

อยากรู้ อยากเห็น

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺสโนโต

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๒๙ พฤศจิกายน ๒๕๖๓

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

ถาม : เรื่อง “วิธีเดินจงกรมจากผู้เริ่มหัดนั่งสมาธิ”

กราบนมัสการหลวงพ่อกับครูที่แล้วหนูเขียนมาถามหลวงพ่อเรื่องวิธีหายใจของผู้เริ่มหัดนั่งสมาธิ หลวงพ่อก็เมตตาตอบอย่างละเอียดเลย หนูก็เข้าใจเลยเจ้าค่ะ กราบขอบพระคุณท่านหลวงพ่อบ้าง และหนูก็นำมาปฏิบัติค่ะ นั่งสมาธิทุกวันค่ะ ใส่บาตรพระวันละหนึ่งองค์ พยายามถือศีลค่ะ ที่หนูหันมาปฏิบัติธรรมนั่งสมาธิก็เพราะหลวงพ่อบอกให้ใส่บาตรพระวันละองค์

หลังจากทำตามทีหลวงพ่อบอกให้ จิตก็ยึดแต่หลวงพ่อกับคำสอนของพระพุทธเจ้า เทศน์ให้ญาติโยมฟัง หนูเลยรอช้าไม่ได้ ต้องเริ่มนั่งสมาธิ ผัดวันไปเรื่อยๆ ไม่ได้แล้ว อยากหันมาปฏิบัติธรรม กราบขอบพระคุณหลวงพ่อบ้างเจ้าค่ะที่แนะนำทางสว่างแห่งการพ้นทุกข์ กราบขอบพระคุณเจ้าค่ะ

คำถาม วิธีเดินจงกรมของผู้เริ่มหัดเดิน

๑. เดินปกติที่เดินทุกวันใช่ไหมคะ

๒. เดินเอาจิตไว้ที่ฝ่าเท้าที่กระทบพื้นใช่ไหมคะ ขวาพุท ซ้ายโ

๓. ขณะหันกลับตัว ต้องหยุดอยู่เฉยๆก่อน หรือหันกลับได้เลยคะ

๔. ขณะเดิน ถ้าจิตส่งออก ให้ยืนอยู่เฉยๆ จนหยุด แล้วค่อยเดินต่อใช่ไหมคะ

ขอคำแนะนำจากหลวงพ่อกับครู

ตอบ : นี่ผู้ปฏิบัติใหม่ๆ ถ้าผู้ที่ประพฤติปฏิบัติใหม่นะ เป็นผู้มีอำนาจวาสนา เวลาหลงตาท่านสอนใจ คนไม่มีอำนาจวาสนาจะไม่ได้นับถือพระพุทธศาสนา เพราะการที่นับถือพระพุทธศาสนาต้องเป็นผู้มีปัญญา เพราะศาสนาพุทธเป็นศาสนาแห่งปัญญา

เวลาทำความสงบของใจๆ เวลาท่านสอนนะ คนที่ประพฤติปฏิบัติผ่านมาแล้วไง สมาธิจับ สมาธิจับ ปัญญาตัด

แต่ปัญญาที่เราใช้กันอยู่นี้ ปัญญาอย่างนี้เขาเรียกโลกียปัญญา ปัญญาจากสามัญสำนึก ปัญญาของความรู้สึกนึกคิดของเราเนี่ย ถ้าปัญญาความรู้สึกนึกคิดของเราเนี่ยเราก็คิดได้ เพราะใช้ปัญญาความนึกคิดนี้ไปศึกษาธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ก็เหมือนที่เราเรียนวิชาการต่างๆ เราก็เรียนด้วยสมองของเรา เรียนด้วยสัญชาตญาณของเรา

การศึกษาระบบขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ภาควิชาปฏิบัติ ภาควิชาปฏิบัติก็เรียนด้วยสมองของเรา ด้วยสติปัญญาของเราเนี่ยแหละ แต่เวลาจะประพฤติปฏิบัติ ปัญญาในพระพุทธศาสนาคือปัญญารอบรู้ในกองสังขาร สังขารในชั้น ๕ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ สังขารคือความคิด ความปรุง ความแต่ง

ปัญญาในพระพุทธศาสนาคือปัญญารอบรู้ในความคิดของตน ถ้าปัญญาที่จะมีความรอบรู้ในความคิดของตน เราต้องมีศรัทธามีความเชื่อ เชื่อมั่นในตัวของเราก่อน ถ้าเรามีความเชื่อมั่นในตัวของเราแล้วเราใช้สติปัญญาไปๆ

มีหลงตาท่านเป็นผู้ที่เริ่มใช้คำว่า “ปัญญารอบรู้สมาธิ”

โดยในพระไตรปิฎก โดยธรรมวินัยขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ศील สมาธิปัญญา มันต้องทำสมาธิก่อนแล้วไปฝึกหัดใช้ปัญญา

แต่โดยสามัญสำนึกของผู้ที่ประพฤติปฏิบัติ โดยหลงปุ่เสาร์ หลงปุ่มัน โดยครูบาอาจารย์ของท่านมีอำนาจวาสนาบารมีใจ การหายใจเข้านี้กพุทธ หายใจออกนี้กโธ มันเป็นคำปริกรรม มันเป็นกรรมฐาน ๔๐ ห้อง

แต่ถ้าปัญญาอบรมสมาธิ ปัญญาอบรมสมาธิมันเป็นผู้ที่มีปัญญา ผู้ที่มีปัญญา ปัญญาชน ปัญญาชนมันมีสติมีปัญญา แล้วอยู่เฉยๆ จะให้กำหนดไปกดไว้ว่าพุทโธๆ มันทำได้ยาก แต่มันทำได้ยากๆ ถ้ามันใช้ความคิดไปมันใช้ความคิดได้

เวลาหลวงตาท่านประพาศปฏิบัติมา ท่านถึงบอกใช้ปัญญาอบรมสมาธิ คือใช้สติตามความคิดไป ตามความคิดของเรา ความคิดของเรา ความคิดที่เราคิดกันอยู่นี้ ถ้ามีสติตามมันไปนะ แล้วพอสติมันเท่าทันความคิด มันจะหยุด แล้วมันจะมีคำถามว่า คิดทำไม แล้วเราทุกข์เพราะอะไร เราทุกข์เพราะความคิดนี้ นี่คือนิพัญญาอบรมสมาธิ

ถ้าปัญญาอบรมสมาธิมันจะหยุด มันหยุดของมันแล้วเดี๋ยวมันก็คิดต่อ แต่มันก็มีสติปัญญาเท่าทันความคิดของตนไง ไม่ให้กิเลสมันชักนำพาไปคิดแต่เรื่องทุกข์เรื่องยาก คิดแต่เรื่องที่มันเสียใจทุกข์ใจ ถ้าเสียใจทุกข์ใจอย่าคิดอย่าทำๆ ใ้ที่ประสบความสำเร็จ ใ้เรื่องดีงาม คิดแป็บเดียวเลิก นี่โดยธรรมชาติของกิเลสใจ

หลวงตาท่านถึงใช้เป็นผู้ริเริ่มว่า “ปัญญาอบรมสมาธิ”

ผู้ที่มีอำนาจวาสนา พุทธะ พุทธะคือความรู้สึกรู้สึกของเรา พุทธะคือธาตุรู้ คือจิตใจของเรา นั่นแหละ แต่เรายังจับพุทธะของเราไม่ได้ เราจับได้แต่อารมณ์ความรู้สึก

อารมณ์ อารมณ์เกิดจากจิต ไม่ใช่จิต อารมณ์ความรู้สึกของเราไม่ใช่จิต มันเกิดจากจิต ถ้าเกิดจากจิต สัมมาสมาธิเข้าไปสู่จิต ถ้าจิตมันสงบระงับเข้ามา สุขอื่นใดเท่ากับจิตสงบไม่มี

ทำสมาธิๆ ถ้าเป็นสมาธิจริงๆ นะ มันเลอเลิศ มันเลอเลิศจนมหัศจรรย์นะ เอ๊ะ! นี่มันอะไร เราไม่เคยพบเห็นสิ่งอย่างนี้ เราไม่เคยประสบสิ่งอย่างนี้ ทั้งๆ ที่มันอยู่กับเรา นี่แค่สมาธินะ

แต่ที่ทำสมาธิๆ กันอยู่นี้มันเป็นอารมณ์ อารมณ์ว่าง อารมณ์ว่างๆ อารมณ์เป็นสองใจ อารมณ์เกิดจากอะไร ว่างๆ เดียวก็ไม่ว่าง เดียวก็เกิด เดียวก็ดับ แต่จิตไม่เคยดับ จิตจะอยู่กับเราตลอดไปจนกว่าจะตาย จิตนี้ออกจากร่างนั้นไป

นี่พูดถึงปัญญาอบรมสมาธิ คนที่มีอำนาจวาสนาเท่านั้นถึงได้นับถือพระพุทธศาสนา แล้วคนที่มีอำนาจวาสนาเท่านั้นถึงจะมุ่งมั่นในการประพาศปฏิบัติ ทั้งๆ ที่การประพาศปฏิบัติมันเป็นสมบัติของตน

มีครูบาอาจารย์มากท่านบอกเลยนะ เอาเงินมากองไว้กองหนึ่ง แล้วใครนับเงินได้มากเท่าไรคนนั้นได้เงินกองนั้นไป มันนับใหญ่เลยนะ แต่เวลาให้ปฏิบัติ มันก็เหมือนกับเงินกองนั้นนะให้นับเอา เหมือนเราปฏิบัติเราก็ค้นคว้าหาสัจจะหาความจริงในสังขารมนั้นขึ้นมาเอา แล้วถ้ามันทำมันเป็นความจริงๆ เห็นไหม

จะบอกว่า ผู้ที่นับถือพระพุทธศาสนาต้องมีอำนาจวาสนาบารมี แล้วผู้ที่ประพฤติปฏิบัติแล้วมันต้องมีศรัทธาความเชื่อมั่นมากกว่านั้น เพราะความเชื่อมากกว่านั้นเพราะอะไร

หลวงปู่ฝั้นท่านพูดบ่อย งานสิ่งใดในโลกนี้เราทำมาหมดแล้วแหละ แล้วเราทำได้ทั้งสิ้น จะทุกข์ยากขนาดไหนมันก็พอใจทำ แต่ให้หนึ่งเฉยๆ มันทำไม่ได้ ให้นั่งนิ่งๆ งานนั่งนิ่งๆ งานที่ไม่ต้องทำอะไรเลย นั่งนิ่งๆ นี่แหละทำไม่ได้ ถ้าทำไม่ได้ปั๊บ ถ้ามีศรัทธามีความเชื่อมั่นถึงทำได้ไง ถ้าทำได้ เราก็พยายามของเราไป

เวลาผู้ที่ประพฤติปฏิบัติใหม่ก็เงอะๆ งะๆ เป็นเรื่องธรรมดา เงอะๆ งะๆ นะ มันก็พยายามปฏิบัติของเรา ถ้านั่งแล้วกิริยาของการนั่ง ใครๆ ก็นั่งได้ แล้วนั่งแล้วหายใจเข้านึกพุท หายใจออกนึกโอ ต่อไปเรื่อยๆ เพราะมันเป็นรูปธรรมที่มันจับต้องได้ชัดเจนมากที่สุด มันเป็นรูปธรรมที่จับต้องได้เพราะว่าลมหายใจเรารู้ได้ แล้วถ้าลมหายใจเราหายาบจนเท่าทันลมหายใจไม่ได้ก็ให้ท่องพุทโธๆ ไปด้วย นี่ทำนั่น

นี่เขาถามว่า แล้วการเดินละ การเดินจงกรม

การเดินจงกรมนะ ในการประพฤติปฏิบัติของเรา โดยสัญญาตญาณของมนุษย์ มนุษย์มีอิริยาบถ ๔ ยืน เดิน นั่ง นอน ทุกอิริยาบถประพฤติปฏิบัติได้ทั้งสิ้น ผู้ที่มีอำนาจวาสนาบารมีนอนภาวนาเขาก็นอนได้ เป็นสมาธิได้

แต่คนที่ไม่มีวาสนาอย่านอน เพราะนอนนั้นจะตัวจะหลับไปเลยละ นอนปฏิบัติๆ เว้นไว้แต่เราปฏิบัติจนเหนื่อยล้าแล้ว เราปฏิบัติจนพอแรงแล้วเราก็นอนพุทโธต่อไปเรื่อยๆ เพราะถ้าหลับไปกับพุทโธมันมีบุญมีกุศลๆ

เวลามันหลับไปแล้ว อย่างเช่นคนนอนหลับแล้ว สติเราควบคุมไม่ได้แล้วเพราะมันหลับเวลาที่หลับไปแล้วมันฝัน เวลามันฝันมันก็เป็นอยู่ที่วาสนาของคนนะ แล้วถ้ามันได้ประพฤติ

ปฏิบัติ พุทโธฯ จนหลับไป ถ้าได้ฝันว่าไปเฝ้าองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ฝันว่าได้เห็นครูบาอาจารย์ มันอิมเอิบนะ มันมีบุญกุศลของมัน นี่พูดถึงว่า ถ้าเว้นไว้แต่ ตั้งแต่เวลานอนหลับ

แต่ถ้ามันเริ่มต้นในอิริยาบถ ๔ ยืน เดิน นั่ง นอน เวลาเดินจงกรมฯ นะ เราก็เดินปกติธรรมดาเนี่ยแหละ เดินปกติธรรมดาแล้วก็ฝึกหัดไป เหมือนกับคนที่จะสอบใบขับขี่ไปหัดขับรถนะ ใหม่ๆ ก็เงอะๆ งะๆ แต่ถ้ามันขับได้คล่องแล้ว คนที่ขับได้นะ พวงมาลัยเขาใช้นิ้วนี้หมุนเอาเลยสบาย คล่องตัว

นี่ก็เหมือนกัน เดินจงกรมใหม่ๆ ก็เงอะๆ งะๆ เป็นเรื่องธรรมดา แต่หัดเดินไปนะ

“๑. เดินปกติที่เดินทุกวันใช้ไหมคะ”

เดินปกติธรรมดา ที่นี้คนที่เดินปกติธรรมดา เราสงวนไว้ การสงวนไว้ วันไหนถ้าอารมณ์ดี สิ่งกระทบน้อย เราเดินจงกรมโดยปกติธรรมดา แต่ถ้าวันไหนมันเกิดวิกฤติในชีวิต มันมีปัญหา กับชีวิตนี้มาก มันพุ่ง มันรุนแรงมาก เดินปกติธรรมดามันไม่อยู่ เพราะมันยังคิดอยู่ ให้เดินไวๆ

เดินเร็วๆ ก็ได้ เดินปกติธรรมดาก็ได้ แล้วถ้าจิตมันเป็นสมาธิ จิตมันกำลังเข้าด้ายเข้าเข็ม เดินอ้อยสร้อยก็ได้ มันอยู่ที่ว่าเราเผชิญกับอะไร

โดยปกติธรรมดา เข้า สาย บ่าย เย็น ตอนเช้าอากาศก็ดีหน่อย บ่ายๆ ก็ร้อนนิดหนึ่ง ตอนเย็นมันก็ดีขึ้น เดินจงกรมก็เหมือนกัน ถ้าวันไหนถ้าเราปกติธรรมดาเราก็เดินธรรมดา ถ้าวันไหนอารมณ์ที่มันรุนแรง ที่มันไม่อยู่ในอำนาจของเรา เดินให้ไวๆ เดินเร็วๆ เลย

ครูบาอาจารย์บางองค์ท่านพูดประจำ หลวงตาท่านบอกว่า ถ้าถึงเวลาเดินนี้เหมือนวิ่งเลยละ พอมันเดิน มันวิ่ง มันวิ่งมันมีความรู้สึก ความรู้สึกสติมันดีมาก พอดีมากนะ เดียวความคิดมันเบาลงแล้ว เบาลงเราก็เดินเบาลงช้าลงก็ได้ แต่ถ้ามันรุนแรง ใสเข้าไปเลย เดินเร็วๆ เดินจริงๆ จังๆ แต่นี่พูดถึงผู้ประพฤติปฏิบัติใหม่ อาการอย่างนี้ยังจับไม่ได้

นี่พูดถึงว่า เดินโดยความเป็นปกติเหมือนธรรมดาใช้ไหม

ใช่ เดินธรรมดาเนี่ยแหละ ไม่มีอะไรวิเศษไปอย่างอื่นหรอก สิ่งทีวิเศษยอดเยี่ยมคือสติ สิ่งทีวิเศษยอดเยี่ยมคือหัวใจของเรา ถ้าหัวใจของเรามันสงบระงับเข้ามามันจะมีคุณค่ามาก มันไม่มีสิ่งใดมีคุณค่ากว่าหัวใจของมนุษย์นี้เลย แล้วหัวใจของมนุษย์ที่มันพัฒนาแล้วยอดเยี่ยม

ในบรรดาสัตว์สองเท้า องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าประเสริฐที่สุด ประเสริฐมาก ประเสริฐมากถ้าใจมันเป็นธรรมๆ นะ แล้วถ้าใจมันเป็นธรรม เป็นที่ไหนละ มันเป็นที่หัวใจของเรา

“๑. เดินโดยปกติเหมือนทุกวันใช่ไหมคะ”

ใช่ เดินเหมือนปกติเนี่ยแหละ แล้วถ้าอย่างที่ว่า ถ้าวันไหนอารมณ์มันพุ่งชาน มันมีความโกรธมาก ก็เดินเร็วขึ้นนิดหนึ่ง เดินเร็วขึ้นนิดหนึ่ง มันก็เท่าทันกับความคิดใจ เราจะให้เท่าทันกับความคิด เท่าทันกับความพุ่งชานในใจของตน ถ้าวันไหนมันสงบระงับ เดินโดยปกติก็ได้ ถ้ามันจะเข้าด้ายเข้าเข็ม กำลังพิสูจน์ เดินนิ่งๆ เดินอ่อนไหวก็ได้ เราทำเอง เราจะรู้ของเราเอง นี่ข้อที่ ๑.

“๒. เดินเอาจิตไว้ที่ฝ่าเท้ากระทบพื้นใช่ไหมคะ ขวาทุท ข้ายโธ”

ไ้กรณีนี้นั้นเป็นความถนัด มันเป็นครูบาอาจารย์หลายๆ องค์ที่ท่านแนะนำ แต่เมื่อก่อนนี้เราบอกว่ามันไม่สมควร ไม่สมควร ก้าวข้ายพุท ขวาโธ เพราะก้าวข้ายพุท ขวาโธ มันเหมือนกับคำเริ่มต้นที่ว่าเดินช้า เดินปานกลาง และเดินเร็วเนี่ยแหละ เราจะเดินเร็วๆ ไม่ได้ไง

เหมือนรถ รถนี้มี ๔ เกียร์ เราจะบอกว่าเราจะใช้เกียร์ ๑ เกียร์ ๒ เท่านั้น เกียร์ ๓ เกียร์ ๔ เราไม่ใช้ มันไปตัดผลประโยชน์ของตน แต่ถ้ารถมี ๔ เกียร์ เราก็ใช้มันไปตามธรรมชาติของมัน

นี่ก็เหมือนกัน เดินจงกรมเราเดินโดยธรรมดาของมัน เราเร่งก็ได้ ปกติก็ได้ ช้าลงก็ได้ แต่ถ้าข้ายพุท ขวาโธ จะเร่งไม่ได้ เพราะมันไม่ทัน มันเดินไม่ได้หรอก แล้วถ้าเดินไม่ได้เนะ เดี่ยวมันจะสะดุดขาตัวเองล้ม

ฉะนั้น เวลาเดินจงกรมนะ เหมือนกับนั่งสมาธิ เอาความรู้สึกไว้ที่ปลายจมูก เอาความรู้สึกไว้ที่ลมเนี่ยแหละ แล้วทำเดินไปโดยปกติของมัน ทำเดินไปโดยปกติของมันแต่เอา

ความรู้สึกทั้งหมดไว้ที่ปลายจมูก ไว้ที่กำหนดลมหายใจเข้าและลมหายใจออก แล้วเดินจงกรมของเราไป

แล้วถ้าผู้ที่ใช้ปัญญาอบรมสมาธิ คือใช้ความคิดแล้วมีสติเท่าทันกับความคิดไป ก็เดินไปปกติธรรมดา แต่สติเท่าทันกับความคิด ถ้าปัญญาอบรมสมาธิไม่ใช่กำหนดพุทโธ มันไม่ใช่กำหนดลมหายใจ มันมีสติเท่าทันความคิด เท่าทันความคิด ไล่ความคิดไป โดยสติเราทันความคิดไปแล้วเดี๋ยวมันจะหยุด

“๓. ขณะที่จะหันกลับตัว ต้องหยุดดูแล้วค่อยๆ หันกลับหรือไม่คะ”

ปกติพอเดินไปแล้วมันจะเป็นอัตโนมัติ มันจะรู้ของมันเอง ระยะสั้น ระยะยาว อย่างเช่นวันนี้ทางจงกรมเรายาว ๒๕ ก้าว เราก็เดินจงกรม ๒๕ ก้าวแล้วเลี้ยวกลับ หมุนกลับ แล้วก็หมุนทั้งซ้ายและขวา หมุนกลับ ถ้าวันนี้ทางจงกรมเราแค่ ๑๐ ก้าว เพราะทางจงกรมมันบังคับหาเอาที่เราพอใจไม่ได้ เดินจงกรมระยะสั้น ระยะยาว

แล้วถ้ามันจะหันกลับตอนไหน พอมันเป็นแล้ว เหมือนขับรถอีกนะ ขับรถเป็นแล้วเลี้ยวซ้ายเลี้ยวขวาไปได้หมด แต่ถ้ายังขับไม่ได้ แหม! จะเลี้ยวซ้ายนี่เกร็งจนมันจะไปทางขวาเหมือนกัน โดยปกติธรรมดา ฝึกพอเป็นแล้ว เรื่องนี้เป็นเรื่องพื้นฐานปกติธรรมดา

“๔. ขณะเดิน ถ้าจิตส่งออกไปยืนอยู่เฉยๆ หรือหยุดคิดแล้วค่อยเดินใช้ความคิดต่อไปไหมคะ”

เวลาจิตส่งออกนะ จะเดินธรรมดา จะเดินปกติมันเท่าทันอยู่แล้ว ใจที่เท่าซ้ายก้าวเดิน มันไม่ทันความคิดหรอก ความคิดเร็วกว่านั้น ถ้าความคิดเร็วกว่านั้น ถ้าใช้ปัญญาอบรมสมาธิทั้งนั่งสมาธิและเดินจงกรม ก็ใช้ปัญญาไล่ไป แต่ถ้าเราใช้คำบริกรรมพุทโธๆ ก็พุทโธที่ปลายจมูกเท่าทันเดินไป ถ้าใช้ลมหายใจ เราก็ดูที่ลมหายใจ แล้วเท่าทันเดินไป

ยืน เดิน นั่ง นอน เดินจงกรมสัก ๒-๓ ชั่วโมง แล้วก็ไปนั่งต่อ พอนั่งต่อเนื่องไป ถ้านั่งต่อเนื่อง พระบางองค์ต้องนั่งสมาธิก่อนแล้วค่อยมาเดินจงกรม พระบางองค์ส่วนใหญ่เดินจงกรมก่อนแล้วค่อยไปนั่งสมาธิ พระบางองค์ถนัดนั่งสมาธิทั้งวันทั้งคืน พระบางองค์ถนัดเดินจงกรม ๗ วัน ๗ คืน อยู่ที่ความถนัด อยู่ที่วาสนาของคน วาสนาของคน เราจะบอกว่าให้เป็น

ตามตำรับตำรา ตำรับตำรานี้เป็นมาตรฐาน แต่ความจริงนิสัย อำนาจวาสนา ความสะดวกของ
คนแต่ละคนแตกต่างกัน

ค่อยๆ ฝึกหัด แล้วมันจะเป็นไปเรื่อยๆ นี่แค่พิธีนะ

หลวงตาท่านพูดบ่อย ปฏิบัติพอเป็นพิธีๆ

ถือพิธีเป็นเรื่องใหญ่ไฉ่ ถ้านั่งสมาธิ แหม! ต้องกายตรงเลยนะ ถ่ายรูปไว้เลย แหม! นั่ง
สวยงามมาก แต่ความจริง ยืน เดิน นั่ง นอน เพื่อค้นหาใจของตน จะเดินช้าร้าย จะเดินสวยงาม
จะนั่งแล้วเอียงหน้าเอียงหลัง แต่ให้ใจสงบเถอะ ทำเพื่อหัวใจ ทำเพื่อความคิด ถ้าได้ความคิด
นั้นถูกต้องหมด จบ

ถาม : เรื่อง “สอบถามเรื่องการภาวนา”

กราบนมัสการหลวงพ่อก่อนนี้จิตสงบ มีสติพร้อม รูปที่เกิดมันเกิดดับอย่างอิสระ มัน
เปลี่ยนสภาพไปมาอย่างอิสระ จบในวงของมัน ไม่พาไปต่อ แต่พอคลายตัวออกมาเท่านั้น
สติปัญญาเรารู้ไม่เท่าทัน มันจะปรุงโดยอาศัยรูปของความคิดที่เป็นสัญญาเก่าขึ้นมาล่อทุก
วิถีทาง โดยมีอารมณ์ที่เป็นอยู่ขณะนั้นเป็นตัวสัญญาเชื่อมให้มันปรุงออกมาเพื่อให้รักษารูป
อารมณ์ขณะนั้นไม่ให้เปลี่ยนสภาพไป

ถ้าสุขก็อยากจะรักษาความสุขความพอใจนั้นไว้ จึงปรุงมาล่อให้เชื่อเพื่อไม่ให้ความ
พอใจนั้นพร่องหายไป ทั้งที่กำลังพอใจในการปฏิบัติภาวนา มันกลับปรุงขึ้นมาว่า ตัวเองบรรลุ
ธรรมบ้าง ได้รับการยอมรับบ้าง เสียงคำชมจากคนอื่นบ้าง ชมตัวเองว่าเก่งกว่าดีกว่า หากเรา
ขาดสติมันจะหลอกล่อให้เราเคลิ้มและพอใจทันที ทั้งที่สิ่งที่ปรุงขึ้นมานั้นเป็นสัญญาเก่าที่เรา
เคยคุ้นชินมาก่อน ไม่ใช่ความดีความชั่ว ความดีความชั่วมันก็เกิดอยู่ในใจ มองไม่เห็นหน้าของมัน
มันอาศัยการปรุงแต่งเป็นเครื่องล่อ เราจะทำลายความดีความชั่วนี้ได้อย่างไรบ้างคะ ขออุบายค่ะ

ตอบ : นี่เวลาภาวนาไปๆ ไฉ่ เวลาคนภาวนาไปเริ่มต้นฝึกหัดภาวนาก็ภาวนาเพื่อความ
สงบระงับ สุขอื่นใดเท่ากับจิตสงบไม่มี

ที่ว่า “ทำไมต้องทำสมาธิ ทำไมต้องความสงบ ศาสนาพุทธเป็นศาสนาแห่งปัญญา ก็ใช้
ปัญญาไปเลย”

ปัญญาไปเลยก็กิเลสมันหลอกอย่างนี้

ปัญญาถ้าเราใช้ไปเลยนะ หลวงตาใช้คำว่า “สมุทัยเจือ” คือตัวเรามันมีอนุสัย คือมันมีกิเลสอวิชชาอยู่ในจิตในจิตได้สำนึก อยู่ในจิตลึกๆ เวลาเราคิดอะไรไปมันก็มีความเห็นแก่ตัว ความชอบ ความไม่ชอบ มันเจือปนไป เพราะมันเจือปนไปๆ เห็นไหม

ในอภิธรรมบอกเลย “มีกิเลสบ้าง แบบไม่ได้ ต้องเป็นกลาง”

แล้วเป็นกลาง ตอนไหนมันเป็นกลางละ

เราเกิดมาเรามีจิตมีนิสัยของแต่ละบุคคล แต่ละบุคคลนะ เวลาทำความสงบก็ทำความสงบจากจิตนิสัยนั้นเข้ามา ถ้าทำความสงบจากจิตนิสัยนั้นเข้ามาได้ ถ้าสงบคือการชนะตัวเอง การชนะความคิดนั้นนี่คือการทำให้จิตสงบ

แต่ถ้าบอกว่า ถ้าชนะความคิดก็เลยไปกดดัน ไปพยายามบีบคั้น มันก็เลยการทุกข์ยากเป็นการทำสมาธิได้ยากขึ้นมาอีก

มันต้องวางให้มันเป็นกลาง ทำให้มันเป็นธรรมชาติ แล้วเราก็ฝึกหัดใช้สติใช้ปัญญาของเรา รักษาของเรา ฝึกหัดบ่อยๆ เข้าจนมันสงบระงับเข้ามาได้ มันสงบระงับเข้ามามีได้นั้นคือการเอาชนะตนเองได้

การชนะตนเองได้คือกิเลสมันสงบตัวลง

สมาธิ คือกิเลส คือความชอบใจของเรามันสงบตัวลง จิตใจมันจะเด่นชัดเป็นอิสระในตัวมันเอง นี่คือการสมาธิ พอสมาธิมันจะมีความสุขของมัน สุขมากๆ สุขเพราะคนมันเป็นอิสระ คนไม่เคยเป็นอิสระจะไม่เห็นคุณค่าของความเป็นอิสระ แล้วเป็นอิสระขึ้นมาแล้วก็ชั่วครั้งชั่วคราว ชั่วครั้งชั่วคราว

นี่ทำความสงบของใจเข้ามา ถ้ามันทำความสงบใจเข้ามาแล้วมันจะมีความคิดอย่างนี้เห็นไหม เวลาเริ่มต้นก็ใช้สติปัญญาเท่าทันกับอารมณ์ความรู้สึกที่เขาบอก มันทั้งเป็นสัญญาปรุง เป็นสัญญาต่างๆ เวลามันเท่าทันแล้ว เพราะมันเท่าทันความคิดของตนก็คิดว่าตัวเองชนะไป พอคิดว่าตัวเองชนะ เอ๊ะ! นี่บรรลุมรรคหรือเปล่า

ไม่บรรลุลหอก มันไม่มีเหตุมีผล มันไม่มีอะไรเลย แต่ถ้ามันไม่มีเหตุมีผล เราก็ทำของเราต่อเนื่อง เพราะสิ่งนี้เราเรียกร้องไม่ได้ เราจะเรียกร้องว่าเราต้องการอย่างนี้ ต้องทำอย่างนี้ ไม่ได้มันเป็นกรรมเก่า มันเป็นเวรเป็นกรรม

เพราะความย่ำคิดย่ำทำของเธอจะเป็นจิตเป็นนิสัยของเธอ เธอเวียนว่ายตายเกิดในวิภวภูตแต่ละภพแต่ละชาติ เธอทำสิ่งใดย่ำคิดย่ำทำๆ นั่นคือจิตนิสัยใจ แล้วจะเรียกร้องเอาแต่ว่าต้องเป็นอย่างนี้ จะขีดเส้นให้เป็นอย่างนี้ เป็นไปไม่ได้ เป็นไปไม่ได้หรอก

มันเป็นไปได้ก็ชุดหัวใจของตณันแหละ ชุดเข้าไปสู่สันดาน ชุดเข้าไปสู่สันดานสิ่งที่มันฝังในหัวใจนั้นนะ นั่นคือวิธีการประพฤติปฏิบัติ

ทีนี้เวลาประพฤติปฏิบัติขึ้นมา เวลามันมีสิ่งใดที่เกิดขึ้น มันอยากรู้ มันบอกว่า “อย่างนี้เราไม่ใช่บรรลุลหอกแล้วหรือ เราเป็นคนดีไม่ใช่หรือ เราเป็นคนยอดเยี่ยมไม่ใช่หรือ”

ใครๆ มันก็ให้ตัวเองได้ทั้งนั้นนะ เวลาจะชมตัวเองนะ เหมือนกับบ้องไฟเลยละ จุดแล้วพลุบ! ขึ้นเลยละ เดี่ยวมันก็ตก บ้องไฟมันขึ้นไปบนอากาศไม่ได้หรอก หหมดแรงขับมันก็ตก

ความคิดเราคิดเองๆ เราพยายามรักษาของเรา ถ้าเป็นธรรมดานะ สุภาพบุรุษ เรารู้จักผิดชอบชั่วดีโดยข้อเท็จจริง แล้วผิดชอบชั่วดีนั้นแหละ ถ้าเรายึดมั่นในความผิดชอบชั่วดีแล้วทำแต่สิ่งที่ถูกต้องดีงาม สร้างอำนาจวาสนาบารมีของเรา

เช่น ในการประพฤติปฏิบัติ เราเป็นมนุษย์ เกิดมาพบพระพุทธศาสนา พระพุทธศาสนาปฏิบัติบูชาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เวลาปฏิบัติไป เราพยายามอธิบายเรื่องการปฏิบัติที่มันได้บุญกุศล

เพราะเรานั่งสมาธิเท่ากับเราเป็นบุญกิริยาวัตถุ เพราะทุกคนมีสิทธิเสรีภาพที่จะทำอะไรก็ได้ เรามานั่งสมาธิเท่ากับเราเอาตัวของเรา เอาหัวใจของเราถวายพระพุทธเจ้า แล้วเราเอาตัวของเราถวายพระพุทธเจ้า มันไม่มีบุญตรงไหน มันได้บุญอยู่แล้ว

แล้วถ้าพุทโธๆ จมจิตเป็นสมาธิ พุทธะ ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน เราเห็นพุทธะกลางหัวใจของเราเลย ถ้ามันชนะเป็นขั้นเป็นตอนขึ้นมา นี่มันชนะ มันไม่มาอวดดีอย่างนี้

อวดดี ๆ มันเป็นจิตเป็นนิสัยของคน แต่ถ้าเป็นครูบาอาจารย์อย่างเช่นหลวงตา ท่านบอกเลยนะ ปฏิบัติให้คนเห็นไม่ได้

ท่านบอกท่านอยู่หนองผือ นะ กลางวันไม่เคยปฏิบัติให้ใครเห็นเลย จนท่านพูดว่า อาจจะมีพระบางองค์ในวัดคิดว่า หลวงตาพระมหาบัวเป็นลูกศิษย์หลวงปู่มั่น อยู่ใกล้ชิดหลวงปู่มั่นทำไมไม่ปฏิบัติ

ทั้งๆ ที่ท่านปฏิบัติ แต่ไม่ให้ใครเห็นเลย ถ้าปฏิบัติกลางวัน ไปเดินจงกรมในป่า ถ้าจะนั่งสมาธินะ อยู่ในวัดหนองผือ ท่านบอกเลย ประมาณ ๔ ทุ่มขึ้นไปแล้ว พระขึ้นทางจงกรมแล้ว ท่านถึงลงมาเดิน ท่านจะไม่ให้ใครเห็นเลย

มันจะบอกว่า สิ่งนี้มันเป็นการตัดการอวดดี เห็นไหม

อวดดี แหม! ถ้าโยมยังไม่มา ยังไม่นั่งสมาธิ พอโยมมา แหม! อาตมาไม่ว่าง อาตมา กำลังนั่งสมาธินะ เวลาโยมมาจะอวดดี ถ้าอวดดีมันจะมีนิสัยอย่างนี้ เราอยู่ในวงการปฏิบัติเราเห็นมาเยอะ

แต่ไอ้ที่ว่าไม่ให้ใครเห็นเลย นั่นสุดยอด ทำบุญทิ้งเหว ทำคุณงามความดีไม่ต้องให้ใครรู้ ทำคุณงามความดีไม่ต้องให้ใครเห็น ทำคุณงามความดีมันเป็นความดีในตัวเอง แล้วถ้ามันเป็นความดีในตัวเองแล้ว ไม่เรียกร้อง ไม่แสวงหา ไม่ดิ้นรน เห็นไหม ปฏิบัติง่าย

มันเป็นทีนิสัยของคนไง ถ้านิสัยของคนเป็นสุภาพบุรุษ ความดีเป็นความดี สมาธิเป็นสมาธิ ปัญญาเป็นปัญญา มันมีแต่มีจรรยาหรือสัมมา มันผิดและถูก ถ้าผิดก็ลงเหว ถ้าถูก ถูกก็ถูกต้อง

แล้วถ้าลงเหว แล้วถ้ามันไม่ถูก ทำอย่างไร

มัชฌิมาปฏิทา มัชฌิมาปฏิทา คือความสมดุลพอดีของมัน นี่พูดถึงการปฏิบัติใน

เขาบอกว่า จะมีวิธีการอย่างไรทำลายไขความอวดดีอย่างนั้น

ความอวดดี มันอวดดีในหัวใจ มันโผล่ออกมาท่ามกลางหัวใจ มันเป็นเรื่องสุดวิสัย แต่เรามีสติสัมปชัญญะสิ สิ่งนี้ไม่ดี เราไม่คิด เราปฏิเสธได้

อย่างเช่นเขาบอกว่า พุทโธๆ มันจะเกิดนิมิต

เราก็เป็น ทุกคนปฏิบัติก็ต้องเป็น ถ้ามันมี ถ้ามันไม่มีมันก็ไม่เห็น

ไอ้ที่ว่าเห็นนิมิตๆ คนที่ไม่มีก็ไม่เห็นหรอก สงบธรรมดาไป ไอ้คนที่มันเห็นนะ มันเป็น พันธุกรรมของจิต พันธุกรรมของจิตที่มันมีเชื้อไขของมัน ก็แก๊ส แก๊

แก้โดยกลับมาพุทโธชัดๆ พุทโธชัดๆ คือมันไม่ออกไปรู้ อยู่กับตัวมันเอง นิมิตจะเกิดได้ อย่างไม่

นิมิตมันเป็นการบอกว่า ปุณฺณ คือเราทำได้โดยวิทยาศาสตร์ โดยประสาทสัมผัส โดย อูปาทาน นี่คือนิยามสำคัญของปุณฺณ ถ้าจิตมันสงบแล้ว จิตมีกำลังขึ้นมา มันก็จะหลับไปรู้ นั้นนะ มันเป็นการวัดได้ว่าจิตนี้มันพัฒนาขึ้นอยู่บ้าง แต่เหลวไหล ไม่เป็นขึ้นเป็นอัน พอมีกำลัง หน่อยก็เที่ยวออกรู้ ออกรู้ก็พลังงานใช้ ก็จบ

แต่ถ้าคนที่ปัญญานะ ไม่ไป พุทโธไว้ พุทโธชัดๆ ไม่ให้ไป ให้อยู่กับพุทโธ พุทโธเรื่อยๆ จนชนะตนเอง นั่นเป็นสัมมาสมาธิ

นี่เหมือนกัน ถ้ามันอวดดี มันอยากอวดดี เห็นไหม เวลาครูบาอาจารย์ท่านประพฤติ ปฏิบัติ ท่านบอกว่าห้ามคุยกัน เพราะคุยกันแล้วมันจะเป็นดาบสองคม เวลาคุยกัน ธมฺมสากุ จ्ञา ใครประพฤติปฏิบัติมาดีมีอุปายวิธีการอย่างใด เราเอามาสนทนากันเพื่อเป็นแนวทาง

แต่เวลาสนทนาไปแล้ว เวลากลับมาเดินจงกรม นั่งสมาธิภาวนามันก็วิตกวิจารณ์ ที่พูด ไปถูกหรือไม่ถูก ที่พูดไปดีหรือไม่ดี มันเป็นดาบสองคม ถึงไม่ควรคุยกัน ไม่ควรพูด ถ้าไม่มีความ จำเป็น ถ้ามีความจำเป็นถามท่านอาจารย์ซะ อาจารย์ของเราองค์ไหนถามเลย ที่ผมปฏิบัติ ถูกต้องหรือไม่ถูกต้อง แล้วท่านจะแก้ไข นี่พูดถึงว่าในวงปฏิบัตินะ จบ

ถาม : เรื่อง “อสุภะ อสุภัง”

อยากทราบว่า ภาพอสุภะอสุภังที่เราตั้งใจพิจารณานั้น คือเราไม่ได้เหมือนเราเห็นด้วย ตาจริงๆ หรือนิมิตใช่ไหมครับ แต่ใช้อารมณ์ที่สงบเป็นอันเดียวแล้วเพ่งเฉพาะความรู้สึกว่าเป็น

ของสกปรก ปฏิญญารูปที่ต้งขึ้นในความรู้สึก ต้งขึ้นเป็นเนื้อหนังสดๆ เน่าลง ผุพังจนแยกเป็นดิน น้ำ ลม ไฟ แล้วก็ต้งขึ้นมาพิจารณาใหม่อีกเข้าไปเรื่อยๆ

เดินไปนอกบ้านเห็นผู้หญิงหรือผู้ชาย สัตว์ จะน้อมเข้ามาในความรู้สึก แล้วพิจารณาบังคับให้แตกให้เน่าจนเป็นดิน เป็นน้ำ เป็นลม เป็นไฟรวดเร็ว บางครั้งย้อนเข้ามาพิจารณาอสุภะในร่างตนเองบ้าง ปฏิบัติแบบนี้ถูกไหมครับ

ตอบ : ถูก ปฏิบัติแบบถูก เราปฏิบัติแล้วเราก็พิจารณาของเรา เพราะผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เป็นได้ทั้งสมณะ เป็นได้ทั้งวิปัสสนา ถ้าเป็นวิปัสสนา ที่ว่าเราพิจารณาเป็นอสุภะอสุภังพิจารณาเป็นอสุภะอสุภัง ถ้าจิตมันสงบแล้วเวลาพิจารณากายนั้นเป็นอีกเรื่องหนึ่ง

แต่โดยธรรมชาติสามัญสำนึกมันเป็นจินตนาการ มันเป็นจินตมยปัญญา พอจินตมยปัญญา เราพิจารณาว่าให้เป็นของสกปรก ของเน่า ของเสีย แล้วเวลาพิจารณาไป ถ้ามันเป็นไปได้มันก็เป็นไป ถ้ามันเป็นไปไม่ได้คือมันรักษาอารมณ์เราไม่ให้มันฟุ้งซ่าน ไม่ให้ไปยึดไปหมายเรื่องภายนอก มันก็เป็นประโยชน์อันหนึ่ง

เป็นได้ทั้งสมณะ เป็นได้ทั้งวิปัสสนา

แต่ถ้าบอกว่า เวลาเป็นวิปัสสนา ฟังอสุภะต้องจิตรวมเป็นหนึ่งเดียวใช่ไหม แล้วฟังเอา

ถ้าจิตรวมเป็นหนึ่งเดียว ถ้ามันเห็นกาย ถ้าอำนาจวาสนาของคนเป็นแบบนั้นมันจะเห็น แต่ถ้าอำนาจวาสนาของคนที่ไม่เห็นมันก็คือไม่เห็น ไม่เห็นก็พิจารณาเวทนา พิจารณาอย่างอื่นไป เพราะจิตนิสัยไม่เหมือนกัน ไม่เหมือนกัน

หลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่น ครูบาอาจารย์ของเรา เวลาทำนอบรมบ่มเพาะ ทำนอบรมบ่มเพาะเป็นเฉพาะบุคคลๆ แต่เวลาเทศน์เป็นสาธารณะ เทศน์บนศาลา แง่มอใหญ่เทศน์เป็นหลักการ แล้วทุกคนจับประเด็นให้ได้ จับประเด็นให้ได้แล้วไปประพฤติปฏิบัติ แล้วเวลาเกิดขึ้นเกิดขึ้น

เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแสดงธัมมจักขุ มีพระอัญญาโกณฑัญญะองค์เดียวที่ได้บรรลุธรรม เพราะมันเกิดขึ้น เกิดขึ้นคือแบบว่าจิตสงบแล้วเห็นกาย นี่เกิดขึ้น เกิดอสุภะอสุภังนี้ขึ้น เกิดขึ้น สิ่งใดสิ่งหนึ่งที่เกิดขึ้น สิ่งนั้นทั้งหลายต้องดับไป พอมันเกิดขึ้น พิจารณา

แล้วมันย่อยสลาย มันดับไป พระอัญญาโกณฑัญญะมีดวงตาเห็นธรรม พระมหานาม พระอัสสชิยังไม่ได้อะไรเลย

ถ้าเทศน์เป็นสาธารณะ เทศน์โดยหลักการ แต่ผู้ที่ฟังมันเกิดขึ้น คือมันจับประเด็นได้แล้ว มันรู้มันเห็นตามความเป็นจริง แล้วพิจารณาไปบรรลุธรรมเลย นี่มันอยู่ที่วาสนาของคนแต่ละบุคคลไม่เหมือนกัน

นี่ก็เหมือนกัน อสุภะ อสุภัง ถ้าเราจะพิจารณาอย่างนี้ถูกไหม ถูก เรานึกเอา

เวลาเราทำความสงบแล้ว คนทำสมาธิแล้วไม่เห็นกาย ทำอย่างไรละ

น้อมไป คือนึกเอา นึกเอา สมาธิ น้อมไป ผีก็หัด พอมันจับติดแล้ว มันจับติด พอมันเป็นไปได้มันเห็นของมัน เห็นของมัน ตอนนี้นั้นมันเห็นแล้ว นี่คืออุกคหนิมิต คือเห็นภาพ แล้วเวลาพิจารณาแยก ที่ว่าแยกส่วน แยกส่วนนี้วิภาคะ การแยกส่วน การขยายส่วน วิภาคะ อันนี้คือวิปัสสนา แล้วมันเกิดใหม่ นึกเอาไม่ได้ น้อมเอาไม่ได้ มันจะเกิดขึ้นวาสนาของคน อยู่ในสติปัฏฐาน ๔

อันนี้พูดถึงถ้าตามข้อเท็จจริงนะ ตามข้อเท็จจริงถ้าจิตสงบแล้วเห็นตามความเป็นจริง มันถึงจะเป็นสติปัฏฐาน ๔ ในพระพุทธานุสสา ไม่ใช่ว่าสติปัฏฐาน ๔ ในตำรา สติปัฏฐาน ๔ ในตำรา พิจารณากาย พิจารณาเวทนา พิจารณาจิต พิจารณาธรรม มีแต่ตัวอักษร แต่ไม่มีความจริง ความจริงมันจะเกิดขึ้นที่หัวใจนี้ ความจริงเวลาเกิดขึ้น วิปัสสนามันจะเกิดขึ้นอย่างนี้ ถ้ามันเป็นความจริงนะ

แต่คำถามไ้ เวลาเขาคิดอย่างนี้ถูกไหม

ถูก เพราะเป็นได้ทั้งสมณะ เป็นได้ทั้งวิปัสสนา

เวลาหลวงปู่เจี๊ยะท่านสอนใจ หลวงปู่เจี๊ยะท่านสอนนะ กำหนดจิตที่กระดุกข้อนิ้ว กระดุกข้อมือ ท่อนแขน ข้อศอก หัวไหล่ คิดอยู่อย่างนี้ คิดแบบนี้เป็นสมณะ ท่านบอกว่าให้คิดอยู่อย่างนี้เป็น ๒-๓ ชั่วโมง ถ้าคิดอยู่ได้ จิตมันไม่แฉลบคือว่ามันเป็นสมาธิ

แล้วถ้าจิตสงบแล้วถ้ามันเห็นนะ จิตเห็นอาการของจิต จิตเห็นอาการของกาย จิตเห็นอาการของเวทนา จิตเห็นอาการของจิต จิตเห็นอาการของธรรม นั่นถึงจะเป็นสติปัฏฐาน ๔ ในแนวปฏิบัติ

แต่ถ้าเรายังไม่มีพื้นฐาน มันก็เป็นในแนวของสมถะ คือแนวทางนี้มันเป็นธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แต่เราปฏิบัติให้มันเป็นตามความเป็นจริงอย่างนั้น

ถ้าพูดถึงว่า ถ้าทำอย่างนี้ถูกไหม

ถูก ถูกในขั้นของทำความเข้าใจ แล้วถ้ามันถูกแล้วนะ เวลาสงบแล้ว แล้วเราพิจารณาซ้ำมันจะเห็นภาพแตกต่างระหว่างสมถะกับวิปัสสนา

สมถะมันเห็นแล้วมันปล่อย ปล่อย ปล่อย ให้มันเป็นสมาธิ แต่วิปัสสนามันเห็นแล้วใช้ปัญญาแยกแยะ มันเป็นไตรลักษณ์ มันเป็นไตรลักษณ์คือมันเป็นปัญญา พอเป็นปัญญามันเกิดรสชาติ มันเกิดรสของธรรม รสของธรรมชนะซึ่งรสทั้งปวง รสของธรรมชนะทั้งหมดในโลกนี้ที่มีรสชาติ

ความแตกต่าง เวลาที่ปฏิบัติไป ไม่ได้ยกข้างใด เหยียบข้างใด เพราะมันเป็นสมถกรรมฐาน วิปัสสนากรรมฐาน ไม่มีสมถกรรมฐานจะเกิดวิปัสสนากรรมฐานไม่ได้ เพราะมันเป็นสามัญสำนึก มันคิดแบบโลกียะ คิดแบบโลก คิดแบบนี้ไง ออกจากบ้านไปก็พิจารณาภายใน คิดแบบโลก คิดแบบโลกก็คิดเป็นวิทยาศาสตร์ไง

คิดแบบธรรม เวลาเป็นธรรมขึ้นมา ก็เลศใคร่หายบ ก็เลศใคร่กลาง ก็เลศใคร่หนา มันเป็นอย่างหนึ่งเลย เพราะมันจะเป็นสังขารเข้ามาสำรวจเข้ามาคายไ้ความเป็นสังโยชน์ เครื่องร้อยรัด ร้อยรัดจิตไว้กับวัฏฏะ แล้วมันคายออกๆ นั่นเป็นวิปัสสนา

ฉะนั้นพูดถึงว่า ที่ทำอสุภะอสุภังถูกไหม

ใช่ถูกทางวิชาการ ถูกในการประพฤติปฏิบัติ ถูกในการฝึกหัด ถูกไหม ถูก ถูกในการฝึกหัดค้นคว้า

ถ้ามันเป็นความจริงนะ ถ้าเป็นความจริงนะ บัณฑิตตั้ง สันติภูมิโก เรียกร้องสัตว์ทั้งหลาย มาดูธรรม ถ้าใครทำ มันเป็นสังกรรมในใจนะ ตัวเองก็ตื่นเต้น ตัวเองก็หวัศจรรย แล้วยืนยันด้วย เรียกร้องสัตว์ทั้งหลาย เรียกร้องเทวดา อินทร์ พรหมมาดูธรรม

หลวงตาท่านพูดไป ดูใจของข้า ดูความสว่างไสวในใจของข้า

เทวดารู้นะ เพราะว่าสิ่งศักดิ์สิทธิ์มันมี ผู้ใดพูดเท็จ ผู้ใดพูดจริง ถ้าเป็นความเท็จ ความเท็จมันก็เป็นความหลง ถ้าเป็นความเท็จเพราะความหลงผิด ในธรรมวินัยยกเว้นแต่ผู้หลงผิด ผู้หลงผิด ผู้ทำผิดแล้วไม่เข้าใจ ไม่ปรับ แต่ผู้รอดโดยความรู้ อวดโดยทิวภูมิมานะ ปรับหมดนะ นี่พูดถึงว่าในธรรมและวินัย

ฉะนั้นบอกว่า อสุภะอสุภังที่ทำมาทั้งหมดนี้ถูกต้องหรือไม่

ถูกต้องในชั้นสมณะ ถูกต้องในการเอามาท่องบ่น

สมณะคือคำบริกรรม คือบ่นนะ คือท่องนะ ท่องบ่นๆ นี่สมณะ ท่องบ่นเพื่อให้มันสงบ ระวังเข้ามา สงบระวังเข้ามาแล้วฝึกหัดให้เราใช้สติปัญญาของเรา คือใช้ข้อเท็จจริงของจิตที่รู้ที่เห็นนี้ ถ้าใช้ข้อเท็จจริงที่จิตรู้เห็นนี้ มันจะเป็นการฝึกหัดตน เป็นการสำรวจกิเลสในใจของตน มันจะเป็นปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม

ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม ธรรมะนั้นจะคุ้มครองผู้ที่ประพฤติปฏิบัตินั้น

ปฏิบัติธรรมไม่สมควรแก่ธรรม คือปฏิบัติไปโดยที่ว่ามันไม่เป็นธรรม แต่เราใช้ถูลู่ถูกังมัน ไม่เป็นธรรม ไม่เป็นธรรมมันปฏิบัตินะ ปฏิบัติบูชาของคัมภีร์พระเจ้าสัมพุทธเจ้า แต่ความเป็นจริงมันไม่ประกาศในใจตนใจ

แต่ถ้ามันเป็นความจริง ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม ธรรมะคุ้มครองใจดวงนั้น แล้วมันประกาศธรรมจากสัจจะความจริงในใจดวงนั้น มันรู้จริงเห็นจริงในใจดวงนั้น เห็นโลกธาตุ เห็นอวิชชา เห็นทุกอย่างในโลกนี้ เอวัง