

ปัญหากาวนา

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

เทศน์เช้า วันที่ ๒ มกราคม ๒๕๔๔

ณ วัดสันติธรรมาราม ต.คลองคาคต อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

กำหนดนะ อภิธรรมสอนให้กำหนดนามรูปภายใน ให้กำหนดกระทบแล้วรู้ตลอดไป ถ้าพูดถึงอาจารย์มหาบัวสอนเรื่องปัญญาอบรมสมาธิก็สอนอย่างนี้ แต่ท่านไม่ได้บอกมาให้กำหนดกระทบภายในอย่างนั้น ท่านบอกว่า “ให้ใช้ปัญญาตามรู้ตามความเข้าใจไป” เหมือนกันไหม? เห็นไหม ใช้ปัญญาตามความเข้าใจนี้เหมือนกัน

ถึงบอกว่าถูกครึ่งหนึ่ง ครึ่งหนึ่งคือว่าเริ่มต้นตรงนี้มันเป็นการใช้ปัญญาหมุนไป หมุนไป ควบคุมใจใจ เราเรียกว่าคนภาคกลางนี้มันจะเป็นพุทธจริต เห็นไหม พุทธะนี้มันเป็นผู้ที่ใช้ปัญญา มาก จะไม่ค่อยกำหนดพุทฺโธ พุทฺโธนี้ไม่ค่อยลงหรือ มันกำหนดแล้วมันจะเครียดด้วย ต้องใช้ปัญญาคิดใจ

ความคิดอย่างนี้หลวงปู่มั่นไปบอกสมเด็จพระสังฆราช อาจารย์หรือสมเด็จพระสังฆราช จำไม่ได้ว่า สมเด็จพระสังฆราช หลวงปู่มั่น “ทำไมเราชอบคิด?”

หลวงปู่มั่นบอกที่วัดบรมฯ นะ “ให้คิดมากๆ พระเดชพระคุณ ให้คิดไปเลย ให้คิดมากๆ ครับ ให้คิดมากๆ” ท่านไม่ได้บอกให้กำหนดพุทฺโธเลย

วิธีการนี้มันมีมากมาย การจะเดินเข้าทาง ทุกคนบอกว่าการจะเดินเข้ากรุงเทพฯ มันมีทางเหนือเข้าได้ ทางใต้เข้าได้ ทางตะวันออกเข้าได้ เข้าได้หมด สมณะทุกอย่างนี้เข้าได้หมด เข้าได้ กำหนดพุทฺโธเข้ามา กำหนดใช้ปัญญาอบรมสมาธิเข้ามา กำหนดนามรูปเข้ามา มันเข้าไปหาถึงความ เป็นสมณะทั้งหมด มันเข้าไปเป็นความสงบทั้งหมด

แต่ถ้าอย่างนี้ ถ้าพูดถึงของเรา กำหนดใช้ปัญญา กำหนดตามนามรูปก็ได้ เป็นปัญญาอบรมสมาธิให้มันเป็นความสงบเข้ามา ถ้าเราทำอย่างนี้บางที่มันก็ทำได้ บางที่มันก็ไม่สะดวก เห็นไหม กำหนดพุทฺโธบ้างก็ได้ กำหนดลมหายใจเข้าออก พุทฺโธ พุทฺโธนี้ มันอันเดียวกับกำหนดนามรูป

อันเดียวกัน เพียงแต่วิธีการต่างกัน มันอันเดียวกันเลย กำหนดนามรูป กำหนดอะไรนี้ กับกำหนด พุทโธ เพราะนามรูปคือสร้างสติ สร้างขึ้นมา

แต่ขณะที่ว่ากระทบนี้เป็นนามรูปใหม่? เป็น ชัดเจนเลย นี่กำหนดตรงนี้ไง กำหนดพุทโธนี้ มันก็รู้เท่า อันเดียวกัน แต่เรามาแบ่งกันเองว่าทาง โนนถูกทางนี้ผิด

ทีนี้ที่ว่าเราบอกว่าอิทธิธรรมนี้ถูกครึ่งหนึ่งก็ตรงนี้ไง สำคัญมากเลย ตรงที่กำหนดเข้ามา กำหนดนามรูปกระทบเข้ามาแล้วมันจะปล่อยวาง พอมันปล่อยวาง เขาก็เข้าใจว่าเป็นวิปัสสนาแล้ว ใช่มั้ย? ถ้าเป็นวิปัสสนา มันถึงพอปล่อยวางเสร็จแล้ว ตรงนี้ต้องเป็นผลของวิปัสสนา คือว่าเป็น มรรคเป็นผล

แต่ถ้าสำหรับครูบาอาจารย์เราบอกว่า “ถ้ากำหนดสมณะเข้ามา มันเป็นการสงบเข้ามา เฉยๆ ความสงบเข้ามานี้เป็นผลส่วนหนึ่ง เป็นผลในสัมมาสมาธิ” ทำสมาธิเข้ามาเพื่อหา สัมมาสมาธิ สัมมาสมาธินี้เป็นมรรคตัวเดียว แล้วมรรคอีก ๗ ตัว นี่การงานชอบชอบตรงนี้

พอมันสงบเข้ามาใช้ใหม่ เรากำหนดนามรูปนี้สงบเข้ามา แต่สงบแล้วเขาจะปล่อยวาง พอ ปล่อยวางเขาว่าอันนี้เป็นผลแล้ว แล้วค่อยกำหนดปล่อยวางเข้าไปเรื่อยๆ ปล่อยวางเข้าไปเรื่อย มัน ก็จะหมุนวนอยู่ตรงนั้น มันไม่ก้าวเดิน แต่ถ้าเป็นครูบาอาจารย์เรา พอปัญญาอบรมสมาธิ พอจิตมัน สงบขึ้นมา จะเป็นปัญญาใช้ความคิด ปัญญาอบรมสมาธิก็แล้วแต่ จะกำหนดพุทโธก็แล้วแต่ นี่มัน เป็นสัมมาสมาธิ

พอสัมมาสมาธิ งานชอบชอบตรงไหน ที่เราเน้นตลอดนี้งานชอบ ชอบที่ว่าพิจารณาภายในใจ ใจที่ว่าเขาบอกอารมณ์กระทบนามรูปเมื่อไหร่ที่เขาพิจารณากัน มันพิจารณาที่เงา ที่เงาใจ อารมณ์ ที่เกิดขึ้นมันจับต้องได้ เห็นไหม มันก็จะพิจารณาที่เงา

พอพิจารณาเท่าทันเงา เงานี้มันมีชีวิต เพราะมันเป็นนามธรรม มันรู้เท่าทันเข้ามันก็ปล่อยวาง พอปล่อยวางเงาขึ้นมาก็เข้าถึงตัวของจิต เห็นไหม แต่ตรงนี้คนหาไม่เจอ มันจะว่างหมด พอ มันปล่อยเงา คิดคฤติ สมมุติเราปล่อยเงาปั๊บ ใจเราปล่อยแล้วเราก็ปล่อยหมด เราก็ต้องว่างหมดใช่ ไหม? แต่จริงๆ พอปล่อยหมดแล้ว ตัวพลังงานคือตัวที่มันปล่อยมันยังอยู่

นี่หาตัวพลังงานตัวนี้ ตัวที่มันปล่อยเขา ตัวนี้คือตัวจิตแท้ ถ้าเจอตัวนี้ได้งานชอบ แต่เขา ไม่หาตรงนี้ไง เขาปล่อยวางเข้ามาเรื่อยๆ ปล่อยวางเข้ามาเรื่อยๆ เขาไม่ค้นคว้าตรงนี้ไง ถ้าค้นคว้า

เทคนิคมันอยู่ตรงนี้ สำคัญที่สุดตรงนี้ ตรงที่ว่าถ้ามันคู้ขึ้นมาไง มันคู้ขึ้นมา มันพยายามคั้นขึ้นมา ถ้ามันเจอพลังงานตัวนี้ขึ้นมา นั่นคือพิจารณาความจริงของมัน

แล้วมันจะไปกระทบเอาภายใน มันเป็นความจริงของมันบีบ เวลาเราไล่เข้าไปนะ ไล่เข้าไป ถ้าจับต้องได้ไล่เข้าไป นี่ถึงจะเป็นภาวนามยปัญญาไง เวลาพูดถึงภาวนามยปัญญา พูดไปใคร ฟังไม่รู้เรื่องหรือ เขาว่าใช้ปัญญาตริกตรองนี่เป็นวิปัสสนา..

ไม่ใช่! มันเป็นโลกซัดๆ เลย เราคิดขึ้นมาจากเราทั้งหมด เราคิดขึ้นมาจากเรา ความคิดนี้เป็นเรา เราเป็นตัวคิดขึ้นมา มันไม่ใช่ถ้าภาวนามยปัญญามันเกิดขึ้น มันจะไม่ใช่เราคิด มันจะมีความคิดที่ว่ามันคิดขึ้นมาได้อย่างไรก็ไม่รู้ บางทีมันแปลก ความคิดของเรานี้บางทีมันขึ้นมา กิเลส มันขึ้นมา มันคิด เราจะรู้ตัวเราเอง เราคิดขึ้นมา มันคิดขึ้นมาโดยที่เราไม่รู้สีกตัวเลย บางอย่างนี้ไม่รู้สีกตัวขึ้นมาเลย มันคิดขึ้นมาแบบกระทุ้งขึ้นมาโดยที่ว่ามันสมุฏฐานอยู่ที่ไหนเราก็ไม่เห็น

แต่ไอ้ความคิดที่มันจะทันตรงนี้ มันคิดขึ้นมาได้อย่างไร มันทันกัน เอ้า..ฟังสิ! แล้วเป็นเราได้อย่างไร? มันยังไม่เป็นเราเลย ถ้าเป็นเรา มรรคเราไม่สามัคคีไง มรรค ๘ นี้ไม่สามัคคี ถ้ามันหมุนไปเพราะอะไร เพราะมีสมณะ ความที่เป็นสมณะนี้สำคัญที่สุด สำคัญตรงที่ว่ามันจะได้รู้คั้นเข้ามาหาหัวใจ ถ้าหาหัวใจเจอ มันถึงบอกมันจะเป็นวิปัสสนา ถ้าเป็นวิปัสสนามันจะก้าวเดินไป

อันนี้เป็นเหตุผลนะ แต่ถ้าเรายังทำไม่ถึง ตัวนี้วางไว้ก่อน เรายังทำไม่ถึงหรือ เราต้องการความสงบก่อนแล้วต้องการพื้นฐาน ถ้าต้องการพื้นฐาน เราอยากให้กำหนดลมหายใจเข้าออก แล้วพุทโธ พุทโธพร้อมกับลมหายใจเข้าออก แล้วถ้ามันผิดพลาดเราค่อยแก้ไขกันไป มันจะมีความถึงเลสงสัย มีความผิดพลาด

แล้วอีกอย่างหนึ่ง คนเรามันยังไม่อยากทำเพราะ! เพราะทำแล้วไม่ค่อยได้ผลไง เวลาทำแล้วไม่ได้ผลแล้วมันก็ท้อใจ มันสำคัญตรงที่มันจะท้อใจ ถ้าเราไม่ท้อใจ เราทำของเราไปเรื่อยๆ ทำของเราไปเรื่อยๆ มันเป็นเรื่องที่ทำได้ยาก

แต่ถ้ากำหนดคอกิธรรนามรูป มันมีสิ่งที่จับต้องได้ มันเห็นผลไง มันจะเห็นผลเลยนะ เห็นผลที่มันปล่อยางๆ นี่ปัญญาอบรมสมาธิมันก็คืออย่างนี้ ดีที่ว่าอย่างพวกเรามีปัญญาไง เวลามันคิดขึ้นมามีประเด็นขึ้นมาแล้ว เราก็คิดย้อนประเด็นนั้นเข้าไป มันจะปล่อยางอารมณ์นั้น พอมันปล่อยาง นี่เป็นสมาธิโดยพื้นฐาน สมาธิของปัญญานะ

ต้นไม้ถ้าเราโค่นต้นไม้ ต้นไม้นี้จะถ้าเราฟันโคนมัน เวลาล้มๆ ทั้งต้นเลย ครึ้นเลยนะ เวลา
ครึ้นลงไปนี่นะ สมานิเรากำหนดพุทโธ พุทโธ พุทโธ เวลามันลงไปมันจะลงวูบอย่างนี้ คนถึงว่า
โอ้.. สมานินี้มีความสุขมาก

แล้วเวลาเรากำหนดปัญญาอบรมสมานิ มันเหมือนกับต้นไม้มันปลูกอยู่ข้างติดกับ
สิ่งก่อสร้าง เราจะโค่นล้มไม้ได้ เราต้องขึ้นไปข้างบนนะ เราไปตัดทีละกิ่ง แล้วเราก็ต้องทอนมัน
ลงมาทีละกิ่ง ทอนลงมาทีละกิ่ง ลงมาทีละกิ่งจนเหลือโคนต้น เราตัดโคนต้น มันนิดเดียว เห็นไหม
มันก็ล้มเบาๆ

มันถึงว่าสมานิมันถึงไม่เหมือนกันใจ เราเทียบถึงความเป็นสมานิ เทียบถึงใจ ถ้าสมานิลง
ประจำ (เทพสิ้นสุดเพียงเท่านั้น)