

# หลงรู้

พระอาจารย์สงบ มนสฺสฺสโต

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๑ กันยายน ๒๕๕๖

ณ วัดป่าสันติพุทธาราม (วัดป่าเขาแดงใหญ่) ต.หนองกวาง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

**หลงพ้อ :** อันนี้เขาขอความเมตตา เขาว่าเขาเขียนมาแล้วแต่จะอ่านหรือไม่อ่าน  
เราจะอ่านเลย

**ถาม :** เรื่อง “ขอความเมตตา”

ตั้งแต่กลับจากหลงพ้อ ก็ได้กลับมาภาวนาต่อ ตั้งคำถามมาให้ใจมันสงบลง  
มาอยู่ที่กลางอก รู้เด่นอยู่ที่กลางอก มีความรู้สึกตัวทั่วพร้อม พอมันคลายออกมาก็เห็น  
อาการที่ใจออกไปรับรู้เหมือนเป็นก้อน ความรู้สึกหมุนจากหน้าอกมาแสดงอยู่ตรงหน้า  
ถ้าความรู้สึกออกไปจากที่ความคิดก็เหมือนมันเป็นความคิด ถ้าหมุนออกไปที่เวทนามันก็  
ไปรู้สึกว่าเป็นเวทนาอันนั้น เหมือนพอมันออกไปรับรู้มันก็เหมือนไปเป็นไอ้ก้อนนั้น  
จริงๆ เราจะดูพิจารณาตลอด เห็นอาการที่มันเปลี่ยนไปตลอดเวลา ความรู้สึก  
ความคิดก็เกิดดับ หมุนตัวเป็นเกลียวกลับเข้ามาหาที่ใจเจ้าของ รู้สึกว่าการส่งออก  
เป็นสิ่งที่รู้ต่างๆ มันเป็นทุกข์ แล้วพิจารณาจนความรู้ถอนตัวจากสิ่งที่มันไปรับรู้ มัน  
ค่อยสงบลงกลับมากลางหัวอก ใจค่อยนิ่งสงบ โลง รู้สึกตัวทั่วพร้อมเหมือนกับได้  
ทำงานเสร็จเป็นรอบๆ เมื่อใดที่คลายตัวออก เห็นอาการที่เป็นคล้ายๆ เดิมวนมาแบบ  
นี้ ถ้ามันลงมันก็พอได้พักบ้าง ขอความเมตตาช่วยชี้แนะว่ามันถูกหรือผิด

**ตอบ :** นี่พูดถึงว่าเขาขอความเมตตาให้ช่วยชี้แนะ ถ้าขอความเมตตาณะ เวลา  
พิจารณาอย่างนี้ถูก ฉะนั้น สิ่งที่เขาเขียนมา เขาบอกว่าเขาภาวนาทั้งเจ้าตัวด้วย ทั้ง  
หมู่คณะเขาด้วย เขามาภาวนาเป็นหมู่คณะ ทีนี้พอภาวนาเป็นหมู่คณะ ทีนี้คำว่า “เป็น  
หมู่คณะ” ถ้าเป็นหมู่คณะ ถ้ามีครูบาอาจารย์ที่เป็นผู้นำที่ดี โคนำฝูง โคนำฝูงสำคัญมาก

ถ้าโคนาฝูง ดูลิ เขาเลี้ยงเปิดไรทุ่ง เขาจับเปิดตัวหัวหน้า เขาเอาทั้งฝูงนั้นไปได้เลย สัตว์ก็เหมือนกัน หัวหน้าโค หัวหน้าฝูงของมัน หัวหน้าฝูงมันจะพาฝูงนั้นปลอดภัย

อันนี้ก็เหมือนกัน ถ้าเราภาวนานะ ถ้ามีครูบาอาจารย์ที่เป็นหลัก เราก็พอจะคอยชี้แนะกันได้ ถ้าครูบาอาจารย์ไม่เป็นหลัก พอไม่เป็นหลัก เวลามันภาวนาไป ต่างคนต่างมาปรึกษากัน ถ้าปรึกษากัน ถ้ามีสติมีปัญญา มันก็พอแก้ไขได้ ถ้าไม่มีสติปัญญา มันจะให้ค่ากันในความผิดพลาดไปได้ได้อย่างไร

ฉะนั้น สิ่งที่ว่าเราจะใช้ปัญญา เราใช้ปัญญาของเราไป พอปัญญาที่มันไปจับที่ความคิดมันก็เป็นความคิด ไปจับที่เวทนามันก็เป็นที่เวทนา เวลาไปจับ พอมันมีรู้ตัวทั่วพร้อมมันก็อยู่ในก้อนอันนั้น...นี่สมุทัย

หลวงตาท่านบอกว่า เวลาท่านติดสมาธินะ เวลาท่านติดสมาธิ เวลาหลวงปู่ มันบอกว่าสุขอย่างนั้นมันเศษเนื้อติดฟัน ถ้าสุขเศษเนื้อติดฟันนะ สัมมาสมาธิมันจะเป็นทางไหน หลวงปู่มันบอกว่าสัมมาสมาธิขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามันไม่มีสมุทัยร่วมเว้ย สัมมาสมาธิของท่านมันมีสมุทัย มันมีกิเลสปนไปไง

ไอนี้ก็เหมือนกัน เวลาเราพิจารณาของเราไป เวลาเราว่าจิตเราสงบแล้ว เวลาถ้าออกไปดูที่ความคิดมันก็เป็นความคิดไปด้วย ออกไปที่เวทนา เราก็เป็นเวทนาไปด้วย เวลาพิจารณาไปแล้วถ้ามันปล่อยมานะ ปล่อยความคิด ปล่อยเวทนาเข้ามา มันก็เป็นตัวมัน นี่ไม่มีสมุทัย แต่ถ้าไปอยู่ที่ความคิดมันก็เป็นความคิดไปด้วย นี่ไง สัมมาสมาธิของท่านมีสมุทัย

นี่ก็เหมือนกัน พิจารณาความคิด ความคิดเลยเป็นเราเลย เราก็เป็นความคิดไปด้วยกันเลย ไปพิจารณาเวทนา อ้าว! เวทนากับเราก็เป็นอันเดียวกันไปอีก

อ้าว! แล้วพิจารณาเขาให้ปล่อยเวทนา ไม่ใช่ว่าไปเป็นเวทนา เวลาพิจารณาไปแล้วเราไปเป็นเวทนาเลย เราไปบวกอยู่กับมันเลย แต่ถ้าเราปล่อยมันละ พิจารณาแล้วมันปล่อยๆ ไปปล่อยอะไรละ ถ้าเราจับมันได้มันถึงจะปล่อยได้ ถ้ามันปล่อยได้มันไม่มีสมุทัย

สมุทัยคืออวิชชา อวิชชามันสร้างสมุทัย สร้างความสงสัย สมุทัยควรละ สมุทัยควรละ แต่เราไม่ได้ละ พอเราไม่ละมันก็เป็นเราไปด้วย เห็นไหม เวทนาเป็นเรา สุขเป็นเรา ทุกข์เป็นเรา ทุกอย่างเป็นเราไปหมดเลย อตตะตาเป็นเรา โลกเป็นเรา สมบัติเป็นเรา ทุกอย่างเป็นของเราหมดเลย แล้วเป็นจริงไหม เป็นจริงตามโลกเขาสมมุติขึ้นมาให้เป็นนะ มีทะเบียนคุ้มครองด้วย แต่ถ้ามันมีสติปัญญา มันจะปล่อยเข้ามา ถ้ามันปล่อยเข้ามา มันปล่อยอย่างไร

ฉะนั้น เวลาที่มันเป็นเรา กำลังเราไม่พอถึงเป็นเรา ดูสิ เวลาเราใส่เสื้อผ้า เสื้อผ้าเป็นเราไหม เสื้อผ้าแขวนไว้ที่ราวตากผ้า ไม่ใช่เราหรอก แต่เอามาใส่แล้วเสื้อเราเออ! ไม่เราได้อย่างไรก็มันใส่อยู่นี่ เสื้อ เสื้อเรา แต่เวลาเราซักผ้าแล้วเราแขวนไว้ตากที่ราวมันเป็นของใครล่ะ มันอยู่บนราวนั้นนะ

นี่ไง เวทนามันอยู่นั่น แต่เราบอกว่าเวทนาเป็นเราไง พิจารณาไปพิจารณามา พอไปที่เวทนา เวทนาเป็นเรา พิจารณาความคิด ความคิดเป็นเรา ความคิดเลยเป็นเราเลย ถ้าความคิดเป็นเรา เราอยู่กับความคิด ความคิดเผาตายเลย แต่ถ้ามันจะปล่อยความคิดมันจะปล่อยอย่างไรล่ะ

มันต้องพยายามทำความสงบของใจเข้ามา ถ้าใจสงบแล้วจับความคิดได้ จับความคิดได้ เราต้องพิจารณามัน ถ้าเราไม่จับความคิด พิจารณาความคิด เราไม่จับจิต ดูอาการของจิต มันจะปล่อยจิตเข้ามาไม่ได้

ปล่อยจิต เวลาปล่อยเข้ามาแล้ว พิจารณากาย เวทนา จิต ธรรม จิตปล่อยจิต เออ! เป็นอย่างไร จิตปล่อยจิต เออ! เวลาจิตมันพิจารณา ถ้ามันจับของมันได้ มันเสวยอารมณ์ มันจับของมันได้ มันพิจารณา มันปล่อยเข้ามาๆ พอปล่อยเข้ามา เวลาครูบาอาจารย์ท่านบอก การพิจารณา กายเป็นกาย จิตเป็นจิต ทุกข์เป็นทุกข์ เวลามันปล่อย ปล่อยกาย ปล่อยจิต ปล่อยทุกข์ แล้วผลเป็นอย่างไร ถ้าความจริงมันเป็นแบบนี้ ที่นี้ความจริงเป็นแบบนี้ ถ้ามันยังไม่ถึงที่นั้นเราก็ต้องพิจารณาของเราไป ถ้าการพิจารณาของเราไป ตั้งสติไว้

ฉะนั้น สิ่งที่ตั้งสติไว้ ตั้งสติไว้ การพิจารณา การทำ ทำผิดก็มี ทำถูกก็มี การทำ การทำบางครั้งมันอย่างหยาบ มันก็ปล่อยแบบหยาบๆ แต่มันหยาบแล้ว ถ้าเราปล่อยอย่างหยาบแล้วมันก็ยังไม่จบ พิจารณาไปๆ ตังคปหาน พิจารณาบ่อยครั้งเข้า มันก็ละเอียดเข้ามาเป็นอย่างกลาง อย่างกลางมันยังไม่จบก็อย่างละเอียด พอพิจารณาขั้น พิจารณา रूप รูปไม่ใช่เรา เราไม่ใช่รูป แต่มันก็ไม่ปล่อย เออ! มันไม่ขาดทุกคนงมากนะ

ฉะนั้น ในรูปมันก็มีขั้น ถ้าในรูปไม่มีความรู้สึก มันเป็นรูปขึ้นมา เห็นไหม ถ้าอารมณ์ ถ้าเรามีสติ จิตเราไปจับความรู้สึก ถ้าเราไม่มีอารมณ์ความรู้สึกนั้นเราจะจับมันได้ไหม เพราะความรู้สึกนั้นคืออะไร ก็เวทนาไง แล้วเวทนา ทำไมถึงเป็นเวทนา เวทนา เพราะว่าเรามีสัญญา เรามีข้อมูลว่าอย่างนี้คือเวทนา อย่างนี้คือเวทนา เป็นสุขเวทนา ทุกขเวทนา อุเบกขาเวทนา ถ้าเวทนาอย่างนี้มันมีรสชาติอย่างไร มันมีสัญญาของมัน แล้วสัญญามันเกิดขึ้นได้อย่างไร สัญญาก็คือสัญญา สัญญาจะก้าวล่วงไปไม่ได้ถ้าไม่มีสังขารปรุง แล้วสังขารมันปรุงอย่างไร แล้ววิญญูณรับรู้ รับรู้อย่างไร

แม้แต่พิจารณาไปแล้ว ในรูปก็มีขั้น ๕ ในเวทนามีรูป มีสัญญา ในสัญญาก็มีเวทนา แล้วมันเป็นอย่างไรละ นี่ไง มันจะย้อนมาว่า เวทนาในเวทนาไง ภายในกาย จิตในจิต ทุกข์ในทุกข์ มันพิจารณาของมันไปมันจะเข้าใจของมัน เข้าใจแล้วมันถึงว่า อ้อ! ถ้าอ้อ! มันก็ปล่อย มันก็ปล่อย ถ้าทำอย่างนี้มามันก็ถูกต้อง

ฉะนั้น เราก็อธิษฐานตลอด “เห็นอาการที่มันเปลี่ยนไปตลอดเวลา ความรู้สึก ความคิดเกิดดับ หมุนตัวเป็นเกลียวเข้าไป”

ความคิดเกิดดับๆ ถ้ามีสติ ความคิดมันก็เกิดดับ ถ้าสติมันไม่ทันนะ ความคิดเป็นเราไง พิจารณาความคิดจนความคิดเป็นเราไปเลย พิจารณาเวทนามก็เวทนามกับเราเป็นอันเดียวกันไปเลย เห็นไหม

“ถ้าความคิดมันเกิดดับ หมุนตัวเป็นเกลียวเข้าไป กลับเข้ามาหาที่ใจของเจ้าของ รู้สึกว่าการส่งออกเป็นสิ่งที่ เป็นทุกข์ รู้สึกว่าการส่งออกไปรู้สิ่งต่างๆ นั้นเป็นทุกข์ แล้วพิจารณาจนความรู้นั้นถอนตัวมาจากสิ่งที่มันรับรู้ ถอนตัวมาจากสิ่งที่มันรับรู้

มันค่อยปล่อยสงบลงกลับเข้ามาอยู่ที่กลางหัวอก จิตค่อยนิ่งสงบเข้ามา รู้สึกโล่ง รู้สึกสบาย”

พิจารณาซ้ำ ถ้าพิจารณาถูกมันก็ถูกเข้ามา ถ้าถูกเข้ามา สิ่งที่เราปล่อย มันปล่อย มันโล่งมันโถงของมัน มันรู้ของมัน แต่ถ้ามันพิจารณาของมัน ถ้าพิจารณาแล้วมันออกไปยึดออกไปมัน แสดงว่ากำลังเราไม่พอ กำลังไม่พอเราก็ปล่อย ปล่อย มันก็กลับไปพุทโธ ปล่อยไม่ใช่ปล่อยทิ้งนะ ปล่อยแล้วกลับไปพุทโธ ปล่อยแล้วกลับไปปัญญาอบรมสมาธิ ถ้ามีกำลังก็กลับมาพิจารณาซ้ำ ทำอยู่อย่างนี้ ทำอยู่อย่างนี้คือถ้ามีสติปัญญา ความรับรู้ ถ้ามันตื่นรู้ คำว่า “ตื่น” คือมีสติ มีสมาธิ มีปัญญา ตื่นรู้ ตื่นพิจารณา

หลับรู้ เวลาพิจารณาไป รู้เหมือนกัน แต่รู้แล้วงงๆ หลับรู้ ยังตื่นนะ อย่าหลงรู้นะ หลงไปด้วย รู้ไปด้วย หลงไปเลย เพราะรู้แล้ว รู้แล้วนี่คืออะไร รู้แล้วทำอะไร รู้แล้วเป็นอย่างไร หลงรู้ไง หลงไปแล้วก็รู้ตามมันไป

หลับรู้ บางคนภาวนาตามมาบ่อย เวลาหลับไปแล้วฝันมันเป็นวิปัสสนาใหม่ ฝันไปอย่างนั้นมันจะเป็นการแก้กิเลสได้ไหม

ก็ฝัน แม้แต่ภวังค์มันก็หลับ หลับรู้ก็ไม่ได้ ต้องตื่นรู้ ถ้าตื่นรู้เพราะตื่นรู้มันจะรู้ถูกรู้ผิดใจ อย่างที่พิจารณาอยู่ที่นี่ ถ้ามันตื่นรู้ นะ อิม! พิจารณารอบหนึ่งแล้ว แล้วรู้ นั่นรู้อะไร ถ้ายังไม่รู้อะไร เราก็ต้องทำต่อเนื่อง ทำซ้ำไป

บอกรู้แล้ว ถ้ามันหลงรู้ไง ก็รู้แล้ว ก็เข้าใจแล้ว อ้าว! เข้าใจแล้ว เข้าใจแล้วยังงงๆ อยู่ เข้าใจแล้วมันถอนอะไรออกไป ถ้าถอนออกไปบ๊ีบ ตั้งสติดีๆ ตั้งสติใหม่ กลับมาทำความสงบของใจใหม่ แล้วพิจารณาซ้ำเข้าไป พิจารณาซ้ำเข้าไป ทำอยู่อย่างนี้

ที่นี้คนทำงาน คนเหนื่อยล้า คนอ่อนเพลีย การทำอะไรมันก็ไม่ชัดเจน สติปัญญาถ้ามันอ่อนล้า สมาธิมันไม่มีกำลัง มันอึดอัดขัดข้องไปหมดเลย วางเสีย มาทำจิตใจให้มันสงบเข้ามา พอสงบเข้ามามันเหมือนกับสดชื่น มันถอดถอนหมด ใจความเหนื่อยล้า ใจความวิตกกังวลเป็นนิเวศธรรม นิเวศธรรม เวลามันพักผ่อนแล้วสิ่งนั้นก็หายไป

อย่างเช่นเราเหน็ดเหนื่อย เราพักผ่อนเสร็จแล้ว เราได้พักผ่อนขึ้นมา เราก็สดชื่นขึ้นมา จิตใจเวลามันทำงานไปแล้วมันเหนื่อยล้า เราพยายามทำเข้าไป เพราะสมาธิมันอ่อนแอลง มันไม่มั่นคงแล้ว เราต้องกลับมาทำความเข้าใจ พอใจมันสงบก็กลับไปพิจารณาอีก

ทีนี้พอเวลามันอ่อนล้าแล้ว ถ้าขณะที่อ่อนล้า เตี้ยวกลับไปสงบ กลับมาก็มาอ่อนล้าอีก...ไม่ ความสงบทำให้ความอ่อนล้าต่างๆ มันหายไป มันสลัดทิ้งไป แล้วมันสดชื่นขึ้นไป แล้วกลับไปพิจารณาใหม่ ต้องทำแบบนี้ ถ้าทำแบบนี้ขึ้นไปแล้วมันจะก้าวเดินไป ตื่นรู้ไง ถ้ามีสติมีปัญญาจะตื่นรู้ ถ้าไม่มีสติไม่มีปัญญานะ มันจะรู้แบบนี้ “ความรู้ที่ออกไปจับความคิดมันก็เหมือนเป็นความคิด พอหมุนออกไปที่เวทนามันไปรู้สึกความเป็นเวทนามันเป็นอันเดียวกัน มันก็เป็นเหมือนเวทนา” นี่ถ้าสมาธิกำลังไม่พอ มันอ่อนล้ามันก็เป็นแบบนี้

แต่ถ้าเราวาง กำลังไม่พอ เรากลับมาทำความเข้าใจ พุทโธก็ได้ ปัญญาอบรมสมาธิก็ได้ ทำความสงบของใจ ความสงบของใจเป็นสมณะ มันไม่ใช่วิปัสสนา แต่ถ้าไม่มีมัน พอไม่มีมันบ๊ีบ มันทำอะไรมันเป็นโลกียะ เพราะมันเป็นตัวตน มันเป็นเรื่องของเราไปบวก พอบวกขึ้นมามันก็เป็นความพะรุงพะรัง พอพะรุงพะรังก็เลยเป็นการหลงรู้ไป

ฉะนั้น ถ้าการตื่นรู้ ตื่นรู้ต้องมีสติ ตื่นรู้จะมีสติมีปัญญา ตื่นตัวตลอดเวลาพิจารณาแล้ว โอ้โฮ! มันชัดเจนมาก ถ้ามันไม่ปล่อย ไม่ปล่อยเพราะอะไร ไม่ปล่อยเหมือนกับเราคนมีกำลังมันยึดกัน ถ้าไม่ปล่อย ไม่ปล่อยมันใช้กำลังรุนแรงเข้าไปเลยสู้กันเต็มที่ถ้ากิเลสมันเข้มแข็งนะ ถ้ามันไม่ปล่อย ไม่ปล่อย เป็นอย่างไรไม่ปล่อย สู้จนไม่ไหวก็ต้องวางก่อน วางก่อน กลับมาทำความเข้าใจมากขึ้น แล้วเข้าไปพิจารณา ถ้ากิเลสมันต่อสู้อย่างนั้นพลิกแพลง มันมีปัญญามากขึ้น คมกล้าขึ้น เตี้ยวมันก็ปล่อย ถ้ามันปล่อย มันปล่อยก็อย่างที่ว่า โลง อย่างที่ตามมา ถ้ามันเป็นจริง กลับมาทำแบบนี้ให้ตื่นรู้ ถ้าตื่นรู้มันจะจบไป

**ถาม :** เรื่อง “เรียนถามเรื่องสภาวะอีกครั้งครับ”

**หลวงพ่อก :** อีกครั้ง ตอบสภาวะไปเมื่อวาน เขาถามมา เขาบอกว่า

**ถาม :** ท่านอาจารย์ครับ กระผมได้ส่งคำถามไปเมื่อก่อนหน้านี้ ๓-๔ วันครับ วันนั้น เป็นสภาวะสดๆ ร้อนๆ ผมตื่นเต้นมากก็เลยรีบส่งคำถามถามพระอาจารย์ แต่ หลังจากนั้นมา ความชัดเจนมากขึ้น ผมจึงอยากกราบเรียนสภาวะกับท่านอาจารย์อีกครั้งหนึ่งครับ

**หลวงพ่อก :** แล้วก็อธิบายมาเต็มเลย ไม่อ่าน อ่านไม่ไหว สภาวะอยู่อย่างนั้นนะ ๒ หน้า ๓ หน้า อ่านไม่ไหวหรอก ฉะนั้น สิ่งที่คุณสงสัย พยายามทำ พยายามทำ ๓ แล้ว อันนั้นมันเป็น ที่ว่าเขาจะเพิ่มเติมมา เพิ่มเติมว่าสภาวะนั้นเขาเล่ามาแล้วจากครั้งที่แล้ว นี่เพิ่มเติมมา

**ถาม :** อีกอย่างที่ผมพบคือผมไม่ค่อยจะกลัวกิเลสเหมือนเดิมอย่างที่เคยเป็น ผมเริ่มมี เสถียรภาพ ผมเริ่มกล้าที่จะไว้ใจตัวเองได้มากขึ้นเยอะเลยครับ จากสภาวะดังกล่าว แม้มันจะจริงในใจผมจริงๆ ผมเชื่อเช่นนั้นจากใจ ๑๐๐ เปอร์เซ็นต์ แต่ผมไม่อาจจะพูด หรือเล่าให้ผู้อื่นฟังได้ถนัดปากนักครับ แต่ผมรู้สึกเช่นนั้นจริงๆ ครับ

ด้วยความตื่นเต้น ผมไปอ่านหนังสือเรื่อง “ปัญญาวิมุตติ” ในหน้าเว็บไซต์ ปรากฏว่า สิ่งที่ท่านพระอาจารย์สอนไว้ในหนังสือมันตรงกันหมด ตรงทุกอย่างทุก กระบวนการจริงๆ ครับ ผมก็ฟังมาก อ่านไปฟังไป พอผมกลับมาฟัง MP3 ที่พระ อาจารย์สอนใหม่ ผมพบว่าจริงๆ พระอาจารย์ได้เน้นย้ำในสิ่งที่สำคัญอยู่ตลอดเวลา แต่ ผมจับประเด็นไม่ได้เอง ต่อเมื่อเราเข้าใจแล้วเรารู้ว่า จริงๆ พระอาจารย์เน้นย้ำเสมอว่า อะไรสำคัญ แต่ถ้าเราไม่ทราบ เราจะฟังผ่านไปครับ เหมือนได้ยิน แต่ไม่เข้าใจ จนกระทั่งเราทำ เราปฏิบัติ เราจึงประจักษ์ด้วยใจเราเองว่าสิ่งที่พระอาจารย์เน้นย้ำ สำคัญจริงๆ และสำคัญอย่างไร ผมจึงเข้าใจว่า สัจธรรม ธรรมะ โลกุตตรธรรม ความสุขที่เที่ยงแท้ ธรรมที่อยู่เหนือโลกธรรมเหล่านี้เป็นสิ่งเดียวกัน

จากประโยคนี้นี้ “สังขารทั้งหลายเป็นทุกข์ สังขารทั้งหลายไม่เที่ยง ทั้งปวงเป็น อนัตตา” ผมเข้าใจว่าประโยคนี้นี้ที่เป็นสิ่งที่อธิบายสภาวะธรรม

**ตอบ :** เขาถามมาตลอดนะ สภาวธรรมที่ถามมาว่าพิจารณาเข้าใจเรื่องสติปัญญา ๔ เรื่องภายในกาย จิตในจิตต่างๆ นั้นอันหนึ่ง แต่ถ้าเวลาจิตมันเป็นขึ้นมามันก็เป็นขึ้นมาอันหนึ่ง เพียงแต่บอกว่าไปอ่านเรื่องปัญญาวิมุตติแล้ว ไปเจอคำสอนท่านอาจารย์ เหมือนกันหมดเลย เหมือนกันหมดเลย

เวลาเราอ่านพระไตรปิฎกเราก็เข้าใจว่าเหมือนกันหมดเลย เหมือนกัน เวลาคนที่เขาศึกษาพระไตรปิฎก เขาอ่านพระไตรปิฎก เขาเข้าใจพระไตรปิฎกหมดเลยแล้วยังตีความพระไตรปิฎกได้อีกด้วย แต่เสร็จแล้วถามว่านิพพานคืออะไร ก็ไม่รู้เหมือนกัน

อ่านพระไตรปิฎกหมดนะ เวลาเขาศึกษาเปรียญ ๙ ประโยค พระไตรปิฎกเข้าใจหมดละ ที่นี้เข้าใจหมดก็คือเข้าใจ ถ้ามันเข้าใจมันก็ไม่เสียหายอะไร เวลาคนที่เขาศึกษามา เขาศึกษาธรรม ทำความเข้าใจธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เขาเข้าใจ แต่ความเข้าใจอย่างนั้นเข้าใจแล้วมันได้ถอดถอนไอ้จิตใต้สำนึกใหม่ ถอดถอนอวิชชาในหัวใจเราใหม่ ถ้ามันถอดถอนมันก็ดีของมันไป ถ้ามันถอดถอนนะ ถ้ามันปฏิบัติได้จริงนะ

ฉะนั้น เวลาเราปฏิบัติโดยสภาวะที่เราเป็น อันนี้มันเป็นสภาวะ สภาวะที่ธรรมเกิดๆ ถ้าธรรมมันเกิดนะ เวลาธรรมมันเกิด สิ่งที่จะโสร่งสยอยู่มันจะผุดขึ้นมา พอผุดขึ้นมามันซาบซึ้งมาก มันตื่นเต้นมาก แล้วแบบว่าตื่นเต้นแล้วมันจะอยู่กับเรา เราจะมั่นใจในโลกุตตรธรรม เรามั่นใจจริงๆ เลย มั่นใจก็มั่นใจ มั่นใจได้ แล้วบอกมันไม่เสื่อมครับ มันอยู่คงที่ ก็ให้มันอยู่คงที่ไป ก็ดีแล้วไง

แต่ถ้าถึงเวลานะ เพราะเวลาถึงเวลาที่ปฏิบัติไป เวลาต่อเนื่องกันไปๆ ขณะที่เวลาจิตมันดีมันก็ดีของมันอย่างนั้นนะ แล้วเวลาจิตมันดีนะ มันเข้าใจไปหมดเลย คนเราเวลาพระบวชใหม่ เวลาบวชใหม่เข้าป่า มันมีความสุข มีความพอใจ เข้าป่าเข้าเขาไปนะ อยู่ป่าอยู่เขาได้ตลอด แต่ถ้าวันไหนจิตมันเสื่อม จิตมันท้อแท้ละ มันบอกไม่เอาแล้ว มันหนีแล้ว



อันนี้มันต้องใช้กาลเวลา พูดยถึงความเชื่อถือ แต่ในใจเรารู้ สิ่งที่ยบอกว่าเรา  
เชื่อมั่นๆ เชื่อมั่น เวลาทุกคนเชื่อมั่น มรรคหายาบ มรรคละเอียด เวลามันละเอียดเข้าไป  
นะ ฉะนั้น สิ่งที่เป็นความจริงก็เป็นความจริง

เวลาไปอ่านในเว็บไซต์เรื่อง “ปัญญาวิมุตติ” แล้วเหมือนกัน

เหมือนกันก็ไม่ใช่ไร ก็เหมือนกัน เพราะอะไร เพราะปัญญาวิมุตติก็บอกถึงว่า  
ปัญญา ปัญญาปลายน้ำคือปัญญาโลกๆ ปัญญาปากแม่น้ำ ปัญญาปากอ่าว ปัญญาที่  
ปากอ่าวนี่ปลาชุมมาก ปากอ่าวเป็นแหล่งเพาะพันธุ์สัตว์ โอ้ย! ปลาชุมชุมไปหมดเลย  
นี่ปากอ่าว ปัญญาเราเป็นอย่างนั้นนะ แต่ปากอ่าวเราจะปิดกั้นสิ่งใดไม่ได้หรอก เพราะ  
มันมีแม่น้ำ กลางน้ำ ต้นน้ำ

แล้วต้นน้ำ ถ้าปัญญาวิมุตติ ปัญญาที่ปากอ่าวคือปัญญาสามัญสำนึก ปัญญาของ  
พวกคน ไอคิวของคนนี้ปัญญาปากอ่าว แต่เวลาปัญญาปากอ่าวแล้วเราพิจารณาของเรา  
เราแก้ไขของเรา เอ๊ะ! ปากอ่าวมันเริ่มต้นมาจากไหน แม่น้ำมาจากไหน มันก็จะย้อน  
แม่น้ำขึ้นไป

กลางน้ำ กลางน้ำคือทำความสงบของใจ ถ้าใจสงบไปแล้ว ใจสงบแล้วมันจะ  
ทำอะไร จะแก้ไขกิเลส นี่ใจสงบ ถ้าใจสงบอยู่กลางน้ำ เพราะแม่น้ำมาจากต้นน้ำ มัน  
ไหลผ่านมากลางน้ำ แล้วมาอยู่ที่ปลายน้ำ

ถ้าพูดยังอยู่กลางน้ำก็ทำสมาธิได้ ถ้าใช้ปัญญาได้ ปัญญาที่มันจะแก้กิเลสไป  
แก้ที่ไหน แม่น้ำทั้งสายมันมาจากไหน มันมาจากตาน้ำ ต้นน้ำ ต้นน้ำมาจากไหน ต้น  
น้ำคือจิตใจ ความรู้สึกนึกคิดมันไหลมาจากไหน ความรู้สึกนึกคิดมันเกิดมาจากที่ไหน  
เวลาถ้ามันจะย้อนกลับ มันจะย้อนกลับไปต้นน้ำนั้น ถ้ามันจะย้อนกลับไปต้นน้ำนั้น  
ถ้าขึ้นที่ต้นน้ำนั้น ไปแก้ที่ต้นน้ำนั้น นี่พูดยังว่าปัญญาวิมุตติ

ที่เราเทศน์ “ปัญญาวิมุตติ” ให้เห็นว่า ปัญญาปลายน้ำ ปัญญากลางน้ำ  
ปัญญาต้นน้ำ แล้วที่โลกเขาเข้าใจกันเขาเข้าใจปัญญาที่ปลายแม่น้ำ ทุกคนพอใจ  
ปากอ่าว เพราะปากอ่าวทรัพยากรเยอะที่สุด ปากอ่าว อู้ฮู! ดินก็มีคุณภาพ แหล่งน้ำก็

มีคุณภาพ สัตว์น้ำก็เยอะมาก แหม! ใครใช้ปัญญาไปแล้ว โอ้ย! คนนั้นเก่งมาก โอ้ย!  
หลงไหลได้ปลื้มกันไป ไม่ได้ฆ่ากิเลสเลย

พอปิดน้ำไม่ได้ ควบคุมน้ำไม่ได้ ปากอ่าวเป็นที่รองรับน้ำ ไม่ใช่เป็นที่ควบคุม  
น้ำ สิ่งที่จะควบคุมน้ำคือต้นน้ำ ต้นน้ำคือจิต ต้นน้ำคือรู้ดีจิต ต้นน้ำคือสิ่งที่เป็นภวา  
สวะ เป็นภพ ปฏิสนธิวิญญาณ วิญญาณพาเกิดในวัฏฏะ ถ้าไปแก้ แก้ที่นั่น นี่พูดถึง  
ปัญญาวิมุตตินะ

จะนั้นบอกว่า เขาไปอ่านปัญญาวิมุตติแล้วมันเหมือนกันเลยครับ ผมทิ้งมาก

โอเค เพราะเทศน์ไว้แล้วเพื่อให้ประชาชน ให้ชาวพุทธได้ศึกษา ถ้าศึกษาเป็น  
ประโยชน์แล้วก็โอเค ดีมาก ถ้าอ่านแล้วเข้าใจ เออ! มีแต่ว่าใครๆ ก็เขียนมา โอ้โฮ!  
หลงพอมองโลกในแง่ร้าย ไม่เคยยอมรับใครเลย

ไอ้เรื่องสังคมนะ เวลาครูบาอาจารย์ท่านประพฤติปฏิบัติแล้ว ท่าน  
มองเสมอภาคกันหมดเลย ความเสมอภาคของจิตเท่ากันหมด คนเรา  
เป็นเพื่อนเกิด แก่ เจ็บ ตายด้วยกันทั้งหมดทั้งสิ้น จิตนี้เป็นญาติกันโดย  
ธรรมชาติ เกิด แก่ เจ็บ ตายด้วยกันทั้งหมดทั้งสิ้น ฉะนั้น ด้วยความเสมอ  
ภาคมันเสมอภาค สิทธิของเขา สิทธิของเขาเสมอภาคหมดเลย

แต่เวลาจะปฏิบัติ เวลาจะปฏิบัติจะแก้ไข เขาจะบอกตรงนี้ บอกว่า  
ถูกว่าผิดตรงนี้ มันสำคัญตรงนี้ สำคัญว่าการบอกถูกบอกผิด มันไม่ได้  
เป็นการดูถูกเหยียดหยามใคร ไม่มองใครสูงกว่าใคร ใครต่ำกว่าใคร  
ถ้าเขาไม่สนใจมันก็เรื่องของเขา แต่ถ้าสนใจไง ถ้าสนใจบอกว่าอันนั้น  
ถูกหรืออันนั้นผิด เราพูดตรงนี้ เราพูดถึงว่า ถ้าเป็นสมาธิเป็นมิจฉาหรือ  
เป็นสัมมา ถ้าเป็นปัญญา เป็นโลกุตตระหรือเป็นโลกียะ ถ้าเป็นมรรค มัน  
เป็นมรรคจริงหรือที่เราสร้างภาพ

ถ้าพูดอย่างนี้บ่อยๆ กรณีอย่างนี้เหมือนกับเวลาหลวงตาท่านพูดว่าอยู่กับหลวงปู่ มั่นนี่นะ หลวงปู่มั่นรักมาก ท่านก็เคารพหลวงปู่มั่นมาก เวลาพูดกันเรื่องโลกๆ เหมือนพอกับลูกเลย แต่ถ้าวันไหนถามธรรมะไป โอ้โฮ! หงายท้องทันทีเลย ธรรมะไม่มีสูงมีต่ำ ไม่มีเขามีเรา เสมอภาคกันหมดเลย ว่าจริงกับเท็จเท่านั้นเอง เวลาเท็จก็ว่า เท็จ เวลาจริงก็ว่าจริงไป

ฉะนั้น สิ่งที่ว่าเวลาอ่านปัญญาวิมุตติแล้วเหมือนกันเลย ระวังเถอะ ไปคุยกับเพื่อน เพื่อนไม่ยอมรับเลย จะบอกวามองคนในแง่ลบๆ

เวลาคนไม่เข้าใจก็ไปอย่างหนึ่งนะ แต่คนเข้าใจมันก็จบ ฉะนั้น อันนี้จบนะ

**ถาม :** เรื่อง “ไม่มีคำถามคะ”

กราบขอบพระคุณเจ้าคะ เรื่องหมอดูที่เป็นเรื่องที่น่ามาแล้วเมื่อประมาณ ๕-๖ ปีก่อนที่จะมาพบท่าน เดี่ยวนี้ดิฉันยึดแต่คำสอนของท่าน เพียงแต่ว่ามันมักจะมีคนแซวว่าไม่ต้องปฏิบัติมากหรอก เพราะเป็นเพียงแค่มหาวิ่งเล่นเท่านั้น อย่างไรก็ตาม ดิฉันเข้าใจทุกเรื่องดีแล้ว และหวังว่าจะได้รับความเมตตาจากท่านต่อไป

**ตอบ :** จบ อันนี้ว่าไม่มีคำถาม เพียงแต่แบบว่าสิ่งที่ตอบไปครั้งที่แล้วเขาพูดมานั้นแหละ พูดถึงบอกว่าคนนั้นว่าอย่างนี้ คนนี้ว่าอย่างนั้น แล้วพอว่าอย่างนั้นบ่อยๆ จิตของเรามันอ่อนแอ พออ่อนแอ ใครพูดสิ่งใดแล้วก็ไปจับไว้

ฉะนั้น ใครพูดอะไร โลกธรรม ๘ เราฟัง เราปฏิเสธเสียงไม่ได้หรอก ยิ่งอยู่ในสังคมนะ เราทำงาน เราจะปฏิเสธ เราไม่คุยกัน ไม่สัมพันธ์กับใครไม่ได้ แต่เราจะสัมพันธ์กับใครแล้ว เราฟังแล้วเราต้องมีหลักสิ เราเป็นชาวพุทธ ถ้าชาวพุทธ พระพุทธเจ้าสอนว่าอย่างไร พระพุทธเจ้าสอนไว้ สอนไว้ไม่ให้เชื่อนอกพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ สัจธรรมความจริง เราเชื่อตรงนี้ วิทยาศาสตร์ทางธรรม

วิทยาศาสตร์ทางสังคม วิทยาศาสตร์ทางการเมือง วิทยาศาสตร์ทางฟิสิกส์ เป็นวิทยาศาสตร์หมด วิทยาศาสตร์ทางธรรม ทางธรรมมันก็ต้องพิสูจน์ไป พิสูจน์ว่า มันเป็นจริงหรือไม่เป็นจริง ถ้าไม่เป็นจริงนะ เราก็ค้นสิ ตำรามันมี พูดถึงครูบาอาจารย์ก็มี

แล้วอย่างพระ พระที่พาออกนอกกลุ่มนอกราช ใ้พระอย่างนั้นมันเป็นพระขาด จากไตรสรณคมน์ ถ้าพูดอย่างนี้ละ ในปัจจุบันนี้พระ ต้องถือพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ ถึงจะบวชเป็นเณรได้ บรรพชาเป็นสามเณรด้วยการถือพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ แล้วก็อุปสมบทเป็นพระ แล้วถ้าขาดจากไตรสรณคมน์คือเชื่อมงคลตื่นข่าว ถ้าพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ แล้วไปสร้างรูปเคารพกันที่มันไม่ใช่พระ มันเป็นพระ หรือเปล่า นี่ไง พูดถึงอย่างนี้ไง มันไม่เป็นพระแล้ว เพราะมันขาดจากสามเณร ถ้ามัน ขาดจากสามเณรแล้ว แล้วไปเชื่อเขาทำไม

**นี่มองตรงนี้ คนที่เขาจะทนายเรา คนที่จะบอกเรา ดูซิว่าเขา เคารพพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์จริงหรือเปล่า ถ้าเขาไม่เคารพพระ พุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์จริง เขามีรูปเคารพในวัดเขาเยอะแยะไป ไม่ต้อง เข้าไปแล้วที่นั่นนะ ไม่ต้องไปเชื่อเขาแล้ว**

นี่พูดถึงนะ เขาบอกว่าไม่มีคำถาม แต่สิ่งที่บอกว่าเขาทนายว่าเราจะเป็นแค่ หมาสองตัววิ่ง

ในพระไตรปิฎกหรืออย่างไรบอกว่า แม้แต่สัตว์เดรัจฉานยังไม่ให้ดูถูกมันเลย เพราะไม่รู้ว่าเป็นพระโพธิสัตว์ไปเสวยชาติหรือเปล่า ถ้าพระโพธิสัตว์ไปเสวยชาติเป็น สัตว์เดรัจฉานมี แล้วเราจะไปดูถูกได้ไหม เราดูถูกเขาไม่ได้ อำนาจวาสนาของคนมัน ไม่เหมือนกัน อำนาจวาสนาของคน ถึงวาระของเขา เขาเสวยชาติเป็นสัตว์เดรัจฉาน แล้วเขาเป็นพระโพธิสัตว์ละ มีนะ ในพระไตรปิฎกมีเรื่องพระโพธิสัตว์ทั้งนั้นนะ

แล้วบอกว่าเป็นหมาวิ่งกันสองตัว เพราะบอกเราเป็นหมา เราต่ำต้อยแล้ว เรา เป็นคนนะ เราเป็นสามีภรรยา แล้วเขาบอกเราเป็นหมาสองตัววิ่งเล่นกันอยู่นั้น เพราะว่าเหมือนกับเราไม่สามารถทำมรรคทำผลได้ แล้วพระโพธิสัตว์เกิดเป็นสุนัขละ แล้วนี่เป็นคนด้วย เวลาคนที่ไม่มีหลักพูดนะ เขาพูดด้วยอารมณ์ของเขา เขาไม่ได้พูด ด้วยเหตุผล

เวลาครูบาอาจารย์ที่ท่านเป็นธรรมนะ แม้แต่สัตว์นะ แม้แต่สัตว์ พระโพธิสัตว์ เสวยชาติเป็นสัตว์ เขายังให้เกียรติเลย แล้วนี่ แหม! ฟังแล้วมันแปลก ที่มันอยู่ที่ธาตุ

ถ้าเขาพูดอย่างนั้นนะสังคมชอบ ถ้าพูดแบบพระสงฆ์สังคมนะเกลียด ใ้พูดความจริงไม่มีใครชอบหรอก ใ้พะเน้าพะนอกัน โอ้ย! คนชอบ ฉะนั้น เวลาเขาชอบอย่างนั้นบ๊ิบ มันพูด เห็นใหม่ ทศนคติทางลบ อันนี้เป็นมุมมองนะ

นี่พูดถึงว่า เขียนมาอีก ถ้าเขียนมาอีกก็ตอบอีก เขาบอกขนาดไม่มีคำถามนะเนี่ย เพียงแต่พูดให้เห็นว่า เราต้องพัฒนาใจเรา ใจเราต้องพัฒนาขึ้น พัฒนาขึ้นว่า รัตนตรัยเป็นอย่างไร ธรรมะเป็นอย่างไร แล้วสิ่งที่ว่าไสยศาสตร์เป็นอย่างไร นั่นเป็นไสยศาสตร์นะ ฤกษ์พานาที่ พระพุทธเจ้าไม่สอนอย่างนั้น

ดูทิศ พระพุทธเจ้ากราบทิศ กราบทิศก็กราบพ่อกราบแม่ อ้าว! ถือพรหม พระพุทธเจ้าก็ถือพรหม พรหมคืออะไร พรหมคือพรหมจรรย์ ถือศีลคือถือพรหม โลกเขาถืออะไรอยู่ พระพุทธเจ้าพลิกกลับมาเป็นธรรมะหมดเลย

ใ้ของเราเป็นชาวพุทธแท้ๆ เลย ใ้เขาหายออกไปเป็นไสยศาสตร์หมดเลย แล้วเราก็บอกเป็นพระพุทธศาสนา แล้วก็ไปเชื่อเขา พอเชื่อเขา ไปเชื่อเขาเนะ ที่พูดนี้เพราะอะไร เพราะไปเชื่อเขาแล้วมันเก็บมาตรอมใจใจ ไปเชื่อเขาแล้วก็มาคิดตรอมใจว่าเราคนต่ำต้อย เราเป็นคนไม่มีอำนาจวาสนา...ก็ใจของตัวแท้ๆ ไปกว้านเอาคำพิชของเขามาเหยียบย่ำใจของตัว เอ้! แล้วบอกว่าเป็นชาวพุทธ เราก็งงนะ ฉะนั้น เราไม่เชื่อเรื่องอย่างนี้เลย

**โธ่! เราทุกข์ยากขนาดไหนนะ เวลาเราทุกข์ ทุกข์มากจริงๆ นะ คนไม่ทุกข์ไม่ยาก คนไม่อดไม่ยาก เวลาเราทุกข์เรายาก อยู่ในป่าในเขา ทุกข์ยากมาก ทุกข์ยากจริงๆ แต่สู้ สู้ ไม่เคยท้อแท้เลย จะทุกข์จะยากขนาดไหน สู้ แล้วมันก็ข้ามพ้นทุกข์ด้วยความเพียร พอมันข้ามมาได้ จบหมดละ พอใจมันปล่อยมันก็จบหมด สู้มาตลอด**

ที่นี้พวกเรานึกว่าปฏิบัติธรรมแล้วมันจะโรยด้วยกลีบกุหลาบ ใครๆ ก็จะมาชมว่า คนนี้นักปฏิบัติธรรม พวกนี้จะเป็นพระอรหันต์หมด พวกปฏิบัติธรรมนี้ดีดี

ไปดูสังคมปฏิบัติสิ มันทะเลาะกันทุกวัน กฎติดกันมันก็ทะเลาะกัน นี่ไง จะเป็นพระอรหันต์พรุ่งนี้ไง ไม่มีใครเขาชมหรือ ไม่มี ทีนี้เราจะหวังตรงนั้น นึกว่าปฏิบัติธรรมแล้วใคร ๆ ก็จะมายกย่องสรรเสริญ ไม่มีหรือ กิเลสมันจะฆ่าทิ้งอยู่นี่ ต้องสู้อย่างเดียว เอาชนะมันให้ได้ ช่มมันให้ลง ทิฏฐิใจเราณะ อันนี้สำคัญ ถ้าสำคัญมันเป็นแบบนี้

**ถาม :** เมื่อพิจารณาทุกข์เวทนาจากการนั่งสมาธิแล้วเกิดความเบื่อหน่ายในทุกข์นั้นจนน้ำตาไหลและเศร้าใจ ควรพิจารณาความเบื่อ ความเศร้าใจจนอึดอัด หรือควรพิจารณาความเศร้าใจว่าเป็นอารมณ์ของใจไปเลย จะปนกันหรือไม่เจ้าคะ

**ตอบ :** “การพิจารณาทุกข์เวทนาจากการนั่งสมาธิจนเกิดความเบื่อหน่ายในทุกข์นั้นจนน้ำตาไหลและเศร้าใจ”

ถ้าจนน้ำตาไหลและเศร้าใจ มันเข้าใจ มันปล่อยได้ ถ้าปัญญาอย่างนี้มันเป็นปัญญาอบรมสมาธิอยู่ คำว่า “ปัญญาอบรมสมาธิอยู่” เวลามันปล่อยแล้วมันก็มีรสชาติอย่างนี้ไง

บางทีเราพิจารณาว่า พิจารณาเวทนาจนมันปล่อยแล้ว เราจะปล่อยแล้วจิตมันจะรวมลง ถ้าพูดถึงพิจารณานะ เวลาภาวนา เวลาเรากำหนดปัญญาอบรมสมาธิสมาธิมันเป็นแบบนี้ แต่ถ้าพุทโธๆ จิตถ้ามันลงสมาธิ มันลงสมาธิลึกมาก พุทโธๆ พุทโธจนเป็นขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ อัปปนาสมาธิ สมาธิมันจะลึกเข้าไปเลย

แต่ถ้าเราพิจารณาเวทนา พิจารณาเวทนาถ้ามันปล่อยเวทนามา มันปล่อยเวทนามาใช่ไหม ถ้าปล่อยเวทนามา มันทำสิ่งใดไม่ได้ พุทโธต่อเนื่องกันไป ถ้าพุทโธต่อเนื่องไป ให้มันลงสมาธิมากขึ้น

แต่ถ้ามันปล่อยเวทนามาแล้ว นี่มันเป็นโยทโยทหนึ่ง ถ้ามันปล่อยเวทนาแล้ว จนมันเบื่อหน่าย น้ำตาไหล มันเศร้าใจ มันเศร้าใจแล้วมันต่อเนื่อง อะไรต่อเนื่องไปละ เวลามันพิจารณาเวทนาจนเกิดความเบื่อหน่าย เบื่อในทุกข์จนน้ำตาไหลและเศร้าใจ ควรจะพิจารณาอย่างไร

พอมันเศร้าใจแล้วเราก็พุทโธต่อเนื่องไป ความเศร้าใจก็เป็นความเศร้าใจ พุทโธต่อเนื่องไป เวลาใครบัญญัติอบรมสมาธิ บัญญัติอบรมสมาธิ หมายความว่า ใช้ปัญญาใคร่ครวญในประสบการณ์ของความคิด มันคิดเรื่องอะไรสิ่งใดมันก็พิจารณาเรื่องนั้น เวลามันปล่อยมา ปล่อยมามันไม่คิดต่อเนื่อง เพราะมันปล่อยมา พอมันปล่อยมามันจะคิดต่อเนื่อง มันแบบว่ามันกำลังของปัญญา กำลังของสมาธิมันดี มันจะคิดอีกมันไม่ทัน

แต่ถ้าเวลาเราไม่มีสติหรือว่ากำลังไม่พอ พอเราใช้ปัญญาพิจารณา ปัญญาอบรมสมาธิมันปล่อยเข้ามาบ๊ีบ พอปล่อยบ๊ีบเดี๋ยวก็คิดอีก ถ้ามันคิดอีกอย่างนี้มันมีงานทำต่อเนื่อง เราก็ใช้ปัญญาอบรมสมาธิต่อเนื่องไป

แต่ถ้ามันพิจารณาปัญญาอบรมสมาธิ พอมันปล่อยอารมณ์ไป ปล่อยความคิดแล้ว เอ๊ะ! ทำอย่างไรต่อ ทำอย่างไรต่อ อย่างนี้กำหนดพุทโธต่อเลย กำหนดพุทโธต่อเนื่องไป พอพุทโธบ๊ีบ ไม่ก็คำหอรอก มันคิดอีกแล้ว เพราะอะไร เพราะจิตนี่นะ ถ้ามันได้ควบคุม มันก็หลบ พอพุทโธบ๊ีบ มันเบื่อ มันไม่ยอมพุทโธ มันก็มาคิดอีก แต่เวลาเราพิจารณาปัญญาอบรมสมาธิขึ้นมา มันปล่อยไปแล้วมันไม่คิด มันเฉย ไอ้เราก็ว่าทำอะไรดีนะ ทำอะไรดีนะ มันเฉย มันไม่แสดงตัวใจ ลองพุทโธสิ พอพุทโธๆ ไปเดี๋ยวมันคิดอีกแล้ว แต่ถ้าไม่พุทโธไปมันก็ไม่คิดนะ

เวลาปฏิบัติไป สมุทัย กิเลสมันจะต่อกรกับการปฏิบัติมาตลอด ถ้าเราพุทโธใช้ปัญญาอบรมสมาธิเข้าไป เวลามันปล่อยแล้วนะ เราพุทโธต่อเนื่อง ถ้ามันพุทโธต่อเนื่องไปมันก็สงบมากขึ้นไปเรื่อยๆ ละเอียดเข้าไปเลย แต่ถ้าพุทโธ มันคิดอีก เพราะเราหนัดในปัญญาอบรมสมาธิแล้ว พอมันคิดอีกเราก็ใช้ปัญญาไล่ความคิดไปเลย เพราะเราใช้ปัญญาอบรมสมาธินี้มามันก็เป็นอาการแบบนี้ เวลามันแสดงตัวขึ้นมาก็จับแล้วพิจารณาต่อเนื่องไป

จะนั้น เวลามันพิจารณาเวทนามา พิจารณามา พอมันเบื่อหน่าย มันทุกข์จนน้ำตาไหล น้ำตาไหลก็น้ำตาไหลใจ น้ำตาไหลมันปล่อยเวทนามา แล้วอย่างไรต่อล่ะ พุทโธไป

ทีนี้ถ้าพูดถึงว่า พอมันเบื่อกว่า พอน้ำตาไหล เราต้องพิจารณาเบื่อกว่า  
นั้นเป็นอารมณ์ต่อเนื่องไปไหม

ถ้ามันเป็นอารมณ์ที่มันพิจารณาได้ เราก็พิจารณาไป ถ้าอารมณ์พิจารณา  
ไม่ได้ เราก็พุทโธไป เราพุทโธ พุทธานุสติ ถ้ามันไม่ปล่อยนะ มันมีช่องว่าง เห็นไหม

เวลากำหนดพุทโธๆ มันละเอียดเข้าไปเรื่อยๆ ละเอียดจนพุทโธไม่ได้ มัน  
ต่อเนื่อง มันไม่มีช่องว่างเลย พอพุทโธๆๆ เจียบ พุทโธๆๆ จนพุทโธหาย หายแล้วทำ  
อย่างไรต่อ ก็มาระลึกพุทโธใหม่

**ช่องว่างนี้แหละมันทำให้สมาธิเข้าไม่ได้ ช่องว่างนี้แหละมันทำ  
ให้จิตเฉลบออก เห็นไหม เวลาเราพุทโธ พุทโธก็คิดไปเรื่องนั้นแล้ว  
กลับมาโธ พุทแล้วก็คิดไปรอบโลกกลับมาโธ มันมีช่องว่าง เราก็พุทโธ  
เร็ว ๆ พุทโธ ๆ ๆ พุทโธจนไม่มีช่องว่าง พอมันไม่มีช่องว่างมันก็ต่อเนื่อง  
มา ทีนี้พอมันต่อเนื่องมาปั๊บ พอพุทโธปั๊บ เดี่ยวมันขาดช่วง**

เวลาปฏิบัติไป กรณีอย่างนี้เราไม่ถนัด เราไม่เคยทำงาน พอไม่เคยทำงาน  
ทุกคนก็บอกว่าพุทโธผมชัดเจนมากนะ พุทโธผมต่อเนื่องตลอดเวลา

แต่ความจริงมันพุทโธนะ แล้วมันเหม่อลอยไปครึ่งชั่วโมงนะ แล้วมันมาพุท  
โธคำที่ ๒ ใ้อครึ่งชั่วโมงนั้นนะมันนึกไม่ได้ เพราะมันเหม่อ ตัวมันเหม่อเอง พอตัวมัน  
เหม่อก็ว่าผมไม่ได้เหม่อนะ ผมชัดเจนนะ พุทโธที่ ๑ กับพุทโธที่ ๒ ชัดเจนมาก มัน  
ห่างกันครึ่งชั่วโมง มันเหม่อไปครึ่งชั่วโมง เพราะคนพูด ทุกคนเห็นแก่ตัว จิตมัน  
เข้าข้างตัวมันเอง จิตจะไม่ยอมบอกว่าตัวมันผิด

เวลาแก้ภาวนามันเป็นอย่างนี้ เวลาบอกว่า โอ๊ย! มันชัดเจนมาก มันต่อเนื่อง  
มาก...เอ็งหลับไปครึ่งชั่วโมงเอ็งยังไม่รู้ตัวเลยละ แล้วไปบอกว่าหลับนะ โกรธมากเลย  
โอ๊ย! ทำมาขนาดนี้ อะไรๆ ก็ผิด

ผิดหรือถูกนี่นะ ผลลัพธ์มันบอก การศึกษาเขาจะรู้ว่ามึ่คุณภาพหรือไม่มี  
คุณภาพตอนที่เขาวัดผล เขาวัดผล เวลาสอบวัดผลจะรู้เลยว่าครูสอนเด็กคนนั้นดี



หรือไม่ดี แล้วเด็กมีความรู้จริงหรือไม่มีความรู้จริง ถ้าเด็กมีความรู้จริง เวลาสอบ  
วัดผลมันจะรู้

นี่ก็เหมือนกัน พุทฺโธเก่งนะ พุทฺโธ แต่วัดผลมานะ ไม่รู้ เหม่อ มันวัดผลมา  
จากตัวของมันเองอยู่แล้ว ตัวมันมีผลของมันอยู่แล้ว แต่เวลาครูบาอาจารย์ฟัง ทำนรู้  
เพราะท่านเป็นครูบาอาจารย์ แต่ไอ้เด็กนักเรียนมันไม่รู้ พอไม่รู้ขึ้นมา อู้ฮู! จับผิด  
ตลอดเลย อะไรรๆ ก็ไม่ได้

ก็วัดผลนะ ถ้าวัดผลมันก็ต้องดีสิ ถ้าวัดผลมันก็ต้องถูกต้องสิ นี่พูดถึงเวลาพุท  
โธ ถ้าพุทฺโธไปมันจะเป็นอย่างนั้นของมันเข้าไปนะ

นี่ก็เหมือนกัน ถ้าเราพิจารณาอะไร เอาสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ถ้ามันเศร้าเรื่องอารมณ์  
ต่อเนื่องกันไป เราก็ทำต่อเนื่องของเราไป มันใช้แทนกันได้ มันใช้แทนกันได้ ถ้าพูดถึง  
ถ้ามันอึดตัว มันเศร้าใจแล้วนะ ถ้าเศร้าใจ ถ้ามันแบบว่า ใสน้ำตาไหล ใต้อ่างๆ มันก็  
เป็นปีติ เป็นปีติ เป็นน้ำตาไหล

เวลาบอกว่าทุกคนจะอย่างนี้นะ เวลาหลวงตาเวลาขณะจิตของท่านที่พลิกฟ้า  
คว่ำดิน ท่านร้องให้น้ำตาไหล ทุกคนก็จะร้องไห้บ้างนะ ใครๆ ก็ร้องไห้ ถ้าร้องไห้  
เด็กมันนอนแบเบาะ เวลาเกิดจากท้องแม่มา คลอดมามันก็อู๊วๆ มันก็ร้องไห้แล้ว มัน  
ร้องไห้มาตั้งแต่คลอดนั้นนะ

คำว่า “ร้องไห้” มันต้องมีที่มา ร้องไห้ด้วยอะไร ทำไม่ถึงร้องไห้ ร้องไห้ด้วย  
ความทุกข์ความยาก ร้องไห้ด้วยความเจ็บช้ำ นั่นเรื่องหนึ่ง ร้องไห้ด้วยความสุข  
คนเราพลัดพรากจากกันมา ๒๐-๓๐ ปี เจอกันโผเข้ากอดกันเลยนะ มีความสุขมาก  
แล้วก็ร้องไห้ ร้องไห้ด้วยความสุขไง แต่เนี่ยเวลามันภพ มันชาติ มันชำระล้างภพชาติมัน  
สะท้อนหัวใจ

การว่าคำว่า “ร้องไห้” มันต้องมีที่มาว่าร้องไห้จากเรื่องอะไร ถ้าร้องไห้จาก  
เรื่องความทุกข์ ร้องไห้จากเรื่องความผูกพัน ร้องไห้จากความเจ็บช้ำนั้นนะกิเลส ถ้า  
ร้องไห้ด้วยความสุขใจ ว่าพลัดพรากจากกันแล้วมาเจอกัน ร้องไห้ด้วยความปีติ นั่นก็  
ร้องไห้

คำว่า “ร้องไห้” หลวงตาใช้คำว่า “น้ำตาชำระล้างภพล้างชาติ” กับ “น้ำตาที่  
 สะสมภพชาติ” น้ำตาของเรา น้ำตาสะสมภพชาติ ยิ่งร้องไห้ยิ่งเจ็บซ้ำ ยิ่งร้องไห้ยิ่ง  
 กระเทือนใจ ยิ่งร้องไห้ยิ่งเจ็บปวดใจ แต่เวลาคนร้องไห้ ร้องไห้ เฮ้อ! พอกันที ร้องไห้  
 ครั้งสุดท้าย ร้องไห้ มึงลาคนที่ มึงไม่ต้องมาเจอกันอีกแล้ว มันต้องมีที่ไปที่ไปด้วยใจ

นี่ก็เหมือนกัน ถ้ามันเบื่อหน่าย น้ำตาไหลๆ น้ำตาไหลก็เป็นความซาบซึ้ง  
 มันก็เป็นประโยชน์แก่แต่ละบุคคล คนไหนคนนั้นก็ว่ากันตามเกมนั้นไป นี่พูดถึง  
 ปฏิบัติต่อเนื่องนะ

ถามว่า “ควรจะทำอย่างไรต่อไป พิจารณาความเศร้าใจในอารมณ์นั้นของใจ  
 ไปเลย หรือปนกันไป”

ปนกันไปก็พลิกไปพลิกมา ไม่มีปัญหาหรอก คือเป็นอุบายที่เราจะปฏิบัติเนาะ  
 ถ้าปฏิบัติได้ก็เป็นผลของเรา ฝึกหัดไป ฝึกหัด

เวลาไปถามปัญหาหลวงตานะ หลวงตาบอกว่า โอ้ย! จะถามทุกกระทงเลย  
 หรือ ท่านก็บอกว่าท่านก็ตอบแต่ความจำเป็นเท่านั้นนะ แล้วทุกคนก็ต้องหามาใช้ใหม่  
 แหม! เวลาคนจะทำกับข้าว จับมือเลยนะ น้ำตาลใส่แค่นี้นะ ทำผัด เกลือใส่แค่นี้ ทำ  
 ผัด โอ้ย! แล้วเมื่อไหร่มันจะเป็นล่ะ มันก็ต้องทำสิ ถ้าใส่มากก็เค็ม ใส่หวานก็ปะแล่มๆ  
 กินไม่ได้หรอก เตียวเอ็งก็รู้อเองแหละ

นี่ก็เหมือนกัน เราฝึกของเราไป แหม! จะต้องให้บังคับเลย จะต้องอย่างนั้นๆ  
 มันไม่ได้ มันไม่ได้เพราะว่า หนึ่ง ความชำนาญด้วย จริตนิสัยด้วย แล้วอำนาจวาสนา  
 ของคน เอวัง