

ต้องรู้จริง

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสนฺโต

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๑๕ ธันวาคม ๒๕๕๖

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

ถาม : เรื่อง “งงสภาวะครับ”

กราบเรียนเรื่องการภาวนาครับ ก่อนหน้านั้น

หลวงพ่ : ก่อนหน้านั้นเขาถามมาแล้วไง

ถาม : ก่อนหน้านั้นมันเคลื่อนจากตรงอกขึ้นมา ถ้าอยู่ในสภาวะปกติมันจะรับทราบจุดนี้เป็นแค่ความรู้สึกทางกายที่กลางคั้งจุมก เมื่อไรก็ตามถ้าทำสมาธิไปแล้วเริ่มซาที่หน้า แล้วกายหายไป เหลือเพียงความรู้สึกอันเดียว คือความรับรู้ทางกายได้ ณ จุดนั้น มันวิ่งวนตรงไปหน้าขึ้นไปทีกลางกะโหลก กลับมาที่เปลือกตา เต็มๆ ความรู้นี้ไปปรากฏ ณ จุดใด การรับรู้ผ่านทางกายจะทราบได้ ณ จุดนั้นที่เดียว

หลังจากที่ผมกำหนดควานี่อะไร ไล่ต้อนไปแล้ว เข้าไปเพ่งมัน มันก็จะย้อนมาที่กลางคั้งจุมก เหมือนปลาติดเบ็ดแล้วดึงไปหมดที่ศีรษะ ผมพยายามกำหนดดูสภาวะ โดยรอบมันเป็นแสงสว่างไม่โตมาก ตรงกลางเป็นจุดสีดำ บางทีเหมือนสายฟ้าแลบออกมาจากตรงจุดสีดำนั้น ผมพยายามไล่ต้อนมาแล้วเข้าไปดู ๓ ถึง ๔ ครั้ง จึงเกิดความวิตกขึ้นว่าควรจะไปดูหรือไม่ควร ผมจึงตัดสินใจเข้ามาได้เพราะกำหนดพุทโธ ก็เลยกลับไปกำหนดพุทโธใหม่ ทำอย่างนี้จิตก็ถอนออกมา กายก็กลับมารับทราบเหมือนเดิม ผมวิตกแล้วกลับมาพุทโธ แล้วหยุดออกมาเป็นอยู่ ๓ รอบ แล้วกึ่งๆ ทุกครั้งครับ กามราคะผมไม่ขาดเลยนะครับ

คำถามครับ

๑. ควรจะอย่างไรต่อไป ณ จุดที่เข้าไปนั้นจะพิจารณาภายใต้ไม่ได้เพราะไม่เห็นกาย เพราะมีแต่ความรู้อันนั้น

๒. ผมอุปาทานไปเองหรือไม่ครับ เพราะตอนแรกผมนึกถึงมันเป็นเพียงแค่เลือดมันวิ่ง หรือกล้ามเนื้อมันตึงเพื่อตัดความคิดใจ แต่ตอนนี้มันวิ่งผ่านเหมือนปลาว่ายอยู่ในสระน้ำ เลยครับ กราบขอบพระคุณ

ตอบ : นี่การภาวนาไป การภาวนา การกำหนดพุทโธ เขาบอกว่า กำหนดพุทโธนี้ทำสมณะ พอทำสมณะแล้วเดี๋ยวมันจะเกิดนิมิต เดี่ยวมันจะเกิดความรู้ มันจะเกิดอุปาทาน มันจะหลงไป มันจะปฏิบัติไม่ได้ ต้องใช้ปัญญา การใช้ปัญญาเขาจะรู้ตัวทั่วพร้อมเพื่อมีปัญญารู้เท่าทัน อย่างนี้เขาบอกว่าเป็นการปฏิบัติ

แต่ถ้ากำหนดพุทโธเป็นสมณะแล้วมันจะเกิดอย่างนี้ มันจะเกิดนิมิต เกิดความรู้ ความเห็น แล้วมันจะผิดพลาดไป แล้วปฏิบัติแล้วจะไม่ได้ผล ปฏิบัติไปแล้วก็มีแต่ความหลงไหลกันไป ปฏิบัติไปแล้วก็มีแต่ความได้ปลื้ม ปฏิบัติไปแล้วก็มีแต่ครูบาอาจารย์ยกย่องกันไป มันจะไม่มีผลตามความเป็นจริงใจ

แต่ถ้าความเป็นจริงนะ การปฏิบัติ เราเข้าไปเผชิญความเป็นจริง จิตของคน เราเปรียบเหมือนลายนิ้วมือของคนมันไม่เหมือนกัน จิตของคนก็ไม่เหมือนกัน พันธุกรรมของจิตก็ไม่เหมือนกัน การสร้างบุญวาสนาาก็ไม่เหมือนกัน ฉะนั้น เวลาจิตสงบเข้าไปมันก็แตกต่างกันหลากหลาย

ฉะนั้น ในอจินไตย ๔ พุทธวิสัย ปัญญาขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ากว้างขวางมาก เป็นอจินไตยที่เราจะคาดคิดไม่ได้เลย นี่เรื่องของกรรม กรรมมันซับซ้อนมาก เป็นเรื่องอจินไตยเลย แล้วเรื่องของโลก ความเปลี่ยนแปลงของโลกเป็นอจินไตย เพราะเป็นอจินไตยคือมันจะซ้ำซากอยู่อย่างนี้

แล้วเรื่องของฌาน เรื่องของฌานคือความสงบ มันเป็นอจินไตยเสียวนะ ความอจินไตยคือมันหลากหลายไป ความรู้สึกของคน การปฏิบัติของคนมันแตกต่างกันไป เพราะว่าจิตนิสัยของคนมันไม่เหมือนกัน การสร้างบุญญานิกรรมมาแต่ละคนมันแตกต่างกัน ที่นี้แตกต่างกัน แต่มันมีจุดอันเดียวที่เหมือนกันคือเวลามันสงบ

เวลาจิตมันสงบขึ้นมา คีล สมาธิ ปัญญา ใครจะปฏิบัติไปทางไหนก็แล้วแต่ ถ้าจิตมันสงบ มันสงบเหมือนกัน ขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ อัปปนาสมาธิ ถ้าไม่มีความสงบระงับขึ้นมา เวลาเกิดปัญญาขึ้นมา มันจะเกิดปัญญาขึ้นมาได้อย่างไร

การเกิดปัญญาเป็นภาวนามยปัญญา ครูบาอาจารย์เราปรารภอย่างนั้น คำว่า “ครูบาอาจารย์เรา” องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าปรารภอย่างนั้น แต่ปรารภอย่างนั้น องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าวางธรรมวินัยไว้ แล้วเราศึกษากันมา คุณติ แนวทางปฏิบัติมันมีเป็นกลุ่มเป็นก้อน มันหลากหลายไปหมดเลย ครูบาอาจารย์องค์ใดปฏิบัติอย่างไร ท่านพอใจอย่างไรท่านก็สอนแบบนั้น เราใช้คำว่า “พอใจ” ไม่ใช่ความจริง

แต่เวลาถ้าเป็นความจริง หลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่นท่านปฏิบัติของท่านตามความเป็นจริงของท่าน ตามความเป็นจริงตรงไหน ตามความเป็นจริงที่ว่าท่านปฏิบัติของท่านสมความปรารถนาของท่านแล้ว ท่านมาวางหลักข้อวัตรปฏิบัติขึ้นมาแล้วให้ลูกศิษย์ลูกหาปฏิบัติตาม ลูกศิษย์ลูกหา เช่น หลวงปู่แหวน หลวงปู่ขาว หลวงปู่ฝั้น ครูบาอาจารย์ท่านปฏิบัติกันไป มันลอกกันไม่ได้ไง เช่น ถ้าเราปฏิบัติไม่เป็น แล้วเราก็พยายามวางหลักเกณฑ์ของเราแล้วให้คนอื่นปฏิบัติตาม แล้วพอปฏิบัติไปแล้ว เวลาความเห็นภายในเวลามาพูดมันเหมือนกันไหมล่ะ ถ้าพูดไม่เหมือนกันแสดงว่ามันขัดแย้งกัน แต่ถ้าเวลาปฏิบัติไปแล้ว ถ้าความเห็นภายในมันเหมือนกัน มันไปทางเดียวกัน ธรรมะทางเดียวกัน ถ้าทางเดียวกันมันก็ต้อง

ฉะนั้น หลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่นท่านปฏิบัติของท่านสมความปรารถนาของท่านแล้ว ท่านถึงได้วางข้อวัตรไว้ เช่น กำหนดพุทโธ ปัญญาอบรมสมาธิ อานาปานสติ ทำความสงบของใจเข้ามา ถ้าใจสงบแล้ว ถ้าออกฝึกหัดใช้ปัญญา ถ้าปัญญามันก้าวเดินไป ถ้ามันก้าวเดินไป มันสำรอกมันคายกิเลสออกเป็นชั้นเป็นตอนเข้าไป

ฉะนั้น เวลาหลวงปู่ฝั้น หลวงปู่ขาว หลวงปู่แหวน เวลาท่านไปหาหลวงปู่มั่น เวลาท่านมีปัญหาในใจของท่าน หลวงปู่มั่นท่านแก้ให้ๆ พอแก้ให้ขึ้นมา พอมันมีปัญญามา มันเหมือนกัน มันทันกันไง เราจะบอกว่ามันทันกัน

ที่ว่า ตามความชอบของตน เป็นกลุ่มเป็นก้อนตามความชอบ ใครมีความชอบใจอย่างนั้นก็เสนอแนวทางการปฏิบัติอย่างนั้น แล้วเราปฏิบัติตามกลุ่มตามก้อนอย่างนั้นเราก็เชื่อตามกันไป แต่ความจริงจากข้างใน ความจริงจากข้างในมันอันเดียวกันหรือเปล่า

แต่ถ้าเป็นหลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่น เป็นครูบาอาจารย์เรามาเป็นอันเดียวกัน อันเดียวกันหมายความว่า หลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่นท่านปฏิบัติไปแล้ว แล้วท่านสั่งสอนครูบาอาจารย์ของเรา อย่างเช่นเวลาหลวงตาท่านไปปฏิบัติกับหลวงปู่มั่น ท่านแก้กันภายใน ท่านแก้กัน คนที่เห็นตามความเป็นจริงจากภายใน แล้วคนที่จะแก้ ถ้าไม่รู้จักความจริงมันจะแก้ได้ไหม

เวลาคิดพลาดไป เวลาหลวงตาท่านไปถามหลวงปู่มั่น “บอกให้ใช้ปัญญาๆ ตอนนี่ก็ใช้ปัญญาแล้วนะ ไม่ได้หลับได้นอนเลย ตอนนี่มันนอนไม่ได้เลย เวลาไม่ออกก็ว่าติดสมาธิ พอออกจากสมาธิใช้ปัญญาแล้ว ตอนนี่มันนอนไม่ได้เลย”

ถ้าคนที่ไม่มีความรู้จากภายในกึ่งๆ เหมือนกัน บอกเขาไปแล้วเขาเกิดประสบการณ์ของจิต จิตมันเป็นไป เราจะแก้อย่างไร

ก็บอกว่า “อันนั้นสมบัติบ้า สมบัติบ้า ต้องกลับมาทำความสงบของใจ”

“สมบัติบ้าได้อย่างไร ก็ติดสมาธิอยู่ดี ก็ว่าอันนั้นมันไม่ใช่ปัญญา นี่มันใช้ปัญญาสมบัติบ้าได้อย่างไร ถ้าไม่ใช่ปัญญามันจะชำระกิเลสได้อย่างไร”

ท่านบอกว่า “ถ้ามันจะใช้ปัญญามันก็ต้องมีสมาธิ มันต้องมีกำลังของมัน กำลังของมันมี มันมีหลักใจ หลักใจมันพิจารณาไป เพราะสิ่งที่เป็นธรรมชาติมันจะเข้ามาชำระล้างใจหลักใจนี้แหละให้มันดีขึ้น” นี่สิ่งที่มันเป็นความจริงมันมีอย่างนี้ไง

ฉะนั้น สิ่งที่ว่าปฏิบัติไปแล้วมันเป็นกลุ่มเป็นก้อน เป็นต่างๆ เพราะองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านนิพพานไปแล้ว ท่านก็วางธรรมวินัยไว้ ทีนี้เราไปศึกษา เราไม่มีครูบาอาจารย์

ครูบาอาจารย์คือหลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่น ท่านคอยชี้แนะ คอยประทับประคอง คอยกระตุก คอยบังคับให้เราเข้าทาง ถ้ามีครูบาอาจารย์ ครูบาอาจารย์ชักนำตรงนี้ เราก็จะเข้าสู่สัจจะ

แต่ถ้าเราศึกษาของเราเอง มันเป็นกลุ่มเป็นก้อน เราเชื่อมั่นของเราอย่างนั้น พอเราไปแล้วจิตมันเป็นอย่างนั้นก็เลยบอกว่า ถ้าทำสมณะไปแล้วมันจะเกิดนิมิต มันจะเกิดความหลงใหล

กรรมฐานเราก็ต้องให้ปฏิบัติ ให้ทำความจริงขึ้นไป ใครเกิดนิมิตก็แก้กันตามนิมิตนั้น ถ้าใครไม่เกิด สงบไปโดยระงับไป อันนั้นก็วาสนาของเขา มันก็เป็นความดีของเขา อันนี้พูดถึงตามความเป็นจริงนะ ที่นี้ความจริงมันเป็นแบบนี้ ฉะนั้น เวลาปฏิบัติมันต้องจำเพาะตน

จิตนี้มันจำเพาะดวงใครดวงมันนะ จิตของใคร ดวงใจของใคร มันก็เฉพาะคนคนนั้น เวลาปฏิบัติไป ใครจะมีอุปสรรคถึงใดก็เฉพาะของเขา แม้แต่ปฏิบัติมาร่วมสำนักครูบาอาจารย์เดียวกันมันก็ยังแตกต่างหลากหลายกันไป ฉะนั้น ครูบาอาจารย์ต้องเฉพาะตนๆ ให้แก้เฉพาะคนคนนั้น ฉะนั้น สิ่งอย่างนี้มันถึงแนวทางปฏิบัติมันเป็นแบบนี้ ถ้าครูบาอาจารย์ท่านปฏิบัติแล้ว

ย้อนกลับมาที่คำถาม คำถามว่า เวลามันกำหนดแล้วมันมีความรู้ มันเป็นจุดของความรู้ ความรู้มันไปรู้ที่กาย มันไปรู้ที่กลางตั้งจุมก แล้วมันก็วิ่งไปวนไปเวียนมา

กำหนดพุทโธ เขาบอกว่าเขาได้สติขึ้นมา สิ่งที่เขาทำเขาบอกมันได้เพราะพุทโธ ได้เพราะพุทโธ เขาก็กลับมาพุทโธ มันก็ถอนหมดเลย คำว่า “ถอนหมดเลย” แสดงว่าลงไปมีสติใหม่ ถ้ามีสตินะ สิ่งที่เราได้เห็น เรารู้ก็เห็น

หลวงปู่ดูลย์ท่านบอก เวลาเห็น เห็นจริงใหม่ จริงแต่ความเห็นนั้นจริงไม่จริง ไม่จริง

ความเห็นจริงใหม่ จริง รู้เห็นจริงๆ นี่แหละ แต่มันไม่จริง นี่ก็เหมือนกัน พอจิตถ้าโดยปกติมันก็คิด มันก็จินตนาการของมันไป ถ้าเราพุทโธๆ จิตมันปล่อยวางเข้ามา ถ้ามันเป็นจิตนิสัยมันก็ไปรู้นั้นรู้นี้ แล้วรู้ไปทำไม ทำไมไม่รู้พุทโธล่ะ

รู้พุทโธกับไอ้รูที่วิ่งไปวิ่งมากี่อันเดียวกันนั้นนะ เราปล่อยพุทโธแล้วก็ไปอยู่ตรงนั้น มันวิ่งไปวิ่งมานั้นนะ วิ่งไปวิ่งมายังดี มันไม่ตกวงค์ ไม่หลับไป ถ้าวิ่งไปวิ่งมา วิ่งจนหายไปเลย แล้วก็วูบหายไปเลย แล้วก็หลับไปเลย หลับไปที่หนึ่ง ๕ ชั่วโมง ๖ ชั่วโมง

อย่างนี้จะบอกว่า ถ้ามันกำหนดพุทโธแล้วจะมีโทษอย่างนี้หรือ

ไม่ใช่ คนที่พุทโธๆ แล้วสงบไปเฉยๆ ก็มี คนที่พุทโธๆ แล้วดิ่งลงลึกๆ ก็มี พุทโธแล้วเอาไม่อยู่ เขาต้องใช้ปัญญาก็มี แล้วบางครั้งการพุทโธ เพราะกิเลสถ้ามันรู้ทันแล้วมันก็พลิกแพลงของมันไป

ฉะนั้น ถ้าเราพุทโธๆ จิตพุทโธๆ พุทโธนี้พุทธานุสติ จิตมันเกาะอยู่จนมันมีกำลังของมัน แล้วมันขาดสติมันก็ไปรู้นั่นนะ รู้อะไรไปวิ่งมา ไปรู้ทำไม รู้อะไรไปวิ่งมา มันจะมีประโยชน์อะไร เราก็กลับมาที่พุทโธมันก็จะจบ

แต่เนื่อบอกว่า วิ่งไปที่พุทโธ มันวิ่งไปพุทโธ มันเหมือนกับว่า พอมันวิ่งไปที่ความรู้ ความรู้ไปทั่ว ร่างกายมันจะตึง

แมงป่องมันกัดมันก็ตึงนะ ตะขาบกัดมันก็ตึง เวลาสัตว์มันต่อยมันก็ตึง ฟันต่อยมันก็ตึง แล้วเวลาพุทโธๆ มันตึงแล้วมันทำอะไรละ

เราไปสนใจเอง เราไปสนใจใครรู้ อยากรู้นั้นรู้นี้ เขาให้รู้ที่พุทโธเฉยๆ เวลาหลวงตาท่านพูด เวลาคนที่ปฏิบัติยังไม่เป็น ท่านบอกว่า ให้กำหนดพุทโธนะ ให้มีเรากับพุทโธเท่านั้น โลกธาตุมันจะแตกสลายไปก็ช่างมัน ให้เราอยู่กับพุทโธ

ไอนี้ไม่อย่างนั้นนะ พุทโธไวนั้นนะ แต่ความคิดมันคอยระวังเลยนะ อู๊ย! จะรู้อะไรนั้น จะรู้อะไรนี้ ไอ้อพุทโธก็เลยเป็นแค่เสี้ยวเดียว ไปรู้อะไรอื่นหมดเลย มันไม่มีประโยชน์

ถ้าพุทโธซัดๆ ถ้าพุทโธซัดๆ มันก็รวมใจ เลเซอร์มันไม่กระจาย มันเฉพาะของมัน เฉพาะของมัน มันก็เป็น เขาเรียกเอกภาพ พอจิตพุทโธๆ มันอยู่กับพุทโธ กำหนดพุทโธไปเรื่อยๆ พุทโธไปเรื่อยๆ เพราะพุทโธนี้พุทธานุสติ ระลึกถึงพุทโธ พุทโธๆ พุทโธๆ มันไม่เป็นอย่างอื่น

ถ้าจิตมันเกาะไปเรื่อยๆ ถ้ามันละเอียดขึ้นมา ถ้ากิเลสมันมีนะพุทโธก็ชัดเจน แต่มันไม่ลง ก็พุทโธกันอยู่อย่างนั้นนะ เพราะจิตมันกระด้าง แต่ถ้าเรามีสตินะ พุทโธๆ พุทโธไปเรื่อยๆ มันจะกระด้างก็กล่อมมันไปเรื่อยๆ พุทโธๆ

แล้วถ้ามันเห็นโทษของมันนะ พุทโธ พุทธานุสติ แล้วไ้อ้ความกระด้างของจิตมันอ่อนลง อ่อนลง จิตมันก็ละเอียดเข้ามา คำพุทโธก็จะละเอียดเข้ามาๆ พุทโธ คำว่า “ละเอียด” คือมันชัดเจน แต่มันไม่กระด้าง พอมันไม่กระด้าง ความต่อต้านของใจมันก็ไม่มี

ความต่อต้านของใจ เพราะมันพุทโธแล้วมันกระด้าง พอกระด้าง มันขัดขึ้น พอมันขัดขึ้น พุทโธก็ยาก พุทโธก็ไม่ได้ พุทโธก็วุ่นวาย แต่เพราะเราพุทโธกล่อมไปเรื่อยๆ เพราะมันอยู่ที่นิสัยของจิต ถ้าจิตบางดวงนะ พุทโธแล้วมันชอบ

อนาถบิณฑิกเศรษฐีไปเยี่ยมเพื่อน ตอนนั้นองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเพิ่งตรัสรู้ พอตีตรัสรู้ อนาถบิณฑิกเศรษฐีไปเยี่ยมเพื่อน เห็นเพื่อนทำอาหารกันมากมายมหาศาล ถามเพื่อนว่า “นี่มีงานอะไรกัน มีงานอะไรกัน”

“อู๊ย! พຽ່ງนี้ฉันต้ององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามาฉัน ไม่รู้อีกหรือว่าองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้แล้ว”

ได้ยินคำว่า “พุทธะ” อนาถบิณฑิกเศรษฐีนอนไม่ได้เลยคืนนั้นนะ ใจมันพองหมด ใจมันพวมดเลย อยากพบองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามาก เดินจงกรมทั้งคืนเลย ก่อนรุ่งอรุณไปเฝ้าองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าก่อน องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะมาฉัน ได้ยินว่าพุทธโธ ไม่ได้เลย คนมีอำนาจวาสนาขนาดนั้นนะ ไอ้ของเรา พุทธโธ พุทธะ ก็บอกว่ามันเป็นสมณะ

ถ้าเราเคารพบูชาของเรา เราพุทธโธ ถ้าจิตของคนมันกระด้าง มันต่อต้าน อันนั้นคือวาสนาของเรา เราสร้างมาแค่นี้ แต่จิตของคนมันมีมโนวถ มันฝักใฝ่ มันอยากรู้ มันอยากมีที่พึ่ง มันแสวงหา พอคำว่า “พุทธโธ” มันพอใจ มันพอใจ มันอยากทำ นี่เราทำไป นี่เราพูดถึงอำนาจวาสนาของใจนะ

พุทธโธเป็นพุทธโธ เป็นคำบริกรรมเฉยๆ พุทธธานุสติ แต่จิตใจของคนที่ยาบ ที่กระด้าง ที่ปานกลาง ที่มันละเอียดลึกซึ้ง มันยังมีเป็นอีกชั้นหนึ่ง แล้วมากำหนดพุทธโธ เหมือนกัน มันจะรู้เหมือนกันได้ไหม

กำหนดพุทธโธด้วยกัน บางคนพุทธโธแล้วดี บางคนพุทธโธแล้วมันต่อต้าน ต่อต้านมันก็ไปชัมโม ชัมโมไม่ได้ก็ไปสังโฆ สังโฆไม่ได้ก็ไปมรณานุสติ ไประลึกถึงความตาย นี่เขามีอุบายใจ เขามีอุบายเพื่อว่าไอ้ที่ต่อต้านในใจ เรามีอุบายเข้าไปเพื่อรู้ทันมัน ถ้ารู้ทันมัน มันก็จะละเอียดเข้ามา มันก็ปล่อย มันละเอียดเข้ามา

ทีนี้จะไปรู้ไปเห็นสิ่งใด อันนี้มันรู้เห็น มันเป็นกิเลสรู้เห็น ความรู้เห็น จะเกิดสิ่งใด รู้จริงไหม จริง เห็นจริงไหม จริง แต่ความเห็นอย่างนี้ ถ้าเราไม่พุทธโธ มันก็ระลึกเรื่องอื่น คิดเรื่องอื่น มีความเห็นเรื่องอื่น เพราะมันเป็นพลังงาน มันเป็นจริตนิสัยที่มันชอบใฝ่คิด ชาติ ธรรมชาติ ที่มันจะรู้ ธรรมชาติของมันแบบนั้น ธรรมชาติมันรับรู้ไปเรื่อย มันก็เผลอไปเรื่อย ถ้ามีตัณหา มันก็เกาะเกี่ยวไปเรื่อย แต่ไปพุทธโธแล้วมันก็ยังติดคึดคั่นของมัน เพราะมันไม่มีวาสนา ไม่มีวาสนาเห็นใหม่

เขาบอกว่าเขาดูสภาวะเวลามันวิ่งไปวิ่งมา มันเป็นกะโหลกศิระชะอะไรไป

ไปอยากรู้มัน มันก็หลอกเอานะสิ เออ! มันไปอยู่ที่กะโหลกศีรษะมันจะเป็นอย่างไร เนาะ ในกะโหลกศีรษะมันมีสมองนะ มันมีเส้นเลือดด้วย มันมีเลือดไปหล่อเลี้ยงด้วย มันมีออกซิเจนด้วย นี่มันไปเลย

ถ้าเราพุทโธ มันจะไปไหนไม่เกี่ยว ยังไม่ถึงเวลาจะให้มันออกรู้ เราก็ดึงของเราไว้ มันจะเดิน มันจะถืออย่างไร พุทโธไว้ พอพุทโธ จิตมันกลับมาที่พุทโธ ไอ้ที่มันเดิน ไอ้ที่มันถือ ไอ้ที่มันวิ่งไปรอบสมอง มันไปอยู่ที่พุทโธหมด มันไปอยู่ที่ธาตุรู้หมด มันไปอยู่ที่ตัวมันเองหมด มันจะเป็นสมาธิ ไอ้ที่มันส่งไปรับรู้ เวลาจะออกภavana ออกใช้ปัญญา มันคนละเรื่องกันนี่นะ มันคนละเรื่องกับที่เป็นนี่เลย

ฉะนั้น พอเขาบอกเขาคิดได้ว่าสิ่งที่มันเกิดขึ้นเพราะเขากำหนดพุทโธ มันตัดสติใจกลับมาที่พุทโธ มันเลยถอนออกมา

มันไม่ได้ถอนหรอก เราคิดเอาเองว่าสิ่งที่เรารู้เราเห็น เหมือนฝัน เวลาเราฝันไป อู้ฮู! เราฝัน จินตนาการไปทั่วเลย พอตื่นนอน โอ้! เราฝันเนาะ ไอ้นี้ก็เหมือนกัน เวลามันไป เราจะบอกว่า ไอ้ที่ว่ามันถอนขึ้นมา มันไม่ได้ถอนหรอก มันไม่มีอะไรหรอก เราเคลิบเคลิ้มไปเอง พอเราพุทโธซัดๆ มันก็กลับมารับรู้ รู้แล้วมันก็เป็นปกติ เราก็ดูของเราอยู่อย่างนี้ ถ้าเป็นสมาธิ มันเป็นอีกอย่างหนึ่ง ถ้าเป็นสมาธินะ จิตมันสงบเข้ามา พอสงบเข้ามาแล้วเราจะใช้ปัญญาอย่างไร

ข้อที่ ๑ “ควรทำอย่างไรต่อ ณ จุดที่เข้าไปนั้นจะพิจารณากายก็ไม่ได้เพราะไม่เห็นกาย เพราะมีแต่ความรู้อันนั้น”

นี่เพราะคำถาม เราก็สงสัยใช่ไหม บอกว่า การวิปัสสนา คนปฏิบัติแล้วอยากจะก้าวหน้า พออยากจะทำหน้า การปฏิบัติ แล้วก็ต้องใช้ปัญญา การใช้ปัญญา เขาบอกว่าถ้าใช้ปัญญาอย่างนี้เป็น โลภียปัญญา เราก็ต้องทำความสงบของเราก่อน พอจิตมันอุปาทาน มันไปรู้ไปเห็นอย่างนั้นก็ว่าอันนั้นเป็นสมาธิ อันนั้นมีปัญญาแล้ว แล้วเราจะพิจารณากาย แล้วเวลามันไปเห็นเป็นจุดเป็นต่อม มันไปเห็นมันวิ่งเดินนั้น มันก็ไม่มีเป็นกายเสียอีก อ้าว! แล้วพิจารณากายพิจารณากายไม่ได้

“ผมควรทำอย่างไรต่อครับ เพราะผมพิจารณากายไม่ได้ เพราะผมไม่เห็นกาย”

ก็ไม่เห็นนะสิ เพราะมันยังไม่เห็น แต่ถ้าตรงนี้ละ ถ้าอยากให้เห็นนะ จินตนาการก็เห็น เห็นแบบจินตนาการ เห็นแบบจินตนาการมันก็เห็นแบบโลกใจ เห็นจินตนาการมันก็เป็นแบบ นั้น เรานึกภาพกายมันก็เห็นกาย แต่จิตไม่สงบนึกภาพกายแล้วมันก็เรื่องจินตนาการเฉยๆ

แต่ถ้าเราทำพุทโธต่อเนื่องให้จิตมันสงบก่อน ถ้าจิตสงบก่อนแล้วรำพึงไป ก็คือนึก นั้นแหละ นึกไปที่กาย ถ้าจิตสงบ นึกไปที่กาย พอเห็นกาย มันชนพองสยงเกล้า คนที่เห็นกาย ตามความเป็นจริงนะ มันสะท้อนหัวใจมาก เหมือนคนที่ซ่อนสิ่งใดไว้ในจิตได้สำนึก แล้วพอไป รู้ถึงความเลวทรามของเราละ ความเลวทรามของเราคือทิวฐิมานะที่มันไปยึดมั่นถือมั่น พอเรา ไปรู้ความเลวทรามในจิตได้สำนึกนะ โอ้โฮ! มันสะอิดสะเอียน ถ้าเห็นกายเห็นอย่างนั้น ถ้าคน เห็นกายนะ

แต่ไอ้ที่เราเห็นๆ กันนี่มันเห็นโดยที่ใครๆ ก็เห็นได้ ใครๆ ก็รู้ได้ นี่เขาเรียกโลก มัน เห็นแบบพื้นฐานของโลก มันไม่ใช่เห็นโดยสติปัญญา ๔ ถ้าเห็นโดยสติปัญญา ๔ จิตมันสงบ ก่อน เห็นใหม่ ที่บอกว่า ย้อนกลับไปทหลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่น

ทำความเข้าใจเข้ามาก่อน พอใจสงบแล้ว จิตมันสงบแล้ว เวลามันรำพึงขึ้นมา พอไปเห็นกายมันเห็น โดยจิตได้สำนึก เห็น โดยตัวจิต เห็น โดยจิต ไม่ใช่เห็นโดยสมอง เห็นโดย จินตนาการ ถ้าเห็นอย่างนั้นมันถึงเป็นการพิจารณากาย

แล้วการพิจารณากาย ถ้าเราปฏิบัตินะ ผู้ตามเวลาปฏิบัติ กลับไปพุทโธให้ชัดๆ แล้ว ถ้ามันไม่เห็นกายนะ นั่งพุทโธต่อเนื่องไป ถ้าจิตสงบแล้วมันจะเกิดอาการความรู้สึก นี่คือ เวทนาที่มันเกิด จับกาย จับเวทนา จับจิต จับธรรม สิ่งใดสิ่งหนึ่งในสติปัญญา ๔ ไม่ต้องว่าเรา จะต้องเห็นกาย บังคับจะให้เห็นกาย

เวลาเราบังคับว่าจะให้เห็นกาย เหมือนไปตลาดไปซื้อเนื้อ ไปซื้อเนื้อสัตว์ เนื้อสัตว์ เขาไม่มี เขามีแต่ปลา บอกไม่เอา จะเอาเนื้อสัตว์ เราไปตลาด ถ้ามีเนื้อสัตว์ เราก็ซื้อเนื้อสัตว์ วันนี้อย่างนี้ เขาไม่ฆ่าเนื้อ เขามีอย่างอื่น เราก็ซื้ออย่างอื่น เราซื้ออย่างอื่นได้ เราพลิกเพลงจะซื้อ สิ่งใดมาเป็นอาหารของเราได้

ในการที่จิตสงบแล้ว เห็นกาย เห็นเวทนา เห็นจิต เห็นธรรมอย่างใดอย่างหนึ่ง อย่าง ใดอย่างหนึ่งเพื่อจะใช้วิปัสสนาไป ถ้าอย่างใดอย่างหนึ่งจะเป็นสติปัญญา ๔ ถ้าอย่างนั้นมันถึง จะเห็นกาย ถ้าการเห็นกายต้องจิตสงบก่อน ถ้าจิตสงบแล้วถึงเห็นกาย

ถ้าจิตยังไม่สงบ เราก็ทำความสงบของใจเพื่อเป็นการบำรุงรักษาจิตใจของเรา จิตใจของเรามันพุ่งซ่าน มันมีแต่ความเดือดร้อน มีแต่ความเร่าร้อน ถ้าเราพุทโธๆ จิตมันปล่อย มันสงบระงับเข้ามามันก็มีความสุข เพราะมันปล่อยความเดือดร้อนเข้ามา ถ้าเราภาวนาอย่างนี้ เราก็ภาวนาเพื่อบำรุงหัวใจของเรา

หัวใจของเรามันทุกข์มันยาก หัวใจของเรามันไม่มีหลักมีเกณฑ์ พอมันสงบระงับเข้ามา มันจะมีสติปัญญาเลยนะว่า ชีวิตเราก็เป็นแค่นี้ แล้วเราจะตื่นตื่นอะไรกับโลก เราจะพุ่งซ่านไปทำไม เราจะไปแบกรับทำไม พอสงบแล้วมีสติปัญญา มีสติปัญญา ชีวิตนี้มันก็ไม่ลุ่มๆ ดอนๆ แล้ว ชีวิตนี้มันก็มั่นคงแล้ว แล้วถ้ามันคง ชีวิตนี้ชีวิตในปัจจุบันนี้ไง

แล้วถ้าทำความสงบมากขึ้น เพราะจิตมันเริ่มละเอียดอ่อน จิตมันไม่กระด้าง จิตมันไม่ต่อต้านนัก เราก็ทำพุทโธของเราต่อเนื่องไปๆ พอจิตสงบระงับมากขึ้นไปแล้วค่อยรำพึงไปเห็นกาย นี่มันเป็นขั้นเป็นตอนของมันขึ้นมา

ครูบาอาจารย์เราที่ปฏิบัติมาแล้วท่านฉลาด ท่านวางข้อวัตรปฏิบัติของเรา ท่านผ่านทุกข์ยากมาก่อน ท่านจะให้พวกเราปฏิบัติสะดวกสบายขึ้นมา อันนี้เราทำต่อเนื่องขึ้นไป ฉะนั้น สิ่งที่ยังงๆ กังๆ คนปฏิบัติใหม่เป็นแบบนี้

เราปกป้องนะ ปกป้องคนที่ปฏิบัติ เวลาไปเห็นนิมิต เวลาพุทโธแล้วเขาบอกว่า มันเป็นสมณะ มันจะเกิดนิมิต มันจะเกิดความหลงไหล

เราปกป้องตรงนี้มาก เราปกป้องให้คนที่ปฏิบัติให้จิตทุกดวงเข้าไปสู่ความเป็นจริงของจิตดวงนั้น จิตของมนุษย์เรา จิตทุกดวงมันมีความทุกข์ความยากทุกดวงใจ ให้ดวงใจดวงนั้นได้ประพาศปฏิบัติให้เข้าไปสู่จิตของตัวเอง ฉะนั้น เขาบอกว่าต้องทำอย่างนั้นๆ...เราปกป้องตรงนี้

แต่เวลาเข้าไปเห็นอย่างนี้บ๊ีบ เห็นว่าเห็นนั่นแล้วมันต้องเป็นอย่างนั้น ต้องเป็นอย่างนี้ อันนี้จินตนาการหมดเลย ปล่อยให้หมด เราพุทโธหรือใช้ปัญญาอบรมสมาธิเพื่อความสงบของใจ ไม่ใช่รู้ว่าใจมันจะวิ่งไปไหน มันจะไปตั้งที่ไหน มันจะไปหย่อนที่ไหน ไร้สาระ มันจะตั้งมันจะหย่อนขนาดไหน ทางโลกเขาก็เป็นกัน ทางอื่นเขาก็เป็นกัน โลกเขาเป็นกันอยู่แล้ว คนเจ็บไข้ได้ป่วย ร่างมันบวม บวมน้ำ บวมอะไรร้อยแปด ไม่เป็นเรื่องแปลกประหลาดเลย

แต่เพราะเราเป็นนักภาวนาใช้ใหม่ เวลาภาวนาหน้อยขึ้นไป ไปรู้เข้า มันแปลกประหลาด เพราะเราภาวนาไง เราภาวนาแล้วเราเก่ง เรารู้ว่ามันตั้ง เรารู้ว่าเราเก่งแล้วก็เลยหลงใจ ไม่มีประโยชน์

อะไรหรอก เรากาวนาเพื่อจิตสงบ กาวนาเพื่อความสงบระงับ แล้วถ้ามันจะรู้จะเห็น เห็นสติปัญญา
ฐาน ๔ นั้นเป็นอีกเรื่องหนึ่ง

นี่เขาบอกว่า ทำไมมันถึงไม่เห็นกาย

ไม่เห็นกายเพราะว่าจิตเราสงบกำลังไม่พอ กำลังเราไม่ดีพอ แล้วถ้ากำลังไม่ดีพอ
พิจารณากายได้ไหม การพิจารณากาย ถ้ากำลังเราไม่ดีพอ เราพิจารณากายโดยมรรณานุสติ การ
พิจารณากายของเราโดยสามัญสำนึกว่าร่างกายนี้มันต้องผูกพันเป็นธรรมดาต่างๆ พิจารณาอย่างนี้
มันก็ไม่ผิด พิจารณาอย่างนี้เขาเรียกว่าปัญญาอบรมสมาธิ พิจารณาอย่างนี้มันเป็นสมถะ ถ้าจิตมัน
สงบแล้ว ถ้ามันเห็นกาย มันเห็นคนละเรื่องกัน อย่างเช่นเราพิจารณาร่างกายว่ามันขรคร่าคร่าเป็น
ธรรมดา เราพิจารณาอย่างนี้มรรณานุสติ พิจารณาให้มันสงบระงับ แต่พอจิตสงบแล้วเราเห็นกาย
นะ เดียวจะรู้ เราจะเห็นความแตกต่างระหว่างสมถะกับวิปัสสนา มันแตกต่างกันอย่างไร

การเห็นกายเหมือนกัน แล้วเห็นไม่เหมือนกันอย่างไร การเห็นกายเหมือนกัน แต่ไม่
เหมือนกัน เพราะคุณภาพของจิตมันไม่เหมือนกัน คุณภาพของจิตมันละเอียดกว่า ไม่ใช่
คุณภาพของจิตที่เป็นสามัญสำนึกที่เป็นโลกมนุษย์นี่

จิตมันสงบ มันมีสติ พอปฏิบัติไปแล้วมันจะรู้ว่าโลกกับธรรมมันแตกต่างกันอย่างไร
สมาธิกับไม่สมาธิมันแตกต่างกันอย่างไร มันแตกต่างกันสิ ไม่แตกต่างมันจะเป็นอย่างนั้นหรือ แต่ถ้า
คนเป็นจะรู้ นี่พูดถึงผู้ที่ปฏิบัตินะ

“๒. ผมอุปาทานไปเองหรือไม่ครับ เพราะตอนแรกผมนึกถึงมันเป็นเพียงแค่เลือดวิ่ง
ไปตามกล้ามเนื้อมันตึงเพื่อตัดความคิดใจ แต่ตอนนี้มันวิ่งพล่านไปเหมือนปลาอยู่ในสระเลย”

มันวิ่งพล่านไปเพราะความคิดใจไง เห็นไหม เวลาเขาบอกว่า “ผมเป็นอุปาทานไป
หรือเปล่า แล้วผมใช้ปัญญาแล้วผมคิด เราต้องตัด เพื่อตัดความคิดใจในความรู้้อย่างนั้น”

ความคิดใจ เห็นไหม นี่ยังดี มีสติว่าความคิดใจ คิดใจคือเราชอบอารมณ์นั้น ถ้าเรา
พอใจอารมณ์นั้น อารมณ์นั้นจะอยู่กับเรา หลวงตาท่านสอนว่า **อย่าเสียดายอารมณ์ อย่า
เสียดายความพอใจ**

อย่าเสียดายว่ามันวิ่งพล่าน อย่าเสียดายว่ามันวิ่งเหมือนปลาอยู่ในสระน้ำนี้เลย เหมือน
จิตมันวิ่งอยู่นี้ไร้สาระ ไร้สาระ เราไม่ต้องการจิตวิ่ง เราต้องการจิตหนึ่ง เราต้องการจิตที่มันนิ่ง
มันเป็นเอกัคคตารมณ์ มันตั้งมั่น เราต้องการความตั้งมั่น ความมั่นคงของจิต เราไม่ต้องการการไป

รู้ ปลาหมักอยู่ในสระน้ำ เขายังไปเอาปลาขึ้นมาเป็นอาหาร ใต้น้ำจิตมันวิ่งเหมือนปลาเลย เราไม่ใช่ปลา เราก็จะให้มันเป็นเหมือนปลาเลย

เราเป็นคน เราเป็นคน เราเป็นนักปฏิบัติด้วย นี่เป็นลูกศิษย์พระพุทธเจ้าด้วย กำลังปฏิบัติพุทธโธ กำลังจะปฏิบัติขึ้นมา แล้วบอกมันเหมือนปลาเลย ปฏิบัติแล้วจะไปเป็นปลา เราไม่เป็นปลาสิ เราตัดความคิดใจ ความคิดใจคือกิเลส ความคิดใจคือโดยปกติกถาภาวนาแล้ว ถ้าไม่มีมรรคมีผล ไม่มีสิ่งใดเลยก็ถวิลหา ปฏิบัติแล้วไม่ได้อะไรสิ่งใดเลย ทีนี้พอปฏิบัติไปแล้ว พอจิตมันสงบ จิตมันลง จิตมันละเอียดนิคหน้อย แล้วมันก็ไปรู้ จิตไปรู้นั้นรู้นี้ วิ่งไป

คนเราพอไม่มีเงินทองก็แสวงหา พอมีเงินมีทองเล็กน้อยก็ใช้จ่ายฟุ่มเฟือย ไม่รู้จักเก็บรักษา จิตเวลามันทุกข์มันยากก็วิงวามัน พอมาหัดภาวนาเข้าหน่อยจะเป็นปลา เป็นตัง เป็นจิตมันไปตั้งบนจมูก มีเล็กมีน้อย ทำไมมันฟุ้งซ่านขนาดนั้นนะ

พุทธโธให้ชัดๆ ทำความสงบของใจอย่างเดียว บังคับเลย แล้วบังคับแล้ว ถ้าให้มันนิ่ง ให้มันมีกำลังพอ แล้วเดี๋ยวจะเห็นเองว่าเวลาออกพิจารณาแล้วมันจะมีคุณสมบัติอย่างไร

นี่พูดถึงว่า “มันเป็นอุปาทานหรือเปล่าครับ”

แน่นอนแน่นอน ตัวอุปาทาน ตัวอุปาทานคือมันชักลากใจไป แล้วเราก็จึงตามมันไป แล้วพอไปรู้อะไรบ้าง พออุปาทานไปยึดมันก็ยังชัดเจน แต่ถ้าเราปล่อย เรามีสตินะ เราพุทธโธไว้ สิ่งที่เป็นอุปาทาน สิ่งที่ยากรู้มันวางแล้วนะ ไม่มีค่าเลย หลอกเราไม่ได้เลย

ใต้น้ำพอไปรู้ไปเห็นเข้า ยึดมันเลยว่า อู๊ย! เก่งแน่นอน เมื่อก่อนไม่ได้ปฏิบัติเป็นคนเลวทรามมาก เดี่ยวนี้ปฏิบัติเป็นเทวดาแล้ว เทวดานี้รู้ไปหมดเลย แล้วก็งงๆ

ปฏิบัติมันก็เป็นแบบนี้ มันน่าเห็นใจ หลวงตาท่านพูดประจำ การปฏิบัติยากอยู่ ๒ คราว คราวหนึ่งคือคราวเริ่มต้น อีกคราวหนึ่งคือคราวที่สิ้นสุด คราวเริ่มต้นนี้แสนยาก ฉะนั้นนักปฏิบัติของเรามาปฏิบัติกันเยอะแยะมาก แล้วก็จงไป น้อยไป น้อยไป จางไป เพราะคราวเริ่มต้นมันล้มลุกคลุกคลาน กว่าจะทำงานเป็น กว่าจะทำงานได้แสนยาก พอทำงานแล้วทำงานไม่ได้ตั้งใจก็เลิกล้มกันไป พอเลิกล้มกันไปแล้วบอกว่า อยากได้ธรรม อยากจะพ้นจากทุกข์ อยากจะเอาทุกๆ อย่าง แต่พอเจออุปสรรคแล้วก็เลิกล้มกันไปๆ

คราวเริ่มต้นมันแสนยาก มันแสนยากเพราะมันเริ่มต้นนี้มันแสนยาก แต่ถ้าทำงานเป็นแล้ว ทำได้แล้วนะ มันจะก้าวเดินไปเรื่อยๆ นี่พูดถึงการปฏิบัตินะ

ถาม : เรื่อง “กราบหลวงปู่ ขอเรียนถามข้อความสงสัย”

เมื่อนั่งสมาธิจนสงบเป็นสมาธิ มีเวทนาจิต ผู้รู้ก็รู้ พิจารณาไปดู พอเวทนากายมาอย่างรุนแรงก็พิจารณาไปดู เષชัญกับของจริงไป แต่ที่มาแปลกคือขณะเวทนากายรุนแรงสุดๆ มันจะสติเข้มมาก พบว่ามีเหมือนจิตอีกดวงซ่อนอยู่หลังผู้รู้ มันสงบไม่แปรเปลี่ยน นิ่มนวล สบาย สังกะสีหลายครั้งหลายหนแล้ว แต่ผู้รู้ไม่ได้ไปไหน ก็รู้ตลอดเวลา รู้จนเวทนาดับ กลับมาปกติ บางครั้งก็ไปเจอมัน ต้องมีสติดีๆ จึงจะจับได้ เรียนถามอาจารย์ มันแยกได้อย่างไร มันคืออะไร หรือจิตมันเร็วจนมันก็คือเวทนาจิตนั่นเอง ขอบพระคุณ

ตอบ : ฉะนั้น เวลาภาวนา ภาวนาไปอย่างนี้ ถ้าภาวนา ถ้าจิตมันสงบนะ เวลาภาวนาไปเป็นสมาธิขึ้นมา เวทนาจิตที่รู้ ผู้รู้พิจารณาไปดูเรื่อยๆ ถ้าไปเรื่อยๆ พอเวทนากายมันดับ ถ้าเราต่อสู้กับเวทนา ถ้าพูดถึงว่าเราทำสมาธิแล้วเรากำหนดดู เป็นสมาธิ เราดูเวทนาไป ถ้าดูเวทนาไป ถ้าจับเวทนาได้ก็พิจารณาเวทนาของเราไป ถ้าพิจารณาไปมันรุนแรงมาก ถ้าพิจารณามันรุนแรง แล้วรุนแรง เวลามันมากขึ้น ความเจ็บปวดมันมากขึ้น ถ้าสติไม่พอนะ คนจิตใจที่ไม่เข้มแข็งจะทอดอวยเลย จะลุดจะหนีมัน

“เษชัญกับความจริงไปเรื่อย แต่ก็แปลก ขณะที่เวทนากายมันรุนแรงสุดๆ มันจะมีสติเข้ม”

คำว่า “สติเข้ม” มันอยู่ที่จิตใจ อยู่ที่วาสนาของคน จิตของคน ถ้าจิตใจเข้มแข็ง จิตใจเข้มแข็ง เวทนามันจะรุนแรงขนาดไหน ถ้าเรามีสติมีปัญญาต่อสู้กับมันไป ถึงที่สุดเวทนานี้เป็นนามธรรม คำว่า “นามธรรม” ก็ว่ามันไม่ใช่วัตถุ มันเกิดขึ้นจากจิตที่ไปยึดมัน จากจิตที่ไปยอมรับมัน ถ้ามันพิจารณาของมันไปถึงที่สุด เวทนามันรุนแรงขนาดไหน มันมีสติมันเข้มแล้วเวทนา ถ้าสติมันพอ กำลังมันพอ มันปล่อยได้ พอมันปล่อยได้ขึ้นมามันถึงแปลก แล้วมหัศจรรย์ สติเข้มเข้มมาก ถ้าเข้มเข้มมาก สิ่งนี้เราทำของเราไป

ฉะนั้น มันมีปัญหาอีกปัญหาหนึ่ง ปัญหาว่า “พอมันมีสติ มันเหมือนจะมีจิตอีกดวงหนึ่งมาซ่อนอยู่หลังผู้รู้”

ถ้ามีจิตอีกดวงหนึ่งมาซ่อนอยู่หลังผู้รู้ เหมือนกับมีจิตซ่อนจิต เราเห็นภาพซ่อนกันอยู่ ถ้าเห็นภาพซ่อนกันอยู่ ถ้ามันเป็นจิต ถ้าพูดถึงมันเป็นจิต ถ้าเราพิจารณาไป เราพิจารณาเวทนา

ของเราไป ถ้ามันปล่อยไป มันมีแต่ผู้รู้ เพราะผู้รู้มันฉลาดแล้ว ผู้รู้มันก็ไม่เสวยเวทนา ผู้รู้มันก็ไม่เสวยคือมันไม่ไปยึด มันไม่ไปยึดมันก็ปล่อย ถ้ามันปล่อยขึ้นมาแล้ว

ที่นี้ปล่อย เห็นใหม่ ทำไมผู้รู้มันซ้อนกับผู้รู้ละ มันเหมือนมีจิตอีกดวงมันซ้อนอยู่

ถ้ามันซ้อนอยู่ เห็นใหม่ ถ้าการภาวนาไปของคนมันไม่เหมือนกัน ถ้าจิต คู่มือที่หลวงปู่คุณของท่านพูด จูจิต จูจิตไปจนจิตเห็นอาการของจิต

ถ้าจิตมันปล่อย มันปล่อยเวทนา มา พอมันปล่อยเวทนา มา มันปล่อยมา จิตเห็นอาการของจิต คือจิตมันก็เห็นรูป เห็นเวทนา เห็นสัญญา เห็นสังขาร เห็นวิญญาณ แต่ถ้ามันเห็นจิตซ้อนอยู่ละ เห็นใหม่ ภายนอก ภายใน ภายในกาย ถ้าเราซ้อนอยู่ เราก็ต้องเคลียร์ตรงนี้ ถ้ามันซ้อนอยู่

ถ้ามันซ้อนอยู่ แต่เขาบอกว่า “มันซ้อนอยู่นี้มันแปลก มันนี่มันนวล เพราะมันปล่อยมา มันสงบ มันแปรปรวน มันนี่มันนวล มันสบาย สังเกตแล้วหลายหน แต่ไม่รู้ไปไหน ก็รู้ตลอดจนเวทนาภายในมันดับ กลับมาเป็นปกติ บางครั้งก็เจอตอนเมื่อสติดีๆ”

ถ้าสติดี มันเป็นเหมือนกับกิเลสของใครกิเลสของมัน ถ้ากิเลสของเราละ กิเลสของเรามันหายอย่างไร เราก็พิจารณา จับสิ่งนั้นแล้วพิจารณาของเราไป แต่ที่นี้มันพิจารณาเวทนาถึงดับได้ เวทนาดับได้ มันปล่อยได้ พอปล่อยได้ จิตมันสงบ พอมันปล่อยวางเข้ามาเห็นจิตซ้อนอยู่ ถ้าจิตซ้อนอยู่ จิตทั้งที่ภาพแรกและภาพที่มันซ้อนกัน ถ้าภาพแรก เราจับอันนั้น เราจับอันนั้นแล้วพิจารณา ถ้าพิจารณา นี่จิตนอก จิตใน

ถ้ามันซ้อนอยู่ เราจะให้อูบาย เรียกชื่อมันว่า จิตภายนอก จิตภายใน มันมีนอกกับมีในเห็นใหม่ เวลาอารมณ์ความรู้สึก เราคิดถึงอารมณ์ความรู้สึก ผลกระทบจากภายนอก ภายนอกคือว่าสิ่งใดกระทบใจเรา สิ่งนั้นเราก็จุ่นมัวใช่ไหม ถ้าสิ่งนั้นมันจบไปแล้ว พอสิ่งนั้นจบไปแล้ว เราคิดถึงสภาวะเดิมอีก สภาวะที่กระทบ มันเก็บข้อมูลของมันไว้ ถ้าจากภายนอก จากภายนอก ถ้าจิตมันเป็นภายนอก เราก็จับรูปภายนอก ถ้าเป็นจิตก็คือรูป ถ้าจิตนอก จิตนอกมันประกอบไปด้วยอะไร รูปนี้มันเป็นอย่างไร เพราะเราเห็นจิตมันซ้อนกันอยู่ ถ้าจิตซ้อนกันอยู่ มันต้องเป็นรูป ถ้ามันเป็นรูป พอเราจับมันต้องมีอารมณ์ความรู้สึก มันมีอารมณ์ความรู้สึก มันมีความรับรู้ ถ้ามีความรับรู้ ความรับรู้ประกอบไปด้วยอะไร ถ้ามันจับได้ ถ้ามันจับไม่ได้ เราก็ทำความเข้าใจให้มากขึ้น

ถ้ามันจับได้ ถ้าเราเห็น เราก็จับได้ ถ้าเราไม่เห็นใช่ไหม มันไม่เห็น เขาบอกว่า “สิ่งที่มันจะเห็นมันต้องทำสมาธิดีๆ มันถึงจะจับได้ ถ้าสมาธิไม่ดีมันก็จับไม่ได้”

ถ้าสมาธิดีๆ เราทำสมาธิดีๆ แล้วเราจับสิ่งนี้ จับสิ่งนี้ เราแยกแยะ จิตนอก จิตใน ถ้าจิตภายนอก เราจับของเราเอง ถ้าพิจารณาอย่างนี้ ถ้าไม่พิจารณาอย่างนี้ พิจารณาเวทนาก็ได้ เวทนากาย เวทนาจิต

เวทนากายคือความเจ็บปวดของร่างกาย ความรับรู้ของร่างกาย เวทนาจิตคือความรู้ ความรู้สึก ความคิดใจเสียใจเป็นเวทนาของจิต มันไม่ต้องอาศัยร่างกาย มันไม่พอใจ มันคับแค้น สิ่งใดมันก็มีเวทนาของมัน นี่เวทนานอก เวทนาใน เวทนากาย เวทนาจิต ถ้ามันมีจิตนอก จิตใน อันนี้เป็นอุปมา พอปวดอย่างนี้บีบ ถ้าผู้ที่มีการศึกษาในอิทธิธรรม “โอโฮ! หลวงพ่อนี้หลุดไป ไกลเลยนะ ยังเอามาจิตนอก จิตใน ยังเอาจิตมาแบ่งแยกอีกหรือ”

ตำราคือตำรา เวลาสิ่งที่มีมันเกิดขึ้นกับเรา เช่น อาการคนเจ็บป่วย เป็นโรคอะไร จะรักษา ด้วยวิธีการใด นี่เหมือนกัน ถ้าเมื่อจิตมันเห็นว่ามันซ้อนกันอยู่ เราก็ต้องจับอาการของเรา จับรูปแบบของเรา จับความเป็นไปของเรา แล้วมาพิจารณาแยกแยะของเรา แต่ถ้าคนอื่นเขาไม่เห็นอย่างนี้ เขาไม่รู้อย่างนี้ เขาเป็นโรคอย่างอื่น เขาไม่เป็นอย่างนี้ มันก็เรื่องของจิตดวงนั้น

ฉะนั้น ถ้าเราจับของเรา เพราะเราตั้งชื่อของเราเองว่าจิตมันซ้อนกัน ในเมื่อคนเห็นคนรู้เอง เห็นไหม เรารู้จักคนนี้ เราเป็นหนี้ เรามีหนี้ มีความผูกพันกับคนนี้ เราก็ต้องเคลียร์กับคนคนนี้ให้จบ ต้องใช้หนี้เขา ต้องดูแลกัน เคลียร์กันจนเรื่องนี้สงบไป

จิตเหมือนกัน จิตถ้าใครไปรู้ไปเห็นสิ่งใด มันยึดแล้ว มันมีปมของมันแล้วว่ามันรู้มันเห็นสิ่งใดแล้วมันยึดของมันไว้ แล้วยึดของมันไว้ ถ้าอย่างนั้นเราต้องจับประเด็นนี้แล้ว พิจารณาแยกแยะประเด็นนี้ให้ประเด็นนี้ให้มันปล่อยวาง ถ้ามันปล่อยวางขึ้นมา เห็นไหม

ครูบาอาจารย์ท่านจะสั่งสอน ท่านจะสั่งสอนแต่ละบุคคลไม่เหมือนกันอย่างนี้ เฉพาะบุคคล ถ้าบุคคลคนนั้นมีจิตนิสัยอย่างนี้ แล้วไปรู้เห็นตามความจริงอย่างนี้ ก็ต้องแก้ไขไปตามจิตนั้น ครูบาอาจารย์ท่านจะให้อุปมาหลายๆ นี้ให้อุปมา

อย่างนี้ถ้าภาวนาไปนะ มันจะมีปัญหา มีปัญหาเพราะว่า ถ้าเราพิจารณาเวทนาไปแล้ว มันปล่อยมาแล้ว พอมันปล่อยแล้ว ปล่อยมาแล้วมันก็ต้องเหลือจิตดวงเดียว เหลือเฉพาะความสงบระงับ แต่นี่พอมันปล่อยมาแล้วมันจิตซ้อนกัน มันมีจิตซ้อนกันอยู่ ๒ ดวง มันเหมือนกับมีหน้ามีหลัง มีหลังผู้รู้ มีผู้รู้หรือผู้รู้หนึ่ง ถ้ามีหลังผู้รู้ มีอีกผู้รู้หนึ่ง มันก็เป็นวาสนาของเราเอง ทำไมมันเป็นแบบนี้ เป็นแบบนี้ก็ต้องเคลียร์เอง

ถ้ามันปล่อยเวทนาเข้ามาแล้ว ถ้ามันเป็นไปได้ จิตจับเลย พิจารณา ถ้ามันไม่เป็นความจริงมันก็จะเป็นที่ไตรลักษณ์ คือมันจะใช้ปัญญาคลี่คลาย พอคลี่คลายแล้ว จากที่ว่า จิตนอก จิตใน พอปัญญารู้ทัน เคลียร์หมด มันก็เหลือหนึ่งเดียว มันมีของมันหนึ่งเดียว ภาวสวะ มีภพ ปฏิสนธิจิต เพราะพลังงานของเรามันมีของมัน ถ้ามีของมัน ถ้ามันพิจารณาได้มันจะย้อนกลับมาที่นี่

จับ จับแล้วเคลียร์ของเรา เฉพาะของเรา ถ้ามันเคลียร์ได้มันก็เป็นประโยชน์กับเรา ถ้ามันยังเคลียร์ไม่ได้ ถ้ามันพิจารณาเวทนาได้มันก็พิจารณาเวทนาต่อเนื่องกันไป เพราะที่เราปฏิบัติขึ้นมา มันละเอียดขึ้นมาเป็นชั้นๆ ขึ้นมา แต่เดิมเราก็พิจารณาของเราโดยความเข้าใจว่า ถ้าพิจารณาอย่างนั้นแล้วเป็นปัญญา ถ้าเป็นปัญญาแล้วมันไม่ปล่อย

พอไม่ปล่อย เราทำสมาธิมากขึ้น ถ้าทำสมาธิมากขึ้น เวทนามันเกิดขึ้น พอเกิดขึ้น สติมันเข้มขึ้นขึ้น มันพิจารณาขึ้น มันปล่อยวางเข้ามา ปล่อยวางเข้ามา ปล่อยวางเข้ามามันถึงมาซ้อนเข้ามาเห็นจิตซ้อนกัน เราก็จับ จับจิต ถ้าจับจิตซ้อนจากภายนอกก็พิจารณา ถ้ามันพิจารณา มันก็จะปล่อย มันก็จะพลิกมาเป็นตัวใน ก็มาจับตัวใน

เวลากรณีนี้ก็เลยมันสร้างสถานการณ์ให้คนที่ปฏิบัติล้มลุกคลุกคลานไป เวลาอย่างนั้นมันเหมือนกับเขาเล่นซ่อนหา เวลาหลบที่นั่น หลบที่นี่ หลบที่นั่น ก็เลยมันมีชีวิตนะ มันอยู่หลังความรู้สึกของเรา เราทำอะไรมันจะสร้างภาพ มันจะหลบหลีก ถ้าเราจับจิตตัวนอก จับจิตตัวนอกพิจารณา ถ้าพิจารณา มันปล่อยวาง ถ้ามันพลิกมาเป็นตัวในก็จับตัวในพิจารณา ถ้ามันเป็นแบบนั้น แต่โดยทั่วไปเขามีหนึ่งเดียว

แต่นี้ถ้ามันซ้อนกัน ซ้อนกัน เราก็พูดตามคนที่ซ้อนกันไป เราพูดตามผู้ที่เห็นว่ามันมีซ้อนกันอยู่ ถ้าซ้อนกันอยู่ มันเป็นปัญหาของเราคนเดียว แต่คนอื่นจะไม่เป็นแบบนี้ ถ้าเราทำของเราอย่างนี้ ทำความสงบของใจเข้ามาก่อน ถ้าทำความสงบของใจเข้ามา เราพิจารณาแล้วมันจะดีขึ้นเรื่อยๆ

มันดีขึ้นเรื่อยๆ หมายความว่า คนที่ปฏิบัติดีแล้วมีเหตุมีผล คือปฏิบัติแล้วมันมีมรรคมิผลในใจ เรารู้เลยว่าเราทำแล้วมันเหลือสิ่งใดตกค้างในใจ จากคนที่ปฏิบัติไม่มีต้นไม่มีปลาย มันจะไม่มีสิ่งใดตกค้างในใจเลย มันมีแต่สัญญา มีแต่ความรู้จากการศึกษา รับรู้จากสมอง เวลาสัญญาจำได้ก็ว่าดี เวลามันลืมไปก็ว่าจบ มันไม่มีอะไรเป็นสมบัติส่วนตัว ไม่มีอะไรตกค้างในใจเลย

แต่คนที่ปฏิบัติพอจิตสงบเข้ามาแล้วมันมีความสงบ มันมีรากฐานของใจ เราเคยสงบ เราเคยทำได้ มันมีสิ่งตกค้างในใจ ตกค้างในใจคือหัวใจของเรา แต่ถ้าเราปฏิบัติไปแล้ว พอจิตมันพิจารณาเวทนาเข้ามาแล้ว เวลามันพิจารณาถึงที่สุด สติมันเข้มข้นมาก เวลามันพิจารณาจนเวทนามันดับได้ นี่มันมีความตกค้างในใจของเรา

แล้วเวลาจิตมันสงบเข้ามาแล้ว เห็นจิตมันเหมือนกับ เพราะเราเห็นเอง เหมือนจิตมันมีผู้รู้ซ่อนอยู่ภายหลัง ถ้ามีผู้รู้ซ่อนอยู่ภายหลัง ข้างหน้าคือตัวปลอม ถ้าข้างหน้าคือตัวปลอม เราจับของเรา เราพิจารณาของเรา ถ้ามันซ่อนกันอยู่ จิตมีสองได้อย่างไร จิตมีหนึ่งเดียวเท่านั้น แต่ทำไมของเรามีสองล่ะ มีสองนี้มันสร้างภาพ มันสร้างเงาขึ้นมาหลอกเราไง ถ้าหลอกเราแล้วเรากำลังอยู่ที่นี่

ถ้าหลอกเรา เราว่าจิตมันหลอกเรา แต่คนที่เห็น “มันไม่ได้หลอกนะหลวงพ่อ มันเห็นจริงๆ มันมีจริงๆ นะ” ไอ้คนเห็นมันน่าสงสารตรงนี้ มันเห็นจริงๆ นะ ไม่ใช่หลอกหรือก มันมีจริงๆ แล้วมันก็แก้ไขไม่ได้จริงๆ ไม่ได้จริงๆ

ทำความสงบของใจเข้ามา จับแล้วพิจารณาจิตนอก จิตใน พอพิจารณาจิตนอก จิตใน มันปล่อยแล้ว เดี่ยวเราจะรู้ของเรา มันจะเป็นปัจเจกตั้ง มันต้องรู้จริงไง ต้องรู้จริง ต้องรู้ชัด

ต้องรู้จริง ต้องรู้ชัด แล้วภาวนาต่อเนื่องไป แล้วให้อุบายเท่านี้ ให้อุบายเท่านี้ก่อน แล้วถ้าปฏิบัติต่อเนื่องกันไปแล้วมีปัญหาอย่างไร มีปัญหาอย่างไรค่อยมาถามกันต่อ นี่พูดถึงจิตซ่อนจิตนะ เอวัง