

ยื่นขอ

พระเทพสิงหนุราจารย์

P16015

ยื่นขอนี้ อาตมาได้มาจากขอนแก่น หลวงพ่อดำ ชื่ออะไรก็ไม่ทราบ เจอท่านที่
น้ำพอง อยู่ที่ป่าไทร้อยย เดียวนี้น้ำท่วมหมดแล้ว อาตมาไปเจอจึงได้เดินธุดงค์ไปกับ
ท่าน ท่านให้ปริศนาธรรมไว้ว่า อยากเรียนรู้ถามหญิงคันทุก อยากทำถูกถามเด็กเลี้ยง
ควาย คนสามบ้านเดินทางเดียวอย่าเหยียบบรอยกัน ฯ เอามาให้ได้ แล้วท่านบอกว่า
เกสา โลมา นะชา ทันตา ตะใจ ตะใจ ทันตา นะชา โลมา เกสา อาตมา มานึกดู
ว่าตัวเองไม่ได้ทำมา ๑๐ ปี พอไปเจริญสติปัญญา จังร้อง อ้อ จะเอาวิชานี้ให้ได้ ยื่น ๕
ครั้ง ทบทวนชีวิตให้ได้ ๕ มีตั้งแต่กำเนิด เกิดมาจากมารดาแล้ว คือ เกสา โลมา
นะชา ทันตา ตะใจ เกสา คือ ผม โลมา คือ ขน นะชา คือ เล็บ ทันตา คือ ฟัน
ตะใจ คือ หนัง ของทั้ง ๕ อย่าง นี้มีมาตั้งแต่กำเนิด เกิดมาจากท้องมารดา แล้วเอา
มาพิจารณา

วิชาการ กับ ปฏิบัติ มันคนละอย่างกัน ไม่เช่นนั้น ไปเรียนแพทย์มา แล้วไม่ต้อง
รักษาใคร ไปเปิดคลินิกเลย ใช้ได้หรือประสบการณ์น้อยไป ต้องให้คนใช้เป็นครู รักษา
มานานจนมีชื่อเสียง ถึงจะไปเปิดคลินิกได้

หลวงพ่อดำ บอกว่า ถ้าเธอคิดได้ ให้ไปเจอเราที่เขากุคา จังหวัดน่าน อยู่บนเขา
อาตมาก็คิดได้เป็นเวลา ๑๐ ปี พอตี ยื่นขอ ๕ ครั้ง เราคิดได้ออกหมด เดินทาง
เดียวอย่าเหยียบบรอยกันก็คือ ยื่น...ขอ (หมุนเท้าขวา ๔๕ องศา) มันจะเหยียบบรอย
กันหรือ มาคนละครึ่งทาง ยื่นนี้ หมุน ขวาก่อน แล้ว ซ้ายค่อยมา แล้วให้พร้อมๆ กัน
อย่าเหยียบบรอยกัน หมายความว่า เดินอย่าไปเหยียบบรอยกัน ขึ้น-ลง คนละทาง ขวา-
ซ้าย, ขวา-ซ้าย เท่านั้นเอง

พออายุ ๔๕ อาตมาก็เดินธุดงค์ไปเจอท่านที่เขารุกคณา ท่านพาอาตมาเดินลัดเขา ตัดลำเนาไพร ๒ เดือน แล้วอาตมาก็ได้ไปไหว้พระมณฑลแล้วอธิษฐานว่า “ถ้าข้าพเจ้ามีบุญวาสนา ขอนิมนต์พระจากมณฑล มาสู่ประเทศไทยให้จงได้” ตอนนั้นพระจากมณฑลมาแล้ว หลังวันนั้นมาเป็นเวลา ๔๐ ปี พอดี ถ้าคนไม่มีบุญวาสนา ไม่มีบุญอยู่ในใจ จะไปอธิษฐานอะไรก็ไม่ได้ผล จำไว้มีแต่บุญ ทุนไม่มี ได้ทุนกำไรไม่ได้ จะไม่ได้อะไรเลย

ยื่นหนอ ๕ ครั้ง เบื้องต่ำตั้งแต่ปลายผมลงมาถึงปลายเท้า เบื้องบนตั้งแต่ปลายเท้าขึ้นมา ยื่นหนอ ๕ ครั้ง แล้ว หลับตา ตั้งตรง ๆ เอาจิตปักไว้ที่กระหม่อม เอาสติตามดังนี้ ยื่น.....(ถึงสะดือ) หนอ.....(ถึงปลายเท้า) หลับตาอย่าลืมตา นึกมะโนภาพ เอาจิตมอง ไม่ใช่มองเห็นด้วยสายตา ยื่น.....(จากปลายเท้าถึงสะดือ หยุด) แล้วก็หนอ.....ถึงปลายผม คนละครั้ง พอทำได้แล้ว ภาวนา ยื่น.... หนอ จากปลายผม ถึงปลายเท้า ได้ทันที ไม่ต้องไปหยุดที่สะดือ แล้ว คล่องแคล่ว ว่องไว ถูกต้อง เป็นธรรม ถ้าคนที่ซื่อๆ บื้อๆ พอไปนั่งกัมมัฏฐานแล้ว จะฉลาดขึ้น จะทำอะไร รวดเร็ว ว่องไว ถูกต้อง เป็นธรรม บางคน ซื่อบื้อ ไปนั่งกัมมัฏฐานแล้ว ยิ่งซื่อบื้อใหญ่ เพราะใจ นั่งผิด ถ้าทำถูกต้อง ทำอะไรจะคล่องแคล่ว ว่องไว ขึ้นกว่าเดิม จะไม่ซื่อก๊วย ทำอะไรเสร็จรวดเร็ว เรียบร้อย มีสติสัมปชัญญะ ไม่ใช่นั่งกัมมัฏฐานแล้ว ถึงญาณโน้น ไปเห็นพระอินทร์ แล้วพระอินทร์บอกว่าเธอทำได้ดีมาก โปรตรระวังมันจะเพี้ยนไป ขาดสติแท้ๆ ขาดสติจะเพี้ยนทันที บางคนไปเจอพระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าถามว่า ทำนาดีไหม ค้าขายดีไหม คนแบบนี้มาที่วัดเยอะเลย เชิญมาเล่าให้ฟัง ๑๐ หน้ากระดาษ เอาอะไรมา มันนอกเรื่องกัมมัฏฐาน ถามต้องถามในเรื่อง ลึกต้องตลก ในเรื่อง อย่าตลกนอกเรื่อง มันจะเปลืองเวลา

ยื่นหนอ ๕ ครั้ง ถ้าเป็นเด็กบอกให้ยื่น.... แล้วเด็ก หายใจเข้าไม่ได้ จะหายใจเร็ว แล้วคนหายใจเข้าไม่ได้ หายใจเร็ว จะใจร้อน ตั้งแต่เล็กๆ จะติด ก็หายใจเร็ว เอาดีไม่ได้คนหายใจเร็ว ปัญญาไม่เกิด พอ ๕ ครั้งแล้ว คนที่ทำได้แล้ว ไม่ต้องหยุด

อยู่ที่สะอาดไปได้เลย เสร็จแล้ว ลืมตาดูที่เท้า ต้องการเอาสติจับอยู่ที่เท้า ไม่ให้มองไปที่อื่น

ยืนหนอ ต้องหลับตา ทบทวนชีวิตของเรา ทบทวนซ้ำๆ อย่าทำเร็ว ยืน...หนอ อย่าไปคลุมหายใจ สติทบทวนจะทำให้เรารู้เหตุการณ์ในชีวิตได้ อ่านตัวออก บอกได้ ใช้เป็นแน่

จิตเกิดทางไหน เกิดทางอายตนะ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เรืองเงาะป่าไม่ใช่เรื่องเหลวไหล เงาะป่า ปากไม่พูด จิตไม่คิด จึงเป็นสมาธิภาวนา คือมีตัวปัญญา ทำให้ไม่ต้องสวมเงาะ มันเป็นปริศนาธรรม เงาะป่าเดินไปตั้งหลายเมือง ไปเจอจรรยาเข้า จรรยาเข้าก็มัญญฐาน เห็นหนอ ยืนหนอ ๕ ครั้ง ต้องเสียงพวงมาลัยคนนั้นแน่ ช่างในไม่ใช่เป็นทองคำ ช่างในเป็นตัวปัญญา มีวิชาความรู้ จรรยาจึงเสียงพวงมาลัยให้ เพราะจรรยาเขามีหลัก ๖ ประการ รูปสวย รวยทรัพย์ นบวิชา มีมารยาท เป็นชาติผู้ดี มีศีลธรรม ทวารทั้ง ๖ มันโง่ หูก็โง่ มีสติหรือเปล่าฟังอะไรก็ไม่ใช้ปัญญา ดุลพินิจพิจารณาแต่ประการใด ฟังส่งเดชไปแล้วเอามาคลีคลายในชีวิต ฟังไม่ได้ศัพท์จับมากระเดียด เสียหายมาก เรามองคนด้วยปัญญาจะไม่เสียหาย มองคนดีหมด เพราะคนเรามีของดีกันทุกคน แล้วก็มิของชั่ว คนเรามีทั้งดีทั้งชั่ว แต่คนที่มีปัญญา จะมองคนที่มีแต่ปัญญา ความชั่วของเขาอย่าไปรู้ของเขา เห็นด้วยปัญญา เนื้อคู่ของคนเราไม่ต้องไปหาหมอดู บุพเพสันนิวาส ลูกเรามีบุญวาสนาต้องได้คนดีหมด ไม่ต้องเป็นห่วง เพราะฉะนั้นการเดินทางมีประโยชน์อย่างนี้

การยืนหนอ ห้าครั้ง พยายามเอาจิตและสติอยู่ด้วยกัน พออยู่ด้วยกันแล้วมันไม่ตัวตนให้เราเห็น มันยากตรงนี้คือมันไม่มีตัวตน ไม่เหมือนวัตถุที่มองเห็นด้วยสายตา มันเป็นอารมณ์ อารมณ์ดีหรือไม่ดี ใครจะไปรู้ได้ แล้วก็ไม่รู้ว่าเขาคิดอะไรกับเรา ถ้าเราได้กัมมัฏฐานขั้นสูงแล้ว จะรู้ว่าเขาคิดอะไรกับเรา โดยเฉพาะคนเรานี้สร้างความดีไม่เหมือนกัน

บางคนใกล้เกลือกินด่าง ให้ปฏิบัติกัมมัฏฐานไม่เอา นิสสัยไม่ชอบ แล้วจะตาย
ไปก็ชาติเล่าจึงจะมาปฏิบัติกัมมัฏฐาน คนเราทุกคนต้องมีความอดทนจึงจะได้ของดี
ของดีนั้นจะได้มาก็ด้วยความอดทน อดกลั้น อดออม ความดีเมื่อเข้าไปอยู่ตรงไหนมัน
ก็ดีตรงนั้น มันคือความสงบนั่นเอง ความสงบจิตระงับใจ พยายามกำหนดเย็นหนอ ห้า
ครั้งให้ได้ พอได้แล้วจะรู้สึกตัวเบาไปหมด ทำอะไรคล่องแคล่วไปหมด และจะรู้
เหตุการณ์ของคนอื่นได้ พอเห็นก็จะรู้ทันทีเลยว่าคนนี้มีนิสัยเป็นอย่างไร จะคบค้า
สมาคม เข้าหู่กับเขาได้หรือไม่ มันจะบอกได้และไม่มีผิดเพี้ยน

การกลับ

กลับหนอ กลับหนอ ๔ คู่ พอคล่องแล้วก็ เป็น ๘ คู่ จากหยาบมาละเอียด
คนเราพอมีสติดี มันจะคล่องแคล่วไปเอง คนที่ทำอะไรยืดขาด ชักช้า หรือทำอะไร
ผิดพลาดบ่อย พอมาทำกัมมัฏฐานก็จะคล่องแคล่วกว่าเก่า ทำอะไรผิดพลาดน้อยลง
ไป และทำอะไรก็จะรู้เลยว่าผิดหรือถูก และจะขยันขึ้นไม่ขี้เกียจเลย ถ้าคนที่มีสมาธิ
สติดี ฝึกไว้จนมั่นคง เก็บไว้ในเครื่องคอมพิวเตอร์ พอมีทุกข์มันจะออกมาแก้ ถ้าไม่มี
ทุกข์มันก็จะเฉย ไม่ได้หมายความว่า คนอื่นมาบอก คนเรามีทุกข์กันคนละอย่าง ทำ
เองต้องแก้เอง

ถ้าท่านคิดอะไรไม่ออก ไม่ต้องปรึกษาใคร ให้ปรึกษาพิภก เพราะพิภกเป็นสติ
สิงชื่อองค์เป็น จิต ในเรื่องรามเกียรติ์ องค์ต้องไปหลอกลวง ฤาษี ให้เอาหัวใจของ
ทศกัณฐ์ มาให้ได้ และจะฆ่าอินทรชิต ต้องใช้องค์ไปหลอกลวงพระพรหมไปเอาพาน
มาให้ได้ พระรามแผลงศรไป ฤกอินทรชิตตาย ต้องเอาพานรอง ไม่เช่นนั้นหัวตกลง
พื้นไฟจะไหม้โลก

จิตนี้มันคิดได้ ถ้าจิตคิดเมื่อไร เป็นอันธพาลเลย สุครีพ เป็นลิงแดง โมโหแล้ว
หน้าแดง ลิงขาว ลิงดำ มาหักต้นน้อยหน้าของพระฤาษี พอฤาษีมาถามว่าทำไมมา
หักน้อยหน้า ลิงดำ ก็กล่าวหา ลิงขาว ลิงขาว ก็กล่าวหาลิงดำ พระฤาษีก็สอน ลิงดำมี

จิตดำ ชอบหาเรื่อง ลิงขาว มีจิตใจสะอาด ตัวลิง เปรียบเสมือนจิต มีขาวกับดำ พระ
ฤาษี ก็บอกให้ลิงดำ ทำจิตให้ขาว อย่าให้ดำต่อไป พอฤาษีสอนเสร็จแล้ว ก็เปล่งวาจา
ให้ลิงขาวไปทิสบูรพา ให้ลิงดำไปทางตะวันตก

หมายความว่า ลิงดำ คือ จิตดำ ใจดำอำมหิต โหดร้าย ฆ่าสัตว์ตัวเป็นให้จำ
ตาย ลิงขาวก็คือ จิตที่ใสสะอาด มันจะรบกับลิงดำ พิเภก ตัว สติ เวลาเมื่อศึกยักษ์ยก
มา พระรามจะต้องถามตัวสติ ตัวสติก็บอกให้หนุมานออกไปต่อกร