

สนทนาธรรมกับแม่ชีที่หัวหิน

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๑๔ สิงหาคม ๒๕๔๕

ณ วัดป่าสมสัจด์ อ.หัวหิน จ.ประจวบคีรีขันธ์

หลวงพ่ : นานๆ เราถึงจะมาทีหนึ่ง นี่ก็เพิ่งมา เมื่อวานนี้พระมาหลายองค์ เขาไม่รู้ เขานึกว่าเทศน์เมื่อวาน เขาก็เลยมาเมื่อวาน มาจากบ้านเขินสุดใจ ๓ องค์ โยมอีก ๒ เพิ่งมานี้แหละ ทีนี้เดี๋ยวเวลาเราเทศน์แล้ว มันจะเป็นออกไปตามธรรมชาติเป็นธรรมดา แต่ถ้าเราคุยกัน มันมีปัญหาตรงไหนเราต้องเอาตรงนั้นเลย

แม่ชี : เจ้าค่ะ

โยม : คุณแม่นี้ การพัฒนาจิต การเดินจิตนี้ดีมากค่ะท่านพระอาจารย์ ท่านเล่าให้ฟังตะกี้ว่าเวลาที่ท่านเข้าพิจารณาตรงนี้จิตท่านนิ่งมาก แต่... เดี่ยวถ้ายังงัยรบกวนให้คุณแม่เล่าเลยค่ะ เพราะว่าถ้ายังงัยจะได้...

หลวงพ่ : พิจารณายังไง?

แม่ชี : คืออย่างนี้ค่ะ คือว่าสมัยก่อนที่อยู่ที่โน้นเจ้าค่ะ ก็ทำสมาธิแล้วก็พิจารณากาย ทีนี้ก็มีครั้งหนึ่งที่พิจารณาเกศาที่ร่วงเป็นผุยผงลงเป็นดินเลย เห็นเนื้อ เนื้อก็เปื่อยกลายเป็นดินไปอีก เอ้า..เหลือแต่กระดูก ก็ฟ่งลงดูกระดูกอีก เอ้า..กระดูกก็เปื่อย เอ้า..ตายกลายเป็นนั้นหมด ไม่มีเราอะไรอย่างนี้นะคะ รู้สึกว่าจิตก็ได้อยู่สัก ๗ วันมั้ง แล้วตอนหลังก็กลับมาเป็นเหมือนเดิมอีกค่ะ

หลวงพ่ : ฟุ้งอีก

แม่ชี : ฟุ้งอีกค่ะ ก็คล้ายๆ ไม่ติดต่อกันหรือยัง ใจไม่ทราบนะค่ะ แล้วก็เอา..พิจารณาใหม่
อีก ดูร่างตัวเองให้เป็นกระดูกนะค่ะ นี่ศิระษะ กะโหลกศิระษะอย่างนี้นะ ตาลีกอย่างนี้
อะไรต่ออะไรก็ค่อยๆ ดู ก็ดูไปเรื่อยๆ นี่ชื่อโครงนะ นี่แขนขา เวลานั้นมองเห็นแต่ร่างเป็น
กระดูก ลักษณะนั่งสมาธิอย่างนี้นะ อะไรต่ออะไรก็ดูไปเรื่อยๆ แล้วพออยู่มาวันหนึ่งเห็น
พระที่เดินอยู่ที่ศาลา เห็นท่านเป็นโครงกระดูก ท่านเดินกันมาเป็นแถวอะไรอย่างนี้นะค่ะ
ก็แล้วทำไมไม่ติดต่อกันหรือใจไม่ทราบ

หลวงพ่ : มันไม่ได้ผล

แม่ชี : ไม่ได้ผลค่ะไม่ได้ผล คือมันก็ไม่เปลี่ยนแปลงจิตใจอะไรเรานะค่ะ ตอนหลังก็มา
พบพระอาจารย์__นะค่ะ ท่านเป็นลูกศิษย์หลวงปู่ดูลย์เจ้าค่ะ

พอดีป่วยค่ะ แล้วก็อ่านหนังสือของหลวงปู่มหาบัว ท่านบอกว่าสัมผัสภยันต์หญิง
สาว สตรีสาวนะค่ะ ในหยดน้ำบนใบบัว แล้วเสร็จแล้วเขาก็บอกว่า “เดี๋ยวนี้กิเลสมาดัด
ต้นเขาไม่ได้อีกแล้ว”

แล้วหลวงปู่ก็ถามเขาว่า “เขากวนายังไงนี่ หลวงปู่ยังนั่งจนก้นพองแล้วพองอีก
นะกว่าจะได้ขนาดนี้”

ทีนี้ก็เลยสนใจ ก็เลยตามไปหาเขา เขาก็อธิบายให้ฟังว่า แต่ก่อนนี้เขาก็ใช้สายพ
ทโธอย่างนี้นะค่ะ ตอนหลังนี้ท่านจะให้กำหนดสติ เดินก็ให้มีสติรู้อยู่ทุกก้าวเดิน พอจิต
สงบนิ่งแล้วก็ให้มาคอยดูจิต ดูจิตให้ว่าง ว่างอยู่รู้ อยู่ ถ้ามีอะไรเกิดขึ้นพอมีสติรู้ก็ดับไป
.. ให้ดับไป..

แล้วก็เมื่อเร็วๆ นี้ก็เข้าไปพักอยู่กับท่านมา ๑๔ วัน ก็เลยเดินจงกรมภาวนา จิตมัน
ก็เกิดปีติ ก็เลยเนสัชชิกอยู่จนสว่างค่ะ รู้สึกใจคอก็เบิกบานดี แล้วจิตมันก็เลยนิ่ง นิ่งเฉยอยู่
เองเลย โดยที่ปรุ้งอะไรก็ปรุ้งแล้วมันก็ดับไป มันไม่เหมือนก่อนที่ปรุ้งแล้วยาว

ทีนี้พอปรุ้งแล้วก็ดับไป ให้ปรุ้งก็ได้ ไม่ให้ปรุ้งก็ได้ นะค่ะ รู้สึกว่าจิตว่าง่ายขึ้นค่ะ
ไม่เหมือนก่อนนี้ที่แบบว่าชอบคิดฟุ้งซ่านอะไรต่ออะไร แล้วพอดับไปแล้ว บางทีก็

กลับมาปรุงอีกอะไรนี่คะ แต่ตอนนี้พอปฏิบัติจิตอย่างท่านนี้ รู้สึกจิตมันนิ่ง แล้วท่านก็บอกว่า ถ้าคุมจิตได้มันก็คุมได้หมดทุกอย่าง เพราะว่ากายก็จะนิ่งจะว่างไปด้วย พอจิตนิ่งแล้ว กายก็จะเป็นอัตโนมัติไปเลยคะ ท่านว่านะคะ มันจะตัดไปโดยอัตโนมัติ

หลวงพ่ : สติปัญญา ๔ อย่างการพิจารณาที่แรก พิจารณากายนี่ถูก! พิจารณากายแล้วมันกลับคืนสภาพอย่างนั้น อันนี้เพียงแต่ที่เราไม่ได้ซ้ำ มันต้องซ้ำบ่อยครั้งๆ เข้า

อันนั้นมันแล้วมาแล้ว ปล่อยวางไว้ เพราะว่ามันผ่านมาแล้ว พิจารณากาย

ที่นี้พิจารณาจิต พิจารณากายก็ได้ พิจารณาจิตก็ได้ แต่การพิจารณาจิตเราก็คต้องเป็นการพิจารณา...ต้องเป็นการพิจารณา! แต่อย่างที่ว่าเราดูจิตนี้มันเป็น “ปัญญาอบรมสมาธิ” ปัญญา มันจะพิจารณาอารมณ์แล้วมันจะปล่อยวางเข้ามา ปล่อยวางเข้ามาเป็นสมาธิ พอเกิดขึ้นเป็นสมาธิแล้ว พอปรุงก็ได้ ไม่ปรุงก็ได้ มันต้องปรุงขึ้นมาแล้วพิจารณาตรงนั้น!

แม่ชี : เวลาปรุงขึ้นมาแล้วให้พิจารณา?

หลวงพ่ : ตรงนั้น! ถ้าพิจารณาขั้น อารมณ์จะเกิดขึ้นเพราะขั้น ขั้นนี้มันจะแทนกาย แต่ถ้าเราจะพิจารณากาย เราก็คพิจารณาไป ถ้าพิจารณากายมันจะปล่อยวางอย่างที่โยมพูดนั้นถูกต้อง เห็นเป็น โครงกระดูกละ พอเห็นเป็น โครงกระดูกละแล้วมันต้องซ้ำ

ถ้าพูดถึงที่มันไม่ได้ผล เพราะว่ามันพิจารณาได้ครั้งได้คราว มันไม่ต่อเนื่อง ถ้ามันทำต่อเนื่องๆ พิจารณาซ้ำต่อเนื่องๆ แล้วมันจะปล่อย... มันจะปล่อย... เวลามันปล่อยขึ้นมา

ปกติเวลาเรากำหนดพุทโธนี่ มันมีความสุขอย่างหนึ่ง แต่ขณะพิจารณาที่เราเห็นกายที่ว่ามันกลับคืนสภาพ เกศามันลงมาเป็นดินเป็นอะไรขึ้นมา มันจะมีความเว้งว่าง เห็นไหม ลึกซึ้งกว่ากัน อันนี้ลึกซึ้งกว่ากันเพียงแต่ที่เราไม่ได้ซ้ำ “มันต้องซ้ำตรงนั้นบ่อยครั้งๆ” คือจะทำหนึ่หนึ่งนั้นก็ทำได้แสนยาก แต่มันจะต้องทำซ้ำเข้าไปอีก

อันนี้เป็นงานของโยมแล้ว อันนี้ซัวร์ อันนี้เป็นงานที่ว่าโยมเคยผ่านมาแล้ว ถ้าพูดแบบนี้โยมเข้าใจเลย

ทีนี้กลับมาที่การพิจารณาจิต “คูจิต” คูจิตนี้เปรียบเป็นเหมือนคำบริกรรม เพราะเราคูจิตให้มันสงบขึ้นมา มันเปรียบเหมือนคำบริกรรมเลย คำบริกรรมทำให้มันสงบตัวขึ้นมา พอมันสงบขึ้นมาแล้ว เห็นใหม่ใช้คำบริกรรมเพื่อเอาพลังงานอันนั้นมาพิจารณา ภาย แล้วสภาวะภพนั้นมันจะแปรสภาพกลับไปคงที่ตามสภาวะเดิมของมัน

อันนี้ก็เหมือนกัน คำว่า “คูจิต” นี้ มันเหมือนเปรียบเท่ากับเป็นคำบริกรรมนะ มันทำให้จิตสงบ พอจิตสงบขึ้นมาแล้ว อย่างที่โยมพูดมาตะกี้ถูกต้อง “มันจะพิจารณาก็ได้ จะให้มันปรุรงก็ได้ ไม่ให้มันปรุรงก็ได้”

มันอันตรายตรงนี้ไง ตรงที่ว่าพอจิตมันเว้งว่าง จิตมันสบาย อย่างที่โยมพูด ขณะที่ว่ามันพิจารณาเข้าไปแล้ว เวลาปล่อยกายขึ้นมาแล้ว พอถึงที่สุดแล้วเราออกมา มันก็ไม่ได้เห็นได้อะไรขึ้นมาเลย

อันนี้เวลาเราคูจิตนี้จิตมันสงบขึ้นมา เราจิตสงบ พอจิตมันสงบ เราควบคุมตัวมันเอง แต่เดี๋ยวมันก็จะฟุ้งอีก ฟุ้งใหม่ โยมว่าฟุ้งใหม่?

แม่ชี : ต้องคุมตลอดค่ะ

หลวงพ่ : ต้องคุมเห็นใหม่ เพราะมันต้องคุม มันไม่มีตัวสมุจเฉท

แม่ชี : ต้องมีสติอยู่ตลอด ทุกกลมหายใจเข้าออก

หลวงพ่ : ถูกต้อง มันก็อันเดียวกัน สติปัญญา ๔ ภาย เวทนา จิต ธรรม สิ่งใดก็ได้ถ้าเราชำนาญ เพียงแต่ตอนพิจารณาภพนั้นนะ โอ้โฮ..ถ้าเป็นเรานะ โอ้โฮ..อย่างนั้นนั่นคือมันเข้าทางแล้วนะ มันพิจารณาแล้ว

แม่ชี : แต่มันทิ้งใจใหม่คะ?

หลวงพ่ : ทิ้ง ต้องซ้ำสิ! ซ้ำแล้วซ้ำเล่าๆ ซ้ำอยู่ตรงนั้นแหละไม่ไปไหนเลย แล้วมันจะขาด พอมันขาด มันต้องมีสังโยชน์ขาด

อันนี้คือว่ามันปล่อยวาง ปล่อยวางอย่างหนึ่ง แต่สมมุติเจตปหานอีกอย่างหนึ่ง

ปล่อยวางนี้ตามตำราบอกว่าเป็น ตทั้งคปหาน การปหานกิเลสชั่วคราว แต่ถ้าจะปหานกิเลสโดยที่ว่าพระพุทธเจ้าปรารถนาให้เราปฏิบัติกันนั้นมันต้องสมมุติเจตปหาน ถ้าสมมุติเจตปหานนะ กายเป็นกาย จิตเป็นจิต ทุกข์เป็นทุกข์ มันจะแยกออกจากกันเลย เห็นสภาวะตามความเป็นจริง

อันนี้ก็เหมือนกัน ถ้าจิตมันสงบ จูจิตนี้มันอยู่ในวงของสมณะ เพราะเราพิจารณาความคุมมัน แต่มันยังไม่มီးอะไรของเราขาดออกไป ใจตรงที่มันขาดออกไปนี่สำคัญ!

จูจิตแล้ว อย่าเผลอตรงนี้ เผลอตรงที่ว่า “คิดว่าจูจิตนี้เป็นผลงาน”

แต่จูจิตนี้เป็นการหาอุปกรณ์ในการทำงาน จูจิตนี้เป็นการหาพลังงาน ต้องการตัวพลังงาน พลังงานคือหัวใจ พอหัวใจตัวนี้เข้าไปทำงานในวิปัสสนา ถ้าจะวิปัสสนาก็ที่มันพุ่งขึ้นมา นี่ ต้องพุ่ง พุ่งแล้วพิจารณาความพุ่งนั้น พุ่งนั้นเกิดจากอะไร? เกิดจากขั้น ๕ ขั้น ๕ เกิดจากสัญญา สัญญาอยู่ที่ไหน มันต้องแยกตรงนี้อีกทีหนึ่ง

ถ้าแยกตรงนี้ออก... ไม่ค้ำ แต่ถ้าไม่แยกตรงนี้ออก... ค้ำ!

แม่ชี : ค้ำ คืออะไร?

หลวงพ่ : ค้ำ หมายถึงว่ามันยังไม่ถึงที่สุดใจ แต่ถ้าไปแยกตรงนี้ออกแล้วชั่ว

สติปัญญา ๔ กายก็ได้ จิตก็ได้ แต่ถ้าพูดถึงทำไปแล้วนะ พอพิจารณาจิตแล้วมันแยกนะ อารมณ์จะไปเกิดเหมือนกับตอนพิจารณากายแล้วมันปล่อยวาง

จะเดินมาทางไหนก็แล้วแต่ ถ้าเข้ากรุงเทพ กรุงเทพคือกรุงเทพ ทุกสายมาต้องเข้ากรุงเทพเหมือนกัน อันนี้ก็เหมือนกันสายไหนมาก็เหมือนกัน เข้ากรุงเทพเหมือนกัน ต้องไปเป็นสมุจเฉตขาดเหมือนกัน

โยม : ท่านพระอาจารย์คะ ตะกี้ได้ฟังมาในรถ คุณแม่ได้เล่าให้ฟังอย่างหนึ่งว่า พอมาอยู่กับท่านพระอาจารย์___ แล้วท่านพระอาจารย์___ ให้มัจฉาจิต ให้ดูจิตอย่างเดียวไม่ต้องไปทำอย่างอื่น กายไม่ต้องพิจารณา ถ้าเราคุมจิตอยู่แบบนี้มันจะเป็นไปเอง

ตรงนี้คุณแม่ก็เลยไม่ได้งาน

หลวงพ่ : ตรงนี้คือหัวใจนะ...!

โยม : ค่ะ เท่ากับคุณแม่กดตรงนี้ไว้เลยไงคะ ท่านอาจารย์

หลวงพ่ : กดไม่ได้นะ เอ๋ว่าไป..

แม่ชี : ก็สมัยแรกตอนที่ไปใหม่ๆ นี่ก็แบบกดค่ะ คือจ้องนะคะ แต่ตอนนี้ปล่อยตามธรรมชาติ คือคอยดูว่าเขาจะคิดอะไร เราก็ดับไป คิดขึ้นมาแล้วก็ดับไป

หลวงพ่ : มันอยู่ตรงนี้ มันไม่ได้อยู่ตรงนั้นหรอก

มันอยู่ตรงความเห็น ที่ทฤษฎีนี้ “สัมมาทฤษฎี - มิจฉาทฤษฎี”

ถ้ามีสัมมาทฤษฎีแล้วมันจะถูกต้อง ตรงนี้สำคัญนะ ถ้าอย่างทีโยมพูด อย่างที่มันพุ่งขึ้นมาพิจารณาแล้วจะหลุดไปๆ

ความเห็นจากภายใน ถ้าเห็นว่าอันนี้มันเป็นงานแล้ว มันก็จะอยู่แค่ตรงนั้น ใจนี้แปลกนะ ถ้าคิดว่าตรงนี้เป็นประโยชน์แล้วมันจะไม่ก้าวเดิน แต่ถ้าคิดว่าอันนี้เป็นความผิดแล้วมันก็จะก้าวเดินต่อไป

ดูจิตนี่อันหนึ่ง พิจารณาแล้วปล่อยวางนี่อีกอันหนึ่ง แต่! แต่โยมยังจับตัวจิตไม่ได้ โยมจับตัวจิตได้ไหม?

แม่ชี : เอ่อ.. คือจิตนี้ก็คือความคิดใช่ไหมเจ้าคะ?

หลวงพ่ : จิตคือนามธรรมนะ เออ..ใช่ ถูกต้อง (หัวเราะ)

แม่ชี : จิตคือความคิดนะคะ ที่นี้ต้องมีสติ ถึงจะทันกับ...

หลวงพ่ : เอ้า..ทัน ไรๆ (หัวเราะ)

แม่ชี : ไรๆไหมคะ ต้องมีสติก่อน ที่นี้ตอนหลังมาสังเกตว่า สติเราอยู่ที่ไหน อ้อจิตมันก็จะไปอยู่ที่นั่น มันไม่ได้อยู่ที่ตัวนี้หรือคะ มันไม่ได้อยู่ตรงนี้หรือคะ มันอยู่ทั่วไป สังเกตว่าถ้าสติเราอยู่ที่ไหน จิตก็จะไปตามรู้อยู่ที่นั่น แล้วก็คล้ายๆ พอมองอะไรก็ธรรมะก็คือธรรมชาติ มองให้เห็นไปตามธรรมชาติ

หลวงพ่ : นี่ไง... นี่ตรงนี้มันจะเข้าไปหาผลแล้ว แล้วเราไปคิดว่าอันนี้เป็นผลแล้ว

ถ้าบอกว่าทุกอย่างเป็นธรรมชาติ ธรรมะเป็นธรรมชาติ เรารู้ตามธรรมชาติรู้ตามความจริง ก็คือ รู้เท่าธรรมะ

หาวาย!!

โยม : งานยังไม่ได้ทำ

แม่ชี : ไรๆไหมคะ?

หลวงพ่ : เดี่ยว.. เอ้าว่าไป

โยม : เดี่ยวขอขำนิดนะคะ ตะกี้ที่คุณแม่พูดมา เดี่ยวขอจับประเด็นถวายท่านอาจารย์ นิดหนึ่งว่า คุณแม่ปฏิบัติจิตในลักษณะนี้แล้วท่านอาจารย์___บอกว่า อันนี้มันเหมือนกับว่าเป็นทางลัด การดูจิตนี่นะคะเป็นทางลัด พอเราได้ธรรมจากครูบาอาจารย์ว่าอันนี้คือทางลัด อย่างที่ดิฉันเคยกราบเรียนถามท่านอาจารย์ว่า ท่านอาจารย์เรามีทางลัดที่จะก้าวไปสู่การบรรลุธรรมไหม ตรงนี้ละคะ พอที่คุณแม่พูดถึงตรงนี้เป็นทางลัด ที่ท่านอาจารย์___พูดว่า ถ้าเราดูจิตอย่างเดียว เราดูมัน มันจะไปไหนเราดูมัน แต่เราไม่ปรุงมัน นี่คือทางลัด

หลวงพ่ : เราไม่อยากจะพูดถึงท่านอาจารย์__ เราอยากจะวางท่านไว้องค์หนึ่ง วางไว้ต่างหาก เพราะว่านี่เรากำลังพูดเรื่องธรรมะ เราคุยกันด้วยเหตุผลนะ เราไม่คุยถึงเรื่องตัวบุคคลนะ ตัวบุคคลทุกคนดีหมดนะ

เราเคยไปคุยกับเขาทีหนึ่ง เราก็จับประเด็นตรงนี้ได้ ตรงที่ว่าเขาบอกว่า “หลวงปู่คุยสั่งไว้ว่า ให้ดูจิต ให้รู้จิต”

ถ้ารู้จิตจากการดูจิตแบบนี้ ถ้าพูดถึงจิตรู้ในตัวมันเองนี่ส่งออก จิตส่งออกเป็นสมุทัย ถ้าจิตเข้ามาถึงเป็นมรรค

เราจะบอกว่าหลวงปู่ะพูดถูก แต่พวกเราคือความหมายผิด..!

คำว่า “ดู” เราก็คือว่าดู แต่คำว่าดูของหลวงปู่ก็คือ ท่านให้ค้นคว้า พิจารณา มันตรงนี้!

เราถึงบอกว่ามันอยู่ที่การตีความ การดูแล้วค้นคว้านี้อย่างหนึ่งนะ กับการดูเฉยๆ นี่อีกอย่างหนึ่ง

แม่ชี : คืออันนี้นี่มันจะต้องรู้ อยู่ มีสติรู้ อยู่ตลอดจนะเจ้าคะ

หลวงพ่ : ถูกต้อง.. “รู้”

แม่ชี : ต้องพยายาม สตินี้สำคัญมากนะคะ ถ้าทราบใดที่เปลอสตินี้ ก็เท่ากับอะไรรนะ....

หลวงพ่ : ธรรมะนี่นะ ถ้าพูดถึง “ธรรมะคือธรรมชาติ” รถนี้ก็ป็นธรรมชาติอันหนึ่ง เพราะเขาสร้างขึ้นมา รถก็พาเรามา ถ้าเราไม่ลงจากรถมานี้ เราจะมานั่งที่นี้ไม่ได้ เราต้องติดอยู่ในรถ

ธรรมะทุกอย่างป็นธรรมชาติทั้งหมดเลย แต่จิตนี้รู้ภาวะธรรมชาติ แล้วทิ้งธรรมชาติไว้ตามความเป็นจริง จิตนี้เหนือธรรมชาติ ถึงได้ปล่อยธรรมชาติให้กลับไปป็นธรรมชาติ

ถ้าจิตนี้เป็นธรรมชาติ จิตนี้ก็อยู่ในวิถุน เพราะวิถุนะนี้เป็นธรรมชาติอันหนึ่ง

แม่ชี : ต้องทิ้งธรรมชาติอีกที?

หลวงพ่ : ถูกต้อง!!

แม่ชี : ทำจิตเป็นกลางวางทั้งหมด?

หลวงพ่ : ถูกต้อง *ทีนี้มันวางยังงั? วางอะไร? อะไรเป็นเหตุให้วาง?*

ถ้ามันวางไม่ได้ มันเป็นความคาดหวังว่าเราวาง แล้วมันก็มีความสุขใจมีความพอใจว่าเราวาง แล้วเราก็มีความสุขใจแล้วก็มีสุข เห็นใหม่ อีกชั้นหนึ่ง

ถ้าพิจารณาจิตนะมันมีตรงนี้ จิตนี้มันแปลกประหลาดมหัศจรรย์มาก ทุกคนก็ยอมรับมันว่าจิตนี้มันลึกลับมาก แต่ความลึกลับของเขานี้มันต้องค้นคว้าอีกทีหนึ่ง

บังเอิญเราก็พิจารณาจิตนะ เรานี้พิจารณาจิตมาตลอดเลย แล้วเราค้นคว้ามันมา แล้วเราแยกมันเป็นชั้น.. ชั้น.. ชั้นเลย

ทีนี้เวลาเราไปคุยกับเขา แล้วเขาไม่ได้คุยตรงนี้ แล้วเขาพูดอยู่คำหนึ่งเห็นใหม่ ให้อ่านมันบอกถึงสภาวะของหัวใจใจ เขาบอกว่า “แต่เดิมความคิดเข้ามานี่ เขาต้องพิจารณาก่อนแล้วมันจะปล่อยวาง แต่เดี๋ยวนีไม่ต้องเลย ความคิดเข้ามานี่มันจะชนกับฐานของเขา แล้วเค็งออกไปเลย”

แม่ชี : คือที่ทำแล้วมันมีความรู้สึกว่ามันเห็นอะไรก็สักแต่เห็นไปอย่างนั้นนะคะ มันไม่เข้ามาปรุงจิตเหมือนเมื่อก่อน คือก็รู้ที่อยู่ มีสติรู้ที่อยู่ทุกอย่างอะไรมันเป็นไป มันเหมือนตะเกียงที่แบบมีโปิ๊ะ มันไม่เข้ามาถึงจิต มันไม่กระทบจิต

หลวงพ่ : ถ้ามันไม่กระทบจิตนะ นี่พูดถึงนะ โยมก็คิดว่ามันเป็นความดีเพราะมันสบายใจ ถูกต้อง อันนี้เป็นผู้ปฏิบัติที่เริ่มต้นหาความสุข *แต่กิเลสมันอยู่ที่ใจ ถ้าไม่ได้ปลดปล่อยไม่ได้ถอนสรออกจากหัวใจแล้วกิเลสจะหลุดไปได้อย่างไร..!*

แม่ชี : วิธีที่จะถอนศรนี้จะทำอย่างไรเจ้าคะ?

หลวงพ่ : นี่ไง ไอ้ที่จะถอนศรออกจากจิต

มันสบายใจนี้ถูกต้อง มันสบายใจ มันสงบเข้ามา.. สงบเข้ามา.. เราถึงบอกว่าให้มันปรุ่งขึ้นมาไง มันปรุ่งขึ้นมาแล้วต้องจับอาการที่มันปรุ่งให้ได้ อาการที่มันปรุ่งนี้ สังเกตตรงนี้นะ สังเกตตรงที่ว่ามันจะปรุ่งขึ้นมาแล้วพยายามดูว่า อะไรมันเกิดก่อน แยกมันจรมา ชั้น ๕ มันจะขยับตัวนี้แยกมันต้องจรมา อารมณ์มันถึงเกิด อารมณ์นี้เหมือนแยกจรมาเลย แล้วเดี๋ยวมันก็เกิด เดี่ยวมันก็ดับ มันจรมาตลอด แล้วมันจรมานี้ใครเชิญมันมา ใครเชิญมัน มันถึงมีอารมณ์

แม่ชี : ก็กิเลสหรือเปล่าคะ?

หลวงพ่ : ชั้น ๕! ชั้น ๕ นี้มันต้องขยับตัวเห็นใหม่

ชั้น ๕ นี้มันทำงานแล้วนะอารมณ์มันถึงเกิด

ชั้น ๕ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ มันพร้อมกันเลย มันถึงเกิดเป็นอารมณ์

ถ้าเราพยายามจับตรงนี้ให้ได้ มันถึงว่ามหัศจรรย์ใจ แต่ก่อนเขาถึงว่า “ถ้าเวลาคนเราตายไปแล้วนี่คือชั้น ๔” เราพิจารณาจิตมา ในใจมันก็ค้ำอยู่ เพราะตามประสบการณ์ของเรา เราคิดว่าชั้น ๕ ความรู้สึกนี่เป็นรูปอันหนึ่ง ความรู้สึกนี่ อารมณ์เป็นรูปอันหนึ่งไหม?

แม่ชี : ไม่ทันเจ้าคะ... ที่คิดว่าเป็นรูปหรือเป็นอะไร

หลวงพ่ : นั่น!! ถ้าจับไม่ได้ตรงนี้ก็ยังพุดไม่ได้ ถ้าจับได้จะพุดได้

ทำไมพระสารีบุตรยื่นถวายการพัดพระพุทธเจ้าอยู่ข้างหลัง แล้วหลานมาต่อว่า พระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าบอกเลยว่า “ถ้าเธอไม่พอใจต่างๆ เธอก็ต้องไม่พอใจ อาการที่เธอไม่พอใจนั้นด้วย”

แม่ชี : เจ้าคะ

หลวงพ่ : *อันนั้นคือรูปของจิต! อันนั้นคืออารมณ์กระทบเลยละ* พระสารีบุตรพัดอยู่นั่นนะ สว่างป๊อปเป็นพระอรหันต์ขึ้นมาจากตรงนี้เลย ถ้าเธอไม่พอใจสิ่งต่างๆ ทั้งหลายนี้ เราไม่พอใจคนโน้น ไม่พอใจคนนี้ แล้วเอ็งทำไมไม่พอใจความรู้สึกของเอ็งละ

แม่ชี : ต้องไม่พอใจตัวเองด้วย?

หลวงพ่ : ไม่ใช่!

ไม่พอใจความรู้สึกด้วย เพราะความรู้สึกที่เกิดขึ้นนั้นมันก็เป็นวัตถุสิ่งหนึ่ง

เราไปเจอพระองค์หนึ่งนะ พระองค์หนึ่งมาถามมาพูดกับเรา พระมันเยอะเขาก็คุยกัน ทีนี้เขาจะเข้ามาถามปัญหาแต่เขาก็ยังไม่กล้า เขาก็บอกว่า “ความรู้สึกของเขานี้ เหมือนก้อนกรวดก้อนหินเลย”

เราคิดเลยว่าพระองค์นี้ภาวนาเป็น ตกเย็นเขาก็ห่มผ้าเข้ามาหาเราเลย “เฮ้อ..ว่ามา” เขาพูดอธิบายเลยว่า พอเขาป่วย เขาจับอาการป่วยนั้นว่าเป็นขันธ แล้วมันแยกใจ มันแยกขันธ ๕ เป็นขันธ ๕ จิตเป็นจิต ทุกข์เป็นทุกข์ เขาได้โสดาบัน!

แม่ชี : อันนี้ขั้นสูงแล้วนะคะ

หลวงพ่ : *เพราะว่าเขาจับได้ไง เพราะเขาจับได้เขถึงแยกได้*

มันเหมือนกันเลย เหมือนกับการพิจารณาายนั่นละ เวลาเราพิจารณากายเห็นไหม เกสากลับคืนสู่สภาวะเดิม อันนั้นมันเป็นด้วยพลังงานของใจ ถ้าใจมีพลังงานมันจะ

พิจารณาได้อย่างนั้น แต่ถ้าสมาธิไม่พอมันจะพิจารณาไม่ได้ มันจะตั้งรูปขึ้นมาไม่ได้ ต้องสมาธิพอ

อันนี้ก็เหมือนกันเลย เพียงแต่ว่า กาย เวทนา จิต ธรรม, สมถกรรมฐาน-วิปัสสนากรรมฐาน เหมือนกันเพียงแต่ต้องจับหลักให้ได้ แต่ไม่ใช่ดูเฉยๆ

เราอยู่กับหลวงปู่เจี๊ยะมา อยู่กับพระอาจารย์มหาบัวมา ท่านพูดเรื่องนี้ให้ฟังเยอะ แล้วพระก็มาถามปัญหานี้เยอะ เราจับประเด็นพวกนี้ไว้เยอะ แล้วพอเราออกมาเราก็มารู้ใจของเราเอง แต่เราก็อธิบายให้เขาฟังไม่เข้าใจ เขาฟังเราแล้วเขาไม่เข้าใจนะ

แม่ชี : ถ้าคนยังไม่ถึงก็อาจจะไม่เข้าใจ

หลวงพ่ : ไม่เข้าใจ เวลาสงบนี้เห็นด้วย ความสงบนี้มันอยู่ในวงของสมณะทั้งหมด อันนี้เป็นปัญญาอบรมสมาธิของหลวงปู่บ้านตาต การดูจิตนี้ก็คือปัญญาอบรมสมาธิ สุดท้ายแล้วมันก็เป็นสมาธิเท่านั้น

แม่ชี : หลักใหญ่คือจะต้องมีสมาธิด้วย

หลวงพ่ : ถูกต้อง ตรงนี้เราถึงไม่ค้ำใจ เราไม่ค้ำใจตรงนี้เลย

แม่ชี : ถ้าไม่มีสมาธินี้จะไม่มีกำลัง

หลวงพ่ : ต้องใช้กำลัง แล้วจะต้องยกขึ้นวิปัสสนา ตรงนี้เป็นหัวใจ ถ้ายกขึ้นวิปัสสนาไม่ได้ งานไม่เดิน ถ้ายกขึ้นวิปัสสนาได้ นั่นถึงจะเป็นงาน

แม่ชี : ยกขึ้น คือหมายถึงทำให้พิจารณา?

หลวงพ่ : ถูกต้อง ยกขึ้นหมายถึงจับเหตุได้ จะพิจารณามันก็ต้องมีเหตุให้พิจารณา ถ้าจับเหตุไม่ได้ ก็ไม่มีที่ให้พิจารณา

แม่ชี : เช่น เอ๊ะ ทำไมเราถึงได้เป็นอย่างนี้? เอ๊ะ ทำไมเรารู้สึกแบบนี้? อะไรต่ออะไร ต้องคอยหาเหตุผลจากอันนี้

หลวงพ่ : ถูกต้องๆ แล้วพยายามดู

แม่ชี : แล้วถึงมันจะทุกข์ก็ให้ทน ทนอยู่ในใจใหม่เจ้าคะ?

หลวงพ่ : นี่ไงมันดีมีความสุข คำว่าถึงจะทุกข์นี่ แหม..

แม่ชี : มันพิจารณาไปแล้วบางทีมันทุกข์ใจคะ แล้วก็ต้องทนดูทุกข์ก่อนนะคะ แล้วก็พิจารณา

หลวงพ่ : ไม่เหมือนเรา พิจารณานี้เป็นงานสนุกนะ โอ.. มันแยกแยะมันสนุกนะ โอโห มันพับๆๆ อันนั้นเป็นนั่น อันนี้เป็นนี่ จนบางทีมันแบบว่าพิจารณาไปไม่ไหว สมาธิเราไม่พอนี้มันเป็นโลก มันเป็นโลกหมายถึงว่าพิจารณาแล้วมันไม่ไป มันวนเวียนอยู่ในวังวนนั่นนะ ทั้งมันเลย แล้วกลับมาที่คำบริกรรม กลับมาดูจิตเฉยๆ ถ้าพิจารณาได้ก็กลับไปพิจารณาซ้ำ ทำอยู่อย่างนี้

เพราะอะไร เพราะเริ่มต้นเราหลงมาก่อน หลงมาหลายปี ไปทางโน้นก็ผิดไปทางนี้ก็ผิด ผิดไปหมดเลย แล้วพอมาจับตรงนี้ได้ เพราะมันจับตรงนี้ได้นี่หลวงปู่มันมาบอกเลย “เออ.. ทางเอียง ทางเอียง” พอหลวงปู่มันบอกแบบนี้ โทษนะ อะไรก็ไม่เกี่ยว โลกนี้ดูไม่สนเลย ตรงนี้ที่เดียว ชาติอยู่ตรงนี้ ไม่ก็เดือนนะ “จิตเป็นจิต ทุกข์เป็นทุกข์” แยก! ชั้น ๕ แยกออกไปเห็นๆ เลย ชั้น ๕ ไปกองอยู่ตรงนี้ ทุกข์ไปกองอยู่ตรงนี้ จิตมันแยกออกมาเป็นอิสระภาพ พับ!

แม่ชี : แต่มันเป็นความรู้สึกใจใหม่คะ?

หลวงพ่ : เห็นๆ ทั้งรู้ทั้งเห็น เห็นอย่างนั้นเลย

แม่ชี : ชั้น ๕ มันก็คือเวลาเราพิจารณานี้ก็ถึงขั้นคือร่างกาย แล้วเวลาเจ็บไข้ได้ป่วย ก็พิจารณาว่า “เรื่องของชั้นนั้นที่เจ็บป่วยอะไรนี้ แต่จิตเราจะไม่ป่วยตาม”

หลวงพ่ : นักหลบ!

แม่ชี : อันนั้นหลบหรือคะ ที่เวลาป่วยก็พิจารณาว่า “เออ.. ตามเรื่องเขา เรื่องของชั้นจะ เป็นอะไรก็ช่างเขา”

หลวงพ่ : นี่มันหลบเห็นไหม หาเหตุผลเพื่อหลบ เราไม่ได้หาเหตุผลเพื่อผู้ ถ้าจะหา เหตุผลเพื่อผู้ “อะไรเจ็บ อะไรป่วย ความเจ็บมาจากไหน” แยกเข้าไปเลย ถ้าอย่างนี้คือ **นักรบ!** แต่อันนี้มันเป็นนักหลบ มันพิจารณาเข้าไปแล้วถอย

แม่ชี : เหนอคะ ยังไม่เข้าใจ เวลาเราเจ็บ เราปวด เราไม่สบาย ก็เลยพิจารณาว่า เรื่องของ เธอเรื่องของกาย อะไรอย่างนี้ ไม่ถูกต้องหรือคะ แล้วจะต้องพิจารณาอย่างไรดีคะ?

หลวงพ่ : เวลาเจ็บไข้ได้ป่วย...

แม่ชี : คะ มันปวด

หลวงพ่ : เวลามันปกติทำไมมันไม่มี แล้วเวลามันป่วยนี่มันมาจากไหน ถ้ามันป่วยนี้ ร่างกายนี้ยกให้หมอ แต่ความวิตกกังวลของใจนี้ต้องเป็นหน้าที่ของเรา หน้าที่ของเราคือ ควบคุมใจของเรา ใจของเราไปเกาะเกี่ยวกับสิ่งนี้ได้ยังไง สิ่งนี้เป็นธรรมชาติ ได้มาโดย ธรรมชาติของกรรม กรรมที่เกิดขึ้นเป็นมนุษย์แล้วได้สมบัติอันนี้มา แล้วเราก็เอามา พิจารณา เอามาสร้างคุณประโยชน์ เพื่อปฏิบัติธรรมอยู่ที่นี่ เพราะต้องการรู้สิ่งนี้ใน รู้สิ่งนี้ว่า อะไรมันป่วย อะไรมันเจ็บ อะไรมันไข้ นี่มันจะเป็นธรรมะ โอสถด้วย

ถ้าพิจารณาเข้าไป ซ้ำเข้าไป แยกเข้าไป แล้วมันปล่อยวางโดยธรรมชาติของมัน จิตเป็นจิต ทุกข์เป็นทุกข์ บางทีหมอจะไม่เกี่ยว หมอนี้ไม่ต้องมายุ่งเลย แต่ถ้าพูดถึงกำลัง ไม่พอ เอ้า..อันนี้ยกให้หมอ เราถึงได้พูดก่อนว่าร่างกายนี้ยกให้หมอ แล้วถ้าเรื่องหัวใจ ต้องเป็นหน้าที่ของเรา ถ้าหน้าที่ของเรา ก็ต้องพิจารณาซ้ำ พิจารณาเข้าไปเลย พิจารณา ซ้ำเลย แยกให้ออกให้ได้ ใจปวดนี่คืออะไร ปวดนี่ก็คือเวทนา เวทนานี้ใครรับรู้มัน วิญญาณรับรู้มัน แล้วรับรู้แล้วเพื่ออะไร สังขารก็ปรุงต่อ สังขารปรุงก็ยึด เวทนาก็เลยเจ็บ อยู่ที่นี่ คือการพิจารณา

แม่ชี : มันยึดอยู่เลยยังทำให้ต้องเจ็บอยู่

หลวงพ่อ : ต้องเจ็บอยู่ แล้วถ้าพิจารณาปั๊บ มันจะตัดหมด เวทนาเป็นสักแต่ว่าเวทนาใหม่ๆ นะ แต่ถ้าทันเวทนา เวทนาจะดับ

ถ้าสักแต่ว่านี่คือมันชาๆ มันรู้สึก มันไม่เจ็บไม่ปวดแต่มันรู้สึกอยู่ นี่คือเวทนาสักแต่ว่า มันยันกันอยู่ณะเวลาถ้าปัญญามันเสมอกัน แต่ถ้าปัญญาถึงที่สุดแล้วมันตัดซ้ำ ดับหมด! ดับหมดเหลือแต่ผู้รู้เฉยๆ

แม่ชี : ตอนนั้นจิตท่านต้องเป็นสมาธิอย่างใหญ่ณะคะ

หลวงพ่อ : สมาธิอย่างนี้เป็นสมาธิกับปัญญาเฉยๆ สมาธิปัญญานี้เป็น โสคาลัย สกิทาคามี นี่ก็เป็นสมาธิปัญญา จนอนาคามีนั้นถึงจะมหาสติ-มหาปัญญา

สมาธิขั้นมหานี้มันจะเกิดตรงนี้ แล้วจะไปเกิดญาณหยั่งรู้อัตโนมัติเป็นอัสวักขยญาณ นั้นอีกขั้นหนึ่ง เข้าไปอีก มันจะเพิ่มขึ้นไปจากไอ้ที่ว่านี้

ที่เราเน้นตรงนี้ไม่ใช่อะไรนะ เพราะไม่อยากให้โยมไปเห็นว่ามันเป็นเรื่องภาระใหญ่โต พอพูดว่า “แหม.. ต้องสมาธิใหญ่” มันเหมือนกับเป็นเรื่องภาระใหญ่โตที่เราแบกไม่ไหว

ไม่หรอก มันก็เกิดจากพลังงานอันนี้ มันพัฒนาได้ จิตตัวนี้พัฒนาขึ้นไปโดยธรรมชาติของมัน จากสมาธินี้เป็นมหาสมาธิ มันเป็นสติปัญญาขึ้นไปโดยขั้นตอน

อย่างในตำราบอกไง สมาธิปกตินี้ โสคาลัย สมาธิปกติสมาธิธรรมดา แล้วขึ้นไปเป็นสมาธิ ๕๐ เปอร์เซนต์ ถ้าถึงอรหัตตมรรคนี้ต้องสมาธิ ๑๐๐ เปอร์เซนต์ ต้องสมาธิครบบริบูรณ์ ต้องละเอียดอ่อนมาก อันนั้นถ้าจะว่ามันเป็นเรื่องสุวิสัยก็พอได้ แต่ตอนนี้ไม่ใช่ ตอนนี้ถ้าไปคิดว่ามันเป็นเรื่องใหญ่โต กำลังใจมันก็ไม่เกิดแล้ว แต่ถ้ามองว่าเรื่องนี้เป็นปัญหาเล็กน้อย นิดหน่อย มันจะสู้ได้.. สบาย.. ไร้.. ของแค่นี้

แม่ชี : เคยอ่านหนังสือของท่าน ___ นะคะ ลุง ___ เป็นพี่ชายของท่านนะคะ ตอนที่ท่านป่วยจะสิ้นแล้วลูกก็พาหมอมา ท่านก็บอกว่า “มาทำไม”

คือท่านพูดว่า “ใจท่านสบายอยู่ ไม่เป็นอะไร มันว่างอยู่ รู้อยู่” ท่านใช้คำว่า “ว่างอยู่ รู้อยู่” ภาษาก็คล้ายๆ ว่าท่านจะใช้คำว่า “ว่างอยู่ รู้อยู่” แล้วก็ไม่ต้องหาหมอ ไม่ต้องให้หมอมานะ

หลวงพ่ : หมอไม่เกี่ยว

แม่ชี : ค่ะ ท่านบอกว่า “จิตท่านมันว่างอยู่ รู้อยู่” อันนี้ท่านวางได้แล้วใช่ไหมคะ ถึงได้บอกว่า “ไม่ต้องให้หมอมาไม่ต้องอะไร เพราะจิตท่านว่าง ไม่มีอะไร”

หลวงพ่ : การวางได้อย่างนั้นเราคิดว่าวางได้บางส่วน แต่ใจเรายังคิดว่ามันยังติดอยู่บางส่วน นี่พูดถึงความเห็นของเราะ แต่หนังสือนั้นยกไว้ละ ของ ___ นั้นไม่เกี่ยว เราไม่พูดถึง แต่ในความรู้สึกของเราเรายังติดอยู่

เพราะถ้ามันว่าง มันจะว่างทันที ไม่ได้ว่างอยู่รู้อยู่ ให้อำนาจนี้ก็ต้องปล่อยหมด รู้ก็ไม่มี

รู้อยู่ไม่ได้ นะ รู้อยู่คือตัวตนใช่ไหม วางหมด สักแต่ว่า ไม่เกี่ยว จิตนี้เป็นวิมุตติ ไม่เกี่ยว แต่ถ้าสักแต่ารู้ ให้อำนาจนั้นมันยังไม่ได้ทำลาย นี่คือความเห็นของเราะ

แต่ท่านต้องวางได้บ้างอย่างว่า ไม่งั้นท่านจะพูดอย่างนี้ไม่ได้หรือว่า “หมอไม่ต้องมานะ ไม่เกี่ยว” เพราะถ้าเป็นคนเจ็บธรรมดาที่ต้องบอกว่า “โห้ย.. หมอเอ๊ย.. หมออยู่ไหน”

แม่ชี : ท่านก็บอกว่าไม่ต้องให้หมอมา บางทีท่านก็บอกว่า ก็เป็นอยู่แต่จิตคล้ายๆ กับจิตไม่สัมผัส

หลวงพ่ : ถูกต้อง คนเรานะ พูดถึงผู้ปฏิบัตินี้พอมีหลักมีเกณฑ์จะเป็นอย่างนั้น คนมีหลักมีเกณฑ์นี้ มันจะเห็น โลกเป็นเรื่องไร้สาระ

แม่ชี : การปล่อยวางได้ มันจะค่อยเป็นค่อยไป หรือปุ๊บปั๊บตัดไปเลยคะ?

หลวงพ่ : ต้องค่อยเป็นค่อยไป.. ค่อยเป็นค่อยไป.. จนถึงที่สุดแล้วมันต้องสรุป มันต้องพีบ!

เพราะพระพุทธเจ้าบอกว่า “เวลากิเลสขาด ตั้งแขนขาด” ในพระไตรปิฎกว่าไว้ชัดเจนมาก กิเลสขาดนี้ต้องตั้งแขนขาด กิเลสต้องขาดออกไป แล้วเราก็ตื่นยันเพราะเราก็ก็น้อยอย่างนั้น ต้องมีอะไรขาดออกไป

ตรงนี้เราถึงได้คัดค้านกับเขาไง เขาบอกว่า “ดูใจเฉยๆ แล้วมันจะสงบไปเอง แล้วจะไม่มีอะไร มันจะเป็นไปโดยตามธรรมชาติของมัน” อันนี้มันเหมือนกับเราเอากิเลสเราชุกไว้ ซ่อนไว้ แล้วเรากดของเราไว้เฉยๆ นำเสียดายเวลานะ นำเสียดายมากถ้าทำอย่างนี้เราต้องปล่อยออกมาให้ได้ ต้องทำลายให้ได้ นี่คือโอกาสของเรานะ โอกาสใครโอกาสมันนะ

แม่ชี : คือช่วงที่กลับมาอยู่ที่บ้านนี่นะคะ มันก็รู้สึกว่าจะมันไม่สงบเท่าที่ควร เรื่องนั้นเข้ามา เรื่องนี้เข้ามา ก็ต้องสู้กันหนักหน่อย ก็ต้องพิจารณา ต้องอะไรกันในช่วงนี้นะคะ

หลวงพ่ : เราจะพูดเลยตรงนี้นะเห็นไหม เพราะเห็นผลของมัน เพราะพอมันไปกระทบแล้วถ้ากิเลสไม่ขาด มันจะเป็นอย่างนี้

แม่ชี : ที่นี้รู้สึกมันจะต้องสู้กันใหม่

หลวงพ่ : ต้องตั้งสติ ต้องตั้งสติ ต้องข้อม ต้องดู ต้องเพ่ง

แม่ชี : ค่ะ ที่นี้รู้สึกต้องอาศัยจิตสงบทำสมาธิอยู่ ฐู ก็มิตสติดูอยู่คะ สรุปแล้วก็คือจะต้องพยายามมิตสติดูตลอด ใช่ไหมคะ?

หลวงพ่ : ก็นี่ไง อันนี้แหละเราถึงบอกว่า อันนี้เป็นเวลาก้าวเดิน เวลาเราก้าวเดินมันต้องเป็นอย่างนี้

แม่ชี : ก็ก็ต้องมีสติอยู่ตลอด เพราะว่าพออะไรกระทบมันก็เบาหน่อย แล้วพิจารณาวางไปได้

หลวงพ่ : ถูกต้อง ต้องพิจารณา นั่นพิจารณาอย่างนั้นนะ พิจารณาเข้าไป.. เข้าเข้าไป.. มันอย่างที่ว่า “ภายนอก ภายใน” เวลาพิจารณาภายนอกก็เป็นภายนอก เวลาพิจารณาไป แล้วมันจะปล่อยเข้ามา..ปล่อยเข้ามา..ปล่อยเข้ามา.. แล้วถ้าเราไม่ทิ้งนะ มันจะเข้าถึงภายใน

นี่ก็เหมือนกัน พิจารณาอารมณ์นี้ พิจารณารูป เสียง กลิ่น รส พิจารณาการกระทบนี้ แต่ต้องพิจารณา คำว่า “พิจารณา” ก็คือต้องพิจารณา พิจารณาเข้าไปเรื่อยๆ แล้วมันจะเข้าไปเรื่อย เดี่ยวจะจับตัวได้ มันจับต้องได้จริงๆนะ ใจนี้ ชั้นนี้ มันจับต้องได้เลย มันเป็นกอง กองรูป กองเวทนา กองสัญญา กองสังขาร กองวิญญาณ มันเป็นกอง มันเป็นรูป มันเป็นแห่ง มันเป็นอันเลย แล้วมันรวมตัวกัน แล้วเราใช้ปัญญาเข้าไปจับต้องได้ จนแยกแยะได้ มันจะแยกออกไปอย่างนี้ พอเห็นความที่แยกออกไปปึบอารมณ์จะดับ พับ! เพราะอารมณ์อาศัยสิ่งนี้เป็นเครื่องดำเนิน ชั้น ๕ นี้รวมตัว อารมณ์ถึงเกิด ถ้าเวลาชั้น ๕ มันขาด อารมณ์จะเกิดได้ยังไง มันก็ต้องดับโดยธรรมชาติของมัน เหมือนกับเชื้อไฟ ถ้าเชื้อไม่มีไฟมันก็ต้องดับโดยธรรมชาติของมัน แต่ที่มันติดได้เพราะมีเชื้อ นี่ก็เหมือนกัน อารมณ์เกิดได้เพราะชั้น ๕ มันรวมตัว ถ้าปัญญามันแยกออก อารมณ์ก็ไม่มีอารมณ์ก็เกิดขึ้นไม่ได้

แม่ชี : แล้วจะดีหรือเปล่านั้น?

หลวงพ่ : นี่ไง...นี่คือวิธีแยก...นี่ไงวิปัสสนา

แม่ชี : ไม่มีอารมณ์ หมายถึง ไม่มีความคิดอะไรที่มันเข้ามาอย่างนั้นหรือคะ?

หลวงพ่ : ใช่!

แม่ชี : ความคิดอะไรที่จะเข้ามาทำให้ใจเราแหว่งอะไรอย่างนี้ใช่ไหมคะ?

หลวงพ่ : ไซ้ แต่ตักว่ารู้ รู้สึกตัวนี้ รู้ยู่

แม่ชี : มันรู้ยู่ทุกอย่าง แต่จิตไม่ต้องปรุง ไซ้อะไร ไซ้เกี้ยว

หลวงพ่ : ไซ้ไม่ออก จิตไม่เสวยอารมณ์ จิตไม่เสวยขันธ ขันธกับจิตแยกกันชั่วคราว

แม่ชี : แต่รู้หมด ใครจะเป็นอะไรยังงั้นนี้จะรู้หมดไซ้ไหมคะ แต่จิตไม่รับ

หลวงพ่ : ไซ้ไม่รับ

แม่ชี : แต่ยังรู้ยู่ยู่คะ

หลวงพ่ : รู้ยู่ เพราะมันมีตัวรู้

แม่ชี : รู้ยู่ ว่าอะไร..ว่าใคร.. แต่มันไม่ปรุงไม่รับ อย่างอะไรผ่านมา นั่งภาวนา เอ๊ะ.. เห็นอะไรๆ ผ่านมาก็เห็นยู่ ก็รู้ยู่ ตัวไอนั้นบินมา

หลวงพ่ : นั้นนะมันไม่เสวยอารมณ์ มันไม่เสวยขันธ

แม่ชี : คะ รู้ยู่ แต่จิตมันเฉยๆ มันไม่เกาะเกี้ยวอะไร แต่มีสติรู้ยู่

หลวงพ่ : นั้นแหละต้องทำอย่างนั้นบ่อยๆ

แม่ชี : เหรอคะ?

หลวงพ่ : ถูกต้อง

แม่ชี : ต้องมีสติรู้ยู่ คือพยายามรู้ยู่คะ มีสติรู้ยู่ยู่นี้ อะไรมันเข้ามาอะไร มันก็รู้ยู่ไซ้ไหมคะ แล้วมันก็เลยตัด ดับออกไปเองโดยอัตโนมัติคะ มันรู้แต่มันตัดไปเอง มันรู้ยู่แต่คือจิตมันไม่เกาะเกี้ยวคะ

หลวงพ่ : อาการของจิต มันตรงนี้

ส่วนใหญ่แล้วครูบาอาจารย์ถึงให้พิจารณากาย เพราะการพิจารณากายมันเหมือน ยืนอยู่บนแผ่นดิน แต่การพิจารณาจิตนี้มันเหมือนกับเราพิจารณาบนยอดไม้ เพราะเป็น นามธรรม มันเหมือนอยู่ในอากาศ มันพลิกแพลงได้ง่าย

แต่เราจะพูดเลย เราคิดนะว่าอย่างพวกภาคกลางเรานี้มันเป็นพุทธจริต จริตด้วย ปัญญา มันก็ต้องพิจารณาจิต ถ้าพิจารณากายมันต้องใช้ศรัทธาจริต มันต้องใช้ความเชื่อ กำหนดพุทโธเข้าไปให้ได้ แล้วเข้าไปดู

แม่ชี : คือตอนที่พิจารณาแยกอันนั้นได้ จิตลงถึงอัปนาเจ้าค่ะ แล้วพอถอนมาแล้ว ก็วัน นั้นไปกราบหลวงปู่คำดีเจ้าค่ะ แล้วหลวงปู่ก็เทศน์ให้ฟัง ฟังแล้วก็แหม..มีความรู้สึกว่า โอ๊ย..ซาบซึ้งมาก

หลวงปู่เทศน์เป็นชั่วโมงๆ ชั่วโมงกว่า แล้วหลวงปู่ไม่เคยเทศน์ให้ใครฟังขนาดนี้ เลยนะคะ พอหลวงปู่หยุดทานน้ำ ในใจก็นึก “หลวงปู่เจ้าขา..เทศน์ต่อ” หลวงปู่ก็เทศน์ ต่อให้อีก อู้อู..เทศน์เป็นชั่วโมงเลยคะ แล้วเดี๋ยวหลวงปู่ก็หยุดทานหมาก นึกในใจว่า แหม .. จิตกำลังคืนะคะ ก็นึกในใจกราบเรียนหลวงปู่ว่า “หลวงปู่เทศน์ต่ออีกเจ้าค่ะ” หลวงปู่ก็ เทศน์ๆ

โอ๊ย.. จนเขาบอกกันว่า “หลวงปู่ไม่เคยเทศน์ให้ใครฟังขนาดนี้เลย” จนสุดท้าย หลวงปู่พูดถึงว่า “จิตถึงอัปนา” จิตก็ลงถึงอัปนาเลยนะคะ

หลวงพ่อ : อืม... มันต้องถอย

แม่ชี : เสร็จแล้ว รู้ทุกอย่าง จิตรู้ แต่ไม่สามารถจะขยับเขยื้อนกายได้ จิตรู้หมดควายังไง แต่ ไม่มีแรงจะทำอะไรที่กายนี้เลย กายนี้เหมือนกับท่อนไม้ หรือเหมือนกับอะไร

หลวงพ่อ : “สักแต่ว่า” ไซ้! เข้าใจ เราเคยเป็น

แม่ชี : ทีนี้จนหลวงปู่เลิกแล้ว ใครๆ เขาก็ลากลับกันหมดแล้ว “โอ๊ยโฮ เราออกไม่ได้”

พอออกไม่ได้ก็เกรงใจ ก็ค่อยๆ ออก ยังรู้สึกสั้นอยู่ แล้วก็เลยไปกราบท่านอาจารย์ที่เป็นเจ้าอาวาส พระอาจารย์สีทนเจ้าค่ะ แล้วท่านก็บอกให้พิจารณากายสิ ขนาดทิ้งมาแล้วนี่นะคะ พอท่านบอกก็เลยนั่งพิจารณากาย มันก็ยังพรากอย่างนั้นเลยเจ้าค่ะ

หลวงพ่ : ต้องพรากเห็นไหม

แม่ชี : พรากลงไปอย่างนั้นเลย

หลวงพ่ : เราจับประเด็นได้ เพราะโยมใช้คำว่า “มันทิ้งมาแล้ว” คือโยมมีความเข้าใจว่า “ทิ้งกายแล้วคือสิ่งงาน”

เข้าใจอย่างนั้นไหม? ไหมๆ คิดอย่างนั้นไหม?

แม่ชี : ไม่เข้าใจ ไม่ได้คิดค่ะ รู้แต่ว่าจิตถึงอุปปนาแล้ว “เอ๊ะ..ทำไมเราถึงได้กระตุกกระดิก กายก็ไม่ได้ ทำอะไรก็ไม่ได้” โอ้ความรู้นี้มันรู้หมดทุกอย่าง

หลวงพ่ : ฮี! แต่เดิม พื้นฐานแต่เดิมตอนที่พิจารณากายแล้วมันไม่ต่อเนื่อง เพราะโยมคิดอย่างนั้น มันไม่ต่อเนื่องเพราะโยมคิดว่าพิจารณาแล้วมันจบใช้ไหม?

แม่ชี : ค่ะ

หลวงพ่ : นั่นนะสิ ที่มันพลาด คือพลาดตรงนี้

แม่ชี : พิจารณาแล้วก็ไม่ได้พิจารณาอีก

หลวงพ่ : นั่นแหละ เวลามันพรากแล้วก็ต้องซ้ำ เห็นไหมเวลามันลงอุปปนาแล้วมันก็ยังต้องเจอกายอีก นี่พิจารณาภายนะ

แปลกนะคนนี้จะไม่เข้าใจ มันคิดว่าการพิจารณานี้เหมือนกินข้าว กินข้าวเสร็จแล้วเก็บสำรับแล้วก็เลิกกัน แต่เดี๋ยวเฮ็งก็ต้องกินใหม่

แม่ชี : ใช่

หลวงพ่ : นี่ก็เหมือนกัน พอพิจารณาแล้ว ทุกคนพอพิจารณาแล้วก็เลิกกัน

ไม่ได้นะ! ต้องซ้ำแล้วซ้ำเล่า พิจารณาซ้ำๆ อยู่ นั่นนะ

แม่ชี : อันนี้จริงเจ้าคะ ที่นี้พิจารณาได้แล้ว ๗ วันสบายใจแล้วก็เลยไม่ได้พิจารณาต่อเจ้าคะ

หลวงพ่ : นี่มันพลาดตรงนี้

โยม : โอกาสทอง!

หลวงพ่ : “ซ้ำ! ต้องซ้ำ” *ไอ้ตรงซ้ำนี้สำคัญ*

ก็อย่างที่พูดเมื่อกี้นี้ เพราะเราหลงมาเต็มที่แล้ว พอหลวงปู่มันมาบอกในข้างในเลยนะ “นี่ละทางของเอ็ง”

ไอ้โฮ! ไม่ไปไหนเลย โลกนี้เหมือนไม่มี กุล่ออยู่ตรงเนี่ย ชัดอยู่ตรงนี้ไม่ไปไหนเลย โลกนี้เหมือนไม่มี เพราะเข็ด มันเข็ดมันหลาบมาเต็มที ชัดอยู่นั่น ชัดจนอย่างที่ว่า “แยกหมด”

นี่มันพลาดตรงนี้

แม่ชี : ค่ะ

หลวงพ่ : นี่ก็เหมือนกันก็อย่าให้พลาดอีก ...จิตก็ได้ กายก็ได้... ไม่โต้แย้ง อะไรก็ได้ เพราะอยู่ในสติปัญญา

แม่ชี : อย่างใดอย่างหนึ่งก็ได้ นะคะ

หลวงพ่ : *อย่างใดอย่างหนึ่งก็ได้ แต่ต้องแยกเด็ดขาด ถ้าไม่แยกนะก็ซุกไว้ใต้พรม ถ้าไม่แยก จะไม่พิจารณาไม่ได้ ต้องพิจารณา ต้องแยกแยะ ต้องวิปัสสนา*

จะวิปัสสนาก็ต้องจับได้...ต้องจับได้! อย่างที่เห็นกายนี้ วิปัสสนาทั่วไปก็คือ วิปัสสนาทั่วไป แต่เวลาเห็นกายมันเป็นสภาวะภายใน เพราะอะไร เพราะกำลังพอแล้วไป จับได้ พอจับได้แล้วพอมันปล่อย เห็นใหม่ อันนี้ก็เหมือนกัน เหมือนกันเปี้ยวเลย ถ้าให้ดู เฉยๆ จำไว้เลย ดูเฉยๆ นี่เหมือนกับเป็นคำบริกรรม นี่คือสัมมาสมาธิ ไม่คิด ไม่คิดหรรอก

แม่ชี : แต่เป็นขั้นต้น

หลวงพ่ : แต่อยู่ในขั้นของสมถะ

มันต้องวิปัสสนา กิเลสขาดเพราะวิปัสสนาญาณ เพราะปัญญาเท่านั้น กิเลสไม่ เคยขาดเพราะสมาธิ สมาธิไม่สามารถชำระกิเลสได้ แต่ถ้าไม่มีสมาธิก็ชำระกิเลสไม่ได้ เหมือนกัน

แม่ชี : ต้องประกอบกัน

หลวงพ่ : ต้องประกอบกัน ต้องใช้ปัญญา ปัญญาอย่างเดียวที่สามารถชำระกิเลสได้ ปัญญาอย่างเดียวเลย แต่ก็ต้องมีสมาธิ

โยม : ตรงนี้แหละค่ะ ที่ตะก็คุณแม่ได้เล่าให้ฟัง ถึงเสียคายมาก ถึงขอร้อง คือขอให้คุณแม่ มาฟังเพราะรู้ว่าการปฏิบัติตรงนี้นี่มันยากมาก แล้วคุณแม่ได้ทั้ง ๒ อย่าง พิจารณากายก็ได้ จิตก็ได้

หลวงพ่ : ถ้าผ่านนะ เขาเรียกว่า “อุภโตภาควิมุต” คือได้ทั้งจิตได้ทั้งกาย

ส่วนใหญ่แล้วนะ ตามนิสสัยนะ อย่างเช่นอาจารย์เจี๊ยะนี่ท่านพิจารณากายตลอด ตั้งแต่ขั้น ๑-๒-๓ จนถึงที่สุด พิจารณากายอย่างเดียว แล้วบางองค์นะก็พิจารณาจิตอย่างเดียว

จะมีหลวงตาบ้านตาดที่ท่านพิจารณาเวทนามาก่อน ขั้นแรกพิจารณาเวทนา นั่งตลอดรุ่ง แล้วขั้นที่ ๒ พิจารณากาย แล้วก็ไปพิจารณาอสุภะ แล้วท่านก็พิจารณาจุตกับ ต่อมา คือพิจารณาจิต

ท่านถึงได้อธิบายธรรมได้แตกฉาน เห็นไหม องค์กรอื่นไม่มีหรอก เพราะพิจารณาแล้วมันจะเป็นแค่ซีกเดียว นี่ก็เหมือนกัน ถ้ามันผ่าน ๒ อย่างแล้วนี่มันจะเข้าใจหมดเลย แล้วถ้าใครคิดมาตรงไหน “เอ้า..มา มาสิ” แต่ถ้าเราได้ข้างเดียวนะ เพราะเราเคยไปหาพระไปพูดเรื่องจิตให้เขาฟัง เขาฟังไม่รู้หรอก เราก็ว่า “เอ.. อาจารย์องค์นี้แปลก” แล้วพอเราบอกเรื่องการพิจารณากาย “เอ้อ! ท่านไม่พูดอย่างนี้ตั้งแต่ที่เรานี้หว่า” ก็ท่านรู้เฉพาะกาย ท่านรู้จิตไม่ได้ การพิจารณาจิตนี้ท่านไม่รู้หรอก ถ้าบอกเรื่องพิจารณาภพนะ “แหม.. ผมพิจารณาภพนะมันเป็น โครงกระดุกเลย แล้วมันละลายลงอย่างนี้ๆ นะ” ท่านก็บอกว่า “เอ้อ! เมื่อกี้ไม่พูดอย่างนี้”

โยม : อะ เสียตาย

แม่ชี : เคยเป็นอย่างนี้นะคะ นั่งแล้วก็ต่อสู้กับเวทนาจนถึงที่สุด ตายเป็นตาย ก็ยอมตาย จิตก็ว่าง ๓ ทีเท่านั้นล่ะคะ หลุดออกจากร่างไปเลย โอ้โฮ! ปีติสุขมาก ว่างหมด โลกนี้ว่างไปหมดไม่มีอะไรเลย โอ้ย.. เราคคนเดียว ลอย.. เหมือนกับลอยนะคะ นึกอยากจะทำอะไรก็ไปเห็น ไม่ได้เดิน ..ลอย.. แล้วว่างไปหมด ไม่มีอะไรเลยโลกนี้ แหม..แต่ปีติสุขอย่างอื้ออือ.. ปีติสุขมากนะคะ ก็รู้สึกวาก็ไปเที่ยวสักพักหนึ่งก็กลับมา ก็ค่อยๆ มา มีความรู้สึกที่กาย ตอนนั้นกายนี้ก็ไม่รู้จักว่าอยู่ที่ไหน แต่ตอนที่หลุดออกไปนี่เหมือนเราทุกอย่าง ความรู้สึกก็เหมือนเดิมไม่เปลี่ยนแปลง ตัวก็เหมือนตัวนี้นะคะ

หลวงพ่ : ถ้าฟังอย่างนี้แล้วนะ แสดงว่าโยมก็มีवासนาเหมือนกัน แต่โยมใช้ไม่เป็น

ไอ้ตรงนี้ ถึงเวลามันคุมได้ ถ้าเราทำจิตเราสงบขึ้นมาได้ แล้วตรงนี้นี่มันจะคุมได้ ไอ้ที่มันออกนี่เราเรียกว่า “สัมพล่น” เห็นไหม เวลาสงบแล้วมันหลุดไปเอง แล้วมันก็ไปตามประสา มัน นี่มันคือว่าอำนาจवासนา แต่เราไม่สามารถคุมมันได้

ถ้าโยมพูดนี้ ถ้าโยมไม่พูดเราก็ไม่พูด เราเป็นอย่างนั้นมาตลอด เราทำได้ตลอด เราคุมได้

แม่ชี : อะ แต่ทีนี้ ตอนนั้นกายนี้ก็จะไม่รู้จักว่าอยู่ที่ไหนด้วยนะคะ ตัวตนนี้จะไม่รู้จะหายไปตัวใหม่นี้จะเหมือนเราทุกอย่างเลย

หลวงพ่ : มันหลุดไปเลย

แม่ชี : ความรู้สึกก็เหมือนขณะนี้ที่เป็นเรานี้แหละ ไม่เปลี่ยนแปลงอะไรเลย ก็ถามครูบาอาจารย์ว่า ถ้าตายแล้วจะเป็นอย่างไรใหม่ ถ้ามันทุกข์ ตายไปมันก็ต้องไปทุกข์

หลวงพ่ : ถูกต้อง

แม่ชี : แต่ถ้าจิตเราปฏิบัติธรรมแล้วตายตอนปีติในธรรมจะมีความสุขมาก รู้สึกบอกไม่ถูก ว่างไปหมด ไม่มีใคร ไม่มีอะไร ในโลกนี้ว่างไปหมดเลยเจ้าคะ

โยม : ท่านพระอาจารย์คะ ตอนที่ไปกราบท่านอาจารย์ ___ นะคะ ท่านอาจารย์ ___ ได้ชื่นชมแม่ชีว่า อนาคตท่านจะได้ ท่านว่าอาจจะสามารถเป็นน้ำหนึ่งได้ แล้วก็มีความรู้สึกว่าคุณพูดถึงว่าแม่ชีเพียรมาก จนในหม่อมมีความรู้สึกว่าจะมาขออุบายธรรม ก็เลยติดต่อกันมา ก็โทรกันไปโทรกันมาก็เลยได้ที่อยู่ของแม่ชี ก็เลยมานั่งสนทนากับแม่ชี ตอนแรกก็เข้าใจว่าเป็นการคูจิต การพิจารณาจิต

ท่านพระอาจารย์ ___ ท่านชื่นชมแม่ชีว่า จิตท่านไวมาก แล้วก็รู้สึกว่าท่านมีวาสนามากค่ะ หนูก็เลยว่าจะมากราบขออุบายธรรมจากท่านแล้วก็เลยกลับไป ที่นี้ระยะหลังนี้ได้มาถอดเทปธรรมของท่านพระอาจารย์

ย้อนกลับ มันเหมือนเราอยู่ปากถ้ำค่ะท่านพระอาจารย์ แต่ว่าโอกาสของแม่ชีท่านนี้มีโอกาสมากกว่าเรา วันนี้ก็เลยเชิญชวนคุณแม่มา แต่ว่าก็มีบอกกับท่านว่า เรา ๒ คนเป็นลูกศิษย์ท่านพระอาจารย์ เราลงใจท่านพระอาจารย์ แต่ว่าถ้าแม่ชีฟังแล้ว.....

หลวงพ่ : ...แล้วแต่...

โยม : อันนี้แล้วแต่แม่ชีจะพิจารณาว่าอย่างไร

แม่ชี : อันนี้นะคะ ก็เป็นธรรมะที่ควรรับทราบไว้ แล้วก็ควรปฏิบัติทั้งนี้นะคะ เพราะว่าอยู่ในสติปัญญา ๔ พิจารณาทั้งจิต ทั้งกาย ใจใหม่คะ ก็ใช้ได้

หลวงพ่ : ใช้ได้ เราถึงบอกใจ เราถึงบอกว่าพิจารณาสติปัญญาน ๔ ใช้ได้แต่....

เพราะเรานะเราเคยคุยกับท่านอาจารย์___แล้ว เรารู้อะไรเป็นอะไรหมด แต่เราพูดอะไรไม่ได้ใช่ไหม พระด้วยกัน เรารู้หมดนะ เรารู้อะไรๆ ไปคุยกับใครนี่รู้หมด

แม่ชี : คิดว่าต้องปฏิบัติ แล้วมันจะเป็นปัจจัยตั้ง

หลวงพ่ : อันนี้มันตรงนี่สิ มันตรงนี่ที่ว่า อย่างที่เราพูด เรานั่นหมดแล้ว เรานั่นกับโยมหมดแล้วว่า *ต้องวิปัสสนา ถ้าไม่วิปัสสนาแล้ว โยมจะไม่ได้อะไรเลย*

แม่ชี : ต้องใช้ปัญญาพิจารณาแยกแยะใช่ไหมคะ ว่าอะไรที่มันเกิดขึ้น ที่ทุกข์มันเกิดขึ้น เกิดขึ้นเพราะอะไร ทำไม่มันถึงได้เป็นอย่างนี้ อะไรต่ออะไรจะต้องแยกแยะ

หลวงพ่ : ถูกต้อง นี่ไงนักรบ ที่เราว่าเห็นไหม *นักรบถึงจะถูกต้อง ถ้าเราไม่มีตรงนี้ใช่ไหม* เราก็พิจารณาอะไรก็ได้เพื่อจะหลบลี้หนี เพื่อไม่ให้ทุกข์มันเกิด ถ้าไม่ให้ทุกข์มันเกิด มันก็ไม่มีอริยสัจ ทุกข์ควรกำหนด ถ้าเราหลบเราก็ไม่ได้กำหนดมัน ถ้าเรากำหนด ทุกข์เป็นอริยสัจ ละที่สมุทัย ทุกข์นี้ละไม่ได้แต่ต้องกำหนด ถ้าไม่กำหนดทุกข์จะละทุกข์ไม่ได้

แม่ชี : เข้าค่ะ

หลวงพ่ : พวกเราบ่นกันว่า “ทุกข์..ทุกข์..” แต่ไม่มีใครเคยเห็นทุกข์ ถ้าใครกำหนดทุกข์ได้ คือเห็นทุกข์ได้ จะดับทุกข์ได้

ทุกข์นี้ละไม่ได้ ทุกข์นี้เป็นอริยสัจ ทุกข์นี้เป็นความจริง ทุกข์นี้เกิดจากอะไร สิ่งที่ว่าเวลาทุกข์นี้เกิดจากอะไร อย่างนี้ปัญญา มันจะเกิด นี่คือตัวมรรค แล้วถ้ามันเกิดนิโรธะ เห็นไหม ถ้าทุกข์มันดับ อริยสัจมันเกิด ถึงเกิดที่บิณฑิเวียง แต่คนปฏิบัติมันจะเห็นนะ

แต่ถ้าอธิบายอริยสัจในตำรานะ “นี่เกิดก่อน..นี่เกิดก่อน..” อันนั้นไม่มีทาง แต่เวลาเกิดมันเกิดปั๊บ! ปุ๊บ..ขาดเลย ถ้าอริยสัจเกิดจะเกิดอย่างนี้ เราถึงไม่ค้ำน ไม่ค้ำนเพราะ

มันต้องมีสัมมาสมาธิ อย่างที่พูดเมื่อกี้นี้ มันจะเกิดและมันจะตัดไปได้ด้วยปัญญา แต่ก็ต้องใช้สมาธิ

สิ่งนี้เป็นการทำสมาธิอย่างหนึ่ง ที่เขาทำกันอยู่นี้คือทำสมาธิ แต่เขาไม่รู้ตัวว่าเป็นสมาธิ แล้วจิตก็เป็นอย่างโยม

___เขาเป็นยิ่งกว่าโยมอีก ใ้ที่ว่าหลุดออกไปนี้ เขาไปเห็นอะไรหมดนะ เห็นพระ เห็นทองคำ เห็นถ้ำ เห็นสมบัติโบราณ เราารู้จากพระที่เขาพา ที่แรกเราไม่รู้ ตอนหลังเราไปรู้จักพระที่เขาเคยไปอยู่ด้วยกันนะที่ลพบุรี เขาบอกว่า “เขาไปเห็นอย่างนั้นๆ นะ แล้วเขาสามารถไปขอพระทองคำออกมาจากพวกเทพพวกอะไรได้” ตรงนี้ไงเขถึงคิดว่าเขาลิ้นแล้วไง

แล้วพอเรามาคุยคุณแล้ว “อ้าว..ตาย” เราพูดกับเขาไว้เยอะ ใหม่ๆ ตอนเราไปนี่เขาเฉยๆ แต่ตอนที่ไปนี่เราพูดกับเขาไว้เพื่อต้องการให้เขาได้สติ ถ้าเขาได้สติแล้วเขาจะได้ประโยชน์ของเขาเอง ถ้าเขาไม่ได้สติ คิดว่างานจบแล้ว เขาไม่ต้องทำอะไรแล้ว ก็จะไม่ได้อะไร แต่ถ้าเขาคิดว่างานของเขายังไม่ได้เริ่มเลย เขาจะมาเริ่มงานใหม่ อันนั้นจะเป็นประโยชน์กับเขามาก

เราเตือนเขาไว้แล้วในตอนนั้นนะ แต่สภาวะของเราเนาะ มองไม่จึ้นว่าเป็นอาจารย์ เราไปนี่มันก็ก๊กกักๆ ไปอย่างนั้นนะ แล้วไปคุยโง่งงๆ เขาจะฟังหรือไม่ฟังก็ไม่รู้ แต่เราเตือนไว้หมดแล้ว กิริยาของเรามันไม่สมกับเป็นอาจารย์คน แต่ธรรมะนี้ใช้ได้ อันนี้มันเป็นจริตนิสัย ถ้าจะให้เราพูดเรียบร้อย มันพูดไม่ออก ธรรมะไม่ออก

แม่ชี : อันนี้ก็แล้วแต่จริต

หลวงพ่ : ..ต้องให้แบบนี้ ถ้าอย่างนี้ออก..

อันนี้เราถึงไม่ขัดใจ จูจิตนี้เราไม่ขัด

การดูจิตนี้ เราเคยคุยกับครูบาอาจารย์มาบางองค์นะ ท่านจะติมาก ตามความคิดของเรานะ เราเห็นว่าท่านติเพราะท่านจะเห็นโทษของมันว่า ถ้าดูจิตแล้ว โทษนะ.. มันขี้เกียจ มันจะไม่ทำงาน มันจะดูแล้วมันจะพอใจ แล้วมันจะนอนอยู่ตรงนั้น

อ้อ.. ที่ครูบาอาจารย์ท่านติ คือติตรงนี้ แต่ท่านไม่ได้พูดออกมา

อาจารย์เถียง ท่านเคยถามพระบ่อย “ดูจิตแก้กิเลสได้ไหม?”

ท่านถามพระเวลาพระมาถามท่านนะ ท่านจะเตือนพระไว้ว่า “ดูจิตนี้แก้กิเลสไม่ได้”

แต่สำหรับเรา หรือทางครูบาอาจารย์ที่ผ่านทางปัญญาจะบอกว่า ดูจิตนี้มันเป็นสมณะ ที่มันสร้างพลังงาน มันไม่ผิดหรอก เพียงแต่จะอย่างไรไม่ให้จิตมันขี้เกียจ คือก็ต้องให้จิตยกวิปัสสนาอีกชั้นหนึ่ง ตรงนี้! ตรงนี้สำคัญ

ถึงบอกว่า สมณะแล้ววิปัสสนาใจ ที่เราเน้นใน ๒ ม้วนนั้น “สมณะยกขึ้นวิปัสสนา” ถ้าไม่ยกขึ้นวิปัสสนา มันไปไม่รอด

แม่ชี : พอเจออะไรทุกอย่างนะคะ ก็พิจารณา.. พิจารณา..

หลวงพ่ : ถูกต้อง

แม่ชี : แล้วก็วางให้ได้ ไซ้ไหมคะ ต้องวางสิ่งนั้นให้ได้ด้วยไซ้ไหมคะ หรือว่ายังไงคะ?

หลวงพ่ : ไม่! จะพิจารณาถ้ากำลังมันพอ แต่ไม่ใช่จะวางสิ่งนั้นได้หมดตลอดไปนะ บางทีเราพิจารณาไปแล้วมันวางกันไม่ได้ กำลังเขามากกว่า กำลังกิเลสคือความยึดมั่น ความติดพันมันมากกว่ากัน ไซ้ไม่ไหว ต้องปล่อย.. แล้วกลับมาดูจิต

แม่ชี : กลับมาทำความสงบ เพื่อให้มีกำลัง

หลวงพ่ : ถูกต้อง นี่ตรงนี้

แม่ชี : ที่จริงนั้น จะต้องใช้คู่กันอยู่ตลอดเวลา นะคะ อนุโลม ปฏิโลม

หลวงพ่ : ถูกต้อง

แม่ชี : จะเอาอย่างหนึ่งอย่างใดนี้ยังไม่ได้ แล้วต้องใช้แบบนี้ตลอดไป

หลวงพ่ : ตลอดไป ถ้าอย่างหนึ่งอย่างใดมรรคละไม่สามัคคี มรรค ๘ มันมีสัมมาสมาธิ ด้วย สัมมาสมาธิ เป็น ๑ ในมรรค ๘ แต่ถ้าไม่มีมรรค ๘ แค่มรรค ๗ มันจะไปได้อย่างไร เป็นไปไม่ได้ ต้องมีสัมมาสมาธิ แต่ถ้าสมาธิมันเด่นเกินไป มันมากเกินไป มันแข็งกล้าเกินไป มันก็ต้องกลับมาวิปัสสนา ถึงต้องใช้ปัญญาอบรมสมาธิ มรรครวมตัวมรรคต้องไปพร้อมกันหมด มรรคขาดไม่ได้เลย

แม่ชี : ต้องควบคู่กันอยู่ตลอดเวลา

หลวงพ่ : ถูกต้อง

แม่ชี : ต้องพิจารณาด้วย แล้วก็ทำความสงบด้วย ถ้ามันไม่ไหวก็ต้องเข้ามาทำความสงบ เพื่อจะให้มันกำลัง แล้วก็พิจารณา

หลวงพ่ : ถูกต้อง

มันอยู่ที่ตรงนี้นะ มันอยู่ที่อาจารย์ชี้ นำ ถ้าอาจารย์ไม่ชี้ นำอย่างนี้ มันก็ว่าอย่างนี้ เป็นอย่างนั้น อย่างนั้นเป็นอย่างนั้น

เราฟังทีเดียวนอกหมดคนะ ขอให้พูดเถอะ ใครมาก็แล้วแต่ เราฟังทีเดียวก็นั่งคิดว่า คิดตรงไหน

แม่ชี : ท่านผ่านมาแล้ว ฉะนั้นพอใครพูดอะไร ท่านก็จะเข้าใจแจ่มแจ้ง

หลวงพ่ : เข้าใจหมด จะรู้เลย คิดตรงนี้ๆๆๆ คิดตรงไหนนี่รู้หมดเลย ขอให้พูด

แม่ชี : ที่นี้ถ้ามันพิจารณาแล้ว แล้วมันยังดับไม่ได้ บางทีดับได้แล้วนะ มันก็กลับมาคิดอีกแล้ว

หลวงพ่ : คิดอีก

แม่ชี : คิดอยู่นั้นแหละ ทำไมมันไม่ยอมขาดสักที

หลวงพ่ : อ้าว.. ก็มันดับชั่วคราว

แม่ชี : แล้วต้องทำยังไงเจ้าคะ?

หลวงพ่ : ถ้ามันดับชั่วคราว ก็ต้องซำลี

แม่ชี : ก็ต้องพิจารณาใหม่อีก

หลวงพ่ : นั่นแหละ ถูกต้อง

แม่ชี : แล้วบางที ก็เกิดกิเลสคือ โมหะ “เหม.. ไม่ได้เรื่อง!”

หลวงพ่ : นี่ไง เพราะความเข้าใจผิดใจ ก็อย่างที่พูดเมื่อกี้ที่ ที่เข้าใจว่า.. กินข้าวแล้วจะเลิกกัน

ไม่มีทาง! ซ้ำๆ ซากๆ ถ้ายังชำระขาดไม่ได้ ก็ยังเกิดอีก จนขาด พี่บ! อย่างที่ว่านี่ เก้อๆ เжинๆ นี่! “ขั้นเป็นขั้น จิตเป็นจิต” เพราะมันขาดแล้ว เพียงแต่ว่ามันต่อกันได้ มันต่อกันโดยที่กิเลสมันไม่เกี่ยวแล้ว ต่อกันโดยที่พระพุทธรเจ้าตรัสรู้แล้วยังใช้ธาตุขั้นอยู่เลย นี่มันยังต่อได้ แต่ต่อด้วยอันนี้มันเป็น ภาวหะเว ปล่อยจุกขุชชา ขั้นนี้เป็น ภาวระ แต่ปัจจุบันนี้ขั้นนี้เป็นมาร เพราะกิเลสมารอยู่ในนั้น ถ้ากิเลสมารขาด ขั้นนี้เป็น ภาวระ

แม่ชี : เป็นภาวระนี้ หมายถึงยังงัยคะ?

หลวงพ่ : เป็นการระคือว่ามันยังมีอยู่กับเรา ก็ยังไม่ตาย ถ้าตายก็จบ แต่ถ้าไม่ปกตินี้ โอ้โฮ .. เอาไม่อยู่ เวลามันเกิดนี้ มารมาแล้ว

แม่ชี : เจ้าคะ มันร้อน เวลามันขึ้นมากก็ต้องใช้ปัญญาพิจารณา ถ้าไม่ไหวก็ต้องทำสมาธิ เพื่อจะให้มันกำลัง แล้วก็จะได้พิจารณาอย่างนั้น ไซ้ใหม่เจ้าคะ?

หลวงพ่ : ไซ้.. อย่างนี้ถูกต้อง

แม่ชี : ต้องใช้ทั้ง ๒ อย่าง

หลวงพ่ : ต้องใช้ทั้ง ๒ อย่าง ถ้าไม่ใช้ทั้ง ๒ อย่าง เราเน้นเวลาเราเทศน์ปุ้บใหม่ ๆ เห็นใหม่ นั่นละ โลกียะคือปัญญาโลก คนเขาคิดว่าเขาใช้ปัญญาแล้ว เขาคิดว่ามันเป็นปัญญาฆ่ากิเลส

ไม่มีทาง! เพราะเป็นโลกียะ มันต้องมีสมาธิขึ้นมาเพื่อดับโลกียะให้เป็นโลกุตระ ปัญญาที่เกิดจากสมาธินี้คือ โลกุตระธรรม

โลกุตระธรรมจะเกิดขึ้นมาจากที่ว่าเราไม่มีกำลังแล้วเราก็สร้างขึ้นมา สร้างขึ้นมาจากโลกียะแล้วก็ยกขึ้นเป็นโลกุตระ พอโลกุตระแล้ว โลกุตระนั้นจะไปพ้นกิเลส แต่ ถ้าโลกียะมันพ้นกิเลสไม่ได้ เพราะกิเลสมันอยู่ที่ใจ โลกียะคือกิเลสมันปั่นขึ้นมา แล้วกิเลสมันปั่นขึ้นมาเพื่อจะฆ่ามันหรือ ไม่มีทาง ก็วิญญูณของกู กูจะฆ่ากูเองนะมันเป็นไปไม่ได้ ต้องยกขึ้นโลกุตระ พอโลกุตระแล้วมันถึงจะมาฆ่ากิเลส มันถึงต้องมีการดูจิตใจ ต้องมีสัมมาสมาธิ

อันนี้มันถูกแค่ส่วนหนึ่ง ถูกแค่ ๕๐ เปอร์เซ็นต์ แต่ถ้าไม่วิปัสสนา มันน่าเสียดาย

แม่ชี : คืออันนี้ก็อาศัยว่า มันจะได้ติดต่อกัน

หลวงพ่ : นี่หนังสือพิจารณาจิตนะ ส่งให้เลย

แม่ชี : การที่พิจารณาจิตนี้หมายถึงว่า มีสติดู เพื่อมันจะได้มีสติติดต่อกันนะคะ สติมันจะได้มีสติติดต่อกัน

หลวงพ่ : ไซ้ มันเป็นการฝึกใจ อันนี้คือการฝึกฝน ฝึกฝนเพื่อจะไปฆ่ามัน คำว่าติดต่อกันเป็นการสั่งสมทั้งหมดเลย มรรคสามัคคีนี่เราไม่อยากจะพูด เพราะพูดแล้วเดี๋ยวมันจะไปหมาย เสร็จแล้วนี่มรรคมันจะสามัคคีมันจะรวมตัว มรรครวมตัวนั้นคือสมุจเฉทปหาน แล้วพอมรรครวมตัวนี้มันรวมตัวทั้งหมด พอรวมตัวทั้งหมดแล้วมันขาดเลย กำลังมันพอแล้วมันจะขาด แล้วมันจะเห็นสถานะเลยว่า “อ้อ”

หลวงตาพูดบ่อย แล้วท่านเน้นย้ำขนาดที่ว่า “จิตกับทุกข์นี้มันอยู่กันคนละทวีป” ท่านว่าอย่างนี้เลย สามทวีปแยกออกจากกันเวลาเป็นโสดาบัน มันถึงบอกว่าเป็นสมุจเฉทปหาน มันถึงต้องมีตรงนี้ใจ

แล้วเวลาเราพูด ทุกคนจะบ่นนะ “ท่านอาจารย์ก็ต้องสมุจเฉทอย่างเดียว อย่างอื่นไม่ยอมรับเลย”

ไม่ยอมรับ! ไม่ยอมรับ! ถ้าอย่างอื่นไม่ยอมรับ แต่ถ้าสมุจเฉทปหานถึงจะยอมรับ

ถ้าตังคปหานนี้มันแค่ชั่วคราว ถ้าสมุจเฉทปหานมันจะเห็นเลยละ สัจโยชน์นี้หลุดออกไปเลย สัจโยชน์ ๓ ตัวนี้กระเด็นไปเลย รู้จากปัจจัยตัด ตั้ง รู้จากความเห็นความเป็นจริง ปัจจัยตัดตั้งรู้เฉพาะตนเลย ถ้าไม่จากปัจจัยตัดตั้ง มันก็ไม่ใช่ของจริงนะสิ

แม่ชี : เจ้าคะ ต้องรู้จากการปฏิบัติของเราด้วย แล้วมันถึงจะแน่ใจไซ้ไหมเจ้าคะ แล้วมันก็... คือมันบอกไม่ถูกเจ้าคะ มันรู้ มันเข้าใจ บางทีมันก็พูดไม่ได้

หลวงพ่ : มันต้องไปถึงก่อน พอถึงแล้วจะอ้อเลย “อ้อ”

แม่ชี : ถ้ามันเข้าใจ ไซ้เจ้าคะ มันต้องปฏิบัติให้ได้ก่อน แล้วมันถึงจะถึง

โยม : คุณแม่ยังมีอะไรอีกไหมคะที่ยังไม่เข้าใจ เคลียร์ไหมคะ เพราะเดี๋ยวหลวงพ่ท่านจะต้องขึ้นเทศน์

หลวงพ่ : ยังมีอะไรอีกไหม?

แม่ชี : ก็พอเข้าใจแล้วค่ะ แต่ถ้าฟังอย่างเดียวแล้วไม่ได้ปฏิบัติเดี๋ยวมันก็จะลืมเจ้าค่ะ

หลวงพ่ : แล้วก็ฟังไม่ออกด้วย

แม่ชี : ค่ะ มันต้องไปปฏิบัติ แล้วพอถึงตรงนั้นแล้วมันก็จะถึงหนองอ้อ โดยปกติที่โยมทำไปแล้ว จิตจะเฉยๆ แต่ไม่นิ่งเหมือนแบบสมาธิ ช่วงที่เราภาวนาหรือทำความเพียรนี้ จิตดวงหนึ่งมันนิ่งอยู่ข้างใน อันนี้ดีใช่ไหมคะ เพราะมันจะมีกำลัง มันจะไว ไอ้ที่นิ่งๆ อยู่แบบนี้ ใช่ไหมคะ แล้วพอเราพิจารณาอะไร มันก็จะตัดได้ง่าย

หลวงพ่ : ถูกต้อง

แม่ชี : แต่พอหลังจากนั้นแล้ว มันก็จะเฉยๆ นิ่งอย่างนั้น คือถ้าอยู่ปกติมันจะต้องนิ่งอย่างนั้น แต่ที่นี้เราจะต้องมีสติตาม สติจะต้องคอยเฝ้า

หลวงพ่ : เฝ้าเพื่อให้มันนิ่ง

แม่ชี : เฝ้าเพื่อให้มันรู้ว่ากำลังคิดอะไรด้วย เฝ้าเพื่อให้มันรู้ว่ามันไปปรุงอะไรแล้ว และดับมันได้ไหม หรือหากสิ่งนั้นเราจำเป็นจะต้องเอามาพิจารณาหาเหตุผล ก็ต้องเอาขึ้นมาพิจารณา คือถ้ามีเรื่องอะไร เราก็จะต้องพยายามพิจารณาจนเรื่องนั้นดับไป หรือจนได้เข้าใจเหตุผลของมันแล้วจบเรื่องนั้น แล้วก็จบกัน และถ้ามาใหม่อีก ก็ต้องเอาแบบนี้ อีก คือจะต้องพิจารณาเรื่องนั้นจนกว่าจะดับไป

พระอาจารย์สิงห์ทองเคยบอกกับดิฉันว่า “ถ้าพิจารณาแล้วมันยังไม่ดับ ก็ต้องพิจารณา จะกี่วันก็ต้องพิจารณาจนกว่าเรื่องนั้นจะดับ”

หลวงพ่ : ถูกต้อง เห็นไหมนี่เพราะ “คนเป็น” บอก พระอาจารย์สิงห์ทอง

แม่ชี : เคยไปปฏิบัติอยู่กับท่าน แล้วท่านก็เมตตามากเจ้าค่ะ ก่อนหน้าที่ท่านจะเครื่องบินตก โยมเคยได้ไปอยู่ปฏิบัติกับท่าน ขากลับก่อนจะออกจากที่วัดท่าน โยมก็ได้ไปกราบ

ท่าน โอิโฮ..เวลาที่อยู่ที่วัดของท่าน จิตใจมันเบิกบานมันปีติจนบอกไม่ถูก แล้วก็ไม
อยากจะกลับบ้าน มันรับรู้ทุกอย่างแต่มันไม่เสวยอารมณ์ แต่ที่นี้พอกลับมาอยู่บ้านเฉยๆ
จิตมันก็กลับมาเป็นเหมือนเดิม คือว่าไม่มีเฉย ไม่มีว่าง

หลวงพ่ : ถ้ามีพลังงานจิตมันก็ว่าง ถ้ามีพลังงานคือตัวจิตใจ

แม่ชี : อย่างครูบาอาจารย์ที่ท่านสิ้นกิเลสแล้ว ท่านก็จะนิ่งๆ อยู่เฉยๆ ของท่านนะคะ ท่าน
จะไม่พูดอะไร อย่างนั้นคือท่านทำจิตอย่างไรเจ้าคะ?

หลวงพ่ : ไม่ต้องทำ

แม่ชี : ท่านเฉยเองใช่ไหมเจ้าคะ ท่านนิ่งของท่านนะเจ้าคะ

หลวงพ่ : ไม่ต้องทำเลย อยู่เฉยๆ ไม่ต้องทำอะไรมันก็ว่าง เพราะถ้าทำนี่คือมันเสวย
อารมณ์ อย่างเวลาพูดนี่คือต้องทำ เพราะเวลาพูดเราต้องคิด แต่ถ้าจะให้มันนิ่งก็กำหนด
เข้ามาที่นี้ กำหนดให้เฉยได้เพราะอะไร เพราะมันไม่มีกิเลสมากอยขวาง แต่ถ้ามีกิเลสมัน
จะกำหนดไม่ได้ เพราะกิเลสมันคอยขวาง มันคาอยู่

แม่ชี : แล้วถ้าเฉยอย่างนี้ เราก็ต้องให้มันเฉยไปเรื่อยๆ หรือเปล่าคะ แล้วเวลาจะพิจารณา
ก็ค่อยพิจารณา แต่ถ้าไม่พิจารณา ก็ให้จิตมันเฉยอยู่ อย่างนี้จะใช้ได้ไหมคะ?

หลวงพ่ : มันจะเสียเวลานะสิ เพราะถ้ามันเฉยมันก็จะแค่เฉยอยู่ แต่เราคิดว่าให้มัน
ออกพิจารณาดีกว่า พอพิจารณาแล้วมันจะว่าง อย่างที่โยมเป็นนั่นล่ะ เวลาพิจารณาแล้ว
มันว่าง มันปล่อย แต่ถ้าเฉยอยู่นี้คือมันไม่ทำงาน เพราะว่าตอนนี้เรายังมีงานทำอยู่ เราก็
ต้องทำงานก่อน เราจะนอนใจไม่ได้

เวลาเฉยนี้มันคือปกติของใจ ถ้าเราเสวยอารมณ์แล้วเราไม่มีสติ เราก็จะไปตามมัน
แต่ถ้าเรามีสติแล้วเราใช้วิปัสสนา มันก็จะว่าง

**อยากให้เราแบบนี้อย่างไร พยายามทำ! แล้วรักษามันไว้ แต่ถ้าเจอบางทีมันจะ
จี๋เกียจ แล้วมันจะไม่ยอมทำงาน**

แม่ชี : ถ้ามาอยู่บ้านมันจะปรุงแต่งเยอะเหมือนกัน แต่เวลาอยู่วัดจิตมันจะนิ่งเฉยมากกว่า แต่ถ้ากลับมาอยู่บ้าน มันไปเห็นนู่นเห็นนี่แล้วมันจะไปปรุงก็ต้องพยายามคุม คือพอเห็นอะไรแล้วจะไปปรุงแต่งไม่ได้ อันนี้เป็นเพราะว่ากำลังเราไม่พอหรือยังไงเจ้าคะ ถึงได้เห็นอะไรแล้วชอบไปปรุง

หลวงพ่ : เพราะเรายังไม่ได้ทำลายมัน ถ้าเราทำลายมันได้แล้ว มันก็จะไม่ปรุงอีก เพราะเราทำลายมันแล้วมันก็ไม่มีเหตุที่ให้ปรุง แต่ถ้าเรายังไม่ได้ทำลายมัน มันก็ยังมีเหตุให้ปรุง แล้วถ้าเราคูมอยู่ มันก็อยู่ แต่ถ้าเราคูมไม่อยู่ มันก็ออก

ฉะนั้นเราถึงบอกว่า การออกมาวิปัสสนา ออกมาใคร่ครวญ ออกมาคิด นี่ละคืองานของเรา งานนี้คืองานที่จะทำลายไอ้ตัวที่ออกมาปรุง ถ้าเราไม่ทำอย่างนั้นแล้วไอ้ตัวปรุงมันก็จะหลบอยู่อย่างนี้ ไอ้ตัวปรุง ไอ้ตัวยุแห่ ก็คือความเคยใจของเรา กิเลสคือความเคยใจ

แม่ชี : ถ้าจะใช้คุณไปเรื่อยๆ ได้ไหมเจ้าคะ?

หลวงพ่ : ได้

แม่ชี : การคุณนี่ก็ดีค่ะ มันมีสติมากขึ้น แล้วพอมีอะไรเกิดขึ้นมานี้มันจะรู้เร็วขึ้น ก็มันตัดได้เร็วขึ้น อย่างนี้ใช้ได้ไหมเจ้าคะ?

หลวงพ่ : ใช้ได้

แม่ชี : โยมพยายามรู้ลมอยู่เรื่อยๆ จะทำอะไรต่ออะไรก็มีสติพยายามรู้ลมเอาไว้ ทีนี้พอมีเรื่องอะไรมันก็ตัดไปแล้ว “โอ๊ย.. ไม่ใช่เรื่องอะไรเลย มันไร้สาระ” ตอนหลังพอมายู่บ้าน มันตัดไปแล้วแต่พอเพลอมันก็มาอีก แหม..ก็เลยต้องอาศัยคุณ รู้ลมอยู่เรื่อยๆ พอมันเกิดขึ้นมาก็จะรู้ได้เร็วขึ้นและดับได้เร็วขึ้นถ้าหากใช้วิธีอย่างนี้

หลวงพ่ : ได้.. อย่างที่ท่านอาจารย์สิงห์ทองพูดไว้ ท่านพูดถูก “ดับจนไม่มีเหตุจะดับ จะต้องดับไปเรื่อยๆ”

แม่ชี : ท่านบอกว่า “ไม่ว่าเรื่องอะไร เราก็จะต้องพิจารณาจนดับ จะกี่วันก็แล้วแต่” แต่มันก็ยิ่งเกิดอีก แต่เบาลงเจ้าค่ะ แต่เราก็ต้องพิจารณาอีกใช่ไหมคะ?

หลวงพ่ : ซ้ำ! ซ้ำจนกว่าจะไม่มีอะไรให้พิจารณา จนมันพิจารณาอะไรอีกไม่ได้เลย ถ้าทำจนถึงที่สุดแล้วมันจะไม่มีอะไรให้พิจารณา เพราะว่ามันดับหมดจนไม่มีเลย แต่ถ้าหากมันยังพิจารณาซ้ำได้คือมันยังมีอยู่ มันถึงยังพิจารณาได้ แต่พอดับบ่อยๆ จนมันไม่มี มันก็จะพิจารณาไม่ได้แล้ว

แม่ชี : สุดท้ายก็ต้องพยายามคิดว่า มันเป็นอนัตตาใช่ไหมคะ?

หลวงพ่ : จะต้องให้มันเป็นเอง

แม่ชี : จะไปคิดเองก็ไม่ได้ จะต้องให้เขาเป็นของเขาเอง

หลวงพ่ : ถ้าเราไปคิดเองก่อน มันก็เหมือนกับเราคาดหมายไป เรารู้อยู่ว่ามันจะเป็นอนัตตา ทุกคนจะรู้อยู่ แต่เรายังไม่เห็นความจริงว่ามันเป็นอนัตตาอย่างไร

แม่ชี : ต้องให้มันเกิดเอง มันถึงจะดับแล้วไม่เกิดขึ้นอีก

หลวงพ่ : แต่เอามาใช้เป็นปัญญาได้นะ อย่างเช่นการใช้ปัญญาใคร่ครวญว่า “มันต้องเป็นอนัตตา มันต้องเป็นอย่างนี้” เราชี้ให้ได้ แต่เวลาเป็นมันต้องเป็นเอง

แม่ชี : เข้าใจค่ะ เวลามันจะดับ ตัวเองมันจะรู้ตัวเองว่ามันดับ มันจะรู้ด้วยตัวของเราเอง ที่แรกนี่ก็ต้องอาศัยเตือนเขาใช่ไหมคะ?

หลวงพ่ : ถูกต้อง

แม่ชี : “สิ่งนี้เป็นอนัตตานะ” อะไรต่ออะไรอย่างนี้ไปก่อนใช่ไหมเจ้าค่ะ?

หลวงพ่ : ถูกต้อง

แม่ชี : แล้วเดี๋ยวนี้ก็พยายามควบคุมหายใจ คุมมันไปเรื่อย แต่มันก็มีผลอ ถ้าผลอก็ช่างเขา แต่
ก็พยายามมีสติรู้ลมอยู่ ทีนี้ตอนที่ทำสมาธิและเดินจงกรมอยู่ตลอดคืน ตอนนั้นมันรู้สึกว่
จิตมันนิ่งดีจังเลยคะ

หลวงพ่ : ความเพียร..!

แม่ชี : อยู่ตลอดคืนแล้วตอนกลางวันก็ไม่ได้พักเลยนะคะ ตอนกลางคืนก็ตาหูสว่าง จิตใจ
เบิกบาน ๒ วันติดต่อกันก็ไม่มีอะไรคะ ทีนี้เราก้ห่วงสุขภาพตัวเอง เพราะสุขภาพไม่
ค่อยดีอยู่ ก็เลยมาทำแบบปกติ แล้วที่นั่นเขาก็ให้ตื่นตี ๒ และนอน ๔ ทุ่ม ก็เลยกลับมาพัก
และพยายามตื่นตี ๒ พอตอนกลางวันก็ทำความเพียรตลอด คือนั่งบ้างเดินบ้าง ไม่ได้
บังคับแบบแต่ก่อน

สมัยก่อนนี้จะต้องนั่งตลอด ไม่ขยับเลย อันนั้นคือฝึกสู้กับเวทนา อ้อหือ..มันเจ็บ
มันปวด อย่างกับหนามแทงอย่างกับอะไร อันนั้นสู้กับเวทนามาก จิตถึงได้หลุดออก สู้
กับเวทนาแบบฟากตาย เหงื่อกาพแตก มีความรู้สึกว่ ตายเป็นตายแต่จะไม่ยอมลุก โอ้อโฮ
.. ฟากตายเลยคะ

หลวงพ่ : นี่ละพอฟากตายแล้วธรรมะมันเกิด

แม่ชี : ฟากตายเลย มันถึงได้วูบหลุดออกจากร่างนี้ได้ เสร็จแล้วก็ไม่เป็นอีกนะเจ้าคะ

หลวงพ่ : ไม่เป็นหรอก แต่มันจะเป็นอย่างอื่นต่อไป เวลาเป็นมันจะเป็นอย่างอื่น เพราะ
อันนั้น....

แม่ชี : มันผ่านไปแล้ว

หลวงพ่ : มันผ่านไปแล้ว แล้วเราไประลึกรู้อยู่ อันนี้คือ “ค้นหาซ่อนค้นหา”

แม่ชี : จะไปนึกอยากอยู่ไม่ได้

หลวงพ่ : ไม่ได้.. ต้องปล่อยทิ้งเลย แล้วจะเกิดอีก ถ้าคนเป็นทางไหน มันจะเป็นทางนั้น มันรู้

แม่ชี : เจ้าคะ หลวงปู่บ้านตาดท่านก็บอก “มันผ่านไปแล้ว เราจะไปอยากได้อะไรมันอีกล่ะ มันต้องมีแต่ข้างหน้าสิ จะอะไรก็ต้องผ่านไปให้ได้ทุกอย่างนะ” ท่านเตือนนะคะว่าข้างหน้าไม่ว่าจะเจออะไรก็ต้องผ่านไปทุกอย่าง หลวงปู่บ้านตาดท่านสอนอย่างนี้ค่ะ “ไอ้ที่มันผ่านไปมาแล้ว ก็ช่างมันเถอะ ก็รู้มาแล้ว เหมือนกับขึ้นบันไดมาแล้ว แล้วจะกลับลงไปทำไมอีกล่ะ” ท่านก็เตือนว่า “ข้างหน้าไม่ว่าจะเจออะไรก็ต้องผ่านไปให้ได้ทุกอย่าง”

หลวงพ่ : นี่ก็ผ่านไปโดยใช้ปัญญา ปัญญามันจะผ่านไป ต้องผ่าน

แม่ชี : คือจะให้มืออะไรข้องอยู่ในหัวใจไม่ได้

หลวงพ่ : ถูกต้อง! ล้มมันให้ได้.. ล้มมันให้ตลอด.. ล้มมันเลย..!

แม่ชี : “จะต้องผ่านไปให้ได้” ท่านพูดอยู่แค่นี้ล่ะคะ แต่ความหมายของท่านนี่พอเอามาคิดแล้ว โอ้โฮ.. ถ้ามีเรื่องอะไร เราก็จะต้องเอาชนะให้ได้

หลวงพ่ : ถูกต้อง ชนะไปเรื่อยๆ

แม่ชี : แล้วเร่งรีบก็ไม่ได้อีก ต้องค่อยเป็นค่อยไป ถ้าไปเร่งจะทำให้เป็นอย่างนั้นอย่างนี้ โอ้โฮ.. ก็เกิดจากความหงุดหงิดเซียวคะ ก็ต้องค่อยทะลอมจิตนี้อีก ค่อยๆ นะ อย่าไปเร่งเขาอย่างนั้นอย่างนี้ ไม่อย่างนั้นจะเกิดอี้อัดขึ้นมาอีกคะ หลายเล่มี่ หลายเหลี่ยมเหลือเกิน โอ้โห..

หลวงพ่ : เจ้านายใหญ่..!

แม่ชี : เผลอไม่ได้เลย ตอนนั้นท่านบอกให้ดูจิต ก็ยังไม่เข้าใจ ก็ไปฟัง ไม่ให้มันคิดอะไร โอ้โฮ.. ที่นี้ก็เลยแน่นอี้อัดอย่างกับเหมือนมีใครบีบไว้เลยนะคะ ทูรันทุรายอีก “เฮ้อ.. คงจะไม่ใช่แล้วละ” ตอนหลังก็มาภาวนาไปพิจารณาไป ถึงได้เข้าใจว่า ไม่ใช่ทำให้ดูที่จิต แต่ดูอาการดูความคิดต่างหากล่ะ ที่แรกไม่เข้าใจ พอบอกว่าให้ดูจิต ก็เลยไปจ้องจิต

หลวงพ่ : ไปฟังไว้

แม่ชี : ไปฟังไว้ คุณไว้ว่าอย่าคิดอะไรนะ โอ้โฮ! ตายเลยทีนี้ทำสมาธิไม่ได้แล้ว พอนั่งปั๊บนั่งจะถูกบีบแน่น เจ็บ! ก็เลยต้องเลิกเลย ไม่เอา แล้วไปหาหนังสือมาอ่านบ้างอะไรบ้าง เพื่อให้ลืมอันนี้ไปเจ้าคะ โอ๊ย.. ก็สนุกดีนะเจ้าคะ มันได้ทดลองทดสอบหลายๆ อย่าง แล้วก็มีความรู้สึกที่ว่า ตัวเองยังไม่เอาไหนเลย แต่จะไปเร่งก็ไม่ได้ ต้องค่อยเป็นค่อยไป ค่อยๆ คิดไป ระวังไป ถ้ามีอะไรก็ค่อยๆ พิจารณาต่อไป ก็เลยรู้สึกว่าเหมือนเลี้ยงเด็กเจ้าคะ เดียวก็ดี เดียวก็ต้องคุณบ้าง เลี้ยงจิตนี้นะเจ้าคะ

หลวงพ่ : แล้วจะส่งเทพเรื่องพิจารณาจิตมาให้เมื่อไร?

โยม : เดียวพอกลับไปก็ส่งมาให้ได้เลยค่ะ ท่านพระอาจารย์

แม่ชี : แต่ที่ท่านพระอาจารย์เทศน์วันนี้ก็เข้าใจดีขึ้น ก็เข้าใจหลักแต่ยังไม่รู้แจ้งอะไรหรอก เพราะว่ามันยังไม่ผ่าน แต่ก็เข้าใจหลักของพระอาจารย์แล้วก็เคยทำมาบ้าง พอทราบบ้าง

หลวงพ่ : โอ้เทพม้วนที่ให้นี้มันเป็นเรื่องการพิจารณาจิตล้วนๆ เลย แล้วมันเป็นสตีปเลย เดียวจะให้เขาส่งไปให้ฟัง ลองฟังดู

แม่ชี : ตอนนี้อย่างฟังไม่ค่อยเข้าใจทีเดียวค่ะ

หลวงพ่ : ยังไม่เข้าใจหรอก

แม่ชี : เพราะยังไม่ถึง แต่มันก็เป็นแนวทาง แล้วถ้าทำได้ถึงตรงนั้นแล้วจะถึงหนองอ้อถูกไหมคะ?

หลวงพ่ : ถูกต้อง

โยม : ท่านพระอาจารย์คะ อย่างกรณีของคุณแม่ชี ถ้าคิดแล้วมันเกิดฟุ้งละคะ ตรงนี้ถ้าเอาคาบาริกรรมเข้ามากำกับ....

หลวงพ่ : เขาก็มาคลุมไง เขาทำอยู่แล้ว เขามีอยู่แล้ว

โยม : อ้อ... ค่ะ

แม่ชี : ค่ะ ต้องคลุม เพราะว่ามันจุดเฉยๆ ไม่ได้

หลวงพ่ : มันเป็นอุบายไง ถ้าอุบายนี้มันรู้ทันแล้ว เราก็เปลี่ยนอุบายใหม่ เปลี่ยนไปเรื่อยๆ

โยม : อ้อ... ค่ะ

แม่ชี : กิเลสนี้มันร้ายมาก

หลวงพ่ : โธ่.....

คณะโยม : (หัวเราะ)

แม่ชี : เผลอไม่ได้ มันเล่นเราซะแยเลย จนเราก็คิดว่า โอ้.. เรานี้มันหมดแล้วหรือ

หลวงพ่ : เวลานั้นว่างก็ไปนึกว่าหมดแล้ว

แม่ชี : ไม่ใช่ค่ะ คือตอนที่กลับมาอยู่บ้านนี้มันจะไปคิดเรื่องอะไรต่ออะไรไร้สาระ เดียวก็คิดนู่นนี่ จนมาคิดว่า “ทำไมเรานี้ภาวนาไม่ได้ คอยแต่ชอบไปเอาเรื่องอะไรก็ไม่รู้มาเป็นอารมณ์ เมื่อก่อนก็ไม่ใช่ขนาดนี้ แล้วทำไมเดี๋ยวนี้มันเป็นแบบนี้” คือมีความรู้สึกว่า โอ้โฮ.. เรานี้แทบจะไม่เหลืออะไร ในใจมันคิดนะคะ แต่พอไปเร่งปฏิบัติเข้า มันก็กลับมาอีก มันหลอกนะคะ

หลวงพ่ : หลอก

(สิ้นสุดการสนทนาธรรมเพียงเท่านี้)