

พุทธปัญญา

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๑๓ เมษายน ๒๕๕๘

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

ถาม : เรื่อง “กิเลสหลอก”

กราบนมัสการหลวงพ่อกี่เคารพ ลูกขอกราบขอบพระคุณหลวงพ่อกี่เมตตาตอบคำถามเกี่ยวกับการเดินจงกรมและนั่งสมาธิ (หัวข้อ “ใจร่วมเดิน”) ลูกได้กำลังใจและนำความกระจ่างในการปฏิบัติเป็นอย่างมาก โดยเฉพาะการนั่งสมาธิเจ้าคะ

เมื่อวันอาทิตย์ที่ผ่านมา ลูกได้ไปกราบและฟังเทศน์หลวงพ่อกี่วัด รู้สึกว่าฟังเทศน์แบบสดๆ ยังมีพลังต่อจิตใจมาก ลูกจะหาโอกาสไปกราบและฟังเทศน์หลวงพ่อกี่วัดบ่อยๆ เจ้าคะ ครั้งนี้ลูกขอรายงานการปฏิบัติและกราบขอความเมตตาหลวงพ่อกี่ช่วยแนะนำด้วยเจ้าคะ

๑. ลูกเดินจงกรมต่อเนื่องแล้วเกิดเป็นสมาธิ ตอนแรกเดินเร็ว บังคับควบคุมไม่ได้ จนสุดท้ายค่อยๆ เดินช้าลงจนยืนนิ่งๆ ก้าวต่อไม่ได้ ตอนนั้นใจมันก็คิดว่าร่างกายนี้ไม่ใช่เรา เราแค่มาอาศัยอยู่ สุดท้ายร่างนี้ก็ถูกกองทิ้งเหมือนขอนไม้ แล้วเราก็ไม่อาจรู้เลยว่าต่อไปเราจะไปอยู่ที่ไหน แบบไหน มันเสียงและอันตรายเหลือเกิน คิดถึงตรงนี้นั้นก็เกิดความรู้สึกเศร้าและกลัวในวัฏสงสาร

จากนั้นพอสมาธิคลาย ก็ขยับนั่ง แต่ใจยังนึกต่อเนื่อง ใจยังนึกถึงความไม่แน่นอนของการเวียนว่ายตายเกิด เราเหมือนถูกปิดหูปิดตาให้มีดบาด ถูกกิเลสหลอกหลวงคอยเอาขนมหวานมาล่อให้เราติดอยู่ ทำให้เวียนว่ายตายเกิดอยู่ร่ำไป หาทางออกไม่ได้ ตอนนั้นน้ำตาก็ไหลด้วยความรู้สึกคับแค้นใจ เหมือนเราถูกกระทำอยู่ฝ่ายเดียวโดยที่ไม่มีทางต่อสู้ได้เลย ร้องให้อยู่อย่างนั้นนาน

จนสักพักก็ได้ความคิดแวบขึ้นมาว่า เราก็ไม่ได้สิ้นไร้ไม้ตอก เราก็เป็นลูกมีพ่อแม่ แม่ พระพุทธองค์ผู้เป็นศาสดาก็ได้สั่งสอนหนทางที่จะพ้นทุกข์ให้แล้ว พ่อแม่ครูอาจารย์ท่านก็ได้ทำให้ดูถึงการหลุดพ้นเป็นอิสระ เหลือแต่เราจะเดินตามทางที่ท่านวางไว้ให้เท่านั้น พอดคิดถึงแค่นี้ น้ำตาก็หยุดไหล ไม่เหลือความกลัว ความคับแค้นในใจอีกเลยเจ้าค่ะ แล้วก็ลุกขึ้นเดินต่อไป

๒. หลวงพ่อเมตตาสั่งสอนให้นั่งสมาธิโดยใช้พุทโธกำกับอยู่ตลอด ลูกก็ฝึกนั่งดูลมหายใจโดยใช้พุทโธกำกับ รู้สึกว่าลมหายใจเบาลงเรื่อยๆ จนถึงจุดหนึ่งที่กำหนดพุทโธ แต่ไม่รู้สึกรู้สึกว่ามีลมเข้าออก จึงกำหนดตามความรู้สึกที่เหมือนจะมีจังหวะการหายใจเข้าออก ก็นั่งอยู่อย่างนั้นอยู่นานจนรู้สึกวาลมหายใจเริ่มชัดขึ้น แล้วก็คลายออกมา อันนี้ลูกกำหนดถูกหรือไม่อย่างไรเจ้าค่ะ (เกรงว่าจะเป็นการเข้าภวังค์อยู่ค่ะ) กราบขอบพระคุณหลวงพ่อบ้าง

ตอบ : นี่พูดถึงว่าคำถาม คำถามเกี่ยวกับว่าโดนกิเลสหลอก แต่ว่าคำว่า “โดนกิเลสหลอก” เวลาเขาโดนกิเลสหลอก ถ้ากิเลสหลอกมันก็จะหลอกว่าเราปฏิบัติแล้วประสบความสำเร็จ เราปฏิบัติแล้วมีความว่าง เราปฏิบัติแล้วจะมีความดีงามไปหมด นั่นกิเลสหลอกให้เราลั้งเผลอ

เวลากิเลสมันหลอกนะ คนถ้ายังไม่ได้ปฏิบัติ หนึ่ง ไม่เคยเห็นหน้ากิเลสก็ไม่เข้าใจว่ากิเลสมันจะโหดร้ายขนาดไหน เรานึกว่ากิเลส ถ้าเจอมันแล้วมันก็เหมือนวัตถุสสารที่พอเจอมันแล้วมันก็จะหลบเลี่ยงหนีไป

แต่ความจริงกิเลสมันเป็นสิ่งที่มีชีวิต สิ่งที่มีมันต่อรองได้ ถ้าเรายังไม่ได้เห็นตัวมัน มันก็หลบซ่อนอยู่ให้เราองอาจกล้าหาญ ทำสิ่งใดประสบความสำเร็จ แต่พอมันเข้าไปชิดตัวมันนะ เวลามันจะหลอกนะ มันพลิกมันแพลง มันพลิกมันแพลงให้เราผิดพลาด ให้เราลุ่มหลง ให้เราหาทางไปไม่ได้

เวลามันจะหลอกนะ มันหลอกถึงว่าเราได้มรรคได้ผล แล้วมันไม่ได้ เวลากิเลสมันหลอก มันพลิกแพลงหลอกเราเรื่อยแปดพันเก้า เวลากิเลสนี้ เพราะกิเลส หนึ่ง มันไม่ให้เรารู้จักมัน มันไม่ให้เราเห็นตัวมันเลย แล้วพอไม่ให้เห็นตัวมันแล้ว ในเมื่อเข้าไปไม่ถึงตัวมัน มันก็พลิกแพลง เวลามันพลิกแพลงนะ กิเลสมันบังเงา

เวลากิเลสมันบังเงานะ เห็นใหม่ หมา สุนัขเวลามันเห่า มันก็เห่าแบบสุนัขใช่ไหม
แต่เวลามันห่มหนังเสือนะ มันจะเห่าให้เป็นเสียงเสือไง เวลาเสือมันคำรามนะ โอ้โฮ!
คำรามนี่เสียงลั่นเลย เสียงเสือ

เวลาหามันเห่ามันไม่เหมือนเสือหรือก แต่เวลามันเอาหนังเสือมาครอบไว้จะ
มันบอกจะเห่าให้เหมือนเสียงเสือ แล้วมันเห่า มันเข้าใจว่ามันเห่าแบบเสียงเสือ แต่
มนุษย์เราฟังเสียงก็รู้ว่ามันเสียงหมา ไม่ใช่เสียงเสือ

เวลากิเลสมันจะหลอกเรานะ เวลาเราศึกษาธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัม
พุทธเจ้า เรารู้ไปทั่ว เราพูดธรรมะนี้แหล่ม! มันน่าฟัง พูดธรรมะนี้ทุกคนเคลิบเคลิ้มเลยละ
อ้อหืม! ปัญญา มันสุดยอดเลย แต่ถ้าคนเป็นนะ มันเสียงสุนัข ไม่ใช่เสียงเสือ

เสียงเสือนะ เสียงเสือ ถ้าเสือมันคำราม โดยธรรมชาติเลย เราเห็นเสือ ทุกคนก็
กลัวแล้ว เวลาเราเห็นเสือนะ ถ้าเสือหลุดจากกรงมา ใครเห็นเสือ วิ่งหนี ไม่มีใครจะเดิน
เข้าไปหาเสือหรือก ไม่มีใคร ถ้าเห็นเสียงเสือนะ ถ้าเสือมันคำราม

ฉะนั้น เวลาการแสดงฤทธิในพระพุทธศาสนา องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า
บอกว่าการบันลือสีหนาท การเทศนาว่าการมันปราบกิเลส กิเลสนี้หมอบเงียบ ถ้ามันคน
รู้จริงนะ

แต่ถ้าคนไม่รู้จริงนะ เวลาสุนัขมานี้มันกระดิกหางแล้ว สุนัขมันห่มหนังเสือนะ
มันวิ่งเข้ามาหาเรา มันกระดิกหางเลยละ มันประจบ มันประจบ มันเข้ามาหาเลย ฉะนั้น ไม่
ต้องไปหามันหรือก มันวิ่งเข้ามาหาเลย

นี่ก็เหมือนกัน เวลากิเลสมันมาหลอกใจ เวลากิเลสมันหลอก มันอ้างธรรมะ อ้าง
ทุกอย่าง แล้วเราก็เชื่อมัน ฉะนั้น คนไม่มีวุฒิภาวะก็คิดว่า เพราะคนจะพูดอย่างนี้บ่อย
มาก ฉะนั้น ในเรื่องการเผยแผ่พระพุทธศาสนานะ มันก็มีพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์
เวลาเผยแผ่ธรรม พระสงฆ์เป็นธรรมทูต เพราะต้องศึกษา ศึกษาแล้ว ไปเผยแผ่ เวลาเผย
แผ่ก็ธรรมะพระพุทธเจ้าทั้งนั้นนะเวลาพูดออกมา ธรรมะของพระพุทธเจ้า

แล้วเวลาไปเผยแผ่นะ ในทางตะวันตก จริงๆ เขาก็ศึกษาได้ แต่ที่เขาเห็นพระ
เห็นชาวตะวันออกเขาอยากให้ออนสมาธิเขา เขาอยากปฏิบัติ โดยจริงๆ เขาอยาก

ของเขา นั่นแหละความเห็นที่เขาบอกในพระพุทธศาสนาไปไง เขาบอกไป นี้อยู่ในพระไตรปิฎก

เวลาที่ว่า สิ่งที่ว่าเวลากิเลสมันหลอกๆ มันหลอกให้คนเสียหายขนาดนั้นนะ ฉะนั้น นี่พูดถึงว่ากิเลสหลอกนะ พอกิเลสหลอก ทั้งชีวิตเลย ไปกับมันหมด แล้วทำคุณงามความดีมากขึ้นก็เป็นอีกเรื่องหนึ่งเลย นั่นเวลากิเลสมันหลอก

แต่เวลาย้อนกลับมาที่คำถาม คำถามว่า เวลาครั้งที่แล้วเขาบอกว่าเขาเขียนถามมาเรื่องการเดินจงกรม แล้วจิตใจมันร่วมเย็นมาก

คำว่า “จิตใจร่วมเย็นมาก” เราบอกว่าใจมันร่วมเดิน เราเดินจงกรมนี้ เราเดินจงกรม นั่งสมาธิภาวนา มันแสนทุกข์แสนยาก เพื่อจะเอาใจเราไว้ไง เราตั้งใจจะเดินจงกรม นั่งสมาธิภาวนา เราตั้งใจทำคุณงามความดี เราอยู่ในทางจงกรม อยู่ในท่าที่นั่งสมาธิภาวนา นี่เป็นการปฏิบัติบูชาของศีลสมาธิวิมุติพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แต่ทำไมเอาใจเราไว้ไม่ได้ล่ะ ทำไมใจมันเร่าร้อนล่ะ จิตใจของเรา ฆราวาสยังไม่ได้ทำ นี่ก็ยังไม่ได้ทำ มรรคผลมีจริงหรือเปล่า ปฏิบัติแล้วจะได้หรือไม่ได้ พุทโธก็พุทโธอยู่ แต่ความคิดมันแลบไปเรื่อยนี่ไง จิตใจมันไม่ร่วมเดินด้วยไง

เวลาจิตใจโดนกิเลสมันบังคับ ทั้งๆ ที่เรามีเจตนา เจตนาของเราเป็นอดีต ตั้งต้นเจตนาเป็นปัจจุบัน พอเข้าทางจงกรมไปแล้ว คิดเรื่องอื่นแล้ว เจตนาเป็นอดีตไปแล้ว มันคิดแต่เรื่องอื่น จิตใจมันไม่ร่วมมือด้วย การเดินจงกรมนั้นก็มีความทุกข์ยาก การเดินจงกรมนั้นมันก็เร่าร้อน

แต่ถ้าเราพุทโธๆ ตั้งสติแล้วบังคับจนจิตมันอยู่ในอำนาจ จิตมันอยู่กับเราไง เราพุทโธ จิตก็พุทโธด้วย เราเดินจงกรม จิตก็เดินจงกรมกับเราด้วย เรา นั่งสมาธิ จิตก็นั่งอยู่ด้วย จิตมันไม่ไปข้างนอกใจ จิตมันก็อยู่กับเรา เห็นไหม ถ้าจิตมันร่วมมือด้วย

จิตมันร่วมมืออะ ไฉ่โฮ! ภาวนาสะดวง ภาวนาดี ดีน่าดูเลยถ้าจิตมันร่วมมือ ถ้าจิตมันไม่ร่วมมืออะ เราตั้งใจ เราเจตนาแล้วเดินจงกรม นั่งสมาธิภาวนา แต่มันคิดแลบไปข้างนอกหมดเลย มันไม่อยู่กับเราเลย

เห็นไหม อันนี้ถ้าจิตมันร่วมเดินด้วยมันก็เป็นแบบนี้ แต่ที่เราพูดนี้เราจะบอกว่า เวลาอาการอย่างนี้เป็นแบบนี้ แต่มันมีเจริญแล้วเสื่อม จิตเดี่ยวมันก็ร่วมมือด้วย เดี่ยวมันก็ต่อต้าน เดี่ยวมันก็พลิกแพลง เดี่ยวมันก็ซุดหลุมพราง มันซุดหลุมพรางเลยละ มันซุดหลุมพรางให้เราตกเลยละ

เวลามันซุดหลุมพรางก็เป็นหลุมพรางใช่ไหม เวลาเราคิดตามมันไปก็ตกไปในความคิดนั้น ตกไปในความยึดมั่นถือมั่นนั้น ตกลงไปบอกว่า นรกสวรรค์ไม่มี มรรคผลนิพพานก็ไม่มี แล้วปฏิบัติไปทำไม นี่มันซุดหลุมพราง แล้วเราก็ตกไปในหลุมพรางมัน แล้วเราก็เชื่อมั่น เชื่อมมันแล้วเราก็หมดโอกาส เพราะพอเชื่อมั่นแล้วเราก็ตกมันไปแล้ว

เวลาจิตมันเป็นได้หลากหลายนัก หลวงปู่มั่นท่านพูดไว้เอง เพราะหลวงปู่มั่นท่านเข้าไปเผชิญกับจิตของท่านเอง แล้วท่านแก้ไขจิตของท่านเอง ท่านถึงบอกว่าจิตนี้มันมหัศจรรย์ ดินะ มนุษสเทโว เป็นมนุษย์อย่างกับเทวดาเลยละ เวลามันร้าย มนุษสติ รัจฉานใน ร่างกายเป็นมนุษย์ จิตใจเป็นสัตว์ ทำร้ายเขา ทำลายเขา มันเป็นได้หลากหลาย จิตนี้เป็นได้หลากหลาย เป็นได้ทุกอย่างเลย

ฉะนั้น ถ้าจิตมันร่วมเดินด้วย จิตมันอยู่กับเราด้วย การภาวนามันก็ดี แต่มันมีเจริญแล้วเสื่อมไป เวลาดีก็อยู่กับเรา เวลาเสื่อมไป ที่ภาวนาที่มันยาก มันยากตรงนี้ ยากตรงที่เราพยายามจะรักษาดูแล ชำนาญในวิธี ชำนาญในการเข้าและการออก

ถ้าชำนาญในการเข้าและการออก เวลาเข้าสมาธิ จิตมันดีแล้ว สิ่งที่มีค่าที่สุดคือหัวใจของมนุษย์ แล้วหัวใจของมนุษย์ได้สัมผัสธรรมะนี้มันประเสริฐมาก

เราศึกษามา เราไปท่องไปจำมา มันอยู่ข้างนอก ข้างนอกหมายถึงว่าสัญญาคือความจำ เดี่ยวก็จำได้ เดี่ยวก็ลืม แต่ถ้าเราเดินจงกรม มันสงบคนเดียว ไม่ใช่ความจำ... ความจริง มันอยู่กับใจ

หนเดียวใช่ไหม แล้วทุกซักรอนทั้งวัน ทุกซักรอนเป็นเดือน มันเทียบได้ว่าเราเคยสงบ เราเคยว่าง เราเคยเห็นใจของเรา มันมีอยู่จริง เราทำได้จริง มันทำให้เรามั่นคง ทำให้ความเพียรเราเข้มแข็ง ทำให้เราทำของเราได้ เพราะเราเคยเห็น เราเคยเห็น เราเคยได้สัมผัส นี่ไง ผลของมันถ้าเราทำของเราได้

ฉะนั้น ถ้าทำได้ ใจร่วมเดิน เขาถามว่าเราใจร่วมเดิน แล้วคราวนี้เข้ามามานะ มุ
มานะทำมากขึ้น จนถึงคำถาม

“๑. ลูกเดินจงกรมต่อเนื่องแล้วเกิดเป็นสมาธิ ตอนแรกเดินเร็ว บังคับควบคุม
ไม่ได้ จนสุดท้ายค่อยๆ เดินช้าลงจนยืนนิ่งก้าวต่อไม่ได้ ตอนนั้นจิตมันก็คิดว่า ร่างกายนี้
ไม่ใช่ของเรา เราแค่มาอาศัยอยู่ สุดท้ายแล้วร่างนี้เราก็ต้องทิ้งเหมือนขอนไม้ แล้วเราก็
ไม่อาจรู้ได้เลยว่าต่อไปเราจะอยู่ที่ไหน แบบไหน มันเสี่ยงและอันตรายเหลือเกิน คิดถึง
แล้วถึงตอนนี้มันเกิดความรู้สึกเศร้าและกลัวในวิญญูสงสาร”

นี่เวลาเขาคิดไป เวลาเราบอกว่าความคิด ความคิดที่ร่างกายนี้ไม่ใช่ของเรา
ร่างกายนี้เหมือนขอนไม้ เราฟังทุกวัน ใครบ้างคิดไม่ได้ ทุกคนก็คิดได้ทั้งนั้นนะ ทุกคน
รู้สึกได้ทั้งนั้นนะ แต่ทำไมมันไม่ซาบซึ้งล่ะ แต่มันคิดแล้วทำไมมันไม่ซาบซึ้ง ทำไมมันไม่
สังเวชล่ะ

แต่ถ้ามันซาบซึ้ง มันสังเวชนะ ถ้าจิตมันดีมันก็คิดได้ดีใช่ไหม ถ้าจิตมันเป็นสมาธิ
ล่ะ เดินจงกรมจนจิตมันเป็นสมาธิ พอคิดได้ขึ้นมาอย่างนี้ เห็นใหม่ น้ำตาไหลพรากเลย
นะ น้ำตาไหลพราก สิ่งนี้มันคืออะไรล่ะ

เราจะบอกว่า เวลาเกิดภavana เวลาเกิดปัญญา ปัญญามันมีหลากหลาย
ปัญญาทางโลกเขาเรียกว่าโลกียปัญญา ปัญญาทางโลกนะ ถ้าการศึกษา สุตมย
ปัญญานี้ปัญญาทางโลก แล้วเวลาคิดขึ้นมามันเป็นโลกียปัญญา เพราะมันคิดจากจิต
ดิบๆ จิตของเรา สามัญสำนึกมันคิดอย่างนี้

แต่ถ้าเราทำสัมมาสมาธิ มันปล่อยๆ มันปล่อยขั้นธเข้ามา มันปล่อยสัญญา
อารมณ์เข้ามาเป็นเอกเทศ พอมันเป็นเอกเทศ เป็นสมาธิ มันไม่มีสมุทัย สมุทัยคือตัวตน
สมุทัยคือความบวกของเรา ความคิดบวก บวกด้วยความเห็น บวกด้วยความเห็นแก่ตัว
บวกด้วยทิฏฐิมานะ บวกด้วยความไม่รู้ นี่คือสมุทัยหมดเลย แล้วความคิดมันเกิด
ท่ามกลางสิ่งที่ไม่สะอาดบริสุทธิ์ สิ่งนี้มันถึงเป็นโลกียปัญญาไง เราต้องทำความสงบ
ของใจเข้ามา ถ้าใจมันสงบเข้ามามันจะเกิดพุทธปัญญา ปัญญาพุทธะ พุทธะเพราะว่า
อะไร พุทธะเพราะจิตเป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน สมุทัยมันไม่เจือปนเข้ามา

สมุทัยมันเจือปนมาน้อย ถ้ามันมีเจือปน เจือปนมาน้อย แต่มันยังไม่สะอาดบริสุทธิ์ แต่ถ้าจิตมันสงบแล้วความคิดอย่างนี้มันเกิดขึ้น ถ้าเกิดขึ้น ถ้ามันเป็นธรรม ธรรมมันก็ผุดขึ้นมา ธรรมมันผุดขึ้นมา แต่มันผุดขึ้นมาเพราะจิตมันสงบไป จิตมันมีสัมมาสมาธิไป ถ้าจิตเป็นสัมมาสมาธิ

ที่ว่าจำเป็นๆ ว่าทำไมนักปฏิบัติ ทำไมกรรมฐานเราทำไมต้องทำความสงบของใจก่อน ทำไมต้องทำความสงบของใจ

เพราะถ้าใจมันสงบ เวลามันเกิดปัญญา ตัวเองเกิดปัญญานะ มันสังเวช มันเห็นโทษของการเกิด การแก่ การเจ็บ การตาย แล้วมันยินเลย ยืนอยู่ เห็นไหม แล้วเวลาสมาธิมันคลายตัวออกมา แล้วมันมานั่งต่อไป พิจารณาต่อไป น้ำตามันไหล น้ำตามันไหล น้ำตาไหลพราก น้ำตาไหลพราก

คำว่า “น้ำตาไหลพราก” คำว่า “น้ำตาไหล” มันสะท้อนหัวใจ เขาเรียกธรรมสังเวช คนเรานะ เกิดความสังเวชสะท้อนใจ เกิดความสังเวชสะท้อนใจ มันก็สะท้อน พอมันสะท้อนใจ ถ้าน้ำตามันไหล คำว่า “น้ำตาไหล” เวลาหลวงตาท่านพิจารณาของท่าน เวลาท่านถึงที่สุดแห่งทุกข์ ท่านน้ำตาไหลพราก น้ำตานี้ น้ำตาชำระล้างภพชาติ

แต่ของเราเวลาน้ำตาไหล น้ำตาไหลด้วยความเสียใจ เวลาทางโลก เวลาเขาทุกข์ใจ เจ็บช้ำน้ำใจ ร้องไห้ๆ น้ำตาอย่างนั้นน้ำตาเพื่อสังสมภพชาติ แต่เวลาเราปฏิบัติไป มันเกิดธรรมสังเวช มันสะท้อนใจ ธรรมสังเวช ธรรมสังเวชมันยังไม่ชำระล้างภพชาติ

น้ำตาไหลมันก็มีหลายระดับของมัน จิตใจมันสูงส่งขนาดไหน เวลาน้ำตาไหลมันก็ไหลจากคุณภาพของจิตนั้นนะ ถ้าคุณภาพของจิตมันสูง เวลาน้ำตามันสะท้อน มันสะท้อนเพราะว่าคุณธรรมเราสูง

แต่ถ้าจิตของเรายังไม่ถึงระดับนั้น เวลาน้ำตาเราไหลมันก็ไหลโดยธาตุขันธ์นะ เพราะธรรมดารา่างกายนี้มันขยับเขยื้อนขยับโคลงอยู่แล้ว น้ำในร่างกายมัน ๗๐ เปอร์เซ็นต์อยู่แล้ว มันต้องขยับออกอยู่แล้ว ขยับสิ่งต่างๆ ใต้นี้มันเป็นเรื่องของธาตุขันธ์

แต่เวลาจิตมันสงบแล้ว ถ้าเป็นธรรมสังเวช มันบอกความรู้สึกเข้าไปด้วย มันบอกความรู้สึกเพราะมันสะท้อนใจใจ คำว่า “ธรรมสังเวช” ธรรมสังเวช น้ำตาไหลพราก แต่ น้ำตาไหลพรากนี่ธรรมสังเวช ยังไม่ได้บรรลุธรรม ถ้าบรรลุธรรมมันเป็นอีกเรื่องหนึ่ง

ฉะนั้นที่ว่าปัญญาอย่างนี้มันเกิดขึ้นมา เขาถามกันว่าสิ่งนี้มันคืออะไร

เราจะบอกว่า ถ้ามันเป็นปัญญาพุทธะ ปัญญาเกิดจากจิตสงบ มันจะเป็นอีกเรื่องหนึ่ง ปัญญาเกิดจากการท่องจำนั่นเป็นอีกเรื่องหนึ่ง ปัญญาเกิดจากสัญญานั่นเป็นอีกเรื่องหนึ่ง ปัญญามันมีหลายระดับ ฉะนั้น ปัญญาก็คือปัญญา

เวลาหลวงตาท่านพูดถึงปัญญา ท่านบอกว่าปัญญาไม่มีขอบเขต ไม่มีขอบเขต เพราะอะไร เพราะกิเลสมันซุกมันซ่อน มันพลิกมันแพลง ฉะนั้น กิเลสมันจะซุกมันจะซ่อน มันจะพลิกจะแพลง เราจะไม่เห็นมัน แล้วเราจะซุกค้ำหากิเลส

เราจะซุกค้ำหากิเลส เอาอะไรไปซุกค้ำล่ะ

เอากิเลสไปซุกค้ำหากิเลสใช่ไหม เอาความรู้สึกนึกคิดเราไปซุกค้ำแล้วเข้าข้างตัวเองไง กิเลสมันตัวสีดำๆ อ้อ! กิเลสมันตัวสีแดงๆ อ้าว! กิเลสมันตัวสีขาวๆ มันจะไปเรื่อยแหละ มันมั่นใจว่าอะไรเป็นกิเลส มันก็ว่าสีนั้นนะ แต่ความจริงไม่ใช่ ไม่มี

กิเลสมันก็คือกิเลส กิเลสเป็นนามธรรม กิเลสไม่มีสีไม่มีแสง แต่กิเลสเป็นความรู้สึก แล้วมันบอกอยู่กับใจมึงนะ แล้วมึงก็ไปตั้งชื่อมันเป็นอย่างนั้นนะ เพราะเราไปศึกษามาใช่ไหมใหม่ว่าค้นหากิเลส มันก็บอกเลย อ้อ! กิเลสเป็นอย่างนั้นๆ

มันเป็นอารมณ์อารมณ์หนึ่ง อารมณ์หนึ่งเอ็งผูกพันกับอะไร เอ็งก็ว่าสิ่งนั้นเป็นกิเลส แล้วถ้าเอ็งมีปัญญาทั้ง อารมณ์นั้นมันทิ้งวัตถุสิ่งนั้นมาแล้ว เอ็งว่าเอ็งทิ้งกิเลสมาแล้วหรือ...ก็ไม่ใช่

กิเลสมันเกิดจากอารมณ์ อารมณ์ความผูกพันนั้นนะ กิเลสมันเกิดตรงนั้นนะ สมุทัยมันบอกเข้าไป แล้วเราไปจับสิ่งที่อารมณ์มันผูกพัน แล้วเราพิจารณา แล้วอารมณ์เราปล่อยจากสิ่งนั้น อารมณ์เราปล่อยจากสิ่งนั้น ปล่อยสิ่งนั้นแล้วเอ็งฆ่ากิเลสแล้วหรือ

เพราะมันไปผูกพันกับสิ่งนั้น มันไม่ใช่ตัวมัน มันไปผูกพันกับสิ่งนั้น เราพิจารณาสิ่งนั้น พิจารณาสิ่งนั้นแล้วเราก็ปล่อยใจใหม่

อย่างเช่นที่หลวงตาท่านพูด เราไปจับได้งู จับงูขึ้นมาก็นึกว่าปลาไหล เห็นไหม มันผูกพันว่าปลาไหล มันยกขึ้นมาเห็นแล้ว มันไม่ใช่ปลาไหล มันเป็นงู โอ้ย! ทิ้งฉะเลย มันไปอยู่ที่ปลาไหล เห็นไหม มันไม่ได้อยู่ที่ใจ แต่ถ้ามันอยู่ที่ใจละ ฉะนั้น กิเลสมันคืออะไร กิเลสมันตัวเป็นอย่างไร

นี่ไง แต่ถ้ามันจิตสงบแล้ว จิตสงบแล้ว จิตส่งออกพาดพิงสิ่งใด จิตส่งออก พาดพิงสิ่งใด พาดพิงกับอารมณ์ สิ่งนั้นนะเป็นสมุทัย สิ่งใดเป็นสมุทัย ผลของมันคือ ทุกข์ ทำความสงบของใจเข้ามา

ทำความสงบของใจเข้ามา ถ้าใจมันสงบ ใจมันสงบ ใจมันสงบ จิตเห็นอาการ ของจิต พอสงบแล้วมันจะขุดหากิเลส ถ้ามันหากิเลส มันขุดคู้หากิเลส ถ้าหากิเลส มัน เห็นกิเลส มันสะเทือน ถ้ามันสะเทือน มันพิจารณา นี่ภาวนามยปัญญา ปัญญาพุทธะ ถ้าปัญญาอย่างนี้เกิดขึ้นมันก็เป็นประโยชน์

นี่พูดถึงว่า เวลาเขาพิจารณา แม้แต่ทำความสงบของใจ ทำจิตสงบแล้ว เวลา มัน คิดขึ้นมา ตอนนั้นใจมันคิดขึ้นมาว่าร่างกายนี้ไม่ใช่ของเรา เราแค่อาศัยมันอยู่เท่านั้นนะ สุดท้ายแล้วก็ต้องทิ้งมันเหมือนขอนไม้ ทิ้งมันเหมือนขอนไม้ ทิ้งมันไปเลยรู้ว่า ที่ว่าจิตมัน เสี่ยงอันตรายเหลือเกิน คิดถึงตรงนี้แล้วมันรู้สึกเศร้าและกลัวในวัฏสงสาร แล้วเวลา คิด ไป คิดจนถึงน้ำตาไหลพราก น้ำตาไหลพราก แล้วเวลาปัญญามันพลิกแพลง เห็นไหม เราก็ไม่ได้สักแต่ว่า เราก็ไม่ได้สิ้นไร้มืดตก เราก็มีพ่อแม่ครูจารย์ เราก็มีองค์สมเด็จพระ สัมมาสัมพุทธเจ้า

เวลาปัญญามันคิดลบ มันก็คิดลบไปได้ เวลามันคิดบวก มันก็คิดบวกไปได้ เห็น ใหม่วะ ระหว่างบวกกับลบมันยังเกิดขึ้นในหัวใจของเรา แต่ถ้าเราพิจารณาของเราไปเรื่อย มันปล่อย มันปล่อย มันเข้าใจ มันปล่อย มันปล่อย มันจะเป็นประโยชน์กับเรา

นี่พูดถึงว่าเวลาปัญญามันเกิด ถ้าปัญญาเกิด ถ้ามีสัมมาสมาธิเป็นพื้นฐานนะ มันจะละเอียดมันจะลึกซึ้ง นี่พูดถึงแนวทางปฏิบัติ

แต่ของเราเวลามันเกิดขึ้นมามันก็ซาบซึ่งประสาทที่ว่าภูมิกภาวะของเราทำได้ขนาดไหน ถ้ามันซาบซึ่งขนาดไหน มันปล่อยวางได้มากน้อยขนาดไหน นั่นเป็นผลงานของเรา นั่นเป็นการประพฤติปฏิบัติ แล้วให้ปฏิบัติซ้ำแล้วซ้ำเล่าๆ ซ้ำแล้วซ้ำเล่าคือฝึกหัวใจให้เข้มแข็งขึ้นมา ถ้าเข้มแข็งขึ้นมามันก็เป็นประโยชน์กับผู้ปฏิบัติ

นี่พูดถึงว่าน้ำมันคืออะไร

เวลาคิดถึงเวลามีแนวทางขึ้นมา มีแนวทางขึ้นมามันก็หายคับแค้นใจ แล้วมันลุกขึ้น แล้วจะเดินสมาธิต่อไป จะภาวนาต่อไป ถ้าเป็นภาวนาต่อไป มันจะเกิดให้ละเอียดขึ้น

“๒. หลวงพ่อเมตตาสอนให้นั่งสมาธิใช้คำว่า “พุทโธ” ตลอด ลูกก็กลับไปนั่งดูลมหายใจโดยใช้พุทโธกำกับ รู้สึกว่าลมหายใจมันเบาลงเรื่อยๆ จนถึงจุดหนึ่ง จนกำหนดพุทโธ แต่ไม่รู้รู้สึกว่าลมเข้าออก”

นี่มันติดตรงนี้ เรามาติดตรงที่ว่า “แต่ไม่รู้รู้สึกว่าลมเข้าออก จึงกำหนดตามความรู้สึกนั้นจนมีจังหวะการหายใจเข้าออก ก็นั่งอยู่แบบนั้นนานจนรู้สึกว่าลมหายใจเริ่มชัดขึ้น แล้วคลายออกมา อันนี้กำหนดถูกหรือไม่เจ้าคะ เพราะกลัวเป็นภวังค์”

ถ้ากลัวเป็นภวังค์นะ เวลาเราภาวนาไป การภาวนาไปมันเป็นเราทำงานขึ้นหนึ่งจบงานขึ้นหนึ่งแล้วเวลาทำต่อไปมันก็ทำงานต่อไปอีกขึ้นหนึ่ง ภาวนาซ้ำแล้วซ้ำเล่าๆ คือฝึกหัด แบบฝึกหัดทำต่อเนื่องขึ้นๆ จิตมันจะพัฒนามากขึ้น มันจะฉลาดมากขึ้น เหตุผลมันจะมากขึ้น กิเลสที่มันแสดงตัว ถ้าเราพิจารณา มันปล่อยวางแล้ว มันก็จะละเอียดขึ้น มันจะหลบเลี่ยงมากขึ้น มันจะมีการต่อต้านมากขึ้น ถ้ามีการต่อต้านมากขึ้น อุปสรรคจะมากขึ้น

ถ้าอุปสรรคมากขึ้นบีบ เราสู้มันไม่ได้ ปัญญาที่เราเคยใช้อย่างนี้ กิเลสมันละเอียดขึ้นไป ปัญญาระดับนี้ใช้กับกิเลสอย่างนี้ไม่ได้ เราต้องกลับมาทำความเข้าใจให้มากขึ้น พอใจสงบมากขึ้นแล้วเราจะกลับไปสู้กับกิเลสใหม่ พอสู้กับกิเลสใหม่ ปัญญามันพัฒนามากขึ้น ฉะนั้น ปัญญาพัฒนามากขึ้น เวลาเราจะกลับมาพุทโธ เราจะกลับมาทำสมาธิให้เข้มแข็งขึ้นเพื่อจะให้เกิดปัญญามากขึ้น เราต้องกลับมาพุทโธ

พอกลับมาพุทโธ กลับมาพุทโธ เวลากลับมาพุทโธแล้ว ลมหายใจ ลมหายใจที่ว่า มันรู้สึกอยู่ มันเหมือนกับมันจับจังหวะไม่ได้ พุทโธแล้ว แต่ไม่รู้สึกว่าลมหายใจเข้าออก

ไอ้ตรงนี้มันแปลก ถ้าไม่จับลมหายใจเข้าออก เราตั้งสติไว้

คำถามเขียนมาเพื่อจะเรียบเรียงให้มันราบรื่น “ถึงจุดหนึ่งกำหนดพุทโธ แต่ไม่รู้สึกว่าลมหายใจเข้าออก จึงกำหนดตามความรู้สึกที่เหมือนยังมีจังหวะการหายใจเข้าออก นั่งแบบนี้อยู่นานก็ยังดี”

เพราะว่ามันยังมีสติอยู่ รักษาอยู่ เราจะบอกว่า เวลาที่มันมีความผิดพลาด อารมณ์นี้แหละ เราอธิบายไม่ได้ทั้งหมด แต่ถ้ามันเกิดขึ้นมา มันรับรู้แล้ว เราจะต้องตั้งสติ แล้วหาจุดบกพร่อง พิจารณาคราวนี้ เวลาผ่านไปแล้ว เรามาทบทวนว่าพิจารณาคราวนี้ราบรื่นมาตลอดไหม มีตรงไหนบ้างที่ผิดพลาด แล้วคราวหน้า ตรงนี้เราพยายามจะปิดช่องที่มันผิดพลาด แล้วเราภาวนาไป

ถ้ามันปิดช่องที่จะผิดพลาด แล้วเวลาพิจารณาไปแล้วมันข้ามพ้นมาได้ มันลึกเข้าไปได้ มันปล่อยเข้าไปได้ แสดงว่าเราปิดจุดที่ผิดพลาดนั้นได้ แล้วพอภาวนาต่อเนื่องไป เดียวมันก็มีจุดผิดพลาดข้างหน้าต่อเนื่องไป เพราะสติ มหาสติ ปัญญา มหาปัญญา ข้างหน้า ก็เลสมันจะซุดหลุมพรางรอไว้เยอะ

ฉะนั้น กรณีนี้ที่หลวงตาท่านบอก เวลาปฏิบัติใหม่ๆ ว่าปฏิบัติไปแล้วมันจะสะดอก มันจะเว้งว้าง มันจะกว้างขวาง มันจะราบเรียบไปข้างหน้า แต่เวลาปฏิบัติไปแล้วมันไม่เป็นเช่นนั้นนะ เพราะกิเลสมันละเอียดขึ้น ผู้มีอำนาจมีอำนาจมากขึ้น แล้วเราล้มล้างเราทำลายผู้ที่มีอำนาจน้อยกว่ามาเรื่อย แล้วพอลึกเข้าไป มันเป็นผู้มีอำนาจที่มากขึ้น

ไสดามัน สกิทาคามี อนาคามี กิเลสมันแตกต่างกัน ที่นี้พอเข้าไปมันก็ไปเจอแต่ผู้ที่มีมันละเอียดเข้าไป จนความคิดกับข้อเท็จจริงมันไม่เหมือนกัน แต่ก็ยังสู้อยู่ๆ จนถึงที่สุด พอมันพ้นไปแล้วจบหมด

ไอ้นี้ก็เหมือนกัน เวลาเราพิจารณาไปแล้ว เราปิดจุดบกพร่องของเรา แล้วเราพิจารณาไปให้มันปล่อยก็คือปล่อย ถ้ามันไม่ปล่อย ปล่อยไม่ได้ เรากลับมาพุทโธ ที่นี้พุท

โธกำหนดไป กำหนดลมหายใจ กำหนดพุทโธก็ได้ ลมหายใจก็ได้ ถ้ามันไม่รู้สึกลมเข้า ออก ไม่รู้สึก แต่ยังมีสติอยู่ ยังมีสมาธิอยู่ มีสติอยู่ มีผู้รู้อยู่ กำหนดไว้

เสร็จแล้วเขาบอกว่ามันก็เป็นไปได้ มันคลายออก เวลามันคลายออกมา อันนี้ถูก กำหนดถูกหรือไม่เจ้าคะ จนรู้ว่าลมหายใจที่มันขัดขึ้น แล้วก็คลายออกมา

เวลาเข้าสมาธิ มันสงบเข้าไป ถ้าเป็นอัปนาสมาธิ สักแต่ว่า ทำงานไม่ได้ พอมันคลายออก คลายออกมาจากอัปนาสมาธิเป็นอุปจาระ อุปจาระมันจะรู้ได้ จับต้องได้ พอจับต้องได้ ตอนนี้นำพิจารณา

ฉะนั้นว่า พอมันคลายออกมา เขาว่าอย่างนี้ถูกไหม

ถูกหรือไม่ถูก ตอนอารมณ์นั้นถ้ามันไม่มีความผิดพลาด ถูก แต่ถ้ามันทำงานไม่ได้ ทำงานไม่ได้แสดงว่ามันไม่มีกำลัง ทำงานไม่ได้

ถ้าจิตสงบแล้วเรารำพึงไปที่ความคิด ความคิดที่ว่าความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย ความคิดต่างๆ จับได้ ถ้าจับได้ พิจารณาได้ แสดงว่าสมาธิเราชัดเจนมาก สมาธิเรามีกำลังมาก มันถึงได้สดชื่น แล้วทำงานได้ชัดเจนมาก

แต่ถ้าเรานั่งสมาธิ แล้วเวลาให้ไปทำงานมันงอแง มันงอแง มันไม่ไป แสดงว่าจิตไม่มีกำลัง ถ้าจิตไม่มีกำลัง กลับมาพุทโธ กลับมาทำให้สงบ ถ้าคนเรามันแหม่มขึ้น มันสดชื่น มันสนใจทำงานไง สนใจทำงานแล้วทำงานได้ดี

หลวงตาท่านบอกว่า เวลาท่านติดสมาธิอยู่หลายปี แล้วท่านออกไปพิจารณา พอพิจารณาไป ใช้ปัญญาไปมาก มันก็ฟื้นเพื่อใช้ใหม่ ท่านบอกว่าท่านก็กลับมา กลับมาทำความสงบของใจ พอปล่อยบ๊ีบ มันพุ่งเข้าใส่เลย มันเคยไง คนเคยทำงาน คนเคยทำงานได้ มันจะคล่องตัวมาก คือมันจะทำแต่งงานนะ พอจะทำแต่งงาน แต่ทำไปก็ไม่ได้ ทำไป มันอ่อนล้า ทำไป มันไม่มีกำลัง มันทำไม่ได้ ถ้ามันทำไม่ได้ มันต้องดึงกลับมา

ที่นี้ดึงกลับมา คนมันดึงกลับมา ติดสมาธิมานาน มันเข็ด แต่ไม่เข้ามาสมาธิ มันไม่มีกำลัง ก็ต้องดึงกลับมา พอดึงกลับมา พอปล่อย ถ้าไม่ได้ขาดสตินะ พอปล่อย ปล่อยมันก็พุ่งเข้าใส่งานเลย พุ่งเข้าใส่งานก็พุ่งเข้าไปพิจารณาเลย

นี่ก็เหมือนกัน ถ้าเราทำความสงบ แล้วพุทธโธมันไม่ชัด พุทธโธมันไม่หาย เราจะบอกว่า ความผิดพลาดของคนมันผิดพลาดได้ แต่ความผิดพลาดได้แล้ว ถ้าเราจะดูความต่อเนื่องของมันใช่ไหม ออกมาแล้วเราก็ใช้ปัญญา ส่งไปใช้ปัญญา ถ้ามันไปไม่ได้ แสดงว่ามันไม่มีกำลัง ถ้าไม่มีกำลังก็枉งศ์ไ้

แต่ถ้าเป็นสมาธิ มันมีกำลัง ถ้าเป็นสมาธินะ มันมีกำลัง มีความสดชื่น มันมีความสุขของมัน แล้วไม่ต้องบอกให้ทำงาน มันพุ่งเข้าไปใส่เลย แต่ถ้ามันไม่ไป นั่นแสดงว่า 枉งศ์ไ้ แล้วเราแก้ไขตรงนี้ ฉะนั้น ถ้ามันแก้ไขได้ มันแก้ไขได้เพราะเราภาวนามา

ขณะที่ว่าภาวนาได้แค่นี้ ผู้เขียนเขาก็บอกว่ามันลึกลับ มันมหัศจรรย์ มันดีขนาดนี้ เพียงแต่เราบุกเบิกมาถูกทาง ธรรมโอสธ สัจธรรมมันสถิตในใจของผู้ปฏิบัติ มันเข้มขึ้น มันองอาจกล้าหาญขนาดนี้ จะบอกว่าพุทธปัญญามันเป็นแบบนี้ พุทธปัญญาคือจากผู้รู้ ปัญญาจากพุทธะ ปัญญาจากหัวใจของเรา ปัญญาเกิดจากการภาวนา ปัญญาเกิดจากการเดินจงกรม นั่งสมาธิภาวนาที่ล้มลุกคลุกคลานที่แสนทุกข์แสนยากนี้ เวลาผลมันเกิด มันเกิดอย่างนี้

เราทำงานกัน เวลาสิ้นเดือนเจ้านายจ่ายสตางค์ เจ้านายจ่ายเงินเดือน เจ้านายเขาให้ผลประโยชน์ แต่ผลของการภาวนาไป ผลของการภาวนา นั่งสมาธิ เดินจงกรม ผลของมันคือความสุข ผลของมันคืออรรถสมบัติ สมบัติที่เป็นสมบัติแท้ของหัวใจ

ถ้าสมบัติแท้ของหัวใจนะ ในหัวใจหลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่น ในหัวใจของหลวงตา ในหัวใจของครูบาอาจารย์เราท่านมีคุณธรรม มันฝังอยู่กลางหัวใจนั้น พูดเมื่อไหร่บอกเมื่อไหร่ได้ตลอดเวลา อรรถสมบัติฝังอยู่กลางหัวใจ ฝังอยู่นะมันเป็นธรรมชาติ สิ่งนั้นมันฝังอยู่กลางหัวใจ มันถึงเป็นปัญญาพุทธะไป พุทธะ ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน

แล้วปัญญาเกิดจากภาวนามยปัญญา ปัญญาเกิดจากการเดินจงกรม ปัญญาเกิดจากการนั่งสมาธิ ใครนั่งสมาธิได้ ลองระลึกถึงสมาธิของตัวสิ สดๆ ร้อนๆ สดๆ ร้อนๆ ใครเคยคิดใช้ปัญญาที่ปัญญามันทะลุทะลวง ลองคิดถึงปัญญาอันนั้นสิ มันก็ยิ่งสดๆ ร้อนๆ เห็นไหม มันอยู่กับเราตลอดไป

แต่ถ้าไปศึกษามา อย่างเช่นฟังเทศน์ ฟังครูบาอาจารย์มา ถ้ามันเข้าใจมันก็ซาบซึ้ง มันก็ซาบซึ้ง แต่ไม่ใช่ของเรา แต่ถ้าเป็นของเรา ไม่ต้องฟังใคร มันฝังอยู่กลางหัวใจ แล้วมันฝังอยู่กลางหัวใจนั้นมันถึงเป็นพุทธปัญญาอันหนึ่ง ฉะนั้น พุทธปัญญาต้องเกิดจากสัมมาสมาธิ สัมมาสมาธิ

ข้อที่ ๒. เขาถึงย้อนกลับมาไง ข้อแรกบอกว่า เวลาปัญญามันเคลื่อนไหวไป ปัญญามันเคลื่อนไหวไป นี่มันคืออะไร

ถ้ามันเป็นปัญญาพุทธะ ปัญญาเกิดจากภาวนา...ใช่ ปัญญามันเกิดจากกรรมเกิดก็ใช่ แต่ถ้ามันเป็นความจำ มันเป็นอย่างหนึ่ง อย่างนี้มันเป็นปัจจัยตั้ง มันเป็นปัจจัยตั้งคือมันเป็นเฉพาะผู้ถามคนเดียว

คำว่า “ปัจจัยตั้ง” มันเกิดจากใจดวงนั้น เป็นปัจจัยตั้ง เป็นสันทิฐิฐิโกกับใจดวงที่ปฏิบัติ พวกเราฟัง ฟังเป็นคติ ฟังเป็นคติ ฟังเป็นแบบอย่าง ถ้าเราทำขึ้นมา เราอาจดีกว่านี้ได้ เราอาจจะชัดเจนกว่านี้ได้ เห็นไหม มันเป็นที่จืดเป็นที่นิสัยของผู้ที่สร้างมา ใครสร้างมาแล้วขยันหมั่นเพียร ทำให้ตรงกับจริตของเรา มันจะเข้าไปสู่หัวใจของเรา แล้วจะเกิดคุณธรรม เกิดคุณธรรมมันก็เกิดเป็นอัตตสมบัติ มันถึงเป็นภาวนามยปัญญา เอวัง