

*Handwritten signature*

# พระราชพิธี ๓ - ๕ (พ.ศ. ๒๕๕๗ - ๒๕๕๙)

จำพรรษาที่

วัดบูรพาราม อำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานี

*สมเด็จพระสังฆราชเจ้า กรมหลวงชินวราลงกรณ,  
มีแก่ความเจริญรุ่งเรืองไว้เป็นนิตย์สืบมา*

หลวงพ่อจิตตวิสุทธิ

## ป่วยเป็นวัณโรค

- นอนไม่หลับ ๗ วัน ๗ คืน หลวงปู่ฝันชวนไปนั่งฟังเทศน์ •

หลวงปู่เริ่มป่วยเป็นวัณโรคก็ท้อใจ นอนไม่หลับ ๗ วัน ๗ คืน หลวงปู่ฝันท่านชวนไปนั่งฟังเทศน์ก็ ปฏิเสธบอกว่าว่างนอน “นอนฟังได้ไหมหลวงปู่” พอบอกว่าได้ เราก็ได้ใจนอนฟังไม่รู้ว่าท่านหนีไปแต่เมื่อไร ตื่นอีกที่ ๘ โมงเช้า ที่นี้พอปฏิบัติได้แล้วได้สมาธิรู้อ่างล้างบางอย่างมันก็ภูมิใจการปฏิบัติ สมาธิมันเป็น เรื่องของจิตของใจ เราตั้งสมาธิรู้จิตรู้ใจคือการปฏิบัติสมาธิ ที่นี้คนที่เขาแข็งแรงเขาเดินจงกรมได้ เขานั่ง สมาธิได้ เรามัวแต่นอนสมาธิอย่างเดียวเดินก็ไม่ไหว นอนกำหนดรู้จิต บางทีเรารำคาญ เราก็สวดธัมมจักก- กัปปวัตตนสูตร พอสวดไปสวดมามันหลับ ที่นี้พอมันหลับ จิตมันหลับที่ตรงไหน จิตก็ท่องอยู่กับประโยค สุดท้ายนั่นแหละ พอตื่นขึ้นมาก็สวดต่อ

บางทีก็จะคิดอยากตายทำเดี๋ยว ไป ๆ มา ๆ จิตมันนึกขึ้นมาว่า ก่อนจะตายเราควรจะได้รู้ก่อนว่า ความตายมันคืออะไรกันแน่ ก็พยายามเร่งฝึกสมาธิหามมิดหามคำ ในที่สุดมันก็รู้เห็นความตาย

## หัดตายเมื่ออายุ ๒๒ ปี

- ภาวนาลูกเดียว ภาวนาจนกระทั่งตัวหาย เหลือแต่จิตดวงเดียวสว่างไสวอยู่ •

หลวงปู่ป่วยเป็นวัณโรคที่เมืองอุบลฯ เมื่ออายุ ๒๒ ปี ภาวนาลูกเดียว ภาวนาจนกระทั่งตัวหาย พอตัว หายบ่อย ๆ ใจมันก็ทะนงขึ้นมา โรคภัยไข้เจ็บมันเป็นที่กาย มันไม่ได้เป็นที่ใจ ภายหลังมาถ้ามันหงุดหงิด รำคาญเพราะความเจ็บป่วย ใจมันมักจะนึกว่า ฉันไม่ได้จ้างแกมาเกิด ไม่ได้จ้างแกมาตาย อยากตายก็เชิญ เลย มันทำทายเป็นอย่างนี้ มันก็สบาย บางทีก็ลองตายเล่น ๆ ลองดู วิธีตายเล่น ๆ นี้ทำยังไง ภาวนาจนกระทั่ง จิตมันสงบ ร่างกายตัวตนหายไปหมด เหลือแต่จิตดวงเดียวสว่างไสวอยู่ อันนี้เขาเรียกว่าตายเล่นหรือหัด ตายก่อนที่เราจะตายจริง เมื่อเราตายมันก็มีลักษณะอย่างนี้เหมือนกัน ถ้าจิตมันเข้าสมาธิ มันไม่สัมพันธ์กับ ร่างกาย มันแยกตัวออกไปอยู่ต่างหาก นั่นคือตาย แต่ในช่วงนั้นเราไม่รู้หรือกว่าเราตาย คนเราทุกคนตาย ไม่รู้ตัวว่าตัวตาย ฉะนั้นบางคนไม่รู้ตัวว่าตัวตาย ยังไม่ได้ไปไหน บุญบาปยังไม่ให้ผล จึงไปเที่ยวเคาะประตูบ้าน ก๊อก ๆ แก๊ก ๆ อยู่นั่น เขาถือว่าเขาเป็นคนอยู่ คนตายธรรมดาพอวิญญาณออกจากร่างมีตัวตนเดินออกหนี ไป ถ้าอยู่ในสมาธิละเอียด มีแต่จิตวิญญาณลอยออกไปเป็นดวงสว่าง เพราะฉะนั้นการปฏิบัติสมาธิคือการ หัดตายเอาไว้ก่อนที่เราจะตายจริง

การพักผ่อนในสมาธิมีคุณค่าว่าการนอนหลับธรรมดา เมื่อก่อนนี้อยู่กับหลวงปู่เสาร์ท่านนอน ตึก..ตึก แต่เสร็จแล้วเรานอนก่อนท่าน ท่านตื่นก่อนเราทุกที ถ้ามหลวงปู่นอนวันละกี่ชั่วโมง บางทีชั่วโมง เดียว บางทีก็ ๒ ชั่วโมง บางที ๓ ชั่วโมง แต่ไม่เคยเกิน ๓ ชั่วโมง เรียนถามท่านว่าอยู่ได้ยังไง ท่านตอบว่า อยู่ได้เพราะท่านเข้าสมาธิ



## หลวงปู่สอนให้พิจารณาอริยสัจ

- เจ้าไปนั่งภาวนาโน่นก็ทุกข์ นี่ก็ทุกข์ เจ้าเขียนเสือหลอกตัวเอง •

ตอนหลวงพ่อย่วยเป็นวัณโรค หลวงปู่ฟันท่านว่า “เจ้าไปนั่งภาวนาโน่นก็ทุกข์ นี่ก็ทุกข์ เจ้าเขียนเสือหลอกตัวเอง ให้เจ้าไปนอนดูทุกข์ จนกระทั่งมันรู้ความจริง”

ตอนที่อยู่ที่วัดบูรพาฯ นี้ หลวงพ่อหลอกเอายาเมดินาลจากยายโหว่ ขอวันละ ๒ เม็ด ๆ ๆ เอามาผสมไว้ได้ตั้งกำมือหนึ่ง วันนั้นมันเกิดหงุดหงิดขึ้นมาจะกินยาเมดินาลให้มันหลับไป มือหนึ่งถือแก้วน้ำ มือหนึ่งถือยา ที่นี้พอตั้งใจจะเอาจริง แทนที่มือมันจะขึ้นมาข้างบน มันกลับอ่อนลง น้ำก็หก ยาก็หก แล้วความรู้อันเกิดขึ้นมาว่า ก่อนที่ท่านจะตาย ท่านรู้หรือยังว่าความตายคืออะไร จิตมันบอกอย่างนี้

- ดูสิ่งที่มันมีอยู่ในปัจจุบัน อย่าไปไขว่คว้าอะไร •

หลวงพ่อย่วยเป็นวัณโรค หลวงปู่ฟันท่านสอนว่าอย่างนี้ *ทุกข์ อริยสัจ ทุกข์มันปรากฏแก่เธอ อยู่ทุกลมหายใจ เธอไม่ต้องไปคิดพิจารณาอะไรมันหรอก ให้กำหนดสติรู้สิ่งที่มันมีอยู่ในภายในใจ เวลาที่ปอดของเธอเป็นวัณโรค มันเป็นจุดเกิดของทุกข์ จิตของเธอไปยึดอยู่ที่ปอดเพราะเธอป่วยที่ปอด แต่ความทุกข์มันจะเกิดที่จิต ความเจ็บปวดเกิดที่กาย แต่จิตไปรับรู้มันก็เลยกลายเป็นความปวดความเจ็บป่วย เพราะฉะนั้นให้ดูสิ่งที่มันมีอยู่ในปัจจุบัน อย่าไปไขว่คว้าอะไร (หลังจากนั้นประมาณปีเศษ หลวงพ่อจึงนิมิตเห็นความตาย)*

## วัณโรคหาย

- ก่อนจะตายเราควรจะรู้ก่อนว่า ความตายคืออะไร •

ในที่สุดวัณโรคมันก็หาย แต่เวลามันจะหายจริง ๆ นี้ มันก็มาอาศัยสมาธิของเราที่แหละ ที่เราปฏิบัติกันอยู่ คือว่าอยู่มาวันหนึ่ง จิตมันก็นึกขึ้นมาว่า เราป่วยเป็นวัณโรคนี้ โหน ๆ เราก็จะตายอยู่แล้ว เพราะฉะนั้นก่อนจะตายเราควรจะรู้ก่อนว่า ความตายคืออะไร วันนั้นตั้งใจนั่งสมาธิดูความตายตั้งแต่ ๓ ทุ่ม จนกระทั่งถึงตี ๓ การปฏิบัติด้วยความอยากรู้ อยากรู้ เห็น อยากรู้ เป็น ก็เลสมันไปปิดบัง เราปฏิบัติด้วยความอยาก แม้แต่จิตสงบมันก็ไม่มี เมื่อจิตไม่สงบมันก็ไม่รู้เห็นความตายจนกระทั่งถึงตี ๓ รู้สึกว่าเห็นดีเห็นชอบสมควร พอเรามาคิดว่า โอ๊ย! วันนี้ไม่ไหวแล้ว ก็ไปยึดลมหายใจไม่ลดละ มันตามลมออกตามลมเข้าอยู่อย่างนั้น จิตมันก็รู้เฉยอยู่ตามธรรมชาติของมัน ลมหายใจก็หายใจอยู่ตามธรรมชาติ มันมองเห็นลมวิ่งออก วิ่งเข้าเป็นท่อยาวเกลียวเหมือนหลอดไฟนีออน มันวิ่งตั้งแต่ปลายจมูกลงมาถึงสะดือมันวิ่งอยู่อย่างนี้ บางทีมันก็วิ่งออกข้างนอกแล้วก็วิ่งเข้ามาข้างในสลับกัน แล้วในที่สุด พอมันออกข้างนอก มันก็หมุนเป็นเกลียวสว่างขึ้นไปเบื้องบน ความสว่างไสวมันก็เกิดขึ้น พอไปถึงเบื้องบนแล้วมันก็ย้อนกลับมา คล้าย ๆ กับว่ามันจะไปข้างหน้ามันก็ท้วงหลัง จะอยู่หลังก็อยากไปข้างหน้า มันย้อนขึ้นย้อนลงอยู่อย่างนั้น ในที่สุดมันก็ตัดสายสัมพันธ์ขาดไป แล้วหมุนเป็นเกลียวขึ้นไป แล้วสายสัมพันธ์นี้มันขาด

ค.ร.ท. น.ส. อรุณรัตน์

## มรณนิมิต

- ในที่สุดกระดูกมันก็แหลกละเอียดเหมือนกับขี้เถ้าโปรยอยู่ในดินทราย •

พอขาดปืปร่างกายหายหมด ยังเหลือแต่จิตดวงเดี่ยวนิ่งสว่างไสวอยู่ คล้าย ๆ กับว่าในจักรวาลนี้มีแต่จิตของเราดวงเดียวเท่านั้นสว่างอยู่

ลักพักหนึ่งมันก็ย้อนลงมามองดูร่างกายที่นอนอยู่ มองลงมาที่แรกมองเห็นสรวง จีวร ห่อหุ้มอยู่อย่างดี

อ้าว! ลำดับต่อไปจีวร สรวง หายหมดมีแต่ร่างกายเปลือยเปล่ายังเหลือแต่ชุดวันเกิด

ในลำดับต่อไป ร่างกายมันก็ขึ้นอืด ตีนกาง มือกาง น้ำเหลืองไหล

ลงผลสุดท้ายเนื้อหนังพังไปที่ละชิ้นสองชิ้น จนกระทั่งยังเหลือแต่โครงกระดูก

แล้วในที่สุดโครงกระดูกที่เป็นโครงสร้างมันก็ทรุดฮวบลงไป

ในลำดับต่อไปชิ้นกระดูกหักเป็นท่อนน้อยท่อนใหญ่

แล้วในที่สุดมันก็แหลกละเอียดมันเหมือนกับขี้เถ้าโปรยอยู่ในดินทราย

แล้วในขณะที่มันก็หายจมลงไปใต้ผืนแผ่นดิน แล้วก็เกิดความว่างขึ้นมาอีก

ลักพักหนึ่งผืนแผ่นดินก็ปรากฏขึ้นมาอีก กระดูกที่มันหายจมไปในผืนแผ่นดิน มันก็โผล่ขึ้นมา มอง ๆ ดูแล้วมันยุบยิบเหมือนหนอนบ่อน

พอมันโผล่ขึ้นมาเต็มที่แล้วมันก็เกาะกันเป็นก้อนเป็นท่อน ก้อนเล็กก้อนน้อย แล้วก็จับกันเป็นแท่งกระดูกโดยสมบูรณ์

แล้วพอมันประสานกันเป็นโครงสร้าง คือตอนที่มันวิ่งมาประสานกันนี้ กะโหลกศีรษะกระดูกคอ มาปืป กระดูกคอ กระดูกสันหลังวิ่งเข้ามาต่อ


กระดูกซี่โครงก็วิ่งเข้ามาประสาน

กระดูกแขนกระดูกขา กระดูกมือกระดูกเท้าเข้าไปประจำที่ของใครของเราแล้วก็ประสานกันเป็นโครงสร้างเสร็จ เนื้อมันเริ่มงอก มันเริ่มงอกระหว่างข้อต่อของกระดูกงอกลามไปทั่วจนกระทั่งมันมีเนื้อเต็มสมบูรณ์เต็มที่

แล้วเนื้อเป็นสีแดงที่เรามองเห็นเหมือนกับลอกหนังหมู มันค่อย ๆ แห้งกร้านเข้าไป กร้านเข้าไป เปลี่ยนจากแดงเป็นสีเหลือง จากเหลืองเป็นสีขาวแล้วก็เปื้อนอย่างธรรมชาติ ผม ขน เล็บ มันก็บังเกิดขึ้นสมบูรณ์แบบ

แล้วมันก็ย้อนกลับไปกลับมาอย่างนั้น จำได้ว่ามันเป็นอยู่ถึง ๓ ครั้ง

ทีนี้พอมันจะรู้สึกตัวตื่นขึ้นมา ความสว่างที่มันลอยเด่นมันไหวตัวแพ็บ แล้วทรุดลงมาปะทะหน้าอก รู้สึกแฉ่ว ๆ เหมือนอะไรมาสัมผัสแฉ่ว ๆ แล้วหลังจากนั้นความรู้สึกในทางกายนี้มันซู่ซ่า วิ่งไปตามเส้นสาย มันเหมือนกับฉีดยาแคลเซียมเข้าเส้น ทีนี้จิตมันก็กำหนดรู้ของมันเองโดยธรรมชาติ ความตั้งใจอะไรต่าง ๆ ในขณะนั้นมันไม่มี แต่ทุกสิ่งทุกอย่างเป็นเองหมด



ที่นี้พอมันหยุดชุ่มแล้ว จิตมันก็มีคำถามขึ้นมาว่า นี่หรือคือความตาย คำตอบก็ผุดขึ้นมาว่า ใช่แล้ว พอหลังจากนั้นมันก็อธิบาย อด ออ ออ ออ ตายแล้วมันก็ขึ้นอืด น้ำเหลืองไหล เนื้อหนังพังไปเป็นของ ปฏิภูณเนาเปื่อยโลโครก ยังเหลือแต่โครงกระดูก โครงกระดูกมันก็ทรุดลงไป แผลกสะเก็ดหายจมลงไปในพื้นที่ดิน เพราะว่าร่างกายเรานี้มันก็คือธาตุ ๔ ดิน น้ำ ลม ไฟ เมื่อมันยังมีชีวิตอยู่มันก็เป็นรูปเป็นร่าง เดินเห็นไปมาได้ ทำอะไรได้ เมื่อมันตายลงไปแล้วมันก็กลับไปสู่ที่เก่าของมันคือ ดิน น้ำ ลม ไฟ โทษเกล้าสุด บุคคล ตัวตน เราเรามีที่ไหน

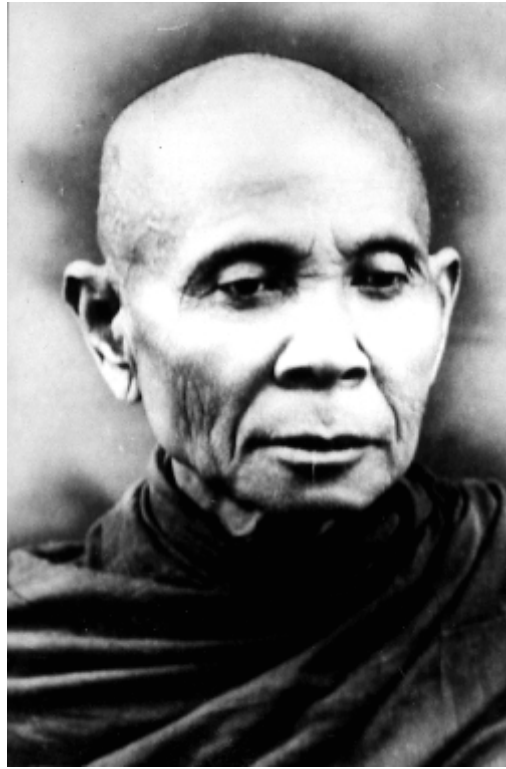
- เอ๊ะ! นอนอยู่หนึ่ง ๆ ไม่เห็นหายใจ ชักสงสัยใหญ่กว่านี้ตายแล้วหรือยัง •

แล้วที่นี้ก็ยังนึกสงสัยอยู่ว่า เอ้! เราจะตายจริงหรือเปล่า ยกมือสองข้างมากล้าดูหน้าอก อ้อ! ยังอยู่ ค่อย ๆ ลืมตาขึ้นมา มองดูนาฬิกา ๒ โมงเช้า ที่นี้พอเดินออกจากห้อง เมื่อก่อนนี้หลวงพ่อบำบัดนี้ไม่ปิด ประตูหน้าต่างทั้งนั้นแหละ เปิดโล่งเอาไว้ ที่นี้พอเสร็จแล้วพอเดินออกมาโยมอุปัฏฐากที่ไปส่งจ้งหันตอนเช้า ยายแม่ชีพวงพอเห็น แกเห็นเดินออกมา พอเรามานั่งแกลเดินขึ้นมา ว้าย! ถ้าหากว่า ๒ โมง เลย ๒ โมงไปแล้วไม่ตื่นนี่ถึงขาแฉ่ง ๆ แกว่า นี่ยังสงสัยอยู่ว่า เอ้! ไปแล้วหรือยัง หรือยังอยู่ บางทีแกบอกว่ายากไปสังเกต สังเกตดู คนเรากันนอนหงายอย่างนี้หายใจ มันจะต้องมองเห็นที่มันพองขึ้นแล้วก็ต้องยุบลงแล้วก็มองเห็น แต่ที่นี้แกบอกว่า เอ๊ะ! นอนอยู่หนึ่ง ๆ ไม่เห็นหายใจ ชักสงสัยใหญ่กว่านี้ตายแล้วหรือยัง ถ้า ๒ โมงไม่ตื่นขึ้นมาแล้ว กระซอกขาแฉ่ง ๆ แกว่า พอหลังจากนั้นมาไอ้ความเจ็บป่วยมันก็หายวันหายคืน ความเหน็ดเหนื่อย หรือความอะไรต่าง ๆ ที่เคยเป็นอยู่มันหายยังกับปลิดทิ้ง จนกระทั่งหายมาจนกระทั่งเดี๋ยวนี้ วัณโรคไม่กลับมาเยี่ยมอีกเลย

- วิธีใช้พลังจิตพิชิตโรคภัยไข้เจ็บ •

เพราะฉะนั้นท่านทั้งหลายที่มาฝึกสมาธิภาวนานี้ แม้ว่าจิตจะยังไม่สงบเป็นสมาธิเท่าที่ควรก็ตาม เมื่อท่านจะใช้พลังจิตรักษาโรคภัยไข้เจ็บ ถ้าท่านจะรักษาตัวเองให้อริชฌานจิต นึกถึงบารมีของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า จงดลบันดาลให้โรคภัยไข้เจ็บของข้าพเจ้าหาย แล้วกำหนดสติรู้ลมหายใจเฉยอย่าไป นึกคิดอะไรทั้งสิ้น เอาการหายใจเป็นสิ่งรู้ของจิต สิ่งระลึกของสติ ดูลมหายใจเฉยอยู่เท่านั้น ที่นี้ธรรมชาติของจิตเขามีสิ่งรู้ สติมีสิ่งระลึก เขาจะเพิ่มพลังงานขึ้นมาอย่างไรไม่รู้ตัว ถึงแม้ไม่สงบวูบวาบแต่เขาก็มี พลังงาน ในเมื่อจิตมันเกิดความว่างขึ้นมา คือว่ามันอยู่เฉย ๆ แต่ยังไม่ใช้สมาธิเพียงแต่ว่างได้ มันก็เป็น ประโยชน์แก่ร่างกาย เมื่อเราทำจิตให้ว่างได้ มันจะมีสารตัวหนึ่งอยู่ติดต่อมสมอง มันจะกระจายออกมา ทำงานของมัน ทำให้กายเบา กายสงบ จิตสงบ เป็นประโยชน์แก่ร่างกายและเป็นประโยชน์ทางจิตด้วย ถ้าหากว่าจิตของเราสงบเป็นสมาธิอย่างแท้จริง มันมีประโยชน์ทั้งทางกายและทางจิต

อันนี้คือวิธีการใช้พลังจิตรักษาโรค อาศัยลมหายใจเป็นสื่อโดยอริชฌานจิตนึกถึงบารมีสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ที่นี้ถ้าหากว่าเราจะช่วยคนอื่น อย่างเราไปเยี่ยมคนไข้ เราอาจจะบอกคนไข้ว่า เาณะ



สมเด็จพระมหาธีรวงศ์ (อ้วน ติสโส)

ฉันจะช่วยรักษาให้ ให้คุณหาย แล้วเรากำหนดสำรวมจิตอธิษฐานถึงบารมีของพระพุทธเจ้า ขอบารมีของพระพุทธเจ้าจงช่วยดลบันดาลให้โรคภัยไข้เจ็บของคนนี้หายไป แล้วเรากำหนดจิตเพ่งที่กายเขา แผ่เมตตาให้เขาเท่านั้นเอง ยิ่งใครมีพลังจิต มีพลังสมาธิมากเท่าไร ยิ่งทำได้ผลดี

## ได้ร่วมจำพรรษา กับพระอาจารย์ฝั้น

- มีบัญชาให้พระอาจารย์ฝั้นไปจำพรรษาที่วัดบูรพาราม •

สาเหตุที่สมเด็จพระมหาธีรวงศ์ (อ้วน ติสโส) มีบัญชาให้พระอาจารย์ฝั้นไปจำพรรษาที่วัดบูรพาราม จังหวัดอุบลราชธานี เป็นเพราะในปีนั้นสมเด็จพระมหาธีรวงศ์ อาพาธหนัก ถึงขนาดฉันอาหารไม่ได้ ต้องถวายอาหารทางเส้นโลหิต ท่านจึงเรียกพระเถระฝ่ายกัมมัฏฐานเข้าไปปรึกษาหารือเพื่อหาทางบำบัดโรคในทางธรรมปฏิบัติ สมเด็จพระมหาธีรวงศ์ ได้นิมนต์พระอาจารย์สิงห์ ขนดยาคโมให้อธิบายธรรมเป็นองค์แรก เมื่อพระอาจารย์สิงห์ อธิบายจบลงแล้ว สมเด็จพระมหาธีรวงศ์ จึงให้พระอาจารย์ทอง อโสโก เจ้าอาวาสวัดบูรพาราม อธิบายอีก