



มูลนิธิศึกษาและเผยแพร่พระพุทธศาสนา  
Dhamma Study and Support Foundation

## แนวทางเจริญวิปัสสนา

เล่ม ๗๓ ตอนที่ ๗๒๑ – ๗๓๐

บรรยายโดย

สุจินต์ บริหารวนเขตต์



## แนวทางเจริญวิปัสสนา

๗๒๑



ส. เพราะฉะนั้น อย่าหวังเร็วนัก เพียงแต่ให้ชีวิตปกติประจำวันเกิดความรู้  
จริงในลักษณะที่ไม่ใช่ตัวตน สัตว์ บุคคลของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ

กำลังเห็นเดี๋ยวนี้เป็นเครื่องพิสูจน์ว่า สติเกิดใหม่ เมื่อสติเกิดระลึกอะไร ตรง  
ลักษณะของสภาพที่กำลังปรากฏหรือเปล่า ถ้าตรง ลักษณะสภาพธรรมที่ปรากฏทาง  
ตาต้องไม่มีความวิตกหรือตรึงถึงรูปร่างสัญญาณว่า เป็นคน เป็นสัตว์ เป็นวัตถุสิ่ง  
ต่าง ๆ ในขณะนั้นจึงจะเป็นการรู้สภาพนามธรรมที่เห็น ซึ่งต่างกับการตรึงนึกถึงรูปร่าง  
สัญญาณจนเกิดความคิดความเข้าใจในสิ่งที่ปรากฏว่า เป็นวัตถุสิ่งนั้นสิ่งนี้ หรือเป็น  
บุคคลนั้นบุคคลนี้

นี่คือสภาพธรรมที่ปรากฏตามปกติตามความเป็นจริง ต้องอบรมเจริญปัญญา  
อย่าคิดที่จะละกิเลสโดยที่ปัญญาไม่เกิด ถ้าปัญญาไม่เกิด ละกิเลสไม่ได้ เพราะฉะนั้น  
ยังไม่ต้องคิดว่า เมื่อไรจะละกิเลสได้ เพราะว่ายังไม่รู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลัง  
ปรากฏ และทำอย่างไรจึงจะรู้เพิ่มขึ้น ชินขึ้น ชัดขึ้น ละเอียดขึ้น ทัวขึ้น

ณ. อาจารย์ช่วยอธิบาย

ส. ก็คือ อบรมไปเรื่อย ๆ ปัญญาไม่ใช่จะสามารถเกิดได้โดยฉับพลันทันที  
อย่างมากและรวดเร็ว แต่ต้องอาศัยการอบรมด้วยการระลึก ศึกษา รู้ลักษณะของ  
สภาพธรรมที่กำลังปรากฏตามปกติ คือ ในขณะนี้แต่ละขณะตามความเป็นจริง ทำ  
อะไรไม่ได้ เรื่องของปัญญาไม่ใช่เรื่องทำ แต่เป็นเรื่องที่ต้องอบรมจนกระทั่งเป็นปัญญา  
ที่ค่อย ๆ เพิ่มขึ้น

เวลาความรู้เกิดขึ้นรู้ ก็รู้ว่ารู้ เวลาที่ความรู้ไม่เกิด และไม่รู้ ก็ต้องตรงต่อตาม  
ความเป็นจริงว่า ยังไม่รู้



สภาพธรรมแต่ละอย่างเป็นของจริง อวิชาเป็นอวิชา คือ ไม่รู้ วิชาเป็นวิชา คือ รู้ ไม่มีตัวตนที่สามารถจะไปเร่งรัด หรือว่าไปพยายามให้เกิดปัญญาโดยไม่อบรม โดยไม่ศึกษา ไม่ว่าจะเป็นทางโลกหรือทางธรรมก็ตาม ความรู้จะต้องเกิดขึ้น เพราะการศึกษา

ถ. ที่ตัวหาย ท่านอาจารย์ว่าเป็นสมาธิได้ไหม

ส. สมาธิ คือ เอกัคคตาเจตสิก ที่เกิดกับจิตทุกดวง ขณะนั้นไม่รู้ว่าจะอะไร เพราะฉะนั้น จึงไม่ใช่ปัญญา

ถ. ไม่ใช่ปัญญา

ส. แน่นนอน ถ้าเป็นปัญญาต้องรู้ ที่ปัญญาจะไม่รู้นั้นเป็นไปไม่ได้ ที่ไม่รู้ ๆ ต้องเป็นอกุศลจิต ต้องเป็นโมหะ เป็นอวิชา เพราะฉะนั้น บางท่านเข้าใจว่าท่านเจริญสมณะ แต่ความจริงไม่ใช่ความสงบ มีความตั้งมั่นของจิตที่อารมณ์หนึ่งอารมณ์ใดซึ่งเป็นลักษณะของสมาธิที่เกิดกับอกุศลจิต เพราะถึงแม้ว่าจะตั้งมั่นในอารมณ์นั้นสักเท่าไรก็ไม่รู้จะอะไรในอารมณ์นั้น และยังเป็นปัจจัยให้ความไม่รู้เพิ่มขึ้น เช่น มีความรู้สึกตัวหายไปแล้วก็ไม่รู้ว่าเป็นอะไร ใช่ไหม

ถ. ก็เป็นอวิชา

ส. แน่นนอน เจริญอวิชา เจริญสมาธิซึ่งเป็นอกุศลสมาธิ ไม่ใช่เป็นสมณะ ไม่ใช่ความสงบ

เพราะฉะนั้น กุศลจิตเป็นเรื่องละเอียดที่จะต้องศึกษา ยิ่งเป็นกุศลขั้นภาวนา ไม่ว่าจะเป็นสมณะหรือวิปัสสนาก็ตาม ยิ่งเป็นเรื่องละเอียด ซึ่งถ้าไม่ศึกษาก็ไม่สามารถจะอบรมเจริญได้ ไม่เหมือนกุศลที่เป็นทาน หรือเป็นศีล เพราะว่าทั้งสมณภาวนา และวิปัสสนาภาวนาต้องเกิดพร้อมกับสติสัมปชัญญะที่สมบูรณ์ พร้อมด้วยปัญญา แต่เป็นปัญญาที่ต่างชั้นกัน ปัญญาชั้นสมณะก็ชั้นหนึ่ง ปัญญาที่เป็นวิปัสสนาก็อีกชั้นหนึ่ง เพราะฉะนั้น จะทำต่อไปอีกไหม

ถ. ก็เกิดขึ้นเอง

ส. เวลานี้เกิดขึ้นไหม



ถ. ไม่เกิด

สุ. เมื่อไม่เกิด จะว่าเกิดขึ้นเองได้อย่างไร

หลายท่านที่บอกว่า ฟังมานาน และสติยังเกิดน้อยอยู่ ความรู้ลักษณะของนามธรรมและรูปธรรมก็ยังไม่ปรากฏชัด แต่ขอให้ระลึกถึงบรรดาสาวกทั้งหลายที่ท่านได้ตรัสรู้ ว่า ท่านได้อบรมมานานเท่าไร เวลาที่ศึกษาประวัติชีวิตของท่าน เป็นกัป ๗ นับไม่ถ้วน ได้พบ ได้เฝ้า ได้ฟังธรรม ได้เกิดศรัทธา ได้บำเพ็ญกุศลทุกประการเป็น บารมี นับเป็นกัป ๗

เพราะฉะนั้น ระหว่างที่ฟังและมีความเข้าใจถูกต้อง จะเป็นปัจจัยทำให้เมื่อฟังอีก สติก็สามารถเกิดขึ้นระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมได้ถูกต้องขึ้น และสะสมอบรมความรู้ลักษณะของสภาพธรรมไปเรื่อย ๆ จนกว่าปัญญาที่ถึงความสมบูรณ์ที่จะประจักษ์แจ้งในสภาพธรรมที่ไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล จะเกิดขึ้นได้ในวันหนึ่ง ซึ่งต้องเกิดขึ้นได้แน่ ถ้ามีการอบรมเป็นเหตุ และผลคือปัญญาที่สมบูรณ์เป็นความรู้ชัดในลักษณะของสภาพธรรมก็จะต้องเกิดขึ้นได้

บางท่านก็กล่าวว่า อวดคิดไม่ได้ว่า นี่เป็นนาม นั่นเป็นรูป

ไม่ใช่เรื่องที่จะไปหยุดยั้งความคิด มีใครบ้างไหมที่ไม่คิด ไม่มี พระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าก็คิด พระอรหันตสาวกก็คิด แต่ไม่ใช่ตัวตนที่คิด เป็นสภาพธรรมชนิดหนึ่ง ซึ่งก่อนที่จะคิดว่า สภาพนั้นเป็นนามธรรม สภาพนี้เป็นรูปธรรม ก็เป็นความคิดเรื่องต่าง ๆ ที่เกิดจากการเห็นสิ่งที่ปรากฏทางตา การได้ยินเสียงทางหู การได้กลิ่นทางจมูก การลิ้มรสทางลิ้น การรู้สิ่งที่กระทบสัมผัสทางกาย และความคิดถึงสิ่งเหล่านั้นก็ติดตามมาอย่างรวดเร็ว เป็นปัจจัยที่ถึงแม้ว่าไม่เห็นแล้ว ไม่ได้ยินแล้ว ไม่ได้กลิ่นแล้ว ไม่ได้ลิ้มรสแล้ว ไม่รู้สิ่งที่กระทบสัมผัสแล้ว ก็ยังติดตามคิดถึงสิ่งที่เคยเห็น เคยได้ยิน เคยได้กลิ่น เคยลิ้มรส เคยสัมผัส นั่นเป็นความคิดก่อนฟังเรื่องปรมัตถธรรม เรื่องการอบรมเจริญสติปัฏฐาน

เพราะฉะนั้น เมื่อได้ฟังเรื่องปรมัตถธรรม และเรื่องการอบรมเจริญสติปัฏฐานแล้ว ก็มีปัจจัยที่จะให้เกิดคิดว่า สภาพนั้นเป็นนามธรรม สภาพนี้เป็นรูปธรรม แต่แม้



กระนั้น ในขณะที่คิดอย่างนั้น เป็นสติขั้นตริก ขั้นคิด ขั้นนึกถึงสภาพธรรม แต่ยังไม่ใช้สติปัญญา ซึ่งเป็นขั้นที่ระลึก ศึกษา สังเกต รู้ลักษณะของสภาพธรรมซึ่งต่างจากขณะที่คิด

เห็นเดี๋ยวนี้ หยุด ไม่คิด แต่ศึกษา คือพยายามโน้มไปสู่การที่จะรู้ว่า ที่กำลังเห็นในขณะนี้ เป็นสภาพรู้ เป็นธาตุรู้สิ่งที่กำลังปรากฏทางตาเท่านั้น นี่คือการอบรมเจริญสติปัญญา เนือง ๆ บ่อย ๆ

ทางหูก็โดยนัยเดียวกัน ลืมทุกสิ่งทุกอย่างหมดที่จะนึกว่า หูอยู่ตรงไหน โสตปสาทอยู่ตรงไหน สัททะ คือ เสียง มากระทบโสตปสาท ได้ยินจะต้องอยู่ตรงนั้น นั่นเป็นเรื่องการนึกถึงหูของเรา ยังมีความเป็นของเรา ยังมีความเป็นตัวตน ยังมีความยึดมั่นในหูอยู่ แต่ตามความเป็นจริงแล้ว ขณะที่จะระลึกรู้ลักษณะของได้ยิน ต้องไม่มีการนึก ใส่ใจ สนใจในหูของเราว่าอยู่ตรงไหน เป็นแต่เพียงศึกษา สังเกต รู้ในลักษณะสภาพรู้ ในธาตุรู้ที่กำลังได้ยินเสียง อย่าต่อทวารอื่น หรือความยึดมั่นในรูปร่างกายส่วนหนึ่งส่วนใดไว้ มิฉะนั้นแล้วจะไม่ใช้การศึกษาลักษณะของธาตุรู้เสียง และเสียงที่กำลังปรากฏในขณะนั้น

ถ. พอเห็นปั๊บ ก็รู้ทางใจแล้ว ทางหูได้ยินปั๊บ ก็รู้แล้ว ลึ้นก็รู้แล้ว รู้หมดทั้งนั้น อาจารย์จะให้ยังคิดว่า ไม่ใช่ตัวตน บุคคล สัตว์ อะไรอย่างนี้ จะทำอย่างไรโปรดอธิบาย

ส. นั่นเวลาที่ไม่มีสติ นั่นเวลาที่สติไม่เกิด จะเป็นอย่างนั้น เพราะฉะนั้นจึงต้องทราบขณะที่ต่างกันว่า ขณะที่ไม่มีสติต่างกับขณะที่หลงลืมสติ

ถ. ถึงมีสติ เราก็อธิษฐาน

ส. มีสติ หมายความว่า จะต้องใส่ใจในลักษณะของสภาพธรรมหนึ่งที่กำลังปรากฏ

ถ. แปลว่า ต้องทิ้งหมดใช่ไหม



ส. มีการใส่ใจ คือ ระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมหนึ่งที่กำลังปรากฏ นั่นคือ สติ ที่จะกล่าวว่ามีสติ ไม่ใช่ว่ารู้รวมไปหมด รู้รวมไปหมดนั่นไม่ใช่สติ สติจะต้องระลึกรู้ลักษณะหนึ่งลักษณะใด ที่ละลักษณะ

ถ. ผมก็เข้าใจอย่างที่อาจารย์อธิบาย ต้องมีสติ แต่จะไปยับยั้งอย่างไรได้

ส. ไม่ใช่ไปยับยั้ง สติเกิดหรือเปล่า อย่าพยายามไปยั้ง

ถ. ไม่ยั้ง แต่พอเห็นทันที ...

ส. สติเกิด ก็ระลึก สติไม่เกิด ก็ไม่ระลึก ต้องเข้าใจอย่างนี้ พอฟังมาก ๆ เข้าก็เป็นปัจจัยให้รู้ว่า ขณะที่มีสตินั้นเป็นอย่างไร คือ ศึกษาทันทีในลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏ ทางตานีปรากฏ ศึกษาเดี๋ยวนี้ นี่คือ ความหมายของมีสติระลึกศึกษา

ถ. ทางตาก็คงเหมือนกัน พอเห็นก็รู้ทันที

ส. นั่นเวลาที่ไม่มีสติ นั่นปกติไม่มีสติ จะเป็นอย่างนั้น แต่เวลาที่สติเกิดจะต่างกัน ต้องรู้ความต่างกันของขณะที่สติเกิด กับขณะที่หลงลืมสติ นี่เป็นขั้นต้น

ถ. จะให้มีสติตอนไหน

ส. ให้มีสติก็ได้ ต้องมีความรู้ว่า สติเกิดหรือไม่เกิด มีสติหรือหลงลืมสติ นี่เป็นปัญญา เพราะฉะนั้น ถ้าปัญญาขั้นนี้ไม่มี อบรมเจริญสติปฏิฐานไม่ได้ เพราะว่าสติยังไม่เกิดเลย จะไปอบรมให้มากขึ้นได้อย่างไร แต่เวลาที่สติเกิด ระลึกได้ ไม่ใช่ระลึกเป็นคำ แต่รู้ว่าจะต้องเข้าใจลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏให้ถูกต้อง ในขณะนี้ ต้องเข้าใจลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏให้ถูกต้อง

ถ. อาจารย์จะแนะนำอย่างไร

ส. ให้รู้ความต่างกันของขณะที่มีสติ กับขณะที่หลงลืมสติ เมื่อสติเกิดจึงจะรู้ความต่างกันว่า ขณะที่มีสตินั้น ต่างกับขณะที่หลงลืมสติ ถ้าสติยังไม่เกิด ก็ไม่สามารถจะรู้เวลาที่ต่างกันได้ ต้องรอจนกว่าเมื่อไรสติเกิด เมื่อนั้นจะรู้ว่า ขณะนี้ต่างกับขณะที่เคยหลงลืมสติ เพราะไม่เคยศึกษา ไม่เคยสังเกต สำเนียงลักษณะของสิ่งที่ปรากฏ ขณะใดที่เริ่มสังเกต สำเนียง ศึกษา ขณะนั้นเป็นขณะที่มีสติแล้ว ที่ละเล็กทีละน้อย จนกว่าจะชำนาญ



ต้องการมาก ๆ อย่างใจไม่ได้ แล้วแต่เหตุปัจจัย โดยเฉพาะเมื่อเป็นปัญญาค้นที่ จะรู้ลักษณะของสภาพธรรมโดยความไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน ต้องเป็นการ อบรมปัญญาจริง ๆ ความเข้าใจจริง ๆ ตรงลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ จริง ๆ

ถ. วิธีระลึกให้มีสติ จะระลึกอย่างไร

สุ. ไม่มีตัวตนที่จะทำอะไรได้ ต้องอบรมด้วยการฟังจนกระทั่งมีความเข้าใจ เกิดขึ้น ถ้าไม่เคยฟังเลยจะไม่เข้าใจเรื่องการเจริญสติปัฏฐาน เมื่อไม่ได้ศึกษาจะมีความรู้ได้อย่างไร ต้องตามลำดับ ตั้งแต่ขั้นการฟังด้วยมนสิการ ด้วยการใส่ใจ ด้วยการพิจารณาจนกระทั่งเป็นปัจจัยให้เกิดความเข้าใจขั้นต่อไป และก็ฟังอีกด้วยการ พิจารณา สังเกต สำเนียงในเหตุผล จนกระทั่งเป็นปัจจัยให้เกิดความเข้าใจขั้นต่อไป อีก นานเป็นกัป ๆ

ถ. สติมีหลายชั้น นับแต่สติปัฏฐาน สติพละ สัมมาสติ เป็นต้น แต่เหตุที่จะให้เกิดสติ หรือว่าสติเกิดขึ้นได้เพราะเหตุอะไร ขอให้อาจารย์ช่วยอธิบาย

สุ. เหตุใกล้ของสติ คือ สัญญา ความจำที่มั่นคง แต่ไม่ใช่จำเรื่องอื่น ต้อง จำสิ่งที่ได้ยินได้ฟังในเรื่องของสภาพธรรม เพราะว่าท่านพระสารีบุตรหรือว่าบรพดา สาวกทั้งหลายซึ่งไม่ใช่พระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าและไม่ใช่พระปัจเจกพุทธเจ้า เป็น สาวก ต้องฟัง คำว่า สาวก หรือ สาวโก แปลว่า ผู้ฟัง

ถึงแม้ว่าท่านพระสารีบุตร หรือพระสาวกอื่น ๆ จะได้เคยอบรมเจริญสติ-ปัฏฐานมาในอดีตเป็นกัป ๆ เน้นนานมาแล้ว แต่เมื่อยังไม่รู้แจ้งอริยสัจธรรม ระหว่างที่ยังไม่ได้พบกับท่านพระอัสสชิ ไม่มีปัจจัยที่จะให้สติของท่านพระสารีบุตรเกิดขึ้นระลึก ศึกษารู้ลักษณะสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ เพราะฉะนั้น สาวกทั้งหลายนี้ คือ ผู้ที่ต้อง ฟัง อาศัยการฟังพระธรรมที่พระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรงแสดงไว้โดยละเอียด โดยสมบูรณ์ เป็นปัจจัยให้เกิดสัญญา ความจำที่มั่นคง แล้วแต่ว่าท่านผู้นั้นเคยฟัง มาแล้วในอดีตชาติมั่นคงแค่ไหน มากสักเท่าไร



ถ้าเพิ่งจะเริ่มฟังในชาตินี้ ฟังแล้วก็รู้สึกว่ายังไม่ค่อยเข้าใจ ก็ต้องฟังอีกบ่อย ๆ ทวนไปทวนมา และมนสิการ พิจารณาแล้วพิจารณาอีก จนกระทั่งความเข้าใจเพิ่มขึ้น ๆ เป็นขั้น ๆ และเมื่อความเข้าใจอย่างนี้เพิ่มขึ้นแล้วเป็นขั้น ๆ ก็จริง วันหนึ่ง ๆ สติเกิดบ่อยไหม ถ้าสติเกิดบ่อย หมายความว่า ความจำนั้นยังไม่เป็นสัญญาที่มั่นคง ที่จะเป็นปัจจัยให้สติระลึกขึ้นได้ถึงสิ่งที่เคยได้ยินได้ฟังในเรื่องของการเจริญสติปัฏฐาน แต่ถ้าอบรมไปเป็นกัป ๆ จนพร้อมที่ว่า ทันทิที่ท่านพระสารีบุตรได้ฟังท่านพระอัสสชิ สัญญาที่มั่นคง ที่เคยจดจำไว้ในเรื่องของการระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมเกิดทันที ประจักษ์แจ้งในลักษณะของสภาพธรรมได้

ถ. มีสุภาสิตหรือคำโบราณกล่าวไว้ว่า ถ้ามีความโกรธเกิดขึ้น ก่อนที่จะทำอะไรงไป ให้นับ ๑ ถึง ๑๐ การนับนี้จะเป็นเหตุให้เกิดสติได้ไหม

สุ. สติเป็นโสภณธรรม เกิดกับโสภณจิต และเรื่องของกุศลจิต อกุศลจิต เป็นเรื่องที่แสนละเอียด ถ้าอกุศลจิตเกิดเพียงนิดเดียว ใครจะรู้ได้ในลักษณะที่เป็นอกุศล ที่นั่งอยู่ในขณะนี้ เป็นกุศลจิตหรืออกุศลจิต ต้องตรงต่อลักษณะสภาพธรรม

ผู้อบรมเจริญปัญญาที่จะดับกิเลส ยิ่งต้องตรงเหลือเกิน ที่สามารถจะรู้ในลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏว่า ในขณะนี้จิตเป็นอะไร ไม่ใช่ชื่อกุศล หรือชื่อกุศล เพราะถ้าคิดถึงชื่อ ก็เป็นกุศลหรือเป็นอกุศล จะอยู่ในตำรา จะอยู่ในหนังสือ แต่ในขณะนี้ทุกคนมีจิต ลักษณะของจิตเป็นกุศลหรือเป็นอกุศล ต้องรู้ในขณะนี้จึงจะเป็นผู้ที่รู้ชัดในลักษณะของกุศลจิตหรืออกุศลจิต

บางที่ไม่ใช่กุศลเลย แต่เป็นอกุศลอย่างเบาบาง อย่างละเอียด อย่างอ่อนมาก ซึ่งบางท่านก็เข้าใจว่าเป็นกุศล เพราะฉะนั้น ถ้าไม่รู้ว่าจะขณะใดเป็นกุศลจิต ขณะใดเป็นอกุศลจิต ก็เป็นยากที่จะเจริญกุศลได้

ขณะที่โกรธ เป็นกิเลสที่มีกำลัง เป็นปริยฐานกิเลส ปรากฏลักษณะของความไม่แท้ขึ้นของจิตเกิดขึ้น แรงพอที่จะรู้ว่าขณะนั้นเป็นอกุศล แต่ขณะที่กำลังนับ จะรู้ได้อย่างไรว่าเป็นกุศลหรือเป็นอกุศล ทุกท่านเคยนับใช่ไหม นับเงินนับทองก็เคยนับ ๑ ๒ ๓ ๔ ๕ ก็นับ กุศลจิตหรืออกุศลจิต ขณะที่กำลังนับอย่างนั้น





ถ. ขณะที่กำลังนับอย่างนั้น เพื่อให้สติเกิดขึ้น ให้คลายโทสะลงไป

ส. หมายความว่า สติยังไม่เกิดจึงนับ หรือว่าขณะที่นับ นับด้วยสติ

สภาพธรรมละเอียดจนไม่มีใครสามารถที่จะบอกได้ นอกจากบุคคลนั้นเองจะรู้ด้วยสติของท่านเองว่า ขณะนั้นเป็นกุศลหรือเป็นอกุศล ถ้าบอกว่า ขณะกำลังนับเป็นกุศล พุทไม่ได้ ผิด หรือจะบอกว่าเป็นอกุศล ก็ยากที่จะรู้ได้ว่า ขณะนั้นจิตของบุคคลนั้นเป็นกุศลหรือเป็นอกุศล แต่ถ้าสติเกิด จึงยับยั้งได้ในขณะนั้น

ถ. ถ้ารู้ได้ ก็ต้องตัวของผู้นั้นเอง

ส. แน่نون คนอื่นรู้ไม่ได้ เพราะฉะนั้น จะถามคนอื่นไม่ได้

สภาพของจิตละเอียดมาก ถ้าท่านโกรธจัด ๆ ลองนับดู และจะรู้ว่า ขณะนั้นยังคงนับด้วยความโกรธหรือเปล่า ถ้าโกรธจัดแล้วลองนับดู ถ้าโกรธนิดหน่อย การนับอาจจะอีกลักษณะหนึ่ง เพราะฉะนั้น แม้ในขณะทีนับ ก็ยังนับด้วยลักษณะของจิตที่ต่าง ๆ กัน แต่ถ้าสติเกิด สามารถที่จะรู้ได้ตรงตามลักษณะสภาพของจิต ซึ่งแม้ว่าจะเกิดดับอย่างรวดเร็วมาก ลักษณะของอกุศลก็เป็นอกุศล ลักษณะของกุศลก็เป็นกุศล





๗๒๒



ถ. เวลาหลับนี้ เรามีนามมีรูปได้ไหม

ส. แน่นนอน ยังไม่สิ้นชีวิตจะต้องมีนามธรรมรูปธรรมเกิดดับอยู่ สภาพธรรมเกิดขึ้นและกดับไปแต่ละอย่างก็เป็นแต่ละอย่าง สภาพธรรมซึ่งเกิดและดับไปแล้วจะไม่กลับมาเกิดอีก สูญไปเลย และเป็นปัจจัยที่จะให้สภาพธรรมขณะต่อไปเกิดขึ้น ซึ่งปัญญาจะต้องประจักษ์ ถ้าปัญญาไม่ประจักษ์ ขณะนี้ก็ไม่ปรากฏเลยว่า อะไรดับ อะไรเกิด

ถ. รูปชนิดที่ว่า เรามีความรู้สึกแรง ๆ เรียกว่ารูปอะไร ฟัวร้อง รสเปรี้ยว เกิดความรู้สึกขึ้นมาอย่างนี้เรียกว่า รูปอะไรในการเรียนธรรม

ส. แต่ละรูปปรากฏแต่ละทาง ฟัวร้องก็เป็นสัททะ เป็นเสียง

ถ. รูปแรง ๆ เรียกว่า รูปหยาบหรืออะไร

ส. รูปที่ปรากฏทางตา หู จมูก ลิ้น กาย เป็นรูปหยาบ

ถ. สมมติเรานั่งคิดไปว่า เมื่อวานนี้ลูกสาวทานมะดัน ทำให้รู้สึกเปรี้ยว น้ำลายสอ เรียกว่ารูปอะไร

ส. เป็นสัญญา ความจำในรส

ถ. ไม่ใช่รูป

ส. ไม่ได้มีรสเปรี้ยวอะไรไปกระทบ มีแต่นี้ก็คิดเป็นปัจจัย

ถ. ที่เรานึกแล้วน้ำลายสอออกมา ไม่ใช่รูป

ส. รูปน้ำลายก็รูปหนึ่ง แต่ว่าเกิดขึ้นเพราะสัญญาความจำในรสเปรี้ยว ถ้าไม่นึกถึงรสเปรี้ยวจะน้ำลายสอได้ไหม

ถ. อยากจะทราบเรื่องรูปกับนาม

ส. รูปหมายถึงสภาพธรรมซึ่งเกิดปรากฏ และไม่สามารถจะรู้อารมณ์อะไรได้ เช่น ลักษณะที่อ่อนกับสภาพที่รู้อ่อนต่างกัน เสียงกับสภาพที่ได้ยินคือสภาพที่รู้



เสียงต่างกัน ฟังธรรมต้องฟังละเอียดมาก ฟังแล้วอย่าเพิ่งผ่านไปว่าเข้าใจแล้ว อย่างเสียงกับได้ยิน ถ้าทราบแล้วพระผู้มีพระภาคจะไม่ทรงแสดงเรื่องของเสียงและได้ยินไว้อย่างมากมาย และขณะที่กำลังได้ยินเสียงทราบแล้วหรือว่า เสียงเป็นอย่างหนึ่ง ได้ยินเป็นอีกอย่างหนึ่ง

เพราะฉะนั้น ที่จะรู้ว่าสภาพใดเป็นนามธรรมเป็นรูปธรรม ไม่ใช่เพียงชั้นบอกเล่า แต่โดยขั้นที่ศึกษาจริง ๆ เพื่อจะได้รู้ว่า ที่ว่าเป็นรูปธรรมนั้นคืออย่างไร คือปรากฏแต่ไม่ใช่สภาพรู้อารมณ์ เพราะฉะนั้น จงเป็นผู้ที่มีปกติเจริญสติปัฏฐานและความรู้จะเพิ่มขึ้นในลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏ ในลักษณะของรูปธรรมว่าไม่ใช่นามธรรม ในลักษณะของนามธรรมซึ่งไม่ใช่รูปธรรม ต้องสามารถแยกออกจากกันได้ด้วยตัวเองในขณะทีสติที่เกิด และศึกษาลักษณะของรูปเป็นรูป ลักษณะของนามเป็นนาม

ถ. บางครั้งทำงาน พอหันมาสนใจกับงานที่มีอยู่ เราจะได้ยินวิทยุแจ้ว ๆ อยู่อย่างนั้น แต่ไม่รู้เรื่องอะไร

ส. ความไม่รู้ทั้งหมด ไม่เอา ไม่มีประโยชน์อะไรเลย ตาเราก็เห็น หูเราก็ได้ยิน ก็เป็นตาเรา หูเราไปเรื่อย ๆ ซึ่งไม่ใช่ความรู้ในสภาพที่ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน

ถ. สภาพที่เย็น แต่ตอนที่เรารู้สึก ไม่ทราบว่าอะไร เพียงแต่สะดุ้ง

ส. ที่ไม่ทราบ ทิ้งไปให้หมดไม่ต้องสนใจ อบรมเจริญปัญญาให้รู้ เรื่องไม่รู้ไม่เอา ไม่สนใจ ผ่านไปแล้วด้วยความไม่รู้ใช่ไหม แต่เดี๋ยวนี้ควรจะรู้อะไร

ถ. เดี่ยวนี้รู้เสียง ดับไปแล้ว

ส. เดี่ยวนี้รู้เสียง ดับไปแล้วด้วยความเป็นตัวตน

ถ. เดี่ยวนี้ก็นึกด้วย

ส. นึกก็ดับไปแล้ว

ถ. คล้ายกับว่า นามรูปเกิดติดต่อยังกับสวิทช์ไฟเลย



ส. เพราะฉะนั้น เป็นเราที่สามารถจะรู้ว่า นามรูปเกิดติดต่อกัน เป็นเราที่รู้ ซึ่งต่างกันมากกับการอบรมเจริญสติที่จะรู้ชัด รู้จริงในลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ ทีละเล็กทีละน้อยเพิ่มขึ้น และรู้ด้วยว่า เป็นความรู้ซึ่งต่างจากขั้นศึกษาด้วยการฟังที่เป็นปริยัติ ต้องมีอีกขั้นหนึ่งซึ่งไม่ใช่ขั้นที่รู้ทั่วหมดว่า นามธรรมก็เกิดดับสืบทอดกัน รูปธรรมก็ไม่เพียง เสี่ยงก็ดับไปแล้ว เย็น ร้อน อ่อน แข็ง ก็ดับไปแล้ว เท่านั้น ไม่พอ รู้แบบนี้ไปหลายร้อยปีก็ยังไม่พอ ต้องอบรมเจริญปัญญา

ถ. สังเกตสุนัขที่บ้าน เวลาเขาปัสสาวะ เราก็บอกเขาว่า เยี่ยวอีกแล้วนะ เขาก็หางหด แต่เวลาที่เรารบอกเขาว่าไปเที่ยว เขาก็ลิงโลด ดีอกดีใจ แสดงว่าสัตว์นี้ ต้องสังเกตสำเนียง แต่เขาคงไม่รู้ความหมาย

ส. ด้วยความเป็นตัวตน อย่าลืม มีสภาพธรรมที่เกิดปรากฏตามเหตุตามปัจจัย แต่บุคคลใดไม่ได้อบรมเจริญสติปัญญา เช่น สัตว์ ก็มีความยึดมั่นในสภาพธรรมว่าเป็นตัวตน เป็นเรา ถึงแม้ว่าไม่ใช่สัตว์เดรัจฉาน เป็นบุคคลซึ่งไม่ได้อบรมเจริญสติปัญญา ไม่ว่าจะเห็น จะได้ยิน จะคิดนึก ก็เป็นเรา เป็นตัวตนที่เห็น ที่ได้ยิน ที่คิดนึก

ถ. คำว่า ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน เวลาพูดกับผู้ที่ปฏิบัติแล้ว จะเกิดความรู้สึก ว่า เราไม่ตรงทางแล้ว

ส. พูดกับใครอย่างไร จึงว่าไม่ตรงทาง

ถ. กับผู้ปฏิบัติธรรม คือ ไม่รู้เรื่องเลย เรื่องปฏิบัติธรรมนี้

ส. และรู้ได้อย่างไรว่า เขาปฏิบัติ ถ้าเราไม่พูดเรื่องธรรม

ถ. ก็ท่านพูด สมมติว่า อย่างความรู้สึกก็เป็นรูป ความนึกคิดก็เป็นนาม

ส. เข้าใจว่า คนที่พูดนั้นปฏิบัติธรรมแล้วหรือ ถ้าเขาพูดอย่างนั้น

ถ. ก็ท่านศึกษา ไม่ทราบว่าจะเรียกท่านว่าอย่างไร

ส. เราต้องรู้ รู้ด้วยตัวของเราเองว่า บุคคลใดปฏิบัติอย่างไร ที่ชื่อว่าปฏิบัติ

ถ. ท่านผู้นี้เขาศึกษาธรรมอยู่ ท่านแนะนำมา แต่ก่อนเราไม่สนใจเรื่องศาสนา ในใจก็มีศาสนาพุทธ แต่เรารู้สึกว่ามีอุปสรรคมาก ไปหาพระสังฆูป จะหาธรรม



สักคำหนึ่งก็ไม่เจอ เลยหมดศรัทธา เพราะเข้าใจว่า ศาสนาคือพระสงฆ์ พระสงฆ์คือศาสนา แต่มีผู้แนะนำว่า สงฆ์เป็นเพียงสมมติสงฆ์ ไม่ใช่ศาสนา ตั้งแต่นั้นก็สนใจเรื่อยมา ไม่ใช่อยากจะเป็นอะไร แค่อยากจะได้ศึกษาเรื่องธรรม เพราะว่าคนสมัยนี้ รุ่นลูกเขาก็สนใจอะไร

ส. และเห็นว่า เป็นเรื่องละเอียดไหม

ถ. เท่าที่ศึกษามารู้สึกว่า คล้าย ๆ เราเรียนวิทยาศาสตร์ทางจิต ทางประสาทอะไรก็ไม่รู้ รู้สึกอย่างนี้

ส. ทำไมต้องเอาเรื่องอื่นมาปนกับธรรมด้วย แยกกันไม่ได้หรือ

ถ. ท่านอาจารย์พูดอย่างนี้ รู้สึกจะเขวไป รู้สึกว่าตัวเองศึกษาไม่ถูกทาง

ส. ถ้าศึกษาธรรมแล้วไม่จำเป็นต้องเอาอย่างอื่นมาปนเลย เป็นธรรมล้วน ๆ ที่กำลังปรากฏ

ถ. อยากให้เด็กรุ่นใหม่ ๆ เขาได้เรียนบ้าง เขาเห็นว่าเป็นของเหลวไหล ก็บอกเขาว่า ไปเรียนแล้วไม่ใช่เป็นของเหลวไหล เป็นของจริงแท้แน่นอน เทียบกับตัวเรา เพราะฟังคำอธิบายของอาจารย์ทางวิทยุรู้สึกว่า รูปกับนามนี้ ถ้าค้นไปถึงต้นตอแล้วจะทราบได้ทันทีว่า กิเลสของคนเกิดขึ้นมาได้เพราะอะไร

ส. รูปและนามมีมากหรือน้อย

ถ. ความเข้าใจของตัวเองว่า รูปกับนามนี้ พอรูปเกิด นามก็เกิด

ส. อย่าเพิ่งเข้าใจด้วยตัวเอง รูปและนามมีมากหรือน้อย

ถ. มีทั้งวันติดต่อกันไปเรื่อย พอรูปเกิดขึ้น นามก็ติดขึ้นมาเลย เข้าใจถูกหรือเปล่า

ส. นั่นเป็นความคิดหรือเปล่า

ถ. เป็นความรู้สึก พูดให้อาจารย์ฟัง

ผู้ฟัง เท่าที่ผมฟังท่านถาม ชั้นแรกของการศึกษาในพระสูตรก็ดี พระวินัยก็ดี ก็ยังไม่แตกฉาน ชั้นต่อไปศึกษาพระอภิธรรมก็ยังไม่แตกฉาน ชั้นฟังการปฏิบัติก็ยังไม่



แตกฉาน ถ้าขั้นเหล่านี้ไม่แตกฉาน ไม่สมบูรณ์แล้ว จะรู้ความเกิดดับของนามรูปย่อมเป็นไปไม่ได้ เป็นเรื่องใหญ่ทีเดียว

ถ. อาจจะมีจริงอย่างที่คิดว่า รู้สึกว่าดิฉันมีความโลภอยากจะรู้ทางนี้มาก

ส. ส่วนมากท่านผู้ฟังจะได้ยินได้ฟัง หรือประสบกับตัวของท่านเองว่า มักจะผิดก่อนที่จะถูก เพราะจะทำให้ถูกทันทีโดยตรง ต้องเป็นผู้ที่เคยอบรมเจริญปัญญา มั่นคงมากทีเดียว แม้แต่ท่านพระสารีบุตร ท่านก็เป็นศิษย์ของสัมมาสัมพุทธเจ้าซึ่งเป็นอาจารย์ ที่เห็นผิดท่านหนึ่งมาก่อน แต่ว่าปัญญาที่ท่านอบรมมาทำให้ท่านรู้ว่า สิ่งใดยังผิด สิ่งใดยังไม่ใช่มรรคธรรม สิ่งใดยังไม่ใช่การรู้แจ้งอริยสัจธรรม

เมื่อยังไม่ได้ฟังในสิ่งที่ถูก ก็ต้องมีความเข้าใจผิด หรือการปฏิบัติผิดก่อน หรือถึงแม้ว่าจะได้ฟังในสิ่งที่ถูกแล้ว แต่เวลาที่จะประพฤติปฏิบัติตามสิ่งที่ได้ยินได้ฟัง ก็ยังเป็นไปไม่ได้ที่จะให้ตรงทีเดียว หรือถูกต้องทีเดียว ใช่ไหม

อย่างลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏในขณะนี้ ที่จะให้ระลึกตรง ลักษณะของสิ่งที่ปรากฏทางตา คือ สีสังวรณะต่าง ๆ หรือว่าให้ตรงลักษณะของสภาพเห็น ซึ่งในเมื่อยังรวมกันอยู่ในตอนแรก จะแบ่งได้อย่างไรที่จะแยกขาดออกไป จากกัน ก็ต้องค่อย ๆ แบ่ง ค่อย ๆ แยก จนกว่าจะตรง และสามารถที่จะแยกขาดออกจากกันได้

เพราะฉะนั้น การตั้งต้นทั้งหมด จะตั้งต้นจากการที่ยังไม่ชำนาญ ยังมีการประพฤติที่ไม่ตรงทีเดียว จนกระทั่งค่อย ๆ ตรงขึ้น ปัญญาเห็นว่าสิ่งใดผิดก็ละไป สิ่งใดถูกก็เจริญอบรมให้เพิ่มขึ้น แม้แต่ความรู้ขึ้นคิดกับขั้นที่เป็นสติปัฏฐานก็ต้องอาศัยการฟังจนกระทั่งสามารถที่จะรู้ว่า ขณะที่กำลังคิดว่าเป็นนาม นั้นเป็นรูป นั้นยังไม่ใช่สติปัฏฐาน

ฟังให้เข้าใจอย่างนี้ก่อน จนกระทั่งค่อย ๆ เป็นการที่จะสำเนียงระลึกได้ในขณะที่คิด และสติเกิดระลึกรู้ว่าเป็นสภาพคิด ไม่ใช่เป็นการมนสิการศึกษาลักษณะสภาพธรรมอื่น เช่น สิ่งที่กำลังปรากฏทางตาที่ไม่ใช่ขณะที่คิด ค่อย ๆ แยกออกไป ทีละเล็กทีละน้อย จนกว่าจะเป็นความรู้ที่เพิ่มขึ้น



ถ. การเจริญสติ เป็นการระลึกถึงสิ่งที่เป็นอยู่ในสภาพร่างกายของเราใช่ไหม

ส. ทั้งหมด ทั้งภายในและภายนอก

ถ. ทั้งสิ่งที่มากระทบสัมผัส และสิ่งที่เกิดขึ้นภายในจิตใจของเรา ซึ่งปรากฏแก่เราแต่ละครั้ง แต่ละทวารไม่เหมือนกัน อย่างนี้ใช่ไหม

ส. จึงไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน เป็นสภาพธรรมแต่ละลักษณะ การรู้ ก็รู้แต่ละขณะ

ถ. เมื่อ ๒ - ๓ ก่อน ดิฉันกำลังนั่งทำงาน ก็มีคนมาต่อว่าต่อขาน ดิฉันรู้สึกว่าจะเริ่มจะโกรธแล้ว แต่ก็พยายามชี้แจงให้เขาเข้าใจ เขาก็ไม่ยอมเข้าใจ เขาพยายามเข้ามาเล่นงาน ดิฉันก็รู้สึกตัวขึ้นมาว่า นี่เป็นสภาพธรรมชนิดหนึ่งซึ่งไม่มีตัวตน เรียนถามอาจารย์ว่า นี่เป็นสติ หรือความนึกคิดแค่นั้น

ส. ความคิดก็เกิดพร้อมสติได้ แต่ไม่ใช่สติปัญญา สติเป็นโสภณธรรม ขณะที่จิตเป็นกุศล ตรึกนึกคิดในทางที่ถูกเป็นกุศลวิตก ขณะนั้นสติต้องเกิดร่วมด้วย เพราะขณะนั้นไม่ใช่อกุศลจิต แต่เป็นเพียงการคิด ไม่ใช่การระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมหนึ่งสภาพธรรมใดแต่ละลักษณะที่ปรากฏ ความคิดที่เป็นกุศลกำลังเกิดขึ้นในขณะนั้น แต่ไม่ใช่สติปัญญา

ถ. อารมณ์ของสติ จะต้องเป็นปัจจุบันอย่างเดียว หรืออนาคตก็ได้

ส. โดยมากเราจะคิดถึงเรื่องของพยัญชนะมาก เช่น คำว่า ปัจจุบัน อดีต อนาคต แต่ควรระลึกถึงสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ จึงจะเป็นอารมณ์ของสติ เช่น ขณะที่กำลังเห็นเดี๋ยวนี้ เราไม่คิดว่าเป็นอดีต หรืออนาคต เพราะว่าสภาพธรรมกำลังปรากฏ มีลักษณะของสภาพธรรมปรากฏ จะใช้คำว่าปัจจุบันก็ได้ในขณะนี้ที่กำลังเห็น สติสามารถที่จะระลึกถึงลักษณะของสิ่งที่ปรากฏได้ต้องมีลักษณะปรากฏอย่าเพียงใช้คำว่า ปัจจุบัน หรืออดีต หรืออนาคต แต่ต้องมีลักษณะกำลังปรากฏ

ถ. ลักษณะหรืออารมณ์ของสติ สมมติว่าเป็นนามธรรม ตามสภาวะของปรมาตม์แล้ว ลักษณะของนามธรรมจะเกิดพร้อมกันไม่ได้ ๒ ขณะ ใช่ไหม



ส. แน่นอน ท่านอุปมาไว้ว่า ไม่สามารถที่จะให้ปลายนิ้วชี้แตะปลายนิ้วชี้ได้ ปลายนิ้วชี้แตะปลายนิ้วอื่นได้ แต่จะให้ปลายนิ้วชี้แตะปลายนิ้วชี้เองไม่ได้

ถ. หมายความว่า อารมณ์ คือ ผู้ถูกรู้ซึ่งเป็นนามธรรม และสติ คือ ผู้รู้ ซึ่งเป็นนามธรรมเช่นเดียวกัน จะเกิดพร้อมกันไม่ได้

ส. ไม่มีขณะไหนที่จิตจะเกิดพร้อมกัน ๒ ประเภท เช่น ขณะที่กำลังเห็น เดียวนี้จะพร้อมกับได้ยินไม่ได้เลย แต่เพราะความรวดเร็วจึงทำให้ปรากฏเสมือนว่า ทั้ง ๆ ที่กำลังเห็นขณะนี้ไม่ได้ดับไป ก็มีการได้ยินด้วย แต่เมื่อสติเกิด สติเริ่มที่จะแยก และก็รู้ชัดขึ้นว่า ขณะที่เราเห็นไม่ใช่ขณะที่ได้ยิน ซึ่งจะทำให้เห็นว่า ขณะได้ยินกับขณะที่เห็นห่างจากกัน เพราะว่าเป็นลักษณะของสภาพธรรมคนละลักษณะ

ถ. อย่างนี้เราก็พอจะสรุปได้แล้วว่า อารมณ์ของสติต้องเป็นอดีตอย่าง แน่นอน

ส. มิได้ จะใช้คำว่า อดีตไม่ได้ เพราะว่ากำลังปรากฏ คือ กำลังเห็น

ถ. แต่ลักษณะของนามธรรมที่เป็นอารมณ์นั้นดับไปแล้ว

ส. รู้ได้อย่างไร รู้เมื่อไรว่าดับ

ถ. ถ้าไม่ดับไป แล้ว ...

ส. นี่คิดใหม่

ถ. ไม่ใช่คิด ลักษณะสภาวะเป็นอย่างนั้น

ส. ประจักษ์แล้วหรือ

ถ. ก็เมื่อครู่นี้อาจารย์อุปมา

ส. ก็ถูก แต่การที่จะรู้จริงอย่างนั้น ต้องเริ่มจากการที่สติระลึกถึงลักษณะที่ ต่างกันก่อน จึงจะแยกลักษณะที่ปรากฏเสมือนว่าติดกันออกจากกันได้

ถ. ที่อาจารย์อุปมาเมื่อครู่นี้ อาจารย์ก็ยังไม่มีความมั่นใจว่าจะเป็นไปได้ นอกจากอาจารย์จะประจักษ์ด้วยตนเอง

ส. ผู้ที่ประจักษ์แล้ว มี จึงสามารถดับกิเลสได้ถึงความเป็นพระอริยเจ้า มิฉะนั้นความหมายของความเป็นพระอริยเจ้า กับความเป็นปุถุชน ก็จะไม่ต่างกันเลย





ถ้าปุถุชนไม่สามารถจะรู้ได้ และพระอริยเจ้าก็ไม่สามารถจะประจักษ์ได้ จะมีความต่างกันได้อย่างไร

ถ. ถ้าอย่างนั้น ทุกสิ่งทุกอย่างเราก็ไม่สามารถรู้ว่า จะอยู่ในกาลอะไร แม้กระทั่งรูปธรรมหรือนามธรรม

ส. เราใช้คำว่า ปัจจุบัน เราติดในคำว่า ปัจจุบัน แต่ว่าขณะนี้ ปัจจุบัน คืออะไร คือ สภาพธรรมที่กำลังปรากฏ เราศึกษา เราเข้าใจในขั้นการศึกษาว่า ขณะเมื่อครูนี้นับไปแล้ว แต่ตราบใดที่ยังไม่ประจักษ์ความดับไปของขณะก่อน เราจะได้รู้ได้อย่างไรว่า เดียวนี้ ตอนไหนเป็นปัจจุบัน นอกจากสติจะระลึกรู้ลักษณะที่ต่างกันของสภาพธรรมแต่ละลักษณะเสียก่อน ค่อย ๆ ห่างออก ๆ จนกระทั่งสามารถที่จะประจักษ์ความเกิดดับได้

ถ. แต่ผมยังสงสัยว่า ถ้าลักษณะของนามธรรมซึ่งเป็นอารมณ์ยังไม่ดับไป ลักษณะของนามธรรมซึ่งเป็นผู้รู้อารมณ์จะเกิดขึ้นมาได้ได้อย่างไร

ส. นี่คิด ถ้าตราบใดที่ไม่ประจักษ์ต้องเป็นคิดใช้ใหม่ คิดเรื่องนามธรรมและรูปธรรมเกิดดับใช้ใหม่

ถ. ผู้ที่ประจักษ์มาแล้ว อธิบายไว้เป็นหลักฐาน

ส. และผู้อื่นคิดตาม ยังไม่ได้ประจักษ์ตามใช้ใหม่

ถ. ใช่

ส. เพราะฉะนั้น ผู้ที่คิดตามจะประจักษ์ตาม เมื่อสติค่อย ๆ ทำให้สภาพธรรมที่ติดกันนี้ห่างจากกันก่อน และจึงจะประจักษ์การเกิดดับได้

ถ. ผมไม่ได้หมายความว่า จะเอาความนึกคิดหรือความตรึกตรองของผม เข้าไปถึงสภาวะ แต่ผมพูดในลักษณะที่ว่า เหตุผลหลักฐานของผู้ที่ท่านประจักษ์ ท่านแสดงไว้ หมายถึงอย่างนั้น

ส. แน่نون ท่านแสดงไว้ และท่านปฏิบัติอย่างไร เราก็ปฏิบัติตาม เพื่อที่จะให้ประจักษ์จนหมดความสงสัยว่าเป็นไปได้หรือเป็นไปไม่ได้ และความหมาย



ของปัจจุบันคืออย่างไร ความหมายของปัจจุบันไม่ได้หมายความว่าถึงขณะจิต แต่หมายความว่าถึงขณะที่อารมณ์ปรากฏ ขณะนี้สิ่งที่ปรากฏทางตากำลังปรากฏ

ถ. ไม่ใช่หมายถึงขณะจิต แต่หมายถึงขณะที่อารมณ์ปรากฏ แต่ขณะที่จิตเกิดขึ้นไม่ใช่ขณะของอารมณ์หรือ ถ้าจิตนั้นเป็นตัวอารมณ์

ส. มิได้ แต่หมายความว่า สภาพธรรมมีการเกิดดับสืบต่ออย่างรวดเร็ว ปรากฏให้รู้ได้แต่ละลักษณะ และภายหลัง... (คนถามถามแทรก อาจารย์ยังพูดไม่จบ)

ถ. จะเป็นอดีต ปัจจุบัน หรืออนาคตนั้นไม่สำคัญ แต่ถ้าเป็นอารมณ์ ปรากฏให้รู้ชัด

ส. ถ้ากำลังปรากฏ ต้องเป็นปัจจุบัน โดยไม่ใช่ขณะ แต่โดยอาการที่กำลังปรากฏ กำลังเห็นที่นี้ เดียวนี้ใช่ไหม ไม่เหมือนเห็นที่บ้านเมื่อครู่นี้ เมื่อเข้านี้ ขณะไหนเป็นปัจจุบัน ถ้ากล่าวว่า ขณะที่กำลังปรากฏ ถ้าขณะนี้ไม่ใช่ปัจจุบัน จะเอาปัจจุบันขณะไหน

กำลังได้ยินเสียง เสียงที่กำลังปรากฏ ถ้าไม่ใช่ปัจจุบัน จะเอาปัจจุบันขณะไหน เพราะฉะนั้น ยังไม่ต้องไปถึงขณะจิต เพียงแต่ให้รู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ





๗๒๓



ถ. สงสัยคำว่า กำลังปรากฏ จะเอาชนะไหนกันแน่ ปัจจุบัน อดีต หรืออนาคต

ส. ไม่น่าสงสัยเลย ก็กำลังปรากฏ คือ เดียวนี้

ถ. ถ้าว่ากันตามสภาวะของปรมาต্ম เป็นอดีตทั้งนั้น ถ้าเราไม่รู้ด้วยสติ ไม่รู้ด้วยปัญญา เป็นอดีตทั้งนั้น

ส. และเป็นปัจจุบันทั้งนั้นด้วย

ถ. ใช่ ถ้ารู้ ปัจจุบันทั้งนั้น

ส. เพราะฉะนั้น ที่กำลังปรากฏในขณะนี้ศึกษาให้รู้ความจริงว่า อดีตตอนไหน ปัจจุบันตอนไหน อนาคตตอนไหน ในขณะที่กำลังปรากฏอยู่เดี๋ยวนี้ เพราะว่าเกิดดับสืบทอดกันอย่างเร็วมาก

ถ. ลักษณะของธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานและจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานตามความเข้าใจของผม เป็นลักษณะของนามซ้อนนาม ซึ่งเป็นไปไม่ได้ จึงทำให้เกิดความสงสัยว่า ต้องเกี่ยวโยงเรื่องกาลด้วย

ส. อย่าใช้คำว่า ซ้อน แต่ให้เข้าใจว่า สภาพธรรมเกิดดับสืบทอดอย่างเร็วมาก และไม่มีปัญญาที่จะไปประจักษ์ขณะจิต แต่ปัญญาจะค่อย ๆ เกิดขึ้น คมกล้าขึ้น สมบูรณ์ขึ้นที่จะรู้ลักษณะที่ต่างกันของนามธรรมแต่ละอย่างเสียก่อน และภายหลังความรู้จะเพิ่มขึ้น จะใกล้ชิดการเกิดดับของนามธรรมยิ่งขึ้น

เวลานี้ทั้ง ๆ ที่นามธรรมทางตา เฉพาะทางตา เกิดดับหลายขณะ ทางหู เฉพาะทางหูจริง ๆ เกิดดับหลายขณะ ก็ยังไม่ประจักษ์ ยังเหมือนกับว่า ติดกันแน่นมาก ทางตาก็ไม่ดับ ทางหูก็ยังได้ยินอยู่ เพราะฉะนั้น ขณะที่เป็นปัจจุบัน คือ เมื่อมีลักษณะอาการของสภาพธรรมนั้นกำลังปรากฏให้ศึกษา ก็ศึกษาในลักษณะอาการของ



สภาพธรรมที่กำลังปรากฏ และจะรู้ในความเป็นอดีต ในความเป็นปัจจุบันของสภาพธรรมซึ่งเกิดดับ จึงเป็นอดีต จึงเป็นปัจจุบัน

ถ. ขอบพระคุณ

ส. ก็เป็นเรื่องที่ดี คือ เป็นเรื่องที่เกิดละเอียดย และพยายามที่จะให้เข้าใจสภาพธรรม แต่ว่าความเข้าใจสภาพธรรมโดยขั้นการศึกษา เป็นการเข้าใจตามปัญญาของท่านที่ได้ประจักษ์แล้ว ซึ่งเมื่อปัญญาของท่านผู้ฟังเองยังไม่เกิดขึ้น ก็ยังคงมีความสงสัยอยู่ว่า การประจักษ์ลักษณะของสภาพธรรมนั้นจะเป็นในลักษณะใด แต่ที่จะหมดความสงสัยได้จริง ปัญญาต้องเพิ่มขึ้นทีละเล็กทีละน้อยเป็นขั้น ๆ ข้ามขั้นไม่ได้เลย ถ้ายังไม่รู้ลักษณะของนามธรรมและรูปธรรมโดยความไม่ใช่ตัวตนในขณะนี้ จะประจักษ์ความเกิดขึ้นและดับไปของนามธรรมและรูปธรรมอันใดอันหนึ่งไม่ได้เลยทั้งสิ้น เพียงแต่เข้าใจตามได้ว่า สภาพธรรมเกิดขึ้นและดับไปแต่ละลักษณะสืบต่อกันอย่างรวดเร็ว

ผู้ฟัง พระผู้มีพระภาคท่านสอนว่า ให้พิจารณาปัจจุบัน คำว่า ปัจจุบันนั้นมาจากภาษาบาลี แปลว่า สิ่งใดซึ่งเกิดขึ้นเฉพาะหน้า นั่นเป็นปัจจุบัน ที่ใกล้อดีต ใกล้อนาคต ไม่เอา เอาปัจจุบันแท้ ๆ เพราะฉะนั้น ภาษาไทยเราไปเอาภาษาอะไร ๆ มา บางทีก็ไม่เข้าใจความหมาย ก็ว่ากันเรื่อย ๆ ไปอย่างนั้น รวมความว่า ภาษาไทยแท้ ๆ ไม่ค่อยพอ เทียบขอยืมของใคร ๆ จีนบ้าง ฝรั่งเศสบ้าง โดยมากภาษาบาลี ชื่อคนไทย ๙๙ % เอาภาษาบาลีมาใช้ทั้งนั้น

ส. ถ้าภาษาของเราไม่พอ ไม่กระชับ เราก็ใช้ภาษาบาลี ซึ่งอาจจะทำให้เข้าใจสภาพธรรมนั้นถูกต้อง ชัดเจนขึ้น แต่ว่าขอให้ศึกษาและเข้าใจความหมายให้ถูกต้อง อย่าใช้ให้คลาดเคลื่อน หรือถ้าท่านผู้หนึ่งผู้ใดเห็นว่าภาษาหนึ่งภาษาใดไม่พอ ก็อาจจำเป็นที่จะต้องขอยืมจากภาษาอื่นเพื่อให้เกิดประโยชน์ หรือว่าความชัดเจนขึ้น ซึ่งก็เป็นสิ่งที่กระทำกันอยู่ และเป็นไปตามความสมควรใจ หรือตามความพอใจของหลายท่านทีเดียว



เพราะฉะนั้น ก็เป็นเรื่องของบัญญัติ โวหาร สมมติที่ใช้กันอยู่ แต่ถ้าเป็น  
ปรมาัตถธรรมแล้ว เป็นเรื่องของสภาพธรรมที่จะต้องเข้าใจตรงกับลักษณะของสภาพ  
ธรรมอย่างถูกต้องจริง ๆ ส่วนเรื่องสำนวนโวหารทางโลก หรือศัพท์ทางโลกก็เป็นความ  
พอใจของแต่ละท่านที่คิดว่า คำใดเหมาะ คำใดจะทำให้เกิดประโยชน์ คือ ความ  
เข้าใจได้กว้างขวางขึ้น

ถ. ถ้าอยู่ที่บ้าน และระลึกถึงคำพูดของอาจารย์ที่บรรยาย เก็บมานึกคิด

ส. อะไรเป็นปัจจุบัน จิตที่คิด หรือเรื่องที่คิด

ถ. จิตเป็นปัจจุบัน

ส. จิตที่คิดเป็นปัจจุบัน เพราะจิตที่คิดเกิดขึ้นคิด และกัณฑ์ไป ข้อสำคัญที่  
จะต้องเข้าใจ คือ ต้องเข้าใจให้ถูกต้องว่าจิตที่คิดเป็นปัจจุบัน เรื่องไม่ใช่ปัจจุบัน เรื่อง  
ไม่มีจริง แต่ปรากฏเหมือนจริงจางเหลือเกินในความคิดของแต่ละท่าน เป็นความสำคัญ  
ยิ่งใหญ่ ไม่ว่าท่านจะคิดเรื่องอะไร ท่านเป็นจริงเป็นจังกับเรื่องราวที่ท่านคิดโดยไม่รู้ตัว  
แท้ที่จริงแล้วไม่มีสาระ ปราศจากสาระ เพราะว่าไม่ใช่สภาพธรรมเลย เป็นแต่เพียง  
ความทรงจำในสิ่งที่ปรากฏทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย และกัณฑ์ตรึก  
ตรองถึงสิ่งที่เห็น สิ่งที่ได้ยิน ที่ได้กลิ่น ที่ได้ลิ้มรส นั้น เป็นเรื่องเป็นราวต่าง ๆ แต่ลักษณะ  
จริง ๆ ที่เป็นปรมาัตถธรรม ก็เป็นแต่เพียงสภาพธรรมที่ปรากฏทางตา แต่ว่าท่านคิดเสีย  
มากมายในสิ่งที่ปรากฏทางตา

เสียงที่ปรากฏทางหู สภาพปรมาัตถธรรมที่มีจริง คือ เสียงกับได้ยิน ดับไปแล้ว  
สภาพปรมาัตถธรรมติดตามคิดถึงสิ่งที่ผ่านไปไปแล้ว เพราะฉะนั้น สภาพที่คิดมีจริง  
เป็นปรมาัตถธรรม แต่ว่าเรื่องราวต่าง ๆ ของสิ่งที่ดับไปแล้ว ไม่ใช่เป็นสภาพธรรม  
เพราะว่าไม่ใช่ของจริง

ถ. ปัญญามี ๓ ขั้น ไซ้ใหม่ ขั้นหนึ่งคือขั้นการฟัง หมายความว่า ฟังจน  
เข้าใจ เมื่อเข้าใจแล้วก็ไม่วุ่นที่จะเอาไปนึกคิดไตร่ตรอง เป็นปัญญาขั้นการคิด และ  
บางครั้งก็คิดเรื่องอื่นซึ่งไม่ใช่เรื่องธรรม นอกเรื่องนอกราว แต่พอสติเกิดระลึกถึง เรื่อง  
นั้นก็สงบไป แต่เรื่องไตร่ตรองธรรมนี้ บางทีระลึกแล้ว ก็คิดต่ออีก



ส. แน่นนอน แต่ไม่มีตัวตนที่คิด ความคิดเกิดขึ้นเพราะสัญญาความจำ

ถ. จะไม่ให้คิดก็ไม่ได้ เพราะจิตต้องการที่จะคิด

ส. ถ้าจะไม่ให้คิด ก็ไม่ใช่สติปัฏฐาน เมื่อสภาพธรรมที่เป็นสภาพคิดเกิดขึ้น จะเปลี่ยนสภาพคิดให้เป็นสภาพอื่น เป็นไปไม่ได้ แต่สติระลึกรู้ว่า ขณะที่คิดนั้น เป็นแต่เพียงสภาพคิด เป็นธรรมชนิดหนึ่งที่มีจริงที่คิด คิดได้สารพัดเรื่อง แต่ว่าเรื่องทั้งหลายนั้นไม่จริงเลย ถ้าจิตไม่เกิดขึ้นคิดในขณะนั้น เรื่องทั้งหลายก็จะเป็นไปไม่ได้ และไม่ได้ปรากฏทางหูหรือทางตาด้วย ปรากฏกับจิตที่คิดเท่านั้น

เวลาที่ปัญญายังไม่ได้อบรมจนถึงขั้นที่คมกล้า ท่านผู้ฟังจะเห็นได้ว่า ทั้ง ๆ ที่ได้ยินได้ฟังอย่างนี้ แต่พอเกิดคิดขึ้นมา ความสงสัยจะเกิดขึ้นว่า จะทำอย่างไรดี จะคิดต่อไป หรือว่าจะหยุดคิด เพราะว่าลักษณะของความคิดมีต่าง ๆ กัน ไม่สามารถที่จะยับยั้งได้เลย ท่านผู้ฟังที่พิจารณาจิตจะรู้ได้ว่า ความคิดนั้นยากที่จะรู้ได้ว่า จะคิดเรื่องอะไร เมื่อไร คิดได้ต่าง ๆ นานา คือ ได้สารพัด แม้แต่จะคิดสงสัยว่า จะทำอย่างไร กับนามธรรมและรูปธรรมที่กำลังปรากฏ จะทำอย่างนี้ดี หรือจะทำอย่างนั้นดี จะระลึก หรือจะคิด หรือจะหยุด หรือจะทำอะไร นั่นก็เป็นเรื่องของความคิดที่สามารถจะเกิดขึ้นได้ แล้วแต่เหตุปัจจัยทั้งสิ้น

และตราบดีที่ยังไม่หมดความสงสัย ก็มีความสงสัยในข้อปฏิบัติที่จะรู้ลักษณะของสภาพธรรมในขณะนั้น อาจจะมีความจริง ตั้งใจที่จะจดจำที่จะให้รู้แนมนั้นมากขึ้น รู้รูปนี้ทวารนี้บ่อยขึ้น หรืออะไรอย่างนี้ ซึ่งก็ยังคงเป็นเรื่องของความคิดอยู่ ยังไม่ใช่เป็นเรื่องของการอบรมปัญญาที่จะรู้ในสภาพธรรมแต่ละลักษณะ ที่ไม่ใช่ตัวตน เป็นแต่เพียงนามธรรมหรือรูปธรรมเท่านั้น

ถ. ผมคิดถึงประสบการณ์จากการเจริญสติปัฏฐานของผม คือ ตอนเช้า ๆ ผมมักจะออกกำลังกายนอกบ้าน ฟังวิทยุของอาจารย์ไปด้วย ขณะที่ออกกำลัง ขณะนั้นสภาพธรรมปรากฏหลายอย่าง คือ ขณะที่สติเกิดขึ้น สภาพเย็นของม้านั่งตอนเช้า ๆ เย็นมาก เย็นก็ปรากฏที่มือที่จับม้านั่ง และสภาพของเหลี่ยมที่จับก็ปรากฏขึ้นมา เป็นมโนภาพ หรือบางครั้งสภาพนิ้วที่งอ ๆ ก็ปรากฏขึ้น บางทีถ้าเราไปจับแรงหน่อยก็



อาจจะรู้สึกเจ็บ เพราะฉะนั้น เห็นว่าสภาพธรรมเกิดขึ้นมาหลายอย่างเหลือเกิน สำหรับผมเองก็มักจะหวนกลับมาในสภาพเย็นใหม่ หรือสภาพที่แข็งใหม่ว่า ที่ระลึกไปนั้นไม่ใช่อารมณ์ปัจจุบัน หรือว่าไม่ใช่สภาพธรรมที่สติกำลังระลึก ผมมักจะหวนกลับไปมาที่เย็นใหม่ แต่ผมก็คิดว่า มโนภาพต่าง ๆ เหล่านั้นก็เป็นปรมัตถอารมณ์เหมือนกัน เราสามารถที่จะเอามโนภาพเหล่านั้นมาเป็นอารมณ์ของสติก็ได้ ใช้นะ

ส. สภาพธรรมทั้งหมดโดยละเอียดที่ปรากฏ ปัญญาจะต้องรู้จริง ๆ ตรงตามลักษณะของสภาพธรรมแต่ละลักษณะนั้น จนกระทั่งหมดความสงสัยในลักษณะของสภาพธรรมที่ละเอียดขึ้น ๆ ด้วย

ถ. สภาพธรรมที่ปรากฏอย่างนี้ หรือประสบการณ์ที่ผมประสบอย่างนี้จะเรียกว่าโยนิโสมนสิการได้หรือไม่

ส. โยนิโสมนสิการ หมายความว่าถึงการพิจารณาโดยถูกต้องแบบคาย คือตามความเป็นจริงของสภาพธรรมนั้น ๆ

ท่านผู้ฟังเคยมองออกไปข้างนอกแล้วก็มองเข้ามาข้างใน และก็หลับตาเห็นแสงเป็นดวง ๆ อะไรบ้างไหม นั่นจริงหรือไม่จริง ต้องศึกษาจนกระทั่งละความสงสัยความเห็นผิดในขณะนั้นที่กำลังสงสัยว่า เป็นสภาพธรรมหรือเปล่า โดยที่จะต้องเกิดปัญญาและสติที่ระลึกและรู้ชัดจริง ๆ ว่า ขณะนั้นเป็นอะไร ถ้าเป็นความไม่รู้ ก็ไม่สามารถที่จะดับกิเลสได้ เพราะยังเป็นความไม่รู้อยู่

ลักษณะของสภาพธรรมใดจะปรากฏอย่างไรก็ตาม เมื่อไรก็ตาม เมื่อสติระลึกศึกษาจึงรู้ชัดในลักษณะของสภาพธรรมนั้นตามความเป็นจริงว่า ลักษณะนั้นคืออะไร แน่ ปัญญาสามารถที่จะบอกได้ชัดเจนว่า สภาพธรรมนั้นเป็นอะไร เพราะฉะนั้น ไม่ข้ามเลย ชีวิตปกติประจำวัน

ถ้าท่านมองดูหน้าต่าง เห็นเป็นซี่กรงรูปร่างต่าง ๆ และเวลาที่หลับตาทันที ก็อาจจะมีรูปร่างของซี่กรงซึ่งไม่ครบถ้วนตามที่เคยปรากฏทางตาปรากฏขึ้นทางใจ ถ้ายังมีความสงสัยอยู่ในขณะนั้น ก็หมายความว่า ปัญญาไม่สามารถที่จะรู้ชัดในลักษณะที่



ไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคลของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏในขณะนั้นว่า อะไร เป็นธรรม เป็นความทรงจำในสิ่งที่ปรากฏทางตา หรือว่าเป็นสิ่งที่ปรากฏทางตาจริง ๆ

ซึ่งความจริงแล้วเป็นสัญญา เป็นความทรงจำ เมื่อเป็นปรมัตถธรรม ในขณะ นั้น ไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล เป็นลักษณะของสัญญาเจตสิก เป็นเพียง ลักษณะจำเท่านั้น แต่ว่าจำทางไหน เกิดต่อการกระทบรู้อารมณ์ทางทวารไหน ซึ่งจะต้องละความสงสัย และความยึดถือสภาพธรรมว่าเป็นตัวตน

เพราะฉะนั้น เรื่องของการอบรมเจริญสติปัฏฐาน เป็นเรื่องที่กว้างขวางมาก เพราะเป็นเรื่องการรู้ชัดในลักษณะของสภาพธรรมตามปกติตามความเป็นจริง และ ปรากฏตามธรรมดา ถ้าไม่อบรมเจริญปัญญา มีความสงสัย ขณะนั้นเป็นอะไร ขณะนั้นเป็นนามธรรมหรือขณะนั้นเป็นรูปธรรม ขณะนั้นเป็นสัญญา ความจำ หรือ ขณะนั้นเป็นสิ่งที่ปรากฏทางตา เพราะฉะนั้น ท่านผู้ฟังจะหมดความสงสัยเมื่ออบรม เจริญปัญญาและรู้ชัดในลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏในขณะนั้น ต้องหมดความ สงสัยในขณะที่สภาพธรรมหนึ่งสภาพธรรมใดกำลังปรากฏ

เวลาที่สตรระลึกได้ ถ้าปัญญายังไม่คมกล้า ก็ไม่รู้ชัดว่าลักษณะนั้นเป็นอะไร แต่จะคมขึ้นได้เมื่อศึกษาเพิ่มขึ้น จนกระทั่งรู้ตรงลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ ว่า ขณะนั้นเป็นนามธรรมหรือเป็นรูปธรรม

เพราะฉะนั้น สงสัยเกิดขึ้นขณะใด เป็นสภาพธรรมที่จริงอีกเหมือนกัน ไม่ใช่เรา ที่สงสัย เป็นนามธรรมชนิดหนึ่งซึ่งเพราะไม่รู้จึงสงสัย เกิดร่วมกับความไม่รู้

วิจิกิจ्ञาเป็นเจตสิกธรรมดวงหนึ่ง เป็นสภาพธรรมที่สงสัย ไม่รู้ชัด ไม่แน่ใจใน ลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏ เป็นอารมณ์ของสติปัฏฐานด้วย และต้องเป็น จึงจะ ละความเห็นผิดที่ยึดถือขณะที่กำลังสงสัยนั้นว่า เป็นเราสงสัย

เรื่องของสภาพธรรมแต่ละลักษณะที่ปรากฏตามปกติตามความเป็นจริง ปัญญาจะต้องเกิดขึ้นรู้ชัดพร้อมสติในขณะนั้น จึงจะเห็นว่า เป็นแต่เพียงลักษณะ สภาพธรรมแต่ละลักษณะซึ่งต่างกันไป และสภาพธรรมละเอียดมาก แม้แต่เพียงขณะนี้ เป็นกุศลจิตหรือเป็นอกุศลจิตก็ยากที่จะรู้ได้ เพราะอะไร





เพราะกุศลจิตก็ดับไปอย่างรวดเร็ว อกุศลจิตก็ดับไปอย่างรวดเร็ว จะรู้ได้อย่างไรว่า ขณะไหนเป็นกุศล ขณะไหนเป็นอกุศล ถ้าปัญญาไม่ศึกษาพร้อมสติที่ระลึกถึงตรงลักษณะของสภาพธรรมแต่ละลักษณะที่ปรากฏ

เพราะฉะนั้น บางท่านใครที่จะสงบโดยไม่รู้ลักษณะของจิตว่า ขณะใดจิตสงบ ขณะใดจิตไม่สงบ ก็เป็นไปไม่ได้ใช่ไหมที่จะอบรมเจริญความสงบให้มากขึ้น บางท่านก็คิดว่า เมื่อไรจะได้ฟังเรื่องการเจริญสมถภาวนาสักที เพื่อที่จะได้สงบเสียเร็ว ๆ โดยที่ไม่รู้ว่า ขณะที่กำลังฟังนี้สงบหรือเปล่า ถ้าขณะที่กำลังฟังไม่รู้ลักษณะของจิตว่าสงบไหม จะอบรมเจริญความสงบให้ยิ่งขึ้นได้อย่างไร เพราะไม่รู้ว่าความสงบจะเกิดขึ้นได้เพราะเหตุปัจจัยอะไร

การศึกษารธรรมทำให้สงบจากโลภะ โทสะ โมหะ ขณะที่กำลังเกิดความเข้าใจในสภาพธรรมที่ได้ยินได้ฟัง ขณะนั้นสงบ ถ้าไม่รู้ว่าขณะเหล่านี้เป็นความสงบ และใครที่จะไปแสวงหาความสงบอื่นโดยที่ไม่รู้ว่าขณะใดจิตสงบ และไม่รู้ว่าจะควรที่จะอบรมเจริญความสงบโดยอาศัยเหตุปัจจัยที่กำลังทำให้จิตสงบอยู่ในขณะที่ฟังธรรมซึ่งเป็นธัมมานุสสติ ก็จะได้เห็นได้จริง ๆ ว่า การมุ่งหน้าต้องการที่จะสงบโดยที่ไม่ศึกษา ไม่รู้ลักษณะของจิตที่สงบ ก็ไม่มีวันจะสงบ

เพราะฉะนั้น ท่านที่ใจร้อน อยากจะสงบเสียเร็ว ๆ ขอให้ทราบว่า ขณะที่กำลังฟังสงบไหม ถ้าขณะที่กำลังฟังไม่สงบ ก็ไม่มีปัจจัยที่จะทำให้อบรมความสงบยิ่งขึ้น แต่ถ้ารู้ลักษณะความผ่องใสของจิตซึ่งปราศจากอกุศลในขณะที่กำลังฟังและเข้าใจ ขณะนั้นเป็นปัญญาซึ่งรู้ลักษณะของความสงบของจิตซึ่งเกิดจากการฟังธรรม ก็ย่อมจะเป็นปัจจัยทำให้เจริญความสงบ เพราะระลึกถึงธรรมที่ได้ยินได้ฟัง จนกระทั่งจิตสงบขึ้นได้

เพราะฉะนั้น เรื่องของการภาวนาทั้งหลาย ไม่ใช่เรื่องรีบร้อนที่จะทำโดยไม่เกิดความเข้าใจให้ถูกต้อง แม้ในลักษณะความสงบของจิตใจ ที่จะไปเจริญความสงบด้วยการนั่งและให้จิตจดจ้องด้วยความพอใจ ด้วยความต้องการ โดยที่ไม่ได้รู้ความสงบของจิต จะไม่ทำให้จิตสงบ แต่จะทำให้เกิดสภาพของอกุศลที่เป็นสภาพของอวิชชา



คือ การไม่รู้อะไร ว่าขณะนั้นอะไรเป็นสภาพธรรมที่กำลังเกิดขึ้นเป็นไปในขณะนั้น และบางครั้งจะเป็นปรากฏการณ์แปลก ๆ ที่ผิดปกติ ซึ่งไม่ใช่ลักษณะของการอบรมเจริญปัญญา หรือไม่ใช่ลักษณะความสงบของจิต ซึ่งสามารถที่จะอบรมเจริญได้แม้ในชีวิตประจำวัน





๗๒๔



บางท่านกล่าวว่า ไปแสวงหาอาจารย์เถอะ อาจารย์จะสอนเองว่า ความสงบ  
ขั้นสูงจะต้องอาศัยการปฏิบัติอย่างไร ก็เป็นการพึ่งบุคคลอื่นโดยคิดว่า ไปเสียก่อนแล้ว  
ท่านจะสอนให้ว่าปฏิบัติอย่างไรความสงบจึงจะเกิดได้

แต่ขอให้พิจารณาตามความเป็นจริงว่า ความสงบของใคร ความสงบของท่าน  
ต้องเกิดจากปัญญาของท่านที่เข้าใจเรื่องความสงบว่า ความสงบนั้นคือจิตที่เป็นกุศล  
ที่สงบจากอกุศล ในขณะที่ให้ท่านก็เป็นความสงบของจิต แต่ว่าเป็นไปในการให้  
ในขณะที่วิริยเหตุก็จะเป็นความสงบของจิต ซึ่งเป็นไปกับการงดเว้นทุจริต แต่ใน  
ชีวิตประจำวัน ท่านไม่ได้ให้ท่านตลอดเวลา ท่านไม่ได้วิริยเหตุตลอดเวลา เพราะว่า  
ไม่มีวัตถุที่จะให้วิริยเหตุ เพราะฉะนั้น จะต้องเป็นปัญญาที่รู้สภาพของจิตจริง ๆ ว่า ขณะ  
ใดเป็นกุศล และเจริญอบรมกุศล จึงจะเป็นการภาวนา ไม่ใช่ขั้นของท่านหรือศีล แต่  
เป็นขั้นที่จะให้จิตสงบในชีวิตประจำวัน ซึ่งจะเป็นบาทเป็นปัจจัยให้ท่านเป็นบุคคลที่  
สงบขึ้นโดยที่ไม่ได้หวังว่า ทั้ง ๆ ที่ไม่รู้จะได้อย่างไร ไปสู่สำนักหนึ่งสำนักใด และ  
อาจารย์จะทำให้ท่านปฏิบัติอย่างหนึ่งอย่างใดจนกระทั่งท่านสามารถสงบขึ้นได้ นั่น  
เป็นสิ่งที่เป็นไปได้ ถ้าปกติประจำวันไม่สงบ และหวังว่าไปที่หนึ่งที่ใดแล้วจะสงบ  
จะเป็นไปได้ได้อย่างไร ในเมื่อปกติประจำวันไม่มีปัจจัยของความสงบเลย

เพียงท่านมีชีวิตปกติประจำวันอย่างนี้ ถ้าปัญญาเข้าใจขณะของจิตที่มีลักษณะ  
สงบ ย่อมสามารถที่จะระลึกและเจริญความสงบของจิต ซึ่งท่านรู้ว่าขณะนั้นสงบ  
ให้สงบยิ่งขึ้น เพิ่มความสงบในชีวิตประจำวันได้ เพราะฉะนั้น ไม่ใช่เรื่องรีบร้อน แต่  
เป็นเรื่องที่จะต้องรู้ตามความเป็นจริงในลักษณะของจิตที่สงบก่อน จึงจะเจริญ  
สมถภาวนาได้

ธรรมเป็นเรื่องละเอียด เพราะฉะนั้น ท่านที่ยังสงสัยว่า จะไม่ใช่ตัวตนได้  
อย่างไร ไม่สามารถที่จะหมดความสงสัยได้โดยเร็วหรือว่าโดยง่าย ต้องอาศัยการศึกษา



ให้เข้าใจในเหตุผลเป็นเบื้องต้น และก็ยังไม่พอ ต้องปฏิบัติ คือ อบรมเจริญปัญญาขั้นที่สามารถประจักษ์ในลักษณะของสภาพธรรมโดยปรากฏในลักษณะที่ไม่ใช่ตัวตนจริง ๆ เป็นแต่เพียงสภาพธรรม ซึ่งผู้ที่จะดับการยึดถือสภาพธรรมที่เป็นตัวตน สัตว์ บุคคลได้เป็นสมุจเฉทไม่เกิดอีกเลย คือ พระโสดาบันบุคคล

เพราะฉะนั้น ก่อนอื่น เพียงคิด คือ ต้องเป็นผู้ที่พิจารณาธรรมด้วย เมื่อมีการฟังธรรมแล้ว จะต้องคิดพิจารณาในเหตุในผล ในขั้นต้นเพียงคิดก่อนว่า การที่ยึดถือสภาพธรรมว่าเป็นตัวตน กับการที่จะไม่ยึดถือสภาพธรรมว่าเป็นตัวตน อย่างไหนจะเป็นประโยชน์กว่ากัน

การไม่ยึดถือดีกว่า และก็เป็นความจริงด้วย เพราะฉะนั้น จะต้องติดตามศึกษาค้นคว้าพิจารณาต่อไปจนกระทั่งสามารถเพิ่มความรู้ในธรรม และก็เห็นว่า ไม่ใช่ตัวตนจริง ๆ แต่ต้องเริ่มจากการเห็นประโยชน์ว่า ถ้าไม่ยึดถือสภาพธรรมว่าเป็นตัวตน ย่อมเป็นประโยชน์กว่า เพราะฉะนั้น การเข้าใจธรรมต้องเป็นเรื่องที่ละเอียดขึ้น ทวีขึ้นมากขึ้นด้วย

มีท่านผู้ฟังท่านหนึ่ง ฟังธรรมมา ๗ ปี ในปีแรกท่านท่านเคยพูดว่า ท่านเข้าใจธรรมที่ได้ฟังอย่างดีที่สุดทีเดียว แต่ว่าเมื่อฟังไปอีก ๆ จนถึงขณะนี้ ปีนี้ ปีที่ ๗ ท่านก็บอกว่า ความเข้าใจที่ผ่านมา ที่เข้าใจว่าเข้าใจดี ก็ยังเทียบไม่ได้กับการที่เมื่อฟังแล้วพิจารณาไตร่ตรองให้ทวิขึ้น ละเอียดขึ้น มากขึ้น และก็ทราบว่ ความเข้าใจในขณะนี้เพิ่มขึ้น ผิดกับในครั้งแรกในปีแรกที่ได้ฟัง

เพราะฉะนั้น จะเห็นได้ว่า พระธรรมไม่ใช่สิ่งที่จะเข้าใจได้โดยรวดเร็ว เพราะว่าความลึกซึ้งของธรรมที่ปรากฏ ยิ่งฟังมาก ยิ่งเข้าใจมาก ก็ยิ่งรู้ความลึกซึ้งของสภาพธรรมที่ปรากฏมาก และเป็นการเพิ่มพูนปัญญาที่สามารถจะทำให้ประจักษ์ในความลึกซึ้งของธรรมในสภาพที่ไม่ใช่ตัวตน โดยต้องอาศัยการฟัง เพราะฉะนั้น ธรรมที่ได้ฟังที่รู้สึกว่าได้ฟังมามากแล้ว ยังมีอีกมากมายนักที่ควรที่จะฟังต่อไป หรือว่าควรที่จะศึกษาต่อไป

**สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค สีสปาสูตร** มีข้อความว่า



สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ สีสพาวน ใกล้เมืองโกสัมพี ครั้นนั้น พระผู้มีพระภาคทรงถือใบประดู่ลาย ๒-๓ ใบด้วยฝ่าพระหัตถ์ แล้วตรัสเรียกภิกษุทั้งหลายมา แล้วตรัสถามว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจะสำคัญความข้อนั้นเป็นไฉน ใบประดู่ลาย ๒-๓ ใบที่เราถือด้วยฝ่ามือกับใบที่บนต้น ไหนจะมากกว่ากัน

ภิกษุทั้งหลายกราบทูลว่า

ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ใบประดู่ลาย ๒-๓ ใบที่พระผู้มีพระภาคทรงถือด้วยฝ่าพระหัตถ์มีประมาณน้อย ที่บนต้นมากกว่า พระเจ้าข้า.

ที่พระผู้มีพระภาคทรงเปรียบเทียบใบประดู่ลาย ๒ – ๓ ใบที่พระองค์ทรงถือด้วยพระหัตถ์กับใบที่บนต้นว่า ไหนจะมากกว่ากันนั้น หมายความว่า พระผู้มีพระภาคทรงอุปมาสิ่งที่พระองค์ทรงรู้แจ้งโดยที่มิได้ทรงบอกภิกษุทั้งหลาย ย่อมมีมากกว่าที่ได้ทรงบอก โดยเหตุผลว่า เพราะไม่ประกอบด้วยประโยชน์ มิใช่พรหมจรรย์เบื้องต้น ย่อมไม่เป็นไปเพื่อความหน่าย ความคลายกำหนัด ความดับ ความสงบ ความรู้ยิ่ง ความตรัสรู้ นิพพาน ส่วนที่บอก ที่มีปรากฏมากมายในพระไตรปิฎกทั้งหมด ก็เพื่อเกื้อกูลต่อการที่จะรู้แจ้งอริยสัจธรรม เพราะว่าเป็นธรรมที่ประกอบด้วยประโยชน์

เพราะฉะนั้น เพียงได้ฟังยังไม่หมด ยังมีอีกมากมายนัก และเป็นพระธรรมที่มีประโยชน์ที่จะทำให้ผ่อนคลายเพื่อความรู้แจ้งอริยสัจธรรม ซึ่งการรู้แจ้งอริยสัจธรรมไม่ใช่รู้อื่น นอกจากรู้สภาพที่ลึกซึ้งของธรรมที่กำลังปรากฏ ซึ่งจะพิจารณาได้ว่า ตลอดชีวิต ธรรมเท่านั้นที่เกิดขึ้น ธรรมเท่านั้นที่ปรากฏ และก็ดับไป หดสั้นไป อยู่กับธรรมมาตลอดตั้งแต่เกิดจนกระทั่งตาย แต่ว่าปัญญาที่จะรู้จริง รู้ชัด รู้ความลึกซึ้งของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏเป็นอีกเรื่องหนึ่ง เริ่มตั้งแต่การฟัง การพิจารณา และเริ่มเข้าใจเรื่องของธรรม จนกระทั่งเป็นปัจจัยที่จะให้สติระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏในขณะนี้ได้ตามความเป็นจริง แต่ว่าไม่พอ เพียงขั้นการฟังเล็กๆ น้อยๆ เท่านั้นยังไม่พอ ยังมีอีกมากมายที่เมื่อฟังแล้วจะเป็นประโยชน์ ที่จะทำให้อ่อนโยนไปสู่การที่จะรู้แจ้งอริยสัจธรรมในสภาพธรรมที่กำลังปรากฏในขณะนี้



เพราะฉะนั้น การฟังธรรม ขอให้ฟังด้วยความเข้าใจจริง ๆ และเป็นความเข้าใจที่เพิ่มขึ้น ละเอียดขึ้น ทัวขึ้น ลึกซึ้งขึ้นด้วย โดยเฉพาะจะต้องเป็นไปในเรื่องของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏในขณะนี้เอง นี่คือธรรม

อย่าคิดว่า ฟังมากแล้ว พอแล้ว เลิกฟังได้ ยังมีอีกมากมายนักที่ควรจะได้ฟัง ควรจะได้ศึกษา แม้แต่ในเรื่องความสงบของจิต ซึ่งหลายท่านใคร่ที่จะได้เจริญ บางท่านก็มีข้อปฏิบัติซึ่งเป็นการทำให้จิตตั้งมั่นแน่วแน่เป็นสมาธิ แต่ว่าไม่ประกอบด้วยปัญญา ไม่รู้ลักษณะของความสงบ เพียงแต่ไปสู่สถานที่หนึ่งสถานที่ใด หรือสำนักหนึ่งสำนักใด ไม่ว่าเด็กเล็กผู้ใหญ่ ไม่มีความรู้อะไรเลยทั้งสิ้น เพียงแต่ได้รับคำบอกเล่าหรือคำสั่งให้จดจ้องอยู่ที่ธรรมหนึ่งธรรมใดแล้วจิตจะสงบ นั่นเป็นคำบอกเล่า เพราะฉะนั้น โดยมากก็มักจะไปทำสมาธิโดยไม่รู้ลักษณะของจิตที่สงบ ซึ่งการที่จะรู้ว่าจิตที่สงบเป็นอย่างไร ต้องเป็นปัญญา ซึ่งทุกท่านจะพิสูจน์ได้ในขณะนี้ ธรรมทั้งหลายพิสูจน์ได้ทุกขณะ แม้ในขณะนี้เอง

มีท่านผู้หนึ่งผู้ใดทราบลักษณะของจิตใหม่ว่า ขณะนี้จิตเป็นกุศลหรือเป็นอกุศล โดยขั้นคิด ท่านก็คิดว่าท่านกำลังฟังธรรม เพราะฉะนั้น ต้องเป็นกุศลจิต คิดอย่างนั้น ไซ้ใหม่ รู้จักชื่อของกุศลจิต กำลังฟังธรรมไม่ใช่ไปดุ่มหรรสพต่าง ๆ แต่นั่นเป็นชื่อ จิตอยู่ที่ไหนขณะนี้ จิตเป็นกุศลอย่างไรขณะนี้ รู้ได้ไหม เพราะฉะนั้น จะต้องมึลักษณะของสภาพธรรมที่เป็นกุศลหรือเป็นอกุศล ถ้าขณะนี้จิตไม่ใส ไม่สะอาด ไม่ผ่องแผ้ว ไม่ผ่องใส จะบอกไม่ได้เลยไซ้ใหม่ว่าเป็นกุศล ลักษณะอาการก็เหมือนเดิม ที่เป็นอกุศลอยู่ ไม่ต่างกัน แต่ถ้าขณะใดมีสภาพที่ปราศจากความหนักของอกุศลทั้งหลาย และก็มี ความเบาใจ ความผ่องใสผ่องแผ้ว ความสะอาดของจิตปรากฏ ก็รู้ได้ว่า ขณะนี้เป็นกุศล ถ้าใครมุ่งที่จะไปจดจ้องเป็นสมาธิโดยไม่รู้ว่ ลักษณะจิตของท่านที่สงบเป็นอย่างไร ต่างกับขณะที่ไม่สงบอย่างไร ผู้นั้นไม่สามารถจะเจริญกุศลที่เป็นไปทางใจ คือ เป็นสมถภาวนา หรือวิปัสสนาภาวนาได้

ในขณะที่ให้ท่าน ต้องมีเรื่องที่จะต้องกระทำมากมายหลายเรื่อง ความผ่องใสซึ่งปรากฏเป็นความสงบนี้น้อยมาก เพราะแม้กุศลจิตที่ไม่ประกอบด้วยปัญญาก็



สามารถที่จะกระทำทานกุศลได้ ด้วยจิตที่เป็นกุศลเพียงเล็กน้อย เพราะยังไม่รู้ลักษณะสภาพของจิตที่สงบ ที่ปราศจากอกุศล แต่ถ้ามีการศึกษาพระธรรม และมีการสังเกตรู้ลักษณะสภาพของจิตที่เป็นกุศลซึ่งต่างกับจิตที่เป็นอกุศลแล้ว แม้ในขณะที่กระทำทานกุศล หรือการวิริยเหตุ ก็จะเป็นกุศลเพิ่มขึ้น คือ กระทำด้วยความสงบ หรือว่ากระทำด้วยสติปัญญาที่ระลึกรู้ลักษณะสภาพของจิตในขณะนั้น

เพราะฉะนั้น ขณะใดที่ปัญญาเกิด ขณะนั้นสงบ แต่ว่าความสงบก็มีหลายลักษณะ ซึ่งไม่ใช่อยู่ในหนังสือ หรือว่าไม่ใช่อยู่ในตำรา แต่ต้องเป็นปัญญาเท่านั้นที่จะรู้ได้ ถ้าขณะนี้เท่าที่ได้ฟังและก็เข้าใจว่า สภาพธรรมปรากฏทางตา ก็เป็นสภาพธรรมทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ทั้งหมด ทุกสิ่งทุกอย่าง ไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคลเลย เป็นธรรมแต่ละลักษณะ จะเห็นได้ว่าธรรมมีมากจริง แต่ว่ารู้ธรรมอะไรบ้างแล้ว จิตกำลังมี สงบไหม ถ้าจิตไม่สงบ เพียงแต่จะไปจดจ้องทำสมาธิท่องบ่นภาวนาด้วยประการใด ๆ ก็ตาม ขณะนั้นจิตจะไม่สงบ ไม่ใช่เป็นการเจริญสมถภาวนาด้วย

เป็นการยากที่จะรู้ลักษณะของสภาพธรรมใหม่ ถ้ามีการนึกเกิดขึ้น ก็คือวิตกเจตสิก ตรึกถึงสิ่งต่าง ๆ ประกอบกับจิตในขณะนั้น พอจะบอกได้ใช่ไหมว่า ขณะนั้นเป็นกุศลหรืออกุศล เช่น ถ้านึกถึงทาน การสงเคราะห์ช่วยเหลือบุคคลอื่น ลักษณะของวิตกเจตสิกเป็นกุศลวิตก คือ ตรึกไปในเรื่องกุศล เพราะฉะนั้น ขณะใดที่จิตตรึกนึกถึงกุศล ผู้นั้นก็สามารถที่จะรู้สภาพของจิตได้ว่าเป็นกุศลจิต ขณะใดที่ตรึกนึกถึงด้วยความโกรธ ด้วยความผูกโกรธ หรือว่าด้วยความต้องการ ด้วยความติดข้อง ด้วยความอยากได้ในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ก็ทำให้สามารถรู้ได้ว่า ลักษณะของจิตในขณะนั้นเป็นอกุศล แต่ว่าเป็นเรื่องที่จะต้องระลึกรู้ สังเกต ลำเนียง และพิจารณาจริง ๆ จึงสามารถเจริญกุศลขั้นที่เป็นภาวนา คือ สมถภาวนาหรือสติปัญญาได้

ที่เคยเข้าใจธรรม เป็นการเข้าใจเรื่องของธรรม แต่ยังไม่รู้ลักษณะของธรรมที่กำลังปรากฏจริง ๆ ในขณะนี้เอง ถ้าเป็นการระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่เห็นว่า





เป็นสภาพรู้สิ่งที่ปรากฏทางตา ไม่ใช่กุศลและไม่ใช่ออกุศล เป็นแต่เพียงสภาพธรรมที่กำลังเพียงเห็นสิ่งที่ปรากฏทางตา นี่เป็นการรู้ชัดในลักษณะของสภาพธรรมแต่ละลักษณะตามความเป็นจริง แต่ถ้าลักษณะของสภาพธรรม อาการลักษณะของสภาพธรรมนั้นไม่ปรากฏ ก็รู้ไม่ได้ แต่ว่าทั้ง ๆ ที่มีลักษณะสภาพธรรมปรากฏ แต่ด้วยความลึกซึ้งของสภาพธรรมนั้นมี ก็ยากต่อการที่จะรู้ จึงต้องอาศัยการอบรมเจริญระลึกรู้เนื่อง ๆ บ่อย ๆ จึงจะสามารถรู้ได้

ไม่ต้องมีความต้องการที่จะรู้สภาพธรรมหนึ่งสภาพธรรมใดโดยเฉพาะ ไม่ต้องคิดว่า จะไปรู้เจตนาเจตสิกได้อย่างไร จะไปรู้ผัสสเจตสิกได้อย่างไร จะไปรู้มนสิการเจตสิกได้อย่างไร แต่ไม่ว่าสภาพธรรมใดก็ตามที่ปรากฏ ขอให้รู้ในสภาพธรรมที่กำลังปรากฏก่อนตามความเป็นจริงแต่ละขณะ และปัญญาก็จะเพิ่มขึ้น จนกระทั่งสามารถรู้ในลักษณะของสภาพธรรมแต่ละลักษณะที่ละเอียด ที่ปรากฏในขณะนั้น เช่น ในขณะที่เราเห็น ยังไม่ได้ตรึงไปในเรื่องกุศล หรืออกุศลอะไรเลย ความรู้สึกมีไหม ตามที่ได้ศึกษา เวทนาเจตสิกจะต้องเกิดกับจิตทุกดวง คือ ทุกขณะ แต่ว่าความรู้สึก คือ เวทนาในขณะนี้ เป็นอะไรู้ไหม เวทนาเจตสิกจะต้องเกิดทุกขณะ มีสภาพธรรมที่รู้สึกในสิ่งที่ปรากฏทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ แต่ก็ยากที่จะรู้ว่าเป็นเวทนาอะไร โดยชื่อทราบว่ามีเวทนาเจตสิกกำลังเกิด แต่ขณะนี้จริง ๆ เวทนาอะไร

เพราะฉะนั้น เวลาปกติธรรมดาที่ไม่รู้สึกดีใจ ไม่รู้สึกเสียใจ ต้องเป็นความรู้สึกเฉย ๆ เป็นลักษณะของความรู้สึกซึ่งเป็นอทุกขมสุข คือ ไม่สุข ไม่ทุกข์

ถ. ตามปกติแล้วจะต้องมีเวทนา ๓ อย่างนี้เป็นประจำ ซึ่งเราก็ไม่รู้ตัว ใช่ไหม

ส. ถึงรู้ ก็ยึดถือสภาพนั้นว่าเป็นเรา ขณะดีใจต่างกับขณะที่เสียใจ ทุกคนบอกได้ เวลาเสียใจ ลักษณะสภาพธรรมก็เป็นอย่างหนึ่งจริง ๆ เวลาดีใจลักษณะสภาพธรรมก็เป็นอีกอย่างหนึ่ง แต่ความไม่รู้ชัดในลักษณะของสภาพธรรมนั้นทำให้ยึดถือสภาพธรรมนั้นเป็นเราดีใจ เราเสียใจ มีความเป็นตัวตนไปผูกพัน ไปพัวพันกับลักษณะอาการของธรรมแต่ละลักษณะที่ปรากฏ





ถ. นอกจากดีใจและเสียใจแล้ว ส่วนมากก็เป็นความรู้สึกเฉย ๆ ประกอบด้วยโมหะด้วย

ส. แล้วแต่ว่าจะเป็นโมหะหรือโลภะ และในขณะที่เป็นโลภะ ต้องมีโมหะ ความไม่รู้ในลักษณะของสภาพธรรมนั้นเกิดร่วมด้วย

ถ. ส่วนมากขณะที่หลงลืมสติ จะไม่รู้เลยว่า ได้หลงไหลไปกับอารมณ์อะไรบ้าง ทั้งโทสะ ทั้งโลภะ ปะปนกัน

ส. เป็นลักษณะที่ต่างกับสภาพของปัญญา เวลาที่ปัญญารู้ชัด ลักษณะสภาพของเวทนาก็เป็นเวทนา ไม่ว่าจะเป็นอุเบกขาเวทนาทั้ง ๆ ที่ยากที่จะรู้ แต่ปัญญาที่รู้ชัด รู้ตามความเป็นจริงตรงลักษณะของเวทนาว่าเป็นเวทนา ตรงลักษณะของโลภะว่าเป็นโลภะ ตรงลักษณะของศรัทธาว่าเป็นศรัทธา ตรงลักษณะของสัญญาว่าเป็นสัญญา ตรงลักษณะของปัญญาว่าเป็นปัญญา นั้นจึงจะเป็นปัญญาที่รู้ตามความเป็นจริงของสภาพธรรมที่ปรากฏ

เพราะฉะนั้น ท่านผู้ฟังที่อยากจะเจริญสมถภาวนา ขอให้คิดว่า ท่านจะให้จิตสงบโดยที่ประกอบกับปัญญาที่รู้ลักษณะของสิ่งที่ปรากฏ หรือว่าต้องการให้จิตสงบโดยไม่ประกอบกับปัญญาขั้นที่รู้ความไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคลของสภาพธรรมที่ปรากฏ เวลาที่สติปัฏฐานเกิดขึ้นระลึกศึกษารู้ลักษณะของสิ่งที่ปรากฏ ขณะนั้นจะต้องมีความสงบแล้วที่ละเอียดที่ละน้อย เช่นเดียวกับขณะที่ให้ทาน ถ้าไม่สงบไม่ปราศจากโลภะ โทสะ โมหะ การให้ทานก็มีไม่ได้ เพราะว่าคนที่ไม่รู้และหลงไปแล้วจะมีเจตนาที่เป็นกุศลในการให้ ย่อมเป็นไปไม่ได้ เพราะว่าไม่รู้ในลักษณะของสภาพธรรมใด ๆ ที่ปรากฏ เพราะฉะนั้น เจตนาซึ่งเป็นกุศลที่จะให้ทานก็ไม่เกิดกับบุคคลนั้น





๗๒๕



ส. ขณะใดที่มีเจตนาจะให้ เป็นกุศล ขณะนั้นต้องปราศจากโลภะ โทสะ โมหะ ขณะนั้นสงบ ขณะใดที่วิริยเหตุจิต ขณะนั้นสงบ แต่เพราะเหตุใดจึงแยกการเจริญสมถภาวนาออกไปอีกส่วนหนึ่ง แม้ว่าในขณะที่ทำให้ทานก็ดี ขณะที่ยกขาขึ้นหรือวิริยเหตุจิตก็ดี ก็สงบ ที่เป็นอย่างนี้ก็เป็นเพราะว่าขณะที่ให้ทาน ลักษณะของความสงบซึ่งเป็นกุศลจิตนั้นมีเพียงเล็กน้อยชั่วขณะที่ให้ ไม่มั่นคง และจิตเกิดดับอย่างรวดเร็ว แม้แต่ขณะที่ให้เป็นกุศล เจตนาที่เกิดขึ้นและดับไป ขณะต่อไปอาจจะเป็นความเสียดายก็ได้ หรืออาจจะเป็นความรำคาญใจในข้อบกพร่องของทานนั้นก็ได้อีก หรืออาจเป็นโลภะ ความพอใจในวัตถุที่ให้ ในอาหาร ในดอกไม้ธูปเทียนต่าง ๆ ที่สวยงามที่จัดไว้อย่างดีก็ได้ ก็เป็นเรื่องสภาพของจิตซึ่งเกิดดับอย่างรวดเร็ว จากกุศลเป็นอกุศล จากอกุศลเป็นกุศล

เพราะฉะนั้น ชั่วขณะที่ให้ทาน กุศลเจตนาเกิดขึ้นแล้วดับไปอย่างรวดเร็ว ชั่วขณะนั้นความสงบจึงน้อยมาก ไม่ตั้งมั่นมั่นคงพอที่จะให้รู้ในลักษณะที่เป็นความสงบของจิต ด้วยเหตุนี้ขณะที่ไม่ได้ให้ทาน ขณะที่ไม่ได้รักษาศีลหรือวิริยเหตุจิต สภาพของจิตส่วนใหญ่ในวันหนึ่ง ๆ ย่อมจะเป็นอกุศล ตามปัจจัยที่ได้สะสมมา

แต่ถ้ามีปัญหาที่รู้ว่า ทำอย่างไรจิตจึงจะสงบได้ ในขณะนั้นก็ไม่ใช้สูตร ไม่ใช้ตัวตน ไม่ใช้บุคคลหนึ่งบุคคลใดที่สามารถจะแก้ไขเปลี่ยนแปลงอะไรได้ แต่เพราะปัญหารู้ว่าลักษณะของความสงบเป็นอย่างไร เป็นปัจจัยให้ความสงบของจิตเกิดขึ้นได้ และจะเพิ่มความสงบเป็นสมถะ เป็นความสงบของจิตขึ้นทีละเล็กทีละน้อย

ฉานจิต เป็นอัปปนาสมาธิ เป็นความสงบที่ประกอบด้วยสมาธิในอารมณ์ที่ทำให้จิตสงบโดยไม่รู้อารมณ์ เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ฯลฯ ซึ่งจะเห็นได้ว่า การที่จะบรรลุถึงอัปปนาสมาธิ ถึงขั้นฉานนั้น แส้นยาก เพราะฉะนั้นตัวของท่านสามารถที่จะสงบได้ถึงขั้นนั้นไหม



ไม่ใช่ว่าใครก็ได้ซึ่งไม่รู้อะไรเลย แม้แต่เด็กตัวเล็ก ๆ ก็ไปทำสมาธิกัน และกับบอกว่า เด็กคนนั้นคนนี้บรรลุนั้นนั่นขั้นนี้ แต่ตามความเป็นจริงแล้ว ขอให้ท่านคิดว่า การที่จะให้จิตตั้งมั่นในความสงบ ต้องประกอบด้วยปัญญา ถ้าเป็นผู้ที่ไม่รู้อะไรเลย ไม่เข้าใจอะไรเลย และก็เพียงจดจ้องอยู่ที่หนึ่งทีใด ปัญญาอยู่ที่ไหน ถ้าไม่มีปัญญาจะสงบได้อย่างไร

ในขณะที่ให้ท่าน สามารถระลึกถึงสภาพที่สงบของจิตชั่วขณะที่ให้หรือเปล่า ในขณะที่วิริยเหตุ เห็นความสงบซึ่งปราศจากโลภะ โทสะ โมหะ ในขณะที่วิริยเหตุ หรือเปล่า ถ้าไม่สามารถรู้ความต่างกันของกุศลจิตและอกุศลจิตแล้ว ไม่สามารถเจริญสมถภาวนาได้

ในยุคนี้ สมัยนี้ ท่านที่จะเจริญสติปัฏฐานย่อมทราบว่า ขณะใดที่สติเกิดขึ้นนั้นสงบ พร้อมกับปัญญาเริ่มเกิดขึ้นที่จะสังเกตพิจารณารู้ลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏ เป็นความสงบของสติปัฏฐาน ซึ่งประกอบด้วยปัญญา ไม่ใช่เพียงความสงบโดยสติไม่ระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏ

เพราะฉะนั้น ท่านใคร่จะเจริญความสงบในลักษณะใด ท่านจะเจริญความสงบเพียงในขั้นของสมถะที่รู้ว่าทำอย่างไรจะสงบ แต่ไม่รู้ลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏว่าไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน หรือว่าท่านจะเจริญสติปัฏฐาน รู้ลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏ และสงบในขณะที่รู้ลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏ

นี่เป็นสิ่งที่ควรจะได้พิจารณาโดยถ่องแท้

ถ. กสิณที่เป็นอารมณ์ของสมถะ ทำให้สงบได้อย่างไร

ส. กสิณมีถึง ๑๐ ปฐวิกสิณ คือ วงกลมที่สร้างขึ้นจากดิน ปฐวี แปลว่า ดิน ธาตุดิน และต้องเป็นดินพิเศษซึ่งมีสีที่ไม่ทำให้จิตตกไปสู่อารมณ์อื่น หมายความว่า สามารถที่จะผูกจิตไว้กับกสิณนั้นได้ เป็นดินสีอรุณอ่อน ๆ และต้องกลิ้งให้ดี ให้เรียบด้วย แต่นั่นหรือจะทำให้จิตสงบ เพียงแต่ไปจ้องดูเฉย ๆ จิตจะสงบได้ไหม ความสงบต้องอยู่ที่ปัญญา ไม่ใช่อยู่ที่ดินนั้น สิ่งนั้นเป็นวัตถุที่ทุกท่านสามารถที่จะมองเห็นได้ เด็กก็ดี ผู้ใหญ่ก็ดี ก็ไปดูปฐวิกสิณได้ถ้าอยากรู้ว่าปฐวิกสิณเป็นอย่างไร มีบาง



วัดที่ทำปฐวีกสิณ หรือว่ากสิณอื่น ซึ่งใคร ๆ ก็ไปดูได้ แต่จะสงบไหมถ้าไม่มีปัญญาที่จะรู้ว่า ขณะนั้นสงบเพราะอะไร เช่นเดียวกับบอสุกะ ใคร ๆ ก็เห็น แต่ทำอย่างไร หรือมนสิการอย่างไร ความสงบจึงจะเกิดได้ ความสงบไม่ใช่อยู่ที่ต่างคนก็ต่างไปมุงดู หรือไปดูปฐวีกสิณ แต่ต้องเป็นปัญญาที่รู้ว่า จิตที่สงบเพราะอาศัยปฐวีกสิณนั้นด้วยเหตุใด

ถ. เพราะเหตุใดปฐวีกสิณจึงจะทำให้จิตสงบได้

สุ. ทำไมใช้ดิน ก็เพราะว่ามีอะไรในโลกนี้บ้างที่ปรากฏในสภาพความเป็นรูปซึ่งจะปราศจากดิน ความอ่อน ความแข็ง ในวัตถุทั้งหลายที่ปรากฏอยู่ทั่วไป บนบ้านก็มีสภาพที่อ่อนแข็ง ที่พื้นหญ้า พื้นสนาม พื้นดิน พื้นโลก รูปทั้งหลายที่จะปราศจากธาตุดินไม่มี รู้แบบนี้แล้ว จิตสงบหรือยัง

เพราะฉะนั้น ที่จะสงบ ต้องเป็นปัญญาที่จะพิจารณาอย่างไร ไม่ใช่ใคร ๆ ก็ไปดูปฐวีกสิณ ให้ไปดูกันมาก ๆ และก็เข้าใจว่าจิตจะสงบได้ นั่นไม่ใช่ แต่ต้องเป็นปัญญาที่รู้ว่า นอกจากธาตุดินแล้ว ก็ไม่มีอะไร

ที่กายนี้ ก็เป็นแต่เพียงดินชนิดหนึ่ง ถ้าเอาดิน คือ กาย ใส่ลงไปดินที่เราสมมติกันว่าดิน อีกไม่นานก็จะมีลักษณะผสมผสานปนเปกันเป็นดินเหมือนกัน เพราะฉะนั้น โดยแท้จริงแล้ว รูปธรรมทั้งหลายจะต้องมีธาตุดินเป็นใหญ่ เป็นประธาน และลักษณะที่แท้จริงของสภาพธรรมที่เป็นรูป ก็หาสาระอะไรไม่ได้เลย เพราะว่าเป็นแต่เพียงลักษณะของธาตุดินในรูปร่างลักษณะต่าง ๆ ที่กายซึ่งเป็นเนื้อหนังมังสา ก็เป็นแต่เพียงลักษณะอาการหนึ่งของธาตุดิน ดินที่เราเรียกกันว่าดิน ก็เป็นลักษณะหนึ่ง อาการหนึ่งของธาตุดิน แต่ว่าโดยสภาวะที่เป็นสามัญลักษณะทั่วไปแล้ว ธาตุดินก็คือธาตุดิน ไม่ว่าจะอยู่ที่กาย หรือว่าจะเป็นสิ่งที่เราเรียกว่าดิน

ถ. ธาตุดินที่เห็นกันตามพื้นที่ สถานที่ต่าง ๆ นี้ ที่เราเห็นกันอยู่ทุกวันนี้ โดยสภาพ หรือโดยการเจริญสติปัฏฐานแล้ว ไม่ใช่ธาตุดิน

สุ. สัมผัสแล้วไม่แข็งหรือ

ถ. ไม่ใช่ ทางตา



ส. ทางตาก็อีกเรื่องหนึ่ง เพราะฉะนั้น การเจริญสมถภาวนากับการเจริญวิปัสสนาจึงต่างกัน สมถะอาศัยสัญญา ความจำ จากสิ่งที่ปรากฏและนึกถึงธาตุดิน แต่วิปัสสนาภาวนานั้น ระลึกตรงลักษณะสภาพที่อ่อนหรือแข็งที่ปรากฏ ไม่ใช่ทางตา

การเจริญวิปัสสนาภาวนาที่รู้รู้ลักษณะของธาตุดิน ไม่ใช่ทางตา แต่ต้องกระทบสัมผัส สภาพที่อ่อนหรือแข็งเสมอกันหมด ไม่ว่าจะเป็นที่กายหรือที่อื่นก็ตาม นั่นคือ วิปัสสนาภาวนา มีลักษณะของธาตุแข็งเท่านั้นที่ปรากฏ

แต่สมถภาวนาอาศัยสัญญา ความจำ ในสิ่งที่สมมติว่าธาตุดิน และก็น้อมไปสู่การที่จะสงบ เพราะรู้ว่าไม่มีอะไรเลย ไม่มีสาระ สิ่งที่ปรากฏที่เป็นใหญ่เป็นประธานของรูปธรรมทั้งหลาย ก็คือ ธาตุดินเท่านั้น เพราะฉะนั้น จึงต้องอาศัยปฐวิกสิณในขั้นต้น

ถ. ในพระไตรปิฎก พระพุทธเจ้าให้พระภิกษุเจริญอุสุภะ และภิกษุเหล่านั้นก็พากันฆ่าตัวตาย ทำไมจึงทรงให้เจริญอุสุภะ ในเมื่อทรงรู้ว่าเขาจะไปฆ่าตัวตาย

ส. ในอรรถกถาอธิบายไว้ว่า ภิกษุเหล่านั้นได้ทำกรรมไว้ในอดีต ซึ่งเป็นปัจจัยที่จะทำให้ท่านเหล่านั้นฆ่าตัวตาย ตามการสะสมที่ได้สะสมมา

ถ. ผมคิดว่า ภิกษุเหล่านั้นคงจะไม่มีปัญญา จึงพากันฆ่าตัวตาย

ส. ปัญญาดับไหม ปัญญาเกิดขึ้นแล้วดับไหม

ถ. ดับแน่นอน

ส. เพราะฉะนั้น ถ้ายังไม่ใช้โลกุตตรปัญญาถึงขั้นดับกิเลสทั้งหลายเป็นสมุจเฉท ก็ยังมีปัจจัยให้อกุศลธรรมเกิดขึ้นได้

นี่คือความวิจิตรของจิต ซึ่งไม่ควรจะประมาทอกุศลธรรมเลย อกุศลธรรมมีกำลังมากมายมหาศาล สามารถที่จะปิดกั้นไม่ให้เห็นสภาพธรรมตามความเป็นจริง หรือให้เห็นผิด คือ เห็นอกุศลเป็นกุศล

เพราะฉะนั้น ท่านผู้ฟังจะอย่างไร จะสงบพร้อมสติระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏตามความเป็นจริง เพื่อที่จะได้ดับกิเลสเป็นสมุจเฉท หรือว่ายังใคร่ที่จะไปทำสมาธิ และก็เข้าใจว่าขณะนั้นจิตสงบ โดยที่ปัญญาไม่รู้เลยว่าจิตจะสงบได้



อย่างไร เพียงแต่ไปนั่งจ้องอยู่ที่สิ่งหนึ่งสิ่งใดและก็ถือเอาอกุศลจิตเป็นกุศลจิต ก็ไม่สงบ เพราะไม่รู้ แต่ถ้ารู้แล้ว จึงสงบ

เพราะฉะนั้น ถ้าปัญญาไม่เกิด เจริญสมถภาวนาไม่ได้ เพียงแต่จ้องที่อารมณ์หนึ่งอารมณ์ใดให้เป็นสมาธิเกิดขึ้น ผลก็คือ ไม่รู้ว่าทำไมจึงเกิดปรากฏการณ์ต่าง ๆ ที่แปลกประหลาด นั่นเป็นความไม่รู้ และความสงสัยก็เกิดขึ้นในขณะนั้น ซึ่งไม่ใช่ลักษณะของความสงบเลย และสำหรับสมถภาวนา เพียงแต่รู้ว่าสมถกัมมัฏฐานมีอะไรบ้าง ยังไม่พอเลยกับการที่จะเจริญสมถภาวนา

อย่างเช่น คำถามของท่านผู้ฟังเรื่องปฐวีกสิณ จะเห็นได้ว่า ถ้าปัญญาไม่เกิดขึ้นแล้วไม่สามารถที่จะสงบได้ และขณะนี้ปฐวีกสิณใหม่ที่จะให้เป็นสมถภาวนา แต่ว่ามีสภาพธรรมที่ปรากฏและยังไม่มีรู้ ก็ควรที่จะรู้ ซึ่งขณะใดที่รู้ ขณะนั้นสงบด้วย

เพราะฉะนั้น จะเห็นพระคุณของพระธรรมที่พระผู้มีพระภาคทรงแสดงว่า ถ้าพระองค์ไม่ทรงแสดงสภาพธรรมพร้อมด้วยเหตุและผลอย่างละเอียดแล้ว สัตว์โลกทั้งหลายย่อมไม่สามารถที่จะพ้นไปจากความเห็นผิดและความไม่รู้ในลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏ โดยเฉพาะเมื่อพระผู้มีพระภาคทรงดับขันธปรินิพพานไปนานแล้ว และต่อไปก็จะนาน ๆ ต่อไปอีก ถ้าท่านผู้ใดไม่ศึกษาธรรม ไม่ฟังธรรม และคิดว่าเข้าใจธรรมแล้ว ก็ย่อมเป็นผู้ที่ประมาท เพราะย่อมมีความเข้าใจผิด แต่ถ้าศึกษาพระธรรม ฟังพระธรรมอยู่เสมอ ก็ย่อมมีความรู้ในสภาพธรรมที่ปรากฏเพิ่มขึ้น

และธรรมที่ได้ยินได้ฟังนี้ สามารถเปลี่ยนแปลงจิตใจของผู้ที่ได้รับฟังได้ ซึ่งทุกท่านพิสูจน์ได้กับตัวของท่านเองว่า อย่างน้อยที่สุดท่านก็เปลี่ยนจากความไม่รู้อะไรเป็นรู้อะไร และถ้าได้ศึกษาธรรมต่อไป กุศลประการอื่น ๆ ก็จะมีเพิ่มขึ้น ซึ่งท่านจะเปรียบเทียบได้จริง ๆ ว่า พระธรรมเปลี่ยนจากอกุศลซึ่งเคยมีมากให้ลดน้อยลง และก็เพิ่มพูนทางฝ่ายกุศลยิ่งขึ้น



ขอกล่าวถึงชีวิตของพระเจ้าอโศกมหาราชต่อจากคราวก่อน ซึ่งท่านผู้ฟังจะเห็นได้ว่า ธรรมได้เปลี่ยนพระองค์จากการเป็นอโศกมหาราชผู้ดุร้าย เป็นธัมมาโศกราช คือ เป็นมหาราชผู้ทรงธรรม

ข้อความใน **สมันตปาสาทิกา** มีว่า

เมื่อพระเจ้าอโศกทอดพระเนตรเห็นอาการอันสงบน่าเลื่อมใสของนิโครธสามเณรแล้ว ก็คิดว่าสามเณรนี้คงบรรลุโลกุตตรธรรม

แสดงให้เห็นว่า แม้พระเจ้าอโศกเองก็ทรงเป็นผู้ที่ใคร่ในการอบรมเจริญปัญญา เพราะฉะนั้น ก็ทรงแสวงหาผู้ที่ควรแก่การเลื่อมใส คือ ผู้ที่บรรลุโลกุตตรธรรม ซึ่งตามความเป็นจริง นิโครธสามเณรได้บรรลุเป็นพระอรหันต์ในวันบรรพชา ขณะที่ท่านปลงเกศาเสร็จ

พระเจ้าอโศกจึงทรงส่งอำมาตย์ทั้งหลายไปนิมนต์สามเณรมารับภัตตาหารในพระราชวัง

นี่เป็นการแสวงหาบุคคลที่ประกอบด้วยปัญญา

เมื่ออำมาตย์เหล่านั้นยังเข้าอยู่ ก็ได้ทรงส่งอำมาตย์ไปอีก ๒ – ๓ คน รับสั่งขอให้สามเณรมาเร็ว ๆ เกอะ ซึ่งนิโครธสามเณรก็เดินไปตามธรรมดาของตน แต่ว่าในความรู้สึกของพระเจ้าอโศกมหาราช ก็ไม่ทันพระทัยของพระองค์ที่จะใคร่ให้นิโครธสามเณรไปรับภัตตาหารโดยเร็ว นิโครธสามเณรเมื่อได้เข้าไปในพระราชวังแล้ว พระเจ้าอโศกก็รับสั่งว่า

ขอพระผู้เป็นเจ้าจงรู้อาสนะอันสมควรแล้วนั่งเถิด

ซึ่งก่อนหน้านั้น พวกนักพรตต่าง ๆ มารับถวายภัตตาหารในพระราชวังนั้น เวลาที่พระเจ้าอโศกรับสั่งว่า ขอพระคุณเจ้า จงนั่งบนอาสนะอันสมควรแก่ตนเถิด บางพวกก็นั่งบนพระเก้าอี้ แล้วบางพวกก็นั่งบนแผ่นกระดาน





เป็นชีวิตประจำวันจริง ๆ ทุกยุคทุกสมัยที่แสดงให้เห็นอภิปุณฺณที่ต่าง ๆ กันตาม การสะสม แต่เมื่อพระเจ้าอโศกทรงรับสั่งกับนิโครธสามเณรว่า ขอพระผู้เป็นเจ้าจงรู้อาสนะ อันสมควรแล้วนี้เถิด

นิโครธสามเณรเหลียวข้างโน้นข้างนี้ คิดว่า บัดนี้ไม่มีภิกษุอื่น ๆ จึงเข้าไปใกล้ พระราชบัลลังก์มีเศวตฉัตรอันยกขึ้นไว้ ได้แสดงอาการแก่พระราชบิดาเพื่อประโยชน์ใน การทรงถือบาตร พระราชาทอดพระเนตรเห็นสามเณรนั้นเข้าไปใกล้พระราชบัลลังก์ ทรงพระดำริว่า สามเณรนี้จักเป็นเจ้าของเรื่อนี้เวลานี้ วันนี้เอง

สามเณรถวายบาตรไว้ในพระหัตถ์ของพระราชบิดา แล้วขึ้นพระราชบัลลังก์ นั่งแล้ว พระเจ้าอโศกทรงน้อมถวายข้าวยาคุ ของขบเคี้ยว และภัตตาหารทุกชนิดที่ เขาจัดถวายพระองค์ สามเณรรับแต่เพียงพวยยังอัฏฐาภให้เป็นที่ไปแก้ตนเท่านั้น ใน เวลาเสร็จภัตกิจ พระเจ้าอโศกมีพระราชดำรัสขอให้นิโครธสามเณรแสดงพระธรรมที่ พระผู้มีพระภาคได้ประทานไว้แก่พุทธบริษัท ซึ่งนิโครธสามเณรก็ได้กล่าวอุปมาทวารวรีในพระธรรมบท อันเหมาะแก่พระราชบิดา เพื่อประโยชน์แก่การอนุโมทนา พระราชาทรงเลื่อมใส แม้นิโครธสามเณรก็ได้ให้พระราชบิดาทรงพระราชมติว่าทรงดำรง อยู่ในสภาวะ ๓ และศีล ๕

พระเจ้าอโศกทรงรับสั่งให้สร้างมหาวิหาร ชื่อว่าอโศการาม และได้ทรงสร้าง วิหาร ๘๔,๐๐๐ แห่ง ประดับด้วยเจดีย์ ๘๔,๐๐๐ องค์ ซึ่งเสร็จภายในเวลา ๓ ปี และพระโมคคัลลีบุตรติสสเถระได้ทำสังคายนาครั้งที่ ๓ โดยเลือกพระภิกษุทั้งหลาย ผู้ทรงพระปริยัติ คือ พระไตรปิฎก มีปฏิสัมภิทาแตกฉาน ต่างทรงคุณวิเศษ มีได้ วิชชา ๓ เป็นต้น จำนวน ๑,๐๐๐ รูป ในจำนวนพระภิกษุ ๖,๐๐๐,๐๐๐ รูป

สังคีติ คือ สังคายนา ครั้งนี้กระทำ ๙ เดือน ที่อโศการาม ในเมืองปาฏลิบุตร ซึ่งท่านผู้ฟังจะเห็นได้ว่า มีสถานที่หลายแห่งที่ควรจะไปนมัสการและน้อมระลึกถึงคุณ ของผู้ที่ได้กระทำการเผยแผ่พระพุทธศาสนา ก่อนที่พระมหินทเถระจะไปเผยแผ่ พระธรรมที่ลังกา ก็ได้ไปอยู่ที่อโศการาม และก่อนที่ไปสู่ลังกา ก็ได้จาริกไปทาง ทักษิณาคีรีชนบท เยี่ยมญาติทั้งหลาย ๖ เดือน และได้เยี่ยมลาพระมารดาที่กรุงอุชเชนี





นี่เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นแล้วในอดีต แสดงให้เห็นถึงความเลื่อมใส และแสดงให้เห็นถึง  
อานุภาพ คุณของพระธรรม ซึ่งสามารถที่จะเปลี่ยนบุคคลจากความเป็นบุคคล  
ผู้เหี้ยมโหดร้าย ให้เป็นผู้ที่ทำนุบำรุงพระศาสนาอย่างยิ่งใหญ่ท่านหนึ่ง แต่ถึงอย่าง  
นั้นพระเจ้าอโศกมหาราชก็ไม่ได้เป็นพระอริยเจ้า

เป็นการยากที่จะรู้แจ้งอริยสัจธรรม ไม่ใช่จะรู้แจ้งได้โดยง่าย ถึงแม้ว่าจะได้  
สร้างมหาวิหารชื่ออโศการาม สร้างวิหาร ๘๔,๐๐๐ แห่ง และได้ทรงส่งพระเถระไป  
เผยแผ่พระธรรม แต่ถ้าบารมีที่สะสมมายังไม่พร้อมที่จะบรรลुकุณธรรมเป็น  
พระอริยเจ้า ก็ไม่สามารถที่จะรู้แจ้งอริยสัจธรรมได้ แต่ก็ได้เปลี่ยนจากความเป็นบุคคล  
ผู้ร้าย ผู้อธรรม มาเป็นผู้ที่ทรงธรรม

เพราะฉะนั้น ท่านผู้ฟังควรจะติดตามรับฟังศึกษาพระธรรมต่อไป เพื่อที่จะได้  
เจริญกุศลทุกประการยิ่งขึ้น





๗๒๖



ส. ยังมีท่านที่คิดจะไปทำสมาธิอะไรอีกไหม จะไปสู่นักหนึ่งสำนักใด  
ทำสมาธิ หรือว่าจะฟังพระธรรมให้เข้าใจยิ่งขึ้นในลักษณะของธรรมทั้งหลายที่ปรากฏ  
ทุกวัน ตามปกติ

ถ. ในลักษณะที่จุดกะของปัญญา มีกล่าวว่า ถ้าไม่มีสมาธิ ปัญญาจะไม่  
เกิด ใช่ไหม

ส. สมาธิที่เป็นกุศล หรือเป็นอกุศล

ถ. สมาธิมีหลายอย่างหรือ

ส. มีมิจฉาสมาธิ และมีสัมมาสมาธิ

ถ. สมาธิที่จะเกิดปัญญา เช่น ขณิกสมาธิ

ส. เวลานี้สมาธิเกิดอยู่แล้วทุกขณะ เป็นบาทให้เกิดปัญญาหรือยัง

ถ. ตามลักษณะที่จุดกะของปัญญา ถ้าสมาธิเป็นขณิกะ ผมว่าเป็นบาท

ส. เวลานี้มีสมาธิแล้วทุกขณะ เป็นบาทให้เกิดปัญญาหรือยัง

ถ. ที่ว่า เป็นอุปปนา แนบแน่นจนจะถึงฉานแล้ว ผมว่าไม่ทำให้เกิด  
ปัญญา

ส. ปัญญามีหลายชั้น ปัญญาที่เกิดกับจิตที่สงบเป็นสมถภาวนา ต่างกับ  
ปัญญาที่เกิดพร้อมสติที่ระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏ เป็นวิปัสสนาภาวนา  
เพราะฉะนั้น อย่าปนปัญญาของสมถะกับปัญญาของวิปัสสนา

อย่างเช่น การที่จะระลึกถึงปฐวีเพื่อที่จะให้จิตสงบ ขณะนั้นเป็นโดยนัยของ  
สมถะ แต่ว่าขณะที่กระทบสัมผัสทางกาย และระลึกในสภาพที่ไม่ใช่ตัวตน นั้นเป็น  
วิปัสสนา ซึ่งมีสมาธิทั้งสอง เพราะว่าสมาธิเกิดกับจิตทุกดวง แต่ปัญญาที่เกิดพร้อม  
กับสมาธินั้นต่างกัน



โดยนัยของสมถภาวนา เพียงสามารที่จะสงบ พร้อมปัญญาที่รู้ตามความเป็นจริงในความจริงที่ไม่มีสาระแก่นสารของปฏิรูป ของสภาพของรูปทั้งหลาย

ถ. แต่ที่ผมเรียนถาม หมายถึงสมาธิทำให้เกิดปัญญา

ส. ปัญญาอะไร มีปัญญาหลายชั้น สมาธิมีหลายอย่าง ปัญญามีหลายอย่าง สมาธิอะไรทำให้เกิดปัญญาอะไร ปัญญาอะไรทำให้เกิดสมาธิอะไร

ถ. ผมว่าขณิกสมาธิทำให้เกิดปัญญา

ส. ขณิกเป็นคำธรรมดา หมายถึงความถึง สมาธิชั่วขณะ ๆ ซึ่งเกิดดับอยู่ตลอดเวลาในขณะนี้

สภาพธรรมต้องตรงตามความเป็นจริง ขณะนี้มีสมาธิเกิดกับจิต เป็นเอกัคคตา เจตสิก เกิดกับจิตทุกดวง เพราะฉะนั้น ตามความเป็นจริง ในขณะนี้จิตเป็นกุศล หรือเป็นอกุศล ถ้าเป็นอกุศล เอกัคคตานี้เป็นมิจฉาสมาธิ ถ้าเป็นกุศลในทาน เป็นขณิกสมาธิที่เป็นสัมมาสมาธิ ถ้าเป็นกุศลในศีล เป็นสัมมาสมาธิ เป็นขณิกสมาธิ ถ้าเป็นกุศลในขณะที่ฟังธรรมเข้าใจ เวลานี้กำลังเข้าใจในธรรมที่ได้ยินได้ฟัง ไม่ใช่ตัวตน เป็นมหากุศลญาณสัมปยุตต์ที่ได้ศึกษาในปรมัตถธรรม

ในปรมัตถธรรมปริเฉทที่ ๑ เป็นเรื่องของจิตประเภทต่าง ๆ ไม่มีตัวตน ไม่มีสัตว์ ไม่มีบุคคลเลย ในขณะที่กำลังฟังธรรมแล้วเข้าใจ ขณะนั้นกุศลจิตกำลังรู้เรื่อง กำลังเข้าใจในธรรม แม้แต่ในบัญญัติ คือ คำที่หมายถึงลักษณะของปรมัตถธรรมที่ได้ยินได้ฟัง ก็เป็นกุศลจิต เป็นมหากุศลญาณสัมปยุตต์ที่กำลังเกิดดับอยู่ในขณะนี้ ซึ่งขณะนั้นก็เป็นสัมมาสมาธิ เป็นขณิกสมาธิ เพราะฉะนั้น จะต้องรู้ว่า ปัญญาอะไร สมาธิอะไร อย่าปนกัน ถ้าปนกันก็ยุ่งเหยิงไปหมด และไม่สามารถจะเจริญกุศลขั้นต่อไปด้วย

ถ. จำได้อย่างย่อ ๆ ว่า ต้องมีกัมมัธกตาปัญญา

ส. เวลานี้ ถ้ากำลังเข้าใจเหตุเรื่องผล คือ กรรมเป็นเหตุ เป็นปัจจัยให้เกิดวิบาก คือ เห็น ได้ยิน ได้กลิ่น ลิ้มรส รู้สิ่งที่กระทบสัมผัสที่น่าพอใจ ไม่น่าพอใจ



เป็นผล นี่คือปัญญาที่เข้าใจอย่างนี้ ไม่ใช่ตัวตน เป็นมहाกุศลญาณสัมปยุตต์ ขณะนั้นมีเอกัคคตาเจตสิกเกิดด้วย เป็นขณิกสมาธิ

ถ. ปัญญาที่รู้รูปนาม เป็นไตรลักษณ์ เรียกว่า วิปัสสนาปัญญา ใช่ไหม

ส. รู้สภาพธรรมตามความเป็นจริง

ถ. ส่วนโลกุตตรปัญญา หมายถึงรู้แจ้งในอริยสัจ ๔ รู้แจ้งในนิพพาน

ส. ปัญญามีมาก สมาธิก็ต้องมีมากตามลำดับ เพราะฉะนั้น อย่าพิจารณาเพียงชื่อ แต่พิจารณาสภาพธรรมที่กำลังปรากฏในขณะนี้ให้สอดคล้องกับพระธรรมที่ได้ศึกษาและเข้าใจแล้ว ถ้าศึกษาเรื่องมहाกุศลญาณสัมปยุตต์ ต้องรู้ด้วยว่าขณะไหน ขณะที่ฟังและเกิดความเข้าใจ ซึ่งไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน เป็นจิตอะไร ที่ได้ศึกษาแล้ว เป็นมहाกุศลญาณสัมปยุตต์ มีบัญญัติเป็นอารมณ์ และถ้าสติเกิด วิตกเจตสิกจรดในลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏ เป็นสติปัฏฐาน เป็นมहाกุศลญาณสัมปยุตต์ที่ไม่ได้มีบัญญัติเป็นอารมณ์ แต่มีปรมาัตถธรรมเป็นอารมณ์

ถ. ผมอ่านในพระไตรปิฎก พบบ่อย ๆ ว่า ผู้ที่มีความเพียรอันตนส่งไปแล้ว เจริญสติปัฏฐาน คือ เพียรเจริญทั้งกลางวันและกลางคืนจนบรรลุมรรคผล ผมไม่ทราบว่าเป็นปัญญาเขาอยู่ในขั้นไหน อย่างเรา ๆ เพียรอย่างนี้ไม่ได้ตลอด มีอีกพระสูตรหนึ่งที่กล่าวว่า ไม่ให้กินอาหารด้วยความยินดี แต่ให้กินเหมือนกินเนื่อบุตรที่เพียงเพื่อให้พ้นจากทางกันดาร เพื่อให้บรรลุมรรคผลนิพพาน แต่อย่างเราปฏิบัติได้ชั่วขณะเดี๋ยวก็ก่หลงลืมสติไปตั้งนาน กว่าจะระลึกขึ้นมาได้ ทำไมจึงปฏิบัติอย่างเขาไม่ได้

ส. แสดงไว้ว่า ท่านผู้นั้นบรรลุมรรคผลนิพพานด้วย ใช่ไหม

ถ. ใช่

ส. เพราะฉะนั้น ก็ต่างกับท่านที่ยังไม่บรรลุ บุคคลต่างกัน การสะสมก็ต่างกัน จะให้เหมือนกันได้อย่างไร

ถ. ผมคิดว่าจะบวช แต่ในปัจจุบันนี้ ชีวิตของบรรพชิตและฆราวาสก็ไม่ต่างกัน หลงลืมสติบ้าง มีสติบ้างอย่างนี้ จึงท้อถอยที่จะบวช



ส. เป็นอกุศลที่ทอดทิ้ง เพราะฉะนั้น ต้องอย่าลืม ปัญญาต้องเห็นอกุศล เป็นอกุศล อกุศลจึงจะเจริญ แทนที่จะทอดทิ้ง ก็ระลึกศึกษารู้ลักษณะของสภาพธรรม นั้นเป็นอกุศล ทำไมจึงได้เกิดอกุศลอย่างนั้น รู้เท่าทันต้นหาใหม่ โลภะ ความปรารถนา ความต้องการ มาในรูปลักษณะต่าง ๆ เดียวก็เกิด ๆ อย่างจะได้ผล พอไม่ได้ผล ก็ทอดทิ้ง

ถ. ขณะที่เราอยากจะบรรลु หรืออยากให้จิตสงบ อย่างนี้เป็นโลภะใหม่

ส. แน่نون ก็ยังไม่รู้ว่า จิตสงบเป็นอย่างไร บรรลุเป็นอย่างไร เหตุที่จะ ให้บรรลุเป็นอย่างไร

ถ. ถ้าเราไม่มีความอยาก เราก็ไม่ศึกษา ใช่มั้ย

ส. ถ้ามีความอยาก ก็ไปเพียว

ถ. หมายความว่า ต้องโลภมาก่อน ใช่มั้ย

ส. ไม่จำเป็น การที่ต้องการพึงธรรมชาติไม่ใช่เป็นโลภะ แต่เป็นอกุศล ถ้าปรารถนาอย่างอื่น ต้องการอย่างอื่นที่เป็นรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ นั้นเป็น อกุศล

ถ. ที่อาจารย์กล่าวว่า ไม่มีตัวตน สัตว์ บุคคล แต่พระพุทธเจ้าตรัสว่า คนทุกคนมีกรรมเป็นที่พึ่ง และได้รับผลของกรรม

ส. แต่ไม่ได้บอกว่า มีตัวตนเป็นที่พึ่ง ใช่มั้ย กรรมก็ไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน เป็นสภาพธรรมที่เกิดขึ้นเป็นกุศลกรรมหรืออกุศลกรรม และกัณฑ์ไป เป็นเหตุ เป็นปัจจัยที่จะทำจิตเกิดขึ้นรับผลของกรรม เป็นวิบากทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ขณะที่กำลังเห็นก็ไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน ขณะที่กำลังได้ยินเกิดขึ้นเพราะ เหตุปัจจัยและกัณฑ์ไป ไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน ทั้งเหตุและผล กรรมซึ่งเป็นเหตุก็ ไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน วิบากจิตทั้งหลายซึ่งเป็นผลเกิดขึ้นเห็น ได้ยิน ได้กลิ่น รู้รส รู้สิ่งที่กระทบสัมผัส ก็ไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน เกิดขึ้นและกัณฑ์ไป



ถ. ดิฉันเคยนั่งสมาธิ มีอานาปาเป็นอารมณ์บ้าง ใช้คำว่าพุทโธบ้าง ทำไปด้วยความไม่รู้ ท่านบอกว่า สมาธิเป็นบาทของปัญญา ซึ่งผู้ปฏิบัติส่วนมากก็คงไม่มีความเข้าใจเหมือนกัน แต่บางครั้งนั่งแล้วจิตสงบมากทีเดียว รู้สึกว่าสบาย

ส. โดยมากหลายท่านหรือว่าส่วนมาก ท่านถือความสบายเป็นความสงบ แต่ขอให้คิดว่า ความสบาย เป็นความพอใจ เป็นโลภะอย่างละเอียด หรือว่าเป็นความสงบ แต่สงบต้องหมายความว่าถึงเป็นกุศลที่ปราศจากโลภะ โทสะ และโมหะ

ถ. ตอนนั้นเข้าใจว่าใช่ นี่คือความสุขที่ได้รับจากการปฏิบัติ และติดใจในอารมณ์นั้นมาก

ส. กำลังติดใจ ก็เป็นลักษณะของโลภะแล้ว

ถ. ภายหลังคิดถึงอารมณ์ครั้งนั้น ที่เคยนั่งแล้วได้รับความสงบอย่างนั้น พอนั่งอีกครั้งไม่เป็นอย่างครั้งก่อน ก็ไม่พอใจ โทสะเกิด ก็ไม่รู้อีก

ส. ถ้ายังไม่รู้ว่า ทั้งหมดที่เคยปฏิบัติมาแล้ว แท้ที่จริงเป็นความสบาย เป็นความพอใจ เป็นความชอบ เป็นความต้องการจึงนั่ง และอยากให้เป็นอย่างนั้นอีก จะเป็นความสงบได้อย่างไร

ความสงบเกิดได้ด้วยปัญญา แม้ในขณะนี้ จึงจะเป็นความสงบจริง ๆ สามารถที่จะสงบได้โดยปราศจากโลภะ โทสะ โมหะ และรู้ด้วยว่าจิตสงบเพราะอะไร จะต้องมีความเป็นปัจจัยของความสงบที่ถูกต้อง ไม่ใช่ว่าอยากจะสงบเลยไปนั่ง เพราะต้องการความสบายอย่างนั้น และถือว่าความสบายอย่างนั้นเป็นความสงบ นั่นไม่ใช่ความสงบที่อยากจะไปนั่ง ต้องการอย่างนั้น ไม่ใช่ความสงบเลย

ถ. ตอนนั้นดิฉันยังไม่ได้เจริญสติ ดิฉันก็เลยจะเชื่ออย่างไร เพราะดิฉันเป็นคนที่จะเชื่อก็ต่อเมื่อต้องฟังกันให้รู้เรื่องจริง ๆ

ส. หลายท่านจะไม่เชื่อ ถ้าบอกว่า ที่กำลังจดจ้องเป็นสมาธินั้นไม่ใช่สงบ มีหลายท่านทีเดียว ในตอนแรกที่ไม่เชื่อ

ถ. ถ้ายังไม่ได้เจริญสติ ไม่เชื่อจริง ๆ เพราะไม่รู้จะเอาอะไรมาเทียบเคียง แต่เมื่อเจริญสติตามที่อาจารย์บรรยายมา ๔ - ๕ ปี เดียวนี้ดิฉันขอรับรองด้วยความจริง



ว่า ความสงบขณะที่เจริญสตินี้ จิตสงบจริง ประกอบด้วยความเข้าใจถูก และรู้ด้วยว่า ขณะใดที่จิตมีเมตตาเกิดขึ้น ความสงบนั้นก็เพิ่มมากขึ้นทีเดียว ลักษณะของเมตตามีจริง

ส. เพราะฉะนั้น ท่านผู้ฟังต้องแยกกันระหว่าง สมาธิ สมถะ และวิปัสสนา ในบางครั้งในพระไตรปิฎกใช้คำว่าสมาธิเท่านั้น แต่ทรงมุ่งหมายสัมมาสมาธิซึ่งเป็นไปพร้อมกับความสงบและปัญญา แม้ว่าจะเป็นปัญญาต่างชั้น เวลาที่ทรงแสดงธรรมถึง ฉานชั้นต่าง ๆ ก็จะใช้คำว่าสมาธิ แต่อย่าเข้าใจผิดว่า ทรงมุ่งหมายมิจฉาสมาธิในที่นั้น เพราะถึงแม้จะใช้คำกลางว่าสมาธิ แต่ถ้าเป็นเรื่องของกุศลฉาน ย่อมหมายความว่าถึงสัมมาสมาธิที่ต้องเกิดพร้อมกับความสงบ อย่าฟังคำว่า ความสงบ และ บางแห่งก็ใช้คำอธิบายลักษณะของสมาธิที่เป็นกุศลชัดเจนทีเดียวว่า สัมมาสมาธิ ซึ่งมุ่งหมายสมาธิที่เกิดพร้อมกับความมั่นคงของความสงบ ต้องมีความสงบอยู่ด้วยถ้าเป็น กุศล แต่ว่าไม่ใช่ความสบาย และก็ไปถือเอาความสบายเป็นความสงบ โดยปัญญา ไม่ได้รู้เลยในสิ่งที่ปรากฏว่า เกิดขึ้นได้อย่างไร

ขอกล่าวถึงอารมณ์ของสมถภาวนาให้ท่านผู้ฟังได้พิจารณาว่า ท่านจะเจริญ สมถภาวนาโดยอารมณ์ไหน และจะเป็นไปได้ไหมสำหรับท่าน

สำหรับสมถกัมมัฏฐานซึ่งเป็นอารมณ์ของสมถภาวนานั้นมี ๔๐ คือ กสิณ ๑๐ ซึ่งได้แก่ ปฐวีกสิณ เตโชกสิณ วาโยกสิณ อาโปกสิณ คือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลมนั่นเอง และเหตุผลของการที่อาศัยกสิณที่เป็นธาตุดิน น้ำ ไฟ ลม ก็เพื่อให้จิต ระลึกถึงความไม่มีสาระของธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลมซึ่งเป็นรูป ที่เป็นใหญ่ เป็นประธานปรากฏอยู่โดยทั่วไป

อย่างดินนี้ ก็มีการแตกย่อยได้ แม้แต่ภูเขาซึ่งใหญ่มหาดาล ก็สามารถที่จะ ทำลายย่อยยับลงไปได้ นั่นก็เป็นความไม่เที่ยงของธาตุดิน หรือแม้แต่ธาตุน้ำ ใน บางครั้งก็มากมายไหลหลังท่วมท้นล้นฝั่ง และบางครั้งก็ขาดแห้งหายจนกระทั่งดิน แตกกระแหงไปหมด นั่นก็เป็นความไม่เที่ยงของธาตุน้ำ ถึงแม้ธาตุลมก็เช่นเดียวกัน เท่าที่จะระลึกให้เห็นได้ตามความเป็นจริง ลมพายุอย่างแรงก็มี แต่เวลาที่อากาศ อบอ้าว ลมสักเล็กน้อยก็ไม่มี ต้องไปเอาพัดมาโบกให้เกิดลมขึ้น



ถ. ที่อาจารย์กล่าวถึงธาตุน้ำ จะเอาบัญญัติทางโลกหรือทางธรรม

ส. นี่เป็นนัยของสมถภาวนา นัยของสมถภาวนาก็คือหนึ่ง นัยของวิปัสสนาภาวนาก็อีกชั้นหนึ่ง ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม มีความแปรปรวน ไม่เที่ยง เพราะฉะนั้น ผู้ที่ยังไม่สามารถจะประจักษ์แจ้งในอริยสัจธรรม โดยเฉพาะในสมัยที่ยังไม่มีการตรัสรู้ของพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า ไม่มีการแสดงให้เห็นสติรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ ซึ่งท่านผู้ฟังก็เคยสงสัยว่า ทำไมในอดีตพระสาวกท่านช่างตรัสรู้ง่ายเหลือเกิน เพียงแต่พระผู้มีพระภาคหรือพระสาวกแสดงธรรมกับบุคคลนั้น โดยย่อ เล็กน้อย บุคคลนั้นก็สามารที่จะรู้แจ้งอริยสัจธรรมได้ แต่ต้องมีเหตุ คือ บารมีที่ได้สะสมมาแล้ว ซึ่งถ้ายังไม่มี การฟังธรรม ก็ไม่มีการน้อมที่จะระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรม

บารมีจะเห็นได้ในขณะนี้ ท่านกำลังฟังเรื่องสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ ถ้าเป็นผู้ที่ได้อบรมบารมีมาพร้อมแล้ว ระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏ ก็แทงตลอดทันทีในอริยสัจธรรม แต่เพราะบารมียังไม่เต็ม แม้ที่กำลังฟังเรื่องสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ และสภาพธรรมก็กำลังปรากฏจริง ๆ ก็ยังไม่มี การรู้แจ้งอริยสัจธรรม เพราะฉะนั้น จะต้องอบรมบำเพ็ญภาวนาเจริญต่อไป จนกว่าบารมีจะเต็มพร้อมที่จะรู้แจ้งอริยสัจธรรมได้

ธรรมที่พระผู้มีพระภาคทรงแสดงไว้มีมาก และทรงเกื้อกูลกุศลทุกชั้น ทั้งในเรื่องของทาน ศีล สมณะ และวิปัสสนา แต่มิได้ทรงมุ่งหมายที่จะให้ผู้หนึ่งผู้ใดที่ไม่สามารถที่จะบรรลุถึงฌานไปเจริญฌาน

เรื่องของฌานมีมากในพระไตรปิฎก สำหรับใคร แม้ในยุคโน้นสมัยโน้น ผู้ที่ได้บรรลุอริยสัจธรรมพร้อมฌานจิตด้วย ก็มีน้อย และคนในยุคนี้สมัยนี้ ท่านสามารถที่จะถึงฌานได้ไหม ถ้าไม่สามารถ ก็อบรมเจริญปัญญาที่เป็นสติปัฏฐานเพื่อจะได้รู้แจ้งอริยสัจธรรม เป็นไปได้ที่สามารถจะรู้แจ้งอริยสัจธรรมโดยที่ไม่บรรลุฌาน เพราะเป็นบุคคลที่มีกำลังน้อย ไม่ใช่เป็นผู้ที่มีกำลังใหญ่ คือ สามารถที่จะสำเร็จทั้ง ๒ ประการ







๗๒๗



สำหรับภสสิณ ๑๐ ก็มี ปฐวีภสสิณ เตโชภสสิณ อาโปภสสิณ วาโยภสสิณ ถ้ารู้จักประสงค์และความมุ่งหมายของการใช้ภสสิณเป็นอารมณ์ที่จะให้สงบ ย่อมเข้าใจตลอดไปถึงภสสิณอื่นด้วย คือ วัณณภสสิณ ได้แก่ สีต่าง ๆ มีสีแดง สีขาว สีเหลือง สีนิล สิ่งที่ปรากฏทางตา สีที่เป็นใหญ่ สีแดง สีขาว สีเหลือง สีนิล ไซ้ไหม ไล่เสือสีอะไร สีขาว หรือสีแดง หรือสีเขียว หรือสีเหลือง

การติด ยินดีพอใจในสีที่ปรากฏ ก็เพราะลืมนึกว่า เป็นเพียงสีที่ปรากฏทางตาเท่านั้นเอง ถ้ารู้การติดจริง ๆ ในสิ่งที่ปรากฏทางตาว่าติดสี การใช้สีที่เป็นสีล้วน จะทำให้ไม่น้อมไปสู่การตรึกนึกถึงเรื่องราวของสีว่า เป็นสีคน เป็นสีวัตถุสิ่งต่าง ๆ ที่น่าปรารถนาน่าพอใจ เพราะว่าโดยลักษณะของสภาพที่ปรากฏเป็นแต่เพียงสีเท่านั้นเอง เป็นสีต่าง ๆ สีเขียวบ้าง สีเหลืองบ้าง สีแดงบ้าง สีขาวบ้าง เท่านั้นเองจริง ๆ

ที่กล่าวมานี้ไม่ใช่โดยนัยของวิปัสสนา แต่โดยนัยของสมถะ ซึ่งเป็นบัญญัติ ไม่ใช่รู้ว่า แท้ที่จริงแล้ว ความหมายที่แท้จริงของสภาพธรรมที่ปรากฏทางตานั้น ไม่ใช่เป็นการจดจำเป็นสีต่าง ๆ แต่เป็นการรู้ว่า นี่คือสภาพธรรมที่มีจริงที่กำลังปรากฏ

เพราะฉะนั้น แม้แต่สรรพของคำว่า สภาพธรรมที่ปรากฏทางตานี้ ฟังเผิน ๆ ดูเหมือนจะไม่น่าสงสัยเลย เข้าใจแล้ว แต่ขณะนี้ทุกอย่างกำลังปรากฏทางตา ก็จะมีการเห็นเป็นสีนั้นสิ่งนี้ด้วย ไม่ใช่เป็นปัญญาที่รู้ชัดจริง ๆ ว่า ไม่มีอะไรเลยในสภาพธรรมที่กำลังปรากฏทางตา เพราะเวลาที่ลืมนึกดู ก็เสมือนว่ามีหลายสิ่งหลายอย่างปรากฏ แต่พอหลับตาลง ไม่มีอะไรเหลือเลย และถ้าจะมีการตรึกนึกถึงสิ่งหนึ่งสิ่งใดโดยขณะนั้นหลับตา จะไม่มีสิ่งอื่นปรากฏพร้อมเหมือนขณะที่ลืมนึกดูอย่างนี้ ไซ้ไหม

กำลังลืมนึกดูพร้อมหมดทุกสิ่ง ไต้ะ แก้ว ฝิ่น ไฟ พัดลม ทุกสิ่งทุกอย่างพร้อมหมด จะนึกหรือไม่นึกก็ตาม แต่ว่าทุกสิ่งทุกอย่างที่เคยนึกเป็นสีนั้นสิ่งนี้ปรากฏพร้อมกันขณะที่ลืมนึกดู แต่พอหลับตาลง จะนึก ก็ต้องนึกถึงฐานหนึ่งฐานใด รูปาร่าง



หนึ่งรูปร่างใด เพียงรูปร่างหนึ่งลักษณะหนึ่งเท่านั้น และอย่างอื่นทำไมไม่ปรากฏพร้อมกันรวมกันเหมือนขณะที่ลืมตา

เพราะฉะนั้น ความหมายของสิ่งที่ปรากฏทางตา หรือวัณณะ หรือรูปารมณฺ์นั้น ต้องเข้าใจว่าต่างกับขณะที่หลับตา นั่นเป็นการที่จะรู้โดยนัยของวิปัสสนา คือ เห็นจริงว่าสิ่งที่ปรากฏทางตาเป็นแต่เพียงสิ่งที่ปรากฏทางตา ไม่ใช่การนึกถึงสี เป็นสีแดง สีเหลือง สีขาว สีเขียว หรือสีนิล

แต่สมถภาวนารู้ว่า จิตติดในสีต่าง ๆ จึงอาศัยสีซึ่งจะไม่โน้มนำให้ตริกนึกถึงรูปร่างลักษณะที่เคยพอใจว่า เป็นคน เป็นวัตถุ เป็นสิ่งต่าง ๆ เป็นดอกไม้ เป็นรูปร่างของบุคคลหรือว่าวัตถุ เตือนให้ระลึกแต่เพียงว่า เป็นเพียงสีเท่านั้น โดยอาศัยสีเป็นบัญญัติให้นึกถึง ให้สงบ เพราะฉะนั้น สำหรับภคสีอื่นอีก ๔ คือ วัณณกสิณ ได้แก่ สีแดง สีเหลือง สีขาว สีเขียว หรือสีนิล

ภคสี ๑๐ ได้แก่ ปฐวีกสิณ อาโปกสิณ เตโชกสิณ วาโยกสิณ สีแดง สีเหลือง สีขาว สีเขียว หรือสีนิล เป็น ๘ ภคสี อีก ๒ คือ อาโลกกสิณ แสงสว่าง และอากาศกสิณอีกหนึ่ง ซึ่งต้องเกิดเพราะสัญญา

การโน้มระลึกถึงภคสีต่าง ๆ โดยอาศัยรูปภคสีนั้น ไม่ใช่การรู้ปรมาัตถธรรมของดิน น้ำ ไฟ ลม โดยนัยของวิปัสสนา

ถ้านึกถึงอากาศ จะเกิดโลภะ โทสะไหม เป็นแต่เพียงอากาศ ความว่างเปล่า ไม่มีอะไร เพราะฉะนั้น ถ้ามโนการโดยถูกต้องในความเป็นอากาศซึ่งมีอยู่ แทรกอยู่ในวัตถุทั้งหลาย ในตัวก็มีอากาศอยู่มากมาย และก็มีปัจจัยที่ทำให้ธาตุทั้งหลายเกิดขึ้น คือ ปฐวี เตโช อาโป วาโย พร้อมทั้งรูปอื่น ๆ เกิด จากความว่างเปล่านั้นเอง

โดยแท้จริงแล้ว เมื่อรูปทั้งหลายเหล่านั้นดับไป ก็หมด ไม่มีอะไรนอกจากความว่างเปล่า เพราะฉะนั้น จะมาติดในความว่างเปล่ากระนั้นหรือ ถ้าจิตโน้มระลึกถึงอากาศ คือ ความว่างเปล่าแล้วสงบ ก็เป็นอากาศกสิณ

แต่การที่จะให้จิตสงบนี้ แส่นยาก ไม่ใช่จะสามารถสงบและมั่นคงดั่งด้าแนบแน่นในความสงบประกอบพร้อมด้วยสมาธิที่มั่นคงยิ่งขึ้นตามขั้น พร้อมด้วย



สติสัมปชัญญะ ซึ่งทุกท่านจะทดลองพิสูจน์ได้ว่า สามารถจะเป็นอย่างนั้นได้ไหม รู้ลักษณะของจิตที่สงบไหม และถ้าจิตสงบขึ้นอีกนิดหน่อย ท่านรู้ไหม ถ้าไม่รู้ ก็ไม่สามารถที่จะเจริญความสงบให้ขึ้นไปอีกได้ เพราะการที่จะให้ความสงบถึงขั้นอุปจารสมาธิก็ดี อปัณณาสมาธิก็ดี ต้องประกอบพร้อมด้วยสัมปชัญญะที่บริบูรณ์ที่จะรู้ว่าขณะนั้นสงบเพิ่มขึ้นอีกนิดหนึ่งแล้ว ๆ จนกระทั่งถึงอุปจารสมาธิ ความรู้สึกตัวบริบูรณ์ในสภาพธรรมตามความเป็นจริง ในขณะนั้น เมื่อเป็นความสงบ ก็เป็นความสงบ ไม่ใช่โลภะ

เพราะฉะนั้น ปัญญาต้องสามารถที่จะแยกโลภะกับความสงบออกได้ จึงจะเจริญสมถภาวนา ไม่ใช่ว่าอยู่ดี ๆ ไปนั่งรวม ๆ กัน และจดจ้องที่หนึ่งทีใด ซึ่งก็มีแต่ความไม่รู้ทั้งหมด ทุกคนไม่รู้อะไรเลย ไปถึงก็ไปนั่ง ๆ และก็บอกว่าสงบแล้ว ๆ เป็นสิ่งที่เป็นไปได้ เพราะไม่ประกอบด้วยเหตุผล

ความสงบของจิต ต้องหมายความว่าถึงขณะที่ปราศจากโลภะ โทสะ โมหะ และต้องเป็นปัญญาที่รู้จริงว่า ขณะใดเป็นขณะที่จิตปราศจากโลภะ โทสะ โมหะ และขณะใดเป็นขณะที่มีโลภะ โทสะ โมหะ

เรื่องของสภาพธรรม ไม่ใช่เป็นสิ่งที่รู้ได้โดยง่าย แม้ว่าสภาพธรรมมีจริงขณะนี้จิตอยู่ไม่ไกลเลย แต่ว่าลักษณะของจิตขณะนี้เป็นอย่างไร ซึ่งตามความเป็นจริงแล้วจิตเกิดดับรวดเร็วมาก เพราะฉะนั้น ยากเหลือเกินที่จะทราบได้จริง ๆ ว่า ขณะไหนจิตเป็นกุศล หรือขณะไหนจิตเป็นอกุศลประเภทใด

ในวันหนึ่ง ๆ ทุกท่านก็ทราบว่า กุศลจิตเกิดน้อยกว่าอกุศลจิตมากมายนัก คงจะไม่มีใครบอกว่า ท่านมีกุศลจิตมากกว่าอกุศลจิต ถ้ากล่าวอย่างนั้น ก็หมายความว่าไม่ได้รู้ลักษณะสภาพของอกุศลธรรมโดยละเอียด เพราะว่าตามความเป็นจริงแล้ว ขณะใดที่ไม่ใช่ทาน ไม่ใช่ศีล ไม่ใช่การอบรมเจริญภาวนาเพื่อขัดเกลากิเลส ซึ่งเป็นความสงบของจิต หรือไม่ใช่เป็นการระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ ขณะนั้นจิตย่อมเป็นอกุศล



และท่านที่ทราบ ว่า ในวันหนึ่ง ๆ ย่อมมีอกุศลจิตมากกว่ากุศลจิต แต่ว่าท่านรู้ลักษณะของอกุศลธรรมประเภทใดบ้าง ปกติธรรมดาทุกท่านก็จะรู้ลักษณะของจิตที่ประกอบด้วยโทสะซึ่งเป็นโทสมูลจิต ขณะใดที่เกิดความไม่แช่มชื่น ชุ่นใจ ชัดเคืองใจ รำคาญใจ ไม่พอใจแม้เพียงเล็กน้อย ขณะนั้นท่านรู้ใช่ไหมว่า ไม่สุข ไม่สงบ ในความรู้สึกของท่าน ท่านกล่าวว่า ขณะนั้นไม่สุข ไม่สงบ เพราะฉะนั้น ท่านก็สามารถรู้ลักษณะของโทสะเจตสิกซึ่งเกิดกับจิต ซึ่งจิตในขณะนั้นเป็นโทสมูลจิต

แต่ถ้าขณะใดที่จิตไม่ใช่โทสมูลจิต จะทราบลักษณะของอกุศลจิตที่เป็นโลภมูลจิตไหม ขณะใดที่ไม่ใช่กุศล ขณะนั้นย่อมเป็นอกุศล และถ้าขณะใดไม่ใช่โทสมูลจิต ขณะนั้นย่อมเป็นโลภมูลจิต หรือโมหมูลจิต เพราะฉะนั้น ท่านรู้จักลักษณะของโทสมูลจิต เพราะว่า เป็นสภาพที่หยาบกระด้าง และก็ไม่เกิดบ่อย และเวลาที่เกิด ความรู้สึกชุ่นเคืองบ้าง รำคาญบ้าง ชัดเคืองบ้าง ไม่พอใจบ้าง ท่านก็รู้ในลักษณะอาการนั้น แต่ในวันหนึ่ง ๆ ถ้าเอาโทสมูลจิตออกไป พอที่จะบอกได้ไหมว่า ขณะไหนเป็นกุศลจิต ขณะไหนเป็นอกุศลจิตซึ่งเป็นโลภมูลจิตและโมหมูลจิต

ถ้าเป็นโทสะ เราก็ทราบโดยเวทนา ว่าไม่ยินดี ไม่พอใจ แต่ถ้าเป็นอุเบกเวทนา หรือว่าโสมนัสเวทนา ยากแก่การที่จะรู้ได้ และสำหรับโลภมูลจิตก็เกิดบ่อย เกิดมาก เหลือเกินทั้งทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ แผ่ซ่านไปในอารมณ์ทั้งปวง ไม่ว่าอารมณ์ใด ๆ ทั้งสิ้น ย่อมเป็นที่ตั้งของโลภะ คือความยินดีพอใจได้ทั้งหมด เพราะฉะนั้น จึงควรที่จะสังวรระวังอย่างยิ่ง สิ่งที่ท่านเคยพอใจ เข้าใจว่าสงบ ควรที่จะได้รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า ขณะนั้นเป็นความสงบจริงหรือเปล่า หรือว่าเป็นโลภมูลจิต

ถ้าจะพิจารณาลักษณะของโลภะตามที่ได้ศึกษาก็ทราบว่า เป็นสภาพขณะที่กำลังพอใจ กำลังเพลิดเพลิน กำลังยินดี กำลังต้องการในสิ่งหนึ่งสิ่งใด ซึ่งในวันหนึ่ง ๆ มีเป็นปกติ ขณะที่กำลังจะอ่านหนังสือพิมพ์ ขณะนั้นถ้าสติเกิดจะรู้ว่า เป็นจิตอะไร มีความต้องการเกิดขึ้นเป็นปกติธรรมดาในชีวิตประจำวัน ถึงแม้ว่าไม่ใช่ขณะที่จะอ่านหนังสือพิมพ์ก็ตาม จะพูด จะคิด จะทำสิ่งหนึ่งสิ่งใด ย่อมไม่พ้นไปจาก



ความปรารถนา ความต้องการ คือ โลกมุขจิต เพราะฉะนั้น ลักษณะของโลภะนี้ถ้าสังเกตพิจารณาจริง ๆ ก็ยังรู้สึกตัวว่า ขณะนั้นเป็นโลภะ

แต่สำหรับโมหเจตสิก ซึ่งเป็นสภาพที่ไม่รู้ หลงไป ไม่สามารถที่จะเป็นกุศลในขณะนั้นได้ เป็นสภาพธรรมที่ยิ่งละเอียดกว่าโลภะและโทสะ เพราะว่าขณะใดก็ตามที่จิตเป็นโทสะหรือเป็นโลภะ ขณะนั้นต้องมีโมหเจตสิกเกิดร่วมด้วย เป็นสภาพที่ไม่รู้ในลักษณะของสิ่งที่ปรากฏ เพราะฉะนั้น เวลาที่ความรู้สึกของท่านเป็นความรู้สึกเฉย ๆ ก็ควรที่จะได้สังวรพิจารณาโดยละเอียดว่า ขณะนั้นสงบ เป็นกุศล หรือว่าเป็นอกุศล ซึ่งเป็นโมหมุขจิต

เรื่องของการอบรมเจริญความสงบที่เป็นสมถภาวนา เป็นเรื่องที่จะละเอียดจริง ๆ ซึ่งท่านควรจะพิจารณาโดยละเอียดรอบคอบ พร้อมทั้งศึกษาลักษณะสภาพของจิตที่กำลังปรากฏในขณะนั้นจนเป็นปัญญาที่รู้ว่า ขณะนั้นเป็นกุศลหรือเป็นอกุศล จึงจะเจริญความสงบได้

เพราะฉะนั้น ท่านที่ใคร่จะอบรมเจริญกุศลขั้นต่อไป คือ ไม่ใช่เพียงขั้นทานและขั้นศีล แต่ต้องการที่จะขัดเกลาจิตใจด้วยการอบรมเจริญกุศลที่เป็นสมถภาวนาและวิปัสสนาภาวนา จะต้องเป็นผู้ที่ประกอบด้วยปัญญาในลักษณะสภาพของจิตในขณะนั้น จึงจะอบรมเจริญกุศลที่เป็นภาวนา คือ สมถภาวนา หรือวิปัสสนาภาวนาได้

ไม่ใช่ที่ท่านผู้หนึ่งผู้ใดที่ไม่ได้ฟังธรรม ไม่รู้เรื่องความละเอียดของจิต และไม่รู้ลักษณะของจิตซึ่งต่างกันเป็นกุศลและอกุศล จะเจริญความสงบของจิตได้

ถ้ามีใครบอกให้ท่านนั่งจตจ้องที่อารมณ์หนึ่งอารมณ์ใด ในขณะนั้น ท่านคิดว่าจะเป็นหนทางที่จะทำให้จิตสงบไหม หรือว่าจะเป็นหนทางที่ทำให้จิตตั้งมั่นในอารมณ์นั้นเป็นสมาธิได้ไหม แต่นั่นไม่ใช่กุศล ไม่ใช่สมถภาวนา เพราะว่าขณะนั้นจิตไม่ใช่กุศลจิตที่เป็นความสงบ

ความสงบที่จะมีได้ ที่จะเป็นสมถภาวนานั้น ต้องเกิดเพราะปัญญาในลักษณะของความสงบ ซึ่งต่างกับขณะที่เป็นอกุศล



มีหลายท่านซึ่งคงจะได้เจริญสมาธิมาแล้ว และคิดว่าขณะนั้นเป็นสมถภาวนา แต่ว่าปัญญารู้อะไรในขณะนั้นจึงจะสงบ จึงจะเป็นสมถภาวนา ถ้าขณะนั้นไม่ได้รู้อะไรเลย จะเป็นความสงบไม่ได้ และการที่จะรู้ ต้องรู้ลักษณะของจิตตามความเป็นจริงของท่าน ไม่ใช่ของบุคคลอื่น

เพราะฉะนั้น การเจริญสมถภาวนา ไม่ใช่ว่าอ่านวิสุทธิมรรค หรือพระไตรปิฎก และก็รู้ว่า อารมณ์ซึ่งเป็นที่ตั้งของสมถภาวนานั้นมีอะไรบ้าง เพียงอ่านแล้วก็ไปใช้อารมณ์นั้น เช่น รู้ว่าอารมณ์ของสมถภาวนานั้น ได้แก่ กสิณ ๑๐ ท่านก็จะไปดู ไปจ้องที่กสิณ และคิดว่าจิตจะสงบขึ้น นั่นเป็นสิ่งที่เป็นไปได้เลย จิตอาจจะเป็นสมาธิ แต่ไม่ใช่กุศลจิตซึ่งเป็นความสงบ เพราะฉะนั้น ความสงบไม่ใช่อยู่ที่อารมณ์ คือ ไม่ใช่อยู่ที่กสิณ ไม่ใช่ว่าใครก็ตามจะไปดู ไปจ้องที่กสิณและจะสงบทุกคน ไม่ใช่อย่างนั้น

แต่ว่าบุคคลใด มีปัญญารู้เหตุที่จิตสงบ เพราะระลึกอยู่ที่กสิณซึ่งเป็นอารมณ์ในขณะนั้นด้วยปัญญา และรู้ลักษณะสภาพของจิตที่สงบจริง ๆ ในขณะนั้น ที่เป็นกุศลเมื่อจิตเป็นกุศล ก็รู้ในลักษณะที่สงบของจิตซึ่งเป็นกุศล และความสงบนี้เพิ่มขึ้น เพราะระลึกอยู่ที่อารมณ์ที่ทำให้จิตสงบได้นาน

เพราะฉะนั้น ความสงบที่ประกอบด้วยสมาธิที่ตั้งมั่น เพิ่มขึ้น และปรากฏด้วยสติสัมปชัญญะสมบูรณ์ตามปกติ และก็มีความรู้ชัดพร้อมกับความสงบยิ่งขึ้นในอารมณ์นั้น จึงจะเป็นการเจริญสมถภาวนา

การอบรมเจริญภาวนา ต้องเป็นไปด้วยสติสัมปชัญญะสมบูรณ์ ไม่ว่าจะเป็นสมถภาวนา ซึ่งระลึกถึงลักษณะของอารมณ์ที่เป็นสมถกัมมัฏฐานอารมณ์ใด ๆ ก็ตาม ลักษณะของจิตที่สงบที่เป็นกุศล ต้องพร้อมด้วยสติสัมปชัญญะสมบูรณ์ อย่างในขณะนี้ ตามธรรมดา

ขณะนี้ จิตของผู้ที่ได้ฟังธรรม และไม่ได้รู้ความต่างกันของกุศลจิตและอกุศลจิตย่อมมีปัจจัยที่จะเป็นอกุศลเรื่อย ๆ ตามปกติ แต่ผู้ที่ประกอบด้วยสติสัมปชัญญะสมบูรณ์อย่างนี้ แทนที่จะเป็นอกุศลจิต เพราะปัญญาที่รู้ลักษณะที่ต่างกันของกุศลจิต



และอกุศลจิตและมีปัญญาเหตุที่จิตจะสงบเป็นปัจจัย ทำให้จิตในขณะนี้สงบเป็นกุศล เป็นสมณะ แทนที่จะเป็นอกุศล ตามปกติอย่างนี้ทีเดียว

ถึงแม้ว่าท่านผู้นั้นจะมีเวลาว่าง และก็มีสถานที่ที่เหมาะสมแก่การที่จะเจริญ ความสงบยิ่งขึ้น เช่น ในสถานที่ที่สงบเงียบ เช่น เรือนว่าง หรือว่าในป่าเขาถ้ำนาไพร ไต ๆ ก็ตาม ผู้ที่อบรมเจริญสมถภาวนาในขณะนั้น ก็พร้อมด้วยสติสัมปชัญญะ สมบูรณ์อย่างในขณะนี้ ไม่มีอาการผิปกติ ไม่มีอาการที่จะมีปรากฏการณ์แปลก ๆ เกิดขึ้น และก็มี ความสงสัย มีความไม่เข้าใจ มีความไม่รู้ว่า ขณะนั้นสภาพนั้นเกิด ปรากฏขึ้นได้อย่างไร ซึ่งถ้าเป็นไปในลักษณะนั้นแล้ว ไม่สงบแน่นอน และไม่ใช้การ เจริญสมถภาวนา

เพราะฉะนั้น การเจริญสมถภาวนา คือ การอบรมเจริญกุศลซึ่งเป็นความสงบ ในขณะที่สติสัมปชัญญะสมบูรณ์ตามปกติ และต้องมีปัญญาที่รู้ว่า ทำอย่างไรจิตจึงจะ สงบเป็นกุศล





๗๒๘



ส. ใครที่จะเรียนถามท่านผู้ฟัง ซึ่งส่วนมากอาจจะเคยเจริญสมาธิโดยระลึก  
รู้ลมหายใจ เพราะดูเหมือนว่าอานาปานสติสมาธิจะแพร่หลายมาก กว้างขวางมาก  
เป็นอารมณ์ที่ปฏิบัติกันทั่ว ๆ ไป แต่ตามความเป็นจริงแล้ว อานาปานสติเป็นอารมณ์  
ของมหาบุรุษ เช่น พระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า พระปัจเจกพุทธเจ้า และพระสาวก  
ทั้งหลาย ซึ่งบุคคลในยุคนี้สมัยนี้มีปัญญาเทียบไม่ได้เลยกับบุคคลในสมัยก่อน แต่ดู  
เสมือนว่าใคร ๆ ก็ไปให้จิตจดจ่ออยู่ที่ลมหายใจ และก็เป็นอานาปานสติสมาธิกันได้  
ทั้งหมด จะเป็นความจริงได้อย่างไร ในเมื่ออานาปาน คือ ลมหายใจ ซึ่งเป็นอารมณ์  
ที่ละเอียดมาก สุขุม ประณีต

โดยสภาพตามความเป็นจริง ลมหายใจ คือ ใญฐัพพารมณ คือ สภาพธรรม  
ที่กระทบสัมผัสทางกาย แต่ว่าละเอียดประณีต เพราะเป็นลมที่เกิดจากจิต ซึ่งถ้าไม่ได้  
ศึกษาโดยละเอียด ท่านจะไม่ทราบเลยว่า ในขณะที่ต้องการจดจ่อที่ลมหายใจนั้น  
เป็นจิตประเภทใด

ขอให้เทียบเคียงว่า ตามธรรมดาของใญฐัพพะ คือ รูปเย็น ร้อน อ่อน แข็ง  
ตึง ไหว ที่กระทบกาย เป็นที่ตั้งของความยินดีหรือไม่ อารมณ์ทั้งหลายที่ปรากฏทาง  
ตาก็ดี ทางหูก็ดี ทางจมูกก็ดี ทางลิ้นก็ดี ทางกายก็ดี เป็นที่พอใจ ปราศจาก  
เพิลิดเพลิด ยินดี ต้องการหรือไม่ รูป เสียง กลิ่น รส ใญฐัพพะ มีใครบ้างที่ไม่  
ต้องการ ตามธรรมดา และลมหายใจก็คือใญฐัพพะชนิดหนึ่งเท่านั้น ในเมื่อใจของ  
ทุกคนปราศจากในรูป เสียง กลิ่น รส ใญฐัพพะอยู่แล้ว เวลาที่ลมหายใจปรากฏ ซึ่ง  
ลมหายใจก็เป็นใญฐัพพะชนิดหนึ่ง เช่นเดียวกับใญฐัพพะที่กระทบกาย เย็น ร้อน  
อ่อน แข็ง ตึง ไหว จิตในขณะนั้นจะไม่พอใจ จะไม่ยินดีในใญฐัพพะที่เป็น  
อานาปานะตามปกติตามธรรมดาหรือ เพราะว่าลมหายใจก็เป็นใญฐัพพะ





เพราะฉะนั้น เวลาที่ท่านต้องการจดจ้องอยู่ที่ลมหายใจ เป็นความต้องการ เหมือนกับที่ท่านต้องการโงฐัพพะที่กระทบกาย เย็นร้อน อ่อนแข็ง ตึงไหวอื่น ๆ หรือไม่ ลักษณะของความต้องการละเอียดมาก แทบจะไม่รู้ว่า ขณะนั้นเป็นความต้องการแล้ว ซึ่งปัญญาจะต้องรู้ในขณะนั้นว่า ต่างกันหรือเหมือนกันกับความต้องการในโงฐัพพะที่กำลังกระทบที่กาย

การอบรมเจริญสมถภาวนา ไม่ใช่ว่ามีลมหายใจ อ่านเรื่องลมหายใจ อานาปานะ และก็จะไปเจริญสมถภาวนาเกิดความสงบเวลาที่จดจ้องที่ลมหายใจได้

สภาพของจิตขณะที่ต้องการจดจ้องที่ลมหายใจและขณะที่กำลังรู้ที่ลมหายใจ กับขณะที่กำลังจดจ้องหรือว่ารู้ที่โงฐัพพะที่กำลังปรากฏที่หนึ่งใดในขณะนี้ เหมือนกัน หรือว่าต่างกันอย่างไร

ถ้าปัญญาไม่รู้ จะเจริญความสงบได้อย่างไร เพราะปกติก็มีความต้องการในโงฐัพพะอยู่แล้ว และลมหายใจก็เป็นโงฐัพพะชนิดหนึ่ง ซึ่งเมื่อมีความต้องการเกิดขึ้น ก็เป็นที่ตั้งของความยินดีแล้ว เพราะฉะนั้น ขณะนั้นจะสงบหรือ ที่ว่าจดจ้องแล้วสบาย

ถ. ขณะนั้นไม่รู้ ไม่มีปัญญา ไม่รู้จริง ๆ รู้อย่างเดียวว่า เมื่ออ่านในหนังสือ แล้วก็นำไปปฏิบัติ นั่งขัดสมาธิ นั่งพับเพียบ และระลึกรู้ลมหายใจเข้าออก ซึ่งบางครั้งก็บังเอิญจิตสงบได้

ส. ไม่อยากให้ใช้คำว่า สงบ สมาธิกับสงบนี้ต่างกัน สงบต้องเป็นขณะที่ปราศจากโลกะ โทสะ โมหะ และปัญญารู้ในสภาพความสงบของจิต ต้องมีปัญญาเกิดในขณะนั้น ซึ่งเป็นความรู้ชัดพร้อมสัมปชัญญะสมบูรณ์ว่า จิตในขณะนั้นสงบเพราะอะไร สำคัญที่สุด คือ รู้เหตุว่าขณะนั้นสงบเพราะอะไร

ถ้าท่านผู้หนึ่งผู้ใดกระทบสัมผัสโงฐัพพะ ซึ่งไม่ใช่ลมหายใจที่หนึ่งใดก็ได้ จะรู้ได้ไหมว่า จิตสงบหรือไม่สงบ ถ้าไม่รู้ เจริญสมถภาวนาไม่ได้ ถ้าจิตจะเป็นกุศลแทน โลกมุขจิตซึ่งเป็นอกุศลตามปกติ จะต้องมีปัญญาที่รู้ว่า เหตุอะไรเป็นปัจจัยให้จิตสงบ ในขณะที่กำลังระลึกที่โงฐัพพะ



เพราะฉะนั้น ก่อนที่จะเจริญสติปัฏฐาน ท่านไปทำสมาธิ และเข้าใจว่า เจริญสมถภาวนา ใช้คำว่าสมถภาวนา ซึ่งไม่ถูก เพราะขณะนั้นไม่ประกอบด้วย ปัญญาที่รู้ลักษณะของจิตที่สงบ เมื่อจิตไม่สงบจะรู้ลักษณะของจิตที่สงบได้อย่างไร

ถ้าขณะนี้จิตเป็นโลภะ จะไปรู้ลักษณะที่สงบไม่ได้ เพราะจิตที่สงบไม่ได้เกิดขึ้น ปรากฏให้รู้ในลักษณะอาการของความสงบของจิต เพราะฉะนั้น ก่อนอื่นต้องศึกษา ก่อนว่า จิตที่สงบเป็นกุศลขณะใด และจิตที่ไม่สงบเป็นอกุศลขณะใด

ขณะใดที่ไม่ใช่ทาน ไม่ใช่ศีล ไม่ใช่ภาวนา ขณะนั้นเป็นอกุศล ถ้าไม่พูดถึง วิบากจิต ซึ่งเป็นการเห็น การได้ยิน การได้กลิ่น การลิ้มรส การรู้สิ่งที่กระทบสัมผัส แต่โดยทั่วไป เมื่อเห็นแล้ว ได้ยินแล้ว ได้กลิ่นแล้ว ลิ้มรสแล้ว รู้สิ่งที่กระทบสัมผัสแล้ว ก็จะเกิดโลภมูลจิตบ้าง โทสมูลจิตบ้าง โมหมูลจิตบ้าง ถ้าขณะนั้นไม่เป็นกุศล คือ ไม่ใช่ทาน ไม่ใช่ศีล ไม่ใช่การอบรมภาวนา ซึ่งจะต้องเป็นไปได้ด้วยปัญญาเท่านั้น สำหรับการอบรมเจริญภาวนา

เพราะฉะนั้น ถ้าผู้ใดไม่มีการศึกษาให้เข้าใจ ก็ไม่สามารถจะเจริญภาวนาทั้งที่เป็นสมถภาวนา และวิปัสสนาภาวนาได้

ถ. การเจริญสมาธิทั่วๆ ไป บางคนก็ใช้คำว่า พุทโธ เป็นอารมณ์ หรือใช้คำว่า สัมมามอหัง

ส. ขอให้ท่านผู้ฟังพิจารณาว่า ความสงบอยู่ที่อารมณ์ หรือว่าความสงบอยู่ที่ปัญญาที่รู้สภาพของจิต เช่น คำว่า พุทโธ คนที่ไม่มีศรัทธาเลื่อมใสในพระผู้มีพระภาคก็กล่าวคำนี้ได้ เด็กตัวเล็กๆ ชาติไหน ภาษาไหน ก็เอ่ยคำนี้ได้ทั้งนั้น แต่จิตของผู้ที่กล่าวคำนั้นสงบหรือไม่ เพราะฉะนั้น ความสงบของจิตไม่ได้อยู่ที่อารมณ์ แต่อยู่ที่ปัญญาที่รู้วิธีที่จิตจะสงบในขณะนั้นว่า เพราะอะไรจึงสงบ

อย่างที่ท่านกราบพระสวดมนต์เมื่อสักครู่นี้ มีท่านผู้หนึ่งผู้ใดศึกษาลักษณะของจิตในขณะนั้นบ้างหรือไม่ว่า สงบหรือไม่สงบ หรือว่าเหมือนเดิม เพียงแต่กล่าวคำซึ่งเป็นบทสวดมนต์เท่านั้น ลักษณะของจิตนี้ต่างกัน ขอให้ศึกษาจริง ๆ แล้วจะทราบว่า ขณะนั้น บางท่านหวั่นไหวไปก็ได้ ไม่สงบ เพราะว่าบางทีเสียงของท่านอาจจะไม่



เหมือนเสียงของคนอื่น เพราะขาดการอบรมที่จะกล่าวให้ถูกต้องตามวิธีนั้น จิตของท่านก็หวั่นไหวไปแล้ว หรือว่าอาจจะมีกุศลจิตเกิดแทนที่จะเป็นกุศลจิตก็ได้

ลักษณะของจิตที่สงบ ถ้าไม่มั่นคง ก็ยากที่จะปรากฏให้รู้ได้ว่า ขณะนั้นสงบ เช่น ในขณะที่ให้ทาน มีกุศลเจตนาที่ให้ ในขณะที่นั้นต้องสงบ เพราะว่าเป็นกุศล แต่ว่ามีที่ท่านที่จะสังเกตรู้ลักษณะความสงบของกุศลจิตในขณะที่ให้ เพราะถ้าไม่ประกอบด้วยปัญญาแล้ว แม้กุศลเจตนาจะเกิดขึ้น ก็เพียงเล็กน้อย และอกุศลก็ครอบงำอย่างรวดเร็ว มีเจตนาให้เพียงนิดเดียว ซึ่งบางท่านก็สงสัยว่าเป็นกุศลหรือเปล่าด้วยซ้ำ ไม่แน่ใจว่าขณะที่ให้นั้นเป็นกุศล เพราะให้เนื่องจากรำคาญบ้าง หรือให้เพราะเหตุอื่น ๆ บ้าง แต่ถึงจะรำคาญแล้วไม่ให้ก็มี แต่เมื่อใดที่รำคาญแล้วให้ ขณะที่ให้ก็ยังเป็นกุศลเจตนา แต่น้อยมากจนไม่ปรากฏลักษณะของความสงบให้รู้ว่าเป็นกุศลที่ปราศจากโลภะ โทสะ โมหะ

แต่ถ้าท่านผู้ใดมีปัญญา สังเกตรู้ลักษณะของกุศลจิต ไม่ว่าจะเป็นไปในทาน หรือเป็นไปในศีล หรือเป็นไปในทางกาย ทางวาจา เป็นการอ่อนน้อม เป็นการเคารพผู้ที่ควรเคารพ เป็นการเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ รู้ลักษณะของความสงบของจิตซึ่งเป็นปัจจัยให้เกิดการกระทำกุศลทางกายทางวาจาได้ ก็สามารถจะอบรมเจริญกุศลพร้อมด้วยความสงบยิ่งขึ้น

ถ. ขณะที่ปฏิบัติตามตำราไปตามลำพัง บางครั้งจิตเป็นสมาธิ ก็รู้สึกเป็นสุข ชอบใจ มีโลภะ แต่เมื่อมาเจริญสติปัฏฐานอย่างที่อาจารย์สอน จิตสงบได้โดยไม่ต้องไปนั่งสมาธิ คือ ขณะที่มึนตึ๋นระลึกได้มาก ๆ จิตก็ได้รับความร่มเย็นเพิ่มขึ้นตามลำดับ นี่ก็เป็นสมาธิที่ประกอบด้วยปัญญา จิตก็สะอาด เบา ไม่ต้องไปนั่งนาน ๆ เหมือนกับที่เคยจดจ้องอยู่โดยปราศจากปัญญา

สุ. เพราะฉะนั้น ความมึนหมาย ไม่ควรจะเป็นสมาธิ แต่ควรจะเป็นความสงบของจิต และเมื่อความสงบเพิ่มขึ้น ถ้ามีปัจจัยที่จะทำให้ความสงบนั้นตั้งมั่นอยู่ได้นาน ประกอบด้วยสมาธิพร้อมด้วยสัมปชัญญะบริบูรณ์ ผู้นั้นจะรู้ได้ตามความเป็นจริงว่า ความสงบนี้เพิ่มขึ้น และเป็นความสงบจริง ๆ



สภาพที่ปราศจากโลภะ โทสะ โมหะ ขณะนั้นเป็นกุศล เป็นสภาพที่ผ่องใส ซึ่งเป็นความสงบ ปราศจากอกุศล และประกอบด้วยสมาธิที่มั่นคงขึ้นทีละเล็กทีละน้อย ไม่จำเป็นที่ท่านจะไปต้องการสมาธิ โดยที่ไม่ประกอบด้วยปัญญา และไม่ใช่ว่าความสงบ

ถ. คนที่ยังไม่ได้เจริญสติ และจะปฏิบัติเจริญสมถภาวนา มีหนทางใด อูบายแบบคายอย่างไหนบ้าง

สุ. ต้องมีปัญญาที่จะรู้ว่า ขณะนั้นเป็นกุศลหรืออกุศล ซึ่งความรู้ขั้นนี้ยังไม่ใช่สติปัญญา หรือวิปัสสนาภาวนา เพราะว่ายังเป็นเรา ไม่ใช่เป็นสภาพธรรมซึ่งไม่ใช่ตัวตน สัตว์ บุคคล

ก่อนการตรัสรู้ของพระผู้มีพระภาค มีผู้ที่อบรมเจริญความสงบ เพราะเป็นผู้ที่เห็นอกุศลตามความเป็นจริงว่าเป็นอกุศล แต่ไม่รู้ว่าตนเป็นอนัตตา ไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล คือ รู้ตามความเป็นจริงว่า ขณะใดจิตเป็นกุศลหรือจิตเป็นอกุศล แต่ยังมีตัณหาในกุศลจิตและอกุศลจิตนั้นว่าเป็นเรา หรือว่าเป็นของเรา

เพราะฉะนั้น จะเห็นได้ว่า ในองค์ของฌานตั้งแต่ปฐมฌานเป็นต้นไป ผู้นั้นมีปัญญารู้ว่า ฌานจิตประกอบด้วยวิตก วิचार ปีติ สุข เอกัคคตา รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า วิตกเจตสิกเป็นวิตกเจตสิก แต่ยึดถือว่าเป็นเรา ยังไม่เข้าถึงสภาพธรรมซึ่งไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล แต่ว่าปัญญารู้ชัดในลักษณะของวิตก ของวิचार ของปีติ ของสุข ของเอกัคคตา ซึ่งเป็นองค์ของปฐมฌาน จนกระทั่งเห็นโทษของวิตก จึงอบรมความสงบให้ยิ่งขึ้นที่จะละวิตกให้เหลือแต่เพียงวิचार ปีติ สุข เอกัคคตา

แต่ว่าลักษณะของวิตกและวิचारนี้ใกล้เคียงกันมาก เพราะฉะนั้น ก็ละพร้อมกันทั้งวิตกและวิचारสำหรับทุติยฌาน โดยนัยของจตุกกนัย คือ ฌาน ๔ เพราะฉะนั้น ฌานที่ ๒ ก็ปราศจากทั้งวิตกและวิचार มีแต่เพียงปีติ สุข เอกัคคตา

แต่ไม่ใช่หมายความว่า ท่านเหล่านั้นไม่รู้ลักษณะของสภาพธรรม รู้ แต่ยึดถือว่าเป็นเรา เป็นของเรา เพราะว่าไม่ใช่สติปัญญา ท่านรู้ลักษณะของอกุศลจิตที่เป็นโทสมูลจิต รู้ลักษณะของโลภมูลจิต รู้ลักษณะของอกุศลธรรม แต่ว่ายึดถือสภาพ



ธรรมนั้น ๆ เป็นเราตราบใดที่ยังไม่ใช้การเจริญสติปัฏฐาน ซึ่งจะเป็นการรู้ชัดในลักษณะของสภาพธรรมโดยไม่ใช้ตัวตน ไม่ใช้สัตว์ ไม่ใช่มนุษย์

ไม่ว่าใครก็ตามที่หยิบหนังสือมาอ่าน และไม่รู้อะไร ก็จะไปจดจ้องที่อารมณ์ของสมถะและเข้าใจว่าเป็นความสงบ แต่จิตที่สงบไม่ได้อยู่ในหนังสือ ขณะนี้ เดียวนี้ปัญญาต้องสามารถที่จะรู้ได้ว่าสงบหรือไม่สงบ และเพราะอะไรด้วย ถ้าไม่มีเหตุผลจะอาศัยอะไรเป็นเหตุให้ความสงบมั่นคงขึ้น เพราะไม่รู้เหตุของความสงบนั้นว่าสงบเพราะอะไร แต่ถ้ารู้เหตุว่าจิตสงบเพราะอะไร เป็นปัญญาที่รู้ จึงเจริญความสงบให้มั่นคงขึ้นได้

การเจริญสมถภาวนานั้นเป็นปัญญาขั้นที่รู้ความต่างกันของกุศลจิตและอกุศลจิต จึงสามารถที่จะเจริญกุศลซึ่งเป็นความสงบของจิตได้ แต่ไม่สามารถที่จะละความยึดถือว่า เป็นสัตว์ เป็นบุคคล เป็นตัวตนได้

ถ. เมื่อก่อนผมก็เข้าใจว่า การเจริญกุศลคือการเจริญสมถะที่ถูกต้องอาศัยเพ่งเทียน และก็หลับตา เมื่อเพ่งจนชำนาญ ๆ เข้า จิตก็ไปจดจ้องอยู่ที่แสงนั้น อากาณเฑาะฏนอกเป็นต้นว่า ยุ้งกวด มดกวด เมื่อยขบ จะไม่มีความรู้สึกเลย จิตไปสงบนิ่งอยู่ที่แสงอย่างนั้นแหละ ความเข้าใจเดิมผมเข้าใจว่า สำเร็จแล้วกรรมมัง เพราะบางทีนั่งได้ทั้งคืนไม่รู้สึกเมื่อย แม้ยุ้งจะกวด หรืออะไรก็ไม่มีความรู้สึกเลย คิดว่าตัวเองเป็นผู้วิเศษ แต่เมื่อเราออกมาแล้วก็รู้สึกเมื่อย เป็นทุกข์ มีความปวด ความไม่สบายใจเกิดขึ้น ข้าออกมาข้างนอก เจริญพาทีก็ยังมีโกรธ มีโลภ ต่อเมื่อมาฟังอาจารย์แล้วตรงกันข้ามเลย คนละอย่าง คนละทาง

สุ. ขอให้ย้อนมาเป็นปกติ อย่างขณะนี้ ตามธรรมดา ตามปกติอย่างนี้ อย่างพิเศษทั้งหลายทิ้งไปให้หมด ถ้าปัญญายังไม่สามารถที่จะรู้จริงในลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏตามธรรมดา ตามปกติ ก็จงอบรมเจริญปัญญา และจะรู้ว่าปัญญานั้นสามารถที่จะรู้ชัดในลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏตามปกติได้ เป็นปัญญาจริง ๆ ที่จะละความต้องการอื่น เพราะถ้ามีอะไรที่ผิดปกติ ดูเหมือนพิเศษ



ก็จะเป็นที่ตั้งของความพอใจทันที และก็มีความต้องการที่จะให้เป็นอย่างนี้อีก ใช่มั้ย  
และจะละได้อย่างไร

ถ. มีความต้องการอยู่อย่างนี้

ส. ก็ล่อต่อไปเรื่อย ๆ เพราะฉะนั้น อารมณ์ของตัณหาหรือโลภะนั้นมีมาก  
ตัณหาหรือโลภะจะปราศไปได้ก็ต่อเมื่อปัญญาเกิดขึ้น รู้ลักษณะของสภาพธรรมตาม  
ความเป็นจริง

ตราบใดที่ปัญญายังไม่เกิด ให้ทราบว่า นายช่างเรือนก็ยังคงแสวงหาอารมณ์ที่  
ต้องการ ที่พอใจอยู่ตลอดเวลา พร้อมกับความรู้ เพราะฉะนั้น จึงต้องถามว่า นั้น  
สงบหรือเปล่า เป็นอะไร เกิดขึ้นได้อย่างไร ซึ่งเป็นลักษณะของความไม่รู้ ไม่ใช่  
ลักษณะของปัญญา





๗๒๙



ส. ถ้าท่านผู้ใดเข้าใจเรื่องของสมาธิแล้ว ซึ่งท่านเคยคิดว่าเป็นความสงบ แต่แท้ที่จริงเป็นเพียงมิจฉาสมาธิ เพราะไม่ใช่ความสงบของจิต เพราะฉะนั้น ท่านก็คงจะไม่สนใจในสมาธิต่าง ๆ เหล่านั้น และก็อบรมความสงบของจิตในขณะนี้ โดยรู้ว่าขณะนี้จิตสงบไหม สงบขั้นใด และเพราะเหตุอะไร

สงบเพราะสติระลึกอยู่ในลักษณะสภาพธรรม ศึกษารู้ในสภาพที่ไม่ใช่ตัวตนของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ หรือว่าสงบเพราะรู้ลักษณะของกุศลจิตที่กำลังสงบด้วยเมตตา ด้วยการระลึกถึงพระพุทธรูปคุณ พระธรรมคุณ พระสังฆคุณ หรือด้วยการระลึกถึงธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม ธาตุไฟ หรือระลึกถึงสี่สัณว์ณะต่าง ๆ ด้วยโยนิโสมนสิการแล้วจิตสงบ ซึ่งเป็นปกติธรรมดา และเป็นความสงบที่แท้จริง เพราะไม่ใช่ความต้องการที่ปรารถนาสิ่งหนึ่งสิ่งใดโดยการไปทำขึ้นและไม่รู้ในสิ่งนั้น ขณะนั้นไม่รู้ แต่ว่าขณะนี้เป็นการสงบเพราะรู้ว่า จะสงบได้ด้วยเมตตา หรือกรุณา หรือมูทิตา หรืออุเบกขา หรือว่าด้วยอารมณ์อื่นของสมถกัมมัฏฐาน เป็นปัญญาที่รู้ว่าการสงบเกิดขึ้นเพราะมนสิการอย่างไรจิตจึงสงบได้ ความสงบอย่างนี้เป็นความสงบจริง ๆ ปรากฏลักษณะของความสงบตามปกติ พร้อมสติสัมปชัญญะสมบูรณ์

ถ. เมื่อก่อนผมติดในรส เช่น เห็นปลาตัวใหญ่ก็คิดว่า เนื้อคงจะอร่อย แม้เราไม่ได้ฆ่า เพราะรักษาศีล ก็ยังนึกอยากจะกิน แต่เดี๋ยวนี้พอเห็นปั๊บเกิดเมตตาว่า นี่ก็เป็นสัตว์ร่วมโลก มีกรรมที่เกิดมาเป็นปลาอย่างนี้ มีความเมตตา ความคิดที่อยากจะกินหรืออยากจะฆ่าก็ไม่มี อย่างนี้จัดเป็นเมตตาไหม

ส. ขณะนั้นสงบ ไม่ใช่ขั้นทาน ไม่ใช่ขั้นศีล แต่เป็นขั้นความสงบของจิต เพราะระลึกด้วยเมตตา เพราะฉะนั้น ขณะนั้นไม่ได้มีความต้องการที่จะให้เกิดอะไรที่พิเศษผิดปกติแปลกประหลาดและก็ไม่รู้ ใช่ไหม แต่เป็นการรู้ชัดพร้อมสติสัมปชัญญะสมบูรณ์





ถ. อย่างนี้จัดอยู่ในสมณะ

ส. เป็นสมณะ แต่ว่ายากที่จะให้ถึงอุปจารสมาธิ หรืออัปปนาสมาธิ

ถ. ยังไม่ต้องถึง เพียงแต่ทำให้มีแนวทางนิด ๆ หน่อย ๆ เพื่อจะได้เป็นทางต่อ ๆ ไปอีกเป็นแสน ๆ กับ ยังดีกว่าวนเวียนอยู่อย่างนี้

ส. ท่านผู้ฟังไม่มีความต้องการที่จะให้มีความสงบมั่นคงถึงอุปจารสมาธิ อัปปนาสมาธิ เป็นการถูกต้อง เพราะยากที่จะถึงได้

ถ้าศึกษาโดยตลอดจะเห็นว่า กว่าจิตจะสงบเป็นอุปจารสมาธิ อัปปนาสมาธิได้ นี่แสนยาก ในร้อยคน พันคน หมื่นคนที่จะเกิดอุคคหนิमितซึ่งเป็นเครื่องหมายความสงบของจิตที่ประกอบพร้อมด้วยสมาธิที่มั่นคงในขณะนั้นก็ยาก และกว่าจะให้ถึงปฏิภาคนิมิต ซึ่งใกล้ที่จะถึงฌานจิต ก็แสนที่จะยากอีก ซึ่งในขณะเหล่านั้น ถ้าเป็นผู้ที่มีปกติอบรมเจริญสติปัฏฐาน จะสามารถรู้ชัดในลักษณะของนามธรรมและรูปธรรมยิ่งขึ้น และแทนที่จะมีความปรารถนาเพียงให้จิตสงบ ถ้าเป็นผู้ที่เจริญสติปัฏฐานไม่ว่าจิตขณะนั้นจะเป็นกุศลหรืออกุศลอย่างไร ก็ไม่ยึดถือว่าเป็นสัตว์ เป็นบุคคล เป็นตัวตนทั้งสิ้น

เพราะฉะนั้น ในครั้งที่พระผู้มีพระภาคยังไม่ปรินิพพาน พระอริยสาวกซึ่งบรรลुकุณธรรมเป็นพระอริยเจ้าโดยไม่ได้บรรลุถึงฌานจิต จึงมีมากกว่าพระอริยสาวกซึ่งบรรลุดฌานด้วย ยิ่งในยุคนี้สมัยนี้ ท่านผู้ฟังที่ศึกษาเรื่องฌานจิตจริง ๆ จะเห็นได้ว่า เป็นการบรรลุที่ยากมาก เพราะฉะนั้น จึงควรเจริญอบรมปัญญาที่จะรู้แจ้งอริยสัจธรรมเป็นพระอริยเจ้า โดยไม่คำนึงถึงว่าต้องให้บรรลุฌานจิต

ถ. มีสติรู้กาย รู้เวทนา รู้จิต รู้ธรรม ถึงจะมีไม่ตลอด มีบ้างเล็กน้อย ๆ ยังไม่ถึงขั้นปัญญา ถ้าปัญญาจริง ๆ ต้องไม่ยึดถือสิ่งเหล่านี้ว่า เป็นตัวตน บุคคล เรา เขา อย่างนั้นใช่ไหม

ส. ไม่ยึดเฉย ๆ เอาเองไม่ได้ แต่ต้องเกิดปัญญาที่รู้ชัดในลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏตามปกติตามความเป็นจริงยิ่งขึ้น จนกว่าจะดับความยึดถือหรือความเห็นผิดในสภาพธรรมว่า เป็นตัวตน เป็นสัตว์ เป็นบุคคลได้





ถ. ที่อาจารย์กล่าวว่า การเจริญวิปัสสนาให้รู้สภาพธรรมที่กำลังปรากฏว่า ไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน ขอให้อาจารย์ขยายความว่า ธรรม เป็นอย่างไร

สุ. กำลังลืมตา สภาพธรรมปรากฏแล้ว หลับตาลง สภาพธรรมที่ปรากฏทางตาในขณะที่ลืมตาก็ไม่ปรากฏแล้ว นี่คือความจริง หรือไม่จริง

เพราะฉะนั้น จึงศึกษารู้ลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏตามความเป็นจริงของสภาพธรรมนั้น ๆ ว่า ถ้าเป็นสิ่งที่ปรากฏทางตา ก็หาใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน วัตถุสิ่งหนึ่งสิ่งใดไม่ ตามความเป็นจริง เป็นแต่เพียงสิ่งที่ปรากฏทางตาเท่านั้นเอง แต่ก็ยากเหลือเกินที่จะถ่ายทอดจนละคืนความเห็นผิดในสิ่งที่ปรากฏทางตาว่า เป็นบุคคลนั้น บุคคลนี้ สิ่งนั้นสิ่งนี้ออกได้ แต่ให้น้อมระลึกถึงความจริงอยู่เสมอว่า สิ่งที่ปรากฏทางตาเป็นเพียงสิ่งที่ปรากฏทางตาเท่านั้น หลับตาแล้ว ความจริงคือไม่มีสิ่งที่ปรากฏทางตาปรากฏอีก ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย โดยนัยเดียวกัน

ถ. ผมชอบเจริญสติปัฏฐาน เพื่อฝึกตนให้รู้ ว่า ไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน ได้ยินก็เพียงได้ยิน เห็นก็เพียงเห็น แต่ผู้ฟังท่านอื่น ๆ อาจจะเข้าใจ เพราะฉะนั้น ขอความกรุณาอาจารย์ช่วยอธิบายเน้นว่า สมาธิก็อย่างหนึ่ง สมถะก็อย่างหนึ่ง และเจริญสติปัฏฐานก็อีกอย่างหนึ่ง

สุ. สมาธิ เป็นความตั้งมั่นคงที่อารมณ์หนึ่งอารมณ์ใด ได้แก่ เอกัคคตาเจตสิก ซึ่งเกิดกับจิตทุกดวง ทำให้จิตรู้ในอารมณ์หนึ่ง ทีละหนึ่งเท่านั้นในขณะที่ทางตาที่กำลังเห็นจะได้ยินด้วยไม่ได้ เอกัคคตาเจตสิกตั้งมั่นคงในอารมณ์ที่ปรากฏในขณะที่เห็น จึงเห็นแต่เพียงสิ่งที่ปรากฏทางตาเท่านั้น นี่เป็นลักษณะของสมาธิ แต่ว่าโดยทั่วไปในชีวิตประจำวัน ลักษณะของสมาธิซึ่งเป็นเอกัคคตาเจตสิกไม่ปรากฏ เพราะว่าจิตเกิดดับอย่างรวดเร็ว ต่อเมื่อใดจิตมีความตั้งมั่นคงในอารมณ์เดียวนาน ๆ ก็จะปรากฏลักษณะของสมาธิ

เวลาที่มีความพอใจในสิ่งหนึ่งสิ่งใด ไม่สนใจในสิ่งอื่นเลย เรียกก็ไม่ได้ยิน ในขณะที่นั้นก็พอจะรู้ได้ว่า คนนั้นกำลังใจจดใจจ่อ จิตตั้งมั่นสนใจอยู่ที่อารมณ์นั้นอารมณ์เดียวเท่านั้น นั่นเป็นลักษณะของสมาธิ



เพราะฉะนั้น สมาธิแม้ว่าจะเกิดกับจิตทุกดวง แต่ว่าบางครั้งบางขณะไม่ปรากฏ ลักษณะสภาพของสมาธิจนกว่าจิตจะตั้งมั่นอยู่ที่อารมณ์เดียววนวน ๆ ด้วยอกุศลจิตก็ได้ เช่น ด้วยความพอใจ เพลิดเพลิน จดจ้องในอารมณ์ที่กำลังได้รับอยู่ จะเป็นการทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดก็ตาม ถ้าตั้งใจจดจ้องที่อารมณ์นั้น ก็จะมีปรากฏลักษณะของสมาธิ หรือบางคนโกรธจัด ๆ ใครจะพูด ใครจะเตือนก็ไม่ได้ยิน ในขณะนั้นความโกรธมีกำลัง ลักษณะของสมาธิก็ปรากฏ คิดเรื่องอื่นไม่ได้เลย ผูกโกรธ เดียวก็คิดเรื่องโกรธ ๆ อยู่ตลอดเวลา นั่นเป็นลักษณะของมิจฉาสมาธิ ซึ่งเกิดกับอกุศลจิต

ในขณะที่ให้ทาน เอกัคคตาเจตสิกก็ต้องเกิดร่วมกับจิตในขณะนั้นด้วย ทุกขณะไป แต่ว่าชั่วครู่ชั่วขณะที่มีการให้นั้นเล็กน้อยมาก ลักษณะอาการของสมาธิก็ไม่ปรากฏอีกเหมือนกัน หรือในขณะที่วิริตฺตํ จิต ลักษณะอาการของสมาธิก็ไม่ปรากฏ

คำว่า สมาธิ เป็นคำกลาง เช่นเดียวกับคำว่า ญาณ ซึ่งเห็นถูกต้องได้ เป็นความเห็นผิดก็ได้ ถ้าให้ชัดหรือให้ตรง ความเห็นผิด คือ มิจฉาญาณ ความเห็นถูก คือ สัมมาญาณ ฉนฺได ถ้าจะให้ชัดให้ตรง สมาธิที่เป็นอกุศลก็ควรกล่าวว่า เป็นมิจฉาสมาธิ และสมาธิที่เป็นกุศลก็ควรกล่าวว่า เป็นสัมมาสมาธิ

แต่ว่าพระธรรมมีมาก เพราะฉะนั้น แล้วแต่ว่าจะอยู่ในหัวข้อใด ถ้าเป็นไปในเรื่องของกุศล แม้จะใช้คำว่าสมาธิเท่านั้นก็มุ่งหมายสมาธิที่เป็นกุศล ซึ่งท่านผู้ฟังต้องเป็นผู้ที่ละเอียดศึกษาด้วยความรอบคอบว่า ขณะนี้กำลังศึกษาเรื่องของกุศลหรืออกุศล ถ้าเป็นเรื่องของอกุศล ก็เป็นมิจฉาสมาธิ เป็นอกุศลฌานก็มี เป็นฝ่ายอกุศลทั้งสิ้น

ถ้าเป็นฝ่ายกุศล สมาธิ แม้ไม่ได้กล่าวถึงว่าเป็นมิจฉาสมาธิหรือสัมมาสมาธิ ก็ต้องเป็นสัมมาสมาธิ เพราะเป็นทางฝ่ายกุศล

เพราะฉะนั้น ถ้าเห็นคำกลาง ๆ ว่า สมาธิ ในพระไตรปิฎก ก็ควรที่จะได้ทราบว่า ในขณะนั้นพระผู้มีพระภาคทรงแสดงธรรมฝ่ายอกุศลหรือฝ่ายกุศล หรือแม้ในฝ่ายกุศล ถ้าเห็นคำกลาง ๆ ว่า สมาธิ ก็ควรที่จะได้เข้าใจว่า พระผู้มีพระภาคทรงแสดงธรรมเรื่องสมถภาวนาหรือวิปัสสนาภาวนา เพราะว่าเป็นสัมมาสมาธิทั้งสมถภาวนาและวิปัสสนาภาวนา แต่ว่าสัมมาสมาธิของสมถภาวนานั้นไม่ใช่สัมมาสมาธิ



ในมรรคมืด ๘ แต่ว่าสัมมาสมาธิในวิปัสสนานั้นเป็นมรรคมืด ๘ เพราะฉะนั้น การศึกษาธรรมต้องละเอียดจริง ๆ

**ผู้ฟัง** เรื่องสัมมาสมาธิ ถ้าพระผู้มีพระภาคจะทรงอธิบายสัมมาสมาธิ ในอินทรีย์ก็ดี ในโพชฌงค์ก็ดี ในมรรคมืด ๘ ก็ได้ ดูเหมือนพระผู้มีพระภาคจะทรง อธิบายเหมือน ๆ กันหมด คือ อธิบายตั้งแต่ปฐมฌานจนกระทั่งถึงจุตถฌาน พระผู้มีพระภาคมักจะแสดงอย่างนี้ทุกครั้ง เพราะฉะนั้น สัมมาสมาธิก็ต้องเป็นฌาน เท่านั้น

**ส.** เป็นเรื่องที่ละเอียดอีกเรื่องหนึ่ง ซึ่งพระผู้มีพระภาคทรงแสดงพระธรรม โดยกว้างขวาง เพราะฉะนั้น ผู้ที่อบรมเจริญสติปัฏฐานแล้ว ย่อมมีปัจจัยที่จะให้กุศล ทุกประการเจริญขึ้น แม้แต่สมถะหรือความสงบ ซึ่งไม่เคยมีมาก่อน ไม่เคยรู้จักหน้าตา ของความสงบเลย แต่เวลาที่อบรมเจริญสติปัฏฐานแล้ว บางขณะมีปัจจัยของกุศลขึ้น ทานเกิดขึ้น ขณะนั้นก็เป็ทานกุศล และสติปัฏฐานอาจจะระลึกถึงลักษณะสภาพของ ธรรมในขณะที่กำลังบำเพ็ญทานกุศล แต่ว่าทานในชีวิตก็ไม่ใช่มีครั้งเดียว มีหลายครั้ง บางครั้งสติก็เกิดระลึกถึงลักษณะของสภาพของจิตในขณะนั้น บางครั้งก็ไม่เกิด ก็เป็ นแต่เพียงทาน ศีลก็โดยนัยเดียวกัน ซึ่งผู้ที่อบรมเจริญสติปัฏฐานมีความรู้ลักษณะของ สภาพธรรมละเอียดขึ้น ถ้าจิตเป็นอกุศล ปัญญาที่รู้ตรงตามความเป็นจริงของอกุศลจิต ในขณะนั้น

ด้วยเหตุนี้ ในการอบรมเจริญอริยมรรคมืด ๘ ท่านพระอานนท์ก็ได้กล่าวถึง การรู้แจ้งอริยสัจธรรมของบุคคลทั้งหลายว่า มีถึง ๔ อย่าง บางท่านสมถะเกิดก่อน วิปัสสนาเกิดภายหลัง บางท่านวิปัสสนาเกิดก่อน สมถะเกิดภายหลัง ซึ่งสมถะนี้ไม่ได้ หมายความว่าต้องถึงอุปจารสมาธิหรืออัปปนาสมาธิ เพียงแต่ว่าแทนที่อกุศลจิตจะ เกิดบ่อย ๆ มาก ๆ เหมือนเคย แม้ว่าไม่ใช่ทาน ไม่ใช่ศีล จิตก็ยังสงบได้ด้วยเมตตาบ้าง กรุณาบ้าง มุทิตาบ้าง อุเบกขาบ้าง หรือด้วยพุทธานุสสติ ธัมมานุสสติ สังฆานุสสติ จาคานุสสติ มรณสติ หรืออารมณ์อื่น ๆ ของสมถภาวนาของการที่จะให้จิตสงบใน ขณะนั้นก็ได้



เพราะฉะนั้น จะเห็นได้ว่า พระผู้มีพระภาคทรงแสดงกุศลทุกประการว่า เป็นสิ่งที่ควรเจริญ พระผู้มีพระภาคไม่สามารถที่จะให้สติของใครเกิดเป็นสติปัฏฐานอยู่ได้ตลอดเวลา แล้วแต่ว่าขณะใดเป็นปัจจัยของทานกุศล หรือศีล หรือสมณะ ทรงแสดงคุณของกุศลทุกประการว่าเป็นสิ่งที่ควรเจริญ ควรอบรมให้เป็นบารมี เพื่อที่จะได้ขัดเกลากิเลสให้เบาบางจนกระทั่งสามารถที่จะมีปัจจัยให้ปัญญาเกิดขึ้นรู้ชัดในสภาพธรรมที่ปรากฏ ดับความยึดถือสภาพธรรมนั้นว่า เป็นตัวตน เป็นสัตว์ เป็นบุคคลได้

ด้วยเหตุนี้ สำหรับท่านที่เจริญสมถภาวนา มีความสงบของจิตมั่นคงด้วยสมาธิ ขณะนั้นก็เป็นการสมาธิของสมณะ และถ้าเป็นผู้ที่มีปกติอบรมเจริญสติปัฏฐานในขณะนั้น สมาธิสมาธินั้น ก็เป็นมรรคมงคล ๘ เพราะสติเกิดขึ้นระลึกรู้ลักษณะสภาพของความสงบและความมั่นคงของสมาธิในขณะนั้นว่า ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน

เพราะฉะนั้น พระธรรมที่พระผู้มีพระภาคทรงแสดง เป็นเรื่องของกุศลแต่ละขั้น ซึ่งเกิดสลับกันตามเหตุตามปัจจัย ตามความเป็นจริงของแต่ละบุคคล

สมถภาวนาก็เป็นกุศลที่ควรเจริญ แต่ไม่ใช่ว่าต้องไปเจริญที่อื่น ขณะนี้จิตสงบใหม่ ไม่ต้องคอยถึงข้างหน้า เพราะว่าการอบรมเจริญกุศล ควรที่จะเจริญทันที เพราะฉะนั้น ถ้าในขณะนี้จิตไม่สงบ แต่มีปัญญาที่รู้เหตุที่จะให้สงบ ก็เป็นปัจจัยที่จะให้กุศลจิตเกิดในขณะนี้โดยไม่ต้องรอคอย อย่าเข้าใจว่า ต้องเป็นที่ยืนจิตจึงจะสงบได้

ขณะนี้ถ้ามีปัจจัยที่จะให้สงบ จิตก็สงบได้ และควรที่จะอบรมความสงบของจิต เพราะว่ายากเหลือเกินที่จะดับกิเลสได้เป็นสมุจเฉทโดยไม่เจริญกุศลทุกประการ จะให้สติเกิดขึ้นระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ ให้รู้ชัดว่าไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน ต้องค่อย ๆ อบรม ปัญญานั้นจึงจะเกิด ถ้าใครเพียงมุ่งหวังให้สติเกิดขึ้น และศึกษาให้รู้ชัดทันที เป็นสิ่งที่เป็นไปได้ แต่ต้องอาศัยการอบรมเจริญกุศลทุกประการ ประกอบด้วย

ถ้าเป็นสมาธิที่ไม่ประกอบด้วยปัญญา เป็นอกุศลสมาธิ จะเต็มไปด้วยความสงสัย ความต้องการ ความไม่รู้ในสิ่งที่เกิดขึ้นว่าเกิดขึ้นได้อย่างไร และจะมีแต่ความ



ต้องการให้สิ่งนั้นเกิดขึ้นอีก เพราะว่าบางครั้งอาจจะปรากฏเหมือนสภาพที่จิตใสมากทีเดียว แต่ว่าไม่รู้อะไร ไม่รู้ว่าลักษณะนั้นเป็นอะไร และที่ใส่ ๆ อย่างนั้น รู้อะไรก็ไม่รู้ ในขณะที่นั้น เป็นแต่เพียงลักษณะของจิตที่ปรากฏเหมือนใสเหลือเกิน และยังมีความปรารถนาที่จะให้ใสมากกว่านั้น เพราะคิดว่าอาจจะรู้อะไรบ้าง แต่ก็ไม่ปรากฏว่ารู้อะไร นั่นเป็นลักษณะของอกุศลสมาธิ

ท่านผู้ใดก็ตามที่พยายามจดจ้องที่อารมณ์หนึ่งอารมณ์ใด ทำให้จิตตั้งมั่นที่อารมณ์หนึ่งอารมณ์ใด อาการปรากฏของสมาธิจะมีลักษณะต่าง ๆ แต่ทั้งหมดไม่มีความรู้ แต่จะมีความสงสัย และมีความต้องการให้ยิ่งขึ้นกว่านั้นอีก เพราะหวังว่าคงจะรู้อะไรบ้างถ้าจิตสงบยิ่งกว่านั้น แต่ก็ปรากฏว่าไม่รู้อะไร เพราะว่าไม่ประกอบด้วยความรู้ตั้งแต่เริ่มต้น

**ผู้ฟัง** น่าอัศจรรย์ ไม่เคยมีมา ที่อาจารย์กล่าวว่า ก่อนที่จะเจริญวิปัสสนาภาวนานั้น ต้องมีปัญญารู้ลักษณะของสติว่า เวลาที่มีสติต่างกับหลงลืมสติอย่างไร จึงจะเจริญวิปัสสนาได้ ถ้าไม่รู้ลักษณะของสติว่า เวลาที่มีสติต่างกับขณะที่หลงลืมสติอย่างไรแล้ว จะเจริญวิปัสสนาไม่ได้

และในการเจริญสมถภาวนา อาจารย์ก็ได้กล่าวว่า ก่อนที่จะเจริญสมถภาวนานั้น ต้องรู้จักลักษณะของความสงบ ถ้าผู้ใดไม่รู้จักลักษณะของความสงบแล้ว ผู้นั้นจะเจริญสมถภาวนาไม่ได้ นี่น่าอัศจรรย์ กระผมยังไม่เคยได้ยิน และผมคิดว่า เป็นความจริงอย่างนั้น ตามที่อาจารย์กล่าว





๗๓๐



**ผู้ฟัง(ต่อ)** ตามที่ผมรู้ ทัว ๆ ไป คนที่จะเจริญวิปัสสนาก็ดี หรือจะเจริญสมถภาวนาก็ดี มักจะคิดว่า ไม่จำเป็นจะต้องรู้อะไรมาก่อนทั้งนั้น

ผมขอนำคำสอนของสำนักหนึ่งในกรุงเทพฯ มาเล่าให้ท่านผู้ฟังได้พิจารณา คือ ใครก็ได้แต่ถ้ามีศรัทธาที่จะปฏิบัติ ปฏิบัติได้ทันที โดยไม่ต้องมีความเข้าใจมาก่อนเลย ซึ่งท่านใช้วิธีนี้ คือ ก่อนอื่นท่านบอกให้ผู้ปฏิบัติทั้งหลายนั่งสมาธิ และกล่าวตามท่านว่า

ข้าพเจ้าระลึกถึงคุณพระพุทธเจ้า คุณพระธรรม คุณพระสงฆ์ คุณบิดามารดา คุณครูบาอาจารย์ จงมาดลบันดาล ให้ใจของข้าพเจ้าจงรวมลงเป็นสมาธิ พุทโธ ธัมโม สังฆโม พุทโธ ธัมโม สังฆโม พุทโธ ธัมโม สังฆโม

เมื่อกล่าวจบแล้ว ก็ให้ผู้ปฏิบัติท่องพุทโธในใจ ท่องไปเรื่อย ๆ ผู้สอนก็แสดงธรรมต่อไป ให้ผู้ปฏิบัตินั่งตามสบาย ไม่ต้องเกร็ง ไม่ต้องเงี้ยวหุมาฟัง หรือตั้งใจมาฟังเสียง แต่ให้คำเทศนานั้นเข้าทางหูรู้ถึงใจเอง และให้ภาวนาพุทโธไปเรื่อย ๆ

ท่านก็เทศน์ไปเรื่อย ๆ และให้ผู้ปฏิบัติพิจารณาผม ขน เล็บ ฟัน หนัง โดยความเป็นปฏิภูม โดยอสุภะ พิจารณาไปจนกระทั่งจิตมีกำลังเกิดแสงสว่าง และนำแสงสว่างนั้นไปพิจารณากาย พิจารณาไปจนกระทั่งทวนกระแสจิตถึงที่ตั้งของจิต เมื่อทวนกระแสจิตถึงที่ตั้งของจิตแล้ว จะเห็นสภาพธรรมทั้งหลายตามความเป็นจริง ท่านอุปมาว่า เหมือนกับโพกผ้าไว้บนศีรษะ ไปหาที่ไหน ๆ ก็ไม่เจอ เมื่อเอามือคลำศีรษะก็จะร้องว่า อ้อ อยู่ที่นี่เอง ฉะนั้น เมื่อทวนกระแสจิตถึงที่ตั้งของจิตแล้วก็จะร้องว่า สภาพธรรมทั้งหลายเป็นอย่างนี้เอง และท่านก็มีคำเทศนาต่าง ๆ เทศน์ไปเรื่อย ๆ ไปถึงอริยสัจ บางทีก็เป็นรอบ ๓ โดยอาการ ๑๒ คือ สัจจญาณ กิจจญาณ และกตญาณ คำเทศน์ของท่านก็มีมากมาย ผมจำได้ไม่หมด



นี่เป็นข้อปฏิบัติของสำนักหนึ่งในกรุงเทพ ซึ่งต่างกับที่อาจารย์กล่าวว่า ก่อนที่จะปฏิบัติ ต้องรู้ลักษณะของสติ ของความสงบ แต่สำนักนี้ไม่ต้อง ถ้าใครมีศรัทธาที่จะปฏิบัติ ก็ปฏิบัติได้ทันที

ส. ส่วนมากท่านที่ต้องการผลเร็ว และต้องการที่จะได้ทุกอย่างมาโดยง่าย ก็มักจะพอใจในข้อปฏิบัติที่ไม่ต้องรู้อะไร ไซ้ใหม่ จะให้ทำอย่างไร ก็ทำกันไป แต่ว่าไม่มีปัญญาที่จะรู้สภาพของจิตและความสงบ

เรื่องของปัญญาเป็นเรื่องที่สำคัญมากในการที่จะอบรมจิต ถ้าปัญญาไม่เกิดรู้ว่าจิตขณะนี้เป็นอย่างไร เป็นกุศลหรืออกุศลอย่างไร ก็อบรมจิตไม่ได้ มีแต่ความต้องการ เช่น เข้าใจว่าจะเจริญสมณะโดยการกราบพระ และกล่าวคาถาเป็นภาษาบาลี แต่ขณะนั้นปัญญาอยู่ที่ไหน ปัญญารู้อะไร

ขณะที่กำลังกล่าวอย่างนั้นก็ตาม หรือกำลังนั่งในลักษณะสบาย ๆ อย่างใดอย่างหนึ่งก็ตาม ขณะนั้นปัญญาอยู่ที่ไหน ที่รู้สภาพของจิตที่กำลังเป็นอยู่ในขณะนั้นว่าสงบหรือไม่สงบ และเพราะอะไร อย่างไร

ธรรมทั้งหลายต้องมีเหตุมีปัจจัย ที่จิตจะสงบได้ต้องมีเหตุ ไม่ใช่อยู่ดี ๆ ก็สงบเวลาที่จิตสงบ ในขณะนั้นปราศจากความต้องการ โลภะ โทสะ โมหะ และปัญญาก็จะต้องรู้ในลักษณะของจิตในขณะนั้นจริง ๆ ว่า เป็นสภาพที่ผ่องใส สะอาด ปราศจากอกุศลในขณะนั้นเพราะอะไร เหตุสำคัญที่สุดที่ผลจะเป็นไปอย่างที่ต้องการได้ ไม่ใช่ว่าการเจริญสมณะนั้นจะกระทำได้ด้วยการทำงานภาษาบาลี และจิตจะสงบ นั้นเป็นไปได้ไม่ได้เลย ถ้าปัญญาไม่เกิดรู้ลักษณะของจิตในขณะนั้น

ท่านผู้ฟังจะเห็นได้ว่า แม้จิตจะอยู่กับท่านทุกขณะ แต่ก็แสนยากที่จะรู้สภาพความจริงของจิต เมื่อมีความยากอย่างนี้ ผู้ที่จะอบรมเจริญความสงบจะสามารถกระทำได้อย่างไรถ้าไม่รู้ลักษณะความสงบของจิตของตนเสียก่อนว่า ขณะใดสงบ ขณะใดไม่สงบ เพราะว่าจิตรู้ยากจริง ๆ

กำลังเห็น ก็เป็นจิตชนิดหนึ่ง เป็นสภาพรู้ กำลังได้ยิน ก็เป็นจิตชนิดหนึ่ง กำลังพอใจสิ่งหนึ่งสิ่งใด ก็เป็นจิตชนิดหนึ่ง กำลังไม่พอใจ ก็เป็นจิตชนิดหนึ่ง หรือว่า





กำลังไม่มีโรค โทสะ แต่เมื่อมีความไม่รู้ในสิ่งที่กำลังปรากฏ ในขณะนั้นก็ไม่ใช่ว่า ปัญญา ไม่ใช่กุศลจิต เพราะฉะนั้น ที่จะว่าง ๆ และเฉย ๆ โดยไม่ประกอบด้วย ปัญญาจะมีประโยชน์อะไร เพราะว่าขณะนั้นเป็นโมหมูลจิต แม้ว่าจะไม่ใช่โลภมูลจิต ไม่ใช่โทสมูลจิต แต่ก็เป็นโมหมูลจิต ลักษณะของสภาพจิตที่ประกอบด้วยปัญญา ความรู้ ต่างกันมากกับขณะที่เฉย ๆ และไม่รู้อะไร

ขณะที่กำลังรู้สึกเฉย ๆ และไม่รู้อะไร จะถือว่าดีไม่ได้ เพราะว่าไม่มีปัญญาที่จะรู้ลักษณะของสภาพธรรมตามความเป็นจริงในขณะนั้น เพราะฉะนั้น ปัญญาเป็นเรื่องที่สำคัญมากสำหรับผู้ที่จะอบรมเจริญสมณะหรือวิปัสสนา

ถ้าท่านผู้ฟังอ่านพระไตรปิฎก จะเห็นว่า พระผู้มีพระภาคทรงแสดงธรรมมากมายเพื่ออนุเคราะห์ให้กุศลจิตเกิดและเจริญ เช่น ทรงแสดงธรรมให้พระภิกษุทั้งหลายเจริญเมตตา กายกรรมที่ประกอบด้วยเมตตา วจีกรรมที่ประกอบด้วยเมตตา มโนกรรมที่ประกอบด้วยเมตตา นี่คือการอบรมเจริญความสงบของจิตซึ่งเป็นกุศลที่เป็นสมถภาวนา แต่อย่าลืมว่า ทุกข้อความที่พระผู้มีพระภาคทรงแสดงนั้น ทรงมุ่งที่จะให้พุทธบริษัทอบรมเจริญสติปัฏฐานเป็นปกติ เพราะฉะนั้น แม้จะทรงแสดงเรื่องของ ผู้ที่มีกายกรรม วจีกรรม มโนกรรมประกอบด้วยเมตตา ก็ได้หมายความว่า ให้เป็นผู้หลงลืมสติในขณะนั้น ๆ เพราะว่าพระธรรมที่ทรงแสดงไว้ จุดประสงค์ที่สูงที่สุด คือให้ทุกท่านเป็นผู้ที่ไม่หลงลืมสติ เป็นผู้ที่อบรมเจริญสติปัฏฐาน

เพราะฉะนั้น สติปัฏฐาน หรือสติปัฏฐานสูตร จะแทรกอยู่ทุกบรรทัด หรือว่า ทุกพระธรรมคำสอนของพระผู้มีพระภาค ไม่ว่าจะเป็นในเรื่องของท่าน หรือศีล หรือสมณะก็ตาม ซึ่งหลายท่านจะเห็นได้ว่า ในพระไตรปิฎกนั้นเต็มไปด้วยการให้อบรมเจริญกุศล ไม่ว่าจะเป็นการพิจารณาเห็นความเป็นปฏิถัมภ์ของผม ขน เล็บ ฟัน หนัง ส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย หรือว่าความเป็นผู้สม่ำเสมอ ไม่เดือดร้อนใจ ไม่ดีใจ ไม่เสียใจในคำชมและในคำติ ในคำสรรเสริญ ในคำนิทาต่าง ๆ ความเป็นผู้มีจิตมั่นคงไม่หวั่นไหว แล้วแต่ว่าขณะนั้นจิตเกิดขึ้นระลึกเป็นไปในความสงบ หรือว่าเป็นไปในสติปัฏฐาน แต่ว่าทั้งหมดนี้เป็นกุศลที่ควรเจริญ





ทานควรเจริญฉันใด ศีลควรเจริญฉันใด สมณะ คือ ความสงบของจิตก็ควร  
อบรมเจริญฉันนั้น แต่ว่าไม่ใช่ให้เป็นผู้ที่ปราศจากการเจริญสติปัฏฐาน แต่แม้พระผู้มี-  
พระภาคเองก็ไม่สามารถที่จะอนุเคราะห์ให้สติปัฏฐานของทุกคนเกิดขึ้นระลึกรู้ลักษณะ  
สภาพธรรมที่กำลังปรากฏได้ตลอดเวลา ไม่มีใครที่สติปัฏฐานจะเกิดได้ตลอดเวลา  
บางครั้งจะให้ท่าน สติอาจจะไม่ระลึกรู้ในสภาพของนามธรรมและรูปธรรมที่เป็น  
สติปัฏฐานเลยในขณะนั้น แต่ว่าการให้ก็มีหลายครั้ง เพราะฉะนั้น บางครั้งสติก็เกิด  
ระลึกรู้บ้าง บางครั้งสติอาจจะไม่ระลึกรู้เลย และบางครั้งสติปัฏฐานอาจจะมาก  
บางครั้งสติปัฏฐานอาจจะน้อย

เมื่อสภาพของจิตเกิดขึ้นเป็นไปตามเหตุตามปัจจัยอย่างนี้ บางขณะแทนที่จิต  
จะเป็นอกุศล ปัญญาสามารถที่จะรู้ในสภาพของอกุศล และเห็นโทษ จิตก็สงบได้  
เพราะระลึกรู้ถึงอารมณ์ของสมณะอารมณ์หนึ่งอารมณ์ใดในสมถกัมมัฏฐาน ๔๐ และ  
ในขณะนั้น สติปัฏฐานจะระลึกรู้ในสภาพที่ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตนด้วยได้  
เพราะเป็นผู้ที่ไม่เข้าใจผิดในการเจริญสติปัฏฐาน และเป็นผู้ที่รู้หนทางว่า สติปัฏฐาน  
นั้นอบรมเจริญอย่างไร สำหรับสมถภาวนาก็เป็นกุศลขั้นหนึ่ง ที่ควรจะอบรมเจริญให้  
มากด้วย แต่จุดประสงค์ คือ สติปัฏฐาน ควรระลึกรู้ลักษณะสภาพของจิต แม้ว่า  
ขณะนั้นเป็นเพียงความสงบขึ้นสมณะที่เกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัย นี่เป็นเรื่องที่ละเอียด

มีท่านผู้ฟังท่านหนึ่งถามว่า สภาพรู้นี้เป็นอย่างไร ที่ว่าเป็นสภาพรู้ ขณะที่กำลัง  
เห็น ถ้าไม่มีสภาพรู้ สิ่งที่กำลังปรากฏทางตาในขณะนี้ปรากฏไม่ได้ นี่คือ ความหมาย  
ของสภาพรู้ คือ กำลังรู้สิ่งหนึ่งสิ่งใด เช่น ทางตา กำลังเห็น ขณะที่กำลังเห็นอย่างนี้  
ยังไม่ใช่นึก ยังไม่ใช่ตรึกถึงรูปร่างลักษณะ หรือยังไม่ได้คิดถึงคำสมมติบัญญัติใด ๆ  
ทั้งสิ้น เป็นการรู้ คือ มีสิ่งที่ปรากฏให้รู้ เพราะฉะนั้น เมื่อมีสิ่งที่ปรากฏให้รู้ สภาพรู้ก็  
ได้แก่ ขณะที่กำลังรู้ในสิ่งที่ปรากฏ เช่น กำลังเห็น จะใช้คำว่า สีสันวันณะต่าง ๆ  
หรืออะไรก็ได้ แต่ที่กำลังปรากฏในขณะนี้ นั่นคือปรากฏแก่สภาพรู้

สภาพรู้นั้นมีจริง ขณะที่กำลังเห็น ยังไม่เคยทราบ ยังไม่เคยคิด ยังไม่เคย  
พิจารณาเห็นว่า เป็นสภาพธรรมอย่างหนึ่งที่มีจริง แต่เมื่อได้ฟังแล้ว สภาพรู้ไม่เคยอยู่



ห่างเลย ขณะที่กำลังเห็น ขณะที่กำลังได้ยิน ขณะที่กำลังได้กลิ่น ขณะที่กำลังลิ้มรส ขณะที่กำลังกระทบสัมผัส ขณะที่กำลังคิดนึก ทั้งหมดนี้เป็นสภาพรู้แต่ละขณะ เพราะฉะนั้น การศึกษาธรรมไม่ใช่แยกจากขณะที่กำลังฟังเรื่องของธรรม

เมื่อฟังเรื่องของธรรมใดเกิดความเข้าใจแล้ว ระลึกศึกษาเพื่อที่จะรู้จริงใน ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏทันที เช่น ในขณะนี้กำลังเห็น ก็ระลึกศึกษา รู้ว่าเป็นสภาพรู้สิ่งที่กำลังปรากฏทางตา นี่คือการเริ่มเข้าใจสภาพธรรมที่ปรากฏตามความเป็นจริง

ใน ๔ อสงไขยแสนกัป หรือ ๒ อสงไขยแสนกัป หรือ ๑ อสงไขยแสนกัป หรือจะเป็นแสนกัป หมื่นกัป พันกัป ร้อยกัป หนึ่งกัปก็ตาม การศึกษาระลึกรู้ลักษณะของ สภาพธรรมที่กำลังปรากฏในขณะนี้ เป็นทางที่จะดับกิเลสได้เป็นสมุจเฉท ไม่ใช่ ในขณะอื่นเลย เห็นอยู่เรื่อย ๆ แต่ถ้าไม่ระลึก ไม่ศึกษาจนเพิ่มความเข้าใจขึ้น ย่อมไม่สามารถที่จะประจักษ์ความเกิดดับของนามธรรมที่เห็น ที่ได้ยิน ที่ได้กลิ่น ที่ได้ลิ้มรส ที่กระทบสัมผัส ที่คิดนึก ที่เป็นปกติในชีวิตประจำวัน หรือแม้แต่นามธรรมอื่น ๆ เช่น โลภะ โทสะ โมหะ ความริษยา ความตระหนี่ ความฉลาด การที่จะสามารถเข้าใจ สิ่งหนึ่งสิ่งใด การคิดตรึกไปต่าง ๆ แต่ละขณะวิจิตรมาก แต่สภาพธรรมเหล่านั้น ทั้งหมด สติจะต้องระลึกรู้จนประจักษ์ชัดในความเกิดดับและความไม่ใช่ตัวตนของ สภาพธรรมแต่ละลักษณะนั้น

เพราะฉะนั้น จึงเห็นได้ว่า เหตุใดจึงต้องเป็น ๔ อสงไขยแสนกัป หรือ ๒ อสงไขยแสนกัป หรือ ๑ อสงไขยแสนกัป เพราะว่าไม่ใช่เรื่องที่จะเข้าใจรู้ชัดในลักษณะ ของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏได้โดยง่าย แต่ก็เพราะสภาพธรรมนั้นมีจริง จึงสามารถที่จะศึกษาและประจักษ์แจ้งแทงตลอดในลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏได้ โดยเพิ่มความเข้าใจขึ้นเรื่อย ๆ อย่าลืม เพียงระลึกแล้ว แต่ไม่เข้าใจ ไม่รู้ลักษณะของ สภาพธรรมที่กำลังปรากฏ ก็ไม่สามารถที่จะเห็นความเป็นธรรมที่ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคลใด ๆ ทั้งสิ้น และธรรมก็วิจิตรมาก สะสมมาจนกระทั่งเป็นปัจจัยให้เกิดความรู้สึกนึกคิดต่าง ๆ นานาในแต่ละขณะ ซึ่งไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน



แต่ก่อนอื่นจะต้องเข้าใจอรรถ คือ ความหมายของสภาพธรรม ซึ่งเป็นสภาพรู้ที่กำลังเห็น กำลังได้ยิน กำลังได้กลิ่น กำลังลิ้มรส กำลังรู้สิ่งที่กระทบสัมผัส กำลังคิดนึก

เย็นปรากฏ ถ้าไม่มีสภาพรู้ คือ รู้เย็นนั่นเอง เย็นก็ปรากฏไม่ได้ เพราะฉะนั้นเย็นปรากฏขณะใด ใส่ใจ ศึกษา สังเกตสภาพธรรมอีกอย่างหนึ่ง ซึ่งกำลังรู้เย็นในขณะนั้นเย็นจึงปรากฏได้ จึงจะสามารถเข้าใจสภาพธรรมที่เป็นสภาพรู้ได้

มีท่านผู้ฟังใหม่หลายท่านซึ่งอาจจะสับสนเรื่องของการเจริญสมถภาวนาและวิปัสสนาภาวนา เพราะฉะนั้น ขอกล่าวถึงการเจริญกุศลซึ่งมีต่างกันเป็น ๓ ชั้น คือ ขันทาน ขันศีล และขันภาวนา

สำหรับทาน การให้ ก็เป็นกุศลที่เจริญกันอยู่ทั่ว ๆ ไป และศีลก็ได้กล่าวถึงแล้ว แต่คำว่า ภาวนา การอบรมเจริญภาวนานั้น คือ การอบรมเจริญสมถภาวนาอย่างหนึ่ง และวิปัสสนาภาวนาอีกอย่างหนึ่ง

เรื่องของจิตใจเป็นเรื่องยากที่จะรู้ได้ เพราะว่าจิตเกิดดับอย่างรวดเร็ว เช่น ในขณะนี้ปัญญาเท่านั้นที่จะรู้ว่า จิตเป็นกุศลหรืออกุศลอย่างไร เวลาที่ใช้คำว่า ปัญญา ส่วนมากท่านผู้ฟังที่ฟังเรื่องการเจริญวิปัสสนา จะคิดถึงเฉพาะปัญญาที่รู้ลักษณะของสภาพธรรมที่ไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคลโดยนัยของวิปัสสนาภาวนาเท่านั้น แต่ความจริงแล้ว ปัญญาเป็นสภาพธรรมที่เห็นถูก เข้าใจถูกในลักษณะของสภาพธรรมทั้งหลายตามความเป็นจริง และคำว่า ตามความเป็นจริงนี้ ก็ต้องมีขั้นที่ต่างกันอีก

ตามความเป็นจริงของขั้นสมถะนั้น คือ เวลาที่จิตเป็นอกุศลก็รู้ว่าจิตเป็นอกุศล รู้ในลักษณะของอกุศลจิต แต่ยังไม่เห็นความเป็นอนัตตาของจิตว่า ไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน

เวลาที่ท่านผู้ฟังเกิดความยินดีพอใจขึ้น ขณะนั้นทุกคนก็รู้ว่า เป็นสภาพที่สบายใจ เพลิดเพลิน ยินดีพอใจ ถึงแม้ว่าท่านจะไม่ได้ศึกษาธรรมเลย ท่านก็รู้อาการของจิตขณะที่เพลิดเพลินยินดีพอใจว่า เป็นสภาพของจิตขณะหนึ่ง ซึ่งกำลังสบายใจ พอใจ



สนุก เพลิดเพลินยินดี เพราะฉะนั้น เวลาที่จิตเป็นอกุศลที่เป็นโลภะ ผู้ที่มีปัญญาก็สามารถที่จะรู้ในลักษณะของจิตที่ประกอบด้วยโลภะนั้นว่า เป็นจิตประเภทนั้น และเวลาที่จิตเป็นโลภะเกิดขึ้น ก็ย่อมมีความมากน้อยต่างกัน ถ้าเป็นโลภะที่มีกำลังมาก ตื่นเต้นดีใจ เป็นสุข ทุกท่านทราบในอาการของสภาพธรรมของโลภะขณะนั้น แต่เวลานี้ ปกติธรรมดา ช่วงขณะที่เห็นบ้าง ได้ยินบ้าง ได้กลิ่นบ้าง ลิ้มรสบ้าง รู้สิ่งที่กระทบสัมผัสบ้าง และไม่เกิดโทมนัส ไม่เกิดความไม่แช่มชื่น ขณะนั้นจะทราบไหมว่าเป็นโลภะ

การอบรมเจริญความสงบของจิต จะต้องเป็นผู้มีปัญญาจริง ๆ ที่รู้ว่า ขณะนั้นเป็นอกุศลจิต จึงอบรมเจริญกุศล เพราะมีปัญญาที่รู้ว่าสติระลึกรู้ได้อย่างไร รู้อย่างไรจึงจะสงบ ปราศจากโลภะ โทสะ โมหะ แต่ว่าขณะนั้น เช่น ขณะที่กำลังมีเมตตาแทนโทสะ ยังไม่รู้ว่า แม้เมตตาก็ไม่ใช่ตัวตน โทสาก็ไม่ใช่ตัวตน

เพราะฉะนั้น ปัญญาขั้นสมณะ มีความรู้จริงตามขั้นของสภาพธรรมในขณะนั้นว่า ขณะนั้นเป็นอกุศล หรือขณะนั้นเป็นกุศลเพราะเหตุใด แต่ไม่สามารถที่จะดับความยึดถือสภาพธรรมที่กำลังปรากฏนั้นว่า เป็นสัตว์ เป็นบุคคล เป็นตัวตนได้

