



ข้อแนะนำในการฟังธรรม

ธรรมะที่หลวงปู่สาวกโลกอุดร ฐมฺมปาโล
ท่านแสดงพระธรรมเทศานี้ เราต่างไม่เคยได้ยินได้ฟังมาก่อน
เหมือนเป็น

“**ธรรมะสวนกระแส**” กับธรรมะที่สอนกันอยู่ในประเทศไทยและทั่วโลก
สวนกระแสตั้งแต่การแบ่งชั้นระดับกรรมฐาน ที่ทั่วไปสอนว่ามี ๒ ระดับ คือ

๑. สมถกรรมฐาน คือการฝึกอบรมจิตให้เกิดความสงบ
เป็นสมาธิมีความมั่นคง ฝึกฝนจิตด้วยกรรมฐาน ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง
หรือกรรมฐาน ๔๐ กอง

๒. วิปัสสนากรรมฐาน
คือการอบรมปัญญาให้เกิดความรู้แจ้งตามความเป็นจริง
ด้วยการใคร่ครวญธรรม การเพ่งพินิจพิจารณา เห็นธรรมในรูปนาม ชั้น ๕
โดยความเป็นไตรลักษณ์ คืออนิจจัง ทุกขัง อนัตตา

กระบวนการปฏิบัติธรรมจบลงในขั้นวิปัสสนากรรมฐาน
ด้วยการใช้ปัญญาปล่อยวาง

แต่หลวงปู่สาวกโลกอุดร ฌมฺพปาโล

ท่านเทศน์สอนว่าระดับกรรมฐานมี ๔ ระดับ คือ

ระดับที่ ๑ สมถกรรมฐาน คือเป็นอุบายเพื่อให้เกิดความสงบจิตสงบใจ

ระดับที่ ๒ วิปัสสนากรรมฐาน นั้นเป็นอุบายเรื่องปัญญา

เมื่อมีการเห็นรูปเห็นนาม เกิดขึ้นตั้งอยู่ดับไปตามกฎไตรลักษณ์แล้ว

มันเป็นรูปธาตุ นามธาตุ รูปชั้นธ นามชั้นธ เราเรื่องปัญญาแล้ว

ธาตุรู้มันก็รู้แล้ว ก็ตัวรู้ ปัญญาก็อยู่ในนั้น เคลือบอยู่ในนั้น

แต่เป็นการรู้เฉยๆ รู้อย่างไม่มีภพชาติที่จะสงบจบสิ้นลงได้เลย

ระดับที่ ๓ เรียกว่าปหานกิจ เมื่อรู้แล้วก็ต้องมีการดับ ต้องมีการปหาน

มีในพระไตรปิฎก ระดับปหานลงเลย ปหานกิเลส จึงจะถูกอริยสังขี

ระดับที่ ๔ ระดับวิมุตตिसุข ขึ้นถึงแก่นคือ **พระนิพพาน** หรือ

องค์ฌานนิโรธสมาบัติ นี้คือระดับวิมุตตिसุข เป็นสี่ระดับ

“ธรรมะสวนกระแส” ของหลวงปู่สาวกโลกอุดร ฌมฺพปาโล

นอกจาก....**ระดับกรรมฐาน ๔ ระดับที่สวนกระแสกับ**

ระดับกรรมฐานที่สอนกันอยู่ ๒ ระดับ

ยังมี....**ที่ตั้งของใจ(ใจในอายตนะหก คือตา,หู,จมูก,ลิ้น,กาย,ใจ)**

ก็สวนกระแสจากที่สอนกันว่าอยู่ที่หัวใจข้างซ้ายข้างขวา,อยู่ที่ลิ้นปี่,อยู่ในพุง,

หรือเหนือสะดือสองนิ้ว,อยู่กลางกระหม่อม, อยู่กลางอก ฯลฯ

และ....ยังมีคำสอนคำเทศน์ของหลวงปู่สาวกโลกอุดร ฌมฺพปาโล

ที่ท่านแสดงพระธรรมเทศนาสวนกระแสกับสิ่งที่เราเคยรับรู้,

สิ่งที่เราเคยเชื่อ, สิ่งที่เราเคยศรัทธาอีกมาก

แล้วเราจะวางใจอย่างไร

ผู้ปฏิบัติที่ส่วนมากผ่านมาหมดเกือบทุกสาย

แต่ยังดับทุกข์ในใจลงไม่ได้ นี่คือประเด็นสำคัญ

เมื่อได้ฟังธรรมะที่หลวงปู่ฯ เทศน์ ต่างเคยถามตนเอง

“แล้วเราจะวางใจอย่างไร ต่อพระธรรมที่สวนกระแสนี้”.....

คณะผู้จัดทำจึงได้ถอดบทเรียนจากผู้ปฏิบัติที่ยังคงมุ่งมั่นตั้งใจปฏิบัติต่างกล่าวตรงกันว่า

“ได้ปฏิบัติตามธรรมะที่หลวงปู่สาวกโลกอุดร ธรรมปาโล ท่านเทศน์สอน เป็นวิธีปฏิบัติที่ทำได้จริง เกิดผลขึ้นจริง คือความคิดลดลง การปรุงแต่งให้ไปเกลียด โกรธ หรืออยากได้ของใคร ริษยาใครมันลดลง ความทุกข์ทางใจลดลง ใจที่เคยเร้าร้อนแสบส่ายไปตามอารมณ์ทั้งของเราและอารมณ์ของคนอื่น มันสงบลง ส่งผลให้อยู่สบายขึ้น แบบไม่ต้องพยายามเพราะเป็นไปเองแบบอัตโนมัติ”

แล้วพวกเขาวางใจอย่างไรต่อพระธรรมที่สวนกระแส
การถอดบทเรียน ได้ความตรงกันตามนี้

๑) ใช้หลักธรรม “กาลามสูตร” ซึ่งเป็นหลักการพิจารณาความเชื่อ ๑๐ ประการ ที่พระพุทธองค์ได้ทรงประทานแนวทางไว้

กาลามสูตร ๑๐ ประการ

- | | |
|--|-------------------------------------|
| ๑) มา อนุสฺสวเนน | อย่าปลงใจเชื่อ ด้วยการฟังตามๆ กันมา |
| ๒) มา ปรมุปราย | อย่าปลงใจเชื่อ ด้วยการถือสืบๆ กันมา |
| ๓) มา อิติกิราย | อย่าปลงใจเชื่อ ด้วยการเล่าลือ |
| ๔) มา ปิฎกสมุปทานเนน | อย่าปลงใจเชื่อ |
| ด้วยการอ้างตำราหรือคัมภีร์ | |
| ๕) มา ตกุกเหตุ | อย่าปลงใจเชื่อ เพราะตรรกะ |
| ๖) มา นยเหตุ | อย่าปลงใจเชื่อ เพราะการอนุมาน |
| ๗) มา อาการปริวิตกุกเนน | อย่าปลงใจเชื่อ |
| ด้วยการคิดตรองตามแนวเหตุผล | |
| ๘) มา ทิฎฐินิซุฆานกุกขนุตติยา | อย่าปลงใจเชื่อ |
| เพราะเข้ากันได้กับทฤษฎีที่พิสูจน์ไว้แล้ว | |
| ๙) มา ภพพฐูปตา | อย่าปลงใจเชื่อ |
| เพราะมองเห็นรูปลักษณะน่าจะเป็นไปได้ | |
| ๑๐) มา สมโณ โน ครุตติ | |

อย่าปลงใจเชื่อเพราะนับถือว่าคุณสมณะนี่คือครูของเรา

๒) ฟังพระธรรมเทศนาและอ่านหนังสือธรรมะของหลวงปู่ฯ หรือธรรมะอื่นใดด้วยความเคารพในพระธรรม เป็นข้อควรถือปฏิบัติอย่างยิ่งของผู้ปฏิบัติธรรมทั้งมวล

๓) ทำให้เป็นผู้มั่นคง ใช้หลักกาลามสูตร ๑๐ ประการ ในทางปฏิบัติ

- ด้วยหลักกาลามสูตร

ท่านทั้งหลายที่เราได้ถอดบทเรียนต่างใช้วิธีการแรกเหมือนกัน อย่างไม่ได้หนดแนะ นั่นคือวางธรรมะที่เคยรู้, เคยเก่ง, เคยได้, เคยถึง, วางนิमितทั้งเกิดขณะปฏิบัติธรรมและนิमितภายนอก เหมือนกับว่าเป็นผู้ปฏิบัติใหม่ที่ไม่มีต้นทุนพิเศษอะไร มีเพียงความรู้พื้นฐานในรูปแบบนาม ชั้นที่ ๕

- ฟังธรรมด้วยใจที่เป็นกลาง เปิดใจรับฟังธรรมะแบบไม่ปฏิเสธทันที และไม่เชื่อในทันที

- ฟังให้มาก ในทุกแง่มุม อย่าเพิ่งด่วนตัดสินใจ แล้วค่อยๆ พิจารณาเนื้อความ, วิเคราะห์, ไตร่ตรองด้วยปัญญาของเรา

- เมื่อไตร่สวน วิเคราะห์ พิจารณาแล้วเห็นว่า ธรรมะนี้ไม่มีโทษภัย ควรแก่การนำมาปฏิบัติ ถือเป็นขั้นแรก

- แต่เราก็กังยังไม่ปลงใจเชื่อ

ขอนำมาปฏิบัติอย่างเต็มกำลังของเราสักระยะหนึ่ง ด้วยการใช้หลักอิทธิบาท ๔ (คุณเครื่องแห่งความสำเร็จ) เมื่อเกิดผลพอได้ประจักษ์บ้าง คือความทุกข์ทางใจลดลง เราจึงจะปลงใจเชื่อ

- การฟังธรรม ฟังแบบไม่จับผิด

แต่ควรฟังโดยถ้วนทั่ว เพื่อจะได้รับรสพระธรรมคำสอนอย่างรอบด้าน โดยไม่จับใจความเฉพาะตอนใดตอนหนึ่งแล้วตัดสิน

- ธรรมะตอนใด ตอนใด

ที่เราฟังแล้วสะดุ้งสะเทือนอย่างแรงและไม่เข้าใจ ให้วางไว้ก่อน อย่าเพิ่งตอบโต้ด้วยการปฏิเสธ(คือขัดเคืองใจ)

เมื่อเราฟังให้มากปฏิบัติให้มาก เราจะเข้าใจอย่างลึกซึ้งในเนื้อความ

กลุ่มที่ยังคงมุ่งมั่นปฏิบัติต่างมีความเห็นตรงกันว่า
เมื่อปฏิบัติตามธรรมะที่หลวงปู่สาวกโลกอุดร ธรรมปาโล ท่านเทศน์สอน
ความคิดการปรุงแต่งลดลงจริง ใจสงบลง
ส่งผลให้อยู่สบายขึ้นในสังคมที่วุ่นวายเปลี่ยนแปลงตลอด...นี่เป็นเพียงเป้าหมาย
ในเบื้องต้น ตามที่หลวงปู่ฯ ท่านสอนไว้ว่า
ระหว่างปฏิบัติเราจะได้รับความสงบจิตสงบใจ
ส่วนเป้าหมายสูงสุดนั้นคือมรรค ผล นิพพาน

คณะผู้จัดทำ

อย่างไรก็ตาม...ยังมีข้อแนะนำในการฟังธรรมเพิ่มเติมว่า
เนื่องจากหลวงปู่สาวกโลกอุดร ธรรมปาโล
ส่วนมากท่านแสดงพระธรรมเทศนาในงานปริวาสกรรมในวัดที่ห่างไกล
หรือในงานเทศน์ฉลองกฐิน ผ้าป่าซึ่งในบางครั้งมีเสียงอึกทึก เสียงดนตรี
หรือเสียงฝนตกหนัก ทำให้บางกัณฑ์เทศน์อาจมีเสียงแทรกเข้าไประหว่างการบันทึก
เสียง
ซึ่งเป็นการบันทึกเสียงแบบเก่าด้วยระบบเทปคาสเซ็ท(หลวงปู่แสดงธรรมระหว่างพ.ศ.
. ๒๕๓๒- พ.ศ.๒๕๔๔) จึงกราบขอภัยในความไม่สมบูรณ์แบบในบางกัณฑ์ ไว้ ณ
ที่นี้