



มูลนิธิศึกษาและเผยแพร่พระพุทธศาสนา  
Dhamma Study and Support Foundation

## แนวทางเจริญวิปัสสนา

เล่ม ๑๖๕ ตอนที่ ๑๖๔๑ – ๑๖๕๐

บรรยายโดย

สุจินต์ บริหารวนเขตต์



## แนวทางเจริญวิปัสสนา

๑๖๔๑

ถวายคำตอบปัญหาธรรมพระภิกษุที่ห้องประชุมมหามกุฏราชวิทยาลัย

วันที่ ๒๒ มีนาคม ๒๕๓๐



**คำถาม** ขอลาเรื่องนิพพาน เวลานี้มีเกจิอาจารย์บางท่านพูดถึงว่า นิพพานเป็นเมืองแก้ว มีตัวตน คนกำลังพากันลงเลและสงสัยกันมาก จะไม่ขัดกับ คำว่าดับหรือ อาจารย์มีความคิดเห็นอย่างไร

**ส.** สภาพธรรมที่มีจริง ที่เป็นปรมาัตถธรรม ที่ทรงแสดงไว้ในพระไตรปิฎก มี ๔ คือ จิต เจตสิก รูป นิพพาน ซึ่งบางท่านใช้คำย่อที่ทำให้จำง่ายว่า จิ เจ รุ นิ คือ เพียง ๔ พยางค์

จิ ได้แก่ จิต เจ ได้แก่ เจตสิก รุ ได้แก่ รูป นิ ได้แก่ นิพพาน

ถ้าพระผู้มีพระภาคไม่ได้ทรงประกาศแจ้งลักษณะของพระนิพพาน ก็คงมีแต่ จิต เจตสิก รูป โดยดับกิเลสไม่ได้ เพราะว่าในขณะนี้ทุกคนก็มีจิต มีเจตสิก และมีรูป ซึ่งถ้าอบรมเจริญปัญญาจะเห็นความเหนียวแน่นของกิเลสจริง ๆ แม้ว่าสภาพธรรมที่ไม่ใช่ตัวตนเป็นแต่เพียงนามธรรมหรือรูปธรรมจะปรากฏเพราะสติระลึกรู้สังเกต พิจารณาบ่อย ๆ เนือง ๆ จากชาติหนึ่งสู่อีกชาติหนึ่ง สู่อีกชาติหนึ่ง จนกว่าปัญญา จะคมกล้า แต่ถ้าไม่มีลักษณะปรมาัตถธรรมที่เป็นวิสังขารธรรม คือ พระนิพพาน ซึ่งเป็นสภาพธรรมที่ไม่เกิดขึ้น ก็ไม่มีธรรมใดที่สามารถดับกิเลสได้ เพราะว่า สมุทัยคือโลภะความยินดีความพอใจมีอยู่ตราบใด ก็เป็นปัจจัยให้ภพชาติมีอยู่ตราบนั้น เพราะฉะนั้น สิ่งหนึ่งสิ่งใดก็ตามซึ่งเป็นสภาพธรรมที่เกิดขึ้นปรากฏ ย่อมเป็นที่พอใจ ของโลกะได้ทั้งสิ้น

ถ้าวันนี้ท่านผู้มีจิตใจเป็นกุศล ท่านชอบ ท่านพอใจ วันนี้ท่านปลาบปลื้ม มากที่ท่านได้กระทำกุศล และบางท่านก็ต้องยึดถือว่าเป็นกุศลของตนที่ได้กระทำ เพราะว่าจิตที่ติดขึ้นเป็นที่ตั้งของโลภะยินดียึดมั่นพอใจในจิตนั้นก็ได้อ



เพราะฉะนั้น ไม่ว่าจะป็นสภาพธรรมใด ๆ ทั้งสิ้น ซึ่งมีลักษณะเกิดขึ้นปรากฏ ไม่ว่าจะทางหนึ่งทางใด ย่อมเป็นที่ตั้งของความยินดีของความพอใจได้ทั้งสิ้น แต่ นิพพานปรมาตฺถ์ เป็นสภาพธรรมอย่างเดียวที่ไม่สามารถเป็นอารมณ์ หรือเป็นที่ตั้ง เป็นที่พอใจของโลภะได้ เพราะว่าเป็นสภาพธรรมที่ไม่เกิด ลักษณะของสภาพธรรมใด ก็ตามที่ไม่เกิดขึ้น โลภะไม่สามารถติดใจ ต้องการ พอใจยึดมั่นในสิ่งนั้นได้

พระนิพพาน เป็นสภาพปรมาตฺถ์ธรรมที่มีจริง และเป็นสภาพธรรมอย่างเดียว ที่สามารถดับกิเลสได้

ถ้าพูดว่า นิพพานเป็นเมืองแก้ว ก็หมายความว่าต้องมีการเกิดขึ้น จึงเป็นเมืองแก้วได้ แต่นั่นไม่ใช่ลักษณะของนิพพานธาตุซึ่งเป็นธาตุที่ดับกิเลส

สภาพธรรมใดที่เกิดจะพ้นไปจากจิต เจตสิก รูปไม่ได้เลย ถ้าสิ่งนั้นเกิดขึ้นจริง สิ่งนั้นไม่ใช่นิพพาน ต้องเป็นจิต หรือเป็นเจตสิก หรือเป็นรูปนั่นเอง

**คำถาม** การฝึกมโนมยิทธิกับการสะกดจิตต่างกันอย่างไร การที่จิตเห็น กายพระพุทธเจ้า นรก สวรรค์ เป็นภาพนิมิตนั้น เป็นการฝึกอย่างถูกต้องหรือไม่ อยู่ในหลักการสะกดจิตหรือมโนมยิทธิหรือเปล่า

**ส.** มโนมยิทธิ เป็นอิทธิฤทธิ์ซึ่งสำเร็จด้วยจิต คือ ความสงบของจิต ขั้นฌาน ซึ่งยากจะเกิดได้ ไม่เหมือนกับการสะกดจิต

ที่ถามว่า การที่จิตเห็นกายพระพุทธเจ้า นรก สวรรค์ เป็นภาพนิมิตนั้น เป็นการฝึกอย่างถูกต้องหรือไม่ อยู่ในหลักการสะกดจิตหรือมโนมยิทธิหรือเปล่า

เพียงแต่นั่ง และเห็น ไม่ใช่สิ่งที่จะเป็นไปได้อย่างไร ไม่มีเหตุที่สมควรแก่ผล พระผู้มีพระภาคอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าบริิณิพพานแล้วจะเห็นอะไร จิต เจตสิก รูป ดับ คงเหลือแต่พระบรมสารีริกธาตุซึ่งยังไม่อันตรธาน ถ้าจะเห็นส่วนของ พระผู้มีพระภาคซึ่งทรงดับขันธปรินิพพานแล้ว ในสมัยนี้จะเห็นได้เพียงอย่างเดียว คือ พระบรมสารีริกธาตุ แต่ไม่สามารถเห็นพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าได้



ถ. การเจริญสมถภาวนากับการเจริญวิปัสสนา มีข้อแตกต่างกันและมีจุดประสงค์ต่างกันอย่างไร

ส. ต่างกันที่ว่า สมถภาวนาเป็นการเจริญกุศลที่เห็นโทษของจิตที่ไม่สงบ แต่ต้องเป็นผู้ที่มีปัญญามากที่จะรู้ว่า ความไม่สงบเกิดขึ้นที่เห็น ทนที่ที่ไถ่ยิน แต่ไม่ใช่ต้องรอให้เกิด ไม่ใช่เรานอนเล่นตามสบาย และประเดี๋ยวเกิดหงุดหงิดขึ้นมา ก็อยากสงบ ไม่ใช่อย่างนั้น

คนที่จะเจริญสมถภาวนาต้องเป็นคน ที่รู้ความจริงว่า เมื่อตาเห็นสิ่งใด ไม่สงบด้วยโลภะบ้าง หรือโทสะบ้าง เมื่อหูได้ยินสิ่งใด ไม่สงบด้วยโลภะบ้าง ด้วยโทสะบ้าง

ผู้เจริญสมถภาวนาถึงขั้นระงับไม่ให้มีการเห็น ไม่ให้มีการไถ่ยิน ไม่ให้มีการไถ่กลืน ไม่ให้มีการลิ้มรส ไม่ให้มีการรู้สิ่งที่กระทบสัมผัส ให้ใจสงบอยู่ที่อารมณ์ที่เมื่อตรึกแล้วก็สงบขึ้น ๆ ด้วยเหตุนี้สมถภาวนาจึงต้องอาศัยองค์ของฌาน ซึ่งจะปราศจากวิตกเจตสิกไม่ได้เลยที่จะทำให้สงบ เนื่องจากเขาเห็นโทษว่า ปกติทั้งวันจิตไม่สงบ เพราะว่าเห็นทั้งวัน ไถ่ยินทั้งวัน สงบไม่ได้เลย แต่ไม่สามารถดับกิเลสได้ เป็นสมุจเฉท เพราะไม่รู้ในความไม่ใช่ตัวตนของสภาพธรรมที่ปรากฏ

ถ. การเจริญสมถภาวนามีอารมณ์ตั้ง ๔๐ ประเภท ส่วนใหญ่นิยมใช้อานาปานสติ การพิจารณาอานาปานสติ จากการที่ฟังท่านอาจารย์ผมเข้าใจว่า จะไม่สามารถขัดเกลากิเลสให้ถึงพระนิพพานหรือบรรลุนิพพานได้

ส. ไม่สามารถดับกิเลสได้ เพราะฉะนั้น ถึงนิพพานไม่ได้

ถ. ถ้าอย่างนั้นการที่จะขัดเกลากิเลสได้ อย่างบุคคลทั่วไปที่มุงคิดจะขัดเกลากิเลส คือ ให้ถึงซึ่งพระนิพพาน แต่เขาไม่เข้าใจว่า ในชีวิตประจำวันอะไรเป็นเหตุให้เรายึดถือ หรือว่ายึดถือความเป็นตัวตนอยู่ทุกวัน ถ้าไม่เข้าใจ แต่เป็นโลภะหรือความต้องการที่อยากจะละกิเลสอย่างเดียวโดยไม่รู้จักกิเลส จะสามารถเจริญสติปัฏฐานหรือเจริญสมถะได้ไหม

ส. เป็นไปไม่ได้ เจริญแต่ชื่อ

ถ. ถ้าจะเจริญสติปัฏฐาน อาจารย์มีแนวทางอย่างไรให้เขาพิจารณา



ส. ไม่มีการเร่งรัดให้ใครเจริญสติปัฏฐาน ไปเอาเด็กมานั่งเข้าแถวและบอกให้เจริญสติปัฏฐาน เด็กไม่รู้จักกิเลสเลย และไม่ได้อยากละกิเลสด้วย เพราะฉะนั้น เมื่อโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ก็ยังไม่ได้หมดกิเลส ผู้ใหญ่ทุกคนมีกิเลสคนละมาก ๆ ทั้งนั้น ถ้าไปถามผู้ใหญ่แต่ละคนว่าอยากหมดกิเลสไหม เขาก็บอกว่าไม่อยาก ใครบ้างที่อยากหมดกิเลส เมื่อยังไม่รู้จักกิเลส

ถ. ตามที่ผมเข้าใจ เวลาถามถึงกิเลส ใคร ๆ ก็บอกว่า ไม่อยากมีกิเลส เพราะว่าเขาไม่รู้จักกิเลส

ส. เช่น โลภะ เป็นกิเลส ใช่มั้ย

ถ. ใช่ แต่เขาชอบ

ส. อยากมีไหม ไม่ชอบซื้อโลภะ แต่ทุกขณะต้องการโลภะ แสดงว่า เข้าใจหรือเปล่า อาหารอร่อยไหม อย่างนั้นสวยไหม อย่างนั้นเพราะไหม อย่างนั้นหอมไหม อย่างนั้นอ่อนนุ่มดีไหม กระบถัมผัสสสบายไหม

ไม่ชอบซื้อโลภะ แต่ทุกขณะจิตต้องการโลภะ เพราะฉะนั้น ไม่ใช่เรื่องซื้อ แต่เป็นเรื่องของปัญญาที่จะต้องเข้าใจจริง ๆ ถ้าบอกว่าอยากจะมีโลภะ พูดได้ไหม พูดได้ เพราะไม่รู้

ถ. เพราะคิดว่าโลภะเป็นสิ่งที่ไม่ดี โลภะทำให้เป็นทุกข์

ส. แต่กำลังชอบโลภะ เท่าไรก็ไม่พอ

ถ. อย่างที่ท่านผู้หนึ่งนั่งไปในรถ พยายามหลับตาไม่ให้เห็นภาพซึ่งคิดว่า จะทำให้เกิดความไม่พอใจ อย่างนั้นไม่มีทางเลยใช่ไหมที่จะขัดเกลากิเลสได้ เพราะว่าพยายามหลีกเลี่ยง

ส. กิเลสทุกประเภทกลัวอยู่อย่างเดียว คือ ปัญญา โดยเฉพาะโลภะ ถ้าไม่มีปัญญาไม่มีใครปราบได้เลย โลภะจะต้องนำหน้า โลภะจะต้องอยู่ข้างหลัง โลภะจะต้องอยู่ข้าง ๆ โลภะจะต้องซุกซ่อนอยู่ทุกมุมจนได้ ถ้าไม่รู้วาลอภะอยู่ที่ไหน ก็ไม่มีทางที่จะดับโลภะได้



ถ. ถ้าอย่างนั้นจะสามารถรู้ลักษณะของกิเลสได้อย่างไรตลอดทั้งวัน หรือเป็นไปไม่ได้

ส. เป็นไปได้ ถ้าได้ฟังพระธรรม

ถ. หมายความว่าถ้าได้ศึกษาและมีความเพียร

ส. ถ้าศึกษาและเข้าใจด้วย ไม่ใช่เพียงแค่อ่าน

ถ. ถ้ามีความเข้าใจว่า เรามีความเพียรให้มากเข้า ๆ

ส. เพียรทำอะไร

ถ. ก็ทำทุกอย่าง

ส. ทำทุกอย่างคืออะไร

ถ. เขาคิดว่า พยายามนั่ง

ส. นั่งแล้วเป็นอย่างไร

ถ. ก็เจริญ

ส. เจริญอะไร

ถ. เจริญอานาปานสติบ้าง อะไรบ้าง ซึ่งเขาว่าจะสามารถรู้ได้เร็ว

ส. รู้อะไร

ถ. นั่นซิ ผมก็ไม่ได้ถาม

ส. เพราะฉะนั้น ไม่ใช่เรื่องที่เรจะต้องไปคิดถึงคนอื่น คิดถึงตัวเอง เพราะว่าใครจะสอนเราก็ไม่ได้ นอกจากตัวเราเอง ฉะนั้น เราจะสอนคนอื่น ถ้าเขาไม่สนใจของเขาเอง เราก็สอนไม่ได้ ถ้าเขาพอใจที่จะทำอย่างนั้น ใครก็แก้ไขไม่ได้ ในเมื่อเป็นความพอใจที่สะสมมาที่จะทำอย่างนั้น

ถ. อีกเรื่องหนึ่ง ขณะที่เราน้อมพิจารณา เจริญสติ แต่แล้วก็มีความรู้สึกว่า ขณะนั้นไม่ได้ละคลายตัวตนเลย แต่มีความเพียรที่จะเจริญสติ น้อมพิจารณา สภาพธรรมต่าง ๆ เช่น ขณะที่นั่งไปในรถ ขณะใดที่รู้ว่าขณะนี้หลงลืมสติ ขณะนั้นก็ น้อมพิจารณาทวารต่าง ๆ พิจารณาไปทางตาที่ดี หูที่ดี จมูกที่ดี ลิ้นที่ดี กายที่ดี เมื่อพิจารณาแล้วก็ยังเป็นตัวตนอยู่ แต่ขณะนั้นรู้ว่า มีความเพียรที่จะพิจารณา



สภาพธรรมต่าง ๆ แต่ไม่ได้เป็นสติปัฏฐาน คือ ขณะนั้นไม่ได้ละคลายตัวตนเลย และเห็นเป็นสัตว์ เป็นบุคคลอยู่

ส. จับด้ามมีดบ้างหรือยัง จับปั๊บก็ไม่มีตัวตนเลยหรือ เป็นไปได้ไหม

ถ. ปัญหาข้อนี้ คือ บุคคลที่ศึกษาธรรมแล้วมักจะเข้าข้างตัวเองว่า เราเจริญสติปัฏฐานแล้ว เป็นผลแล้ว

ส. เรื่องของคนอื่นอีกแล้ว ไม่ใช่เรื่องของเรา ใครจะคิดอย่างไรแก้ไขไม่ได้ นอกจากทุกคนจะต้องเป็นผู้ละเอียดย และถ้าเห็นเป็นตัวตนอยู่ ก็ยังต้องเป็นตัวตน เมื่อไม่รู้ ก็ต้องไม่รู้ เมื่อความรู้อยู่ ๆ เพิ่มขึ้น ก็ค่อย ๆ เพิ่มขึ้น เมื่อค่อย ๆ คลายความเป็นตัวตน ก็ต้องค่อย ๆ คลายความเป็นตัวตน ขณะที่ไม่รู้จะบอกว่ารู้ก็ไม่ได้ ขณะที่ยังเป็นตัวตนอยู่ ยังไม่หมดความเป็นตัวตน จะบอกว่าต้องไม่มีตัวตนก็ไม่ได้

การเจริญสติปัฏฐาน ต้องค่อย ๆ อบรม ค่อย ๆ เกิดขึ้น ไม่ใช่ระลึกแล้ว ก็ไม่มีตัวตน เป็นไปไม่ได้เลย

ธรรมทั้งหมดที่ได้ยินได้ฟังทั้ง ๓ ปีฏก รวมทั้งอรรถกถา ฎีกา ก็เพื่อให้ปัญญาเกิดขึ้นรู้สภาพธรรมที่กำลังปรากฏในขณะนี้ตามความเป็นจริง ตามปกติ ไม่ว่าจะเรียนมาก ฟังมาก สนทนาธรรมมาก ตรีกตรองธรรมมากสักเท่าไร ก็เพื่อให้สติเกิด ระลึก ศึกษา รู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏในขณะนี้เอง ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ

แม้ว่าจะได้ยินได้ฟังอย่างนี้ครั้งแล้วครั้งเล่า ก็ขึ้นอยู่กับความเข้าใจสภาพธรรม ลักษณะของสภาพธรรมที่มีจริง ๆ ที่สติจะต้องระลึก มิฉะนั้นแล้วไม่สามารถศึกษา ลักษณะของสภาพธรรมที่เป็นอนัตตา ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตนได้ เพราะว่าแต่ละวันที่ผ่านไป ๆ ก็เป็นนามธรรมและรูปธรรมทั้งนั้น ทุกวัน ๆ ไม่มีสัตว์ ไม่มีบุคคล ไม่มีตัวตน เป็นสุขบ้าง ทุกข์บ้าง เห็นบ้าง ได้ยินบ้าง เป็นเหตุการณ์ต่าง ๆ บ้าง เดือดร้อนใจบ้าง พอใจบ้าง สนุกสนานเพลิดเพลินบ้าง แต่ทุกขณะก็หมดไป ไม่มีอะไรที่เหลือเลยสักขณะจิตเดียว



แม้ในขณะนี้เอง สภาพธรรมที่เกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัยก็ดับไป และก็เกิดขึ้นปรากฏ และก็ดับไป เป็นอนัตตา แต่เป็นสภาพธรรมที่ยากที่จะประจักษ์ในความเป็นอนัตตา สภาพที่ไม่ใช่ตัวตนของสิ่งที่กำลังปรากฏ

อดีต ความสนุกสนาน หรือความสุขความทุกข์เมื่อวานนี้ เมื่ออาทิตย์นี้เมื่อเดือนนี้ หรือหลาย ๆ เดือนมาแล้ว ก็ผ่านหมดไปแล้ว คงเหลืออยู่แต่ปัจจุบันขณะนี้ขณะเดียว เพียงขณะเดียวจริง ๆ ซึ่งจะต้องศึกษาให้เข้าใจลักษณะที่ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน

บางคนบอกว่า ไม่ขอพบคนนั้นคนนี้อีกในชาติหน้า นี่เป็นความรู้สึก ซึ่งถ้าเป็นผู้ที่เข้าใจพระธรรมจะไม่คิดอย่างนี้เลย เพราะว่าจะไม่มีคนนั้นอีกในชาติหน้า และจะไม่มีคนนี่ซึ่งเข้าใจว่าเป็นเราอีกในชาติหน้าด้วย มีแต่ชาตินี้ที่จะเป็นคนนี้ หรือที่จะเป็นคนนั้น แต่เมื่อสิ้นสุดความเป็นบุคคลนี้และบุคคลนั้นในชาตินี้แล้ว ชาติหน้าต้องเป็นคนอื่นจริง ๆ เพราะฉะนั้น ไม่ต้องห่วง ไม่ต้องกังวลว่า จะต้องไปพบกับคนนั้นคนนี้อีก ซึ่งไม่มีทางจะเป็นไปได้เลย เพราะว่าความเป็นบุคคลนี้จะไม่ติดตามไปถึงชาติหน้า

เพราะฉะนั้น ถ้ามีความขุ่นเคืองใจ หรือความไม่พอใจในบุคคลหนึ่งบุคคลใด ก็ขอให้คิดว่า ไม่มีบุคคลนั้นเลย มีแต่สภาพธรรมที่เกิดขึ้นและดับไป และยึดถือว่าเป็นบุคคลนั้นบุคคลนี้ แม้แต่ตัวของท่านเองก็ไม่มี มีแต่ความพอใจบ้าง ความไม่พอใจบ้างแต่ละขณะ ซึ่งเกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัยหลังจากที่มีการเห็น การได้ยิน การได้กลิ่น การลิ้มรส การรู้สิ่งที่กระทบสัมผัส การคิดนึก

ขอให้คิดถึงช่วงเวลาที่สูงที่สุด แทนที่จะคิดถึงเหตุการณ์ใหญ่ ๆ หรือคิดถึงเป็นสัตว์ เป็นบุคคล เป็นตัวตนซึ่งเที่ยง แต่ความจริงแล้วเป็นเพียงชั่วขณะจิตเดียวที่สภาพธรรมเกิดขึ้นปรากฏทั้งนามธรรมและรูปธรรม

มีท่านผู้หนึ่งถามว่า อตตสัญญาคืออะไร

สัญญา เป็นสภาพที่จำ อตตะ คือ ความเห็นหรือความยึดถือว่าเป็นตัวตน ซึ่งความจริงแล้วคำนี้ไม่น่าจะสงสัยเลย เพราะว่าทุกคนมีอตตสัญญาจนกว่าจะถึง





ความเป็นพระโสดาบันบุคคลซึ่งจะดับความยึดถือสภาพธรรมว่า เป็นตัวตน เป็นสัตว์ เป็นบุคคลได้ แต่ก่อนที่จะถึง ขณะที่สติเกิดและปัญญาศึกษาลักษณะของสภาพธรรม จนกระทั่งรู้ชัดประจักษ์แจ้งในสภาพที่ไม่ใช่ตัวตน ขณะนั้นต้องมีสัญญา ความทรงจำ ในสิ่งที่ปรากฏ เพราะแม้ว่าจิตจะเกิดขึ้นเพียงขณะเดียวและรู้รูปที่ปรากฏได้ที่ละทวาร ทีละทาง ทีละลักษณะ ซึ่งความจริงรูปนั้นก็ป็นรูปที่ละเอียดมากจริง ๆ ไม่ใช่รวมกัน เป็นก้อน เป็นแท่ง เป็นสัตว์ เป็นบุคคล เป็นตัวตนเลย แต่เมื่อสติไม่เกิด ไม่ระลึก ลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏแต่ละทวารตามความเป็นจริง ก็มีการเห็นผิดที่ยึดถือ สภาพธรรมที่ปรากฏว่าเป็นอัตตา เป็นสิ่งหนึ่งสิ่งใด รวมทั้งการเห็น ซึ่งอาศัยเหตุปัจจัย เกิดขึ้นและดับไปก็เป็นเพียงชั่วขณะเดียว แต่เมื่อไม่รู้ความจริงอย่างนี้ ทำให้มีอตตสัญญา มีความทรงจำว่า เป็นเราที่เห็น และสิ่งที่เห็นนั้นก็ป็นสัตว์ เป็นบุคคลต่าง ๆ

เป็นความจริงใหม่ ในชีวิตประจำวัน

ขณะนี้เห็นอะไร อตตสัญญาแน่นอน ที่ว่าเห็นคน เห็นวัตถุ เห็นสิ่งต่าง ๆ





๑๖๔๒

ที่ห้องประชุมตึกสภากาการศึกษามหาวิทยาลัย

วันที่ ๑๐ พฤษภาคม ๒๕๓๐



อนัตตสังขยา สัญญาที่จำว่า สิ่งปรากฏทางตาไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่วัตถุใด ๆ เลย เพียงฟัง ไม่สามารถทำให้สิ่งที่เคยเห็นว่าเป็นคน เป็นสัตว์ กลายเป็นเพียงสิ่งที่ปรากฏทางตาเท่านั้น ทั้ง ๆ ที่โดยสภาพตามความเป็นจริง ถ้าจะน้อมพิจารณาทีละเล็กทีละน้อย เช่น ถ้าหลับตา สิ่งที่กำลังปรากฏทางตา ในขณะนี้ไม่ปรากฏ

นี่เป็นความจริง แต่ทำอย่างไรเวลาที่ไมหลับตา เห็นก็เป็นคนนั้น คนนี้เป็นสิ่งนั้นสิ่งนี้อยู่เสมอ

เพราะฉะนั้น การฟังธรรม การศึกษาธรรม จะต้องพิจารณาบ่อย ๆ เนือง ๆ พิจารณาแล้ว พิจารณาอีก พิจารณาละเอียดจนกระทั่งเข้าใจแม้แต่คำที่ใช้เพื่อที่จะให้เข้าใจลักษณะของสภาพธรรม เช่น สิ่งปรากฏทางตา คำนี้เป็นคำที่ถูกต้องที่สุด ธรรมชนิดหนึ่งซึ่งปรากฏได้ทางตา บางคนอาจจะคิดว่า ในขณะนี้เห็นสีต่าง ๆ เป็นความจริงหรือเปล่า ไม่ว่าจะเป็นสีแดง สีเขียว สีฟ้า สีเหลือง ต้องปรากฏ เมื่อกระทบกับจักขุปสาท

นี่เป็นสิ่งที่จริง เห็นสี บางคนก็บอกว่าเห็นสี แต่ขอให้เข้าใจว่า สีคืออะไร สี คือ สิ่งปรากฏทางตา ต้องไม่ลืมอีก มิฉะนั้นจะเกิดการเพ่งเล็งนิमितและอนุพยัญชนะ คือ รูปร่างลักษณะและส่วนละเอียดจากสีต่าง ๆ ลืมที่จะพิจารณาว่า ไม่ว่าเป็นสีอะไรทั้งหมด ลักษณะจริง ๆ เป็นธาตุชนิดหนึ่ง ซึ่งธาตุชนิดนั้นที่ปรากฏเป็นสีต่าง ๆ ตามความเป็นจริงแล้ว เป็นเพียงสิ่งที่ปรากฏทางตาเท่านั้น เพราะฉะนั้น เวลาที่เกิดอตตสังขยาขึ้น ก็ไม่รู้ว่าจะอะไรจึงได้เห็นว่าเป็นคน เป็นสัตว์ เป็นวัตถุต่าง ๆ จากสิ่งที่ปรากฏทางตา แต่จะต้องพิจารณาให้ละเอียดว่า เพราะสนใจในสีต่าง ๆ



ขณะใดก็ตามที่มีความสนใจในสีต่าง ๆ จะทำให้เกิดความทรงจำในรูปร่างลักษณะขึ้น เพราะว่าในคนหนึ่งที่เห็นว่าเป็นคน มีหลายสี มีสีดำ มีสีขาว มีสีเนื้อ มีสีหลาย ๆ สี ถ้าไม่ใส่ใจในสี จะไม่เกิดรูปร่างลักษณะขึ้น

ขณะใดก็ตามที่มีความเห็น หรือความสนใจ ความติด ความเพลินในนิมิตรูปร่างลักษณะและในอนุพยัญชนะส่วนละเอียดของสิ่งที่ปรากฏ ให้ทราบว่าเป็นขณะนั้นเพราะสีจึงทำให้เกิดลักษณะขึ้น แต่ถ้าในขณะนี้เอง ไม่ว่าจะเห็นสีอันใดก็ตาม เป็นกีสีกก็ตาม แต่ปัญญาเริ่มพิจารณาที่จะไม่สนใจในนิมิตอนุพยัญชนะ คือในสีต่าง ๆ แต่รู้ว่าไม่ว่าจะเป็นสีอะไรก็ตาม ก็เป็นเพียงสิ่งที่ปรากฏทางตา

นี่คือการเริ่มเข้าถึงลักษณะของสภาพธรรมที่ไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคลทางตาที่กำลังปรากฏ ซึ่งเคยยึดถือเป็นอัตตสัญญา เป็นความทรงจำว่ามีตัวตน

ที่จะเพิกถอนอัตตสัญญาได้ต้องรู้เหตุด้วยว่า ที่มีอัตตสัญญาเพราะสนใจในสีที่ปรากฏ จึงทรงจำลักษณะต่าง ๆ คือ นิมิต และส่วนละเอียดต่าง ๆ คือ อนุพยัญชนะ เพราะฉะนั้น หนทางที่จะรู้ว่า สิ่งที่ปรากฏทางตาแม้ว่าจะเป็นสีต่าง ๆ ก็ตาม แต่โดยสภาพความจริงของสิ่งนั้น คือ เป็นเพียงสิ่งที่ปรากฏทางตาเท่านั้น

ถ้าเป็นอย่างนี้ คือ สติเกิดและระลึกเนื่อง ๆ บ่อย ๆ จะเข้าใจในความหมายที่ว่า ไม่ติดในนิมิตอนุพยัญชนะ และเริ่มที่จะละคลายอัตตสัญญาในสิ่งที่กำลังปรากฏทางตา

เป็นชีวิตประจำวันจริง ๆ ซึ่งจะต้องรู้ว่า ไม่ว่าพระไตรปิฎกจะกล่าวถึงข้อความใด พยัญชนะใด ก็เป็นเรื่องของสภาพธรรมที่สติจะต้องระลึกและพิจารณาให้เข้าใจ พร้อมกันนั้นเวลาที่สติเกิดทางตา ก็ต้องศึกษาให้รู้ลักษณะของสภาพที่แท้จริงของสิ่งที่ปรากฏ จึงจะถ่ายถอนความสำคัญหมายว่าเป็นสัตว์ เป็นบุคคลเป็นตัวตนที่ละเล็กทีละน้อย โดยการรู้ว่า แม้สิ่งที่ปรากฏทางตาก็คือปรากฏเพียงชั่วขณะที่ไม่ได้ยินเสียงทางหู

เป็นเรื่องที่ค่อย ๆ พังไป ค่อย ๆ พิจารณาไปตามปกติ โดยเป็นชีวิตจริง ๆ เพราะว่ายังไม่สามารถดับโลภะ หรือโทสะ หรือโมหะ ซึ่งหลายคนอยากจะทำ



เหลือเกิน คือ ไม่อยากจะมีโลภะ ไม่อยากจะมีโทสะ แต่ต้องรู้ว่า จะไม่มีได้ก็ต่อเมื่อ  
ดับสัkkายาทิฏฐิ คือ การยึดถือสภาพธรรมว่าเป็นสัตว์ เป็นบุคคล เป็นตัวตน  
ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ

เพราะฉะนั้น เป็นเรื่องที่จะต้องอบรม ไม่ใช่เป็นเรื่องที่จะมุ่งหน้ารีบร้อน  
ทำเป็นวัน หรือหลาย ๆ วัน โดยไม่เข้าใจในเหตุปัจจัยว่า สติที่เป็นสัมมาสติจะเกิดได้  
ต้องอาศัยความเข้าใจจริง ๆ แม้แต่ลักษณะของสภาพสิ่งที่ปรากฏทางตา เพื่อที่ว่า  
สติจะระลึกได้ และศึกษาพิจารณาให้ถูก เพื่อรู้ลักษณะของสภาพธรรมแต่ละทาง  
ตามความเป็นจริง

สำหรับทางตา ในขณะนี้เอง หรือขณะไหนก็ตามที่มีการเห็น สติเกิดได้ทั้งนั้น  
ที่จะระลึกว่า เป็นเพียงสิ่งที่ปรากฏ และเมื่อระลึกว่าเป็นเพียงสิ่งที่ปรากฏ  
จะสังเกตได้ว่า ขณะนั้นไม่ได้สนใจในสี เพราะไม่ได้ดูเลยว่า สีเหลือง สีฟ้า สีน้ำเงิน  
สีแดงนั้นเป็นโต๊ะ หรือเป็นเก้าอี้ หรือเป็นหนังสือ เพราะว่าเป็นเพียงสิ่งที่ปรากฏทางตา

**ผู้ฟัง** สิ่งทีปรากฏทางตา ธรรมที่ปรากฏทางตาได้เท่านั้น ฟังแล้วฟังอีก  
ก็ไม่เบื่อ ได้ความหมาย ได้ความเข้าใจเพิ่มขึ้น แม้กระทั่งเมื่อที่อาจารย์บรรยายไป  
ก็ได้ความเข้าใจเพิ่มขึ้นไปอีก ทั้ง ๆ ที่ฟังแล้วฟังอีก ฟังแล้วฟังเล่า

ผมพูดได้เลยว่า ผมสนใจที่สุดในเรื่องสิ่งที่ปรากฏทางตา

**ส.** เป็นสิ่งสำคัญ เพราะว่ามี การเห็นเนื่อง ๆ บ่อย ๆ ตลอดชีวิต  
เพราะฉะนั้น หนทางเดียว คือ สติเกิด และเข้าใจจริง ๆ ว่า สิ่งทีปรากฏทางตานั้น  
คือ ขณะที่ไม่ได้สนใจในสี ซึ่งถ้าสนใจขณะใด ขณะนั้นจะเป็นรูปร่างสัญญาณทันที  
เมื่อเป็นรูปร่างสัญญาณ ก็จะมีอัตตสัญญา ความทรงจำว่า สัญฐานนั้นเป็นอะไร  
เพราะฉะนั้น เป็นหนทางที่จะคลายอัตตสัญญา แม้ในขณะที่ฟังก็เริ่มได้แล้ว  
สำหรับสติที่จะเกิด เมื่อมีเหตุปัจจัยก็เกิด และรู้ว่าเป็นเพียงสิ่งที่ปรากฏทางตาเท่านั้น  
และจะรู้ได้ว่า เพราะละคลายความสนใจในสี

ถูกหรือผิด ลองดู ขณะนี้ ไม่ได้สนใจในสีอันเลย เป็นเพียงสิ่งที่ปรากฏทางตา  
เท่านั้น ค่อย ๆ เข้าใจว่า นี่เป็นสภาพธรรมอย่างหนึ่ง และไม่มีการบังคับสติ



สติปัญญานจะเกิดเมื่อมีเหตุปัจจัย คือ ความเข้าใจเรื่องของนามธรรมและรูปธรรมทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจยิ่งขึ้น

ถ. ผมเองมีการพิจารณาอย่างนี้ ขอให้ท่านอาจารย์ช่วยวิเคราะห์ด้วยว่าเป็นหนทางซึ่งคลาดเคลื่อนไปหรือเปล่า คือ ตั้งแต่ได้ฟังว่า สิ่งปรากฏทางตานั่นคือสีเท่านั้น ผมก็แปลกใจว่าเป็นไปได้อย่างไร ใช้สติปัญญา นั่งไตร่ตรองอยู่นานจนกระทั่งวันหนึ่งมีโอกาสสมองทะลุหน้าต่างไป เห็นใบไม้ติดกับท้องฟ้าซึ่งเป็นสีขาว ทำให้ได้พิจารณาตอนนั้นว่า การเห็นจะปรากฏได้ต่อเมื่อมีสีติดกันอย่างน้อย ๒ สี เช่น ผมมองไปข้างหน้าเวลานี้จะเห็นได้ชัดว่า ที่ผนังเป็นสีเขียวสีเขียว และมีเส้นสีดำติดเป็นแนวอยู่ เพราะการติดของ ๒ สีนี้ เราจึงเห็นว่ามีวัตถุปรากฏขึ้น

ผมก็พิจารณาว่า คงจะเป็นเช่นนั้นที่เรียกว่า เห็นแต่สีเท่านั้น เพราะถ้าเป็นสีเขียวแล้ว เราจะไม่เห็นอะไรเลย ไม่มีอะไรปรากฏเลย นอกจากสีนั้นเท่านั้น เราจะเห็นรูปสัณฐานอื่น ๆ ได้ ต้องมีสีปรากฏอย่างน้อย ๒ สีติดกัน และการติดกันในรูปลักษณะต่าง ๆ ทำให้เราเห็นเป็นสัณฐานของสิ่งนั้นเกิดขึ้น

สรุปได้ว่า เป็นเพราะมีสีมาประกอบหลาย ๆ สี เราจึงเห็นเป็นลวดลายเป็นสัณฐาน เป็นสัตว์ เป็นบุคคลขึ้นมาได้ และการเคลื่อนไหวนั้นเราก็ก็นั่น สิ่งนี้มีชีวิต สิ่งนี้ไม่มีชีวิต ผมพิจารณาเช่นนั้น ไม่ทราบว่าจะถูกต้องหรือเปล่า

หลักของการเห็น ผมจำได้ไม่หมด คือ มีแสงสว่าง ๑ มีสี ๑ มีเจตนาที่จะดู ๑ ซึ่งผมจำได้ตรงนี้ว่า การเห็นจะปรากฏต้องมีสีซึ่งต่างกัน ๒ สี ไม่อย่างนั้นไม่มีอะไรปรากฏ

สุ. ต้องมีจักขุประสาท และมีรูปารมณฺ์ ซึ่งในพระไตรปิฎกจริง ๆ จะไม่แสดงเรื่องของอาโลกะ คือ แสงสว่าง จะมีเพียง ๓ ปัจจัยเท่านั้น คือ จักขุประสาท รูปารมณฺ์ และมนสิการ ซึ่งได้แก่ ปัญจทวาราวชชนจิต ที่เป็นวิธปฏิบัติทกมนสิการ แสดงไว้โดยตรงว่า ไม่ใช่ได้แก่เจตนา แต่ได้แก่ปัญจทวาราวชชนจิต ซึ่งต้องเกิดก่อนจักขุวิญญาณ ถ้าปัญจทวาราวชชนจิตไม่เกิด จักขุวิญญาณเกิดไม่ได้



ถ้าคิดถึงสภาพธรรมที่ปรากฏทางตา โดยที่ว่าจะเป็นผู้สัมผัสอะไรก็ตามแต่ สิ่งที่สามารถกระทบกับจักขุปสาทและปรากฏ ถ้าไม่นึกถึงการตัดกันของท้องฟ้า กับใบไม้ ก็จะไม่มีการสัมผัส จะไม่มีท้องฟ้า ซึ่งขณะที่เป็นใบไม้เป็นอรรถัตตสัญญา

ในวันหนึ่ง ๆ จะเห็นได้ว่า การที่เราเห็นว่า เป็นคน เป็นวัตถุ เป็นสิ่งใดก็ตาม ขณะนั้นต้องมีการใส่ใจสนใจในสิ่งซึ่งเป็นรูปร่างสัณฐาน โดยที่ขณะนั้นสติไม่ได้ระลึกว่าเป็นเพียงสิ่งที่ปรากฏทางตา เพราะฉะนั้น ลึกลงไปของสภาพธรรมที่ปรากฏเป็นสี และลักษณะที่แท้จริงของสีเป็นเพียงสิ่งที่ปรากฏทางตา

หรือลักษณะที่แท้จริงของเสียง อย่างเสียงทุกคนก็รู้ เป็นสภาพที่ปรากฏทางหู ทำไมต้องอบรมเจริญปัญญาที่จะค่อย ๆ รู้ว่า เป็นแต่เพียงธาตุชนิดหนึ่ง หรือเป็น รูปชนิดหนึ่ง เป็นสภาพธรรมชนิดหนึ่งซึ่งปรากฏเมื่อกระทบกับโสตรปสาท ซึ่งเวลาที่ สติเกิดจริง ๆ ไม่ใช่ระลึกยาวอย่างนี้ แต่การที่สติจะเกิดระลึกที่เสียงได้ก็เมื่อรู้ว่า เสียงไม่ใช่การคิดเป็นคำ ๆ เสียงเป็นแต่เพียงสิ่งที่ใช้คำว่า ดัง หรือว่าสูง ๆ ต่ำ ๆ ก็ได้ เพราะฉะนั้น ทางหูมีเสียงสูง ๆ ต่ำ ๆ มากมายหลายเสียง ทำให้เกิดภาษาต่าง ๆ แม้แต่ภาษาเดียว คำต่าง ๆ ก็ต้องใช้เสียงต่าง ๆ แสดงให้เห็นถึงความต่างของเสียง ซึ่งโสตรวิญญูณได้ยินเสียง แต่โสตรวิญญูณไม่ได้รู้ความหมายของเสียงสูง ๆ ต่ำ ๆ นั้น ฉะนั้น ทางตาซึ่งปรากฏเป็นสีมากมายหลายสี ขณะใดที่ใส่ใจสนใจในสีต่าง ๆ ขณะนั้นจะทำให้เกิดอรรถัตตสัญญา การจำหมายในสัณฐานว่า สีต่าง ๆ นั้นเป็นอะไร

เช่นเดียวกับทางหู การที่ใส่ใจในเสียงสูง ๆ ต่ำ ๆ ก็ทำให้เข้าใจในอรรถ ในความหมายของเสียงสูง ๆ ต่ำ ๆ ว่า เสียงสูง ๆ ต่ำ ๆ นั้นมีความหมายว่าอะไร เพราะว่าภาษาหนึ่งกับอีกภาษาหนึ่ง ทั้ง ๆ ที่เสียงก็มีเพียงแค่สูง ๆ ต่ำ ๆ ซึ่งก็คงมี ไม่ใช่เสียงเท่าไร แต่ก็ออกมาเป็นภาษาต่าง ๆ ความหมายต่าง ๆ ได้จากเสียงสูง ๆ ต่ำ ๆ ทำให้เกิดการยึดถือเรื่องราวที่ได้ยินได้ฟังขึ้น เป็นเรื่องของบุคคลต่าง ๆ เป็นเหตุการณ์ต่าง ๆ ทางหู ฉะนั้น ทางตาก็คงเพราะสีต่าง ๆ นั้นเอง จึงทำให้มีความสนใจ ซึ่งเวลาที่ สนใจในสี ก็ทำให้เกิดความทรงจำในรูปร่างสัณฐาน



ต่อไปนี่ ก็มีทางที่จะละคลายการยึดถือสภาพธรรมที่ปรากฏทางตาว่า เป็นสิ่งหนึ่งสิ่งใด โดยไม่ใส่ใจในนิमितและอนุพยัญชนะ คือ ในสิ่งที่ต่าง ๆ

เพราะฉะนั้น ที่จะไม่เป็นนิมิตอนุพยัญชนะได้ คือ ไม่ใส่ใจในสิ่งที่ต่าง ๆ เพราะ รู้ความจริงว่า ไม่ว่าจะเป็ นสื่ออะไรก็ตาม ก็เป็นเพียงสิ่งที่ปรากฏทางตาเท่านั้น และ สิ่งที่ปรากฏทางตาก็เกิดดับสลับเร็วมากจึงทำให้ปรากฏเหมือนกับว่าเป็นคนเดิน หรือ เป็นการเคลื่อนไหว เป็นพั ดลมหมุ น เป็นสิ่งที่กำลังเคลื่อนไหวต่าง ๆ แต่โดยสภาพ ความจริงแล้ว เป็นเพียงสิ่งที่ปรากฏทางตา

การที่เห็นเป็นพั ดลมหมุ น ก็ต้องเป็นการสนใจในสิ่งที่ต่าง ๆ ในขณะนั้นเหมือนกัน จึงทำให้เกิดเป็นอึดอัดสัญญาขึ้น

ถ. ผมขอเรียนว่า สิ่งที่ปรากฏทางตายังไม่บังเกิดกับผมเลยที่จะเป็น รูปธรรมหรือนามธรรม แต่ว่ามีบางสิ่งบางอย่างเกี่ยวกับสิ่งที่ปรากฏทางตานี้เกิดขึ้นกับ ผมหลายครั้ง แต่ยังไม่เป็นรูปธรรมนามธรรม ยกตัวอย่างเมื่อครูนี้นะขณะที่สวดมนต์ เนื่องจากเป็นผู้เคยนั่งสมาธิมาก่อน ในขณะที่สวดมนต์นั้นสติก็เกิด ปากก็สวดมนต์ แต่ใจก็คิดเรื่องอะไรไป ตามองเห็นอะไรก็คิดไปว่า พระพุทธรูปอย่างนั้น องค์นั้น สีนั้น ปางนั้น จึงหลับตาเพื่อจะได้มีสมาธิในการสวดมนต์ จะได้ระลึกถึงพระพุทธรูปคุณ พระธรรมคุณ พระสังฆคุณ หรือน้อมเคารพองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ในขณะที่ ที่หลับตานั่น ผมคิดว่า สติเกิดว่า ในขณะที่โลภะตามมาแล้ว หลับตาเพื่อที่จะให้มี สมาธิมั่นคง จะได้เจริญกุศลมาก ๆ มีสมาธิ มีสติที่จะสวดมนต์ หรือระลึกถึงพระพุทธรูปคุณ พระธรรมคุณ พระสงฆ์ได้มาก ๆ อาจารย์คิดว่า ในขณะนั้นเป็นสติอย่างหนึ่ง แต่ไม่ใช่ รูปธรรมนามธรรม ใช่ไหม

ส. เป็นโลกของความคิด สติมีหลายระดับขึ้น ถ้าความคิดนั้นเป็นการตรึก ที่เป็นสัมมาสังกัปปะ คือ เป็นกุศล ขณะนั้นเป็นระดับขั้นของความคิดที่เป็นกุศลจิต ที่ไม่ใช่สัมมาสังกัปปะในมรรคมรรค ๘

การเจริญสติปัฏฐาน จะทำให้เริ่มรู้จักลักษณะที่ต่างกันของโลกปรมาตถธรรมกับ โลกของความคิดนึก เราจะใช้คำว่า บัญญัติธรรม หรือสมมติสัจจะ หรืออะไรก็ได้



แต่ให้ทราบว่า ที่ทุกคนมีชีวิตอยู่ในโลกนี้ จริง ๆ แล้วมีแต่นามธรรมและรูปธรรม ซึ่งเป็นปรมาณู แต่มีนามธรรมชนิดหนึ่งที่คิดหลังจากเห็น คิดหลังจากได้ยิน คิดหลังจากได้กลิ่น คิดหลังจากลิ้มรส คิดหลังจากกระทบสัมผัส และคิดถึงเรื่องราวต่าง ๆ อย่างเวลาที่เห็นพระพุทธรูป ขณะนั้นคิดถึงปางต่าง ๆ นี่เป็นโลกของความคิด ซึ่งมากกว่าโลกของปรมาณูธรรม เพราะที่จริงแล้ว เห็นนั้นดับ สิ่งที่ปรากฏทางตาก็ดับ แต่ความคิดเรื่องพระพุทธรูปปางต่าง ๆ ยาวกว่าการเห็นทางตาและสิ่งที่ปรากฏทางตา ซึ่งดับไปแล้ว

จะเห็นได้ว่า ที่ปรากฏเป็นโลก ประกอบด้วยบุคคลมากหน้าหลายตา แม้แต่พระพุทธรูปก็มีปางต่าง ๆ นั้น เป็นโลกของความคิดนี้ ซึ่งความจริงแล้วเป็นเพียงชั่วขณะจิตที่เกิดขึ้นหลังจากเห็น







๑๖๔๓

ที่ห้องประชุมตึกสภากาการศึกษามหามกุฏราชวิทยาลัย

วันอาทิตย์ที่ ๑๐ พฤษภาคม ๒๕๓๐



ถ. เนื่องจากจิตเกิดดับสลับกันไปมาอย่างรวดเร็ว ในขณะที่สวدمนตร์และหลับตา คิดว่าสติเกิดขึ้นระลึกรู้ว่า โลภะแทรกเข้ามาเพื่อที่จะได้สวدمนตร์ด้วยความมั่นคง ขณะนั้นอาจารย์ว่าเป็นโลภะหรือเปล่าที่อยากจะได้เจริญกุศลมาก ๆ

สุ. เป็นเรื่องของจิต กุศลจิตเป็นเรื่องที่ประกอบด้วยศรัทธา และโสมณ-  
สาธารณเจตสิกอื่น ๆ ซึ่งจะเห็นได้ว่า มีทั้งสติที่ระลึกได้ มีทั้งศรัทธา สภาพที่ผ่องใส  
และมีสภาพที่เป็นหิริ ความรังเกียจอกุศล และมีโอตตปปะซึ่งเป็นสภาพที่เกรงกลัว  
อกุศล ถอยกลับจากอกุศล เพราะฉะนั้น ขณะนั้นจิตเกิดดับนับไม่ถ้วน ไม่มีใคร  
สามารถที่จะกล่าวหรือยืนยันได้ว่า จิตของใครเป็นโลภะ หรือจิตของใครเป็นกุศล  
แต่โดยการเป็นผู้ที่มีปกติเจริญสติปัฏฐาน จะทำให้ลักษณะของสภาพธรรมที่เกิดขึ้น  
ในชีวิตประจำวันสามารถที่สติจะค่อย ๆ ระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมนั้นได้  
ด้วยตัวเองว่า ขณะนั้นเป็นกุศลจิตที่ถอยกลับจากอกุศล เพราะว่ามัวคิดเรื่องอื่น  
แทนที่จะน้อมระลึกถึงพระพุทธคุณ พระธรรมคุณ พระสังฆคุณ ถ้าเป็นอย่างนั้น  
เป็นกุศลที่จะน้อมระลึกถึงพระพุทธคุณ พระธรรมคุณ พระสังฆคุณ แต่ถ้าไม่ใช่  
ก็กลายเป็นความต้องการกุศล เป็นโลภะ ซึ่งเกิดดับสลับกันเร็วจริง ๆ แต่ใครจะไปรู้  
จิตของคนอื่นซึ่งก็ดับไปแล้ว ไซ้ไหม

ผู้ฟัง ผมคิดว่า ถ้าหากทุก ๆ ท่าน มีสติเกิดในขั้นต่าง ๆ ช่วยกรุณามาเรียน  
ให้ท่านผู้ฟังหรือผู้ที่สนใจในธรรมทราบ จะเป็นประโยชน์กับท่านผู้ฟังมาก

สุ. ลักษณะของความเป็นตัวตน ท่านผู้ฟังจะเห็นได้ว่า แน่น เพียบ  
อยู่ตลอดเวลา ไม่ว่าจะคิดอะไร ไม่ว่าจะทำอะไรทั้งนั้น ตั้งแต่เข้ามาจนกระทั่งถึง  
เดี๋ยวนี้ ถ้าสติไม่เกิดที่เป็นสติปัฏฐานจะรู้บ้างไหมว่า เป็นโลภะเท่าไร



เป็นชีวิตประจำวันจริง ๆ ที่เมื่อลืมตาตื่นขึ้นมา ก็เป็นโลภะประเภทต่าง ๆ และเป็นโทสะคันสลับบ้างเล็กน้อย และเป็นอกุศลประเภทต่าง ๆ ถ้าสติไม่เกิดขึ้น จะไม่มีวันรู้เลย เพราะชิน และเป็นอย่างนี้ทุกวัน ไหลเรื่อยตั้งแต่ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ เพราะฉะนั้น อาศัยสติที่ระลึก ช่วงขณะใดที่สติเกิด และระลึก ช่วงขณะนั้นเป็นกระแสที่กั้นลักษณะของอกุศลธรรมในวันหนึ่ง ๆ จริง ๆ ที่จะเกิดระลึกขึ้นมาได้ ถ้าเป็นสติปัฏฐานก็ระลึกลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏทางหนึ่งทางใด เพราะฉะนั้น ในขณะที่เมื่อที่ผ่านไป สภาพธรรมจริง ๆ มากมาย ทางตาและกิดนึก และต้องการที่จะเป็นกุศล หรือต้องการที่จะระลึกถึง พระพุทธคุณ พระธรรมคุณ ด้วยความศรัทธายิ่งขึ้นไม่ใช่ปล่อยให้เป็นอกุศลตลอดไปต่อไปเรื่อย ๆ หรืออะไรอย่างนั้น

จะเห็นได้ว่า ช่วงขณะที่สติเกิด เป็นช่วงขณะที่เล็กน้อยและสั้นมาก และก่อนที่จะได้ฟังประโยคนี้อีกไม่ทราบว่าเป็นกุศลหรือเป็นอกุศลประการใด แต่ให้ทราบว่า เวลาที่ฟังธรรม ก็ยังเป็นโอกาสที่จะได้รับฟังเรื่องของสภาพธรรมและพิจารณาให้เข้าใจว่า ในวันหนึ่ง ๆ ที่เป็นกุศลจริง ๆ ที่จะกั้นกระแสของอกุศลได้มากกว่ากุศลประเภทอื่น ก็คือ สติปัฏฐาน ซึ่งระลึกลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏในขณะนั้น

ถ้าเมื่อไหร่หลับตา ขณะต่าง ๆ ผ่านไปหมดแล้ว ไม่ต้องกังวลเลย เพราะว่าจิตเกิดเพียงช่วงขณะเดียว สภาพธรรมปรากฏก็เพียงช่วงขณะเดียว เพราะฉะนั้น สติระลึกลักษณะของสิ่งที่ปรากฏในขณะนั้น ไม่ว่าจะเป็นกุศลหรืออกุศล จนกว่าความรู้ในลักษณะของสภาพธรรมที่เป็นอกุศลจะชัดขึ้น หรือรู้ในลักษณะที่เป็นกุศลชัดขึ้น สามารถที่จะแยกออกได้ว่า ขณะไหนเป็นกุศล และขณะไหนเป็นอกุศล แต่ต้องเป็นผู้ที่มีปกติเจริญสติปัฏฐานเท่านั้น จึงจะเห็นลักษณะของสติขั้นต่าง ๆ เพิ่มขึ้น

**ผู้ฟัง** เรื่องอัตตสังขยา ความสำคัญว่าเป็นตัวเป็นตน เป็นเรา เป็นเขา เป็นเรื่องที่มีอยู่เป็นประจำทุกลมหายใจเข้าออก เมื่อปลายเดือนที่แล้วจนกระทั่งถึงต้นเดือนนี้ ผมประสบกับสิ่งที่ไม่พึงปรารถนา รู้สึกว่าในใจมีแต่ตัวตน มีเขา มีคนโน้น คนนี้อยู่ตลอดเวลา ซึ่งความคิดอย่างนี้ไม่ได้ช่วยอะไรได้เลย มีแต่จะนำมาซึ่งความ



ทุกข์ โทมนัส โสกะ ปริเทวะ ความรำไรรำพัน ซึ่งไม่ตรงกับหลักของมหาสติปัฏฐานที่ท่านบอกว่า หนทางเดียวนี้เท่านั้นที่จะเป็นทางดับทุกข์ โทมนัส ความโศก ปริเทวะ ความรำไรรำพันได้ แต่เพราะเราเพียงจำ เพียงเข้าใจบ้าง แต่ไม่ประจักษ์ ทำให้เดือดร้อน ทุกข์ทรมานตลอดเวลาจนแทบจะตั้งตัวไม่ติด หรือไม่สามารถจะระลึกถึงธรรมได้เลย พุดได้ว่า ตลอดเวลาเป็นอกุศล

ผมมาได้สติจากเพื่อนฝูงบ้าง จากท่านอาจารย์บ้าง ได้ฟังเทศธรรมก็ฟังบ้าง ไม่ฟังบ้าง รู้เรื่องบ้าง ไม่รู้เรื่องบ้าง แต่ทำให้เกิดระลึกได้ว่า ที่เราระลึกนึกถึงคนนั้น คนนี้ สัตว์ สังขาร สิ่งนั้นสิ่งนี้ว่า เป็นเรา เป็นเขา เป็นตัวเป็นตนนั้น เป็นเรื่องที่เรานึกเอาทั้งนั้น ความจริงไม่ใช่ ขณะที่จิตนึกถึงก็มีสติระลึกได้บ้างว่า เป็นสภาพธรรมชนิดหนึ่งที่เกิดขึ้น เป็นนามธรรมชนิดหนึ่งที่เกิดขึ้นให้ระลึกถึง ระลึกถึงได้ตอนนี้ สติเกิดขึ้นตอนนี้ เราไม่ไปสร้างถึงคนนั้นเป็นอย่างนั้น คนนี้เป็นอย่างนี้ เป็นเรา เป็นเขา อย่างนั้น อย่างนี้ ก็ทำให้คลายความทุกข์ความโทมนัสลงได้บ้าง ผมประสບอย่างนี้ จะเป็นแนวทางที่เป็นไปได้แค่ไหนเพียงใดหรือเปล่า

ส. นี่เป็นประโยชน์ของการรู้ว่า ไม่ใช่ตัวตน แม้แต่เพียงในขั้นของการฟัง คือ ฟังมาโดยตลอดว่า ไม่มีสัตว์ ไม่มีบุคคล ไม่มีตัวตน แต่เห็นที่ไรก็เผลอหลงลืมสติ เพราะสติไม่เกิด จึงไม่ได้ระลึกว่า สิ่งที่ปรากฏทางตาเป็นแต่เพียงสภาพธรรมอย่างหนึ่ง เวลาได้ยินเสียงก็หลงลืมสติ ไม่ได้ระลึกว่า ขณะที่ได้ยินเสียงก็เป็นชั่วขณะจิตเดียว คือ ย่อโลกที่กว้างใหญ่และเต็มไปด้วยสัตว์บุคคลตัวตนทั้งหลาย เหลือเป็นแต่เพียงจิตขณะหนึ่งซึ่งเกิดขึ้นรู้สภาพธรรมเพียงลักษณะเดียว ไม่ว่าจะเป็นรูปหรือเป็นนามอะไร ก็เป็นเพียงสภาพธรรมที่มีอายุที่สั้นมาก และดับไปทั้งนั้น

นี่คือเรื่องของการฟัง ฟังบ่อย ๆ ฟังไปเรื่อย ๆ จนกว่าสติเกิดเมื่อไร ก็จะพิจารณาลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏว่า เป็นสภาพธรรมแต่ละอย่างที่มีอายุที่สั้นมากจริง ๆ จึงไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน



แต่ถ้าไม่อาศัยการฟังพระธรรมเลยในเรื่องของอนัตตา ธรรมทั้งหลายไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ก็ยากที่จะระงับความโหม่นสหรือการยึดถือในสัตว์ ในบุคคล ในตัวตนได้

**ผู้ฟัง** เรื่องอรรถสัญญาเป็นเรื่องใหญ่มาก ที่ยังถอนหรือยังละความเห็นว่าเป็นตัวตนไม่ได้ ก็เพราะเราได้จำหมายว่าเป็นตัวตนมาหลายชาติแล้ว ถึงขนาดที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรงแสดงไว้ถึงการที่จะละอรรถสัญญา แม้กระทั่งได้อบรมเจริญสติปัฏฐานจนเป็นพระโสดาบันแล้ว ละได้แต่ทิฏฐิ แต่ยังละความเสียใจไม่ได้ อย่างที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าปรินิพพาน พระอานนท์ยังต้องเหนียวคันทวยร้องไห้ โศกเศร้าขนาดหนัก ขนาดท่านเป็นพระโสดาบัน เจริญสติปัฏฐานจนละทิฏฐิและละกิเลสได้มากมายแล้ว สำหรับพวกเราที่เพียงฟังอาจารย์ และจำมา มีความเข้าใจ เล็ก ๆ น้อย ๆ จึงยังช่วยอะไรไม่ได้ เพราะฉะนั้น อรรถสัญญายังมีมาก

อรรถสัญญา คือ ความเป็นตัวตนเป็นตน พระโสดาบันละได้แล้ว แต่ยังละความเสียใจไม่ได้ ยังมีที่จะแทรกเข้ามาอีก เพราะฉะนั้น เพื่อนสหายธรรมที่ได้รับ ความทุกข์ ก็เป็นแต่เพียงนำเอาธรรมเข้ามาเทียบเคียงเท่านั้น แต่ไม่ใช่ถึงขนาด ประจักษ์แจ้งว่า ไม่มีตัวไม่มีตนแล้ว ไม่ต้องไปเสียใจ เพราะขนาดพระโสดาบันท่าน ละความไม่มีตัวไม่มีตนได้แล้ว ท่านก็ยังเสียใจ

เรื่องอรรถสัญญา ผมอยากพูดต่อไปว่า เพราะว่าพวกเรายินยอมให้เขาหลอก ให้เห็นว่าเป็นตัวเป็นตน ซึ่งพระพุทธเจ้าทรงบอกไม่ได้เป็นตัวเป็นตน อย่างเมื่อวานนี้ สหายธรรมคนหนึ่งบอกว่าดูภาพยนตร์ เห็นคนกำลังป็นเขา หวาดเสียวมาก คนดูก็เป็นทุกข์ไปด้วยกลัวเขาจะตก แต่หลังจากนั้นเขามาแฉเบื้องหลังการถ่ายทำให้ดู ปรากฏว่า เขาถ่ายคนที่เดินบนพื้นเรียบ ๆ ธรรมดาเท่านั้น แสดงว่าโดนเขาหลอกให้ดู ก็เหมือนกับพวกเรา เห็นสิ่งที่ปรากฏทางตาก็ยึดว่าเป็นตัวเป็นตน ยังยินดีที่จะให้เขา หลอกว่าเป็นตัวเป็นตนอยู่นั่นเอง และเรากียึดอยู่อย่างนั้น เพราะเราเต็มใจ เหมือน เราดูภาพยนตร์ เราโดนเขาหลอก และเรากียึดใจให้เขาหลอกอยู่ทุกวัน

**ส.** แต่ไม่มีเราหรือตัวตน เป็นอวิชชา เป็นความไม่รู้ เป็นอกุศลทั้งหลาย จนกว่าจะอบรมเจริญปัญญาด้วยการฟังจริง ๆ และพิจารณาโดยละเอียดรอบคอบให้



เข้าใจในลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ ซึ่งเป็นสิ่งที่ยากที่จะเห็นสภาพที่เป็น อนัตตา ไม่ใช่ตัวตนจริง ๆ ของสิ่งที่กำลังปรากฏทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ แต่จากการที่ฟังและพิจารณาเนื่อง ๆ บ่อย ๆ ก็เป็น หนทางตรง หนทางที่จะทำให้สัมมาสติเกิด ระลึก และค่อย ๆ ศึกษาลักษณะของ สภาพธรรมไปเรื่อย ๆ

มีท่านผู้ฟังท่านหนึ่งบอกว่า ท่านฟังมา ๒๐ ปี แต่ท่านก็ยังไม่ได้อะไร ดิฉันก็ อนุโมทนา เพราะรู้ว่าต้องเป็นความจริงอย่างนั้น ไม่ใช่ว่าจะได้เป็นพระโสดาบันบุคคล ภายใน ๒๐ ปีที่ฟัง แต่หมายความว่า จะต้องค่อย ๆ เข้าใจขึ้น เข้าใจละเอียดขึ้น และรู้ว่าสภาพธรรมทั้งหลายเป็นอนัตตา เมื่อมีปัจจัยที่สติจะเกิดระลึกลักษณะของ สภาพธรรมเมื่อไร สติก็เกิด และปัญญาขั้นที่จะศึกษาพร้อมสติที่ระลึกลักษณะของ สภาพธรรมนั้นก็ค่อย ๆ เจริญขึ้น ซึ่งเป็นไปที่ละเล็กทีละน้อย ๆ จริง ๆ แต่ผลของการ เป็นผู้ที่มีการเจริญสติปัฏฐาน จะทำให้สติขั้นอื่นเกิดขึ้นด้วย

นี่เป็นสิ่งที่ควรที่จะเห็นคุณประโยชน์ของการฟังพระธรรม และสติแต่ละขั้น ก็จะไม่เกื้อกูล เพราะแม้ว่าจะไม่เป็นปัจจัยให้สติปัฏฐานเกิดได้เนื่อง ๆ บ่อย ๆ แต่ก็ยังเป็นปัจจัยที่จะเกื้อกูลให้สติ การระลึกได้ ขั้นอื่น ๆ เกิดขึ้น

แต่ละท่านคงจะสังเกตตัวเองได้ว่า กุศลเจริญขึ้นบ้างไหม ในประการใด ซึ่งแต่ก่อนนี้คงจะไม่เกิด แต่เมื่อได้ฟังพระธรรมมากขึ้น กุศลแต่ละทางก็จะค่อย ๆ เจริญขึ้น ทั้งทางกาย ทางวาจา ทางใจ เพราะฉะนั้น ควรที่จะเห็นคุณประโยชน์ ของสติที่ทำให้เกิดกุศลขั้นนั้น ๆ ด้วย แม้ว่ายังไม่ใช่ขั้นสติปัฏฐาน แต่สติที่เป็นขั้น สติปัฏฐานก็จะเกิดสลับกับสติที่เป็นกุศลขั้นอื่น ๆ ไปเรื่อย ๆ ในชีวิตประจำวัน

- ถ. สิ่งที่ปรากฏทางตา ปรากฏก่อนที่เราจะนึกว่าเป็นสีอะไร ใช่ไหม
- ส. ก่อนที่จะนึกถึงรูปร่างสัณฐาน เพราะว่าสิ่งที่ปรากฏทางตา ต้องเป็นสี ที่ปรากฏ
- ถ. หมายความว่า สิ่งที่ปรากฏทางตาเป็นสี
- ส. ที่เราเข้าใจว่า สีแดง สีขาว สีเขียว สีเหลือง ปรากฏทางไหน



ถ. ปราภฏทางตา

ส. ปราภฏทางตา เพราะฉะนั้น ความจริง สิปราภฏทางตา สิ่งที่ปราภฏทางตาเป็นสี ถูกไหม ถ้าไม่ใส่ใจในสีต่าง ๆ เพราะรู้ว่าเป็นสิ่งที่ปราภฏทางตา นี่คือการเห็นถูก ต้องรู้ว่าเป็นสิ่งที่ปราภฏทางตา ไม่สนใจว่าจะเป็นสีอะไร ทั้งหมดก็เป็นเพียงสิ่งที่ปราภฏทางตา

ไม่ใช่ว่าไม่มีสี มีสี และสีนั้นปราภฏทางตา ไม่ปราภฏทางหู แต่ไม่ใส่ใจในสีต่าง ๆ เพราะรู้ว่าเป็นเพียงสิ่งที่ปราภฏทางตา ต้องพิจารณาถึงสภาพของสติและปัญญาในขณะนั้นด้วยว่า เพราะรู้ว่าเป็นสิ่งที่ปราภฏทางตา

นี่เป็นความรู้ที่ต้องอบรมขึ้น จนกระทั่งมั่นใจว่าเป็นเพียงสิ่งที่ปราภฏทางตา เพราะถ้าไม่ใช่เป็นเพียงสิ่งที่ปราภฏทางตา ก็ต้องเป็นคนนั้น คนนี้ ต้องเป็นคุณนิภทรที่ยืนอยู่ที่นี่ แต่ถ้ารู้ว่าเป็นเพียงสิ่งที่ปราภฏทางตา ก็จะไม่สนใจว่าจะเป็นสีอะไรทั้งหมด ธาตุแท้ ลักษณะจริง ๆ ของสิ่งนั้น คือ เป็นเพียงสิ่งที่ปราภฏทางตาเท่านั้น

ถ. สิ่งที่ปราภฏทางตาต้องเป็นสีแน่ ๆ แต่เราไม่ต้องจำแนกว่าเป็นสีอะไร

ส. เพื่อที่จะไม่สนใจในสังขาร เพราะถ้าสนใจในสังขาร คือ สนใจในสีต่าง ๆ ก็จะปราภฏเป็นสังขารของสิ่งหนึ่งสิ่งใดตามความทรงจำที่เป็นอดีตสัญญา

ถ. ถ้าไปสนใจในสังขาร ก็ต้องปราภฏเป็นต้นไม้ ใบไม้ เป็นพระพุทธรูป เป็นตู้พระไตรปิฎก เป็นโต๊ะหมู่บูชา เป็นดอกไม้ เป็นอะไรไป

ส. ถูกต้อง โดยไม่รู้ว่าเป็นเพียงสิ่งที่ปราภฏ

ถ. รู้สึกว่า สิ่งที่ปราภฏทางตาที่ปราภฏ เป็นเรื่องเล็กน้อยเหลือเกิน

ส. ที่จริงแล้วสั้นมาก เพราะว่าดับไปอย่างรวดเร็ว และภวังคจิตค้นและมโนทวารวิถีก็จำในสีต่าง ๆ เป็นสังขาร เป็นรูปร่าง และมีความรู้สึกว่าเป็นอดีตสัญญา คือ เป็นสิ่งหนึ่งสิ่งใด

ถ. อดีตสัญญาจะปราภฏทันที โดยที่ข้ามไปเลย คือ แทนที่สติจะระลึกรู้ได้ ขณะที่สิ่งที่ปราภฏทางตาปราภฏ แต่ไปเห็นเป็นพระพุทธรูป เป็นดอกไม้ เป็นตู้พระไตรปิฎก



ส. เช่นเดียวกับทางหูที่ได้ยินเสียง แต่เข้าใจว่าได้ยินคำ แต่ความจริงคำ ต้องเป็นมโนทวารวิถีจิตที่นึกถึงบัญญัติ

ถ. ซึ่งเกิดทีหลัง

ส. เกิดทีหลังตั้งหลายวาระ เพราะว่าต้องมีภวังคจิตคั่นด้วย ทางหู จันไดที่ติดกันทันทีระหว่างได้ยินเสียงก็เข้าใจว่าได้ยินคำ ทางตาก็จันนั้น ที่เห็นสิ่งที่ปรากฏทางตา แม้ว่าจะเป็นสีสันต่าง ๆ แต่ก็เข้าใจทันทีว่า เห็นคน เห็นวัตถุต่าง ๆ

การที่จะเอาอัตตสัญญาออกจากทางตา ทางหู ก็โดยนัยเดียวกัน ถ้าเข้าใจถึงความรวดเร็วว่า ทางหู โสตทวารวิถีจิต ขวนวิถีจิตไม่ได้รู้ความหมายของเสียงนั้นเลย ต่อเมื่อเสียงดับไปแล้ว ภวังคจิตเกิดคั่น มโนทวารวิถีจิตก็รับรู้ปรมาตถอารมณ์ คือเสียงนั้นต่อวาระหนึ่ง และภวังคจิตก็เกิดคั่น และมโนทวารวิถีจิตวาระต่อไปจึงนึกถึงความหมายของเสียง

ทางตาก็มเหมือนกัน รวดเร็วอย่างนั้น รูปารมณ์ต้องดับก่อน เวลานี้ก็กำลังดับแต่มโนทวารวิถีจิตซึ่งเกิดสืบต่อจากรูปารมณ์ฐานทันที เหมือนกับการนึกถึงความหมายของเสียงสูงต่ำ นึกถึงคำต่าง ๆ ทันทีที่ได้ยินทางหู จันได ทางตา ทั้ง ๆ ที่รูปารมณ์ดับแล้ว แต่ทางใจก็นึกถึงรูปารมณ์ฐาน จึงทำให้ปรากฏว่า เป็นคน เป็นสัตว์ต่าง ๆ





๑๖๔๔

ที่ห้องประชุมตึกสภากาการศึกษามหาวิทยาลัย

วันที่ ๑๐ พฤษภาคม ๒๕๓๐



ถ. สติปัฏฐานทั้ง ๔ นี้ ที่สติเกิดระลึกที่ลักษณะทั้ง ๔ อย่างนี้ เวลาที่สติเกิดจริง ๆ ก็ระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏเหมือนกันทั้งหมด ใช่ไหม

สุ. ที่ละทาง ที่ละทวาร เพราะว่าสติปัฏฐาน ๔ ได้แก่ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน แม้ว่าไม่แสดงโดยนิเทศ คือ โดยละเอียด เพียงโดยอุเทศ คือ โดยหัวข้อว่า กาย ตั้งแต่ศีรษะตลอดเท้าก็เป็นเครื่องที่จะให้สติระลึกเพราะยึดถือว่า เป็นร่างกายของเรา และเวทนา ความรู้สึก ก็มีอยู่ตลอดเวลา แต่ก็เปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลาเหมือนกัน เดี่ยวสุข เดี่ยวทุกข์ เดี่ยวเฉย ๆ เพราะฉะนั้น เป็นสิ่งที่สติจะระลึกได้ว่า เป็นสภาพธรรมอย่างหนึ่ง จิตก็มีมากมายหลายประเภท เห็นก็เป็นจิตชนิดหนึ่ง ได้ยินก็เป็นจิตชนิดหนึ่ง คิดนึกก็เป็นจิตชนิดหนึ่ง เพราะฉะนั้น เป็นสภาพธรรมควรที่สติจะระลึก เพื่อรู้ในความไม่ใช่ตัวตน ความเกิดขึ้นและดับไป

และธรรมทั้งหลาย คือ สิ่งที่ปรากฏทางทวารทั้ง ๖ เวลาที่สติเกิด จะไม่มีความเป็นตัวตนทั้งก่อนทั้งแท่งที่เป็นเรา เช่น ไม่มีการนึกถึงตั้งแต่ศีรษะตลอดเท้า ในขณะที่กำลังเห็น จะมีแต่เพียงลักษณะของสิ่งที่ปรากฏกับจิตเห็น สภาพที่กำลังเห็นเท่านั้น ในขณะที่กำลังได้ยินเสียงก็ไม่ไปนึกจำถึงศีรษะตลอดเท้า เอาไว้ และไม่ต้องนึกถึงโสทปสาทว่าอยู่ตรงนั้นตรงนี้ด้วย เพราะว่าเป็นแต่เพียงความคิด ไม่ใช่การรู้ลักษณะของรูปนั้นจริง ๆ ในขณะที่กำลังได้ยินเสียง เสียงมีแน่นอน เป็นสภาพธรรมอย่างหนึ่งปรากฏกับจิต คือ สภาพธรรมที่กำลังรู้เสียง

เพราะฉะนั้น ที่ไม่ใช่ตัวตน คือ ไม่มีเรา ไม่มีรูปตั้งแต่ศีรษะตลอดเท้า ไม่มีอย่างอื่นเลย ชั่วขณะที่ได้ยินนั้นเป็นสภาพธรรมที่เพียงรู้เสียงที่ปรากฏ





เพราะฉะนั้น สติที่จะตัดความเป็นตัวตนออกได้ ก็โดยการที่ศึกษาลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏแต่ละทาง

ถ. เวลาสติระลึกลักษณะของรูปธรรม ถ้าเป็น ๗ รูปทางปัญจทวาร สติเกิดระลึกที่รูปธรรมใดรูปธรรมหนึ่ง โยนิโสมนสิการที่เกิดขึ้นท่านแสดงว่า บางครั้งอาจจะโน้มไปในกายานุปัสสนาสติปัฏฐานก็ได้ บางครั้งจะโน้มไปในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานก็ได้ ผมยังไม่เข้าใจความแยบคายในเรื่องนี้

ส. ถ้าใช้คำอย่างนี้ รู้สึกว่าจะเป็นวิขาการ คือ ยังโน้มไปที่กาย หรือที่เวทนา หรือที่จิต หรือที่ธรรม แต่ความจริงแล้วสภาพธรรมเกิดดับเร็วมาก

ในขณะนี้จะกำลังปรากฏ ถ้าเป็นทางตา เป็นสติปัฏฐานไหน ไม่จำเป็นต้องมาคิด ใช่มั้ย เพราะจะต้องอยู่ในสติปัฏฐานหนึ่งสติปัฏฐานใดใน ๔

สิ่งที่ปรากฏทางตา แล้วแต่ว่าจะเป็นการเห็นสิ่งที่ปรากฏทางตาที่เคยยึดถือว่าเป็นส่วนของกาย หรือว่าไม่ใช่ส่วนของกาย ใช่มั้ย ก็ไม่ใช่การที่เราจะต้องคิดว่า เราจะโน้มไปที่สติปัฏฐานไหน เพียงแต่ให้ทราบว่าการที่โลกจะปรากฏได้ ต้องอาศัยตา ๑ หู ๑ จมูก ๑ ลิ้น ๑ กาย ๑ ใจ ๑ และสภาพธรรมที่ปรากฏที่เห็น สภาพที่เห็นก็ดับเร็ว สิ่งที่ปรากฏทางตาก็คับเร็ว เพราะฉะนั้น ไม่จำเป็นต้องคิดถึงอย่างอื่นหรือเลือกอะไรเลย ศึกษาลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏ แล้วแต่สติจะระลึก

เช่น ในขณะนี้เอง แข็งมีปรากฏ เห็นมีปรากฏ ได้ยินมีปรากฏ เสียดมีปรากฏ แล้วแต่สติ จะเกิดสลับกันก็ได้ อย่างแข็งที่กำลังปรากฏ เล็กน้อยมากจริง ๆ ผู้ที่เคยยึดถือสภาพธรรมทั้งหมดตั้งแต่ศีรษะตลอดเท้าว่าเป็นเรา แต่เวลาที่กำลังพิจารณา ลักษณะของส่วนที่แข็งที่กำลังปรากฏจะเห็นได้เลยว่า ส่วนอื่นไม่ปรากฏ เป็นแต่เพียงความทรงจำว่ายังมีกายของเรา แต่ความจริงแล้วไม่มี คือ ย่อตัวเองให้เล็กลง ๆ เพื่อที่จะได้ไม่เป็นเรา หรือไม่เป็นตัวตนของเรา เป็นแต่เพียงรูปชนิดหนึ่งซึ่งปรากฏเพียงชั่วขณะที่กระทบเท่านั้น อย่างถ้าจะกระทบแข็งที่ส่วนหนึ่งส่วนใดของร่างกายตามความเป็นจริงเป็นอย่างนั้น หมายความว่าย่อลงมาจากกระทั่งไม่มีอะไรเหลือแล้ว เป็นแต่เพียงรูปนั้นเท่านั้นที่เกิดขึ้นแล้วปรากฏ แค่นั้นเอง จะเป็นเราได้อย่างไร



เพราะฉะนั้น จึงย่อทั้งนามและรูปทั้งหมดซึ่งเกิดดับอย่างรวดเร็วที่รวมกันเป็นกลุ่มเป็นก้อนให้เหลือเพียงส่วนที่ปรากฏเท่านั้นเอง ซึ่งจะต้องเป็นส่วนที่เล็กน้อยมาก

ถ. หมายความว่า เราไม่สามารถกำหนดว่า สติปัฏฐานที่เกิดขึ้นขณะนั้น เป็นสติปัฏฐานชนิดใด และไม่มีประโยชน์ด้วย ใช่ไหม

ส. ไม่จำเป็น เพราะว่าการที่ทรงแสดงสติปัฏฐาน ๔ เพื่อแสดงให้เห็นว่า ทุกอย่างเป็นสติปัฏฐานหนึ่งสติปัฏฐานใดใน ๔ สติปัฏฐาน และไม่ต้องกังวลเลย

ถ. อุตตสัณญญา สำหรับผู้ที่ไม่ใช่พระอรหันต์ ยังคงมีหลงเหลืออยู่ไหม

ส. หมายความว่าอย่างไร

ถ. ในพระไตรปิฎก บางครั้งท่านที่เป็นพระโสดาบันแล้ว เป็นพระสกทาคามีแล้ว ตอนที่พระองค์ทรงแสดงธรรมให้เป็นพระอนาคามี ทรงแสดงเรื่องขันธ ๕ ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่ของเรา ผมจึงสงสัยว่า ถ้าพระโสดาบันดับสัkkายทิฏฐิได้แล้ว อุตตสัณญญาที่ว่า เป็นเรายังคงเหลืออยู่ไหม

ส. จะต้องพิจารณาตามลำดับ เพราะว่าพระธรรมที่ทรงแสดงไว้ทรงแสดงโดยละเอียด เนื่องจากการยึดถือสภาพธรรมว่าเป็นสัตว์ เป็นบุคคล ลึกและละเอียดมาก มิฉะนั้นแล้วคงไม่ต้องทรงแสดงโดยละเอียดถึงอย่างนี้

แม้แต่ในเรื่องของวิปัสส ๓ ที่คุณณรงค์กำลังกล่าวถึงนี้ คงจะหมายความว่าถึงวิปัสส ๓ คือ สัญญาวิปัสส ๑ จิตตวิปัสส ๑ ทิฏฐิวิปัสส ๑ ในวัตถุที่ไม่เพียงว่าเพียง ๑ ในวัตถุที่เป็นทุกข์ว่าเป็นสุข ๑ ในวัตถุที่ไม่ใช่ตนคือไม่ใช่อัตตาว่าเป็นอัตตา ๑ ในวัตถุที่ไม่งามว่างาม ๑

ก่อนที่จะพูดถึงเรื่องการละวิปัสสทั้ง ๓ ควรที่จะพิจารณาว่า เป็นจริงอย่างไรใหม่ในชีวิตประจำวัน คือ นอกจากจะมีความเห็นผิดที่ยึดถือสภาพธรรมว่าเป็นสัตว์ เป็นบุคคล เป็นตัวตนแล้ว สภาพธรรมอื่นๆ ที่เกิดร่วมกับทิฏฐิเจตสิกก็วิปัสสไปด้วย แม้แต่จิตในขณะที่เกิดร่วมกับมิจฉาทิฏฐิ สัkkายทิฏฐิ ก็เป็นจิตตวิปัสส และสัญญาเจตสิกซึ่งเกิดกับจิตในขณะนั้นที่มีความเห็นผิด ก็เป็นสัญญาวิปัสส



จนกว่าจะอบรมเจริญปัญญาจนกระทั่งดับกิเลสเป็นลำดับ และดับวิปัสสาไปตามลำดับด้วย

สำหรับผู้ที่เป็นพระโสดาบันบุคคล ระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ และศึกษา สังเกต จนกระทั่งปัญญาเจริญขึ้นประจักษ์แจ้งลักษณะที่ไม่เพียงที่เกิดขึ้นและดับไปของนามธรรมและรูปธรรม จนกระทั่งวิปัสสนาญาณเกิดตามลำดับ สามารถละคลายความพอใจในสังขารธรรมและน้อมไปสู่พระนิพพาน ประจักษ์แจ้งพระนิพพานด้วยโลกุตตรจิต คือ โสตาปัตติมรรคจิตเกิดขึ้น ดับสัญญาวิปลาส จิตตวิปลาส ทิฏฐิวิปลาส ที่เห็นว่าเที่ยงในธรรมอันไม่เที่ยง และที่เห็นว่าเป็นตนในธรรมที่ไม่ใช่ตน คือ ดับความเห็นผิดซึ่งเกิดกับโลกมุลจิต ๔ ดวง ซึ่งในขณะที่ความเห็นผิดเกิดขึ้นเป็นทิฏฐิวิปลาส มีสัญญาวิปลาส มีจิตตวิปลาสด้วย เพราะฉะนั้น โสตาปัตติมรรคจิตดับวิปลาสทั้ง ๓ ที่เกิดร่วมกัน ทำให้ไม่เกิดอีกเลย

แสดงให้เห็นว่า ยากจริง ๆ ถ้าไม่รู้ถึงสภาพธรรมที่เป็นอกุศลธรรมโดยละเอียดว่า แม้แต่ทิฏฐิวิปลาสเกิดขึ้น สัญญาก็วิปลาสด้วย จิตก็วิปลาสด้วยในธรรม ๔ ประการนั้น

สำหรับพระโสดาบันบุคคล เมื่อดับทิฏฐิวิปลาส ก็ยังมีความยินดีพอใจในรูป ในเสียง ในกลิ่น ในรส ในโผฏฐัพพะเกิดขึ้น แม้ว่าไม่มีทิฏฐิวิปลาส แต่ก็ยังมีสัญญาวิปลาสและจิตตวิปลาสในขณะที่โลกมุลจิตเกิด แสดงให้เห็นว่า ยังมีความวิปลาสอยู่ แม้ว่าจะดับทิฏฐิแล้ว แต่ก็ยังมีสัญญาวิปลาสและจิตตวิปลาสในธรรมที่ไม่งามว่างามสำหรับพระโสดาบันและพระสกทาคามี ต่อเมื่อได้อบรมเจริญปัญญาจนสามารถรู้แจ้งอริยสัจธรรมเป็นพระอนาคามี ดับความยินดีพอใจในรูป ในเสียง ในกลิ่น ในรส ในโผฏฐัพพะ เมื่อนั้นก็ดับสัญญาวิปลาสและจิตตวิปลาสในสิ่งที่ไม่งามว่างามได้

สำหรับพระอนาคามีบุคคล ยังมีสัญญาวิปลาสและจิตตวิปลาสอยู่ ต่อเมื่อได้อบรมเจริญปัญญาจนถึงการบรรลุอริยสัจธรรมเป็นพระอรหันต์ จึงดับสัญญาวิปลาสและจิตตวิปลาสในธรรมที่เป็นทุกข์แต่เห็นว่าเป็นสุข



เพราะฉะนั้น ผู้ที่ยังเป็นปุถุชนต้องรู้ตามความเป็นจริงว่า ไม่ใช่มีแต่ ทัฬหีวิปัสสนาเท่านั้น ขณะใดที่ยินดีพอใจในรูป ในเสียง ในกลิ่น ในรส ในโผฏฐัพพะ แม้ว่าจะขณะนั้นไม่ได้มีมีจิตทัฬหีเกิดร่วมด้วย แต่จิตเป็นโลกมุลจิตทัฬหีจิตตวิปยุตต์ ขณะใด ขณะนั้นก็เป็ญญวิปัสสนาและจิตตวิปัสสนา

ถ. พระโสดาบันละวิปัสสนาทั้ง ๓ ได้ แต่ท่านยังละโลกทัฬหีจิตตวิปยุตต์ ไม่ได้ วิปัสสนาที่เกิดกับอกุศลจิตที่เป็นทัฬหีจิตตวิปยุตต์ ท่านไม่สำคัญผิดว่า มีสัตว์ มีบุคคล มีตัว มีตน มีเรา มีเขา อย่างนี้ใช่ไหม

ส. ดับหมดแล้ว เพียงแต่ยังสำคัญว่างามในสิ่งที่ไม่งาม

ถ. แต่ไม่ได้เห็นผิดเหมือนปุถุชนว่า ยังมีสัตว์ มีบุคคล มีตัวตน มีเรา มีเขา ที่เป็นของเที่ยง ของแน่นอน ไม่มีแล้ว

ส. ไม่มีเลย โลกมุลจิตทัฬหีจิตตวิปยุตต์ไม่เกิดกับพระโสดาบันบุคคลเลย

ถ. หมายความว่า ตราบใดที่กิเลสยังไม่หมด เมื่อกิเลสเกิด พระอริยบุคคล ที่ยังละกิเลสส่วนนั้นไม่ได้ ก็ยังเป็นเหตุเป็นปัจจัยให้สำคัญผิดได้เหมือนกัน

การศึกษาธรรม เราจะมุ่งหวังให้สติเกิด ผมว่าไม่ถูก ถ้าเราตั้งใจศึกษาธรรมให้ มีความเข้าใจถูกต้องตรงตามที่พระพุทธองค์ทรงสอนไว้ ให้มีความรู้ความเข้าใจ เพิ่มมากขึ้น ผมว่าเรื่องสติไม่ควรจะเป็นห่วง อย่างนี้จะเป็นการถูกต้องหรือเปล่า

ส. เป็นการถูกต้อง เพราะว่าเมื่อมีเหตุที่สมควรเมื่อไร ผลที่สมควรก็เกิด ไม่ต้องคอย และไม่ต้องหวัง เป็นผู้ที่รู้ลักษณะของสภาพธรรมที่เกิดกับตนตาม ความเป็นจริง แล้วแต่สติจะระลึกเมื่อไร ก็รู้สภาพธรรมนั้น ๆ เกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัย ไม่ต้องไปทำอย่างอื่นเลย

เคยสังเกตไหมว่า พระธรรมทำให้ความรักความชังลดน้อยลง หรือว่ายังเลย ความรักความชังในสัตว์ ในบุคคล ในญาติ ในมิตรสหาย ถ้ายังไม่ละคลายลงไปบ้าง ก็เท่ากับว่าใจยังไม่ค่อยไปในการเข้าใจและเห็นสภาพธรรมตามความเป็นจริง

การที่จะรู้ผลของธรรมที่ได้ฟัง มีได้หลายประการ นอกจากจะรู้ว่าสติปัญฐาน เกิดบ้างไหม ยังจะพิจารณาตนเองได้บ้างว่า สติขั้นอื่น ๆ เกิดเพิ่มขึ้นบ้างไหม หรือ



แม้แต่ขั้นความสงบของจิต ความเมตตาเกิดเพิ่มขึ้นบ้างไหม ความรักความซึ้งในบุคคลทั้งหลายลดลงไปบ้างไหม

ถ. พุดถึงความรักความซึ้งลดลงไปบ้างไหม อย่างเวลานี้ถ้ามารดาถึงแก่กรรมลงไป ความรักก็คงจะไม่มีเท่าไร เพราะท่านก็ชรามากแล้ว ก็รู้สึกเฉย ๆ คงจะไม่รู้สึกเสียใจเท่าไร แต่ถ้าลูกตายลงไปในขณะที่ ความรักความซึ้งก็คงจะไม่ไหว ทำให้ถึงต่างกันอย่างนี้ ทั้ง ๆ ที่เป็นสัตว์เป็นบุคคลเหมือนกัน

ส. ตามความเป็นจริง ถ้าเป็นปัญญาที่ถูกต้องจะรู้ว่า ผู้ที่เป็นมารดา หรือผู้ที่เป็นบุตร ก็เป็นเพียงชาตินี้ชาติเดียวเท่านั้นเอง เพราะว่าเมื่อผู้ที่เป็นมารดาสิ้นชีวิตลง น่าใจหายไหมที่จะไม่มีบุคคลผู้นั้นอีกเลย ไม่ว่าในโลกไหน ๆ ทั้งสิ้น คือ สิ้นสุดสภาพความเป็นบุคคลนั้นโดยแท้จริง โดยสิ้นเชิง และผู้ที่เป็นบุตรก็เหมือนกัน ถ้าสิ้นชีวิตลงในขณะใด จะไม่มีบุคคลนั้นซึ่งเคยเป็นบุตร ซึ่งเคยเป็นที่รักอีกเลย ไม่ว่าในโลกไหนทั้งนั้น เพราะว่ากรรมจะทำให้ปฏิสนธิจิตเกิดเป็นบุคคลใหม่ เพราะฉะนั้น จะกลับไปหามารดาบิดาก็ดี หรือบุตรธิดาซึ่งเป็นที่รักก็ดี ไม่ได้เลย ถ้าเริ่มรู้ความจริงตั้งแต่ตอนนี้จะทำให้คลายความรักความซึ้ง แต่เพิ่มความกตัญญู ความรู้คุณซึ่งท่านมีอุปการะเพิ่มขึ้น

ระหว่างมารดากับบุตร ใครมีอุปการะคุณมากกว่า

ถ. บุพพการีต้องมีมากกว่า

ส. ถ้าคิดอย่างนี้ กุศลจิตย่อมเกิด ไม่ต้องมีความรักในท่านทั้งสอง เพราะว่าความรักเป็นอกุศล แต่มีความเมตตา มีความหวังดี มีการที่จะมีปฏิการะ คือ การตอบแทนพระคุณของท่านซึ่งได้มีคุณต่อ

เพราะฉะนั้น ความรู้สึกที่มีต่อมารดาบิดาที่ประกอบด้วยปัญญาจะเปลี่ยนไป จากการผูกพันด้วยความรัก เป็นความกตัญญูที่เพิ่มขึ้น และจะทำให้เกิดกุศลจิตที่ใคร่จะกระทำทุกอย่างเพื่อท่าน ที่ได้เป็นผู้มีคุณต่อตนตั้งแต่เด็กจนโต และได้เกิดกุศลที่ถูกต้องตามความเป็นจริง คือ คลายความรัก แต่เจริญเมตตา และเป็นผู้มีความกตัญญู หรือพรหมวิหารกับบุคคลที่เกี่ยวข้องกันในชีวิต ซึ่งตามความเป็นจริง



น่าใจหายจริง ๆ ไม่ว่าใครก็ตามที่จากโลกนี้ไปโดยสถานใด ไม่ว่าจะโดยเคยเป็นมารดา บิดา ก็จะไม่มียึดแล้ว มีแต่พระคุณที่ท่านผู้นั้นได้เคยกระทำ เพราะฉะนั้น จิตจะไม่มี ความผูกพันเยื่อใยที่จะทำให้เกิดความเศร้าหมอง แต่จะทำให้เกิดการทำกุศลและอุทิศ ส่วนกุศลให้ท่านอนุโมทนา

ต้องเป็นอย่างนั้นแน่นอนในวันหนึ่ง และถ้าคิดได้ รู้สภาพความจริงตั้งแต่ ในขณะนี้ว่า แท้ที่จริงแล้วไม่ต้องคอยจนถึงสิ้นชีวิต แม้ในขณะนี้ก็มีทั้งเราทั้งเขา เป็นแต่เพียงสภาพธรรมที่เกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัย และดับไปเท่านั้นเอง แต่มีความสัมพันธ์กันโดยฐานะของความเป็นญาติ โดยฐานะของความเป็นมิตรสหาย และเมตตาไม่ได้จำกัดแต่เฉพาะในระหว่างญาติและมิตรสหาย ถ้าเป็นกุศลแล้ว ต้องทั่วไปในสัตว์บุคคลทั้งปวง

**ผู้ฟัง** พุดถึงมารดา ผมมีวิบากที่คงจะไม่เหมือนใคร ผมอยู่กับมารดาได้แค่ ๕ - ๖ ขวบ มารดาก็แยกออกจากเรือนไปไม่เกี่ยวข้องกับบิดา ตั้งแต่นั้นมาผมไม่มีความสัมพันธ์กับมารดาเลย มีแต่ญาติผู้ใหญ่พาไปพบไปหาบ้างเท่านั้นว่า นี่คือแม่ ของเรานะ ก็จำได้ และตลอดชีวิตมาตั้งแต่ ๕ ขวบไป ท่านก็ไม่ได้อุปการะเกื้อกูลอะไร ผมเลย ก่อนที่ผมจะมาศึกษาธรรม ผมคิดว่าในชีวิตของผม ผมคงไม่สามารถ ตอบแทนบุญคุณหรือว่าอุปการะอะไรท่านได้ ผมตั้งใจไว้อย่างนั้นเลยว่า แม่คนนี้ ผมไม่มีทางเลี้ยงท่าน ขณะที่เรียนอยู่มัธยม ๖ มีวันหนึ่งผมไปดูเจ้าเข้าทรง แบบมือไป เจ้าก็บอกว่า มือนี้บิดามารดาได้ฟัง ผมไม่เชื่อ เพราะตอนนั้นผมตั้งใจไว้แล้วว่า ผมจะไม่ยุ่งกับแม่ คือ ท่านไม่ได้เกี่ยวข้องกับอะไรกับผม ผมจะไม่เลี้ยงท่าน แต่อาจจะ เป็นปูพเพตบุญญาตาของเก่าที่เคยสั่งสมกันมา ผมมาศึกษาธรรมก็ขัดเกลามาเรื่อย พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสอนไว้ว่า บุพพการี คือ ผู้ที่ทำความดีให้แก่เราก่อนโดย ไม่หวังผลอะไรเลย ทำให้ก่อนเลย บิดามารดามีคุณ ก็ศึกษาไป ได้ความรู้ความเข้าใจ ในเรื่องบิดามารดา จนกระทั่งผมเข้าใจธรรมดีแล้ว ก็ไม่ได้นึกจะไปเลี้ยงดูอะไร แต่ทุกวันนี้ผมต้องเลี้ยงดูท่านทุกอย่าง ไม่ว่าค่ายา อาหาร ซึ่งท่านก็มีวิบากไม่ดี



เหมือนกัน ผมจะรับท่านมาอยู่ด้วย ท่านก็อยู่ด้วยไม่ได้ ท่านไม่คุ้นเคยกับผม  
ท่านอยากจะอยู่กับพี่สาว

ก่อนจะศึกษาธรรมผมเคยนึกโทษที่ว่า ทำไมบิดามารดาคนอื่นเขารักกัน  
กลมเกลียวกัน อย่างเคยเห็นอาจารย์ไปไหนมาไหนกับบิดา ตัวเราเองไม่มีความอบอุ่น  
ในสิ่งนี้เลย ก็นึกโทษแก้ไข เกิดปฏิกิริยาที่ว่าไม่เลี้ยงมารดาแน่ ๆ แต่พระธรรมมีคุณ  
ทุกวันนี้ผมต้องเลี้ยงท่าน เพราะผมศึกษาธรรม ถ้าผมไม่ได้ศึกษา ผมคงไม่ได้เลี้ยง  
ท่านแน่





๑๖๔๕

ที่ห้องประชุมตึกสภากาการศึกษามหาวิทยาลัย

วันอาทิตย์ที่ ๑๐ พฤษภาคม ๒๕๓๐



ส. ขออนุโมทนา แสดงให้เห็นว่า เป็นผู้ที่ได้ประโยชน์จากการฟังพระธรรม คือ ต้องเป็นผู้ที่สำรวจตัวเองอยู่เสมอว่า เมื่อฟังแล้วได้ประโยชน์จริง ๆ หรือเปล่า ถ้าฟังแล้วยังเป็นอกุศลมากมาย ยังคิดเหมือนเดิม ก็ไม่ถือว่าได้ประโยชน์จากพระธรรม แต่เมื่อได้ฟังพระธรรมและเกิดกุศลจิตเพิ่มขึ้นในแต่ละทาง จึงเป็นผู้ที่ถือว่าได้ประโยชน์จากพระธรรม

ถ. การเจริญเมตตาต้องมีสัตว์บุคคลเป็นอารมณ์ ใช่มั้ย ในกรณีที่มีพระคุณล่วงลับไปแล้ว และฝันว่าท่านมาขอส่วนบุญ เราก็เกิดเมตตาทำบุญทำทานไปให้ ลักษณะนี้ถือว่าเป็นเมตตาหรือเปล่า

ส. เป็นเมตตาในการที่จะอุทิศส่วนกุศลให้ แต่ไม่ใช่เป็นการเจริญเมตตา กับบุคคลนั้นจนกระทั่งสามารถถึงอุปปาสมาธิได้ เพราะว่าบุคคลนั้นไม่มีที่จะเป็นพื้น ให้เมตตาเจริญถึงขั้นนั้น แต่การที่เราจะทำกุศลให้กับบุคคลหนึ่งบุคคลใดก็ตาม ให้ทราบว่าเป็นขณะนั้น อย่างทาน ถ้าไม่มีเมตตาก็คงจะไม่ให้ หรือแม้แต่การอุทิศส่วนกุศลก็คงจะไม่ให้

ถ. อย่างกรณีที่เราศึกษามาว่า มี ๓๑ ภาวภูมิ และเข้าใจว่า มีเปรต อสุรกาย สัตว์นรก การที่เราได้ทำบุญทำทานและอุทิศส่วนกุศลให้ ในลักษณะซึ่งอยู่คนละภพภูมิกับเรา นี่ ผมเข้าใจว่าเป็นการเจริญเมตตาอย่างหนึ่ง แต่จะถือว่าเป็นสัตว์ เป็นบุคคลไหม

ส. ขณะนั้นจิตของเราเป็นเมตตาที่ให้ ซึ่งต้องเป็นโอสถเจตสิกที่เกิดกับจิต แต่ไม่สามารถเป็นการเจริญเมตตาพรหมวิหาร เพราะว่าบุคคลนั้นไม่มีที่จะทำให้ พื้นฐานจิตของเรามันคง





คนที่เราพบเห็นในโลกนี้ที่เราจะเจริญเมตตา เราจะรู้ได้ว่าเราเจริญได้จริง ๆ หรือเปล่า มีจิตที่เปี่ยมด้วยเมตตาเมื่อพบคนที่ยังมีชีวิตอยู่ในโลกนี้ หรือว่าคนในโลกนี้เราก็ไม่เมตตา แต่เราจะไปเมตตาโดยนึกถึงบุคคลซึ่งไม่ได้เผชิญหรือไม่ได้พบในโลกนี้ที่จะให้เมตตาเจริญขึ้นได้จริง ๆ ในการเจริญเมตตาพรหมวิหารที่จะถึงอุปปาสมาธิ

กุศลจิตเกิดได้เวลาที่กระทำทานอุทิศส่วนกุศลให้ แต่ไม่ใช่การอบรมเจริญเมตตา เพราะว่าไม่ใช่บุคคลในโลกนี้ที่เราพบเราเห็น ถ้าเรายังคงโกรธ ไม่พอใจ ขัดเคืองใจกับคนในโลกนี้ที่เราเห็น ก็ไม่ต้องไปกล่าวถึงการที่เราจะมีเมตตาต่อบุคคลอื่นได้จริง ๆ เพราะคนที่เราพบ เผชิญหน้าอยู่ เมตตาของเราก็ยังไม่มั่นคงพอ และเราจะแผ่ขยายกระจายไปจนกระทั่งถึงสัตว์อื่น ภูมิต่าง ภาพอื่น ก็เป็นแต่เพียงการคิด เพราะแม้บุคคลที่เราเห็นเราพบ เราก็ยังไม่สามารถที่จะมีเมตตาได้โดยทั่ว เอาแต่เพียงในโลกนี้ก่อน หรือเอาแต่เพียงภายในบ้าน และขยายออกไป กว้างออกไป ๆ แต่ต้องเริ่มจากคนที่เราพบปะ คือ ภายในบ้าน ในอาวาส ในที่อยู่อันเดียวกัน

ชอบทุกชีวิตในบ้านหรือเปล่า และจะไปเจริญเมตตาอย่างไร นึกถึงคนอื่นอย่างไร

เรื่องของการเจริญสติปัฏฐานยังมีอะไรที่สงสัยไหม เพราะวิปัสสนาญาณที่ ๑ ย่อมจะเกิดไม่ได้เลย ถ้าข้อปฏิบัตินั้นยังไม่ถูก ต้องเป็นผู้ที่อดทน มีชีวิตตามปกติ และอาศัยการฟังพระธรรม การเข้าใจพระธรรม การเข้าใจลักษณะของสิ่งที่สติจะระลึกเพิ่มขึ้น เช่น สิ่งปรากฏทางตา เคยเห็นเป็นสัตว์ เป็นบุคคล เป็นวัตถุสิ่งต่าง ๆ เพราะฉะนั้น ขณะที่สติเกิด คือ ระลึก ศึกษา เพื่อที่จะรู้ว่า ไม่มีสัตว์ ไม่มีบุคคล ไม่มีตัวตนเลย เพราะว่าสภาพธรรมนี้เป็นแต่เพียงสิ่งหนึ่งซึ่งมีจริงที่ปรากฏขณะที่กระทบกับจักขุปสาทเท่านั้น หลังจากนั้นแล้วมโนทวารก็คิดถึงรูปร่างลักษณะต่าง ๆ ซึ่งถ้าไม่ละคลายการยึดมั่นในรูปร่างลักษณะ จะทำให้มีความพอใจหรือไม่พอใจ และยึดมั่นในความเป็นสัตว์ เป็นบุคคลเพิ่มขึ้น มีทั้งทวิวิปลาส สัตตวิปลาส จิตตวิปลาสในสิ่งที่ไม่เที่ยงว่าเที่ยง ในสิ่งที่เป็นทุกข์ว่าเป็นสุข ในสิ่งที่ไม่ใช่ตัวตนว่าเป็นตัวตน ในสิ่งที่ไม่งามว่างาม ซึ่งเป็นชีวิตประจำวัน



เพราะฉะนั้น การที่ปัญญาจะเจริญ ต้องเจริญขึ้นจากความเข้าใจในลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏในชีวิตประจำวัน จนกว่าปัญญาจะเจริญขึ้นจริง ๆ และจะข้ามทางหนึ่งทางใดไม่ได้เลย ไม่ว่าจะเป็นทางตา หรือทางหู หรือทางจมูก หรือทางลิ้น หรือทางกาย หรือทางใจ ทุกขณะเป็นนามธรรม เป็นรูปธรรมทั้งนั้น

### สนทนาธรรมระหว่างไปนมัสการสังเวชนียสถานในประเทศอินเดีย

เดือนกุมภาพันธ์ ๒๕๓๐

ถ. ปกติจิตมักจะตกไปในอกุศล แม้แต่ในการเจริญเมตตา ทั้ง ๆ ที่เรารู้โทษของโทสะหรือกิเลสแล้วก็ตาม แต่เมตตาก็ไม่เกิดขึ้น ถ้าจะมีวิธีหรือเรียกโยนิโสมนสิการก็ได้ เช่น เมตตาไม่เกิดขึ้น เราอาจจะน้อมใจหรือกระทำไว้ในใจว่า เขาก็อยู่ในวัยที่เหมือนกับเป็นมารดาของเราหรือเป็นพี่ของเรา ถ้าเราน้อมใจอย่างนี้แล้ว อาจเมตตาได้ อย่างนี้จะเรียกว่าโยนิโสมนสิการได้ไหม

ส. วิธีที่ง่ายที่สุด คือ ไม่ติดอยู่ที่ชื่อ จะเรียกอะไรก็ตามแต่ กุศลจิตเกิดขึ้น ขณะใด หมายความว่าขณะนั้นเป็นการถูกต้อง เป็นการพิจารณาที่แยบคาย ไม่ต้องไปติดที่ชื่อว่าเป็นหรือไม่เป็น ใช่หรือไม่ใช่ แต่ขณะใดกุศลจิตเกิด ไม่ใช่เรา ไม่ใช่ตัวตน เป็นกิจของโยนิโสมนสิการซึ่งเกิดขึ้นกระทำกิจนั้น จึงเป็นกุศล

ถ. แสดงว่าลักษณะที่เป็นโยนิโสมนสิการ...

ส. ขณะที่กุศลจิตเกิดขณะใด เป็นโยนิโสมนสิการขณะนั้น

ถ. ขณะที่เราพบสัตว์บุคคล ซึ่งถ้าไม่เจริญสติ เจริญเมตตา เมตตาก็ไม่เกิด แต่เมื่อมีความรู้สึกอย่างนี้ เมตตาก็เกิดขึ้นได้

ส. ขณะใดที่เป็นกุศล คิดอย่างนั้นเลย ขณะใดที่กุศลจิตเกิด ขณะนั้นเป็นโยนิโสมนสิการ ขณะใดที่เป็นอกุศล ขณะนั้นเป็นโยนิโสมนสิการ ไม่มีเราที่จะไปทำอะไรเลย

ถ. แต่บางครั้งเมตตาเกิดได้ทันที

ส. นั่นเป็นโยนิโสมนสิการ ไม่ใช่เรา ขณะใดที่เป็นกุศล ขณะนั้นเป็นโยนิโสมนสิการ



ทองศรี ดิฉันขอสารภาพว่า ตัวเองมีกิเลสมาก

สุ. สำหรับทุกคนด้วย

ทองศรี ที่พยายามศึกษา ก็เป็นการเริ่มต้นมาก อาจจะเป็นขั้นอนุบาล แต่อย่างไรก็ดีคิดว่าอยากจะมีมรรค หรือวิธีการที่ค่อนข้างจะไม่ใช่ไปขึ้นปรมัตถ์อย่างคุณสมนึก หรือว่าศัพท์สูง ๆ อย่างที่คุณธงชัยใช้ ดิฉันพยายามดูว่าเราจะใช้ธรรมในลักษณะของความรับผิดชอบที่เราจะต้องมีอยู่ เมื่อเรายังหลีกไม่พ้นจากความรับผิดชอบในชีวิตประจำวัน เราจะนำมาใช้ประโยชน์ได้อย่างไรบ้าง กำลังมองหาทางอย่างนี้อยู่ จริง ๆ แล้วเราสามารถจะนำมาใช้มากขึ้นแค่ไหน นอกจากการพยายามรู้จักตัวเองอย่างที่เรายกยอกันอยู่ทุกวันนี้ ไม่ทราบว่าจะอย่างไรจะเป็นคำถามหรือเปล่า

(... มีเสียงสนทนากัน แต่ได้ยินไม่ชัด)

สุ. คุณทองศรีชอบใคร

ท. ถ้าตอบให้ตรงที่สุด คือ ชอบตัวเอง

สุ. ทั้ง ๆ ที่ตัวเองก็ไม่ดีหรือ และถ้าคนอื่นไม่ดีอย่างคุณทองศรี คุณทองศรีจะชอบไหม

ท. ต้องดูว่าเขาไม่ดีอย่างไร

สุ. และไม่ชอบความไม่ดีของคุณทองศรีเองหรือเปล่า

ท. ความไม่ดีของตนเองไม่ชอบแน่ แต่ยังมองเห็นความไม่ดีอันนั้น จะมองเห็นตัวเองค่อนข้างดีอยู่เสมอ

สุ. เพราะฉะนั้น เวลาที่รู้สึกว่ามีปัญหาเกิดขึ้น เป็นความผิดของคนอื่น หรือเป็นความผิดของเรา

ท. ทั้ง ๒ คน

สุ. อย่างนั้นก็แก้ได้

ท. ก็แก้ได้บ้าง ไม่ใช่แก้ไม่ได้เลยเท่าที่ปรากฏ จึงยังมีชีวิตอยู่มาได้ เพราะว่าพยายามเอาใจเขาใส่ใจเราอยู่มาก



ส. นี่ก็เป็นการใช้ธรรมอยู่แล้ว คือ ไม่ใช่เห็นแต่ตัวเอง แต่ยังเห็นคนอื่น ด้วยว่าเหมือนกับเรา เราอย่างไร ฉันทใด เขาก็อย่างนั้น ฉันทนั้น เวลาเราโกรธ กับ เวลาเขาโกรธก็เหมือนกัน และเวลาเรามีเมตตา กับเรามีเมตตาก็เหมือนกัน เพราะฉะนั้น ธรรมอะไรที่เป็นสิ่งที่ดี ที่ควรจะมี

ท. บางครั้งก็คิดว่าให้อยู่กันดี แต่ก็ยังเดือดร้อนอยู่ บางทีคิดว่าหายโกรธ เขาแล้ว แต่เวลามีอะไรแว็บมานิดหนึ่ง ทุกอย่างก็กลับมาเกือบเหมือนเดิม

ส. รู้สึกว่าเรื่องใหญ่ของทุกชีวิต คือ เรื่องความโกรธ ความไม่พอใจ ซึ่งถ้า เราจะคิดให้ลึกลงไปอีกว่า ความโกรธเกิดขึ้นได้อย่างไร มาจากไหน เราก็อาจจะพบ ต้นตอที่ทำให้เราต้องโกรธบ่อย ๆ ไข้ไหม และถ้าเรารู้จักต้นตอจริง ๆ เราก็จะคลาย ความโกรธลงได้ เพราะฉะนั้น ต้องรู้สาเหตุของความโกรธว่า สาเหตุของความโกรธ อยู่ที่ไหน

ท. สาเหตุของความโกรธอาจจะทราบ แต่วิธีที่จะดับสาเหตุ นั้น เป็นปัญหาที่อาจจะยาก

ส. สาเหตุของความโกรธ คือ คุณทองศรีมีความพอใจอย่างใดอย่างหนึ่ง และไม่ได้อย่างที่ต้องการ ที่บ้านอยากให้อะไรทุกอย่างทุกมุม ตื่นมาเจอฝุ่นนิดหนึ่ง ก็ขุ่นใจหน่อยแล้ว ห้ามไม่ได้เลย

เพราะฉะนั้น สาเหตุของความโกรธ ความไม่พอใจ คือ โลภะ ความที่เรา ต้องการให้ทุกสิ่งทุกอย่างเป็นอย่างที่ต้องการ แต่ไม่เป็นอย่างนั้น ซึ่งรับรองได้ว่า ไม่มีวันที่จะเป็นอย่างที่คุณทองศรีต้องการตลอดชีวิต จึงยังต้องโกรธตลอดชีวิต เพียงแต่ถ้ามีปัญญาเพิ่มขึ้น เข้าใจเพิ่มขึ้น ความโกรธนั้นก็จะลดลงได้

เพราะฉะนั้น ทุกสิ่งทุกอย่างขึ้นอยู่กับปัญญา และปัญญาจะเอามาจากไหน ไข้ไหม อยากได้ปัญญาแล้ว ไข้ไหม แต่ปัญญาของผู้ที่ไม่ได้ศึกษาพระธรรม ไม่มีทางที่จะรู้หรือเข้าใจทุกสิ่งทุกอย่างรอบตัวเรา รวมทั้งตัวเราเองด้วย นอกจากคนที่เห็นว่า พระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นสรณะ และอัมมัง สะระณัง คัจฉามิ คือ พระธรรมที่ ทรงแสดงเป็นสรณะด้วย แต่ถ้ายังไม่ถึงพระธรรมเป็นสรณะ ก็ไม่มีทางที่จะเข้าใจได้ว่า



พระผู้มีพระภาคมีพระคุณอย่างยิ่งที่จะทำให้เราละคลายกิเลสทุกชนิดลงไปได้ แม้แต่ความโกรธหรือความไม่พอใจ ซึ่งเกิดจากความต้องการให้ทุกสิ่งทุกอย่างเป็นอย่างที่เราต้องการ ซึ่งโลกนี้จะไม่เป็นอย่างนั้น โลกไม่ได้เป็นไปตามความต้องการของใคร โลกเป็นสภาพธรรมซึ่งมีปัจจัยเกิดขึ้นและดับไปตามลักษณะของธรรมแต่ละชนิด ใครก็ไปยับยั้งไม่ได้

คนที่ไม่ละเสียด ก็ยังคงเป็นคนที่ไม่ละเสียด คนที่ละเสียด ก็เป็นคนที่ไม่ละเสียด ตามการสะสม จะไปฝัน จะไปสลับกันก็ไม่ได้ ทุกอย่างเป็นธรรมทั้งหมด ไม่ว่าจะเป็นความรู้สึกนึกคิดต่าง ๆ แต่ละขณะ ความสุขความทุกข์แต่ละขณะ ก็เป็นธรรมแต่ละชนิด

ถ้าเราเข้าใจอย่างนี้ว่า เป็นธรรมแต่ละชนิด เพียงเท่านี้ แต่คิดลงไปให้ลึกว่า ต้องทุกอย่างด้วย แม้แต่ความรู้สึกของเราเองก็เป็นแต่เพียงธรรมแต่ละชนิด จะทำให้คลายลงไปได้ไหมว่า ทุกสิ่งทุกอย่างต้องเป็นไปตามเหตุปัจจัย เพราะว่าเป็นสภาพธรรมแต่ละอย่าง เราไม่ต้องเดือดร้อน เราไม่ต้องแบกโลก

ท. ฟังไปฟังมาดูเหมือนว่าเป็นของง่ายที่จะทำ หรือพูดอีกอย่าง คือ ยากมากที่จะทำ ยังไม่แน่ใจเหมือนกันว่าจะเริ่มต้นจากตรงไหน ถ้าบอกว่าให้ถือพระพุทธ พระธรรมเป็นสรณะ เราก็อธิติเป็นสรณะอยู่แล้ว

ส. เริ่มต้นจากการรู้ว่า เราไม่ได้รู้พระธรรม

ท. ไม่ได้รู้เลยหรือ

ส. ใช่

ท. โง่สนิทหรือ ถ้าอย่างนั้น ขอทราบเดี๋ยวนี้เลยว่า พระธรรมเป็นอย่างไร

ส. ใครรู้บ้างแล้ว กรุณาช่วยด้วย

นิน่า เป็นอย่างนั้นเสมอ แต่ก่อนคิดว่าเข้าใจแล้ว แต่หลังจากนั้นรู้ว่า ยังไม่เข้าใจดี เป็นคนที่เริ่มตลอดเวลา

ท. จริง ๆ ก็พอเข้าใจ แต่อาจจะไม่ลึกซึ้งมาก ยอมรับ แต่ปัญหาของเราทุกวันนี้ คือ เรายังต้องรับผิดชอบในอะไรมากมาย



สุ. แน่นนอน พระพุทธศาสนาเข้ากันได้กับชีวิตประจำวัน

ท. บางครั้ง ก็ไม่ถึงกับขัดแย้ง แต่เรายังต้องมีอะไรที่จะต้องทำอีกหลาย ๆ อย่าง

สุ. อย่างพระเจ้าพิมพิสาร มหาอำมาตย์ของแต่ละแคว้น แต่ละรัฐ ทุกคนก็ยังทำงานเป็นปกติ เป็นพระโสดาบันก็ได้ และเป็นได้ถึงพระอนาคามี เป็นพระอรหันต์แล้วเท่านั้นจึงจะบวช เพราะว่าไม่มีกิจที่จะต้องมายุ่งเกี่ยวกับฆราวาสวิสัยอีกต่อไป เพราะฉะนั้น พระพุทธศาสนา ไม่ฝืน ไม่หักห้ามพร้าด้วยเข่า ไม่ใช่ทำให้เราไปเปลี่ยนแปลงกลับหน้ามือเป็นหลังมือ แต่ให้เราเริ่มรู้จักตัวของเราจริง ๆ ซึ่งถ้าปราศจากพระธรรม เราไม่มีวันรู้จักตัวเราเอง สักนิดเดียวก็ยังไม่รู้จักว่าไม่มีเรา แต่มีอะไรที่กำลังยึดถือว่าเป็นเรา ต้องมีสภาพของจริงให้ยึดถือ เช่น เห็น มี ก็เป็นเราเห็น ได้ยิน มี จึงเป็นเราได้ยิน

วันหนึ่ง ๆ สิ่งที่เรายึดถือว่าเป็นของเราจะไม่พ้นจาก ๖ อย่าง หรือ ๖ ทาง คือ ทางตาเห็น เป็นเราเห็น ทางหูได้ยิน เป็นเราได้ยิน ทางจมูกได้กลิ่น เป็นเราได้กลิ่น ทางลิ้นลิ้มรส เป็นเราลิ้มรส ทางกายกระทบสัมผัส เป็นเรากระทบสัมผัส ทางใจคิดนึกเป็นสุขเป็นทุกข์นี้เรา คิดดู นอกจาก ๖ อย่างนี้แล้วมีอะไรอีก

ไม่ว่าก็โลก ก็ไม่พ้น ๖ ถ้าคนตาบอดก็ลดลงไป คนหูหนวกก็ลดลงไป ทั้งตาบอดทั้งหูหนวกก็ต้องลดลงไป คือ ตามความเป็นจริงเป็นอย่างใด ก็เป็นจริงอย่างนั้น ไม่ได้สอนให้เราหมดโลภะวันนี เป็นไปไม่ได้ แต่ต้องหมดการยึดถือสภาพธรรมว่าเป็นของเราหรือเป็นตัวตนก่อน ก่อนที่กิเลสอื่น ๆ จะคลายลงไปได้ ต้องละความยึดมั่นในตัวตน เพราะตราบใดที่ยังมีเรา เราก็ต้องเห็นแก่ตัว เราต้องมาก่อน เราต้องสำคัญ คิดดู ในชีวิตของเรา เรายังรักใคร่มาก มากเท่าเราหรือเปล่า ไม่มีทางเลย

เราอาจจะคิดว่า เรายังรักลูกมาก แต่ว่า ... ลูกของเรา ไข้ไหม ความรู้สึกของเราไม่พ้นจากเขาไปได้เลย เราต้องรู้ว่า สิ่งที่มีจริง ทำไมพระพุทธเจ้าทรงจำแนกนามธรรมกับรูปธรรมออกเป็นชั้น ๕ ทั้ง ๆ ที่นามธรรมหมายถึงสภาพรู้ ไม่ใช่ชื่อ เป็นอาการรู้



ลักษณะรู้ ธาตุรู้ อย่างกำลังได้ยินเสียง ถามว่าได้ยินคืออะไร ถ้าไม่ศึกษาพระธรรม  
ตอบไม่ได้ เราก็บอกว่า ได้ยินเฉย ๆ แต่ในทางธรรม ได้ยินเป็นธาตุรู้ เหมือน  
อากาศธาตุเป็นธาตุชนิดหนึ่ง ธาตุแข็งก็แข็ง ธาตุไฟก็ร้อน แต่ธาตุรู้เกิดขึ้นทำกิจรู้

เพราะฉะนั้น อากาธรู้เป็นธาตุชนิดหนึ่ง และกำลังได้ยินเสียง คือ กำลังรู้เสียง  
ที่เราบอกว่า ได้ยิน ได้ยิน หมายความว่า ธาตุรู้เสียงกำลังเกิดขึ้น จึงรู้เสียงนั้น  
ที่เราใช้คำว่า ได้ยิน หรือเห็นก็เหมือนกัน ก็เป็นธาตุรู้สิ่งที่กำลังปรากฏทางตา  
นามธาตุหรือนามธรรม คือ สภาพรู้ซึ่งเป็นของที่มีจริง และรูปธรรมเป็นของที่มีจริง  
เหมือนกัน แต่รูปไม่รู้อะไรเลย

นี่เพียง ๒ อย่าง ก็มาเหมารวมกันว่าเป็นเราไปหมด รูปก็เป็นเรา นามก็เป็นเรา  
แต่ปัญญาจะต้องค่อย ๆ เกิดจากการฟัง และสติจะค่อย ๆ ระวังได้ จึงประจักษ์แจ้ง  
ในลักษณะที่ไม่ใช่ตัวตนที่ละเอียดที่ละน้อย ถ้าเราไม่ฟังเลย จะให้สติไประวังอะไร  
ก็ระวังไม่ถูก ปัญญาก็ไม่เกิด

ไปทำอะไรก็ตามแต่ ถ้าไม่ใช่การรู้สิ่งที่กำลังปรากฏชัดเจนอย่างนี้ นั่นไม่ใช่  
คำสอนของพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าท่านสอนให้ผู้ฟังเกิดปัญญา  
ของตัวเอง ถ้าไม่เกิดปัญญาของตัวเอง การฟังนั้นไม่มีประโยชน์





๑๖๔๖

สนทนาธรรมระหว่างไปนมัสการสังเวชนียสถานในประเทศไทย

เดือนกุมภาพันธ์ ๒๕๓๐



ส. ที่ทรงแสดงถึง ๔๕ พรรษา ไม่ใช่สำหรับท่านพระสารีบุตร ท่านฟังแป็บเดียว ท่านบำเพ็ญบารมีมา ท่านประจักษ์แจ้งสภาพธรรม ประจักษ์การเกิดขึ้นและดับไปได้ แต่ว่าของเรา ๒,๕๐๐ กว่าปี ๔๕ พรรษาที่ทรงแสดง เพื่อบุคคลจะรู้พวกเราโดยเฉพาะ ที่จะต้องเทียบเคียงอย่างละเอียด ทรงแสดงแล้ว แสดงอีกว่าทางตาไม่ใช่ตัวตนอย่างไร มีปัจจัยอะไรบ้างทำให้จักขุวิญญาณเกิดขึ้นเห็นขณะหนึ่งและดับไป จากนั้นจิตอะไรเกิดต่อ ทางทวารไหน ทางใจจึงจะคิดนึกเรื่องสิ่งนั้นสิ่งนี้ทำให้เกิดความเห็นว่าเป็นคนนั้นคนนี้ขึ้น

ทรงแสดงไว้ละเอียดมาก ถ้าเราไม่ศึกษา หรือศึกษาน้อย ก็ละความเป็นตัวเป็นตนไม่ได้ เพราะฉะนั้น การฟังพระธรรม ๔๕ พรรษาที่พระภิกษุติดตามพระผู้มีพระภาค ไม่ว่าจะเสด็จจาริกไปเวสาลี หรือกุสินารา หรือราชคฤห์ ก็เพื่อฟังพระธรรม เพราะฉะนั้น ของเราก็เหมือนกัน ตลอดชีวิตตั้งแต่เกิดจนตาย เพื่อศึกษาพระธรรม เพราะว่า ๔๕ ปี ท่านฟังกันมายังไม่พอ ฉะนั้น เราสมัยนี้ ตลอดชีวิตก็ยังต้องฟังต่อไป คือ เรียกว่า ไม่มีวันพอ ไม่มีวันจบ

ก่อนอื่น เรื่องโลภะ ละไม่ได้แน่ เรื่องโทสะ ละไม่ได้แน่ เรื่องกิเลสไหน ๆ ก็ละไม่ได้แน่ ต้องละความเห็นผิดที่เคยยึดถือนามธรรมและรูปธรรมว่าเป็นตัวตนก่อน จะต้องประจักษ์แจ้งจริง ๆ ว่า ไม่ใช่ตัวตน เป็นอนัตตา เพียงคำนี้คำเดียว ต้องเข้าถึงอรรถ และต้องประจักษ์ลักษณะนั้นว่า เป็นอนัตตาจริง ๆ คือ บังคับไม่ได้

ได้ยิน บังคับไม่ได้ ใครทำให้ได้ยินเกิดขึ้น ทำไม่ได้ แต่เมื่อมีปัจจัยให้ได้ยินเกิด บอกให้ไม่ได้ยินได้ไหม ไม่ได้ ต้องได้ยิน จะไม่ให้เห็นก็ไม่ได้ เมื่อเห็นสิ่งที่น่าพอใจ จะไม่ให้ชอบก็ไม่ได้ ได้ยินเสียงที่ไม่พอใจ จะบอกไม่ให้โกรธก็ไม่ได้ ทุกอย่างแสดงอยู่แล้วว่า เป็นธาตุแต่ละชนิด ซึ่งเกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัยต่าง ๆ





ฉะนั้น เรารู้จักตัวเราเองละเอียดขึ้นมากจากการที่ไม่เคยได้ฟัง และรู้จักคนอื่นด้วย เพราะเหมือนกันหมด อย่างได้ยิน ทุกคนก็เหมือนกันหมด คือ ได้ยินเห็นก็เหมือนกันหมด คือ เห็น

ท. สมมติว่าเราเข้าใจ ซึ่งความจริงแล้วคงยังไม่เข้าใจเท่าไร เราจะตั้งสิ่งเหล่านี้ คือ เมื่อเรายังเวียนว่ายอยู่กับการงาน เราจะใช้ให้มีประโยชน์อย่างไร ในเมื่อเราก็คิดว่าเราเข้าใจคนอื่นแล้ว แต่เราก็อะไรไม่ได้

ส. แม้แต่เพียงคำว่า ความอดทน ทุกคนต้องว่าดี ใช่ไหม ความอดทนของเรา อดทนเฉพาะหนาวไป ร้อนไป เย็นไป หรืออดทนสิ่งที่ไม่น่าพอใจ ใครเขาวาก็ไม่ต้องโกรธ ถือเสียว่าไม่เห็น ถือเสียว่าไม่ได้ยิน ถือเสียว่าเขาไม่รู้ ถือเสียว่าดับไปแล้ว ไม่ต้องมาทำให้จิตใจเศร้าหมอง แต่พระผู้มีพระภาคตรัสว่า ต้องอดทน แม้แต่การที่จะพอใจสิ่งที่น่าพอใจด้วย นี่คือความอดทนจริง ๆ คือ อดทนที่จะไม่ให้เกิดอกุศลชนิดหนึ่งชนิดใด

แต่เราชาวโลก ไม่ชอบโทสะเลย แต่โลภะเท่าไรก็ไม่พอ ใช่ไหม เอามาให้อีกเยอะ ๆ วันนี้ได้แล้ว พรุ่งนี้เอาอีก วันนี้ซื้อขึ้นนี้ พรุ่งนี้เอาอีก สิ่งไหนที่เรายังไม่ได้มือเราเอื้อมไป เมื่อได้แล้วเรากำไว้ และแบอีกข้างหนึ่งสำหรับรับสิ่งอื่นอีกทันทีที่ได้อันนี้ ปล่อย และก็รับใหม่ รับใหม่ รับใหม่ ไม่มีวันพอเลย

เมื่อวานนี้ เราซื้อสิ่งที่เราพอใจแล้ว วันนี้จะต้องมีสิ่งที่เราพอใจใหม่ ไม่มีวันพอ แต่ทำไมเราไม่เห็นโทษของโลภะ เราจะไม่เอาแต่โทสะ แต่โลภะนี่ เท่าไรเท่ากัน

ท. โลภะไม่เอาก็ได้ น้อยลง

ส. ไม่จริง

ผู้ฟัง มนุษย์ปุถุชนธรรมดาหลีกเลี่ยงโลภะไม่ได้

ส. ถูกต้อง ใครที่ดับโลภะได้ ดับหมดไม่มีเลย ต้องพระอรหันต์เท่านั้น พระอนาคามีต่ำกว่าพระอรหันต์ขั้นเดียว ดับโทสะ และเราจะไปเป็นพระอนาคามี แสดงว่าเราอยากได้ผลโดยที่เราไม่รู้เหตุว่า เราต้องบำเพ็ญเหตุอย่างไร ถึงขั้นไหนจึงจะไม่มีโทสะได้ เราจะเอาแต่ผล อยากได้เหลือเกิน



ใครทำให้เราได้ เราก็คิดว่าเราพอใจ แต่เขาไม่ได้บอกทางที่ถูก ถ้าบอกทางที่ถูก ต้องละการยึดถือสภาพธรรมที่ปรากฏว่าเป็นเรา ซึ่งไม่ใช่โดยการคิด ต้องโดยการประจักษ์แจ้ง เพราะว่าเวลานี้มีสภาพธรรมหมดทุกอย่าง เห็นก็สภาพธรรม ได้ยินก็สภาพธรรม แต่ปัญญาของเรายังไม่ได้ประจักษ์แจ้งความเกิดดับของเขา ใช่ไหม อย่างได้ยิน ดับแล้ว เอาละ เชื้อ แต่เมื่อก็เป็นเราได้ยิน เพราะฉะนั้น ไม่ใช่ได้ยินดับ แต่เป็นเราได้ยินต่างหาก ยังมีความเป็นเราอยู่ จึงไม่ใช่การดับด้วยปัญญา

สภาพธรรมเขาดับเขาเอง ใช่ไหม แต่ปัญญาที่ประจักษ์แจ้งว่าเป็นสภาพธรรมที่ดับไม่มี มีแต่ความคิดว่า เราตามพิจารณาว่าสิ่งนั้นดับ แต่เวลาที่สิ่งนั้นเกิดเป็นเรา จึงยังไม่ใช่การรู้ความจริง

การรู้ความจริงต้องลึกลงไปอีกว่า ลักษณะที่เป็นนามธรรมที่ปรากฏทีละอย่างเป็นอย่างไร เพราะปรากฏซ้อนกันไม่ได้เลย ตามความเป็นจริงแล้ว ขณะที่เห็นไม่ใช่ขณะที่ได้ยิน ขณะที่กำลังอ่อนหรือแข็ง มีดหรือสว่าง เวลานี้ที่กำลังกระทบอ่อนหรือแข็ง กำลังแข็ง ที่แข็งนี้มีดหรือสว่าง

ถ. สว่าง

ส. สว่างได้อย่างไร

ถ. มีแสงสว่าง

ส. นั้นทางตา เอาเฉพาะทางแข็ง ตรงนี้ที่กำลังแข็งปรากฏ สว่างหรือเปล่า

ถ. แข็งไม่สว่าง

ส. เห็นไหมว่า แค่นี้ก็ปนกัน ๖ โลกแล้ว เราปนกันหมดเลย จึงออกมาเป็นภาพหลอกว่า มีตัวตน มีคน มีอะไรขึ้นมา แต่ตามความจริงแล้ว แยกออกไปแต่ละอย่าง จะปนกันไม่ได้ และเป็นสภาพธรรมที่ปรากฏทีละอย่าง ถ้ายังรวมกันอยู่ไม่มีทางดับ แต่เมื่อเป็นสภาพธรรมเขาปรากฏทีละอย่าง เกิดขึ้นและดับไปก่อนอีกอย่างจึงจะเกิดและดับไป และอีกอย่างก็เกิดและดับ เมื่อนั้นจะเห็นว่าไม่ใช่เรา

ท. คือ ทุกอย่างต้องมีขั้นตอน

ส. แน่นอนที่สุด ต้องเจริญตามลำดับขั้น ซึ่งการฟังมีประโยชน์ที่สุด



ท. สติปัฏฐานควรจะต้องตั้งต้นอย่างไร

ส. ตั้งต้นจากฟัง หลังจากนั้น ฟังแล้วเข้าใจอะไรบ้าง

ท. โดยถามตัวเอง หรือจากการคุย

ส. มิได้ เรื่องของการดับกิเลส ที่จะดับได้จริง ๆ ต้องเป็นปัญญา เพราะฉะนั้น ปัญญาของใครที่จะดับกิเลส ก็ต้องปัญญาของเรา

ปัญญาของเรามาจากไหน คิดขึ้นมาไม่ได้แน่ ต้องอาศัยพระธรรมของ พระสัมมาสัมพุทธเจ้า เมื่อฟังพระธรรมแล้วครั้งหนึ่ง ๆ เราเข้าใจอะไร เอาอย่างนี้ก่อน เรายังไม่ต้องไปปฏิบัติ เพราะถ้าเรายังไม่เข้าใจ เราปฏิบัติ ต้องผิด ใช่ไหม

จะทำ นี่ผิดแล้ว ทำได้อย่างไร ก็ไม่เข้าใจ เพราะฉะนั้น เราไม่เอาอะไรเลย ปัญญาขั้นเข้าใจต้องมาก่อน ซึ่งมาจากการฟังครั้งหนึ่ง ๆ และไม่ต้องเป็นห่วงเรื่อง สติปัฏฐาน เมื่อมีความเข้าใจละเอียดขึ้นและเห็นประโยชน์ สังขารขันธ ซึ่งเป็นขันธ หนึ่ง ในขันธ ๕ คือ นามธรรมกับรูปธรรมจำแนกออกเป็น ๕ ขันธ์ รูปทุกชนิดเป็น รูปขันธ์ เป็นสภาพไม่รู้ ส่วนนามขันธ์ คือ สภาพรู้ จำแนกออกเป็น ๔ อย่าง คือ เวทนาขันธ์ ความรู้สึก ดีใจ เสียใจ พวกนี้มีจริง ใช่ไหม และเป็นนามธรรมด้วย ไม่ใช่รูปธรรม เพราะรูปไม่รู้รู้สึก รูปไม่ปวดไม่เจ็บ รูปไม่ดีใจ แต่เราต่างหากที่ปวด เจ็บ ดีใจ แต่เมื่อปวด ดีใจ เป็นสภาพธรรม จึงไม่ใช่เรา แต่เป็นขันธ เพราะคำว่า ขันธ์ หมายความว่าถึงสภาพธรรมที่จำแนกออกได้เป็น ๑๑ อย่าง คือ เป็นอดีต เป็นปัจจุบัน เป็นอนาคต ถ้าไม่เกิดดับ เป็นอดีตไม่ได้ เป็นปัจจุบันไม่ได้ เป็นอนาคตไม่ได้

ความรู้สึกของเราในวันหนึ่ง ๆ คุณอัลลันฟังเทปวันก่อนบอกว่า เพิ่งเข้าใจ ละเอียดขึ้นหลังจากที่ฟังมานานแล้ว และเพิ่งจะรู้ว่า เวทนาเป็นเจ้าตัวร้าย เพราะว่า ร้ายจริง ๆ ร้ายที่เขาทำให้เราติด แสวงหาทุกสิ่งทุกอย่าง เพื่อเขาคนเดียวที่จะเป็น ผู้แสวงสุขหรือทุกข์จากสิ่งต่าง ๆ ที่ปรากฏ

ถ. คำว่า เวทนา คืออะไร

ส. คือ ความรู้สึก ดีใจ เสียใจ เป็นสุข เป็นทุกข์ เฉย ๆ และที่ทุกคน ต้องการก่อนอื่น คือ สุขเวทนา รองจากนั้น คือ อุเบกขาเวทนา คือ ไม่สุข ก็ขอให้



เพียงเฉย ๆ แต่ทุกขเวทนาไม่เอา โทมนัสรวมอยู่ด้วยคือโทสะ ไม่เอาเหมือนกัน แสดงให้เห็นว่า นี่เป็นเจ้าตัวร้าย

**นิน่า** ดิฉันอยู่คนเดียวที่ยุโรป แต่เดี๋ยวนี้มีโอกาสฟังคุณสุจินต์ คุณสุจินต์ช่วยให้ดิฉันเข้าใจว่า ยังไม่เข้าใจดี

**สุ.** คุณนิน่าศึกษามานาน และสามารถช่วยคนอื่นที่เพิ่งเริ่มต้น เขียนหนังสือหลายเล่ม แต่แม้กระนั้นคุณนิน่าก็ต้องรู้จักตัวเองให้ละเอียดขึ้น ๆ จึงจะเป็นประโยชน์

**ท.** นี่เป็นลักษณะการถ่อมตัวของคุณนิน่าเองหรือเปล่า ซึ่งก็เป็นสิ่งที่ดีในเรื่องของธรรม ในเรื่องของศาสนา เรื่องของการถ่อมตัว หรืออ่อนน้อมถ่อมตน จึงไม่อยากแสดงว่าตัวเองรู้ เป็นอย่างนั้นหรือเปล่า

**นิน่า** ดิฉันคิดว่า ทฤษฎีไม่เหมือนการปฏิบัติ ทฤษฎีเข้าใจได้ ศึกษาพิจารณาก็ได้ แต่ยังไม่พิจารณาพอ นี่เป็นความจริง

**ถ.** คุณนิน่าพูดถึงวิธีปฏิบัติกับทฤษฎีว่า มีความแตกต่างกัน ถ้ากล่าวอย่างนั้น คุณนิน่าก็ยังไม่ได้ปฏิบัติหรือ

**นิน่า** คิดว่าเริ่มปฏิบัติ เป็นการเริ่ม

**ถ.** ปฏิบัติอย่างไร

**นิน่า** คิดว่าเป็นพิจารณามากกว่า

**ถ.** พิจารณาอย่างไร มีตัวอย่างไหม

**นิน่า** นามและรูป ไม่มีอย่างอื่น เป็นความจริง ลักษณะที่ปรากฏโดย ๖ ทวาร เห็น สัมผัส ได้ยิน เสียด ทุกอย่าง โดย ๖ ทวารที่ปรากฏ ไม่ใช่บัญญัติ ไม่ใช่ชื่อ

**สุ.** ไม่ทราบว่า นี่จะช่วยให้คุณทองศรีหรือเปล่า

**ท.** ก็พอจะเข้าใจเรื่องรูปธรรมนามธรรม แต่ดิฉันอาจจะเป็นคนกิเลสมากอย่างที่เรียนให้ทราบ และมีความดื้อโดยสันดาน บางอย่างดิฉันอาจจะรับได้บางส่วน แต่ถ้าจะให้ยอมรับหมดทุกส่วน ดิฉันอาจจะมีข้อโต้แย้ง อาจจะไม่โต้แย้งออกมาทางวาจา ก็ได้แย้งอยู่ในใจ



ผู้ฟัง ที่บอกว่าเข้าใจนามกับรูป ขอดถามว่า เข้าใจว่าอย่างไร เกี่ยวกับนาม และรูป

ท. ก็อธิบายไม่ได้เหมือนกัน แต่ว่า ...

ผู้ฟัง คิดว่าน่าจะอธิบายได้นิด ๆ ถ้าเข้าใจหน่อย ๆ

ท. ดิฉันก็ยังไม่อยากสงวนท่าทีที่ไม่อยากอธิบาย แต่คิดว่าเข้าใจ บางทีเราเข้าใจ แต่เราพูดไม่ได้

ผู้ฟัง เชื้อยาก

ท. ขอให้เชื้อยากไปก่อน

ผู้ฟัง ถ้าไม่เข้าใจจริง ๆ ก็ช่วยกัน

ท. ยอมรับว่า ยังไม่เข้าใจจริง ๆ

ถ. การเข้าใจธรรม ทั้ง ๆ ที่เป็นเรื่องเดียวกัน ตัวอย่างเช่น ที่เราไปนมัสการ ถ้าสุกกราตา เขาคิซณภูมิ พระพุทธองค์ทรงแสดงเวทนาปริคคหสูตรแก่ที่ชนขปริพาชก ซึ่งเป็นหลานชายของท่านพระสารีบุตร ที่ชนขปริพาชกฟังธรรมที่พระพุทธองค์แสดง พิจารณาตามไปได้บรรลุแค่พระโสดาบัน แต่ท่านพระสารีบุตรฟังธรรมเดียวกันนั้น ได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์ การเข้าใจธรรมอย่างเดียวกัน ทำไมจึงไม่เหมือนกัน

สุ. อะไรไม่เหมือน

ถ. คือ คนหนึ่งฟัง สำเร็จแค่เป็นพระโสดาบัน แต่อีกคนหนึ่งฟัง สำเร็จเป็นพระอรหันต์

สุ. ต่างกันที่ไหน

ถ. ต่างกันที่ปัญญา

สุ. ก็ถูกแล้ว หมายความว่าสภาพธรรมเป็นจริงอย่างนั้น ขึ้นกับปัญญาของคนที่จะดับกิเลส

ถ. แสดงว่าธรรมอย่างเดียวกันนั้น ต้องเข้าใจให้ละเอียด ให้ลึกซึ้ง

สุ. เมื่อเข้าใจแล้ว การดับกิเลสยังต่างกันอีกตามกำลังของปัญญา อย่างปัญญาของพระโสดาบัน จะมีกำลังเท่ากับปัญญาของพระอรหันต์ไม่ได้



- ถ. แสดงว่าพระโสดาบันท่านก็เข้าใจธรรมอันเดียวกันนั้น
- ส. เหมือนอย่างเดียวกันเลย แต่กำลังของปัญญาไม่เท่ากัน มีดที่คมกริบ พั่นทีเดียวขาดได้หมด มีดที่คมน้อยกว่านั้น พั่นก็ทิ้งจะขาดหมด
- ถ. ก็ต้องหลาย ๆ ครั้ง
- ส. ขึ้นกับกำลังของปัญญา
- ถ. คงจะเข้าใจในลักษณะที่ว่า ความเข้าใจธรรมของเราต้องเข้าใจเป็นขั้น ๆ เข้าใจได้เท่าไรก็ทำให้ความไม่เข้าใจหมดไป เพราะเดี๋ยวนี้ที่เราวุ่นวาย เนื่องจากเรายังไม่เข้าใจธรรม เราเพียงแต่จำธรรม จำชื่อ จำหัวข้อได้เท่านั้นเอง แต่ไม่ได้เข้าใจสภาวะของธรรมที่ปรากฏในชีวิตประจำวัน เพราะเหตุนี้เราจึงต้องทำความเข้าใจธรรมให้ลึกซึ้ง ให้ละเอียดขึ้น ๆ โดยลำดับ เพื่อที่จะกำจัดความไม่เข้าใจให้หมดไป
- ส. ส่วนใหญ่เราจะไปสนใจ หรืออาจจะคิดมากเรื่องของธรรม แต่ไม่รู้จักรัตถธรรมหรือสภาพธรรม เพราะฉะนั้น สิ่งที่จะมีประโยชน์กว่า คือ ไม่ไปคิดเรื่องของธรรม แต่ควรรู้จักตัวธรรมที่กำลังปรากฏ และการที่จะพูดเรื่องธรรม ต้องพูดเพื่อให้เข้าใจตัวธรรม เพราะเวลานี้กำลังมีตัวธรรม ไข่มุม คุณทองศรี ตัวธรรมมีไหมเวลานี้
- ท. ไม่แน่ใจ
- ส. ถ้าไม่ใช่มีตัวธรรม เวลานี้มีอะไร
- ท. ยังไม่แน่ใจว่าธรรมคืออะไรแน่ ทราบแต่ว่า คือ สภาพความเป็นจริงอะไรสักอย่างหนึ่ง แต่ก็กำลังอยากรู้
- ส. ถ้ากล่าวว่า ธรรมทั้งหลาย ไม่เว้นอะไรเลย จะถูกหรือจะผิด
- ท. คิดว่าถูก
- ส. คิดว่าถูก ธรรมทั้งหลาย ไม่เว้นอะไรเลย เพราะฉะนั้น ในขณะที่กำลังอยู่ที่นี่เดี๋ยวนี้ ก็ต้องเป็นธรรมด้วย ถูกไหม ทุกอย่าง ไม่เว้นเลย สิ่งใดที่จริง พระพุทธพจน์ไม่มีวันเปลี่ยน



ทุกสิ่งทุกอย่างเป็นธรรมทั้งหมด ยืนคำ เพราะฉะนั้น จึงไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่เรา หรือไม่ใช่ของเราทั้งสิ้น เป็นแต่เพียงสภาพธรรมแต่ละอย่าง ๆ นี่คือการเริ่มเข้าใจพระธรรมที่ทรงแสดง

ที่ใช้คำว่า พระธรรม เพราะว่าแสดงถึงสิ่งที่เป็นจริง ที่มีจริง ซึ่งเป็นแต่เพียง ธรรมชาติหรือสภาพธรรมแต่ละอย่าง เป็นธาตุแต่ละชนิด ซึ่งไม่พึงยึดถือว่า เป็นตัวตน เป็นเรา หรือเป็นของเราได้เลย

นี่เพียงขั้นต้น และเราต้องเอาบทเรียนนี้ หรือสิ่งที่ได้ยินได้ฟังนี้มาพิจารณา ในชีวิตประจำวัน เพื่อที่จะยอมรับว่า เป็นจริงอย่างที่ได้ยินได้ฟังหรือเปล่า ถ้าได้ยิน ได้ฟังว่า ทุกสิ่งทุกอย่างเป็นธรรมทั้งหมด เพราะฉะนั้น ขณะที่กำลังอยู่เดี๋ยวนี้ ทุกอย่าง ไม่เว้นเลย ต้องเป็นธรรม





๑๖๔๗

สนทนาธรรมระหว่างไปนมัสการสังเวชนียสถานในประเทศอินเดีย

เดือนกุมภาพันธ์ ๒๕๓๐



ส. คุณทองศรีเห็นไหม

ท. เห็น

ส. เห็นเป็นธรรมหรือเปล่า

ท. ตอบไม่ได้

ส. ก็เมื่อก็บอกแล้ว ทุกอย่างหมดไม่เว้นเลย ยืนคำแล้วเปลี่ยนไม่ได้  
ตกลงเห็นเป็นธรรมหรือเปล่า

ท. เป็น

ส. เป็นธรรมชนิดหนึ่ง เพียงแต่ว่าเรายังไม่รู้จักเลย เราเพียงแต่ยอมรับ  
ตามที่เราได้ยินได้ฟังมาว่า ทุกอย่างต้องเป็นธรรม เพราะฉะนั้น กำลังเห็นเดี๋ยวนี้ก็ต้อง  
เป็นธรรมด้วย แต่เห็นจะเป็นธรรมได้อย่างไร เป็นธรรมชนิดไหน เราต้องเข้าใจ  
มากกว่านั้นอีก นี่คือการเริ่มมีพระธรรมเป็นสรณะ เพราะว่าทรงแสดงเรื่องของการเห็น  
การได้ยิน การได้กลิ่น การลิ้มรส การคิดนึก ความสุข ความทุกข์ ทุกสิ่งทุกอย่าง  
ในชีวิตประจำวัน ซึ่งก่อนนี้เราไม่เคยคิดเลยว่าเป็นธรรมแต่ละอย่าง ๆ เราคิดรวมว่า  
เป็นเรา เป็นเขา เป็นวัตถุสิ่งหนึ่งสิ่งใด แต่พระผู้มีพระภาคทรงตรัสรู้และทรงแสดง  
ลักษณะของสภาพธรรมทุกอย่าง ไม่เว้นเลย คือ คำไหนที่ทรงแสดงไว้แล้วไม่เปลี่ยน  
ทรงแสดงเรื่องของสภาพธรรมทุกอย่าง ไม่เว้นเลย แม้แต่เรื่องการเห็นซึ่งกำลังเห็น  
ในขณะนี้ ก็แสดงไว้โดยละเอียดที่สุดว่าเป็นธรรมอย่างไรจึงไม่ใช่เราและไม่ใช่ของเรา  
ไม่ใช่ตัวตน เป็นธรรมอย่างหนึ่ง

ยังไม่รู้เลยว่า เป็นอะไร รู้แต่ว่าเป็นธรรมอย่างหนึ่ง ใช่ไหม การได้ยิน  
คุณทองศรีได้ยินไหม

ท. ได้ยิน และได้ยินเป็นธรรม





ส. ขยายความอีกสักนิดว่า เพราะอะไรจึงว่าเป็นธรรม

ท. เป็นสภาพความเป็นจริงที่ปรากฏ

ส. เพราะฉะนั้น คำนี้สื่อถึงความจริงขึ้นมาอีกนิดหนึ่ง คือ เป็นความจริงที่ว่าเพราะอะไรได้ยินเป็นธรรม คุณทองศรีก็ตอบว่า เพราะเป็นความจริงชนิดหนึ่ง เพราะฉะนั้น สภาพธรรม หมายความว่าสิ่งที่มีจริง โดยสภาพนั้น ไม่มีใครสามารถบังคับบัญชาได้ ห้าม ไม่ให้ได้ยินได้ไหม เวลาได้ยินเกิดขึ้นจะบอกว่า อย่าได้ยินได้ไหม

ท. คงไม่ได้

ส. และให้ได้ยินไปเห็นได้ไหม อย่าทำหน้าที่ได้ยิน ไปเห็นเสีย ได้ไหม ก็ไม่ได้ นี่คือลักษณะของจริงแต่ละอย่าง ๆ ซึ่งเป็นธรรมแต่ละชนิด

คตินี้คุณทองศรีจะไม่มีตัวตน เพราะว่าเป็นธรรมหมดทุกอย่าง ไซ้ไหม

เวลานอนก็คิดขึ้นมาได้แล้วว่า เห็นต้องเป็นธรรม ได้ยินก็เป็นธรรม คิดนึกก็เป็นธรรม สุขก็เป็นธรรม โกรธก็เป็นธรรม ชอบก็เป็นธรรม เป็นธรรมไปทุกสิ่งทุกอย่าง ซึ่งสภาพธรรมใดก็ตามที่มีจริง ที่พิสูจน์ได้ ที่รู้ได้ด้วยตัวเอง เพราะสภาพธรรมนั้นเกิดขึ้นไซ้ไหม คุณทองศรีจึงได้กล่าวว่ามีจริง

อย่างเช่น ได้ยิน ถ้าไม่มีการได้ยินเกิดขึ้นเลย จะบอกว่าได้ยินมีจริงได้ไหม ก็ไม่ได้ เพราะฉะนั้น ทุกอย่างที่มีจริง เกิดขึ้น จึงปรากฏให้รู้ว่ามี

อย่างเสียงเป็นธรรมหรือเปล่า

ท. เป็นสิ่งที่เราได้ยินได้ สามารถสัมผัสได้

ส. ปรากฏทางหู ไม่ปรากฏทางอื่น ฉะนั้น เสียงเป็นธรรมชนิดหนึ่ง เกิดขึ้นจึงได้ปรากฏ ถ้าเสียงไม่เกิด จะได้ยินได้ไหม

ท. ก็คงไม่ได้

ส. ฉะนั้น ทุกอย่างที่เราปรากฏ ต้องเกิดขึ้นจึงปรากฏ นี่คือ สัพเพ สังขารา สังขารทั้งหลาย ไม่เที่ยง แต่ที่จะไม่เที่ยงได้ ต้องเกิดก่อน และจึงดับ จึงกล่าวว่าไม่เที่ยง



ก็โยงเข้ามาหาธรรมที่พระผู้มีพระภาคทรงตรัสรู้แล้วทรงแสดง ซึ่งไม่เว้นอะไรเลยสักอย่างเดียว และมีความลึกซึ้ง มีความละเอียดที่จะทำให้คนที่ศึกษาเข้าใจชัดขึ้น จนกระทั่งสามารถค่อย ๆ คลายความยึดถือสภาพธรรม และสามารถเจริญปัญญาเป็นลำดับขั้นได้ แต่ไม่ใช่ว่าโดยคุณทองศรีไม่ทราบอะไรเลย มานั่งเฉย ๆ ประเดี๋ยวกิเลสจะหมด เป็นไปไม่ได้เลย ใช่ไหม

การศึกษาต้องตามลำดับขั้น การฟังก็ต้องตามลำดับขั้น การที่จะมีฉันทะวิริยะที่จะอบรมเจริญปัญญา ก็ต้องตามลำดับขั้น

ถ. ขณะที่เราเจริญสติ ระลึกรู้นามรูป ปัญญาจะต้องพิจารณาทีละอย่าง ใช่ใหม่ว่า ขณะที่สีปรากฏ ที่ปรากฏทางตาเป็นเพียงแต่รูป ...

ส. ไม่ใช่ไปเรียกว่ารูป แต่เป็นสภาพธรรมอย่างหนึ่ง

ถ. เป็นสภาพที่ไม่รู้ ปรากฏทางตา อีกขณะหนึ่งปัญญาก็พิจารณาว่าการเห็นนั้นก็เป็นนามธรรมอย่างหนึ่ง

ส. ไม่ใช่ชื่ออีกเหมือนกัน เป็นอาการรู้ เป็นลักษณะรู้

ถ. ปัญญาที่พิจารณา รู้ จะต้องรู้ทีละอย่าง ทีละนาม ทีละรูป ใช่ไหม ไม่ใช่ว่ารู้พร้อม ๆ กัน

ส. ถูกต้อง จิตเกิดขึ้นขณะหนึ่งจะต้องรู้สิ่งเดียวเท่านั้น รู้หลาย ๆ สิ่งพร้อมกันไม่ได้

ถ. เวทนาใด ๆ จะเกิด สัญญาจะเกิด และสติระลึกรู้ นั้น ก็ให้รู้ว่า ...

ส. ศึกษาลักษณะของสิ่งที่ปรากฏจนกว่าจะรู้ชัด ที่รู้ชัด คือ ไม่มีเราเมื่อไรรู้ชัด คือ เมื่อนั้นไม่มีเราที่กำลังรู้

ถ. ไม่จำกัดว่า จะเป็นเวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ

ส. ที่เกิดขึ้น

ถ. ต้องรู้ให้หมด

ส. สติสามารถที่จะระลึกได้

ถ. ขณะที่ปัญญารู้ ก็รู้ว่า ...



ส. ปริยัติทั้งหมดที่เรียน เพื่อแสดงความละเอียดของสภาพธรรมที่ไม่สมควรจะยึดถือว่าเป็นตัวตน แต่ไม่ได้หมายความว่า คนนั้นอบรมเจริญปัญญาจนรู้อย่างนั้น แต่เป็นแนวทางให้เข้าใจละเอียดขึ้น และสติปัญญาก็ค่อย ๆ อบรมเจริญ และเมื่อปรากฏสภาพธรรมตามความเป็นจริงจะไม่ผิดจากที่เคยศึกษา แสดงให้เห็นว่านั่นถูกและตรง คือ ปริยัติอย่างไร ปฏิบัติก็อย่างนั้น ปฏิเวธก็อย่างนั้น เพราะฉะนั้นจะไม่มีปริยัติไม่ได้

ผู้ฟัง แบบที่ไปนั่งหลับตา เจริญสมถะ จิตสงบและปัญญาจะเกิดเอง คงจะไม่มีโอกาสเป็นไปได้

ส. เหตุไม่สมควรกับผล

ผู้ฟัง คือ ปัญญาจะเกิดเองไม่ได้

ส. ยังไม่เข้าใจด้วยซ้ำว่าปัญญาคืออะไร และปัญญารู้อะไร

ผู้ฟัง ที่สอน ๆ กันอยู่ทั่วไปว่า ไม่ต้องอ่านตำรา ไม่ต้องศึกษา นั่งไป ทำไปสมาธิเกิดและปัญญาจะรู้เอง

ส. และจะรู้อะไร คำถามคือจะรู้อะไร ข้อสำคัญที่สุดต้องรู้ก่อนว่าปัญญารู้อะไร

ผู้ฟัง การที่จะรู้สภาพธรรมที่ปรากฏตามความเป็นจริง จะต้องรู้ถึงสิ่งที่กำลังปรากฏจริง ๆ ว่า เป็นแต่สภาวะธรรมอย่างหนึ่งที่ปรากฏ ไม่ใช่ไปนั่งหลับตานึกเอาว่านั่นไม่ใช่เรา หรือดับได้ไร้พุงไม่ใช่เราทั้งนั้น นั่นเป็นการนึกคิด อย่างนี้ก็ไม่ใช่นทางดับกิเลส

ถ. ผู้ที่เริ่มสนใจ ผมเชื่อว่า ถ้าฟังและพิจารณาจะมีประโยชน์มาก เพราะจากการที่คุณทองศรีบอกว่า รู้นามรู้รูปก็ดี ธรรมชาติก็ดี ก่อนอื่นต้องถามตัวเองว่านามรูปนั้นรู้ได้ด้วยวิธีไหน รู้ได้อย่างไร เพราะคำว่า นามรูป แม้จะพูดง่าย ๆ แต่เป็นสิ่งที่ยากที่สุด ยากจริง ๆ เพราะขณะที่เห็นจะเป็นนามเป็นรูปได้อย่างไร ไม่ใช่เพียงพูดตาม แต่ลักษณะของนามและรูปต้องมีจริง ๆ นี่เป็นจุดเริ่มต้นที่จะต่อไปสู่ธรรมมีพระธรรมเป็นที่พึ่ง อัมมัง สาระณัง คัจฉามิ ไม่ทราบว่าเป็นพุดผิดหรือถูก



ส. มีของจริงที่ยังไม่รู้ ก็ต้องอาศัยการอบรมเจริญปัญญาจนกว่าจะรู้ของจริง ซึ่งมีจริง ๆ

ถ. ทำอย่างไรจะมีโอกาสขัดเกลาให้ตัวเองเป็นผ้าเช็ดเท้าได้ โอกาสที่ตัวเองจะคิดว่าเป็นผ้าเช็ดเท้าแทบไม่มี เพราะส่วนใหญ่คิดว่าตัวเองดีกว่าผ้าเช็ดเท้า แต่ความจริงคำว่าผ้าเช็ดเท้าที่อาจารย์พูดว่า ต้องทำตัวเองให้เหมือนผ้าเช็ดเท้า หมายความว่าผ้าเช็ดเท้าสามารถรับได้ทุกอย่าง ไม่ว่าเรื่องดีเรื่องร้าย แต่ส่วนใหญ่ผ้าเช็ดเท้าไม่ใช่เรื่องดี เป็นเรื่องเลว ๆ ที่เขาต้องเช็ดออก เพราะถ้าดีก็คงไม่เช็ด เราจะมึนวิธีอย่างไรให้มีโอกาสเป็นผ้าเช็ดเท้าได้

ส. พระธรรมที่ทรงแสดงไว้มีมากในพระไตรปิฎก และตามระดับความสามารถของแต่ละบุคคลที่จะค่อย ๆ พิจารณาเห็นโทษของอกุศล และเห็นประโยชน์ของกุศล จนกระทั่งถึงระดับขั้นที่สามารถดับกิเลสได้เป็นสมุจเฉท

เพราะฉะนั้น กว่าจะดับกิเลสได้ ก็เป็นเรื่องที่จะต้องอบรมเจริญปัญญา รู้แจ้งสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ ซึ่งยากจริง ๆ ที่จะได้รู้ได้ในลักษณะที่เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ซึ่งทุกคนก็ได้ยินบ่อย ๆ ว่า ทุกอย่างเกิดขึ้นและดับไป ไม่เที่ยง ไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล

ส่วนใหญ่แล้วมักจะเป็นเรื่องการคิดนึก ยากที่สติปัญญาจะเกิดระลึกตรงลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังเกิดดับ จึงต้องอาศัยการฟังพระธรรมเป็นลำดับขั้น โดยไม่ใจร้อน เพราะจะต้องรู้จักตัวเองตามความเป็นจริงว่า เมื่อยังเป็นปุถุชนหมายความว่ายังเป็นผู้ที่ยังมีกิเลสมาก เพราะฉะนั้น ก่อนอื่น ต้องรู้ตัวเองว่ามีกิเลสมาก จึงเริ่มรำลึกถึงกิเลสที่มี เป็นประเภท ๆ

ถ้ายังไม่เห็นว่ากิเลสที่มีเป็นสิ่งที่น่ารำเกียจ ก็จะพอกพูนและแสวงหากิเลสนั้น ๆ เพิ่มขึ้น และอาจจะคิดว่าเป็นสิ่งที่ดี เช่น มานะ ความสำคัญตน ก็อาจจะคิดว่าเป็นสิ่งที่ดีที่ทุกคนจะต้องมี ต้องเป็นคนสำคัญ ต้องเป็นคนที่ทุกคนสนใจ แต่ตามความเป็นจริงแล้ว ถ้าทุกคนลดความสำคัญตนลง แม้โดยที่สติปัญญายังไม่เกิด ยังไม่ระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรม ก็จะเจริญกุศลได้มาก เวลาที่คิดถึงคนอื่น



เมื่อเห็นความไม่ดีของคนอื่น ก็คิดว่าแม้เราเองก็มีเหมือนกัน ไม่ใช่ว่ามีแต่เขา เราก็มี ในเมื่อเราก็มียด้วย ทำไมจึงรังเกียจแต่อกุศลของคนอื่น ไม่รังเกียจอกุศลของเรา ซึ่งการ รังเกียจอกุศลของคนอื่น ไม่เกิดประโยชน์อะไรกับเราเลย แต่การที่ย้อนกลับมาว่า อกุศลที่คนอื่นมีนั้น เราก็มีย และเราผู้เดียวเท่านั้นที่จะเพียรขัดเกลาอกุศลของเราได้ เราไม่สามารถไปขัดเกลาอกุศลของคนอื่นได้เลย

การระลึกอย่างนี้ จะทำให้เพิ่มความสังวร ระวังก และเจริญกุศลขึ้นได้ พร้อมกับการเจริญสติปัฏฐาน ซึ่งเป็นการที่ปัญญาสามารถจะแทงตลอดลักษณะของ สภาพธรรมในชีวิตประจำวันนั่นเอง

ถ. ส่วนใหญ่ไม่ค่อยจะรู้ว่าตัวเองมีอกุศลหรือมีกิเลส คิดว่าตัวเองไม่ค่อยจะมีอะไร นิ่ง ๆ นอน ๆ อยู่เฉย ๆ กิเลสก็ไม่ค่อยจะมีมากมายอะไร ถ้าหากคิดอย่างนี้ โอกาสที่จะเป็นผ้าเช็ดเท้าคงจะยาก ฉะนั้น ก่อนที่เราจะเป็นผ้าเช็ดเท้าได้ เราต้องรู้ว่า ตัวเรามีความไม่ดี คือ กิเลส มากมายแค่ไหน และวิธีการที่ทำให้เรารู้ว่าตัวเราไม่ดี หรือมีกิเลส ก็เป็นสิ่งที่ยาก ขอให้ท่านอาจารย์ช่วยแนะนำด้วย

สุ. ถ้าไม่ได้ศึกษาพระธรรมที่ทรงแสดงไว้โดยละเอียด ไม่มีทางที่จะเข้าใจ ได้เลยว่า กิเลสเกิดเมื่อไร และกิเลสมีความละเอียด มีความหยาบ มากน้อยแค่ไหน

เพราะฉะนั้น พระธรรมที่ทรงแสดง ๔๕ พรรษา เพื่อเกื้อกูลให้ผู้ที่ไม่สามารถ รู้แจ้งอริยสัจธรรมได้โดยข้อความสั้น ๆ ได้ศึกษาให้เข้าใจเรื่องของตัวเองละเอียดขึ้น เพราะว่าพระธรรมที่ทรงแสดงเป็นสัจธรรม เป็นของจริงที่พิสูจน์ได้ แม้แต่กิเลสของ ตนเองก็เป็นแต่เพียงสภาพธรรมซึ่งเหมือน ๆ กัน เช่น ความพอใจยินดีที่เป็นโลกะ จะบอกว่าเป็นของเราคนเดียวได้ไหม ในเมื่อเป็นสภาพธรรมที่เกิดขึ้นเมื่อไร ก็ทำให้ มีความติดข้อง พอใจ ปราภรณ์ในสิ่งที่กำลังปรากฏเหมือน ๆ กันทั้งนั้น ไม่ว่าจะเป็นเด็ก เป็นผู้ใหญ่ ขาดศาสนาใด ๆ โลกะก็คือโลกะเหมือนกัน โทสะก็คือโทสะ เหมือนกัน โมหะก็คือโมหะเหมือนกัน จึงควรเข้าใจพระธรรมที่ทรงตรัสรู้ว่าเป็นเพียงสภาพธรรมแต่ละอย่าง ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน



และการที่จะสามารถเข้าใจว่าเป็นสภาพธรรมจริง ๆ อาศัยเหตุปัจจัยเกิดขึ้นและดับไป เพียงพองนิด ๆ หน่อย ๆ เล็ก ๆ น้อย ๆ ก็ไม่เพียงพอที่จะไปต่อต้านกับอกุศลซึ่งพอกพูนหนาแน่นสะสมมาที่เพียงเห็นก็เกิดโลภะบ้างหรือโทสะบ้าง ได้ยินเสียงที่พอใจก็ต้องเกิดโลภะ ถ้าเป็นเสียงที่ไม่พอใจก็ต้องเกิดโทสะ

ผู้ที่ยังมีกิเลสอยู่ก็ต้องถูกกิเลสครอบงำ จนกว่าจะมีปัญญา ความเข้าใจในลักษณะของสภาพธรรมว่า ไม่มีสัตว์ ไม่มีบุคคล ไม่มีตัวตน สภาพธรรมแต่ละอย่างเกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัย

ถ้าค่อย ๆ ศึกษาถึงปัจจัยและสภาพธรรมที่เกิดขึ้น จะทำให้ค่อย ๆ ระลึกได้ในขณะที่เห็นบ้าง ได้ยินบ้าง หรือโกรธบ้าง หรือรักบ้าง หรือริษยาบ้าง หรือสำคัญตนบ้าง แล้วแต่ว่าสภาพของอกุศลชนิดไหนมีปัจจัยจะเกิดขึ้นขณะไหน สติก็สามารถระลึกได้และเห็นโทษ รู้ว่าไม่ใช่ตัวตน แต่เป็นสภาพธรรมที่เกิดขึ้นกับแต่ละบุคคล ตามการสะสมมากน้อยต่าง ๆ กัน

เพราะฉะนั้น การรู้จักตัวเองว่ามีอกุศลประเภทใดมากน้อยเท่าไร ย่อมดีกว่าการเป็นผู้ฉลาดที่จะรู้จักอกุศลของคนอื่น และในขณะที่กำลังรู้จักอกุศลของคนอื่น ต้องไม่ลืมที่จะพิจารณาจิตด้วยว่า ขณะนั้นเกิดเมตตาหรือเกิดอกุศล ในขณะที่เห็นอกุศลของคนอื่น ถ้าเป็นผู้ที่ขาดทุนก็คือว่า เมื่อเห็นอกุศลของคนอื่นแล้วตนเองเกิดอกุศล แต่ถ้าเป็นผู้ที่ได้ประโยชน์ก็คือว่า เมื่อเห็นอกุศลของคนอื่นแล้วก็เกิดเมตตา เพราะว่าแม้ตนเองก็มีอกุศลอย่างนั้นเหมือนกัน

**ผู้ฟัง** ทุกท่านคงจะเห็นแล้วว่า การพยายามตั้งใจฟังบ่อย ๆ ติดตามสม่ำเสมอในเรื่องธรรม ข้อปฏิบัตินี้เป็นความสำคัญแค่ไหน โดยจะเห็นได้ว่าที่พระเชตวันนี้ พระพุทธองค์ทรงประทับอยู่ ๒๕ พรรษา ตลอด ๒๕ พรรษา ถ้านับเป็นวัน ก็ไม่สามารถจะคิดได้ในขณะนี้ว่ากี่วัน กี่ชั่วโมง แต่ตลอดเวลา ๒๕ ปี พระพุทธองค์ท่านเทศน์อยู่ตลอดเวลา ไม่มีเวลาว่างเลย ไม่ว่าจะเป็นเวลาไหน พระพุทธองค์ตรัสสอนทั้งภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา ตลอดจนถึงเทวดา ไม่ทรงมีเวลาได้พักผ่อน



การที่พระพุทธรูปองค์ทองเสียดสีลงทุกสิ่งทุกอย่าง ก็เพื่อพระสาวก เพื่อพุทธบริษัท เพื่อให้ได้ฟังธรรม เพื่อจะได้เข้าใจธรรม เพราะตราบใดที่ยังไม่เข้าใจธรรม การประพฤติปฏิบัติธรรมก็จะมีไม่ได้ หรือประพฤติปฏิบัติธรรมก็จะมีไม่ถูก

เรื่องฟังธรรมเป็นเรื่องใหญ่ยิ่งที่ทุกคนจะต้องตั้งใจ จะต้องสนใจ อย่างที่อาจารย์ได้บอกไว้แล้ว

พูดด้วยใจจริง ๆ ผมก็ศึกษาเล่าเรียนจบมาแล้ว แต่ไม่มีใครชี้ว่า อย่างนี้ต้องเป็นอย่างนี้ อย่างนั้นต้องเป็นอย่างนั้น คือ การปฏิบัติส่วนใหญ่ต้องไปหาครูอาจารย์ ที่อื่น ส่วนที่เรียนมาแล้วจะเป็นปัจจัยเกื้อกูลแก่การปฏิบัติไม่มีใครชี้บอก ไม่มีใครชี้แนะ ผมมาพบท่านอาจารย์ ท่านเป็นผู้ที่สามารถชี้แนวทางว่า การประพฤติปฏิบัติจะต้องมีความเข้าใจในแนวทางปฏิบัติ เมื่อความเข้าใจมีแล้ว ก็จะเป็นเหตุเป็นปัจจัยให้เกิดการปฏิบัติโดยอัตโนมัติ

เพราะฉะนั้น เราอย่าละเลยโอกาสที่จะฟัง การฟังนี้มีประโยชน์อย่างยิ่ง ผมขอให้อาจารย์แสดงวิธีการที่จะฟังธรรม โดยให้เข้าใจธรรม

ส. ข้อสำคัญที่สุด คือ อย่าประมาทพระธรรมว่าง่าย เพราะถ้าอ่านในพระสูตรบางสูตร หรือฟังเรื่องของสภาพธรรม จะรู้สึกเหมือนกับว่าไม่มีอะไร เช่น ถ้าพูดถึงโลภะ ทุกคนเข้าใจได้ทันที พูดถึงโทสะ ทุกคนก็เข้าใจได้ พูดถึงโมหะ ทุกคนก็เข้าใจได้ และถ้าเพียงบอกว่า ให้ละโลภะเสีย ให้ละโทสะเสีย ให้ละโมหะเสีย ถ้าเป็นเพียงคำพูดเท่านั้น ไม่มีใครสามารถที่จะกระทำได้เลย นี่เป็นความจริง

ต้องเป็นผู้ที่ตรงและรู้ว่า สภาพธรรมที่ทรงแสดง ซึ่งดูเหมือนง่ายเพราะทุกคนมีความสามารถที่จะรู้ได้พิสูจน์ได้นั้น เป็นสิ่งที่ลึกซึ้งอย่างยิ่งที่พระผู้มีพระภาคต้องทรงบำเพ็ญพระบารมีถึง ๔ อสงไขยแสนกัป เพื่อที่จะทรงตรัสรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏจริง ๆ





๑๖๔๘

สนทนาธรรมระหว่างไปนมัสการสังเวชนียสถานในประเทศอินเดีย

เดือนกุมภาพันธ์ ๒๕๓๐



ส. แม้แต่โลภะ รู้ว่าเป็นโลภะ แต่ตราบได้ที่ยังเป็นเรา หรือโลภะของเรา ขณะนั้นทำอะไรๆ ก็ไม่สามารถดับโลภะได้ เพราะฉะนั้น การศึกษาต้องเป็นขั้นๆ

ถ้าคิดถึงว่าทุกคนจะมีความรู้ในทางโลก ก็ต้องเรียนกันถึง ๒๐ ปี ๓๐ ปี และบางวิชาการก็ต้องศึกษาค้นคว้ากันไปเรื่อย ๆ ไม่จบสิ้น ฉะนั้น พระธรรมที่ พระผู้มีพระภาคทรงแสดง ไม่ใช่จะอาศัยเพียงไม่กี่วัน หรือไม่กี่ประโยค ก็สามารถจะ เข้าใจได้ ซึ่งทุกท่านที่ได้จบวิชาการทางโลกมาแล้วกล่าวเป็นเสียงเดียวกันว่า ไม่มีอะไร ที่จะยากและลึกซึ้งเท่ากับพระธรรมที่พระผู้มีพระภาคทรงแสดงไว้

แม้แต่เรื่องโลภะ ก็จะต้องศึกษาจริง ๆ เพียงได้ยินก็อย่าประมาทคิดว่า เป็นเรื่องที่รู้จักแล้ว เข้าใจแล้ว และคงจะมีวิธีง่าย ๆ ที่จะละได้ แต่อกุศลทั้งหมด ต้องละด้วยปัญญาที่จะต้องอบรมเจริญขึ้นตามลำดับขั้น ถ้าในขั้นการฟังพระธรรมยัง ไม่มี มีแต่การคิดเอง หรือเข้าใจเองว่า คงจะเป็นอย่างนี้ คงจะเป็นอย่างนั้น หรือ คิดว่า วิธีนั้นง่ายดีกว่า หรือวิธีลัดก็จะต้องมี นั่นแสดงว่าไม่ได้มีพระธรรมเป็นสรณะ แต่มีความคิดเห็นของตนเอง หรืออาจจะฟังต่อ ๆ กันมาว่า ไม่ยากในการที่จะละกิเลส

ถ้าเป็นผู้ที่ตรงจริง ๆ และรู้จักตัวเองตามความเป็นจริงจะรู้ว่า ต้องศึกษา พระธรรมโดยละเอียด และน้อมประพฤติปฏิบัติตามทุกขั้น แม้แต่ในขั้นของการอบรม ขัดเกลากิเลสที่สติจะระลึกลงในขณะที่ถูกสติจิตกำลังเกิดขึ้น ก็จะต้องละเอียดขึ้น ๆ จนกว่าสภาพธรรมปรากฏตามความเป็นจริงว่า ไม่ใช่ตัวตนเลย

แม้แต่เพียงคำว่า ไม่ใช่ตัวตน หรืออนัตตา คำเดียว ก็ประมาทไม่ได้เลย ทั้ง ๓ ปฏิภาณแสดงความเป็นอนัตตา ไม่อยู่ในอำนาจบังคับบัญชาเลย และไม่ใช่ว่า สภาพธรรมที่จะพึงยึดถือว่า เป็นตัวตน เป็นสัตว์ เป็นบุคคลด้วย





ถ้าได้ฟังความหมายของอนัตตาอย่างนี้ในวันนี้ว่า ธรรมทั้งหลายเป็นอนัตตา ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน มีการบ้านมากที่จะคิดที่จะพิจารณาธรรมต่อไป คือ จะต้องรู้ว่าขณะนี้อะไรเป็นอนัตตา และทำไมจึงกล่าวว่า ธรรมทั้งหลาย ไม่ใช่กล่าวว่า เราหรือคนนั้นคนนี้เป็นอนัตตา แต่กล่าวว่า ธรรมทั้งหลายเป็นอนัตตา

เพราะฉะนั้น แม้แต่ธรรมคำเดียว ก็จะต้องเข้าใจจริง ๆ ว่า ธรรมคืออะไร และธรรมนั้นเป็นอนัตตาอย่างไรด้วย นี่คือการที่จะศึกษาพระธรรมโดยไม่ผิวเผิน คือ โดยการพิจารณาให้เข้าใจจริง ๆ ในอรรถของพยัญชนะที่ได้รับฟัง ถ้าผ่านไปผิวเผิน ไม่มีทางที่จะเข้าใจพระธรรมได้

ถ. ธรรมต้องมีการเรียน การปฏิบัติ และปฎิเวธ ทั้ง ๓ ระดับด้วยกัน ฟังที่ท่านอาจารย์อธิบาย ก็หมายความว่า ให้ปฏิบัติโดยตรง โดยเรียนน้อย ๆ อย่างนั้นจะใช้หรือไม่

ส. การเรียนน้อยหรือเรียนมากไม่สำคัญเลย สำคัญที่ความเข้าใจในสิ่งที่เรียนหรือสิ่งที่ได้ฟังว่า ลึกซึ้งและถูกต้องแค่ไหน เช่น คำว่า ธรรม แสดงว่า ไม่มีสัตว์ ไม่มีบุคคล ไม่มีตัวตน มีแต่สภาวะธรรมชาติแต่ละอย่าง เช่น การเห็น เป็นสภาวะธรรมชาติอย่างหนึ่ง ไม่ว่าจะเป็นนก เป็นเปิด เป็นคน เป็นเทพ การเห็น ก็เป็นแต่เพียงการเห็น

การได้ยินก็เช่นเดียวกัน ไม่ว่าในนรก ในมนุษย์ บนสวรรค์ ก็จะต้องมีการได้ยิน ซึ่งเป็นสภาพธรรม เป็นสภาวะธรรมอย่างหนึ่งที่อาศัยเหตุปัจจัยจึงเกิดขึ้น แต่เมื่อไม่ได้พิจารณาว่า ขณะนี้มีทุกสิ่งทุกอย่างปรากฏได้นั้น เพราะเกิดขึ้น และสิ่งที่เกิดขึ้นต้องมีปัจจัยปรุงแต่งให้เกิดขึ้นจึงจะเกิดได้ ถ้าไม่ละเอียดจนกระทั่งถึงสภาพธรรมที่ปรากฏทางตาบ้าง ทางหูบ้าง ทางจมูกบ้าง ทางลิ้นบ้าง ทางกายบ้าง ทางใจบ้าง เพียงชั่วแต่ละอย่างซึ่งต่างก็เกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัยต่าง ๆ กัน ก็ยังคงยึดถือสภาพธรรมทั้งหมดว่าเป็นเรา และตราบติดที่ยังหลงยึดถือสภาพธรรมที่เพียงเกิดขึ้นและดับไปว่าเป็นเรา เมื่อนั้นก็ไม่สามารถดับกิเลสได้เลย



ต้องประจักษ์แจ้งความจริงของสภาพธรรมที่กำลังเห็นขณะนี้ กำลังได้ยินขณะนี้ ว่า เป็นสภาวะธรรมชาติแต่ละอย่างที่มีปัจจัยปรุงแต่งเกิดแล้วดับ และไม่ใช่ว่า สภาพธรรมอันเดียวกัน ประเภทเดียวกันเลย และสภาพธรรมที่ทรงแสดงไว้โดยละเอียดนั้นมีมากที่จะทำให้เห็นความเป็นอนัตตา ความไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคลยั่งยืนของสภาพธรรมนั้น ๆ จนกระทั่งสัมมาสติซึ่งเป็นมรรคหนึ่งในมรรคมีองค์ ๘ ระลึกลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังมีอยู่ในขณะนี้ และสัมมาทิฐิก็พิจารณาศึกษาจนกระทั่งสภาพธรรมปรากฏโดยความเป็นอนัตตา ไม่มีการปรากฏว่า เป็นเรากำลังนั่งอยู่ในขณะนี้ เพราะว่าลักษณะของนามธรรมซึ่งเป็นสภาพรู้เป็นอย่างหนึ่ง ลักษณะของรูปธรรมซึ่งไม่ใช่สภาพรู้เป็นอย่างหนึ่ง

ต้องค่อย ๆ ขยายความหมายของธรรมออกไปเป็นธรรมแต่ละประเภท และสติจะระลึกลักษณะของสภาพธรรมประเภทนั้น ๆ ที่เกิดปรากฏไปเรื่อย ๆ จนกว่าจะเข้าใจขึ้น ปัญญาเจริญขึ้น สภาพธรรมจึงจะปรากฏตามความเป็นจริงได้

ถ. การเรียนนานหรือไม่นาน ไม่สำคัญ อยู่ที่ความเข้าใจ แต่จะแน่ใจได้ขนาดไหนว่า เราเข้าใจแล้ว

สุ. เพียงคำเดียวว่า ธรรม ก็จะต้องเข้าใจโดยการมีการบ้านว่า ธรรมทั้งหลายมีอะไรบ้าง ทางตาในขณะนี้เห็นธรรมหรือเปล่า กำลังรับประทานรสเปรี้ยว เค็ม หวาน รสเปรี้ยว เค็ม หวาน เป็นธรรมหรือเปล่า กำลังเคลื่อนไหวเหยียดคู้ นั่ง นอน ยืน เดิน เยืน ร้อน อ่อน แห้ง เป็นธรรมหรือเปล่า เพราะว่าพระธรรมที่ทรงแสดงต่างกับความหมายในทางโลก แม้แต่คำว่านามธรรมกับรูปธรรม

นามธรรมไม่ใช่ชื่อ แต่หมายความว่าถึงสภาพธรรมซึ่งเป็นสภาพรู้ รูปธรรมหมายความว่าถึงสภาพธรรมที่ไม่ใช่สภาพรู้ ต้นไม้ ใบหญ้า ก้อนหิน นาฬิกา ทุกสิ่งทุกอย่างเป็นรูปธรรมแต่ละลักษณะซึ่งไม่ใช่สภาพรู้เลย ไม่เจ็บ ไม่ปวด ไม่เห็น ไม่คิด ไม่สุข ไม่ทุกข์

ลักษณะของสภาพที่สุข ทุกข์ เห็น ได้ยิน คิดนึก จำได้ เหล่านี้เป็นสภาพของนามธรรมแต่ละลักษณะ ซึ่งจะต้องรู้ว่า ตั้งแต่ศีรษะตลอดเท้าที่ว่าเป็นอนัตตา



ไม่ใช่ตัวเรา ไม่ใช่ของเรา ไม่พื้งยึดถือว่าเป็นตัวตน ก็เพราะเป็นแต่เพียงนามธรรมและรูปธรรมที่อาศัยเหตุปัจจัยเกิดขึ้นและดับไปทันที แต่เมื่อไม่ประจักษ์การเกิดดับ ก็ยังคงเห็นสิ่งที่ปรากฏรวม ๆ กันเป็นก้อน เป็นแท่งว่า เป็นสิ่งหนึ่งสิ่งใดอยู่ตลอดเวลา

ถ. ฟังอาจารย์แล้วคล้าย ๆ กับจะเข้าใจ แต่เมื่อนำไปพิจารณา พิจารณาไม่ได้ ยังเห็นว่าเป็นคนอยู่

สุ. แน่นนอน เพราะว่าการฟังในวันนี้อาจจะเป็นเพียงความเข้าใจในสิ่งที่ได้ฟังคำเดียวหรือสองคำ แต่ ๔๕ พรรษาที่ทรงแสดงนัยคำไม่ถ้วน ซึ่งเป็นเรื่องของสภาพธรรมทั้งหมด เป็นเรื่องของตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ทุกสิ่งซึ่งพิสูจน์ได้ทันที และละเอียดขึ้น ลึกขึ้น จนกระทั่งสติสามารถระลึกตามได้ ขณะนั้นจึงเป็นการปฏิบัติ

ถ. การได้ฟังเรื่องเดิม ๆ ซ้ำ ๆ กัน เป็นประโยชน์อย่างยิ่ง ใช่ไหม

สุ. ขึ้นอยู่กับความเข้าใจ

ถ. ทั้ง ๆ ที่เข้าใจแล้ว

สุ. ก็เข้าใจอีกเรื่อย ๆ เมื่อฟังเรื่อย ๆ ก็เข้าใจขึ้นอีกเรื่อย ๆ

ถ. แสดงว่าครั้งแรกยังเข้าใจไม่ลึกซึ้ง

สุ. แน่นนอน นอกจากผู้ที่ได้บำเพ็ญบารมีมาจนได้ฟังคาถาสั้น ๆ ก็สามารถแทงตลอดได้เลย แต่ระยะเวลา ๒,๕๓๐ ปีนี้ห่างไกลมามาก ก็ควรที่จะคิดถึงกาลเวลาที่ผ่านมา และคิดถึงความสนใจในพระธรรมของตัวเองแต่ละบุคคลด้วยว่า มีความสนใจเพียงพอที่จะศึกษาจริง ๆ ที่จะให้เข้าใจจริง ๆ หรือคิดว่า รอไว้ก่อน หรือว่ายังไม่จำเป็น ยังไม่เห็นประโยชน์จริง ๆ นั่นก็เป็นเรื่องของแต่ละบุคคล

ถ. อาจารย์บอกว่า สติเกิดและปัญญาพิจารณา ฟังดูเหมือนว่า ต้องมีเวลาให้พิจารณา

สุ. ยังไม่ต้องกล่าวถึงสติกับปัญญาเลย เพียงแต่ว่าสิ่งที่ปรากฏในขณะนี้คืออะไร ถ้ายังไม่เข้าใจสติก็เกิดไม่ได้ ไม่ใช่รีบร้อนที่จะให้สติเกิด แต่ต้องเข้าใจลักษณะของนามธรรมและรูปธรรมก่อน และไม่ใช่เข้าใจตามหนังสือ แต่เข้าใจ



ในขณะนี้เดี๋ยวนี้ว่า ลักษณะของนามธรรมเป็นอย่างไร อย่างเช่น เห็น ทุกคนก็มีอยู่ ไม่สงสัยเรื่องเห็น แต่เห็นไม่ใช่เรา จะรู้ได้อย่างไร

เมื่อไรเห็นนั่นจึงจะไม่ใช่เรา ก็ต่อเมื่อได้ฟังเพิ่มเติมว่า เห็นเป็นสภาพรู้ และสิ่งที่ปรากฏทางตานั่นไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคลใด ๆ ทั้งสิ้น เป็นแต่เพียงสภาพธรรม อย่างหนึ่งซึ่งสามารถกระทบกับจักขุปสาท เพียงจักขุปสาทที่ยังไม่ดับกับสิ่งที่ปรากฏทางตาที่ยังไม่ดับกระทบกัน ก็ทำให้เกิดการเห็นชั่วขณะและดับไป

และดับไปนี่ต้องเป็นปัญญาที่ต้องอบรมเจริญอีกมากจึงจะประจักษ์ในไตรลักษณ์ โดยไม่ใช่เพียงฟัง และไม่ใช่โดยเพียงคิด แต่โดยประจักษ์จริง ๆ ว่า กำลังเห็นขณะนี้ดับ จึงจะสามารถละคลายการยึดถือว่าเป็นตัวตนได้

ถ. จะต้องใช้เวลานานเท่าไร

ส. แล้วแต่บุคคล แล้วแต่การสะสมของความเข้าใจและสติปัญญา ผู้ที่บรรลุเร็วอย่างท่านพระพาหิยะ ท่านไม่ต้องใช้เวลานานเลย ซึ่งข้อความในอรรถกถามีว่า พระภิกษุบางรูปเมื่อได้ฟังพระธรรมแล้วก็มีศรัทธาอุปสมบท และภายในเวลาไม่นาน ท่านก็ได้บรรลุความเป็นพระอรหันต์

ในอรรถกถายังแสดงว่า ภายในเวลาไม่นานนั้น บางรูปก็ ๑๒ ปี บางรูปก็มากกว่านั้น บางรูปถึง ๖๐ ปีก็ยังไม่รู้แจ้งอริยสัจธรรม เป็นปัญญาเฉพาะตัวเป็นผู้ตรงที่จะรู้ว่า กำลังเห็นขณะนี้ไม่ใช่ตัวตนอย่างไร รู้หรือยัง ถ้าไม่รู้และไม่อบรมเจริญความรู้ ก็ยังละกิเลสไม่ได้

ไม่ต้องไปทำอย่างอื่นเลย เพียงแต่อบรมความรู้ลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏ ด้วยการฟังบ้าง ด้วยการพิจารณาบ้าง จนกว่าสติจะค่อย ๆ เริ่มเกิดระลึก และในขณะนั้นยังต้องพิจารณาด้วยสติ ไม่ใช่ด้วยการคิดเป็นคำหรือว่าเป็นเรื่อง เพราะว่าขณะนั้นจิตกำลังรู้ค่า ไม่ใช่รู้ลักษณะของสภาพธรรม เนื่องจากขณะที่กำลังคิด ไม่ใช่ขณะที่เย็น ไม่ใช่ขณะที่แข็ง แต่เป็นขณะที่กำลังมีค่าเป็นอารมณ์ คือ เป็นสิ่งที่จิตกำลังรู้



แต่คำในภาษาไทยที่เรานำมาใช้ คลาดเคลื่อนไปจากความเป็นจริง ในพระธรรม ฉะนั้น จะอาศัยความเข้าใจในภาษาไทยไปเข้าใจหรือไปคิดเอาเอง ไม่ได้เลย แม้แต่คำว่า อารมณ ก็ต้องเข้าใจ มิฉะนั้นไม่ทรงแสดงพระธรรมไว้ถึง ๔๕ พรรษา เพื่อเกื้อกูลแก่พวกปทปรมะที่ไม่สามารถบรรลุอริยสัจธรรมในครั้งที่ทรงแสดงธรรมได้ แต่จะบรรลุได้ในกาลภายหลังต่อ ๆ มา ถ้าเป็นผู้ที่ไม่ประมาท เป็นผู้ศึกษาโดยละเอียด เป็นผู้ที่ตรง คือ เป็นผู้ที่มีปัญญารู้ว่าปัญญารู้อะไร และในขณะนี้ ปัญญาเกิดขึ้นบ้างหรือไม่ แม้ในขั้นของการฟัง และยังต่อ ๆ ไปอีกหลายขั้น กว่าจะ ประจักษ์แจ้งได้ในไตรลักษณ์ ซึ่งนี่คือทุกขอริยสัจจะ เพราะฉะนั้น อริยสัจจะจึงมีถึง ๓ รอบ สัจญาณ ๑ กิจญาณ ๑ กตญาณ ๑

ไม่ใช่ว่าเพียงฟัง แต่เห็นจริง ๆ ว่า ทุกขสัจจะไม่ใช่อื่น นอกจากกำลังเห็น เกิดแล้ว ดับแล้ว กำลังไดยิน เกิดขึ้นและดับแล้ว กำลังคิดคำนึง เกิดขึ้นและดับแล้ว นี่คือทุกขอริยสัจจะ ไม่ใช่อื่นที่จะต้องไปทำขึ้นมา แต่ทุกขณะมีปัจจัยทำให้เกิดขึ้น ไม่ใช่มีตัวตนทำให้เกิดขึ้น อย่างการไดยิน ไม่มีใครสามารถทำให้ไดยินเกิดได้เลย และเมื่อมีปัจจัยที่จะไดยิน ใครก็ห้ามการไดยินไม่ให้เกิดขึ้นไม่ได้ นี่คือทุกขอริยสัจจะ ที่ได้ยินแล้วก็ดับ

ถ้าแน่ใจจริง ๆ ว่า ทุกขอริยสัจจะไม่ใช่อื่นนอกจากสิ่งที่ปรากฏในชีวิตประจำวัน ทุกขณะ ทุกนาที่ ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ จะทำให้เป็น สัจญาณ ซึ่งจะเป็นปัจจัยปรุงแต่งให้กิจญาณเกิด จนกระทั่งถึงกตญาณได้ คือ การประจักษ์แจ้งจริง ๆ

ถ. สติปัฏฐานเกิดทางปัญจทวารได้ด้วย แต่ทางปัญจทวารไม่สามารถรู้ ลักษณะที่เป็นนามธรรม ที่จะรู้เป็นลักษณะของรูปธรรม เป็นนามธรรม ต้องทาง มโนทวาร เพราะฉะนั้น สติปัฏฐานเกิดทางปัญจทวารก็ได้ และต่อมาทางมโนทวาร อย่างนั้นถูกไหม



ส. สติปัฏฐานทางปัญจทวารรู้เฉพาะลักษณะของรูป ซึ่งทางมโนทวารวิถิต้องรับต่อจากทางปัญจทวารทุกครั้ง ขณวิถิต้อง ๒ ทวาร ทางปัญจทวารและทางมโนทวาร

ถ. เรามักจะพูดถึงอกุศลว่า เกิดทางตาและต่อทางใจ ถ้าพูดถึงสติ สติธรรมดาไม่มีปัญหา แต่สติปัฏฐาน เมื่อเกิดทางปัญจทวารแล้วต่อทางมโนทวาร แต่การมีสติปัฏฐานทางปัญจทวารเป็นการรู้ลักษณะของรูป แต่ไม่ชัด ต้องต่อทางมโนทวาร ...

ส. ไม่ใช่ไม่ชัด หมายความว่ารู้ลักษณะของรูปอย่างเดียว ทางปัญจทวารต้องรู้ลักษณะของรูปอย่างเดียวที่ยังไม่ดับ ซึ่งเป็นเครื่องที่จะทำให้ทางมโนทวารประจักษ์ชัดในสภาพธรรมนั้นได้ เพราะความรู้ของทางปัญจทวาร เพราะสติเกิดทางปัญจทวาร

ถ. ทำไมทางปัญจทวารรู้เฉพาะรูป

ส. ปัญจทวารรู้นามธรรมไม่ได้

ถ. หมายความว่า นามธรรมจะปรากฏทางตาไม่ได้ เพราะไม่ใช่สี จะปรากฏทางหูไม่ได้เพราะไม่ใช่เสียง เป็นอย่างนี้ เพราะารู้ได้ทางตาเฉพาะสี และทางกายเฉพาะสิ่งที่ปรากฏทางกาย ซึ่งนามธรรมปรากฏทางตา ทางหู ทางลิ้นไม่ได้

ส. เพราะฉะนั้น การได้ฟังธรรมและเกิดความเข้าใจขึ้น ก็ต่างกับที่ไม่เคยฟังเลย ซึ่งไม่มีโอกาสจะเข้าใจ และการที่สติจะเริ่มระลึก ค่อย ๆ น้อมไปรู้ลักษณะของสภาพธรรม ก็ต้องค่อย ๆ เพิ่มขึ้น จนกว่าสภาพธรรมจะปรากฏตามความเป็นจริงได้

ถ. โดยใช้วิธีที่ว่า ให้สติน้อมไปในสติปัฏฐาน ในเรื่องของสติที่จะคิดที่จะนึก

ส. มิได้ ธรรมทั้งหลายเป็นอนัตตา จะรู้ได้ว่า การได้ยิน ไม่มีใครทำให้เกิดได้เลย ต้องมีเหตุปัจจัยของได้ยิน ได้ยินจึงเกิด ฉันทิ การที่สติปัฏฐานจะเกิดขึ้น



ก็ต้องมีเหตุปัจจัยที่ฟังจนกระทั่งเข้าใจ จนกระทั่งเป็นสังขารขั้นต้น จนกระทั่งปรุงแต่งให้ระลึกตามที่ได้ยินได้ฟังอย่างนี้

ถ้าฟังมา ๑ ชั่วโมงแล้ว ยังไม่ปรุงให้สติปัฏฐานเกิด ถ้าฟังอีก ๒ วัน ก็ไม่รู้ว่ สติปัฏฐานจะเกิดหรือเปล่า ถ้าฟังอีก ๓ ปี ก็อาจจะ เป็นปัจจัยปรุงให้ สติปัฏฐานเกิดบ้าง แต่ไม่ใช่ว่าเราจะรีบร้อนอยาก ให้สติปัฏฐานเกิดมาก ๆ เพราะว่า นั้นเป็นความหวัง นั้นเป็นความต้องการ ซึ่งการเจริญสติปัฏฐานที่ถูกต้องนั้น ต้องละ ความหวังในผล โดยรู้ตามความเป็นจริงว่า ขณะที่สติระลึก ขณะนั้นรู้อะไรหรือเปล่า เพราะว่าสติจริง ๆ แล้ว ไม่ยาก เพราะสภาพธรรมกำลังมี กำลังปรากฏ อย่างแข็ง ตื่นปุ๊บก็มีแต่แข็งแล้ว ลูกขึ้นจากที่นอน หยิบนั่นถือนี้ เข้าห้องน้ำ เดินไปเดินมา หยิบช้อนส้อม หยิบปากกา เขียนหนังสือ อ่านหนังสือ ทุกอย่างแข็งทั้งหมดที่กระทบ ตลอดวัน แต่สติไม่ได้ระลึกความจริงว่า แข็งตั้งแต่เช้าที่ระลึกมาล้วนแต่ดับไป ๆ ทุกอย่าง ทุกขณะ ไม่ใช่แข็งอันเดียวกันเลย ถ้ากระทบแข็งครั้งที่ ๑ ยกมือขึ้น กระทบ แข็งครั้งที่ ๒ ก็ไม่ใช่อันเก่าแล้ว

เพราะขาดสติ เพราะสติไม่ได้ระลึก จึงไม่รู้ความจริง สภาพธรรมมีอยู่ ตลอดเวลา เพียงอาศัยการฟังให้เข้าใจว่า การที่ปัญญาจะรู้ความจริงของสภาพธรรม นั้นได้ ต้องอาศัยสติระลึกตรงลักษณะของสภาพที่เป็นนามธรรมและสภาพธรรมที่เป็น รูปธรรม ซึ่งเมื่อพระผู้มีพระภาคทรงตรัสรู้และทรงแสดงความจริงว่า ไม่มีตัวตนเลย สภาพธรรมทุกอย่างจะต้องเป็นนามธรรมอย่างหนึ่ง หรือรูปธรรมเท่านั้น หากความเป็น ตัวตนในนามธรรมและรูปธรรมไม่ได้เลย แต่เมื่อปัญญายังไม่ประจักษ์แจ้งในลักษณะ ของนามธรรมและรูปธรรม ความเป็นตัวตนก็แฝงนามธรรมและรูปธรรมที่เกิดขึ้นว่า เป็นเรา เราจึงยึดรูปตั้งแต่ศีรษะตลอดเท้าว่าเป็นเรา หรือของเรา และยึดื่อนามธรรม ทั้งเห็น ทั้งได้ยิน ทั้งได้กลิ่น ทั้งลิ้มรส ทั้งกระทบสัมผัส ทั้งคิดนึกว่า เป็นเราทั้งหมด เพราะฉะนั้น จึงมีการเข้าใจผิด คิดว่ามีเราอยู่ตลอดเวลา

นี่เป็นความเห็นผิด ต้องเข้าใจจุดนี้ก่อน และสภาพธรรมก็กำลังปรากฏ ถ้าสติระลึก และค่อย ๆ น้อมไปศึกษาในลักษณะที่เป็นนามธรรม ในลักษณะที่เป็น



รูปธรรม จะกลายเป็นตัวตนออกไปทีละน้อย ๆ เหมือนจับด้ามมีด ซึ่งไม่มีทางที่จะรู้ได้เลยว่าจะสึกเมื่อไร ไม่ต้องไปตั้งความหวังว่าเมื่อไรจะสึก แต่ให้มีปัญญารู้ว่า ขณะที่สตรระลึกลึ้น รู้อะไรเพิ่มขึ้นหรือเปล่า ถ้ายังไม่รู้ ก็รู้เสีย ศึกษาเสีย รู้ชัดขึ้นเสีย ไม่ใช่ไปคอยผลว่า พิจารณาหรือสตรระลึกลึกมา ๒๐ ปีแล้ว เมื่อไรจะบรรลु ไม่ใช่เรื่องบรรลุ แต่เป็นเรื่องกำลังรู้สิ่งที่ปรากฏว่า ความรู้นั้นขึ้นไหน แคะไหน

ถ. อย่างนี้จะทำให้เสียภาวะความเป็นปกติไปหรือเปล่า สมมติว่าตื่นขึ้นมาเจอสภาพแข็งอยู่ตลอดเวลาอย่างที่อาจารย์ได้กล่าวมา และเราไปกำหนดรู้ว่าสภาพแข็งตลอดเวลา เดินเหยียบพื้นก็ต้องรู้ว่าแข็ง ค่อย ๆ เดิน ค่อย ๆ กำหนด

ส. อย่างนั้นไม่ใช่สัมมาสติเลย สัมมาสติเกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัย เหมือนไต้ยีนเกิดเพราะเหตุปัจจัย ถ้าไม่มีเหตุปัจจัย ทำให้ไต้ยีนเกิดขึ้นซิ ทำได้ไหม ไม่มีเหตุปัจจัยที่จะให้ไต้ยีน ทำให้ไต้ยีนเกิดขึ้นได้ไหม อย่างคนหูหนวก จะทำให้เขาไต้ยีน ได้ไหม

ถ. ก็ต้องผ่าตัดหู

ส. มิได้ เขายังหูหนวกอยู่ จะทำให้เขาไต้ยีนได้ไหม ก็ไม่ได้ เพราะขาดปัจจัย หรือคนที่มีหู มีโสตปสาท แต่ไม่มีเสียงมากกระทบ จะให้เขาไต้ยีนได้ไหม

แสดงให้เห็นว่า ทุกขณะ สภาพธรรมทุกอย่างเกิดเพราะปัจจัย ถูกหรือผิด ถ้าสภาพธรรมทุกอย่างเกิดเพราะเหตุปัจจัย สติก็ต้องเกิดเพราะเหตุปัจจัยด้วย เพราะฉะนั้น จะไปให้มีสติทั้งวันเป็นไปไม่ได้ แข็งทั้งวันมีจริง แต่ที่จะให้สตรระลึกลึที่แข็งทั้งวัน เป็นไปไม่ได้ ต้องแล้วแต่ปัจจัยที่สติจะเกิดเมื่อไร







๑๖๔๙

สนทนาธรรมระหว่างไปนมัสการสังเวชนียสถานในประเทศอินเดีย

เดือนกุมภาพันธ์ ๒๕๓๐



ถ. แสดงว่าสติไม่ได้เกิดทุกเมื่อ

ส. ก็สติเป็นอนัตตา เมื่อก็รับรองกันอยู่แล้วว่า สภาพธรรมทั้งหลายเป็นอนัตตา ต้องเกิดเพราะเหตุปัจจัย มีปัจจัยให้ได้ยินจริง มีปัจจัยให้เห็นจริง แต่มีปัจจัยให้สติเกิดหรือเปล่า ไม่ใช่เราจะไปทำให้รู้แจ้งไปตลอดทั้งวัน แม้แต่สัมมาสติที่จะเกิดก็ต้องอาศัยปัจจัย ซึ่งการฟังและเข้าใจเป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้สัมมาสติระลึกได้

ถ. อย่างนั้นก็ยังไม่เป็นชีวิตประจำวัน เพราะถ้าจะเป็นชีวิตประจำวันต้องอยู่ในขณะนี้ เดียวนี้ ปัจจุบันนี้

ส. เมื่อระลึกแล้วก็เป็นประจำวัน สติเกิดก็ต้องระลึกสิ่งที่กำลังปรากฏ เป็นปกติประจำวัน สติไม่ได้ไปทำอะไรให้พิเศษเลย เพราะว่าเห็นตามปกติ ได้ยินตามปกติ และสติก็ระลึกตามปกติ ไม่มีใครรู้เลย

ถ. อย่างที่กำลังคุยกันอยู่

ส. สติก็ระลึกได้

ถ. สติระลึกเรื่องคุย

ส. ระลึกลักษณะของสภาพธรรมแต่ละอย่าง

ถ. แต่ละอย่างที่กำลังปรากฏ

ส. ทางตาอย่างหนึ่ง ทางหูอย่างหนึ่ง ทางจมูกอย่างหนึ่ง ทางลิ้นอย่างหนึ่ง ทางกายอย่างหนึ่ง ทางใจอย่างหนึ่ง มี ๖ ทางเท่านั้นที่จะรู้ได้

ถ. แสดงว่าสติมีเหตุปัจจัยที่จะทำให้เจริญสติได้ตลอดเวลา

ส. แน่นนอน สภาพธรรมทั้งหลายเกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัย คำใดที่ตรัสแล้วไม่เปลี่ยน ได้ยินต้องเกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัย เห็นต้องเกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัย คิดนึกต้องเกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัย สติต้องเกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัย สุขต้องเกิดขึ้นเพราะ



เหตุปัจจัย ทุกข์ต้องเกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัย ไม่มีสิ่งหนึ่งสิ่งใดเกิดตามความพอใจได้  
ทุกอย่างต้องเกิดขึ้นตามเหตุตามปัจจัยเฉพาะของสภาพธรรมนั้น ๆ

ถ. ถ้าเจริญสติปัฏฐานถึงขั้นกำหนดสติได้ทุกขณะ ทุกเมื่อ

ส. ไม่ใช่กำหนดสติ แต่สติเกิดและระลึกเนื่อง ๆ บ่อย ๆ ตรงกับที่แสดงไว้ในมหาสติปัฏฐานว่า เป็นผู้ที่มีปกติระลึกเนื่อง ๆ บ่อย ๆ

ถ. และในสติปัฏฐานที่แสดงไว้ ท่านอาจารย์ให้คำอธิบายว่าอย่างไร

ส. ระลึกที่กาย ที่เวทนา ที่จิต ที่ธรรม หมายความว่า ทุกอย่างที่ปรากฏเพื่อละความยึดถือว่าเป็นตัวตน

ถ. มาขมวดลงตรงที่กาย เวทนา จิต ธรรม คือ ทุกสิ่งทุกอย่างที่ปรากฏตามความเป็นจริง

ส. ต้องอยู่ในประเภทหนึ่งประเภทใด คือ ที่กาย ที่เวทนา ที่จิต หรือที่ธรรมเท่านั้น

ถ. นำเอาสิ่งเหล่านี้มารวมในชีวิตประจำวัน

ส. เป็นสิ่งที่มีอยู่แล้วในขณะนี้

ถ. ระลึกขึ้นเพื่อที่จะให้เกิด ...

ส. รู้ของจริงในชีวิตประจำวันนี้มีประโยชน์ไหม

ถ. ก็มีประโยชน์

ส. เพราะอะไรจึงมีประโยชน์ ก็เพราะเป็นของจริงที่เกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัย ไม่ใช่ตัวตน เมื่อไม่ใช่ตัวตนและเป็นของจริงแต่ไม่รู้ ก็เท่ากับว่าไม่รู้ความจริง ก็ต้องเห็นผิด

ถ. ถ้ารู้ ก็คือพระอรหันต์ เพราะสามารถรู้ที่ไม่ใช่ตัวตน

ส. ยังไม่ถึงพระอรหันต์ นี่คือพระโสดาบัน ต้องถึงพระโสดาบันก่อน ไม่ใช่ถึงพระอรหันต์ก่อน พระโสดาบันดับมิจฉาทิฏฐิทั้งหมด ไม่มีความเห็นผิดยึดถือสภาพธรรมว่าเป็นตัวตน แต่ยังมีโลภะ มีโทสะ มีโมหะ ด้วยเหตุนี้การดับกิเลสจึงต้องดับความเห็นผิดก่อน



คนส่วนใหญ่ในขณะนี้เข้าใจว่า ต้องดับโลภะก่อน เพราะเขาไม่ได้ศึกษาตามลำดับขั้นว่า ผู้ที่จะดับโลภะได้หมดสิ้นต้องเป็นพระอรหันต์ ผู้ที่ดับความยินดีพอใจในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะเป็นพระอนาคามี ผู้ที่ดับความยินดีพอใจในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะอย่างหยาบเป็นพระสกทาคามี ผู้ที่ดับความเห็นผิดเป็นพระโสดาบัน

เพราะฉะนั้น ขั้นต้นที่สุด ต้องดับความเห็นผิด เพราะถ้ายังมีความเป็นตัวตนอยู่ตราบใด ก็ยังละโลภะ โทสะ อะไรไม่ได้

ถ. หมายถึงว่า ไม่มีเรา

ส. ต้องรู้สภาพธรรมตามความเป็นจริง นี่คือนิยัตยสังคอบที่ ๑

ถ. แต่ในนิยัตยสังคอบต้องรู้ว่า นี่คือนิยัตย ซึ่งนั่นหมายความว่า นี่คือนิยัตย

ส. มิได้ เราไม่มี มีแต่ธรรมที่เป็นสังขารธรรมที่เกิดและดับ ไม่อย่างนั้นทรงแสดงสังขารธรรมไว้ทำไม ทรงแสดงเพื่อให้เห็นว่าไม่ใช่เรา เป็นสังขารธรรมแต่ละอย่าง เห็นเป็นสังขารธรรม จิตเป็นสังขารธรรม เจตสิกเป็นสังขารธรรม รูปเป็นสังขารธรรม ได้ยินก็เป็นจิต เป็นสังขารธรรม สังขารทั้งหลายไม่เที่ยง แสดงว่าได้ยินต้องเกิดและดับด้วย เห็นต้องเกิดและดับด้วย ทุกอย่างที่เกิดต้องดับ รูปเป็นสังขารธรรมเกิดขึ้นและดับไป

ถ. ในนิยัตยสังคอบ นี่คือนิยัตย ทุกข์ควรกำหนดรู้ ทุกข์เราได้กำหนดรู้แล้ว มี ๓ ตอน

ส. ทุกข์คืออะไร ทุกข์อะไรที่ควรกำหนดรู้

ทุกข์อนิยัตย คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ทุกข์ลักษณะไม่ใช่ทุกข์เวทนา ต้องเป็นทุกข์ลักษณะ คือ การเกิดขึ้นและดับไปของทุกสิ่งทุกอย่างที่กำลังเกิดดับในขณะนี้ เป็นสิ่งที่ควรกำหนดรู้ ไม่ใช่ไปรู้ทุกข์อื่นเลย

ถ. ถ้ากำหนดว่า นี่คือนิยัตย เราไม่มีตัวตน และเรารู้แล้วว่าเราไม่มีตัวตนอย่างนี้จะได้อะไร



ส. ไม่ได้เลย ถ้าอย่างนั้นพระธรรมของพระพุทธเจ้าง่ายมาก ง่ายจริง ๆ ไม่ต้องถึง ๔ อสงไขยแสนกัปเลย ประเดี๋ยวเดียวก็รู้กันเลยว่า นี่ไม่ใช่ตัวตน แต่ละอะไร ไม่ได้เลย

ถ. ภาวะที่จะรู้ถึงขนาดนี้ ต้องรู้ชัดจริง ๆ แต่เวลาพูดอาจจะสั้น

ส. มิได้ ต้องแยกออกมาเป็นสภาพธรรมแต่ละขณะจิต เห็นเป็นขณะที่ต่างกับได้ยิน ต้องแยกออกจากกันด้วย เห็นไม่ใช่ได้ยิน เห็นมีสิ่งที่กำลังปรากฏทางตา เห็นรู้สิ่งที่กำลังปรากฏทางตา ได้ยินรู้เสียงซึ่งปรากฏทางหู จึงเป็นจิตคนละประเภท เกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัยต่างกัน ไม่ใช่เรา

เพราะฉะนั้น ต้องระลึกรู้ขณะที่ได้ยิน ระลึกรู้ขณะที่เห็น จนกว่าจะประจักษ์การดับไปของเห็นและได้ยิน จึงจะถอนความสำคัญที่ยึดถือตัวตน สัตว์ บุคคลได้

ถ. ต้องพยายามมองให้ ...

ส. ไม่ใช่พยายามมอง ต้องฟังจนกระทั่งสัมมาสติระลึกรู้ตามที่กำลังปรากฏ ขณะนี้เห็นมี สิ่งที่กำลังปรากฏทางตามี สัมมาสติระลึกรู้หรือยัง ถ้ายังไม่ระลึกรู้ก็ฟังจนกว่าจะเข้าใจเพิ่มขึ้น เป็นสังขารขันธ์ปรุงแต่งจนกว่าสติจะระลึกรู้ที่นามธรรมที่เห็น หรือที่รูปที่ปรากฏทางตา หอมทุกทวาร ทั้งหู ทั้งจมูก ทั้งลิ้น ทั้งกาย ทั้งใจ ที่ละอย่าง ๆ ละเอียดขึ้น ๆ จนกว่าจะรู้จริง ๆ ว่า ไม่มีเรา เป็นแต่เพียงสภาพธรรมแต่ละอย่าง

ถ. ต้องถึงขั้นละเอียด

ส. แน่นนอน เพราะความยึดถือว่าเป็นตัวตน ยึดทุกอย่างละเอียดหมด

ถ. ที่มีความเห็นอย่างนี้ เพราะอยู่ในใจว่า จะต้องมองดูให้เห็นเป็นขั้น ๆ ไปในลักษณะ ...

ส. อย่างนั้นพระธรรมของพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าก็ต้องง่าย แสงง่ายเลย ๔๕ พรรษาทรงแสดงทั้งพระวินัยปิฎก ทั้งพระสุตตันตปิฎก และพระอภิธรรมปิฎก ก็ไม่ต้องเอามาใช้เกื้อกูลอะไร

ถ. ก็เกื้อกูล แต่อย่าทำให้ยาก ทำให้ง่าย



ส. ทำให้ง่าย ทำอย่างไร

ถ. เช่น ในสมัยพระพุทธองค์ แต่ไม่ได้หมายความว่าเราจะเอาสติปัญญาไปเปรียบเทียบ คือ พระพุทธองค์ทรงแสดงธรรมโปรดปัญจสิขี บัณฑิตของพระเจ้าพิมพิสาร ก็บรรลุเป็นหมื่น ๆ แสดงว่าพระธรรมของพระพุทธองค์ไม่ใช่ยากเกินไป แต่อยู่ที่การบำเพ็ญบารมี อยู่ที่สติปัญญาจะรู้ขนาดไหน แต่ถ้าไปทำให้ยากแล้ว ก็ยิ่งยาก ซึ่งดั้งเดิมแล้วคิดว่าไม่ยาก

ส. ถ้าไม่ยาก พระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าก็ไม่ต้องทรงบำเพ็ญพระบารมีมากถึง ๔ อสงไขยแสนกัป ซึ่งนานแสนนาน ทำไมต้องบำเพ็ญพระบารมีถึงขั้นนี้

ถ. เพราะว่าเราเกิดไม่ทันสมัยพระพุทธองค์หรือเปล่า

ส. เป็นพระบารมี ทำไมต้อง ๔ อสงไขยแสนกัป ทำไมต้องมากอย่างนั้น ที่จะทรงตรัสรู้ความจริงง่าย ๆ แค่นี้เอง ถ้าง่ายอย่างที่ว่า

ถ. ในด้านของการรู้ กับด้านของการบำเพ็ญให้ได้บรรลุผลเท่าที่รู้ อาจจะใช้เวลาไม่นาน เช่น เรารู้ว่าอริยสัจเป็นอย่างไรอย่างละเอียด แต่ยังไม่สามารถบรรลุอริยสัจ หรือเห็นอย่างแท้จริงได้ แต่ถ้าศึกษาอย่างละเอียด รู้ พุทได้ เข้าใจ แต่ถ้าจะบำเพ็ญให้ถึงอย่างนั้นจริง ๆ ต้องใช้เวลา

ส. ก็แสดงว่า ไม่ง่ายเลย

ถ. คือ ง่ายตรงที่รู้

ส. ตรงที่เข้าใจ

ถ. จะทำให้ง่าย ๆ อย่างนี้ได้ไหม

ส. และตอนที่บรรลุ จะทำอย่างไร

ถ. เป็นเรื่องที่ต้องใช้เวลาอีกสักหน่อย

ส. แปลว่าไม่ง่ายแล้ว

ถ. ก็ต้องไม่ยากเท่าไร

ส. ก็ลองดูว่า จะไม่ยากเท่าไร หรือจะยากเท่าไร



นิ. ขึ้นเข้าใจนี้ไม่ใช่่ง่าย ที่ว่าไม่ยากนี้หมายถึงจำได้ อาจจะไม่ยากจริง ใครมีสติปัญญา ก็อาจจะจำได้เก่ง เอาไปพูดได้ด้วย แสดงได้ด้วย แต่จะเข้าใจจริง ๆ หรือเปล่า ขึ้นเข้าใจจริง ๆ ก็ไม่ใช่ของธรรมดา ไม่ใช่ของง่าย เป็นปัจจัยขั้นแรกจริง ๆ ในการที่จะเจริญสติปัฏฐานได้ ถ้าไม่เข้าใจแล้ว ไม่มีทาง

ผู้ฟัง ถ้าอย่างนั้น คำว่า จำได้ กับเข้าใจ ต้องอธิบายตรงนี้ให้ชัด

นิ. คนละอย่าง

ผู้ฟัง เรื่องจำ คือ สามารถพูดตามได้ ส่วนความเข้าใจนั้นหมายถึงว่า ไม่มีความสงสัย เช่น ลักษณะที่เป็นรูปธรรมนามธรรม ต้องไม่สงสัยแล้วว่า ลักษณะอย่างนั้นต้องมีจริง ๆ ถ้าสติเกิด ต้องแยกตรงนี้

นิ. ไม่ใช่เข้าใจตามตัวหนังสือ ตามตำราเท่านั้น ต้องเข้าใจสภาวะธรรมว่าเป็นอย่างนั้นจริง ๆ ด้วย ไม่ใช่แค่หนังสือว่า แต่เราจะต้องเห็นว่า เป็นไปได้จริง ๆ ไม่อย่างนั้นจะเป็นสัจจะ เป็นความรู้ใน ๓ รอบได้อย่างไร สัจจะญาณจะต้องเข้าใจว่า ทุกข์เป็นอย่างนั้นจริง ๆ เป็นอย่างอื่นไม่ได้ เป็นญาณขั้นแรกใน ๓ ขั้น คือ สัจจะญาณ กิจจญาณ กตญาณ ที่พระปัญจวัคคีย์เข้าใจ ต้องเข้าใจจริง ๆ จึงถึงกิจจญาณ กตญาณทีหลังได้ ถ้าเพียงจำได้ ไม่มีทาง ใคร ๆ ก็จำได้ มีสติปัญญาดีเรียนเก่งท่องเก่ง อาจจะจำได้มาก พระพม่าบางรูปจำพระไตรปิฎกได้ทั้งหมด ท่องได้หมดทำสังคายนา แต่นั่นไม่ใช่ จำได้กับความเข้าใจ คนละอย่าง

ถ. ความเข้าใจต้องมาจากไหน

นิ. ฟังบ่อย ๆ

ถ. ฟังอย่างเดียวหรือ

นิ. คำว่า สวาก แปลว่าอะไร

ถ. ผู้ฟังตาม

นิ. ผู้ฟัง และเข้าใจด้วย แต่ไม่ได้หมายความว่า ฟังแล้วไม่ได้ศึกษา ไม่ได้ค้นคว้า ไม่ได้หมายความว่าอย่างนั้น คือ สรุปแล้วความเข้าใจเกิดจากการศึกษา ความเข้าใจจึงจะมีได้ ที่นี้ศึกษาก็ต้องรู้ดีกว่า ใครจะผู้เป็นแนะ เป็นคนชี้ให้เราเข้าใจ



สภาวะได้จริง ๆ เข้าใจความจริงได้จริง ๆ เข้าใจว่าเป็นไปได้จริง ๆ ซึ่งส่วนใหญ่จะสอนกันตามตำรา แต่ที่จะชี้แนะผมว่าไม่มี ผมเห็นมีแต่อาจารย์คนเดียวเท่านั้น ผมก็ไปมาหลายแห่ง และก็เรียนมาพอสมควร แต่ไม่มีใครชี้ว่า แนวปฏิบัติต้องเป็นอย่างนี้ ไม่ใช่ปะปะว่า นั่นที่ไหน ๆ ก็ว่าเป็นวิปัสสนา ความรู้ที่จะนำมาปฏิบัติมันต้องรู้จริง ๆ ไม่ใช่ไปจำเขามาเท่านั้น นี่สำคัญที่สุด ขั้นแรกที่สุด

ถ. ต้องรู้จริง ๆ

นิ. ต้องเข้าใจให้เห็นสภาวะที่ว่า เป็นรูปธรรม เป็นนามธรรม หรือลักษณะที่ปรากฏเป็นอย่ำนั้นจริง ๆ ไม่ใช่พูดเอา ไม่ใช่ตำราว่า ไม่ใช่อย่างนั้น ผมฟังอาจารย์มา ๒๐ ปี

ถ. เพราะฉะนั้น ต้องฟังอาจารย์ต่อไป

ศ. ลักษณะที่เป็นการตรวจสอบว่า การฟังธรรมของเรามีความเข้าใจเพิ่มขึ้นหรือยัง คือ เมื่อเข้าใจเพิ่มขึ้น ความสงสัยจะลดน้อยลง เหมือนกับความมืด ความสว่าง

ถ. เรื่องเมตตา ฟังมานานแล้ว แต่เจริญคือทำให้มีมากขึ้นได้อย่างไร

ถ. เราก็ต้องสร้างเมตตาให้เกิดกับตัวเองก่อน สร้างก็คือ สังฆมอบรม

ถ. ทำอย่างไร

ถ. คือ ต้องคิดปรารถนาดีต่อผู้อื่น ช่วยเหลือผู้อื่น มีจิตเมตตา

ถ. ตอนไหน

ถ. ตอนคิดก็คิดด้วยความเมตตา พูดก็พูดด้วยความเมตตา ทำก็ทำด้วยความเมตตา สร้างขึ้นมา

ศ. เราสร้างขึ้นได้หรือ

ถ. ถ้าหากว่ามีสิ่งที่มี ก็คิดว่าสร้างได้ อย่างบ้าน เราไม่คิดว่าเราสร้างได้ แต่ถ้าเราคิดจะสร้างและมีอุปกรณ์ครบ ก็สร้างได้

ศ. ถ้าเป็นในลักษณะนี้ พอจะเข้าใจง่ายขึ้นไหม ถ้าเราจะพูดถึงเรื่องเมตตาว่า ต้องมีสัตว์บุคคลที่กำลังเกิดขึ้นในขณะนั้น



ถ. พุดใหม่อีกที่

ศ. คือ เวลาที่สภาพธรรมปรากฏ เช่น มีใครมาพูดให้เราไม่พอใจขณะนั้น และเราเกิดความโกรธ เราจะเมตตาเขาได้ไหม

ถ. ก็เราสร้างความเมตตาอยู่เรื่อย เราจะไปโกรธทำไม

ศ. ใช่ เวลานี้ความโกรธยังไม่เกิดขึ้นเราก็พูดได้ว่า เราต้องสร้างความเมตตา ให้อภัย แต่ขณะที่กำลังมีสภาพที่เกิดไม่พอใจขึ้นมาขณะนั้น เราจะเมตตาเขาได้ไหม

ถ. ก็แสดงว่าเรายังเมตตาไม่พอ ต้องสร้างต่อไป

ศ. นี่คือจุดที่ว่า เราจะเจริญเมตตาได้อย่างไร ก็ต้องเมื่อกำลังมีสิ่งที่กำลังปรากฏทำให้เกิดโทษะ สังเกตอย่างนี้ จึงจะมีโอกาสเจริญเมตตาได้ เพราะเมตตาไม่ใช่ว่าไม่มีศัตรูบุคคลปรากฏขณะนั้น

เมตตา หมายความว่าความเป็นมิตร เป็นเพื่อน ไม่คิดเบียดเบียนเขา แต่เวลาที่มีใครมาทำให้เราเกิดความไม่พอใจขณะนั้น ขณะที่สิ่งหนึ่งสิ่งใดมากระทบ เราจะรู้ตรงนั้นว่าเราสามารถจะเจริญเมตตาได้หรือไม่ เรามีเมตตาต่อคนอื่นได้หรือไม่ได้ ตรงนี้เป็นจุดเริ่มต้น ถ้าไม่ทำอย่างนี้ ยากที่จะกล่าวว่า เรามีเมตตา

ถ. มีหรือไม่มี

ศ. ก็ต้องไม่มีก่อน จึงอบรม ใหม่ม

ถ. คือ พุดในลักษณะทฤษฎีก่อน และถึงลักษณะการปฏิบัติ ที่พูดว่าเมื่อเราไปเจอเหตุการณ์เข้าและโกรธ ตอนนั้นไม่มีเมตตา นี่ในทางปฏิบัติ แต่ในทางทฤษฎีนี้รู้

ศ. ก็ไม่มีประโยชน์ ในทางทฤษฎีมีความเข้าใจ พูดได้ไม่ตกหล่นด้วย แต่เวลาสภาพธรรมปรากฏจริง ๆ เมตตาไม่มีเลย และจะทำอย่างไร ก็ต้องอาศัยทฤษฎีว่า ขณะที่มีความโกรธ อะไรเป็นสภาพธรรมที่ตรงกันข้ามกับความโกรธ ก็ต้องคิดถึงหลักทฤษฎีอยู่นั่นเอง เพราะฉะนั้น ทฤษฎีหรือปริยัติมีความสำคัญมาก คือ ต้องมีการฟัง และหมั่นสังเกต





๑๖๕๐

สนทนาธรรมระหว่างไปนมัสการสังเวชนียสถานในประเทศอินเดีย

เดือนกุมภาพันธ์ ๒๕๓๐



ถ. ทฤษฎีหรือปริยัตินี้ ต้องมีการฟังหรือหมั่นสังเกต

ศุ. หมายความว่า ถ้าเราไม่เคยฟังเลย ไม่เคยรู้เลย เราก็อาจจะคิดว่า ไปเจริญอย่างอื่นก็คือเมตตา ไซ้ไหม ลักษณะเมตตาต้องเป็นกุศล แต่ถ้าไม่ใช่เมตตา ใกล้เคียงเมตตา ก็เป็นลักษณะของโลภะ เป็นอกุศล เช่น รักลูก กับเราให้เสมอ กัน เท่ากันทั้งหมด จะต่างกันหรือไม่ต่างกัน รักลูก ซื่อเลื้อผ้าขาวของให้ กับช่วยเหลือคนอื่น สภาพธรรมเหมือนกัน หรือไม่เหมือนกัน เพราะฉะนั้น เมตตา ไม่ใช่ง่าย ถ้าเป็นเมตตาจริง ๆ แต่ถ้าเป็นโลภะ ง่าย

คำว่า เมตตา หรือมิตตะ เป็นมิตร ไม่ต้องจำกัด ไซ้ไหม ทั้งหมด ทัว ๆ ไป เพราะฉะนั้น ยาก ฟังซื่อง่าย แต่ถ้าพิจารณาแล้ว เป็นสิ่งที่ค่อนข้างลึกซึ้งพอสมควร สำหรับคนอื่นผมไม่ทราบ แต่ผมฟังแล้ว ผมเห็นว่ายากมาก ถ้าไม่เข้าใจเจริญไม่ถูก

ถ. ทำไมเราต้องไปทำให้ยาก อย่างที่อาจารย์บอกว่า ทำเข้ามาใน ชีวิตประจำวัน แสดงว่าทำให้ง่ายแล้ว

นิ. ไซ้ นั่นเป็นเป็นคำพูด แต่ชีวิตประจำวันเราเข้าใจจริง ๆ หรือเปล่า นี่เป็นปัญหา เพราะว่าการศึกษาของเราสมัยนี้ คำว่า การศึกษา ห่างจากการปฏิบัติ มาก ไม่เหมือนแต่ก่อน แต่ก่อนปริยัติกับปฏิบัติท่านเกี่ยวกัน ศึกษาปริยัติเพื่อปฏิบัติ แต่เดี๋ยวนี้ศึกษาปริยัติเพื่อเอาชั้นเอาภูมิ ไม่ได้เกี่ยวแก่การปฏิบัติเลย พูดอย่าง ไม่เกรงใจ ไม่ได้ศึกษาเพื่อเป็นการเกี่ยวแก่การปฏิบัติ เพราะฉะนั้น คำว่า ศึกษา จึงห่างกันมาก ไม่เหมือนแต่ก่อน แต่ก่อนคำว่าศึกษาของท่าน คือ ฟังให้เข้าใจ และปฏิบัติเกิดเอง ถ้ายังไม่เข้าใจ ปฏิบัติเกิดไม่ได้ เดี่ยวนี้ศึกษาทฤษฎีเสียก่อน และไปปฏิบัติทีหลัง แต่เวลาไปปฏิบัติ โน่น อาจารย์ไหนก็ไม่รู้ อยู่เขาไหนก็ไม่รู้ ต้องไปให้ท่านสอน ปริยัติทั้งไปหมด อย่างนี้จะเกี่ยวต่อการปฏิบัติได้อย่างไร



อย่างนี้เราพลาดนะ ผมสังเกตดูตัวผมเอง ผมเรียนได้ สอบได้ประโยค แต่เวลาไปปฏิบัติ ผมต้องไปวิ่งหาอาจารย์ทั่วไปหมด อาจารย์สอนว่าอย่างไรก็ตาม ถูกหรือผิดก็ไม่รู้ นี่เป็นข้อผิดพลาดอย่างใหญ่หลวง

เพราะฉะนั้น การศึกษาที่ถูกต้อง จะต้องศึกษาให้เข้าใจความจริง ต้องให้เข้าใจสภาวะธรรมเพื่อจะเกื้อกูลแก่การปฏิบัติ เพราะว่าการปฏิบัติที่จะมีขึ้นได้ ต้องมีความเข้าใจจริง ๆ

คนที่เข้าใจในแนวทางมหาสติปัฏฐาน คนภายนอกที่มองเห็นจะไม่รู้เลยว่า คนนั้นเจริญสติปัฏฐานหรือไม่เจริญ คือ จะไม่ผิดปกติจากคนทั่วไป แต่การปฏิบัติเดี๋ยวนี้ต้องไปสร้างห้องขึ้นมา เวลาเดินก็ต้องค่อย ๆ ย่อง เวลามอง เวลาเหยียวก็นั่งค่อย ๆ ทำ ซึ่งเป็นเรื่องผิดปกติ

ถ. ทำไมว่าผิดปกติ

นิ. ก็พระพุทธองค์สอนไว้ที่ไหนว่า เวลาเดินให้ค่อย ๆ ย่อง

ถ. ก็เรียนแบบธรรมชาติ เวลาเป็นเด็กก่อนจะเดินได้ ก็ต้องคลานก่อน

นิ. นี่เราไม่ใช่เด็ก ผิดธรรมชาติของคนโตแล้ว

ถ. เราย้อนไปถึงธรรมชาติเดิม คนเราจะมีสติขึ้นมาทันทีไม่ได้ ก็ต้องค่อย ๆ ก่อน ค่อย ๆ ทำ

นิ. สติจะเกิดไม่ใช่เพราะค่อย ๆ เดิน ไม่ใช่เกิดเพราะค่อย ๆ นั่ง ไม่ใช่เกิดเพราะค่อย ๆ นอน ผมไปนั่งทำอยู่เกือบ ๕ เดือน ค่อย ๆ ทำอย่างนี้ ไม่ได้อะไรเลย เพราะขาดความเข้าใจ เพราะฉะนั้น ต้องศึกษาให้เข้าใจก่อน

ถ. แต่ค่อย ๆ ทำ น่าจะเป็นหนทางที่ดี ถ้าเข้าใจแล้ว ค่อย ๆ ทำก็น่าจะเป็นผลดี

นิ. แต่ก่อนนี้ถ้าพระท่านบวชแล้วไม่เรียนพระไตรปิฎก ท่านก็จะเรียนข้อปฏิบัติในสำนักพระพุทธเจ้าอย่างน้อย ๕ ปี ใช่ไหม อย่างท่านพระจกขุบาลเป็นต้น ท่านเรียน ๕ ปี ทุกรูปเลย ต้องอยู่ในสำนักครูบาอาจารย์ ๕ ปี จึงออกไปไหนได้ ในระยะเวลา ๕ ปี ท่านจะต้องศึกษาให้เข้าใจในข้อปฏิบัติว่าเป็นอย่างไร เพราะฉะนั้น



ท่านไม่มีปัญหาเรื่องปฏิบัติเลย เวลาปฏิบัติท่านทำอย่างไร ท่านก็ทำธรรมดาเหมือนพระทั่ว ๆ ไป ไปบิณฑบาต เย็บจีวรท่านก็เย็บ ชักจีวรท่านก็ชัก กวาดลานวัด กิจวัตรของพระเหมือนปกติธรรมดา ไม่จำเป็นต้องไปสร้างห้อง ออกไปไหนก็ได้ คุยกันก็ได้ ดูหนังสือก็ได้ ผิดปกติหรือเปล่า

ดูในพระไตรปิฎกได้ เรื่องไหนเรื่องนั้นไม่มีหรอกที่ท่านจะทำให้พระเป็นอย่างนั้น ทุกคนทำอย่างนั้นเหมือนกันหมด เวลาได้ผลก็ได้ผลเหมือนกันหมด ญาณเกิดเหมือนกันหมด พระพุทธองค์ท่านตรัสไว้ที่ไหน

ถ. ไม่ใช่ให้ทุกคนทำอย่างนั้น ขึ้นกับความชอบของแต่ละบุคคล ถ้าเขาใช้วิธีนั้นแล้วบรรลุ

นิ. นั่นก็ผิดจากมหาสติปัฏฐานแล้ว ที่ว่า ดูกร ภิกษุทั้งหลาย หนทางนี้เป็นหนทางเอก เป็นหนทางเดียวไม่มีทางอื่น เพราะฉะนั้น จะต้องเข้าใจว่า หนทางเดียวนั้นเป็นอย่างไร ถ้าเรายังไม่เข้าใจความจริงหรือสภาพธรรมที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันแล้ว เราก็ยังไม่เข้าใจหนทางเดียว ก็ยังคิดว่ามีทางอีกมาก และผลสุดท้ายจะไปรวมกันหมด ซึ่งในพระพุทธศาสนาไม่มีอย่างนั้น ที่พูดกันเลอะเทอะทั้งนั้น นี่ผมศึกษาและทดลองมาหลายแห่งด้วย ถูกก็ต้องถูก ผิดก็ต้องผิด

ศุ. จากความเข้าใจเท่าที่ผมพอมีบ้าง การที่พระพุทธองค์ทรงแสดงพระวินัยและพระอภิธรรมปิฎกนั้น ทรงแสดงทำไม และเป็นสิ่งที่ไม่มีการบอกว่าง่าย พูดถึงพระอภิธรรมแล้วเป็นเรื่องของสภาวะทั้งหมด จึงต้องกล่าวว่า ไม่มีสัตว์ ไม่มีบุคคล ไม่มีตัวตน ตรงตามที่เป็นพระอภิธรรม ส่วนเรื่องพระสูตรก็ต้องเป็นเรื่องราวของบุคคล สถานที่ต่าง ๆ ถ้ากล่าวถึงพระอภิธรรม มีคนที่ไหน ไม่มีเลย มีแต่ลักษณะ หรือมีแต่ปรมัตถธรรมเท่านั้น เพราะฉะนั้น เมื่อมีลักษณะที่ยากอย่างนี้ และเมื่อพูดถึงข้อปฏิบัติ เราจะนำเอาปิฎกไหนมาเป็นแนวทางปฏิบัติ ซึ่งมหาสติปัฏฐานก็ต้องอาศัยหลักของพระธรรมวินัยเป็นเครื่องตรวจสอบ ถ้าไม่มีพระธรรมวินัยแล้วยากที่จะรู้ได้ว่า การประพฤติกี่ดี การฟังธรรมกี่ดี ความเข้าใจกี่ดี จะรู้ได้อย่างไรว่าเข้าใจถูกหรือยังคลาดเคลื่อนอยู่



ณ. เรารู้ตัวเอง

ศ. ถ้าไม่อาศัยพระธรรม แต่คิดเอาเอง ผมถือว่าผิด พระธรรมนี้คิดเองไม่ได้ แม้คำ ๆ เดียว ฟังครั้งแรกเข้าไปเหมือนเข้าใจ อาจจะทำได้ พุทได้แต่ไม่เข้าใจ ฉะนั้น ไม่ควรเข้าไป จนกว่าจะเข้าใจ แม้แต่เพียงคำว่า รูป อาจจะทำได้ว่า รูปที่ปรากฏ แต่รูปจริง ๆ เป็นอย่างไร เวลาพูดถึงลักษณะของรูปกับบอกไม่ได้ก็จะอธิบายเหมือนกับคนที่ประจักษ์รูปจริง ๆ ก็ไม่ได้ เพียงแต่บอกว่า เป็นสี เป็นวัฒนธรรม เป็นรูปารมณฺ์ อย่างทางหูเป็นเสียง มีลักษณะอย่างไร ถ้าไม่ประจักษ์แล้วพูดไม่ได้แต่จำ จำได้ว่า ทางที่จะรู้ธรรมมี ๖ ทาง และมีลักษณะ ๒ อย่าง ทางปัญจทวารก็ต้องมีลักษณะที่เป็นรูปธรรมและนามธรรม ก็พูดได้อย่างที่ผมพูด แต่ถ้าจะถามผมจริง ๆ ว่า คุณรู้ลักษณะหรือยัง ผมบอกว่า ผมยังไม่ทราบตามความเป็นจริงและไม่เคยหวังด้วยว่าเมื่อไรจะทราบสักที ถ้ามีเหตุปัจจัยให้ทราบก็ทราบ ถ้าไม่ทราบก็ไม่ทราบ แต่ไม่เดือดร้อนเลย

ณ. ต้องหวังด้วยสิ มุ่งหวังผล

ศ. ความหวังในที่นี้ หมายความว่า เราไม่ทอดทิ้ง ถ้ามีวิริยะ มีขันติ ความอดทน ไม่ทำให้ง่อนแง่นคลอนแคลน และไม่มีสิ่งอื่นจะทำให้เราไขว่ไขว่ นี่คือการหวังของผม แต่ไม่ใช่ไปตั้งความหวังโดยไม่ฟังธรรมหรือไม่ศึกษาเลย ความหวังของขณะนี้ คือ ไม่ขาดการฟัง ไม่ขาดการสนทนาธรรม และไม่หวังผลด้วย ถ้าเหตุดีเมื่อไรผลมาเอง

ณ. นี่ก็หวังแล้ว เพราะรู้ว่าเหตุดีผลก็ต้องมา

ศ. เหตุยังไม่ดี

ณ. ก็เห็นว่าพอเป็นพื้นฐาน คือ ยังไม่ได้ศึกษาในรายละเอียดต่าง ๆ เพราะฉะนั้น ก็เป็นปัญหาพื้นฐาน และเป็นปัญหาที่สงสัยจริง ๆ ไม่ใช่ถามไปอย่างนั้น อยากจะศึกษาจริง ๆ

ศ. ถ้ามีหลายทาง ในพระพุทธศาสนาไม่ต้องมีคำว่า เดียรถียฺ ไม่ต้องมีคำว่า ปริพาชก เพราะท่านเหล่านั้นก็แสวงหาทางหลุดพ้นทั้งนั้น ทำไมต้องต่างกับ



หนทางของพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า เพราะฉะนั้น ก็แสดงอยู่แล้วว่า หนทางอื่นที่ใครหลายคนคิดว่ามี จะถูกหรือจะผิด ถ้าถูกเหมือนกันหมด ก็ไม่มีความต่างกันระหว่างพวกเดียรฉัตรกับพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า

ถ. ไม่ถึงขั้นไปเปรียบกับพวกเดียรฉัตร แต่เปรียบเทียบว่า ในเมื่อเป็นพระพุทธศาสนาของเรา และเขาก็ดำเนินหลาย ๆ ทาง ก็เปรียบเหมือนกับทางที่จะมาที่ลุมพินี ทางรถไฟก็ได้ รถยนต์ก็ได้ เฮลิคอปเตอร์ก็ได้ ไม่ใช่หมายความว่า ยึดทางรถยนต์ทางเดียวตลอด

สุ. แต่จะขาดสติได้ไหม

ถ. ขาดไม่ได้

สุ. ถ้าขาดไม่ได้ คือ สติเป็นหนทางเดียว ใช่ไหม

ถ. ถ้ากล่าวอย่างนั้น ก็ใช่

สุ. ถ้าอย่างนั้นก็ต้องตัดหลาย ๆ ทางออก ต้องมาลงที่สติปัฏฐานทางเดียว เพราะว่าสภาพธรรมกำลังมี ถ้าสติไม่ระลึกรู้ ปัญญาที่ไม่สามารถจะรู้ได้ นี่เป็นของที่ตายตัวที่สุด ถ้าสติไม่ระลึกรู้เท่านั้น ปัญญาที่ไม่สามารถรู้ความจริงของสิ่งที่ปรากฏได้ จึงต้องอาศัยสติเป็นหนทาง เป็นสติปัฏฐาน ซึ่งเป็นทางเดียว

ถ. ที่ถามนี้เพราะติดที่ว่า ในเมื่อบำเพ็ญทางสมถภาวนา และขณะเดียวกันก็มีสติด้วย มีปัญญาด้วย

สุ. ถ้าทั้งหมด ไม่ได้ ต้องรู้ว่าสมถภาวนาจริงหรือเปล่า หรือไม่ใช่สมถภาวนา เพราะว่ามิจฉามรรค ได้แก่ โภกมุลจิต ทรงแสดงไว้เลย ที่เราใช้คำว่ามิจฉามรรค ได้แก่ โภกมุลจิต ถ้าหนทางทุกอย่างถูกหมด ไม่ต้องมีมิจฉามรรคและสัมมามรรค และตัวมิจฉามรรคจริง ๆ นั้น ไม่ใช่อย่างอื่นเลย นอกจากโภกมุลจิต ความปรารถนา ความต้องการผล โดยที่ไม่ใช่ปัญญา

ถ้าใครมุ่งหวังผล โดยไม่รู้ว่าปัญญาคืออย่างไร ปัญญารู้อะไร เพียงแต่ต้องการผล อยากจะรู้แจ้งนิพพาน อยากจะหมดกิเลส แต่ไม่มีความรู้อะไรเลย นั่นคือลักษณะของโงะ ซึ่งเป็นมิจฉามรรค



ถ. ผู้ที่ปรารถนาว่า นิพพานะ ปัจจะโย โหตุ ถือว่าเป็นโลกะเหมือนกัน

ส. มิได้ ต้องรู้ว่า ต้องมีเหตุจึงจะถึง ถ้าปราศจากเหตุ คือ มรรคมงคล ๘ ถึงไม่ได้เลย ทรงแสดงอริยสัจไว้ว่า ทุกข์เป็นผล สมุทัยเป็นเหตุ นิโรธเป็นผล มรรคเป็นเหตุที่จะให้ถึง ทรงแสดงเหตุที่จะให้ถึง ไม่ใช่ให้ตั้งความหวังไว้ล้อย ๆ

คนที่หวังไว้ล้อย ๆ ไม่มีโอกาสจะถึงเลยถ้าไม่มีเหตุที่จะให้ถึง และถ้าเหตุผิด ก็ถึงไม่ได้ ข้อสำคัญที่ต้องระมัดระวัง คือ ต้องพิจารณาเหตุนั้นว่า ถูกหรือผิด ถ้าเป็น เหตุผิด เป็นมิจจามรรค เป็นโลกะ ก็ถึงไม่ได้

ถ. อย่างสมถภาวนานี้ ถือว่าเหตุผิดไหม

ส. สมถภาวนาจริง ๆ คือ กุศลจิตที่ประกอบด้วยปัญญา เพราะฉะนั้น ใครมีปัญญารู้วิธีเจริญสมถะ คนนั้นจึงเจริญสมถะได้ ไม่ใช่ว่าฉันปฏิบัติสมถะแล้ว ฉันก็ถูก ไม่ใช่อย่างนั้น คนนั้นมีปัญญาหรือเปล่า ถ้าไม่มีปัญญา ปฏิบัติสมถะไม่ได้

ถ. ถ้ามีปัญญา

ส. ถ้ามีปัญญา ก็ต้องรู้ว่าปัญญาของสมถะคืออะไร ไม่ใช่ให้นั่งเฉย ๆ นั่งเฉย ๆ ไม่ใช่สมถะ ไม่ใช่ปัญญา

ถ. ขณะที่เขานั่งเฉย ๆ เขามีปัญญาด้วย และเป็นสมถะด้วย

ส. ปัญญารู้อะไร

ถ. ก็รู้ตามความเป็นจริง

ส. ความเป็นจริงอะไร

ถ. ความเป็นจริงขณะนั้น

ส. ขณะนั้นคืออะไร ความเป็นจริงอะไร

ถ. อย่างเช่นรู้ว่า

ส. จะต้องมิลักขณะจริง ๆ ให้รู้ได้ ขณะนี้จิตเป็นกุศลหรืออกุศล จะรู้ได้อย่างไร นี่คือการที่จะเจริญสมถภาวนา ต้องพูดเรื่องของจริงว่า จิตที่เป็นอกุศล เป็นอย่างไร จิตที่เป็นกุศลเป็นอย่างไร ไม่ใช่อยู่ในตำรา แต่ขณะนี้ เดียวนี้



อกุศลมี ๓ ประเภทใหญ่ คือ โลกมูลจิต โทสมูลจิต และโมหมูลจิต ซึ่งไม่ประกอบด้วยโลภะและโทสะ

ที่จะรู้จริง ๆ ว่า ขณะนี้จิตเป็นกุศลหรือเป็นอกุศล จะรู้ได้อย่างไร นี่คือผู้ที่เจริญสมถภาวนา ถ้าไม่สามารถรู้ได้ เจริญสมถภาวนาไม่ได้ เพราะว่าการเจริญสมถภาวนานั้น มหากุศลจิตประกอบด้วยปัญญาต้องเกิดบ่อย ๆ จนกว่าความสงบจะมั่นคงขึ้น ไม่ใช่อยู่ดี ๆ ก็ไปจดจ้อง ไม่รู้ลักษณะที่ต่างกันของอกุศลจิตกับกุศลจิต

ขณะนี้ทุกคน ถ้าเป็นผู้ตรงจะตอบได้ไหมว่า จิตกำลังเป็นกุศลหรือเป็นอกุศล ถ้าตอบได้ ยังต้องถามต่อไปอีกว่า รู้ได้อย่างไร คือ ต้องมีเหตุที่จะให้รู้ได้ ผลทั้งหลายต้องมาจากเหตุ แม้แต่ปัญญาขั้นสมณะก็ต้องมีเหตุ ปัญญาขั้นวิปัสสนาก็ต้องมีเหตุ ไม่ใช่โดยการอ้างแล้วก็จะเชื่อ แต่ต้องมีเหตุและผล

ถ้าสงบ เพราะเหตุใดจึงสงบ และที่รู้ว่าสงบ รู้ได้อย่างไรด้วย ไม่ใช่พูดเฉย ๆ แต่ถ้าเขาจะสงบจริง ๆ เขารู้ได้อย่างไร มีอะไรที่จะทำให้รู้

จิตเดี๋ยวนี้ สำหรับแต่ละคนเป็นกุศลหรือเป็นอกุศล ต้องรู้จักตัวเองตามความเป็นจริงจึงจะเจริญสมถภาวนาได้ ถ้ายังแยกกุศลกับอกุศลไม่ออก เจริญสมถภาวนาไม่ได้

เพราะฉะนั้น ปัญญาที่ต่างขั้นกันของขั้นสมณะกับขั้นวิปัสสนา คือ ปัญญาขั้นสมณะเพียงรู้ว่าเป็นกุศลหรืออกุศล และเจริญกุศลมากขึ้นได้เพราะรู้ว่าขณะไหนเป็นอกุศลเพราะอะไร แต่สำหรับวิปัสสนา ไม่ใช่เพียงเท่านั้น ยังต้องรู้ด้วยว่าสภาพธรรมที่เป็นอกุศลก็เป็นธรรมชนิดหนึ่ง ไม่ใช่เรา ธรรมที่เป็นกุศลก็เป็นธรรมชนิดหนึ่ง ไม่ใช่เรา เพื่อที่จะละความเห็นผิดที่ยึดถือสภาพของกุศลและอกุศลว่าเป็นตัวตน นี่คือนิวิปัสสนา

แค่นี้ก็ยากแล้วสำหรับผู้ที่จะรู้ตามความเป็นจริงว่า เดี๋ยวนี้เองเป็นกุศลหรือเป็นอกุศล ไม่ใช่เรื่องเล่น ๆ ง่าย ๆ สำหรับการเจริญสมถภาวนา ต้องเป็นปัญญาจริง ๆ เพียงแต่ต่างขั้นกับวิปัสสนาเท่านั้น

เพราะฉะนั้น ถ้ามีใครบอกว่า กำลังเจริญสมณะ เราก็สามารถทดสอบได้



สมณะคืออะไร ต้องเป็นมหากุศลญาณสัมปยุตต์ และจะรู้ได้อย่างไรว่าขณะนี้ เป็นกุศลหรือเป็นอกุศล ถ้าไม่รู้ ก็เจริญความสงบที่เป็นกุศลไม่ได้ เพราะความสงบ ต้องเป็นกุศล เป็นอกุศลไม่ได้

ถ. มีบางคนเจริญสมณะและเห็นโน่นเห็นนี่ อย่างนี้ก็ไม่เชื่อหรอก แต่ ที่ยกขึ้นมาหมายถึงสมณะที่เดินไปตามแนว ตรงทาง

ส. ก็ต้องสอบถามเท่านั้นว่า ในขณะนี้ รู้ได้อย่างไรว่าจิตเป็นกุศลหรือ เป็นอกุศล นี่เป็นจุดเริ่มต้นของสมถภาวนาที่ถูกต้อง คือ จะต้องรู้ลักษณะที่ต่างกัน ของกุศลและอกุศล กุศลจึงจะเจริญได้

ถ. ถ้ารู้ว่าการกุศลและอกุศลต่างกันอย่างไรแล้ว แต่ไม่สามารถเจริญสมณะได้ มีไหม

ส. มี เพราะว่ายังไม่ได้ศึกษาอารมณ์ที่จะทำให้จิตสงบขึ้น เพียงแต่อ่าน แต่ไม่ได้เข้าใจในเหตุผลว่า เพราะอะไร และพิจารณาอย่างไรจากอารมณ์นั้น ๆ จิตจึงสงบได้

