



มูลนิธิศึกษาและเผยแพร่พระพุทธศาสนา
Dhamma Study and Support Foundation

แนวทางเจริญวิปัสสนา

เล่ม ๑๖๗ ตอนที่ ๑๖๖๑ – ๑๖๗๐

บรรยายโดย

สุจินต์ บริหารวนเขตต์



แนวทางเจริญวิปัสสนา

๑๖๖๑

สนทนาธรรมระหว่างเดินทางไปนมัสการสังเวชนียสถานในประเทศอินเดีย

เดือนกุมภาพันธ์ ๒๕๓๐



ศ. ถ้าเป็นการพิจารณาว่า ตั้งแต่เกิดมาเปลี่ยนสภาพจากเด็กเป็นผู้ใหญ่ จากผู้ใหญ่เป็นคนแก่ จากคนแก่และมีโรคภัย จนกระทั่งตาย จะถือว่าเป็นการพิจารณาไตรลักษณ์หรือเปล่า

ส. ใครละกำลังพิจารณา และกำลังพิจารณาอะไร พิจารณาตัวตนทั้งนั้น เกิดมาก็ตัวตน แก่ก็ตัวตน เจ็บก็ตัวตน ตายก็ตัวตน ไม่มีนามธรรมรูปธรรมอะไรเลย

ศ. และก็มองเห็นว่า ทุกสิ่งทุกอย่างนั้นล้วนแต่ไม่เที่ยง

ส. ก็คิดเอา ก็กำลังไม่เที่ยงเวลานี้ยังไม่ประจักษ์

ศ. คือ มีผู้ถามในรณเรื่องนี้ ผมก็บอกว่า คำว่า อนิจจัง ทุกขัง หมายถึง สภาพธรรมที่เป็นนามธรรมและรูปธรรมที่เกิดขึ้นและดับทันที จึงไม่ใช่เรื่องของการเจริญสมถภาวนาที่จะไปรู้ลักษณะทั้ง ๓ ได้

ส. แน่นนอน นี่คือประโยชน์ของการฟัง เกิดดับ ๆ เดียวนี้กำลังเห็นดับไป กำลังได้ยินก็ดับไป คิดนึกก็ดับไป สภาพธรรมทุกอย่างเกิดและดับทันทีเร็วมาก

ศ. อีกคำถามหนึ่งถามว่า เมื่อเจริญสมถภาวนาแล้ว พิจารณาถึงอารมณ์ต่าง ๆ จากนั้นยกขึ้นสู่วิปัสสนา ซึ่งผมก็ได้อธิบายว่า คำว่า ยก หรือคำว่า เปลี่ยน คือ การเริ่มต้นรู้สิ่งที่กำลังปรากฏนั่นเอง การทำให้จิตสงบไม่ได้เกี่ยวข้องกับสติปัฏฐาน เพราะอารมณ์ที่ปรากฏรู้แต่เพียงทางใจอย่างเดียว และเมื่อรู้ทางใจก็เป็นความแนบแน่นของจิตที่ไม่รู้อารมณ์อื่น เมื่อจะเปลี่ยนเป็นวิปัสสนา อาจจะเปลี่ยนโดยคำพูดแต่จริง ๆ แล้วต้องลืมตา ถ้าไม่ลืมตาจะกล่าวว่าเป็นการเจริญสติปัฏฐานไม่ได้ ต้องแยกออกไปว่า ถ้าเป็นเรื่องของความสงบแล้วไม่เกี่ยวกับเรื่องการเจริญสติปัฏฐาน



การเจริญสติปัฏฐานเป็นการรู้ลักษณะทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจที่เป็นรูปธรรม และนามธรรม

ผู้ฟัง ก็ต้องเริ่มกันคนละอย่าง

ส. คนละวิธี เพราะว่าสมัยพระพุทธเจ้า ผู้ที่ได้ทั้งฌาน ได้ทั้งวิปัสสนาด้วย มีน้อยกว่าผู้ที่ดับกิเลสได้โดยเจริญวิปัสสนาอย่างเดียว นี่ขนาดสมัยนั้น แสดงให้เห็น ถึงว่า ความยากของสมถภาวนาแค่ไหน

ถ. ที่ว่ายากขึ้นสู่วิปัสสนา ยกจิตหรือยกอารมณ์ขึ้นสู่วิปัสสนา ฟังแล้ว เข้าใจยาก คล้าย ๆ กับเป็นของที่ยกได้ กลายเป็นตัวเป็นตนยกได้ แท้จริงต้องมี เคล็ดลับอะไรสักอย่างที่เราจะเข้าใจได้ อาจารย์มีความเห็นอย่างไร

ส. ต้องเข้าใจว่า สมถะคืออะไร วิปัสสนาคืออะไรก่อน ไม่ว่าเราจะพูดถึง คำไหนทั้งนั้น ถ้าเราพูดไปลอย ๆ ดูเหมือนเข้าใจ แต่ความจริงไม่ได้เข้าใจ อย่าง สมถะคืออะไร สมถะเป็นกุศลหรือเปล่า

สมถะ คือ จิตที่เป็นกุศล ที่สงบจากอกุศล ต้องยืนยันว่า สงบจากอกุศล เพราะถ้ายังมีโลภะก็เป็นอกุศล มีโทสะก็เป็นอกุศล แม้ไม่มีโลภะ โทสะ เพียงมีโมหะ ก็เป็นอกุศล ไข้ใหม่ ต้องสงบจากทั้งโลภะ โทสะ โมหะ ขณะนั้นจึงจะชื่อว่าสงบ เพราะว่าไม่มีอกุศล เพราะฉะนั้น วันหนึ่ง ๆ ขณะไหนจะเป็นสมถะบ้าง ขณะที่ให้ทาน กุศลจิตเกิดจึงให้ได้ ชั่วขณะ และในขณะที่ให้ทาน เจตนาให้เป็นกุศล กำลังให้ก็เป็น กุศล แต่เมื่อเจตนาให้เกิดขึ้น ก่อนที่จะถึงการให้ มีอกุศลบ้างไหม

ผู้ฟัง อาจจะคิดไม่พอใจ

ส. เพราะฉะนั้น เทียบดูแล้ว ทานกุศลน้อยมาก คือ กุศลเกิดนิดเดียว แต่ออกุศลมากมาย อย่างจะถวายอาหาร จะใส่บาตร หรือจะเลี้ยงพระก็ตามแต่ เริ่มตั้งแต่จะไปตลาด จนกระทั่งถึงตลาด อย่างนี้จะว่าเราเป็นกุศลก็ขณะ ฉะนั้น ในขณะที่เป็นทานกุศล กุศลน้อย ไม่มาก ความสงบจึงไม่ได้ปรากฏให้เห็นว่า ขณะนี้จิตสงบ เพราะว่าช่วงสั้น และอกุศลก็แทรกทันที และจะทำอย่างไร วันหนึ่ง ๆ ทานก็ไม่ได้ให้ตลอดเวลา ศีลก็ไม่มีเรื่องที่จะวิริย จิตของเราก็เป็นอกุศลอยู่เรื่อย ๆ



อย่างนี้ ทำอย่างไรจิตจึงจะสงบจากอกุศลเหล่านั้น ท่านที่มีปัญญาในสมัยนั้น ท่านพร้อมด้วยสติสัมปชัญญะที่ท่านสามารถรู้ลักษณะความสงบและความไม่สงบของจิตว่ามาจากไหน ทันทิที่เห็น และอกุศลจิตเกิด ท่านรู้เลยว่าจิตไม่สงบ อย่างเราถามว่าวันนี้มีอกุศลไหม บางคนบอกไม่มี

ผู้ฟัง ทราบเหมือนกันว่า ตอนนี้เป็นอกุศลแล้ว

ส. ฟีลองมองไมโครโฟน เป็นอกุศลหรือเปล่า

ผู้ฟัง เฉย ๆ

ส. นั่นแหละเป็นอกุศลบ้างหรือเปล่า

ผู้ฟัง ไม่ใช่

ส. ถ้าเป็นอย่างนี้จะเจริญสมถภาวนาไม่ได้เลย เพราะยังไม่รู้ว่า เห็นแล้วจิตหวั่นไหวไปตามสิ่งที่ปรากฏ หวั่นไหวว่าเป็นไมโครโฟน

ผู้ฟัง เฉย ๆ มองก็เป็นสิ่งหนึ่ง

ส. ถ้าไม่เป็นอกุศล ต้องเป็นกุศล ฟีเลือกเอา ตอนนี้มี ๒ อย่างว่าหลังจากที่เห็นแล้ว ต้องเป็นกุศลหรืออกุศล อย่างหนึ่งอย่างใด

ผู้ฟัง เป็นกุศล

ส. ไม่ได้ ฟีเลือกเองใช่ไหมว่า เฉย ๆ นี่คืออกุศล แต่เฉย ๆ เป็นโลภะก็ได้ เป็นโมหะก็ได้

ผู้ฟัง และจะจัดเข้าประเภทไหน จิตยังไม่คิด ยังเฉย ยังไม่คิดว่าอะไร

ส. นั่นฟีเอาเวทนามาตัดสินว่า ฟีไม่เดือดร้อนด้วยความพอใจติดข้องหรือเพติดเพลิน เห็นไมโครโฟนแล้วไม่เพติดเพลิน เห็นไมโครโฟนแล้วไม่เกิดโทสะ เพราะฉะนั้น เป็นความรู้สึกลับอกุศล ฟีก็อยากให้เป็นกุศล เพราะเป็นอุเบกขา แต่ความจริงอุเบกขาเกิดกับโลภะก็ได้ เกิดกับโมหะก็ได้ จึงมีข้อที่จะต้องเลือกถึง ๓ อย่าง

ผู้ฟัง แจกแจงไปมากมาย



ส. เพราะเป็นของจริง เหตุผล คือ เวลานี้ความเฉยจะต้องเกิดร่วมกับ โลกะอย่างหนึ่ง และโมหะอีกอย่างหนึ่ง และกุศลอีกอย่างหนึ่ง ขอให้คิดและพิจารณา ด้วยเหตุผลว่าจะเป็นอะไรใน ๓ อย่าง จะเป็นโมหะล้วน ๆ หรือเป็นโลกะ ชอบเหมือนกันที่เห็น ดีกว่าไม่เห็น หรือว่าเป็นกุศลที่เราเห็นไมโครโฟน คิดดู จะเป็น อะไรใน ๓ อย่าง ต้องเป็นปัญญาของเราเองจึงจะแก้ความสงสัย เพราะว่าความจริง คนเรามีทั้งโลกะ ทั้งโมหะ ทั้งกุศล ทันทีที่เห็นไมโครโฟน พี่ว่าเป็นอะไร

ผู้ฟัง เป็นกุศล

ส. ถ้าเป็นกุศล วันนี้ทั้งวันพี่ร่ายกุศล

ผู้ฟัง ทำไม

ส. เพราะพี่เห็นอะไร ๆ ก็เฉย ๆ ก็เป็นกุศลไปหมด

ผู้ฟัง ไม่เห็นติดอะไร

ส. ก็ร่ายกุศล

ผู้ฟัง ร่ายโมหะ

ผู้ฟัง ถ้าเป็นเครื่องประดับต้องเป็นอย่างอื่นแน่ ๆ

ส. พี่จะรู้เมื่อความรู้สึกรุนแรงขึ้น ความต้องการรุนแรงขึ้น แต่อย่าง ละเอียด ๆ พี่ไม่มีโอกาสจะรู้สึก

เพราะฉะนั้น อกุศลมีถึง ๙ ประเภท อย่างเช่น อาสวะ ที่ไหลรินไปโดยที่ ไม่รู้สึกตัวเลยทั้งทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เหมือนของหมักดอง และอย่างที่ พอจะรู้สึกขึ้นมาได้บ้าง และอย่างรุนแรงที่ทำให้ถึงกับกระทำทุจริต อกุศลมีถึง ๓ ชั้น ถ้าพี่ไม่ล้างมือ พี่ว่ามือพี่สะอาดไหม

ผู้ฟัง ไม่สะอาด

ส. ทำไมพี่รู้ ไม่เห็นเปื้อนอะไร แต่พี่จะรู้ว่าเปื้อนต่อเมื่อไปล้างสบู่และเห็น ว่ามีสีดำออกมา ใช่มั้ย เพราะฉะนั้น เวลาที่มือค่อย ๆ เปื้อนไปที่ละน้อย ถูกฝุ่นไป ที่ละน้อย เรายังไม่รู้สึกตัว ดังนั้น อกุศลที่ละน้อย ๆ บางจัด เราก็ไม่รู้ว่าเป็นอกุศล ซึ่งคนส่วนใหญ่ก็จะพูดเหมือนพี่ว่า วันหนึ่ง ๆ เขาไม่มีอกุศล



ผู้ฟัง ไม่ถึงขนาดว่าวันหนึ่ง ๆ ไม่มีอกุศล เพียงแต่ว่าสิ่งนี้ไม่มีประโยชน์สำหรับเราก็เฉย ไม่ติด เห็นก็อย่างนั้น แต่บางอย่างพอเห็นอกุศลเกิด ภูมิใจ หรือเป็นของจำเป็นสำหรับเรา ก็ชอบแล้ว

ส. อกุศลขั้นนี้เกิดให้พื้รู้ได้ และในขั้นที่ไม่เกิดให้รู้ ก็น่าจะมี นี่แหละคือตัวเขาละ เพราะฉะนั้นขณะที่ไม่เป็นอกุศล ขณะนั้นเป็นอกุศล นี่หลัก และจะรู้ได้อย่างไรว่าเป็นอกุศล พื้เห็นไมโครโฟน ไม่ได้เกี่ยวกับทาน ไม่ได้เกี่ยวกับศีล จึงไม่ใช่อกุศล และถ้าไม่ใช่ความสงบของจิตที่จะต้องเกิดพร้อมด้วยปัญญา เพราะต้องมีปัญญาจึงจะสงบ ที่เป็นสมณะ นั่นก็ไม่ใช่สมณะอีก ถ้าสติไม่ระลึกได้ว่า เป็นแต่เพียงสิ่งที่ปรากฏทางตา ขณะนั้นไม่ใช่สติปัฏฐานอีก เพราะฉะนั้น เมื่อไม่ใช่อย่างหนึ่งอย่างใดในกุศล ก็ต้องเป็นอกุศล คราวนี้ไม่ร่ายกุศลแล้ว ร่ายอกุศล

ผู้ฟัง ไม่ร่ายแล้ว ยากจริง ๆ

ส. ไม่ใช่เรื่องว่าใครก็ตามสอนแล้วคิดว่าง่าย แต่ต้องพิจารณามากหน่อย เพราะจากการสนทนากับคุณพื้บนรถที่ว่า คุณพื้สามารถปฏิบัติได้ทั้ง ๒ ลักษณะ คือ สมถภาวนาและวิปัสสนาภาวนา เพราะเดี๋ยวนี้สมณะเป็นปกติแล้ว

ผู้ฟัง ไม่ใช่สมณะเป็นปกติ เริ่มต้นก็คิดว่าให้ใจสงบเท่านั้น แต่เดี๋ยวนี้พิจารณากัมมัฏฐานไปด้วย และนำเอาของอาจารย์ประกอบด้วย ปฏิบัติอย่างนี้และมาฟังอาจารย์ เข้าใจได้เร็วกว่าตอนที่ไม่ได้ปฏิบัติ เข้าใจว่าอย่างนั้น

ส. ต้องเป็นปัญญาตามระดับขั้น คือ แม้พื้จะบอกว่าจิตพื้สงบแล้ว เราก็ยังต้องตรวจสอบว่า ที่เราเข้าใจว่าสงบ สงบตามความคิดของเรา หรือสงบตามที่พระผู้มีพระภาคทรงแยกออกไปว่า ถ้าสงบ ไม่ใช่แบบเรานั่งคนเดียว เราไม่ได้ทำอะไร และเราไปรู้อยู่ที่อย่างเดียว อารมณ์เดียว และเราเข้าใจว่าสงบ พระพุทธเจ้าไม่ได้ทรงแสดงว่า นี่เป็นความสงบ

ถ. เวลาทำอะไรตลอดวัน เราก็มีความรู้สึกตามอยู่ว่า กุศลหรืออกุศล

ส. แต่เมื่ออกุศลอย่างละเอียดมี ซึ่งเราไม่รู้ เราก็คิดว่า เป็นกุศล



ผู้ฟัง ต้องทำทีละขั้นก่อน แต่พอตามได้ว่า นี้อกุศล ใจคิดในทางไม่ดีในสิ่งที่ตาเห็น นี้อกุศลแล้ว แต่จะต้องละเอียดขึ้นอีกว่า ไม่ใช่หยุดแค่นี้ ต้องติดตามทำอีก เมื่อฟังจากท่านอาจารย์ประกอบกันไป

ส. คนอื่น หมายความว่าถึงศาสดาอื่น เขาคิดว่าเขาสอนให้คนละโลภะ ให้มีการบริจาทาน ให้อะไรต่ออะไรมากมาย และบางศาสดาก็คิดว่าเขาสอนให้คนละโทสะ ไม่ต้องโกรธ ไม่ต้องมีความรู้สึกไม่สบายใจ แต่ไม่มีศาสดาใดที่จะสอนให้ละโมหะ นอกจากพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า นี่เป็นความต่างกัน

เราต้องเข้าใจสภาพของโมหะว่า โมหะเป็นอย่างไรหนักหนา จะร้ายกาจ หรือจะยุ่งยาก หรือจะโง่ซกแค่ไหน กับตัวปัญญาซึ่งเป็นสภาพธรรมที่ต่างกัน ตรงกันข้ามกันเลย เพราะฉะนั้น ตั้งแต่เกิดมาเรามีปัญญาหรือเรามีโมหะ คิดอย่างนี้ไปก่อน เพื่อที่จะได้เทียบสติปัญญาของเรากับท่านผู้รู้อีกท่านหนึ่ง ซึ่งท่านเหนือบุคคลใดทั้งสิ้น ท่านสามารถประจักษ์แจ้งลักษณะของสภาพธรรมโดยละเอียด ทุกประเภท และได้แสดงธรรมที่ได้ประจักษ์แจ้งตามความเป็นจริง คือ ต้องละเอียด และทุกประเภท โดยการที่เราเริ่มว่า ตั้งแต่เกิดมา เรามีโมหะ หรือเรามีปัญญา

ผู้ฟัง มีโมหะ

ส. เมื่อเรามีโมหะ ยังไม่มีปัญญา เราก็ต้องมาถามความละเอียดอีกกว่า ที่ว่าเรามีโมหะนั้น ขณะไหน ต้องขอยลงไปละเอียดขึ้นๆ จนกระทั่งเราพบความจริง

ผู้ฟัง โมหะ คือ ตัวอวิชชา

ส. ใช่ ขณะไหนที่เรามี

ผู้ฟัง เมื่อยังมีอวิชชาตราบใด ปัญญาก็ยังไม่เกิด เราต้องขัดเกลาตัวโมหะ หรืออวิชชาให้น้อยลงไป มีสติตามรู้ให้ทันว่า นี่เป็นโมหะไหม

ส. เรายังไม่ต้องถึงขั้นมีสติ เพียงแต่เรามีโมหะขณะไหน ถ้ายอมรับว่า เรามีโมหะมากตั้งแต่เกิด เรามีโมหะขณะไหนบ้าง ค่อยๆ ไล่ไปที่ละเอียดละน้อยจะได้ รู้ชัดเป็นขณะๆ ไป

ผู้ฟัง ตามรู้ว่า เรามีอวิชชา



ส. ยังไม่ตามรู้ เพียงว่าเรามีโมหะขณะไหนบ้าง เราจะได้รู้จักหน้าตา เพื่อที่จะละ เราว่าเรามีโมหะมาก อยู่ที่ไหน ขณะไหนที่เรียกว่าเป็นโมหะ

ผู้ฟัง ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ

ส. ไม่พ้นจากตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เพราะฉะนั้น ขณะใดที่ปัญญา ไม่เกิด และไม่เกิดกุศลทางหนึ่งทางใด ขณะนั้นต้องเป็นอกุศลอย่างหนึ่งอย่างใด

ผู้ฟัง ดิฉันก็ตามอยู่ แต่อาจจะยังไม่เรียบร้อย ...

ส. ยังไม่ตาม ให้รู้ก่อนว่า อยู่ตรงนั้น คือ ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ขณะที่ไม่เป็นไปในทาน ไม่เป็นไปในศีล ไม่เป็นไปในสมณะ ไม่เป็นไปในสติปัฏฐาน ต้องเป็นอกุศลแน่ๆ ประเภทหนึ่งประเภทใด

คือ เราเริ่มรู้จักตัวเราเองว่า มีอกุศลมาก ทำให้เราไม่ประมาท และจะได้รู้ ละเอียดว่า อกุศลที่มีมากเริ่มมาจากจุดไหน ซึ่งต้องมาจากตัวอวิชชาแน่ๆ เพราะฉะนั้น ยังไม่ใช่ความรู้สภาพธรรมตราบใด ขณะนั้นยังต้องเป็นอวิชชาอยู่ แสดงว่ามากแน่ๆ และทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ขณะที่เห็น ถ้าไม่เป็นกุศลก็ต้องเป็นอกุศล และอกุศลทุกชนิดจะขาดโมหะไม่ได้ มีอยู่ชัดเจน แต่เราไม่ค่อยจะมองเห็นว่าเป็นอวิชชา

ศ. ถ้าผมเห็นเป็นไมโครโฟน ขณะนั้นมีโมหะไหม

ผู้ฟัง มีโมหะ

ศ. ทำไมกล่าวว่ามีโมหะ ถ้าได้ยินเสียงผมพูด มีโมหะไหม

ผู้ฟัง ก็เช่นเดียวกัน

ส. ตกลงครบทั้ง ๖ ทวาร

ศ. แสดงว่าตั้งแต่ลิ้มตาตื่นขึ้นจนกระทั่งเดี๋ยวนี้ มีโมหะเกิดตลอด เพราะฉะนั้น การที่จะละ จะคลาย ก็ต้องมีหนทาง มีวิธีปฏิบัติ คุณพ่คิดว่า การปฏิบัติอย่างไหนสามารถจะละได้

ผู้ฟัง ก็มีสติรู้

ส. ยังต้องละเอียดต่อไปอีก รู้อะไร



ผู้ฟัง รู้สิ่งที่เกิดขึ้น

ส. สิ่งที่เกิดขึ้นเดี๋ยวนั้น ทางไหน

ผู้ฟัง ทางตา ทางหู

ส. ทีละทาง ทางตา รู้อะไร เมื่อก็ไม่รู้ทั้ง ๖ เมื่อเริ่มที่จะละกิเลสก็หมายความว่า ต้องเริ่มรู้ให้ทั่วทั้ง ๖ แต่เราจะพูดถึงทีละอย่าง ๆ ทางตา รู้อะไร เพราะเมื่อก็ไม่รู้

ผู้ฟัง ทางตา เห็น ก็ต้องเห็นสี่

ส. ใช่ เห็นสิ่งที่กำลังปรากฏ และความรู้ันนั้นรู้อะไร ในขณะที่กำลังเห็นเดี๋ยวนี้อย่างนี้ ต้องรู้สิ่งที่กำลังมีทางตา แต่จะรู้แบบไหน รู้อย่างไรจึงจะเป็นปัญญาที่จะละโมหะได้

นี่ตรงกับที่คุณเรียนแก้วถาม แท้ ๆ ใช่ไหม และก็ไล่มาตั้งแต่ทางตาว่า จะต้องรู้อะไร ในเมื่อมีสภาพธรรมเพียง ๒ อย่าง คือ นามธรรมอย่างหนึ่ง รูปธรรมอย่างหนึ่ง ก็ต้องถามคุณเรียนแก้วว่า นามธรรมคืออะไร ตอบอีกที

ร. นามธรรมคือสภาพที่รู้

ส. ใช่ ลักษณะรู้ อารมณ์รู้ และรูปคืออะไร

ร. สภาพที่ไม่รู้





๑๖๖๒

สนทนาธรรมระหว่างเดินทางไปนมัสการสังเวชนียสถานในประเทศอินเดีย

เดือนกุมภาพันธ์ ๒๕๓๐



ส. กำลังเห็นขณะนี้ อะไรเป็นนามธรรม

ร. เห็นเป็นนาม

ส. ใช่ อาการรู้ และอะไรเป็นรูป

ร. สิ่งปรากฏทางตา

ส. นี่ทฤษฎี ใช่ไหม ควรอาศัยการฟังให้เข้าใจก่อนว่า นามธรรมเป็นลักษณะรู้ อาการรู้ เพื่อที่จะไม่ใช่เราที่กำลังเห็น ซึ่งจะเป็นการเอาโมหะออก เพราะว่าแต่ก่อนนี้เป็นเราเห็น แต่เมื่อเป็นปัญญา คือ ไม่ใช่เรา เป็นสภาพรู้ชนิดหนึ่ง และกว่าที่สติจะระลึกว่าเป็นอาการรู้ ก็ไม่ใช่ปุบปับ ต้องฟังอีกนานกว่าจะรู้ลักษณะที่เป็นอาการรู้ เพราะว่าติดกันแล้วระหว่างสิ่งที่ปรากฏทางตา กับสภาพที่กำลังเห็น

เราเรียกสภาพรู้สิ่งที่ปรากฏทางตาว่า เห็น ถ้าไม่มีสภาพรู้ สิ่งปรากฏทางตาขณะนี้ก็ปรากฏไม่ได้ แต่เมื่อมีสิ่งที่ปรากฏทางตาก็แสดงชัดลงไปว่า เพราะมีสภาพรู้ สิ่งปรากฏทางตาจึงได้ปรากฏกับสภาพรู้

ที่เราเรียกว่า เห็น เพราะว่าสภาพรู้มีหลายทาง ทางตาเราเรียกว่า เห็น ทางหูเราเรียกว่า ได้ยิน ทางตาเราจะไม่เรียกว่า ได้ยินเสียง แต่เราจะพูดว่า เห็นสิ่งที่ปรากฏ เห็นคืออาการรู้ ลักษณะรู้นั่นเอง

นี่ขั้นทฤษฎี ต้องฟังไปจนกว่าสังขารชั้นจะปรุงแต่งจนกระทั่งเป็นสัมมาสติ คือระลึกได้ตรงลักษณะนั้น แต่ไม่ใช่มีใครที่จะถามว่า ทำอย่างไร เพราะเป็นสังขารชั้นจะมีอัตราไปทำได้อย่างไร ก็ต้องทิ้งให้เป็นหน้าที่ของสังขารชั้น

ถ. นี่เป็นทฤษฎี

ส. แน่นนอน จนกว่าสังขารชั้นที่ฟังจนกระทั่งเข้าใจแล้วเข้าใจอีกจะปรุงแต่งให้เกิดสติระลึกได้ว่า เคยได้ยินมาว่านี่เป็นสภาพรู้ทางตา



เพราะฉะนั้น สัมมาสติจะระลึกที่ลักษณะซึ่งเป็นอาการรู้ โดยไม่ใช่เรา นี่คือการปฏิบัติธรรม คือ มรรคมรรค ๘ ได้แก่ เจตสิก ๘ ชนิด เกิดขึ้นปฏิบัติกิจของเจตสิกนั้น ๆ ไม่มีตัวตนเลย อย่างโลภะ หน้าที่ของเขาคือข้งติด โลภะเกิดที่ไรจะไม่สละ ไม่ปล่อย ไม่วาง โทสะก็มีลักษณะที่หยาบกระด้าง เกิดขึ้นขณะใดก็ผิดปกติเลย เคยสบาย ๆ เคยอ่อนโยน เคยสนุกสนาน ก็กลายเป็นแข็งกระด้างขึ้นมาทันที นั่นคือลักษณะของโทสะ

เจตสิกหรือนามธรรมแต่ละชนิดจะมีกิจเฉพาะของเขา ๆ สติมีหน้าที่ระลึกได้ เราไม่มีทางที่จะไประลึก หรือไปทำอะไรเลยทั้งสิ้น จนกว่าสติเกิดเมื่อไร สตินั่นเองเป็นสภาพที่ระลึกรู้

ผู้ฟัง ระลึกรู้สิ่งที่รู้ว่าเป็นนาม ระลึกรู้สิ่งที่ปรากฏว่าเป็นรูป

ส. ตั้งแต่เกิดจนตายไม่มีอะไรนอกจากนามธรรมและรูปธรรม กำลังเห็นเป็นนามธรรมอย่างไร เป็นรูปธรรมอย่างไร กำลังได้ยินเป็นนามธรรมอย่างไร เป็นรูปธรรมอย่างไร นี่คือนั่นที่จะต้องจากชาติหนึ่งไปอีกชาติหนึ่ง ๆ จนกว่าจะแทงตลอด ปรากฏลักษณะสภาพที่ไม่ใช่ตัวตนจริง ๆ ที่ละอย่าง แยก ๖ โลกซึ่งติดกันสนิทแน่นออกเป็นสภาพธรรมทีละอย่าง จึงจะประจักษ์การเกิดและดับได้

เวลานี้ติดกันอย่างนี้ ไม่มีทางประจักษ์การเกิดดับ เพราะว่าสภาพธรรมที่ดับมีสภาพธรรมอื่นเกิดต่อ ไม่ให้เห็นว่าอันเก่าดับแล้ว อย่างได้ยินแท้ ๆ กับเสียงดับแล้วอันใหม่ก็เกิดต่อ ไม่เห็นการดับของอันก่อนก็ไม่มีทางที่จะประจักษ์ จนกว่าจะแยกออกเป็นแต่ละลักษณะ ๖ อย่างไม่เกี่ยวข้องกันตราบใด เมื่อนั้นจึงจะค่อย ๆ ปรากฏสภาพที่ไม่ใช่ตัวตน นี่คือนั่นที่ค่อย ๆ เกิดจากการฟัง

ถ. ที่ว่าไม่เกี่ยวข้องกัน คืออย่างไร

ส. อย่างทางตาเป็นโลกหนึ่ง ไม่เกี่ยวกับทางหู ต้องให้ขาดกันออกมาไม่ให้ต่อเนื่องกันเดียวกัน เหมือนไฟคนละกอง ๆ

ถ. บางครั้งก็ต้องต่อ เห็น ยังไม่ทันจะจบ ได้ยินเสียแล้ว

ส. แต่ไม่ประจักษ์การดับไปของเห็น ก่อนที่การได้ยินจะเกิด



ถ. และจะมีการประจักษ์ใหม่

สุ. ถ้าไม่ประจักษ์ก็ไม่ใช่พระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า และจะไม่ทรงแสดงว่า ขณะนี้สังขารธรรมเกิดและดับทันที มีปัจจัยเกิดขึ้นและดับไป ๆ ทุกขณะ เพราะว่าการเป็นพระอริยบุคคลต้องประจักษ์แจ้งลักษณะของอริยสัจ ๔ ทั้ง ๔ ด้วย คือ ประจักษ์ทุกขอริยสัจจะ ได้แก่ สภาพธรรมที่เกิดขึ้นและดับไป เวลานี้ต่อกันสนิท จนไม่ปรากฏว่าดับ เพราะฉะนั้น เป็นพระอริยบุคคลไม่ได้ และเมื่อประจักษ์ การเกิดขึ้นและดับไปแล้วยังรู้ถึงสมุทัย เหตุที่จะให้เกิด และยังต้องประจักษ์ลักษณะ ของนิพพานซึ่งเป็นธรรมอย่างเดียวกับกิเลส

ต่อไปกำลังประจักษ์ลักษณะเกิดดับของนามธรรมรูปธรรม ก็ดับกิเลสไม่ได้ ถ้ายังไม่ประจักษ์ลักษณะของนิพพาน เป็นการแสดงถึงความเหนียวแน่นหนาแน่นของ ความเป็นตัวตน แม้ว่าสภาพธรรมนั้นเกิดและดับแท้ ๆ ก็ยังดับความเป็นตัวตนไม่ได้

แต่ยังไม่ทันประจักษ์ความเกิดขึ้นและดับไปเลย จะบอกว่าไม่มีตัวตนแล้ว ก็เป็นสิ่งที่เป็นไปได้ และถ้าจะไปใช้วิธีอื่น พยายามโดยวิธีอื่น ก็ดับไม่ได้ เป็นแค่ คิด ๆ ไปเรื่อย ๆ ไม่มีทางจะดับได้

คิดกันเสมอ ถ้ายังไม่ถึงสติปัฏฐานก็เป็นขั้นคิด เพราะฉะนั้น จึงได้กล่าวว่า ปัญญามีหลายระดับชั้น ถ้าได้เข้าใจจริง ๆ จะเห็นพระปัญญาคุณ พระบริสุทธิคุณ และพระมหากรุณาคุณว่า สามารถประจักษ์ได้ ทั้ง ๆ ที่เมื่อทรงแสดงธรรม ใครพิจารณาาก็เข้าใจได้ แต่ยังไม่ประจักษ์ จนกว่าจะอบรมเจริญปัญญาถึงขั้นนั้น แต่เพียงขั้นเข้าใจก็ต้องเชื่อแล้วว่า ทุกอย่างที่ว่าไม่เที่ยง ไม่ใช่เกิดมาแล้วแก่ จึงจะไม่เที่ยง เจ็บแล้วจึงจะไม่เที่ยง ตายแล้วจึงจะไม่เที่ยง แต่เกิดและดับไปทันที นั่นคือไม่เที่ยงสำหรับผู้ประจักษ์แจ้ง และทรงแสดงหนทางให้ประจักษ์ด้วย

อย่างปฐมเทศนาที่ท่านพระอัญญาโกณฑัญญะท่านได้บรรลุเป็นพระโสดาบัน เป็นการยืนยันการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า เพราะถ้าพระองค์ทรงตรัสรู้เพียง พระองค์เดียว คนอื่นไม่รู้ตาม จะเชื่อได้อย่างไร รู้คนเดียว คนอื่นจะไปรู้ด้วยก็ไม่ได้ จะบอกว่ารู้จริง ก็บอกไม่ได้ แต่เมื่อมีคนอื่นรู้ตาม ยืนยันได้เลยว่า ที่คนนั้นรู้นั้น



เป็นความจริง เพราะคนอื่นสามารถประจักษ์อย่างนั้นได้ด้วย นี่คือพระอริยสาวก คือต้องประจักษ์แจ้งอริยสัจ ๔ ซึ่งจะต้องอบรมตั้งแต่ขั้นการฟังจริง ๆ ให้เข้าใจ ถ้าขณะนี้ฟังแล้วไม่เข้าใจ ไม่มีทางที่จะรู้ได้

ถ. สมัยนั้นท่านก็ฟังกัน ...

ส. ท่านอบรมปัญญาขนาดที่จะเป็นพระอัครสาวก พระมหาสาวก พระโสดาบัน พระสกทาคามี พร้อมทั้งจะได้เป็นสาวกของพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าอย่างมาก เป็นกาลสมบัติ

ถ. ท่านเทศน์โปรดอยู่ทุกเมื่อเชิ่วนั้น

ส. โดยรู้ชัดด้วยว่า คนนั้นอบรมมาแค่ไหน ถ้าง่าย ๆ เวลาที่ทรงตรัสรู้แล้วจะไม่ทรงโน้มพระทัยที่จะไม่ทรงแสดง แสดงว่าธรรมละเอียดและลึกซึ้งยากที่จะรู้ได้ แต่คนที่เคยอบรมบารมีมาแล้วมี จึงทรงแสดงธรรมเพื่อให้เขาสามารถระลึกได้ในสิ่งที่เขาเคยอบรมมาแล้ว พร้อมทั้งจะประจักษ์ได้ เพราะเขาเคยอบรมมาแล้ว ไม่ใช่หนทางอื่นเลย ต้องเป็นสติปัญญาทางเดียว

ถ. ได้มาคุยกับอาจารย์ก็ดีขึ้นมาก คือ เปลี่ยนแนวว่าควรจะเป็นอย่างนี้เป็นสิ่งที่ดี แต่ที่ท่านนั้นก็ช่วยให้เรามีการสำรวจกาย วาจา ใจ ให้อยู่ในรูปในร่าง ไม่กระจัดกระจายไป ทำให้ความคิดเข้าหาสติปัญญาได้เร็วดี

ส. แต่ยังไม่ถึงขั้นดับกิเลส จากปุถุชนไปเป็นความเป็นพระอริยะ พระอริยะท่านก็มาจากปุถุชน

ถ. ในสมัยพุทธกาล ปุถุชนเป็นพระอริยะบุคคลง่าย

ส. เราว่าเขาง่าย เพราะเขาบำเพ็ญมา สมมติว่าเราเตาะแตะอยู่กับที่ ๑ ของเขาอยู่กับที่ ๙๒ พอไปถึงกับที่ ๙๒ ก็ง่ายเหมือนกัน แต่ก่อนจะถึงกับที่ ๙๒ ท่านพระสารีบุตรท่านก็ต้องตั้งต้นอย่างนี้

ถ. แต่สมัยนั้นพระพุทธองค์ท่านโปรดอยู่ สมัยนี้ ...

ส. เพราะว่าท่านพร้อมแล้วที่จะเป็นพระอัครสาวก ก็ต้องเกิดมาพร้อมกัน



ถ. เมื่อก็ฟังท่านอาจารย์พูดเรื่องบุคคลที่เจริญฌาน เขาจะเจริญฌานได้ ก็ต่อเมื่อเขารู้ในขณะนั้นว่า อย่างเขาเห็นได้ว่าเป็นได้ะ และเกิดความทุกข์ ความติด เขาต้องรู้ จึงสามารถเจริญฌานได้ หมายความว่าเราสามารถรู้ลักษณะของโลภะ โทสะ โมหะด้วย

สุ. ถ้าเขาไม่รู้ นิเวศธรรม ๕ นั้นออกไปไม่ได้เลย กามฉันทนิเวศ ถ้าเขาไม่รู้ว่าขณะนั้นอกุศลเกิดแล้ว พอใจแล้ว จะมีหนทางใดที่จะระงับอกุศลนั้น

ถ. ผู้ที่เจริญสมณะ ถ้าไม่รู้ว่าขณะไหนจิตเป็นกุศล ขณะไหนจิตเป็นอกุศล ก็เจริญไม่ได้เลย

สุ. ต้องมหากุศลญาณสัมปยุตเท่านั้นที่เจริญได้ ไม่ใช่เอาใครมานั่ง ๆ อย่างเด็กตัวเล็ก ๆ ก็ทำสมาธิแล้วได้ฌานกันเป็นแถว ไม่ใช่ ต้องเป็นกุศล ที่ประกอบด้วยปัญญา พร้อมด้วยสติสัมปชัญญะที่จะรู้สภาพของจิต

ถ. และเห็นโทษด้วย

สุ. ต้องรู้ว่าขณะนั้นเป็นอกุศล

ถ. ที่นั่ง ๆ กันทั่วไป ก็เป็นการสูญเปล่า

สุ. เป็นมิจฉาสมาธิ ถ้าไม่ใช่สัมมาสมาธิ ต้องเป็นมิจฉาสมาธิ ถ้าในพระไตรปิฎกไม่ใช่คำว่า มิจฉาสมาธิ มีแต่สัมมาสมาธิ เราก็ควรจะคิดว่า มิจฉาสมาธิไม่มี แต่ในพระไตรปิฎกมีทั้งมิจฉาสมาธิและสัมมาสมาธิ ทำไมต้องทรงแสดงไว้

ทรงแสดงไว้เพื่อให้รู้ว่า อย่างไหนเป็นมิจฉาสมาธิ อย่างไหนเป็นสัมมาสมาธิ มิฉะนั้นคนจะเข้าใจว่า ขึ้นชื่อว่าสมาธิแล้วเป็นสัมมาสมาธิทั้งหมด

ผู้ฟัง อย่างนี้น่ากลัว ที่ไปนั่งและไม่รู้ว่าจะจิตเป็นกุศลหรือเปล่า เป็นอกุศลหรือเปล่า ทำไป ๆ สุดท้ายก็เป็นมิจฉาสมาธิไป

สุ. เป็นตั้งแต่เริ่มต้นแน่นอน ไม่ประกอบด้วยปัญญา ถ้าไม่ประกอบด้วยปัญญาจะบอกว่าเป็นสัมมาสมาธิ เป็นไปไม่ได้เลย สำหรับการเจริญสมถภาวนา วิปัสสนาภาวนา ต้องประกอบด้วยปัญญา ต้องเป็นมหากุศลญาณสัมปยุตต์



ถ. อย่างพระในครั้งพุทธกาลที่ท่านเจริญอภิญญากัมมัฏฐาน พิจารณาไตรลักษณ์ ก็สามารถบรรลุเป็นพระอรหันต์ได้ ขณะที่ท่านเจริญอภิญญากัมมัฏฐานก็เป็นสมถภาวนา แต่เพราะอะไรท่านถึงจะสามารถบรรลุพระอรหันต์ได้

ส. พระพุทธเจ้าทรงแสดงว่าการเจริญปัญญาที่จะดับกิเลสได้ มีกี่ทาง

ถ. มีทางเดียว

ส. ก็เป็นคำตอบอยู่แล้ว

ถ. ที่อ่านมานี้ ผมสงสัยว่าท่านเจริญอย่างไร มีวิธีการ มีแนวทางอย่างไร หลังจากเจริญอย่างนั้นแล้ว พิจารณาอย่างไรจึงบรรลุได้

ส. คนที่ได้ฌานถึงขั้นปัญจฌานก็ตาม เวลาที่เจริญสติปัฏฐาน ไม่ได้หมายความว่าท่านจะได้ฌานพร้อมกับโลกุตระเสมอไป เพราะอะไร ก็เพราะว่าฌานจิตกำลังเกิด เป็นฌานจิตตลอดเวลาอยู่เดี๋ยวนี้ จะบรรลุมรรคผลได้อย่างไร

ถ. ต้องพิจารณาสภาพธรรมตามความเป็นจริง

ส. ใช่ และขณะนั้นเขาจะพิจารณาอะไร

ถ. ผมไม่ทราบ

ส. ต้องพิจารณานามธรรมรูปธรรม และทางตา ถ้าเขาไม่พิจารณา เขาจะรู้ไหมว่าเป็นนามธรรม ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย แม้แต่ใจที่กำลังเป็นฌานจิตเกิดขึ้น สติปัฏฐานก็ต้องระลึกจึงจะรู้ว่าไม่ใช่ตัวตน

เพราะฉะนั้น ไม่ใช่ว่าเขาทำสมถะมาอย่างเดียว และถึงเวลาก็กู้ขึ้นมาเป็นวิปัสสนา ในเมื่อทางตายังไม่ได้พิจารณา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ตามปกติยังไม่ได้พิจารณา และเขาจะรู้ได้อย่างไรว่าเป็นนามธรรม

ถ. เพราะว่าสมถภาวนาไม่ใช่หนทางที่จะทำให้ละกิเลสเป็นสมุจเฉทได้ และบุคคลที่เจริญฌานอย่างเดียว เป็นไปไม่ได้ ฉะนั้น เขาต้องศึกษาและเจริญวิปัสสนา



ส. เจริญสติปัฏฐานเป็นปกติด้วย คำว่า เป็นผู้มีปกติเจริญสติปัฏฐาน ที่ไม่ได้เลย คำนี้ยืนยันว่า ไม่ผิด ต้องเป็นผู้ที่มีปกติเจริญสติปัฏฐาน คุณสมนึก ได้ฉานหรือเปล่า

ถ. ไม่ได้

ส. เพราะฉะนั้น เป็นผู้มีปกติเจริญสติปัฏฐานของคุณสมนึกพิจารณาอะไร

ถ. ผมยังคงไม่ถึงสติปัฏฐาน

ส. คุณสมนึกไม่ได้ฉาน ใช่ไหม เพราะฉะนั้น การเป็นผู้มีปกติเจริญสติปัฏฐานของคุณสมนึกจะพิจารณาอะไร

ถ. พิจารณาสภาพธรรม

ส. นามธรรมและรูปธรรมตามปกติ คือ เห็น ได้ยิน ได้กลิ่น ลิ้มรส คิดนึก ซึ่งไม่ใช่ฉานจิต สมมติคุณธินิตได้ปัญจขันธ์ และคุณธินิตเป็นผู้มีปกติเจริญสติปัฏฐาน คุณธินิตจะพิจารณาอะไร

ถ. พิจารณาลักษณะที่ปรากฏที่สติดระลึกได้ ไม่ว่าจะเป็นทางไหน

ส. คำตอบที่ถูกต้อง คือ เป็นผู้มีปกติระลึกรู้ลักษณะของสิ่งที่ปรากฏ เห็น ทางตาต้องรู้ใหม่ ในเมื่อเป็นผู้มีปกติเห็น เพราะฉะนั้น ต้องระลึกรู้เห็น ในเมื่อเป็นผู้มีปกติได้ยิน จะต้องพิจารณาได้ยินใหม่

ฉานจิตของคุณธินิตที่เคยได้มา ถ้าเป็นผู้ที่มีความชำนาญ มีวสี คือ สามารถนึกถึงฉานจิตขณะไหนที่ไหนก็ได้ จึงจะชื่อว่าวสี อยู่ที่ไหนก็ตาม ขณะไหนก็ตาม นึกถึงฉานจิตได้ดังปรารถนาจึงจะเป็นวสี นิวาสเดียว แต่ต้องทั้ง ๕ วสี คือ ๑. ระลึกลักษณะของฉาน ๒. สามารถอธิษฐานเข้าขณะไหนก็ได้ เมื่อไรก็ได้ คิดดู ต้องเป็นผู้ชำนาญแค่ไหน กำลังนั่งฟังอย่างนี้ ขณะไหนก็ได้ ที่ไหนก็ได้ เข้าได้ จึงจะเป็นวสีที่ ๒ วสีที่ ๓. จะให้เป็นฉานอยู่นานเท่าไรก็ได้ตามที่ปรารถนา วสีที่ ๔. ออกจากฉานเมื่อไรก็ได้ตามที่ต้องการ ขณะไหนก็ได้ ที่ไหนก็ได้ วสีที่ ๕. พิจารณาองค์ของฉานทั้ง ๕ ไม่ว่าจะเป็นวิตก วิจารณ์ ขณะไหนก็ได้ ที่ไหนก็ได้



เมื่อมีความชำนาญคือวสี ๕ อย่างนี้ ไม่ต้องห่วงที่จะเป็นผู้มีปกติที่วณานจิตจะเกิดหรือไม่เกิด แล้วแต่จะเกิดหรือไม่เกิด ถ้ามีความคล่องแคล่วที่จะเกิดเขาก็เกิด เหมือนกับความคล่องแคล่วที่จะคิดถึงเรื่องอื่น ชำนาญทางไหนก็คิดได้เร็วในทางนั้น

เมื่อเขาเป็นผู้ที่มีความชำนาญในวสี ๕ ความคล่องแคล่วของวณานที่จะเกิดเหมือนปกติของเราที่ชำนาญในการที่จะคิดเรื่องที่เราชำนาญ เพราะฉะนั้น ไม่ใช่ตัวตนเขา รู้เลยว่าวณานจิตเกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัย จึงคลายความยินดีพอใจในวณานจิตนั้นได้ว่าไม่ใช่เรา

ผู้ฟัง ที่จะเจริญวิปัสสนาได้ ต้องรู้ต้องเข้าใจว่า สมณะเป็นอย่างไร วิปัสสนาเป็นอย่างไร

ส. ปัญญาทั้งนั้นเลย ปัญญาต่างชั้น

ผู้ฟัง ที่จะไปอาศัยสมณะล้วน ๆ เจริญไปแล้วปัญญาจะรู้แจ้งเป็นวิปัสสนาต่อไปนั้น เป็นไปไม่ได้

ส. เพราะวิปัสสนาก็นั่นคำแล้วว่า เป็นผู้ที่มีปกติ นี่เป็นเหตุที่ว่าทำไมได้ถึงวณาน ๕ แล้ว แต่เวลาโลกุตตรจิตเกิดไม่ประกอบด้วยวณานเลยก็ได้ เพราะไม่ชำนาญ

ผู้ฟัง มีหลักฐานว่า อาฬารดาบสและอุทกดาบสท่านได้ถึงสมาบัติ ๗ สมาบัติ ๘ แล้ว แต่ถึงอย่างนั้นท่านก็ไม่สามารถบรรลุมรรคผลได้ เพราะว่าท่านไม่เข้าใจ ไม่รู้ว่าวิปัสสนาเป็นอย่างไร

ส. ถ้าท่านผู้นั้นเป็นผู้เจริญอภิญญาเป็นปกติของท่าน มีวสี สามารถเห็นความเป็นอนัตตาของวณานจิต แล้วก็รู้ว่าวณานจิตเกิดเพราะเหตุปัจจัย เหมือนกับจิตอื่น ๆ จึงจะละความยึดถือวณานจิตนั้นได้

ถ. แต่สติปัญญามีเหตุปัจจัยพร้อมที่จะเกิดได้อย่างไร ก็ ...

ส. นี่เป็นของแน่นอน เพราะเป็นผู้มีปกติ

ถ. และถึงเวลาที่ต้องบรรลุเป็นพระอรหันต์ ท่านก็บรรลุเป็นพระอรหันต์

ผู้ฟัง บางอาจารย์ก็เข้าใจว่า จะต้องเจริญสมณะก่อน



ส. แต่เจริญสมณะเจริญอย่างไรก็ไม่รู้ ไม่รู้ตั้งแต่ต้น คือ ไม่ได้มีปัญญาเกิดร่วมด้วยเลย และเข้าใจว่าตัวเองกำลังทำสมาธิ กำลังทำสมณะ กำลังยกขึ้นสู่นั่นสู่นี้

ผู้ฟัง ผู้ที่ทำอย่างนั้น ที่ท่านกล่าวไว้ในตำรา แสดงว่าท่านรู้หมดแล้ว คือ ท่านเข้าใจแล้วว่าอะไรเป็นสมณะ อะไรเป็นวิปัสสนา ไม่ใช่ท่านจะไปหาเอาเมื่อได้สมณะ

ส. และท่านยังกล่าวว่า ต้องเป็นมหากุศลญาณสัมปยุตต์จึงจะเจริญได้ แต่เราเอาคำนี้ไปทิ้งไว้ที่ไหน

ผู้ฟัง ถ้าจะอ้างถึงหลักฐานในพระไตรปิฎก เช่น ท่านพระทัฬหฬลบุตร ท่านบรรลุถึงความเป็นพระอรหันต์เมื่ออายุ ๗ ขวบ ยังเป็นเด็ก

ส. ใครก็ตามแต่ วิสาขาก็ ๗ ขวบเหมือนกัน ขอให้ปัญญารู้ลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏ เขาไม่ได้จำกัดเลยว่า ใคร อายุเท่าไร แต่ปัญญาต้องรู้ลักษณะของสิ่งที่ปรากฏตามความเป็นจริง ไม่ใช่วิสาข ๗ ขวบ และไม่รู้สิ่งที่ปรากฏ ก็เป็นพระโสดาบันได้ อายุเท่าไรไม่สำคัญ ปัญญาสามารถรู้สิ่งที่กำลังปรากฏตามความเป็นจริง และเราจะเป็นคนตรงไหมว่า เรารู้อย่างนั้นหรือเปล่า เราต้องอบรมจึงจะรู้ได้

ผู้ฟัง สำหรับคำว่า อบรม ผู้สอนปฏิบัติก็บอกว่า ขณะที่กำลังนั่งนั้นเอง เป็นการอบรมแล้ว

ส. อบรมอะไร

ผู้ฟัง อบรมเพื่อให้สงบ เป็นสมถภาวนา

ส. ระวังอะไร ปัญญาเกิดอย่างไรจึงเป็นสมณะ

ผู้ฟัง ก็คงจะมีอารมณ์เดียว

ส. อารมณ์เดียวและสงบเพราะระวังอย่างไร เป็นกุศลอย่างไร

ผู้ฟัง คือ ระวังถึงพุทโธ ๆ



ส. และปัญญาเกิดอย่างไรขณะที่ระลึกถึงพุทโธ ถ้าเป็นมหากุศล-
ญาณสัมปยุตต์จึงจะเจริญได้ เอาปัญญาไปทิ้งไว้ที่ไหน ทั้งหมดต้องมาลงที่ปัญญา
ถ้าไม่มีปัญญาเจริญความสงบไม่ได้ เป็นความต้องการที่จะจดจ้อง ไม่ใช่ความสงบ

ผู้ฟัง เป็นการเจริญโลภะ

ส. เป็นมิจฉาสมาธิ มิจฉามรรค เป็นโลภมูลจิตแล้ว เรียนก็ต้องเรียน
อย่างชนิดที่รอบคอบด้วย ละเอียดด้วย ประมาทไม่ได้เลย

ทำสมาธิแล้วยกขึ้นสู่วิปัสสนา ตัวตนหรือเปล่าที่ยก ก็เห็นชัด ๆ อยู่แล้ว
โดยคำพูดว่าเป็นตัวตน จะเป็นปัญญาได้อย่างไร





๑๖๖๓

สนทนาธรรมระหว่างเดินทางไปนมัสการสังเวชนียสถานในประเทศอินเดีย

เดือนกุมภาพันธ์ ๒๕๓๐



ส. คนยุคนี้ไม่ได้สนใจกับข้อความในพระไตรปิฎกคำหนึ่งที่ว่า มิจฉาสมาธิ
ลืมนี่เลย ขึ้นชื่อว่าสมาธิแล้ว ดูเหมือนเป็นสัมมาไปหมด แสดงว่าค้านกับคำสอน
ของพระพุทธเจ้า

นิ. นึกว่าถูกต้องไปหมด แบบนี้อันตรายจริง ๆ อย่างโบราณเขาทำ
คาถาอาคม สามารถทำให้อีกฝ่ายหนึ่งเป็นอันตรายได้ นั่นเขาก็มีสมาธิเหมือนกัน
แต่เป็นมิจฉาสมาธิ เพราะทำไปทำร้ายคนอื่น

ศ. จะเป็นอย่างนี้ได้ไหม ผู้ที่สอนก็เข้าใจว่าเป็นสัมมาสมาธิ เพราะเขาคง
ไม่สอนมิจฉาสมาธิแน่นอน

นิ. เป็นความเข้าใจผิดของเขา เพราะว่าสัมมาสมาธิต้องเกิดกับมหากุศล
ซึ่งประกอบด้วยปัญญา

ส. ข้อสำคัญต้องเห็นโทษของกิเลส

ศ. ถ้าพูดตรงนี้ชัดมาก

ส. แต่ไม่เห็นโทษของกิเลส แต่อยากได้ความสงบ เพราะไม่ชอบโทษะ
ซึ่งก็คือตัวต้องการสิ่งหนึ่ง และไม่ชอบอีกสิ่งหนึ่ง แต่ไม่ใช่ปัญญา

ก. ขอเล่าเรื่องไปปฏิบัติที่เพื่อนชวนไป เป็นสำนัก เป็นบ้าน มีอาจารย์
จากจังหวัดชุมพรมาสอน ให้ท่องตจปัญจกัมมัฏฐาน คือ ท่องเกสา โลมา นขา
ทันตา ตโจ ให้ท่องไปเรื่อย ๆ และจะมีอาการสั่น ซึ่งท่านบอกว่าปิติเกิดขึ้น
ถ้าสั่นแสดงว่าได้ฌาน ๑ สั่นไประยะหนึ่งจะสงบนิ่ง ท่านบอกว่าถึงฌาน ๔ และ
เวลาจะออกจากสมาธิให้นึกคำว่า ออกจากสมาธิ คล้าย ๆ สัจจิต ท่านบอกว่า
เป็นการออกกำลังอย่างหนึ่ง เป็นการฝึกหัดจิต

ส. คุณกาญจนาได้ฌานหรือเปล่า



ก. ท่านบอกว่าได้มาน ๑ มีอาการตัวสั่น ท่านบอกว่าเป็นอุพเพกขาปีติ ดิฉันสงสัยมากเลยค้นหามีปีติประเภทนี้หรือเปล่า ก็พบว่า มีอุพเพกขาปีติจริง ๆ แต่คำอธิบายไม่เหมือนกับที่ท่านอธิบายว่า อุพเพกขาปีติ เป็นปีติอย่างโลดโผน ต้องมีการกระโดดโลดเต้น ก็เถียงกับท่านที่สอนอยู่เรื่อยว่า ที่อ่านมา หรือเห็นพระพุทธรูป หรือภาพวาดต่าง ๆ ก็เห็นสงบนิ่ง ไม่เห็นมีเต้นเลย ท่านบอกว่า เขาวาดเวลาที่อยู่ในฌาน ๔ แล้ว จะสงบ เมื่อทำไป ๆ คนในกลุ่มจะต้องระลึกชาติได้ รวมทั้งตัวอาจารย์ที่สอนด้วย ท่านบอกว่าท่านเป็นรัชกาลที่ ๕ และผู้หญิงที่มาปฏิบัติก็เคยเป็นมเหสี ลูก หลาน ผู้ชายก็เป็นข้าราชการบริพาร และที่มาพบพระที่วัด (ในอินเดีย) ท่านก็บอกว่า ท่านเป็นพระสยามเทวาธิราช ซึ่งตรงกับพี่ชายของพระที่สอนที่ว่า เป็นพระสยามเทวาธิราชเหมือนกัน และที่อินเดียก็มีพระมาบอกว่า ท่านเป็นรัชกาลที่ ๕ เหมือนกัน ก็ถามท่านว่า อันไหนเป็นของจริง ซึ่งตอนนั้นคงเป็นอกุศลวิบาก ไม่สามารถหยุดความคิดได้

ถ. คุณกาญจนารู้สึกตัวใหม่เวลาที่สั่น

ก. รู้สึก และที่สั่นเพราะว่าคนอื่นเขาสั่น ซึ่งมีจังหวะ เขาบอกว่า เป็นเทคนิคอย่างหนึ่งที่ทำให้จิตสงบ คือ ดีมีอกับขา เวลานั่งต้องมีเบาะรอง ต้องมีถุงมือ ถุงเท้า มีชุดสำหรับนั่งโดยเฉพาะ ต้องนั่งกางเกงวอร์ม บางคนดีมีอกจนแตก เขาบอกว่า วิบากกรรมของแต่ละคนไม่เหมือนกัน บางคนเคยเกิดเป็นไก่ ก็เอาหัวแม่มือมาชนกันจนเลือดไหล เขาบอกว่า ทำให้เราระลึกได้ว่าเคยเกิดเป็นอะไร

มีคนไปมาก และที่สำนักนั้นต้องมีการลงทะเบียนว่าเป็นลูกศิษย์หมายเลขเท่าไร ของดิฉันหมายเลข ๔๐๑๙

ศ. ผู้สอนเป็นใคร

ก. อาจารย์ใหญ่จริง ๆ เป็นพระ ลูกศิษย์ของท่านที่มาสอนที่บ้านบอกว่า ท่านเป็นพระอรหันต์ ซึ่งพระอรหันต์ในความหมายของท่านนั้น ใครพูดไม่ดี หรือถามปัญหา จะเป็นโทษไปหมด ท่านเล่าว่า น้องชายของอาจารย์ใหญ่เถียงว่าการปฏิบัติของอาจารย์ใหญ่นั้นไม่ถูกต้อง ไม่นานเท่าไรน้องชายท่านก็ตาย เพราะสบประมาท



พระอรหันต์ เพราะฉะนั้น ลูกศิษย์ทุกคนเกรงกลัวมาก เวลาเจอต้องนั่งพับกราบติดดิน กลัวความเป็นพระอรหันต์

ศ. ท่านเป็นฆราวาส ใช่ไหม

ก. เป็นพระทั้งหมด มีคนศรัทธามากสามารถสร้างเจดีย์ราคาเป็นล้าน ๆ ได้

ผู้ฟัง คนโง่มาก

ส. คุณกาญจนาไปนานไหม

ก. ๒ ปีกว่า ก็ชักถามตลอดเวลา แต่ก็สนุกดี มีการท่องเที่ยวไปเรื่อย ๆ พระท่านจะไปตามถ้ำ ตามเขา ตามป่า ที่ไม่มีคนอยู่ และลูกศิษย์ก็ตามไปปฏิบัติกัน บางทีก็ลาพักร้อนไปอยู่ในถ้ำ ๒ อาทิตย์ และบางทีก็มีคนเข้าทรงบอกว่า วันนี้จะมีเทพองค์ไหนมาเฝ้าบ้าง อาจารย์รองก็สำเร็จพระอนาคามี ตอนกลางคืนเขาบอกว่า มีเทพมาฟังธรรมเต็มถ้ำไปหมด แต่เราไม่เห็นหรอก มีคนที่เขานั่งเขาเห็น เมื่อนึกย้อนดูแล้วก็รู้สึกว่ เสียเวลา และเสียเงินไปมากมาย

ส. และก็ยังพูดอะไรไม่ได้ แม้ว่าจะเป็นจริง

ก. เมื่อได้มานแล้ว จะไปพูดร้าย ๆ กับใครไม่ได้ เพราะว่ามีวาจาศักดิ์สิทธิ์ ถ้าพูดว่า ระวังจะตกต้นไม้ คนนั้นก็จริง ๆ ตอนออกมาจากสำนักก็มีโทรศัพท์ไปตามว่า ถ้าไม่กลับมา เทพที่เคยอารักขาอยู่จะลงโทษ

ศ. ที่สำนักปฏิบัติมีสิ่งอำนวยความสะดวกมากไหม

ก. มีมาก และเมื่อทำสมาธิจนได้มานแล้วก็เจริญวิปัสสนา เขาบอกว่า จะละกิเลสได้ต้องรู้จักกิเลสก่อน สิ่งที่เราติด คือ ราคะ เราต้องการสิ่งดี ๆ ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ฉะนั้น ที่เราต้องเกิดใหม่เพราะเราติด อยากได้สิ่งดี ๆ เหล่านี้ ถ้ารู้จักแล้วจะสามารถละได้ง่าย ๆ เราก็หาสิ่งดี ๆ มาดู เช่น หนังสือ ๆ และให้คนที่ดูด้วยกันสังเกตว่า มีอารมณ์อะไรเกิดขึ้นระหว่างนั้น เป็นความสุข ความรู้สึกเป็นอย่างไร เขาบอกให้รู้จักเพื่อจะได้ละต่อไป นอกจากนั้นยังมีสัมผัสดี ๆ ไปไหนต้องมีรถอย่างดี พวกลูกศิษย์ก็ซื้อซีดีรองให้



ส. เมืองไทยเรามีการปฏิบัติผิดมากมาย อย่างของคุณนิภัทรเรื่องการปฏิบัติเป็นอย่างไร

นิ. ผมไปหลายแห่ง เพราะอยากจะได้ตามที่เขาเล่าลือว่า อาจารย์ท่านบรรลุ ท่านสำเร็จ เราอยากสำเร็จบ้าง ก็ไป ท่านสอนอย่างไรก็ทำตาม เริ่มแรกผมเป็นคนกลัวผีมาก ขนาดบวชเป็นพระก็ยังไม่กลัว แรกๆ ก็นอนในห้อง และก็มานอนนอกห้อง หอดันโล่งๆ ดึกๆ เห็นอะไรๆ หมด ก็กลัว แต่ก็พยายามฝึก หนักๆ เข้าก็ไปอยู่ในป่าช้า ไปตอนกลางคืนเพื่อจะฝึกให้กล้า จนทำได้ แต่ไม่หายกลัวหรอก จนกระทั่งท่านบอกว่า ปฏิบัติจริง ๆ ต้องเดินเข้าป่า เข้าเขา ก็ไป ตอนอยู่ที่ภูเขาคอมตกเขาเกือบตาย

ก็ไม่อยากจะได้เล่าเรื่องที่วิปริตมา คือ เข้าใจตัวเองว่าเป็นผู้สำเร็จเหมือนกัน เพราะว่าลูกศิษย์ที่อยู่ด้วย ซึ่งเขาสละครอบครัวมานั่งภาวนาอยู่กับผม เขาบอกว่าอาจารย์ที่เคยไปด้วยก็เป็นอย่างนี้ สำเร็จแล้ว ผมก็คร่ำใจอยู่หลายวันว่า เมื่ออยากสงบก็สามารถนั่งได้ตั้งแต่เช้ายันเที่ยง ตอนแรกๆ ก็เป็นเหน็บ หนักเขาเหน็บเป็นเรื่องเล็ก และนั่งกำหนดลมหายใจ

ส. กำหนดลมหายใจที่ตรงไหน

นิ. ที่จมูกเวลาลมเข้าลมออก แต่ไม่รู้ว่าเป็นสมณะอย่างไร วิปัสสนาอย่างไร ที่คิดว่าผมได้ เพราะผมนั่งไปและหลับตา ผมเห็นแก้วใส ๆ อยู่ในท้อง เหมือนหลอดนีออนเล็กๆ เวลาต้องการให้สงบก็นึกอย่างนี้ และจรวดที่หลอดใส ๆ นั้น ใจก็สงบนิ่งสบาย เราต้องเห็นก่อนและจรวด บางทีก็ไม่ตรง จะต้องมีจังหวะเหมือนกันที่จะถึงนิมิตที่เคยเห็น

ส. และไม่เลื่อนที่หรือ

นิ. ก็เลื่อน แต่หากถูกจุดจริง ๆ ใจก็นิ่ง

ผู้ฟัง นิมิตอะไร

นิ. คล้ายหลอดนีออนอยู่ในตัว แต่ตอนนั้นผมยังไม่ได้ไปวัดปากน้ำ

ส. ข้างในนั้นมีซี่โครง มีเลือด มีอะไรบ้างไหม



นิ. ไม่มี แต่ผมนึกได้เรื่องซี่โครง ผมนึกเห็นภาพโดยติดตาว่า คนที่เดินมาให้เห็นเป็นซี่โครง นึกได้ ฉะนั้น เรื่องสวยงามจะระงับไป เวลาไปบิณฑบาตหรือเดินไปไหน เราจะระลึกรูปอย่างนี้บ่อย ๆ เป็นประจำ เพราะไม่อยากไปติดในอารมณ์ที่สวยงาม

ผู้ฟัง ก็คนละอย่างกับลมหายใจ

นิ. ลมหายใจใช้เวลานั่ง

สุ. ทำหลายอย่าง

นิ. ใช่ ทำหลายอย่าง แต่สรุปแล้วก็เป็นเรื่องไม่รู้ทั้งนั้น ไม่เข้าใจทั้งนั้นเลย ทำไปตามที่อาจารย์แนะนำ และตามที่ตัวเองคิดว่าเป็นอย่างนั้น สรุปแล้วไม่ตรง เพราะว่าไม่ได้สนใจตำราแล้ว ไม่อ่านตำรา ทำอย่างนี้แล้วจะรู้เอง รู้จากการปฏิบัติ อย่างนี้ยิ่งกว่าไปอ่านจากตำราอีก ก็ทำไปจนกระทั่งผมไปตกเขา เรื่องสุดท้ายก่อนที่ผมจะเลิกไม่เข้าป่านี้ ผมไปตกเขา สงสารโยมพ่อของผม ก่อนจะออกปากก็ทะเลาะกันไม่ให้ไป ผมเป็นพระผมก็จะไป เมื่อผมป่วย โยมพ่อไปรับผม ผมดูหน้าแล้ว แกเสียใจจริง ๆ

สาเหตุที่ตกเขา ก็คล้าย ๆ กับประกาศตัวเอง รู้สึกว่าตอนนั้นจิตวิปริตแล้ว ไม่มีใครเชื่อว่าเราทำได้ เรากระโดดให้ดูก็ได้ ก็กระโดดลงไป เชื่อกันว่าผมไม่เป็นไร คนไปดูที่ผมกระโดด สงสัยว่าทำไมคอไม่หักตาย เพราะเป็นชอกเขาที่หินมันแตกแยกที่จังหวัดชัยภูมิ กระโดด ๒ ครั้ง ครั้งที่ ๒ สลบไปเลย ครั้งที่ ๑ กระโดดลงไปก็ลุกขึ้นได้เลย กระโดดอีกทีในเวลาไล่เลี่ยกัน ในวันเดียวกัน แต่ไม่ได้กระโดดที่เก่า มีระดับต่ำลงมาอีก กระโดดคราวนี้ไม่รู้ตัวเลย ก็สูงขนาดบ้าน ๒ ชั้น ธรรมดาแล้วต้องคอยหัก เพราะไม่ใช่ที่ราบ เป็นชอกเขา กระโดดครั้งที่ ๒ รู้สึกตัวขึ้นมาหิวน้ำ มีร่อนน้ำไหล ผมก็คลานไปดื่มน้ำ จะมีคนเห็นหรือไม่เห็นก็ไม่รู้ ส่วนตาขาวที่อยู่กับผมไปไหนก็ไม่รู้ ตอนนั้นผมอายุ ๒๐ กว่า บวชพระได้ ๒ พรรษา ผมก็นอนอยู่ในร่อนน้ำ ดื่มทั้งน้ำทั้งทราย ไม่มีใครสนใจเลย เพราะว่าอยู่ห่างบ้านตั้ง ๒ กม. ตอนสายผมเดินขึ้นมาบนเขาเอง เมื่อมีคนรู้เขาก็เข้ามาช่วย หาใบไม้ที่เป็นยามาอย่าง แต่ผมก็ไม่เป็นไร



มาเข้าโรงพยาบาลศิริราชที่หลัง หมอเขาก็มาตรวจและถามผมว่า ท่านจะให้ผมทำอะไร เราก็บอกว่าไม่รู้ หมอก็เลยให้ไปนอนด้วยไฟฟ้า จากนั้นก็ยังไม่เซ็ด

ชาวบ้านเขาศรัทธาผมตั้งแต่ผมไปอยู่ป่าช้าแล้ว เขาลือว่าผมสามารถรู้ว่าใครตายแล้วไปอยู่ที่ไหน กลางคืนมีบัญชีจดไม่ไหว ญาติพี่น้องใครตายอยากจะรู้ว่าไปอยู่ที่ไหน ให้มาถามผม





๑๖๖๔

สนทนาธรรมระหว่างเดินทางไปนมัสการสังเวชนียสถานในประเทศอินเดีย

เดือนกุมภาพันธ์ ๒๕๓๐



ส. บอกเขาได้อย่างไร

นิ. เขาไปลือกัน มีคนมาเล่าให้ผมฟัง ผมก็บอกให้ไปบอกเขาว่า ไม่จริง ตัวเองก็ยังไม่เชื่ออยู่ อย่าไปสนับสนุน ถ้าเขาเข้าใจผิดจะเป็นบาปเป็นกรรมใหญ่โต ผมไม่ได้รับเอา ไม่ได้ยิน คือ ถ้าไปรับเอาหรือนิ่ง ผมคงดังไปตั้งแต่ตอนนั้นแล้ว

ผู้ฟัง ลูกน้องจะหารายได้ให้

นิ. ตอนหลังผมเข้ากรุงเทพ ไปอยู่ที่วัดปากน้ำ ๓ ปี จะเอาธรรมกาย แต่ไม่ได้ กลับมาอยู่วัดมหาธาตุอีก และปฏิบัติแบบชวายเป็นหนอ ช้าย่างหนอ

ส. ตอนลมหายใจปฏิบัติแบบใคร

นิ. แบบพุทธานุส แต่ผมไม่เคยไปหาพุทธานุสนะ เคยแต่อ่านหนังสือ ผมบวชพระได้ ๗ พรรษา แต่เป็นเณรตั้งแต่อายุ ๑๑ ปี โตมาพ่อก็ให้เป็นเด็กวัด คือ ไปเรียนในวัด และบวชเป็นเณรเป็นพระต่อมาเรื่อย จนกระทั่งสึก สรุปลงแล้วก็เข้าตำราที่ว่า ฟังไม่ดี ศึกษาไม่ดีนั่นเอง ทำให้เข้าใจหลักของพระพุทธศาสนาไม่ตรง คลาดเคลื่อน และไม่สอบสวนให้ดี ทั้ง ๆ ที่เคยเทศน์ เคยสอนชาวบ้าน แต่สรุปแล้วเราไม่เข้าใจ สอนก็สอนไปอย่างนั้น จำได้ก็พูดไปตามเท่าที่จำ บางทีก็คาดคะเนเอาเองบ้าง นี่ก็คิดเอาด้วยตนเองบ้าง ซึ่งผมเห็นแล้วว่า การศึกษา การเล่าเรียนแบบนี้เป็นอันตรายจริง ๆ ทั้งแก่ตัวเอง แก่พระพุทธศาสนา และแก่คนอื่นด้วย ถ้าเขาเชื่อเรา ทำไปผิด ๆ จะเป็นอันตราย

เพราะฉะนั้น การศึกษาธรรม ต้องศึกษาด้วยความเคารพ ด้วยความระมัดระวัง และด้วยความรอบคอบจริง ๆ ไม่อย่างนั้นแล้วเราจะไม่เข้าใจพระพุทธศาสนา



หลังจากผมปฏิบัติอยู่ที่วัดมหาธาตุเกือบ ๕ เดือน ผมก็บอกท่านเจ้าคุณเจ้าอาวาสว่า ผมไม่มีทางสำเร็จหรือขาดินี้ อยู่ป่าก็อยู่มาแล้ว ปฏิบัติก็ปฏิบัติแล้วไม่เห็นได้อะไร ผมออกแล้ว ไม่อยู่แล้วก็มีมัจฉานุ ผมก็ออกจากห้องปฏิบัติซึ่งทำเป็นห้อง ๆ ตอนแรก ๆ มีไม่กี่ห้อง ตอนหลังนี้เต็มไปหมด ผมก็ลืกลาเพศไป

เรื่องวัด เรื่องพระพุทธศาสนานี้ คล้าย ๆ กับลืมนิด ๆ หน่อย ๆ ไม่ได้สนใจ และมานึกดูว่า การศึกษาธรรมที่ผ่าน ๆ มา คงจะไม่ถูกทาง ไม่ตรง ทำให้ไม่เข้าใจ ผมคิดว่า ผมต้องเข้าใจธรรมให้ได้ ผมปรารถนาอยู่ในใจเสมอว่า ขอให้ข้าพเจ้าได้รู้แจ้งเห็นจริงในธรรมที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ประกาศไว้แล้ว แต่ไม่ใช่รู้ทั่ว ๆ ไปที่ไม่จริง ก็บังเอิญท่านกิตติวุฒโฑท่านตั้งสถานีวิจัยและนำเอาเทพของท่านอาจารย์ไปออกอากาศ ผมเปิดวิทยุเจอพอดี ก็ฟังมาเรื่อย ๆ

ฟังตอนแรกผมสงสัยว่า ผู้หญิงคนนี้เป็นใคร นึกไม่ออก ซึ่งตอนบวชผมก็เรียนอภิธรรมด้วย ก็ติดตามฟังมาเรื่อย ๆ เพราะเห็นว่าพูดมีหลักมีเกณฑ์ มีเหตุมีผล แต่ยังแยกไม่ออก ยังฟังคนอื่นด้วย ฟังมาตั้งแต่ปี ๒๕๑๐ ฟังมาเรื่อย ยังไม่เข้าใจแต่ชอบมีเหตุมีผล ผมเพิ่งฟังท่านอาจารย์เข้าใจเมื่อไม่กี่ปีเอง ไม่ใช่เรื่องง่าย ไม่ใช่เรื่องธรรมดา แต่คนอื่นที่มีปัญญาบารมีดีอาจจะฟังเข้าใจง่าย หนสองหนเขาอาจจะเข้าใจ ไม่ใช่เป็นเหมือนอย่างผมหมดทุกคน บางคนอาจจะฟังน้อยแต่เข้าใจได้ อย่างผมนี้เรียกว่า ปัญญาแย่มาก

ผู้ฟัง ก็ยังดีที่ออกมาได้ บางคนก็จมอยู่อย่างนั้น ไม่ยอมเปลี่ยนแปลง

นิ. นี่แหละที่ผมไม่ไหวหรอกพวก สรูปแล้ว ไม่หนีจากการศึกษาที่ถูกต้อง คือ ถ้ารู้อะไรที่ไม่ถูกจะเป็นอันตราย เมื่อเรียนแล้วอย่าเพิ่งเชื่อ อย่าไปทำตามทันทีโดยที่ยังไม่เข้าใจเหตุผล

ผู้ฟัง ที่คุณนิภัทรปฏิบัติมา มีเรื่องที่ทำให้ผู้ปฏิบัติเดือดร้อนบ้างไหม

นิ. ผู้ปฏิบัติด้วยกันเป็นบ้างก็มี ผมเป็นผู้ดูแลท่านหลายรูป ผมไปเที่ยวหาซื้อยา และบังคับให้กินยา



เช่น บางท่านนั่งแล้วสั่น ชี้น้ำคนนั้นคนนี้ ก็ต้องให้ท่านพักผ่อนให้มากที่สุด ต้องให้กินยาเพื่อให้หลับ อีกรูปก็เตะลูกที่บวชเป็นเณรจนซี่โครงหัก เขาต้องจับไปโรงพยาบาลสมเด็จพระเจ้าพระยา

ผู้ฟัง ที่บ้านนี้ ปฏิบัติแบบไหน

น. ก็ปฏิบัติแบบเข้าห้องปฏิบัติ ซ้ายอย่างหนอ ขว้ายอย่างหนอ แต่ท่านบอกว่า ท่านไม่ต้องกำหนดแล้วเรื่องรูปนาม ... รูปก็ตัวเขาที่เดิน นามก็คือชื่อเขาที่แหละ เมื่ออาละวาดพาเข้าโรงพยาบาล ก็ถูกบุรุษพยาบาลเตะจนซี่โครงหักเหมือนกัน ที่ผมเล่านี้ก็เป็นเรื่องสัพเพเหระ ไม่ค่อยเกี่ยวเนื่องต่อการปฏิบัติ

ส. แต่เป็นประโยชน์ คือ อย่างน้อยคนจะได้รู้ว่า สำหนักที่ดัง ๆ หรือว่า น่าสนใจนั้น เราต้องพิจารณาถึงข้อปฏิบัติและเหตุผล เพราะคนที่ปฏิบัติแล้ว ไม่ประกอบด้วยเหตุผล ก็มีผลเสีย

น. ข้อปฏิบัติที่ถูกต้องที่มีเหตุผลสมบูรณ์ ผู้ที่ศึกษาเล่าเรียนเข้าใจ ถูกต้องแล้ว เรื่องจะปฏิบัติผิด ๆ จนเป็นบ้าสติฟั่นเฟือนรับรองว่าไม่มีเด็ดขาด มีแต่ผู้ที่ เป็นบ้ามาแล้วจะหายถ้าเข้าใจ อย่างนางปฐาจารย์ที่เสียใจเพราะพ่อแม่ตาย ผัวตาย ลูกตายจนเสียจริต เมื่อได้พบและฟังธรรมจากพระพุทธองค์ จิตใจก็เป็นปกติ

ผู้ฟัง ต้องได้อาจารย์ดี พบทางที่ถูก

น. เป็นบุญของผม ที่ไม่ทำให้ผมจมปลักอย่างเพื่อนฝูงทั้งหลาย สามารถ แยกออกมาได้ ใครจะว่าผมอย่างไร ผมก็ไม่สนใจ

ส. บางคนจะติดหมู่คณะ แยกไม่ได้ หมู่คณะทำอะไร ก็ต้องทำอย่างนั้น ไปวัดอย่างไร ก็ต้องไปอย่างนั้น

ผู้ฟัง ผมกลัวจริง ๆ เรื่องติดหมู่คณะ ติดอาจารย์ ถ้าอาจารย์ถูกก็เห็นด้วย แต่บางทีอาจารย์ผิด ลูกศิษย์ก็รู้ แต่ยังไม่ติดอยู่ อันตราย

น. ติดอย่างนี้มีหลายแบบ ติดอย่างผู้ที่ตั้งตัวเป็นอาจารย์ ทิฐิของ อาจารย์มีเกิดขึ้นแล้ว ที่จะไปยอมเชื่อคนง่าย ๆ หรือยอมฟังใคร หรือเป็นลูกศิษย์ใคร ยอมไม่ได้แล้ว



ที่ห้องประชุมตึกสภากาการศึกษามหาวิทยาลัย

วันอาทิตย์ที่ ๑๗ พฤษภาคม ๒๕๓๐

สุ. ไม่ทราบว่าคุณนี้ท่านผู้ใดมีข้อสงสัยอะไรบ้างหรือเปล่า ในเรื่องการเจริญสติปัฏฐานที่ได้รับฟังในคราวก่อน

ไม่ว่าจะฟังธรรมเรื่องใด ๆ ก็ตาม หรือจะศึกษามากสักเท่าไรก็ตาม ก็เพื่อให้เกิดสติระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏในขณะนี้ ซึ่งเป็นประโยชน์สูงสุดจริง ๆ เพราะว่าทุกคนต้องจากโลกนี้ไป โดยที่ไม่ทราบว่า จะเป็นวันไหน เพราะฉะนั้น ควรที่จะชวนชวนศึกษาให้เข้าใจลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏในขณะนี้ เพื่อจะได้ละคลายการยึดถือสภาพธรรมว่าเป็นตัวตน ซึ่งเคยยึดถือมานานแสนนานในสังสารวัฏ

ถ้าไม่ฟังพระธรรม ไม่พิจารณาเพื่อที่จะให้สติเกิดระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏในขณะนี้ ก็คงจะยังยึดถือสภาพธรรมที่ปรากฏในชาตินี้ว่า เป็นตัวตน เป็นสัตว์ เป็นบุคคล ซึ่งยากแก่การที่จะละคลาย ถ้าปัญญาไม่เจริญขึ้นจริง ๆ

ขออ่านจดหมายซึ่งเกี่ยวกับคำถามในเรื่องการปฏิบัติให้ท่านผู้ฟังได้รับฟัง ถ้าท่านผู้ฟังมีความคิดเห็นประการใด ขอให้กรุณาแสดงความคิดเห็นด้วย

เขียนมาจากโรงเรียนบ้านท่าซุง หมู่ ๓ ตำบลลาดกระโทก อำเภอสนามชัยเขต จังหวัดฉะเชิงเทรา

วันที่ ๒๙ เมษายน ๒๕๓๐

เรียน อาจารย์สุจินต์

ผมเพิ่งสนใจธรรมและเริ่มปฏิบัติธรรม ได้ฟังคำบรรยายของอาจารย์เป็นประจำ แต่มีความรู้สึกขัดแย้งในใจเรื่องหนึ่ง คือ เกี่ยวกับสวรรค นรก ภพชาติ คือ เท่าที่ได้ฟังคำบรรยายของอาจารย์รู้สึกว่ามีนรก สวรรค เป็นตัวตน เหมือนในไตรภูมิพระร่วง มีการเกิดใหม่ มีวิญญาณ แต่เมื่อผมได้อ่านหนังสือปัจจุสมุปบาท



และนรกสวรรค์ของท่านพุทธทาสภิกขุ และหนังสือลำธารชีวิตของพระโพธิรักษ์ แห่งสันติอโศก ต่างมีลักษณะที่ว่า สวรรค์นรกต่างอยู่ในจิตใจ เป็นชาติปัจจุบันเท่านั้น

การเกิดเป็นเทวดา เปเรต ยักษ์ สัตว์ก็เป็นในชาติปัจจุบัน เป็นจิตใจ โดยเฉพาะท่านพุทธทาสท่านได้นำบาลีเดิมมาตีความตามในหนังสือปฏิจลสมุปาทว่า คืออะไร โดยมีลักษณะที่ว่า หลักธรรมในปัจจุบันมีการผสมปะปนกับศาสนาพราหมณ์ จนปิดบังแก่นของพระพุทธศาสนา ในฐานะที่ผมเป็นผู้ที่ไม่รู้ จึงใคร่จะให้ท่านอาจารย์ พิจารณานหนังสือดังกล่าว และให้แนวทางที่ถูกต้องแก่ผมด้วยครับ เพราะในหนังสือ ดังกล่าวก็รู้สึกให้เหตุผลที่ดีมาก

ด้วยความเคารพ

สุ. ขอเรียนให้ทราบว่า การศึกษาพระธรรมต้องศึกษาต่อไปอีกเรื่อย ๆ ไม่ว่าจะอ่านหนังสือเล่มไหนอย่างไร ก็ควรจะได้พิจารณาเหตุผลในหนังสือนั้น ๆ เพื่อที่จะได้พิจารณาสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ ถ้าทำให้สามารถเข้าใจลักษณะของ ธรรมในขณะนี้ตามความเป็นจริงได้ก็เป็นประโยชน์ เพราะว่าเป็นปัญญาที่เพิ่มขึ้น

อีกท่านหนึ่ง จะเห็นได้ว่า การศึกษาพระธรรมเท่านั้นที่จะช่วยให้เข้าใจ ธรรมทั้งหลายที่เคยคิด หรือเคยสงสัย ซึ่งบางท่านก็มีมาก

ท่านเขียนมาจากบ้านเลขที่ ๒๓๑ หมู่ ๘ หนองขุย ตำบลบ่อสุพรรณ อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี

วันที่ ๑๗ เมษายน ๒๕๓๐

เรียน อาจารย์สุจินต์ที่เคารพ

ดิฉันต้องกราบขออภัยอาจารย์ไว้ล่วงหน้าที่มีจดหมายมาบอกวนอาจารย์ หลายข้อ เพราะดิฉันมีความข้องใจมากเกี่ยวกับเรื่องปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฐาน ดิฉันจึงอยากขอคำแนะนำจากอาจารย์

ปัญหามีดังนี้

ขณะทานอาหารจะต้องกำหนดตรงไหนเป็นรูปนาม และในขณะที่ทานจะต้อง กำหนด (ท่องในใจ) ว่าอย่างไร



ก่อนจะพูดต้องกำหนด (ท่องในใจ) ว่าอย่างไร และขณะพูดจะเจริญสติ
อารมณ์ปัจจุบันรูปนามว่าอย่างไร

เวลานั่งหรือนอนเฉย ๆ โดยไม่ได้เคลื่อนไหวร่างกาย จะต้องกำหนดอะไรบ้าง
ปัจจุบันรูปนาม ถ้าเรายืนอยู่ แต่มือถือสายยางสูบน้ำ จะต้องกำหนดท่าไหน
เวลากวาดบ้าน อาบน้ำ ชักผ้า หุงข้าว ตำนน้ำพริก และอื่น ๆ จะต้องกำหนดอะไร
เป็นรูปนาม

เอาละค่ะ ดิฉันรบกวนอาจารย์มามากแล้ว ขอความกรุณาตอบให้ทราบด้วย
ขอกราบขอบพระคุณอย่างสูง

ส. ไม่ทราบท่านผู้ฟังมีความคิดเห็นประการใด หรือคิดว่าจะเกื้อกูล
ท่านผู้ฟังท่านนี้ หรืออีกท่านหนึ่ง ทั้งสองท่าน ในข้อไหนบ้าง

ผู้ฟัง สำหรับท่านแรก ผมจะใช้อย่างพระพุทธรูปที่ปึงคลพราหมณ์
เคยมาถามพระพุทธเจ้าเรื่องครูทั้ง ๖ ว่า ใครผิดใครถูกอย่างไร ซึ่งพระพุทธเจ้าไม่ตรัส
ถึงครูทั้ง ๖ แต่ให้ปึงคลพราหมณ์ฟังธรรมจากพระพุทธรูป

จดหมายฉบับแรก ผมจะไม่วิจารณ์ถึงท่านทั้งสองที่ในจดหมายนั้นเอ่ยนามมา
พระพุทธรูปตรัสให้ฟังธรรม ก็อย่างอาจารย์ที่ว่า ให้เจริญสติปัฏฐาน ทางตา
เป็นอย่างไร ทางหูเป็นอย่างไร เพราะสังเกตจากจดหมายดูแล้ว พูดถึงเรื่องเหตุผล
จากปฏิจจสมุปบาท และพูดถึงเรื่องนรก สวรรค์ ซึ่งเป็นเรื่องใส่ความคิดเห็นส่วนตัว
ลงไป ฉะนั้น โอกาสที่จะผิดก็มีมาก

สำหรับจดหมายฉบับที่ ๒ เป็นคำถามทั่ว ๆ ไป เรียกว่าแบบในสมัยนี้เลย
ไปที่ไหนก็จะเจอคำถามเหล่านี้ คือ เรื่องกำหนด ยุบหนอพองหนอ สัมมาอรหัง
เราก็คงจะไม่ไปกล่าวถึง คงให้เจริญสติปัฏฐานเป็นปกติในชีวิตประจำวัน
เห็นเป็นอย่างไร ได้ยินเป็นอย่างไร ระลึกไปอย่างนั้นจะถูกต้องกว่า





๑๖๖๕

ที่ห้องประชุมตึกสภากาการศึกษามหาวิทยาลัย

วันอาทิตย์ที่ ๑๗ พฤษภาคม ๒๕๓๐



ส. เป็นเรื่องความไม่เข้าใจลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ จึงมีการคิดนึกตรองเรื่องนั้นเรื่องนี้ ซึ่งทั้งหมดย่อมมาจากการไม่รู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏในขณะนั้นนั่นเอง ถ้าได้ศึกษาพระธรรมด้วยการฟังเรื่องที่เกี่ยวกับลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏจนกระทั่งเข้าใจขึ้น ปัญหาต่าง ๆ เหล่านี้จะเข้าใจได้เอง

ขอกล่าวถึงคำถามของท่านผู้ฟังอาทิตย์ก่อน ซึ่งหลังจากที่บรรยายแล้ว ท่านถามว่า ถ้าเห็นคนตกน้ำ และรู้ว่าเป็นนามเป็นรูปจะทำอย่างไร

นี่เป็นคำถามที่ท่านคงจะกลัวว่า ถ้ารู้ว่าเป็นนามเป็นรูปแล้วจะไม่ช่วย

แต่ขณะที่กำลังช่วยคนตกน้ำ เห็นหรือเปล่า ก็เห็นเหมือนเดี๋ยวนี้นี้ และขณะนี้ยังสามารถระลึกพิจารณาได้ว่า สิ่งที่กำลังปรากฏทางตาไม่ใช่ขณะที่ได้ยิน เพียงแค่นี้ก่อน ทางตากับทางหู คนละลักษณะ เป็นจิตคนละประเภท จิตชนิดหนึ่งกำลังเห็นสิ่งที่ปรากฏทางตา และจิตอีกประเภทหนึ่งได้ยินเสียงที่ปรากฏทางหู เริ่มแยกในขณะที่เห็นและได้ยินออกจากกัน เป็นปกติ และอาจจะระลึกทางกาย ขณะที่มืออ่อนหรือแข็งกำลังปรากฏ ก็เป็นจิตอีกชนิดหนึ่ง ไม่ใช่จิตที่เห็น ไม่ใช่จิตที่ได้ยิน

ต้องมีจิตเกิดดับสลับกันอย่างรวดเร็วมากในขณะนี้ฉันใด ในขณะที่กำลังช่วยคนตกน้ำก็มีอ่อนมีแข็ง ถ้าขณะนั้นเพียงสติระลึกที่อ่อนที่แข็ง ก็ไม่ได้ทำให้ไม่ช่วยคนนั้น ไข้ไหม เพราะฉะนั้น ยังคงเหมือนเดิมทุกอย่าง ไม่ว่าจะนั่ง จะนอน จะยืน จะเดิน จะพูด จะนิ่ง จะคิด คือ เป็นปกติ และมีสภาพธรรมที่เกิดดับอยู่พร้อมที่จะให้สติระลึก ไม่ต้องคอยเลือกว่าโอกาสนั้นหรือโอกาสนี้ ขณะไหนก็ได้ สติจะเริ่มเกิดระลึกลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ และถ้าสามารถจะรู้ได้จริง ๆ ว่าทางปัญจทวารวิถิจิตต่างกับมโนทวารวิถิจิต หรือทางโสททวารวิถิจิตที่ได้ยินต่างกับ



มโนทวารวิถิจิตที่กำลังคิดถึงความหมายของแต่ละคำ ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย โดยนัยเดียวกัน จะเป็นการรู้ที่ถูกต้องใหม่ ถ้าระลึกอย่างนี้จะถูกหรือจะผิด ควรหรือไม่ควรที่จะระลึก

ผู้ฟัง สติปัฏฐานต้องเกิดสลับกัน แน่นนอน และสำหรับคนที่จะช่วยคนตกน้ำ ก็ไม่ต้องเป็นห่วง สติที่ระลึกที่รูปธรรมนามธรรมนั้น นิดเดียวจริง ๆ ไม่ต้องห่วงว่าเขาจะจมน้ำตาย ยังไม่ตายแน่ เพราะว่าจมน้ำลงไปสำลักน้ำทีหนึ่ง ยังมากกว่าสติที่ระลึกอีก เพราะฉะนั้น ไม่ต้องเป็นห่วง

ในสมัยพระสัมมาสัมพุทธเจ้ายังทรงพระชนม์ชีพอยู่ ก็ต้องมีสมมติสลับกับปรมาตตตลอดเวลา ไม่อย่างนั้นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเรียกพระอานนทหรือพระสารีบุตร ไม่ถูก ก็เหมือนอย่างที่ท่านอาจารย์กล่าวว่า ให้เป็นปกติในชีวิตประจำวัน อย่าห่วงว่าสติปัฏฐานจะเกิดตลอดเวลา ยาวนาน เป็นไปไม่ได้ แม้แต่พระอรหันต์หรือพระสัมมาสัมพุทธเจ้า สติก็เกิดสลับเหมือนกัน ไม่ต้องห่วง

ในขณะที่บรรดาสติปัฏฐานเกิด ไม่ยิ่งกว่าช่วยคนตกน้ำหรือ เพราะเร็วมาก ปรี๊ดปรี๊ดชนเลย ระลึกแข็ง นิดเดียวจริง ๆ เพราะฉะนั้น ไม่ต้องห่วง

ส. อย่าลืม สภาพธรรมทั้งหลายเกิดทุก ๆ ขณะ ย่อยเหตุการณ์ใหญ่ลงมาเป็นแต่ละขณะจิต เป็นทางตาเห็นขณะหนึ่ง และทางใจคิดเรื่องสิ่งที่เห็น ทางหูได้ยินวาระหนึ่ง และทางใจก็คิดเรื่องเสียงที่ได้ยิน ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย สลับกับทางใจที่คิดตลอดเวลาจะรวดเร็วสักแค่ไหน ขอให้คิดถึงสภาพธรรมตามความเป็นจริง แม้ยังไม่ประจักษ์แจ้งตามที่ได้ตรัสรู้แล้วท่านประจักษ์แจ้ง แต่ด้วยการฟัง ค่อย ๆ น้อมค่อย ๆ พิจารณา ไม่ต้องคิดถึงเหตุการณ์ทั้งหมด เพราะการที่ปัญญาจะเจริญได้ ก็ต่อเมื่อรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏที่ละทาง

บางท่านบอกว่า เริ่มจะเข้าใจที่ว่าผลของกรรมที่ได้รับในชาตินี้ต้องเกิดจากกรรมที่เป็นเหตุในอดีต เริ่มเข้าใจ แต่นั่นยังเป็นเหตุการณ์ใหญ่ ๆ แต่สามารถเข้าใจกำลังเห็นเดี๋ยวนี้ใหม่ว่า นี่เป็นผลของกรรมที่เกิดจากเหตุในอดีต ในขณะที่กำลังได้ยินเดี๋ยวนี้ก็เป็นผลของกรรมซึ่งเกิดจากเหตุในอดีต เพราะฉะนั้น ย่อยเหตุการณ์



ทั้งเหตุการณ์ลงมาที่ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ แม้ไม่สามารถรู้ได้ว่ากำลังเห็นเดี๋ยวนี้เป็นผลของกรรมอะไร หรือกำลังได้ยินเดี๋ยวนี้เป็นผลของกรรมอะไร แต่สามารถเห็นความต่างกันของวิบากจิตกับกุศลจิต หรืออกุศลจิต เช่น เห็นในขณะนี้อาศัยจักขุปสาท ซึ่งไม่มีใครสามารถจะทำให้เกิดขึ้นได้เลยนอกจากกรรม นี่เห็นกรรม

ถ้าพิจารณาจะเห็นได้เลยว่า ที่เคยคิดว่าเป็นเราตั้งแต่เกิดจนตาย เคยยึดถือว่าเป็นเรา ไม่เคยพิจารณาเลยว่า รูปตั้งแต่ศีรษะจรดเท้าเกิดขึ้นมาได้อย่างไร มาจากไหน หาเหตุชื่อว่าใครเอามาให้ อยู่ดี ๆ ก็มีขึ้นมาในโลก แต่ตามความเป็นจริงกรรมเป็นปัจจัยให้รูปตั้งแต่ศีรษะจรดเท้าเกิดโดยละเอียดทีเดียว แตกย่อยออกไป ถ้าจะคิดถึงเฉพาะตา ก็ต่างและห่างไกลจากหู ห่างไกลจากจมูก ห่างไกลจากลิ้น แม้ว่าจะอยู่ในส่วนของศีรษะคือกายส่วนบน แต่ถ้าแยกออกเป็นกลุ่ม ๆ ของรูปที่ละเอียดมาก จะเห็นได้ว่า มีรูปมากมาย

เพราะฉะนั้น เริ่มพิจารณาเห็นในขณะนี้ว่า รูปที่เคยยึดถือว่าเป็นตัวตนอย่ายึดถือรวมกันเป็นก้อนเป็นแท่งรวมกันไปอย่างนั้น ซึ่งจะเห็นว่าเป็นก้อนเป็นแท่งใหญ่ และบางท่านก็เริ่มจะแยกออกเป็นส่วน ๆ อย่างหยาบ คือ แยกเป็นผมบ้าง ขนบ้าง เล็บบ้าง ฟันบ้าง หนังบ้าง แต่นั่นก็ยังแยกเป็นส่วนใหญ่ ถ้าแยกเฉพาะ เป็นกลุ่มเล็ก ๆ ซึ่งมีอากาศธาตุคั่นอยู่อย่างละเอียดตลอดทั่วทั้งกาย และแต่ละรูปก็เกิดดับตามเหตุตามปัจจัยอย่างรวดเร็ว จะเห็นได้ว่า กำลังเห็นในขณะนี้ต้องเป็นวิบาก เพราะว่าบังคับไม่ได้เลยที่จะไม่ให้เห็น ทางหูก็บังคับไม่ได้ที่จะไม่ให้ได้ยิน แต่หลังจากที่เห็นแล้ว จิตต่างกันไป บางคนเป็นกุศล บางคนเป็นอกุศล หลังจากที่ได้ยินแล้วก็ต่างกันไป คือ บางคนเป็นกุศล และบางคนก็เป็นอกุศล

จะเห็นได้ว่า ส่วนใดที่ไม่อยู่ในอำนาจบังคับบัญชา เช่น เห็นและได้ยิน อาศัยรูปซึ่งเกิดจากกรรม คือ จักขุปสาท กระทบกับรูปารมณฺ์ คือ สิ่งที่กระทบตาเป็นปัจจัยให้เห็นสิ่งที่ดีหรือเห็นสิ่งที่ไม่ดี ซึ่งการเห็นนั้นต้องเป็นวิบาก เป็นผลของกรรม ถ้าเพียงเข้าใจอย่างนี้จะทำให้รู้สภาพธรรมเพิ่มขึ้น ที่จะละคลายการยึดถือสภาพธรรม



ว่าเป็นตัวตนในวันหนึ่ง ๆ แต่ต้องอาศัยการฟัง ต้องอาศัยการพิจารณา และอาศัยการระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมนั้น ๆ ตามความเป็นจริงด้วย

ขุททกนิกาย ปฏิสัมภิทามรรค ญาณกถา ข้อ ๗๖ มีข้อความว่า

ชื่อว่าญาณ ด้วยอรรถว่า รู้ธรรมนั้น ๆ

ใช้คำว่า รู้ และขณะนี้ เป็นธรรมทั้งหมด ทางตาที่กำลังเห็น เห็นก็เป็นธรรม สิ่งที่กำลังปรากฏทางตาก็เป็นธรรม ทางหู ได้ยินเป็นธรรม เสียงเป็นธรรม ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ สภาพปรมัตถธรรมเกิดขึ้น ไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล เพราะเหตุนี้ ชื่อว่าญาณ ด้วยอรรถว่า รู้ธรรมนั้น ๆ ต้องรู้ที่ละอย่างที่กำลังปรากฏ และสติระลึกรู้ศึกษาพิจารณาจนรู้ชัด และสภาพธรรมนั้นปรากฏตามความเป็นจริง จึงจะชื่อว่ารู้ธรรมนั้น ๆ

ส่วนในขณะที่ฟังพระธรรม

ปัญญาเครื่องทรงจำธรรมที่ได้สดับมาแล้ว คือ เครื่องรู้ชัดซึ่งธรรมที่ได้สดับมาแล้วว่า ธรรมเหล่านี้ควรเจริญ (คือ ภาวนา) หรือธรรมนี้ควรรู้แจ้ง ควรทำให้แจ้ง เป็นต้น ชื่อว่าสุตมยญาณ

การฟังมีหลายอย่าง ฟังแล้วไม่พิจารณาให้ถูกต้อง ให้เข้าใจว่าตรงกับสภาพธรรมไหม ท่านผู้ฟังที่เขียนจดหมายถามมา ท่านก็เป็นผู้อ่าน และท่านคงเป็นผู้ที่ฟังด้วย แต่การอ่านและการฟังต้องรู้ว่า ฟังเรื่องของสภาพธรรม และเป็นเรื่องที่แสดงเหตุผลลักษณะของสภาพธรรมให้เกิดความเข้าใจขึ้นหรือเปล่า ถ้าเป็นเรื่องของธรรมที่ทำให้เข้าใจลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏเพิ่มขึ้น นั่นเป็นประโยชน์จากการฟัง คือ ชื่อว่าสุตมยญาณ เพราะเป็น ปัญญาเครื่องทรงจำธรรมที่ได้สดับมาแล้ว คือ เครื่องรู้ชัดซึ่งธรรมที่ได้สดับมาแล้วว่า ธรรมเหล่านี้ควรเจริญ

เพราะฉะนั้น เมื่อฟังแล้วเกิดปัญญาพิจารณาเห็นจริงว่า ควรที่จะได้อบรมเจริญขึ้น นั่นคือประโยชน์ของการฟัง



ในชีวิตประจำวันเป็นอย่างไร ไม่ใช่อบรมเจริญปัญญาแล้วไปเปลี่ยนเป็นอีกอย่างหนึ่ง อย่างที่ถามว่า ถ้าเห็นคนตกน้ำ ถ้ารู้ว่าเป็นนามเป็นรูปจะทำอย่างไร ทุกอย่างเป็นปกติเหมือนเดิม ไม่เปลี่ยนเลย และถ้าไม่รู้ว่าเป็นนามเป็นรูปจะทำอย่างไร ก็เหมือนกัน จะทำอย่างไรนั้นเป็นเรื่องของแต่ละบุคคลว่า บุคคลนี้จะทำอย่างนั้น บุคคลนั้นจะทำอย่างนี้ ตามเหตุตามปัจจัยที่ได้สะสม เพียงแต่ผู้ที่ได้ฟังเรื่องของการอบรมเจริญภาวนาจะไม่ละโอกาสสักขณะเดียวที่สติจะเกิด ระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏทั้ง ๖ ทาง

สำหรับในขั้นต้น ทุกคนเป็นผู้ตรงต่อตัวเองที่จะรู้ว่า ทั้งทั้ง ๖ ทางหรือยัง เพราะว่าสติย่อมไม่สามารถมีความชำนาญคล่องแคล่วตั้งแต่ตอนเริ่มที่จะระลึกลักษณะของสภาพธรรมได้ทั้งทั้ง ๖ ทาง เพียงแต่ว่าขณะใดที่มีเหตุปัจจัยพร้อมที่สติจะเกิดระลึกลักษณะของสภาพธรรมใด สติก็เกิดขึ้นระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมนั้น และไม่เลือกโอกาสด้วย ในระหว่างที่ช่วยคนตกน้ำ ก็ไม่แน่ว่าสติปฏิฐานจะเกิดระลึกลักษณะของสภาพธรรมในขณะนั้น หรือในขณะที่ไม่ช่วย ก็ไม่แน่ว่าสติจะระลึกลักษณะของสภาพธรรมที่เกิดในขณะนั้น หรือแม้ในขณะนี้ ก็ไม่แน่ว่าสติจะเกิดระลึกลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏในขณะนี้ เพราะว่าสติเป็นอนัตตา

ไม่มีใครสามารถเจาะจง หรือเลือกให้สติเกิดตอนนั้นตอนนี้ หรือไปกลัวว่าเมื่อสติเกิดรู้ว่าสภาพธรรมนั้นเป็นนามธรรม เป็นรูปธรรม จะไม่ช่วยคนที่ตกน้ำ

ทุกอย่างเป็นปกติ ตามเหตุตามปัจจัย เพียงแต่สติจะระลึกลักษณะของสภาพธรรมตามความเป็นจริง เพราะว่าตามความเป็นจริง ทางตาที่เห็นเมื่อจักษุทวารวิถึวาระที่เห็นสิ่งที่ปรากฏทางตาดับไปแล้ว เร็วมากแค่ไหน คิดดู ภวังคจิตเกิดขึ้น ไม่มีใครสามารถนับได้ว่ามากน้อยเท่าไร และมโนทวารวิถึจิตเกิดสืบต่อ รับรู้สิ่งที่ปรากฏทางตาว่าวาระหนึ่ง ดับไป ภวังคจิตเกิดขึ้น มโนทวารวิถึจิตที่เกิดต่อจากนั้น จึงจะเห็นว่าเป็นสิ่งหนึ่งสิ่งใด

เพราะฉะนั้น ที่ทุกท่านกำลังนั่ง เห็น และรู้ว่าเป็นสิ่งหนึ่งสิ่งใดทันที จะเริ่มรู้วาทะที่จริงแล้วสภาพธรรมต้องเกิดดับอย่างรวดเร็วที่สุด เมื่อเกิดแล้วดับไป สภาพธรรมอื่น



ก็เกิดสับสน เป็นไปอย่างรวดเร็วจนไม่รู้ว่าทางจักขุทวาร สิ่งที่ปรากฏทางตานี้ ยังไม่ใช่ขณะที่รู้ว่าสิ่งที่ปรากฏทางตาเป็นอะไร เพราะฉะนั้น ในขณะนี้ แสดงให้เห็นว่า จิตเกิดดับสลับอย่างรวดเร็วที่สุด คิดถึงสภาพอะไรก็ได้ที่เกิดดับ ๆ สลับตัวอย่างเร็วมาก จนกระทั่งปรากฏว่า เมื่อเห็นก็รู้ทันทีว่าเป็นคนนั้น คนนี้ ฉะนั้น จะต้องอบรมเจริญปัญญาที่จะรู้ลักษณะของสภาพธรรมแต่ละทางตามความเป็นจริงมากเพียงไร จึงจะละคลายการยึดถือสภาพธรรมว่า เป็นสัตว์ เป็นบุคคล เป็นตัวตนได้

นิ. ทุกคนรู้สึกเป็นห่วงเรื่องการปฏิบัติว่าจะปฏิบัติอย่างไร ผมก็อยากจะเรียนเรื่องส่วนตัวว่า สมัยหนึ่งผมห่วงเรื่องการปฏิบัติมาก จนต้องเข้าห้องปฏิบัติ ก่อนเข้าห้องปฏิบัติ อาจารย์จะสอนอารมณ์กัมมัฏฐานให้

ทางตา เห็นเป็นนาม สีเป็นรูป ทางหู ได้ยินเป็นนาม เสียงเป็นรูป ทางจมูก ได้กลิ่นเป็นนาม กลิ่นเป็นรูป ทางลิ้น รู้รสเป็นนาม รสเป็นรูป ทางกาย รู้เย็น ร้อน อ่อน แข็งเป็นนาม เย็น ร้อน อ่อน แข็งที่ปรากฏเป็นรูป ทางใจ ยิน เดิน นั่ง นอน เป็นรูป ที่รู้ว่ายิน เดิน นั่ง นอนเป็นนาม ก็ท่อง ท่องได้แล้ว อาจารย์บอกว่า เอาละ เข้าใจแล้ว ไปปฏิบัติได้ ก็เข้าไปปฏิบัติเพื่อหานามหารูป เพื่อให้เห็นนามเห็นรูป เวลานั้นก็ยกมือ ไม่มีว่างเลย ต้องเคลื่อนไหวอยู่ตลอดเวลาเพื่อให้เห็นนามเห็นรูป และเดิน ยืน ก็คอยกำหนดเพื่อให้รูปให้นามไหลออกมาให้เห็น ความเข้าใจเป็นอย่างนั้น ผมมารู้ตอนหลังว่า การเป็นห่วงเรื่องปฏิบัติโดยไม่มีความเข้าใจ เป็นอันตรายจริงๆ ไม่รู้จะปฏิบัติไปทำไม ถ้าไม่เข้าใจข้อปฏิบัติ หรือไม่เข้าใจธรรม

เพราะฉะนั้น ผมอยากจะฝากเพื่อนสหายนั่นทั้งหลายว่า ไม่ต้องห่วงเรื่องการปฏิบัติ ควรห่วงเรื่องความเข้าใจธรรมว่า ท่านเข้าใจธรรมหรือยัง แค่ไหน อย่างไรคืออะไร เข้าใจหรือยัง ถ้ายังไม่เข้าใจธรรม อย่าไปปฏิบัติ จะไม่รู้อะไรเลย ใครว่าอะไรผิดอะไรถูก หรือใครเขียนอะไร อาจารย์นี่ว่าอะไร อาจารย์โน้นว่าอะไร จะไม่รู้ว่าสิ่งใดผิดสิ่งใดถูก เพราะอะไร ก็เพราะเราไม่เข้าใจธรรม ใครว่าอาจารย์ไหนดี ก็ตามไปปฏิบัติทั้งนั้น สาเหตุเพราะไม่เข้าใจธรรม



ที่อาจารย์พร้าสอนอยู่ทุกวันเรื่องธรรม ธรรมไม่ใช่เรื่องอื่น เป็นปกติในชีวิตประจำวัน ขณะนี้ในชีวิตประจำวันอย่างนี้ ใครรู้อะไรอะไรเป็นธรรม ถ้ายังไม่รู้ ก็พยายามฟัง ฟังให้รู้ ให้เข้าใจธรรม เข้าใจธรรมเมื่อไร ปฏิบัติจะมีมาเอง จะเกิดขึ้น เพราะเหตุที่เราเข้าใจธรรมเป็นปัจจัยให้เราเกิดสติเกิดขึ้นได้ ถ้ายังไม่เข้าใจ ไปเพียรให้ สติเกิดอย่างไรก็ไม่มีทาง ไม่ใช่สติปัฏฐาน

ผู้ฟัง อาจารย์พูดถึงเรื่องการฟังธรรม ผมคิดว่า แต่ละท่านความเข้าใจในการฟังธรรมไม่เหมือนกัน ผมขอพูดเรื่องส่วนตัวของผมเอง ผมมีความเข้าใจอยู่อย่างหนึ่งที่ประทับใจและยึดถือเป็นแนวทางปฏิบัติเรื่อยมา คือ อาจารย์พูดเรื่องกุศลกับอกุศลในชีวิตประจำวัน ผมก็จำได้เลา ๆ ไม่ละเอียดยกกว่า ลักษณะของกุศลเป็นสภาพธรรมที่ไม่เป็นโทษ ไม่เป็นภัย และไม่ใช่ลักษณะของโลภะที่มีความหวัง ความต้องการ ความอยาก และไม่ใช่ลักษณะที่เป็นโทสะ คือ ความขุ่นข้องหมองใจ ความขัดข้อง ความขัดเคือง และไม่ใช่ลักษณะของโมหะซึ่งไม่เข้าใจสภาพธรรมที่เป็นกุศลและอกุศลในชีวิตประจำวัน ซึ่งใครก็ตามถ้าหากไม่เข้าใจเรื่องกุศลและอกุศลในชีวิตประจำวัน จะไม่สามารถเจริญกุศลในชีวิตประจำวันได้





๑๖๖๖

ที่ห้องประชุมตึกสภากาชาดศึกษาหมากหญ้าวิทยาลั

วันอาทิตย์ที่ ๑๗ พฤษภาคม ๒๕๓๐



ผู้ฟัง(ต่อ) จากการที่ผมได้ฟังอาจารย์ในช่วงนี้ ผมเข้าใจในชีวิตประจำวัน โดยไม่ต้องทำอะไรเลย ปกติธรรมดา สติสามารถระลึกได้ว่า อย่างไหนเป็นกุศล และอกุศล จากความเข้าใจนี้ ผมพยายามติดตามฟังอาจารย์มาเรื่อย ๆ จนรู้สึกตัวเองว่า สติในขั้นสติปัฏฐานคงจะไม่เกิดแน่นอน แต่สติขั้นทาน ขั้นศีล อาจเกิดขึ้น ที่หลงลืมสติก็มากมายเหลือคณานับ แต่บางครั้ง สมมติว่าจะยกมือไหว้ทำ ความเคารพสักครั้งหนึ่ง สติเกิดก็รู้ได้ว่า ไหว้ด้วยโทสะ หรือบางครั้งไหว้ด้วยความ เคารพบน้อม จะรู้ว่าเป็นไปทางกาย วาจา ใจ ถ้าขณะนั้นสติเกิด เราจะอ่านแววตา ของตัวเองได้ ผมพูดเกินไปหรือเปล่าไม่ทราบ คือ แววตากงเดิมไปด้วยความอ่อนน้อม อ่อนโยนขณะที่ทำความเคารพบุคคลผู้นั้น หรือในขณะที่โทสะเกิดขึ้น สติก็สามารถ เกิดขึ้นได้ และความโกรธที่จะเป็นยาว ๆ นาน ๆ นั้น ก็สามารถบั่นทอนขัดเกลาได้ ชั่วขณะหนึ่ง

ผมคิดว่า จากการฟังอาจารย์ตลอดมา และมีความเข้าใจที่ละเอียดที่ละน้อย ก็เป็นเหตุปัจจัยหนึ่งที่ทำให้ประพฤติปฏิบัติไปโดยไม่ต้องไปทำอะไรเลย ขณะที่กำลัง ถือสายยาง จะเดิน จะนั่ง จะนอน จะทำอะไร จากการเข้าใจในขั้นการฟัง เราจะ ประพฤติปฏิบัติธรรมเป็นไปโดยสภาพธรรมที่เราได้เคยศึกษามา

ถ้าเราจะนั่งสมาธิ ก่อนจะนั่ง เขาสอนให้เราทำอย่างนั้น พูดอย่างนี้ เรามี ความเข้าใจไหม ถ้าหากเราไม่มีความเข้าใจ เราก็ไม่ทำ หลังจากที่มาฟังอาจารย์แล้ว ผมก็เริ่มประพฤติปฏิบัติ อันไหนที่ไม่ถูกต้อง ไม่มีเหตุไม่มีผล สมมติว่าให้ทานแล้ว สติเกิด มีความปีติยินดี มีความพอใจว่าวันนี้ได้สร้างกุศล จิตผ่องใส คงจะได้กุศล เมื่อคิดว่าจะได้กุศล สติเกิด ก็หยุดคิดได้ทันที ลักษณะอย่างนี้ผมคิดว่า



เป็นการประพฤติปฏิบัติอย่างหนึ่งแล้ว โดยไม่จำเป็นต้องนั่งทำ หรือยืนทำ หรือเดินทำ
ผมคิดอย่างนี้

ส. ขออนุโมทนา นี่เป็นผลของการฟังพระธรรมและการเข้าใจเรื่อง
การเจริญสติปัฏฐาน และไม่หวังว่าสติจะเกิดเมื่อไร สติประเภทไหน แต่เป็นผู้ที่เริ่ม
เห็นกิจของสติ เพราะว่ามีภาระระลึกได้แม้แต่ในการที่จะแสดงความเคารพ หรือ
แม้ขณะที่ให้ทานและคิดถึงเรื่องผล นี่เป็นประโยชน์ของการฟัง ซึ่งจะเกื้อกูลปรุงแต่ง
ให้สติปัฏฐานระลึกลักษณะของสภาพธรรมทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย
ทางใจ ซึ่งยากกว่าสติขั้นอื่น

ต้องอาศัยความเข้าใจจริง ๆ และต้องอาศัยการฟังเรื่องของสิ่งที่ปรากฏ
ที่สติจะต้องระลึก ที่ปัญญาจะต้องรู้ เนือง ๆ บ่อย ๆ

ในตอนต้นของการบรรยาย ได้พูดถึงเรื่องการเจริญสติปัฏฐานมาก และ
เมื่อเห็นว่าท่านผู้ฟังมีความเข้าใจพอสมควร ก็ได้พูดถึงเรื่องธรรมข้ออื่น ๆ และขณะที่
ได้พูดถึงเรื่องของโสภณสาธารณเจตสิกถึงตัตตมัตตตตเจตสิก ก็เป็นโอกาสที่จะได้
กล่าวถึงเรื่องของการอบรมเจริญสติปัฏฐาน เพราะว่าหลายท่านที่ไม่ได้ฟังตอนต้น
จะได้มีโอกาสพิจารณาเห็นประโยชน์ที่แท้จริงของการฟังพระธรรม เพื่อที่จะได้อบรม
เจริญปัญญาที่เป็นสติปัฏฐานโดยถูกต้อง โดยไม่คลาดเคลื่อน เพราะถึงแม้จะกล่าวถึง
วิปัสสนาญาณ หรือว่าโสภณสาธารณเจตสิกอื่น ๆ ซึ่งคงจะต้องกล่าวถึงต่อไป แต่ก็
ขอแทรกเรื่องของการเจริญสติปัฏฐานซึ่งเป็นเรื่องที่สำคัญ

ทุกคนต้องจากโลกนี้ไป ไม่ทราบว่าจะเร็วจะช้า เพราะฉะนั้น สิ่งที่จะควรจะทำ
เจริญมากถ้ามีโอกาส คือ ฟังเรื่องของการเจริญสติปัฏฐาน จะได้เป็นผู้ที่มีปกติเจริญ
สติปัฏฐานตั้งแต่ในชาตินี้

ถ. ในขณะที่ฟังพระธรรมหรือทำอะไรที่เกี่ยวกับการศึกษาพระธรรม
จะเป็นด้วยเหตุนี้หรือเปล่าที่ทำให้สติสามารถเกิดขึ้นบ้างบางครั้งบางคราว ไม่ได้
หมายความว่าเกิดติดต่อย่อย ๆ นาน ๆ แต่สักครั้งหนึ่ง ซึ่งจะมากกว่าปกติธรรมดา
หลังจากฟังเทปธรรมแล้ว ไม่ว่าอาจารย์จะพูดเรื่องมรณานุสติ หรือเรื่องเย็น ร้อน



อ่อน แข็งต่าง ๆ หรือเรื่องอานาปานสติ ก็เข้าใจว่าตัวเองสติเกิด เพราะว่าผมยังเป็น ปุณฺณ กีย่อมจะมีความสงสัยเป็นธรรมดา ผมเข้าใจว่าลักษณะอย่างนี้คงจะต้องเกิด อยู่เรื่อย ๆ บ่อย ๆ เนือง ๆ พร้อมด้วยความสงสัย จนกว่าจะมีความแน่ชัด ไม่ทราบว่าการเจริญในลักษณะที่เราไม่ได้ตั้งใจให้เกิดอย่างนั้นอย่างนี้ แต่ขณะที่ฟังธรรมของ อาจารย์และสติเกิดขึ้นเป็นบางครั้งบางคราว เป็นการเดินทางที่ถูกต้อง ใช่มั้ย

ส. สติปัฏฐานต้องเกิดสลับแน่นอ่อน น้อยหรือมากต้องแล้วแต่เหตุปัจจัย แต่ให้ทราบว่า ขณะใดที่สติเกิด สติจะระลึกลักษณะของสภาพธรรมที่เป็นปรมัตถธรรม ต้องมีลักษณะจริง ๆ ปรากฏ

ผู้ฟัง เรื่องการฟังพระธรรม อาจารย์ก็พร่ำสอนอยู่เรื่อยว่า ให้ฟัง ผมไปอ่าน ในปัญจกนิบาต เรื่องอานิสงส์ของการฟังพระธรรม ก็ขอบอกไว้ ณ ที่นี้ว่า อานิสงส์ของการฟังพระธรรมมี ๕ ประการ

๑. ได้ฟังในสิ่งที่เราไม่เคยได้ฟังมาก่อน

๒. ทำให้สิ่งที่ได้ฟังมาแล้วแจ่มแจ้งขึ้น

อย่างทุกวันนี้เราได้มาฟังอาจารย์เพิ่มขึ้น ก็แจ่มแจ้งขึ้นทุกที เมื่อที่อาจารย์ก็บอกว่า เรานึกถึงเรื่องใหญ่ ๆ ว่าเป็นวิบาก แต่เห็นทางตา ได้ยินทางหู เราไม่ค่อยได้นึกเลยว่า นั่นเป็นวิบาก นี่ก็เป็นประโยชน์อีก ทำให้ผมแจ่มแจ้งขึ้น นี่ก็เนื่องจากการฟัง

๓. ทำให้คลายความสงสัยลงไป

๔. ทำให้ความเห็นให้ตรง

นี่ก็ถูกอีก ทำให้เราระลึกสภาพธรรมตามความเป็นจริง ระลึกได้ถูกต้อง ได้ตรงขึ้น

๕. ทำให้จิตใจของผู้ฟังผ่องใส

เพราะฉะนั้น ฟังไปเถอะ อานิสงส์ ๕ ประการนี้ ได้แน่นอน

ส. ขออนุโมทนา เรื่องของสภาพธรรมที่ปรากฏ รู้ยากว่าไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน จึงควรที่จะสังเกต ศึกษา แม้แต่เพียงเริ่มต้น อย่างเมื่อกี้



ที่มีเสียงดัง ขณะนั้นถ้าสังเกตจริง ๆ จะรู้ว่า ทางตาไม่ได้ปรากฏเป็นหนึ่งสิ่งใด ขณะที่เสียงกำลังปรากฏและกำลังได้ยินเสียงนั้น และถ้าสติเกิดในขณะที่กำลังมีเสียงปรากฏ สภาพที่รู้เสียงไม่ใช่เรา ถ้ามีความสังเกตพิจารณาในขณะนั้น แม้แต่ส่วนหนึ่ง ส่วนใดของร่างกายก็ไม่ได้ปรากฏเลย เพราะฉะนั้น สิ่งที่ปรากฏทางตาในขณะนั้น ก็ไม่ได้สนใจว่าเป็นใคร หรือว่าเป็นสิ่งหนึ่งสิ่งใด นี่คือการเริ่มสังเกต

และจะรู้ได้ว่า สิ่งที่เราเห็นทางตาว่าไม่เห็นดับไปเลย แม้ได้ฟังธรรมมา ไม่ยาวนานสักกี่ปีก็ยังคงเห็นเป็นคนนั้นคนนี้อยู่เรื่อยไป ยังไม่สามารถแยกโลกที่ปรากฏทางตา กับโลกที่คิดนึกเรื่องสิ่งที่ปรากฏทางตาออกจากกันว่าสิ่งที่ปรากฏทางตา จะเป็นสิ่งหนึ่งสิ่งใดไม่ได้เลยนั้น ก็เพราะว่าคิด ถ้าไม่คิด เพียงไม่คิดเท่านั้น สิ่งที่ปรากฏทางตาก็เป็นเพียงสิ่งที่ปรากฏเท่านั้นเอง แต่เมื่อเกิดคิดขึ้นจะเป็นบุคคลนั้น บุคคลนี้ และการเกิดดับสลับกันอย่างรวดเร็วทำให้เห็นเป็นคนกำลังพูด พัดลม กำลังหมุน แต่คิดดู สิ่งที่ปรากฏทางตาที่ดับในขณะที่เสียงปรากฏ ถ้าไม่เห็นอีก จะมีการเคลื่อนไหวของรูปที่เห็นเมื่อก็ได้ไหม

เห็น และมีการได้ยิน ขณะที่กำลังได้ยินเสียง จิตเห็นที่จริงแล้วต้องไม่มีในขณะนั้น และถ้าได้ยินอยู่ตลอดเวลาโดยไม่พิจารณา ไม่นึกถึงสิ่งที่ปรากฏทางตา หรือไม่เห็น จะมีการเคลื่อนไหวของรูปเมื่อก็ได้ไหม แต่เพราะเมื่อเห็นแล้ว จิตคิดนึกจำสิ่งที่เห็น และเห็นอีก และจิตคิดนึกจำสิ่งที่เห็นอีก และเห็นอีก และจิตคิดนึกจำสิ่งที่เห็นอีก จึงปรากฏว่ารูปนั้นเคลื่อนไหว อาจจะเป็นคนที่กำลังพัดเพราะว่า ร้อนมาก แสดงให้เห็นว่า ต้องมีการเห็นหลายขณะซึ่งสลับกับการได้ยิน ซึ่งการได้ยิน ก็ดับแล้ว เพราะฉะนั้น การเห็นอีกสืบทอดทำให้ปรากฏเป็นคนยืน คนพูด คนเคลื่อนไหว หรือวัตถุสิ่งหนึ่งสิ่งใดเคลื่อนไหว แต่ให้ทราบว่า ในขณะนั้นการเกิดดับของสิ่งที่ปรากฏทางตาต้องเร็วสักแค่ไหน สลับกับเสียงซึ่งปรากฏทางหู หรือสลับกับ แสงที่กำลังปรากฏในขณะนี้

ทุกคนต้องมีกายปสาทที่กระทบกับสิ่งที่อ่อนบ้าง ร้อนบ้าง แห้งบ้าง ในขณะนี้ พิสูจน์ธรรมได้ ขณะที่กำลังรู้แจ้ง ต้องไม่มีการเห็น นี่สำหรับผู้ที่จะประจักษ์ลักษณะ



ของสภาพธรรมตามความเป็นจริงแล้ว แต่ผู้ที่ปัญญายังไม่ได้อบรมเจริญถึงขั้นที่
ประจักษ์ลักษณะของสภาพธรรม ก็ยังคงเห็นด้วย และรู้แจ้งด้วย แต่ควรที่จะ
น้อมพิจารณาถึงความจริงว่า ขณะที่แจ้งปรากฏ เห็นดับแล้ว คตินึกเรื่องสิ่งที่ปรากฏ
ทางตาซึ่งเกิดต่อทางมโนทวารวิถีก็ดับหมดแล้ว แจ้งจึงปรากฏได้

เพราะฉะนั้น ถ้าใส่ใจในลักษณะที่แจ้ง จะเห็นสิ่งนั้นเคลื่อนไหวทางตาใหม่

ก็ต้องไม่เห็น ใช่มั้ย ถ้ารู้แจ้งแล้วไม่เห็นอีกเลย หลับไปเลย จะไม่มี
การปรากฏการเคลื่อนไหวของรูปที่ปรากฏทางตา แต่เพราะเห็นแล้วคิด และอาจจะรู้
อารมณ์ทางทวารอื่น และกลับมาเห็นอีก จำได้อีก เห็นอีก จำได้อีก ทางตาจึงปรากฏ
เสมือนว่าเป็นสิ่งหนึ่งที่เป็นคน เป็นสัตว์ เป็นวัตถุต่าง ๆ และกำลังเคลื่อนไหวด้วย

นี่คือสิ่งที่จะต้องค่อย ๆ สังเกต พิจารณา แม้เพียงได้ยินปรากฏ ถ้าใส่ใจ
ในขณะนั้นจะรู้ว่า ไม่ได้สนใจในสิ่งที่ปรากฏ จึงไม่ได้สังเกตรู้ว่าเป็นวัตถุ หรือเป็น
บุคคลนั้นบุคคลนี้ ทั้งนิमितและอนุปยัญชนะ

เมื่อสภาพธรรมเป็นอย่างนี้ การที่สติเกิดเริ่มระลึกได้ เริ่มน้อมพิจารณาไป
เรื่อย ๆ โดยที่ว่าจะอาจจะมีลักษณะของสภาพธรรมอื่นเกิดแทรกคั่น และสติดับไป
อย่างรวดเร็ว และก้นานมากกว่าสติจะเกิดอีก และสติก็ไม่ค่อยจะระลึกทางตา
อาจจะระลึกทางกายบ้าง แต่ทางรสไม่ได้ระลึกเลยสำหรับบางท่าน ก็เป็นเรื่องปกติ
ซึ่งแล้วแต่สังขารขันธ์ที่ได้ฟังเรื่องของธรรมจนกระทั่งเป็นสุตมยปัญญา หรือ
สุตมยญาณ ก็ารู้จริง ๆ ว่า เป็นสิ่งที่ควรเจริญ และสติจะค่อย ๆ เริ่มพิจารณาไป
ทีละเล็กทีละน้อย

แต่ต้องรู้จักประสงค์ว่า การที่ระลึกทางตาก็อเพื่แยกลักษณะของสภาพธรรม
ที่ปรากฏออกจากลักษณะอ่อนหรือแข็งที่ปรากฏทางกาย และต้องแยกกับลักษณะของ
รูปธรรมนามธรรมอื่น ๆ ด้วย จึงจะปรากฏว่า ไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคลได้

ถ. เมื่อสติเกิด จะรู้ว่าเป็นสติปัญญาได้ไหม

ส. แน่นนอน



ถ. และที่จะเป็นเครื่องตัดสินว่า เป็นสติปัฏฐานในขณะทีสติเกิดขึ้น สติจะต้องระลึกถึงสภาวะธรรมที่ปรากฏในขณะนั้น คือ ต้องมีสภาวะธรรมปรากฏด้วย

ส. ถูกต้อง

ถ. ไม่ใช่ระลึกเฉย ๆ

ส. ไม่ได้ ทางตา สิ่งที่ปรากฏเป็นของจริง ระลึกได้

ถ. ผมสงสัยเรื่องของบัญญัติ มีผู้กล่าวว่า บัญญัติไม่เพียง จริงหรือเปล่า

ส. ก่อนอื่นที่จะเข้าใจสภาพธรรมได้ ต้องเข้าใจว่าบัญญัติคืออะไร การที่จะพูดถึงธรรมข้อหนึ่งข้อใด ต้องชัดเจนว่าหมายความว่าอย่างไร อย่างถ้าใช้คำว่า ปรมาตมธรรม หมายความว่าถึงสภาพธรรมที่มีจริง มีลักษณะปรากฏให้รู้ได้ แล้วแต่่ว่า จะเกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัยอะไรต่าง ๆ ซึ่งพระผู้มีพระภาคทรงแสดงไว้ว่า ปรมาตมธรรม คือ สภาพธรรมที่มีจริง แม้ไม่ใช่คำใด ๆ ก็ตาม ลักษณะนั้นมีจริง เช่น เห็น ไม่ต้อง เรียกชื่อเป็นภาษาต่าง ๆ เห็นก็มี ปรมาตมธรรมที่มี มีเพียง ๔ ประเภท คือ จิต เจตสิก รูป นิพพาน

ถ้าเข้าใจปรมาตมธรรมจะทำให้เข้าใจบัญญัติว่า บัญญัติไม่ใช่ปรมาตมธรรม และรู้ว่า ที่ใช้คำว่า บัญญัติ ต้องไม่ใช่ปรมาตมธรรม ต้องไม่ใช่จิต ต้องไม่ใช่เจตสิก ต้องไม่ใช่รูป

สภาพธรรมที่เป็นสังขารธรรมเกิดขึ้นและดับไป ได้แก่ ปรมาตมธรรม ๓ คือ จิต เจตสิก รูป เป็นสังขารธรรมซึ่งเกิดดับ เพราะฉะนั้น บัญญัติไม่ใช่ปรมาตมธรรม ไม่ใช่สังขารธรรม ไม่เกิด และจะดับได้ไหม

ถ. ถ้าไม่เกิด ก็ไม่ดับแน่ ๆ

ส. ต้องเข้าใจความหมายของบัญญัตีก่อน

ถ. และบัญญัติเป็นอารมณ์ของสติปัฏฐานได้ไหม

ส. ไม่ได้ เพราะว่าสติปัฏฐานต้องระลึกลักษณะของสภาพธรรมที่เกิดปรากฏและดับ จึงจะประจักษ์ว่า ลักษณะนั้นเป็นธรรมแต่ละชนิดซึ่งไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล เพื่อวิปัสสนาญาณจะสมบูรณ์ถึงการประจักษ์แจ้งลักษณะของ



สภาพธรรมตามลำดับขั้น ตั้งแต่วิปัสสนาญาณที่ ๑ คือ นามรูปปริจเฉทญาณ เป็นความสมบูรณ์ของปัญญาซึ่งประจักษ์แจ้งในลักษณะที่แยกขาดจากกันของ นามธรรมและรูปธรรม เพราะฉะนั้น ในขณะนั้นไม่ใช่บัญญัติ

และสำหรับผู้คิดว่า บัญญัติเป็นอารมณ์ของสติปัฏฐานได้ ขอให้แสดง วิธีเจริญสติโดยการระลึกถึงบัญญัติว่า ระลึกได้อย่างไร

ถ. เขาอ้างว่า ในกายานุปัสสนาสติปัฏฐานกล่าวถึงอาการ ๓๒ ว่า ให้พิจารณาอาการ ๓๒ และเกิดความเบื่อหน่าย เกิดความละคลาย ขณะนั้นกล่าวว่า เป็นสติปัฏฐาน

ส. พระผู้มีพระภาคทรงแสดงพระอภิธรรมไว้เพื่ออะไร

ถ. เพื่อให้เข้าใจสภาวะตามความเป็นจริง

ส. เพราะฉะนั้น ส่วนที่เคยยึดถือว่ากาย ทรงแสดงว่าได้แก่ปรมัตถ์อะไร มิฉะนั้นแล้วจะต้องไม่มีปรมัตถธรรมเป็นเครื่องยืนยัน ใช่ไหม ส่วนที่เคยยึดถือว่า กาย ตั้งแต่ศีรษะตลอดเท้า ได้แก่ปรมัตถธรรมอะไร

ถ. ได้แก่ รูปปรมัตถ์

ส. ได้แก่ รูปปรมัตถ์ ได้แก่ธาตุอะไร

ถ. ดิน น้ำ ไฟ ลม

ส. นี่ทรงแสดงไว้หรือเปล่า

ถ. ทรงแสดงไว้

ส. เมื่อทรงแสดงไว้แล้ว ทำไมไม่ประกอบกันว่า แม้ใช้คำว่า ลมหายใจ หรืออิริยาปถบรรพ หรือการพิจารณาส่วนต่าง ๆ ของกายก็ดี ถ้าเป็นสติปัฏฐาน จะต้องระลึกลักษณะของสภาพธรรมที่เป็นปรมัตถธรรม เพื่อจะได้ถึงความสมบูรณ์ของ ปัญญาที่ประจักษ์ลักษณะที่เป็นนามธรรมและรูปธรรม

ถ. ถ้าอย่างนั้นในกายานุปัสสนาสติปัฏฐานที่ว่าด้วยอาการ ๓๒ ที่ให้พิจารณา นี่มีประโยชน์อย่างไร



ส. สติปัฏฐานทั้งหมด เพื่อไม่ให้หลงลืมสติ ถ้าเป็นผู้ที่ศึกษาพระธรรม โดยตลอด จะเห็นได้ว่า รวบรวมธรรมทุกชั้น ทุกประเภท ทุกระดับ แม้แต่เรื่องของจิต ไม่ว่าจะเป็นฌานจิตก็เป็นสติปัฏฐาน หรือไม่ใช่ฌานจิตก็เป็นสติปัฏฐาน

สำหรับผู้ที่เคยยึดถือสภาพธรรมว่าเป็นตัวตน แล้วแต่จะยึดถือผม ขน เล็บ ฟัน หนัง หรือส่วนหนึ่งส่วนใดก็ตาม ทั้งหมดที่เคยยึดถือว่าเป็นกาย สติระลึก รู้ลักษณะของสภาพที่เป็นปรมาัตถธรรมเพื่อจะรู้ชัดว่า ไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล

ถ้าจะเอาผม ขน เล็บ ฟัน หนังมาเป็นการเจริญสติปัฏฐาน จะทำอย่างไร

ถ. ก็ให้พิจารณาผมโดยที่ตั้ง สันฐาน สี กลิ่น ว่าเป็นของไม่งาม ทั้งหมดนี้เป็นบัญญัติ เมื่อพิจารณาแล้วเกิดความเบื่อหน่ายจริง แต่ไม่ทราบว่าเป็นสติปัฏฐานหรือเปล่า

ส. ถ้าเป็นสติปัฏฐานขณะใด ต้องรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏ ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ตรงตามความเป็นจริงของลักษณะของสภาพธรรมนั้น ๆ ซึ่งต้องเป็นปรมาัตถธรรม





๑๖๖๗

ที่ห้องประชุมตึกสภากาการศึกษามหามกุฏราชวิทยาลัย

วันอาทิตย์ที่ ๑๗ พฤษภาคม ๒๕๓๐



ถ. ในปฏิภูมณสิกการบรพ มีเรื่องในอรรถกถาธรรมบทว่า พระที่สาธยาย
อาการ ๓๒ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก เรื่อยไปจนถึงเยื่อในสมอง
ปรากฏว่า ท่านสำเร็จเป็นพระอรหันต์พร้อมด้วยปฏิสัมภิทา และอุบาสิกาที่เรียน
การสาธยายอาการ ๓๒ กับพระ ก็สำเร็จเป็นพระอนาคามี และสำเร็จก่อนด้วย
อาการ ๓๒ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง ... พวกนี้ก็เป็นสมมติบัญญัติทั้งนั้น ใช่ไหม

สุ. ถูกต้อง

ถ. แต่ทำไมท่านสาธยายแล้ว ท่านบรลุ

สุ. ก็น่าคิด และควรคิดถึงพระสูตรอื่น ๆ อีกมากมายด้วยว่า ผู้ที่ไม่ได้
สาธยายทำไมท่านบรลุ คิดว่าสาธยายแล้วจะบรลุ แต่ก็ยังสงสัยว่าบรลุได้อย่างไร
ในสูตรอื่น ๆ ท่านอนาถปิณฑิกเศรษฐีไปเฝ้าพระผู้มีพระภาค ได้ฟังธรรม ไม่ได้
สาธยายอะไร ทำไมได้บรลุเพียงการฟังธรรม และบางท่านกำลังทำอาหารอยู่ในครัว
ไม่ได้สาธยายอะไร ทำไมถึงได้บรลุ

คำถามมีว่า ทำไมจึงได้บรลุ

เพราะฉะนั้น ตัดเรื่องสาธยาย ตัดเรื่องอื่นทั้งหมดได้ เพราะไม่ว่าจะยก
เรื่องหนึ่งเรื่องใดขึ้นมา ก็เป็นปัญหาที่ว่าทำไมจึงได้บรลุ ทำไมสาธยายจึงได้บรลุ
ทำไมไม่สาธยายจึงได้บรลุ เพราะฉะนั้น ที่จะบรลุได้ เพราะอะไรกัน

ถ. คงจะไม่เป็นเพราะสาธยาย

สุ. ผู้ที่ไม่สาธยายทำไมบรลุ จำนวนมากด้วย เพราะฉะนั้น อะไรกันแน่
ที่ทำให้บรลุ



ถ. การพิจารณาที่ยกเอาผม ขน เล็บ แต่ละอย่างๆ มาแยกกระจายพิจารณาแยกเป็นส่วนต่างๆ ทั้ง ๓๒ และเห็นว่านี่แหละเป็นอนัตตา ไม่ใช่ตัวตน อย่างนี้เป็นความคิด ใช่มั้ย

สุ. แน่แน่นอน เพราะฉะนั้น หนทางที่ทรงแสดงไว้ และยืนยันว่าต้องเป็นหนทางเดียวเท่านั้น คือ สติปัฏฐาน

ถ. ขณะที่ระลึกถึงผม หรืออาการ ๓๒ จะเป็นอย่างไรอย่างหนึ่งก็แล้วแต่ ขณะนั้นถ้าสติจะระลึก รู้ ไม่ให้เป็นบัญญัติ จะเป็นอย่างไร

สุ. ลักษณะอะไรปรากฏทางตา ลักษณะอะไรปรากฏทางหู ลักษณะอะไรปรากฏทางจมูก ลักษณะอะไรปรากฏทางลิ้น ลักษณะอะไรปรากฏทางกาย ลักษณะสภาพธรรมอะไรปรากฏเกิดขึ้นทางใจ

ถ. ต้องเอาลักษณะสภาวะ

สุ. แน่แน่นอนที่สุด ต้องเป็นนามธรรมหรือรูปธรรมเท่านั้น

ถ. คิดถึงผม ขน เล็บ นั้นไม่ใช่สภาวะธรรม เป็นเรื่องคิดนึกถึงเรื่องราว คิดถึงชื่อธรรม

สุ. วันหนึ่งๆ ความคิดของแต่ละคนมากมายนับไม่ถ้วน มีใครนับความคิดของท่านเองได้บ้างไหมว่า คิดเรื่องอะไรบ้างในวันหนึ่งๆ ก็นับไม่ได้ เมื่อนับไม่ได้ พระผู้มีพระภาคจะทรงแสดงวิธีอะไรหรือเปล่า ในเมื่อความคิดของแต่ละคนเกิดขึ้นโดยความเป็นอนัตตาจริง ๆ โดยสังขารขันธ์ โดยการเห็น การได้ยิน การได้กลิ่น การลิ้มรส การรู้สิ่งที่กระทบสัมผัส เพราะฉะนั้น แต่ละขณะจิตเป็นสภาพธรรมที่เป็นอนัตตา โดยขณะที่คิดเป็นเพียงสภาพของนามธรรมชนิดหนึ่งที่เกิดเรื่องราวต่าง ๆ ไม่ว่าจะคิดเรื่องอะไร

วันนี้ทุกคนต้องคิดเรื่องผม ถูกไหม เวลาเห็นผม เพราะอะไร ทุกคนมีผม ก็ต้องคิดเรื่องผม ต้องคิดแน่ๆ แต่จะคิดอย่างไร ห้ามได้ไหม เมื่อห้ามไม่ได้ บางคนเป็นกุศล บางคนเป็นอกุศล แล้วแต่ แต่ไม่ว่าจะเป็นการคิดที่เป็นกุศลโดยเห็นความเป็นปฏิภาณละคลายความติดความพอใจก็ตาม ก็ต้องไม่ลืมว่า สติปัฏฐาน คือ ระลึก



ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏทางหนึ่งทางใด คือ ทางตา หรือทางหู หรือทางจมูก หรือทางลิ้น หรือทางกาย หรือทางใจ

คนที่กำลังพอใจในผมที่สวย สติปัฏฐานเกิดได้ใหม่ หรือห้ามว่าเกิดไม่ได้ สติปัฏฐานเกิดได้ใหม่ กำลังพอใจในผมที่สวย สติปัฏฐานระลึกลักษณะสภาพของแข็ง ที่กระทบสัมผัสได้ ระลึกลักษณะของสี สิ่งที่ปรากฏทางตาได้ ระลึกถึงลักษณะ ความคิดในสณฺฐานได้ ระลึกลักษณะของโสมนัส ความยินดีพอใจในขณะนั้นได้ ส่วนคนที่ท้องผม ขน เล็บ ฟัน หนัง แต่สติปัฏฐานไม่เกิด ไม่ระลึก ไม่รู้ลักษณะของ สภาพธรรมที่กำลังปรากฏ จะสามารถบรรลุวิมุตติธรรมได้ไหม

เพราะฉะนั้น ควรที่จะได้ศึกษาพิจารณาธรรมโดยละเอียด โดยนัยของกุศล ขันธาน ขันศีล ขันสมณะ คือ ความสงบ ดับกิเลสไม่ได้ เพราะไม่ใช่การอบรมเจริญ ปัญญา สะสมการสังเกต การพิจารณา การรู้ลักษณะของนามธรรมและรูปธรรม ที่ไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล เกิดดับตามเหตุตามปัจจัยตามปกติ และเมื่อไม่รู้ ต้องเริ่มสะสมการระลึกรู้และการสังเกตลักษณะของสภาพธรรม จะได้รู้ว่า ถ้าระลึกถึงด้วยความเป็นปฏิภาณ จิตอาจสงบ แต่ไม่รู้ลักษณะที่เป็นนามธรรมและ รูปธรรม เพราะฉะนั้น ไม่ใช่หนทางที่จะดับกิเลส มิฉะนั้นต้องมีผู้รู้แจ้งอริยสัจจธรรม ก่อนพระผู้มีพระภาค เพราะว่ามีผู้ที่อบรมเจริญสมถภาวนาถึงขั้นฌานที่เป็นอรุณูปฌาน ขั้นสูงสุด แต่ก็ไม่สามารถรู้แจ้งอริยสัจจธรรมได้

เพราะฉะนั้น ถ้าใครคิดถึงผมและเกิดโลภะ ใครคิดถึงผมและเกิดโทสะ ใครคิดถึงผมและเกิดกุศล ใครคิดถึงผมจิตสงบเพราะกุศล ใครคิดถึงผมและสติระลึก ลักษณะของสภาพปรมัตถธรรมที่กำลังปรากฏในขณะนั้น หนทางใดที่จะทำให้ รู้แจ้งอริยสัจจธรรม

แต่ไม่ใช่หมายความว่า ทุกคนต้องคิดเหมือนกัน นี่ไม่มีในพระไตรปิฎกเลย เพราะวณานาจิตตัง วันหนึ่ง ๆ ทุกคนมีความคิดมากมาย เป็นกุศลก็มี เป็นอกุศลก็มี แต่ทุกคนจะรู้จักตัวเองตามความเป็นจริงเมื่อสติปัฏฐานเกิดระลึกลักษณะแม้ขณะที่คิด



ไม่ว่าจะคิดด้วยกุศลจิตหรืออกุศลจิต ด้วยโลภะหรือด้วยโทสะก็ตาม ขณะนั้นเป็นสติปัฏฐานได้ เพราะว่าเป็นสภาพธรรมแต่ละประเภทที่เกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัย

ผู้ที่บรรลุโดยไม่ท่อง ไม่สาธยาย มีมากกว่า ถ้าอ่านในพระไตรปิฎกจะเห็นได้ในแต่ละสูตร

ถ. เรื่องของการท่อง อย่างการสาธยายอาการ ๓๒ และชั้น ๕ โดยอย่างหยาบ อย่างกลาง อย่างละเอียด คือ ให้แยกกายขึ้น แยกแจ้งให้ละเอียดขึ้นทุกที ๆ โดยให้รู้สภาวะธรรมต่าง ๆ การท่องอย่างนั้นบ่อย ๆ จะเป็นเหตุปัจจัยให้สติปัฏฐานเกิดหรือเปล่า

ส. พระผู้มีพระภาคทรงแสดงพระธรรมว่าให้ท่องหรือเปล่า ถ้าเห็นว่าการท่องมีประโยชน์ ขณะนี้ทุกท่านไม่ควรฟังพระธรรม จงมาท่องกันเถอะในขณะนี้เพื่อสติปัฏฐานจะได้เกิด แต่ทำไมพระผู้มีพระภาคทรงแสดงพระธรรมโดยละเอียดเพื่อให้เกิดความเข้าใจซึ่งเป็นสังขารชั้นที่จะปรุงแต่งให้สติของแต่ละบุคคลเกิดขึ้น ระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ

ถ้าเป็นโดยนัยว่าการท่องมีประโยชน์ พระธรรมทั้งหมดจะไม่เกื้อกูลและไม่มีความจำเป็นเลย เป็นการเสียเวลาเปล่าที่จะแสดงเรื่องของจิต หรือเจตสิก หรือรูป หรือนิพพาน หรือแม้แต่พระสูตร หรือพระวินัย ก็เป็นสิ่งที่จำเป็น ควรที่จะท่อง ๆ เพื่อให้เกิดปัญญาหรือว่าเกิดสติ

ถ. อย่างพระที่สวดอภิธรรม และศึกษา หมั่นสาธยายบ่อย ๆ ซึ่งคล้ายกับการท่อง จะเป็นประโยชน์อะไรกับพระภิกษุ

ส. เวลาที่ฟังพระธรรม ประโยชน์ที่ท่านผู้ฟังได้รับคืออะไร

ถ. ก็แล้วแต่ อาจจะทำให้สติเกิดได้ อาจจะทำให้เข้าใจสภาวะธรรมได้ด้วยแล้วแต่ความเข้าใจของผู้ฟังแต่ละคน

ส. สิ่งสำคัญที่สุด คือ ฟังเพื่อเข้าใจ เมื่อมีความเข้าใจถูกต้องซึ่งเป็นสัมมาทิฏฐิ จะทำให้มีการระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมตรงตามที่ได้ฟัง แต่ถ้า



ไม่เข้าใจ อย่างเรื่องของสิ่งที่ปรากฏทางตา หรือสภาพธรรมต่าง ๆ นามธรรม รูปธรรมต่าง ๆ เพียงบอกว่าเห็นเป็นนาม สีเป็นรูป จะมีประโยชน์อะไรไหม

ผู้ที่เป็นสาวก ได้ฟังพระธรรมในครั้งที่พระผู้มีพระภาคยังไม่ปรินิพพาน ปัญญาของท่านเหล่านั้นไม่น้อยเลย ท่านต้องมีความเข้าใจแม้ว่าทรงแสดงพระธรรม โดยย่อ โดยสั้น แต่ท่านเหล่านั้นก็ยังติดตามเพื่อฟังส่วนที่ละเอียด เพื่อประโยชน์ต่อการที่จะได้เข้าใจสภาพธรรมนั้น ๆ และสติปัญญาของท่านก็เพิ่มพูนขึ้นตามลำดับขั้น ซึ่งเกิดจากการฟังพระธรรมที่พระผู้มีพระภาคทรงแสดงโดยละเอียดขึ้น ๆ ไม่ใช่เห็นว่า แค่นี้พอแล้ว หรือสามารถที่จะท่องไป ๆ และปัญญาจะเกิดได้

ถ้าเป็นอย่างนั้น จะไม่ทรงแสดงพระธรรมไว้โดยละเอียดเป็นแน่ จนกระทั่ง คนในยุคนี้สมัยนี้คิดว่าละเอียดเกินไปด้วยซ้ำ ใช้ไหม เวลาอ่านพระไตรปิฎกก็บอกว่า ทำไมซ้ำ ๆ อย่างนี้ กล่าวแล้วกล่าวอีก ข้อความที่กล่าวไว้ในสูตรนั้น ก็ยังกล่าวไว้ในสูตรนี้อีก แต่ไม่ได้มีพยัญชนะที่บอกว่าให้ท่อง แต่ทรงแสดงธรรมเพื่อให้เข้าใจ

ผู้ฟัง การสาธยายที่มีผู้เรียนถามอาจารย์ ไม่ใช่ท่องโดยไม่รู้ความหมาย ตามหลักฐานเดิมท่านบอกว่า ท่อง หรือสาธยาย อย่าลืม คนอินเดียสมัยพุทธกาลนั้น พุทธภาษามคร หรือพุทธภาษาบาลี ฉะนั้น เขารู้ความหมาย เขาเข้าใจ แต่คนไทย พุทธภาษาบาลี ฟังเท่าไร ๆ ก็ไม่รู้ สวดอภิธรรมผมได้ยินมาตั้งแต่เล็ก ยังไม่รู้ความหมายเลย กุสลา ภัมมา หรือ เหตุปัจจุโย ... ก็ไม่รู้ความหมาย สวดกันมากมาย มีคนฟังสวดและสำเร็จไปแล้วบ้างไหม เพราะฉะนั้น สวดแล้วไม่ได้อะไร เพราะไม่เข้าใจความหมาย

คำว่า สาธยาย หรือ ท่อง หลักฐานดั้งเดิมท่านบอกว่า ต้องเข้าใจความหมาย ถ้าไม่เข้าใจความหมาย สิ่งที่จะท่องไปนั้นก็จะเป็นแบบโบราณว่า นกแก้ว นกขุนทอง

มีมนต์อยู่บทหนึ่งซึ่งอาจารย์เห็นว่าลูกศิษย์คนไหนไม่ฉลาด แต่มีความกตัญญู ก็อยากจะเกื้อกูลอนุเคราะห์ให้อาศัยมนต์นี้ไปเลี้ยงชีพ จึงสอนมนต์ให้ท่อง ให้จำได้ มนต์นั้นมีว่า สมเตติ ... ผมเห็นเขาเอามาพิมพ์แจกว่าเป็นมนต์ป้องกันอันตราย ลูกศิษย์คนไหนเมื่อกลับมาแล้ว ญาติพี่น้องก็ต้อนรับอย่างดี ถือว่าเป็นผู้เรียนสำเร็จ



กลับมา จนกระทั่งวันหนึ่งมีใจเข้ามาขโมยของตอนดึก มาณพนั้นก็ทอมนต์ตามปกติ ใจได้ยินเปิดเลย เพราะใจฟังรู้เรื่องมนต์บทนี้ แต่คนไทยฟังไม่รู้ ความหมายคือพยายามเข้าไปเถอะ ๆ ถึงแก่จะพยายามอย่างไร ฉันก็รู้

ใจคิดว่า มีคนคอยจ้องดูอยู่ ก็หนีไป ไม่กล้าเข้าไปในบ้าน มนต์บทนี้ถ้าเพียงท่อง ท่องให้ตาย สมัยนี้ใจไม่กลัวหรอก เพราะใจฟังไม่รู้เรื่อง

เพราะฉะนั้น ประโยชน์ที่จะได้จากการท่อง คือ ความเข้าใจ ถ้ายังไม่เข้าใจท่องเท่าไร ๆ ก็ไม่ได้ประโยชน์

ถ. ลืมบอกไปว่า ผู้ที่กล่าวเรื่องนี้เขาบอกว่า ให้ศึกษาในสำนักของอาจารย์ให้เชี่ยวชาญชำนาญจนเข้าใจในอรรถและพยัญชนะ สามารถแยกได้ละเอียดถึงขั้น ๕ ทั้งหลาย และหมั่นสาธยายบ่อย ๆ จะช่วยให้สติเกิดมากขึ้น จริงหรือเปล่า

สุ. ขอให้ท่านผู้ฟังคิดว่า ขณะที่กำลังท่อง จะละความยึดถือว่าเป็นตัวตนได้เมื่อไร และเพราะอะไร เพราะว่าสติปัฏฐานต้องเป็นการรู้ลักษณะของสภาพธรรมเพื่อละการยึดถือสภาพธรรมที่กำลังปรากฏนั้นว่าเป็นตัวตน

เพราะฉะนั้น ในขณะที่กำลังท่อง รู้อะไร จึงจะละการยึดถือสภาพธรรมว่าเป็นตัวตน ที่กล่าวว่าไปศึกษาที่สำนักอาจารย์จนกระทั่งมีความเข้าใจละเอียดดีแล้วจึงควรท่องเพื่อให้สติเกิด แต่ไม่ควรจะเป็นอย่างนั้นเลย เพราะว่าจุดประสงค์ของการที่จะท่องก็เคลื่อนแล้ว โดยการที่ว่าต้องการให้สติเกิด

เรื่องของโลภะ เป็นเรื่องที่ยากที่สุด ใครก็ตามที่หาวิธีหนึ่งวิธีใดที่จะทำให้สติเกิดบ่อย เกิดมาก ผู้นั้นจะไม่เจริญปัญญา เพราะไม่รู้ว่าขณะนั้นเพราะอะไรจึงแสวงหาทางที่จะทำให้สติเกิดมาก แต่ถ้าเป็นการศึกษาพระธรรมและเข้าใจจริง ๆ รู้ในลักษณะที่เป็นอนัตตาจริง ๆ แม้แต่เพียงฟังปัญหานี้ ก็จะต้องพิจารณาว่าในขณะที่กำลังท่อง สติต้องระลึกรู้อะไรและปัญญาต้องรู้อะไร จึงจะละคลายการยึดถือสภาพธรรมว่าเป็นตัวตนได้

ต้องรู้ว่าขณะที่กำลังคิดเป็นนามธรรมชนิดหนึ่ง ไม่ใช่หวังรอท่องเพื่อให้สติไประลึกลักษณะของเห็นที่กำลังท่อง หรือไประลึกลักษณะของได้ยินที่กำลังท่อง หรือ



ไประลึกรู้ลักษณะของกลิ่น ของรส ของโณภูมิจึงพะที่กำลังท่องเรื่องชั้น ๕ ไม่ใช่อย่างนั้น ไม่ใช่ท่องไปเพื่อหวังคอยให้สติไประลึก

แต่เมื่อเป็นสติปัฏฐาน ต้องสามารถแยกโลกของปรมาตถ์กับโลกของบัญญัติได้ เพราะว่าในขณะนี้ ทุกคน ปรมาตถ์ธรรมปรากฏทางตา เล็กน้อย สั้นมาก หลังจากนั้น ก็บัญญัติ ถ้าไม่คิดไม่มีบัญญัติ มีแต่ปรมาตถ์ธรรม เพราะฉะนั้น ไม่พ้นจากตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ คือ ทางตา ปรมาตถ์ธรรมปรากฏ ในขณะที่ไม่ได้คิดเลย เป็นปรมาตถ์ธรรม แต่เมื่อเห็นเป็นสัตว์ บุคคล วัตถุสิ่งต่าง ๆ ขณะนั้นคิด

ขณะที่ได้ยินเสียงทางหู เสียงเป็นปรมาตถ์ธรรม แต่ขณะที่กำลังเข้าใจคำ หรือความหมายของคำที่พูด ขณะนั้นเป็นจิตที่คิด คือ มโนทวารวิถีจิตที่เกิดต่อจาก ทางตาบ้าง มโนทวารวิถีจิตที่เกิดต่อจากทางหูบ้าง มโนทวารวิถีจิตที่เกิดต่อจาก ทางจมูก ทางลิ้น ทางกายนั่นเอง เพราะฉะนั้น ปัญญาจะต้องสามารถรู้ว่า ปรมาตถ์ธรรมที่ปรากฏไม่ใช่ขณะที่จิตคิด เป็นเรื่องของปรมาตถ์ธรรมนั้น ๆ

ขณะที่กำลังคิดเรื่องผม สติไม่ได้ระลึกลักษณะของปรมาตถ์ธรรม แต่เป็นการคิด ขณะนั้นเป็นตัวตนที่กำลังคิด เพราะฉะนั้น ที่จะละความเป็นตัวตนที่จะเป็น สติปัฏฐานได้ ทุกขณะ ไม่ใช่แต่ขณะที่คิดเรื่องผม ขน เล็บ ฟัน หนัง หรือขณะที่ พยายามจะท่อง ซึ่งผิดไปแล้ว เรียกว่า เพี้ยนไป คลาดเคลื่อนไป ด้วยความต้องการ ที่จะหาวิธีที่จะทำให้สติเกิดมาก ๆ ซึ่งนั่นคือลักษณะของโลภะ

ถ้าเป็นปัญญาจริง ๆ ต้องรู้ว่า เพียงคิด ขณะไหนก็ตาม ขณะนั้นเป็น สภาพนามธรรมชนิดหนึ่งที่จะต้องรู้ว่า แม้ความคิดก็ดับ เพราะไม่ได้มีความคิดติดต่อกันไปตลอดเวลาทั้งวันทั้งคืน เพราะเหตุใด ก็เพราะว่าปรมาตถ์ธรรมกำลังปรากฏ สลับกับความคิด





๑๖๖๘

ที่ห้องประชุมตึกสภากาการศึกษามหาวิทยาลัย

วันอาทิตย์ที่ ๑๗ พฤษภาคม ๒๕๓๐



ส. ทางตาที่เห็นเป็นปรมัตถธรรมปรากฏ และคิด ทางหูที่ได้ยินเป็นปรมัตถธรรมปรากฏ และคิด เพราะฉะนั้น ความคิดหรือจิตที่คิดทางมโนทวารวิถีที่เป็นมโนทวารวิถีจิตนั้นก็ดับด้วย ไม่ใช่ไม่ดับ และปัญญาจะรู้ว่า คิดไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ว่าคิดเรื่องอะไรทั้งสิ้น

แต่ไม่ใช่เป็นการไปท่องเที่ยวโดยหวังรอที่จะให้สติปัฏฐานเกิด และไประลึกลักษณะของขั้นหนึ่งขั้นใด ผู้ที่อบรมเจริญปัญญาจะต้องรู้ว่า ขณะที่คิดนั่นเองเป็นนามธรรมชนิดหนึ่ง แยกออกจากปรมัตถธรรมที่กำลังปรากฏ เพราะฉะนั้น สติปัฏฐานระลึกลักษณะของปรมัตถธรรมที่เป็นรูปธรรมที่ปรากฏทางตา หรือว่าจิตที่คิดซึ่งเป็นนามธรรมที่กำลังคิดเรื่องบัญญัติต่าง ๆ จึงจะเป็นการเจริญสติปัฏฐาน ไม่ใช่ไปท่องเที่ยว ไปสงบ และไม่รู้ลักษณะของจิตที่คิดทางมโนทวารซึ่งสลับกับทางปัญจทวาร

ถ. ผมเข้าใจอย่างนี้จะถูกหรือเปล่า คือ สภาธรรมมีอยู่ตลอดเวลา แทนที่จะไปท่องเที่ยว ถ้าศึกษาและเข้าใจอรรถและพยัญชนะแล้ว ขณะใดสติระลึกว่าหลงลืมสติ ขณะนั้นก็สามารถพิจารณาสภาธรรมได้ เพราะสภาธรรมมีตลอดเวลา และระลึกได้ ไม่จำเป็นต้องไปท่องเที่ยวพิจารณาไล่ไปตามลำดับ

ส. ถูกต้อง และตรวจสอบได้กับมหาสติปัฏฐานสูตรทั้ง ๔ สติปัฏฐาน ไม่ได้บอกไว้เลยว่าให้ท่องเที่ยว แต่ให้สติระลึกลักษณะของกาย ลักษณะของเวทนา ลักษณะของจิต ลักษณะของธรรม คือ ในขณะนี้เองที่กำลังปรากฏ

ความคิดนึกนี้ ไม่ต้องไปส่งเสริม ทุกคนคิดจนกระทั่งปิดบังลักษณะของปรมัตถธรรมแล้ว แม้ว่าปรมัตถธรรมมีก็ไม่รู้ลักษณะของปรมัตถธรรมว่าเป็นปรมัตถธรรม เพราะว่าความคิดไปยึดถือปรมัตถธรรมที่เกิดดับสืบต่ออย่างรวดเร็วโดยวิปัสสนาที่เห็นแตกต่างไปจากสภาธรรมตามความเป็นจริงอยู่แล้ว



เพราะฉะนั้น ไม่ต้องไปสร้างวิธีหนึ่งวิธีใดขึ้นมาเป็นแบบที่จะยึดถือ ที่จะติดข้อง ที่จะกั้นไม่ให้สติเกิดในขณะนี้โดยที่ยังไม่ทันทอง

ทางตากำลังเห็น สติก็ระลึกได้ ทางใจที่คิด ก็รู้ว่าเป็นนามธรรมชนิดหนึ่งซึ่งคิด และจะรู้ได้ว่าโลกของบัญญัติอยู่ที่โลกของความคิดทั้งหมด แต่โลกของปรมาตมก็ สลับกับโลกของบัญญัติด้วย ไม่ใช่มีแต่ความคิดอย่างเดียว

ในขณะที่ทอง ไม่ได้รู้โลกของปรมาตมที่กำลังปรากฏทางหนึ่งทางใดทั้ง ๖ ทางเลย แต่มุ่งไปด้วยความหวังว่าจะทองเพื่อให้สติเกิด โดยที่ไม่รู้ว่า ถ้าสังขารชั้นธ คือ การพองจนกระทั่งเข้าใจในสภาพที่เป็นอนัตตาแล้ว ในขณะที่เห็น ในขณะที่ได้ยิน ในขณะที่คิด ไม่ใช่ในขณะที่ทอง สติปัญฐานก็เกิดโดยความเป็นอนัตตา เพราะว่า จะทองหรือไม่ทองก็คือความคิด ซึ่งแล้วแต่ว่าจะคิดเรื่องของสิ่งที่ปรากฏทางตา หรือ ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ

ผู้ฟัง ขอเพิ่มเติมเรื่องสาธยาย คือ เรื่องของการเจริญสติปัญฐานหรือ การเจริญวิปัสสนานี้ เป็นเรื่องการอบรมเจริญ ต้องอบรม คือ ผีกฝน ผีกจิต ต้องฝึก อยู่เรื่อย พระธรรมเป็นสิ่งที่ทำให้เราเข้าใจประกอบ และต้องฝึก ถ้าทอง สติปัญฐาน เกิดไม่ได้ จะต้องระลึก สภาพธรรมต้องระลึก จะไปใช้คำมาทองไม่ได้ ต้องฝึก ต้องอบรม ใช้ทองไม่ได้ แม้กระทั่งการบรรยายของอาจารย์ที่นี่ ก็มีผู้ที่ทองได้คล่อง แต่เวลาอาจารย์ถามว่า เห็นมีไหม ก็ไม่เข้าใจ การฝึกอบรมเจริญสติปัญฐาน สำคัญมาก เพราะฉะนั้น ไม่ใช่เรื่องทอง

ส. ขออนุโมทนาที่ให้อุทิศในเรื่องของธรรม ซึ่งไม่ควรจะค้างไว้เพียงแค่ว่า เป็นการฝึกอบรมหรือสะสม แต่ต้องรู้ให้ชัดยิ่งไปกว่านั้นอีกว่า ฝึกอบรมสะสมอะไร ที่จะเป็นสติปัญฐาน ซึ่งก็คือฝึกอบรมสะสมการสังเกต การพิจารณา การระลึก การรู้ลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏ

คือ ปัญญาที่จะละการยึดถือสภาพธรรมว่าเป็นตัวตน จะต้องประจักษ์แจ้งใน ลักษณะของสภาพธรรมที่เป็นนามธรรมว่าเป็นนามธรรม จึงไม่ใช่เรา รู้ในลักษณะของ รูปธรรมว่าเป็นรูปธรรม จึงไม่ใช่เรา เวลานี้ทั้ง ๆ ที่นามธรรมก็เกิด เห็นก็เป็นนามธรรม



ได้ยินก็เป็นนามธรรม คิดนึกก็เป็นนามธรรม รูปธรรมก็มี คือ สิ่งที่ปรากฏทางตาก็คือ รูปธรรม เสียงก็เป็นรูปธรรม แต่ทำไมไม่ปรากฏ ก็เพราะว่ายังไม่ได้สะสมอบรม การสังเกต การระลึกได้ การศึกษา การพิจารณาพร้อมสติ ในขณะที่สภาพธรรมนั้น ๆ กำลังปรากฏ

เมื่อกล่าวถึงว่าเป็นการอบรม เป็นการสะสม ก็ควรที่จะได้เพิ่มเติมว่า เป็นการอบรมสะสมการระลึกรู้ พร้อมการสังเกต พิจารณาลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏ ถ้าเป็นโดยลักษณะนี้ ก็ตัดปัญหาเรื่องท่องไปได้เลย ไซ้ไหม เพราะในขณะนั้น ไม่ใช่การสะสมการสังเกต การระลึกรู้ การพิจารณาลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ

เพราะฉะนั้น ผู้อบรมเจริญสติปัฏฐานสามารถรู้ได้ว่า ขณะไหนเป็นสติปัฏฐาน ขณะไหนเป็นการคิดเรื่องนามธรรมและรูปธรรม

ถ. ก่อนได้มาฟังพระธรรม เวลาถูกเขาหมิ่นประมาท กล่าวคำหยาบด่าว่า เราเดือดร้อนมาก เกิดการทะเลาะวิวาท ต่อมาเมื่อฟังพระธรรมบ่อย ๆ นาน ๆ เข้า ยิ่งได้อ่านศึกษาเรื่องอภิธรรม ก็รู้ว่ามีแต่รูปกับนาม เวลาถูกคนอื่นหมิ่นประมาทด่าว่า เกิดนึกขึ้นได้ว่า นั่นเป็นเพียงรูปกับนามเท่านั้น เสียงนั้นเป็นเพียงจิตตชารูป นามนั้นเป็นโทสมูลจิต เกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัย นึกได้อย่างนี้แล้ว ความเดือดร้อนก็น้อยลง เวลาที่นึกได้อย่างนี้ เป็นสติหรือเปล่า

สุ. เป็นสติที่ระลึกได้ และจะเห็นประโยชน์ของการฟังพระธรรมจริง ๆ ว่า ไม่ใช่ว่าจะต้องมีสติปัฏฐานอยู่ตลอดเวลา แต่สติจะเกิดโดยการที่ระลึกได้ ไม่ว่าจะเป็นลักษณะของกุศลจิตหรืออกุศลจิตก็ตาม ในวันหนึ่ง ๆ ถ้าในขณะที่อกุศลจิตเกิด และสติไม่ระลึกเลย เช่น บางวันหรือทุกวันก็ได้ ตั้งแต่เข้าตื่นมาทุกคนชินกับกระแสของอกุศล อกุศล คือ โลภะ ต้องการตั้งแต่ลืมตา ทุกอาการกิริยาการเคลื่อนไหว เป็นไปด้วยความต้องการทั้งสิ้น แต่ไม่เคยรู้สึกเลยว่าเป็นโลภะ เป็นอกุศล หรือว่าเคยรู้สึก



ตั้งแต่เข้ามาจนกระทั่งขณะนี้ยังไม่ได้ฟังพระธรรม หรือขณะที่กุศลจิตไม่เกิด ทราบใหม่ว่า ขณะนั้นเป็นชีวิตประจำวันซึ่งเต็มไปด้วยอกุศล ไม่เคยรู้เลย เป็นกระแสของอกุศล จนกระทั่งสติระลึกได้ว่า ขณะนี้เป็นอกุศล ขณะนั้นสติก็เป็นธรรมเครื่องกัน กระแสของอกุศลเมื่อระลึกได้

เวลาได้ยินคำพูดที่ไม่พอใจ เป็นคำสบประมาท ซึ่งแต่ก่อนนี้จะต้องไหลไปตาม กระแสของอกุศล คือ ความไม่พอใจ แต่เมื่อสติเกิดระลึกได้ นั่นคือสติเป็นเครื่องกัน กระแสของอกุศล

เพราะฉะนั้น จึงเห็นคุณค่าของสติว่า จำปรารถนาในที่ทั้งปวง เพราะว่าสติเกิด จึงสามารถรู้ว่า สิ่งใดควรและสิ่งใดไม่ควร

ถ. ผมสงสัยว่า ที่นี้ถือว่าเป็นเพียงรูปกับนามเป็นอารมณ์ อารมณ์นั้น เป็นของคนอื่น ไม่ใช่จิตของเรา ต้องนึกถึงว่า จิตเรา จึงจะเป็นสติ ใช่หรือเปล่า จะต้องมียึดของเราเป็นอารมณ์ ตอนที่เราเห็นว่าคนกำลังด่าเรานั้น ไม่ใช่คน ไม่ใช่สัตว์ เป็นเพียงรูปกับนามที่เกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัย และจิตที่กำลังคิดอย่างนั้นเป็นเพียงนาม ชนิดหนึ่ง

ส. ถูก เพราะขณะนั้นใครคิดว่านั้นเป็นรูป

ถ. นามธรรม

ส. เป็นจิตที่เกิดพร้อมกับสติ สติที่เป็นไปในการคิดเรื่องนามธรรมและ รูปธรรม

ถ. ถ้าไม่คิดว่าเป็นนามธรรมชนิดหนึ่งที่คิดอย่างนั้น ก็เป็นสติเหมือนกัน ใช่ไหม

ส. เป็นสติขั้นที่คิดเรื่องนามธรรมและรูปธรรม คือ คิดว่านั้นเป็นรูป ที่คิดว่านั้นเป็นรูป เป็นสติ แต่ไม่ใช่สติปัญญา ถ้าเป็นสติปัญญาต้องระลึกลักษณะ ของปรมัตถธรรม

ถ. ถ้าเป็นสติปัญญา หมายถึงจิตของเราเอง

ส. ลักษณะของสภาพคิด แต่นั่นเป็นเพียงการคิดเรื่อง



ถ. เรื่องที่เคยได้ยินธรรมมา

สุ. เป็นปัญญาขั้นคิดเรื่อง เป็นสติขั้นคิดเรื่อง แต่ก็เชื่อว่าเป็นผู้น้อมไปสู่การประพฤติปฏิบัติธรรมเพื่อดับกิเลส มิฉะนั้นแล้วอาจจะพอใจที่จะโกรธ แต่เมื่อพิจารณาเห็นว่าไม่มีประโยชน์ ขณะนั้นเป็นการน้อมที่จะพิจารณาและประพฤติปฏิบัติตามพระธรรมที่ได้ฟัง

บัญญัติเป็นอารมณ์ของสติปฏิฐานไม่ได้ เพราะว่าบัญญัติไม่ใช่สภาวะธรรม นี่เป็นเหตุผลที่จะต้องรู้ว่า เหตุใดบัญญัติจึงเป็นอารมณ์ของสติปฏิฐานไม่ได้ เพราะว่าสติปฏิฐานหมายความว่าสติที่ระลึกถึงลักษณะของสภาวะธรรม ซึ่งได้แก่นามธรรมหรือรูปธรรม จนกว่าปัญญาจะประจักษ์แจ้งในลักษณะของนามธรรมและรูปธรรมว่าไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน ต้องมีลักษณะของสภาวะธรรมจริง ๆ ซึ่งเกิดขึ้นและดับไปที่ปัญญาจะต้องรู้ชัด จึงจะละการยึดถือสภาวะธรรมว่า เป็นสัตว์ เป็นบุคคล เป็นตัวตนได้

เพราะฉะนั้น จะต้องพิจารณาเรื่องของบัญญัติโดยละเอียดบ่อย ๆ เข้าใจเรื่องของบัญญัติเพิ่มขึ้น จนกระทั่งทำให้สติสามารถละความติดในบัญญัติเพื่อที่จะระลึกถึงลักษณะของสภาวะธรรมที่เป็นปรมาัตถธรรมเพิ่มขึ้น

บัญญัติธรรมคืออะไร

บัญญัติธรรม คือ เรื่องราวที่จิตคิดนึกไปต่าง ๆ เพราะฉะนั้น ขณะใดที่จิตไม่มีปรมาัตถธรรมเป็นอารมณ์ ขณะนั้นจิตมีบัญญัติเป็นอารมณ์

ปรมาัตถธรรมมี ๔ คือ จิต เจตสิก รูป นิพพาน ขณะใดที่จิตไม่มีปรมาัตถธรรม ๔ เป็นอารมณ์ ขณะนั้นจิตมีบัญญัติเป็นอารมณ์

และในวันหนึ่ง ๆ จะทราบโดยสติระลึกว่า ขณะใดมีปรมาัตถธรรมเป็นอารมณ์ และขณะใดมีบัญญัติเป็นอารมณ์ แต่ถ้าสติไม่เกิด บัญญัติธรรมและปรมาัตถธรรมก็ปนกัน ยากที่จะรู้ชัดได้จริง ๆ ว่า ในขณะนี้กำลังมีปรมาัตถธรรมเป็นอารมณ์ หรือว่า กำลังมีบัญญัติเป็นอารมณ์ เนื่องจากการไม่ได้ฟังพระธรรมที่พระผู้มีพระภาคทรงแสดงเรื่องของปรมาัตถธรรม จึงไม่สามารถรู้ความต่างกันของขณะที่กำลังมีปรมาัตถธรรม



เป็นอารมณ์ หรือว่ากำลังมีบัญญัติเป็นอารมณ์ แต่เมื่อได้ฟังพระธรรมแล้ว จึงเริ่มเข้าใจว่า สิ่งที่เคยเข้าใจว่าเป็นสัตว์ เป็นบุคคล เป็นเรื่องราวต่าง ๆ แท้ที่จริง ในขณะที่ไม่ใช่ปรมาตมธรรม ทั้งหมดในขณะนั้นเป็นบัญญัติทั้งสิ้น

การศึกษาพระธรรม จะต้องศึกษาจากสภาพธรรมที่กำลังปรากฏตามปกติ ในชีวิตประจำวัน วันนี้รู้ลักษณะของปรมาตมธรรมอะไรบ้าง นี่เป็นเครื่องทดสอบว่า สามารถแยกปรมาตมธรรมกับบัญญัติในขณะที่เป็นอารมณ์ได้บ้างหรือยัง

ถ้าในวันนี้สติเริ่มจะรู้ลักษณะของปรมาตมธรรม ก็จะได้รู้ว่า ปรมาตมธรรม เป็นสิ่งที่มีจริง ๆ มีลักษณะปรากฏ แม้ว่าจะไม่นึกถึงคำ ถึงเรื่อง ถึงชื่อของ ปรมาตมธรรมนั้น ลักษณะของปรมาตมธรรมนั้น ๆ ก็มี เพราะฉะนั้น จะเห็นได้ว่า ในวันนี้ หรือแม้แต่เดี๋ยวนี้เอง ขณะใดมีปรมาตมธรรมเป็นอารมณ์ และขณะใด มีบัญญัติเป็นอารมณ์

ทางตา มีปรมาตมธรรมเป็นอารมณ์ และมีบัญญัติเป็นอารมณ์หลังจากที่ จักขุทวารวิธิตัดดับไปแล้ว

ทางหู ขณะที่เสียงเท่านั้นปรากฏ ยังไม่ได้คิดถึงความหมายเลย ขณะนั้น มีปรมาตมธรรมเป็นอารมณ์ แต่เมื่อโสตทวารวิธิตัดดับไปแล้ว หลังจากนั้นก็มีบัญญัติ เป็นอารมณ์

บัญญัติธรรมกับปรมาตมธรรมที่เป็นอารมณ์ จะสลับกันในวันหนึ่ง ๆ อย่างรวดเร็ว จนกระทั่งถ้าสติไม่ระลึกรู้จะแยกไม่ออกเลย แม้แต่ในขณะที่กำลังเห็น ในขณะนี้ เริ่มที่จะเป็นผู้ที่มีปกติเจริญสติปัฏฐานที่จะรู้ว่า ขณะใดเป็นปรมาตม และ ขณะใดเป็นบัญญัติ

ทางตา เป็นเครื่องตรวจสอบการได้ฟังพระธรรมมาเป็นเวลานาน และการที่ สติจะระลึกลักษณะของสภาพธรรมทางนั้นบ้าง ทางนี้บ้าง ทางกายบ้าง ทางหูบ้าง ทางจมูกบ้าง ลิ้นบ้าง ใจบ้าง ตาบ้าง ก็เพื่อที่จะได้รู้ว่า ความรู้ในลักษณะของ สภาพปรมาตมธรรมเพิ่มขึ้นมากน้อยแค่ไหน



มีท่านผู้ฟังที่ใครจะแสดงความคิดเห็นในเรื่องนี้บ้างไหม เรื่องของวันนี้ รู้ลักษณะของปรมาตมธรรมอะไรบ้าง หรือว่าเป็นบัญญัติไปหมดทั้งวัน ทั้ง ๆ ที่ปรมาตมธรรมมี ไม่ใช่ไม่มี ถ้าไม่เห็นจะคิดเรื่องนั้นเรื่องนี้ไม่ได้เลย ถ้าไม่ได้ยินก็จะคิดเรื่องนั้นเรื่องนี้เกี่ยวกับเรื่องราวต่าง ๆ จากเสียงที่ได้ยินไม่ได้ จะไม่มีการทรงจำคำ และความหมายของคำไว้เลย

เพราะฉะนั้น วันหนึ่ง ๆ ที่คิด อาจจะไม่ทราบว่าจะคิดถึงเรื่องสิ่งที่เห็นทางตา คิดถึงเสียงที่ได้ยินทางหู คิดถึงกลิ่นที่รู้ได้ทางจมูก คิดถึงรสที่ลิ้มได้ทางลิ้น คิดถึงสิ่งที่กระทบสัมผัสกายได้ นอกจากนั้น แม้ว่ารูป เสียง กลิ่น รส โสภณูปพะเหล่านี้ จะไม่ปรากฏ จะไม่กระทบ แต่ใจก็ยังติดตามคิดถึงเรื่องของรูป เสียง กลิ่น รส โสภณูปพะ โดยเป็นเรื่องทั้งหมด ไม่ใช่เป็นปรมาตมธรรม แต่เป็นบัญญัติ เป็นเรื่องราวของสิ่งต่าง ๆ ทั้งหมด

วันหนึ่ง ๆ บัญญัติเป็นอารมณ์มากมาย จนกว่าจะแหวกกระแสของบัญญัติ ที่เป็นอารมณ์และระลึกรตรลักษณะของปรมาตมธรรมที่กำลังปรากฏ เพื่อจะได้รู้ด้วยตนเองว่า ขณะใดมีปรมาตมเป็นอารมณ์ และขณะใดมีบัญญัติเป็นอารมณ์ ทางทวารไหน

ทางตา ข้อที่จะสังเกตมีหลายอย่างที่จะทำให้เข้าใจลักษณะของปรมาตมธรรม ว่าต่างกับบัญญัติที่คิดว่าสิ่งที่ปรากฏทางตาเป็นคน เป็นวัตถุ เป็นสิ่งหนึ่งสิ่งใด ก็คือ น่าที่จะคิดพิจารณาถามตัวเองว่า สิ่งที่ปรากฏทางตาพูดได้ไหม อาจจะไม่เคยคิดมาก่อน แต่เป็นชีวิตประจำวันหรือเปล่า ทุกวัน ๆ แต่ถ้าจะย้อนถามเพื่อที่จะให้คิดว่าสิ่งที่ปรากฏทางตาในขณะนี้พูดได้ไหม

ผู้ที่สตรระลึกลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏทางตาจะตอบถูก แต่ผู้ที่ยังไม่ได้ระลึกลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏทางตาอาจจะตอบไม่ตรงก็ได้ เพราะฉะนั้น ควรที่จะได้คิดว่า สิ่งที่ปรากฏทางตาพูดได้ไหม ร้องเพลงได้ไหม





๑๖๖๙

ที่ห้องประชุมตึกสภากาการศึกษามหาวิทยาลัย

วันอาทิตย์ที่ ๒๔ พฤษภาคม ๒๕๓๐



ส. แม้แต่สิ่งที่ปรากฏทางตาทุกวัน ๆ ที่ยึดถือว่า เป็นสัตว์ เป็นบุคคลต่าง ๆ บุคคลนั้นบุคคลนี้กำลังพูด กำลังร้องเพลง กำลังเคลื่อนไหว กำลังทำกิจการงานต่าง ๆ ให้ทราบว่า ทั้งหมดเป็นบัญญัติทั้งนั้น

ถ้าไม่รู้อย่างนี้ สติปัฏฐานจะไม่ระลึกลักษณะของปรมาัตถธรรมที่ปรากฏทางตาว่า เพียงชั่วขณะเดียว เมื่อขณะจิตที่เห็นสิ่งที่ปรากฏทางตานั้นดับ ก็มีการคิดจำสิ่งที่ปรากฏทางตาเมื่อก็ และก็มีรูปใหม่ปรากฏกระทบกับจักขุปสาท มีการทรงจำรูปใหม่ พร้อมทั้งคิดถึงลักษณะอาการของรูปใหม่โดยสัจฐาน ทำให้ปรากฏว่ารูปนั้นต่อกันเป็นคนกำลังเดิน หรือกำลังทำกิจการงาน หรือกำลังพูด หรือกำลังร้องเพลง ซึ่งนั่นเป็นเรื่องของการคิดนึกที่เป็นบัญญัติทั้งนั้น

เพราะฉะนั้น ตราบใดที่มีนกร้อง นั่นคือบัญญัติ ตราบใดที่มีคนพูด ขณะนั้นก็มียุติเป็นอารมณ์ ดังนั้น ขณะที่สติระลึกลักษณะของปรมาัตถธรรมจะสั้นสักแค่ไหน จะเร็วสักแค่ไหนที่จะรู้ว่า เป็นเพียงสิ่งที่ปรากฏทางตา จึงจะไม่มีสัตว์ ไม่มีบุคคล ไม่มีนก ไม่มีวัตถุใด ๆ ในสิ่งที่ปรากฏ

และเคยคิดอย่างนี้ไหมว่า สิ่งทีปรากฏทางตาพูดได้ไหม หรือว่าร้องเพลงได้ไหม หรือทำกิจการงานต่าง ๆ ได้ไหม ในเมื่อเป็นเพียงสิ่งที่ปรากฏเมื่อกระทบกับจักขุปสาทเท่านั้นเอง ซึ่งนั่นคือสภาพที่แท้จริงของสิ่งที่ปรากฏทางตา

ถ้ารู้อย่างนี้จริง ๆ แยกสภาพปรมาัตถธรรมที่ปรากฏแต่ละทวารออกไป เวลาที่กระทบสัมผัสก็อ่อนหรือแข็ง เย็นหรือร้อน ดิ่งหรือไหว แต่เมื่อทั้ง ๖ ทวารรวมกัน ก็ทำให้มีการยึดถือสภาพธรรมที่ปรากฏสืบเนื่องกันอย่างรวดเร็วว่า มีคนจริง ๆ ที่กำลังพูด แต่แท้ที่จริงแล้วไม่มีใครเลยนอกจากคนเดียว ตัวคนเดียวจริง ๆ



คำว่า ตัวคนเดียว นี่ก็ยังมีมาก เพราะยังเป็นตัว แต่ถ้าลดจำนวนลง จากคนมากมายที่เคยอยู่รวมบ้าน ร่วมสถานที่ ร่วมแผ่นดิน ร่วมโลก มาเป็น ตามความเป็นจริงแล้ว ก็อยู่คนเดียวจริง ๆ คือ ในขณะที่เห็นไม่มีคน แต่เป็นจิตที่กำลังรู้สิ่งที่ปรากฏทางตา และคิดนึกถึงเรื่องสิ่งที่ปรากฏทางตา

ถ้ากำลังพูด ก็คือพูดคนเดียว เพราะว่ามีสิ่งที่ปรากฏทางตาซึ่งก็เป็นเพียง สิ่งที่ปรากฏทางตาเท่านั้น คิดก็คิดคนเดียว ทำอะไรก็ทำคนเดียวทั้งนั้น เพราะว่า จิตเกิดขึ้น เห็น รู้ว่าเป็นแต่เพียงสิ่งที่ปรากฏ เพราะฉะนั้น ก็เหมือนกับโลกของความ เพ้อฝัน คือ ความคิดทุกขณะทีว่าเป็นสัตว์ เป็นบุคคล เป็นโลกต่าง ๆ เหมือนกับ ความเพ้อฝัน เหมือนกับอยู่ในกระจกเงา ซึ่งมองดูแล้วเหมือนกับว่ามีสิ่งต่าง ๆ มากมาย แต่ความจริงแล้วอยู่คนเดียว ส่วนที่จะปรากฏเป็นสิ่งนั้นสิ่งนี้ต่าง ๆ ก็เหมือนกับความคิดนึก

รูปในโทรทัศน์ พูดได้ไหม ย่อลงไป ถ้าไม่เข้าใจเรื่องสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ ก็ย่อจากใหญ่ให้เป็นเล็กลงไปที่โทรทัศน์ รูปที่ปรากฏที่โทรทัศน์พูดได้ไหม ทุกคนรู้ว่าเป็นรูป กระทบสัมผัสก็เพียงแข็ง และมีสีกลิ่นต่าง ๆ และมีเสียง แต่ตัวรูปที่ปรากฏ ทางตานั้นพูดได้หรือเปล่า รูปในโทรทัศน์พูดไม่ได้ฉันใด รูปนอกโทรทัศน์คือสิ่งที่กำลัง ปรากฏทางตาในขณะนี้ ก็พูดไม่ได้ฉันนั้น

ต้องแยกออกจริง ๆ ว่า ทุกคนอยู่คนเดียว และกำลังเห็นสิ่งที่ปรากฏทางตา กำลังคิดเรื่องสิ่งที่ปรากฏทางตา และก็มีคำพูด ก็ยังคงเห็นสิ่งที่ปรากฏทางตา แต่ว่า ไม่ได้พูดกับใคร นอกจากมีสิ่งที่ปรากฏทางตาให้เห็น นี่คือความหมายของการ อยู่คนเดียวจริง ๆ

ถ้าย่อสภาพธรรมที่เคยยึดถือว่าเป็นเราคนเดียว ก็จะเหลือเพียงขณะจิตเดียว ทางตาจะไม่ปนกับทางหู เพราะจะมีแต่เห็นกับสิ่งที่ปรากฏทางตา แต่เมื่อรวมกับทางหู ที่ได้ยินและมีเสียงปรากฏ ก็กลายเป็นคนหนึ่ง คือ สิ่งที่ปรากฏทางตาเคลื่อนไหว เป็นเสียงที่พูดออกมา แต่ความจริงไม่ใช่ ทางไหนก็ต้องทางนั้น คือ ทางตา ก็เพียงปรากฏ ไม่ได้พูดอะไร และเสียงทางหูก็ปรากฏ แต่สภาพของจิตที่กำลังคิด



รวดเร็วมาก ทันทีที่วิตกพิจารณาถึงคำใด เสียงก็เปล่งออกมาทันที เพราะว่าวิตกพิจารณาซึ่งเป็นกุศลจิตหรืออกุศลจิตในขณะนั้น เป็นปัจจัยให้เกิดวิญญูติ คือ รูปที่กระทบที่ฐานของเสียงทำให้เสียงนั้น ๆ เกิดขึ้นตามวิตกพิจารณานั้น ๆ

นี่คือชีวิตประจำวัน ซึ่งทุกคนที่พูด สติสามารถระลึกได้ว่า ทำไมเสียงนี้จึงปรากฏรวดเร็วตามที่จิตคิด แล้วแต่ว่าขณะนั้นจะระลึกลักษณะสภาพของความคิด หรือจะระลึกลักษณะสภาพของเสียงที่กระทบหู หรือจะระลึกถึงลักษณะอาการเคลื่อนไหวของรูปที่ฐานที่ทำให้เกิดเสียง จนกว่าจะรู้ว่า ขณะไหนเป็นบัญญัติ และขณะไหนเป็นปรมาตถ์

เมื่อรู้ว่าเป็นบัญญัติ ก็รู้ว่าเป็นเพียงเรื่องเพ้อฝัน เพราะว่าเป็นเพียงความคิดทั้งหมด และสภาพธรรมจริง ๆ ที่เป็นปรมาตถธรรม ก็เป็นแต่เพียงลักษณะของธรรมแต่ละอย่าง ซึ่งปรากฏที่ละทวารและดับไป ไม่ต่อกัน

ผู้ที่อบรมเจริญสติปัฏฐานเนื่อง ๆ จะรู้ว่า ทุกสิ่งทุกอย่างจบไปพร้อมกับการดับของจิตแต่ละขณะ เรื่องเมื่อวานนี้จบแล้วเมื่อวานนี้ วันนี้ก็เป็นเรื่องใหม่ เพราะฉะนั้นไม่ควรที่จะย้อนกลับไปเป็นสุข เป็นทุกข์ ห่วงใย ชุ่นเคือง เศร้าหมอง กับเรื่องที่ผ่านมาไปแล้ว เพราะว่าเป็นแต่เพียงการคิดย้อนไป และสร้างความรู้สึกรู้สึกเป็นสุข เป็นทุกข์ ด้วยความคิดนั้น ๆ เท่านั้น แต่ตามความเป็นจริงแล้ว สิ่งทั้งหมดไปแล้วก็หมดไปเลย แม้แต่เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในวันนี้ ก็เป็นเฉพาะของเหตุการณ์ในวันนี้ ไม่ใช่เหตุการณ์เมื่อวานนี้ ไม่ใช่เหตุการณ์พรุ่งนี้ สิ่งใดที่เกิดขึ้นวันนี้ก็จบวันนี้ หรือสิ่งใดที่เกิดขึ้นวันนี้ก็ดับขณะนี้

เพราะฉะนั้น เป็นหนทางหนึ่งที่จะทำให้เมื่อไม่เพิลิดเพลινไปเป็นสุขเป็นทุกข์ไปกับบัญญัติ เรื่องราวต่าง ๆ สติก็จะระลึกตรงลักษณะของสภาพธรรมที่เป็นปรมาตถธรรม โดยไม่ต้องคิดถึงเรื่องราวของสิ่งที่กำลังปรากฏเป็นคำ ๆ แต่ศึกษาสังเกต พิจารณาที่จะรู้ว่า ลักษณะนั้นเป็นปรมาตถธรรม คือ เป็นสภาพธรรมที่มีจริง และลักษณะสภาพธรรมนั้นเป็นสภาพรู้ หรือไม่ใช่สภาพรู้ จนกว่าปัญญาจะประจักษ์แจ้งถึงความสมบูรณ์ที่จะแยกขาดลักษณะของนามธรรมออกจากรูปธรรม



ปรากฏโดยสภาพที่เป็นอนัตตา ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน แต่ต้องรู้ความ
ต่างกันของบัญญัติกับปรมาตม และต้องรู้ว่า บัญญัติไม่เป็นอารมณ์ของสติปัญญา

ถ. อาจารย์บอกว่า สิ่งี่ปรากฏทางตาไม่พูด ไม่ร้องเพลง ในทำนอง
เดียวกัน สิ่งี่ปรากฏทางหูก็ไม่ร้องเพลงเหมือนกัน ใช่มั้ย

ส. เป็นเสียงที่ปรากฏ และดับไปเท่านั้นเอง

ถ. เพราะคนจะเข้าใจผิดว่า เสียงกำลังร้องเพลง เสียงเมื่อก็เปรียบเทียบกับ
กับตา ก็ชัดเจน แต่เมื่อมาเปรียบเทียบกับทางหูจะนึกว่ามีร้องเพลง ฉะนั้น ทางหู
ก็ไม่มีร้องเพลงเหมือนกัน

ส. มีเสียงที่เกิดปรากฏและดับไป เสียงนั้นเป็นคนหรือเปล่า เป็นนก
หรือเปล่า เป็นไก่หรือเปล่า ก็เป็นเพียงเสียง คือ สภาพธรรมอย่างหนึ่งซึ่งมีลักษณะ
กระทบกับโสตปสาทและดับ ๑๗ ขณะจิตนี้เร็วมากจึงไม่ใช่ของใครทั้งสิ้น ไม่มี
สิ่งหนึ่งสิ่งใดที่จะพึงยึดถือได้ว่าเป็นของเรา หรือเป็นเรา หรือเป็นตัวตนของเรา
สิ่งที่เกิดและดับไป เกิดและดับไป เกิดและดับไปอยู่เรื่อย ๆ จะเป็นของบุคคลหนึ่ง
บุคคลใดไม่ได้

เพราะฉะนั้น ถ้าไม่รู้ว่าบัญญัติคืออะไร บัญญัติก็ปิดบังไม่ให้รู้สภาพ
ปรมาตมธรรมตามความเป็นจริง

ถ. โดยสภาวะธรรม บัญญัติเป็นทุกข์หรือเปล่า

ส. เป็นไม่ได้ เพราะว่าทุกข์หมายความว่าถึงสภาวะธรรมที่เกิดแล้วดับ
จึงเป็นทุกข์

ถ. ต้องมีสภาวะทั้ง ๓ คือ ไตรลักษณ์

ส. แน่นอน

ถ. และอสังขารูป เช่น วิการรูป พิจารณาได้ไหม

ส. หมายความว่า รูปนั้นไม่มีสภาวะต่างหากเฉพาะ แต่เป็นอาการของรูป
ที่มีสภาวะ และเป็นปรมาตมธรรมเพราะว่ามีจริง



ถ. อาศัยมหาภูตรูปเกิด ขณะที่มหาภูตรูปเกิดดับ อสภารูปก็เกิดดับ ตามมหาภูตรูป ถ้าสติเกิดระลึกที่อสภารูป จะประจักษ์การเกิดดับด้วยหรือเปล่า

ส. ต้องประจักษ์การเกิดดับของสภารูปพร้อมกับวิการรูป เพราะไม่มี วิการรูปที่แยกลักษณะออกไปต่างหาก

ถ. ประจักษ์การเกิดดับของสภารูปพร้อมกับวิการรูป หมายถึงอย่างไร

ส. วิการรูปมี ๓ ไม่ใช่เป็นรูปที่มีลักษณะแยกออกไปต่างหากจากสภารูป คือ มหาภูตรูปเลย ขณะที่มีการกระทบสัมผัสทางกาย มีลักษณะที่อ่อนหรือแข็ง ปรากฏ ขณะนั้นกายวิญญาณรู้ลักษณะที่อ่อนหรือแข็ง แต่ถ้าอ่อนหรือแข็งเป็นสภาพที่เบาหรือควรแก่การงาน ขณะนั้นแม้จะกระทบกับกายปสาท แต่มโนทวารวิถีสามารถ รู้ในความอ่อนหรือความเบาของรูปนั้นได้

ถ. เดี๋ยว ๆ และยกขา มีความเบาทำให้สามารถยกขาขึ้นได้ ขณะนั้น วิการรูปปรากฏหรือเปล่า

ส. วิการรูปโดยชื่อ หรือโดยสภาวะ

ถ. โดยสภาวะ

ส. โดยสภาวะ ถ้าปรากฏ ก็ปรากฏทางมโนทวาร

ถ. เช่น ยกของหนัก ๆ เวลาว่างมีความเบาเกิดขึ้น ขณะนั้นเป็นลักษณะ สภาวะหรือเปล่า

ส. สิ่งนั้นมีจริงหรือเปล่า ถ้ามีจริงต้องเป็นสภารูป

ถ. ถ้ามีจริงเป็นสภารูป ก็ไม่ใช่วิการรูป ไม่ใช่ชื่อสภารูป

ส. ที่จริงแล้วการอบรมเจริญปัญญา ไม่น่าจะเอาชื่อเข้ามาเกี่ยวข้องเลย ข้อสำคัญที่สุดที่ทำให้เกิดความสงสัย คือ เมื่อลักษณะของสภาพธรรมปรากฏแล้ว นึกถึงชื่อ แทนที่จะสังเกตลักษณะที่ไม่ใช่ตัวตน

ถ. เป็นลักษณะที่กำลังเกิดขึ้น

ส. กำลังปรากฏ ถ้าโดยชื่อแล้วไม่มีทางที่จะหายสงสัยได้เลย แต่ในขณะที่ ไม่ได้นึกถึงชื่อ ปัญญาทางมโนทวารสามารถรู้ความต่างกันของลักษณะของมหาภูตรูป



ที่ไม่มีวิการรูปเกิดร่วมด้วย กับมหาภูตรูปที่มีวิการรูปเกิดร่วมด้วย แต่ไม่ใช่เรื่องของชื่อทั้งหมดเลย เป็นแต่เพียงลักษณะสภาพนั้นแปลกหรือต่างจากมหาภูตรูปที่เคยปรากฏ

ถ้าเป็นธาตุดินที่อ่อนหรือแข็งซึ่งไม่มีวิการรูปเกิดร่วมด้วย เช่น เวลาที่กระทบสัมผัสผผ หรือกระทบสัมผัสสิ่งที่ยืด อย่างหนุนหมอนหรืออะไรก็ได้ และสติดะลักลักษณะของสภาพที่ปรากฏในขณะนั้น ไม่นึกถึงชื่อ ลักษณะของมหาภูตรูปที่ปรากฏนั้นอย่างหนึ่ง และเวลาที่สติปัฏฐานระลึกลักษณะของสภาพธรรมเนื่อง ๆ บ่อย ๆ ปัญญาเพิ่มขึ้น เวลาที่มหาภูตรูปที่มีลักษณะที่เบา หรืออ่อน หรือควรแก่การงานปรากฏ ปัญญาก็สามารถรู้ในลักษณะที่ต่างกันของมหาภูตรูปซึ่งไม่มีลักษณะที่เบา หรืออ่อน หรือควรแก่การงานปรากฏ

แต่ไม่ใช่หมายความว่า ไปจงใจ หรือไปตั้งใจ หรือคิดว่าเป็นอะไร โดยการศึกษาทราบว่า ร่างกายตั้งแต่ศีรษะตลอดเท้าเป็นมหาภูตรูป ต้องมีธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม และเมื่อมีการเคลื่อนไหวก็เป็นเพราะจิตตชวโยธาตุ โดยพยัญชนะทราบว่า เป็นธาตุลมที่มีลักษณะที่ไหว เพราะว่าธาตุดินไหวไม่ได้ ธาตุไฟไหวไม่ได้ ธาตุน้ำไหวไม่ได้ เฉพาะธาตุลมเท่านั้นที่ไหวได้ เพราะฉะนั้นเมื่อธาตุลมหลาย ๆ กลาปซึ่งเกิดเพราะจิตต้องการที่จะไหว ทำให้ธาตุลมที่เกิดขึ้นเพราะจิตหลาย ๆ กลาปนั้นไหวไป ขณะนั้นไม่จำเป็นต้องคิดว่า นี่เป็นวาโยธาตุ หรือว่าเป็นวิการรูปเลย แล้วแต่ว่าขณะนั้นสติจะรู้ลักษณะของสภาวะรูปหรือรูปที่กำลังปรากฏในขณะนั้น ส่วนรูปที่พิเศษต่างหากออกไปจากนั้นซึ่งปัญญาสามารถจะรู้ได้ทางมโนทวารในขณะใด ปัญญานั้นก็รู้ความต่างกันของมหาภูตรูปซึ่งเคยเป็นอารมณ์ โดยไม่มีวิการรูปเกิดร่วมด้วย กับมหาภูตรูปซึ่งมีวิการรูปเกิดร่วมด้วย โดยไม่ต้องไปตามตำราว่า ตอนนี้อกำลังเดินก็ต้องมีวิการรูป เพราะฉะนั้นที่กำลังไหวไปต้องเป็นวิการรูป โดยที่เป็นเพียงชื่อ ไม่ใช่เป็นการที่สติดะลัก

และเมื่อลักษณะของสภาพธรรมนั้นเริ่มปรากฏ ก็ศึกษาโดยการเรียนรู้ว่า ลักษณะนั้นเป็นธาตุชนิดหนึ่ง และภายหลังเมื่อมีปัญญาที่จะระลึกลักษณะที่ละเอียดขึ้น หรือลักษณะที่ละเอียดขึ้นเป็นอารมณ์เมื่อไร เมื่อนั้นปัญญาจะรู้ใน



ลักษณะที่ละเอียดที่เป็นอารมณ์นั้น แต่ไม่ใช่โดยชื่อที่จะไปแยกว่า ตอนนี้นำถึงรู้
วิการรูป

ถ. นอกจากจะระลึกบ่อย ๆ เนือง ๆ จนเห็นความต่าง

ส. ไม่ควรจะมีหวังใด ๆ ในการที่จะรู้ลักษณะของรูปใดหรือนามใดเลย
นี่เป็นการอบรมเจริญสติปัฏฐาน ทุกอย่างที่จะปรากฏ ต้องปรากฏโดยความเป็น
อนัตตาล้วน ๆ เพราะว่าสิ่งใดที่ยังไม่เกิด ย่อมเป็นอารมณ์ไม่ได้ จะไปคาดคะเนว่า
ขณะนี้ขณะนั้นให้สิ่งนี้สิ่งนั้นปรากฏไม่ได้ แต่ทุกอย่างที่เกิดมีเหตุปัจจัย เพราะฉะนั้น
ผู้ที่อบรมเจริญสติปัฏฐานไม่ได้หวัง และไม่ได้คาดคะเน และไม่ได้รอ และไม่คิดว่า
จะรู้วิการรูปหรือรูปอะไร เพียงแต่ว่าสิ่งที่กำลังปรากฏกำลังปรากฏ และเมื่อมีปัจจัย
ที่เป็นสังขารชั้นรูปปรุงแต่งให้สติเกิดระลึกถึงที่ลักษณะของสิ่งนั้น ก็ต้องศึกษา คือ
สังเกต อบรมการพิจารณาที่จะรู้ว่า ลักษณะนั้นเป็นสภาพรู้ หรือไม่ใช่สภาพรู้

การที่ปัญญาเจริญขึ้นโดยรู้ความเป็นอนัตตาอย่างนี้ จะไม่มีโลภะเข้ามาเกี่ยว
หรือไม่ทำให้ข้อปฏิบัตินั้นผิดพลาดไป เพราะว่าไม่ได้มีการจดจำ หรืออยาก
หรือต้องการ หรือบังคับ หรือปิดกั้นลักษณะของปรมัตถธรรมหนึ่งปรมัตถธรรมใด
ที่จะเป็นอารมณ์ของสติปัฏฐาน

ถ. จนกว่าสภาพธรรมจะปรากฏ

ส. แน่นอนที่สุด และจะให้คนอื่นไปบอกใครอย่างไรก็เป็นไปไม่ได้ หรือ
ถ้าใครบอกว่า เขากำลังรู้วิการรูป ก็เป็นการรู้ว่าเขาคิดเป็นชื่อว่า ขณะนั้นเมื่อเดิน
ก็ต้องมีวิการรูป เมื่อยกมือก็ต้องมีวิการรูป แต่ถ้าเป็นการรู้ลักษณะของปรมัตถธรรม
จริง ๆ ต้องเริ่มจากการรู้ลักษณะของสิ่งที่ปรากฏแต่ละทวาร และภายหลังจะสังเกต
ลักษณะที่ต่างกัน มิฉะนั้นก็จะมีคำถามว่า วิการรูปต่างกับมหาภูตรูปที่เป็นวาโยธาตุ
อย่างไร

ถ. เพราะยังไม่ได้ปรากฏ และไม่ได้ระลึกถึง ปัญญาก็ยังเห็นความต่างไม่ได้

ส. จึงเข้าใจว่า กำลังรู้วิการรูป โดยชื่อที่ศึกษามาว่าในขณะที่เดินต้องมี
วิการรูป



ณ. การเข้าใจธรรมโดยไม่ระลึกถึงชื่อของธรรม จะให้รู้แต่สภาวะลักษณะของธรรมอย่างเดียว เป็นเรื่องที่น่าอัศจรรย์ ๆ เช่น ทางตา ขณะมีสิ่งที่ปรากฏทางตามักจะคิดถึงเรื่องสิ่งที่ปรากฏทางตาแทนที่จะรู้สิ่งที่ปรากฏทางตาจริง ๆ ไปคิดว่านี่เป็นสิ่งที่ปรากฏทางตา โดยมากไม่พ้นจากบัญญัติที่จะมาแทรก ทำให้เราไม่สามารถเข้าใจสภาวะได้อย่างแท้จริง จะมีวิธีใดที่จะช่วยเหลือให้เราสามารถระลึกรู้สภาวะได้ถูกต้อง ตรงตามลักษณะของสภาวะธรรมที่ปรากฏจริง ๆ โดยไม่ระลึกถึงชื่อ หรือต้องนึกอย่างนั้น เป็นของธรรมดา

ส. อนัตตา บังคับอะไรไม่ได้เลย ความคิดเป็นสิ่งที่มีความจริง และต้องคิดไปตลอดชีวิต ไม่ว่าจะเป็นพระอรหันต์แล้วก็ต้องคิด ไม่ใช่ว่าจะขาดการคิด แต่รู้ว่าขณะใดคิดเป็นเรื่อง ขณะใดไม่ได้คิด แต่ศึกษาลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ

ณ. คิดถึงเรื่องก็ให้รู้ว่า คิด

ส. เป็นสภาพนามธรรมที่คิด รูปคิดไม่ได้เลย





๑๖๗๐

ที่ห้องประชุมตึกสภากาการศึกษามหาวิทยาลัย

วันอาทิตย์ที่ ๒๔ พฤษภาคม ๒๕๓๐



ถ. ในมหาสติปัฏฐานสูตร ทรงแสดงกายานุปัสสนาสติปัฏฐานหลาย ๆ บรรพ เช่น อิริยาปถบรรพ สัมปชัญญะบรรพ ทรงแสดงไว้เพื่อให้เราพิจารณาทางทวารทั้ง ๖ คือ มีสติสัมปชัญญะระลึกลักษณะสภาพที่กำลังปรากฏ เนื่องจากทุกวัน ๆ เราอยู่กับอิริยาบถเหล่านี้ จึงใช้อิริยาบถเหล่านี้มาเพื่อให้เราเจริญสติปัฏฐานใช่ไหม

สุ. ไม่ใช่การเลือกสติปัฏฐานหนึ่งสติปัฏฐานใด แต่มหาสติปัฏฐานข้อก็บอกแล้วถึงความกว้างขวางว่า ครอบคลุมทุกสิ่งทุกอย่าง จิตทุกประเภท รูปทุกชนิด เวทนาความรู้สึกทุกอย่าง ธรรมทุกอย่าง

เพราะฉะนั้น ขณะนี้มีสภาพธรรมใดกำลังปรากฏ ไม่ควรหลงลืมสติ หรือไม่ควรคิดถึงสภาพธรรมที่ยังไม่ปรากฏ แต่ขณะนี้มีสิ่งที่กำลังปรากฏ สะสมการระลึกรู้ การสังเกต และการพิจารณาลักษณะของนามธรรมและรูปธรรมบ่อย ๆ เนื่อง ๆ นั้นจึงจะเป็นการอบรมเจริญสติปัฏฐาน

ถ. ที่ท่านทรงแสดงให้พิจารณา เช่น อานาปานสติ หรืออาการ ๓๒ เหล่านี้ ก็ตรงกับการเจริญสมถภาวนา

สุ. มหาสติปัฏฐานกว้างขวางมาก ครอบคลุมทุกอย่าง ขณะนั้นจิตคิดอะไร ใครจะทำอะไร แล้วแต่สังขารขันธ์ที่ปรุงแต่งของบุคคลนั้น แต่สติระลึกลักษณะของสภาพธรรมที่เป็นปรมาัตถธรรม เป็นนามธรรมหรือเป็นรูปธรรมในขณะนั้น จึงจะเป็นสติปัฏฐาน แต่ไม่ใช่ให้เลือก หรือไม่ใช่ให้เจาะจง

บางท่านเมื่อได้ฟังเรื่องของสาธยาย ๆ ก็คงจะสงสัยว่า ก่อนที่สติปัฏฐานจะเกิด ต้องท่องไหม หรือควรท่องไหม แต่ถ้าเข้าใจถูกแล้วไม่มีปัญหาเลย ใช่ไหม เพราะว่า



การเจริญสติปัฏฐานเป็นการระลึกได้ รู้ลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏ ไม่ใช่ทำอย่างใดอย่างหนึ่ง ทันทีที่สติเกิด ระลึกลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ

ในขณะที่ท่องเที่ยว หรือในขณะที่คิดว่าจะท่องเที่ยว ก็เป็นนามธรรมชนิดหนึ่ง รู้หรือไม่ว่า ไม่ใช่ตัวตน ขณะที่กำลังคิด กำลังท่องเที่ยว ก็เป็นนามธรรม ถ้าสติปัฏฐานไม่เกิด ไม่พิจารณาลักษณะของจิตในขณะที่กำลังคิด ขณะนั้นก็ต้องยึดถือสภาพธรรมว่าเป็นตัวตน เป็นเรา ซึ่งความจริงในขณะที่กำลังเห็น กำลังได้ยิน กำลังเป็นสุข กำลังเป็นทุกข์ หรือกำลังคิด ถ้าสติปัฏฐานไม่เกิด ลักษณะของสภาพธรรมนั้น ๆ ก็ดับไป ดับไป อยู่ตลอดเวลา โดยไม่รู้ว่าเป็นเรา

เพราะฉะนั้น ขณะใดที่ท่องเที่ยว ขณะนั้นไม่ใช่ขณะที่กำลังอบรมเจริญสติปัฏฐาน ต้องเป็นในขณะที่สติระลึกได้ สังเกตลักษณะของสภาพธรรม แม้แต่ขณะที่กำลังคิด หรือท่องเที่ยว ก็รู้ว่าเป็นนามธรรมชนิดหนึ่ง นั่นจึงจะเป็นการเจริญสติปัฏฐาน

ควรคิดถึงจุดประสงค์ที่จะท่องเที่ยวเพื่ออะไร ทุกอย่างต้องมีเหตุผล ถ้าจะท่องเที่ยวเพื่ออะไร เพื่อรอให้สติปัฏฐานเกิดหรือเปล่า ถ้าไม่ใช่เพื่อรอให้สติปัฏฐานเกิด ทำไมต้องท่องเที่ยว ในเมื่อสติระลึกทันทีได้

ขณะนี้กำลังเห็น สติเกิดระลึกทันที กำลังได้ยินเสียงปรากฏ สติเกิดระลึกทันที ทำไมต้องรอให้ท่องเที่ยวก่อน และจึงจะระลึก

สติปัฏฐานเป็นขณะที่ระลึก รู้ แต่การท่องอาจจะไม่ได้พิจารณาว่า ขณะนั้นเป็นการรอให้สติเกิดหรือเปล่า แทนที่จะระลึกทันทีที่ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ

มัชฌิมนิกาย มัชฌิมปัณณาสก์ คหปติวรรค กัณทรกสูตร ข้อ ๑
มีข้อความว่า

สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ ฝั่งสระโบกขรณี ชื่อคัคครา เขตนครจำปา พร้อมด้วยภิกษุสงฆ์หมู่ใหญ่ ครั้นนั้น บุตรของนายควาญช้าง ชื่อเปสสะ และบริพาชกชื่อกัณทรกะ เข้าไปเฝ้าพระผู้มีพระภาคถึงที่ประทับ แล้วได้



สรรพวิญญูทุกขทั้งหลายซึ่งนั่งสงบเงียบ ไม่มีความรำคาญด้วยมือและเท้า และทุกข
ทุกรูปไม่ได้คุยกันด้วยความเคารพในพระผู้มีพระภาค

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

ดูกร กัณโฑกะ ก็ในภิกขุสงฆ์นี้ ภิกขุทั้งหลายผู้อรหัตตชื่อนาสพออยู่จบ
พรหมจรรย์แล้ว มีกิจที่ควรทำ ทำเสร็จแล้ว ปลงภาระเสียแล้ว มีประโยชน์ตนถึงแล้ว
มีสังโยชนในภพสิ้นรอบแล้ว หลุดพ้นแล้วเพราะรู้โดยชอบมีอยู่

ดูกร กัณโฑกะ อนึ่ง ในภิกขุสงฆ์นี้ ภิกขุทั้งหลายผู้ยังต้องศึกษา มีปกติสงบ
มีความประพฤติสงบ มีปัญญา เลี้ยงชีพด้วยปัญญามีอยู่ เธอเหล่านั้นมีจิตตั้งมั่น
ดีแล้วในสติปัฏฐาน ๔ สติปัฏฐาน ๔ เป็นไฉน

นี่คือพระพุทฺธพจน์

ดูกร กัณโฑกะ ภิกขุในธรรมวินัยนี้ พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร
มีสติ มีสัมปชัญญะ กำจัดอกิขฌาและโทมนัสในโลกเสียได้ พิจารณาเห็นเวทนา
ในเวทนาอยู่ มีความเพียร มีสติ มีสัมปชัญญะ กำจัดอกิขฌาและโทมนัสในโลก
เสียได้ พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ มีความเพียร มีสติ มีสัมปชัญญะ กำจัดอกิขฌา
และโทมนัสในโลกเสียได้ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมอยู่ มีความเพียร มีสติ
มีสัมปชัญญะ กำจัดอกิขฌาและโทมนัสในโลกเสียได้

ไม่มีข้อความที่พระผู้มีพระภาคทรงแสดงให้ท่อง ไซ้ใหม่ แต่ถ้าไม่ข้าม
พยัญชนะ พิจารณาเห็นกายในกาย พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนา พิจารณาเห็นจิต
ในจิต พิจารณาเห็นธรรมในธรรม

ถ. คำว่า มีจิตตั้งมั่นในสติปัฏฐาน ๔ คำว่า จิตตั้งมั่น หมายถึงสมาธิ

ส. ถ้าจะเข้าใจว่า มีจิตตั้งมั่นในการอบรมเจริญสติปัฏฐาน ได้ไหม
แม้ว่าพระผู้มีพระภาคทรงแสดงว่า ให้พิจารณากาย พิจารณาเวทนา พิจารณาจิต
พิจารณารวม แต่ก็ไปทำอย่างอื่น อย่างนั้นจะชื่อว่าตั้งมั่นหรือเปล่า จะไปให้สมาธิ
เกิดอย่างนี้ อย่างนั้นชื่อว่าพิจารณากาย พิจารณาเวทนา พิจารณาจิต พิจารณารวม
หรือเปล่า



ถ. จะหมายถึงว่ามีความรู้ความเข้าใจมั่นคงในสติ
 ส. เป็นผู้ที่ตั้งมั่นในการเจริญสติปัฏฐาน
 ถ. หมายความว่า อารมณ์ทั้งหลายที่ปรากฏ ก็รู้ว่าเป็นสภาวะธรรมที่ ...
 ส. เป็นผู้ที่ไม่ทำอย่างอื่น นอกจากเป็นผู้ที่อบรมเจริญสติปัฏฐาน ตั้งมั่น
 ในการเจริญสติปัฏฐาน

ถ. เพราะอย่างนี้ สมัยนี้จึงคิดแบบวิธีที่จะให้สติเกิดตลอดเวลา กำหนดว่า
 จะต้องนั่งเท่านั้น จะต้องเดินเท่านั้น

ส. ข้อความในพระธรรมที่พระผู้มีพระภาคทรงแสดง ไม่ได้ตรัสอย่างนี้เลย
 เพียงแต่พิจารณากาย ไม่ได้บอกให้ทำอย่างอื่น พิจารณาเวทนา ขณะนี้มีกาย มีจิต
 มีธรรม พิจารณา สะสมการสังเกต การพิจารณา

ถ. ถ้าจิตจะตั้งมั่นได้ หมายความว่า ต้องตั้งมั่นอยู่ในกาย อยู่ในเวทนา
 ในจิต ในธรรมนี้เท่านั้น

ส. ตั้งมั่นในการเจริญสติปัฏฐาน ไม่ไปทำอย่างอื่น

ถ. เฉพาะในกาย ในเวทนา ในจิต ในธรรม ก็ครอบหมดอยู่แล้ว

ส. ใช่ เป็นผู้มีปกติเจริญสติปัฏฐาน ถ้าเป็นผู้ที่ไม่ตั้งมั่นในการเจริญ
 สติปัฏฐานก็อยากจะให้สมาธิเกิด หรืออยากจะท่อง หรืออยากจะทำอย่างอื่น มีวิธี
 ต่าง ๆ ซึ่งไม่ใช่เป็นผู้ตั้งมั่นในการเจริญสติปัฏฐาน เพราะว่ามักจะอยากให้ผลเร็ว

ผู้ฟัง ผมฟังแล้ว ผมก็อยากจะพิสูจน์ธรรม อย่างที่พูดถึงการสาธยาย หรือ
 ท่อง ถ้าท่องว่า ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก และได้บรรลุ ตั้งแต่วันนี้
 ผมท่องแน่ ๓ เดือน ๖ เดือน แต่ผมคิดว่า ไม่ผิดอะไรกับท่อง ๑ ๒ ๓ ๔ ๕
 ก็ไม่ได้พิจารณาอะไร

นี่เป็นการพิสูจน์ธรรม อย่างที่ท่านพระสาวกบอก ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง
 ท่านไล่ไปแล้ว ในขณะนั้น ผม ท่านก็พิจารณากาย เวทนา จิต ธรรม และจิตของ
 ท่านจะปรากฏอย่างไร เราพิสูจน์เลยในขณะ ผม ขน เล็บ สติก็ระลึกได้ เสียงมา
 ก็ระลึกที่เสียง หรือสิ่งที่ปรากฏทางตา พิสูจน์ คือ ระลึกทันที ผมว่าในขณะที่



ท่านสาวก ท่าน ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง สิ่งที่ต้องไปหรือที่หลุดไปอย่างนี้ สติของท่านคงจะระลึก แต่จะตรงไหน เราก็ตามท่านไม่ทัน

ส. เวลานี้ท่านผู้ฟังกำลังท่องหรือเปล่า ข้อที่สำคัญที่สุด คือ เป็นผู้ที่รู้จักตัวเองตามความเป็นจริง สติปัฏฐานจะไม่ทำให้ท่านกลายเป็นบุคคลอื่น แต่รู้จักตัวเอง ขณะนี้ท่องหรือเปล่า ถ้าไม่ท่อง มีสภาพธรรมที่เป็นกาย เป็นเวทนา เป็นจิต เป็นธรรม ขณะนี้ ที่สติจะระลึกตามปกติตามความเป็นจริง ไม่ใช่พาให้ไปท่อง

แต่ท่านผู้ใดที่เคยอบรมเจริญสมถภาวนาจะโดยอานาปานสติ หรือกายคตาสติ หรือปญฺญมณสิการก็ตาม นั่นเป็นอหยาตัย เป็นสิ่งที่เมื่อท่านระลึกได้ถึงผม ขณะนั้นสติปัฏฐานรู้ว่า เป็นการคิด เป็นนามธรรม เป็นสภาพคิด

เพราะฉะนั้น สติปัฏฐานจึงครอบคลุมทุกบุคคล แต่ไม่ใช่หมายความว่า ให้บุคคลหนึ่งบุคคลใดไปทำสิ่งที่ไม่มีในขณะนั้น เช่น ขณะนี้กำลังเห็นก็จะไปท่อง นั่นไม่ใช่เป็นผู้ที่ตั้งมั่นในการพิจารณากาย เวทนา จิต ธรรม ไปรออะไร ไปรอที่จะให้ สติปัฏฐานเกิด แต่ไม่รู้ว่าจะมีสิ่งที่กำลังปรากฏแล้ว

ถ. การเจริญสติปัฏฐานมี ๒ อย่าง คือ รู้กับละ รู้ได้ ๒ อย่าง คือ รู้ด้วยปัญญา หรือรู้ด้วยสัญญา ถ้ารู้ด้วยปัญญาคงจะละได้ ถ้ารู้ด้วยสัญญาคงจะละไม่ได้ ถามอาจารย์ว่า ตั้งแต่อาจารย์บรรยายมา รู้ด้วยปัญญามีหรือไม่

ส. คนอื่นไม่สามารถจะรู้ได้

ถ. ก็พอจะสังเกตได้

ส. ถ้าสังเกตได้ จะถามใหม่

ถ. ถ้ารู้ด้วยปัญญาคงจะละได้ แต่ถ้ารู้ด้วยสัญญาไม่ว่าจะมากขนาดไหน คงจะละไม่ได้

ส. สัญญามีอัตตสัญญา กับอนัตตสัญญา

ถ. ถ้ารู้ด้วยปัญญา ต้องรู้ด้วยปรมาตม ย่อมต้องละได้แน่ ๆ

ส. ก่อนนามรูปปริจเฉทญาณ มีการฟังเรื่องนามธรรมและรูปธรรม แต่ตราบไต่ที่ยังเห็นเป็นคน เป็นสัตว์ ก็ยังเป็นอัตตสัญญาอยู่



ถ. อย่างนี้ก็ยังรู้ไม่จริง

ส. ต้องอบรมเจริญปัญญาจริง ๆ ต้องเป็นผู้ที่ละเอียด และเป็นผู้ที่อดทน และเป็นผู้ที่ตั้งมั่นในการอบรมเจริญสติปัฏฐาน

ถ. เวลาคนอื่นมีความทุกข์หรือมีความสุข เราก็รู้ได้ ในการเจริญสติปัฏฐาน เราพิจารณาตามดูเวทนาของคนอื่นได้ไหม

ส. ดูข้างอยากจะไปทำอะไรต่าง ๆ ซึ่งขณะนี้ก็มีกายของเรา ที่เคยยึดถือว่าเป็นเรา และก็มีความรู้สึกของเราด้วยที่เคยยึดถือว่าเป็นเรา ทำไมยังจะต้องไปขวนขวายที่จะเอากายคนอื่น เอาเวทนาคนอื่น เอาจิตคนอื่น เอาธรรมคนอื่น มาพิจารณา

นี่เป็นเรื่องของการที่ไม่รู้ว่า วันหนึ่ง ๆ ความคิด คิดมากทุกเรื่อง และเป็นตัวตน เป็นสัตว์ เป็นบุคคล แม้ว่าไม่มีเลย เช่น นวนิยายต่าง ๆ หรือเรื่องต่าง ๆ ในโทรทัศน์ ละครต่าง ๆ มีตัวจริง ๆ หรือเปล่า แต่ในความรู้สึกเหมือนมีทั้ง ๆ ที่ไม่มี ยังพอใจที่จะคิดถึงเรื่องนั้น คนนี้ บทคนนั้น บทคนนี้ ความรู้สึกคนนั้น ความรู้สึกคนนี้ แต่จริง ๆ แล้ว ขณะนั้นเป็นจิตของตัวเองที่นึกถึงเรื่องคนอื่น

ถ. หมายความว่าเวทนาของคนอื่น หรือจิตคนอื่น ...

ส. คิดว่าเป็นเวทนาของคนอื่น นึกถึงสภาพของเวทนา และคิดว่าเป็นของคนอื่น แต่ขณะนั้นเป็นจิตที่คิด เพราะฉะนั้น ต้องรู้ความจริงว่า ไม่มีใคร ไม่มีสัตว์ ไม่มีบุคคลจริง ๆ มีแต่ความคิด ซึ่งคิดวิจิตรมาก มีคนเต็มไปหมด ซึ่งความจริงแล้ว ก็เป็นแต่เพียงสิ่งที่ปรากฏทางตา

ข้อความต่อไปในพระสูตรนี้มีว่า

เมื่อพระผู้มีพระภาคตรัสอย่างนี้แล้ว นายเปสสหัตถาโรหบุตรได้กราบทูลพระผู้มีพระภาคว่า

นำอัศจรรย์ พระพุทธเจ้าข้า ไม่เคยมี พระพุทธเจ้าข้า สติปัฏฐานนี้ พระองค์ทรงบัญญัติไว้ดีแล้ว เพื่อความบริสุทธิ์ของสัตว์ทั้งหลาย เพื่อก้าวล่วงความโศกและความรำไร เพื่อความดับแห่งทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุอายุธรรม



เพื่อให้แจ้งซึ่งพระนิพพาน ที่จริงแม้พวกข้าพระพุทธเจ้าเป็นคฤหัสถ์หนุ่มผ้าขาว ก็ยังมีจิตตั้งมั่นดีแล้วในสติปัฏฐาน ๔ เหล่านี้อยู่ตามกาลที่สมควร ขอประทานพระวโรกาส พวกข้าพระพุทธเจ้าพิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสติ มีสัมปชัญญะ กำจัดอกิขณาและโทมนัสในโลกเสียได้ พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาอยู่ มีความเพียร มีสติ มีสัมปชัญญะ กำจัดอกิขณาและโทมนัสในโลกเสียได้ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมอยู่ มีความเพียร มีสติ มีสัมปชัญญะ กำจัดอกิขณาและโทมนัสในโลกเสียได้

นำอัครรรย พระพุทธเจ้าข้า ไม่เคยมี พระพุทธเจ้าข้า เพียงเท่านั้น พระพุทธเจ้าข้า พระผู้มีพระภาคชื่อว่ายอมทรงทราบประโยชน์และมิใช่ประโยชน์ของสัตว์ทั้งหลาย ในเมื่อมนุษย์รักษากฎเป็นไปอยู่อย่างนี้ ในเมื่อมนุษย์เดนากาเป็นไปอยู่อย่างนี้ ในเมื่อมนุษย์โอดวอดเป็นไปอยู่อย่างนี้ ก็สิ่งที่รักษากฎคือมนุษย์สิ่งที่ต้นคือสัตว์

ถ้าพิจารณาโดยละเอียด จะเห็นว่าเป็นเรื่องของการเจริญสติปัฏฐานตามปกติตามความเป็นจริง เรื่องของการพิจารณากาย พิจารณาเวทนา พิจารณาจิต พิจารณาธรรม ที่นายเปสสหัตถาโรบุตรกล่าวว่

นำอัครรรย พระพุทธเจ้าข้า ไม่เคยมี พระพุทธเจ้าข้า เพียงเท่านั้น พระพุทธเจ้าข้า พระผู้มีพระภาคชื่อว่ายอมทรงทราบประโยชน์และมิใช่ประโยชน์ของสัตว์ทั้งหลาย

ทุกท่านมีสิ่งที่เป็นประโยชน์และมิใช่ประโยชน์ ในเมื่อมนุษย์รักษากฎเป็นไปอยู่อย่างนี้ มนุษย์รักษากฎ คือ มนุษย์ที่มากมายหนาแน่นด้วยกิเลส เพราะฉะนั้น สิ่งที่เป็นประโยชน์ของมนุษย์รักษากฎ คือ ขณะที่เป็นกุศล สิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์ของมนุษย์รักษากฎ คือ ขณะที่เป็นอกุศล

เป็นชีวิตจริง ๆ ของทุกคนที่ว่า มนุษย์รักษากฎเป็นไปอยู่อย่างนี้ คือ หนาแน่นด้วยกิเลสอย่างนี้ แต่พระผู้มีพระภาคยอมทรงทราบประโยชน์และมิใช่ประโยชน์ของสัตว์ทั้งหลาย และยังทรงแสดงธรรม เพื่อก้าวล่วงความโศกและความรำไร เพื่อความดับแห่งทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุอายุธรรม เพื่อให้แจ้งซึ่งพระนิพพาน



และข้อความที่ว่า แท้จริงแม้พวกข้าพระพุทธเจ้าเป็นคฤหัสถ์นุ่งผ้าขาว คนสมัยนี้ก็อาจจะคิดว่า การรู้แจ้งอริยสัจธรรมหรือเป็นอุบาสกอุบาสิกา จะต้องนุ่งผ้าขาว แต่ความจริงแล้วผ้าขาวเป็นเครื่องหมายของคฤหัสถ์ซึ่งต่างกับบรรพชิตเท่านั้น เพราะว่าบรรพชิตมีเสื้อผ้าที่เศร้าหมอง ได้แก่ จีวร ซึ่งต้องย้อมด้วยน้ำฝาด ทำให้เป็นผ้าที่หมดราคา ไม่เป็นที่ต้องการของโจรหรือผู้อื่นที่ต้องการจะลักขโมยเอาไป แต่คฤหัสถ์ผ้าขาวถือว่าเป็นผ้าที่สวยงาม และสำหรับเจ้าลิจฉวีเวลาไปเฝ้าพระผู้มีพระภาค ก็แต่งกายด้วยสีต่าง ๆ เหมือนกับเทพที่มีเสื้อผ้าอาภรณ์สีต่าง ๆ เพราะฉะนั้น ผ้าขาวเป็นเพียงเครื่องหมายของคฤหัสถ์ที่ต่างกับจีวรที่เป็นผ้ากาสาเยของบรรพชิตเท่านั้น แต่ไม่ได้หมายความว่า คฤหัสถ์จะต้องนุ่งหม้อผ้าสีขาว

และเมื่อพระผู้มีพระภาคทรงจำแนกบุคคล ๔ ให้นายเปสสะฟังแล้ว ก็ได้ตรัสถามว่า ในบรรดาบุคคล ๔ จำพวกนี้ จำพวกไหนจะยังจิตของนายเปสสะให้ยินดี

นี่คือพระธรรมที่ทรงแสดง ซึ่งท่านผู้ฟังจะเห็นได้ว่า พระผู้มีพระภาคทรงรู้แจ้งอริยาคัยของสัตว์โลกโดยละเอียด โดยถ่องแท้ จึงไม่ได้ทรงแสดงให้ท่อง หรือให้สาธยาย แต่ทรงแสดงบุคคล ๔ จำพวก และได้ถามนายเปสสะว่า ในบรรดาบุคคล ๔ จำพวกนี้ บุคคลพวกไหนที่เป็นที่ยังใจของนายเปสสะให้ยินดี

พวกที่ ๑ คือ ผู้ที่ทำตนให้เดือดร้อน ประกอบการชวนชวายในการทำตนให้เดือดร้อน

พวกที่ ๒ คือ ผู้ที่ทำผู้อื่นให้เดือดร้อน ประกอบการชวนชวายในการทำผู้อื่นให้เดือดร้อน

พวกที่ ๓ คือ ผู้ที่ทำตนให้เดือดร้อน ประกอบการชวนชวายในการทำตนให้เดือดร้อน และทำผู้อื่นให้เดือดร้อน ประกอบการชวนชวายในการทำผู้อื่นให้เดือดร้อน

พวกที่ ๔ คือ ไม่ทำตนให้เดือดร้อน ไม่ทำผู้อื่นให้เดือดร้อน เป็นผู้ที่ประพฤติกุศลธรรม เป็นพระอรหันต์

ซึ่งนายเปสสะได้กราบทูลว่า



บุคคล ๓ จำพวกแรกไม่ยังจิตของเขาให้ยินดีได้ แต่บุคคลผู้ไม่ทำตนให้เดือดร้อน ไม่ประกอบกรณขวนขวายการทำตนให้เดือดร้อน เขาไม่ทำผู้อื่นให้เดือดร้อน ไม่ประกอบกรณขวนขวายในการทำผู้อื่นให้เดือดร้อน ไม่มีความหิว (หิว คือ โลภะ แต่ท่านผู้นี้ไม่มีความหิว) ดับสนิท เป็นผู้เย็น เสวยแต่ความสุข มีตนเป็นดังพรมอยู่ในปัจจุบัน ย่อมยังจิตของเขาให้ยินดีได้

เมื่อนายเปสสทัตตาโรหบุตรกราบทูลเหตุผลในการที่พอใจในบุคคลจำพวกที่ ๔ แล้ว ก็กราบทูลลาไป

