

## คือจิต

พระอาจารย์สงบ มนฺสฺสนฺโต

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๑๔ มิถุนายน ๒๕๕๘

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

**ถาม :** เรื่อง “ปัญหาการภาวนา”

กราบนมัสการหลวงพ่อกุศล ศิษย์ปฏิบัติธรรมที่บ้าน ในแต่ละวันมีการสวดมนต์ทำวัตรเย็นพร้อมกับที่วัดป่าบ้านตาด และหลังจากนั้นก็ฟังเทศน์ขององค์หลวงตา พระอาจารย์มหาบัว ญาณสัมปันโน พร้อมกับนั่งสมาธิไปด้วย ศิษย์ได้เคยมากราบท่านอาจารย์สงบแล้ว ๒ ครั้ง และปฏิบัติธรรมที่วัดเขาแดงใหญ่ครั้งหนึ่งค่ะ กราบเรียนปัญหาการภาวนาดังนี้

๑. การภาวนาของศิษย์เริ่มแรกจะใช้การพิจารณาอารมณ์ที่เข้ามาบรรจบในขณะนั้น เนื่องจากการใช้คำบริกรรมพุทโธกำกับใจไม่อยู่ อารมณ์จะเริ่มเข้ามาจนจนปั่นป่วน ไม่สามารถทำสมาธิได้ จึงต้องพิจารณาแก้ไขที่มารบก่อน โดยพิจารณาอารมณ์ คือการเกิดของอารมณ์ ความไม่เที่ยงของอารมณ์ ความไม่ใช่ของของเราของอารมณ์ เมื่อจิตพอมีความสงบบ้างก็จะภาวนาพุทโธสลับกับการพิจารณาอารมณ์ที่เกิดขึ้นอยู่ตลอดเวลา เพื่อให้จิตหลุดพ้นจากการเข้าไปเกี่ยวข้องกับอารมณ์นั้นๆ

ต่อมาขณะสวดมนต์ ได้พิจารณาบทสวดมนต์ที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสสอนไว้ว่า “วิญญานํ อนิจจัง วิญญานํ อนตตา” จึงเห็นว่า ความรู้ใดๆ ก็ตามที่เกิดมาจากรูป เวทนา สัญญา และสังขารที่ปรุงแต่งทั้งหมดนี้ไม่ใช่เรา ไม่ใช่ของเรา เพราะพระพุทธองค์ก็ได้ตรัสสอนไว้แล้วว่า ทั้งชั้น ๕ ไม่ใช่ตัวตน ดังนั้นความรู้ใดๆ เข้าข่ายมาจากชั้น ๕ ดังกล่าวจึงไม่ใช่ตัวตน การภาวนาจึงพยายามละความรู้เหล่านี้ออกไป เพราะยังไม่เห็นได้เลยว่าความรู้ใดไม่ได้มาจากชั้น ๕ โดยใช้การภาวนาว่า เรา

ไม่รู้สิ่งนี้ เพราะสิ่งนี้ไม่ใช่ตัวตนของเรา เราจึงไม่ต้องไปรับรู้ ได้ปฏิบัติเช่นนี้ไปเรื่อยๆ ใน  
ทุกๆ ความคิด ความรู้ หรืออารมณ์ใดที่เกิดขึ้นมา

เมื่อได้กำหนดจิตว่าเราไม่รู้สิ่งนั้น บางครั้งกลับเห็นสิ่งนั้นชัดเจนขึ้น ได้พิจารณา  
ว่า ทำไมอารมณ์เกิดขึ้นในตอนแรกที่ยังไม่ได้พิจารณาละออกไปได้นั้น เราจึงเห็นว่าเป็น  
สิ่งที่มีความสำคัญและยิ่งใหญ่ในหัวใจมาก

แต่เมื่อพิจารณาดับอารมณ์นั้นไป มันกลับหายไป ไม่มีคุณค่าใดๆ เหลืออยู่เลย  
และทั้งเหตุที่มาของอารมณ์นั้นก็ไม่ได้มีตัวตนมาแต่เดิม แต่ทำไมเมื่ออารมณ์เกิดขึ้นจึง  
มีความยิ่งใหญ่

พิจารณาได้ว่า เป็นเพราะจิตไปรับรองเป็นฐานให้อารมณ์ อารมณ์จึงใช้ฐานนั้น  
ตั้งตัวให้เป็นเปลวสูงใหญ่ได้ ในการทำสมาธิภาวนาจึงมีเครื่องมือที่ใช้เป็นค่าบริการ  
เพิ่มขึ้นคือการพิจารณาว่าจิตไม่รับรองสิ่งใด

ปัจจุบันเครื่องมือที่ใช้ในการภาวนาทั้งสองคือเราไม่รู้สิ่งนี้และจิตไม่รับรองสิ่งนี้  
ใช้ควบคู่เกื้อกูลกัน เมื่อมีสติ รู้สึกว่าจะเป็นที่พึงได้ และได้ผลดีพอสมควร

และหากในตอนเริ่มแรกของการทำสมาธิภาวนา เกิดมีอารมณ์มากวนมาก  
การใช้เราไม่รู้สิ่งนี้ พิจารณาเอาไม่อยู่ ก็ใช้การพิจารณาให้จิตไปอยู่กับผู้ไม่รู้ไปเลย จะ  
ตัดสิ่งรบกวนได้ดี ช่วยให้จิตมีความสงบลงก่อนจะพิจารณาต่อไป

ในการภาวนา เมื่อจิตรู้สึกสัมผัสสิ่งใดก็จะใช้เราไม่รู้สิ่งนี้และจิตไม่รับรองสิ่งนี้  
และละวางสิ่งที่รู้ รู้สึกสัมผัสในทุกๆ อากาธ แล้วแต่สิ่งใดเข้ามาให้รู้สึกสัมผัสในขณะนั้น  
เช่น บางครั้งนี้กรูปร่างกายก็จะพิจารณาว่าเราไม่รู้สิ่งนี้ จะเห็นร่างกายเป็นเปลือก  
แหว่งๆ บางครั้งแบนลง ก็ไม่ได้สนใจที่จะพิจารณาต่อ แต่จะพิจารณาในสิ่งที่เข้ามา  
สัมผัสอันต่อไปๆ รวมทั้งการพิจารณาสภาวะที่รู้สึกว่าจะจิตตั้งอยู่ในขณะนั้นก็จะพิจารณา  
ว่าเราไม่รู้สิ่งนี้ เช่นเดียวกัน สภาวะก็จะเปลี่ยนไป

การภาวนาของศิษย์ยังมีลักษณะลุ่มๆ ดอนๆ อยู่ค่ะ บางครั้งดี บางครั้งไม่ได้  
เรื่องได้ราวอะไร คือนานๆ จึงจะทำได้ดีสักหนหนึ่งค่ะ ปัจจุบันนี้ปฏิบัติอยู่ จะเป็นไปดังที่

ได้กราบเรียนมานี้ ไม่ทราบว่าคุณพิจารณาต่อไปอย่างไรจึงจะถูกต้อง และควรแก้ไขสิ่งใดในข้อผิดพลาดเจ้าค่ะ

**ตอบ :** นี่คำถามเนาะ คำถามยาว ยาวเพราะว่าเขาอธิบายถึงการภาวนาของเขา ถ้าอธิบายในการภาวนาของเขา คุณสิ การทำภาวนา เขาบอกว่า เขาเป็นลูกศิษย์หลวงตา ปฏิบัติอยู่ที่บ้าน ทำวัตรเช้า ทำวัตรเย็น พร้อมกับทีวีบ้านตาหรือฟังเทศน์ของหลวงตา

ถ้าฟังเทศน์ของหลวงตา เราประพฤติปฏิบัติไป ฟังเทศน์ของหลวงตา เห็นไหม การฟังเทศน์นะ ในกรรมฐาน หลวงตาท่านบอกว่าการฟังเทศน์เป็นอันดับหนึ่ง เพราะการฟังเทศน์นะ สมัยที่หลวงตาท่านอยู่กับหลวงปู่มั่น เวลาหลวงปู่มั่นท่านจะเทศน์เหมือนลูกน้อยไม่เคยเจอพ่อแม่ ลูกน้อยอยู่ด้วยลูกน้อยของตัวเอง เวลาพ่อแม่มาก็จะมีความอบอุ่น

นี่ก็เหมือนกัน เวลาปฏิบัติก็ปฏิบัติด้วยตัวเอง เวลาถึงคราวท่านนัดขึ้นเทศน์ พระเถรมันเหมือนกับลูกน้อยได้รับความอบอุ่นจากพ่อแม่ เวลาหลวงปู่มั่นท่านเทศน์ เวลาท่านเทศน์ เพราะว่าพระปฏิบัติสมัยนั้นมีแต่พระที่ว่าเป็นผู้แสวงหา ผู้ที่มีความปฏิบัติเข้มข้น มันมีมรรคมีผลอยู่ในหัวใจบ้าง

เวลาท่านเทศน์ท่านก็เทศน์ตั้งแต่ทำสมาธิ ตั้งแต่ไสยาปัตติมรรค ไสยาปัตติผล สกิทาคามิมรรค สกิทาคามีผล อนาคามิมรรค อนาคามีผล อรหัตตมรรค อรหัตตผล เทศน์ขึ้นไปเลย เพราะว่าหัวใจของผู้ที่ปฏิบัติมันมีหลากหลาย แล้วถ้าใครอยู่ชั้นภูมิใด ชั้นภูมิใดคือความรู้ของเขา

ถ้าความรู้ของเรา เราทำสมาธินะ เวลาเขาอธิบายถึงสมาธิ เราจะเข้าใจได้ ผู้ที่เดินไสยาปัตติมรรคนะ เวลาพูดถึงไสยาปัตติมรรค เราเข้าใจได้ แต่เรายังไม่รู้ถึงผลของไสยาปัตติผล ถ้าท่านพูดว่าไสยาปัตติมรรคพิจารณาอย่างไร แยกแยะอย่างไร แล้วเวลาเป็นผลมันจะเป็นผลอย่างไร ท่านพูดไป

คนที่ปฏิบัติไป ถ้าเราปฏิบัติเอง เราก็ล้มลุกคลุกคลาน เราต้องแยกต้องแยะให้กิเลสมันหลอกมันล่อ ให้มันชักให้มันนำ แต่เวลาครูบาอาจารย์ท่านเทศน์ ท่านมีความ

ชำนาญของท่าน ท่านเทศน์ถึงวิธีการที่มันหลอกมันล่อ วิธีการที่เราจะแก้ไข วิธีการที่เราจะเอาชนะมัน เห็นไหม ท่านเทศน์เพราะประสบการณ์ของท่าน

เวลาท่านเทศน์ เราฟัง เห็นไหม ชุบมือเปิบ

เรามีครูบาอาจารย์ เหมือนเราใช้ถนน ถนนสาธารณะ รัฐบาลเขาทำไว้ให้ เราใช้ไปๆ มันเปิดโลกไปหมดเลย ครูบาอาจารย์เวลาท่านประพฤติปฏิบัติ ท่านทำของท่านเสร็จแล้ว ถนนหนทางของท่านเรียบ ถนนหนทางของท่านสะดวก ท่านเคลื่อนไหวไป ท่านบอกทางเราไป ถ้าเราพิจารณาไป มันจะเป็นอย่างนั้น

นี่พูดถึงว่า เวลาฟังเทศน์มันมีความสำคัญนะ มีความสำคัญสำหรับผู้ประพฤติปฏิบัติ เหมือนคนทำงาน คนทำงานถ้าทำงานไม่เป็นมันติดขัดไปหมด ถ้ามีคนทำเป็น ทำให้ดู ทำให้ดูแล้วทำตาม

แต่เวลาเทศน์เหมือนกัน เทศน์มันก็เหมือนท่านบอกวิธีการ แล้วเราปฏิบัติตาม ถ้าปฏิบัติตามได้นะ นั่นคือแนวทาง ถ้าเราทำได้ เราทำได้ พอทำได้ ถ้ามันทำได้ แต่ยังไม่ประสบความสำเร็จ เราก็ทำซ้ำๆ อย่างนั้นตลอดไป

นี่การฟังเทศน์ การฟังเทศน์สำคัญ สำคัญมาก ที่นี้พอสำคัญมาก เวลาปฏิบัติไป ถ้าคนฟังปฏิบัติแล้วเราปฏิบัติยังไม่ได้ ฟังแล้วฟังเล่า อันนี้ก็ฟังแล้ว อันนั้นก็ฟังแล้ว อันนี้ก็เข้าใจแล้ว...นี่เวลากิเลสมันแบบว่าคุ้นชิน

พระกรรมฐานเราเวลาไปอยู่ที่ไหน ท่านไม่อยู่เกินกว่านั้น ๕ วัน ๗ วัน ไปแล้ว ขยับไปเรื่อย พอขยับไป เราก็เปลี่ยนที่ไปเรื่อย มันไปดูสถานที่ไป ไม่ให้คุ้นชินกับสิ่งใด ยิ่งสมัยพุทธกาล พระเจ้าพรราชาแล้วออกพรราชา ต้องถูกต้องไป ไม่ให้อยู่กับที่ ถ้าอยู่กับที่นะ มันจะหวงเลยนะ เวลาเข้ามาที่ของฉันๆ ไม่ให้ใครเข้ามา

แต่ถ้าคนที่มีคุณธรรมนะ สมณะต้องดูแลสมณะ สมณะต้องพึ่งพาอาศัยกัน สมณะต้องดูแลรักษากัน ทำไมจะให้อาศัยไม่ได้ ให้อาศัยได้ แต่ผู้ที่อาศัยเป็นสมณะหรือเปล่า

ถ้าเป็นสมณะนะ เป็นสมณะจากหัวใจ มันรู้เลยละ มันเข้าใจ เพราะสมณะอย่าง คนที่มีคุณงามความดีมันมีความกตัญญูทเวที มันคิดถึงคุณของเขา เขาให้ที่พัก เขาให้ ที่พักที่พึ่งพาอาศัย เขามีคุณๆ ถ้าเขามีคุณ มันซาบซึ้ง มันซาบซึ้ง แล้วถ้าเขามีคุณธรรม ด้วยนะ ศึกษาแล้วประพฤติปฏิบัติไป ถ้าเขาเป็นสมณะ มันก็พึ่งพากันได้

ฉะนั้น สิ่งที่ว่า เป็นลูกศิษย์หลวงตา ทำวัตรเช้า ทำวัตรเย็น ปฏิบัติอยู่ที่บ้านแล้ว พังเทศน์หลวงตาไปด้วย

พังเทศน์หลวงตาไปด้วย เราประพฤติปฏิบัติของเรา อย่างบอกว่าคุณูกี้แล้ว นี่ก็รู้ แล้ว รู้แล้วยังอย่างไร ยังภาวนาลุ่มๆ ดอนๆ อย่างนี้ ถ้ารู้จริงมันต้องเป็นความจริงนะ

นี่เขาบอกว่าเขาพิจารณากำหนดพุทโธ แล้วมันมีอารมณ์มารบกวน

เราจะบอกว่า เวลาปฏิบัตินะ เวลาศึกษามาเป็นวิทยาศาสตร์ วิทยาศาสตร์ หมายถึงว่าทฤษฎี ทฤษฎีมันตายตัวอยู่อย่างนั้นนะ แต่เวลาปฏิบัติ ความรู้สึกมัน เปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา อารมณ์ของเราเดี๋ยวดีเดี๋ยวร้าย เดี่ยวอารมณ์ดี เดี่ยว อารมณ์ร้าย เดี่ยวปฏิบัติได้ เดี่ยวปฏิบัติไม่ได้ แล้วพอมันปัญญาขึ้นมามันก็ดี พอมัน ปัญญาละ เวลาปัญญาใหม่ๆ มันสดชื่นนะ ปัญญาใหม่ๆ มันชัดเจนมาก แล้วพอนาน ไป คุ่นชินนะ เดี่ยวปัญญาที่เราเคยเกิดขึ้นมามันก็จะเบาบางลง เราจะบอกว่า นี่คือจิต จิตเป็นอย่างนี้ ความรู้สึกของคนเป็นแบบนี้ มันดูแลยาก

เวลาผู้ที่ปฏิบัติใหม่ไปหาหลวงตานะ ท่านบอกว่า จิตนี้มันเหมือนลิง วันนี้หมด กกล้วยไปก็หิว คำว่า “หมดกล้วยไปก็หิว” เราจะเล่นกับลิง เราต้องมีกล้วยให้มันทีละลูกๆ เด็ดให้มันเรื่อย ล่อให้มันอยู่กับเราไง

ฉะนั้น จิตของเรา เราพุทโธๆ หลวงตาท่านถามเลย วันนี้หมดกล้วยไปก็หิว แล้ว หมดกล้วยไปแล้ว ถึงตัวนั้นมันสงบไหม ถึงตัวนั้นมันหลอกกินกล้วยหมดไปเลย ๔-๕ หวี แล้วมันยังจะกินต่อไป แล้วไม่สงบด้วย เห็นไหม นี่คือจิต

เวลาปฏิบัติไป จิตเราแท้ๆ ของของเราแท้ๆ แล้วเราก็ตีศึกษาธรรมะขององค์ สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามา เราเชื่อมั่นอยู่แล้ว มนุษย์ ในบรรดาสัตว์ ๒ เท้า องค์ สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าประเสริฐที่สุด

ในบรรดาสัตว์ ๒ เท้า แล้วเราก็เป็นสัตว์ ๒ เท้า เราเกิดมามีทรัพย์ มีอริยทรัพย์ เกิดมาเป็นมนุษย์ เกิดมาเป็นมนุษย์แล้วมีศรัทธามีความเชื่อด้วย มีศรัทธาความเชื่อ แล้วปฏิบัติที่บ้านด้วย เราปฏิบัติที่บ้าน แสดงว่าที่เรา บ้านสะดวกพอสมควร ถ้าเราสะดวกพอสมควร เราปฏิบัติของเรา เรามีโอกาสมาก เพราะคนเขาหาโอกาสอย่างนี้หา โอกาสได้ยาก ถ้าเรามีโอกาสแล้ว เราพยายามทำของเรา

ถ้าทำของเรา ถ้ามันพูดไม่ได้ บอกว่ามันมีอารมณ์มารบกวน ถ้ามีอารมณ์รบกวน เขาก็ใช้สติปัญญาไล่ตามไป

ถ้าใช้สติปัญญาไล่ตามไป ต้องไปค้นคว้าว่า ความคิดมันมาจากไหน มันมาอย่างไร แล้วอารมณ์มันเกิดขึ้น แล้วเวลาคนเรานะ เวลาปฏิบัติไปๆ มันจะมีประสบการณ์มากขึ้น

เวลาปฏิบัติไป เวลาสวดมนต์ “วิญญูณํ อนิจจัง วิญญูณํ อนตตา” แล้วทุกอย่างมันเป็นขั้น ๕ ไม่ใช่เรา ไม่ใช่ของเรา แล้วความคิดเป็นเราหรือเปล่า เวลาเราพูด เวลาเราสวดมนต์ นี่เป็นคำเทศน์ขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า จะในอาทิตตปริยายสูตร อนัตตลักษณะสูตร มันเป็นคำสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า มันก็เป็นอย่างนั้นจริงๆ มันเป็นอนิจจัง มันเป็นอนตตา แต่เราเป็นหรือเปล่านั้น

พอสะดุดใจ เห็นไหม อ้อ! อ้อ! เลย จิตมันเป็นแบบนี้ เวลามันฉลาด มันฉลาดได้ เวลาฝึก หลวงปู่มั่นท่านบอกว่าจิตนี้มีศรัทธาแน่น มันเป็นได้หลายหลากนัก จะดีขนาดไหนมันก็ดีได้ จะร้ายขนาดไหนมันก็ร้ายได้ เวลามันร้ายขนาดไหน มันทำลายเขาไปทั่ว แม้แต่ทำลายชีวิตตัวเองมันยังทำลายเลย จิตนี้มันร้ายนัก

เวลาเราสวดมนต์ สวดมนต์นี้เป็นธรรมชาติขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แต่เวลาเราดูจิต เอ๊ะ! ถ้าเอ๊ะ! บ๊ีบ อ้อ! เพราะเราไปรับรองมันเองไง เราไปรับรู้สิ่งนี้เอง เราไปรับรองมันเอง ไปรับรู้สิ่งนี้เอง นี่ปัญญามันเกิด

เราจะบอกว่า เวลาปัญญามันเกิด เห็นไหม จิตเวลามันดี มันดี เวลาสติปัญญามันดีมันจะพัฒนามันได้ มันทำให้ตัวเองดีขึ้นมาได้ เวลามันร้าย มันก็ทำร้ายเราได้ แต่

เวลามันครึ่งๆ กลางๆ จะดีก็ไม่ใช่ จะร้ายก็ไม่เชิง อ้าว! ถ้ามันจะร้าย เราก็เป็นคนดี อ้าว!  
จะดี ดี ปฏิบัติไม่ได้ ปฏิบัติทำไม่มันไปไม่ได้

**ถ้ามันปฏิบัติไม่ได้ เราก็ต้องมีสติปัญญาของเรา เรามีสติปัญญาของเรา  
ถ้าเราดึงกลับมาที่ตัวเราเอง เวลาเราทุกข์เรายากนะ เราดูครูบาอาจารย์สิ หลวง  
ตาท่านพูดประจำ “ธรรมะอยู่ปากตาย” คนเรามันต้องต่อสู้ มันต้องเต็มที่**

คำว่า “ปากตาย” เราไม่ต้องเอาชีวิตเราไปสมบุกสมบันขนาดนั้นหรอก คำว่า  
“ปากตาย” นั่งอยู่เฉยๆ นี่แหละ เวลาความคิดมันเกิดขึ้น ความคิดมันเกิดขึ้น ความคิด  
มันน้อยเนื้อต่ำใจ มันเกิดขึ้น แล้วเราต่อสู้กับมัน นี่ปากตาย ปากตายเพราะถึงเวลาแล้ว  
ความคิดมันบอกมันจะตาย พอจะตาย เราก็เลิก พอบอกเราจะพิจารณา เราจะเจ็บไข้ได้  
ป่วย เราก็เลิก

นี่เราอยู่ปากตาย ถ้ามันบอกมันเอาตายมาต่อรอง ก็ต้องพิจารณากันว่าอะไรมัน  
ตาย เห็นไหม ธรรมะมันอยู่ปากตาย ถ้ามันอยู่ปากตาย มันทำจริงทำจังของมัน มันก็  
เป็นประโยชน์ของมันขึ้นมา ถ้ามันเป็นจริงเป็นจัง ถ้าปัญญามันเกิดขึ้นมันเกิดขึ้นอย่างนี้

ฉะนั้น เขาบอกว่า เวลาเขาพิจารณาไปแล้วมันเกิดความรู้สึกอย่างไร  
ความรู้สึก “เมื่อกำหนดจิตไม่รู้รู้อะไร บางครั้งก็เห็นสิ่งนั้นชัดขึ้น ได้พิจารณาว่าทำไม  
อารมณ์ที่เกิดขึ้นตอนแรกที่ยังไม่ได้พิจารณาละออกไป เราจะเห็นว่าเป็นสิ่งที่มี  
ความสำคัญและยิ่งใหญ่ในหัวใจมาก แต่เมื่อพิจารณาดับอารมณ์นั้นไป มันกลับหายไป  
ไม่มีคุณค่าใดๆ เหลืออยู่เลย”...นี่เวลากิเลสมันหลอก มันหลอกอย่างนี้ เห็นไหม

ถ้าไม่มีสติปัญญาเท่ามัน เห็นไหม มันยิ่งใหญ่มาก มันยิ่งใหญ่ในหัวใจเรามาก  
มันทำลายเราหมด นั่นนะกิเลสมันได้แสดงตัวของมันเต็มที่ นี่กิเลสทั้งนั้นนะ กิเลสมัน  
หลอก เวลากิเลสมันหลอก เราไม่รู้ว่ากิเลสมันหลอกเพราะอะไร

เพราะกิเลสเป็นเราไง เราคิด เราใคร่ครวญ เราปฏิบัติอันนี้เป็นธรรม แล้วถ้าเรามี  
ความรู้สึกนึกคิดอย่างนี้ เราสนทนารวมกับผู้ปฏิบัติด้วยกัน มันก็มีทิวทัศน์ ทิวทัศน์ของคนมัน  
ก็อ้างเหตุผลจะหักหาญกัน

แต่ถ้ามันได้สติ “พอมันดับอารมณ์นี้ได้ มันก็หลับหายไป ไม่มีคุณค่าใดๆ เหลืออยู่เลย”

ถ้าไม่มีสิ่งใดเหลืออยู่เลย มันก็เหลือสติ เหลือสมาธิ ถ้ามันเหลือสิ่งนี้ไว้ ถ้ากิเลส มันดับลง ชั้น ๕ ไม่ใช่กิเลส ตัณหาความทะยานอยากในชั้นนั้นต่างหากถึงเป็นกิเลส

ชั้น ๕ ไม่ใช่กิเลส ทั้งๆ ที่มันไม่ใช่กิเลส มันก็เป็นอนิจจัง รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ มันเป็นอนิจจัง มันเป็นอนัตตา ตัวมันเองก็เป็นอย่างนั้นอยู่แล้ว มันเหมือนไฟฟ้า ไฟฟ้า คุณสิ ไฟฟ้ามันให้โทษกับใคร ไฟฟ้า เราต้องผลิตขึ้นมา เราต้องมีสายส่ง สายส่งคือชั้น ๕ ไฟฟ้ามันก็คือจิตวิญญาณ นี่มันเกิดดับ

เวลาเราสร้างขึ้น คุณสิ เรามีการผลิตไฟฟ้า มันก็เกิดขึ้น ถ้าไฟฟ้าไม่ได้เก็บไว้ มันก็หายไป แต่ถ้าเรามีสายส่งมีอะไร เราก็ส่งได้

ชั้น ๕ ไม่ใช่กิเลส สรรพสิ่งนี้ไม่ใช่กิเลส ตัณหาความทะยานอยากของคนต่างหากเป็นกิเลส ตัณหาความทะยานอยากของคนต่างหากที่เข้าไปยึดมัน ไปยึดมัน ไปยึดว่าเป็นเรามันก็ยิ่งใหญ่ ยิ่งใหญ่ มีความสำคัญ

แต่ถ้ามีสติปัญญา พอมันวาง พอมันวาง กิเลสหลอก กิเลสหลอก พอกิเลสหลอกแล้วมันก็จบ ถ้าจบไปแล้วมันก็เป็นประโยชน์ไซ้ใหม่ เป็นประโยชน์ว่า ถ้าเขาคิดอย่างนี้แล้วเขาได้ประโยชน์ของเขา “แล้วพิจารณาแล้ว พอจิตมันไปรับรองเป็นฐานของอารมณ์ มันถึงตั้งตัวจนเปลวไฟสูงขึ้นมาได้ในใจของเรา”

ฉะนั้น ถ้าจิตเราไม่ไปรับรอง มันก็จบ ถ้าอันนี้มาใช้ประโยชน์ มันก็ใช้ประโยชน์ได้ คำว่า “ใช้ประโยชน์ได้” แต่ถ้าต่อไปเรามีสติปัญญา มันต้องใช้มากไปกว่านี้ เพราะว่าอย่างนี้มันเหมือนนักหลบ คือเราหลบ มันไม่มีปัญญาต่อเนื่อง ปัญญาต่อเนื่อง คือว่าอย่างนี้มันเป็นปัญญาอบรมสมาธิ คือปัญญาของเรา เราใคร่ครวญอยู่ที่นี่มันเป็นปัญญาอบรมสมาธิ คือปัญญาสามัญสำนึก เรามีปัญญาอยู่ แต่พอจิตสงบเข้ามา พอเราไม่รับรอง มันไม่มีฐาน มันตั้งอยู่ไม่ได้ ถ้าไม่มีสติก็เป็นมิจฉา เพราะมันหายไป ถ้ามีสติ มันก็อยู่ได้ อยู่ได้เพราะอยู่ในความสงบ

พออยู่ในความสงบ เขาบอกว่า เวลาเขาบอกอุเบกขาเป็นคุณธรรมสูงส่ง



อุเบกขา ก็มันปล่อยวางมา แต่อุเบกขาก็เหมือนเรา เราอาบน้ำ เราทำความสะอาดร่างกายนี้มา อุเบกขา แล้วอย่างไรต่อไป ทำอย่างไรต่อไป อุเบกขาก็อุเบกขา อุเบกขาแล้วมันก็ต้องเสวย มันก็ต้องไปของมัน

นี่พูดถึงเขาบอกว่า “ถ้าเราไม่ไปรับรองสิ่งนั้น เขาใช้ประโยชน์อยู่อันหนึ่ง อีกอันหนึ่ง ปัจจุบันนี้เครื่องมือใช้ภาวนามีอยู่ ๒ อย่างคือเราไม่รับรู้ คือไม่รับรองสิ่งนั้น กับพิจารณาไปแล้ว ถ้ามันกวนมากๆ ก็เลยบอกว่าตัดไปให้ที่ผู้ไม่รู้”

อันนี้ใช้ไม่ได้ ผู้ไม่รู้ ผู้ไม่รู้คืออวิชชาไง เราจะตัดไปให้ผู้ไม่รู้ เราไม่รับรอง ตัวตนเราก็กยังมีอยู่ เราตัดไปที่ไม่รู้ คือปฏิบัติ มันก็ยังมิอยู่

เพราะเวลาเราภาวนาจริงๆ ขึ้นไปแล้วมันจะต้องกาย เวทนา จิต ธรรม พิจารณาซ้ำแล้วซ้ำเล่าๆ มันทั้งกายอย่างหยาบ กายอย่างกลาง กายอย่างละเอียดเข้าไป ไปถึงจิตเดิมแท้ที่ผ่องใส แล้วมันไปทำลายผู้รู้ จิตผ่องใส นั่นแหละคือตัวผู้รู้

นี่ถ้าเราบอกว่าไม่รับรู้

ไม่รับรู้คืออวิชชา นะ ไม่รับรู้คือการปฏิบัติ นะ ถ้าการปฏิบัติ

เราจะบอกว่า นี่แหละจิต เวลามันลุ่มลึกคลุกคลาน มันทำอะไรไม่ได้เลย พอเราภาวนา พอทำความสะอาดได้ด้วยอุบายของเรา คือไม่รับรองสิ่งใด ไม่รับรองสิ่งใดก็คือไม่ให้มันยิ่งใหญ่ในหัวใจของเรา ถ้ามีสติอยู่ มันเข้ามาเป็นสัมมาสมาธิได้

เป็นสัมมาสมาธิแล้ว เวลาเราออกไปต้องออกไปเสวยใจ จิตเห็นกาย เห็นเวทนา เห็นจิต เห็นตามความเป็นจริง ถ้าจิตสงบแล้ว จิตสงบแล้วเห็นกาย เห็นเวทนา เห็นจิต เห็นธรรม มันถึงจะเป็นสติปัญญา ๔

แต่ถ้าจิตไม่สงบ มันเป็นสัญญา มันเป็นความนึก ความคิดทั้งนั้นนะ แล้วเป็นสัญญา เวลาเราปฏิบัติ ถ้าเราปฏิบัติใหม่ๆ เราลุ่มลึกคลุกคลาน เราไม่มีสิ่งใดเลย เราก็พยายามจะหาความสุขความสงบของเราบ้าง

เราถึงว่าไม่รับรู้สิ่งใด ไม่ยอมเป็นฐานให้อารมณ์มันตั้งอยู่บนจิตเราได้ แต่เวลา  
ภาวนาไปแล้ว ภาวนาไปแล้ว เวลาไม่ได้จริงๆ เขาโยนให้ผู้ไม่รู้ไปเลย คือปฏิเสธไปเลย  
อันนี้มันจะตกไปในอวิชชา เราต้องมีวิชาเพื่อจะชำระล้างอวิชชา

ฉะนั้น ถ้าเราผลัดไป ไปสู่ความไม่รู้ ไปสู่ผู้ไม่รู้ไปเลย จะได้ไม่มีสิ่งใดรบกวน

ถ้าพูดถึงกรณีอย่างนี้มันก็เหมือนกับพุทโธนี่แหละ เวลาเราพุทโธ ถ้าจิตสงบแล้ว  
เราเห็นเวทนา เราก็จับเวทนา เราพิจารณาเวทนาได้ ถ้าเราจิตไม่สงบ เวทนามันเข้มแข็ง  
นะ เราก็กลับมาพุทโธๆ กลับมาพุทโธ กลับมาพุทธานุสติ

แต่นี้พอจิตเขาสู้ไม่ได้เขาบอกว่าให้จิตไปอยู่กับผู้ไม่รู้เลย คือปฏิเสธไปเลย

อันนี้เวลาจิตมันพัฒนา เราจะบอกว่า จิตเวลามันดีขึ้น มันดีขึ้นมาก เวลากิเลส  
มันมีกำลังขึ้นมา เราสู้มันไม่ได้ เราไม่มีอุบาย ไม่มีวิธีการสู้มัน เราก็เลยกำปั้นทุบดินเลย  
ผลัดไปสู่ที่ผู้ไม่รู้เลย

ฉะนั้น อันนี้เป็นอุบายนะ แต่ที่เราพูดนี้เราพูดบอกว่า อันนี้ถ้ามันไปอยู่ที่ตรงผู้ไม่  
รู้ มันเป็นอวิชชา แต่เป็นอวิชชา เป็นอวิชชา มันวางได้ เพราะว่าขณะนั้นมันเป็นอุบาย

แต่ถ้าเป็นผู้ไม่รู้ เราคิดว่ามันเป็นผู้ไม่รู้ แต่เป็นผู้รู้ที่พิจารณามันมา แต่เข้าถึงผู้ไม่  
รู้เลยนั่นเป็นอวิชชา ถ้าพูดอย่างนั้นไปมันจะติดขัด

ฉะนั้น พอบอกว่า จิตมันสงบแล้ว พอจิตมันเป็นไปได้ เขาบอกว่า เวลาเขา  
พิจารณาไป เราไม่รู้สิ่งนี้ มันก็เห็นกายเป็นเปลือก เห็นเปลือกแหว่งๆ บางครั้งก็แบนลง

อันนี้มันเป็นบางครั้งไฉ่ ถ้าจิตสงบแล้ว ถ้ามันเห็นเป็นกายนะ เราก็พิจารณาได้  
ถ้าเห็นเป็นอย่างอื่น เราไม่เอา เห็นเป็นอย่างอื่น เห็นเป็นนิมิต เห็นเป็นต่างๆ เราไม่  
ต้องการ

ถ้าเราใช้ปัญญาว่าไม่รับรู้สิ่งใด ไม่รับรู้สิ่งใดเลย ไม่ให้เป็นฐานที่ตั้งเลย มันเป็น  
ปัญญาอบรมสมาธิ

ถ้าเป็นสมาธิแล้ว จิตสงบแล้ว พอจิตสงบ เดียวมันก็คิดอีก มันอยู่ด้วยตัวเองไม่ได้ เราต้องมีปัญญาของเราบ่อยครั้งเข้า ฝึกหัดบ่อยครั้งเข้า รู้เท่ารู้ทัน ก็เป็นแบบนี้ รู้แจ้งแทงตลอด มันจะรู้เท่าทันความคิดเลย เวลาความคิดจะเกิด มันซึบปั๊บ ความคิดเกิดไม่ได้เลย ถ้าถึงตอนนั้นแล้วมันจะมีความชำนาญมากขึ้นๆ แล้วทำมากขึ้น มันจะเจริญขึ้น มันจะเป็นประโยชน์ขึ้น

เพราะจิตเป็นนามธรรม ถ้าจิตเป็นนามธรรม เราจะรักษาจิตอย่างไร จิตนี้รักษายากมาก แต่ขณะที่เราค้นคว้าหามัน เราก็หามันด้วยความลุ่มลึกคลุกคลาน

เวลาปฏิบัติมา ปฏิบัติมา ถ้ามันไม่รู้ก็ไม่รู้อะไรเลย แต่พอมันรู้ขึ้นมา มันก็ยังมีสิ่งที่เราต้องรู้มากขึ้นๆ ต่อไปเรื่อยๆ ต่อไปเรื่อยๆ เราต้องปฏิบัติให้เจริญมากขึ้น ทีนี้เจริญมากขึ้น มันก็ต้องรักษาไว้ เพราะมันเจริญแล้ว เดียวมันก็เสื่อม เสื่อมแล้วมันก็เจริญ มันก็จะลุ่มลึกคลุกคลานอยู่อย่างนี้ ถ้าทำได้จริงๆ มันก็เป็นประโยชน์นะ

ฉะนั้นบอกว่า เวลาพิจารณากายมันเป็นแบบนี้ เวลามันไม่พิจารณา เพราะมันจะมีสัมผัสต่อเนื่องๆ ไป

มันมีสัมผัสต่อเนื่องมา เห็นไหม ถ้ามันมีสัมผัสต่อเนื่อง มันยังเป็นอนิจจังอยู่ กลับมาที่พุทโธเลย กลับมาที่พุทโธให้จิตมันตั้งมั่นให้ได้ก่อน ถ้าจิตตั้งมั่นได้ก่อน แล้วค่อยออกไปรู้สัมผัสนั้น แต่ถ้ามันสัมผัสนั้นมันไม่ได้ เราก็กลับมาพุทโธ

อย่างที่เขารู้บอกรว่า เขาใช้ปัญญาอย่างนี้มันเป็นปัญญาอบรมสมาธิ “การภาวนาของศิษย์มันยังลุ่มๆ ดอนๆ อยู่คะ บางครั้งดี บางครั้งก็ไม่ได้เรื่อง นานๆ ถึงจะได้ดีสักคนหนึ่งคะ ปัจจุบันนี้ปฏิบัติอยู่ แต่ก็เป็นที่กราบเรียนมาแล้ว ไม่ทราบว่าจะควรพิจารณาอย่างไร แก้ไขอย่างไรจะดีขึ้น”

นี่นานๆ ถึงจะได้ดีสักคนหนึ่ง คำว่า “นานๆ จะได้ดีสักคนหนึ่ง” นี่มันเจริญขึ้นจากคนหนึ่ง ขำนาญในวสี ขำนาญในการเข้าและการออก แต่นานๆ มันจะมีผลดีสักคนหนึ่ง หนหนึ่งนั่นคือได้สัมผัส มันเป็นปัจจุตัง เป็นสันทิฏฐิโก นั่นแหละสูงสุด

แล้วมันออกมาแล้วมันก็เป็นปุถุชน มันออกมาแล้วมันก็เป็นอารมณูปกติก เราพิจารณาต่อเนื่อง พิจารณาไป มันจะเข้าไปอีก แล้วพอมันเจริญขึ้นไปอีก เราทำให้มันคง

ขึ้นๆ แต่ในการปฏิบัติทางโลก ถ้าเรามีการปฏิบัติแบบนี้มันก็เป็น การปฏิบัติเพื่อบรรเทาทุกข์ เราปฏิบัติเพื่อบรรเทาทุกข์เพราะเรามีหน้าที่การงาน มีความรับผิดชอบ แต่ถ้าการปฏิบัติของนักปฏิบัติเขา ๒๔ ชั่วโมง เขาพยายามของเขา

ไอนี้เวลาพยายามของเขามันก็ดี ดีขณะที่ปฏิบัติ เวลาเราออกมาทำงาน ทุกคนละล้าละลัง เหมือนกับครูบาอาจารย์ของเราเวลาทำนอดอาหาร เวลาอดอาหารมันภาวนาดีมาก แต่ร่างกายของคนขาดอาหารไม่ได้ มันก็ต้องตาย

เวลาทำนอดออกมาฉันอาหาร เวลาอดอาหาร มันอ่อนเพลียไปหมด เวลาฉันแล้วกำลังมันกลับมาฟื้นฟูเร็วมาก แต่ใจดี แต่ใจเวลามันปฏิบัติแล้วไม่ได้ผล โธ้ย! มันทุกข์ยากมาก แล้วกว่าจะปฏิบัติได้ ปฏิบัติได้ก็ด้วยความล้มลุกคลุกคลาน ด้วยความอดนอน ผ่อนอาหาร เวลาอดนอนผ่อนอาหารขึ้นมา ก็ปฏิบัติดีขึ้นมาบ้าง แล้วจำเป็นต้องไปฉันอาหาร มันละล้าละลังๆ นะ คนที่มีสติปัญญา

แต่ถ้าคนบวชมาสักแต่ว่า มันก็กินอิมมูนอยู่น้อยอย่างนั้น มีความสุขอยู่อย่างนั้นนะ มีความสุขอยู่กับการอยู่การกิน มันไม่ได้มีความสุขอยู่กับการประพฤติปฏิบัติ ถ้ามีความสุขอยู่กับการอยู่การกิน มันก็เท่านั้นนะ มันก็มนุษย์ ก็คนคนหนึ่ง

แต่ถ้าเวลาครูบาอาจารย์ เวลาทำนอดปฏิบัติ เวลาทำนอดบวชมาแล้วเป็นศิษย์นะ พระนี่ภิกษุอาจารย์ บิณฑบาตเลี้ยงชีพโดยชอบ ทุกอย่างชอบธรรมหมดแหละ แต่กินอิมมูนอยู่น้อยมันก็เป็นอยู่อย่างนั้นนะ เราก็ต้องฝืน อดนอนผ่อนอาหารขึ้นมาเพื่อจะทำจริงทำจังของเรา ถ้ามันทำจริงทำจังขึ้นมาบ้าง มันจะเป็นประโยชน์กับเราบ้าง

แต่คนเรา มนุษย์มันต้องมีปัจจัย ๔ มันอดมันก็ตาย ภาวนาดี ไซ้ ภาวนาดี แต่มันยังไม่พ้นทุกข์ ภาวนาดี แต่มันไม่พ้นทุกข์ มันต้องรักษาชีวิตนี้ไว้เพื่อภาวนาต่อ ก็กลับมากิน ใ้กินนั้นนะมันก็มาทอนการภาวนานั้นนะ ฉะนั้น ครูบาอาจารย์ที่ทำนอดปฏิบัติทำนอดถึงละล้าละลังๆ ถ้าคนไฝดีนะ นี่เวลาพูดถึงคนไฝดี นักปฏิบัติที่เป็นจริงเขาจะพูดกันอย่างนี้ แล้วคนที่ปฏิบัติจริงเขาเข้าใจได้

ไ้คนที่ไม่ปฏิบัติจริงนะสิ “เฮ้ย! มันจะจริงหรือ กินอิมมูนอยู่น้อยมันสุขกว่าน่า อดนอนผ่อนอาหารมันจะสุขได้อย่างไร”

สุขภาพ สุขใจ สุขใจ ถ้ามันสุข มันจะรู้ คนปฏิบัติจริงๆ แล้วถึงจะรู้  
 ฉะนั้น ถ้าคนปฏิบัติจริงถึงจะรู้ เขาถึงอดนอนจริงๆ อดนอนก็อดจริงๆ ฝอน  
 อาหารก็ฝอนอาหารจริงๆ อดอาหารก็อดอาหารจริงๆ แล้วเวลามาฉันก็รู้ด้วย  
 เวลาฉันแล้วจิตใจมันเป็นอย่างใด จิตใจมันเพิ่มขึ้นหรือมันลดลง

การอดอาหาร หิวใหม่ หิว หิวแน่นอน หิวมาก เพราะธรรมชาติของร่างกายมัน  
 ขาดอาหารไม่ได้ ก็นี่ไง เพราะมันอดอาหารมันต้องตายไง แล้วคนปฏิบัติ ปฏิบัติเพื่อ  
 คุณธรรม ปฏิบัติเพื่ออรรถสมบัติ แล้วไม่รู้หรือว่าอดอาหารนี้มันจะตาย แล้วไม่กิน มันจะ  
 ตาย คิดดูสิ ก็เลสเต็มหัวเลย ยังภาวนาไม่อะไร อดให้มันตายไป แล้วเราจะฆ่ากิเลส คน  
 มันต้องมีปัญญาไง

ฉะนั้น เวลาจะมาฉันอาหารเขาถึงจัดระเบียบ ควรฉันมากฉันน้อย อ้าว! ๗ วัน  
 ให้ ๒ คำ ๕ วัน ให้คำหนึ่ง อ้าว! ไม่ฉันก่อน นี่ครูบาอาจารย์ที่ปฏิบัติท่านทำอย่างนี้ละ

พูดไปก็บอกว่ามันจะจริงหรือ คนไม่เคยทำมันไม่เชื่อ ไม่เชื่อเพราะอะไร เพราะ  
 เขาไม่ได้ทำเอง แล้วเขาไม่มีเหตุไฉน เหมือนคนไม่ป่วย หมอไม่ได้สั่งอะไร มันก็อยู่โดย  
 ปกติ เวลาคนป่วยไปหาหมอนะ ต้องทำตามหมอสั่ง

ไอ้นี้ก็เหมือนกัน จิตใจที่มันปฏิบัติขึ้นมา มันดีขึ้นมาเพราะอะไรละ เราก็เห็นๆ  
 เอง เพราะเราอดอาหาร ร่างกายมันเบา เดี๋ยวจงกรมนี่เบามาก แล้วไม่ต้องมีการะออกไป  
 บิณฑบาต เพราะเราอดอาหารก็ไม่ต้องไปบิณฑบาต แล้วเราก็ไม่ต้องมาจัดอาหาร ไม่  
 ต้องมาฉันอาหาร ไม่ต้องมาเก็บล้าง มันมีสิทธิพิเศษไปหมดเลย แล้วเราภาวนาดีขึ้นมา  
 ด้วย

แต่ร่างกายนี้มันต้องการอาหารมันถึงต้องออกไปบิณฑบาต แล้วก็ต้องมาฉัน ฉัน  
 เสร็จแล้วมันก็เป็นเรือเกลือ แล้วก็มาปฏิบัติใหม่ นี่พูดถึงว่าร่างกายมันเป็นแบบนี้ แต่  
 นี่คือจิต จิตที่มันดีขึ้น จิตที่มันพัฒนาขึ้น กับจิตที่ล้มลุกคลุกคลาน ถ้าจิตที่ล้มลุก  
 คลุกคลาน เราจะบอกว่า ตามข้อเท็จจริงการปฏิบัติมันต้องมีอย่างนี้

แต่ถ้าพูดถึงเวลาเราศึกษาทางปริยัติ แล้วเราศึกษาทางปัญญาชนที่เขาคุย  
 ธรรมะกัน อันนั้นเป็นธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เราพูดถึงสติ พูดถึง

สมาธิ พุดถึงปัญญา เราพูดกันปากเปี้ยกปากแฉะว่าอย่างนี้คือปัญญาๆ แต่เขาไม่มีสติ ยับยั้งความคิดของเขาได้

แต่ผู้ที่ปฏิบัติเวลามีสติ เพราะเราไปยอมรับ ไปรองรับอารมณ์ อารมณ์ มันถึงใหญ่โตขึ้นมา เรามีสติปัญญาเท่าทันอารมณ์ อารมณ์ก็ไม่มีค่าในใจเรา เลย เราพิจารณาไปแล้วมันปล่อย พอมันปล่อยขึ้นมามันก็ดีขึ้น นานๆ ได้หนหนึ่ง ก็ยังมีสติมีปัญญาเป็นสมบัติของเราใจ นี่คือจิต จิตที่มีสติ มีการประพฤติ ปฏิบัติ มันรู้จริงเห็นจริงของมัน จะมากจะน้อยมันก็เป็นสมบัติของผู้ที่ปฏิบัตินั้น

แล้วเวลามันดีขึ้นมาแล้ว เดียวมันก็เสื่อม เสื่อมเพราะอะไร เพราะอวิชชา อวิชชา มันนอนเนื่องมากับจิต มันอยู่กับจิต มันควบคุมจิต แต่ขณะที่ว่า เราอดนอนผ่อนอาหาร เราประพฤติปฏิบัติขึ้นมา มันถึงเกิดสติยังคิดอย่างที่ว่า

เพราะเราไปยอมรับมันเอง ถ้ายอมรับมันเอง แล้วเวลาเราพิจารณาต่อเนื่องไปๆ เราก็ผลัดไปเลย ให้ไปสู่ผู้ไม่รู้ ผู้ไม่รู้ให้รับไป รับไป แล้วสติปัญญาของเราละ สติปัญญาของเราละ

สิ่งที่มันเกิดขึ้นมันก็เกิดจากสติปัญญาของเรา มันก็ต้องมีสติปัญญาดูแลหัวใจ ให้สูงขึ้นไปกว่านี้ ถ้ามันมีสติปัญญาดูแลหัวใจให้สูงขึ้นไปกว่านี้ จิตมันก็จะพัฒนาขึ้นไปมากขึ้น จิตสงบได้ง่ายขึ้น เป็นเอกัคคตารมณ์ จิตตั้งมั่น จิตมีกำลัง แล้วจิตออกไป พิจารณา ไปเห็นกาย เห็นเวทนา เห็นจิตตามความเป็นจริง มันแยกมันแยะของมัน นั่นก็จะเป็นภาวนามยปัญญา เราจะยิ่งมหัศจรรย์ไปมากกว่านี้ นี่คือจิต จิตนี้คือนามธรรม มันเจริญงอกงามขึ้นมาจากศีล สมาธิ ปัญญา ก็เป็นนามธรรม เวลามันเสื่อม มันเสื่อม จากอวิชชา เสื่อมจากความหลงเลงสงสัย เสื่อมเพราะความเกียจคร้าน มันก็เป็นนามธรรม

มันพิจารณาของมันซ้ำแล้วซ้ำเล่า เห็นใหม่ นี่คือจิต นี่คือนามธรรม ต้องอาศัย สติ อาศัยสมาธิ อาศัยปัญญาแยกแยะ อาศัยปัญญาพิจารณามัน มันถึงเจริญงอกงาม ขึ้นมา มันถึงจะเป็นการประพฤติปฏิบัติตามความเป็นจริงของเรา

ฉะนั้น ถ้าปฏิบัติเป็นแบบนี้ คำว่า “เป็นแบบนี้” คือทุกข์ คำว่า “เป็นแบบนี้” มันจะต้องมีสติมีปัญญาดูแลรักษา รักษาขึ้นมา

แต่ในเมื่อเขาบอกว่า เขาเป็นนักปฏิบัติธรรม นักปฏิบัติที่บ้าน เป็นลูกศิษย์ของ หลวงตา ทำวัตรที่บ้าน ทำวัตรนะ แล้วก็ดูทีวีฟังเทศน์หลวงตา

เราจะบอกว่า ศิษย์มีครูไง เราก็ประพฤติปฏิบัติขึ้นมาเพื่อให้เป็นความจริงขึ้นมา ไม่ให้เสียชื่อครูบาอาจารย์ไง ชื่อครูบาอาจารย์เป็นอย่างหนึ่ง แต่เราปฏิบัติเชิดชูนะ ปฏิบัติบูชาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ปฏิบัติบูชาครูบาอาจารย์ของเรา แต่ผลที่ ปฏิบัติคือของเรา เราทำสมาธิได้ก็เราเป็นผู้ได้ เราทำปัญญาได้ เราจะแจ่มแจ้งขึ้นมาได้ ถ้าเราปฏิบัติขึ้นมาได้เป็นศากยบุตรพุทธชินนรต คือเรารู้จริงแล้ว เราจะจบสิ้น กระบวนการในใจของเรา นี่ก็เพราะการปฏิบัติ

จากบูชาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า บูชาครูบาอาจารย์เรา สุดท้ายแล้ว มันก็บูชาพุทธะในใจของเรา มันก็จะบูชาตัวเราเอง มันจะเป็นสัจจะเป็นความจริงใน หัวใจของเรา เอวัง