

# ฉลาดรู้

พระอาจารย์สงบ มนัสสุนโต

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๑๖ มิถุนายน ๒๕๖๒

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

**ถาม :** เรื่อง “ขอวิธีการพิจารณา”

ขออุบายวิธีพิจารณาเวทนาหลังจากทำสมาธิ เวลาอุกนั่งจะสงบเร็วกว่าเดินจงกรม แต่ตกกังวลง่ายมากและบ่อยมาก

เวทนากายปวดชาปวดเมื่อยมาเร็วไม่ถึงชั่วโหม่ง หรือชั่วโหม่งก็แสดงอาการ แล้วก็จับพิจารณาแพ้งๆ ชะงืดๆ หลบจับพุทโธแทนบ้าง ส่วนเดินจงกรมมักเดินได้ที่ละ ๒-๖ โหม่ง ถ้าสงบได้ก็มักพิจารณาเวทนาที่เป็นความรู้สึกโกรธ เสียใจ อารมณ์ต่างๆ ที่เกิดในใจ ณ ขณะนั้น หรือความรู้สึกเก่าที่ค้างไว้ แปลกที่เวทนากายไหลมาน้อยกว่านั่ง ยกเว้นอาการท้องร้องมาให้เห็นบ้าง

ลูกถนัดเดินจงกรมมากกว่า ทำได้นานกว่า สนุกกว่า เรื่อยๆ เคยเดินได้รุ่งได้บ้าง แต่บางครั้งที่ทำความสงบบ้างไม่สงบบ้าง ออกพิจารณาได้บ้างไม่ได้บ้าง ไม่ได้ยกขึ้นพิจารณาได้บ่อยๆ

ลูกอยากถามว่า

๑. วิธีที่ลูกทำ พิจารณามาถูกต้องไหม

๒. พิจารณาอาการเจ็บปวดทางกายคือเวทนานอก และความรู้สึกต่างๆ ในใจคือเวทนาในใจไหมหรือไม่

๓. วิธีพิจารณาเวทนาในเวทนาคืออะไร ทำอย่างไร

๔. เวลานั้นสมาธิตกกว้งคับ้อยมาก แม้ผ่นอาหาร นั่งฟังเทศน์ยังหลับได้ เป็นแผ่นเสียงตกร่องหรือไม่ เพราะตอนเนสัชชิกนั่งหลับแทนนอนเวลาว่างไม่ไหวจริงๆ ควรหาวิธีแก้ไขให้สมาธิได้อย่างไร หรือขำมัน ให้เดินจงกรมเอา ใช้เวลานานหน่อย ออกแรงเยอะหน่อย

กราบขอบพระคุณหลวงพ่อ รักและเคารพ

**ตอบ :** นี่คำถามเนาะ “ขอวิธีพิจารณา”

การพิจารณา พูดถึงการพิจารณานะ เวลาโดยหลักการปฏิบัติของพระป่า โดยหลักการธรรมและวินัยขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นทฤษฎี เป็นทฤษฎีที่เราศึกษาเล่าเรียนเรื่องอริยสัจ เรื่องสัจจะความจริง เรื่องมรรคเรื่องผล

แต่ถ้าเป็นพระปฏิบัติ พระป่า พระป่า สมถกรรมฐาน วิปัสสนากรรมฐาน

เวลาสมถกรรมฐาน สมถกรรมฐานคือทำความสงบของใจก่อน ถ้าใจสงบระงับแล้วถึงทำวิปัสสนา

สมถกรรมฐาน เวลาใช้ปัญญาอบรมสมาธิคือเป็นสมถกรรมฐานแต่ใช้ปัญญาๆ ปัญญาพิจารณาอารมณ์ จับอารมณ์ ตรึกในธรรมๆ สิ่งต่างๆ ถ้าอารมณ์มันไม่มีเราก็ตรึกในธรรม คือคิดเรื่องธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

ตรึก ตรึกคือการคิดขึ้น ตรึกในธรรมๆ คือตรึกในธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตอนท่านเป็นพระโพธิสัตว์ ชีวิตของท่านทุกข์ยากลำบากมานาน้อยขนาดไหน เวลาเป็นเจ้าชายสิทธัตถะเวลาจะสละราชบัลลังก์ออกมามีความพะว้าพะวง มีความทุกข์มาขนาดไหน

เวลาปฏิบัติมา ๖ ปี เวลาทุกข์ยากขนาดไหน เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้ธรรมขึ้นมาเสวยวิมุตติสุขๆ ท่านมีความสุขมาก พิจารณาความสุขเป็น ๔๙ วัน สิ่งที่ว่า

พิจารณาอยู่ ยืนมองต้นโพธิ์ ต้นโพธิ์ที่นั่งตรัสรู้ธรรมขึ้นมา ๗ วัน ยืนดูสถานที่ ๗ วัน ๗ วันด้วยความสุข ด้วยความวิมุตติสุขในใจ

พิจารณาตรีกในธรรมๆ ตรีกในธรรมอย่างนี้เป็นปัญญาอบรมสมาธิ คำว่า “ปัญญาอบรมสมาธิ” คือเราใช้ปัญญาใคร่ครวญ ใคร่ครวญให้จิตเราฉลาด ให้จิตเราไม่ฟุ้งซ่านไปในที่กิเลสค้นหาความทะยานอยากมันยุมนั่นแหละ

ถ้าเราตรีกในธรรมๆ ตรีกในธรรมคือให้จิตคิดในธรรม มันก็เป็นนวกรรม นวกรรมที่ว่าเวลาพุทโธๆ มีนวกรรม

เวลาหลงปุ่มนั่นท่านบอก ไม่มีคำบริกรรม ไม่มีคำบริกรรม

คำว่า “ไม่มีคำบริกรรม” คือมันเลื่อนลอย คำว่า “ไม่มีคำบริกรรม” ไม่มีหลักไม่มีเกณฑ์คิดเอานึกเอา อุปาทานเอา จินตนาการเอา นี่คือภาษาสังคมโลก

แต่พระกรรมฐานเรา พระกรรมฐาน พระปฏิบัติ พระป่า สมถกรรมฐาน วิปัสสนากรรมฐาน

เราบอกว่าใช้ปัญญาๆ ขอวิธีการพิจารณาใช้ปัญญาๆ

ปัญญา ปัญญาในสมถะ สมถะก็ใช้ปัญญาได้ แต่มันเป็นตรีกในธรรม มันเป็นตรีกในธรรมที่ว่าองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสอนพระโมคคัลลานะไง เวลามันง่วงนอนๆ เวลาว่างเหงาหาวนอนให้ตรีกในธรรม ให้เอาน้ำลูบหน้า ให้แหยงดูดาว ถ้ามันง่วงนอนนั้นก็ให้นอนเสีย

ตรีกในธรรมๆ มันก็ได้ นี่ถ้าปัญญาอย่างนี้ นี่พูดถึงว่าสมถกรรมฐาน ใช้ปัญญาในสมถกรรมฐาน

เวลาถ้าขอวิธีการพิจารณา

ถ้าวิธีพิจารณาเป็นวิปัสสนากรรมฐาน วิปัสสนากรรมฐานคือปัญญาที่การรู้แจ้ง ปัญญาวิปัสสนารู้แจ้งในจิตของตน เวลารู้แจ้งในจิตของตน ถ้าจิตมันสงบแล้ว จิตเป็นสมถะ

ยกขึ้นสู่วิปัสสนา เพราะมันมีจิต มันมีนวัตรม มีคำบริกรรม มีการกระทำ เวลาสงบเข้ามา จิตมันก็เป็นผู้สงบ จิตเห็นอาการของจิต จิตเห็นสติปัฏฐาน ๔ จิตเริ่มวิปัสสนา

วิปัสสนา วิปัสสนาคือปัญญา วิปัสสนารู้แจ้งในจิตของตน รู้แจ้ง วิปัสสนาคือใช้ปัญญาพิจารณาจนรู้แจ้งๆ รู้แจ้งในใจของตนนะ นั่นมันเป็นปัญญาอีกขั้นหนึ่งนะ

นี่พูดถึงว่าวิธีพิจารณาไง ถ้าพิจารณาไปๆ บอกว่าใช้ปัญญาๆ

คนเราถ้าไม่มีหลักมีเกณฑ์นะ พอบอกใช้ปัญญาๆ มันบอก “ใช้ปัญญามาแล้ว สงบนี้ใช้ปัญญา ปัญญาพิจารณาไปแล้ว”

ปัญญาพิจารณามันเป็นคนละขั้นตอน มันเป็นคนละขั้นตอน มันมีการกระทำแต่ละระดับของหัวใจ ของจิตที่มันมีมาตรฐานแค่ไหน

นี่พูดถึงว่า วิธีพิจารณา วิธีพิจารณาโดยธรรมชาติมันก็ต้องมีความสงบระงับเข้ามา ก่อน ถ้าสงบระงับเข้ามาก่อน แต่จะทำให้สงบก็เกือบเป็นเกือบตายนะ

เกือบเป็นเกือบตาย หมายความว่า เวลาดิบๆ คนดิบๆ เวลาคิดก็คิดดิบๆ แล้วมันคิดไม่ได้ ว่ากายกับใจๆ กายกับใจเป็นอย่างไร กายกับใจๆ มันเลยกลายเป็นโหวงๆ กลายเป็นคำพูด กลายเป็นสิ่งที่ว่ากายกับใจๆ

แล้วเวลากายมันมองเห็นได้เห็นได้โดยธรรมชาติ แต่ใจ ใจเขาดูกันสีหน้า ดูกันที่แววตา ดูกันที่พฤติกรรม นั่นนะพูดถึงเรื่องของใจ

แต่เวลาผู้ที่ปฏิบัติ เวลากำหนดพุทโธ ใช้อานาปานสติ เวลาจิตมันสงบลงนะ อานาปานสติ จิตไม่รับรู้เรื่องกายของตัวเองเลย นี่ไง สักแต่ารู้ ความรู้ปรากฏเล็กน้อย ปรากฏในใจของตนเท่านั้น

นี่ไง ขณะที่ว่าอานาปานสติเวลาจิตมันสงบลง มันรวมลงแล้วมันปล่อยหมดเลย นี่พูดถึงนั่นแหละใจแท้ๆ แต่ใจแท้ๆ ใจแท้ๆ ก็คือแผ่นดิน แผ่นดินที่ยังไม่ทำอะไรเลย นี่ใจแท้ๆ กาย

กับใจๆ ใจ เวลาจิตสงบแล้วเห็น เห็นกาย เห็นเวทนา เห็นจิต เห็นธรรมตามความเป็นจริง ถ้าพิจารณา อันนั้นถึงเป็นวิปัสสนา

นี่ย้อนกลับมาคำถามนะ คำถามเริ่มต้น เขาว่าเขานั่งแล้วมันตกราวังค์ได้ง่าย ถ้าตกราวังค์ได้ง่าย เขาถนัดในการเดินจงกรม ถ้าเดินจงกรมแล้วแบบว่ามันมีความแปลก แปลกที่ว่า เวทนากายไม่ค่อยมี มันมีแต่เวทนาหัวใจใจ

นี่เง เวทนานอก เวทนาใน ถ้าเวทนานอก เวทนาใน เวทนานอก เวทนานอกก็ความสังคมที่เราเห็นสิ่งต่างๆ ที่กระทบกระทั่งใจนั้นก็จะเป็นเวทนานอกได้ เวลาของเราเป็นเวทนาในได้

ก็อย่างที่ว่าตั้งแต่สมถกรรมฐาน วิปัสสนากรรมฐาน

เขาว่าถนัดในการเดิน เดินถึงได้รุ่งได้ คือเดินเนสัชชิกได้ แล้วเวลานั่งเนสัชชิกนะ นั่งหลับๆ

เนสัชชิกนี้มาแก่วงนอน ถ้าแก่วงนอน เวลานั่งไปแล้วเนสัชชิกนั่งต่างๆ มันยิ่งง่วงนอนเข้าไปใหญ่ เวลานั่งง่วงนอน เนสัชชิกเวลามันขาด ขาดคือว่าหลังแตะพื้น หลังแตะพื้นคือนอน นั่งหลับก็นั่งหลับ เพราะมันสุดวิสัย

แต่พูดถึงถ้าทำได้จริงนะ นั่งแล้วนั่งพิจารณา ถ้ามันจะหลับอย่างไร ระยะเวลาระหว่างที่เราปฏิบัติของเราไป เวลาถ้ามันถึงที่สุดเวลามันปล่อยได้ มันลงสมาธิได้ก็จบเลย เนสัชชิกนี้สุดยอด

แก่วงนอนๆ ถ้าไม่อย่างนั้นมันก็จะอยู่อย่างนั้นนะ ภาวนาสิ่งใดไปไม่ได้ ถึงว่านั่งตลอดรุ่ง เนสัชชิก ถ้ามันหลับก็หลับอย่างนั้นนะ แต่ถ้าเวลามันเจ็บมันปวดมันหลับลงไม่ได้หรอก

แต่เราเห็นมาเยอะพวกฝ่ายอุบาสิกา พวกผู้หญิงนั่งหลับกันทั้งนั้นนะ เขามาพูด มีอยู่คนหนึ่งเขามาพูดให้ฟัง เขาทำเนสัชชิก นั่งตลอดรุ่งๆ

ถ้านั่งตลอดรุ่งได้โดยสัจจะความจริงนะ โอ้โฮ! จิตเขาต้องมีกำลังมาก เขาต้องวิปัสสนาได้

เขาทำอะไรไม่ได้เลย เขามาแบบว่าเรียกร้องผลงานของเขา สุดท้ายแล้วนะ มันเป็นไปได้หรือ ไม่ใช่ มันเป็นวิทยาศาสตร์ ถ้านั่งตลอดรุ่งเป็นสมาธิได้ มันมีกำลังมันต้องยกขึ้นวิปัสสนาได้

เขาบอกว่าเขานั่งตลอดรุ่งได้ทุกอย่าง แต่วิปัสสนาไม่ได้

ก็เลยมีโยมด้วยกัน คีนั่นนั่งพิศุจน์กัน ให้เขานั่ง แล้วโยมก็นั่งสามสี่คนนั่งอยู่ด้วยกัน พอไปถึงสี่ทุ่มห้าทุ่ม ครอๆ เขานั่งหลับตลอดแต่เขาไม่รู้ว่าเขานั่งหลับ แล้วเขาบอกเขานั่งเนสัชชิก อู๋! เป็นสมาธิสุดยอดเลย

แต่มันมีพยานนะ พยานที่ไปนั่งอยู่ด้วยบอก “หลวงพ่อ นอนกรนตลอด นั่งกรนตลอดเลย” ก็นั่งหลับไป

แต่ใจเรื่องอย่างนี้มันเป็นเรื่องสุดวิสัย ไม่เป็นไรหรอก ถ้าจะนั่งหลับก็บอกว่า ถ้าเราเนสัชชิกแล้วมันไม่ได้ผลคือจิตมันไม่มีกำลัง จิตต่างๆ นั้นแสดงว่าการนั่งนั้นมันไม่เป็นสมาธิ การนั่งนั้นก็เป็นการนั่งเพื่อเอาความเพียรปฏิบัติบูชาของคัมภีร์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เราก็พยายามกัน แต่เรามีวาสนาอย่างนี้ เราไม่มีสติปัญญาสามารถจะรักษาให้มันถูกต้องชอบธรรมได้ มันก็เลยไม่มีกำลังขึ้นมา ถ้าไม่มีกำลังขึ้นมา เราก็ปฏิบัติของเราไป

แต่ถ้ามันลงได้นะ ใจที่ว่านั่งแล้วมันง่วงเหงาหาวนอนนี่จริง ง่วงมาก เนสัชชิก ใจหิวนอน เราถึงซึ่งคำว่า “หิวนอน” มันทรมาณกว่าหิวข้าวหลายเท่า ใจง่วงนอนแล้วไม่ได้นอนนะ คำว่า พยายามอด โอ้โฮ! ทรมาณมาก แต่ก็พยายามฝึกหัดอดทนต่อกันมา

ใจเรื่องนั่งตลอดรุ่ง เราไม่สามารถนั่งตลอดรุ่งได้อิริยาบถเดียว แต่ใจเรื่องที่ไม่นอนทั้งคืน ทำมามากต่อมาก โดยปกติวันโกนวันพระไม่เคยนอนเลย เนสัชชิกตลอด แต่ใจนั่งทำเดียว

นะ อยู่อิริยาบถเดียวนี่มันยังทำไม่ได้ แต่ให้อยู่ตลอดรุ่ง โอ้ย! ทำมาเยอะต่อเยอะ แต่อิริยาบถเดียวนั่นอีกเรื่องหนึ่ง

นี่พูดถึงว่า แต่มันก็ผ่านมา ผ่านคำว่าหิวนอนมา ผ่านความทรมานมา ผ่านว่าจิตมันลงแล้วมันมหัศจรรย์อย่างไรง มันถึงว่าธุดงค์วัตร ๑๓ เป็นเครื่องขัดเกลากิเลสๆ เรื่องจริงๆ ทั้งนั้นเลย มันเป็นอาวุธที่เราจะเอามาใช้เพื่อประพฤติปฏิบัติเป็นแนวทางในหัวใจของเรา ไม่อย่างนั้นหัวใจของเรามันจะเอาอะไรไปต่อสู้กับกิเลส

ธุดงค์วัตร ๑๓ มันก็เป็นอาวุธ ๑๓ ชนิด ๑๓ อย่างที่เราจะไปต่อสู้กับกิเลสของเรา แล้วทุกคนจะเห็นโทษของมันได้อย่างไร ว่านั่นก็ไม่ได้ นี่ก็ไม่ได้

นั่นนะเป็นอาวุธเราแท้ๆ เลย เป็นสิ่งที่เราจะไปต่อสู้กับกิเลสของเรา แต่เราทำได้หรือไม่ได้มันก็เป็นอาวุธ เป็นบท เป็นวิธีการที่เราจะฟื้นฟูใจของเราขึ้นมา นี่ธุดงค์วัตร ๑๓

นี่พูดถึงว่า เวลานั่งเนสาชชิกแล้วมันมีแต่นั่งหลับ ถ้าเดินจงกรมจนได้รุ่งก็ได้ ทำสิ่งใดก็ได้ นี่พูดถึงว่าอารมณ์ภทมาไง

คำถาม “๑. วิธีที่ถูกทำมา พิจารณามาถูกต้องไหมครับ ถูกต้องไหม”

ที่ทำมาโดยวิธีการถูกต้อง ที่นี้คำว่า “ถูกต้อง” อย่างที่อารมณ์ภทมาวิธีการถูกต้องทั้งนั้น แต่เราทำแล้วเราจะได้ผลหรือไม่ได้ผลมันอยู่ที่เราทำแล้วถูกต้องชอบธรรม องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้โดยชอบ ถ้าคำว่า “ถูกต้องชอบธรรมแล้ว” มันไม่มีข้อโต้แย้ง

แต่เวลาเราปฏิบัติ ถูกต้องบ้างไม่ถูกต้องบ้าง ขาดตกบกพร่องบ้าง มันก็เลยล้มลุกคลุกคลานอย่างนี้ไง เราก็ต้องมาฝึกหัดของเรา

สิ่งที่ทำมานี้ถูกต้องหรือไม่

คำว่า “ถูกต้อง” เราก็มาตรวจสอบว่าสมควรแก่เวลา ทำแล้วจึงหะมันได้หรือไม่ได้ เราก็พลิกแพลงไป

หลวงตาท่านสอนประจำ เวลาประพฤติปฏิบัติใ้งอย่างกับหมาตาย ใ้งอย่างกับหมาตาย ใ้งอย่างกับหมาตายก็ทำตามสูตรใ้ง

เราก็พลิกเพลงของเรา ทำให้มันถูกต้องชอบธรรม ให้มันสมควร

วิธีทำมาถูกต้องใหม่

ถูก แต่จังหวะและสิ่งที่กระทำมันสมควรไหม จังหวะมันได้หรือไม่ นี่พูดถึงข้อที่ ๑.

“๒. พิจารณาอาการเจ็บปวดทางกายคือเวทนานอก และความรู้สึกต่างๆ ในใจคือเวทนาในหรือไม่”

ใช่ เวลาคำว่า “ใช่” นะ แล้วยกเข้ามาเวลาหลวงตาท่านตอบปัญหา สิ่งที่เป็นสมถกรรมฐาน สมาน้ำล้นแก้ว น้ำอยู่ในแก้วนั้น สมานเป็นสมาน แต่เวลาชั้นของปัญญาไม่มีขอบเขต

เพราะกิเลสมันพลิกมันแพลง มันหลบมันซ่อน มันปลิ้นมันปล้อน มันหลอกมันลวง ปัญญาจะตามตลอด ท่านบอกเลย ปัญญายังกว่าชายของเรดาร์

ดูสิ เรดาร์สิ่งที่จับการเคลื่อนไหวสิ่งผิดปกติในอากาศมันจับหมดนะ มันกวาดมาทั้งอากาศเลย เวลาปัญญาก็เหมือนกัน ปัญญามันต้องพิจารณารอบด้าน พิจารณาไป

ฉะนั้นบอกว่า ถ้าเวทนาใน เวทนานอก ใช่หรือไม่

ถ้าเป็นเวทนาที่ความคิดมันเป็นเวทนานอกหรือเวทนาใน มันก็ใช่ แต่ความละเอียดรอบคอบ การเก็บกวาดต่างๆ มันขยายไปอีก กว้างไปอีกยังได้ไง

แต่ถ้าเป็นเรื่องภายนอก ถ้าเป็นการเจ็บปวดเป็นเวทนานอกใช่หรือไม่

เวทนานอกนี้ใช่ มันกระทบกระเทือนจากร่างกายนี้ไป ถ้าเวทนาในมันก็เป็นความรู้สึกภายใน อยู่เฉยๆ มันก็คิดได้ อยู่เฉยๆ มันก็เศร้าหมองได้ อยู่เฉยๆ มันก็ทุกข์ของมันได้ อยู่เฉยๆ มันก็คิดแต่เรื่องอดีตของมัน ไม่มีใครทำร้ายมัน มันก็ทำตัวมันเอง ไม่มีใครทำลายตัวเอง ไม่มีใครทำร้ายเราเลย เราทำร้ายตัวเราเองๆ นี่เวทนาใน เราพิจารณาของเราไป

ถูกต้องใหม่

ถูก แต่มันขยายกว้างแคบได้อีก

“๓. วิธีพิจารณาเวทนาในเวทนาคืออะไร และทำอะไร”

เวทนาๆ เวลาเราพิจารณาเวทนา เวทนานะ เวทนาเวลาเจ็บปวดร่างกายเราจับต้องได้ เวลาดีใจเสียใจก็จับต้องได้ นี่เวทนานอก เวทนาใน

ที่นี้เวทนา เวลาเราพิจารณาเวทนา เวลาพิจารณาเวทนา รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ หรือเวลาคนที่ใช้ปัญญาอบรมสมาธิ เวลาจับเวทนา พิจารณาเวทนาไปแล้วมันไม่ปล่อยไม่วาง มันเป็นเพราะอะไร

เวทนาในเวทนา เห็นไหม ในกายนะ ในรูป ในรูปมันก็มีเวทนา มันก็มีสัญญา ไม่มีสัญญามันจะรู้เรื่องรูปได้อย่างไร ถ้ามันไม่มีวิญญาณรับรู้มันจะรู้เรื่องรูปได้อย่างไร นี่ไง ในรูป มันก็มีรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ

ในเวทนา ในเวทนาพิจารณาเวทนาๆ ปล่อยเวทนาไปแล้วมันปล่อยหมดเลย นี่เป็นเวทนา นี่เป็นเวทนามันก็ปล่อยเวทนาไง

ที่นี้เวทนาในเวทนาดะ เพราะในเวทนานั้นมันก็มีรูป รูปคือที่มันจับต้องเวทนานั้นได้ แล้วในรูปนั้นมันก็มีความรู้สึก มันก็มีเวทนา แล้วในเวทนามันก็มีสัญญา ถ้าไม่มีสัญญา ความรับรู้มันจะรู้จักเวทนาได้อย่างไร ถ้ามันไม่มีสังขารปรุงว่าเวทนาไม่เวทนา เจ็บปวด สุขหรือทุกข์ มันก็มีสังขาร มีสังขาร วิญญาณที่รับรู้อารมณ์ความรู้สึกความคิดหนึ่ง ความคิดหนึ่งมันก็เป็นวิญญาณรับรู้ในอารมณ์ความรู้สึกนั้น

นี่ไง เวทนาในเวทนาไง เวลาพิจารณาเวทนา พิจารณาเวทนาแล้วมันก็ปล่อยหมดแล้ว มันปล่อยแล้วก็เฉยๆ ไม่มีอะไรเลย

ถ้าคนที่พิจารณาเวทนาจึงพิจารณาเวทนาในเวทนา จับเวทนาตั้ง เวทนามันปล่อยไปแล้ว ปล่อยไป ไม่เอา เอาความรู้สึกไม่พอใจนั้นมาตั้งไว้อีก นี่คือเวทนา

แล้วในเวทนาละ ในเวทนามีเวทนา ในเวทนามีสัญญาไง ในเวทนามีแยกอีก แยกซ้ำ  
เข้าไป แยกซ้ำเข้าไป นี่เวทนาในเวทนา

เขาถามว่า วิธีพิจารณาเวทนาในเวทนาคืออะไร ทำอย่างไร

พิจารณาเวทนาในเวทนา เราพิจารณาเวทนาแล้ว เวทนาเราพิจารณาจนมันปล่อยแล้ว  
มันปล่อยแล้ว แต่ผลมันไม่เกิด

คนเรามันอยู่ที่वासना ขิปปาภิญญาผู้ที่ปฏิบัติง่ายรู้ง่าย ผู้ที่ปฏิบัติยากรู้ง่าย ผู้ที่ปฏิบัติ  
ยากรู้ยาก อยู่ที่वासना อยู่กับการกระทำ อยู่ที่จิตนิสัยมันชอบหรือไม่ชอบ

แต่ถ้าเราพิจารณาเวทนามาแล้ว พิจารณาเวทนามันถูกต้อง พิจารณาเวทนาแล้วมันมี  
งานทำ พิจารณาเวทนามาแล้วมันเจริญงอกงามขึ้นไป มันทำแล้วมันรู้สึกดีงาม พิจารณาเวทนา  
ไปแล้ว พอสิ้นสุดเวทนาไปแล้วมันจะอย่างไรต่อ นี่ไง ทำอย่างไรต่อ

ก็เลยเวทนาในเวทนา ก็จับเวทนาที่ละเอียดกว่า

ถ้าจะพูดได้นะ เวทนานอก เวทนาใน เวทนาในเวทนา อันนี้อันหนึ่ง แล้วเวลาพิจารณา  
บุคคล ๔ คู่ เวทนาในโสดาบัน เวทนาในสภิกาคามี เวทนาในอนาคามี เวทนาในอรหัตตมรรค  
อรหัตตผล มันยังไม่ใช่นิพพาน

เวทนาในบุคคล ๔ คู่ เวทนาที่หนึ่ง เวทนาที่สอง เวทนาที่สาม เวทนาที่สี่ ลึกซึ่งเข้าไป  
อีก เพราะอะไร

เพราะถ้าเวทนาที่สาม ที่สี่ ต้องเป็นมหาสติ มหาปัญญา เวทนาที่หนึ่ง ที่สอง เป็น  
สติปัญญาก็พิจารณาได้ มันละเอียดลึกซึ่งเข้าไป ละเอียดลึกซึ่งเข้าไป

เวลาหลวงตาท่านพิจารณาของท่านในชั้นอนุสสุกะ ท่านบอกว่า ความคิดเกิด พอมันมี  
เวทนา มีความรู้สึกปั๊บ พับ! ดับ เกิดดับๆ ละเลยละ มันทิ้งเร็ว มันทิ้งเร็วมันทิ้งปลิ้นปล้อน มันทิ้ง  
พลิกพลาง มหาสติ มหาปัญญา ปัญญาญาณมันตามกัน เวลามันเร็วมาก พอมีความรู้สึกปั๊บ  
ดับ มีความรู้สึกปั๊บ ดับ จนพิจารณาไม่ได้

นี่พูดถึงว่า ความหยาบความละเอียดยกเป็นขั้นเป็นตอนไปนะ นี่พูดถึงว่า มันละเอียดลึกซึ้งกันอย่างไร มันแตกต่างกันอย่างไร นี่พูดถึงเวทนาในเวทนามาก่อน นี่ข้อที่ ๓.

“๔. เวลานั้นสมาธิตกว้างค์บ่อยมาก ผ่อนอาหารแล้ว นั่งฟังเทศน์ก็ยังหลับได้ เป็นแผ่นเสียงตรองหรือไม่ เพราะตอนเนสัชชิกนั่งหลับแทนนอนเวลาง่วงไม่ไหวจริงๆ หาวิธีแก้ไขให้นั่งสมาธิได้อย่างไร หรือช่างมัน ปล่อย เดินจงกรมอย่างนั้น”

มันเป็นความสะดวก มันเป็นจริต มันเป็นความชอบ

อย่างเช่นเราเคยไปเยี่ยมหลวงปู่จันทร์เรียน หลวงปู่จันทร์เรียนท่านบอกเลยว่า “หลวงปู่ชอบนั่งสมาธิสู้เราไม่ได้”

โอ้เราก็แปลกใจนะ เพราะหลวงปู่จันทร์เรียนท่านเป็นลูกศิษย์หลวงปู่ชอบ ท่านพูดกับเรา พูดเล่นๆ ท่านพูดเป็นคติธรรมบอกว่า “หลวงปู่ชอบนั่งภาวนาสู้เราไม่ได้”

เราก็บอก โอ้โฮ! หลวงปู่จันทร์เรียนท่านเป็นลูกศิษย์หลวงปู่ชอบนะ

แล้วท่านก็เฉลย บอกว่า เพราะหลวงปู่จันทร์เรียนนั่งสมาธิถือเนสัชชิกนั่งทีหนึ่ง ๘ ชั่วโมง ๑๐ ชั่วโมง นั่งตลอดรุ่ง นี่ท่านถนัด

ท่านบอกเลย หลวงปู่ชอบท่านนั่งแล้วท่านไม่ถนัด ท่านนั่งได้ ๒-๓ ชั่วโมงอย่างมาก แต่เดินจงกรมหลวงปู่ชอบเดินทั้งวันทั้งคืน ทั้งวันทั้งคืน ท่านเดินจงกรมตลอดเลย

หลวงปู่จันทร์เรียนท่านบอกว่า “หลวงปู่ชอบนั่งสมาธิสู้เราไม่ได้ แต่เราเดินจงกรมสู้หลวงปู่ชอบไม่ได้”

หลวงปู่ชอบท่านเดินทั้งวันเลย หลวงปู่จันทร์เรียนท่านไม่ถนัดเดิน ท่านถนัดนั่ง เวลา นั่งสมาธิหลวงปู่จันทร์เรียนนั่งได้ ๘ ชั่วโมง ๑๐ ชั่วโมง นั่งได้ทั้งคืนเลย แต่ถ้าเดินจงกรมนะ หลวงปู่ชอบท่านเดินทั้งวันทั้งคืนเลย ท่านเดินได้ ๗ วัน ๗ คืนเลย ท่านเดินตลอดเลย หลวงปู่จันทร์เรียนท่านสู้หลวงปู่ชอบทางเดินจงกรมไม่ได้

นี่ง นี่ก็เหมือนกัน ถ้าเรานั่งแล้ว ถือน้ำชงแล้วถ้ามันจะหลบมันจะง่วง เราก็นั่ง นั่ง เป็นอิริยาบถ ๔ เป็นการผ่อนคลาย แต่ถ้าเราถนัดในทางเดิน เราก็เดินของเรามากกว่า แล้วยิ่ง เขาบอกว่าเวลาเขาเดินจงกรมแล้วมันเป็นประโยชน์ขึ้นมา เพราะเดินจงกรมแล้วมันเกิดปัญญา ดี พิจารณาได้ดี เราก็ทำของเราต่อไป

ฉะนั้น ย้อนกลับไปคำถามที่ ๑. บอกว่า สิ่งที่ทำมานี้ถูกต้องหรือไม่

คำว่า “ถูกต้อง” นะ เวลาเราพิจารณาสิ่งใดก็แล้วแต่ ถ้ามันพิจารณาได้ นั่นถูกต้อง มัน มีบาทฐานคือสัมมาสมาธิ

แต่ถ้าเราพิจารณาไปแล้วหรือพิจารณาไปแล้วมันหลงมันหลก มันติดขัด มันติดขัด ขึ้นมา วางทันทีเลย แล้วเรากลับไปทำสมถะ ทำสมาธิ

สิ่งที่ได้มามันได้มาโดยบาทฐานของสัมมาสมาธิ คือ สมาธิ ปัญญา เพราะมีสมาธิ มี สมถะ มันถึงเกิดวิปัสสนา มันถึงเกิดปัญญา ถ้าไม่มีสมถะมันเกิดเป็นสัญญา มันเป็นธรรมะ เหมือนกัน

ฟังสิ คำว่า “มันเป็นธรรมะเหมือนกัน” เพราะคิดเรื่องรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณเหมือนกัน คิดเรื่องธรรมและวินัยเหมือนกัน คิดทุกอย่างเหมือนกัน แต่มันไม่มี สัมมาสมาธิ ไม่มีสัมมาสมาธิทำให้จิตตั้งมั่นให้จิตมีกำลังขึ้นมา

ธรรมเป็นปัจจัยตั้ง เป็นสันติวิสุทธิ เป็นสมบัติของจิตของเรา เป็นความรู้จากภายใน เป็นความรู้จากจิต ถ้าจิตมันมีกำลัง มีสมถกรรมฐานเป็นที่ตั้ง เวลาพิจารณาไปแล้วมันก็เป็น บาทเป็นฐาน เป็นความชอบธรรม

**องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้เองโดยชอบ ที่เราปฏิบัติเราต้องการให้ จิตของเรารู้โดยชอบ รู้โดยชอบธรรม ความชอบธรรม คือ สมาธิ ปัญญา**

ถ้ามันไปไม่ได้ ย้อนกลับไปที่สมาธินั้น ย้อนกลับไปที่สมถะ

อย่าหวังว่างาน อย่าหวังว่าเราจะรีบ เราจะสรุปงานของเราให้มันจบสิ้น ใ้ที่ว่ารีบหรือสรุปหรือกำหนดวัน นั้นนะกิเลสหลอก กิเลสทั้งนั้นนะ คนเป็นมาเยอะ

เราก็เคยเป็น กำหนดเวลาทุกอย่างเลย แล้วภาวนาไปแล้วนะ คนภาวนาขึ้นไปสูงๆ มันกำหนดวันตายของกิเลส กิเลสต้องตายวันนั้นๆ กำหนดวันตายกับมันเลยละ แล้วก็ไม่เคยตายถึงวันนั้นแล้วก็ไม่เคยตาย

เวลาหลวงตาท่านบอกว่าที่ท่านไปปรึกษาหลวงปู่กงมา เพราะว่ามันมีนิมิตตั้งแต่ก่อนปฏิบัติ ๙ ปีจะสำเร็จ แล้วพอครบ ๙ ปีแล้วมันไม่สำเร็จ นั้นนะมันทำให้โลเลเลยนะ

ท่านบอกว่า โอ้โฮ! วาสนานะ นั้นนะไปปรึกษาหลวงปู่กงมา หลวงปู่กงมาบอก “เฮ้ย! ๙ ปีมันต้องครบเข้าพรรษาหน้าสิถึงจะครบ ๙ ปี” ก็เลยพึ่ขึ้นขึ้นมา

ใ้กำหนดวันตาย กำหนดต่างๆ กิเลสหลอกทั้งนั้นนะ หลวงตายังโดนเลย เราโดนเยอะเรื่องนี้ แหม! กำหนดวันตายของมันเลยนะ กำหนดไว้พร้อมเลยนะ แล้วพอถึงวันนั้นนะ โอ้ย! คอตก ไม่ได้ แล้วพอโยนมันทิ้งหมดเลย ไม่เอาอะไรทั้งสิ้น เอาแต่ความเพียรชอบนี้แหละทำไปเออ! ไม่มีใครมากำหนดกฎเกณฑ์อะไรทั้งสิ้น

ใ้นี้ก็เหมือนกัน สิ่งที่ว่ามันถูกต้องหรือไม่ แล้วมันชอบธรรมหรือไม่

ถ้าเราถูกต้องชอบธรรม กำหนดระยะเวลาต่างๆ ใ้นี้ก่อดันตัวเองทั้งนั้น เราจะมีอำนาจวาสนามากน้อยแค่ไหนมันอยู่ที่ศรัทธาของเรา ความเชื่อของเรา มีศรัทธาความเชื่อของเรามั่นคงแล้วประพฤติปฏิบัติของเรา เราพยายามชวนชวายของเรา

ที่เราทำกันอยู่นี้เป็นผลบุญของเราแล้ว เป็นผลบุญของเราเพราะอะไร เพราะมาใกล้ชิดพระพุทธศาสนา พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์อยู่ใกล้ชิดเราไง

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอก ผู้ที่อยู่ใกล้แสนใกล้ประพฤติปฏิบัติตามเรา นั้นอยู่ใกล้ชิดเรา

ผู้ที่จับชายจีวรของเราไว้ กำหนดเวลาของมันเลยจะเป็นอย่างนั้นๆ แบบที่ธรรมชาติขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะเป็นอย่างนี้ๆ ใจ อยู่ใกล้ชีวิตธรรมะเลย แต่ไม่ถือว่าเป็นผู้อยู่ใกล้เราเลย เพราะอะไร เพราะไม่ทำตามความเป็นจริงใจ

**ถ้าทำตามความเป็นจริงขึ้นมา อยู่ใกล้แสนใกล้แต่ปฏิบัติตามเรา เหมือนอยู่ใกล้ชีวิตเรา ผู้ที่จับชายจีวรเราไว้ แต่ทำแล้วไม่ชอบธรรม ทำแล้วไม่เหมือนเรา เหมือนอยู่ใกล้เรา**

นี่ก็เหมือนกัน นี่พูดถึงว่าการประพฤติปฏิบัติว่า ถ้าสิ่งที่ทำนี้ถูกต้องหรือไม่ คำถามที่ ๑. นะ ถูกต้องหรือไม่

ถูกต้องแล้ว แล้วฝึกหัดของเราไป ถูกต้อง ถูกต้อง ฉะนั้น เวลาตอบปัญหาไป พบบอกถูกต้อง หลวงพ่อว่าถูกต้องแล้วใจ สิ่งที่ทำมาไม่ถูกต้องจะไม่มีคำถามมา คำว่า “ถูกต้อง” แต่มันยังไม่จบสิ้นกระบวนการของมัน การกระทำของมัน มันมีการกระทำของมันอีกมากมายแตกต่างหลากหลายที่เราต้องพยายามทำไป เหมือนกับที่ว่าขั้นของปัญญา

ขั้นของสมาธิ สมณะยังเกือบเป็นเกือบตายนะ เกือบเป็นเกือบตาย เห็นไหม น้ำล้นแก้ว น้ำล้นแก้วมันมีขอบมีเขตของมัน เรายังเกือบเป็นเกือบตาย

ขั้นของปัญญาไม่มี กิเลสมันพลิกแพลงได้ทั้งนั้น มันบังงามันหลอกมันลวง หลอกหน้า หลอกหลัง หลอกอดีตอนาคต หลอกเบื้องบน หลอกเบื้องล่าง หลอกเบื้องลึก หลอกเบื้องตื้น หลอกได้ทุกอย่างเลย

นี่ปัญญามันต้องตามมันไป แล้วตามไปที่ละขั้นทีละตอน สรุปลงทีละครั้ง สรุปลงเวลา ภาวนาครั้งหนึ่งๆ สรุปลงแล้วๆ ชั่วคราวๆ ชั่วคราวเพราะมันไม่มีคำตอบ ต่อเนื่องๆ ไปเรื่อยๆ พอต่อเนื่องไปเรื่อยๆ เวลาสมุจเฉท ผัวะ! กายเป็นกาย จิตเป็นจิต ทุกข์เป็นทุกข์ ชัดเจน จิตนี้รวมลง จิตนี้เป็นหนึ่ง ชัดเจนของมัน นี่เวลาถ้ามันเป็นจริงนะ

นี่พูดถึงว่า ทำมาถูกต้องไหม

เราเป็นห่วงคำว่า “ถูกต้อง” เพราะว่าถูกต้อง คนเอาจคำว่า “ถูกต้อง” มารีดนาทาเร้นเอาความดีจากเราเยอะเยอะเลย ทั้งๆ ที่ธรรมะเป็นขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้านะ เราเป็นสาวก เราก็เป็นผู้ฟังผู้ปฏิบัติมา แล้วมีจะมารีดนาทาเร้นเอาธรรมะจากเราได้ยังไงวะ เอ็งก็ต้องปฏิบัติเอาสิ แต่เราเป็นผู้บอกว่าถูกต้อง พอถูกต้อง มาเลยนะ วางบิลเลย เรียกค่าเสียหายเลย อ้าว! ตาย

สิ่งที่ความเป็นจริง เป็นความจริง บัณฑิตตั้ง สันติปฏิญญาแก่แต่ละบุคคล จบ

ถาม : เรื่อง “ปริกรรมพุทธคุณแทนพุทโธ”

กราบนมัสการหลวงพ่อกะเรพ ผมลองใช้บทปริกรรมเป็นบทพุทธคุณที่มีเนื้อหาว่า อิติปิ โส ภะคะวา จนจบ แล้วรู้สึกว่าจะจิตมันชอบกว่าคำสั้นๆ อย่างพุทโธ ไม่ทราบว่าจะใช้บทพุทธคุณนี้เป็นบทปริกรรมประจำแทนพุทโธได้หรือไม่ครับ

ตอบ : ได้ ดีมาก ได้เลยละ

เขายกเขาปริกรรมอิตติปิโสแทน อิติปิ โส ภควา อรหัง สมุทสาสมพุทโธ วิชชาจรณสมปนโน สุคติ โลกวิทู อนุตตรโร ปุริสทมมสารถิ เขายกเขาใช้แบบนี้เลยได้ไหม

ได้ๆ ยิ่งกว่าได้อีก อะไรก็ได้ พุทโธ อัมโม สังฆโม เทวตานุสติ มรณานุสติ มันก็เหมือนกัน แต่ถ้าใช้คำว่า “อิตติปิโส” แล้วมันเป็นประโยชน์ขึ้นมา ได้

สิ่งที่สำคัญคือต้องมีคำปริกรรม ต้องมีนวักรรม ต้องมีการกระทำ จิตต้องมีการกระทำมันถึงจะเป็นผลงานของจิต

จิตที่นึกเอา เพื่อเจ้อเอา มันไม่ได้อะไร จิตที่นึกเอา เพื่อเจ้อเอา เพราะโดยสัญชาตญาณของคน สัญชาตญาณของจิตมันรู้สึกนึกคิดได้ ความรู้สึกนึกคิดเราเพื่อเจ้อเพื่อฝันไปตามอารมณ์ความรู้สึก มันจะได้อะไร

แต่ปริกรรมพุทโธ อัมโม สังฆโม มรณานุสติ เทวตานุสติ อิติปิ โส ภะคะวา ต่างๆ จิตมันทำงาน นี่จิตมันทำงาน

หลวงปู่มั่นท่านพูด “ไม่มีคำบริการ”

ไม่มีคำบริการคือคนไม่ทำงาน คนคนหนึ่งทำงานนะ จะปั้นหม้อ จะทำสิ่งใดเขาทำของเขา เขามีหม้อมีไหของเขา เป็นผลงานของเขา หม้อมันจะปั้น หม้อมันจะแตก หม้อมันจะบิดเบี้ยว หม้อมันจะอะไร แต่ก็มีหม้อของเขา เพราะเขาปั้นหม้อ

ไอ้คนดูคนปั้นหม้อมันก็ดูคนปั้นหม้อ ไอ้โฮ! ปั้นหม้ออย่างนี้เบี้ยว ปั้นหม้อแล้วมันไม่เป็นหม้อ มันก็ไม่ได้อะไร มันนั่งคิดของมันคนเดียวแล้วมันก็นั่งติเตียนเขาคนเดียว มันก็ได้โลกธรรม ๘ ได้สมบัติติเตียนเขาไป ไม่ได้อะไรเลย

แต่ไอ้คนพุทโธๆ เหมือนช่างปั้นหม้อ หม้อจะบิดจะเบี้ยว หม้อจะไม่กลม หม้อจะอะไร มันก็เป็นช่างปั้นหม้อ ดินมันจะไม่อะไรก็ปั้นไปเรื่อยๆ คนทำผิดๆ ไม่มีปัญญาจะทำให้มันถูกหรือ

นี่ไง นี่ก็เหมือนกัน ที่ว่าเขาใช้พุทธคุณแทนพุทโธได้หรือไม่

ได้ๆ

ฉะนั้น คำว่า “ได้” ที่บอกว่า เมื่อก่อนที่ว่าพุทโธๆ

คำว่า “พุทโธ” มันเป็นพุทธานุสติ มันเป็นกรรมฐาน ๔๐ ห้อง มันเป็นเรื่องที่ว่าเป็นจุดเด่นไหม แต่ถ้าเราทำแล้วมันสั้น อันนี้เหมือนกัน แต่คำว่า “สั้น” ที่ว่าหลวงปู่มั่นท่านให้หลวงปู่อ่อน หลวงปู่อ่อนเป็นผู้ที่มีปัญญา ท่านให้บริการยาวๆ

หลวงปู่มั่นท่านดูจริตนิสัยของพระแล้วจะให้บริการอย่างนั้น บริการอย่างนี้ อันนั้นเป็นอันนี้ ไอ้นี้เป็นอันนั้น ท่านจะให้การบ้านนะ ให้การบ้านเราไปฝึกหัด ให้การบ้านเราไปทำ ถ้าเราทำขึ้นมาแล้วเราเอาการบ้านไปส่ง ท่านจะบอก เออ! ให้พัฒนาอย่างนี้ๆ นี่เวลาหลวงปู่มั่นท่านสั่งท่านสอนนะ

ทีนี้โดยทั่วไปโดยหลัก เราก็บอกว่าพุทโธๆ แล้วถ้าพุทโธแล้วธัมโมฯ สังโฆ เราทำได้ เพราะมันมีการวิตก วิจารณ์

องค์ของสมาธิ วิตก วิจาร์ ปิติ สุข เอกัคคตารมณ์

มีวิตก วิจาร์ วิตก วิจาร์ สงบลง วิตก วิจาร์ สงบลง เกิดปิติ อยู่กับปิติ ถ้าปิติเกิด  
ความสุข ความสุขสงบลง จิตตั้งมั่น นี่องค์ของสมาธิ

แล้วถ้าไม่วิตก วิจาร์ คือมันไม่ทำอะไรเลย จิตไม่ทำอะไรเลย จิตไม่มีการบริหารเลย  
มันเป็นไปไม่ได้

ฉะนั้นที่บอก มันว่างๆ ว่างๆ

ว่างๆ ก็อารมณ์ อารมณ์ว่าว่าง เราสร้างอารมณ์ว่าว่างมันก็ว่าง พอว่างก็ว่างจาก  
อารมณ์ ว่างจากอารมณ์ด้วยความตรึกของเรา ว่างจากอารมณ์ด้วยความพอใจของเรา มันก็  
เป็นความว่างของสามัญสำนึก เป็นความว่างของโลก

ดูสิ ว่าฝึกสมาธิๆ

โดยธรรมชาติ เราพูดบ่อย โดยธรรมชาติของมนุษย์ มนุษย์มีสมาธิโดยสามัญสำนึกอยู่  
แล้ว เพราะถ้าไม่มีสมาธิก็เป็นคนสมาธิสั้น ถ้าไม่มีสมาธิก็เป็นผู้ป่วยทางจิต ก็อยู่โรงพยาบาลศรี  
ธัญญา

นี่ไง โดยธรรมชาติสมาธิมันมีอยู่แล้ว แต่สมาธิเป็นสมาธิของปุถุชน สมาธิของมนุษย์ ที่  
เราฝึกหัดสมาธิกันนี้ ฝึกหัดสมาธินี้เราฝึกหัดสมาธิแบบกัลยาณชน

ถ้ากัลยาณชนฝึกหัดสมาธิ ทำสมาธิได้ง่าย ควบคุมสมาธิได้ง่าย มันก็จะฝึกหัดใช้  
ปัญญา ถ้าฝึกหัดใช้ปัญญา ถ้าจิตสงบแล้วเรายกขึ้นสู่วิปัสสนา มันก็เป็นโสดาปัตติมรรค นี่ไง  
จิตที่ว่าบุคคล ๔ คู่ที่จิตนี้เป็นได้หมด จิตของมนุษย์มหัศจรรย์ที่มันเป็นไปได้ ถ้าคนที่ทำถูกต้อง  
ชอบธรรมแล้วมันได้หมดไหม

ฉะนั้น คำถามบอกว่า คำปริกรรมพุทธคุณแทนพุทโธได้หรือไม่

ได้

เราไม่ค่อยอยากพูดเลย แต่เวลาอยู่กับหลวงปู่เจี๊ยะ หลวงปู่เจี๊ยะท่านพูด ท่านบอกท่านอยู่ที่วัดอโศการาม มีพระฝ่ายการศึกษาพวก ๙ ประโยคเขาบอกว่า กรรณฐานนี้โง่มาก ไม่ศึกษา อะไรๆ ก็พุทโธๆ พุทโธอะไรของมันนะ เขาพูดบ่อย พูดโดยการเหินบ่น

เขามาฟ้องหลวงปู่เจี๊ยะ หลวงปู่เจี๊ยะก็รับฟังไว้

วันหนึ่งเขามาเยี่ยมหลวงปู่เจี๊ยะ นี่หลวงปู่เจี๊ยะเล่าเองเลย แล้วท่านก็ต้มน้ำชาต้อนรับผู้สันทัดกับผู้ที่มาเยี่ยมเยียน แล้วก็ฉันน้ำชากัน ก็คุยธรรมะกัน

หลวงปู่เจี๊ยะก็ถามนักวิชาการ ๙ ประโยค ๓-๔ องค์นั้นนะ บอกว่า สมมุติว่ามีนักปฏิบัติคนหนึ่งไม่ได้ศึกษา ที่เขาบอกกรรณฐานโง่ๆ ไม่ได้ศึกษาอะไรเลย แล้วเขาอยากภาวนาของเขา เขากำหนดว่าชี้ๆ จิตสงบได้ไหม

ถามพวกมหาที่บอกว่าไต่กำหนดพุทโธไม่มีการศึกษาแล้วโง่เง่าเต่าตุ่น ถามว่า ถ้ามีนักปฏิบัติคนหนึ่งอยากปฏิบัติมาก แต่ไม่ได้ศึกษามาก ก็ใช้คำบริกรรม มีคำบริกรรมและไม่มีคำบริกรรม มีคำบริกรรมว่าชี้ๆ ผู้ที่ปฏิบัติบริกรรมอย่างนั้นจิตสงบได้ไหม

พวกมหาที่นั่งอยู่ ๓-๔ องค์บอกว่า ได้ครับ

หลวงปู่เจี๊ยะท่านสอเลย ถ้าชี้ๆ มันสงบได้ พุทโธๆ สงบได้ไหม ถ้ามันสงบไม่ได้ ท่านถามถามทำไม

หลวงปู่เจี๊ยะท่านชี้หน้าเลยนะ เพราะอะไร เพราะหลวงปู่เจี๊ยะท่านปฏิบัติมา ท่านปฏิบัติพุทโธมา ท่านปฏิบัติผ่านมาเป็นขั้นเป็นตอนขึ้นมา แล้วมันมีคนที่ไม่ได้ปฏิบัติมีการศึกษาสูงส่งแล้วก็ดูถูกดูแคลนว่าเป็นไปไม่ได้ ทำสิ่งใดไม่ได้ สิ่งใดก็ไม่ได้

แล้วทำอย่างไรได้ เทียบหลอกชาวบ้านใช่ไหมว่าได้ ศึกษามาแล้วก็เอาธรรมะไปอวดเขา เอาธรรมะเป็นสินค้าใช่ไหมว่าได้ แล้วผู้ที่ปฏิบัติความเป็นจริงนี้ไม่ได้

นี่ไง แม้แต่ชี้ๆ ยังได้เลย

ทีนี้คำว่า “ขอให้มีคำบริการ” มีคำบริการ มีนวักรรม มีการกระทำ ปัจจัยตั้ง  
สันติภูมิจึง นั้นเป็นการฝึกหัด

ฉะนั้นบอกว่า ใช้บริการพุทธคุณแทนพุทโธได้หรือไม่ได้

ได้ แต่ให้มีคำบริการ ถ้าปัญญาอบรมสมาธิมันก็มีสติปัญญาไล่ให้เท่าทันความคิด  
ให้เห็นความคิดเป็นภัย แล้วมันปล่อยความคิดนั้นมันก็เป็นสัมมาสมาธิ แต่มันสั้น มันชั่วคราว ก็  
ใช้ปัญญาต่อเนื่องไป

พอปัญญาต่อเนื่องไป พอกิเลสมันอ่อนแอ เพราะปัญญาไล่ต้อนจนมันไม่มีทางไป มัน  
ก็จะหยุด พอหยุดขึ้นมาแล้ว ปัญญาไล่ไปมันไม่คิดใจ แล้วไม่คิด จะทำอย่างไรต่อไป

ก็พุทโธต่อเนื่องไปสิ พุทโธต่อเนื่องไป เพราะถ้ามีพุทโธ มีคำบริการ มีพุทโธ งานมัน  
จะต่อเนื่องกันไป

แต่มันแบบว่ามีช่องว่างไง มันไม่สัมพันธ์กันไง มันไม่เจริญงอกงามต่อไปไง แล้วทำ  
อย่างไรต่อละ

แต่หลวงปู่ดุลย์ท่านสอนดูจิต ใช้ปัญญาอบรมสมาธิ ดูจิตแบบหลวงปู่ดุลย์คือปัญญา  
อบรมสมาธิ แล้วถ้ามันหยุดแล้วก็ใช้พุทโธต่อไป

แต่ใช้พวกที่ภาวนาไม่เป็น ดูโดยเพ่ง ดูโดยเพ่งมันก็เป็นกสิณ ไม่ได้ดูด้วยปัญญา ไม่มี  
สติปัญญา นวักรรมไง การกระทำไง ไม่มีนวักรรม ไม่มีการกระทำ มันจะมีผลงานได้อย่างไร คน  
ไม่ทำงานจะมีงานได้อย่างไร ดูเขาปั้นหม้อแล้วยังติเขาว่าหม้อเบี้ยว หม้อไม่สวยงาม

ไอ้ช่างปั้นหม้อมันปั้นทุกวันเลย เบี้ยวไม่เบี้ยวเดี๋ยวมันดัดแปลงของมัน เพราะมันทำ  
แล้วเบี้ยว เดี๋ยวมันทำให้ดีขึ้น

นี่ไง พุทโธได้หรือไม่ได้ เดี๋ยวพุทโธไปเรื่อยๆ มีนวักรรม มีคำบริการ มีการกระทำ

แล้วบอก ไม่ต้อง ไม่ทำ

เออ! ไอ้พวกมันง่าย พวกมันง่ายอยากได้ พวกนี้จะได้ไม่ได้ใดๆ เลย

ถ้าปฏิบัติ ปฏิบัติบูชาของคัมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าด้วยความชอบธรรม

ปฏิบัติบูชาของคัมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าโดยมาร ภาวนาโดยให้มารเป็นใหญ่  
กิเลสเป็นใหญ่ ก็บูชากิเลสไป บูชาทิฏฐิมานะของตน บูชาให้กิเลสมันยิ่งใหญ่ บูชาให้หัวใจมัน  
อยู่ได้อำนาจของกิเลสไป แล้วไหนว่าปฏิบัติบูชาของคัมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

คนส่วนใหญ่เขาปฏิบัติบูชาของคัมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ไม่ใช่บูชากิเลสให้  
เกิดทิฏฐิมานะความยิ่งใหญ่ ยิ่งใหญ่เหนือโลก นั่นเป็นเรื่องของบูชากิเลส

เราจะบูชาของคัมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า บริกรรมพุทธานุสสติได้ มีคำ  
บริกรรม บริกรรมว่าพุทโธ ธัมโม สังโฆ เรานึกพุทโธหนึ่ง พุทโธสอง นี่เขามีเทคนิคของเขา ขอให้  
มีคำบริกรรม ขอให้มีการกระทำ

เวลาพุทโธๆ แล้วมันเหนื่อย เวลาบริกรรมแล้วมันเครียด เพราะอะไร เพราะมันทำงาน

ไอนอนเฉยๆ ไม่ทำอะไรเลย แล้วอยากได้อะไรดี ไม่ได้หรอก

เราทำคุณงามความดีของเรา ทำให้ถูกต้องดีงามของเรา จะทุกข์จะยากนั่นเป็นความ  
เพียรชอบ ความเพียรชอบ ความเพียร ความวิริยะ ความอดุสสาหะของมนุษย์จะเป็นผู้พ้นทุกข์  
เอวัง