

ปฏิจจสมุปบาท

หลวงพ่อบุช สุวานิโย

โอกาสต่อไปเชิญเตรียมนั่งสมาธิได้เลย หลักแรกวิธีการนั่งสมาธิ เราก็ได้รับการอบรมทางด้านปริยัติมากันพอสมควรแล้ว การบริกรรมภาวนาก็ดี การเพ่งกสิณก็ดี การพิจารณาธรรมก็ดี การตามรู้อารมณ์จิตก็ดี เป็นวิธีการทำสมาธิ จะเรียกว่าเป็นการทำสมาธิในเบื้องต้นก็ได้ วิธีการดังกล่าวมานั้นเมื่อปฏิบัติแล้ว ผลลัพธ์คือทำจิตให้สงบนิ่งเป็นสมาธิ มีวิตก วิจารณ์ ปีติ สุข

เอกัคคตา

วิตก วิจารณ์ซึ่งเกิดจากทำสมาธิมีอยู่สองประเภท วิตกวิจารณ์อย่างหนึ่ง จิตไปจดจ่ออยู่กับอารมณ์จิตในปัจจุบัน เช่น ภาวนาพุทโธ จิตก็จดจ่ออยู่กับพุทโธ พุทโธกับจิตไม่พราวจากกัน จิตอยู่กับพุทโธ พุทโธอยู่กับจิต อันนี้อย่างหนึ่ง อีกอย่างหนึ่ง จิตไปเพ่งในจุดใดจุดหนึ่งซึ่งเรียกว่าเพ่งกสิณ จิตไปเพ่งอยู่กับอาการ ๓๒ อย่างใดอย่างหนึ่ง เช่นเพ่งอยู่ที่ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เป็นต้น โดยที่จิตเพ่งดูสิ่งเหล่านี้เอง แล้วก็มีสติควบคุมอยู่

เอง อันนี้ก็จะเป็นลักษณะของจิตได้วิตก วิจารณ์ อีกอย่างหนึ่ง จิตไป
เพ่งอยู่จุดเพ่งเช่นดวงไฟดวงกลม หรือวัตถุอย่างใดอย่างหนึ่ง
อันเป็นเรื่องการเพ่งกสิณ ๑๐ อย่าง แล้วจิตไปจดจ่ออยู่กับสิ่งที่
เพ่งเอง แล้วก็มีสติสัมปะชัญญะควบคุมรู้อยู่ที่นั่น ก็เป็นอันว่าจิต
ได้วิตก วิจารณ์

อีกอย่างหนึ่งจิตมีความคิดพิจารณาอารมณ์ของจิต
อย่างใดอย่างหนึ่ง เมื่อพิจารณาไปหนักๆ เข้า จิตเกิดความ
คล่องตัว จิตสามารถกำหนดพิจารณาอารมณ์นั้น พิจารณาไป
เองโดยไม่ได้ตั้งใจ เช่นจิตมันคิดว่าสิ่งนี้ก็ไม่ใช่ เป็นทุกข์ เป็น
อนัตตา ตอนแรกเราตั้งใจคิด ตั้งใจพิจารณา แต่เมื่อเรา
พิจารณาไปจนคล่องตัวแล้วในที่สุดจิตเกิดความสงบลงไปใน
หน่อย จิตคิดของมันเอง พิจารณาของมันเอง

การพิจารณานี้มีอยู่สองอย่าง อย่างหนึ่งมันพิจารณาใน
เรื่องที่เรานำมาป้อนให้มัน อีกอย่างหนึ่งมันทิ้งเรื่องเก่าแล้วไป
พิจารณาอย่างใหม่ คือเกิดความคิดอย่างใหม่ขึ้นนั่นเอง แต่มัน

เกิดอยู่ในลักษณะที่มีความสงบและมีสติรู้พร้อมอยู่ในปัจจุบัน
นั้น อันนี้ก็จิตได้วิตก วิจารณ์ตามองค์ฌาณดังที่กล่าวมาแล้ว

เมื่อจิตของนักภาวนาได้วิตกวิจารณ์เป็นทวนอยู่ เป็นทวนไว้แล้ว
เรื่องของปิติและความสุข ความเป็นหนึ่งของจิตจะไม่เกิดขึ้น
ย่อมเป็นไปไม่ได้ เพราะฉะนั้นนักภาวนาทั้งหลายพึงทำความเข้าใจ
เข้าใจไว้ว่า องค์ฌาณที่หนึ่งกับองค์ฌาณที่สองเป็นสิ่งจำเป็นที่
นักภาวนาจะต้องทำจิตให้ได้ คือทำจิตให้ได้วิตก วิจารณ์

วิตก วิจารณ์ตามความหมายดังที่กล่าวมาแล้ว พึงแล้วอาจจะ
เกิดความสับสน จึงขอให้ข้อสังเกตไว้อย่างง่ายๆว่า สิ่งใดที่จิต
ของเราคิดเองโดยอัตโนมัติ คิดไม่หยุด หรือสิ่งใดที่จิตของเรา
รู้อยู่เองโดยอัตโนมัติ รู้อยู่อย่างไม่ขาดสาย และมีสติสัมปะ
ชัญญะรู้พร้อม เตரியมพร้อมอยู่ในขณะจิตนั้นๆ ลักษณะอย่างนี้
เรียกว่าจิตมีวิตกวิจารณ์ กำหนดหมายเอากันอย่างนี้

แต่บางท่านอาจจะเข้าใจว่า วิตก วิจารณ์หมายถึงการน้อมจิต
พิจารณา อันนั้นไม่ถูกแน่ แม้จะมีการพิจารณาก็ตาม ก็เป็น
อุบายวิธีที่จะทำให้จิตเกิดวิตกวิจารณ์เมื่อจิตมีสมาธิขึ้นมาบ้าง

เล็กน้อย ถ้าหากว่าจิตมีอาการสงบเคลิ้มลงไป กำลังเริ่มจะเกิด
ความสว่างขึ้นมา กำลังจะเป็นสมาธิ ถ้าเราไปตั้งใจคิดพิจารณา
ขึ้นมาในขณะที่นั้น จิตมันจะถอนจากสมาธิ เพราะฉะนั้นเรื่องวิตก
กับวิจารณ์นี้ พึงทำความเข้าใจว่า จิตมีความคิดและจดจ่ออยู่กับ
สิ่งๆหนึ่ง และก็มีสติรู้พร้อมอยู่กับสิ่งนั้นในขณะที่นั้น แม้จิต
อาจจะมีความคิดไปเองโดยอัตโนมัติ แต่เป็นลักษณะของ
ความคิดหรือปัญญาที่เกิดจากสมาธิ แล้วก็มีสติรู้พร้อมอยู่
ในขณะที่นั้น ให้พึงสังเกตอย่างนี้

ที่นี้มีผู้ฝากปัญหามาถาม ถ้าพูดถึงว่าการบรรยายเกี่ยวกับ
เรื่องทำสมาธิในวันนี้ เรามาพูดถึงปัญหาที่ถามมาสองข้อนี้ ถ้า
จะเอากันให้พิสดารกันจริงๆแล้ว เวลาเกือบจะไม่พอเพราะเป็น
ปัญหาที่จะต้องอธิบายกว้างขวางมาก ซึ่งปัญหานี้มีผู้ถามมาว่า
เมื่อนั่งสมาธิจิตสงบแล้ว พิจารณากายคตาสติจิตกลับไป
กลับมา จิตจะหยุดพิจารณา เมื่อท่านทำสมาธิจิตสงบ
หมายความว่าก่อนที่จะพิจารณากายคตาสติ ท่านอาจจะ
บริการรณภาวนาพุทโธ หรืออย่างอื่นก็แล้วแต่ จึงทำให้จิตของ

ท่านเกิดความสงบ เมื่อจิตของท่านเกิดความสงบแล้ว ท่านก็มาพิจารณากายคตาสติ กลับไปกลับมาอีกต่อหนึ่ง อันนี้คำถามนี้ตีความหมายออกมาเป็นสองขั้นตอน

จิตสงบแล้ว พิจารณากายคตาสติ แสดงว่าจิตสงบเพราะเหตุอื่น แล้วเมื่อจิตสงบเพราะเหตุอื่นแล้วก็มาพิจารณากายคตาสติ เมื่อมาพิจารณากายคตาสติ จิตที่ท่านว่าสงบมันก็เปลี่ยนแปลงมาเป็นความไม่สงบ แต่ท่านสามารถควบคุมความรู้สึกนึกคิดเอาไว้ได้ด้วยความตั้งใจ คือตั้งใจน้อมจิตให้มาพิจารณากายคตาสติกลับไปกลับมา เมื่อท่านพิจารณากายคตาสติกลับไปกลับมา จิตของท่านหยุด เมื่อจิตเกิดหยุดคือหยุดพิจารณานั้นเอง เมื่อหยุดพิจารณาแล้ว จิตก็เกิดความสงบขึ้นมาอีกครั้งหนึ่ง เมื่อจิตสงบนิ่งเพราะการพิจารณากายคตาสติแล้ว จิตสว่างไสวลอยเด่นอยู่นอกกาย นี่จิตเริ่มเข้าไปสู่ความสงบเป็นสมาธิในขั้น**อุปจาระสมาธิ**

สมาธิในขั้นนี้จะมีสิ่งปรากฏการณ์ให้เรามีความรู้สึกคือรู้สึกเบากาย รู้สึกกายเบา จิตก็เบา ทุกขเวทนาไม่เกิด มีแต่สุขเวทนา

เมื่อกายเบา จิตเบา เวทนาที่เรียกว่าเวทนาทุกข์หายไป ยิ่งเหลือ
แต่สุขเวทนาเพราะตอนนี้ปีติกำลังเริ่มจะเกิด ปีติเริ่มเกิดแต่
ระยะจิตของท่านรู้สึกเบา กายของท่านรู้สึกเบา เมื่อกายเบาจิต
เบา จิตก็เริ่มสงบลงไป กายก็สงบลงไป กายสงบจากทุกข์เวทนา
จิตก็สงบจากความฟุ้งซ่านรำคาญ นิรวรณะ กำลังเริ่มจะผ่อนคลาย
ลงไป เวทนาทุกข์ค่อยหายไป สุขเวทนา กำลังเริ่มเกิด
เพราะจิตมีปีติแล้วต้องมีความสุข สุขอันนี้หมายถึงสุขที่เกิดจาก
สมาธิ เป็นความสุขใจหรือสุขในทางจิต เรียกว่า**เจตสิกสุข**

เมื่อจิตมีความสุข กายก็พลอยมีความสุขไปด้วย
ทุกข์เวทนาต่างๆหายไปหมดสิ้น เมื่อทุกข์เวทนาไม่รบกวน กาย
สงบจิตสงบ จิตมีปีติและมีความสุขเป็นเครื่องหล่อเลี้ยงย่อม
ปราศจากความตึ้นร่นกระวนกระวาย **กามฉันทะ** ความไม่สุข
ด้วยอำนาจแห่งความขี้เกียจได้หายไป **พยาปาทะ** กิริยาที่คิด
จะตัดรอนการปฏิบัตินั้นๆหายไป **อุทัจจะ** กุกกุกจะความ
ฟุ้งซ่านรำคาญหายไปเพราะกายเบาจิตเบา กายสงบจิตสงบ
วิจิกิจฉา ความลังเลใจหายไป จิตมีความสุขดุจดั่งได้ดื่มรสพระ

สังขารอย่างเต็มทีคือปีติ แล้วก็มีสุขเป็นเครื่องกำกับ เป็น
เครื่องหล่อเลี้ยง ความล่งเลสงสัยในการที่จะปฏิบัติ จะเอาจริง
หรือไม่จริง ก็หายไปหมด มุ่งหน้าที่จะเอาจริงถ่ายเดียว

ตอนนี้ท่านมองเห็นได้เด่นชัดแล้วใช่ไหมว่า **พละธรรม**
อินทรีย์ธรรม กำลังจะเกิดขึ้นในจิตของท่านแล้ว ศรัทธาความ
เชื่อมั่นในตัวเอง **ศรัทธาอธิโมกข์** การน้อมใจเชื่อกำลังหายไป
เพราะท่านหมดเจตนาหรือความตั้งใจที่จะเชื่อ แต่ว่าจิตของ
ท่านน้อมใจเชื่อเองโดยอัตโนมัติ เจตนาของท่านได้หายสิ้นไป
แล้ว ทุกสิ่งทุกอย่างมีแต่ความเป็นเอง เมื่อมีศรัทธา วิริยะความ
แกล้วกล้าหาญ ความพากความเพียรเกิดขึ้นในจิตของท่าน
เองโดยอัตโนมัติ สติความตั้งใจอันเป็นตัววิจาร์ที่สำคัญที่สุดเกิด
ขึ้นมาเอง ทำหน้าที่เองโดยอัตโนมัติ สมาธิความมั่นใจต่อการ
ปฏิบัติ เป็นสิ่งที่เป็นอย่างเองโดยอัตโนมัติ ปัญญาอันเป็น
ตัวญาณะรู้พร้อมอยู่ที่จิตเป็นมาเองโดยอัตโนมัติ **ศรัทธา วิริยะ**
สติ สมาธิ ปัญญา เป็นพลัง ๕ ประการเกิดจากการปฏิบัติ

สามารถประชุมพร้อมอยู่ที่จิตทำให้จิตมีความเป็นปกติ ดำรงอยู่
ในความเป็นปกติได้เป็นเวลานานๆ เป็นฐานที่สร้างพลังจิต

แต่ตอนนี้จิตอาจจะยังนิ่งว่างสว่างอยู่ ยังไม่ยอมทำงานใดๆ
เมื่อจิตสร้างพลังงานในตอนนี้ได้อย่างพร้อมที่จะขยับตัวออกไป
ทำงาน จิตมีการไหวตัว มีอารมณ์สิ่งรู้ของจิตเกิดขึ้นเพราะอาศัย
พลังที่เกิดจากที่เรียกว่าพลัง ๕ มีพลังแก่กล้าขึ้นกลายเป็น
อินทรีย์ แล้วก็ใหญ่แต่ละอย่างๆ ในเมื่อศรัทธา วิริยะ สติ
สมาธิ ปัญญารวมพร้อมลงเป็นหนึ่ง สามารถที่หนุนจิตให้เกิด
สติปัญญาขึ้นมาได้คือการไหวตัว มีความคิดอ่าน หรือมีธรรม
อุทานผุดขึ้นมาในขณะจิตนั้นๆ อันนี้เป็นลักษณะของจิตที่มี
อินทรีย์คือความเป็นใหญ่ประชุมพร้อมลงเป็นหนึ่ง เมื่อเป็น
เช่นนั้น**อริยมรรค มรรค ๘** ประการก็ประชุมลงที่นี้ **อินทรีย์ ๕**
พลัง ๕ ก็ประชุมลงที่นี้เป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ยังเหลือแต่ความ
เป็นหนึ่งของจิตซึ่งเรียกว่าเอกัคคตา

เอกัคคตาจิตในขั้นของวิปัสสนากรรมฐาน จิตจะไม่นิ่งว่าง
สว่างอยู่เฉยๆ จิตนิ่งแต่ไม่ว่างจากอารมณ์จิต จิตจะมีความคิด

อ่านพิจารณาอยู่ตลอดเวลา แต่จิตดวงนี้ประกอบด้วย**อุเบกขา**
ญาณะทัศนะ รู้เห็นอะไร อะไรปรากฏขึ้นรับรู้เห็นสัมผัสรู้ แต่มี
ความเป็นกลางในสิ่งรู้เห็นนั้นๆ ไม่อคติลำเอียง เพราะจิตมี
ความเป็นใหญ่ ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา รวมถึงเป็นหนึ่งใน
เป็นอินทรีย์ เป็นใหญ่อยู่ในจิต ตัวปรากฏเด่นชัดคือ **สตินทรีย์**
สตินทรีย์ที่เป็นใหญ่อยู่ในจิตคือ**สติวินโย** จิตมีสติเป็นผู้นำอยู่
ตลอดกาล

เมื่อเป็นเช่นนั้นจิตของท่านจะมีการเตรียมพร้อม
เตรียมพร้อมอยู่ทุกขณะจิต เมื่อจิตมีการเตรียมพร้อมอยู่ทุก
ขณะจิต ไม่ว่าจะอะไรจะผ่านเข้ามา อารมณ์ที่ผ่านเข้ามาทางตา หู
จมูก ลิ้น กายและใจ จิตที่ทรงความเป็นใหญ่ได้มารับรู้แล้ว เขา
จะเกิดมีความเอาใจใส่ เกิด**โยนสิมณสิการ** คือการเอาใจใส่โดย
แบบกาย เกิด**ธัมมวิจย** การสอดส่องธรรม การพิจารณาธรรม
ขึ้นมาโดยอุบายอันแบบกาย เมื่อเขามีสติ มีพลังที่จะพิจารณา
ธรรมเองโดยอัตโนมัติ จิตดวงที่มีสติปัญญาจะโน้มความรู้เข้าไป
ไปสู่กฎของธรรมชาติคือ**พระไตรลักษณ์** จิตดวงนี้จะมองเห็น

ธรรม ธรรมที่เป็นวัตถุธรรมก็ดี ธรรมที่เป็นนามธรรมก็ดี กฎ
ธรรมชาติของเขาอยู่ในกฎเกณฑ์แห่งพระไตรลักษณ์ **อนิจจัง** ไม่
เที่ยง **ทุกขัง** ทนอยู่ไม่ได้ **อนัตตา** ไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตน

แต่ถ้าหากจิตรู้พระไตรลักษณ์อยู่ในขณะจิตที่ประกอบ
พร้อมไปด้วยความสงบอันเป็นสมาธิ หรือมีสติปัญญาที่อยู่เหนือ
โลกซึ่งเรียกว่าปัญญาชั้น**โลกุตตระ** จิตจะมีความสัมผัสรู้ทุกสิ่ง
ทุกอย่าง เพียงแค่มีสภาวะปรากฏการณ์ขึ้นในเบื้องต้น ทรงตัว
อยู่ชั่วขณะหนึ่งในที่สุดแล้วย่อมสลายตัว เมื่อจิตมีสติปัญญา
สามารถกำหนดพิจารณาได้อย่างละเอียดถี่ถ้วนทุกขณะจิต
เรียกว่ารู้ทัน จิตจะมองเห็นสภาวะธรรมทั้งวัตถุธรรมและ
นามธรรมเพียงแค่เกิดดับ เกิดดับๆ อยู่ในภายในจิตเพียงอย่าง
เดียวเท่านั้น เมื่ออะไรเกิดขึ้นในขณะนั้นถ้าจิตมีความสำคัญมั่น
หมาย ถ้าทุกข์เกิดขึ้นมา จิตก็จะรู้ขึ้นมาว่านอกจากทุกข์ไม่มี
อะไรเกิด นอกจากทุกข์ไม่มีอะไรดับ เมื่อสิ่งใดเกิดขึ้นมีความสุข
สุขนี้ก็เป็่็นสิ่งที่เกิดขึ้น นอกจากสุขไม่มีอะไรเกิด นอกจากสุขไม่
มีอะไรดับ

เมื่อมองเห็นสุขทุกข์เกิดสลับเปลี่ยนกันไป หรือคละเคล้ากันไป ทั้งสุขและทุกข์ เพราะอาศัยจิตดวงนี้มีสติสัมปะชัญญะ เเด่นชัดขึ้นมา จะมองเห็นสภาวะธรรมทั้งวัตถุธรรมและนามธรรมตามความเป็นจริง ความเป็นจริงของวัตถุธรรมและนามธรรมมันจะมีอะไรเสียอีกนอกจากอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา นี่คือกฎธรรมชาติของวัตถุธรรมและนามธรรมที่จะพึงเป็นไป ขอชี้ให้เห็นชัดลงไปว่าวัตถุธรรมก็คือกายของเรา นามธรรมก็คือจิตของเรา

กายของเราถ้าเรามีสติสัมปะชัญญะดูมัน ตั้งแต่เข้าตื่นนอนมานี้ เราเห็นความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตาของมัน ตื่นเข้ามามันจะต้องรู้สึกหิวโหยเพราะมันขาดอาหารเป็นเครื่องบำรุง เมื่อมันเกิดหิวโหย สุขมันก็หายไปแล้ว มีแต่ความทุกข์เวทนาคือความหิว เมื่อได้อาหารรับประทานแล้ว ขจัดทุกข์เวทนาคือความหิวให้หายไป ก็ยังเหลือแต่สุขเวทนาคือความอิ่ม เพียงแค่นี้ถ้าเรามีสติสัมปะชัญญะพร้อมมูลดีแล้ว เราก็สามารถที่จะมองเห็นวัตถุธรรมของเราในแง่แห่งอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา

หรือเวลาใดกายของเรา วัตถุประสงค์คือกายของเรามีความเป็นปกติ เรามีความสุขความสบายกาย เราก็รู้ว่ากายของเรามีความสุข เราก็มองเห็นสุขเวทนาในกาย ถ้าสุขมันหายไป ความเห็นดเห็น้อย ทุกขเวทนาความปวดเมื่อยมันเกิดขึ้นแม้ในขณะที่ปัจจุบัน เราก็มองเห็นแล้วว่านี่คือทุกขเวทนา เมื่อเป็นเช่นนั้นเราก็มองเห็นทุกข์ตามพระไตรลักษณ์

เมื่อเป็นเช่นนั้นเราจะมองต่อไปอีกว่า ทำไมมันจึงเป็นอย่างนี้ เดี่ยวสุขเดี่ยวทุกข์ ทำไมมันไม่สุขตลอดไป และทำไมมันไม่ทุกข์ตลอดไป ทำไมมันจึงเปลี่ยนอยู่อย่างนี้ ก็เพราะกฎธรรมชาติของธรรมทั้งหลายมันเป็นอย่างนี้ มันเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา และสิ่งที่มันไม่เป็นไปตามปรารถนา เราต้องการสุขตลอดไปแต่มันไม่ได้ ก็เพราะมันเป็นอนัตตา ไม่ใช่ตัวของเรา อารมณ์ที่เราชอบ สิ่งที่เราชอบ เมื่อมันอยู่กับเรา เราดีใจสบายใจมีความสุข แต่แล้วทั้งๆที่เรากำลังชอบ กำลังหวงแหน มันก็พลันพลัดพรากจากเราไปหรือสลายตัวไปเพราะมันเป็นอนัตตา เมื่อสิ่งเหล่านั้นมันสลายตัวไปแล้ว มองดูที่ตรงนี้สิท่าน สิ่งที่ท่านรัก

สิ่งที่ท่านชอบ เมื่อมันเป็นไปในทางที่ทำให้ท่านรู้สึกเสีย
ประโยชน์หรือขัดความรู้สึกของท่าน ท่านรู้สึกอย่างไรบ้าง สิ่งที่
ท่านชอบมีอันเป็นไปคือสูญสลายตัวไป พลันเกิดความไม่พอใจ
ลองดูซิจริงหรือเปล่า

แหวนที่ท่านสวมอยู่ในมือ ถ้าเผื่อว่ามันตกหล่นหายไป ท่าน
เสียใจ ท่านเสียตาย ท่านไม่พอใจในการหายไปของวัตถุที่ท่าน
หวงแหน **อนิฏฐารมณ**มันเกิดขึ้นแล้วใช่ไหม ดูให้ดีสิ และทำไม
สิ่งที่ท่านชอบใจมันได้สูญหายไปแล้ว ทำไมท่านจึงเกิดความไม่
พอใจคืออนิฏฐารมณเพราะอะไร ท่านจะมองเห็นว่า **อวิชชา**
ความรู้ไม่จริง มันมีอยู่ในจิตของท่านแล้ว แต่แท้ที่จริงของที่มีค่า
หรือของที่ท่านหวงแหนมันก็เป็นแต่เพียงวัตถุอันหนึ่งเท่านั้น มัน
ไม่ใช่สมบัติของใครทั้งสิ้น แต่เมื่อท่านมีจิตผูกพันไปยึดว่าเป็น
ของของเรา เพราะอาศัยอวิชชาความรู้ไม่จริงเป็นเหตุ เมื่อเป็น
เช่นนั้น เมื่อของสิ่งนั้นมีอันสูญสลายไปท่านก็จะเกิดความไม่
พอใจ เกิดความคิดขึ้นมาว่าไม่น่าจะเป็นอย่างนั้น ความคิดที่ว่า
ไม่น่าจะเป็นอย่างนั้น นั่นคือตัว**สังขารอนิจจา** มันบังเกิดขึ้น

มาแล้ว ท่านก็มองเห็น มองเห็น**ปฏิจจสมุปบาท** ซึ่งเกิดอยู่ใน
จิตของท่าน

อวิชชาปัจจัย สังขารา อวิชชาความรู้ไม่จริง เป็นเหตุให้
เกิดสังขาร ถ้าเรารู้จริงว่าทุกสิ่งทุกอย่างมันเป็นไปตามกฎ
ธรรมชาติ โดยเฉพาะอย่างยิ่งตัวของมันก็มีเกิดมีดับ เมื่อสิ่ง
เหล่านั้นมาเป็นสมบัติของเราที่เรายึดว่าเป็นของของเรา บางที
มันก็อยู่กับเรา บางทีมันก็สูญหายไปโดยเหตุอย่างใดอย่างหนึ่ง
ก็ทำให้เราดีใจเสียใจขึ้นมาเพราะเหตุนั้น ความเป็นไปของวัตถุที่
เราหวงแหน มันจะเปลี่ยนแปลงก็ตาม สลายตัวไปก็ตาม หรือ
หายไปก็ตาม นั่นมันเป็นไปตามกฎของธรรมชาติ คืออนิจจัง ไม่
เที่ยง ทุกขัง เป็นทุกข์ อนัตตา ไม่เป็นตัวของตัวเอง และไม่เป็นของ
ของเราด้วย

เพราะเรายังมีกิเลสตัณหาอุปาทานยึดมั่นถือมั่นในสิ่งนั้นๆ
อยู่ เมื่อสิ่งเหล่านั้นมีอันเป็นไปในแง่ที่เราไม่พอใจ หรือในแง่ที่เรา
ไม่ปรารถนาจะให้เป็นอย่างนั้น เราเกิดไม่พอใจ ความไม่พอใจ
ในความสูญเสียนั้นๆ มองดูให้ดีสิ มองเห็นจุดเริ่มของตัณหา

หรือยัง ความไม่พอใจ ความไม่ยินดี มันมีแนวโน้มให้เกิด

วิภวตัณหา แต่สิ่งใดที่เราประสบแล้วเราพอใจ เรายินดี มันมี
แนวโน้มให้เกิด**กามตัณหา** ทั้งความยินดีและทั้งสิ่งที่เรายินดี
และไม่ยินดี ถ้าเราไปยึดเอาไว้ในความรู้สึกทั้งสองอย่าง มันก็
แนวโน้มให้เกิด**ภวตัณหา** เรายึดสิ่งที่ทำให้เกิดเป็นวิภวตัณหา
เพราะอะไร เพราะเราไม่ต้องการประสบสิ่งนั้น มูลเหตุมันมา
จากไหน มูลเหตุเพราะเราใคร่ในสิ่งที่เราต้องการ กิริยาที่
ความรู้สึกว่าเราไม่พอใจเป็นกิริยาของวิภวตัณหามันเกิดขึ้น
กิริยาจิตอันใดที่รู้สึกว่ามีใครพอใจ เป็นกิริยาของกามตัณหามัน
เกิดขึ้น ความยึดมั่น (เทพชาตตอน)

ความคิดของท่านนั้นสับสนเกิด มันเกิดขึ้นมาอย่างไร สิ่ง
ที่ท่านวางแผนมันสลายตัวไป จุดเริ่มมันไม่น่าจะเป็นอย่างนั้นเลย
นี่คือ ชาติ ความเกิดมันปรากฏขึ้นมาแล้ว ที่นี้ความรู้สึกว่ามันไม่
น่าจะเป็นอย่างนั้นเลย ผุดขึ้นมาในความรู้สึกของเรา ถ้าสิ่งใดที่
เป็นไปในทางที่เราไม่ต้องการ มันก็เกิด**โทมนัส** ถ้าสิ่งใดเกิดขึ้น

ในทางที่เราพอใจ มันก็เกิด**โสมนัส** มันจึงเป็นอันว่าถ้าเราจะนับตามอันดับแห่งความเกิดของกิเลสทั้งหลายเหล่านี้

อวิชชาปัจจยา สงขารา (อวิชชาปัจจยา สังขารา) ความรู้ไม่จริงเป็นเหตุเป็นปัจจัยให้เกิดความปรุงคือสังขาร

สังขารปัจจยา วิญญาณ (สังขารปัจจยา วิญญาณัง) ความปรุงแต่งเป็นเหตุให้เกิดวิญญาณคือความรู้

วิญญาณปัจจยา นามรูป (วิญญาณปะปัจจยา นามะรูปัง) รู้ไปเกาะเกี่ยวอยู่ที่ตรงไหน เกิดนามรูปขึ้นมา

นามรูปปัจจยา สฬายตน (นามะรูปปะปัจจยา สฬายตะนัง) เมื่อมีนามกับรูปประกอบกันเข้า คือมีกายกับจิตประกอบกันเข้า มันก็มีรูปมีร่างขึ้นมา มีตา หู จมูก ลิ้น กายและใจ เพราะอาศัยอวิชชาความรู้ไม่จริง จิตขาดสติสัมปะชัญญะ จึงสายแสงไปตามตา หู จมูก ลิ้น กายและใจ

สฬายตนปัจจยา ผัสส (สฬายตะนะปัจจยา ผัสส) เมื่อมีอายตนะ ๖ คือตา หู จมูก ลิ้น กายและใจ ย่อมมีสิ่งเข้ามาสัมผัสรูปสัมผัสกับตา เสียงสัมผัสกับหู กลิ่นสัมผัสกับจมูก รสสัมผัส

กับสิ่ง^๑ สิ่งถูกต้องสัมผัสกาย ความนึกคิดสัมผัสใจ เมื่อเกิดมี
อายตนะ ก็มีความมีความเป็นขึ้นมา เป็นโน่นเป็นนี่

ผัสสปัจจยา เวทนา (ผัสสะปัจจยา เวทนา) ในเมื่อมีผัสสะ
ก็ย่อมมีเวทนา คือรู้สึกสุข รู้สึกทุกข์ รู้สึกไม่สุข ไม่ทุกข์เป็น
กลางๆ

เวทนาปัจจยา ตณฺหา (เวทนาปัจจยา ตันหา) ถ้าหากสิ่ง
ใดมาสัมผัสแล้วรู้สึกทำให้สุขสบาย ก็ทะเยอทะยานอยากได้
เป็นกามตันหา ถ้าสิ่งใดสัมผัสแล้วไม่สบาย ก็ทำให้ทะเยอทยา
นอยากจะทิ้งเสีย แต่มันก็ทิ้งไม่ได้

ตณฺหาปัจจยา อูปาทนํ (ตันหาปัจจยา อูปาทนัง) เมื่อมี
ตันหา เวทนาแล้วก็มีตันหา ตันหาแล้วก็มีอุปาทาน

อูปาทานปัจจยา ภโว (อูปาทานะปัจจยา ภะโว) มีความ
ยึดมั่นถือมั่นที่ตรงไหน ความมีความเป็นคือภพอยู่ที่นั่น ในเมื่อมี
ภพมีความมีความเป็น เป็นอะไร เป็นคือจิตมันไปยึดอยู่ที่
ตรงไหนมันก็เป็นขึ้นที่นั่น มันก็กลายเป็นภพ ในเมื่อเกิดมีภพ
ความมีความเป็น

ภวปัจจยาชาติ (ภวปัจจยาชาติ) ยึดที่ตรงไหนมันก็เกิดที่
นั้น ใจตัวเกิดนี้ก็คือตัวสังขารที่ตัวปรุงตัวแต่งนั้นแหละ ไปยึดที่
รูปก็ว่ารูปสวยงาม ไปยึดที่เสียง ก็ว่าเสียงไพเราะ ไม่ไพเราะ ไป
ยึดที่กลิ่น ก็ว่ากลิ่นเหม็นกลิ่นหอม ไปยึดที่รส ก็ว่ารสอร่อย ไม่
อร่อย ไปยึดที่สัมผัส ก็ว่าสัมผัสเย็นร้อนอ่อนแข็ง ไปยึดที่
ธรรมารมณ์ คืออารมณ์ ก็สำคัญมันหมายความว่าดีไม่ดี ตัวสังขารตัว
ปรุงทั้งนั้น ในเมื่อมีชาติคือความเกิดก็มีความโสกเศร้า มีความ
โทมัสน้อยใจ มีความวิปโยคพลัดพราก มีทุกสิ่งทุกอย่างที่
ก่อให้เกิดให้เป็นทุกข์ เพราะอาศัยอวิชชาตัวเดียว

ทีนี้เราจะดูอวิชชา ดูปฏิจจสมุปบาทอยู่ในจิตของเราเนี่ย ส่วน
อวิชชาปัจจยา สังขารา สังขารปัจจยา นั้นตามคัมภีร์นั้นยกไว้
เรามาดูตัวอวิชชาปัจจยาในจิตของเราขณะนี้ ดูซิ อะไรที่ทำให้
เราดีใจเสียใจในปัจจุบัน ความทุกข์เวทนาที่เกิดขึ้น เช่นนั่งนาน
เมื่อย เราไม่พอใจในความเมื่อยนั้นเพราะอะไร เพราะอวิชชา
อวิชชาปัจจยา สังขารา

เพราะฉะนั้นดูความเกิดดับ ที่มันเกิดดับอยู่กับจิตเนี่ย อะไรเกิดอะไรดับเราดูกันอยู่ที่ตรงนี้ เราก็มองเห็นทั้งสิ่งที่เป็นกิเลส และไม่เป็นกิเลส มองเห็นสิ่งที่เป็นบุญกุศลทั้งสิ่งที่ไม่เป็นบุญ เป็นกุศล แล้วถ้าจิตของเราดำเนินท่องเที่ยวอยู่ในการพิจารณา ดังที่กล่าวมานี้ กายเบาจิตเบา กายสงบจิตสงบ บางที่สงบไป จนกระทั่งกายหายไปจากความรู้สึก ยิ่งเหลือแต่จิตดวงเดียวที่ ลอยเด่นอยู่ เหมือนดวงจันทร์ดวงอาทิตย์ที่ลอยเด่นอยู่

ทีนี้เมื่อจิตเป็นอย่างนี้ต่อไปจะปฏิบัติอย่างไร นี่เป็นปัญหา อีกข้อหนึ่ง ถ้าจิตเป็นอย่างนี้ตลอดไป ถ้าหากว่ามันไปสงบ กายเบาจิตเบา กายสงบจิตสงบ เวทนาทุกข์หายไปหมด ยิ่งเหลือแต่ เวทนาสุข กับความเป็นกลางๆของจิตที่ไปนิ่งสว่างไสวอยู่ นิ่ง รู้อยู่ที่ตัวรู้เฉยๆ ไม่มีอะไรเกิดขึ้นในช่วงที่ท่านมีความสัมผัสหรือ สิ่งดังกล่าวเกิดขึ้นในจิตในเบื้องต้น ถ้าท่านสามารถทำจิตให้ เป็นอย่างนี้บ่อยๆ จนคล่องตัวจนชำนาญยิ่งเป็นการดี ถ้า สามารถทำได้ทุกครั้งที่เราปฏิบัติหรือนั่งปฏิบัติหรืออาจจะ

เป็นอยู่ได้ตลอดเวลา ก็ปล่อยให้มันเป็นไปอย่างนั้นก่อน อย่า
เพิ่งทำอะไรทั้งนั้น

ทีนี้ถ้าเชื่อว่าจิตไม่สงบลงไปสู่ส่วนลึก เพียงแต่เบากายเบา
จิตแล้วจิตไปนิ่งว่างอยู่เฉยๆ เพียงแต่ระงับเวทนาทำให้รู้สึกนั่ง
สบายเท่านั้น ในตอนนี้ถ้าหากว่าจิตมันไปเป็นสภาพเช่นนั้น ถ้า
ปล่อยไว้นานๆแล้วมันจะกลายเป็นจิตหดหู่ แต่ถ้ามันเกิดว่างเบา
ลงไปแล้วมีความสว่าง มีปีติ มีความสุข มีความสงบละเอียดลง
ไปจนกระทั่งตัวหาย เป็นอย่างนี้บ่อยๆ ก็ปล่อยให้มันเป็นอย่างนี้
ก่อน

ทีนี้เมื่อท่านจะทำอะไรต่อไป ควรจะทำต่อเมื่อจิตเข้าไปสู่
ความสงบละเอียดจนกระทั่งตัวหายแล้ว จิตถอนออกมาจาก
สมาธิ พอมารู้สึกว่ามีกายเท่านั้น จิตของท่านจะเกิดความคิด
ขึ้นมาทันที ในช่วงนี้ท่านอย่าละโอกาส รีบกำหนดจิตทำสติตาม
รู้ความคิดนั้นไป จิตจะคิดไปเหนือไปได้ คิดเรื่องกุศลเรื่องอกุศล
เรื่องบาปเรื่องบุญอะไรก็แล้วแต่ แม้แต่คิดออกไปเรื่องโลกๆ
เรื่องงานเรื่องการอะไรก็ตามแต่ ปล่อยให้เค้าคิดไป ท่านไม่ควร

ไปห้ามความคิดอันนี้ แล้วฝึกทำสติตามรู้ความคิดดังกล่าวไป
เอาความคิดที่มันเกิดขึ้นเองนั่นแหละเป็นอารมณ์ของจิต แต่
กำหนดหมายรู้ว่าสิ่งที่คิดนี้ **ญาณะมัตตายะ** สักแต่ว่าเป็น
อารมณ์สิ่งรู้ของจิต **ปะติสสะติมัตตายะ** สักแต่ว่าเป็นที่อาศัย
ระลึก

ระวังอย่าให้มีความยึดในความคิดนี้เกิดขึ้น เมื่อท่านเกิดยึด
ในความคิดอันนี้ขึ้นมาเมื่อไหร่ ท่านจะมองเห็นตัวสังขารปรากฏ
ขึ้น ทำไมจิตของท่านจึงยึด ยึดเพราะรู้ไม่จริง ความรู้ไม่จริงคือ
อวิชชา อวิชชาอยู่ในจิตของท่าน แต่ท่านมีสติสัมปะชัญญะดี
ท่านจะมองเห็นตัวกิเลสคือตัวอวิชชา ทำไมมันจึงยึด เพราะไม่รู้
จริงเราจึงยึด ในเมื่อยึดแล้วมันก็ปรุงคือความคิดนั่นเอง คิดว่า
เป็นอย่างนั้น คิดว่าเป็นอย่างนี้ ประเดี๋ยวคิดว่าสิ่งที่มันนี่มันคือ
อะไร สมมติคืออะไร ปัญญาคืออะไร ศีลคืออะไร สิ่งทั้งหลาย
เหล่านี้ตัวสังขาร สังขารอวิชชาทั้งนั้นเพราะมันปรุง เพราะ
ความรู้ไม่จริงมันจึงยึด ยึดแล้วมันจึงปรุง ตัวปรุงคือตัวสังขาร ใน
เมื่อปรุงไปรู้ไป ปรุงไปรู้ไป ดีใจไปเสียใจไป เกิดทุกข์ไป ทุกข์สุข

ไป เราก็มองเห็นความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา มองเห็น

อริยสัจ ๔ คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค ไปพร้อมๆกัน

ในขณะที่จิตเดียวกันนั้นแหละ นี่ทางปฏิบัติควรจะได้ทำอย่างนี้

เมื่อท่านผู้ใดพิจารณาสิ่งใด จิตสงบลงเป็นสมาธิได้ ให้ยึด
หลักนั้น พิจารณาสິงนั้นบ่อยๆ จนมันคล่องตัว จนชำนาญชำนาญ
ถือเอาอันนั้นแหละเป็นวิหารธรรมเครื่องอยู่ของจิต อย่างท่านผู้ที่
ถามนี้ บอกว่าพิจารณากายคตาสติแล้ว จิตมันหยุดพิจารณา
แล้วก็มีควมสงบนิ่งจิตสว่างไสวลอยเด่นอยู่นอกกาย กายเบา
จิตเบา เมื่อท่านจะปฏิบัติในคราวต่อไป ก็พิจารณากายคตาสติ
ไม่ต้องไปบริกรรมภาวนาให้จิตสงบก่อน พิจารณากายคตาสติ
เลย ให้จิตสงบเพราะกายคตาสตินั้น เมื่อจิตสงบลงไปแล้ว เมื่อ
มันจะสงบไปถึงไหน ละเอียดแค่ไหนปล่อยมันสงบไป เมื่อมัน
ถอนจากความสงบขึ้นมาแล้วก็เมื่อรู้สึกว่ามีกายปรากฏ
ความคิดเกิดขึ้น ให้กำหนดตามรู้อารมณ์จิตของตัวเองไปด้วย
ควมมีสติสัมปะชัญญะ นี่คือนวทางการปฏิบัติมีอยู่แค่นี้

อ้าว ที่นี้เป็นปัญหาข้อที่สอง การทำพิธีแบบโยเลเป็น
กิจกรรมของพระพุทธศาสนาหรือไม่ และเวลานี้มีคนนิยมมาก
ได้เคยพูดคุยอยู่เสมอว่า สมาธิเป็นหลักธรรมเป็นกลางๆ ไม่
สังกัดในลัทธิและศาสนาใดๆทั้งสิ้น โยเลเป็นวิธีปฏิบัติสมาธิอีก
แบบหนึ่งตามความเข้าใจของผู้นำลัทธินี้หรือผู้จัดเจนในการ
ปฏิบัติตามลัทธิวิธีอันนี้ แต่อยู่ในเกณฑ์ที่จัดเข้าในพวกประเภท
สมาธิเหมือนกัน เราจะถือว่าเป็นสมาธิในหลักพระพุทธศาสนา
ได้ เป็นหลักสมาธิในลัทธิโยเลก็ได้ เป็นสมาธิในศาสนาคริสต์
อิสลามอะไรก็ได้ เพราะคำว่าสมาธินี้เป็นหลักกลางๆ ไม่ได้
สังกัดในลัทธิและศาสนาใดๆทั้งสิ้น

แต่วิธีการคือวิธีการปฏิบัติจิตให้มีสมาธินั้น อาจจะมีสังกัด
ในลัทธิและศาสนานั้นๆ แต่ความที่จิตเป็นสมาธิสามารถใช้งานได้
ได้ มันเป็นสมาธิสรุปลงในหลักอันเดียวกัน คือจิตมีความสงบ
และมีวิตก วิจารณ์ ปีติ สุข เอกัคคตาเหมือนกัน แต่สมาธิอื่นๆ
นอกจากหลักของพระพุทธเจ้าเป็นสมาธิที่สร้างขึ้นเพื่อประโยชน์
ในปัจจุบันเป็นส่วนใหญ่ โยเลนี้เท่าที่ได้ทราบ มันเป็นวิธีการใช้

พลังจิตอีกแบบหนึ่งเกี่ยวกับการรักษาโรคภัยไข้เจ็บ และเป็น
วิธีการสามารถที่ปฏิบัติแล้ว สามารถทำจิตให้มีความสงบสบาย
ได้เหมือนกัน

แม้ในลัทธิของพระพุทธศาสนาของเราเราก็สามารถที่จะ
ทำสมาธิแล้วใช้พลังจิตไปรักษาโรคภัยไข้เจ็บได้ แม้แต่ในลัทธิ
ไสยศาสตร์พวกเวทมนตร์คาถา เขาก็ใช้สมาธิไปรักษาโรคภัยไข้
เจ็บได้ เช่นวิชาอาคมมนต์ต่อกระดูกเป็นต้น อันนี้ก็ใช้พลังสมาธิ
แต่สมาธิที่ใช้โดยทั่วไปเกี่ยวกับรักษาโรคภัยไข้เจ็บก็ดี หรือ
เกี่ยวกับเวทมนตร์คาถาทางไสยศาสตร์ก็ดี เป็นสมาธิที่มีจุดเริ่ม
ด้วยความเชื่อมั่น ในเมื่อใครจะใช้พลังจิตไปในทางใด ต้อง
อาศัยความเชื่อมั่น อันนี้เป็นเบื้องต้น แต่บางท่านก็ไม่เพียงแค
ว่าอาศัยความเชื่อมั่นเพียงอย่างเดียว สามารถที่จะทำสมาธิให้
ลึกลงไปเป็นอุปจาระสมาธิ หรือขนาดฌานสมาบัติขั้นที่๑ คือ
ปฐมฌาน ซึ่งประกอบด้วยวิตก วิจารณ์ ปีติ สุข เอกัคคตา

เมื่อสามารถทำจิตให้สงบลงไปอยู่ในระดับที่กำลังเกิดปีติ
หรือมีความสว่างขึ้นมา เขาก็สามารถที่จะเพ่งกระแสจิตไปถ่าย

กำลังให้ใครต่อใครก็ได้ หรือไม่อย่างนั้นสามารถที่จะเพ่งกระแส
จิตเข้าไปตรวจดูโรคภัยไข้เจ็บในร่างกายของคนไข้ก็ได้ เช่น
ยกตัวอย่างเช่นมีพระภิกษุรูปหนึ่งในอดีตกาลอันไกลนี้ช่วงชีวิต
ของเราแน่ละ ท่านผู้นั้นเจ็บกระเพราะเจ็บท้องอยู่ ไม่หายซักที
ท่านอาจารย์จันทร์ เขมปัตโต ไปรู้เข้า ท่านก็จับพระองค์นั้นมา
นั่งข้างหน้าท่าน ท่านพูดคล้ายๆกับว่าพูดที่เล่นที่จริง ไหนดูซิ
ทำไมมันเจ็บท้องไม่หายซักที มา จะตรวจโรคให้ พอท่านนั่ง
กำหนดจิตอยู่แพล็บหนึ่ง ท่านก็ลืมตาขึ้นมา โอ้ย มันจะไม่เจ็บ
อย่างไร ไปกินเบ็ดเข้าไปตั้งหลังมันเกาะอยู่ผนังกระเพาะนั้น ไป
เคี้ยวหัวปลาหมอไซ้มัย พระองค์นั้นบอกว่าไซ้ นั้นแหละเบ็ดมัน
ติดอยู่หัวปลานั้น แล้วมันก็ลื่นเข้าไปมันไปเกาะอยู่ผนังกระเพาะ
ไปหาหมอให้หมอเอาออกให้ซะ ทีนี้พระองค์นั้นก็ไปหาหมอ
หมอก็ผ่าออกให้แล้วมันก็หาย

อย่างเนี่ย แม้แต่ในลัทธิศาสนาพุทธของเราก็ยังมีผู้ใช้พลัง
จิตสำหรับรักษาโรคอยู่ และคำตอบในตอนที่ต่อไป คำถามใน
ตอนที่ต่อไปว่าเวลานี้มีคนเค้านิยมไปมาก ที่เค้านิยมกันมากก็

เพราะเหตุว่า โยเลนนี่เป็นของต่างประเทศนำมาคือญี่ปุ่น โดย
นิสัยคนไทยของเราไม่ชอบของเก่า และไม่ชอบสมบัติที่เรามีอยู่
เราจึงลงไปซื้อค่าโฆษณาเค้าแล้วก็ไปนิยมชมชอบเช่นอย่าง
ลัทธิไสยาบาเป็นต้น ของๆเรานี่ถ้าจะพิจารณากันให้ซึ่ง ดูให้ดี
แล้ว คนของเราก็สามารถที่จะทำสมาธิเพื่อรักษาโรคภัยไข้เจ็บ
ได้ ก็ถ่ายพลังจิตพลังใจให้กันได้ตามความเชื่อถือ และสิ่งเหล่านี้
มันจะเป็นไปได้จริงไหมนั้น มันขึ้นอยู่กับความเชื่อมั่นของผู้ทำ
และผู้รับการกระทำนั้นๆ อันนี้ยกเอาไว้ให้ท่านทั้งหลาย
พิจารณาเอาเอง

และอีกอย่างหนึ่ง การฝึกฝนอบรมสมาธิภาวนาของผู้ให้การ
อบรมสั่งสอนสมาธิตามหลักของพระพุทธศาสนานั้น อยู่ในวง
แคบจนเกินไป ไปมองข้ามสิ่งเล็กๆน้อยๆ แม้แต่การฝึกหัดทำสติ
ตามรู้การยืน เดิน นั่ง นอน รับประทานอาหาร ดื่มน้ำ ทำ พูด คิด หรือเมื่อทำ
จิตบวกรรมภาวนาลงไปแล้ว จิตรู้สึกสงบลงนิดหน่อย จิตทิ้ง
บวกรรมภาวนาไปคิดอย่างอื่น ถ้าใครบอกว่าปล่อยให้มันคิดไป
แล้วทำสติตามรู้เรื่อยไป มันจะไปขัดกับมतिของนักภาวนาใน

หลักของพระพุทธศาสนา ทั้งนี้อาจจะเป็นเพราะความ
รู้เท่าไม่ถึงการณ์ ความเข้าใจในหลักการภาวนาหรือ
ประสบการณ์ภายในจิตในการภาวนายังอยู่ในวงแคบ เราจึงไป
จำกัดจำเขี่ยว่าต้องทำอย่างนี้ๆ แม้พวกเราเองซึ่งสอนศาสนา
พุทธด้วยกันก็ยังมี การขัดแย้งกันเกี่ยวกับเรื่องความรู้ความเห็น
ในทางภูมิจิตภูมิใจ

ถ้าใครจะนิยมชมชอบไปเรียนลัทธิโยเลกับเค้าบ้างก็ยอม
เรียนได้ สนใจได้ ไม่ใช่มีจฉาที่ฉฐ เพราะมันเป็นอุบายที่ทำให้
สงบลงได้เหมือนกันถ้าทำจริง แต่สมาธิที่เราฝึกอบรมอยู่นี้มัน
เป็นกลางๆ ถ้าอยากจะทำให้สมาธิที่ปฏิบัติตามแบบไหนอย่างไรให้
มันเกิดประสิทธิภาพในทางที่จะขจัดกิเลส ชำระจิตให้บริสุทธิ์
สะอาด ต้องมีศีล อย่างต่ำ**ศีล ๕** ต้องให้บริสุทธิ์สะอาดอย่าง
แท้จริง สมาธินั้นจึงจะเป็นไปเพื่อตรัสรู้มรรคผลนิพพานได้

แต่ขออย่าอีกอันหนึ่งว่าโยเลสสมาธินี้มันก็ต่าง ต่างแต่ชื่อ แต่
เมื่อวิธีการในการปฏิบัติก็มันเหมือนกัน บางทีก็บางท่านก็ให้
ท่องคาถาบริกรรมภาวนา บางท่านก็ให้นั่งลืมตาอยู่เฉยๆ บาง

ท่านก็ให้นั่งหลับตามองดูความคิดของตัวเอง บางท่านก็ให้พิจารณาโน่นนี่ ซึ่งสารพัดแล้วแต่ความเข้าใจ รวมความแล้วว่าเป็นวิธีทำสมาธิทั้งนั้น และการทำสมาธินี้เป็นหลักกลางๆไม่สังกัดในลัทธิและศาสนาใด ถ้าเราจะทำสมาธิตามหลักของพระพุทธศาสนาต้องมีศีล ๕ เป็นหลักประกันความปลอดภัย นี้ขอให้ทำความเข้าใจอย่างนี้

เป็นอันว่าการตอบปัญหานี้ ทั้งสองข้อนี้เป็นอันเสร็จสิ้นลงไป เมื่อท่านได้นั่งฟังคำตอบปัญหาสองข้อนี้ เราเริ่มกิจกรรมของเราตั้งแต่ ๙ นาฬิกา ก็บัดนี้ก็ ๑๐ นาฬิกาแล้ว ตอบปัญหาสองข้อใช้เวลาหนึ่งชั่วโมง และท่านทั้งหลายก็ได้นั่งสมาธิ ๑ ชั่วโมงเช่นเดียวกัน เสียงที่ท่านได้ยินด้วยหู เมื่อท่านทำสติรู้อยู่กับเสียงนั้น เสียงเป็นอารมณ์จิต ท่านฝึกสมาธิเพราะอาศัยเสียงด้วยความมีสติสัมปะชัญญะรู้อยู่กับเสียงนั้น เมื่อตาของท่านเห็นรูป ท่านมีสติรู้อยู่กับการเห็นนั้น ท่านฝึกสมาธิอยู่กับตากับรูป เมื่อจมูกท่านได้กลิ่นอะไร ท่านมีสติรู้อยู่กับกับกลิ่นนั้น มีสติรู้อยู่กับสิ่งนั้นในปัจจุบัน ท่านฝึกสมาธิเพราะอาศัยกลิ่นเป็นอารมณ์

ท่านรับทานอะไร รู้สึกรสในการสัมผัสลิ้น ท่านมีสติรู้อยู่กับสิ่งนั้น
ฝึกสติกับสิ่งนั้นเป็นการฝึกสมาธิกับรสอาหาร กายท่านสัมผัส
อันใดท่านมีสติรู้อยู่กับสัมผัสนั้น หรือท่านอาจจะพิจารณาไปว่า
สัมผัสเย็นร้อนอ่อนแข็งใดๆ ซึ่งสุดแท้แต่ท่านจะพิจารณาด้วย
ความมีสติ ท่านก็ได้ฝึกสมาธิอยู่กับสัมผัสนั้นๆ ความคิดอันใดที่
เกิดดับอยู่กับจิต ท่านกำหนดจิตทำสติตามรู้ความคิดที่เกิดดับ
อยู่กับจิตตลอดเวลา รู้อยู่ทุกขณะจิต ท่านก็ได้ทำสมาธิกับ
อารมณ์จิตที่เกิดดับอยู่ในปัจจุบัน และพร้อมๆ กันนั้นจะได้ชื่อว่า
ท่านได้เจริญวิปัสสนาไปพร้อมกัน

ก่อนที่จะขบนี้ขอย้ำอีกทีหนึ่งว่า คำว่าสมณะก็ดี วิปัสสนาก็ดี
เป็นแต่วิธีการปฏิบัติเท่านั้น การปฏิบัติด้วยการบริกรรมภาวนา
การเพ่งกสิณหรือการพิจารณาอะไรให้รู้ความเป็นจริงของสิ่งนั้น
เพียงแต่รู้ว่าสิ่งนี้เป็นสิ่งนี้เท่านั้น เช่นพิจารณาว่าผม ขน เล็บ ฟัน
หนัง เห็นเป็นผม ขน เล็บ ฟัน หนัง อันนี้เป็นการปฏิบัติในภูมิชั้น
แห่ง**สมณะ** ถ้าการปฏิบัติตามแบบการใช้ความคิด พิจารณามี
จิต มีแนวโน้มไปสู่**พระไตรลักษณ์คืออนิจจัง ทุกขัง อนัตตา**

คิดว่าทุกสิ่งทุกอย่างในโลกนี้เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ซึ่งเราใช้
ความคิดพิจารณาตามสติพลังความสามารถที่เราจะคิดมาก
น้อยเพียงใด เป็นการปฏิบัติตามแบบ**วิปัสสนา**

แต่จุดมุ่งหมายของทั้งสองอย่างนี้เพื่อฝึกหัดจิตให้เกิดมี
ความสงบ มีปีติ มีความสุขและมีความเป็นหนึ่ง ให้จิตมีสมาธิ มี
สติปัญญาสามารถพิจารณาสภาวะธรรมให้รู้แจ้งเห็นจริงตาม
กฎของธรรมชาติคือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เป็นอุบายวิธีให้เรา
สามารถมองเห็นทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรคภายในจิตของเรา
ในขณะที่จิตเดียวพร้อมกับความรู้เห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตานั่นๆ
อันนี้คือความประสงค์ ความแตกต่างก็เพียงแต่วิธีการ เมื่อ
ความเป็นแล้วมันเป็นอย่างเดียวกัน

ทีนี้ถ้าหากว่าสมาธิอันใดไปสงบนิ่งอยู่ ไม่มีความรู้ความเห็น
อันใดเกิดขึ้น สมาธิอันนั้นเป็นสมาธิในฌาน ทางดำเนินของ
ฌานก็ไปแบบภาสี ๑ ๒ ๓ ๔ อากาศ (**อากาสัญญายตนะ**)
วิญญาน (**วิญญาณัญญายตนะ**) **อากิญจัญญายตนะ** **เนว**
สัญญานาสัญญายตนะ วิ่งไปตามวิถีแห่งสมาบัติ ๘ ทีนี้ถ้าหา

กว่าวิถีจิตดวงใดที่สามารถทำสมาธิด้วยวิธีอุบายอย่างใดอย่าง
หนึ่งเกิดขึ้นแล้ว จิตประกอบด้วยวิตก วิจารณ์ ปีติ สุข เอกัคคตา มี
การค้นคว้าพิจารณาอารมณ์จิตอยู่ตลอดเวลา จิตดวงนี้ก็เป็นจิต
ที่ดำเนินไปสู่ทางแห่งวิปัสสนากรรมฐาน เมื่อจิตยังมีวิตกวิจารณ์
อยู่ จิตเดินวิปัสสนา ถ้าจิตหยุดวิตกวิจารณ์ ไปสงบนิ่งเป็นจิต
สมณะ

ทีนี้เมื่อจิตเดินทางวิปัสสนากำหนดรู้สิ่งที่เกิดดับภายในจิต
ตลอดเวลา เมื่อจิตรู้แจ้งเห็นจริงว่าสิ่งนี้เป็นอย่างนี้ พิจารณา
อนิจจังก็รู้อนิจจัง พิจารณาทุกขัง รู้ทุกขัง พิจารณาอนัตตา รู้
อนัตตา ในเมื่อรู้แจ้งเห็นจริงแล้ว จิตตัดกระแสไปสงบนิ่ง มีปีติ มี
ความสุขบังเกิดขึ้น บางทีก็สงบละเอียดลงไปจนวิตกวิจารณ์หาย
ปีติสุขหาย แล้วก็ยังเหลือแต่เอกัคคตาและอุเบกขา แล้วก็เข้าๆ
ออกๆอยู่ ประเดี๋ยวก็เข้าไปสู่ความสงบนิ่ง ประเดี๋ยวก็โผล่มารับ
อารมณ์พิจารณา อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา พอได้ความแล้วก็วิ่งเข้า
ไปสู่ความสงบ เมื่อจิตพิจารณาอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาอยู่ ยังคิด
ได้อยู่ นั่นเป็นภาคปฏิบัติ ถ้าจิตตัดสั่นลงไปว่านี่คืออนิจจังไม่

เที่ยง น้ันเป็นวิปัสสนา แต่จิตกำลังคิดว่านี่อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา
ด้วยความตั้งใจ อันนั้นนั้นเป็นภาคปฏิบัติ (เทพจบ)

ที่มา: <https://youtu.be/9bt58hABI8w>