

รูป อนัตตา

หลวงปู่เจี๊ยะ จุนโท

บัดนี้จะได้บรรยายธรรมะพอเป็นเครื่องประดับสติปัญญา
พุทธบริษัททั้งหลาย ต่างคนต่างได้ฟังจนชินหู การเข้ามาปฏิบัติ
ธรรมะเพื่อชำระใจของตน ชำระใจของตนให้เกิดความสงบ ใจ
หรือว่าจิตอันนั้นมันก็เหมือนอย่างเกิดความทุกข์ขึ้นเราก็อู้ เป็น
สุขก็รู้ เจ็บในร่างกายอันใดอันหนึ่งอย่างนี้เราก็อู้ แต่เราไม่เห็นตัว
รู้มันชัด อย่างที่เราเข้ามาปฏิบัติอย่างนี้ ก็ต้องการจะต้องให้
รู้ตัวรู้ตัวนั่นเอง ทีนี้ท่านจึงสอนให้ภาวนาเพราะว่าธรรมดาของ
ใจมันต้องให้สงบ อย่างเราลองกำหนดหยุดลมหายใจแล้วก็อย่า
นึกไปไหนอย่างนี้ ใจคือผู้รู้หรือเรียกว่าจิตอันนั้นจะตั้งอยู่ตาม
ธรรมชาติอย่างนั้น จิตจะตั้งอยู่ตามธรรมชาติโดยไม่มีกิริยาไป
กิริยามา มีหน้าที่เรียกว่า **ฐิติ** ตั้งอยู่เฉยๆอย่างนั้นของจิต มีอัน
ใดเกิดขึ้นก็รู้อย่างนั้น ทีนี้พิธีที่จะฝึกหัดต้องการให้เป็นอย่างนั้น
ก็จึงว่าให้บริกรรมพุทโธหรือบริกรรมความตายอันใดอันหนึ่ง

ในขณะที่เราบวชกรรมอย่างนั้น ใจเรามันก็รู้ว่าเราว่าพุทโธ นี่ นั่น
แหละ ตัวนั้นตัวที่อยู่ข้างหลังคือตัวอยู่ที่อยู่อย่างนั้น รู้ที่เรานึก
อยู่กับพุทโธ อย่างนั้นเรียกว่าจิตแท้ แต่เราจับไม่ได้ เรายังไม่
เห็น คือเห็นอันนั้นท่านเรียกว่าทศณะ ญาณะแปลว่ารู้ รู้ว่าจิต
ของเราอยู่กับพุทโธแต่ทศณะอีกอันหนึ่งยังไม่เกิดขึ้น นี่ มันยังไม่
พร้อม คือ ญาณะ **ญาณะทศณะ** ในแบบท่านว่าอย่างนั้น ทศณะ
ตัวนั้นเห็น เห็นว่าจิตอยู่ จิตอยู่เป็นปกติ จิตอยู่กับพุทโธ เรา
อย่างนั้นแต่ยังไม่เห็น เพราะฉะนั้นมันยังไม่ชัด การเข้ามาฝึกหัด
ปฏิบัติอย่างนี้ก็ต้องการจะต้องให้เห็นคือผู้รู้ตัวนั่นเอง

อย่างพระท่านสวด **รูปัง อนัตตา** แล้วท่านก็ถามว่ารูปนี้
เป็นสุขหรือเป็นทุกข์ เป็นทุกข์พะเจ้าค่า ก็โอปนยิโกน้อมมาสู่เรา
รูปของเราก็เหมือนกันอย่างนั้น นั่งนานก็เจ็บหลัง เมื่อยกัน นอน
มากก็หลังแข็ง นี่ มันเปลี่ยนไปต่างๆนานา แล้วท่านถามว่าเมื่อ
รูปนั้นนะ เมื่อไม่เที่ยงแล้วมันเป็นสุขหรือเป็นทุกข์อะ พระปัญจ
วัคคีย์อย่างทีสวดเมื่อก็เค้าบอกว่า เป็นทุกข์พะเจ้าค่าะ
พระพุทโธเจ้าก็เทศน์สอนปัญจวัคคีย์ แต่ที่นี้เราน้อมโอปนยิโก

บทที่สวดนี้เป็นสิ่งที่สวยงาม เป็นธรรมะอันสูง สูงที่สุด พอเทศน์
จบลงไปอย่างนั้น ปัญจวัคคีย์ก็ได้สำเร็จสิ้นอาสวกิเลส ถ้ามอง
ไปว่า รูปเป็นสุขหรือเป็นทุกข์ เป็นทุกข์ แล้วเที่ยงมั๊ย ก็บอกว่าไม่
เที่ยง แล้วมันใช่ตัวเรามั๊ย ก็บอกว่าไม่ใช่ตัวเรา ไม่ใช่ตัวเราควร
ยึดถือมั๊ย ไม่ควรยึดถือ ดุชิ เนียในแบบท่านแปลไว้

ละเอียดละออ หลวงตาไม่ค่อยได้ดู ฮื้อ คิดประมาณไปอย่างนั้น

เพราะฉะนั้นจึงว่าน่าสรรเสริญ ที่พระองค์เอามาคิดเอามา
เทศน์สอนอย่างนี้ ไม่ใช่ นอกจากตัวของเรา อยู่ในตัวเรา
ทั้งหมด เพราะพระองค์ก็มีปัญจขันธ์อย่างพวกเรานี้ ท่านได้
พิจารณาจนละเอียดละออเรียบร้อยลงไปทุกชนิดเป็นอย่างนั้น
พิจารณาจนกระทั่งไม่เที่ยงเป็นทุกข์ แล้วอะไรมันเที่ยง อะไรมัน
เป็นทุกข์ ท่านพิจารณาค้นคว้าละเอียดละออหมด รูปในอดีต
รูปในที่ใกล้ รูปในที่ไกล รูปหยาบ รูปละเอียด ว่านี่พิจารณา
แหลกหมดว่าอย่างนั้นเถอะ พิจารณาจนได้รู้ความจริงอย่างนั้น
ว่าเป็นของไม่เที่ยงจริงๆของเราอันนี้ ประเดี๋ยวก็ต้องแตกดับ
ทำลายลงไป เนีย ท่านตรวจค้นจนละเอียดละออจนเรียกว่าเป็น

สัมพัทธ์ เป็นผู้รู้ รู้แจ้งโลก โลกก็คือในมนุษย์เราเนี่ยตัวเราเนี่ย
เป็นโลกอันหนึ่ง

เพราะฉะนั้นอย่างการภาวนาก็เหมือนกัน ให้คั่นลงไป
ในกายของเราเนี่ย ไม่ต้องไปดูที่อื่น ความสุขความทุกข์ความ
เดือดร้อนความวุ่นวายมันอยู่ที่ไหน ไม่ได้ดูที่อื่น อยู่ที่ตัวเรา อยู่
ที่หัวใจของเราที่มันไม่เป็นปกติ มันไม่รู้ตัวอันนั้น ต้องคั่น เมื่อใจ
มันสงบแล้วมันต้องคั่นลงไป คั่นลงไปอย่างนั้น ทำไมเจ้าไม่สงบ
มันเป็นเพราะเหตุอันใด จึงเดือดร้อน จึงวุ่นวาย เราก็ต้องเอามา
คั่นเอามาคิด ก็ต้องนึก ไม่ใช่ไม่นึก แต่พวกใหม่ที่มาฝึกใหม่ก็ไม่
ค่อยเข้าใจ ทีนี้พวกเก่าๆสิ มันไม่ใช่แถมะพริ้ว คนแก่ฟักแก่แฟง
มันก็ไม่อร่อย เดียวก็เน่า เพราะฉะนั้นต้องสติ แก่ฟักแก่แฟงมัน
ไม่มัน ไม่เหมือนมะพริ้วนะ โยม ทีนี้ต้องมันๆหน่อย เผ็ดๆ
หน่อยมันจึงแซบ เคี้ยวมัน

เมื่อใจมันสงบแล้วเราก็ต้องคั่นคว้าพิจารณาให้
ละเอียดละออ ไหนเราว่าตัวเรา ตาวิ คั่นลงไป หูวิ จมูก ตรง
ไหนอะ แข็งขามือตีน อวัยวะส่วนไหนเป็นของเรา นี่อย่างนี้ต้อง

คิดลงไป หัวใจว่าเรา หูรี อะไร พิจารณาลงอย่างนี้เอง ไม่ต้องไป
ค้นอย่างอื่น เมื่อค้นอย่างนี้แล้ว ก็ถามไปๆๆ ค้นไปอย่างนั้น เมื่อ
ใจมันประกอบด้วยสติปัญญาแล้ว มันจะเป็นหนึ่งอยู่เฉพาะใน
เรื่องอันนั้นอันเดียว มันไม่ไปที่อื่น คำว่าหนึ่งในที่นั่นที่เดียวนั้น
หมายความว่านึกในสิ่งนั้นอยู่ได้อย่างนั้น แล้วก็นึกส่วนใดไปอีก
ก็นึกได้อย่างนั้นอยู่ตลอดเวลา คือจุดนั้นหรือเรียกว่าอารมณ์นั้น
ไม่มีเข้ามาแทรกในขณะที่เรานึกอย่างนั้น นี่ลักษณะนี้เรียกว่า
ลักษณะการภาวนาที่เข้าเอง

เมื่อเป็นอย่างนั้นแล้ว นั่นแหละเป็นแนวทางอันที่จะนำมาซึ่ง
ความรู้แจ้งรู้ชัด รู้เพื่อความดับทุกข์ อย่างท่านแสดงกับปัญจ
วัคคีย์อย่างเมื่อกี้ที่สวนนั้นนะก็ลงบาทคาถา เมื่อถามหมดแล้ว
พวกปัญจวัคคีย์ก็บอกว่าไม่ใช่ตัวเรา ไม่ใช่ของๆเรา แม้ในที่อดีต
ที่ใกล้ที่ไกล ที่ละเอียดหยาบ และสิ่งที่ไม่เที่ยงนั้นเกิดขึ้นและดับ
ไปทุกชนิด แล้วเมื่อถามไปอย่างนั้น ไม่ใช่ตัวเราจึงควรยึดถือมัย
แน่ะ เอาหละ ไม่ควรพะเจ้าคะ อย่างนั้นไม่ควรยึดถือแล้วมันใช่

ตัวตนมัย ไม่ใช่ตัวเรา แน่ะ ไม่ใช่ตัวเรามันก็ต้องแตกดับทำลาย
นั้น เอาเข้าไปนั้น จนหมดที่จะตอบ

เมื่อเหมือนอย่างเราก็เหมือนกัน คั่นลงไปจนหมดที่ไป คั่น
หมด ตา หู จมูก ลิ้น เคยเห็นรูปว่าสวยว่างาม ว่าอย่างนั้นอย่าง
นี้ ได้ยินเสียงอันนั้นไม่ดีอันนี้ดี อันนั้นไพเราะะ เราก็คั่นลงไปใคร
เป็นคนว่าดีไม่ดี มันเกิดที่ไหน แล้วคนที่มันว่าดีไม่ดีนั้นมันจริง
มัย นี่ คั่นลงไปอย่างนั้น พิจารณาอย่างนั้น ใจมันตั้งแน่วอย่าง
นั้นแล้ว คั่นลงไปให้ละเอียดละเอียดจนให้มันสุด ไม่มีความหมาย
คั่นจนหาตัวไม่เจอะ อย่างนั้นหละก็เอาละ อย่างนั้นนะดี คั่นให้
มากๆ ให้ไม่ต้องถอย เพราะอย่างนั้นมันเป็นลักษณะของสมาธิ
ประกอบไปด้วยปัญญา เป็นแนวทางท่านเรียกว่ามรรค **มรรค**
สมังคี จิตเดิมอย่างนั้น เป็นอย่างนั้นจะเป็นองค์งานที่จะให้เข้าไป
ไปสู่การตรัสรู้ หรือให้รู้แจ้งชัด เพราะว่าเมื่อพิจารณาอยู่อย่าง
นั้น จิตมันก็วิ่งโดยรอบ อยู่ตามลำดับที่เรานึกทุกส่วน ไม่
แยกแยะไปในที่ใด อยู่ในกายนี้ คิดพิจารณาตั้งแต่เบื้องบน ลง
ไปเบื้องล่าง มันก็อยู่อย่างนั้น พิจารณาเบื้องล่างขึ้นมาเบื้องบน

ก็อยู่อย่างนั้น ขยายไปหน้าไปหลังมันก็อยู่อย่างนั้น นี่ลักษณะที่
ภาวนาเป็นต้องเป็นอย่างนี้ อย่างนี้จึงเรียกว่าภาวนาเข้าใจ
แล้วเมื่อต่อไปวันหลังเราจะเข้าใจ เราจะทำสมาธิก็ต้องเข้าคั่น
อย่างนั้น คั่นจนให้ชำนาญอย่างนั้น มีความคล่องแคล่วมีความ
ชำนาญชำนาญ ในแบบท่านจึงเรียกว่าชำนาญในวิธีทั้ง ๕ การตั้ง
จิตหนึ่ง การพิจารณา การออก การเข้า การพิจารณาท่าน
เรียกว่าปัจจุเวกขณะ นี่ อย่างนี้ การเข้า การออก การพิจารณา
สี่ห้าอย่าง ห้าอย่าง หลวงตาก็จำไม่ค่อยจะได้ ก็เรียกว่าทำงาน
ตลอดเวลา เหมือนอย่างเราเดินไปอย่างนี้ คนเดียวไม่ได้คุยกัน
หรือเดินไปหลายๆคนไม่ได้คุยกันอย่างนี้ เราก็พิจารณาได้ นึกใน
ใจไปสี่ อย่างนั้น

แต่ถ้าถ้าพิจารณาเรื่อยๆอย่างนั้น ในขณะที่จิตมันจะมีสภาวะ
อันที่เกิดขึ้นเองโดยที่เราไม่ต้องปรุงแต่งอันนั้น มันเกิดความเบื่อ
เบื่อในสังขารร่างกายของเรานี้ขึ้นมาเอง โดยที่เราไม่ต้องไปคิด
นึกปรุงแต่งอะไรทั้งหมด ลักษณะที่เป็นอย่างนั้นในภาวะที่กำลัง
พิจารณาอย่างนั้นมันจะเปลี่ยน เปลี่ยนหยุดจากการพิจารณา

มาเกิดความเบื่อหน่ายและเกิดความสังเวชสลดใจในขณะนั้น นี่
จิตอันนั้นเปลี่ยน เมื่อเรารู้ตัวว่าจิตเปลี่ยนเกิดความสังเวชสลด
ใจอย่างนั้นแล้วก็ต้องถอยกลับไปพิจารณาอีก อย่าไปหยุด ถ้า
หยุดแค่นั้น มันก็ไปพักสมาธิ คั่นลงไปอีก คั่นลงไปให้มาก
จนกระทั่งจิตมันเดินอยู่อย่างนั้น นี่แหละไอ้ลักษณะท่านจึง
เรียกว่า **นิพพิทัง วิรัชชะติ** ที่มันเบื่อหน่ายอย่างนั้นนั่นมันเกิด
นิพพิททาแล้ว จิตโดยธรรมชาติมันเกิดเองเพราะอาศัยเหตุที่เรา
เข้าไปคั่นพิจารณาอย่างนั้นมันจึงเกิดนิพพิททา เรียกว่าเกิด
ความเบื่อหน่ายในร่างกายของเรา ในแบบท่านมีอันหนึ่ง ภิกษุ
ทั้งหลายเจริญกรรมฐานมากเข้าๆแล้วก็เกิดธรรมะข้อหนึ่ง
เรียกว่า อะไรหลวงตาก็จำไม่ได้ มาพิจารณาถึงความตาย แล้ว
เกิดอยากตายจนไม่มีอันใดที่จะประมาณ ไม่มีสิ่งอะไรที่จะ
ประมาณ อยากตายเหลือเกิน มันเกิดความสังเวชสลดใจอย่าง
นั้น ในสภาวะของจิตมันตกไปสภาวะอย่างนั้น แต่สภาวะอย่าง
นี้ยังไม่ใช่ว่าแน่นอน ต้องคั่นลงไปอีกจนกระทั่งมันหายลงไป
หายจากสภาวะที่เกิดความเบื่อหน่ายอย่างนั้น มันเป็นสภาวะ

อันหนึ่ง ท่านจัดเป็น...จัดเป็นอะไรไม่รู้ หลวงตาก็ไม่ค่อยเข้าใจ
เหมือนกัน ตำราไม่ค่อยได้ดู เมื่อมันพิจารณาแล้วมันเกิดความ
เบื่อความหน่ายอย่างนั้น มันตลกสภาวะอย่างนั้นของมันสิ เพราะ
มันก็เกิดจากความสงบนั่นเอง ด้วยกำลังของสติปัญญามันเข้าไป
ไปค้นคว้าอย่างนั้น

เมื่อค้นคว้าอย่างนั้นจนพอสมควรเต็มที่ ท่านก็เรียกว่า
มรรคสมังคี ธรรมชาติของจิตก็ต้องถอนตัวกลับเข้ามาโดย
ธรรมชาติเองอย่างนั้น โดยที่เรากำลังค้นคว้าพิจารณา
อย่างนั้นลงไป ก็ขาดก็แยกจากกัน การค้นคว้าอย่างนั้นก็หยุดลง
ในปัจจุบันทันด่วนอย่างนั้น พริบ ทันทึกลงไป แยกจากจิตเข้ามา
ตั้งตัวอยู่เฉยโดยมีความรู้เห็นชัดอยู่อย่างนั้น ใจนั้นไม่เจือปนไป
ด้วยอารมณ์ อยู่เป็นเอกเทศอันเดียวอย่างนั้น เฉย รู้อยู่อย่างนั้น
แต่รู้อันนั้นไม่มีกิริยาไปไม่มีกิริยามา อยู่ตามสภาพอย่างนั้น นี่
เรียกว่ามรรคสมังคี อย่างนี้ถึงผล ผลคือความที่เข้าไปรู้ตาม
ธรรมชาติอันฐิติธรรมอันนั้นเอง ท่านจึงตรัสว่า ญาณทัศนะ ใน
อาทิตตปริยายสูตรก็แสดงว่า นิพพินทั้ง วิรัชชะติ วิราคา วิ

มัจจะติ ก็คล้ายความกำหนดยินดีในรูป วิมุตตัสมิง มันก็เกิด
ญาณความรู้เกิดขึ้น เกิดญาณความรู้เกิดขึ้นพร้อมในขณะนั้น
เหมือนอย่างเราก็เหมือนกัน ถ้าเมื่อได้พิจารณาลงไปอย่างนั้น
แล้ว มันไปเห็นชัดอย่างนั้นจริงๆ เราก็ต้องเชื่อว่าธรรมะคำสอน
ของพระพุทธเจ้าที่พระองค์ทรงสอนมาโดยอย่างที่เราพิจารณา
อย่างนี้มันจะเห็นชัดอย่างนี้แล้วมันจะสงสัยที่ไหน ก็ไม่สงสัย

ความกังขา ความสงสัยในการปฏิบัติเรียกว่า ศีลวัตร นี่ใน
การปฏิบัติของเราอย่างนี้หมดความสงสัยในเรื่องการทำสมาธิ
วิจิกิจฉา ก็ไม่สงสัยเลย **สีลัพตปรามาส** ไม่ลุ่มคล้ำเลย ในข้อ
วัตรปฏิบัติที่เรากระทำอย่างนี้ แล้วนั้นมันจะอะไรหละ มัน
ถูกต้องตามธรรมะคำสอนของพระพุทธเจ้า บุคคลผู้นั้นท่านก็
แสดงแล้วว่าสุคติเป็นที่หวัง ถ้าเมื่อบำเพ็ญไปยังไม่ถึงที่สุดแห่ง
อาสวะคือยังไม่หมดกิเลส ก็ต้องไปเกิดอีก ๗ ชาติ คือได้สำเร็จ
บั้นต้นตั้งแต่พระโสดาขึ้นไปอย่างนี้เป็นต้น

นี่แหละเพราะฉะนั้นจึงว่าธรรมะที่พระองค์ทรงแสดงอาทิตต
ปริยายสูตร อนัตตลักษณะสูตรอย่างนี้ ก็แสดงอยู่ในตัวเรา แต่ที่

นี่เราไม่ค้นคว้าไม่พินิจพิจารณา มันก็ไม่เกิดขึ้น เพียงแต่ทำ
สมาธิให้ใจสงบอยู่เฉยๆอย่างนั้นก็ยังดีอยู่ แต่ว่าต้องอาศัยการ
ค้นคว้าพินิจพิจารณาเพราะการค้นคว้าพินิจพิจารณามันถูก
ตามหลักที่พระพุทธเจ้าทรงตรัส เมื่อคืนที่แล้ว คืนก่อนหลวงตากี้
แสดงอยู่ว่าปัญญาเป็นหน้าที่รอบรู้ในกองสังขาร เมื่อรอบรู้ใน
กองสังขารก็ต้องวางสังขารอันนั้น นั่นจึงเรียกว่าปัญญาแท้
ปัญญาอย่างคิดตามโลกตามสงสาร คิดอย่างสร้างโลกสร้าง
สงสาร อย่างนั้นไม่ใช่ปัญญา เป็นโลกียะปัญญา เป็นปัญญา
อย่างเจือปนไปด้วยทุกข์ ไม่ใช่ปัญญาอย่างคำสอนพระพุทธเจ้า

คำสอนพระพุทธเจ้าปัญญาเมื่อรู้สิ่งนั้นแล้วก็ต้องทิ้งสิ่งนั้น
ไม่จับสิ่งนั้น เหมือนบุคคลผู้รู้จักว่าไฟก็ไม่จับไฟ เปรียบเป็น
อย่างเดียวกันอย่างนั้น ไม่กล้าเอามือไปแอบเพราะมันร้อน
เพราะลักษณะของอารมณ์ที่ปรุงขึ้นอย่างนั้น ถ้าเมื่อมีสติรู้แล้ว
มันก็ต้องมี...มันไม่เข้าไปจับ เพราะมันเห็น ทั้งเห็นทั้งรู้ว่าสิ่งนั้น
เป็นโทษ มันก็ไม่เข้าไปจับเลย จิตของผู้ที่ปฏิบัติของท่านดี ๆ
อย่างนั้นแล้วมันไม่เข้าไปจับไปเก้อ แต่ท่านจะเล่นก็ได้เพราะ

ลำดับรับฟังธรรมะดังได้แสดงบรรยายมานี้แล้ว สิ่งอันใดที่จะ
เกิดประโยชน์หรือสิ่งอันใดที่มาใคร่ครวญดูแล้วว่าชีวิตของเรา
เป็นสิ่งที่ไม่แน่นอน เพราะฉะนั้นอย่างท่านเทศน์อย่างนี้ควรเอา
ไปพิจารณาและก็ไปปฏิบัติ อย่าได้นิ่งนอนนอกนอนใจ วันเดือน
คืนปล่องไปๆ ท่านเปรียบเหมือนอย่างหูกที่ทออย่างนั้น มีแต่วัน
หน้าสั้นเข้าไปทุกที ชีวิตเราก็คงเหมือนกันอย่างนั้น มีแต่วันที่
แตกดับลงไปเรื่อยๆ วันคืนล่องไปๆ นั้นแหละมันคอยเวลาตาย
อยู่เสมอ เพราะฉะนั้นยังมีชีวิตที่ดีอยู่อย่างนี้ควรเร่งประพฤติ
ปฏิบัติธรรมะให้มันเกิดขึ้นกับใจของเรา แล้วต่อนั้นก็บังเกิด
ความสุขความเจริญอกงามในศาสนธรรมคำสั่งสอนขององค์
สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ดังแสดงมาก็สมควรแก่กาลเวลา
ต่อนั้นก็จะได้ทำความสงบ เอาหละ

ที่มา: <https://youtu.be/EQ3vy14bmls>