงช้า ลูกก็นิ่งเฉย ๆ ก็วัดไปเลย รักษาอารมณ์สบายใจเกลี้ยง ๆ ลูกพยายามฝึกให้จิตตลอดเวลา ใจไม่เขยื้อนครับ) ใช่ว่าต้องนิ่งๆ นุ่มๆ ผิดจากนี้...ยาก ต้องนิ่งนุ่ม ไม่ต้องทำอะไร (พระลูกชาย: ของลูกมีอยู่รอบหนึ่ง พอทำ ๆ ไป คำของเด็กที่หลงพ่อเล่าก็ผุดขึ้นมา “หนูไม่เอาอะไรเลย” ลูกปล่อยหมดทันที ดวงกลมสว่างก็ผุดลอยขึ้นมาเด่นอยู่ดวงเดียว ดวงนี้ดึงดูดใจลูกให้อยู่ตรงนั้นต่อเนืองนาน มันนิ่งเอง แม้อยากคิดอะไร แต่มันไม่คิด ภาพได้ อารมณ์ได้ ติดใจครับ) เด็กนิ่งดี เด็กนิ่งดียวักนิ่ง นิ่งก็เห็นเลย ธรรมทายาทก็เหมือนกัน ตอนนี้เห็นกันเยอะ

นักยิงปืน : นักแม่นปืนเข้ามานั่งสมาธิได้ ๓ วัน ตอนแรกนึกถึงหน้าแม่ ดูไปดูมาใสเป็นดวง เล็งแบบยิงเป้า บอกเห็นดวงขึ้นมา ๖ ดวง เห็นตัวจากกายหยาบอ้วนๆ บอก...ข้างในไม่อ้วน กระทั่งถึงองค์พระภายใน บอกบนหัวมีดอกบัวตูมๆ ใสๆ และเขาก็ยังไม่วู้อะไร แต่รู้ว่ามีความสุข

คุณครูไม่ใหญ่



สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๘๒

ง่ายตอนคิด ติดตอนทำ สำเร็จตอนพยายาม : (พระลูกชาย: หลุดไปทั้งตัว เห็นรอบตัว ถ้านิ่งแน่นมากจะวิ้งไปเลย) เราต้องฝึกตรงนี้ ควบคุมและครอบครองให้ได้ ต้องฝึกหนัก นี่เราต้องฝึกขนาดนี้ ถ้านิ่งหลวมๆ ความสุขจะจาง ถ้าสวมได้สนิท เครื่องฟิตเหมือนเครื่องยนต์ เครื่องฟิตๆ ก็ใช้งานได้ดี แต่เครื่องหลวมๆ ต้องไปเข้าอู่ แค่นิ่งอย่างเดียว ไม่ต้องทำอะไรเลย มหัศจรรย์ทีเดียว แค่นิ่งๆ ดูนั่นก็ไม่น่ายาก มันยากตอนทำนี่แหละ “ง่ายตอนคิด ติดตอนทำ สำเร็จตอนพยายาม” ซ้ำๆ ไปเรื่อย ๆ

ความสุขเป็นเครื่องวัดความนิ่ง : (พระลูกชาย: เข้ากลางองค์พระได้เรื่อย ๆ มีความสุขทุกรอบครับ) ความสุขเป็นเครื่องวัดความนิ่ง ความสบายทำให้ใจตั้งมั่น ตั้งมั่นทำให้เกิดความสุข การเคลื่อนไหวเครื่องกั้นความเห็น...เราได้ทำลายหมดแล้ว เหลือแต่เราเชื่อมให้สนิทเท่านั้นเอง เหลือการเชื่อมสัมพันธ์ทั้งสองฝั่ง ทำซ้ำๆ ไปมาหาสู่บ่อยๆ

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๘๓

นั่งแบบพระธรรมกาย : (พระลูกชาย: ลูกนั่งๆ รักษาอารมณ์สบาย นั่งๆ เกลี้ยงๆ ท่านจุดไปเอง) นั่งอย่างเดียวให้จิตตลอดเวลา ฝึกให้คล่องให้ชำนาญ มนุษย์เทวดากราบไหว้คนที่นั่งๆ นั่งเฉยๆ นั่งแบบพระธรรมกาย

วันทั้งวันไม่ได้ทำอะไรเลย แค่ทำเฉย ๆ : (พระลูกชาย: รักษาใจให้เกลี้ยงๆ นั่งนุ่มเข้าไปเอง จะเห็นได้รอบตัว ทั้งวันลูกไม่ทำอะไรเลยครับ) นั่งอย่างเดียวนะ ถ้านั่งสนิทจะเห็นได้รอบตัว เห็นไม่รอบตัวแสดงว่ายังนั่งไม่สนิท ขอให้รู้ตรึงนี้ฝึกได้ พัฒนาได้ ถ้าใครในโลกพูดได้ประโยคนี้อุดมคติเลย “วันทั้งวันไม่ได้ทำอะไรเลย แค่ทำเฉยๆ” เอ้อ! ไม่ธรรมดา คนทั่วไปในโลกวันๆ ปวดหัว ทำนั่นทำนี่เยอะไปหมด ถ้าคนทั้งโลกพูดประโยคนี้อ “วันทั้งวันไม่ได้ทำอะไรเลย แค่ทำเฉยๆ”...สุดยอด พูดอย่างนี้แสดงว่าบารมีแกร่งแล้ว กิจที่ใครทำ...เล็ก...หมดอารมณ์ หมดอารมณ์ทำกิจทางโลก

เป้าหมายปลายทาง : (พระลูกชาย: ตอนนี้เห็นได้ตลอด) ฝึกซ้ำ ๆ เหมือนการเรียนมหาเปรียญ เห็นปลายทาง ป.๕. ๙ แต่ไปยังไม่ถึง ตอนนี้ความรู้มีระดับ ป.๕. ๓ เหมือนเรียนมหาวิทยาลัย ตอนนี้ยังเป็นเฟรชชีอยู่ ข้างในก็เหมือนกัน เราเห็นเป้าหมายปลายทาง แต่ยังไม่ถึง ณ เวลานี้

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๘๔

ทราบแต่ยังไม่ซึ้ง : ถ้าลูกลมองโลกภายนอก เห็นว่าไม่เป็นสาระ แก่นสาร มันก็ไม่เอาอะไรจริงๆ ไม่เอาอะไรเลย ต้องเบื่อสุดขีด เห็นทุกข์โทษภัยในวัฏสงสาร ตอนนี้เรารู้สึกๆ ว่าเรามีภารกิจ แต่ยังไม่เห็น รู้ในระดับความรู้สึก แต่ยังไม่เห็น ทราบแต่ยังไม่ซึ้ง ถือว่ามีบุญในระดับหนึ่ง แต่ยังไม่ซึ้ง ซึ้งเมื่อเห็นด้วยตัวเอง หลวงพ่อ รอคอยวันนั้นอยู่

เส้นทางอริยมรรค : (พระลูกชาย: ลูกพุ่งเข้าไปสู่องค์พระในองค์พระ ทำซ้ำๆ ต่อเนื่อง พระในพระเข้าไปเรื่อย ๆ) ดีมาก บางทีเราไม่รู้ตัวว่าเรามีบุญ เดินตามทางพระอริยเจ้า หรืออริยมรรคที่เราเรียนกับภาษาประสบการณ์ที่เราเห็น และเข้าใจในเส้นทางอริยมรรค คำมาจากภาพ จากประสบการณ์ภายใน

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๘๕

ปักหลักกลางทะเล : สมัยก่อนหลวงพ่อกเคยฝันว่า พระเดชพระคุณหลวงปู่ให้หลวงพ่อปักหลักกลางทะเล และท่านก็ไปต้อนสัตว์น้ำในทะเลให้ไปที่หลัก พระเดชพระคุณหลวงปู่ท่านให้หลวงพ่เป็นคนปัก...ปักถึงกันทะเลเลย นั่นในฝันนะ แล้วก็มาเล่าให้คุณยายฟัง ท่านก็หลับตา ท่านพูดว่า “**หลัก คือ สำนักต่อไปในอนาคต สัตว์น้ำคือผู้ที่เขายังมีกิเลสอยู่ พอเขามาเรียนธรรมะ เขาก็จะเข้าถึงธรรม**” เพราะตอนที่หลวงพ่อกฝันเห็นสัตว์น้ำที่พระเดชพระคุณหลวงปู่ท่านต้อนมา ท่านจะเดินลอยๆ เหนือน้ำ พอสัตว์น้ำมาถึงหลัก... ก็เป็นคน แต่บางคนเลยหลัก...ก็กลับไปเป็นสัตว์น้ำอีก...แปลกดี

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๘๖

ความฝันของหลวงพ่ : หลวงพ่อฝันอีกว่า อยู่ในบ้านหลังหนึ่ง มีพระพุทธรูปองค์ใหญ่เป็นประธานอยู่ในบ้าน พระพุทธรูปท่านพูดได้ ท่านบอกให้หลวงพ่อไปยืนที่หน้าต่าง หลวงพ่อเห็นดาวเต็มท้องฟ้า...ลอยลงมาเต็มเลย ลอยมาหาหลวงพ่อ และพระพุทธรูป ท่านก็บอกให้เอาขันมา แล้วดาวก็ลอยเข้าหน้าต่างมา...ลงไปขัน กลายเป็นพระของขวัญวัดปากน้ำ แต่มีบางส่วนไม่ลงไปขัน แต่เข้ามาในบ้านและลอยเลยออกไป หลวงพ่อก็มองตาม เลยทะลุข้างฝาไป ก็ลอย ๆ ไปตกในน้ำ บนถนนที่มีแอ่งน้ำ น้ำขังบนถนน กลายเป็นกุ่มหอยปูปลา มาเล่าให้คุณยายฟัง ท่านบอกว่า **“บ้านหลังใหญ่ คือ สำนักในอนาคต”** ซึ่งตอนนั้น หลวงพ่อเพิ่งเจอคุณยายไม่นานเท่าไร และคุณยายก็บอกต่ออีกว่า **“พระพุทธรูปที่พูดได้คือพระภายในตัว ดาวทั้งหลายที่ลอยมา คือ ผู้มีบุญทั้งหลายจะมาสำนักที่คุณอยู่ ที่คุณสอนธรรมะต่อไปในอนาคต”** (พระลูกชาย: เรื่องที่หลวงพ่อฝัน ตอนนั้นหลวงพ่อยังไม่ได้บวชใช้ไหมครับ) ยัง ตอนนั้นยังอยู่ที่บ้านหลังเล็ก (พระลูกชาย: ที่นั่งอยู่ตรงนี้ก็พระของขวัญทั้งหมดเลยสิครับ) อยู่ในห้องนี้ พระของขวัญทั้งนั้นแหละ...ชัดไหม!! ในความฝัน...เป็นพระของขวัญที่พระเดชพระคุณหลวงปู่ท่านสร้าง เพราะพระของขวัญสร้างด้วยวิชิภาคปราบ เพราะฉะนั้นใครมี...เก็บเอาไว้ให้ดินะ องค์ต้นทรงรับสั่งว่า

“ของศักดิ์สิทธิ์ขนาดนี้บังเกิดขึ้นเป็นครั้งแรกในโลก” แล้วก็
หับพระโอษฐ์ทีเดียว นี่คำพระเดชพระคุณหลวงปู่ท่านว่านะ
(พระลูกชาย: รุ่งไหนก็ได้ใช่ไหมครับ รุ่ง ๑ รุ่ง ๒ รุ่ง ๓) ทุกวันเลย
ที่พระเดชพระคุณหลวงปู่ท่านสร้าง ท่านสร้างด้วยวิธีการเดียวกัน
ทั้งสิ้น รุ่ง ๑ รุ่ง ๒ รุ่ง ๓ ทั้งสิ้นเลย

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๘๗

ไม่มีนอกรอบในรอบ : นอกรอบ...ต้องให้ความสำคัญกับ ศูนย์กลางกาย ที่เราทำอย่างนี้ก็เพื่อตัวเราเอง ไม่ใช่เพื่อใคร แต่ว่าจะมีผลทางอ้อม คือ เพื่อองค์กร เพื่อพระพุทธศาสนา และเพื่อเพื่อนมนุษย์ แต่ผลโดยตรงนั้น เพื่อตัวเราเป็นหลัก การให้โอกาส ตัวเราเอง ให้ความสำคัญกับศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ ตลอดเวลา โดยไม่มีนอกรอบในรอบ นอกห้องในห้อง เราจะอยู่ตรงไหนก็อยู่กับตัวของเรา ก็แปลว่า **วันแห่งความสมปรารถนาของเราใกล้เข้ามา ความสำเร็จอยู่ในกำมือเราล้านเปอร์เซ็นต์ ทำไม่ได้...มีเพียงประการเดียว คือ ไม่ได้ทำอย่างจริงจัง**

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๔๘

ไม่ใช่เรื่องธรรมดา : ตอนนี้เราเห็นพระกันเป็นเรื่องปกติ เราคงนึกว่าเป็นเรื่องธรรมดา แต่ถ้าเทียบกับชาวโลกทั่วไป บางคนให้นึก...ยังนึกไม่ออก บางคนยังไม่รู้เรื่องเลย เราจะรู้ว่าที่เราเห็นนั้นไม่ใช่เรื่องธรรมดา

ตกศูนย์ : (พระลูกชาย: เคลื่อนเข้าไป วัด...ดิ่ง ครั้งแรกตกใจ) หลังจากตกใจนับครั้งไม่ถ้วน นั้นหลุดจากหยาบไปหาละเอียด แต่ส่วนใหญ่จะไม่เห็นปลายทาง หลวงพ่อรอคอยให้เท่าเทียมกันทั้งทีม ไปเป็นทีมปุบจะแรง ก็คอยอยู่ ไหนใครตกศูนย์แบบ smooth บ้าง (พระลูกชาย: ลูกมีประสบการณ์ตกศูนย์แบบ smooth กับมีแรงดิ่งดูดชักคะเย่อยู่ ตอนนั้นเห็นจุดเล็กใส ตอนนี้ก็เหมือนถูกดูดอยู่ครับ) พอผ่านการตกศูนย์แล้วไม่น่าจะถูกดิ่งเหมือนชักคะเย่ อย่าไปฝันประสบการณ์ ดิ่ง...ก็ปล่อย เพราะเราจะไปที่สุดแห่งธรรม ถ้าอยากไปก็อย่าฝัน ดิ่งก็ปล่อยเฉยๆ อย่าไปฝัน ปฏิบัติลำบาก บรรลุเร็ว

ปฏิบัติสะดวก บรรลุเร็ว : (พระลูกชาย: ลูกดวงค์พระ พอหนึ่ง ๆ ก็เปลี่ยนมิติ เห็นความสว่าง กว้างขวางออกไป เหมือนเปิดสวิตช์ไฟ ลูกไม่ตกใจครับ ลูกไม่รู้ว่าจะตอบหลวงพ่อย่างไร เพราะไม่เคยมีประสบการณ์แบบนี้ครับ) ดีแล้วจะได้ทั้ง ๒ แบบนี้แหละ ทั้ง

ประเภท สุขา ปฏิปทา ขิปปาภิญญา ปฏิบัติสะดวก บรรลุเร็ว ทุกขา
ปฏิบัติ ขิปปาภิญญา ปฏิบัติลำบากบรรลุเร็ว (พระลูกชาย: ลูกตก
ศูนย์ครั้งแรกในช่วงกลางพรรษาปี พ.ศ. ๒๕๕๐ ครับ) รอได้มานาน
อย่างนี้ต้องชำนาญแล้ว

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๘๙

ไปอย่างไม่ยั้ง : หลับตา นิ่งในกลาง ทุกสิ่งที่เราเห็น ไม่ต้องกังวล นิ่งในกลางของกลางอย่างเดียว เพราะความละเอียดมาถึงระดับนี้ แล้ว ไปอย่างไม่ยั้ง นิ่งๆ นุ่มๆ เบาๆ อย่างนิ่งนุ่มเบาสบาย ผ่าน กลางพระเดชพระคุณหลวงปู่เข้าไป

ภารกิจละเอียด : เราทำหน้าที่ของเราให้ดีที่สุด จะได้ช่วยทีมงาน ส่วนหยาบ จะได้ทำงานคล่อง อย่าไปสนใจเรื่องอื่น ให้สนใจ แต่ตรงนี้ จะได้ละเอียด นิ่งแน่น บริสุทธิ์ ภารกิจในการรักษา พระพุทธศาสนาวิชชาธรรมกายในรุ่นของพวกเรา พระพุทธศาสนา อยู่ในยุคต้องฟื้นฟูอย่างเร่งด่วน วัดร้างลงไปเรื่อยๆ บางวัดหลวง ปู่หลวงตาอยู่วัดองค์หนึ่งบ้าง สององค์บ้าง วัดก็ร้างลงไปเรื่อยๆ จึงมีความจำเป็นต้องฟื้นฟูอย่างเร่งด่วน

คุณครูไม่ใหญ่



สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๕๐

จิตต้องบริสุทธิ์มาก : ปล่อยหลุดปล่อยพัน ไม่ให้มีอะไรเหนียว รั้งเลย อย่างเบา ๆ สบาย ๆ ปล่อยเข้าไป จะเป็นไปเองอย่างง่าย ๆ สบาย ๆ พอเราละเอียดแล้ว ก็ซ้อนกับพระเดชพระคุณหลวงปู่ จิตต้องบริสุทธิ์มาก ไม่ติดอะไรเลย ต้องนิ่งแน่นมาก ๆ ถึงจะลือคติดกลางท่านได้ ซ้อนท่านได้สนิท นิ่งเข้าไป อย่าให้หลุด นิ่งในนิ่ง จะได้ชัดใสสว่าง เจาะเข้ากลางไปเรื่อย ๆ อย่างสบาย ๆ ใจเย็น ๆ

Smooth : วัดแรกชักคะเย่อแรงไหม กลัวไหม (พระลูกชาย: วัดแรกเหมือนโดนกระชากแรง ๆ ลูกไม่ยอมปล่อย เลยดึงชักคะเย่ออยู่ประมาณ ๓๐ นาที ตอนนั้นตกใจกลัวครับ เป็นอยู่ครั้งเดียว หลังจากนั้นจะเปลี่ยนไปเป็น smooth เองครับ) เปลี่ยนไปเองนะจริง ๆ แล้ว ที่เราผ่านมาได้ คือ ทำนิ่ง ๆ เฉย ๆ

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๙๑

Innocent แบบเด็กๆ : หลับตา นิ่ง นิ่งนิ่งๆ ลูกอย่าไปตั้งใจมาก... ไม่ได้ มันสบายๆ innocent แบบเด็กๆ จะละเอียดเร็ว ไม่ต้องกลัวไม่ทันใจหลวงพ่อ เห็นแค่ไหนตอบแค่นั้น จะเห็นกว้างขึ้น เรา กำลังฝึกอยู่ ค่อยๆ ฝึกไป ซึ่งมันไม่เกิน ๕ อย่างนี้คือ ๑. ตื่นเต้น ๒. กังวล มีความลังเลสงสัยไม่แน่ใจ กลัวผิดกลัวถูก ๓. ใช้ความคิด ๔. ติดสัญญาความทรงจำ ๕. กลัวไม่ทันใจหลวงพ่อ ลูกต้องนิ่งแน่นไปจนไม่มีสิ่งนี้ ต้องนิ่งแน่น เห็นแค่ไหนตอบแค่นั้น ลูกไม่ต้องกังวล ความรู้เกิดจากภาพที่เห็น ให้ตอบตามภาพ ฝึกให้มันเป็นให้ได้ ให้สมบุรณ์ ฝึกให้เป็นอันหนึ่งอันเดียวกับพระธรรมกายให้ได้ “ให้อธิษฐานให้รู้ญาณแม่นยำ รู้เห็นถูกต้องตรงไปตามความเป็นจริง”

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๔๒

หย่อนไปตรงกลาง : ก็ต้องนั่งอย่างเดียว อย่างอื่นไม่ต้องทำ นั่งอย่างเดียว นั่งแน่น หย่อนไปตรงกลาง ปู้บเลย เหมือนเด็กที่หลวงพ่อเล่าให้ฟัง ปล่อยขนม ปล่อยลงกลางองค์พระ ถ้ามืดกว่าลงก็องค์ “นับไม่ถ้วนค่ะ” ถ้าได้อย่างนี้ดี เอาไปฝากพ่อ ถ้ามืดกว่าพ่อ อยู่ไหน เด็กก็ตอบว่า “อยู่ตรงกลาง” ลงหรือยัง “ลงแล้ว” ลงไหน “ลงกลางกายพ่อ” เป็นอย่างนี้ทุกคืนนะ ทุกคืนที่ไป ยกเว้นวันอาทิตย์ เรียกความสดชื่นที่หน้าโรงเรียน หลวงพ่อก็จะคั่นอย่างนี้ ลูกฝึกให้หนึ่งๆ อย่างนี้นะ

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๔๓

ฝึกพื้นฐานให้แน่น : หลับตา รวมใจนิ่ง ทิ้งดิ่งมันจะเป็นไปเอง อย่าไปตั้งใจมาก ให้ใจใสๆ ใจเย็นๆ ใจ innocent ต้องจับจุดให้ได้ จับอารมณ์ให้ได้ จุดไหนที่เราจับได้แล้วก็ฝึกทำซ้ำๆ ฝึกให้แน่นเพิ่มขึ้นไปอีก จุดที่นิ่งแน่นจะมีความชัดใสสว่าง ฝึกทุกอิริยาบถ ทำซ้ำๆ ให้คล่อง อย่าไปท้อ เพราะเราทำถูกมาตลอด เหลือแต่ให้แน่น มันรู้ความรู้สึกของเราไม่ได้หรอก

มีความสุข แปลว่า นิ่งมาก : จะนิ่งได้ต้องทิ้งทุกอย่างที่ไม่เป็นแก่นสารของชีวิต (พระลูกชาย: ลูกรักษาศีลสมาธิใสๆ เกลี้ยงๆ จดจ่ออยู่กับองค์พระตลอด ลูกฝึกทำซ้ำๆ อยู่ครับ) ดีมากเลย ต้องซ้ำๆ ให้ได้ตามสูตร มีความสุข ความบริสุทธิ์ สบาย จะทำอะไร ดูอะไร ต้องมีความสุข แปลว่า มันนิ่งมาก นิ่งแต่เฉยๆ ถ้าไม่สุขแสดงว่ายังหลวมๆ เอาให้ได้ตามสูตร ถ้าตามนี้ อะไรก็ง่าย

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๕๔

ถ้ามีความคิดแสดงว่ายังไม่นิ่ง : (พระลูกชาย: ตัวลูกเคลื่อนเข้าไป
มีองค์พระเคลื่อนขึ้นมา ตอนนี้นี้ลูกก็ฝึกเย็นให้พอ นิ่ง ๆ ให้ใจเย็น ๆ)
อย่าไปตั้งใจมาก สบาย ๆ ต้องสบาย ไม่สบาย...ไม่ได้ ทำซ้ำ ๆ
(พระลูกชาย: ลูกนิ่ง ๆ แต่บางทีก็มีความคิดแทรกเข้ามา เราจะรู้ว่า
มีความคิดแทรก ตอนนี้นี้ลูกก็เริ่มทำใจ innocent ทำเหมือนเด็ก ๆ
เหมือนเป็นหุ่นยนต์ที่ไม่มีความคิดครับ) ดูธรรมดา ถ้ามีความคิด
แสดงว่ายังไม่นิ่ง จุดที่นิ่งมันยังมีความคิดหยาบ ๆ ต้องสบาย ๆ มี
ความคิด...ยังหยาบอยู่ให้มีความสุข ชัดใสสว่าง การเห็นจะเกิดใน
ช่วงที่สบาย ๆ (พระลูกชาย : ลูกทำง่าย ๆ สบาย ๆ มีความสุขทุก
รอบ เข้ากลางไปเรื่อย ๆ ครับ) ดีมากเลย ซ้ำ ๆ ต้องสบาย นิ่งอย่าง
เดียว สำเร็จทุกอย่าง

จะนิ่งต้องทิ้งทุกอย่าง : เราจะเข้าใจคำสอนของพระเดชพระคุณ
หลวงปู่ ผิดจากนี้ไป...ไม่ได้ ทำแบบท่านก็ได้ของท่าน จะนิ่งต้อง
ทิ้งทุกอย่าง ทิ้งสิ่งที่ไม่เป็นสาระแก่นสาร ใจไม่เขยื้อน ทำตรงนี้
เพราะสภาวะใจของพระธรรมกายท่านนิ่ง ท่านนิ่ง เราต้องนิ่งถึง
สนิทกับท่านได้

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๔๕

เทือกเถาเหล่ากอของพระธรรมกาย : เราจะศึกษาอะไรก็ได้ด้วยความ เป็นพระธรรมกาย ตอนนี้อยู่ในระดับเป็นสามเณร ยังยุค ๆ ยิก ๆ แต่ก็ เป็นเทือกเถาเหล่ากอของพระธรรมกาย ก็คือเราค่อย ๆ ฝึก แต่ก็เจริญขึ้นไปเรื่อย ๆ เราก็ฝึกต่อไป

จุดที่เป็นแก่นสารของชีวิต : หลับตา รวบรวมใจ นิ่ง ๆ นุ่ม ๆ สบาย ๆ นิ่งในนิ่งเข้าไปเรื่อย ๆ จะนิ่งได้ต้องทิ้งทุกอย่างที่ไม่เป็นแก่นสาร ของชีวิต ตามสูตรขัดใสสว่าง ถ้าเราเป็นพระจะเหมือนมีแก้ว สารพัดนึก จะทำอะไรก็ได้ จะดูอะไรก็ได้ เพราะวิชาธรรมกาย ต้องเรียนด้วยพระธรรมกาย ผู้สอนคือพระธรรมกาย เข้าไปมีแต่ องค์พระ องค์พระนับตั้งแต่พระธรรมกายไปจะมีแต่พระ พระท่าน ไม่เขี่ยอื่น ให้นิ่งที่ศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ ท่านจะถ่ายทอดให้หมด เลย ผู้บริสุทธิ์หยุด ณ จุดที่เป็นแก่นสารของชีวิต คือ ศูนย์กลางกาย

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๕๖

เรียนวิชาธรรมกาย : เราไม่มีทางเลือกอื่น รักจะเรียนวิชาธรรมกาย ต้องเข้าถึงพระธรรมกาย ภายนอกเรียนไม่ได้ กายมนุษย์ทิพย์ พรหม อรูปพรหม ต้องพระธรรมกายอย่างเดียวเท่านั้น ต้องจำนะ ถึงจะเรียนวิชาธรรมกายได้เรียนวิชาธรรมกายสอนโดยพระธรรมกายองค์ที่นิ่งกว่า เรายิ่งในนิ่ง ยังมีนิ่งกว่านี้ ไปเรียนกับองค์ที่นิ่งกว่าข้างใน นิ่งไปเรื่อย ๆ เราจะเรียนวิชาธรรมกายต้องเข้าถึงพระธรรมกาย ไม่งั้นเรียนไม่ได้ ฝึกทุกวัน หยุดนิ่ง บริสุทธินในระดับที่พระธรรมกายท่านยอมรับ เป็นหนึ่งเดียวกับท่าน ผู้บริสุทธิ์ท่านทำอย่างไรเราก็ทำอย่างนั้น ท่านนิ่งเรานิ่ง ท่านจะจุดเราเข้าไป ดินะนี้มีบุญมาก

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๕๗

ศาสนาแห่งการเห็น : ต้องให้ฐานแน่น ไม่ผิดจากนี้ “หยุดเป็นตัวสำเร็จ” นั่งเข้าไปอีก นั่งสนิท จะเห็นชัดรู้ชัดแจ่มแจ้ง สนธิได้ก็ง่าย ฝึกให้ชำนาญ (พระลูกชาย: ลูกนั่งเคลื่อนเข้ากลางไปเรื่อย ๆ สว่าง มีความสุขสบาย ๆ โคนดู สว่างเพิ่มขึ้นครับ) พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาแห่งการเห็น ศาสนาแห่งการเห็น เห็นแจ้ง รู้แจ้ง

อารมณ์เบื่อไม่มีในพระธรรมกาย : (พระลูกชาย: ลูกฝึกช้าอย่างง่าย ๆ สบาย ๆ ซ้อนพระ มีความสุขทุกวันทุกรอบครับ บางรอบเล็กน้อยมันติดอารมณ์ออกมา อารมณ์เกลี้ยง ๆ ครับ เกลี้ยงไม่คอยติดอะไรครับ) เบื่อบ้างไหมให้สังเกตดู ถ้าเบื่อไม่ไฉไล อารมณ์เบื่อไม่มีในพระธรรมกาย เส้นทางภายในไม่มีเบื่อ ถ้าเบื่อโลกภายนอกไม่เป็นไร มันคนละอย่างกัน มันจะติด ไม่งั้นท่านจะอยู่ตามลำพังคนเดียวได้อย่างไร สิ่งที่ยากที่สุดคืออยู่ตามลำพัง เพราะมันเหงา แต่มีสิ่งที่ทำให้ไม่เบื่อ มีความสุข ชอบ มีอะไรให้ดู มีความสุขในระดับชอบอยู่ตามลำพัง

คุณครูไม่ใหญ่



สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๕๘

สิ่งนี้ทำแทนกันไม่ได้ : สำคัญนะ อย่าเอาสื่อเข้ามา เดี่ยวจิตหายาบ อย่าไปมี เดี่ยวจิตมันหายาบ ลูกต้องมีวินัยในตัวเอง ใจใส ๆ จิตบริสุทธิ์ (พระลูกชาย: ลูกจะนั่งได้ดีโดยเฉพาะช่วงค่ำครับ) มันต้องเห็นทุกรอบ กายหายาบก็ให้หมอช่วย แล้วก็ exercise ให้ล่ำได้ มันขยับ นี่เรียกปรับหายาบ ปรับหายาบให้ดี ฝึกทำซ้ำ ๆ สิ่งนี้ทำแทนกันไม่ได้ ก็จะได้ดีขึ้นเรื่อย ๆ เราก็ต้องฝึกให้ทำได้จริง ๆ เห็นจริง แจ่มแจ้งจริง ๆ ให้สังเกตมิเตอร์ พอถึงตรงนั้นมันต้องชัดใสสว่าง มีความสุข บริสุทธิ์ สบาย เห็นแจ้ง รู้แจ้ง

ยิ่งเรียนยิ่งง่าย : วิชาทางโลก หรือการเรียนรู้ทางโลก เริ่มต้นจากสิ่งที่ย่างไปสู่สิ่งที่ยาก ยากมาก ๆ และได้นิดเดียว แต่วิชาธรรมกาย จะเริ่มต้นในสิ่งที่ยากก่อน แต่ยากไม่มาก นั่นคือ หยุดแรก แล้วไปสู่สิ่งที่ง่าย ง่ายแสนง่าย ง่ายที่สุด และ ง่ายกว่าง่ายที่สุด เรื่อยไปตามลำดับ

คุณครูไม่ใหญ่

สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๓๔๔

เรียนวิชาธรรมกาย : (พระลูกชาย: ลูกเริ่มต้นอย่างง่าย ๆ ใจเย็น ๆ ตอนนี้จะนั่งอย่างเดียวกครับ) ถ้าไม่เป็นอันหนึ่งอันเดียวกับองค์พระ จะไปเรียนวิชาธรรมกายของพระธรรมกายได้อย่างไร
“เรียนวิชาธรรมกาย โดยธรรมกาย เพื่อธรรมกาย”

ตำแหน่งแห่งการบรรลุธรรม : ตำแหน่งแห่งการบรรลุธรรม คือ ศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ พอถูกส่วนเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับท่าน พอถูกส่วนปั๊บก็เริ่มเรียนเลย เรียนวิชาธรรมกาย อย่างนี้เคลียร์ไหม ตอนนี้อยู่ยังไม่มั่นคง เดี่ยวพระเข้าพระออก...ไม่เป็นไร คือองค์นี้มาองค์นี้ออก ไม่เป็นไร เอาให้ได้สิ

๓ Steps for meditation : Step ๑ ข้างนอกหยุดนิ่ง ข้างในเคลื่อนไหว คือ นั่งนิ่ง ๆ แล้วข้างในก็เคลื่อนไหวเข้าไปสู่ภายใน

Step ๒ ข้างนอกเคลื่อนไหว ข้างในหยุดนิ่ง คือ เดิน ยืน นั่ง นอน ทำกิจกรรมต่าง ๆ แต่ภายในยังเห็นดวงใส เห็นองค์พระใส ๆ อยู่ภายใน

Step ๓ ข้างนอกเคลื่อนไหว ข้างในเคลื่อนไหว คือ สองประสาน หมายถึง ในทุก ๆ กิจกรรมที่ทำอยู่ สามารถเข้าถึงได้คล่อง ว่องไว ใจมีพลัง ถ้าผ่าน ๓ Steps นี้ได้ แสดงว่า...เริ่มมีสัญญาณดี ๆ เกิดขึ้นแล้ว

คุณครูไม่ใหญ่



สรุปโอวาทการปฏิบัติธรรมที่ ๔๐๐

ถ้านิ่งสนิทจะหลุดเข้าไปทั้งตัว : นิ่งในนิ่งเข้าไป ให้หลุดเข้าไปทั้งตัว เข้าไปอย่างสบายๆ ถ้าละเอียดก็จะเป็นไปเอง ไม่ใช่ไปดัน นิ่งเข้าไปได้ดี ถ้านิ่งสนิทจะหลุดเข้าไปทั้งตัว ถึงจะเร็วแรงเห็นชัด นิ่งแน่นจะใส สะอาด บริสุทธิ์ เกลี้ยงๆ ต้องนิ่งอย่างเดียว

เห็นแต่ไม่มีความสุข แปลว่า มันนิ่งแต่ยังไม่แน่น : นิ่งให้แน่นๆ ต้องเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับองค์พระ หลักการมันมีแค่นั้น มีความสุข บริสุทธิ์ เห็นแจ้ง ชัดใสสว่าง เกิดความรู้แจ้ง ถ้าไม่แน่นก็ไม่เป็นแบบนี้ **เห็นแต่ไม่มีความสุข แปลว่า มันนิ่งแต่ยังไม่แน่น** เหมือนเสียบหูฟังโทรศัพท์ เสียบหลอดลมๆ แต่มันหลุด ได้ยินไม่ชัด แต่เสียบเข้าไปจี้ก็จะได้ยินชัด

คุณครูไม่ใหญ่

กราบอนุโมทนาบุญทุกท่านผู้ที่มีส่วนสำคัญยิ่ง
ทำให้หนังสือ “ง่ายที่สุด คือ หยุดได้” เล่ม ๓
เสร็จบริบูรณ์

พระมหาอภिरัก্ষ ญาณโร

พระประทีป ปทีโป

พระภรต ฌานชโย

คุณกมลรัตน์ ฉัตรกันภัย

คุณศุภมิตร ศิริมาตย์

คุณภักดิ์สรณ์ ลักษณะธนากุล

คุณวินัส กัณโธภณ

คุณจิตติรัตน์ ลักษณะธนากุล

กองภาวนา

กองอาคารภาวนา ๒๐ ปีฯ

กองออกอากาศ DMC

กองรับบริจาค

ทีมงาน www.dmc.tv

ทีมงาน www.kalyanamitra.org

www.facebook.com/jai.yut.24nor.fanpage

Line ID : @jai.yut.24nor

น้อมบูชาธรรม



พระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร)

หลวงพ่อรัญมชโย

หลวงพ่อดัตตชีโว

คุณยายอาจารย์มหารัตนอุบาสิกาทองสุก ลำแดงปิ่น
คุณยายอาจารย์มหารัตนอุบาสิกาจันทร์ ขนนกยูง

เจ้าภาพกิตติมศักดิ์



พระประพุทธ พุทธิพล พลเอกอาทิตย์-พรสวรรค์ กำลังเอก

คุณจินตนา-ธีโอเตอร์ เรียร์ไมเยอร์ และครอบครัว

คุณนนท์ปวิธ เอี่ยมธีระกุล, พิมลทิพย์ จิรชาญชัย

ชมรมสัมมาอะระหัง ทีม TJSS

เจ้าภาพอุปถัมภ์



พระวิเทศภาวนาจารย์ และญาณิมิตร

สพ.ญ.ดร.ณิ, ดร.โรลฟ์-ดีทเตอร์, ลาลิน เนเกเล่ และสิริน มีน่า ไวส์ฮาร์

กองช่างเทคนิคพุทธศิลป์

กลุ่มปฏิบัติการมบ้านเรือนแก้ว

ครัวเจ๊ปูก อ.ต.ก.

จุดออกรถหมู่บ้านเศรษฐิกิจ

เจ้าภาพกองทุน



- มหาปูชนียาจารย์ บูชาธรรมโดย พระมหาธีระชัย ธัชชโย และครอบครัวอัครชัยโสภณ
- มหาปูชนียาจารย์ บูชาธรรมโดย พระมหานัฐชัย วรกุลโกล และคณะญาณิมิตร
- มหาปูชนียาจารย์ บูชาธรรมโดย พระมหาพรหมพินิจ โกวิทธมโม,
ครอบครัววิชาการกุล-ไศยารักษ์
- มหาปูชนียาจารย์ บูชาธรรมโดย พระมหาอรรถพล กุลสิทธโธ และคณะญาณิมิตร
- มหาปูชนียาจารย์ บูชาธรรมโดย พระมหาอุกฤษฏ์ ชยุตตโม
- มหาปูชนียาจารย์ บูชาธรรมโดย พระฐานุศักดิ์ สีลธโร พร้อมครอบครัวและญาณิมิตร
- มหาปูชนียาจารย์ บูชาธรรมโดย พระธนัท สทฺธธาธโน
- มหาปูชนียาจารย์ บูชาธรรมโดย พระนเรศ วิสสุธโร และคณะญาณิมิตร
- มหาปูชนียาจารย์ บูชาธรรมโดย พระประสิทธิ์ วิกฤษโน และคณะญาณิมิตร
- มหาปูชนียาจารย์ บูชาธรรมโดย พระวัชรานุสรณ์ ขนติสรโน
- มหาปูชนียาจารย์ บูชาธรรมโดย พระเสนีย์ คุดตาสีล และครอบครัว
- มหาปูชนียาจารย์ บูชาธรรมโดย พระอรรถกร ภทฺธธมโม และคณะญาณิมิตร
- มหาปูชนียาจารย์ บูชาธรรมโดย พระอานนท์ ธมฺมิตฺติโก และครอบครัว



- มหาปุษนียาจารย์ บุชาธรรมโดย พระโสภาส ปญญาโก และญาติมิตร
- มหาปุษนียาจารย์ บุชาธรรมโดย พระกองร้อยเนื่อนานบุญ-พระบุญชัย ปุณฺณโชติโก-พัคตรา บุญยผลพร้อมญาติมิตร
- มหาปุษนียาจารย์ บุชาธรรมโดย พระกองร้อยเนื่อนานบุญ
- มหาปุษนียาจารย์ บุชาธรรมโดย สุวรรณ-เฮ้งลัม แซ่ตั้ง, สุพัตรา แซ่เอี้ยบ, ครอบครว้ตันตินิรามย์-ฐิตวราภรณ์
- หลวงพ่อธัมมชโย บุชาธรรมโดย คุณชวลิต สติรวาณิช
- หลวงพ่อธัมมชโย บุชาธรรมโดย คุณสุกุลยา-นริชพร เกียรติพัฒน์กุล
- พระมหากัณฐ์ ธมฺมสโร, พระชวิน ธมฺมโกวิท และญาติมิตร
- พระมหากิตติโชติ ดิสุสโร
- พระมหาทรงวุฒิ ชยวฑฺฒโธ
- พระมหาทานกะ สุทธาโธ และคณะญาติมิตร
- พระมหาธงชาติ โสภาโธ และคณะญาติมิตร
- พระมหาธเนศร์ จานโรโต และครอบครว้ทรัพย์สมบุญณ์
- พระมหาไพโรจน์ ปุณฺณภาโส
- พระมหาภาณุ โสภาสโก และชมรมคนรักบุญ เขตภาชีเจริญ
- พระมหารัตนะ จิตฺตโน
- พระมหาวุฒิชัย วฑฺฒิชโย และคณะญาติมิตร
- พระมหาโสพล สุพลโธ
- พระมหาอภิรักษ์ ตนติวฑฺฒโธ-คุณบุญเสริม-คุณอรุณี ชินพิพัฒน์ และครอบครว้
- พระมหาอภิรักษ์ ยโสโร
- พระภคตภพ จิตฺตสโร และญาติมิตร
- พระภคตยะ สิทธิมน
- พระขจรศักดิ์ ปุณฺญาภโร บุชาธรรมโดย ดร.นุชนิภา นันทะวงศ์
- พระคณิก สุวิฑฺโธ บุชาธรรมโดย คุณดาราพรรณ เย็นภิญโญสุข, คุณสุณี วิไลชนม์ และครอบครว้
- พระคณิน สุภมโน และคณะญาติมิตร
- พระชวภณ ภาทฑโว
- พระชัยยง อุตฺตโย
- พระชาญชัย ปิยธมฺโม
- พระชูเกียรติ ภาทโก, ญัฐพัชร ภัทรวารินทร์, ชุฑฺพิ-ญัฐวัฒน์-ปิยนุช วิสุทธาภรณ์, แสงอรุณ เจริญทอง

- พระไชยยศ ยสวโธ
- พระณรงค์ เวศโย
- พระณัฐดนัย สุจิตโต, คุณพ่อปรีชา-แม่นิภาวรรณ-นิติธร วิถีวัฒนพงศ์,
วีระ-หนูหรั่ง จันทร์แก้ว, ทิศ ๖
- พระณัฐวิทย์ อธิวุฒโน, เต๋ย-แม่-ญาติมิตร และทิศ ๖
- พระณัฐวุฒิ อธิวุฒโน และคณะญาติมิตร
- พระแดเนียล ธมมารุกโข & FAMILY
- พระถิรพงษ์ ญาณธโร
- พระทรงสกุล กนตวิสุทธิ อุทิศให้ คุณพ่อกิมเตียวเม้ง แซ่ลิ้ม-แม่เทียม อิ่มสงวน
- พระทวีศักดิ์ ธมฺมสรโน
- พระธนพล กิตติวิโร
- พระธรา กิตติวิโร และครอบครัวกานัญญาณูพงศ์
- พระนิมิต อาภาภิรมพร
- พระนุชา นาทบุญไธ
- พระบุญเยี่ยม ปาสาทิโก, คุณตฤณพรพร-ทิพยรัตน์ ดำนานวัน
- พระบุญยัสสข ปุณณสุโข และคณะ
- พระปฐุม จานปิโย
- พระปฐุมพล เขมพล และคณะญาติมิตร
- พระประจวบ ปุณณโกโร
- พระประทีป ปทีโป และญาติมิตร
- พระปรีชา ปณณาริโก และกลุ่มเพื่อนสายบุญกับมหาปูชนียาจารย์
- พระพงศ์ธร กิตติพนฺธ และคณะญาติมิตร
- พระพงษ์สิทธิ์ ปสุตธมโม และคณะญาติมิตร
- พระพนมชัย อุตตขโย
- พระพิเชฐ อุดกิจโน, กัลฯ๑๐๐ ปีอุทิศบุญ ชีเขาคง, เบ็ชชีเซ้ง-เบี่ยงเชียง-ญาติ
- พระภาควัฒน์ กนตสุโข และคณะญาติมิตร
- พระภาค รวิวงฺโณ และครอบครัวดวงสร้อยทอง
- พระภาณุวัฒน์ รณนุชโย
- พระภีรสุ ปหฺมโจ และทิศ๖
- พระภูษิต ยุตตวิสุทธิ
- พระยงศิลป์ วรสิปปิโย

- พระฤทธิเดช สิทธิเดช และคณะญาติมิตร
- พระลักษดี ธมฺมโทธิโต และคณะญาติมิตร
- พระวชิรศักดิ์ วุฑฒิชโย และญาติโยมที่ถวาย-ใส่บาตร
- พระวรการ ชุตติยุโต
- พระวัชรินทร์ นรินฺโท, พม.นาคดล คมภีรธมฺโม และครอบครัวเสนา
- พระวันชัย ภูริมน และครอบครัววณะสมานโชค
- พระวิชัย วิชโย และญาติมิตร
- พระศักดิ์สิทธิ์ เปสโล
- พระศุภชัย จิรนนฺโท และครอบครัว
- พระเศรฐสฺสวชิรญฺ์ เสฏฺฐวชิโร, อสม.ธรรมวาริ
- พระสมคิด มณิสฺสโก และญาติมิตร
- พระสมพล สนฺติมน และครอบครัว เจริญวิเศษศิลป์
- พระสิริศักดิ์ อคฺคกิตฺติโก และญาติมิตร
- พระสุนทร วรญาโน และผู้มีพระคุณ
- พระสุรวัฒน์ สุพนฺธโก และหมู่คณะญาติมิตร
- พระสุวัฒน์ กิตติรัตนโน, คุณสุจรรยา-วรุตม์-วิศา เพชรภักดิ์
- พระโสภณ ภทฺทมมฺโม-ปิยนุช-กิตติ-ปนัดดา-เยาวลักษณ์ อังศุภักดิ์
- พระอนรรักษ์ ภูริปัญโญ และครอบครัวตฤปอัชฌา
- พระเอกลักษณะ สุภธมฺโม
- พระภิกษุ รุ่นที่ ๗ ปี ๒๕๓๔
- พระภิกษุ รุ่นที่ ๒๔ (WE ARE ONE)
- พระกองร้อยเนื่อนานบุญ
- พระอาจารย์-เจ้าหน้าที่-VMB HOSTING UG-KID กองอาสาสมัครอาคารหลัก สป.๒
- สณ.อภิชา-โกษม-ธนากร-โต-จิตาภา-ภัคกร-ชยุต-กฤตยา-ใหม่-ชา-ปิติพัฒน์-เมธาพันธ์-ปุชิตา แจ่มจันทร์ชนก
- กลุ่มแก้วพุทธจักร V.I.P.
- กลุ่มบุญบรรเจิด
- กลุ่มสัมมาอะระหัง
- กองบุญแก้วสารพัดนึก
- ครอบครัว อุ้นรวิ
- ครอบครัวโพธิธรรม

- ครอบครัว ดาวบรรจบบ
- ครอบครัว เหมวิเชียร
- ครอบครัว อินทร์ไทร
- คุณกรกช-เชิง แซ่ลิ่ม-ภาวณี-ณัฐธิดา-มะลิ-สมปอง
- คุณกาญจนา รังษีพงศ์ และครอบครัว
- คุณเกศริน สมภิมพ์ พร้อมครอบครัว
- คุณเกียง ศรีสวนนท์
- คุณโคตรดีศรีไสว การะเกตุ
- คุณจวง แซ่กิม
- คุณจันทรา โกมลสุเดช-คุณแม่นภา แซ่ตั้ง
- คุณจามรี-จิรพงศ์-จิรฐิติ-จิรพัล นนทธรรม
- คุณจิตราภา-ทรงกลด ธนโชติศิริวิบูลย์
- คุณจีระสิทธิ์ กาสุวรรณ
- คุณแจ่ม อิมบุตร
- คุณชนัญญา จอยซ์ และครอบครัว
- คุณชอบ ใจจันทร์เดือน
- คุณชยันตรา-ลักษณา เลิศศิริพิฤทธิ์
- คุณชัยมงคล อมรินทร์นาวา
- คุณชัยยศ ธนรัตน์สุวรรณ
- คุณชูชาติ-ดวงจิต รัตนจงเกียรติ
- คุณดำรงพล-พรเพ็ญ-จิรพัฒน์-ภัทรานิษฐ์ เรืองต่อวงศ์
- คุณเต็มสินี อรพินเตชาภัทร์
- คุณทองคำ อ่อนสุวรรณ
- คุณทองสาย รัชพงษ์
- คุณทิวาพร สมภิมพ์ พร้อมครอบครัว
- คุณธนา เศวตศรีถวัลย์
- คุณธันยากานต์ ภูริณัฐชัยนนท์, MASSIMILIANO DI PICTRO
- คุณธีรพล - คุณบุษสินี - คุณรติรัตน์ โอศิริ
- คุณณฤมล จุลนิพิฐวงษ์ และครอบครัว
- คุณณิธิดา-คุณณัฐศิริ ตันติพจน์
- คุณบรรณารัตน์ พลับสุขชี

- คุณบุญยัง-คุณบุญสอน มัทจิตธรรม
- คุณบุษกร เบ็ตเล่น พร้อมครอบครัว
- คุณเปเมศ-สชน ประเสริฐยิ่ง, สาธิตา เสรีโรดม, สุริย์-วิจิต ชด้อย
- คุณประกอบ ไทธงชัย, ศรีจันทรา-กัญญา-กมลรัตน์-ปณณิภัทร์ ได้ธงชัย และครอบครัว
- คุณประเทือง ทักกี้
- คุณประภาศรี-ประภัสสร คำภิโร
- คุณประวัฒน์ เบญญาศรีสวัสดิ์
- คุณประสิทธิ์-จันทมาศ ไกรยนต์, อัญชลี เมฆาพร, นิตยา เข้มเพชร
- คุณประเสริฐ-เตียน-ธนวัฒน์ ยิงมทิศรานนท์ และหลาน ๆ
- คุณประหยัด-พรวณวดี-ประพทธิ์-ธัญกมล-ภรณ์ญ มีเพียร
- คุณปรานี ดาไลดม
- คุณปรียาภรณ์ ชตติยาภิรักษ์ และกลุ่มมะลิเรนเจอร์
- คุณปิยพร ธนรัตน์สุวรรณ
- คุณฟอง-คุณท้อมลิ้ว-คุณสรพรเพชญ-ด.ญ.พัชรพร-ด.ช.คณิน-คุณอภิญา เจตนารมมจิต
- คุณพ่อเย็น-คุณแม่บัวดี แซ่ฝู่-ศรินทิพย์ ผู้แก้วกล้า
- คุณพ่อล้นช่วยเยียม-แม่ไต้วซวก-อรุณรัตน์ ลีวิริยะเลิศ-บรรพบุรุษ
- คุณพ่อสิงห์คำ-แม่เทียบ-น้องบัวคำ-พี่ขาว-อัศวิน ชัยวงศ์
- คุณพ่อสีมา-แม่หลง-กัณหา อรรณพเพชร
- คุณพิมลพรรณ ฉันทาติศัย
- คุณพีระนุช นานา
- คุณเพ็ญจันทร์ หงษ์สัจจะพงศ์
- คุณภัทรพร ยังศิริ
- คุณภิญโญ มหาดไทย
- คุณมานพ ประดิษฐ์ขำ
- คุณแม่ชอลอ-บุษราวัฒน์ เกิดเพิ่มพูล
- คุณยิ่งพันธ์ อังคปิยะศิริ, คุณจิรวรรณ สวรรค์พิทักษ์
- คุณรุ่งโรจน์-คุณงามนิต-คุณวริษฐา เตชะวรวงศา
- คุณลัดดา อยู่นิจติกุล
- คุณวรรณภรณ์ กุหลาบศรี
- คุณวรรณุช เลหาวัฒน์
- คุณวรรณภา สุภวัน, คุณสุนปกรณ์ เซาร์ช่วงโชติ

- คุณวราวุธ ศรีลาปิง
- คุณวิทยา บุญเลิศเกิดไกร
- คุณวิริยัญญา กัมพลพานิชวงศ์
- คุณกวิทธิพล-นันท์นภัส-วรรณรัชชา-กานต์สิริ ทรัพย์รดาพิธชา และครอบครัว
- คุณวิไลวรรณ อาจสูงเนิน
- คุณศรีแพร พลพวง
- คุณศศิประภา ทานากะ
- คุณศศิภา รุ่งวิรัช และทิศ ๖
- คุณศิริศักดิ์ แสงตะวัน, คุณสิริกร ตระหนกยศ
- คุณศิวาภรณ์ เลิศพัชรานนท์-เวชยันต์ ธนบดีภัท และครอบครัว
- คุณอาทิตย์า รัตนสุวรรณศรี และครอบครัว
- คุณวลิน พิทักษ์ผลิน
- คุณสถาพร ไปนั้น, คุณนราภัทร วงศ์ดาว
- คุณสมปอง ศรีบ้าน
- คุณสวัสดิ์ ไลหารขุน
- คุณสำรวจ-ผศ.ทพ.ญ.ดร.นภา สุขใจ
- คุณสุพัฒน์ ภัทรวรรณวงศ์-คุณประภาภัทร รุจิระธนลักษณ์
- คุณสุพิชฌาย์ พิริยานันท์สกุล - คุณวรภัทร์ ทมจันผา พร้อมครอบครัว
- คุณสุภาพร เนื่อไม้ดี
- คุณแสง-คุณแดง สานวรวงศ์
- คุณแสงอรุณ นวลทรรค์
- คุณหิรัณยธร ยิ่งทวีรัตนกุล
- คุณอนุศักดิ์-สุกานดา ไชคมีศีล
- คุณอภิชัย ชัดติยาภิรักษ์ และครอบครัว
- คุณอัมพร ฮานาวะ และครอบครัว
- คุณอำนวย-เพ็ญพรรณ นิธิการพิศิษฐ์
- คุณอำนาจ แต่วณิชเจริญ และครอบครัว
- คุณอิทธิกร-วรรณภา-เจนจิรา-อรวรรณ พิบูลย์สุทธิกุล
- คุณอุดมลักษณ์ สเป็นส์
- คุณอุ๋นจิต-คุณนรินทร์ รุจิรศิริ
- คุณSandy เรืองศรี



- ดร.ดวงกมล ทองคนารักษ์
- ดร.อาทร-เหมือนฝัน-อัยยัณชชา นันทียกุล
- ทพ.อรรถจัน สุขเสริฐ
- นพ.สุนทร-พญ.ลัดดาวัลย์ ย้อเผ่าพันธ์
- พ.ต.ท.หญิงรัตนา รัตนอาภา
- พ.อ.สิงห์เจนพัฒน์-คุณอัยยารวีวรรณ หาญสีหะดชา
- พญ.นฤมล-ด.ญ.อชิระ จินตพัฒนากิจ, คุณธีรเมธ เทพวิชัยศิลปกุล
- ร.ต.บุญส่ง-แม่สุพร พันธุ์โกศล, ทพญ.บงกช สุวรรณปัทม
- ว่าที่ ร.ท.ศรวิชัย-ศศิธร-ศศิวิมล-ศรวิกรม วงษ์หนูช
- โครงการบัณฑิตแก้ว
- ชมรมพัฒนาศักยภาพ มหาวิทยาลัยมหิดล แผนกเพชรกล้านธรรม
- ทีมมหัศจรรย์แก้วกายสิทธิ์
- BRIAN PABHASSARO & SINGAPORE TEAM
- Thitiya Hertel
- William Tyler, Christian Wolff ธิดารัตน์ ประดิษฐ์วิริยะกุล

ฐานที่ ๑ ปากช่องจมูก { หญิงชาย
ชายขวา

ฐานที่ ๒ เพลาตา { หญิงชาย
ชายขวา

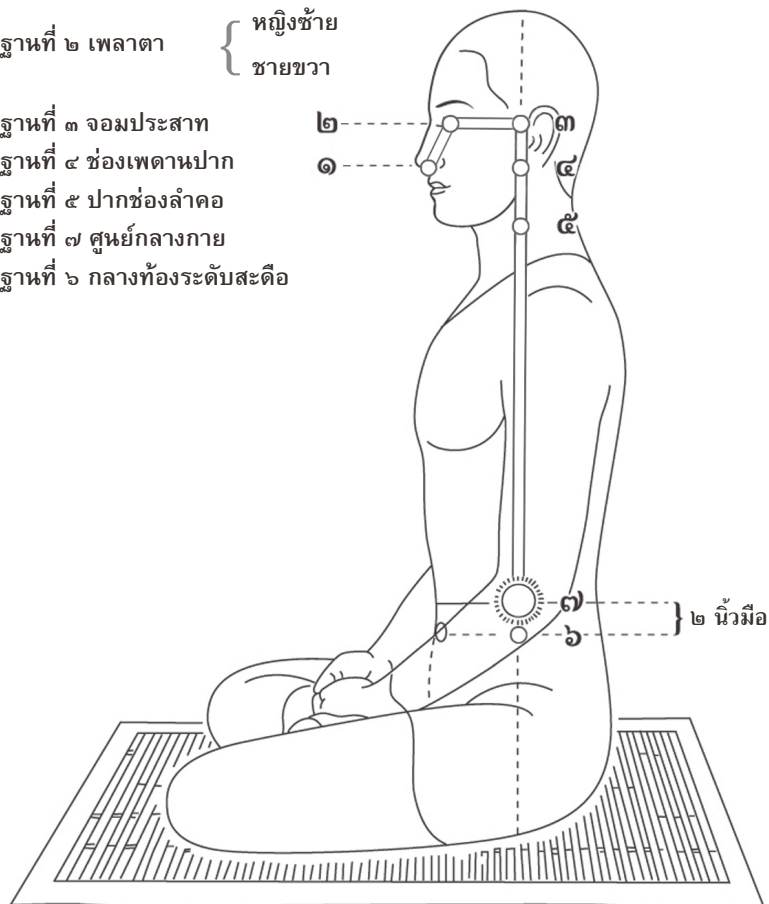
ฐานที่ ๓ จอมประสาท

ฐานที่ ๔ ช่องเพดานปาก

ฐานที่ ๕ ปากช่องลำคอ

ฐานที่ ๗ ศูนย์กลางกาย

ฐานที่ ๖ กลางท้องระดับสะดือ



ภาพแสดงทางเดินของใจทั้ง ๗ ฐาน

ฐานเจ็ด

ฐานเจ็ด เสด็จเข้า	นิพพาน
ฐานเจ็ด เสด็จมาร	พ่ายแพ้
ฐานเจ็ด แหล่งสราญ	ใจสุข
ฐานเจ็ด คือบ้านแท้	ลูกนั้นทุกคน

สุนทรพจน์

บ่มอินทรีย์

ลูกหมั่นตรึกนึกน้อม	อย่างนี้
เป็นยอดนักรบที่	เลิศล้ำ
รู้จักบ่มอินทรีย์	แก้กล้า
ไม่ประมาทหมั่นย่ำ	มันแล้วอุดมการณ์

สุนทรพจน์

[illegible]