

เทศน์อบรมพระ ณ วัดป่าบ้านตาด
เมื่อวันที่ ๑ เมษายน พุทธศักราช ๒๕๑๑

สติกับจิตอย่าได้ห่างกัน

พระเรามีจำนวนมาก หลายองค์งานมันก็มาก ทำให้ยุ่งเหมือนกัน ต่างองค์ให้เร่งภาวนา สติกับจิตอย่าให้ห่างไกลกัน ผู้ปฏิบัติรายไหนที่มีความจดจ่อความเคลื่อนไหวของตัวเองนั้น แผลงจะได้ทราบความดีชั่วที่แสดงอยู่กับตัวตลอดเวลา อย่าไปสนใจกับสิ่งอื่นมากกว่าสนใจกับเรื่องของตัวที่แสดงออกและสิ่งที่มาเกี่ยวข้องกับ นี่หลักของการปฏิบัติ ถ้าพูดถึงเรื่องความลำบาก ไม่มีงานชิ้นใดจะลำบากยิ่งกว่างานของจิตที่จะพยายามทราบเรื่องของตัว โดยมากเรามองข้ามจุดสำคัญไป หากความสุขก็หาในจุดที่ไม่ใช่ความสุข จึงพบแต่ความทุกข์ หากจุดจุดมันก็มีมีความสุข

ต่างท่านต่างมาในที่ต่างๆ จากที่ต่างๆ มาอบรมทั้งเก่าทั้งใหม่ โปรดได้สังเกตจากหมู่เพื่อนที่อยู่ก่อนแล้ว อย่าทำตามความชอบใจของตนที่เห็นว่าเคยชินมา โดยไม่คำนึงถึงว่าผิดหรือถูก การสำเหนียกศึกษาเคยได้อธิบายให้ฟังหลายครั้งแล้ว ทุกสิ่งทุกอย่างที่สัมผัสกับตาหู จมูกลิ้นกายใจของเรา เป็นสิ่งที่จะให้ความรู้ความฉลาดได้ ถ้ามีความจดจ่อเพื่ออยากรู้อยากเห็นในสิ่งที่เกี่ยวข้องกับตน แต่ถ้าไม่สนใจแม้จะสัมผัสกันอยู่วันยังค่ำก็ไม่ได้เรื่อง การจะพยายามตั้งฐานจิตให้ได้รับความสงบเย็นใจตลอดไป นี้รู้สึกจะลำบากอยู่บ้าง จิตมีฐานถ้าทำให้มี คำว่าฐานนั้นหมายถึงเป็นพื้น ถ้าเป็นความรู้ก็เป็นพื้นอยู่อย่างนั้น ถ้าเป็นปัญญาก็เป็นพื้นของปัญญา คือคิดอ่านไตร่ตรองอยู่เช่นนั้น นี่ท่านเรียกว่าพื้น เป็นพื้นเพ

จิตที่ยังไม่มีพื้นฐานเวลาสงบก็สงบ แต่เวลาถอนขึ้นมาแล้วไม่ปรากฏความสุข แต่จิตที่มีพื้นฐานแล้วต่างกัน เวลาสงบลงไปก็เสวยความสุขประเภทที่สงบ คือเกิดจากความสงบนั้น เวลาจิตถอนขึ้นมา ก็เสวยความสุขซึ่งเป็นพื้นฐานของจิตที่ได้ชำระมา นี้เรียกว่าจิตมีพื้น ผู้ที่ได้รับผลที่สืบเนื่องมาจากสมาธิจนกลายเป็นพื้นฐานของจิตแล้ว ชื่อว่าผู้มีที่ปลงที่วางใจไม่ค้อย จะรุ่มร้อนอยู่ทั้งวันทั้งคืน จะคิดจะอ่านไตร่ตรองอะไรก็พอมีเหตุมีผล จะยืนเดินนั่งนอนอยู่ในอิริยาบถใดหรือที่ใดก็ดี ก็รู้สึกจะเป็นความสุข ไม่ค้อยจะมีทุกข์มารบกวน นี่ท่านเรียกว่าพื้นฐานของจิต

ความคิดความปรุงก็คิดได้ปรุงได้ แต่ไม่ได้คิดไปในสิ่งที่จะทำความก่อกวนตนเองให้ได้รับความทุกข์เดือดร้อนเหมือนอย่างที่เป็นมา คิดก็คิดไปในทางอรรถทางธรรม ผู้มีความสงบเป็นพื้นฐานของจิตเป็นอย่างนี้ ส่วนไม่มีพื้นฐานนั้นเราก็อทราบกัน เฉลอขณะเดียวเท่านั้น มันก็คิดไปนอกกลุ่มนอกทางแล้ว ยิ่งเปลอไปมากเท่าไรมันก็มีเวลาที่จะสั่งสมความคิดประเภทที่ยุแห่ทำลายตัวเองตลอดเวลาที่เราเปลอ แต่จิตที่มีพื้นฐานไม่เป็นอย่างนั้น แม้จะเปลอไปบ้างก็

ไม่คิดอย่างนั้น แม้จะคิดก็มีจำนวนน้อย โดยมากก็คิดไปทางอรรถธรรม จึงให้พากันพยายามทำจิตให้มีพื้นฐาน อย่าเป็นคนเหลวไหล อย่าเป็นคนงอนแง่นคลอนแคลน ให้เป็นคนจริง

ธรรมะพระพุทธรู้เจ้ามีแต่จริงทั้งนั้น ยึดหลักธรรมะเข้ามาเป็นหลักใจต้องให้เป็นผู้มั่นคง อย่านำความลำบากเข้ามาเกี่ยวข้อง จะกลายเป็นอุปสรรคขั้นทันที หนักก็ถือเป็นงานของเรา เบาก็ถือเป็นหน้าที่ของเราจะต้องทำ เพื่อความสำเร็จทั้งงานหนักงานเบา จิตถึงคราวจะพลบโยนก็มีบ้าง ถึงคราวจะข่มขู่ก็ข่มขู่กันไป จะให้มีแต่พลบโยนที่เดียวก็ไม่ได้ หรือจะให้มีแต่ข่มขู่ที่เดียวก็ไม่ถูก ต้องมีทั้งสองอย่างปะปนกันไปตามกาลที่เห็นควร หรือจะควรปฏิบัติต่อกรณีใดในเรื่องของตัวเอง

สิ่งใดจะทำความอ่อนแอให้แก่จิตอย่าสนใจคิด ถ้าจะคิดก็ให้คิดเรื่องมาแก้ไขกัน เราต้องคิดถึงเรื่องความอ่อนแอมีผลอย่างไรบ้าง นั่น ถ้าคิดคิดไปอย่างนั้น ความขี้เกียจอ่อนแอ หรือความท้อแท้มีผลอย่างไรบ้าง เมื่อนำสิ่งเหล่านี้มาใช้เราจะมีผลดีอย่างไรบ้าง ถ้าเราคล้อยตามสิ่งนี้จะมีผลดีหรือมีความเสื่อมไปเป็นลำดับ เข้ามาเทียบเคียง นั่นละนักปฏิบัติต้องมีเหตุผลรักษาตัวอย่างนี้ ถ้าไม่มีเครื่องรักษาไปไม่รอด จะแบกตู้คัมภีร์ไปก็ไปไม่รอด มีความเข้มแข็งอาจหาญว่าจริง ทุกข์เพื่อการถอดถอนสิ่งที่เป็นข้าศึกแก่ตนเอง ไม่มีทางที่จะเสียหาย ซึ่งควรที่จะลดตัวลงให้เป็นไปตามอำนาจของกิเลส

การปฏิบัติธรรมะต้องทดสอบตัวเองอยู่เสมอ วิธีการต่างๆ ที่เรานำมาใช้ ต้องสังเกตผลอุบายมาของกิเลสที่แสดงตัวออกมา เราต้องสังเกตผลที่ปรากฏขึ้นจากสิ่งเหล่านี้เสมอ ไม่งั้นจะไม่มีทางหักห้าม ไม่มีทางแก้ไข ตามความรู้สึกของผมถ้าเราได้ลงตั้งใจจริง ๆ เราจะพิจารณาอย่างไรก็ตาม เกี่ยวกับทางสมาธิหรือเกี่ยวกับทางด้านปัญญา จะต้องเห็นผลเป็นลำดับ หากไม่พิจารณาเอาจริงเอาจังจะไม่ค่อยได้ผลและไม่ได้ผล

ผู้กำหนดลมหายใจ สังเกตอยู่เฉพาะลมเท่านั้น มีหน้าที่อันเดียว เอ้ามันจะไปไหนลม มีแต่เข้ากับออกเท่านั้นเรื่องของลม เราก็ให้ทำความรู้สึกกับความสัมผัสของลมอยู่เท่านั้น เรื่องจะเกิดเป็นผลขึ้นมาอย่างไรนั้น เราไม่ต้องไปคาดหมายในเวลาเช่นนั้น ผลกับเหตุไม่ได้หนีจากกัน คือไม่แยกจากกันไปไหน ถ้าเหตุมีความสืบเนื่องกัน ผลจะทนตัวอยู่ไม่ได้ ต้องแสดงออกมาให้เห็น เมื่อเรามีสติจดจ่ออยู่ การกำหนดลมก็ดี จะกำหนดคำบริกรรมคำใดก็ดี เราไม่ได้หมายจะเอาลมและคำบริกรรมนั้นๆ แต่เรามุ่งจะให้ทราบเรื่องของจิต ถ้าไม่มีเครื่องผูกมัดหรือเครื่องยึดไว้ ใจไม่ได้รวมกระแสนของตนเข้ามาสู่จุด ก็เลยไม่มีทางจะทราบได้ว่าความสงบเป็นยังงไรหรือใจอันแท้จริงเป็นยังงไร มันไม่เห็นไม่เจอ นี่ที่ได้หาอุบายมาเป็นเครื่องผูกมัดจิตใจก็เพื่ออันนี้เอง

พอจิตได้ทำหน้าที่อยู่กับงานของตนโดยเฉพาะแล้ว ความรู้สึกทั้งหมดก็จะท่วมเทกันลงที่จุดนั้น ไม่ได้ปล่อยให้แฟนพ่านออกไปดังที่เคยเป็นมา เมื่อกระแสของจิตได้มารวมตัวอยู่นั้น

สืบทอดกันไปเป็นลำดับๆ ไม่นาน เราก็เห็นความสงบเกิดขึ้น ถ้าเห็นความสงบแล้วเราก็เห็นจุดของความรู้คือใจ การกำหนดลมหายใจที่เรียกว่าอานาปานสตินี้ มีความสำคัญอยู่หลายระยะเหมือนกัน อย่างหนึ่งพอกำหนดลมเข้าไปๆ ลมก็ค่อยละเอียดๆ ปรากฏว่าลมหายไป ใจหาที่ยึดไม่ได้นี่อย่างหนึ่ง ลมหายไปทั้งๆ ที่เรารู้ยู่ว่าลมหายไป ทีนี้ใจไม่มีที่ยึด รู้สึกแปลกๆ มีความรู้สึกแปลกๆ ขึ้นมา นี่ลมหายใจหายไปแล้วมันไปอยู่ที่ไหน ลมหายไปแล้วเราจะไม่ตายหรือ นี่เกิดความคิดขึ้นมาก็คือไปทำลายความสงบที่กำลังจะแสดงตัวเต็มที่ ทีนี้ลมหายใจก็เลยกลับมาอีก

เพราะเราไม่ได้เดินตามปกติของหลักธรรมชาติ แต่เราปรุงแต่งขึ้นมาเสียอย่างใดอย่างหนึ่ง เรื่องก็เลยผิดหลักธรรมชาติไป ลมก็หายไป ที่หายไปแล้วก็กลับมา จะหายไปเป็นหลักธรรมชาติของลมจริงๆ หรือว่าหายไปในการรู้สึกของเราก็ตาม ทั้งสองนี้หยั่งลงไปอย่างไรอย่างหนึ่งก็จะทำให้ลมปรากฏตัวขึ้นมา ถ้าเราคิดว่าลมหายไป เกิดความสงสัยขึ้นมา ลมก็กลับปรากฏตัวขึ้นมาอีก ใจก็หยาบขึ้นมา นี่เป็นสิ่งที่ทำลายความสงบได้ ทางที่ถูกให้เป็นไปด้วยความราบรื่น ลมจะละเอียดก็ให้ทราบตามความละเอียดของลม ลมหมดไปก็ให้ทราบเรื่องลมหมดไป ใจที่ยังมีอยู่ให้อยู่กับความรู้นั้นนี่อย่างหนึ่ง

อีกอย่างหนึ่งลมหมดไปด้วย จิตขาดวรรคขาดตอนจากอารมณ์ใด ๆ ด้วย เหลือแต่หลักธรรมชาติที่รู้ๆ อันนี้ไม่สงสัยว่าลมจะหมดไปหรือไม่หมดก็ตาม ธรรมชาตินี้จะเป็นความแน่นอนสำหรับตัวเอง ไม่ได้ไปพะวังพะวนกับลมที่หายไปแล้ว มีความมั่นคงอยู่กับความรู้ ทั้งขาดวรรคขาดตอนจากทุกสิ่งทุกอย่างในบรรดาชั้นที่มีความเกี่ยวข้องกับจิตในเวลาเช่นนั้นด้วย นี่เป็นจิตที่สงบละเอียดมาก และไม่สงสัยในความรู้ว่าเป็นอย่างไร ไม่สงสัยในเรื่องลมว่าหายไปแล้วจะไปอยู่ยังไร หรือจะเป็นจะตายอะไรไม่มีความสงสัย เพราะเวลานั้นจิตไม่แสดงอาการ คือชั้นไม่แสดงออกจากจิต เหลือแต่ความรู้ล้วนๆ แสดงตัวอย่างเด่นชัดอัศจรรย์ ขาดวรรคขาดตอน เหลือแต่ความรู้เท่านั้น นี่อานาปานสติประเภทที่ละเอียดเป็นอย่างนี้

เพื่อความราบรื่นของทั้งสองประเภท เราอย่าไปกังวลกับลม เมื่อลมได้หายไป ให้อยู่กับความสงบหรือให้อยู่กับความรู้ จนกว่าลมจะปรากฏขึ้นมา แต่ไม่ได้คาดหมายว่าลมจะปรากฏขึ้นมา ให้อยู่อย่างนั้น รู้ประเภทแรกจิตมีกิจที่ใช้งานได้อยู่ มีคิดแปลกๆ ต่างๆ เมื่อลมหมดไปไม่มีอะไรจะอยู่กับอะไร นี่ยังคิดได้ขั้นนี้ ขั้นนี้ละทำคนให้สงสัย แล้วจิตจะถอนขึ้นมาเพราะความสงสัยเป็นตัวเหตุ เพราะความสงสัยนั้นเป็นสังขารประเภทหนึ่งที่ปรุงขึ้นมา แล้วก็ก่อความสงบ โดยถือลมหายใจว่าหมดไปนั้นมาเป็นอารมณ์ มาก่อความสงบอันนี้ให้หนักแน่น ยิ่งกว่านั้นไม่ได้หรือมันคงยิ่งกว่านั้นไม่ได้ ถอนขึ้นมาทีนี้ เพื่อความถูกต้องเราไม่ต้องไปกังวลกับลมนี้ประเภทหนึ่ง

ประเภทที่สองดังที่กล่าวแล้วนั้น อันนั้นหมดปัญหา เหลือแต่ความรู้ล้วน ๆ ไม่ได้มีความ
 ปรุปรุความแฉ่งอะไรทั้งหมด ขาด แม้ที่สุดกายไม่ทราบหายไปไหน นั้นถึงขั้นละเอียดจริง ๆ ของ
 อานาปานสติ กายไม่มีเลย ลมหมดไปกายหายไปด้วย เหลือแต่ความรู้ล้วน ๆ เอ้าจะอยู่เท่าไร
 ไม่ต้องบังคับให้ถอนขึ้นมา อยู่เท่าไรก็ไม่มีเดือนปีนาที่โมงเข้าไปจับเวลานั้น จิตจะไม่มี
 ความรู้สึกว่ามีอาการเหน็ดเหนื่อยในส่วนร่างกายมาเกี่ยวข้องเลย ถ้าจิตลงได้ขาดวรรคขาดตอน
 จากเรื่องของขันธแล้ว จะไม่มีขันธใดเข้ามาทำลายหรือก่อกวนจิตดวงนี้ ให้ได้รับความไม่
 สะดวกสบายขึ้นเพราะขันธเป็นเหตุ แต่จะทรงหลักธรรมชาติของตนไว้อย่างสมบูรณ์ของภูมิ
 สมภาณีในขั้นนั้น นี่พูดถึงเรื่องอานาปานสติ ผลจะปรากฏเป็นอย่างนั้น

เราจะแยกออกมาใช้ปัญญา เราต้องแยกในเวลาจิตถอนขึ้นมาแล้ว จิตที่คิดปรุปรุแฉ่งไว้
 แล้วชื่อว่าสมควรแก่งานแล้ว เอ้าทำลงไป คั่นคว้าวดู คั่นคว้าวดูตัวของเรานี้ ให้มันท่องเที่ยวอยู่นี้
 ไปไหนรอบโลกมันไปมาแล้ว มันไปอะไร เทียวดูรูปดูเสียงดูกลิ่นดูรสอะไรต่ออะไร มันเต็มอยู่
 ทั่วโลก ไปที่ไหนมันไม่มีสิ้นสุดเพราะสิ่งเหล่านี้มีอยู่ทั่วไป ใจก็เตลิดเปิดเปิงหาที่ยับยั้งไม่ได้
 เอ้าให้หาหลักเพื่อเป็นการยับยั้งจิต ดูให้เห็นตามหลักความจริงที่เรียกว่าโลกวิทู ดูอาการของ
 กายจะอาการไหนก็ให้เห็น ให้หยั่งลงชัดด้วยไตรลักษณ์ ถ้างลองไตรลักษณ์ถึงใจแล้วอะไรก็ถึงใจ
 หมด ว่า ทุกข์ คำเดียวก็ถึงใจ อนิจจัง อนตตตา อะไรมันอยู่ด้วยกัน วิ่งถึงกันหมด เราไม่ต้องว่า
 นั้นเป็น อนิจจัง นี่เป็น ทุกข์ นี่เป็น อนตตตา อะไร เพราะหลักธรรมชาติมันเป็นอันเดียวกัน นี่
 พูดแยกเป็นอาการเฉย ๆ

เรื่องปัญญาเป็นเรื่องสำคัญ สติกับปัญญานี้สำคัญมาก ผู้ปฏิบัติถ้ามีความสนใจต่อการ
 คิดอ่านไตร่ตรองเรื่องธาตุเรื่องขันธ เกี่ยวกับเรื่องหลักไตรลักษณ์แล้วจะมีทางถอดถอนกิเลส
 เป็นลำดับ ๆ และโปรดทราบไว้ด้วยว่าปัญญานั้นแลเป็นสิ่งที่จะถอดถอนกิเลสทุกประเภท สมภาณี
 เป็นแต่ผู้รวบรวมเข้ามา แต่ปัญญาเป็นผู้ตัดผู้ฟันผู้ทำลายให้ขาดออกไปเป็นลำดับ ๆ บรรดา
 กิเลสที่มีมากน้อย ก็น่าแปลกใจอยู่ถ้าเราพิจารณาให้ถึงความจริงนี้แล้ว มาหลงของเทียมของ
 ปลอม ความคิดก็ปลอม ว่าจริงถาวรว่าสวयว่างามว่าเราว่าเขา มันปลอมทั้งนั้นความจริง เราก็ก
 หลงความคิดของเราที่แหละ โดยถือสิ่งที่ไปเกี่ยวข้องนั้นว่าเป็นตัวเหตุ ครั้นแล้วก็คือความคิด
 ของเรานั้นแลเป็นผู้หลอกให้หลง นี่ซิอันนี้แยกากอยู่ จึงต้องอาศัยหลักธรรมเข้าแก้

คำว่าอนิจจัง ทุกข์ อนตตตา แก่ส่วนที่วานั้น ความสำคัญผิดเหล่านี้ไม่แก้อะไร ถ้าไม่เอา
 อันนี้เข้าไปแก้มันไม่มีทางออก เช่นอสุภะปฏิกุศลก็เหมือนกัน จะไปแก้ความสำคัญว่าสวयว่างาม
 แล้วที่นี้ความสวยความงามมันมีอยู่ที่ไหน ดูตามหลักความจริงแล้วมันไม่มีอะไรมี ถ้าว่าหน้
 งาม หน้รองเท่าเรานั้นเป็นไง พิจารณาซิ มันหนาเท่ากระดาษนี้หรือ ใ้สิ่งที่มีมันหลอกตาอยู่นี้
 แล้วมันก็ไม่ได้หลอก ใ้ที่มันว่าบาง ๆ ที่มันว่าสวยงามมันก็มีอะไรอยู่ในนั้นของมัน มูลเติมไป

หมด รอบทั้งตัวนี้ ท่านว่า ตจปริยบุตร มีหนังหุ้มอยู่เป็นที่สุตรอบ มีมูลที่ติดอยู่กับหนังหุ้มอยู่เป็นที่สุตรอบ

ถ้าตามพิจารณาให้ทันกับเหตุการณ์หรือกับสิ่งที่มันเป็นอยู่มีอยู่แล้ว มันก็ไม่มีอะไร ปัญญาต้องอย่างนั้น ให้มันทันกับมายาของตนเองที่มันออกไป เมื่อดูอันนี้แล้ว ออกจากนั้นเข้า แยกอีก พลิกข้างในออกมาข้างนอก มันจะเยี่ยมไปด้วยบุพโพโลหิต ยิ่งไม่น่าดู เอาถลกออกหมด ทั้งหนังไม่ให้มีอะไร ถลกหนังออกหมดเลย คนไม่มีหนังมันชอบกันไหม มันจะมีหญิงมีชายที่ ไหน จะมีแต่แมลงวันบินตาม นั่นมันหลงหนังเท่านั้นไม่หลงอะไร หลงหนัง มันว่าเอาเฉยๆ บาง ๆ มันไม่ได้หนาเท่ากระดาดษนะที่เรียกว่าผิวหนังนะ เท่านั้นแหละ มันฉาบทาไว้สำหรับคนโง่ พอเลยนั้นเข้าไปนิดก็เห็นแล้ว เห็นเรื่องทันที ยิ่งถลกออกหมดทั้งหนัง แล้วดูคนเป็นยังงัยบ้าง เขาดูเราจะดูได้ไหม เราดูเขาจะดูได้ไหม มันดูกันไม่ได้ทั้งนั้นแหละ นั่นแหละหลักความจริง แล้วมันหลงอะไร มันน่าหลงที่ตรงไหน

ดูอย่างนั้นซิปัญญา ดูแล้วดูเล่าพิจารณาแล้วพิจารณาเล่าจนเกิดความเข้าใจในจิตใจ ดูเพียงพรวดพราด ๆ ผ่านไปใช้ไม่ได้ ชัดลงไปเกลาลงไปลับลงไปปัญญาของเรา เานี้ละเป็นหินลับ ดูแล้วดูเล่า จะดูข้างนอกก็ได้ดูข้างในก็ได้ ไม่ผิด คำว่ามรรคสมุทัยแล้วจะมีได้ทั้งข้างนอกข้างใน หรือจะเอาวัตถุข้างนอกเช่นจะเป็นรูปหญิงรูปชายก็ตาม เข้าเอามาพิจารณาไม่ผิด เมื่อมันเห็นชัดมันก็วิ่งเข้ามาข้างในเท่านั้น มันไม่เห็นนั้นแหละที่มันเพนพานอยู่ตลอดเวลา ทำให้ยุ่งไม่มีเวลาสงบตัวได้เลย หากไม่มีหาเท่าไรก็ไม่เจอซิ มันมีที่ไหนของสวयของงาม ของจริงของจริงของจริงถาวรมีที่ไหน อัดตามืออยู่ที่ไหน มันไม่มี มันหาเอาเฉย ๆ มันถึงยุ่งหาของไม่มี นี้ ภาวัตถหา อยากในของไม่มี เราว่างั้นละธรรมะปา

วิภาวัตถหาอยากในของไม่มี ภาวัตถหาอยากในของมี เป็นสองชั้น เข้าไปชั้นที่สาม เอาเนื้อออกให้หมด เนื้อออกให้หมดแล้วเอาไปกองไว้ กองเนื้อนั้นสวยที่ไหน รักชั้นไหนชั้นเนื้อนั้น เอาออกหมดนั่นละ เนื้อในส่วนร่างกายไม่ว่าข้างบนข้างล่าง ออกให้หมด มันจะมีอะไรเป็นที่น่ากำหนดยินดีในชั้นเนื้อทุกชั้น ไม่ว่าชั้นที่เป็นจุดหมายแห่งความกำหนด เอามาดูเหมือนกัน นั่นจะมีอะไรแปลกกัน นี่เป็นชั้นที่สาม รวมทั้งอวัยวะภายในด้วย เอาออกมาหมด มันมีอะไรที่อยู่ภายในร่างกายของเรา ส่วนภายในที่เกี่ยวกับเป็นสิ่งที่อ่อน ๆ เป็นเนื้อ สงเคราะห์ลงในเนื้อได้ เช่นตับไตไส้พุง เอาออกมาให้หมด เอามาดู

เอาที่นี้คลี่คลายออกไป ชั้นหนังชั้นไหนที่หอมหวานชวนให้ดมมีไหม นั่นละพิจารณาให้เห็นของจริงในชั้นนี้ มันตื่นอะไรเดี๋ยวนี้ มันตื่นอันนี้แหละคนเรา ดูให้ถึงที่สุดของมัน ดูจนเป็นชั้นเนื้อออกมา ดูจนกระทั่งถึงมันใกล้แสดงวิปริตนามธรรม มันแปรตามมัน แปรทั้งสี่สังวรณะ แปรทั้งรูปร่าง แปรทั้งกลิ่น แปรไปเป็นลำดับ ๆ ให้มันเห็นชัด นี่ชั้นที่สามรวมกันหมด

ชั้นที่สี่เอาดูกระดูก ดูไปตั้งแต่บนศีรษะ ไม่มีเนื้ออะไรปิดอยู่ในมันแล้วเป็นยังไง กระดูกตามันก็โบทหมดเท่านั้นละ มีเส้นเอ็นรัดตรึงไว้ แขนงเป็นพวงลงไป พวงแขนพวงขา ห้อยเป็นพวงลงไป ดูให้มันเห็นทุกระยะ กระดูกชั้นไหนต่อชั้นไหนมันติดมันต่อกัน เอาออกเป็นชั้น ๆ ไป ชั้นนี้น่ารักไหม น่ากำหนดไหม เอาชั้นนี้เป็นยังไง แปรจากชั้นทั้งหลายหรือไม่ เอ้ากะโหลกศีรษะ เอาออกมาดู นี่พูดให้ถึงพริกถึงขิงกัน ไม่อย่างนั้นไม่รู้ นี่ละวิธีปฏิบัติทางด้านปัญญา

ในกะโหลกศีรษะมีอะไรบ้าง เอ้าคลี่ออกไปอีก กำหนดมีดฟันลงไปเอาออกมาดูให้เห็นชัด มีอะไรอยู่ในนั้น มันจะยิ่งน่ากลัวเสียด้วยนะที่นี้ มันจะขึ้นเรื่องน่ากลัว เรื่องน่ารักมันจะหายไป น่ากลัวเสียด้วย น่าสลดสังเวช เอาออกมาเป็นชั้น ๆ ออกกันทุกชั้น ที่มันรัดตรึงกันอยู่ที่ไหนบ้าง ด้วยเส้นเอ็น เอาออกให้มันเห็นทุกชั้น ๆ เอ้าชั้นไหนมีความแปลกต่างกันซึ่งจะเป็นที่ข้องใจว่าน่ากำหนดยินดี อันไหนเป็น นิจุจ อันไหนเป็น สุข อันไหนเป็นสุภะคือของสวยของงาม อนิจจุ อยู่ไหนมันก็จะวิ่งไปหาชั้น ๆ อยู่ไหนมันก็จะวิ่งไปหาชั้น ๆ คนโง่เท่านั้นได้ไปหลงหาหญิงหาชายหาสัตว์หาบุคคลหาเราหาเขาที่ไหนมี ในกองอวัยวะทุก ๆ กองที่เรามารวมกันไว้ นี้ หรือแยกออกเป็นกอง ๆ กองหนัง กองเนื้อ กองกระดูก แยกออก เอ้าดูกระดูกทุกชั้น ชั้นไหนที่น่ารักกำหนดยินดีมีไหม

บังคับให้มันดูอย่างนี้ละ ปัญญาเป็นผู้บังคับให้จิตมันดู ให้ตัวมันหลงงุ่มง่าม ๆ คลำโน้น คลำนี้ให้มันดู ให้มันดูของจริงอย่าคลำบอกรั้วชิว อย่าไปเที่ยวหาคลำ เอาดูของจริง นี่ละในอวัยวะไม่ว่าของคนของสัตว์ของหญิงของชายมันอย่างนี้ทั้งนั้น อย่าไปหาลูบหาคลำ ให้ดูของจริง นี่ละของจริง สอนมันอย่างนั้นชิวสอนจิต บังคับให้มันดูให้มันเห็นชัด นี่ละงานที่จะถอดถอนตน เห็นทุกชั้นประจักษ์กับปัญญาแล้ว จิตมันจะเหาะเหินเดินฟ้าไปที่ไหนก็ตามเถอะด้วยความเพลิดเพลินของมัน มันจะสงบตัวเข้ามาทีเดียว เพราะมันเหาะเหินเดินฟ้าไปด้วยความเพลิดเพลิน มันเหาะเหินไปเพราะสิ่งเหล่านี้เป็นเครื่องจูดลากมันไป

คืออารมณ์อันหนึ่งหลอกมันไป จูดลากมันออกไป อันนั้นก็ป็นธรรมชาติของเขาที่จริง อย่างที่เราแยกออกมาแล้วนั้น ผู้นี้มันหากเป็นเฉย ๆ หลงอารมณ์ของตัวเอง เมื่อสอนตัวเองให้รู้เรื่องตามหลักความจริงนั้นแล้วมันจะเอาอะไรมาหลอกอีก พิจารณาแล้วพิจารณาเล่า พอมันรู้เรื่องแล้วจิตจะต้องเบาทันที หมดความกังวลวุ่นวายขึ้นมาเป็นลำดับ ๆ เพราะกังวลกังวลกับสิ่งเหล่านี้ ยุ่งก็ยุ่งกับสิ่งเหล่านี้ เพลินก็เพลินกับสิ่งเหล่านี้ ทุกข์ก็ทุกข์กับสิ่งเหล่านี้ เมื่อได้เห็นสิ่งเหล่านี้ประจักษ์ด้วยปัญญาแล้ว ทุกสิ่งที่เป็นความกตถ่วงจิตใจก็ต้องถอนตัวออกมา ๆ

ครั้งนี้แล้ว เอ้า พิจารณาอีก ซ้ำแล้วซ้ำเล่าอยู่อย่างนั้นจนเป็นที่ยอมรับกัน เมื่อพอตัวแล้วมันยอมรับกันเอง หลักความจริงจะฝืนไปไม่ได้ จิตจะมีความอาจหาญต่อสิ่งที่เคยกลัวสิ่งที่เคยระวังมีรูปเป็นต้น นี่เรื่องปัญญาพิจารณาอย่างนี้ เอ้าแยกตัวเองออกไปอีกเทียบกันเข้า ถ้าสมมุติเราพิจารณาภายนอกเป็นอย่างนั้น เอ้า เอาตัวเองเข้าไปอีก พิจารณาแบบนั้น มัน

เหมือนกันไม่มีอะไรผิดกัน ว่าเฉยๆ ว่าหญิงว่าชาย ว่าเอาเฉยๆ ด้วยความเสกสรรปั้นยอ ในหลักธรรมชาติจริงๆ มันไม่มี ถ้าว่าหนังก็หนังเหมือนกันหมด ว่าเนื้อก็เนื้อ ธาตุมันก็ธาตุเหมือนกันหมด นอกจากมันเสกสรรปั้นยอหลอกตัวเองไปเท่านั้น อย่างไม่เป็นทำว่านั่นแหละ

นี่ท่านพิจารณากายพิจารณาอย่างนั้น พิจารณาแล้วพิจารณาเล่าซ้ำๆ ซากๆ อยู่ นั่นแหละ จนเป็นที่เข้าใจกัน เมื่อมันพอตัวแล้วเป็นอีกแง่หนึ่ง เหมือนกับว่าเรารับประทานอาหาร พอแล้วจะบังคับให้รับประทานต่อไปอีกไม่ได้ นี่เมื่อพิจารณาพอแล้ว จิตก็ถอดถอนตัวจากอุปาทานในสิ่งเหล่านี้แล้วอย่างเด่นชัด จะพิจารณากันอีกไม่ได้ มันก็รู้อยู่ ส่วนไหนที่มันยังดูตื้นที่ก็ยังเป็นข้อข้องใจอยู่ ซึ่งมีความละเอียดลึกกว่านี้อีก มันก็ตามกันไปเหมือนกับไฟได้เชื้อค้อยไหม้เข้าไป คือปัญญามันลุกลามไปๆ ซึมซาบเข้าไปๆ แทรกเข้าไปแซงเข้าไป ตรงไหนมันยังข้อง ปัญญาจะต้องสอดเข้าไปอยู่นั่น จนเป็นที่พอใจเช่นเดียวกันอีกกับส่วนละเอียดก็พอกันปล่อยอีก รูปชั้นธัมมรรู้แล้วมันก็ปล่อยได้อย่างนั้น

นามชั้นธัมมอะไรบ้าง ถ้ามันพิจารณารู้อย่างนี้ รู้อย่างเดียวกันนี้ด้วยอำนาจของปัญญาแล้ว มันจะทนถือไว้ไม่ได้อีกเหมือนกัน ปล่อยอีกเข้าไป ปล่อยเข้าไปโดยลำดับๆ เอ้า ถ้าจะพูดถึงเรื่องความละเอียดเข้าไปอีก ละเอียดสุดยอดของสมมุติ ก็เหมือนยาพิษที่สิงอยู่ในจิต เช่นเดียวกับยาพิษที่สิงอยู่ในวัตถุต่างๆ ไม่มองเห็นตัว แต่พิษจะแสดงตัวสำหรับผู้ไปเกี่ยวข้อง นำมารับประทานหรือมาอะไรก็แล้วแต่ พิษนั้นจะแสดงตัวออกมาทั้งๆ ที่มองไม่เห็น นี่ละที่ท่านเรียกว่ากิเลสอันละเอียดสุดยอด ท่านให้ชื่อว่าอวิชชา

อะไรเป็นอวิชชา ถ้าไม่ใช่อันนี้เป็นอวิชชา มันไม่เห็นรูปมันไม่เป็นอวิชชา เสียงกลิ่นรส เครื่องสัมผัส มันไม่ใช่อวิชชา ไม่ใช่อวิชชา ตัวอวิชชาจริงๆ ก็คือหัวใจที่หลงนี้แหละ อวิชชาคือปัญญาที่พิจารณาเข้าไปให้รู้เรื่องของตัวเองเป็นลำดับๆ เข้าไปถึงรากฐาน ตปธรรมความรุ่มร้อนสำหรับแผดเผากิเลส มันก็เผาเข้าไปหาจิต พิษภัยที่มันเคลือบแฝงซึมซาบอยู่ในจิต มันก็ถูกกลั่นกรองขับไล่ออกหมด ด้วยอำนาจของตปธรรมคือปัญญาอันแหลมคม ไล่จี้กันออกหมดเลย ไม่มีสิ่งใดเหลืออยู่นั่น นั่นอุปาทานที่ไหนที่นี้ อุปาทานในรูปมันก็หมดเพราะอำนาจของปัญญาอย่างที่ว่านี้ อุปาทานในชั้นธัมม เอ้าชั้นธัมมมันจะเกินปัญญาไปได้ ๔ ชั้นธัมม เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เอาปัญญาไล่เข้าไปที่นี้

รู้อากฐานของมันที่มันเกิดขึ้นมา ทั้งตัวของมันที่แสดงออก หรืออันไหนอีกไม่มี เอายาพิษที่มันฝังอยู่ในหัวใจจริงๆ ไล่มันเข้าไปจนไม่มีอะไรเหลือ ถูกขับไล่ออกด้วยอำนาจของตปธรรมคือปัญญา กระจายออกหมดเหลือแต่ธาตุล้วนๆ ที่บริสุทธิ์ เอาที่นี้ถืออะไร จะถือมันอะไร ถ้ามันมันแล้วจะถือกันไปทำไม มีอะไรบกพร่องที่จะให้ถือ มีอะไรควรรักควรสงวนที่จะให้ถือ ความรักมันก็เป็นกิเลส ความสงวนก็เป็นผลจากความรัก มันเป็นเรื่องกิเลสต่อแขนงออกมาเมื่อพอตัวแล้วอะไรก็ไม่มีที่จะไปเสริมให้เป็นกิเลสขึ้นมาอีก นั่นปัญญาฟันลงไปอย่างนั้น

อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เมื่อหมดเขตสมมุติแล้ว ไตรลักษณ์ที่ว่านี้ก็หมด ถ้าสมมุติยังมี อยู่ตราบไต คำว่าสมมุติในขั้นนี้หมายถึงกิเลสนั่นเอง เครื่องหลอกกลางตัวเอง มันมีส่วนละเอียด แค่นั้นนั่นละชื่อว่าสมมุติมีส่วนละเอียดแค่นั้น ไตรลักษณ์จะต้องตามกันไปถึงตอนนั้น เมื่อ ส่วนละเอียดนี้หมดไปแล้วไตรลักษณ์ก็หมดปัญหา เพราะเป็นเครื่องแก้หรือเป็นทางเดิน หมด ปัญหา ถ้าเราจะพูดว่าเหลืออยู่ก็เป็นธาตุรู้ๆ ธาตุที่บริสุทธิ์เหมือนอย่างพระพุทธเจ้าที่ตรัสรู้แล้ว เหลือแต่ธาตุที่บริสุทธิ์คือธาตุรู้ล้วนๆ ไม่มีอะไรเข้าไปเจือปน ประกาศสอนโลกก็เป็นอรหัตเป็น ธรรม มีเหตุมีผล มีรสมีชาติ นั่นแหละธาตุรู้ ออกมาจากธาตุรู้ นั่นละธรรมะจริง อันนั้นจริง พอแล้ว ธรรมะที่แสดงออกมาก็จริง จะเป็นขั้นใดภูมิใดในบรรดาธรรมะจริงไปหมด เพราะ หลักเดิมของธรรมชาตินั้นเป็นของจริงอย่างตายตัว ไม่มีอะไรปลอมแปลงแฝงอยู่แม้แต่นิด

อุปาทานก็มีอยู่ ๓ ถือกายคือรูปขันธ์ นามขันธ์ ถือจิต มีอยู่สามเท่านั้นละอุปาทาน เท่าที่ ได้ปฏิบัติมาเต็มความสามารถ เรียนบรรดาท่านทั้งหลายอย่างเปิดเผย นอกจากนั้นแล้วไม่เห็น ปฏิบัติมาไม่มีอะไรเลยจากนี้ไป สิ่งที่ทำให้ความก่อกวนก็คือเกี่ยวกับเรื่องขันธ์ของตัวเองเท่านั้น พุดง่าย ๆ ภายนอกไม่ต้องพูด หยาบมากยิ่งขึ้น ขันธ์ก็รูปขันธ์เป็นส่วนหยาบ คำว่าติดอันนี้ พิจารณาถึงที่กันแล้วมันก็ปล่อยของมันได้ นามขันธ์เมื่อถึงที่ด้วยอำนาจของปัญญาแล้วก็ปล่อย ได้ จิตเมื่อพิจารณาถึงที่แล้วก็ปล่อยกันได้ แล้วจะไปพิจารณาอะไรอีก มันไม่มีทางที่จะพิจารณา มันพอตัวจะว่าไง

เวทนามีไหมที่นี้เมื่อเข้าถึงนั้นแล้ว ธรรมชาติที่บริสุทธิ์ เวทนาเป็นสมมุติอันหนึ่ง เวทนา ก็เป็นเวทนาขันธ์ ธรรมชาติที่บริสุทธิ์แล้วจะเอาเวทนามาจากที่ไหน ถ้าว่าสุขก็เป็น ปรมิ สุข ไป เสีย สุขในหลักธรรมชาติไม่เรียกว่าเวทนา เพราะเวทนามันเป็นอนิจจาทั้งนั้น ไม่เที่ยงทั้งนั้นถ้า ชื่อว่าเวทนาแล้ว อันนั้นไม่ใช่เวทนา เพราะเป็นธรรมชาติ อยู่กับหลักธรรมชาติ ที่เรียกว่า ปรมิ สุข เปลี่ยนไปทั้งนั้นละ สุขเลยสมมุติพุดง่าย ๆ ปรมิ ไม่ใช่ยิ่งกว่าสมมุติ ยิ่งกว่าอันนี้ยิ่งกว่าอัน นั้น เลยสมมุติไป มันจึงไม่มีอะไรจะไปเปรียบเทียบอีก ปรมิ สุข นี้ไม่ใช่จะเปลี่ยนตัวเอง ไม่มี ทางจะเปลี่ยน เพราะความบริสุทธิ์ไม่มีการเปลี่ยนแปลงตัวเอง เนื่องจากเป็นหลักที่ตายตัวแล้ว เป็นธรรมชาติที่ตายตัวแล้ว เพราะฉะนั้นธรรมชาติที่บริสุทธิ์แล้วจึงไม่มีเวทนา เพราะมันมี อนิจจาอยู่ในนั้น จะเอาเวทนาเข้าไปแทรกได้ยังไง แทรกเข้าไปมันก็ต้องเป็นเวทนาอนิจจาซี ถ้า ตั้งใจจริง ๆ เป็นอย่างนั้นละ

ปัญญานี้ละสำคัญ ค้นลงไปพิจารณาลงไป ให้จิตมันอยู่กับการพิจารณานี้ พิจารณาอะไร ให้จิตอยู่กับอันนั้น ให้ความรู้สึกอยู่กับอันนั้น ปัญญาอยู่กับอันนั้น วิ่งอยู่กับอันนั้น มันต้องรู้ จะ ผ่านไปไม่ได้ หลักธรรมะเป็นเหมือนกับทำนบใหญ่กั้นไว้ หรือเหมือนกับฝั่งมหาสมุทร เลยฝั่ง ไปไม่ได้ ไม่ว่าแต่น้ำธรรมดา เอ้ามหาสมุทร มหาสมมุติมันจะเลยธรรมะไปได้ยังไง

นี่ช่วยเสริมเต็มสติกำลัง หมู่เพื่อนที่ตั้งใจมาปฏิบัติ ให้ได้รู้นั้นรู้นี้ เรื่องการปฏิบัติ มันไม่ค่อยมีอะไร ทำกันยังไง ปฏิบัติกันยังไง เป็นน้ำท่วมทุ่งไป คนมากเฉยๆ ไม่มีคุณภาพ มากปริมาณ มันรู้ทั้งวันคิดทั้งวัน แต่ไม่ใช่เป็นความรู้ที่จะทำตัวให้พ้น มีแต่ความรู้เครื่องผูกมัดตนเองเหมือนน้ำท่วมทุ่ง อารมณ์ก็มาก คิดก็มาก มีประโยชน์อะไร ช้ำมโลกจะช้ำมอะไร อะไรเป็นโลกถ้าไม่ใช่เรื่องของชั้นนี้ เป็นโลก จะเอาอะไรมาเป็นโลก ช้ำมโลกก็ช้ำมที่นี้ รู้ออกก็รู้อะไร โลกวิทู รู้แจ้งความจริงที่มีอยู่ในตัวเอง ไม่มีอะไรจะเป็นโลกวิทู รู้แจ้งโลกรู้แจ้งอะไร ไปหานับเม็ดหินเม็ดทรายไม่ใช่ พวกไปเที่ยวเมืองนอกเมืองนาดูประเทศนั้นประเทศนี้ ไปหลายเมืองหลายบ้านเท่าไรก็ยังเป็นโลกวิทู ไม่ใช่อย่างนั้น รู้แจ้งโลกวิทูในตัวเอง รู้แจ้งในธาตุในชั้นนี้ให้เห็นตามหลักความจริงของมันเท่านั้นแหละ พอรู้อันนี้แล้วโลกธาตุนี้มันเหมือนกันหมด นั่นมันจะมีอะไรมาแปลกต่างกันพอจะให้สงสัย นั่นละที่ว่าโลกวิทู รู้อะไรไปหมด ถ้ารู้อันนี้แล้ว รู้อันนี้แล้วรู้ไปหมดทุกชั้น

รับชมรับฟังพระธรรมเทศนาของหลวงตา ได้ที่

www.luangta.com หรือ www.luangta.or.th

และทางสถานีวิทยุเสียงธรรม FM103.25MHz พร้อมเครือข่ายทั่วประเทศ