



คัมภีร์พระธรรม

The Higher Doctrine

เนื่องในโอกาสบำเพ็ญกุศล ๕๐ วัน เมื่อวันที่ ๒๗ มิถุนายน ๒๕๔๒ หลวงพ่อพุทธ ฐานิโย
อุทิศถวาย พระราชสังวรญาณ (พุทธ ฐานิโย) วัดป่าสาลวัน จ.นครราชสีมา



☐ พุทธวาตะ

“คัมภีร์พระธรรมอยู่ที่ไหน อยู่ที่กายกับใจ ศึกษาธรรมะอย่าไปศึกษาไกลตัว แม้แต่
พระพุทธรูปก็สอนให้พิจารณา ความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย”



คัมภีร์พระธรรมอยู่ที่ไหน อยู่ที่กายกับใจ การปฏิบัติธรรมต้องอาศัยกายกับใจเป็นหลัก
สติที่ดี สัมปชัญญะที่ดี ก็เป็นกิริยาของใจทั้งนั้น กาย คือ อากาธ ๑๒ ธาตุ ๔ ชั้น ๕ อายุขณะที่มีอยู่ก็
เป็นเครื่องรู้ของใจ คือ เป็นวัตถุ เรียกว่า “รูปธรรม” รูปธรรมเป็นเครื่องรู้ของใจ ในเมื่อใจรู้ทันความ
เป็นจริงของรูปธรรม และรู้ทันอาการของรูปธรรม สติสัมปชัญญะที่ดีขึ้น สติสัมปชัญญะเป็นตัวการ
ที่สามารถประคับประคองใจของเราให้ดำเนินไปสู่สมาธิและภูมิจิตภูมิธรรม เพราะฉะนั้น เราต้อง
พยายามรู้ “คัมภีร์ธรรม” ของเราให้ชัดเจน

กายเป็นเครื่องรู้ของจิต ที่นี้จิตอ่านกาย เราจะต้องอ่านตั้งแต่ต้นเข้าขึ้นมาทีละขั้ว พอต้นเข้า
ขึ้นมา เราจะต้องคิดว่า เราจะทำอะไรเกี่ยวกับร่างกายบ้าง บางทีเรายังไม่ได้นึก ไม่ได้ตั้งใจที่จะทำ
แต่มันเตือนเราแล้ว “ทุกข์” มันเกิด มันเกิดอยู่ที่ไหน คนเรานี่ เมื่อรับประทานแล้วก็มีการขบถาย ต้น
เข้ามา “ทุกข์” มันก็แสดงออกมาให้ปรากฏ “ทุกข์” เพราะอุจจาระ ปัสสาวะ อะไรต่างๆ นอกจากนั้น
เราจะทำอะไรเกี่ยวกับร่างกายบ้าง ล้างหน้า แปรงฟัน หายอาหารให้มันรับประทานบ้าง บางทีเจ็บหัว
ปวดท้อง ก็ต้องหายาเพื่อรักษาพยาบาลบ้าง เรื่องเหล่านี้เป็นเรื่องที่เราจะต้องศึกษาให้รู้

ศึกษาธรรมะอย่าไปศึกษาไกลตัว แม้แต่พระพุทธรูปก็สอนให้พิจารณา ความเกิด ความแก่
ความเจ็บ ความตาย ไม่รู้จะให้พิจารณาทำไม ใครเกิดมาแล้ว ก็ต้องมี “เกิด-แก่-เจ็บ-ตาย” กันทั้งนั้น
ความจริง การพิจารณาความเกิดนั้น ก็เพื่อให้เรารู้ว่า “เราเกิดมาเพราะอะไร - อาศัยอะไรให้เราเกิด”
กิเลส ตัณหา อุปาทาน (ปฏิจสมุปบาท) กรรม ตัววิบากกรรม (กฎแห่งกรรม) ที่เราทำเอาไว้
แหละ ตัวกิเลสที่อยู่ในจิตของเรา เรายังตัดไม่ขาด เมื่อไรมันอยู่ในจิตใจของเรา มันก็บันดาลให้เรา
ไปเกิด แก่ เจ็บ ตาย ไม่มีวันจบสิ้น นี่คือเหตุปัจจัยของการเกิด เพราะอาศัยการเกิดอย่างเดียวกันเท่านั้น
แหละ ความแก่มันก็ประดังเข้ามา ผลสุดท้าย เมื่อสิ้นอายุขัย ก็ต้องสลายตัว คือ “ตาย”

ที่นี้ที่ให้พิจารณานั้น ก็เพื่อจะได้รู้เท่าทัน ให้รู้จิต ให้รู้จิตของเราตามสภาพความเป็นจริง
รับรู้สภาพความเป็นจริงว่า เมื่อเรามีเกิดแล้ว เราต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตาย เมื่อจิตยอมรับรู้สภาพ



ความเป็นจริง ก็รู้ว่า “เกิด-แก่-เจ็บ-ตาย” นี้ ใครจะพอใจก็ตาม ไม่พอใจก็ตาม เขาก็จะมีสภาพเป็นไปตามธรรมชาตินั้น เมื่อจิตยอมรับแล้ว ผู้พิจารณารู้ทันแล้ว จะไม่รู้สึกรู้สึกลงใจในเมื่อเหตุการณ์ทั้งหลายเหล่านั้นเกิดขึ้น ถ้าหากยังมีกิเลสอยู่ ยังไม่หมดกิเลส เพราะอาศัยความดีที่เรา รู้ทันความ “เกิด-แก่-เจ็บ-ตาย” เราก็จะไม่หวาดหวั่นต่อเหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้น ก็แสดงว่า ผู้นั้นมีใจเป็นพื้นฐานที่มั่นคงด้วย “คุณธรรม” ถ้าหากมันจะเกิดมีการตายขึ้นมา และยังมีกิเลสอยู่ เพราะเชื่อว่าเราจะต้องมาเกิดใหม่อีก เขาจะมีความภูมิใจขึ้นมาว่า “ดีเหมือนกัน ตายไปแล้วจะได้ใช้ชาติ ใช้ภพ ให้มันหมดสิ้นไป ตายไปแล้วจะได้เกิดดีกว่าเก่า”

อย่างเช่นพระอุปัชฌายะของอาตมา อยู่ที่วัดสระเปตุม ท่านเจ้าคุณปัญญา พิศาลเถร (หนู) คู่ของท่านพระอาจารย์เสาร์ กนตสีโล ตอนนั้นเขามาที่ระเบิด ท่านไม่ยอมลงไปสู่ที่หลบภัย ท่านก็นั่งอยู่บนกุฏิของท่าน ดำรวจต้องมาอุ้มเอา ท่านก็ปรารภกับดำรวจว่า:▶

ท่านเจ้าคุณ: “จะเอาฉันไปไหน”

ดำรวจ: “เอาไปหลบภัย”

ท่านเจ้าคุณ: “ภัยที่ไหน”

ดำรวจ: “เขาจะมาที่ระเบิด”

ท่านเจ้าคุณ: “มาที่ระเบิด ตายแล้วเกิดใหม่ดีกว่า”

ท่านว่าอย่างนั้น

อันนี้คือท่านผู้ที่มีความมั่นใจในคุณความดีที่ท่านได้บำเพ็ญมาแล้ว เพราะฉะนั้น เราทุกคนที่เราห่วงกลัวสารพัด กลัวต่อเหตุการณ์ของโลก กลัวต่อเหตุการณ์ส่วนตัว กลัวต่อภัยของบ้านเมืองที่เราต้องกลัวอย่างนั้น เพราะเหตุว่าเรายังมีความดี หรือยังไม่เชื่อมั่นว่ามีความดีพอเพียง ที่จะช่วยอุดหนุนวิญญานของเราให้ไปสู่สุคติได้ เพราะฉะนั้น เราจึงกลัว หากเรามีความดีพร้อม ก็ไม่มีอะไรที่น่ากลัว ไฟนรกก็ไม่น่ากลัว อะไรๆ ก็ไม่น่ากลัวทั้งนั้น ถ้าเรามั่นใจว่า ถ้าเราตายจริง เราไปเกิดเอาใหม่ดีกว่า เหมือนท่านเจ้าคุณปัญญา พิศาลเถร (หนู) ท่านว่า มันก็หมดกลัวกันเท่านั้นเอง

เข้าไปในพระบรมมหาราชวัง วิธีการของท่านก็มีพระสงฆ์เจริญพระพุทธมนต์ เสร็จแล้วเจ้าประคุณสมเด็จพระญาณสังวรถวายพระธรรมเทศนา พอถวายพระธรรมเทศนาจบ ก็มีการนั่งสมาธิ ดังนั้น วันนี้เราก็คุยกันมาพอสมควร เรามานั่งสมาธิกันจะดีไหม

แต่ละครั้งที่เราไปร่วมพิธีการ ดูเหมือนจะไม่เคยเว้นจากการทำสมาธิ เพราะฉะนั้น ณ โอกาสนี้ ท่านทั้งหลายก็ได้ศึกษาธรรมะตามดำรับคำรามาสมาธิแล้ว หลายๆ ท่านก็ได้ตั้งใจนั่งปฏิบัติทำสมาธิมาพอสมควร จึงขอเชิญชวนบรรดาท่านทั้งหลายจงกำหนดจิตทำสมาธิตามแบบที่ตนเคยชำนาญมาแล้ว จงกำหนดจดจ้องลงที่จิตของตัวเอง ทำความรู้สึกภายในจิตว่า พระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ ประชุมพร้อมอยู่ที่จิตของเราแล้ว แล้วก็กำหนดอารมณ์ของใจ อะไรก็ได้ที่เราเคยชำนาญมาแล้ว



ที่ว่า พระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ ประชุมพร้อมอยู่ที่ใจนั้น ก็เพราะว่า “พระพุทธเจ้า” มาจากคำว่า “พุทโธ” คำว่า “พุทโธ” แปลว่า “ผู้รู้-ผู้ตื่น-ผู้เบิกบาน” คำว่า “ผู้รู้-ผู้ตื่น-ผู้เบิกบาน” เป็น “กิริยาของใจ” แม้ว่าใครก็ตาม ถ้ามีสติสัมปชัญญะ คบคุม “ความรู้ลึกนึกคิด” (สังขาร) ของตนอยู่ตลอดเวลา ผู้นั้นชื่อว่า “มีพุทธะอยู่ในจิต” การพยายามประคับประคองความรู้ลึกเช่นนั้นไว้ตลอดเวลา ไม่ปล่อยเวลาให้ล่วงเลยไปกับการกำหนดรู้เช่นนั้น ผู้นั้นเชื่อว่ามี “พระธรรม” คือ การทรงไว้ซึ่งความดี ผู้มีสติสัมปชัญญะประคับประคองความรู้ลึกของตัวเองอยู่ ได้ชื่อว่าเป็นผู้ปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบ ผู้นั้นมี “คุณของพระสงฆ์อยู่ในใจ” พระพุทธเจ้าก็ดี พระธรรมก็ดี พระสงฆ์ก็ดี เป็น “กิริยาของใจ” และเป็น “คุณธรรมของใจ”

แต่ละอย่างๆ เป็นคุณธรรมแต่ละอย่างซึ่งบังเกิดขึ้นเป็น “เจตสิก” บังเกิดขึ้นเป็นของผู้ปฏิบัติ เพราะฉะนั้น พระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ จึงอยู่ที่จิตของเราตลอดเวลา ถ้าเรามีความมุ่งหมายที่จะปฏิบัติอยู่ตลอดเวลา

การปฏิบัติธรรมสำคัญที่การสำรวมจิตเป็นใหญ่ เพราะพื้นฐานแห่งความดีความชั่วย่อมเกิดที่ “จิต” ถ้าจิตดวงนี้ปราศจากสติเป็นเครื่องคุ้มครอง หรือประคับประคองเมื่อไร เมื่อนั้นจิตดวงนี้จะต้องมีความผลอ ไปนี้ก็สร้างบาปอกุศลขึ้นใส่ตัว ถ้ามีสติสัมปชัญญะประคับประคองอยู่ตลอดเวลา จะไม่มีโอกาสผลอไปสร้างบาปสร้างกรรมขึ้นใส่ตัวเลย เพราะฉะนั้น การอบรมจิตให้มีสติจึงเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับผู้ปฏิบัติธรรม

การปฏิบัติธรรมนั้น ถ้าพูดถึงวิธีการแล้วก็มีหลายแบบหลายอย่าง เพราะพระพุทธเจ้าทรงแสดงธรรมหรือชี้แนวทางปฏิบัตินั้น ย่อมทรงอนุโลมตามอุปนิสัยของผู้รับหรือผู้ปฏิบัติ ท่านทั้งหลายจึงอย่าไปยึดวิธีการให้มาก ให้พยายามกำหนดรู้เหตุผล ซึ่งจะเกิดขึ้นภายในจิตของเราเอง เช่น อย่างวิธีการปฏิบัติด้วยการบริกรรม “พุทโธ” ก็ดี กำหนด “ขุบหนอพองหนอ” ก็ดี กำหนด “ลมหายใจเข้าออกสั้นยาว” ก็ดี หรือกำหนดลงไปในกายจุดใดจุดหนึ่งให้มองเห็นกระดูกชั้นเจน ก็ดี หรือวิธีการที่นอกเหนือไปจากนั้น เช่น การเพ่งสุกะหรือเพ่งกสิณ อะไรต่างๆ ก็ดี แต่ละอย่างๆ เป็นอุบายเพื่อทำจิตให้สงบเป็น “สมาธิ” ทั้งนั้น อย่าไปสงสัยหรือลังเลในสิ่งเหล่านั้น ขอให้ยึด “สภาพความเป็นจริง” ในสิ่งที่จะเกิดขึ้นภายในจิตของท่าน

ถ้าพูดถึงทางที่จะดำเนินไปสู่ความเป็น “สมาธิ” ใครจะภาวนาแบบไหน อย่างไรก็ตาม ในเมื่อจิตสงบลงไปเป็น “สมาธิ” แล้ว จะต้องอาศัยการดำเนินตาม “องค์ฌาน” คือ มี “วิตก-วิจารณ์-ปีติ-สุข-เอกกคตา” จะนอกเหนือไปจากนี้ไม่ได้ สำหรับผู้ที่จะทำสมาธิเพื่อความชำนาญ

บางครั้งบางคราวผู้ภาวนาอาจจะมึนงงมีอาการวูบลงไป แล้วก็ไป “สงบ-นิ่ง-สว่าง” อันนี้ช่วงระหว่าง วิตก-วิจารณ์ จนกระทั่งจิตวิ่งเข้าไปสู่ “อัปปนาสมาธิ” พวกนี้มึนงงกำหนดไม่ทัน เป็นลักษณะของสมาธิที่เกิดขึ้นอย่างพลุกๆ ซึ่งผู้ปฏิบัติยังไม่ชำนาญในการทำสมาธิ จึงมีอาการวูบวาว



แล้วก็สงบลงไป โดยที่ผู้ปฏิบัติกำหนดไม่ทันว่าจิตได้ผ่านอะไรบ้าง ไปรู้สึกตัวเอาต่อเมื่อจิต นิ่ง สว่าง เป็นสมาธิแล้ว อันนี้ก็อยู่ในลักษณะที่จิตเป็นสมาธิเหมือนกัน แต่หากยังไม่มีสมาธิชำนาญ

ที่นี้บางทีบางท่านบริกรรมภาวนา จิตอาจจะไม่เคยสงบเป็น “อัปปนาสมาธิ” สักที เพียงแต่สงบลงไปเป็น “อุปจารสมาธิ” คือ มีอาการเคลิ้มๆ ลงไป แล้วก็สว่าง จิตยังมีความรู้สึกสัมผัสกับร่างกายอยู่ แล้วก็มีความมุ่งหมายที่จะทำจิตให้ไปถึง “อัปปนาสมาธิ” อันนี้ที่เรียกว่า “สงบ-นิ่งลงไป” แล้วร่างกายตนตัวไม่ปรากฏในความรู้สึก ทั้งๆ ที่ทำไม่ได้ ก็พยายามที่จะทำอยู่อย่างนั้น เพราะไปหลงเชื่อคำว่าต้องทำจิตให้เป็น “อัปปนาสมาธิ”

ถ้าหากท่านใดปฏิบัติแล้ว “ภูมิจิต” มีลักษณะดังที่ว่า ก็ไม่ต้องไปมุ่งหมายที่จะเอา “อัปปนาสมาธิ” พอทำจิตให้สงบเป็น “อุปจารสมาธิ” บ่อยๆ แล้วประทับประคองจิตให้อยู่ในแนวทางการพิจารณาพระไตรลักษณ์ คือ พิจารณาภายในกับความรู้สึก น้อมไปสู่พระไตรลักษณ์ คือ “อนิจจัง-ทุกขัง-อนัตตา” ได้ ก็รีบกำหนดพิจารณาทันที ไม่ต้องไปคอยให้ เป็น “อัปปนาสมาธิ” ปฏิบัติในทำนองนี้ก็จะเกิดผลกับผู้ปฏิบัติเหมือนกัน ถ้าหากเราจะไปคอยให้จิตเป็น “อัปปนาสมาธิ” เข้า “ฉาน” ให้ชำนาญชำนาญก่อน แล้วจึงจะไปพิจารณาพระไตรลักษณ์ แล้วจึงจะยกจิตขึ้นสู่ภูมิแห่งวิปัสสนา ถ้าหากว่าชั่วชีวิตนี้เราทำอย่างนั้นไม่ได้ เราจะมีตายเปล่าหรือ

การทำจิตให้สงบนิ่งขึ้น “อัปปนาสมาธิ” หรือเข้า “ฉาน” ได้อย่างชำนาญชำนาญนั้น ผลประโยชน์ก็เพียงทำให้เกิดความชำนาญในการเข้าฉาน ชำนาญในการทำสมาธิ ทำให้เกิดอิทธิฤทธิ์ แต่เหตุผลนั้นยังไม่เพียงพอ เพราะท่านอาจารย์เทศน์ท่านว่า “จิตที่เป็นสมาธิอยู่ในฉานนั้น เป็น “สมาธิที่โง่” เพราะจิตที่เป็นฉานจะต้องเพ่งอยู่ในสิ่งใดสิ่งหนึ่งเพียงสิ่งเดียวเท่านั้น อาการที่เรียกว่า “ความรู้” ภูมิจิต-ภูมิธรรม ย่อมไม่เกิดขึ้น” ครูบาอาจารย์ท่านก็ยืนยันว่า “สมาธิในฉาน” เป็น “สมาธิที่โง่”

แม้โดยหลัก ท่านว่าถ้าจิตไปติดในฉานก็เป็นสมาธิขั้นสมณะเท่านั้น (สมถกรรมฐาน) อย่างดีก็ให้เกิด “อภิญญา” (ความรู้ยิ่งยวด) สามารถที่จะทำฤทธิ์ต่างๆ ได้ (อิทธิวิद्या) สามารถที่จะรู้ใจของคนอื่น (เจโตปริยญาณ) สามารถที่จะรู้สิ่งที่ปิดบังซ่อนเร้นอยู่ภายใน (ทิพพจักขุ) ซึ่งเราไม่สามารถที่จะมองเห็นด้วยตาเปล่า แต่เหตุผลที่จะทำให้หมดกิเลสตัณหา ยังไม่มี ผู้สำเร็จฉานแล้ว จะต้องมาเวียนว่ายตายเกิด (สังสารวัฏฏ์-ชีวิตสันตติ) เพราะ “จิตไม่มีปัญญา” ลักษณะของการรู้จริง เห็นจริง ที่เรียกว่า “อภิญญา” รู้ใจคนอื่น รู้เหตุการณ์ล่วงหน้า (ทิพโสต-ทิพพจักขุ หรือ หูทิพย์-ตาทิพย์) รู้เรื่องในอดีตที่ล่วงมาแล้วนานๆ (ปุพเพนิวาสานุสสติ-ระลึกชาติได้) เป็นลักษณะอย่างนี้ ไม่ได้จัดเข้าในลักษณะของ “ปัญญา” ที่จะเอาตัวรอดจากอำนาจของกิเลส เพราะฉะนั้น “สมาธิในฉาน” จึงเป็นสมาธิที่ไม่สามารถที่จะทำผู้ปฏิบัติให้ “สำเร็จมรรคผลนิพพาน” ได้ ถึงจะมีบ้างก็มีจำนวนน้อย

แต่ “สมาธิที่อยู่ในอริยมรรค” คือ “จิตสงบ” ประชุมลงพร้อมที่จิต หรือ อริยมรรคประชุมลงพร้อมที่จิตนั้น สามารถทำจิตให้ดำรงมั่นคง (ปัสสัทธิ) อยู่ใน “ความเป็นกลาง” เมื่อจิตมี



อริยมรรคประคับประคองอยู่ที่จิต “จิตเป็นอริยมรรค-อริยมรรคเป็นจิต” แม้จะอยู่ในระดับสมาธิขั้น
อ่อนๆ (ขณิกสมาธิ-อุปจารสมาธิ) จิตจะมี “สติสัมปชัญญะ” รู้เท่าทันเหตุการณ์ (สภาวะธรรม) อะไร
เกิดขึ้นก็รู้ รู้แล้ว ไม่ยึดถือปล่อยวางไป (สลัดคืน-ปฏิณิสต์คคะ) อาการที่จะเสวยอารมณ์ขณะที่รู้เห็น
อะไรนั้น ไม่มี คือ จิตไม่มีอาการซึมซาบเข้าไปในสิ่งที่รู้นั้น เพราะไม่มี “ความยึด” (อุปาทาน)

ทำไมจึงเป็นเช่นนั้น เพราะสิ่งที่รู้นั้นเป็น “ภูมิปัญญา” ของจิต ซึ่งถูกอริยมรรค คือ ศีล-
สมาธิ-ปัญญา (ไตรสิกขา) ประชุมพร้อมลงแล้ว สามารถปฏิบัติ “ภูมิจิตภูมิธรรม” เข้าไปสู่ขั้นสูง
เป็นลำดับๆ ซึ่งจิตในลักษณะอย่างนี้ ในขั้นต้นจะรู้อะไรก็ตาม สมมุติกันว่ารู้ “ธรรม” (สภาวะธรรม)
ก็แล้วกัน “อารมณ์ก็คือธรรม-ธรรมก็คืออารมณ์” นั่นเอง ในเมื่อรู้อะไรขึ้นมาแล้ว ในตอนต้นๆ ยัง
มี “สมมุติบัญญัติ” (คำศัพท์ตามพจนานุกรม) เรียกกันได้ว่าอะไรอยู่ ในตอนนี้เป็น “ภูมิความรู้” ของ
จิต ซึ่งอยู่ในลักษณะ “อุปจารสมาธิ” ในขั้นอ่อนๆ ซึ่งมันอาจจะเกิดขึ้นแก่ผู้ปฏิบัติในขณะที่จิตสงบ
ลงไปแล้ว ความรู้สึกในภายนอกยังมีอยู่ แต่จิตยังอยู่ในลักษณะแห่งความสงบ (กายปัสสัทธิ-
จิตตปัสสัทธิ) แล้วก็มี “ภูมิจิตภูมิธรรม” (ปัญญา) เกิดขึ้นอยู่ตลอดเวลา แม้ในบางครั้งจะพุดอยู่หรือ
ทำอะไรอยู่ก็ตาม ลักษณะของ “ความสงบของจิต” มันมีอยู่ “ภูมิรู้อะไรต่างๆ” (ญาณทัสสนะ-ปัญญา
ญาณ) ก็เกิดขึ้นตลอดเวลา แต่ว่าสามารถจะทำทุกสิ่งทุกอย่างได้ในขณะนั้น อันนี้เรียกว่า “เป็นภูมิจิต
ที่มีอริยมรรคประชุมพร้อมลงที่จิต”

หมายเหตุ:

“อริยมรรค” หมายถึง มรรคมืองค์ ๘ หรือ “มัชฌิมาปฏิปทา” การปฏิบัติแบบทางสายกลาง ได้แก่

- (๑) สัมมาทิฐิ คือ เห็นชอบ ได้แก่ ความรู้อริยสัจ ๔ อกุศล-กุศล ไตรลักษณ์ ปฏิจสงมุปบาท
- (๒) สัมมาสังกัปปะ คือ ดำริชอบ ได้แก่ เนกขัมมสังกัปปิ อพยาบาทสังกัปปิ อวิหิงสาสังกัปปิ
- (๓) สัมมาวาจา คือ เจรจาชอบ ได้แก่ วชิสุจิริต ๔
- (๔) สัมมากัมมันตะ คือ กระทำชอบ ได้แก่ กายสุจิริต ๓
- (๕) สัมมาอาชีวะ คือ เลี้ยงชีพชอบ ได้แก่ เว้นมิฉาชีพ ประกอบสัมมาชีพ ไม่ทุศีล
- (๖) สัมมาวายามะ คือ พยายามชอบ ได้แก่ ปธาน หรือ สัมมัปปธาน ๔
- (๗) สัมมาสติ คือ ระลึกรชอบ ได้แก่ สติปัญญาฐาน ๔
- (๘) สัมมาสมาธิ คือ ตั้งจิตมั่นชอบ ได้แก่ ฉาน ๔

ถ้าหากในขณะที่ท่านผู้ปฏิบัติที่ภูมิจิตมีลักษณะอย่างนั้น เมื่อทำสมาธิให้สงบละเอียดลงไป
คือ ทำในขณะที่ปราศจากสิ่งรบกวน เช่น นั่งสมาธิอยู่ในห้องพระคนเดียว เป็นต้น เมื่อจิตสงบลงไป
อย่างละเอียดแล้ว เมื่อเกิดภูมิความรู้ขึ้นมาภายในจิตนั้น ทุกสิ่งทุกอย่างจะปรากฏเป็นจิต “นิ่ง-สงบ-
สว่างไสว” และสิ่งที่ให้รู้ก็มีปรากฏเกิดขึ้นตลอดเวลา แต่ความรู้ในขั้นละเอียดนั้น ไม่มีอะไรที่มีความ
สำคัญมันหมายความว่า สมมุติบัญญัติเรียกชื่อสิ่งนั้นว่าอะไร อันนี้เป็น “ภูมิจิตภูมิธรรม” (ปัญญา



ญาณ) ที่เกิดขึ้นในระดับสูง ระดับละเอียด ซึ่งอยู่เหนือสมมุติบัญญัติ ซึ่งเราเรียกว่า “สังขธรรม” บังเกิดขึ้นภายในจิตของผู้ปฏิบัติ “ตัวจิตของท่านผู้นั้น” ก็เป็น “สังขธรรม” เพราะฉะนั้น “สังขธรรม” กับ “สังขธรรม” เมื่อมาบรรจบกันเข้า จึงเรียกชื่อกันไม่ถูก มีแต่สิ่งที่ “เกิดขึ้น-ดับไป” และ “เกิดขึ้น-ดับไป” อยู่อย่างนั้น และตรงกับคำใน “ซัมมจักกัปปวัตตนสูตร” ว่า:▶

ยังกิญจิ สมุทฺยธัมมํ สัพพันตัง นิโรธธัมมํ มนฺติ

“สิ่งใดสิ่งหนึ่งมีความเกิดขึ้นเป็นธรรมดา สิ่งนั้นก็มีความดับไปเป็นธรรมดา”

คำว่า “สิ่งใดสิ่งหนึ่ง” เป็นพระคำรัสของพระพุทธเจ้าที่พระองค์ดำรัสว่า “สิ่งใดสิ่งหนึ่ง” ก็เพราะเหตุว่า จะบัญญัติชื่อเสียงเรียงนามว่าอะไรก็บัญญัติไม่ถูกทั้งนั้น เพราะในขณะที่จิตรู้ในสิ่งนั้นก็มิเพียง “สิ่งใดสิ่งหนึ่ง” เท่านั้น (“ขณะจิต” คือ ช่วงเวลาที่จิตเกิดการรับรู้เสพอารมณ์ทำกรรมครั้งหนึ่งๆ ที่เป็นการเปลี่ยนจากภวังคจิต-มี ๓ ขณะ หรือ “ภวังคโสตะ” มาเป็นวิถิจิต-มี ๑๔ ขณะ หรือ “วิถิจิตปวัตติ” จนกระทั่งกลับเป็นภวังคจิตอีก) มันอยู่เหนือสมมุติบัญญัติ อะไรที่เราสมมุติบัญญัติชื่อมันได้อยู่ สิ่งนั้นก็ไม่ใช่สังขธรรม เพราะเป็นเพียงสมมุติ

สรุปได้ว่า “ความรู้จริงเห็นจริง” มันอยู่เหนือ “สมมุติบัญญัติ” ขอให้ท่านสังเกตดูตรงนี้ให้ดี ถ้าหากว่ามี “ภูมิจิตภูมิธรรม” บังเกิดขึ้นแล้ว ความรู้ธรรมะในขั้นละเอียดของจิตนั้น เป็นแต่เพียง “สิ่งใดสิ่งหนึ่ง” (สภาวะธรรม) ปรากฏให้รู้อยู่ตลอดเวลา ไม่มีสิ่งที่เราจะไปสมมุติบัญญัติ จิตก็นิ่งเด่นอยู่เฉยๆ “ภูมิความรู้” จะเกิดขึ้นอยู่เรื่อยๆ

ที่นี้มีปัญหาว่า “ภูมิความรู้” นั้น มาจากไหน มาจาก “จิต-จิตที่มีปัญญาอันละเอียด เฉียบแหลม” สามารถปรุงความรู้ขึ้นมา ความรู้อันนั้น คือ “ปัญญา” ที่เกิดขึ้นจากจิตตัวที่นิ่งเด่นอยู่นั้น คือ “ตัวพุทธะ” ผู้รู้ ผู้รู้เท่าเอาทัน คือ ไม่หวั่นไหวต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น รู้อะไรขึ้นมาก็เฉย รู้อะไรขึ้นมาก็เฉย เพราะมันเป็น “ภูมิปัญญาของจิต” ที่ฝึกรบมอยู่แล้ว จิตจึงไม่หวั่นไหว ไม่ติดในสิ่งเหล่านั้น ในขณะที่นั้นเป็นจิตที่บริสุทธิ์สะอาด ไม่มีตัวตน ไม่มีกิเลส ไม่มีอุปาทาน จิตจึงมีปรากฏการณ์ (สภาวะธรรม) อย่างนั้น ถ้าหากว่าจิตของท่านผู้ใด เป็นอย่างนี้ตลอดกาลไม่ผันแปร ก็ได้ชื่อว่าเป็น “พระอรหันต” พึงสังเกตทำความเข้าใจอย่างนี้

ถ้าหากว่าเราทำอย่างนี้ได้บ่อยๆ แม้ว่าเราออกจากการปฏิบัติสมาธิหลับตามา มามองดูโลก และเข้าสู่สังคม ในเมื่อเราประสบอารมณ์ต่างๆ ในสังคม นี้เราจะต้องกระทบกระเทือน หรือรับผิดชอบอยู่นั้น ความรู้สึกรู้สีกของเราแต่เพียงว่า “สั๊กแต่ว่า” (ปฏิณิสสัคคะ- ปล่อยวาง สดักกิน) พุทก็ สั๊กแต่ว่าพุท คิดก็สั๊กแต่ว่าคิด ทำสั๊กแต่ว่าทำ อันนี้คือสมาธิในภูมิธรรม ในอริยมรรค (วิปัสสนากรรมฐาน) แม้ออกมาจากการนั่งหลับตาสมาธิแล้ว สมาธิก็ยังปรากฏอยู่ตลอดเวลาที่ตัวสติที่กำลังกล้าและเข้มแข็งนั่นเอง จึงคล้ายกับ “จิตมีความสงบ” อยู่ตลอดเวลา ส่วนที่สงบก็ปรากฏอยู่ ส่วนที่ออกมาบงการงานก็มีปรากฏอยู่ นี่คือสมาธิตาแนวทางของพระพุทธเจ้า ทำสมาธิเป็นแล้ว มี “ภูมิ



จิต-ภูมิธรรม” สามารถรู้ธรรม-เห็นธรรมแล้ว เราสามารถเอา “ภูมิจิต-ภูมิธรรม” นั้น มาประกอบ ประโยชน์ตามวิถีทางของชาวโลก ตามวิถีทางของการครองชีพครองบ้านครองเรือนอย่างสบาย

ถ้าสมาธิอันใด บำเพ็ญดีแล้ว ปฏิบัติดีแล้ว คือ อยู่ในขั้นดี ตามความนิยมของผู้ปฏิบัติ มีภูมิ สมาธิสงบดี มีภูมิธรรมที่เกิดขึ้น เกิดเบื่อน่ายต่อครอบครัว เกิดเบื่อน่ายต่อโลก ไม่เอาไหน ไม่ อย่างจะเข้าสู่สังคม ไม่อยากจะทำประโยชน์แก่ใครๆ อยากจะปลีกตัวหนีไปอยู่ป่าเดียวคนเดียว อะไรทำนองนี้ สมาธิอันนั้นอย่าเพิ่งไปเชื่อ ให้พิจารณาให้รอบคอบ

ถ้าหากพระพุทธเจ้าสำเร็จเป็น “พระพุทธเจ้า” มีสมาธิ มีสติปัญญาดี เมื่อสำเร็จแล้วเกิด ความเบื่อน่ายต่อโลก ไม่อยากอยู่กับโลก ไม่อยากไปรดโลก แต่พระองค์ทำได้เป็นเช่นนั้นไม่ เมื่อ สำเร็จเป็น “พระพุทธเจ้า” แล้ว ตอนต้นๆ แรกๆ นั้น มาพิจารณาว่า ธรรมะที่ทรงตรัสรู้นี้เป็นของ ละเอียดสุขุม ยากที่เวไนยสัตว์จะรู้ตามเห็นตามได้ บางครั้งก็รู้สึกท้อแท้ในพระทัย ไม่อยากจะแสดง กลัวจะไม่มีผู้รู้ทันหรือรู้ตาม จนกระทั่งมีผู้กล่าวว่า มีท้าวมหาพรหมลงมาอาราธนาให้พระองค์ทรง แสดงธรรม ความจริงท้าวมหาพรหมที่ลงมาอาราธนานั้น ก็คือ พรหมวิหารที่อยู่ใพระทัยของ พระองค์นั้นแหละ มากระตุ้นเตือนพระองค์ให้รู้สึกสำนึกในจารีตประเพณีของผู้ที่เป็นพระพุทธเจ้า ผู้ที่เป็นพระพุทธเจ้าต้องมีเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ในบรรดาเวไนยสัตว์ทั้งหลาย เมื่อพระองค์ ตัดสินพระทัยแสดงพระธรรมเทศนาแก่เวไนยสัตว์ คุณธรรมข้อนั้นจึงได้ชื่อว่า “พระมหากรุณาคุณ” เป็นพระคุณอันยิ่งใหญ่ของพระองค์ข้อหนึ่งในบรรดาพระคุณทั้ง ๓ ประการ แล้วพระองค์ก็ทรงทำ ประโยชน์แก่โลกอย่างกว้างขวาง จนสามารถประดิษฐานพระพุทธศาสนาลงในชมพูทวีป แล้วแผ่ ขยายกว้างขวางมาสู่เมืองไทยเรา เราได้เป็นทายาทประพตปฏิบัติมาทุกวันนี้ ก็เพราะคำที่ พระพุทธเจ้าสำเร็จเป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแล้ว มิได้เบื่อน่ายต่อการที่จะทำประโยชน์แก่โลก นั้นเอง

เพราะฉะนั้น ผู้มี “ภูมิจิต-ภูมิธรรม” หรือมี “ความรู้แจ้ง-เห็นจริง” ในธรรมะที่ควรรู้ ควร เห็น จึงไม่มีทางที่จะเบื่อน่ายต่อโลก แต่ไม่ยึดถือโลกด้วยอำนาจของกิเลส จะมีก็มีแต่ความเมตตา มีความหวังดี อย่างเช่น หัวหน้าคณะของท่านได้ชักชวนท่านมาฟังเทศน์ฟังธรรม รับการอบรม สมาธิอยู่ ก็เพราะแต่ละท่านมี “ภูมิจิต-ภูมิธรรม” ที่จะต้องทำประโยชน์แก่ชาวโลกและตนเองตาม สมควร อันนี้คือวิถีความรู้สึกภายในจิตของผู้ปฏิบัติ ต้องเป็นอย่างนั้น

ถ้าจะพูดให้ชัดๆ ลงไป ถ้าหากว่าพ่อบ้านนั่งสมาธิภาวนาเป็น มี “ภูมิจิต-ภูมิธรรม” เบื่อ น่ายต่อครอบครัว อยากจะหนีจากครอบครัว อันนั้นก็ยังไม่ถูกต้อง แม้บ้านภาวนาเป็นแล้ว มี “ภูมิ จิต-ภูมิธรรม” เกิดเบื่อน่ายที่จะทำกับข้าวกับปลา หุงข้าวหุงปลาให้ครอบครัวรับประทาน อันนั้น ก็ไม่ชอบด้วยเหตุผล ในเมื่อบำเพ็ญภาวนาเป็น “รู้ธรรม-เห็นธรรม” มี “ภูมิจิต-ภูมิธรรม” ดี จะต้อง มีความรู้สึกสำนึกในหน้าที่รับผิดชอบ อันเป็นกิจวัตรประจำวันดียิ่งขึ้น

ยกตัวอย่าง เช่น นางกุลธิดา ซึ่งเป็นลูกสาวของเศรษฐีและเป็นพระโศคานับตั้งแต่ยังเด็กยังเล็ก บังเอิญเพราะผลกรรมบันดาลให้ไปเป็นภรรยาของนายพรานที่ดักสัตว์ป่ามาขายในท้องตลาดต่างๆ ที่ท่านผู้นั้นเป็นพระโศคานับ เวลาสามีจะเข้าไปจับสัตว์ ท่านก็เตรียมเสบียงอาหารให้เตรียมเครื่องมือให้ แต่ภายในจิตของท่านไม่ได้คิดให้เข้าไปจับสัตว์มาได้มากๆ จนกระทั่งมีพระสังฆาจารย์ตั้งเป็นปัญหาถามกันขึ้นมาเรื่อยๆ การที่พระโศคานับทำเช่นนั้น จะไม่ผิดคุณธรรมของพระโศคานับหรือ พระอรรถกถาจารย์ก็แก้ว่า ไม่ผิด เพราะท่านปฏิบัติไปตามหน้าที่ของภรรยาที่ดี อันนี้ก็เป็นคติตัวอย่าง

เพราะฉะนั้น ผู้ใดสำเร็จกุศลกรรม แม้จะได้ความเชื่อมั่นในการปฏิบัติของตน หรือมี “ภูมิจิต-ภูมิธรรม” ตามสมควรก็ตาม ก็จะได้เป็น “อริยบุคคล” อย่างที่ไม่มีใครรู้จักตาม ย่อมจะมีความตระหนักในหน้าที่ที่ตนรับผิดชอบเป็นอย่างดี จึงจะได้ชื่อว่าเป็น “ผู้ปฏิบัติดี-ปฏิบัติชอบ”

ในเมื่อจิตใจตั้งอยู่ในสัมมาทิฐิ มีความเห็นชอบแล้ว ก็มี “ศีล-สมาธิ-ปัญญา” เป็นเครื่องประคับประคองจิต จิตก็ดำเนินไปสู่ “ภูมิจิต-ภูมิธรรม” ที่ถูกต้อง จึงจะได้ชื่อว่าเป็น “ผู้ปฏิบัติดี-ปฏิบัติชอบ” ด้วยประการฉะนี้

ต่อไปนี้ขอได้โปรดทำความเข้าใจ พิจารณาธรรมตามที่ตนเคยรู้เคยเห็นมาแล้ว การพิจารณาธรรมนั้น สิ่งใดที่เราพิจารณาแล้ว ทำให้เราเกิดผล เกิดความรู้ ความเห็นขึ้นมา ก็ให้พิจารณาอันนั้นซ้ำๆ ซากๆ บ่อยๆ ย้ำอยู่ที่ของแก่นนั้นแหละ อย่าไปเปลี่ยน เพื่อทำให้ชำนาญชาญ เพื่อให้เห็นจริง แล้ว “ภูมิจิต-ภูมิธรรม” จะค่อยขยายเป็นวงกว้างขึ้นเป็นลำดับๆ

ใครจับโน่นวางนี้ ไม่เป็นหลักฐานมั่นคงแล้ว จิตของเราก็จะกลายเป็นจิตที่ยึดหลักหรือยึด “วิหารธรรม” ไม่แน่นอน การปฏิบัติก็จะไม่ประสบผลเท่าที่ควร เพราะฉะนั้น ใครยึดหลักอะไรเป็นเครื่องปฏิบัติ ก็ยึดให้มั่นคงลงไป เราจะพิจารณาหลายๆ อย่าง ในเมื่อความรู้ความเห็นเกิดขึ้น ก็อยู่ในลักษณะเดียวกันนั้นแหละ อยู่ในลักษณะความรู้ความเห็นว่า “ไม่เที่ยง-เป็นทุกข์-เป็นอนัตตา” อันเดียวเท่านั้น เอาสิ่งๆ เดียวเป็นเครื่องหมายแห่ง “ความไม่เที่ยง-เป็นทุกข์-เป็นอนัตตา” บ่อยๆ เข้า เมื่อจิตรู้ซึ่งเห็นจริงในอย่างเดียวกันนั้น มันก็ถอน “อุปาทาน” ความยึดมั่นถือมั่นไปเอง ก็เลศค้นหา มันก็ค่อยหมดไปเอง เพราะฉะนั้น “จงยึดหลักให้มั่นคง”

สมาธิที่เราสามารถทำได้ทุกอิริยาบถ หลับตาก็ทำได้ ลืมตาก็ทำได้ นอนก็ทำได้ เพียงเราไม่นึกอะไร บริกรรมภาวนาในใจ เราก็กำหนดไว้ที่ใจ ว่ารู้อะไรแล้วก็ตาม จะตามรู้ให้มันทันความคิดคิดอะไรขึ้นมา รู้ทัน รู้ให้ทัน เราทำอะไรก็ให้ทันการกระทำของเรา คิดอะไรก็ให้ทันความคิดของเรา พุทธอะไรให้ทันคำพูดของเรา ให้มีสติอยู่ตลอดเวลา อันนี้เป็นการทำสมาธิ ไม่ต้องบริกรรมภาวนาอะไรก็ได้ “สำคัญอยู่ที่การทำสติ”

เช่นอย่างท่านที่สอนว่า นั่งหนอ นอนหนอ ยืนหนอ เดินหนอ ก้าวย่างหนอ อะไรต่างๆ นั้นเป็นการทำสติ เป็นการปฏิบัติสมาธิ อย่าเอาไปเถียงกัน นั้นแหละ คือ “การทำสติ” หลักมหาสติปัญญา

ฐานที่ว่า ก้าวไปก็รู้ ถอยกลับก็รู้ คู้ เขียดก็รู้ นึกคิดอะไรก็รู้ รู้ตลอดเวลา มันก็เหมือนกันนั่นแหละ อย่าไปเถียงกัน การปฏิบัติถ้ามันไปเถียงกัน นักปฏิบัติชาวพุทธ แทนที่จะช่วยกันทำความเจริญ กลับไปทะเลาะกัน เพราะความคิดเห็นไม่ตรงกัน อันนั้นมันเป็นวิธีการ แต่ผลที่เกิดขึ้นภายในเราจะรู้จริงเห็นจริงนั้น มันเหมือนกันหมด

และอีกอย่างหนึ่ง อาตมาก็ไม่เข้าข้างใครหรอกนะ มีผู้กล่าวว่า สอนให้ทำจิตให้ว่างเป็นมิจฉาทิฎฐิ ท่านคงจะเคยได้ยิน “ใครปฏิบัติทำจิตให้ว่างเป็นมิจฉาทิฎฐิ” สอนให้ทำจิตให้ว่างเป็นมิจฉาทิฎฐิ อันนี้เราไม่ได้ตำหนิใคร แต่ถ้าผู้สอนใช้คำว่า “จงทำจิตให้ว่าง” แล้วท่านจะสำเร็จนิพพานในช่วงที่จิตว่าง โดยไม่ชี้แจงเหตุผล อันนี้ก็ชวนให้ผู้ฟังเข้าใจผิดเหมือนกัน

ความจริงนั้น นักภาวนานี้ ถ้าจิตไม่ว่างแล้ว ภูมิธรรมจะไม่เกิด เช่น สมมุติว่า เราอยากจะรู้ว่า “อนิจจังคืออะไร” อธิษฐานจิตของเรา แล้วบริกรรมภาวนา แล้วพิจารณา ถ้าในขณะที่เรานึกว่า “คือ อะไรๆ” อยู่ นั่น เราจะไม่รู้ว่า “อนิจจังคืออะไร” เมื่อจิตอยากจะรู้ อยากจะเห็น ปล่อยวางปุ๊บ อยู่ในลักษณะที่ว่าง พอว่างเมื่อไรแล้ว คำว่า “อนิจจังคืออะไร” จะเกิดขึ้น เพราะฉะนั้น นักทำสมาธินี้ ถ้าไม่สามารถที่จะทำจิตให้ว่างเป็นหนึ่งเมื่อไรแล้ว จะไม่เกิดภูมิความรู้ขึ้นมา อย่างน้อยก็ต้องมีอาการวูบวาบ แล้วว่างพักหนึ่ง แล้วจึงจะเกิดภูมิความรู้ขึ้นมา จะรู้อะไรก็ตาม ถ้าตราบไคยังมีความอยากรู้ อยากเห็นอยู่ จะไม่มีทางรู้เห็นได้เลย นอกจากเราจะเดาคาคะเนเอาเอง ความรู้จริงเห็นจริงจะไม่เกิดขึ้น อันนี้ขอให้ทำความเข้าใจอย่างนี้

ถ้าใครสามารถทำจิตให้ว่างได้เป็นดีที่สุด ในขณะที่เราอยากรู้ อยากเห็นอะไรนั้น เช่น สมมุติว่า เราอยากจะถามตัวเองว่า “สังขารคืออะไร” ก่อนที่เราจะรู้ว่า “สังขารคืออะไร” เราจะต้องคิดหาเหตุผลเสียก่อนว่า “สังขารคืออะไร” มีลักษณะอย่างไร มีเท่าไร อะไรทำนองนี้ ตามแบบปรีชาติของเรา ทีนี้เมื่อเราพิจารณาค้นคว้าไป บางครั้งสังขารมันเป็นอย่างนี้ไซ้ใหม่ เพราะอย่างนี้ จึงเรียกว่า “สังขาร” เพราะมันปรุงเพราะมันแต่ง เพราะมันไม่มีทางที่จะยับยั้งในการที่ปรุงแต่งต่างๆ เราคิดของเราไปอย่างนี้ ในช่วงนั้น ถ้ามันจะรู้จริงแล้ว จิตของเราจะวูบวาบไปสู่ความสงบ ว่างนิดหนึ่ง แล้วจึงจะเกิดเป็นความรู้ขึ้นมา พอว่าปุ๊บ จิตนั่งอยู่พักหนึ่ง พอเกิดจิตไหวขึ้นมานิดหนึ่ง จะมีคำตอบขึ้นมาว่า “จิตสังขาร” ตัวสังขารที่แท้จริง คือ “การปรุงของจิต” มันจะบอกขึ้นมาอย่างนี้ ใครเป็นผู้บอก “จิตของเราที่ว่าง” นั่นแหละบอกขึ้นมา มันเป็นภูมิรู้ ภูมิธรรม ที่เราอาศัยสัญญา หรืออะไรต่างๆ ที่พิจารณานั้น เป็นแนวทางปฏิบัติ เป็นภาคปฏิบัติ

เช่นอย่างเราจะพิจารณาว่า ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก ของเรานี้ มันเป็นของปฏิถูล น่าเกลียด โสโครก เราก็นึกเอาๆ ว่าเอาๆ ทีนี้ถ้าจิตมันรู้จริงขึ้นมา มันจะหยุดว่า หยุดนึก นิ่ง ความนิ่งของจิต คือ “ความว่าง” (สุญญตา-อนัตตา) พอว่างอยู่สักพักหนึ่ง มันจะเกิด “ความรู้” (ญาณทัสสนะ) ขึ้นมา บางทีเกิดเป็น “นิมิต” ให้มองเห็นสิ่งซึ่งเป็น ปฏิถูล น่าเกลียด โสโครก น่า



เปื้อย ผุพัง ขึ้นมา บางทีมันจะรู้แต่เพียงว่า ใจน้อมนี้รู้ขึ้นมาว่าเป็นจริงอย่างนั้นเท่านั้น แล้วแต่อุปนิสัยของท่านผู้ใด

เพราะฉะนั้น การปฏิบัติธรรมนี้ เราจะเกณฑ์ให้ “ภูมิจิต-ภูมิธรรม” (ปัญญา) นี้ เดินไปแบบเดียวกัน รู้อย่างเดียวกัน เห็นอย่างเดียวกัน ก็ไม่ได้ แม้แต่ผู้ที่ยังไม่เคยภาวนา ไม่เคยทำสมาธิ อาตมาเคยถามคนที่เข้าโรงพยาบาลผ่าตัดที่ถูกวางยาสลบ เคยถามเขาบางคน ถามว่าในขณะที่ถูกวางยาสลบนั้น ความรู้สึกไปอยู่ที่ไหน ไม่รู้ ไม่ทราบว่ามันไปอยู่ที่ไหน แต่บางคนเมื่อถามแล้วเขาบอกว่า ในขณะที่ถูกวางยาสลบนั้น จิตมีอาการวูบวาบๆไป แล้วก็ออกจากร่างไปลอยอยู่ต่างหาก แล้วก็สังกระแสมารู้ว่าหมอเขาทำอะไรกับร่างกาย มันรู้อยู่ตลอดเวลา บางทีมันก็มองเห็นโครงกระดูกของตัวเองขึ้นมา นี่พื้นฐานของ “จิตดั้งเดิม” นั้นต่างกัน

อย่างบางท่านมาบริกรรมภาวนาเข้านิดหน่อย จิตสงบ สว่าง ก็รู้ธรรม เห็นธรรม ไปอย่างสบายๆ บางท่านบริกรรมภาวนาตั้ง ๕-๖ ปี จิตไม่เคยสงบเป็นสมาธิก็มี แต่เพราะอาศัยศรัทธาความเชื่อมั่นในการปฏิบัติ ก็ทำไปไม่หยุดหย่อน เราจะไปเกณฑ์ไม่ได้

ลักษณะสังเกตของการทำสมาธิ ถ้าหากว่าเราทำสมาธิที่ถูกต้อง หรือภูมิจิตที่เป็นสมาธิที่ถูกต้องนั้น จะมีลักษณะบ่งบอกว่า สมาธิจะต้องทำกายให้เบา ทำจิตให้เบา เขาจนบางครั้งรู้สึกว่ามีกาย นี่ลักษณะของสมาธิที่ถูกต้อง และเมื่อเลิกปฏิบัติออกจากสมาธิแล้ว ก็ทำให้กายเบาตลอดเวลา แม้จะลุกจากที่นั่ง อาการเหน็บชาหรืออะไรต่างๆ จะไม่ปรากฏ พอจิตออกจากสมาธิ ลุกขึ้นมาก็เดินไปได้เลย ไม่ต้องมาตัดแข็งคัดข่า อันนี้คือสมาธิที่เกิดขึ้นอย่างถูกต้อง

ที่นี้สมาธิบางอย่าง พอลืมตาขึ้นออกจากการนั่งปฏิบัติแล้ว บางท่านถึงกับให้คนอื่นนวดเส้น นวดเอ็นก่อน อันนี้ไม่ถูกต้องแน่ สมาธิแบบนี้ เหมือนกับมีอำนาจอะไรสักอย่างหนึ่งบังคับ จะเรียกว่าอำนาจสะกดจิตก็ได้ การสะกดจิตมีหลายอย่าง สะกดด้วยอำนาจคาถาอาคม คำบริกรรม ภาวนาก็มี อย่างคนที่ปลุกพระ พอเอาพระใส่มือภาวนา “นะ มะ พะ ธะ” แล้วก็สั้นๆ นี้ถูกอำนาจสะกดจิตแล้ว อำนาจอะไร อำนาจคาถา บริกรรมภาวนา

คาถาในทางไสยศาสตร์บางอย่าง บริกรรมภาวนาแล้ว จะเกิด “ปีติ” อย่างแรง อาการสั้นนั้น คือ “อาการปีติ” ที่นี้ “ปีติ” เกิดขึ้นอย่างแรงไม่มีขอบเขต มันมีอำนาจบังคับจิตของเรา บางทีบังคับจิตของเราให้ไปคูโน้นคูนี้ อะไรที่ไหนต่างๆ อะไรทำนองนั้น ถ้าใครทำได้ก็คืออยู่หรือยก แต่อย่าไปหลง ให้มันรู้เท่า

๓ ใครมีปัญหาอะไรให้ถาม แก้ได้จะแก้ให้ ถ้าแก้ไม่ได้ ก็จะฝากไว้ให้ไปแก้เอง

ถาม: “อัปนาสมาธิ” กับ “อัปนาฌาน” ต่างกันอย่างไร

ตอบ: “อัปนาสมาธิ-อัปนาฌาน” โดยลักษณะความสัมผัสในทางจิตแล้ว เหมือนๆ กัน แต่ “อัปนาสมาธิ” นั้น มีลักษณะของจิตที่ไม่ได้เดินตามแบบของคัมภีร์ เมื่อผู้ภาวนาที่จิตสงบ



วูบลงไปมันข้ามขั้น เป็นฌานที่ข้ามขั้น ไม่ได้เดินไปตามลำดับ ลักษณะของการเข้าฌานนี้ จะต้องเข้าไปตั้งแต่ฌานขั้นที่ ๑ ที่ ๒ ที่ ๓ ที่ ๔ ฌานขั้นที่ ๕ นั้นแหละ คือ “อัปปนาสมาธิ-อัปปนาฌาน” “อัปปนาสมาธิ” นั้นเป็นฌานที่ไม่ได้ผ่านองค์ของ “ฌาน” มา จึงอยู่ในเกณฑ์ที่เรียกกันได้ว่า “อัปปนาสมาธิ” ที่นี้ “อัปปนาฌาน” นั้นก็คือ “อัปปนาสมาธิ” แต่เป็นสมาธิที่ผ่าน “องค์ฌาน ๕” มาโดยลำดับ ตั้งแต่ วิตก-วิจาร์-ปีติ-สุข-เอกัคคตา

ฌานที่ ๑ วิตก-วิจาร์-ปีติ-สุข-เอกัคคตา มีอยู่พร้อม

ฌานที่ ๒ วิตก-วิจาร์ หายไป ยังเหลือแต่ ปีติ-สุข-เอกัคคตา

ฌานที่ ๓ ปีติ หายไป เหลือแต่ สุข-เอกัคคตา

ฌานที่ ๔ สุข หายไป เหลือแต่ เอกัคคตา กับ อุเบกขา แล้วกลับเข้าไปสู่ฌานขั้นที่

๕ เรียกว่าเป็น อัปปนาสมาธิ

อัปปนาสมาธิที่ผ่าน “องค์ฌาน” มาเรียกว่า “อัปปนาฌาน” ที่นี้ “อัปปนาสมาธิ” ที่ไม่ผ่านองค์ฌาน เรียกว่า “อัปปนาสมาธิ” เฉยๆ

ถาม: ที่เรา “วูบ” นั้น คือ “ภวังค์” ใช่ไหม

ตอบ: “วูบ” คือ “ช่องว่างของจิต” อย่างเราภาวนา “พุทโธๆ” แล้วจิตทำท่าจะสงบพอ “พุทโธๆ” เมื่อจิตจะปล่อยพุทโธ ไปถึงจิตสงบ นิ่ง ช่วงกลางนี้ มันว่าง “ความว่าง” คือ “ภวังค์” ภวังค์ คือ การตั้งลงของจิต ในเมื่อจิตตกภวังค์วูบลงไป เมื่อวูบนิ่ง ถ้านิ่งแล้วไม่มีลักษณะของความสว่าง คือ ความพร้อมของจิต ไม่พร้อมที่จะตื่น ก็เป็นการหลับธรรมดา เช่น ถ้าวูบไปแล้วหลับมีดลงไป ไม่รู้เรื่องอะไร ที่นี้พอวูบลงไปพบบเกิดสว่างโพล่งขึ้นมา อันนี้เขาเรียกว่าสมาธิแบบฟลุคๆ แต่ใครทำได้ก็ดี ทำหลายครั้งหลายหน มันก็จะชำนาญขึ้น แล้วมันจะติดต่อกันเอง อันนี้เรากำหนดท่าระหว่างกลางนี้ไม่ได้ตั้งแต่ “วิจาร์” กับ “อัปปนาสมาธิ” ช่วงนี้มันว่าง เรากำหนดให้ได้ว่าจิตของเรามันผ่านอะไรบ้าง เพราะฉะนั้น “สมาธิ” อันนี้เราเรียกได้แต่ “อัปปนาสมาธิ” เฉยๆ

ถาม: “ภวังค์” มีกี่ชนิด

ตอบ: “ภวังค์” ตามคัมภีร์อภิธรรมเขียนไว้มากมาย แต่ขอออกตัวว่าไม่เคยท่องจำ เพราะฉะนั้น จึงไม่ขอตอบ



ถาม: “สภาพจิต” กับ “เจตสิก” ต่างกันอย่างไร

ตอบ: “จิต” คือ สภาพที่รู้สึก รู้นึก รู้คิด แต่ไม่รู้ดี รู้ชั่ว ในเมื่อผู้ภาวนาทำจิตให้เกิดมี “สติสัมปชัญญะ” สามารถประทับระครองจิตให้อยู่ในสภาพปกติได้ “จิต” ที่ประกอบด้วย “สติ” และ “สติเป็นตัวเจตสิก” หรือ “คุณธรรม” เป็นเครื่องอยู่ของจิต *จิตนั้นเป็นเจตสิก*

ตามหลักวิชาบอกว่า ธรรมที่ประกอบกับจิตเรียกว่า “เจตสิก” อันนี้หมายถึง “คุณธรรม” ที่เรำบำเพ็ญให้เกิดขึ้น เป็นเครื่องอาศัยของจิต จิตที่เรียกว่าเป็นคุณธรรมนั้น แหละ เช่น ความรู้สึกในกุศลตลอดเวลา อันนี้เป็น “เจตสิก” อันหนึ่ง ความรู้สึกในอกุศลก็เป็น “เจตสิก” อันหนึ่ง

เช่นอย่างจิตของเราหนักไปทางความโลภ ความโกรธ ความหลง ยกตัวอย่าง ความโกรธ ในเมื่อมันกระทบเข้าไป บางครั้งเราไม่อยากโกรธเลย แต่ก็อดโกรธไม่ได้ สิ่งใดที่สามารถมีอำนาจปฏิวัติจิตของเรา ให้ไปสู่ความเป็นไปตามอำนาจของธรรม อันนั้น เรียกว่า “เจตสิก” คือ ธรรมที่ประกอบกับจิต เช่น จิตมีสติ จิตมีสัมปชัญญะ จิตมีสมาธิ จิตมีศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา ซึ่งมีลักษณะที่ค่อนข้างจะเป็นไปตามธรรมชาติ สิ่งเหล่านั้น เป็นเครื่องอยู่ของจิต เรียกว่า “เจตสิก” ทั้งนั้น

เช่น ตาเห็นรูป เกิดความรู้สึกขึ้น เป็น “เจตสิก” อันนั้นไม่ถูก สิ่งที่เป็นผลเกิดจากความดี คือ การปฏิบัตินี้ เช่น อย่างกายเป็นเครื่องรู้ของจิต ในเมื่อจิตรู้แจ้งเห็นจริงในการเกิดมีสติสัมปชัญญะดีขึ้นมา แล้วก็มีความรู้แจ้งเห็นจริงดีขึ้นมา สติปัญญาอันนี้เป็น “เจตสิก”

ที่นักธรรมะถกเถียงกัน หรือสนทนากัน ส่วนมากมักจะหนักไปในทางภูมิรู้ ภูมิรู้ ด้วยสติปัญญาที่เราทรงจำ หรือด้วยสัญญาที่เราทรงจำ แต่สำหรับในแง่การปฏิบัติ นั้น เรามุ่งที่จะพูดกันในแง่ประสบการณ์ ถ้าหากสมมุติว่า จิตมีความรู้สึกสัมผัสในเรื่องการรู้ธรรม เห็นธรรมนั้น มีลักษณะอย่างไร หรือจิตเป็นสมาธิ มีลักษณะอย่างไร ก่อนที่จิตจะรู้ธรรมมีลักษณะอย่างไร จิตรู้พระไตรลักษณ์มีลักษณะอย่างไร อันนี้เป็น “ประสบการณ์”

แต่ถ้าพูดถึงปัญหาหลักสูตรทางปริยัตินี้ นักปฏิบัติโดยส่วนมากนัก จะไม่ค่อยได้จดจำ แม้แต่ท่านผู้หลักผู้ใหญ่ บางทีท่านบอกว่า ธรรมะที่เกิดกับใจ แม้ว่าเราจะไม่รู้ชื่อของธรรมะนั้น แต่ธรรมะนั้น สามารถทำจิตให้สงบ สว่าง รู้จริง เห็นจริง ได้ อยู่ จะถือว่าเป็นการใช้ได้หรือไม่ อันนี้เป็นคำถามของท่านผู้หนึ่ง ซึ่งขอสงวนนาม

ที่นี้ธรรมะที่เกิดขึ้นกับจิตของผู้ปฏิบัติ นั้น ผู้ปฏิบัติไม่รู้จักชื่อของธรรมะ แต่ก็สามารถที่จะทำจิตให้สงบ สว่าง มีความรู้จริง เห็นจริงได้ ธรรมะอันนั้นก็ถือว่าใช้ได้ ซึ่งแท้จริงแล้ว มันเป็นธรรมชาติของการรู้จริงเห็นจริงขั้นสูง เช่น อย่างสมมุติว่ามีใครสักคนหนึ่ง ยกส้ารับกับข้าวานาชนิดมาวางลงตรงหน้าเรา เขาบอกว่า อาหารเหล่านี้รับประทาน



ได้ไม่เป็นพิษเป็นภัยต่อร่างกาย ทั้งๆ ที่เราก็มารู้จักชื่ออาหารเหล่านั้น เรารับประทานลงไป แล้ว ผลก็คือทำให้เราอิม หายหิว แล้วก็ไปโยชน์แก่ร่างกาย เราจะยอมรับไหมว่า อาหารนั้นเป็นประโยชน์และใช้ได้

อันนี้ข้อนี้นั้นใด ชรรถนะที่เกิดขึ้นกับผู้ปฏิบัติในระดับเหนือสมมุติบัญญัติ นั้น เราจะไม่มีชื่อเสียงที่จะเรียกชรรถนะนั้นว่าอะไร มันมีแต่เพียงปรากฏการณ์ที่มีอยู่เท่านั้น อย่างที่ยกหลักมาอ้างในธัมมจักกัปปวัตตนสูตรนั้น

ยังกัญจิ สมุทฺธมฺมมัง สัพพันตัง นิโรธะธมฺมันติ

“สิ่งใดสิ่งหนึ่งมีความเกิดขึ้นเป็นธรรมดา สิ่งนั้นก็มีความดับไปเป็นธรรมดา”

มีแค่นั้น ทีนี้ถ้าหากว่าจิตของผู้ปฏิบัติไปรู้ธรรมแล้ว ยังมีชื่อเรียกได้อยู่ อันนั้นมันเน้นหนักไปทางสัญญา ความทรงจำ มากกว่าความรู้จริง ทีนี้สัญญามันละเอียด เราเลยไปเชื่อตัวเองว่า อันนี้เป็นความรู้จริง แต่แท้ที่จริงนั้น ความรู้จริงไม่มีชื่อ

ถ้าหากว่าใครสามารถถอดจิตของตัวเองออกไปลอยเด่นในอากาศ แล้วกลับมาดูร่างกายของตนเอง เห็นร่างกายตนเองเน่าเปื่อยๆ ผุพังไปจนเห็นโครงกระดูกแหลกละเอียดไป ไม่มีอะไรเหลือ ในที่สุดโลกที่เราอาศัยอยู่นี้ก็หายไปหมด ไม่มีอะไร เหลือแต่จิตดวงเดียว ทีนี้ถ้าใครทำจิตให้มีภูมิรูปร่างนี้ แม้เพียงครั้งเดียวก็ตาม จะหายสงสัยคำว่า “ยังกัญจิ สมุทฺธมฺมมัง สัพพันตัง นิโรธะธมฺมันติ” ทันที

“ถ้าหากว่าเราทำสมาธิที่ถูกต้อง หรือภูมิจิตที่เป็นสมาธิที่ถูกต้องนั้น จะมีลักษณะบ่งบอกว่า สมาธิจะต้องทำกายให้เบา ทำจิตให้เบา เเบาจนบางครั้งรู้สึกที่ไม่มีกาย นี่ลักษณะของสมาธิที่ถูกต้อง”

๑ แสดงธรรมที่กระทรวงศึกษาธิการ เมื่อวันที่ ๑๗ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๓๑



ขอท่านผู้อ่านบทความธรรมะนี้ จงเข้าถึงพระพุทธธรรมเพื่อประสบสันติสุขทุกท่านเทอญ



พิมพ์ครั้งล่าสุดเมื่อ วันศุกร์ที่ ๒๒ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๕๔ ๒๐:๐๕:๓๐ น.

ปรับปรุงสำนวนและพิสูจน์อักษร โดย อ. นิธิ ศิริพัฒน์

