

อ่านใจตน

พระอาจารย์สงบ มนัสสุนโต

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๑๔ สิงหาคม ๒๕๕๙

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

ถาม : เรื่อง “แนวทางปฏิบัติ”

จิตสงบ จิตเป็นสมาธิ จิตรวม ทั้ง ๓ อย่างนี้ คล้ายกันหรือต่างกันในกระบวนการกระทำและผล ขอความเมตตาหลวงพอช่วยตอบอย่างละเอียดเพื่อเป็นแนวทางในการปฏิบัติจากพระ

ตอบ : จากพระนะ ขอให้หลวงพ่อดบให้ละเอียดด้วย ฉะนั้น คำว่า “จิตสงบ” จิตสงบ เห็นไหม โดยทั่วไปด้วยวิมุติภาวะ โดยวิมุติภาวะนะ ปุถุชน ปุถุชนสงบจากความฟุ้งซ่านมันก็เรียกว่าจิตสงบ จิตสงบมันอยู่ที่วิมุติภาวะของคนพูด ถ้าคนพูดนะ คนพูดถ้าเป็นอริยบุคคล ว่าความสงบของเขานะมีคุณธรรมด้วย คำว่า “จิตสงบ” จิตสงบได้มันต้องมีคุณธรรมในใจของตน คำว่า “มีคุณธรรม” มันเป็นอกุปปธรรม

ถ้าไม่มีอกุปปธรรม เดียวมันก็สงบ เดียวมันก็ฟุ้งซ่าน คือความสงบนี้ไม่แน่นอน ความสงบนี้ เดียวพอถ้าเรามีสติปัญญารักษาได้มันก็สงบ เรามีสติเท่าทันความคิดมันก็สงบ แต่ความสงบนี้มันอยู่กับเราตลอดไปไหมละ ความสงบมันอยู่ไม่ได้ เพราะถ้ามันโดนแรงกระตุ้น พอโดนแรงกระตุ้นแล้วมันก็ฟุ้งซ่าน ความสงบแบบนี้เป็นความสงบของปุถุชน

คำว่า “จิตสงบ” โดยทั่วไป ผู้เฒ่าผู้แก่เวลาเขาสบายใจ เขาบอกจิตสงบดี ความสงบดี มันสุขสงบในใจของตน แต่ความสุขสงบในใจของตนมันเป็นอนิจจัง มันไม่คงที่ของมันไง

แต่ถ้าจิตสงบ ถ้าจิตมันพ้นจากกิเลส อย่างที่หลวงตาท่านพูด เวลาหลวงตาท่านพูด ท่านบอกท่านเป็นคนว่างงาน ท่านอยู่นอกบัญญัติ บัญชีคุมใจท่านไม่ได้ เพราะใจท่านเป็นธรรมชาติ ถ้าความสงบอย่างนั้นมันสงบระงับจากกิเลสตัดหาความทะยานอยาก

แต่ถ้ามันความจิตสงบของพวกเรา ความจิตสงบของปุถุชนมันสงบจากความฟุ้งซ่าน สงบจากความฟุ้งซ่านไง พอจิตมันฟุ้งซ่าน จิตมันมีเชื้อโรค จิตมันคิดปรุงแต่งของมันไป มันสงบเข้ามา สงบจากความฟุ้งซ่าน แต่ไม่ได้สงบจากกิเลส เพราะมันสงบแล้ว มันมีจิตสงบแล้วมันต้องฝึกหัดใช้ปัญญา ต้องฝึกหัด

จิตสงบแล้วไปเห็นกาย เห็นเวทนา เห็นจิต เห็นธรรมตามความเป็นจริง เห็นเป็นจริง แล้วมันต้องใช้สติใช้ปัญญา นี่มีคโค ทางอันเอก ทางเดินของจิตใจ ทางเดินของจิตในการวิปัสสนา ทางเดินของจิตในการค้นคว้า ถ้าค้นคว้าไปมันจะไปสู่ความสงบระงับจากกิเลส มันจะสำรอกมันจะคายกิเลสเป็นชั้นเป็นตอนเข้าไป

คำว่า “จิตสงบ” แล้วจิตสงบ จิตสงบมันอยู่ที่คนพูด เราไปเห็นเด็ก ๆ มันเล่นกับเรานะ แล้วมันบอกว่า “หลวงพ่อ ๆ จิตหนูสงบ” เออ! เอ็งว่าสงบจากอะไรล่ะ สงบจากที่วิ่งเล่นนี่ไง สงบจากขอลูกอม ไม่ขอแล้ว สงบ เห็นไหม เวลาเด็กมันพูดมันก็พูดได้ คำว่า “จิตสงบ” ใครก็พูดได้ มันอยู่ที่วุฒิภาวะของเขาว่าจิตของเขาอยู่ในระดับไหน นี่พูดถึงว่า คำว่า “จิตสงบ” ไง นี่พูดถึงเวลาคนพูดนะ

แต่ถ้าบอกว่าจิตสงบ จะเอาระดับไหนล่ะ เพราะว่ามันมีว่างนอก ว่างใน ว่างในว่าง เวลามันว่าง ความว่างมันมีหลายชั้นนัก เวลาหลวงตาท่านพูดประจำ มันว่าง ว่างข้างนอกนะ มันว่างจากสัญญาอารมณ์นะ แต่ใจเรายังไม่ว่างหรอก ตัวตนเรายังเต็มตัวอยู่เลย แต่เราว่างจากข้างนอก ว่างจากความยุ่งเหยิงของสังคม เราว่างได้ แต่ในใจเรามัน อื้อหึม! อย่าให้สะกิดนะ ออกทันทีเลย เห็นไหม มันสงบมันมีหลายชั้น ความว่างมันก็มีหลายชั้น นี่พูดถึงว่าจิตสงบ

จิตเป็นสมาธิ จิตเป็นสมาธิ สมาธิ มันมีสมาธิ ขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ อปัปนาสมาธิ แล้วพูดถึงสมาธิของปุถุชน สมาธิของสามัญชน สามัญชน นักวิทยาศาสตร์ ผู้ที่ทำงานวิจัย เขาทำงานสิ่งใด เขาตั้งใจทำ เขาก็มีสมาธินะ คนทำงานเขาบอกเขามีสมาธิ เขาทำงานนะ เขามีสมาธิ งานของเขาเรียบร้อยดี แต่วันไหนสมาธิเขาไม่ดี เขาทำงานไม่ดี แม้แต่นักกีฬา นักกีฬาที่มันแพ้ แพ้เพราะว่าขาดสมาธิ

นักกีฬา นักกีฬาดีๆ จะมาฝึกพุทธโธ ตอนนี้นักกีฬาต้องมาหัดภาวนานะ จะอาชีพีได้ก็แล้วแต่อยากได้ดิบได้ดีต้องมาภาวนา เอาสมาธิ เอาสมาธิเข้าไปเพื่อเกื้อหนุนหน้าที่การงานของตน นี่ไง นี่พูดถึงว่าสมาธิ ถ้าเป็นสมาธินะ สมาธิของใครอีกล่ะ ถ้าสมาธิ สมาธิของนักกีฬา สมาธิของคนทำงาน แล้วถ้าสมาธิของเราล่ะ

สมาธินะ พอเป็นสมาธิแล้ว เวลาเราจะเอาขึ้นมา เราจะเอาสัมมาสมาธิ สัมมาสมาธิ ศิล สมาธิ ปัญญาไง แล้วสมาธิมันก็มีขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ อปัปนาสมาธิ

ขณิกะ เราเข้าสมาธิได้บ้างไม่ได้บ้าง เข้าๆ ออกๆ อยู่นี่ นี่ขณิกสมาธิ ถ้าอุปจาระเข้าไปพักอยู่นานหน่อย อุปจาระ แล้วถ้าคนจิตที่มันมีวาสนาอะไรของเขา เขาจะรู้จะเห็นอะไรของเขา รู้เห็นนะ รู้เห็นก็ส่งออก แต่ถ้าไอ้คนที่ไม่มีอำนาจวาสนาเขาสงบเฉยๆ เป็นสมาธิเฉยๆ

เป็นสมาธิ แล้วสมาธิ รักษาสมาธิไว้มันมหัศจรรย์ แล้วก็อยู่ที่วาสนาของคน ถ้าวาสนาของคนเขารักษาสมาธิของเขาแล้ว เขารักษาให้ตั้งมั่นขึ้น ให้เข้มแข็งขึ้น พอเข้มแข็งขึ้นนะ ถ้าเขายกขึ้นสู่วิปัสสนา เขายกใช้ปัญญา เพราะฐานเป็นสมาธิไง

ทำบุญร้อยพันพันหนไม่เท่าถือศีลบริสุทธิ์หนึ่งหนึ่ง ถือศีลบริสุทธิ์ร้อยพันพันหนไม่เท่ากับทำสมาธิได้หนึ่งหนึ่ง มีสมาธิร้อยพันพันหนไม่เท่ากับเกิดภาวนามยปัญญาขึ้นหนึ่งหนึ่ง นี่มันเป็นขั้นๆ ขึ้นมานะ นี่ธรรมชาติขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

ฉะนั้น ถ้าเป็นสมาธิ สมาธินะ เราเข้าสมาธิได้ ส่วนใหญ่คนเข้าสมาธิได้หนึ่งหนึ่งแล้วเข้าซ้ำอีกไม่ได้ การที่เราจะเป็นนักภาวนา เขาต้องชำนาญในวิธี ชำนาญในการเข้าและการออก ถ้า

การเข้าการออกบ่อยๆ อย่างเช่นอย่างเรานี่เราเป็นผู้ใหญ่ เราจะหิวเราจะกระหาย เราไม่กลัวเลย เพราะเรามีความสามารถจะหาอาหารได้ใช่ไหม ถ้าเด็กๆ เวลาให้มันกินมันอึดหน้าสำราญเลย ถ้าเวลามันหิวมันร้องไห้แล้ว “พ่อ อยากกินข้าวๆ” มันต้องให้เราหาให้มันกินไป

นี่ก็เหมือนกัน สมานะ ถ้าเราหาอาหารให้ได้ เราชำนาญในวิธี สมานะมันจะมั่นคงของมันไป แต่ถ้าเราใช้สมานะหนึ่ง เหมือนเด็กๆ ใจโฮ! กินอึดหน้าสำราญเลย ใจโฮ! สุขมากๆ แล้วครั้งต่อไปเข้าไปไม่ได้ไป เด็กๆ เวลาหิวกระหายก็อแงอยากได้อาหารไป อยากได้อาหารแต่หาอาหารไม่ได้ไป

นี่มันสำคัญตรงนี้ สมานะนี้ สมานะสำคัญที่เราตั้งสติของเรา เราฝึกหัดของเรา ถ้าฝึกหัดของเรา มีความชำนาญของเรา มันเข้าสมานะ สมานะที่แรกเข้าแล้วจะดูดีดีมาก เวลาเข้าครั้งที่สองเข้าไปแล้ว เออ! รู้จักแล้ว ความดูดีมีความตื่นตัวน้อยลง แล้วเข้าครั้งที่สาม ครั้งที่สี่ เข้าบ่อยๆ เข้าแล้วรักษามันได้

บางทีเราเข้าสมานะแล้วเวลาเราออกจากสมานะ เราทำหน้าที่การงาน มันก็ยังมีเค้ากลางของสมานะอยู่ พอมีเค้ากลางของสมานะอยู่ พอเสร็จจากงานแล้วเราไปนั่งสมานะต่อ มันมีเค้ากลางของมันแล้วเราก็ดำเนินการต่อไป มันก็เข้าสมานะได้ดีขึ้น พอออกจากสมานะมา เราก็ไปทำหน้าที่การงานของเรา มันก็ยังมีร่องมีรอยของมันอยู่ ร่องรอยอยู่ เวลากลับมา นั่งสมานะ เพราะมีร่องมีรอยอยู่ เราก็ดำเนินการต่อไป มันเข้าสมานะได้ง่ายขึ้น นี่เขาเรียกชำนาญในวิธี

แต่เวลาเราทำสมานะแล้วได้สมานะ ตื่นเต้น อู้อี้! สุขยอด ไม้ไปรอบบ้านรอบเมือง ไปทำจนมันฟังชัน แล้วจะกลับมาทำสมานะ ใจโฮ! เขาทำอย่างไรละ ใจโฮ! ทำไม่ได้ ใจโฮ! มันทุกข์ยากอย่างนี้ ใจโฮ! ใจโฮ! ใจโฮ! อยู่นั่นนะ ไม่ได้หรอก นี่ไง ไม่ชำนาญไป เพราะไม่ชำนาญ สมานะมันเคยได้ เคยได้ สิ่งที่เคยได้นั้นมันเป็นสัญญาเป็นข้อมูลเดิม ก็คุยไม้แต่ตรงนั้นนะ

นี่พระพุทธรูปเจ้าสอน สอนถึงปัจจุบันไป ถ้าเป็นสมานะก็ให้เป็นปัจจุบัน ทุกอย่างให้เป็นปัจจุบันนี้ ถ้าเป็นปัจจุบันนี้ ขณิกสมานะ อุปจารสมานะ อัปนาสมานะ อัปนาสมานะ เวลาพุทโธ หรือใช้ปัญญาอบรมสมานะ ละเอียดๆ ละเอียดเข้าไปจนสมานะอย่างนี้มันดับหมด มันดับ

อายตนะ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ดับหมด ใจเด่นอยู่ดวงเดียว ใจเด่นอยู่ดวงเดียว ใจเด่นเลย นั่นนะ
 อับปนาสมาธิ อย่างนี้ใช้ปัญญาไม่ได้ ใช้ปัญญาไม่ได้เพราะมันไม่กระทบใจ คือมันคิดไม่ได้ ของ
 มันคิดไม่ได้ คนหลับสนิทคิดไม่ได้

คนที่นอนอยู่แต่มีความสงบระงับนี้ทำงานได้ ถ้ามันออกมา ออกมาอุปจาระ อุปจาระอะไร
 เพราะมันกระทบ มันคิดได้ไง มันมีขั้นนี้ไง ตา หู จมูก ลิ้น กาย อย่างที่เวลาทำสมาธิไป เวลาทำ
 สมาธิ นี่เป็นสมาธินะ แต่ยังรับรู้อยู่ นั่นนะอุปจาระ เวลาคนเป็นสมาธิยังคิดได้ ยังคิดได้ ยังรับรู้
 ได้ นั่นนะอุปจารสมาธิ ตรงนี้แหละตรงวิปัสสนา ตรงนี้ เขาทำงานกันตรงนี้

แต่ถ้าเป็นขณิกะมันก็ลุ่มๆ ดอนๆ ขณิกะก็จับพลัดจับผลู จับไม่ได้ไง เห็นกายก็เห็นไม่
 ถนัด จะจับอะไร จะจับแล้วมันหลุดไม้หลุดมือ นั่นจะเป็นอุปจาระ อุปจาระเป็นสมาธิอยู่ แต่
 ดำเนินงานอะไรไปไม่ค่อยได้ ขาดตกบกพร่องตลอด ถ้าเป็นอุปจาระมันเป็นที่ทำงานของมัน แต่
 เวลาทำงานแล้วมันไม่ถนัด มันยังสงสัยอยู่

ถ้ามันสงสัยอยู่ก็เข้าสมาธิให้ลึกเข้าไปก็เป็นอับปนาสมาธิ ลมหายใจขาดหมด ลม
 หายใจละเอียด ละเอียดจนไม่มี แต่ตัวจิตเด่นมาก ตัวจิตเด่นมาก เด่น สักแต่ว่ารู้ จะบอกว่าผู้รู้
 ไม่ได้ เรียกว่าผู้รู้ไม่ได้เลย สักแต่ว่ารู้ ถ้าเป็นผู้รู้มันเตรียมตัวที่จะออกแล้ว นั่นนะอับปนา
 สมาธิ แล้วไฮ้โฮ! ลึกซึ้งมาก นี่อับปนาสมาธิ แล้วต้องคลายตัวออก คลายตัวออกก็รับรู้ได้ รับรู้
 รูป รส กลิ่น เสียง รับรู้ถึงเสียงกระทบได้ นี่อุปจาระ อุปจาระหมายถึงว่ามันรับรู้ได้ เป็นสมาธิ
 ด้วย รับรู้ได้ด้วย แต่ถ้าเป็นขณิกะนี่อ่อนไปนิดหนึ่ง นี่พูดถึงว่า ชั้นของสมาธิ

แล้วชั้นของจิตรวม เวลาถามเรื่อง จิตสงบ จิตเป็นสมาธิ จิตรวม

ถ้าจิตรวม จิตรวมนี้ก็อับปนาสมาธิ รวมใหญ่ๆ ถ้ารวม เราพูดไว้ ๒ ประเด็น ประเด็น
 หนึ่งโดยปุถุชน รวมโดยสมาธิ อีกประเด็นหนึ่งประเด็นที่ว่าเวลาหลงตาเวลาทวนพิจารณาจน
 ธาตุขันธ์ พิจารณาธาตุขันธ์แยกส่วนจากกัน จิตนี้รวมลงหมดเลย จิตรวมอย่างนี้จิตรวมพร้อม
 กับกิเลสขาด มันจิตรวม เวลาดับ ดับตรงนี้

ถ้าพูดถึงคนที่จิตรวมพร้อมสติปัญญาด้วย มันจะเป็นสภิกาคามีผล ถ้าสภิกาคามีผล มันรับรู้ได้ ดุสิ รับรู้ได้ แต่ก็ยังคิด ยังข้างบนอีก ๒ ชั้นมันยังบังอยู่ มันยังไม่รู้ครบวงจรของมัน

คำว่า “จิตรวมๆ” จิตรวมที่เวลารวมลง ภายกับจิตขาดจากกัน จิตรวมโดยมรรค โดยการเดินมรรค จิตรวมโดยวิปัสสนา

แล้วจิตรวมๆ จิตรวมแบบฤๅษีชีไพร แบบสมาธิไง ถ้าจิตรวมแบบสมาธิ ขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ อัปปนาสมาธิ จิตรวม เขาเรียกรวมใหญ่ เวลารวมใหญ่นี้รวมหมด โลกนี้ดับหมดเลย จิตรวมก็อัปปนาสมาธิ อัปปนาสมาธิคือจิตรวม ถ้าจิตรวมอย่างนี้จิตรวมแบบปุณฺณัง จิตรวมแบบไม่ได้ชำระล้างกิเลส

แต่ถ้าจิตรวมโดยมรรค อันนั้นเป็นสภิกาคามี สภิกาคามีเลย รวมอย่างนั้น สภิกาคามีเป็นเพราะอะไร เพราะการพิจารณา พิจารณาโดยอะไร สัมมาทิฏฐิ สัมมาสังกัปปไป สัมมากัมมันโต สัมมาอาชีโว สัมมา มรรค ๘ ใจ ถ้ามันรวมโดยมรรค มรรคสามัคคีใจ ถ้ามันจิตรวมโดยมัคโค มัคโค ทางอันเอก มันพร้อมทั้งมรรค ๘ ดำริชอบ งานชอบ เพียรชอบ ดำริชอบ งานชอบ งานชอบธรรม ชอบธรรมระหว่างสัมมาสมาธิ ระหว่างจิตกับกิเลส ระหว่างธรรมะกับกิเลส

ธรรมะ ธรรมะคือมรรค ๘ เป็นธรรม กับกิเลสที่มันพัดมันต่อสู้อยู่โดยสติโดยปัญญา มันห้ำหั่นกันด้วยปัญญา ด้วยวิปัสสนาปัญญา เวลามันขาด มันรวมลง เวลารวมลง รวมลง นี้คือว่าถ้าจิตรวม

จิตรวม เราต่อไป ๒ อย่าง จิตรวม รวมโดยสภิกาคามีมรรคกับรวมโดยปุณฺณัง รวมโดยกำหนดพุทฺโธเฉยๆ พุทฺโธเฉยๆ ปัญญาอบรมสมาธิเฉยๆ อัปปนาสมาธิเฉยๆ เฟ่งเฉยๆ มันจะเป็นมรรค ๘ ได้อย่างไร แต่มันไม่เป็นมรรค ๘ แต่มันเป็นกำลังของจิต จิตมันเป็นได้

นี่ไง เจโตวิมุตติ ปัญญาวิมุตติ เจโตวิมุตติมันอาศัยสมาธิ แต่สมาธิต้องเป็นสัมมาสมาธิ ถ้าเป็นมิจฉาสมาธิ สมาธิที่เข้าใจผิด สมาธิที่คิดว่าเป็นมรรค นี้ก็มีฉาแล้ว มิจฉา

เพราะว่าเราเข้าใจว่าอันนี้เป็นมรรคๆ ใจ แต่ความจริงมันเป็นสมณะ สมณะเป็นสมณะ มันต้องเป็นสมาธิด้วย

นี่พูดถึงว่าจิตรวมใจ ให้อธิบายจิตรวมใจใหม่ ฉะนั้น เวลาว่า “ทั้ง ๓ อย่างนี้คล้ายกัน หรือแตกต่างกันในกระบวนการของการกระทำและผล”

เวลาพูดถึงต่างกันนะ เวลากรรมฐานเรา ว่าสมาธิกับฌานใช้แทนกันได้ใหม่ เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านพูดถึงนะ ท่านพูดถึงศีล สมาธิ ปัญญา ทั้งๆ ที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไปประพฤติปฏิบัติกับอาฬารดาบส อุทกดาบส ได้สมาบัติ ๖ ได้สมาบัติ ๘ มา ถ้าได้สมาบัติ ๖ สมาบัติ ๘ แล้วถ้าพูดถึงคนได้สมาบัติมาแล้ว แล้วจะมาใช้ปัญญา ทำไมไม่เอาสมาบัติมาเป็นพื้นฐานล่ะ ทำไมองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเวลาท่านบัญญัติธรรมของท่าน เวลาสั่งสอน สอนศีล สมาธิ ปัญญา องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไม่กลับไปพูดถึงสมาบัติอีกเลย ไม่กลับไปพูดถึงสมาบัติอีกเลยเวลาเทศน์สอนผู้ที่ปฏิบัตินะ

แต่เวลาที่สังคมาเข้เอื้อกันอย่างนั้น สังคมาที่เขาทำได้อย่างนั้น เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะปรินิพพาน องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเข้าสมาบัติ ๘ เพราะเรื่องสมาบัติมันเป็นกิริยาของจิต มันเป็นวิถีของจิตที่มันมีอยู่ ที่ทำกันอยู่ ที่ฤๅษีชีไพรเขาทำกันอยู่ พราหมณ์เขารู้้อยู่ มันมีเทคนิคอย่างนี้อยู่ ฉะนั้น เวลาไปทำ อธิบายแล้ว สังคมาที่เขาทำได้เขารู้ได้เรื่องสมาบัติเรื่องฌาน เรื่องฌานสมาบัติ

แต่เวลาเรื่ององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะสั่งสอน องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสอนเรื่องสมาธิ ไม่ได้สอนเรื่องสมาบัติ เพราะสมาธิเป็นสมาธิใจ ถ้ามันผิดเพี้ยนมันก็เป็นมิจฉา ถ้ามันถูกต้องตั้งงามมันก็เป็นสัมมา

แต่ถ้าเป็นฌาน ปฐมฌาน ทุติยฌาน ตติยฌาน จตุตถฌาน เป็นสมาธิทั้งหมด แต่ ๔ ชั้น แล้วดำเนินไปอีกเป็นอรุณฌาน อากาสนัญญายตนะ วิญญูณัญญายตนะ อากิญจัญญายตนะ เนวสัญญานาสัญญายตนะ มันก็เป็นอีก ๔ ชั้น ๔ ชั้นคือชั้นที่หยาบละเอียด

พอขั้นที่หยาบละเอียดแล้ว จิตมันต้องจากหยาบละเอียดเข้าไปๆ แล้วถ้ามันจะถอย มันถอยจากละเอียดออกมาหยาบ นี่มันคือการส่งออก

แต่ถ้าเป็นสมาธิ สมาธิคือสมาธิ ถ้าสมาธิเป็นสมาธิไง ถ้าสมาธิมันเป็นสมาธิ แล้วสมาธิหยาบละเอียด มันอยู่ที่ว่าทำให้มันถูกต้องดีงามแล้วยกขึ้นสู่วิปัสสนา วิปัสสนามันก็เข้าสู่มรรค

นี่พูดถึงว่า สมาธิ เวลาผลต่างกันและคล้ายกันอย่างไร

ในกระบวนการกระทำก็ต่างกัน ผลก็ต่างกัน ฉะนั้น กระบวนการต่างกัน ผลต่างกัน องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบัญญัติไว้ถึงเปิดกว้างใจ เปิดกว้างให้ผู้ประพฤติปฏิบัติทั้งหมด จริตนิสัยของคนใครทำอะไรก็ได้ แล้วให้ทำมา ฉะนั้นถึงว่า ศีล สมาธิ ปัญญา

แต่ส่วนใหญ่แล้วเราจะไปทำฌานสมาบัติกัน ทำอะไรกัน เพราะฌานสมาบัติมันเป็นพื้นฐานของอภิญญา ถ้าสัมมาสมาธิเป็นพื้นฐานของมรรค ถ้ามรรคมันเข้าสู่มรรค เพราะเริ่มต้นเราต้องการชำระล้างกิเลสก่อน เราต้องทำให้เราสะอาดบริสุทธิ์ก่อน เราต้องทำให้เรามีความสุขก่อน ต้องทำให้เราพ้นจากทุกข์ก่อน แล้วถ้าพ้นจากทุกข์แล้วไม่วิตกไม่กังวลอะไรทั้งสิ้น ไม่มีกิเลสคอยยุแหย่แล้วมันจะทำอะไรมันก็ทำได้ง่ายขึ้น แต่ถ้าเราทำอะไรแล้วแต่ เรามีกิเลสคือเรามีเชื้อโรคอยู่ มีความทุกข์ยากอยู่ จะทำอะไรมันแบบว่ามันไม่สมบูรณ์นะ มันจะมีแต่ความเสียหาย

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทดสอบแล้ว ทดสอบแล้ววางธรรมวินัยไว้ ป้องกันเอาไว้เลยนะ ป้องกันไม่ให้พวกเราก่อนออกนอกกลุ่มนอกรทาง

ฉะนั้น สิ่งที่ว่ามันเป็นคำสรุปไป “จิตสงบ สมาธิ จิตรวม ทั้ง ๓ อย่างนี้คล้ายกันหรือต่างกันอย่างไร กระบวนการของการกระทำ”

ทำความเข้าใจกับ กระบวนการของการกระทำนะ ถ้าจิตสงบ จิตสงบ เราศึกษาธรรมะ เรา
ตรึกในธรรมมันก็สงบได้ มันมีเหตุมีผลของมัน นี่กระบวนการทำให้จิตสงบ แล้วถ้าจิตสงบที่ว่า
พ้นจากกิเลส กระบวนการของมันก็ต้องมีมรรค ๘

“ศาสนาไหนไม่มีมรรค ศาสนานั้นไม่มีผล” องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ายืนยัน
อย่างนี้ แล้วครูบาอาจารย์ของเราก็อืนยันอย่างนี้ ถ้ายืนยันอย่างนี้ เขาทำอย่างไรมา เขามี
เหตุผลอย่างไรมา เขาถึงได้เป็นอย่างนี้

แต่ถ้าเขากระทำของเขามาในการกระทำนั้น เขาจินตนาการของเขา เขาคิดของเขา
เวลาเขาอธิบายออกมา ครูบาอาจารย์ฟังแล้ว อ้อ! มันก็แค่เรื่องโลกๆ ท่านก็รับรู้

เวลาใครจะสำคัญตนว่าได้มรรคได้ผลนะ มันเป็นสิทธิ์ของเขา แต่เวลาครูบาอาจารย์
ของเราท่านจะไต่สวนกัน ท่านจะย้อนไปที่การกระทำ ถ้าการกระทำนั้นมันสมควรแก่เหตุ การ
กระทำนั้นมันสมบุรณ์ เหตุมันร้อยเปอร์เซ็นต์ การกระทำนั้นมันขาดตกบกพร่อง การกระทำนั้น
มันไม่สมบุรณ์ ผล เอ็งก็จินตนาการกันทั้งนั้นนะ นี่พูดถึงว่าเวลาตรวจสอบกันไง นี่พูดถึงการ
กระทำ

“สมาธิ กระบวนการกระทำกับผลมันแตกต่างกันอย่างไร”

กระบวนการของมัน ๔๐ วิธีการ กระบวนการของการทำสมาธิ กรรมฐาน ๔๐ ห้อง พุท
โธ ธัมโม สังโฆ นี่พูดถึงวิธีการทำความเข้าใจ ๔๐ วิธีการ แล้วใช้ปัญญาอบรมสมาธิ นี่การกระทำ
แล้วถ้าเป็นสมาธิมันก็เป็นของมันมา แล้วถ้าจิตรวมๆ จิตรวมก็พูดถึงว่ารวมโดยสมาธิ รวมโดย
ปุถุชน ก็รวมโดยการกระทำนี่แหละ

แต่ถ้าจิตรวมแบบมรรคแบบผลนั้นอีกเรื่องหนึ่งนะ ถ้าจิตรวมแบบมรรคแบบผลมัน
เป็นสภิกาคามีผล มันจะไม่เอามาใช้ ไม่ใช่ชื่อว่าจิตรวม แต่ใช้ว่าอย่างนั้น แต่มันรวมลงอย่างนั้น
จริงๆ มันเป็นอย่างนั้น ครูบาอาจารย์ที่ทำมาเวลาคุยกันมันจะเข้าใจ เข้าใจแล้วมันจะเห็นผล
ของมันไง

ฉะนั้น สิ่งที่อธิบายให้ละเอียด อธิบายให้ละเอียดมันก็อยู่ที่จิตนิสัย อยู่ที่ความชอบของคนนะ ถ้าความชอบของคนมันเป็นอย่างนี้ๆ นี่พูดถึงว่า เพราะคำถามไง เพราะเป็นพระถามด้วย จากพระด้วย

“จิตสงบ จิตเป็นสมาธิ จิตรวม คล้ายกันหรือแตกต่างกันอย่างไร ผลของกระบวนการทำแล้วมันแตกต่างกันอย่างไร ขอหลวงพ่อบอกแจ่มแจ้งให้ละเอียดด้วยเพื่อเป็นแนวทางปฏิบัติครับ”

ถ้าเป็นแนวทางปฏิบัติ เขาเรียกจิตนิสัยนะ เราทำอย่างไร เราทำอย่างไรแล้วถ้ามันได้ผล ได้ผล เราจำแนวทางนั้นไว้แล้วเราพยายามทำของเรา เราพยายามทำของเรา ฝึกหัดจนมีความชำนาญนะ ฝึกหัดจนมีความชำนาญ ทุกอย่างอยู่ที่ความชำนาญของตน ทุกอย่างอยู่ที่วิธีการ วิธีการที่ทำให้ชำนาญแล้ว รักษาความสงบไว้ ถ้าจิตเป็นสมาธิก็มันสงบนั้นแหละ

จิตสงบ สมาธิ ถ้าพูดถึงอย่างกรรมฐานเรา ถ้าพูดถึงนะ ครูบาอาจารย์ของเราส่วนใหญ่แล้วมันจะเป็นความชำนาญ ถ้าใครมีความชำนาญอย่างใดชอบพูดอย่างนั้น จิตอย่างใดก็ได้แล้วแต่ เวลาครูบาอาจารย์ที่ท่านประพฤติปฏิบัติมาแล้วเวลาท่านเทศนาว่าการ ท่านเทศนาว่าการจากประสบการณ์การปฏิบัติของท่านนั้นนะ ใครปฏิบัติมาอย่างไร ใครได้ผลมาอย่างไรจะพูดอย่างนั้นนะ

แล้วถ้ามันไม่ได้ปฏิบัติมาอย่างนั้นแล้วพยายามไปพูดอย่างนั้นนะ มันพูดได้ครั้งเดียวคือจำไว้ให้แม่นๆ พูดได้ครั้งแรก พอครั้งที่สองมันคลาดเคลื่อนแล้ว แล้วถ้าใครถามปัญหาที่ตายเลย ไปไม่ได้

แต่ถ้าคนเป็นนะ ถามมาเลย ถามมาเลย เพราะประสบการณ์ในใจของมันมีอยู่แล้วไง นี่พูดถึงว่า เวลาครูบาอาจารย์ที่ท่านเทศนาว่าการ เทศนาว่าการจากประสบการณ์ของจิต แล้วถ้าประสบการณ์ของจิต หลวงปู่มั่น หลวงตา พูดก็ร้อยครั้งก็แสนครั้งก็พูดเหมือนเดิม พูดอย่างนั้นนะ

หลวงตาท่านพูดบ่อย ให้อัมมสองตัวนะ เริ่มต้นหฺมสองตัวก็หฺมสองตัวอย่างนั้นนะ ไม่เคยคลาดเคลื่อน แล้วพูดก็ร้อยหนก็พันหนก็ให้อัมมสองตัวนั้นนะ ไปฟังในเทศน์ดี ไม่มีคลาดเคลื่อนเลย เพราะอะไร เพราะพูดจากความจริงในใจ ความจริงมีอย่างนั้น พูดตามความจริงจะไม่มีคลาดเคลื่อน เราฟังให้อัมมสองตัว ฟังประจำเลย ให้อัมมสองตัวนะ

นี่พูดถึงคนพูดจริง คนพูดจริงจะพูดจากข้อเท็จจริง ไม่พูดเรื่องอื่น แล้วถ้าพูดจริงแล้วมีงามก็ร้อยก็พันก็เหมือนกัน ให้อัมมสองตัวก็หฺมสองตัวนั้นแหละ ไม่คลาดเคลื่อน เพียงแต่ว่าจะพูดสั้นพูดยาวเท่านั้นเอง ถ้าวันไหนอารมณ์ดีพูดยาวๆ ก็สั้นๆหน่อย วันไหนอารมณ์พอประมาณก็พูดสั้นๆ พูดกระชับ มีเท่านั้นนะ ให้อัมมสองตัวนะ นี่พูดถึงว่า เวลาประสบการณ์ของครูบาอาจารย์ของท่านปฏิบัติอย่างนั้น

นี่พูดถึงว่า ให้ละเอียดนะ ให้ละเอียด นี่ฟังก็ฟังเป็นแนวทาง แต่ถ้าเราปฏิบัติ เราปฏิบัติของเราเนาะ ปฏิบัติของเรา เพราะเราปฏิบัติเพื่อหัวใจของเรา เราสั่งสอนหัวใจของเรา

หัวใจของเรามันทุกข์มันยาก หัวใจของเรา เราเกิดเป็นมนุษย์ แล้วนี่เป็นพระด้วย เห็นภัยในวัฏสงสารถึงมาบวช บวชแล้ว หน้าที่ของพระ งานของพระคืองานรื้อภพหรือชาติ ไม่เกิด ไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตาย หนึ่งงานโดยตรงของพระเลย

แล้วงานโดยทั่วไปก็งานในทางการศึกษา ศึกษาามาเพื่อค้นคว้า ศึกษาามาเพื่อมาเป็นฝ่ายปกครอง แล้วงานการปกครองอีกเรื่องหนึ่ง นั่นงานในหน้าที่ แต่ถ้างานของตัวเอง งานรื้อค้น งานในพระพุทธศาสนาให้จบให้สิ้น เสร็จงานแล้วจะทำอะไรก็สะกดกไปหมดเลย ขอให้เสร็จงานในใจของเราก่อน จบ

ถาม : เรื่อง “การเขียนและอ่านทำให้เกิดสมาธิได้ด้วยหรือครับ”

กราบขอโอกาสหลวงพ่อย่างสูง ผมได้อ่านหนังสือธรรมะที่หลวงพ่พิมพ์แจกมาตลอดครับ อ่านหลายรอบครับ ในหนึ่งเล่ม ๒-๓ ครั้งครับ ยิ่งอ่านยิ่งเข้าใจครับ ผมจะอ่านตอนหลังจากสวดมนต์เย็นแล้ว ก่อนนอนถ้าไม่ง่วงก็จะนั่งภาวนาต่อประมาณ ๔๕ นาที

คืนหนึ่งผมอ่านตามปกติ แต่มีความแปลกๆ เกิดขึ้นกับตัวเอง (ผมนั่งอ่านแบบนั่งสมาธิครับ แล้วอ่านหนังสือโดยไว้ตรงกลางอกแล้วอ่าน) ปกติผมอ่านแต่ละครบรทัดจะต้องค่อยๆ อ่าน เพราะเวลาไม่เข้าใจต้องย้อนกลับมาอ่านอีกรอบ แต่คืนนั้นอ่านแบบใช้ใจอ่าน คือมันเข้าถึงใจ อ่านแบบต่อเนื่องไม่สะดุด ยิ่งอ่านยิ่งเข้าใจ มันซึ่งครับ ตื่นเต้น รู้สึกมีความสุข ไม่ม่วง ขนลุกตลอด ไม่เคยเป็นอาการแบบนี้ครับ สุขมากๆ ครับ

หลังจากนั้นผมนั่งภาวนาต่อจนจิตเป็นกลางๆ ไม่คิดถึงอนาคตและอดีต ใช้จิตภาวนาพุทโธชัดๆ ตามที่หลวงพ่อสอนไว้ครับ แปลกมาก ความรู้สึกอยู่ที่กลางอก จิตภาวนาพุทโธตลอดครับ ชัดเจนมากจนความคิดอย่างอื่นแทรกเข้ามาไม่ได้ จิตจะอ่านแต่พุทโธเท่านั้น มีความสุขมากครับ สดชื่น มีกำลัง คืออยากภาวนาและฟังเทศน์

หลังจากออกจากการนั่งสมาธิแล้วยังรู้สึกเหมือนตอนนั่งครับ เป็นอยู่อีกหนึ่งวันครับ มีสติตลอดครับ ไม่ว่าจะทำอะไรมันมีความสุขครับ ความรู้สึกกลางๆ ยังอยู่ครับ ความคิดความฟุ้งซ่านไม่สามารถทำอะไรเราได้ครับ เป็นถึงตอนเย็น รู้สึกจะคลายกลับมาทุกข์เหมือนเดิมครับ จะรู้ได้เลยว่าไม่ใช่แบบที่สุขนี้ ทำใหม่ก็ไม่ได้แล้วครับ นึกถึงคำสอนหลวงพ่อบุญ “ให้อยากในเหตุ ไม่ใช่ผล” ก็ต้องภาวนาต่อครับ ทำให้มากให้ชำนาญ

คำถามครับ

๑. การอ่านหรือการเขียนหนังสือก็ทำให้เกิดสมาธิได้ด้วยหรือครับ

๒. กราบเรียนถามถึงผลการปฏิบัติมาถูกต้องหรือเปล่าครับ ด้วยความเคารพอย่างสูง

ตอบ : พุทธถึงข้อที่ ๑. ก่อนนะ พุทธถึงข้อที่ ๑. “การอ่านหรือการเขียนหนังสือทำให้เกิดสมาธิได้ด้วยหรือครับ”

ผลที่มันเป็นอยู่มันก็ตอบแทนอยู่แล้วไง การอ่านหรือการเขียนเป็นสมาธิได้ อย่างเช่น การเขียนหนังสือ ไม่มีสมาธิเขียนหนังสือได้อย่างไร ไม่มีสมาธิจะอ่านหนังสือได้อย่างไร ถ้ามี

สมาธิเขียนหนังสือก็ได้ อ่านหนังสือก็ได้ แต่อ่านหนังสือแล้วอ่านหนังสือด้วยจิตที่เป็นกลาง จิตที่เป็นสมาธิอ่านแล้วยังเข้าใจ เห็นใหม่

นี่ก็เหมือนกัน เวลาหลงตาทำนองสอน เวลาจะฟังเทศน์ฯ ฟังเทศน์นะให้กำหนดจิตไว้ ให้กำหนดจิตไว้ เสียงเทศน์นั้นมันจะมาเอง กำหนดจิตไว้นั้นคือตั้งใจให้เป็นสมาธิไง

นี่ก็เหมือนกัน ถ้าจิตของเรามันมั่นคง เราเขียนหนังสือ หนังสือก็สวย หนังสือเขียนแล้วก็ไม่ผิดพลาด การอ่าน การอ่านถ้าเราตั้งใจอ่าน มันอ่านแล้วมันก็มีผลการรับรู้ไง เพราะเราตั้งใจอ่าน เราอ่านด้วยสมาธิไง

แต่ถ้าเราฟังชาน เราคิดเรื่องร้อยแปดเลย แล้วอ่านหนังสือด้วย อ่านก็รู้ แต่มันก็เข้าใจ ผิดๆ มันไม่ลึกซึ้งไง แต่ถ้าเวลาเราอ่าน เราตั้งใจอ่านของเรา ตั้งใจอ่าน ตั้งใจอ่านมันก็มีสมาธิในการอ่าน ถ้ามีสมาธิในการอ่าน เวลามันเป็นสมาธิขึ้นมามันเป็นอย่างที่เป็น ถ้าเป็นสมาธิมันก็เป็นของมันได้

แต่ถ้าเราอ่านหนังสือ อ่านหนังสือมันก็มีความคิดฟุ้งซ่าน มีความคิดร้อยแปด เราก็อ่านหนังสือ เราก็อ่านเหมือนกัน เห็นใหม่ เวลาเด็กนักศึกษาเวลาเรียนหนังสือไม่เข้าใจ ทำก็ไม่เข้าใจ ใจหยั่งก็ไม่เข้าใจ

ไม่เข้าใจก็วางไว้ก่อน มาฝึกหัดพุทโธทำสมาธิสักหน่อยหนึ่งแล้วกลับไปอ่านใหม่สิ แต่คนเขาโดยวิทยาศาสตร์ โดยความเชื่อ ความเชื่อว่าจะต้องชวนชวายให้มากทำให้มากมันถึงจะารู้มากไง เหมือนคนเป็นพ่อค้าขายมากก็ได้กำไรมากไป ขายน้อยก็ได้กำไรน้อยไป นี่ก็เหมือนกัน อ่านมากก็จะรู้มากไป อ่านใหญ่เลย แล้วถึงใหญ่เลย ไม่รู้เรื่องเลย ถ้าวาง มันตรงข้ามกันนะ มันตรงข้ามกัน ทีนี้มันต้องมีความเชื่อ มีความเชื่อแล้ววางให้ได้ วางแล้ววางจริงๆ พอทำให้จิตสงบแล้วกลับไปอ่านใหม่

เด็กที่เรียนหนังสือเขาเคยมาบอกเยอะ ให้ทำสมาธิก่อนแล้วค่อยอ่านหนังสือ แล้วค่อยค้นคว้า ทำแล้วดีขึ้น แต่ก่อนเรียนลุ่มๆ ดอนๆ พอมาฝึกหัดอย่างนี้พอใช้ได้ แล้วเรียนก็จบหมดแล้ว

นี่ก็เหมือนกัน ถ้าพูดถึงว่า “การเขียนและการอ่านเป็นสมาธิได้ด้วยหรือครับ”

พุทธโง่ๆ ก็เป็นการอ่านใจอย่างหนึ่งนะ เรากำหนดพุทธโง่ กำหนดอานาปานสติ เราก็อ่านใจอย่างหนึ่งนะ เพราะใจเกาะลมไว้ไง เกาะลมไว้ เกาะพุทธโง่ไว้ ก็อ่านใจอย่างหนึ่ง เวลาถ้ามันสงบเข้ามามันวางหมดเลย พุทธโง่ๆ จนพุทธโง่ไม่ได้

ก็เราอ่านใจ อ่านเข้าใจแล้ว ใจเป็นตัวของใจแล้วมันก็ปล่อยหมด ไม่ต้องอ่าน ตัวมันเป็นตัวมันเองไง ถ้าตัวมันเอง นั่นนะเป็นสัมมาสมาธิ ฉะนั้น เวลาเกาะลมก็เหมือนกัน เกาะลมถ้ามันละเอียดเข้ามาๆ เดี่ยวมันเป็นตัวมันเอง แต่มันต้องเป็นตามข้อเท็จจริง ถ้ามันเป็นอย่างนั้นมันจะเป็นของมัน

นี่พูดถึงการอ่านมันจะเป็นอย่างนั้นได้จริงหรือ นี่เวลาเขาสงสัย ฉะนั้น กลับมาที่อารมณ์บาท เวลาคืนนั้นเขาบอกเขาอ่านของเขาณะ อ่านแบบใช้ใจอ่าน อ่านเข้าไปต่อเนื่องแล้วไม่สะดุด ยิ่งอ่านยิ่งเข้าใจ มันซาบซึ่งครับ

ซาบซึ่งสิ เพราะมันรสชาติไง เวลาคนอ่านแล้วถ้ามันดูดีมีมันซาบซึ่ง เห็นไหม นี่รสของธรรม รสของสติธรรม รสของสมาธิธรรม รสของปัญญาธรรม ถ้ามันมีรสมีชาติ ถ้ามันสงบด้วย เป็นสมาธิด้วย แล้วมันยังมีรสชาติอีกต่างหาก

เป็นสมาธิก็เขียนชื่อสมาธิ สมาธิก็ไมรู้อสมาธิเป็นอย่างไร เอ๊ะ! สมาธิอย่างไร ใ้ที่ว่าว่างๆ ว่างๆ เป็นอย่างนี้หมดนะ เพราะมันไม่มีรสไม่มีชาติไง มันเป็นการจำมา

แต่ถ้าสมาธิ มันเป็นสมาธิด้วย ชื่อเขียนไว้แล้ว “สมาธิ” แล้วตัวมันก็เป็นสมาธิด้วย มีรสชาติด้วย มีความสุข มีความสงบ มีความเบิกบาน นี่รสของธรรม รสของสติธรรม รสของสมาธิธรรม

นี่พูดถึงว่า เวลาอ่านด้วยใจของเขาแล้วมันซาบซึ้งของมัน มันมีความสุขของมัน นี่เวลาของเขาเป็น เป็นอย่างนี้ ขนพองสยองเกล้า เขาขนลุกขนพองไปหมดเลย อาการอย่างนั้นมีความสุขมาก ๆ

สุขมากก็สุขจริงๆ แต่สุขจริงๆ แล้วเราก็อยู่กับเหตุอย่างนั้นนะมันจะประคองมาได้

แต่ของเขาบอก โอ้โฮ! มันสุขมาก สุขตลอด แล้วเวลาถึงตกเย็นมันคลายออกมา

กรณีนี้เวลายกถึงของหลวงตา หลวงตาท่านบอกท่านพึ่งเทศน์หลวงปู่มัน เวลามันเข้าใจนะ จิตดับไปสามวัน คำว่า “จิตดับ” คือมันไม่ส่งออก สุขอยู่อย่างนั้นนะสามวัน

เดิน เวลายืน เดิน นั่ง นอน มันธรรมดา เพราะอะไร เพราะเราเดินจงกรม เวลาเดินจงกรม เวลาไปถึงหัวทางจงกรมมันเลี้ยวกลับ เหมือนขับรถ ขับรถไม่ต้องไปกะระยะทางหรือว่ามันไปเองอัตโนมัติเลย เดินจงกรมก็เดินจงกรม

นี่ก็เหมือนกัน พอเดินจงกรมไปแล้วมันเป็นสมาธิในทางจงกรมนะ ขณะก้าวเดินอยู่นะ จิตมันสงบได้ จนเข้าอุปนาหาไม่ได้ เราเคยเป็น เดินจงกรมจิตสงบระงับหมด แต่พอมันจะเข้าสักแต่ที่ว่าคือมันไม่รับรู้กิริยา ต้องนั่งลงทางจงกรม เดินๆ อยู่นี่ย่อตัวลง แล้วนั่งไปที่พื้น วิบ! ไปหมดเลย หลายชั่วโมง

ฉะนั้น เดินจงกรมเป็นสมาธิได้ไหม ได้ แต่ถ้าเข้าอุปนาหาสมาธิ เดินจงกรมได้ไหม ไม่ได้ เวลามันจะเข้ามันอยู่ที่มันจะเข้ามันจะลึกไม่ลึกใจ ในทางจงกรมนี้

เพราะว่าคนที่ชำนาญแล้วมันจะรู้ เวลาเดินแล้วจิตมันจะลงขนาดไหน ถ้ามันยังก้าวเดินได้อยู่ เราก็ไปของมัน ถ้ามันจะลงลึกกว่านี้ เราเลือกเอาสิ จะเอาลึกกว่านี้หรือจะเอาแค่นี้ละ ถ้าจะเอาลึกกว่านี้ นั่งลง เรานั่งลงบนทางจงกรมเลย แล้วลงบนทางจงกรมนั้นเลย นี่เวลามันเป็นนะ

เพราะเราต้องการใจ เราต้องการเข้าไปพักให้มันมีความสุข ให้มีกำลัง แล้วเข้าไปพักก็จบเลย เข้าไปพักแล้ว รอจนเวลามันจะคลายตัวออกมา สักแต่ที่ว่ารู้ ดับหมด โลกนี้เหมือนมันไม่

มี ไม่มีอะไรเลย จิตเด่นอยู่อย่างนั้นนะ แล้วเวลามันจะออกนะ มันก็ออกมารับรู้เรื่องราวร่างกาย มันแบบว่าซ่าออกมา ออกมารับรู้ รับรู้แล้ว ตอนนี่ก็รับรู้เรื่องราวร่างกายแล้ว แล้วจะลุกจะนั่งนั่นอีกเรื่องหนึ่ง แล้วแต่เราจะดำเนินการปฏิบัติต่อเนืองไป นี่พูดถึงว่า เวลามันเข้านะ ถ้ามันเข้า มันเข้าแบบนี้

นี่พูดถึงเขาบอกว่า “สุขตลอดเลย ตอนเย็นมันถึงคลายออก”

ที่นี้คลายออกบ่อยๆ ครั้งเข้า ถ้าทำอีกก็ได้อีก แล้วคำถามว่า “มันก็กลับมาทุกข์เหมือนเดิม เลย์รู้ว่าไม่ใช่สุขอย่างนี้ จะทำใหม่ก็ไม่ได้แล้วครับ”

“ทำใหม่ไม่ได้แล้วครับ” มันเป็นอย่างกรณีอย่างนี้ กรณีเวลาเข้า เราไม่ได้บริหารใจ เวลาเราเข้าเราไม่ได้กำหนดพุทโธ แล้วไม่ใช่ปัญญาอบรมสมาธิ ถ้ามันเข้ามาๆ เราเป็นคนทำเข้ามา เราเป็นคนทำเข้ามา เราทำได้ แล้วถ้าไม่ได้ เดี่ยวฝึกหัด ฝึกหัดจนมันชำนาญ

แต่ที่เราอ่านหนังสือ ถ้าอ่านหนังสือนะ ถ้าจิตมันลงได้ๆ มันก็เหมือนกับสัมผัสเวลาสัมผัส ธรรมเกิด

เวลาวิปัสสนามันก็ใช้จิต เห็นกาย เห็นเวทนา เห็นจิต เห็นธรรมตามความเป็นจริง แล้วใช้ปัญญาแยกแยะๆ นี่คือการวิปัสสนา

แต่เวลาที่มันเป็นสัมผัส มันเป็นเองโดยที่จิตมันรวม จิตมันเป็นโดยที่ไม่ได้วิปัสสนา หรือไม่ได้พุทโธ ไม่ใช่ปัญญาอบรมสมาธิ มันเป็น วุบ! นี่เขาเรียกว่าสัมผัส สัมผัสคือธรรมมันเกิด แล้วธรรมมันเกิดปั๊บ จะมาทำอีก ทำอย่างไรละ ก็เราไม่รู้วิธีแล้วทำอย่างไรละ

ก็กลับมาพุทโธนี่ กลับมาพุทโธ กลับมาใช้ปัญญาอบรมสมาธิถ้าอ่านหนังสือ เราก็อ่านหนังสือของเราไป ถ้าเราทำของเราได้ เราก็กลับมาฝึกหัดทำของเรา นี่พูดถึงว่าทำไม่ได้ไง

ฉะนั้น คำถามข้อที่ ๑. ที่ว่า “การอ่านและการเขียนเป็นสมาธิได้ด้วยหรือครับ”

ได้ แต่ลึกหรือไม่ลึกใจ ได้ การเขียนหนังสือนี้เป็นสมาธิได้ อ่านก็เป็นสมาธิได้ แต่เป็นชนิดสมาธิ เป็นสมาธิแบบพินๆ แบบปุณฺณที่เขาเป็นกันนะ แบบที่คนเขาเขียนหนังสือเขามี

สมาธิของเขา เขาทำงานเขามีสมาธิของเขา เป็นได้ แต่ถ้ามันลึกเข้าไปมันก็เหมือนกับส้มหล่น มันลึกเข้าไปมันก็มีผลของมัน นี่ส้มหล่น แต่ถ้าเราทำของเราต่อเองไป ถ้าเราอ่านหนังสือแล้ว จิตมันจะลง ปิดหนังสือไว้ แล้วหลับตาพุทโธต่อไป

อ่านหนังสือๆ อ่านหนังสือจนจิตมันกล่อมไฉน มันกล่อมจิตจนไอ้โฮ! มันสมควรที่มันจะลงได้แล้ว สาธุ หนังสือปิดก่อน แล้วกลับมาระลึกที่จิต แล้วจิตมันจะลึกเข้าไปๆ สติพร้อม ผีกัดอย่างนี้ ผีกัดอย่างนี้แล้วมันจะเข้าได้ออกได้ นี่ชำนาญในการเข้าและการออก

“๒. กราบเรียนถามวิธี ผมปฏิบัติมาถูกต้องหรือเปล่าครับ ด้วยความเคารพอย่างสูง”

ถ้าปฏิบัติมาให้ถูกต้อง เราก็ปฏิบัติมา เวลาที่เขาอ่านหนังสืออยู่แล้ว อ่านหนังสือแล้ว มันบอกว่าปฏิบัติ เห็นไหม พุทโธชัดๆ พุทโธชัดๆ ประกอบด้วยสติ การจะทำการใดก็แล้วแต่ต้อง สติก่อน ถ้ามีสติแล้วนะ เรากำหนดพุทโธก็ได้ ธัมโมก็ได้ สังโฆก็ได้ แล้วถ้ามีสมาธิแล้ว มีสติ รักษาสมาธิได้ดีมาก แล้วถ้ามีสติปัญญาขั้นสูวิปัสสนาพร้อมกับสติควบคุมดูแล เห็นไหม

สติสำคัญที่สุด สติขึ้นไป สติแล้วต่อเนื่องละเอียดเข้าไปก็เป็นมหาสติ มหาสติมันจะตามจิตให้ละเอียดมากกว่านี้ ตามจิตที่ดีกว่านี้ มันมีพื้นฐานเป็นขั้นๆ ขึ้นไป เราทำของเรา ทำได้

“การปฏิบัติของผมถูกต้องหรือเปล่าครับ”

ถ้าถูกต้องมันจะมีผลของมันไป ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรมมันจะมีผลของธรรม ผลของสติ ของสมาธิธรรม ของปัญญาธรรม ถ้าเกิดสมาธิ ปัญญา แล้วถ้าปฏิบัติไป ตั้งแต่ปุถุชน ปุถุชนคือคนหนา คนที่รักษาจิตได้ยาก คนที่ทำได้ยาก ถ้ามันปฏิบัติดีงามขึ้นมาเป็นกัลยาณปุถุชน จากศรัทธาจะเป็นอจลศรัทธา

ศรัทธานี้ศรัทธามันคลอนแคลนได้ ศรัทธามันถอนได้ ศรัทธา มันไม่เชื่อไม่ศรัทธาก็ได้ แต่ถ้าเป็นอจลศรัทธานี้ศรัทธามันคงแล้ว ถ้าศรัทธามันคง ถ้าจิตมันสงบแล้วยกขึ้นเห็นสติปัญญา ๔ นั้นเป็นโสดาปัตติมรรค นี่มันพัฒนาขึ้นไปอย่างนี้ ถ้าพูดถึงปฏิบัติถูกต้องดีงามขึ้นไปมันจะเป็นขั้นเป็นตอนของมันขึ้นไป เป็นขั้นเป็นตอนขึ้นไปโดยที่เราปฏิบัติ เราทำของเราไป

รู้ เพราะตอนที่เราหลงนะ ใหม่ๆ ปฏิบัติใหม่ๆ หลงมาก เวลาหลงมันเหมือนไม่รู้อะไรเลยไง พอมันเข้าสมาธิได้ พอเข้าทางได้ พอมันจับได้มันก็สงสัย สงสัยเพราะอะไร เพราะสามัญสำนึกของเรา จิตนี้เป็นนามธรรมที่จับต้องอะไรไม่ได้ พอจิตสงบแล้วมันไปจับจิตได้ คือจิตเห็นอาการของจิต มันไปแตะจิตได้ อ้าวเฮ้ย! จิตมีได้อย่างไร ขึ้นไปถามอาจารย์เลย “อ้าว! ไหนว่าจิตเป็นนามธรรม มันจับต้องไม่ได้ไง”

“ใครบอกมึงล่ะ”

ก็กิเลสมันบอกไง ความเชื่อมันบอกไง ความฝังใจมันบอกไงว่าสิ่งที่เป็นนามธรรมมันจับต้องไม่ได้ แต่พอจิตเห็นอาการของจิต จิตมันไปจับต้องได้ จับต้องได้ จับมันวิปัสสนาได้ พอมันจับได้รู้ได้ โอ้โฮ! มันไปอีกเรื่องหนึ่งเลยนะ

จากที่ศึกษามา จากที่ค้นคว้ามา จากที่ความเชื่อมาไง แต่พอมันไปจับต้องได้ เหมือนกับบอกเราว่าผีไม่มีๆ มันไปจับผีได้ สัมผัสมือกับผีนี่ เออ! แปลกเนาะ เออ! สวรรค์ๆ สัมผัสมือกับผีได้ สัมผัสกับกิเลสได้ โอ้โฮ! มันมหัศจรรย์ นี่เวลาธรรมนะ แล้วมันก็ไปถามว่าผีมันมีอยู่จริงหรือ ถามใครล่ะ ก็กูจับมือกับมันนี่ กูได้สัมผัสมือกับมัน จริงหรือไม่จริงล่ะ ใครจะเชื่อไม่เชื่อ แต่กูสัมผัสมือกับมันนะ จิตเห็นอาการของจิต พอมันจับต้องได้มันพิจารณาของมันไป

เวลาที่มันไม่เป็น มันหลงนะ แล้วหลงแล้วเรามีความเชื่อของเรา สามัญสำนึกนี่เชื่อของเรา ศึกษามาค้นคว้ามาเหมือนกัน แล้วปฏิบัติมันก็หันรีหันขวาง แล้วใครแนะนำอะไรร้อยแปด สรุปลงก็มาจบที่หลวงปู่จวนนั้นนะ ปี ๒๕๒๑-๒๕๒๒ “อริชชาอย่างหยาบของท่านสงบตัวลง อริชชาอย่างกลางในหัวใจท่านเต็มเลย อริชชาอย่างละเอียดในใจของท่านมหาศาลเลย” มันไม่มีใครเคยพูดอย่างนี้

ว่างๆ ว่างๆ กูก็ว่างๆ อยู่เนี่ย โอ้ท่า แต่กูไม่รู้อะไรเลย อริชชาอย่างหยาบๆ ใจ ความฟุ้งซ่าน ความสงสัยสงบตัวลง มันก็ว่างๆ นี่ไง ใ้ที่ว่าจิตรวมเป็นอย่างไร สมาธิเป็นอย่างไร จิต

สงบเป็นอย่างไร มันก็สงบ มันก็ปล่อยหมด แล้วมันเป็นอย่างไรล่ะ ที่น้ำมันเป็นอย่างไร มันแบบว่ามันเหมือนจนตรอก มันไปไหนไม่ได้ อยู่แค่นี้

หลวงปู่จวนนะ อวิชชาอย่างหยาบมันก็เข้าใจได้ อวิชชาอย่างหยาบคือความฟุ้งซ่านของเราสงบตัวลง อวิชชาอย่างหยาบของท่านสงบตัวลง อวิชชาอย่างกลางในหัวใจของท่านอีก มหาศาลยังไม่เห็น อวิชชาอย่างละเอียดในหัวใจอีกมหาศาลเลย ก็ไม่เห็น

เออ! จริง เพราะมันมีงานทำไง อย่างหยาบมันสงบตัวลง มันมีอีก อย่างกลาง อย่างละเอียด มีในใจอีกเยอะแยะเลย ก็รื้อค้นเข้าไปสิ แต่ถ้ามันไม่รื้อค้น มันจบไง นี่พูดถึงว่าเวลาที่เราไม่มีคนชี้หน้าไม่มีคนบอก เราก็บ๊าบอคอแตกมาพอแรงแล้ว

แล้วน้ำมันก็มาคำถาม ใ้ที่พยายามพูดๆ อยู่เนี่ย จริงๆ อยู่ที่น้ำใจตรงนี้ น้ำใจที่เราโดนหลอกมาเยอะ น้ำใจที่มันแบบว่ามีดีแปดด้าน แล้วสุดท้ายกว่าจะดันดันมา แล้วก็มาเจอหลวงปู่จวน พอเครื่องบินตกก็เข้าบ้านตาด เครื่องบินตกแล้ว

เพราะมันเซ็ด โดนหลอกมาทั่วประเทศ ใครๆ ก็หลอก ใครๆ ก็หลอกกู กูโดนหลอกทั้งนั้น มาเจอหลวงปู่จวน หลวงปู่จวนเครื่องบินตก มึงจะไปให้คนอื่นหลอกต่อใช้ไหม ถ้าไม่ไปก็เข้าบ้านตาด แล้วท่านก็สับหัวเอานี้ สับหัวเอาจนเชื่อว่าปากจัดนี้ ท่านสับหัวจนปากจัด

ปากจัดเพราะว่าลองผิดมาเยอะ มันลองผิดมาก่อน ไม่ลองผิดมันจะถูกได้อย่างไร ลองผิด เข้ากับพวกผิดๆ ทำผิดๆ มานาน ไปเจอถูกเข้าคนเดียว หลวงปู่จวนกระทืบที่เดียวหุตาสว่างเลย แล้วก็เข้ามาหาหลวงตา ผิดถูก ท่านกับเราสองคนเท่านั้น ชัดกันอยู่สองคน จนลืมตาอ้าปากมาได้

นี่พูดถึงว่า “กระผมปฏิบัติผิดหรือเปล่าครับ”

เราจะบอกว่าผิด ผิดเพราะอะไร ผิดเพราะกิเลสในใจของเรามันยังไม่รับรู้อะไร แล้วจะถูกได้อย่างไรล่ะ จะถูกได้ก็ต่อเมื่อเราพยายามทำความเข้าใจของเราเข้ามาให้มันถูกต้องดังาม

เข้ามา มันก็จะถูกจะผิดก็อยู่ที่ประสบการณ์ของผู้ที่ปฏิบัติ เพราะคนที่ปฏิบัติมันจะรู้ถูกรู้ผิดใช้ใหม่ ถ้าให้คนอื่นชี้ว่าถูกหรือผิด เขาชี้อย่างไรเราก็ไม่รู้ด้วยหรอก

แต่ครูบาอาจารย์ที่ท่านบอก เพราะเรากำลังแสวงหา เรากำลังจะคาบลูกคาบดอกจะได้จะเสีย ท่านชี้แนะ เออ! อย่างนั้นนะไปได้ แต่ของเรานั้นไม่มีอะไรเลย จะให้คนชี้เอาลวดสลิงมาชี้ังไว้เลย แล้วให้เราเดินตามนั้นไปเลย เดี่ยวเราก็ตัดสลิงทิ้งอีก สลึงเดินลำบาก มันไม่เอาหรอก แต่ต้องให้มันลองถูกลองผิดจนกว่ามันจะรู้เอง แล้วตอนนั้นนะมันจะไม่ผิด เอวัง