

ปลาเป็น

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺสฺโต

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๑๔ กันยายน ๒๕๕๖
ณ วัดป่าสันติพุทธาราม (วัดป่าเขาแดงใหญ่) ต.หนองแกว อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ถาม : เรื่อง “สงสัยในขั้นตอนภาวนา”

กราบนมัสการหลวงพ่อกับผมมีความสงสัยอีกครับ รบกวนหลวงพ่อดำเนินการด้วยครับ เพราะความสงสัยมีมาเรื่อยๆ ครับ ผมมีคำถามดังนี้ คือว่าเมื่อผมทำความสงบเข้าไปแล้วเราจะพิจารณาในขั้นตอนดังต่อไปนี้คือ

๑. จิตสงบแล้วปรากฏภาพกายก็ให้พิจารณากายใช่ไหมครับ

๒. สุขที่เกิดหลังปีติกับสุขที่เกิดจากการจิตสงบแล้วนี้ เราควรพิจารณาตัวไหนครับ

๓. ผมมีความเห็นว่า ความคิดที่ผุดขึ้นมาจากจิตน่าจะมีตัวเชื่อมระหว่างจิตกับความคิด ซึ่งเป็นต่อเลี้ยงจากจิตสู่ความคิดให้ความคิดพัฒนาขึ้นจนจบกระบวนการความคิด ดังนั้นสิ่งที่เราต้องทำก็คือต้องเข้าไปดูกระบวนการทำงาน หรือลักษณะการทำงานในขั้นตอนต่างๆ ทั้งหมด ทั้งของกาย เวทนา และจิต ใช่ไหมครับ

๔. ในการพิจารณาถ้าจับตัวไหนได้ก่อนให้พิจารณาตัวนั้นก่อนใช่ไหมครับ

ขอบพระคุณ

ตอบ : ฉะนั้น สิ่งที่ว่า “๑. จิตสงบแล้วปรากฏภาพกายก็ให้พิจารณากายใช่หรือไม่ครับ”

สิ่งถ้ามันจิตสงบแล้วพิจารณาเห็นกายก็ต้องพิจารณากายเป็นธรรมดา แต่จิตถ้ามันไม่สงบมันเห็นกาย เรานี้ก็ภาพกายขึ้นมา มันก็ใช้ภาพกายเพื่อพิจารณาเพื่อความสงบระงับเข้ามา แต่โดยสรุป “ข้อ ๑. จิตสงบแล้วพิจารณากายใช่ไหมครับ”

ใช่ จิตสงบแล้วให้พิจารณากาย ฉะนั้น พอจิตสงบแล้วพิจารณากาย เวลาคำว่า “ใช่” มีการยอมรับกันว่าใช่ ถ้ายอมรับกันว่าใช่ แล้วถ้าพิจารณากายไปแล้ว เวลา มันเข้าใจแล้วทำไมมันไม่ได้มรรคได้ผล

การพิจารณากาย พิจารณากายโดยการทำความสงบของใจก็มี พิจารณากาย โดยเป็นวิปัสสนาก็มี จะบอกว่าการพิจารณากายเป็นสมณะ การพิจารณากายเป็นสมณะคือว่า ในเมื่อเรากำหนดพุทฺธหรือใช้ปัญญาอบรมสมาธิ เราอานาปานสติ มันก็เป็นคำบริกรรม เป็นการส่งจิตไปเกาะที่ลมหายใจเพื่อความสงบระงับเข้ามา

การใช้ปัญญาอบรมสมาธิก็พิจารณากายๆ มันก็พิจารณากายเหมือนกัน แต่พิจารณากายในสมณะ พิจารณากายโดยความสงบระงับ พิจารณากายเห็นตามความเป็นจริงแล้วสงบเข้ามา

แล้วถ้าจิตสงบแล้ว จิตสงบแล้วปรากฏกายภาพกาย ถ้าจิตสงบแล้วมันเห็นกาย เห็นเวทนา เห็นจิต เห็นธรรมตามความเป็นจริง อันนั้นจะเป็นวิปัสสนา ฉะนั้น การพิจารณากาย พิจารณากายโดยเป็นสมณะก็มี พิจารณากายโดยเป็นวิปัสสนาก็มี

ฉะนั้นที่ว่า จิตสงบแล้วพิจารณากายใช่ไหม

ใช่ ถ้าใช่แล้วทำไมเวลาพิจารณาไปแล้วผลที่ได้รับทำไมมันไม่เหมือนกัน ผลที่ได้รับทำไมมันแตกต่างกัน อันนั้นมันเป็นอำนาจาสนาของคน หนึ่ง แล้วการพิจารณา กายโดยการทำความสงบระงับนี่ก็หนึ่ง แล้วพอพิจารณาสงบระงับแล้ว ความอ่อน ด้อยของจิต ถ้าจิตวุฒิมิภาวะมันอ่อนด้อยมันก็บอกพิจารณากายแล้ว เข้าใจกายตาม ความเป็นจริงแล้ว กายไม่ใช่เรา เราไม่ใช่กายแล้ว...อย่างนี้มันเป็นวิปัสสนีก มันก็กันไป จินตนาการกันไป

แต่โดยพื้นฐานการปฏิบัติทำอย่างนี้ถูกต้องไหม ถูก คำว่า “ถูก” พอใครถาม ว่า “หลวงพ่อกุญแจไหม” ถูก “ถ้าถูกแล้วพ่อกถามคำถามต่อเนื่องกันมาทำไมหลวงพ่อบอกว่าผิด”

เพราะคำว่า “ถูก” ถูกระดับไหนล่ะ ถูกในทางสมณะมันก็ถูก ถ้าทางสมณะมัน ถูกแล้ว จิตสงบแล้วจะยกขึ้นวิปัสสนา ตอนยกขึ้นนี่สำคัญมากเลย เราเคยใช้คำว่า

“เข้าซอย” ถ้าบ้านใครอยู่ในซอยใดก็แล้วแต่ ถ้าเราเข้าซอยใดถูก เราก็จะเข้าถึงบ้านของเรา ถ้าบ้านเราอยู่ในซอยไหน เราเข้าซอยผิด เราไปหาถนนผิด เราไม่เจอซอยเข้าบ้านเรา หาบ้านไม่เจอหรือก็คือถ้าจิตมันยกขึ้นวิปัสสนาไม่ได้ จิตเราสงบแล้วเราทำสมณะมาแล้ว แต่ถ้าเรายกขึ้นวิปัสสนาไม่ได้คือเราเข้าซอยผิด

ถ้าเราเข้าซอยผิด เราเข้าซอยผิด เราจะเข้าบ้านเราได้อย่างไรล่ะ เพราะซอยมันผิด พอซอยมันผิด เราจะหาบ้านเราไม่เจอหรือ เราก็จะวนเวียนอยู่อย่างนั้นแหละ เราจะหาบ้านเรา เราจะเข้าบ้านเราไม่ได้ เพราะเราเข้าซอยมาผิด

ถ้าเราเข้าซอยมาถูกก็เหมือนกับวิปัสสนา มันถูก ถ้าเราทำความสงบของใจเข้ามาก่อน ถ้ามีเราก่อน ถ้ามีเรา เราจะหาบ้านเรา เรามีบ้านอยู่ แล้วเราออกจากบ้านเราไปธุระ เราจะกลับบ้านกลับไม่ถูก ถ้ากลับไม่ถูก ถ้าไม่มีเรา กลับไม่ถูก คนบอกไม่มีเรา ถ้าบ้านเราก็ไม่มี เราก็ไม่มี ก็ทำลายหมดเลย สมณะก็ไม่มี วิปัสสนาก็ไม่มี การภาวนาก็เป็นจินตนาการกันไป ไอนั้นยิ่งเร่ร้อนไปใหญ่

แต่เราทำสมณะก่อน ทำความสงบของใจเข้ามาก่อน พอใจสงบแล้วมีตัวตนของเรา มีสัมมาสมาธิของเรา มีเรา เห็นไหม มีเรา เราจะหาบ้านของเรา ถ้าหาบ้านของเรา บ้านเราอยู่ที่ไหน ปากซอย ถนนเส้นหนึ่งชอกซอยมหาศาลเลย เราจะเข้าซอยอย่างไร ถ้าเข้าซอยอย่างไรมันจะเข้าถูก

นี่พูดถึงว่า “จิตสงบแล้วปรากฏกายให้พิจารณาใช่หรือไม่”

ใช่ ที่นี้พอใช่ไปแล้วมันพิจารณากายโดยเป็นสมณะหรือพิจารณากายโดยเป็นวิปัสสนาละ ถ้ามันพิจารณากายโดยสมณะ มันพิจารณากายไปแล้วก็ปล่อยวางเข้ามา ก็มีเรากับความรู้สึกอยู่ ถ้าความรู้สึกมันสงบแล้วมันเห็นกายต่อเนื่องกันไป เห็นกายต่อเนื่องกันไป ถ้ามันเห็นกายต่อเนื่องกันไป ถ้าจิตมันมีเรา เราเข้าปากซอยของเรา พิจารณากายของเรา พิจารณากายแล้วมันเห็นตามความเป็นจริง มันสำรอกมันคายออก สังโยชน์มันขาด มันมีขั้นมีตอนของมัน

จะบอกว่า “หลวงพ่อกุ๊กใหม่” กุ๊ก กุ๊กในชั้นของสมณะ แต่ถ้าวิปัสสนา ถ้าวิปัสสนาเข้าซอยผิด เราก็บอกว่าผิด ฉะนั้น คนที่ฟังแล้วบางที่ไม่เข้าใจ “เอ๊ะ! เดียวก็ว่า กุ๊ก เดียวก็ว่าผิด อะไรมันกุ๊ก อะไรมันผิด”

กุ๊กก็หมายความว่ามันทำแล้วมันถูกต้อง กุ๊ก แต่ความกุ๊ก ความดีที่ยิ่งขึ้นไปกว่านี้มันยังมีอยู่ ความดีที่ยิ่งขึ้นไปกว่านี้ เราก็พยายามทำของเรา ถ้ามันดีขึ้นไป ความถูกต้องมันก็เป็นสมถกรรมฐาน วิปัสสนากรรมฐานเกี่ยวเนื่องกันไป

นี่พูดถึงว่า “ถ้าจิตสงบแล้วปรากฏกายแล้วให้พิจารณาภายในหรือไม่”

ใช่ ใช่แล้วพิจารณาแล้วเราจะได้อะไรได้น้อยแค่ไหนก็อยู่ที่วุฒิภาวะของเรา

“๒. สุขที่เกิดหลังปีติกับสุขที่เกิดจากการจิตสงบแล้วหนึ่ง เราควรพิจารณาอย่างไร”

ไม่ต้องพิจารณา ถ้าสุขเกิดขึ้น เราพุทโธๆ จนจิตสงบแล้วอยู่กับความสงบนั้น มีสติอยู่กับความสงบนั้นคือความสุข มันคลายตัวออกมา มันคลายตัวออกมาเราก็กำหนดพุทโธต่อเนื่อง ถ้าจิตมันสงบแล้ว สงบแล้วพิจารณาอย่างไรต่อ

สงบก็อยู่ในความสงบไป เวลาคนทำงานมาเหนื่อยล้ามากเลย บอกจะพักผ่อน จะนอน เวลาจะนอนก็ห้วงงาน เวลานอนหลับแล้วก็อยากจะทำงาน มันเป็นไปไม่ได้หรอก เวลาทำงานเราก็ทำงานของเราเต็มที่เลย เวลาเราจะพักผ่อนเราก็พักผ่อนของเราเต็มที่เลย เวลาคนเขาจะพักผ่อน เขาจะนอนหลับ เขาจะหลับให้ลึกๆ หลับให้มันสดชื่น ตื่นมาแล้วจะได้สดชื่นไป

นี่ก็เหมือนกัน ถ้าสุขที่เกิดจากปีติมันก็อยู่กับปีติ สุขที่เกิดจากจิตสงบมันก็นิ่งอยู่ ถ้านิ่งอยู่ แต่นี่มันขณิกสมาธิ หมายถึงนิ่งก็นิ่งเล็กน้อย ถ้ามันยังพุทโธได้ เราก็พุทโธต่อเนื่องของเราไป

“เราควรพิจารณาตัวไหน”

ถ้ามันสงบเข้ามา ถ้าเรากำหนดพุทโธ จิตสงบเข้ามา เรากำหนดอานาปานสติ จิตสงบเข้ามา เราใช้ปัญญาอบรมสมาธิ จิตสงบเข้ามา แต่ความสงบนั้นมันยังเล็กน้อย ความสงบนั้นมันเป็นความสงบแบบขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ ถ้าเราอยากให้สงบมาก

ขึ้นกว่านั้น เราก็ต้องอยู่กับตรงนั้นก่อน อยู่กับพุทโธชัดๆ ไปเรื่อยๆ อยู่กับอานาปานสติ ไปเรื่อยๆ อยู่กับปัญญาอบรมสมาธิไปเรื่อยๆ

คำว่า “ไปเรื่อยๆ” หมายถึงว่า มันสงบมาแล้วมันไม่ตื่นรนแล้ว เหมือนกับสัตว์ร้ายที่มันตื่นรนรุนแรง เราจับมันไม่ได้ พอเราจับมันได้ มันชักเชื่องลง มันชักอ่อนตัวลง เราก็ต้องเอาสัตว์ร้ายนั้นเข้าคอก เอาสัตว์ร้ายเข้าไปสู่ที่เก็บที่ทรงขังของมัน นี่ก็เหมือนกัน ถ้าจิตมันสงบแล้วสงบมากน้อยแค่ไหน ถ้าสุขเกิดจากปิติ ปิติก็ปิติ ปิติพอ มันคลายตัว มันก็พุทโธต่อ ถ้าจิตมันสงบนิ่ง นิ่งแล้วมันอยู่ไหม

ที่นี้คนว่านิ่ง พอจิตสงบแล้วทำอย่างไรต่อ ถ้าจิตสงบแล้วถ้ามันรำพึงไปเห็นกายมันก็เห็นกายได้ ถ้ามันรำพึงไม่เห็นกาย กำลังมันไม่พอ กำลังไม่พอก็ต้องกำหนดพุทโธต่อเนื่อง กำหนดอานาปานสติต่อเนื่อง ปัญญาอบรมสมาธิต่อเนื่องๆ จนกว่ามันจะสงบ จนกว่ามันมีกำลังพอ กำลังพอแล้วรำพึงไป รำพึงคือนึก นึกในสมาธิ เรานึกไปที่กาย นึกไปที่เวทนา นึกไปที่จิต นึกไปที่ธรรม มันก็รู้จักเห็นของมัน ก็ดำเนินต่อขึ้นไป

เขาว่า “ควรพิจารณาอย่างไร”

ไม่ต้องพิจารณา ถ้าจิตสงบแล้ว ความสงบมันจะพิจารณาอะไร ความสงบแล้วสงบแล้วมันคลายตัวออกมาไปเห็นกาย เห็นเวทนา เห็นจิต เห็นธรรมตามความเป็นจริง ถึงพิจารณา เว้นไว้แต่ถ้าจิตมันสงบแล้ว ความสงบนี้เรารู้ว่าสงบเริ่มต้น เราต้องการให้มีความสงบแน่นขึ้นไปกว่านี้ ถ้าจะต้องการมีความสงบแน่นขึ้นไปกว่านี้จะต้องพุทโธต่อเนื่องกันไป ต้องกำหนดอานาปานสติ ต้องกำหนดสิ่งที่เราทำให้มันสงบ ทำไมมันถึงสงบนิ่งล่ะ

เราใช้วิธีการอย่างไรอยู่ วิธีการนั้นต้องทำตรงนั้นต่อเนื่องไป จิตมันจะทำต่อเนื่องไปมันก็จะสงบมากขึ้น เพราะธรรมทั้งหลายมาแต่เหตุ ถ้าเหตุมันมีมาก เหตุมันสมควรแก่ธรรม ความสงบมันก็อยู่ต่อเนื่องไป

เวลาจิตเสื่อมๆ จิตเสื่อมจากสมาธิ แล้วเราก็วิงหาสมาธิกัน แต่เป็นสมาธิ เพราะมีคำบริกรรม เป็นสมาธิเพราะมีอานาปานสติ เป็นสมาธิเพราะมีปัญญาอบรม

สมาธิ นี่เหตุให้เกิดธรรม เราต้องมาอยู่ที่เหตุนั้น ทำเหตุนั้นมันก็สงบมากขึ้น แนบแน่นมากขึ้น มันก็ถูกต้องมากขึ้น

ไม่ต้องพิจารณา ต้องทำความสงบให้มากขึ้น แล้วมากขึ้นไปมันจะเข้าไปสู่ความจริงของมัน

“๓. ผมมีความเห็นว่า ความคิดที่ผุดขึ้นมาเกิดจากจิตน่าจะมีตัวเชื่อมระหว่างจิตกับความคิด ซึ่งเป็นท่อน้ำเลี้ยงไปสู่ความคิดให้ความคิดพัฒนาจนจบกระบวนการความคิด ดังนั้นสิ่งที่เราต้องทำก็คือต้องเข้าไปดูกระบวนการทำงานหรือลักษณะการทำงาน”

อันนี้มันเป็นจินตนาการมากเกินไป ถ้ามันเป็นจินตนาการ “ผมเห็นว่าความคิดที่ผุดขึ้นน่าจะ” เห็นไหม “น่าจะ”

ความคิดที่ผุดขึ้น เราไม่ทันหรอก ความคิดที่ผุดขึ้นมันเป็นรูปแล้ว รูปคืออารมณ์ความรู้สึก ถ้ารูปเป็นอารมณ์ความรู้สึก ถ้าสิ่งนั้นเกิดขึ้นมาเราก็มีสติปัญญาไล่ต้อนมันไป ถ้าจับได้จริงนะ ถ้าจับไม่จริงมันก็เป็นจินตนาการ ความเป็นจินตนาการ เราศึกษาธรรมมาเราก็ว่าเป็นอย่างนั้นไง มันเป็นจินตนาการของมันไปเรื่อย ถ้าเป็นจินตนาการ เป็นโลกไ

“๔. ในการพิจารณาจะจับตัวไหนได้ก่อน ให้พิจารณาตัวนั้นซะใหม่ครับ”

ในการพิจารณา ถ้าในการพิจารณา เราพิจารณาโดยสมณะ เราพิจารณาโดยปัญญาอบรมสมาธิ สิ่งที่ทำกันอยู่นี้เป็นปัญญาอบรมสมาธิ เราจะพิจารณาอะไรก็ได้ที่จิตเกี่ยวเนื่อง รูป รส กลิ่น เสียงเป็นบ่วงของมาร เป็นพวงดอกไม้แห่งมาร คนเวลามันทุกข์ มันยาก บ่วงของมารมันรัดคอเอา มีความไม่พอใจ ชัดช้องชัดเคืองใจไปหมดเลย บ่วงของมาร พวงดอกไม้แห่งมาร มันล่อใจ นู่นก็ดี นี่ก็ดี คนนั้นก็ชมเชย คนนั้นก็สรรเสริญ นี่พวงดอกไม้ มันล่อให้เราหลงผิดไ

ถ้าบ่วงของมารชัดช้องหมองใจไปหมดละ นู่นก็ไม่ถูกต้อง นี่ก็ไม่ดีงาม นั้นนะ บ่วงมันรัดคอ แล้วมันจะดึงเราไป

ถ้าพวงดอกไม้แห่งมารมันล่อมันลวงไป พิจารณาตรงนั้น รูป รส กลิ่น เสียง เป็นบ่วงของมาร เป็นพวงดอกไม้แห่งมาร ถ้าเราพิจารณาปั๊บก็เป็นสมณะเข้ามา เพราะสิ่งนี้ทำให้จิตใจฟุ้งซ่าน ทำให้จิตใจนี้เกี่ยวข้อง จิตใจไปยึดมั่นถือมั่น ถ้าเราพิจารณาอย่างนั้นเป็นสมณะ ถ้าเป็นสมณะ จิตมันสงบเข้ามาแล้วไง ถ้าจิตสงบเข้ามาแล้วมันจะเห็นกาย เห็นเวทนา เห็นจิต เห็นธรรม

ธรรมารมณีกว้างขวางมากนะ ที่ว่า รูป รส กลิ่น เสียง เวลาสักธรรม โอ้ย! เขาว่าธรรมะเป็นธรรมชาติ ๆ ความเคลื่อนไหวทั้งหมดเลยล่ะ ในโลกนี้สิ่งที่มันแปรปรวนทั้งหมดเลยล่ะ ถ้าเป็นธรรมารมณ ถ้าจิตเราเป็นธรรมนะ มันจะเห็นแล้วมันจะสังเวชทั้งนั้นนะ มันจะหดเข้ามา นี่ความเปลี่ยนแปลงของโลกธาตุ ๓ โลกธาตุเลย ธรรมารมณ ธรรมารมณเพราะอะไร เพราะจิตมันสงบ จิตมีหลักมีเกณฑ์แล้วมันจะเป็นธรรม

ถ้าจิตไม่สงบนะ มันตีโพยตีพาย มันเดือดร้อนไปทุกเรื่อง ถ้ามันเดือดร้อนไปทุกเรื่อง มันไม่ใช่ธรรมแล้ว นั่นนะบ่วงของมารมันรัดคอเอา ถ้าวัดคอ

นี่พูดถึงว่า “ในการพิจารณาจะจับตัวไหนก่อนครับ”

อะไรที่เห็นก่อน อะไรที่จับต้องได้ก่อน อันนั้นจะเป็นการเป็นงานของเรา ถ้าเป็นการเป็นงาน อันนั้นจะเป็นประโยชน์กับเรา

อันนี้พูดถึงคำถามเรื่อง “ความสงสัยในขั้นตอนปฏิบัติ”

ถาม : เรื่อง “สงสัยในขั้นตอนภาวนา”

หลวงพ่ : ไอนั้นสงสัยในขั้นตอนภาวนา นี่สงสัยในขั้นตอนภาวนาเหมือนกัน แล้วคนถามคนเดียวกันนะ อันนี้มันตอบมาเป็นคิ้ว

ถาม : กราบนมัสการหลวงพ่ ผมมีความสงสัยขอกราบเรียนถามดังนี้ครับ

๑. จิตมีหนึ่งเดียว แล้วความคิดเกิดได้ที่ละหนึ่งใช่ไหมครับ

๒. เมื่อสัญญาผุดขึ้นมาแล้ว และพัฒนาต่อจนจบกระบวนการเรียกว่าอารมณ์เกิด ดังนั้นเมื่อความคิดหยุด ผมคิดว่าในการหยุดนั้น กระบวนการความคิดน่าจะเป็นกระบวนการย้อนกลับหรือทวนกระแส แต่มีข้อมูลใหม่ติดมาด้วย จนหดลงมาถึงตัวแรกคือตัวสัญญา

และตัวสัญญาที่บรรจุไปด้วยอารมณ์นี้เองที่จะกระทบเข้ากับตัวจิตใช้ใหม่ครับ ดังนั้นยิ่งอารมณ์รุนแรงหรือมีขนาดใหญ่มากขึ้นเท่าใด ก็มีผลกระทบเข้ากับตัวจิตมากขึ้นเท่านั้นใช้ใหม่ครับ

๓. ถ้าหากข้อที่ ๒. ถูกต้อง หลวงพ่อเมตตาอธิบายขั้นตอนสุดท้ายที่อารมณ์ดับและเริ่มทวนกระแสกลับได้ใหม่ครับ

๔. อุปาทานจะเกิดขึ้นในกระบวนการพัฒนาความคิด หรือตอนที่จิตรับรู้อารมณ์แล้วครับ

๕. เมื่อเรากำหนดพุทโธ สัญญาจะผุดขึ้น แล้ววิญญานในตัวสัญญานั้นเองที่เข้าไปรับรู้ แล้วก็พัฒนาเป็นวิญญานอย่างเต็มตัว และจบกระบวนการลงเพียงเท่านั้นทำให้พุทโธมีลักษณะเป็นกลางๆ ใช้ใหม่ครับ

๖. ในขั้นตอนแรกของการพิจารณา เราจะพิจารณาตั้งแต่สัญญาเริ่มผุดขึ้นจนเกิดรูปเพียงเท่านั้น แล้วเราทำซ้ำไปเรื่อยๆ ใช้ใหม่ครับ

๗. สติคือตัวรู้ หรือว่าเป็นความคิดใหม่ที่ผุดขึ้นเพื่อดับความคิดเก่าครับ

๘. ผมมีความเห็นว่า กระบวนการของจิตกับกายจะมีลักษณะเหมือนกัน อย่างหนึ่งคืออาศัยปัจจัยภายนอกแล้วพัฒนาและดำรงอยู่คืออาหารกับอารมณ์ ด้วยความเห็นเช่นนี้พอจะไปไหนใหม่ครับ ขอบพระคุณอย่างสูง

ตอบ : “พอจะไปไหนใหม่ครับ” นี้แสดงว่าที่เขียนมานี้เป็นความรู้สึกหมดเลยนะ นี่เอ็งจะทำวิทยานิพนธ์หรือ เอ็งถามนี่เอ็งจะกลับไปทำวิทยานิพนธ์ใช้ไหม ถ้ากลับไปทำวิทยานิพนธ์ก็ไปมหายุกุม มหาจุฬาก็จบ มันเป็นปริยัติไง มันเป็นตรรกะเท่านั้นนะ มันเป็นตรรกะ เป็นความคิด

ฉะนั้น สิ่งที่ถามมาๆ เพราะถามมา เราเห็นว่านักปฏิบัตินะ อย่างเช่นครูบา อาจารย์ หรือครูบาอาจารย์ที่ท่านปฏิบัติ หลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่นท่านไม่มีครูบา อาจารย์ ครูบาอาจารย์ของเราเวลาปฏิบัตินะ หลวงตาท่านบอกว่า ถ้าเราไปหาครูบา อาจารย์องค์ใดก็แล้วแต่ เวลาท่านตอบเรามา ถ้ามันผิดไปจากความจริง “จิตอย่างนี้ หรือจะมาสอนเรา จิตอย่างนี้หรือจะมาสอนเรา” คือคนที่ปฏิบัติจริงมันหายาก แล้วครูบาอาจารย์ที่จริงก็หายาก

ฉะนั้น เวลาครูบาอาจารย์ที่ท่านเป็นจริงนะ ท่านจะพยายามสั่งสอน ท่านพยายามจะคอยชี้แนะ ฉะนั้น คอยชี้แนะ ชี้แนะคนที่อยากประพฤติปฏิบัติ คนที่กลัว ความผิดพลาด ไม่ใช่ว่าชี้แนะโดยพร้าเพรีอ ชี้แนะโดยที่ไม่มีเหตุมีผล เป็นจินตนาการ กว้างเกินไป ฉะนั้น พอจินตนาการกว้างไปก็จะหาความถูกต้องไง ถ้าหาความถูกต้อง ถ้าจะเอาเป็นตรรกะ เอาเป็นทางวิชาการก็ไปค้นตามตำรามันก็มีทั้งนั้นนะ

ฉะนั้น สิ่งที่ถามมามันกึ่งๆ มันกึ่งๆ ใจ จะบอกว่ามันไม่ใช่ภาวนาหรือก็สงสัย ใ้ไ้วว่าจะเป็นภาวนาหรือ ความรู้สึกนี้มันจะพอไปไหวไหม ความเห็นที่เขียนมานี้พอไป ไหวไหม

“พอไปไหว” แสดงว่าไม่แน่ใจเลย ถ้าเราทำแล้วเราไม่แน่ใจอะไรเลยหรือ เรา ไม่มั่นใจในการกระทำของเราเลยหรือ ถ้าเรามั่นใจ สันติภูริโก ปัจจัดตั้ง สันติภูริโก สำคัญมาก เราารู้จริงเห็นจริง ความจริงขึ้นมา เราจะรู้ของเรา

แต่ที่เราปฏิบัติไปแล้ว พอเรารู้อะไรขึ้นมางๆ ไปหมด งงๆ ไปหมดเพราะอะไร ละ งงๆ ไปหมดเพราะเราไม่จริงจังใจ เราไม่จริงจังของเรา

เราจริงจังของเรา ทำจริงๆ สิ ผิดให้มันผิดไปเลย ถ้ามันถูกเดี๋ยวมันก็เข้ามาเอง คนทำภาวนาแล้วไม่ผิด จะถูกต้องตลอด มันไม่มีผิดเลย ไม่มี ที่นี้มันผิดก็คือผิด ฉะนั้น ผิดไปแล้วเราปฏิบัติไป เพียงแต่นี้พอมีเว็บไซต์ให้ถาม โอ้โฮ! มันง่ายๆ ใจ มัน จะถามเรื่อยเฉื่อยไปเลย

ฉะนั้นที่ว่าถามมา “๑. จิตมีหนึ่งเดียว แล้วความคิดที่เกิดขึ้นที่ละหนึ่งใช่ไหม ครับ”

จิตนี้มีหนึ่งเดียว สันตติมันจะเร็วมาก ทีนี้คนภาวนาไปแล้วจะรู้จะเห็น ถ้าคนภาวนาไป ที่เขาถามมาครั้งที่แล้วว่าเจโตวิมุตติ ปัญญาวิมุตติ ถ้าเป็นเจโตวิมุตติมันเห็นกาย เห็นเวทนา เห็นจิต เห็นธรรมตามความเป็นจริง ถ้าปัญญาวิมุตติจะรู้เรื่องอย่างนี้มาก พระสารีบุตรจะมีปัญญามาก เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเทศนาว่าการต้องไตร่ตรอง ต้องใคร่ครวญตลอด ต้องให้เห็นตามความเป็นจริง

“จิตมีหนึ่งเดียวใช่ไหม”

จิตมีหนึ่งเดียว

“แล้วความคิดที่เกิดขึ้นทีละหนึ่งใช่ไหม”

เพราะว่าเวลาพระสารีบุตรไปพูดกับนางภิกษุณีไง ที่ถามปัญหาธรรม ถามทุกอย่างแล้วตอบได้หมดเลย เวลาให้พระสารีบุตรถามบ้าง “หนึ่งคืออะไร” พระสารีบุตรถามว่า “หนึ่งคืออะไร” หนึ่ง โลกนี้เป็นของคู่หมด หนึ่งคืออะไร

ตอบไม่ได้

หนึ่ง หนึ่งคือตัวพลังงาน คือตัวจิต พลังงานนี้ ไออุ่นตั้งอยู่บนกาลเวลา ไออุ่นตั้งอยู่บนอายุกาล มันก็มีชีวิตขึ้นมา นี่ไง “หนึ่งมันคืออะไร” ในพระไตรปิฎกมันมีอยู่แล้ว ในพระไตรปิฎก ถ้าเราจะรู้หนึ่งได้อย่างไร แล้วเราจะพูดถึงความเป็นหนึ่งอย่างไร นี่พูดถึงความเป็นหนึ่งที่พระสารีบุตรถามนางภิกษุณี นางภิกษุณีตอบไม่ได้ ตอบไม่ได้หรอก “อยากรู้ไหม อยากู้ให้บวชมา” พอบวชมาแล้วพระสารีบุตรสอนเป็นพระอรหันต์เลย

นี่ก็เหมือนกัน “จิตมีหนึ่งเดียว แล้วหนึ่งเดียวเป็นอย่างไร แล้วเกิดทีละหนึ่งใช่ไหม”

ใช่หรือไม่ใช่ อันนี้ให้พิสูจน์กัน ให้ปฏิบัติตามความเป็นจริงขึ้นมา ถ้าผู้เขียนคนถามถ้ารู้เองนะ จบเลย ถ้ายังไม่รู้ ถามไปแล้วถามเอาง่ายๆ ใจ ถามเอาง่ายๆ

“๒. เมื่อสัญญาผุดขึ้น แล้วพัฒนาต่อจนจบกระบวนการเรียกว่าอารมณ์เกิดขึ้นนั้นเมื่อความคิดหยุด ผมคิดว่าในการหยุดนั้นกระบวนการความคิดน่าจะเป็นกระบวนการย้อนกลับหรือทวนกระแส แต่มีข้อมูลติดมาใหม่จนหดลงมาเป็นตัวแรกคือตัวสัญญา”

เป็นความคิดของตัวเอง นี่คิดแบบวิทยาศาสตร์ คิดแบบโลก คิดแบบโลกว่า
ถ้ามันหยุดแล้ว ถ้ามันหยุดแล้วมันก็ต้องทวนกระแสกลับ

เหมือนไฟเลย ไฟฟ้าเวลาไฟดับแล้ว มันดับแล้วไฟมันไม่มา ไฟมันย้อนกลับ
ไฟฟ้ามันไหลไปตามกระแสสายส่ง

นี่ก็เหมือนกัน คิดว่าตัวเองความคิดมันออกไปแล้ว ถ้ามันหยุดแล้วมันก็ต้อง
ทวนกระแสกลับ ทวนกระแสกลับ เอาที่ไหนมากลับละ ที่ว่าข้อที่ ๑. จิตเป็นหนึ่งใช้
ใหม่ แล้วความรู้ที่เกิดขึ้นทีละหนึ่งใช้ใหม่ แล้วเกิดขึ้น แล้วดับไปแล้วเอาอะไรเกิดขึ้นต่อ
แล้วถ้ามันเกิดขึ้น มันดับไปแล้วมันก็ต้องจบสิ เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป ดับไปแล้วก็เป็นพระ
อรหันต์ขึ้นมาเลยสิ แล้วมันเป็นใหม่ละ มันก็ไม่เป็น

นี่ก็เหมือนกัน ถ้าความคิดมันเป็นกระบวนการความคิด ถ้ามันหยุดแล้วมัน
ต้องทวนกระแสกลับ ก็รอไปอีกร้อยชาติไป รอไปอีกร้อยชาติมันจะทวนกระแสกลับ มัน
เป็นความคิดของตัวเอง มันไม่มีหรอก ถ้าไม่ทำความสงบของใจเข้ามามาก่อน

ไอ้ที่คิดแบบโลกๆ ใจ คิดแบบโลกๆ คิดแบบวิทยาศาสตร์ แล้ววิทยาศาสตร์ก็
เป็นแบบนี้ ในเมื่อสสารมันมีอยู่ สสาร ดุสิ สสารมันมีอยู่ มันแปรสภาพของมันไป ทาง
เคมีทุกอย่างมันเป็นไป แล้วทำอย่างไรต่อไป

นี่ก็เหมือนกัน จิตก็ต้องเป็นอย่างนั้น เพราะจิตมันไม่เคยสงบใจ จิตไม่เคยสงบ
มันไม่รู้ว่าจิตสงบเป็นอย่างไร แล้วถ้าจิตสงบแล้วถ้าใช้ปัญญา ปัญญาอย่างไร ถ้า
ปัญญาอย่างไร อย่างนี้ถึงจะเป็นการปฏิบัติ อย่างนี้ถึงเป็นธรรมะ

ไอ้ที่มันเป็นโลก เป็นวิทยาศาสตร์ ตัวเองเป็นจินตนาการตรรกะของตัวเอง
ขึ้นมา แล้วก็ถามขึ้นมา “แล้วถ้าตัวสัญญาที่มันบรรจุเป็นอารมณ์นี้เองที่จะกระทบกับตัว
จิตใช้ใหม่ครับ ดังนั้นยิ่งอารมณ์รุนแรงที่มีขนาดใหญ่มากขึ้นมาเท่าไร ก็จะกระทบกับตัว
จิตมากขึ้นเท่านั้น”

อันนี้พูดถึงว่า เวลาอารมณ์รุนแรง เวลาความโกรธมันก็โกรธขนาดไหน
อารมณ์มันกระทบขนาดไหนมันก็กระทบขนาดนั้น แต่ถ้ามันมีสติมีปัญญามันหยุดได้
มันระงับได้ ถ้ามันระงับก็เข้าสู่สมาธิ ถ้าเข้าสู่สมาธิ แล้วถ้ามันจับได้มันถึงจะจับได้ ถ้า

จับไม่ได้มันจับไม่ได้หรอก มันจับไม่ได้ ถ้าจับไม่ได้แล้วมันก็เหมือนกับเราเป็นตัวปัญหาไปด้วย แต่ถ้ามันจับได้นะ เราเป็นคนเห็นปัญหา ถ้าเราเป็นคนเห็นปัญหา จิตเห็นอาการของจิต

แต่ถ้าเราเป็นตัวปัญหาไปด้วย อารมณ์รุนแรง อารมณ์จะเบาบางขนาดไหน มันก็เป็นตัวเราไปด้วยทั้งนั้นนะ แต่ถ้าจิตสงบแล้วจิตมันไปเห็น จิตไปจับได้ เห็นใหม่ เราไม่ใช่ตัวปัญหา แต่เราเห็นปัญหา ปัญหาเกิดจากกิเลส ปัญหาเกิดจากอวิชชา เกิดจากความไม่รู้เท่า แล้วพิจารณาไป ถ้ามันรู้เท่ามันก็เป็นอีกเรื่องหนึ่ง นี่เรื่องรูป

“๓. ถ้าหากข้อ ๒. ถูกต้อง หลวงพ่อเมตตาอธิบายถึงขั้นสุดท้าย อารมณ์ดับ และทวนกระแสกลับอย่างไรครับ”

ไอ้ที่มันจะลักไก่ ถ้าข้อที่ ๒. มันถูก ถูกอย่างไร ถ้าข้อที่ ๒. มันถูก นี่ตัวเองคิดกันไปเอง เราจะบอกว่าสิ่งนี้มันไม่เห็นตามความเป็นจริง ถ้าเห็นตามความเป็นจริงนะ จิตของใครสงบแล้ว จิตคนนั้นก็จะเห็นตามความเป็นจริงของเขา ถ้าเห็นตามความเป็นจริงของเขาแล้วมันจะรู้จริงตามความเป็นจริงของเขา นี่จิตมันไม่รู้ตามความเป็นจริงของเขา นี่ข้อที่ ๒.

ข้อที่ ๓. ถ้ามันเป็นจริง เป็นจริง ข้อที่ ๓. เขียนว่า แล้วมันเกิดดับอย่างไร หลวงพ่ออธิบายความเกิดดับตามความเป็นจริงได้ใหม่ ที่มันทวนกระแสกลับ มันได้ใหม่

ถ้าคนมันเห็นจริงมันก็รู้จริงแล้ว ทีนี้คนมันเห็นแล้วมันไม่รู้ไง มันถึงถามข้อที่ ๓. มาต่อเนื่องไง ข้อที่ ๒. อาการที่มันเป็น แล้วข้อที่ ๓. เขาถามว่าอาการที่เป็นถูกไหม ถ้าถูกแล้วอธิบายมาด้วย ก็เหมือนส่งข้อสอบกับครูแล้ว ถ้าถูกแล้วก็ให้คะแนนมาด้วย ถ้าผมส่งข้อสอบมาถูกนะ ก็ให้คะแนนผมมาด้วย มันเป็นปัจจุัตตังใหม่ มันเป็นส่วนปฏิภาณหรือเปล่านั้นมันเป็นการศึกษาไง

เวลาเราทำข้อสอบส่งอาจารย์แล้ว จะให้เกรดเท่าไร เดี่ยวอาจารย์มันจะทุจริตนะ เอ็งจะให้เข้าเท่าไรเข้าถึงจะให้เกรดเอ็ง เอ็งจะให้เข้าเท่าไรล่ะ ถ้าเอ็งให้มา เกรดเอ็งก็ได้ ถ้าเอ็งไม่ให้ผลประโยชน์มาเลย เกรดเอ็งก็อด นี่เรื่องโลกๆ ใจ

แต่ถ้าเป็นความจริงนะ ความจริง ปัจจัยที่ตั้ง ธรรมะจัดสรร มันเป็นไปตาม ธรรม อริยสัจจะความจริง เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้ธรรมขึ้นมาที่ โคนตันโพธิ์ ใครเป็นคนการันตี ใครเป็นคนยืนยันว่าองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เป็นองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ใครเป็นคนยืนยันว่าองค์สมเด็จพระสัมมาสัม พุทธเจ้าสิ้นกิเลส ใครเป็นคนยืนยัน ก็ใจขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นคน ยืนยันเอง

นี่ก็เหมือนกัน ถ้ามันเป็นจริงมันเป็นจริงไปแล้ว ใ้มันไม่เป็นความจริง ไม่ เป็นความจริงแล้วก็บอกว่า ถ้าข้อที่ ๒. ถูกต้อง หลวงพ่อต้องอธิบายมาว่ามันถูกต้อง อย่างไร มันทวนกระแสกลับอย่างไร หลวงพ่ออธิบายได้ไหม

เออ! เมื่อก็กินข้าวแล้วอร่อย ใครกินคนนั้นก็รู้ตัวเอง ใครกินข้าวอืดแล้วก็จบ แล้วจะไปการันตีคนอื่นอร่อยไม่อร่อย เรื่องของเขา นี่ข้อที่ ๓.

“๔. อุปาทานที่เกิดขึ้นในกระบวนการของความคิด หรือตอนที่จิตรับรู้อารมณ์ แล้วอุปาทานเกิดขึ้น”

อุปาทานมันเกิดขึ้นแล้วละ

“อุปาทานมันเกิดขึ้นขั้นตอนของความคิดหรือที่รู้อารมณ์แล้ว”

มันเป็นโจทย์ แต่โจทย์นี้จะต้องให้ผู้ที่ปฏิบัติรู้เอง ถ้าผู้ที่ปฏิบัติรู้เอง ถ้าผู้ที่ ปฏิบัติไม่รู้ ดูสิ พ่อแม่หาเงินมาเป็นเศรษฐกิจโลก พ่อแม่มีเงินเป็นแสนๆ ล้านเลย แต่ลูก ไม่มีปัญญาเลย แสนๆ ล้านให้ลูกไปรักษานะ เตียวมันก็โดนเพื่อนหลอกหมด เตียว มันก็เล่นการพนันสูญหมด ใ้เงินแสนๆ ล้านก็อยู่ไม่ได้

ถ้าลูกคนใดพ่อแม่เขามีเงินเป็นแสนๆ ล้าน เขาหาของเขามาได้ถูกต้องของ เขา แล้วเขาทำประโยชน์ของเขา นี่มันเงินของพ่อแม่ของเขา ถ้าเขาเลี้ยงลูกของเขา ลูกของเขาฉลาดขึ้นมา ลูกของเขารู้จักหาเงินหาทอง ลูกรู้จักเก็บรักษา ใ้เงินแสนล้าน นั้นมันจะเพิ่มพูนมากขึ้น

นี่ก็เหมือนกัน ธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามันตีมูลค่าไม่ได้ เลย แล้วถ้าผู้ใดประพฤติปฏิบัติตามความเป็นจริง เห็นตามความเป็นจริงนั้นมันจะ

กราบองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าด้วยความเป็นจริงเลย มันจะไม่บอกว่า
“อุปาทานที่เกิดขึ้น...”

มันเหมือนกับว่ากรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตีมูลค่าไม่ได้เลย
ที่นี้อุปาทานมันเป็นอย่างไร อุปาทานมันเกิดก่อนหรือมันเกิดหลัง มันเกิดอะไร
นี่แสดงว่าเราไม่มีวุฒิภาวะอะไรเลย องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าฝาก
ศาสนาไว้กับบริษัท ๔ ภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา เราเป็นอุบาสก พระพุทธเจ้า
ฝากศาสนาไว้กับเราไม่ได้เลย พ่อแม่ให้มรดกเราไม่ได้เลย เรายุทธามรดกไม่ได้เลย
รักษาไว้ไม่ได้แล้วก็ว่า อุปาทานมันเกิดก่อนหรือเกิดหลัง แล้วมันเกิดก่อนอารมณ์หรือ
หลังอารมณ์...เออ! งง

อันนี้อุปาทานมันก็คืออุปาทาน มันตายตัวของมันอยู่แล้ว อุปาทานมันตายตัว
ของมันอยู่แล้ว จิตใต้สำนึกมันมีทั้งนั้นนะ มันมีการคาดการณ์ มีอุปาทานหมดละ
แล้วทำอย่างไรละ แล้วมันเกิดก่อนเกิดหลังละ แล้วมันเกิดเป็นอารมณ์ไปแล้วมันเป็น
อะไรละ เกิดเป็นอารมณ์แล้วมันก็ให้ผลกับจิตใจ เกิดเป็นอารมณ์แล้วมันก็ทำให้เราทุกข์
ใจ ถ้าเราทุกข์แล้ว มันก็เป็นเรื่องสัจธรรมใจ

พระกรรมฐานเขาตอบนะ หลวงปู่มั่นเวลาท่านตอบสิ่งใดท่านไม่
ตอบให้เป็นโทษกับคนฟังหรอก ยิ่งหลวงตาถ้ามีปัญหา นะ ท่านล้มโต๊ะ
เลย เอ็งไปหาเอง ถ้าเก่งมานะ เอ็งไปเปิดพระไตรปิฎกนูน ถ้าเก่ง เอ็งไปหา
ของเอ็งเอง เอ็งไม่ต้องถามมา ถ้าถามมา เอ็งไม่ต้องว่าเกิดก่อนหรือเกิด
หลัง แล้วมันเกิดอย่างไร มันเกิดกับใจดวงใด ใจดวงนั้นก็รู้เอง

“๕. เมื่อเรากำหนดพุทโธ สัญญาจะผุดขึ้น แล้ววิญญานในตัวสัญญานั้นเองที่
เข้าไปรับรู้แล้วก็พัฒนาเป็นวิญญานอย่างเต็มตัว และจบกระบวนการลงเพียงเท่านั้น ทำ
ให้พุทโธมีลักษณะเป็นกลางใจไหมครับ”

พุทโธก็พุทโธ พุทโธคือพุทธานุสติ พุทโธคือว่าจิตมันเกาะเต็มๆ แล้วมันไม่คิด
แผ่สาย ไม่คิดไปนอกเรื่อง ฉะนั้น ถึงให้กำหนดพุทโธ แต่พวกเราไปพุทโธๆ พุทโธสัก

แต่ว่า ใจมีความยึดมั่นถือมั่นในใจ ใจมีอุปาทานเต็มใจ แต่พุทฺโธเพียงผิว ๆ พุทฺโธพอ เป็นพิธี แล้วก็มาบ่นกัน มาโอดมาครวญกัน “พุทฺโธก็ลำบาก พุทฺโธก็เครียด พุทฺโธก็ไม่ได้อะไรเลย พุทฺโธแล้วไม่เห็นได้ผลเลย” ก็ไม่จริงกันเอง เพราะตัวเองไม่จริง คนไม่จริงมันก็ได้ผลไม่จริงไง ถ้าคนจริงนะ คนจริงทำจริงมันต้องได้ผลตามความเป็นจริง ถ้าไม่ได้ผลตามความเป็นจริงมันก็ไม่เป็นจริง

นี่พุทฺโธเป็นตัวกลาง ๆ พุทฺโธมันไม่เห็นผลใช่ไหม พุทฺโธมันเป็นวิญญูณในชั้น พุทฺโธก็พุทฺโธ พุทฺโธก็พุทฺธานุสติ อยู่กับพุทฺโธก็จบ ถ้าบอกว่าจะ เป็นวิญญูณ ก็เป็นวิญญูณในชั้นกับเป็นปัญญาอบรมสมาธิ ถ้าเราบอกว่าจิตมันคิดอย่างไร มันทำอย่างไร เราพิจารณาของเรา อันนั้นมันปัญญาอบรมสมาธิ ถ้าพุทฺโธก็คือพุทฺโธ ก็จบ

พุทฺโธเป็นพุทฺธานุสติ เป็นอนุสติ ๑๐ อนุสติ ๑๐ คือวิธีการ เราจะมาเถียงกัน ด้วยวิธีการทำไม วิธีการเขาต้องปฏิบัติเพื่อไปสู่เป้าหมาย พุทฺโธ ปัญญาอบรมสมาธิ ๑๐ เพื่อความสงบของใจ ถ้าใจมันสงบแล้ว วิธีการเขาทำเพื่อความสงบคือทำสมาธิ พอทำสมาธิแล้วฝึกหัดใช้ปัญญา นั่นเป็นวิปัสสนา มันเป็นวิธีการ เราเอาวิธีการ มาตอกย้ำ มาเถียงกันนั่นคือผล มันไม่ใช่

ถ้าวิธีการก็วิธีการ ก็การกระทำ แล้วผลล่ะ จิตสงบใหม่ล่ะ จิตเป็นความจริงใหม่ ถ้าจิตเป็นความจริงออกพิจารณาอย่างไร อันนี้ปฏิบัติ ปฏิบัติเขาทำกันแบบนี้ แล้วปฏิบัติเขาไม่เถียงอย่างนี้ เขาถึงว่าไม่เอามาเป็นประเด็นจะต้องให้มาต่อล้อต่อเถียงกัน เขาเอามาเป็นอุปมา วิธีการทำให้จิตสงบ ถ้าจิตสงบแล้ว ความสงบนั้นออกฝึกหัดใช้ปัญญา เราจะได้ใช้ภาวนามยปัญญา

แล้วปัญญาก็เป็นวิธีการอีกแหละ เพราะเวลามันสัมปยุตเข้าไป วิปยุตคลาย ออก โสดาปัตติมรรค โสดาปัตติผล สกิทาคามีมรรค สกิทาคามีผล อนาคามีมรรค อนาคามีผล อรหัตตมรรค อรหัตตผล มันยังมีขั้นตอนของมันไปอีกมหาศาลเลย

ไฉนนี้หญ้าปากคอกก็มาเถียงกันแล้ว หญ้าอ่อนหรือหญ้าแก่ หญ้านี้รสชาติเป็นอย่างไร ยังไม่ได้กินเลย หญ้าปากคอก นี่ไง ที่หลวงตาท่านบอก ยากขั้นต้นกับขั้นปลาย ชั้นหญ้าปากคอก

“นี่หญ้าอ่อนหรือหญ้าแก่ ทุงฝั่งนี้เราจะต้องข้ามแม่น้ำไปกินหญ้าทุ่งฝั่งนั้นดีกว่า หญ้าทุ่งฝั่งนี้มันไม่อร่อยเหมือนหญ้าทุ่งฝั่งนั้น เราจะต้องลงแม่น้ำ ข้ามแม่น้ำไปกินหญ้าทุ่งฝั่งนั้นดีกว่า” หญ้าปากคอกนะ

“๖. ในขั้นตอนแรกของการพิจารณา เราจะพิจารณาตั้งแต่สัญญาเริ่มผุดขึ้นจนเกิดรูปเพียงเท่านี้หรือควรทำซ้ำๆ ไป”

ถ้าปัญญามันเกิดขึ้น เราจะบอกว่าถ้าเป็นสมณะนะ ปัญญาอบรมสมาธิ อะไรก็ได้ จับของมันไป ถ้าจิตสงบแล้วถ้าเห็นมันเป็นอีกเรื่องหนึ่ง มันเป็นอีกเรื่องหนึ่งเลย ถ้าอีกเรื่องหนึ่งคือถ้ามันทำได้จริงมันก็จะจริงมันก็จะจริงของมันเป็น ถ้ามันทำไม่ได้จริง สิ่งที่มีมันเกิดขึ้น

“ในขั้นตอนแรกของการพิจารณา เราจะพิจารณาตั้งแต่สัญญาที่ผุดขึ้นจนเกิดรูปเพียงเท่านี้”

จนเกิดรูปนะ เวลาพิจารณา ชั้นที่ ๕ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ พิจารณาซ้ำพิจารณาซากจนมันปล่อยหมดแล้ว ปล่อยแล้วก็ปล่อย พอมันปล่อยแล้วมันปล่อยมันก็เป็นตทังคปหาน แต่มันไม่จบใจ ถ้ามันไม่จบนะ ในรูปมันก็มีชั้นที่ ๕ ในรูปก็มีเวทนา มีสัญญา มีสังขาร มีวิญญาณ ในเวทนามันก็มีรูป มีเวทนา มีสัญญา มีสังขาร มีวิญญาณ เห็นไหม ชั้นในชั้น ถ้าชั้นในชั้น ในสัญญา ถ้าสัญญาตัวรับรู้มันนะ สัญญามันก็มีรูปเหมือนกัน สัญญามันรูปอันละเอียดย ชั้นในชั้น นี่พิจารณา มันมีชั้นนอกชั้นใน มีนอกมีใน มีหยาบมีละเอียดย ปัญญาเวลามันพิจารณาไปนะ เพราะอะไร เพราะมันเป็นนามธรรม ก็เลสมันจะหลบมันจะหลีกตลอดไป การพิจารณามันต้องพิจารณาซ้ำแล้วซ้ำเล่า มันชั้นของปัญญา ปัญญาใครจะแยกแยะ ใครจะตีแผ่ได้มากน้อยขนาดไหน

ไฉนนี้บอกว่า “พิจารณาพอเป็นสัญญา แล้วมันผุดเป็นรูป”

เพราะสัญญา เพราะมีสัญญา มันมีเปรียบเทียบ มันถึงเป็นอารมณ์ มันถึงเป็นรูป
ขึ้นมา ในรูปมันมีอะไรล่ะ มันมีเวทนา มันมีทุกอย่างพร้อม

“แล้วพิจารณาซ้ำๆ ไปใช้ไหมครับ”

เวลาไม่ภาวนาเลยก็ไม่สนใจนะ เวลาจะภาวนาขึ้นมาหนึ่งไปหมด ings ไปหมด
เลย ที่นี้ไปซ้ำๆ ก็ไม่ได้ ไปขวาก็ไม่ได้ อะไรก็งไปหมดเลย พิจารณาอย่างไรล่ะ

ถ้าพิจารณาขั้นของปัญญามันไม่มีขอบเขต ทำไปเลย ถ้าทำไปเลย พอมันจบ
กระบวนการ มันปล่อย มันปล่อยหรือไม่ปล่อย ถ้าไม่ปล่อย ไม่ปล่อยต้องกลับมาทำ
ความสงบของใจ ถ้าปล่อย ปล่อยแล้วพอเดี๋ยวมันคลายตัวออกมา มันก็จับอีก พิจารณา
ซ้ำๆ เข้าไป

แล้วถ้ากิเลสคนหนา กิเลสเรา นี่เขาคิดแบบโลก คิดแบบโลกบอกว่า ถ้าเรียน
จบแล้วได้ใบประกาศมาใบหนึ่งก็จบ การพิจารณาพอปล่อยวางแล้วจบหรือ ไม่จบ
หรือ กิเลสไม่ขาด ไม่จบหรือ

พิจารณาซ้ำแล้วซ้ำเล่าๆ มันซ้ำมากน้อยแค่ไหน ขิปภาภิญญาหนเดียวเขา
ไปแล้ว ใจเวไนยสัตว์ซ้ำแล้วซ้ำเล่า ยังทุกข์ยากอยู่ที่นี่ แล้วทุกข์ยาก ทุกข์ยากถ้า
กรรมฐานมันสั้น คือทุกข์ยากแล้วเมื่อ เลิก เลิกก็จบ แต่ถ้าปริยัติ ถ้าเอ็งท่องได้ เอ็ง
ตอบโจทย์ได้ เอ็งได้ใบประกาศ จบ นี่ไง การศึกษา ยกชั้นใจ แต่การปฏิบัติไม่มี

**การปฏิบัติ ผู้ใดปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม ถ้าสมควรแก่ธรรม
ธรรมถึงจะเป็นประโยชน์ ถ้าไม่สมควรแก่ธรรม อด**

“๗. สติคือตัวรู้หรือว่าเป็นความคิดที่ผุดขึ้นมาใหม่ในระดับความคิดเก่า”

อันนี้ต้องสร้างหนังแล้ว เราเขียนเรื่องส่งบริษัทสร้างหนังดีกว่านะ ยังดีนะ สติ
กับตัวรู้ ไม่ใช่สติตัวแรก สติตัวสอง บอกสติตัวแรกเป็นเหมือนเสือ สติตัวที่สองเป็น
เหมือนสิงโต สติตัวสามมันจะเป็นก็อดซิลล่า โอ้ย! มันไปนู่นเลยนะ เพราะจินตนาการ
ของคนมันเป็นไปหมด

สติคือความระลึก รู้ สติก็คือสติ ตัวรู้ก็คือตัวรู้ ถ้ามันทำไปชัด ๆ มันจะรู้ของมันนะ ถ้ารู้มันจะเป็นความจริงของมัน

“สติคือตัวรู้ หรือว่าเป็นความคิดที่ผุดขึ้นมาใหม่”

เวลามันเร็วไป พอมีสติ พอความคิดเกิดขึ้นมาแล้ว พอมีสติตามรู้ทัน พอสติมันรู้ มันเหมือนกับความคิดตัวที่ผุดขึ้นมาใหม่

มันคงมีอาการกระทบ จิตมีอาการกระทบแล้วสงสัย สงสัย เราเอาประสบการณ์เรามาใคร่ครวญ เดี่ยวมันจะรู้ของมันตามความเป็นจริง

“๘. ผมมีความเห็นว่ากระบวนการของจิตกับกายจะมีลักษณะเหมือนกัน อย่างหนึ่งคืออาศัยปัจจัยภายนอกหรือพัฒนาและดำรงอยู่คืออาหารกับอารมณ์ ด้วยความเห็นเช่นนี้พอจะไปไหนไหนครับ”

กายกับจิตเกี่ยวเนื่องกัน คนตายมีแต่ร่างกาย ไม่มีจิตใจ มันไม่มีความรู้สึกนึกคิดแล้ว เวลาของเรา ถ้าเรายังมีชีวิตอยู่ เรามีจิตใจ จิตใจของเรา เราก็มีร่างกาย เพราะจิตใจเรามีร่างกาย เพราะเราเป็นมนุษย์ เรามีร่างกาย จิตนี้อาศัยปฏิสนธิในไข่ ในน้ำคร่ำ ในครรภ์ ในโอปปาติกะ กำเนิด ๔ พอเรากำเนิดเป็นมนุษย์มันก็มีกายกับใจ นี่มันเกี่ยวเนื่องกันไฉน

พอมันเกี่ยวเนื่องกัน บางคนก็ทุกข์ที่ยากเขาขาดปัจจัยเครื่องอาศัย เขาก็ทุกข์เพราะอาหาร เพราะปัจจัย ๔ แต่คนที่ปัจจัยเขาสมบูรณ์เขาก็ยังทุกข์อยู่ เขาทุกข์ใจของเขา นี่มันเกี่ยวเนื่องกัน มันอาศัยกัน กายกับจิตมันเกี่ยวเนื่องกัน มันถึงเป็นประโยชน์กับมนุษย์ไฉน เพราะมนุษย์มีกายบีบคั้นตลอดเวลา เทวดาเขามีกายทิพย์ เขาไม่มีกาย เขาถึงไม่มีความทุกข์อย่างนี้คือยบีบคั้นใจเขา สิ่งที่เกิดเป็นมนุษย์มันมีโชคลาภตรงนี้ไฉน โชคลาภที่ว่าความทุกข์ยากมันบีบคั้นให้จิตใจมันตื่นตัว ให้จิตใจมันพยายามหาทางออกอยู่

แต่พอเราคิดของเราอย่างนี้ไฉนใหม่ เรบอกกว่า เวลาเป็นเทวดา อินทร์ พรหม เขาไม่มีกายของเขา ความบีบคั้นของทุกข์ของกายเขาน้อย มีน้อยเขาก็เพลิดเพลินในชีวิตของเขา เขาเลยไม่ตื่นตัวไฉน

ที่ว่าเวลาคนตายไป ยมบาลถามว่า “เห็นธรรมไหม”

“ธรรมคืออะไร ไม่เคยเห็น”

ยมบาลถามกลับว่า “เคยเห็นคนเกิดใหม่ เห็นคนแก่ใหม่ เห็นคนเจ็บใหม่ เห็นคนตายใหม่”

“เห็น”

“นั่นแหละธรรม”

เห็นเกิด แก่ เจ็บ ตายนี้เป็นธรรม เตือนเราๆ ใด แต่ของเรามันเพราะมีร่างกาย เวลาเกิด แก่ เจ็บ ตายมันเห็นใจ แต่เทวดาเขาไม่เป็นอย่างนั้น แสงเขาส่องแผ้วมาก เวลาเขาจะตาย แสงมันแฉมาๆ บ๊ี้ ตายเลย เขาก็หมดอายุขัยของเขาอย่างนั้น

แต่ของเรา เรามีร่างกาย เสื่อมสภาพมาตลอด เตือนมาตลอด เรามีวาสนาตรงนี้ใจ คำว่า “เกิดเป็นมนุษย์” ถ้าคนปฏิบัติธรรมแล้วนะ ถ้าเข้าใจ มันมีคุณประโยชน์มาก มันเป็นการกระตุ้นเตือนหัวใจเราให้หัวใจเราได้สนใจในธรรมะ แล้วพิจารณา นี่คือธรรมโอสธมาแก้ไขเรื่องเกิด แก่ เจ็บ ตาย

แต่ถ้าเป็นทางวิทยาศาสตร์ เป็นทางโลกนะ โอ้ย! คนเกิดมาแล้วลำบากหนะ ต้องหาอยู่หากิน มันเป็นเรื่องความทุกข์ไปหมดเลย เป็นความทุกข์ทางวิทยาศาสตร์ เป็นความทุกข์ทางโลกใจ

แต่ถ้าเรื่องศาสนา ความทุกข์นี้ ทุกข์คืออริยสัจ ทุกข์คือความจริง ทุกข์คือมันเตือนเราใจ ทุกข์คือมาเตือนหัวใจใจ ทุกข์คือมาเตือนหัวใจให้หัวใจมันพองโต ให้หัวใจมันรู้สึกตัวมัน แล้วให้หัวใจหาทางออกใจ นี่ถ้าธรรมะ ทุกข์อันนี้มันมาเตือนหัวใจให้หัวใจพยายามค้นคว้าหาทางออกให้ใจมันพ้นจากการครอบงำของกิเลสไป

แต่ถ้าเป็นวิทยาศาสตร์ ทุกข์อย่างนี้มันทุกข์เพื่อหาอยู่หากิน ทุกข์เพื่อมาปรนเปรอมันใจ ทุกข์เพื่อจะให้ร่างกายนี้มันสุขให้จริงขึ้นมาได้ใจ มันไม่มีใจ นี่พูดถึงการเกี่ยวเนื่องระหว่างกายกับใจ

เราจะบอกว่า ถ้าปลาเป็นหะ ปลาเป็นมันจะพยายามจะทวน ทวน กระแสน้ำขึ้นไปวางไข่ นี่ก็เหมือนกัน เราชาวพุทธทวนกระแสเข้าไปสู่ใจ นี่ปลาเป็น ไม่ใช่ปลาตาย ปลาตายมันจะปล่อยให้ตัวมันลอยไปตามน้ำ เพราะมันตายแล้ว มันไม่มีชีวิต มันไม่สามารถว่ายน้ำได้ ไม่สามารถจะ ทวนกระแสได้

นี่ก็เหมือนกัน “ระหว่างลักษณะกายกับใจใจ ถ้าจิตกระบวนการณ์มันเป็นแบบ นั้นระหว่างกายกับใจ ถ้ามีความคิดอย่างนี้จะไปไหนไหม”

น่าจะไปไหนอยู่ เขาบอกจะไปไหนไหม คือว่าจะภาวนาได้ไหม ถ้าภาวนา ส่วนภาวนา แต่ที่นี้ว่าภาวนาจะให้มันเป็นขึ้นเป็นอัน แล้วถามมาเป็นขึ้นเป็นอัน ใ้ไหน เอาอารมณ์ความคิด ๑๐ ข้อ ๒๐ ข้อ เขียนหมดเลย ยังไม่บอกว่า “หลวงพ่อกับผมหายใจ อย่างนี้จะถูกหรือผิดหรือเปล่าครับ” ถ้าถามมาอย่างนี้เลยนะ “หลวงพ่อกับผมหายใจ เข้าแล้วหายใจออกผิดหรือเปล่าครับ”

ปลามันใกล้ตายแล้ว ถ้าปลาเป็นมันจะทวนกระแส เค้าเป็นกิจจะลักษณะสิ ทำให้มันทำจริง ๆ แล้วมีอะไรที่สงสัยแล้วถามมาเป็นข้อเท็จจริงมา อย่างนี้มันง่าย

ใ้ไหนเราไม่ใช่ปัญญาเราเลย เราไม่ได้ไตร่ตรองอะไรเลย อะไรก็จะถามเอา ทั้งหมดเลย ถามเอาเป็นพระอรหันต์ไม่ได้นะ เดี่ยวแย้งพระอรหันต์มาเป็นของเราคน เดี่ยวนะ เพราะถามเอาไป ถามเอาเป็นพระอรหันต์ ถามเป็นพระอรหันต์ไม่มีนะ ต้อง ปฏิบัติให้เป็น ถ้าถามให้เป็นพระอรหันต์ เราไม่ตอบ เราจะเก็บไว้คนเดียว ไม่ให้ใคร เลย

จะถามให้เป็นพระอรหันต์ไม่ได้ ปฏิบัติให้เป็นความจริงขึ้นมา ปฏิบัติของเรา ให้เป็นความจริงขึ้นมาแล้วมันจะเป็นไปได้ ปลาเป็นทวนกระแส ปลาเป็นมันจะว่ายขึ้นไปสู่ต้นน้ำ มันจะว่ายไปวางไข่มัน ปลาเป็นมันยังมีโอกาส ไม่ใช่ปลาตาย เอวัง