บันทึกธรรมโสรโทภิกขุ

ห้ารอบ หกทศวรรษ โสรโทภิกขุ

บันทึกธรรมโสรโทภิกขุ
ห้ารอบ หกทศวรรษ

พระครูภาวนาวราลังการ

มุทิตาพจน์

พระครูภาวนาวราลังการ วิ.

ศุภวาระ อายุวัฒนมงคล แซยิด ๖๐ ปี

ยถา สงฺการธานสฺมึ อุชฺฌิตสฺมึ มหาปเถ
ปทุมํ ตตฺถ ชาเยถ สุจิคนฺธํ มโนรมํ
เอวํ สงฺการภูเตสุ อนฺธภูเต ปุถุชฺชเน
อติโรจติ ปญฺญาย สมฺมาสมฺพุทฺธสาวโกติ ฯ

สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้า ผู้เป็นพระบรมศาสดาของไตรโลก ประกอบด้วยพระกรุณาต่อมวลมนุษยชาติ ตรัสไว้ว่า **“ดอกบัวมีกลิ่นหอมดี พึงเกิดในกองหยากเยื่อโคลนตม แม้ถูกบุคคลทิ้งไว้ใกล้หนทางใหญ่ ที่ไม่สะอาด ที่น่าเกลียด ที่เป็นปฏิกูล ก็ตาม แต่ดอกบัวนั้นยังคงสถานะ เป็นที่ชอบใจ เป็นของน่าใคร่ เป็นของน่าพึงพอใจ เป็นของควรประดิษฐานไว้เหนือกระหม่อมแห่งอิสรชนทั้งหลาย มีพระราชาและมหาอำมาตย์ของพระราชาเป็นต้นฉันใด**

สาวกของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า คือภิกษุผู้ขีณาสพ ก็ฉันนั้นเหมือนกัน เมื่อปุถุชนแม้เป็นดังกองหยากเยื่อ ถือกำเนิดเกิดขึ้นแล้ว แม้เกิดในระหว่างแห่งมหาชนผู้ไม่มีปัญญาไม่มีจักษุ ย่อมไพโรจน์สว่างไสวด้วยกำลังแห่งปัญญาของตน เห็นโทษในกามทั้งหลายและเห็นอานิสงส์ในการออกบวช ออกบวชแล้ว ย่อมไพโรจน์สว่างไสว แม้ด้วยคุณสักว่าการบรรพชา เมื่อยกตนขึ้นสู่ศีล สมาธิ ปัญญา วิมุตติ วิมุตติญาณทัสสนะ ยิ่งกว่าคุณสักว่าการบรรพชานั้น ก็ย่อมไพโรจน์สว่างไสว คืองามล่วงซึ่งปุถุชนผู้มืดทั้งหลาย”

ท่าน พระครูภาวนาวรลังการ วิ. (สมศักดิ์ โสรโท) เจ้าอาวาสวัดภัททันตะอาสภาราม เป็นพระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า ได้ศึกษาแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ตามแนวมหาสติปัฏฐาน ๔ โดยมี พระภัททันตะ อาสภมหาเถระ อัคคมหากัมมัฏฐานาจริยะ พระอาจารย์ใหญ่ เป็นองค์สอนวิปัสสนากรรมฐาน ท่านตั้งใจปฏิบัติอย่างอุกฤษฏ์ อุทิศชีวิตถวาย เป็นพุทธบูชาแด่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า จนได้รับความไว้วางใจจากพระอาจารย์ใหญ่ ให้เป็นผู้ช่วยสอนวิปัสสนากรรมฐาน สอบอารมณ์ผู้ปฏิบัติ และเป็นพระวิปัสสนาจารย์ รูปสำคัญรูปหนึ่งของคณะสงฆ์ไทย ในกาลต่อมา

งานด้านการเผยแผ่พระพุทธศาสนาในประเทศไทย เป็นงานหลักของท่าน โดยได้เปิดอบรมวิปัสสนากรรมฐานให้แก่พระภิกษุสามเณรและประชาชนทั่วไปที่วัดภัททันตะอาสภาราม อันเป็นวัดที่มีชื่อเสียงอย่างมากในเรื่องการสอนวิปัสสนากรรมฐาน ตามแนวมหาสติปัฏฐาน ๔ นอกจากนี้ ท่านยังเป็นพระวิปัสสนาจารย์ผู้ให้การอบรมด้านวิปัสสนากรรมฐานแก่พระธรรมทูตสายต่างประเทศ และพระนิสิตจากมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

งานด้านการเผยแผ่พระพุทธศาสนาในต่างประเทศ ท่านก็ได้อุทิศกำลังกายกำลังใจบำเพ็ญให้เป็นไปอย่างดียิ่ง กล่าวคือ ได้เดินทางไปปฏิบัติศาสนากิจ สอนวิปัสสนากรรมฐาน ให้แก่ชาวไทยและชาวต่างชาติ ณ ประเทศสหรัฐอเมริกา ในปีพุทธศักราช ๒๕๔๑ – ๒๕๔๓

ชีวิตและผลงานการปฏิบัติศาสนกิจของท่าน เป็นไปเพื่อประโยชน์ของพระพุทธศาสนา เป็นไปเพื่ออนุเคราะห์ชนเป็นอันมาก เป็นเหตุให้ท่านเป็นที่เคารพนับถือของศิษยานุศิษย์จำนวนมาก ต้องตรงตามพระพุทธภาษิตที่ได้อัญเชิญเป็นปฐมบทบาลี โดยเฉพาะอย่างยิ่งที่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ในตอนท้ายพระคาถาว่า **อติโรจติ ปญฺญาย สมฺมาสมฺพุทฺธสฺส สาวโก สาวกของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ย่อมรุ่งเรืองด้วยปัญญา** ปัญญาในที่นี้ ท่านจำแนกออกเป็น ๓ ประการ คือ

๑. สุตมยปัญญา ปัญญาเกิดจากการฟังหรือจากการเล่าเรียนศึกษา

๒. จินตมยปัญญา ปัญญาเกิดจากการวิเคราะห์ ขบคิด พิจารณา

๓. ภาวนามยปัญญา ปัญญาเกิดจากภาวนา คือ การลงมือปฏิบัติ

ท่านพระครูภาวนาวราลังการ วิ. เป็นพระสงฆ์ที่ประพฤติดี ปฏิบัติชอบ จึงเป็นพระสงฆ์ที่เจริญด้วยปัญญาทั้ง ๓ ประการ โดยเฉพาะภาวนามยปัญญา อันเป็นปัญญาขั้นสูงสุดของทางพระพุทธศาสนา เมื่อเป็นเช่นนี้ จึงเป็นเหตุให้ท่านเป็นสาวกของพระพุทธเจ้า ที่มีพุทธศาสนิกชนจำนวนมาก ให้ความเคารพ นับถือ อย่างยิ่ง อุปมาดังดอกปทุม ไม่ว่าจะเกิดจากสถานที่แห่งใด ถูกวางไว้ในสถานที่แห่งใด ก็ยังเป็นที่รัก เป็นที่ชอบใจ เป็นที่ปรารถนา เป็นสิ่งที่ควรนำมาถวายแด่พระพุทธปฏิมาอันเป็นสัญญาลักษณะแห่งองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ฉะนั้น

ในศุภวาระ อายุวัฒนมงคล ๖๐ ปี ของ พระครูภาวนาวราลังการ วิ. การที่คณะพระสงฆ์ผู้เป็นครูบาอาจารย์และกัลยาณมิตร ตลอดถึงศิษยานุศิษย์จำนวนมาก ต่างมีความปีติปราโมทย์ เกิดกุศลเจตนา มุทิตาจิต มีความประสงค์จะร่วมกันแสดงออกถึงมุทิตลักษณะ จัดพิธีบำเพ็ญกุศลอายุวัฒนมงคล ๖๐ ปีขึ้นนั้น

คำว่า **“มุทิตา”** หมายถึงความเป็นผู้มีใจชื่นชมยินดี ในเมื่อผู้อื่นได้ดีหรือได้รับความสำเร็จ เป็นอาการที่เกิดขึ้นในใจเอง โดยมิได้มีใครมาบังคับ เกิดขึ้นเพราะจิตใจปราศจากความอิจฉาริษยา เกิดขึ้นเพราะมีจิตใจยินดีในผลสำเร็จหรือความดีของคนอื่น เพราะฉะนั้น จึงเรียกเป็นคำเต็มได้ว่า “มุทิตาจิต”

การที่คณะศิษยานุศิษย์ ทุกรูป/ทุกท่าน ได้มีจิตมุทิตายินดีและแสดงออกถึงมุทิตาสักการะ จัดงานทำบุญอายุวัฒนมงคลถวายเป็นอาจริยบูชาต่อท่านพระครูภาวนาวราลังการ วิ. นับเป็นมหามงคลของผู้ได้รับการมุทิตาสักการะ เป็นธรรมโอสถวิเศษที่ผูกจิต มัดใจ ให้มีเกิดความปีติปราโมทย์อย่างหาประมาณมิได้ และจะเป็นมังคลานุสติธรรม ให้พลอยระลึกถึงโอกาสอันเป็นมหามงคลเช่นนี้ ตราบนานเท่านาน

ขออาราธนาคุณพระศรีรัตนตรัย และบารมีธรรมแห่งพระอริยบุรพาจารย์ โปรดอภิบาลคุ้มครอง รักษา อำนวยพรมหามงคล ให้ท่านพระครูภาวนาวราลังการ วิ. ประสบกับอิฏฐารมณ์ เจริญด้วยจตุรพิธพรชัยมงคล ๔ ประการ คือ อายุ พรรณะ สุขะ พละ เจริญด้วยธรรมสมบัติ ปริวารสมบัติ และนิพพานสมบัติ ตลอดกาลทุกเมื่อเทอญ ฯ

พระธรรมวชิรมุนี

(พระธรรมวชิรมุนี วิ.)
เจ้าคณะกรุงเทพมหานคร
กรรมการมหาเถรสมาคม
วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์

สำนักงานเจ้าคณะกรุงเทพมหานคร
วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์
๑๙ กันยายน ๒๕๖๖

มุทิตาพจน์

มุทิตากับความยังดูหนุ่มของพระครูภาวนาวราลังการ วิ. (สมศักดิ์ โสรโท) เจ้าอาวาสวัดภัททันตะอาสภาราม แม้ท่านจะมีอายุ ๖๐ ปีก็เป็นเพียงตัวเลขเท่านั้น แต่ดูหน้าตาผิวพรรณดูเหมือนอายุ พึ่ง ๓๐ ปี ไปหยก ๆ เพราะท่านพระครูเป็นผู้มีบุญมากสุขภาพกายใจจึงดี ดูไม่แก่ จิตใจงดงาม จิตใจผ่องใสเบิกบานนี้คือบุญของท่านพระครูภาวนาวราลังการ วิ. มีคุณธรรมสูง และครั้งหนึ่งได้ไปเทศน์กันที่รัฐเทนเนสซี สหรัฐอเมริกา จึงได้รู้อัธยาศัยจิตใจของท่านว่าดีงาม ล้ำเลิศน่ารัก เพราะการได้อยู่ร่วมกันหลายวัน

จึงขอให้พระครูเป็นผู้ไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตาย คือถึงนิพพาน รักนับถือเสมอมา

พระครูรัตนพรหมคุณ
(เจ้าอาวาสวัดบางแก้ว)
๓ กันยายน ๒๕๖๖

มุทิตาพจน์

พระพุทธศาสนา เป็นศาสนาที่มีครบทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ อันมีผล ที่เรียกว่า ปริยัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ การรักษา เผยแผ่ พระพุทธศาสนา ก็ยึดตามหลักการนี้ หากไม่ยึดตามหลักการนี้ ก็จะเป็นการเผยแผ่ลัทธิตามความเชื่อของตนเอง ภาคปริยัติเป็นหลักคำสอนในพระไตรปิฎกทั้ง ๘๔,๐๐๐ พระธรรมขันธ์ เมื่อนำหลักธรรมข้อใดมาปฏิบัติก็จำบังเกิดผลตามสมควรแก่ธรรมนั้น ๆ ความจริงพระพุทธศาสนาทั้ง ๓ ภาคนี้ มีความสัมพันธ์เชื่อมโยงต่อเนื่องกัน เป็นเรื่องเดียวกัน หรือเป็นเนื้อเดียวกันก็ว่าได้ ยกตัวอย่าง หากรู้ว่า “เมตตา” คือ “ความรัก” ต่อมนุษย์และสรรพสัตว์ แต่ไม่เคยให้ความรักต่อใครและสัตว์ใดเลย ตรงกันข้ามมีแต่ความโกรธ เกลียดเป็นเจ้าเรือนครองใจ ก็ยากที่จะได้รับความรักความเมตตาจากผู้อื่น ที่สำคัญเจ้าตัวนั่นเองถูกความโกรธ เกลียดเผาลนอยู่ประจำ ยากจะหาความสุขได้ ดังนั้น ธรรมะต้องศึกษาเรียนรู้ แล้วน้อมนำมาปฏิบัติ จึงจะเกิดผล หากศึกษาเรียนรู้แล้วไม่นำมาปฏิบัติ ธรรมใด ๆ ก็ไร้ผล

วัดภัททันตะอาสภาราม เป็นวัดที่รักษา สืบสาน ส่งเสริม และเผยแผ่พระพุทธศาสนาตามหลักการทั้ง ๓ ประการจึงทำให้มีพุทธศาสนิกชนทั้งคนไทยและชาวต่างชาติสนใจเข้ามาศึกษาเรียนรู้พระพุทธศาสนา โดยเฉพาะด้านการปฏิบัติ ซึ่งมีหลวงพ่อพระครูภาวนาวราลังการ วิ. เป็นเจ้าอาวาส หลวงพ่อเป็นพระผู้เปี่ยมด้วยพรหมวิหารธรรม คือ เมตตา มีความรักใคร่ต่อมวลศิษยานุศิษย์และสรรพสัตว์ มีกรุณาหวังให้ศิษยานุศิษย์และสรรพสัตว์ได้พ้นทุกข์ มีมุทิตาพลอยยินดีกับศิษยานุศิษย์ที่ประสบผลสำเร็จ วางใจเป็นกลางเมื่อสุดวิสัยที่จะเกื้อกูลได้ แต่คอยสอดส่อง มองดูห่าง ๆ และหาทางเพื่อช่วยเหลืออย่างเข้าใจ ในโอกาสที่หลวงพ่อได้เจริญอายุวัฒนมงคลครบ ๖๐ ปี ในวันที่ ๒๙ ตุลาคม ๒๕๖๖ นี้ ขอให้หลวงพ่อมีสุขภาพแข็งแรง เป็นที่พึ่งแก่ศิษยานุศิษย์ตลอดไป มวลศิษย์ขอน้อมถวายสักการะ และมุทิตาด้วยจิตกตัญญู กตเวที มา ณ โอกาสนี้

จากใจศิษยานุศิษย์

อาจาริยบูชา

"พระครูภาวนาวราลังการ วิ."

◉ พระเถระประภัสสรสุนทรศีล เมธาวินโสรทอลงกตศานติ์
เปี่ยมเมตตาวิปัสสนาจารย์ สุพพิธานบริหารศาสน์วัฒนา

◉ พิสุทธิ์จิตพิสิษฐ์จินต์วศินใจ นิรัติศัยเรืองอุไรไตรสิกขา
ทีปนีส่องแสงธรรมพระสัมมา ปทิตตาเทพสรรเสริญเจริญพร

◉ สถิต ณ ภัททันตะอาสภาราม มงคลนามสมศักดิ์ยิ่งดังสิงขร
อนรรฆาสง่างามธรรมาภรณ์ อลงกรณ์วิศรุตชยุตม์ธรรม

◉ ๖๐ ปี ทีฆายุอุดมพร บุณยสรณ์เทวคุปต์อุปถัมภ์
พุทธาทิไตรรัตน์พิพัฒน์งาม อุโฆษนามสมศักดิ์ศรีกิตติคุณ

◉ อัญขยมน้อมวันทาอภิวาท บุณโยภาสจำรัสธรรมงดงามสุนทร์
พระเถระวิศรุตวิสุทธางกูร นบเทิดทูน พระครูภาวนาวราลังการฯ

พระมหาสุรศักดิ์ ปจฺจนฺตเสโน
ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดราชสิทธาราม
รองอธิการบดีฝ่ายกิจการต่างประเทศ
ประพันธ์

อาจาริยบูชา

“พระครูภาวนาวราลังการ วิ.”

สิ่งที่มีเพราะได้มา
สิ่งที่ได้มาเพราะความเมตตาจากพระอาจารย์
จึงมีคำว่า พระครูนิมิตภาวนาโฆสิต ในวันนี้
สำนึกในพระคุณอยู่เสมอ

ในวาระครบรอบ ๖๐ ปี ๔๐ พรรษา
ศิษย์ขอให้พระอาจารย์เป็นร่มธรรม
แก่ศานุศิษย์ ตลอดกาลนานเทอญ

ด้วยความเคารพอย่างสูงยิ่ง
พระครูนิมิตภาวนาโฆสิต
เจ้าอาวาสวัดเทพนิมิตโฆสิตาราม
จ.นครสวรรค์

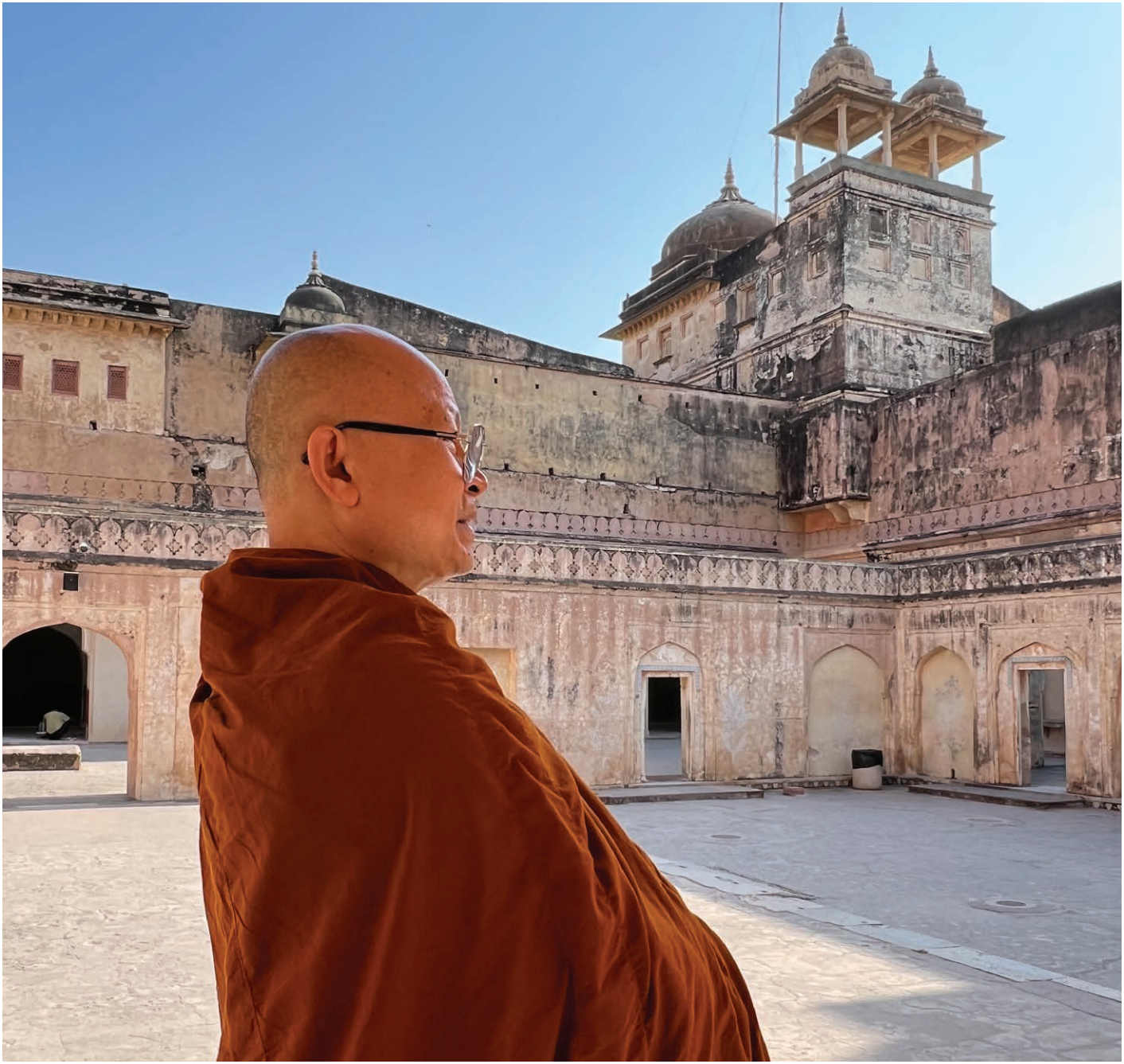
อาจาริยบูชา

ประนมกรก่อนน้อม วันทา
พระพ่อครูภาวนา ผ่องแผ้ว
๖๐ ปี ๘๐ พรรษา สานสู่ ธรรมแฮ
บุญส่งสรรค์สืบแล้ว หน่อเนื้อ วิปัสสนาวงศ์

ยอกร ขึ้นประณต นิ้วจรด ประนมน้อม
ด้วยกาย วจีพร้อม จิตเคารพ นบบูชา
กราบงาม ความเป็นครู สอนศิษย์รู้ สู่ปัญญา
พระครู ภาวนาฯ พระสมศักดิ์ โสรโท
พระพ่อ ผู้เมตตา ผู้กรุณา จิตอักโข
ขจัดทุกข์ ในมโน ไม่เลือกคน ชนชั้นใด
๒๙ ตุลา มาบรรจบ เป็นวันครบ วันผ่องใส
วันเกิด วันหลักชัย ครบ ๖๐ ของพระครู
๒๕๖๖ ปีประเสริฐ เป็นปีเลิศ เหล่าศิษย์รู้
๔๐ พรรษ พ่อบวชอยู่ ใต้ร่มกา- สาวพัสตร์
พ่อเพ่ง พ่อเพียรพา ละอัตตา จิตประภัสร์
๒๘ ปี แห่งจริยวัตร พระวิปัส- สนาจารย์
พ่อสืบ วิปัสสนาวงศ์ ให้ดำรง ชั่วกัลป์กาล
บุญพ่อ ใหญ่ไพศาล ศิษย์สาธุการ ร่วมโมทนา
บุญส่ง บุญบังเกิด บุญบรรเจิด บุญนำพา
ขอพ่อ สู่มรรคา อรหันตผล บันดลเทอญ

นายแพทย์ชยพัทธ์ ชยุพงค์

ร้อยกรองด้วยกาพย์ห่อโคลงซึ่งเป็นบทประพันธ์ที่ประกอบด้วยโคลงสี่สุภาพ ๑ บท แล้วขยายความด้วยกาพย์ยานี ๑๑



อนุโมทนาพจน์

ผนฺทนํ จปลํ จิตฺตํ ทุรกฺขํ ทุนฺนิวารยํ
อุชุํ กโรติ เมธาวี อุสุกาโรว เตชนํ
วาริโชว ถเล ขิตฺโต โอกโม กตอุพฺภโต
ปริผนฺทติทํ จิตฺตํ มารเธยฺยํ หาตเว ฯ

ชนผู้มีปัญญาย่อมทำจิตที่ดิ้นรน กลับกลอกอันบุคคลรักษาได้ยาก ห้ามได้ยาก ให้ตรง ดุจช่างศรดัดลูกศรให้ตรงฉะนั้น จิตนี้ (อันพระโยคาจรยกขึ้นจากอาลัย คือกามคุณ ๕ แล้วซัดไปในวิปัสสนากัมมัฏฐาน) เพื่อละบ่วงมาร ย่อมดิ้นรน ดุจปลาอันพรานเบ็ดยกขึ้นจาก (ที่อยู่) คือน้ำ แล้วโยนไปบนบก ดิ้นรนอยู่ฉะนั้น.

ขออนุโมทนาบุญ ผศ. ดร.พฤทธิ์ โกวิทวรางกูร และทีมงานที่มีจิตเป็นกุศล ได้เสียสละทุ่มเทกำลังกาย กำลังใจ กำลังสติปัญญา กำลังทรัพย์ร่วมกัน จัดทำหนังสือ “บันทึกธรรมโสรโทภิกขุ (๑๑)” เพื่อน้อมเป็นมุทิตาสักการะเนื่อง ในโอกาสที่อาตมาภาพได้เจริญอายุวัฒนมงคลครบ ๖๐ปี ๔๐ พรรษา ในวันอาทิตย์ที่ ๒๙ ตุลาคม พุทธศักราช ๒๕๖๖ ซึ่งทุกท่านได้แสดงออกซึ่งคุณธรรม คือ ความกตัญญูกตเวทีต่อบุรพาจารย์ให้เป็นที่ประจักษ์แก่สาธุชนทั้งหลาย ขอกราบอาราธนาคุณพระศรีรัตนตรัย คุณธรรมความดีงามทั้งหลาย จงอำนวยพรให้ท่านประสพสิ่งอันไพบูลย์ คือ มนุษย์สมบัติ สวรรค์สมบัติ และพระนิพพานสมบัติ เทอญ

พระครูภาวนาวรลัญฉก

คำปรารภ

หนังสือ “บันทึกธรรมโสรโทภิกขุ (๑๑) ๒๕๖๖” ฉบับนี้เป็นหนังสือธรรมะเล่มที่ ๑๑ ของชุดหนังสือบันทึกธรรมโสรโทภิกขุ ซึ่งมีการจัดทำขึ้นปีละครั้ง นับตั้งแต่ปี พ.ศ. ๒๕๕๖ เป็นต้นมา โดยคณะศิษยานุศิษย์ได้ร่วมกันจัดทำหนังสือฉบับนี้ขึ้นเพื่อเป็นธรรมบรรณาการน้อมนมัสการ กตัญญู มุทิตา สักการะ แด่ พระครูภาวนาวราลังการ วิ. (พระอาจารย์สมศักดิ์ โสรโท) พระอาจารย์ใหญ่ฝ่ายวิปัสสนาธุระ เจ้าอาวาสวัดภัททันตะอาสภาราม อำเภอบ้านบึง ชลบุรี เนื่องในโอกาสเจริญอายุวัฒนมงคลครบ ๖๐ ปี พรรษาที่ ๔๐ ซึ่งในปีนี้ตรงกับวันอาทิตย์ที่ ๒๙ ตุลาคม พุทธศักราช ๒๕๖๖

พระครูภาวนาวราลังการ วิ. พระอาจารย์ผู้มีธรรมคือวิปัสสนาเป็นที่มายินดี ผู้ไม่เหินห่างจากโพธิปักขิยธรรม ปราศจากความยึดมั่นในรูปนาม รุ่งเรืองด้วยแสงสว่างแห่งปัญญาและมีจริยาวัตรสงบงาม ท่านเป็นครูผู้บำเพ็ญประโยชน์เกื้อกูลแก่พวกเราเหล่าศิษยานุศิษย์ด้วยพระคุณกล่าวคือ พระกรุณาและปัญญาญาณ เป็นผู้เปี่ยมด้วยเมตตาในการสอนชี้แนะแนวทางการเจริญสติปัฏฐาน ๔ และ วิปัสสนากรรมฐาน อันเป็นหนทางสายเอกสู่ มรรค ผล นิพพาน ตามหลักคำสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ช่วยจุดประทีปแสงสว่างให้ปรากฏแก่ใจของเหล่าศิษยานุศิษย์เพื่อก้าวข้ามผ่านพ้นวัฏฏะทุกข์ เหล่าศิษยานุศิษย์ขอน้อมกราบมุทิตาสักการะพระอาจารย์ ผู้เป็นที่พึ่งในคุณประโยชน์ทั้งหลายด้วยเศียรเกล้า

"บันทึกธรรมโสรโทภิกขุ (๑๑) ๒๕๖๖" ฉบับนี้ เป็นการรวบรวมธรรมบรรยาย เพื่อการเจริญวิปัสสนากรรมฐานตามนัยแห่งสติปัฏฐานสี่ จากพระธรรมเทศนาของพระครูภาวนาวราลังการ วิ. ในโอกาสต่าง ๆ ซึ่งแบ่งเป็น ๗ บทความ เริ่มตั้งแต่เรื่อง "ลำดับญาณ ตอนที่ ๑: ญาณทัสนะ" ต่อด้วยเรื่อง "ลำดับญาณ ตอนที่ ๒: นามรูปปริเฉทญาณ" "ลำดับญาณ ตอนที่ ๓: ปัจจยปริคคหญาณ สัมมสนญาณ" "ลำดับญาณ ตอนที่ ๔: อุทยัพพยญาณ และวิปัสนูปกิเลส" "ลำดับญาณ ตอนที่ ๕: อุทยัพพยญาณ ภังคญาณ ภยญาณ อาทีนวญาณ" "ลำดับญาณ ตอนที่ ๖: นิพพิทาญาณ มุญจิตุกัมยตาญาณ ปฏิสังขานุปัสนาญาณ" และ"ลำดับญาณ ตอนที่ ๗: สังขารุเปกขาญาณ อนุโลมญาณ สัจจานุโลมิกญาณ โคตรภูญาณ มรรคญาณ ผลญาณ ปัจจเวกขณญาณ" พร้อมทั้งบทกลอนอาจาริยบูชาสรรเสริญคุณประกอบไว้ในบทนำของหนังสือ

ในนามของศิษยานุศิษย์ ขอกราบอนุโมทนากับผู้มีส่วนเกี่ยวข้องทุก ๆ ท่านในการจัดทำหนังสือฉบับนี้ เพื่อเป็นธรรมบรรณาการแด่ พระครูภาวนาวราลังการ วิ. เหล่าศิษยานุศิษย์ขอน้อมถวายบุญกุศลแด่ท่านพระอาจารย์ ครูผู้ชี้นำทางสงบ สว่าง และทางสู่ความพ้นทุกข์ในวัฏฏะ ทางกองบรรณาธิการหวังเป็นอย่างยิ่งว่า เนื้อหาสาระธรรมของ "บันทึกธรรมโสรโทภิกขุ (๑๑) ๒๕๖๖" ฉบับนี้ จะเป็นประโยชน์ต่อผู้ใฝ่ใจในการปฏิบัติธรรมและขอให้เป็นเหตุปัจจัยให้ท่านผู้อ่านได้ถึงซึ่งมรรค ผล พระนิพพาน ตามเหตุปัจจัยอันควรทุก ๆ ท่านด้วยกัน

สุดท้ายนี้คณะศิษยานุศิษย์ขอน้อมอภิวาทวันทาด้วยจิตมุทิตายินดีแด่พระอาจารย์ เนื่องในวันอายุวัฒนมงคลครบ ๖๐ ปี ๔๐ พรรษา ขอคุณพระศรีรัตนตรัยโปรดช่วยปกป้องคุ้มครองรักษาให้พระอาจารย์มีสุขภาพแข็งแรง พลานามัยสมบูรณ์ สถิตสถาพรในบวรพระพุทธศาสนาเป็นร่มโพธิ์ร่มไทรของเหล่าศิษยานุศิษย์ตลอดกาลนาน เทอญ

ผศ.ดร.พฤทธิ์ โกวิทวรางกูร

บรรณาธิการ

สารบัญ

มุทิตาพจน์ ๓
อาจาริยบูชา ๑๓
อนุโมทนาพจน์ ๑๙
คำปรารภ ๒๑
ประวัติ โสรโทภิกขุ ๒๖
ศาสนกิจต่าง ๆ ๔๔
เทศน์ลำดับญาณ ๖๐
ลำดับญาณ ตอนที่ ๑: ญาณทัสนะ ๖๒
ลำดับญาณ ตอนที่ ๒: นามรูปปริเฉทญาณ ๘๒
ลำดับญาณ ตอนที่ ๓: ปัจจยปริคคหญาณ สัมมสนญาณ ๑๑๐
ลำดับญาณ ตอนที่ ๔: อุทยัพพยญาณ และวิปัสนูปกิเลส ๑๒๔
ลำดับญาณ ตอนที่ ๕: อุทยัพพยญาณ ภังคญาณ ภยญาณ อาทีนวญาณ ๑๔๔
ลำดับญาณ ตอนที่ ๖: นิพพิทาญาณ มุญจิตุกัมยตาญาณ ปฏิสังขานุปัสนาญาณ ๑๕๘
ลำดับญาณ ตอนที่ ๗: สังขารุเปกขาญาณ อนุโลมญาณ สัจจานุโลมิกญาณ โคตรภูญาณ มรรคญาณ ผลญาณ ปัจจเวกขณญาณ ๑๗๖

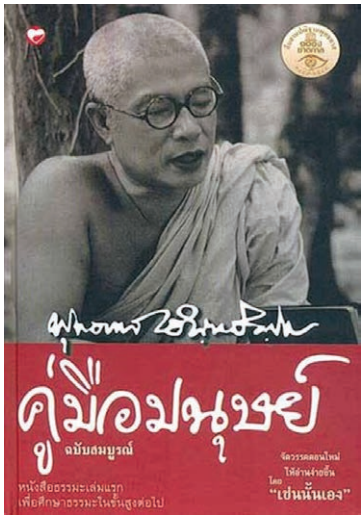
ประวัติโสรโทภิกขุ
ห้ารอบ หกทศวรรษ

ประวัติ:
ครอบครัว
และชีวิตวัยเด็ก

พระอาจารย์สมศักดิ์ โสรโท นามเดิม สมศักดิ์ วิลัย เกิดวันอังคารที่ ๒๙ ตุลาคม พุทธศักราช ๒๕๐๖ ณ บ้านหนองศรีทอง ตำบลโพธิ์ไชย อำเภอพนมไพร จังหวัดร้อยเอ็ด เป็นบุตรคนที่ ๑ ในจำนวน ๖ คน ของนายเลื่อน และนางอ้อย วิลัย

ท่านเกิดในครอบครัวเกษตรกรมีฐานะยากจน ชีวิตในวัยเด็กเต็มไปด้วยความยากลำบาก ต้องช่วยเหลือบิดามารดาทำไร่ทำนาในฐานะบุตรชายคนโตของครอบครัว หลังจากท่านเรียนจบชั้นประถมศึกษาปีที่ ๒ จากโรงเรียนบ้านหนองสีทอง จังหวัดร้อยเอ็ด ครอบครัวประสบปัญหาที่ดินทำกิน บิดามารดาจึงย้ายภูมิลำเนาไปอยู่ที่อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์ ท่านเข้าเรียนต่อที่โรงเรียนนิคมสร้างตนเอง ๓ ได้เพียงหนึ่งภาคเรียนก็ต้องย้ายมาเรียนต่อที่โรงเรียนบ้านตะลุมพุก จนจบชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔ และเรียนต่อในชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ ที่โรงเรียนบ้านหนองไม้งาม จนจบชั้นประถมศึกษาปีที่ ๗ ในปีพุทธศักราช ๒๕๒๑ เพราะฐานะยากจน ท่านจึงไม่สามารถเข้ารับการศึกษาต่อในระดับชั้นมัธยมศึกษาอย่างที่ใจปรารถนาได้ ในปีพุทธศักราช ๒๕๒๔ ท่านเข้ามาทำงานรับจ้างในกรุงเทพมหานคร เพื่อช่วยเหลือครอบครัว

ประวัติ:
สู่ร่มกาสาวพัสตร์
และศรัทธา



เมื่ออายุครบ ๒๐ ปีบริบูรณ์ หลังผ่านการเกณฑ์ทหารแล้ว นายสมศักดิ์จึงตัดสินใจบวชตามประเพณี ณ พัทธสีมา วัดโคน อำเภอประโคนชัย จังหวัดบุรีรัมย์ ในวันอังคารที่ ๑๒ พฤษภาคม พุทธศักราช ๒๕๒๗ โดยมีพระครูบริหารกิจโกศลเป็นพระอุปัชฌาย์ สังกัดวัดราษฎร์ผดุงธรรม บ้านตะลุมพุก ตำบลหนองไม้งาม อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์

หลังจากอุปสมบท ท่านเป็นพระที่มีข้อวัตรปฏิบัติเคร่งครัด ทำกิจของสงฆ์มิได้ขาด ร่วมกับการมีนิสัยรักการอ่านหนังสือธรรมะ หนังสือ *"คู่มือมนุษย์"* ของท่านพุทธทาส และ *"ทาง ๗ สาย"* ของท่านเจ้าคุณพระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทฺธิ) ทำให้ท่านเปลี่ยนมุมมองความคิดเกี่ยวกับชีวิต อยากค้นหาสัจธรรมของธรรมชาติ และสาระที่แท้จริงของชีวิตมนุษย์ จึงเริ่มฝึกนั่งสมาธิบำเพ็ญสมถภาวนาด้วยตนเอง *จนเกิดศรัทธาในพระพุทธศาสนาและยังคงประพฤติพรหมจรรย์ต่อไป* เกินกว่าคำปรารภของบิดามารดาที่อยากให้ท่านสึกหาลาเพศมาเป็นผู้ครองเรือนได้

ประวัติ: พรรษาที่ ๖ เร่งความเพียรศึกษา ทั้งทางธรรมทางโลก

ความศรัธราในพระศาสนาทำให้ท่านแสวงหาสำนักปฏิบัติ แสวงหาครูบาอาจารย์และได้เจริญสมถกรรมฐานตามแนวปฏิบัติสายวัดป่า ออกธุดงค์จาริกแสวงบุญ ปฏิบัติบำเพ็ญเพียรภาวนาทางจิตอยู่เรื่อยมา

พุทธศักราช ๒๕๒๘-๒๕๓๐: จำพรรษาที่วัดใหม่อัมพร อำเภอสูงเนิน จังหวัดนครราชสีมา ท่านเริ่มการศึกษาต่อทั้งทางโลกและทางธรรม จนสำเร็จปริยัติสามัญเทียบเท่ามัธยมศึกษาปีที่ ๓ และเรียนนักธรรมจนสำเร็จนักธรรมโท นักธรรมเอก ตามลำดับ

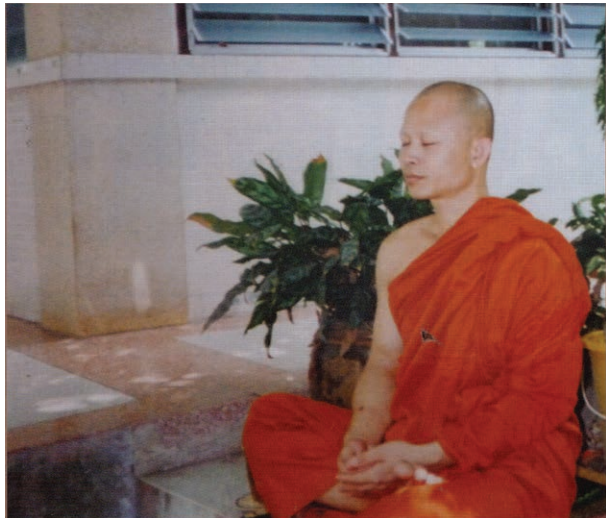
พุทธศักราช ๒๕๓๐ - ๒๕๓๓: จำพรรษาที่วัดนาควิชัย จังหวัดมหาสารคาม ศึกษาปริยัติสามัญบาลีมัธยมศึกษาปีที่ ๖ ตามหลักสูตรบาลีสาธิตศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย จนสำเร็จการศึกษาจากวัดอภิสิทธิ์ (วัดกลาง)

ประวัติ: พรรษาที่ ๙
ขวนขวาย
ศึกษาอยู่เป็นนิตย์

พุทธศักราช ๒๕๓๓: ท่านจำพรรษาที่วัดอมรคีรี แขวงบางยี่ขัน เขตบางพลัด กรุงเทพมหานคร ศึกษาต่อระดับบาลีอุดมศึกษา ที่มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ขณะเป็นพระนิสิตของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ท่านขวนขวายการศึกษาเล่าเรียนอยู่เป็นนิตย์ ในช่วงปิดภาคการศึกษาจะออกไปช่วยเป็นพระวิทยากร เป็นพระนิสิตอาสาสมัครตามโครงการต่าง ๆ หรือเป็นหัวหน้าโครงการบรรพชาสามเณรภาคฤดูร้อนตามต่างจังหวัด

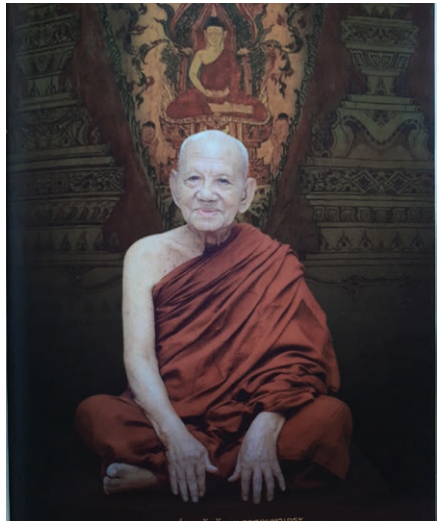
พุทธศักราช ๒๕๓๕: ท่านเป็นพระนิสิตฝึกสอน ณ โรงเรียนปากน้ำวิทยาคม จังหวัดสมุทรปราการ

ประวัติ: พรรษาที่ ๑๑
จากปริยัติสู่ปฏิบัติ



พุทธศักราช ๒๕๓๗: นอกจากการเรียนภาคทฤษฎีแล้วยังมีการเรียนธรรมในภาคปฏิบัติ ซึ่งตามระเบียบของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย นิสิตปริญญาตรีทุกคณะทุกชั้นปี ในสมัยนั้นต้องปฏิบัติวิปัสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐานสี่ เป็นเวลา ๑๕ วัน ทำให้ท่านมีโอกาส ปฏิบัติกรรมฐานมากขึ้น อัธยาศัยและเหตุปัจจัยภายใน ได้รับการพัฒนาไปในทิศทางที่สอดคล้อง กับหลักธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้ามีความคิดในทางที่จะนำตนให้พ้นทุกข์อันเกิดจากอำนาจ การครอบงำของกิเลส เมื่อจบการศึกษาภาคทฤษฎีตามที่ทางมหาวิทยาลัยกำหนด นิสิตที่จะได้ รับปริญญาบัตรจะต้องออกไปปฏิบัติงานตามวัดวาอารามต่าง ๆ เพื่อสนองงานของคณะสงฆ์ ท่านจึงตัดสินใจเลือกเข้าปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ณ สำนักวิปัสสนาวิเวกอาศรม จังหวัดชลบุรี

ประวัติ:
วิปัสสนาเปลี่ยนชีวิต



๑๗ พฤษภาคม พุทธศักราช ๒๕๓๗ ท่านเริ่มปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานโดยมีครูบาอาจารย์องค์แรก คือ *ดร.พระอาจารย์ภัททันตะอาสภมหาเถร ธัมมาจริยะ อัคคมหากัมมัฏฐานาจริยะ* อดีตพระอาจารย์ใหญ่ฝ่ายวิปัสสนาธุระ (หลวงพ่อใหญ่) ที่สำนักวิปัสสนาวิเวกอาศรม

ท่านปฏิบัติกรรมฐานอย่างต่อเนื่องเป็นเวลา ๙ เดือน ด้วยความตั้งใจเอาใจใส่ จนได้รับคำชมจากหลวงพ่อใหญ่ว่า เป็นผู้มีความพากเพียรดี มีศรัทธา วิริยะ สมาธิ และปัญญาดี สามารถเข้าใจคำอธิบายของหลวงพ่อใหญ่ในขณะที่ส่งอารมณ์อย่างไม่ขาดตกบกพร่อง กอปรด้วยบุพวาสนาบารมีที่เคยสั่งสมมา ทำให้ท่านเกิดปัญญาอันยิ่งใหญ่ที่สามารถตอบคำถามเกี่ยวกับสาระของการเกิดมามีชีวิตของมนุษย์ทุกคน และเข้าใจถึงสัจจธรรมของชีวิตในสังสารวัฏ จนเกิดความเลื่อมใส มีศรัทธา และมีความมั่นคงในพระพุทธศาสนาอย่างไม่มีวันเสื่อมคลาย ตั้งแต่บัดนั้นเป็นต้นมา

ประวัติ: พรรษาที่ ๑๒ จุดเริ่มต้นของการเป็นพระวิปัสสนาจารย์

หลังจากการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานได้ ๑๐ เดือน ท่านได้ฟังเทศน์ลำดับญาณจากหลวงพ่อใหญ่ จนเกิดความรู้ความเข้าใจในกระบวนการทางจิตที่เป็นผลของการปฏิบัติอันสามารถตรวจสอบได้ทั้งโสฬสญาณ ตามนัยแห่งพระคัมภีร์ขุททกนิกาย ปฏิสัมภิทามรรค และคัมภีร์วิสุทธิมรรค

ท่านยังคงปฏิบัติกรรมฐานอย่างต่อเนื่องไปอีก ๑ เดือนเศษ ในช่วงเดือนที่ ๑๒ ของการปฏิบัติ ท่านได้รับความเมตตาจากหลวงพ่อใหญ่ ให้ได้ฟังหลวงพ่อใหญ่สอบอารมณ์โยคีผู้ปฏิบัติธรรมในช่วงเช้า นับเป็นวาระเบื้องต้นของการวางรากฐานสู่การเป็นครู เป็นพระวิปัสสนาจารย์ในกาลต่อมาได้อย่างหนักแน่นมั่นคงและสำคัญยิ่ง

ประวัติ:
ก้าวสู่พระวิปัสสนาจารย์

๙ พฤษภาคม พุทธศักราช ๒๕๓๘ สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรี ปริญญาพุทธศาสตรบัณฑิตเกียรตินิยม สาขาหลักและวิธีการสอนสังคมศึกษา จากมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ณ พุทธมณฑล จังหวัดนครปฐม

หลังจากรับปริญญาบัตรแล้ว ท่านทำหน้าที่เป็นผู้ช่วยหลวงพ่อใหญ่สอนวิปัสสนากรรมฐาน ในภาคเช้าฟังหลวงพ่อใหญ่สอบอารมณ์โยคีผู้ปฏิบัติธรรม ภาคบ่ายสอนกรรมฐานและสอบอารมณ์โยคี ภาคกลางคืนท่านทำหน้าที่อุปัฏฐากดูแลหลวงพ่อใหญ่และได้เรียนรู้วิชาครูเพิ่มเติม หลวงพ่อใหญ่เมตตาอธิบายขยายความเรื่องการสอบอารมณ์ ตอบข้อขัดข้องเกี่ยวกับการสอน แนะนำทักษะการสอนรวมถึงการจะเป็นพระวิปัสสนาจารย์

ด้วยประสบการณ์ที่สั่งสมอบรมมาอย่างต่อเนื่อง ประกอบกับการไว้เนื้อเชื่อใจที่พระเดชพระคุณหลวงพ่อพระภัททันตะอาสภมหาเถระมีให้ ท่านจึงได้ก้าวมาสู่ความเป็นพระวิปัสสนาจารย์ ที่สำนักปฏิบัติธรรมวิเวกอาศรม อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี เป็นแห่งแรก ตั้งแต่ปีพุทธศักราช ๒๕๓๘ จนกระทั่งทุกวันนี้

เมื่อคราวหลวงพ่อใหญ่เดินทางกลับสู่มาตุภูมิ ท่านได้อุปัฏฐากหลวงพ่อใหญ่ ณ สาสนยิตสา สำนักมหาสี ประเทศพม่า

ท่านเป็นครูบาอาจารย์ที่สมบูรณ์แบบ เพราะเหตุที่ท่านได้ศึกษาวิชาครูโดยตรงจากปรมาจารย์ด้านวิปัสสนากรรมฐาน คือ หลวงพ่อใหญ่ และยังเป็นตัวอย่างของลูกศิษย์ที่ดีที่มีกตัญญูกตเวทิตาธรรมสูงต่อครูบาอาจารย์

ท่านพำนักที่สำนักปฏิบัติธรรมวิเวกอาศรม ตั้งแต่ ๑๖ พฤษภาคม พุทธศักราช ๒๕๓๗ ถึง ๓๐ กรกฎาคม พุทธศักราช ๒๕๔๑ สมดั่งบุพเจตนาของท่านที่ปรารถนาจะอยู่ปฏิบัติธรรมปฏิบัติสนองงานคณะสงฆ์ให้ได้อย่างน้อยเท่ากับจำนวนปีที่เรียนระดับปริญญาตรี คือ ๔ ปี

ประวัติ: พรรษาที่ ๑๕ ศาสนกิจ พระธรรมทูต

พุทธศักราช ๒๕๔๑ - ๒๕๔๒: ขณะอายุได้ ๓๕ ปี ๑๕ พรรษา ท่านได้รับการคัดเลือกให้เป็นพระธรรมทูต รุ่นที่ ๔ เพื่อไปเผยแผ่งานวิปัสสนากรรมฐานให้แก่ชาวไทย และชาวต่างชาติที่ประเทศสหรัฐอเมริกา

พุทธศักราช ๒๕๔๓: ขณะอายุได้ ๓๗ ปี ๑๗ พรรษา ท่านเดินทางกลับเมืองไทย และมาพำนักที่สำนักสงฆ์สมมิตร-ปราณี อำเภอบ้านบึง จังหวัดชลบุรี เพื่ออุปัฏฐากดูแลหลวงพ่อใหญ่อย่างใกล้ชิด อีกทั้งถือโอกาสตอบแทนพระคุณครูบาอาจารย์ด้วยการสอนวิปัสสนากรรมฐาน เพื่อช่วยเผยแผ่งานนี้ให้เจริญรุ่งเรือง และสานต่อเจตนารมณ์ของหลวงพ่อใหญ่ในอันที่จะประดิษฐานการวิปัสสนากรรมฐานให้มีความมั่นคง ซึ่งนับเป็นการสืบสายวิปัสสนาวงศ์ในประเทศไทย

ท่านยังรับภารธุระดำเนินการก่อสร้างวัดภัททันตะอาสภาราม เพื่อเป็นอนุสรณ์แด่หลวงพ่อพระภัททันตะอาสภมหาเถระ

ประวัติ: พรรษาที่ ๒๐
ศาสนกิจ
เจ้าสำนักวิปัสสนา

พุทธศักราช ๒๕๔๖: ขณะอายุได้ ๔๐ ปี ๒๐ พรรษา ท่านได้รับการแต่งตั้งให้เป็นเจ้าสำนักวิปัสสนาสมมิตร - ปราณี และเจ้าอาวาสวัดภัททันตะอาสภาราม ในนาม “พระอธิการสมศักดิ์ โสรโท” เพื่อปฏิบัติภารกิจในหน้าที่พระวิปัสสนาจารย์แทนหลวงพ่อใหญ่ซึ่งชราภาพและอาพาธด้วยโรคชรา

ประวัติ: เกียรติคุณ

พุทธศักราช ๒๕๕๑: ๔๕ ปี ๒๕ พรรษา รับปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิตกิตติมศักดิ์ สาขาวิปัสสนาภาวนา จากคณะพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

พุทธศักราช ๒๕๕๒: ๔๖ ปี ๒๖ พรรษา ท่านได้รับคัดเลือกจากสำนักพัฒนาคุณธรรม จริยธรรม กรมการศาสนา ให้ได้รับรางวัลผู้ทำคุณประโยชน์ต่อพระพุทธศาสนา โดยได้รับพระราชทาน "เสาเสมาธรรมจักร" ประเภทส่งเสริมการปฏิบัติธรรม จากสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ในงานสัปดาห์ส่งเสริมพระพุทธศาสนา เนื่องในเทศกาลวิสาขบูชา ณ ท้องสนามหลวง กรุงเทพมหานคร ในวันศุกร์ที่ ๘ พฤษภาคม พุทธศักราช ๒๕๕๒

พุทธศักราช ๒๕๕๓ : ๔๗ ปี ๒๗ พรรษา ท่านได้รับรางวัลพุทธคุณูปการ ประเภทรัชตเกียรติคุณ จากคณะกรรมาธิการศาสนา ศิลปะและวัฒนธรรม สภาผู้แทนราษฎร ณ ห้องประชุมสุชีพ ปุญญานุภาพ มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย ศาลายา อำเภอพุทธมณฑล จังหวัดนครปฐม ในวันเสาร์ที่ ๒๕ กันยายน พุทธศักราช ๒๕๕๓

๒๔ พฤศจิกายน พุทธศักราช ๒๕๕๓ หลวงพ่อใหญ่ละสังขาร ท่านจึงต้องรับภาระหน้าที่พระอาจารย์ใหญ่ฝ่ายวิปัสสนาธุระของวัดภัททันตะอาสภาราม ตั้งแต่บัดนั้นเป็นต้นมา

และในวันศุกร์ที่ ๑๗ ธันวาคม พุทธศักราช ๒๕๕๓ ท่านได้รับพระราชทานตั้งสมณศักดิ์เป็นพระครูภาวนาวราลังการ ซึ่งเป็นพระครูสัญญาบัตร เจ้าอาวาสวัดราษฎร์ ชั้นโท ฝ่ายวิปัสสนาธุระ (จร.ชท.วิ.) โดยได้รับพระราชทานสัญญาบัตร พัดยศและผ้าไตร เนื่องในโอกาสพระราชพิธีเฉลิมพระชนมพรรษา ๕ ธันวาคม ในเขตปกครองคณะสงฆ์หนกลาง ณ วัดไร่ขิง อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม

ประวัติ: พรรษาที่ ๘๐ สร้างศรัทธาในศาสนาให้มั่นคง

ความสนใจในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐานสี่ ได้แพร่หลายออกไปไม่เฉพาะในหมู่ชาวไทยเท่านั้น ชาวพุทธในเอเชียและในซีกโลกตะวันตก รวมถึงชาวพุทธนิกายมหายานหรือแม้แต่ศาสนิกชนอื่น ต่างให้ความสนใจในการปฏิบัติแนวนี้เช่นกัน ท่านจึงเป็นกำลังสำคัญและเป็นผู้สืบสานปณิธานของหลวงพ่อใหญ่ในการเผยแผ่วิปัสสนากรรมฐาน ท่านได้ทุ่มเททั้งกำลังกาย กำลังใจและกำลังปัญญาในการบอก สอน อบรม เผยแผ่การวิปัสสนากรรมฐานติดต่อกันมาเป็นเวลายาวนาน ตั้งแต่ปีพุทธศักราช ๒๕๓๘ จนถึงปัจจุบัน

ความตั้งใจที่จะอบรม สั่งสอน การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานให้แก่พระสงฆ์ ตลอดจนญาติโยมที่สนใจทั้งชาวไทยและชาวต่างชาติ ท่านจึงมีดำริสร้างอุโบสถ ๓ ชั้น เพื่อใช้ในการทำสังฆกรรม ตามที่ระบุในพระวินัย ใช้เป็นสถานที่ปฏิบัติธรรม และเป็นที่พักรวมของพระสงฆ์รวมทั้งญาติโยมผู้เข้ามาปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน

นอกจากนี้ ท่านยังนำคณะศิษยานุศิษย์ผู้มีความพร้อมเดินทางไปสักการะบูชาและปฏิบัติธรรม ณ แดนพุทธภูมิ สังเวชนียสถาน เพื่อยั่งรากศรัทราให้เกิดขึ้นทั้งในประเทศอินเดียและเนปาล ประเทศศรีลังกา และ ประเทศพม่า

ศาสนกิจในประเทศ

ing Program for Overseas Dhammaduta Bhikkhus,
Meditation Retreat : March 31 – April 29, 2023
ฒนาศาสนาแคมป์สน อำเภอเขาค้อ จังหวัดเพชรบูรณ์
ous Development Center, Camp Son, Khao Kho District, Phetchabun Provin

ศาสนกิจในต่างแดน

โครงการอบรมเสริมความรู้พระธรรมทูต
ด้านการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานและเข้าปริวาสกรรม บวชเนกขัมมะบารมี
ของสมัชชาสงฆ์ไทยในสหรัฐอเมริกา ประจำปี ๒๕๖๔

สร้างอุโบสถ

สร้างอุโบสถ

ห้ารอบ หกทศวรรษ โสรโทภิกขุ

เทศน์ลำดับญาณ

ลำดับญาณ ตอนที่ ๑:

ญาณทัสนะ

๓ เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๕

พระโยคาวจร แม่ชี โยคีผู้เข้าปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ช่วงต่อไปเป็นช่วงฟังธรรม เป็นช่วงปฏิบัติธรรมร่วมกัน ให้พวกเรานั่งสมาธิ พยายามมีสติในขณะที่นั่งฟังธรรมบรรยายตามไปด้วย วันนี้ก็ตรงกับวันอาทิตย์ที่ ๓ เดือนเมษายน ปีพุทธศักราช ๒๕๖๕

มีเราก็ทุกข์

เดือนเมษาก็ผ่านมาได้สามวัน บางครั้งเดือนเมษาก็เป็นเดือนที่ร้อนมาก แต่ปีนี้ตั้งแต่ต้นเดือนอากาศก็เย็นๆ เพราะได้รับอิทธิพลจากความกดอากาศสูงจากประเทศจีนที่แผ่ลงมาก็เลยทำให้มีลมมีฝนอากาศก็เลยเย็นลง เปลี่ยนแปลงรวดเร็ว บางคนก็ต้องห่มผ้าหรือหาเสื้อกันหนาวมาใส่ ปกติชุดกันหนาวก็ต้องทิ้งไว้วางไว้ หน้าหนาวมันหนาวไม่พอก็ไม่ต้องใส่ แต่ปีนี้บางคนก็ได้หยิบมาใช้ในช่วงเดือนเมษา ทุกสิ่งทุกอย่างมันก็ไม่แน่นอน มันเปลี่ยนแปลงได้ตลอด ถ้าคนที่ไม่เข้าใจสิ่งที่มันกำลังมีหรือกำลังเป็นบางครั้งก็จะทุกข์ ส่วนคนที่เข้าใจแล้วหรือแม้แต่ร่างกาย บางครั้งสัญชาตญาณในการเอาตัวรอดหรือพวกสัตว์พวกอะไรมันก็ต้องหาที่อุ่น หรือถ้ามันร้อนก็ต้องหาที่มันเย็น ก็พยายามโดยความเป็นมาเป็นไป คนเราพอรู้พอเข้าใจมันก็มีอุปกรณ์มีเครื่องมือที่จะช่วยบรรเทาความร้อนความหนาว แต่บางครั้งมีแล้วก็ไม่เข้าใจอีกว่า เออ! แต่ก่อนมันไม่มีแต่พอมีแล้วบางครั้งก็ไปติดข้องอยู่กับสิ่งที่มี บางครั้งพอจำเป็นต้องใช้ก็รู้สึกว่าไม่มีอย่างนี้ นั่นแหละบางครั้งเหมือนกับทิ้งแต่ทิ้งไม่ได้ เหมือนทิ้งขว้าง แต่พอรู้สึกไม่ดีก็คว้าขึ้นมาใหม่ ไม่รู้เท่าทันกับสิ่งที่มันกำลังมีอยู่เฉพาะหน้าบางครั้งก็เลยแก้ปัญหาไม่ทัน เรียกว่าไม่พร้อม

ส่วนผู้ที่ปฏิบัติอยู่เป็นปกติจะเข้าใจสิ่งที่กำลังมีตามความเป็นจริง อยู่จนเป็นธรรมดาก็จะรู้สึกว่าไม่ได้วิตกกังวลหรือทุกข์ร้อนกับสิ่งที่เปลี่ยนไปตามเหตุปัจจัย เพราะมีความพร้อม เพราะอยู่กับสิ่งที่มีจริงก็เลยไม่เดือดร้อน ส่วนคนที่ไม่เข้าใจก็รู้สึกเป็นทุกข์เดือดร้อนนี่ละเหมือนกับอารมณ์ ความรู้สึกนึกคิดต่างๆ ในขณะที่เกิดขึ้น บางครั้งก็รู้สึกดีกับอารมณ์หรือความรู้สึกที่กำลังมีอยู่ในขณะนั้น แต่พอไม่มีก็รู้สึกเป็นทุกข์อีก แต่ก่อนไม่มีก็ไม่เห็นเป็นทุกข์ สิ่งเหล่านี้มันก็เกิดๆ ดับๆ หรือเปลี่ยนไปเปลี่ยนมาอยู่อย่างนี้ คือเราไม่ทันกับสิ่งเหล่านี้ เมื่อไม่ทันความสำคัญว่ามีเราในสิ่งที่กำลังมีหรือกำลังเป็นอยู่มันก็เกิดขึ้นแทน เมื่อมันเกิดขึ้นแทนมันก็ต้องการครอบครองสิ่งที่กำลังมีแล้วมันถูกใจ ให้อยู่นานๆ ให้ตั้งอยู่ ไม่ให้เสื่อมไปอย่างนี้

แต่ในความเป็นจริงมันเกิดแล้วมันก็เสื่อมไปเป็นธรรมดา แต่สิ่งที่เกิดขึ้นแล้ว เราไปสำคัญกับสิ่งที่กำลังมีอยู่ ก็เหมือนกัน ก็ไปติดข้องอยู่กับความไม่ชอบใจอีกแล้ว จิตก็ทุรนทุรายอยาก อยากให้สิ่งที่ไม่ชอบ มันเป็นอย่างที่ใจปรารถนา โทสะมันก็ประทุษร้าย อยากจะทำลายหรืออยากจะให้มันออกไปจากใจ ออกไปจากชีวิต หรือไม่อยากให้มันมีมันทุกข์อีก

แต่ในเมื่อมันมีเหตุมันมีปัจจัยอยู่มันก็ยังคงจะต้องมีอยู่ แต่มันมีอยู่ชั่วขณะ แต่ถ้าไปสำคัญว่ามีเราขึ้นมาก็ทุกข์ ทุกข์เพราะประสบกับสิ่งที่ไม่พอใจ มันจรมา จรมาเรื่อย ๆ หรือบางครั้งสิ่งที่ชอบก็ต้องพลัดพราก ก็เป็นทุกข์อีก หรือปรารถนาสิ่งใดแล้วไม่ได้สมปรารถนาก็เป็นทุกข์ เหมือนอารมณ์ต่าง ๆ ที่ผ่านเข้ามาทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางจิตใจ ผ่านเข้ามาทุกวันนะ ตั้งแต่ตื่นจนหลับ สิ่งเหล่านี้บางครั้งก็ทำให้เราอารมณ์ดี แต่บางครั้งก็ทำให้อารมณ์เสีย แต่จริง ๆ อารมณ์พวกนี้ไม่ได้มีดีหรือว่ามีเสีย มันอาศัยกันเกิดก็หมดไป แต่เราไปสำคัญว่ามี มีเราขึ้นมาสำคัญว่ามีเราในสิ่งที่มันไม่มี หรือในสิ่งที่มันไม่ใช่อัตตานั่นแหละว่าเป็นอัตตา ก็เลยต้องติดข้องวนเวียนอยู่อย่างนี้ ติดข้องวนเวียน การที่จะหลุดหรือพ้นไปจากสิ่งเหล่านี้ขึ้นอยู่กับการศึกษาอบรมหรือหมั่นเจริญปัญญา เจริญวิปัสสนาเจริญสติปัฏฐานเพื่อให้หลุด

คำว่าเพื่อให้หลุด มันเป็นภาษาพูด แต่ภาษาธรรมก็คือเพื่อให้รู้ในสิ่งที่กำลังมี ให้รู้ให้ถูกตรงตามที่มันกำลังมีอยู่ หรือถ้าฟังก็เพื่อให้รู้ตามที่กำลังฟังอยู่ อย่าไปสำคัญว่ามีเราเข้าไปฟังด้วย เวลาสื่อสารด้วยคำแทนตัวว่า “เรา” ได้นะ แต่ให้เข้าใจว่าจริง ๆ ไม่มี พอรู้จักเราดีแล้ว เข้าใจคำว่าเราดีแล้ว เวลามันเกิดขึ้นจริงมันก็จะไม่มี ไม่ไปสำคัญว่ามีเรา โอกาสที่จะเป็นปัจจัยให้ทุกข์ มันแทบไม่มีนะ พอมีเรามันก็ทุกข์ จะมีก็คือสภาวะที่มันทนได้ยากตามปกติเป็นสภาวะลักษณะของแต่ละอย่างทั้งรูปธรรมนามธรรมเท่านั้นเอง แต่ความทุกข์ที่เกิดเพราะความยึดถือมันไม่มีนะ มันไม่มี

ญาณหยั่งรู้

ฉะนั้นต้องพัฒนาไปถึงขั้นที่เรียกว่าเกิดญาณ ถ้าในทางปฏิบัติผู้ปฏิบัติบางคนก็ปรารถนาญาณ คำว่าญาณถ้าแปลก็หมายถึงญาณหยั่งรู้ หรือหยั่งรู้ หรือปรีชา หยั่งรู้ หรือบางคนก็อาจจะใช้คำว่ากำหนดรู้ คือหยั่งรู้ตามที่มีนะ ตามที่มี ไม่ใช่เราหยั่งรู้ แต่ถ้าเกิดสิ่งนี้ขึ้นก็จะรู้ตามสิ่งที่มีโดยที่ไม่มีเราเป็นผู้หยั่งรู้ เพราะเกิดขึ้นตามเหตุปัจจัย เกิดขึ้นตามปัจจัย ฉะนั้นไม่มีใครจะไปทำให้มี ไม่มีใครจะไปทำให้เป็น ถ้าสร้างด้วยโลภะ หรือสร้างด้วยโทสะ หรือสร้างด้วยโมหะด้วยความหลง

เมื่อมีเกิดขึ้นมันก็มีดับไปเป็นปกติ เหมือนแรกที่พระผู้มีพระภาคทรงตรัสรู้ใหม่ ๆ ทรงเปล่งพุทธอุทานเป็นปฐมพุทธอุทาน บอกว่า **อะเนกะชาติสังสารัง สันธาวิสสัง อะนิพพิสัง คะหะการัง คะเวสันโต** เป็นต้น ซึ่งก็แปลเป็นใจความโดยสรุป ท่านบอกว่า นี่แน่ะตัณหา นี่แน่ะนายช่าง ท่านเรียกตัณหาว่านายช่าง นายช่างที่ช่วยที่พาให้ท่านสร้างเรือน สร้างเรือนก็คือสร้างภพภูมินับไม่ถ้วน ตอนนี้พระองค์รู้จักแล้ว รู้จักนายช่าง คือรู้ถูกเข้าใจถูก และก็รู้ว่าเพราะนายช่างนี่แหละ พอเห็นตัวจริง ๆ ก็รู้แล้วคนนี้แหละที่สร้างเรือนให้ พระองค์ก็เลยบอกต่อไปนี้เธอจะสร้างเรือนให้เราไม่ได้อีกต่อไปแล้วเพราะเราได้ถึงความสิ้นไปแล้ว สิ้นอะไร สิ้นตัณหา คือภาวะที่เรียกว่าดับนี่มันคือละได้เด็ดขาดแล้ว

ภาวะแบบนั้นจะไม่สามารถสร้างได้อีก ฉะนั้นสิ่งเหล่านี้มันเกิดขึ้นมั้ย มันก็เกิดขึ้นนะ ความปรารถนาความต้องการโน่นนี่ แต่มันเป็นเพียงแค่สิ่งที่กำลังมีอยู่ เสร็จแล้วมันไม่สามารถจะสร้างไม่สามารถจะทำให้ทุกข์ได้อีกนะ ถ้าพูดแบบจับต้องได้ก็คือ ไม่หลงสำคัญในสิ่งที่กำลังมีอยู่ตามเหตุตามปัจจัยว่าเป็นเรา ไม่มีหลงเด็ดขาด แต่ปุถุชนส่วนใหญ่ก็จะหลง หรือกัลยาณปุถุชนบางครั้งก็ยังไม่รู้สิ่งที่กำลังมีตามความเป็นจริงก็อาจจะอยู่ด้วยศีลด้วยธรรม

พาลกับบัณฑิต

แต่ผู้ที่ปฏิบัติเพื่อญาณหรือปัญญาในการหยั่งรู้รูปหรือนาม หรือสภาพธรรมตามความเป็นจริงถึงจะเข้าใจ รู้ถูกแล้วถึงจะเข้าใจถูกในสิ่งที่กำลังมีอยู่หรือเป็นอยู่ เหมือนเราเข้าใจพฤติกรรมของเราเอง หรือบางคนก็อ้างว่าเข้าใจพฤติกรรมของคนนั้นคนนี้แล้ว เขาก็คิดของเขาอย่างนั้นแหละ เขาก็พูดของเขาแบบนั้นแหละ เขาก็ทำของเขาแบบนั้นแหละ เหมือนคนที่เข้าใจคำว่าพาลกับบัณฑิตอย่างแท้จริง

ถ้าคนไหนเป็นคนพาลก็ เออ! แสดงออกมาลักษณะอย่างนี้ ก็เข้าใจแล้วล่ะ ไม่ต้องไปคิดปรุงแต่งให้มันปวดหัว หรือถ้าเห็นพฤติกรรมแบบนี้ อ๋อ! พฤติกรรมแบบนี้ส่อถึงความเป็นบัณฑิต ชอบฝึก ทุกสิ่งทุกอย่างเป็นอุปกรณ์เป็นเครื่องมือ ไม่ได้ถือเราถือเขาเป็นเครื่องฝึกตน เห็นคนไขน้ำเข้านาก็เป็นอุปกรณ์ได้ เห็นคนกำลังเหลาไม้ทำเป็นลูกศร เป็นคันธนู ก็มองให้เห็นว่าเราต้องฝึกหัด ดัดจิตใจให้ตรง มันเป็นอุปกรณ์ได้หมด จะไม่เหมือนกับคนพาลจะมองเพื่อเอาผิดเอาถูก เอาดีเอาร้ายอย่างนี้เป็นต้น แต่ไม่ได้ฝึกฝนอบรมตนเอง ก็เลยมุ่งแต่ประโยชน์ตน แต่ไม่ได้มุ่งถึงประโยชน์สาธารณะประโยชน์ผู้อื่น จะแตกต่าง ฉะนั้นยังไงก็ต้องเห็นแก่ตัว ถ้ามีลาภก็ต้องเห็นแก่ลาภก่อน ถ้ามียศก็เห็นแก่ยศก่อน ถ้ามีชื่อเสียงก็เห็นแก่ชื่อเสียงก่อน ก็จะเป็นในลักษณะที่เรียกว่าจิตมันพาไป

บางคนเข้าใจธรรมชาติแบบนี้ก็ใช้คำว่า วางได้ เข้าใจว่าจริงๆ คนพาลก็อย่างนี้แหละ เข้าใจความเป็นบัณฑิตว่าจริงๆ บัณฑิตก็เป็นอย่างนี้แหละ เหมือนเข้าใจสิ่งที่มีจริงที่เรียกว่าปรีชาญาณ หยั่งรู้ สิ่งที่กำลังมี ที่เรียกว่ารูปหรือนาม สิ่งที่เป็นรูปเป็นยังไง สิ่งที่เป็นนามเป็นยังไง พอเข้าใจหมดแล้วมันจะมาในรูปไหนมันก็เหมือนในหัวในใจมันสรุปมาเองเลยว่ามันแค่รูปกับนาม หรือสิ่งที่มันกระทบเข้ามาน่ะมันก็หยั่งรู้ได้ทันทีว่ามันไม่ใช่เรามันเป็นขึ้นมาเอง ไม่มีใครไปบังคับให้เกิด ถ้าบังคับก็มีเรามาบังคับ แต่นี่มันไม่มี เหมือนสิ่งที่พระพุทธเจ้าตรัสว่าท่านรู้จักแล้ว แล้วก็ละได้แล้วด้วย คือรู้จักแล้ว และก็รู้จักแล้วด้วย

ว่านายช่างคือตัณหาจะไม่สามารถหาอุปกรณ์ต่าง ๆ มาสร้างเรือนให้พระองค์ได้อีก จะไปหาขื่อ หาแป หาอกไก่ หาเสา หาไม้ หากระเบื้องมุงหลังคาอะไรก็แล้วแต่ มาสร้างไม่ได้อีกแล้ว แต่ถ้ายังไม่รู้จักนายช่างดีพอ โดนนายช่างเกลี้ยกล่อมก็อาจจะสร้างต่อไปเรื่อย ๆ แต่พระองค์รู้จักดีจริง ๆ จนนายช่างไม่สามารถหาอะไรมาสร้างให้อีกได้ ก็เหมือนเรารู้สิ่งที่กำลังมี มันก็เป็นเพียงแค่เหตุปัจจัยที่อาศัยกัน อาศัยกันเกิดขึ้นแล้วจะมีอะไรมาสร้าง แล้วจะมีอะไรมาทำให้มันมีเรา จะมีอะไรมาทำให้เราทุกข์ได้อีก มันก็ถึงความดับไปเป็นธรรมดา เกิดแล้วก็ถึงความดับไปถึงความเสื่อมไป เกิดดับอยู่อย่างนี้ตลอดไม่ได้เลือกว่าเราหรือเขา เราจะคิดเราจะไปบังคับมันก็เกิดก็ดับอยู่ ก็มีแต่เราเท่านั้นที่ไม่รู้สิ่งที่กำลังมี ที่กำลังปรากฏอยู่

ญาณคือปัญญา

ฉะนั้นเรื่องญาณวันนี้หลายคนอยากฟัง จริงๆ ก็เคยพูดให้ฟัง เรื่องญาณหรือลำดับญาณ มันเป็นความรู้ แต่ในทางปฏิบัติมันเกิดเอง พอฟังแล้วรู้ ในขั้นรู้ให้ถูกต้อง ในขั้นสุตะ และในขั้นที่เรียกว่าใคร่ครวญไตร่ตรอง ในขั้นพิจารณา ในขั้นจินตา แล้วในขั้นภาวนาคือในขั้นที่ทำให้สิ่งที่คิดแล้วเข้าใจแล้ว เห็นตามที่มันมีจริง ในขั้นนี้มันยาก ส่วนใหญ่จะอยู่ในขั้นคิดแล้วคิดอีก พิจารณาแล้วพิจารณาอีก ใคร่ครวญแล้วใคร่ครวญอีก บางครั้งก็ยังไม่เข้าใจสิ่งที่กำลังมี แต่ถ้าเข้าใจแล้วจะไม่ไปคิด ไม่ไปพิจารณา ไม่ไปหาอุปกรณ์มาสร้างให้มันมีให้มันเป็นอีก เพราะยังมีเราอยู่ไปสำคัญว่ามีเราอยู่นั่นเอง

ธรรมะที่พระผู้มีพระภาคสอน ท่านบอกว่าสอนแย้งต่อสิ่งที่เขาเชื่อกันในสมัยโน้น คือเชื่อว่าทุกสิ่งทุกอย่างเป็นอัตตาไปหมด แต่พระองค์สอนตรงข้ามคือแย้งต่อสิ่งที่เขาสอน คือมิใช่อัตตา มิใช่ตัวตน ก็เลยตรงข้ามกับความรู้ความเข้าใจและสิ่งที่เขาทำอยู่ แต่พอมาฟังพระพุทธเจ้าก็เหมือนกับตรงข้ามหมด เหมือนกับเป็นสิ่งที่เขาไม่เคยได้ยินได้ฟังมาก่อน

ฉะนั้น ถึงต้องอาศัยการฟังเรื่อยๆ นะ โทษฐานที่ไม่ได้ฟังบางคนก็ยังหลงอยู่อย่างนี้ สมัยโน้นนะ แต่สมัยนี้มันมีสื่อมากมาย ทั้งได้เห็น ทั้งได้ฟัง ทั้งได้อ่านก็มีหมด แต่ในสมัยโน้นต้องอาศัยไปฟัง ไปฟังจากพ่อแม่ครูบาอาจารย์ที่ทรงจำพุทธพจน์ต่างๆ มาโดยลำดับ บางครั้งถ้าทรงจำไม่คลาดเคลื่อน ฟังแล้วมันสอดคล้องกับสิ่งที่มีจริงมั้ย ถ้ามันยังสอดคล้องกับสิ่งที่กำลังมีอยู่ก็แสดงว่าพูดตรง พูดตรงกับสิ่งที่มีจริง จะพูดภาษาไหนก็ตาม พูดความจริงนะ พูดสิ่งที่มีจริงนะ พูดเวลาไหน พูดภาษาอะไร ก็สื่อถึงความจริงที่มีอยู่ในโลก ฉะนั้นญาณหยั่งรู้น่ะสำคัญมาก แต่โดยความหมายน่ะเหมือนกับแคบลงมาเฉพาะสิ่งนั้นๆ แต่ปัญญาทั่ว คือกว้าง รอบรู้ หรือรู้ทั่ว คือกว้างกว่าในความหมาย แต่พอญาณ เหมือนกับกำหนดเป้าหมายและทิศทางจำเพาะลงไป หมายถึงปัญญาที่หยั่งรู้เรื่องรูปเรื่องนาม เรื่องเกิดเรื่องดับ เรื่องลดเรื่องละกิเลสโดยตรง

ฉะนั้น เรื่องญาณ ในเมื่อรู้จักญาณ คือการหยั่งรู้หรือปรีชาหยั่งรู้ ก็พูดถึงญาณที่มีในคำสอน เรียกว่ามีในพระบาลีดั้งเดิมแล้วก็ที่มีใหม่ มีมาใหม่ที่เราพูดเรื่องญาณ ๑๖ ไม่ใช่ทั้งหมดทั้ง ๑๖ ญาณ แต่ผู้รจนาก็เป็น ท่านอู โสภณมหาเถระ หรือท่านมหาสีสยาดอ ซึ่งเป็นพระภิกษุชาวพม่า ซึ่งท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญเรียกว่าเป็นวิปัสสนาจารย์ใหญ่ หรือเป็นต้นตำรับของการปฏิบัติในแนวสติปัฏฐานสี่ก็ว่าได้ ที่พวกเราเอามาเป็นเหมือนกับว่าคนที่ปฏิบัติแล้ว บางครั้งก็ต้องฟังเทศน์ ก็จะมีเทปท่านเทศน์ มีพระแปลออกมา มีแม่ชีแปลออกมาอะไรก็แล้วแต่ หรือแปลจากภาษาพม่าเป็นอังกฤษ แปลจากอังกฤษมาเป็นไทยอะไรก็แล้วแต่ ก็มาจากหนังสือวิสุทธิญาณกถา เป็นคัมภีร์ที่ท่านรจนา แต่พอสืบค้นมาแล้วโดยส่วนใหญ่บอกว่าไม่มีในพระไตรปิฎกก็มี โดยเฉพาะอย่างยิ่งในคัมภีร์ที่เรียกว่าปฏิสัมภิทามรรคที่เอามารวบรวมเรียบเรียง แล้วก็มีจากคัมภีร์ต่าง ๆ ท่านเอามาประกอบแล้วก็อธิบาย อธิบายแล้วก็อ้างที่มาที่ไป ก็เลยเป็นที่มาว่าคนไหนปฏิบัติสายพองยุบ หรือไม่ใช่สายพองยุบก็ตามก็จะพูดถึงเรื่องญาณ ๑๖ เหมือนกับเทียบเคียง

แต่ผู้รจนาท่านก็กล่าวไว้ว่า ไม่ใช่ว่าจะให้ไปรับรองว่าผู้ที่ฟังแล้วบรรลุมรรคผลนิพพานจริง ๆ เพื่อให้เทียบเคียงดูว่าลด ว่าละ ว่าเข้าถึง ภาวะที่มีจริงแบบนั้นจริงมั้ย เพียงแค่ให้ฟังเป็นความรู้เพื่อให้ไปพิจารณาใคร่ครวญตรวจสอบ แล้วก็สังเกตพฤติกรรมของตัวเองว่ามันเป็นอย่างนั้นมั้ย มันมีอย่างนั้นมั้ย ถ้าไม่มีจริง ถ้าไม่สอดคล้องกับความเป็นจริง มันก็ไม่ใช่อยู่แล้ว แล้วมันก็เป็นสิ่งที่อาจจะไม่ตรงกับสิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสเอาไว้ เพราะมันไม่สอดคล้องกับสิ่งที่กำลังมีอยู่เดี๋ยวนี้ เหมือนที่ยกในปฐมพุทธอุทานออกมาซึ่งเป็นพุทธพจน์นั่นแหละ

พระองค์รู้จักจริงและเข้าใจทุกขั้นทุกตอนของนายช่าง นายช่างจึงไม่สามารถทำอะไรได้เลย จะยั่วยุยังไง หรือบางครั้งเป็นบุคลาธิษฐานก็บอกว่าก่อนตรัสรู้ก็ยังเหมือนว่ามีลูกสาวของพญามารมายั่วยวนต่าง ๆ พอหลังจากผ่านพ้นมาแล้ว ตรัสรู้มาแล้วยังมีนางตัณหา นางราคา นางอรตี มาเต้นยั่วยวนต่าง ๆ นานา พระองค์ก็ยังคงไม่หลงก็แสดงว่ารู้จักจริงนะ ไม่ใช่รู้เฉย ๆ แบบที่คนทั่วไปรู้ ไม่ใช่เข้าใจแบบธรรมดาเหมือนคนทั้งหลายเข้าใจ แต่นี่รู้จริงเข้าใจจริงและถึงสิ่งที่มีจริง คือความดับแห่งตัณหาจริง ๆ ถึงความดับจริง ๆ

ญาณทัสนะ

ฉะนั้นพูดถึงญาณก็ต้องพูดถึงญาณที่เรียกว่า **ญาณทัสนะ** ซึ่งก็เป็นญาณที่มีปรากฏตั้งแต่แรกเลยในชั้นเดิม อย่างเราสวดในธัมมจักกัปปวัตตนสูตร **ติปะริวัฏฏัง ทะวาทะสาการัง ยะถาภูตัง ญาณะทัสสะนัง** มีที่เราสวดเห็นมั้ย ญาณ ๓ ปริวัฏฏ์ก็คือวนรอบ วนรอบ ๓ ในอริยสัจ ๔ วนรอบ ๓ ก็เป็นอาการ ๑๒ พระองค์ถึงกล้าปฏิญาณพระองค์ว่าบรรลุอนุตรสัมมาสัมโพธิญาณ อันนี้ญาณทัสนะ ญาณหยั่งรู้ในอริยสัจ ซึ่งมีอยู่ ๓ อย่าง

สัจจญาณ

ญาณแรกเรียกว่า **สัจจญาณ** ปรีชาหยั่งรู้สิ่งที่มีจริง ทุกข์น่ะมีจริงมั้ย ก็เป็นสัจจะเป็นความจริง จะนั่ง จะยืน จะเดิน หรือจะฟัง จะเห็น อะไรก็ตามมันมีอยู่ ทุกข์มันมีอยู่ มันเป็นสิ่งที่มีจริง มีจริงนะ อันนี้สัจจญาณ

สมุทัยคือเหตุเกิดทุกข์นี่มีจริงมั้ย ก็มีจริงนะ มีจริง จู่ ๆ มันจะมาทุกข์ได้ยังไง มันต้องมีเหตุก็คือสมุทัย

แล้วความดับมีจริงมั้ย มี ไม่ใช่ไม่มี ทุกขนิโรธความดับทุกข์มีจริง มีทุกที่นะไม่ได้เลือก ไม่ได้เลือกว่าเฉพาะที่นี่ ที่อื่นก็มีนะ ความดับมันมีอยู่ตลอด ไม่ใช่ไม่มี นี่คือสิ่งที่มีจริง

ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา ก็คือปฏิปทาเครื่องดำเนินไปสู่ความดับทุกข์หรือที่เราชอบเรียกว่ามรรคมีองค์แปด ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา อริยสัจจัง ที่สวด ทางดำเนินสู่ความดับทุกข์ อริยะก็คือประเสริฐ มีอยู่มั้ย มีนะ นี่คือเรื่องจริงนะ

สัจจญาณ ต้องรู้ถูกเข้าใจถูก แล้วในขณะที่สิ่งนี้ปรากฏก็รู้ว่ามีจริง รู้ว่ามีจริง ๆ ไม่ใช่ว่า อุ๊ย! ไม่มีหรอก ตอนนี้สุขอยู่ก็ไม่รู้ว่ามีทุกข์เพราะอารมณ์พาไป เพราะมีเราอย่างนี้ จริง ๆ มันเปลี่ยนไปเปลี่ยนมา ก็เพราะมันอาจจะเป็นลักษณะของทุกขตา คือเป็นทุกขลักษณะ ลักษณะที่บ่งบอกว่า อ๊อ! นี่มันทุกข์ ถ้าเป็นทุกขังเลยนี่คือมันอาจจะทนยากหรือทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้อย่างนี้

กิจจญาณ

ทีนี้ในญาณที่ ๒ เรียกว่า **กิจจญาณ** กิจในที่นี้ก็เหมือนกับว่าในขณะที่ทุกข์ก็รู้ เหมือนกับกำหนดรู้ คือธรรมทั้งหลายเกิดขึ้นตามที่มีจริง รู้ว่ามันทุกข์กำหนดรู้ แค่รู้ว่า อ๊อ! นี่มันทุกข์ไม่ได้ไปละนะ

แต่สมุทัยเหมือนกับกิจในการละก็เป็นเรื่องของสมุทัย เป็นเรื่องของสมุทัยนะ คือละเหตุ ละสมุทัย ละเหตุเกิดทุกข์

แล้วนิโรธก็คือมีกิจในการทำให้แจ้ง เหมือนกับไฟที่ถูกจุดขึ้นมา ความมืดที่มีอยู่ก่อนหน้านั้นพอแสงสว่างปรากฏ ความมืดก็หายไปทันที ไม่ใช่ว่าความมืดไม่มีอยู่ ความมืดก็มีอยู่ ความสว่างก็มีอยู่ แต่ว่าสิ่งไหนจะปรากฏ เหมือนความเกิดความดับคือรู้ว่าควรทำยังไงนะ มันเป็นเรื่องของธรรมะ ทำยังไงให้รู้แจ้ง เป็นกิจหรือหน้าที่ทำให้รู้แจ้งคือธรรมะที่เกิดขึ้นในขณะนั้นหรือญาณนั่นแหละ ญาณหยั่งรู้ในขณะนั้นทำให้แจ้ง

แล้วก็ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา อันนี้ก็คือกิจที่จะทำให้ทางปฏิบัติหรือปฏิปทานี้ทำให้เจริญขึ้น เจริญด้วยญาณ ญาณทัสนะเจริญขึ้น อันนี้คือกิจจญาณ ท่านเรียกว่ากิจจญาณ เหตุที่มันจะทำให้ทุกข์ได้อีก

กตญาณ

แล้วญาณที่สามเรียกว่า **กตญาณ** ก็คือญาณหยั่งรู้ว่าทุกข์ ถ้าพูดภาษาทฤษฎีก็อาจจะใช้คำว่าทุกข์ ได้กำหนดรู้เรียบร้อยไปแล้ว รู้จริง ๆ แล้ว รู้แล้วก็กำหนดรู้ไปเรียบร้อยแล้ว สมุทัยก็ละได้เด็ดขาดแล้ว คือละได้แล้ว แล้วก็นิโรธก็เป็นอันว่าได้ทำให้แจ้งไปเรียบร้อย ไม่มีกิจที่ต้องทำอีก ธรรมเป็นอันทำแล้ว ทำให้แจ้งแล้ว แล้วก็ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาหรือมรรคมีองค์แปดก็เป็นอันทำให้เจริญบริบูรณ์สมบูรณ์แล้ว

อาการอย่างนี้จะเกิดขึ้น ๓ ครั้ง ๓ รอบวน ในกิจอริยสัจ ๔ มีกิจที่เรียกว่า **ปริญเญยยกิจ** ก็คือทุกข์มีหน้าที่กำหนดรู้ สมุทัยก็**ปหานกิจ** คือละ ส่วนนิโรธก็**สัจฉิกิริยากิจ**คือทำให้แจ้ง แล้วสี่คือมรรคก็มีกิจทำให้เจริญเรียกว่า**ภาเวตพกิจ** วน ๓ รอบก็มีอาการ ๑๒ ที่เรียกว่า **ติปะริวัฏฏัง ทะวาทะสาการัง ยะถาภูตัง ญาณะทัสสะนัง** ในธัมมจักกัปปวัตตนสูตร อันนี้พูดถึงญาณทัสนะ

ญาณทั้ง ๓ เป็นการหยั่งรู้ในอริยสัจทั้งสี่ วนไป ๓ รอบด้วยอาการ ๑๒ พระองค์จึงปฏิญาณพระองค์ว่าได้บรรลุ พูดภาษาชาวบ้านก็บอกว่าได้บรรลุพระอรหันต์จริง ๆ ได้บรรลุอนุตรสัมโพธิญาณจริง ๆ ถ้าไม่งั้นก็ไม่กล้าปฏิญาณ อันนี้พูดถึงญาณ อันนี้ญาณ ๓ ยังไม่ได้เข้าญาณ ๑๖ พูดถึงเรื่องญาณให้เข้าใจ อันนี้ญาณซึ่งหมายถึงญาณในอริยสัจ ๔ ในกิจของอริยสัจทั้งสี่ซึ่งอันนี้มีปรากฏอยู่แล้วตั้งแต่ต้นเลย เป็นตั้งแต่ในปฐมเทศนา เป็นเทศนากัณฑ์แรก อันนี้ญาณที่พูดไว้ในพระไตรปิฎกหรือในหนังสือสวดมนต์ต่าง ๆ ที่เราเอามาสวดมาสาธยาย อันนี้มีความชัดเจนในด้านที่มาที่ไปว่ามาจากต้นเดิม

บุพเพนิวาสานุสติญาณ

ทีนี้ยังมีอีกนะ ยังมีญาณ ๓ อีก ญาณ ๓ ที่คนชอบพูดกัน ญาณ ๓ ในช่วงที่พระผู้มีพระภาคตรัสรู้ ในปฐมยามก็จะได้ยินคนที่เรียนน่ะบอกว่าพระองค์ได้บรรลุ **บุพเพนิวาสานุสติญาณ** ก็คือญาณหยั่งรู้ ระลึกถึงขันธ์ที่เคยมีมาแล้วในอดีต คือระลึกชาตินั่นแหละ ระลึกชาติหนหลังได้นับไม่ถ้วนนะ พระองค์เป็นสัมมาสัมพุทธะ ระลึกไปได้ไม่จำกัดนะ อันนี้เรียกว่าบุพเพนิวาสานุสติญาณ ญาณที่ระลึกชาติได้

จุตูปปาตญาณ

อย่างต่อมาเป็นญาณที่ ๒ ที่เราคุ้น ๆ กันเรียกว่า**จุตูปปาตญาณ** บางครั้งก็จะได้ยินว่า**ทิพจักษุญาณ**หรือ**ทิพจักขุญาณ** ตาทิพย์ ทีนี้ก็จะยังไง ตาทิพย์ก็คือปัญญานั่นแหละ ก็คือญาณนั่นแหละ หยั่งรู้การเกิดการตายหรือการเวียนตายเวียนเกิดของสัตว์ในสังสารวัฏ เป็นมายังไง เป็นมายังไงด้วยอำนาจของกรรมอะไรต่าง ๆ ฉะนั้นพระองค์จึงรู้ละเอียด ลึกซึ้งกว่าสาวกบารมีทั้งหลาย เพราะนี่เป็นพุทธบารมี ต่างกันนะ ต่างกัน สาวกบารมีก็นิด ๆ หน่อย ๆ รู้กรรม หรือบางคนในยุคในสมัยนี้ก็มีคนที่บอกว่า อู๊ย! ดูกรรม เห็นกรรมคนนั้น เห็นกรรมคนนี้ อันนี้ก็นิด ๆ หน่อย ๆ นะ บางคนก็ไม่ได้รู้จริงหรอก แต่ก็อาจจะโอ้อวดไป อย่างนี้ก็มี บางครั้งก็หวังชื่อเสียง หวังลาภสักการะ มีให้เห็นเยอะ

สังคมที่คนยุคนี้มีทุกข์ บางครั้งก็ไปหาคนที่นั่งหลับตา บางครั้งก็อาจจะมีพระด้วยหรือเปล่าไม่รู้ ไม่รู้ด้วย ก็พึมพำ ๆ ออกมา โยมไปทำอันโน้น อันนี้มา ต้องไปแก้กรรมอย่างโน้นอย่างนี้ อ้าว! วุ่นวายล่ะงานนี้ บางคนก็ต้องไปปล่อยปลา ก็ค่อยยังชั่ว ปล่อยนก เออ! ฆ่าปลา ฆ่านกมาอีก อ้าว! วุ่นวาย หรือบางคนไปถวายสังฆทาน หรือบางคนไปทำอุตริอะไรก็ไม่รู้ มันมีเยอะนะ ไม่ได้หยั่งรู้จริง ๆ ไม่ใช่ระดับญาณ ถ้าเป็นพระพุทธเจ้าละเอียดลึกซึ้ง อันนี้คือญาณที่เรียกว่าจุตูปปาตญาณ

อาสวักขยญาณ

ญาณสุดท้ายนี่สำคัญที่สุดก็คือ **อาสวักขยญาณ** ญาณนี้คือญาณหยั่งรู้ที่จะกำจัดอาสวกิเลสทั้งหลายให้หมดไป หมดไปยังไงเพราะญาณนี้ อาสวักขยญาณ กำจัดกิเลสให้สิ้น ถ้าญาณนี้ไม่ปรากฏก็ไม่สิ้น ญาณสุดท้ายในปัจฉิมยาม จุตูปปาตญาณเกิดในมัจฉิม ปัจฉิมยามก่อนพระอาทิตย์ขึ้นก็บรรลุอาสวักขยญาณ ใต้ต้นพระศรีมหาโพธิ์หรือโพธิบัลลังก์ คนที่เคยไปอินเดียก็อาจจะนึกภาพออก อันนี้คือเรื่องญาณ

พูดให้ฟังก่อนที่จะเข้าลำดับญาณ คือพูดให้ฟังให้เข้าใจว่าญาณมีอะไรบ้างที่มีปรากฏอยู่ในคัมภีร์บาลีตั้งแต่ชั้นเดิมมาเลย ไม่ใช่ว่าเพิ่งมีใหม่ อันนี้มีอยู่เก่าแล้วนะ มีอยู่เก่าชั้นดั้งเดิมเลย อันนี้ญาณสามอีกอันนึงซึ่งเกี่ยวเนื่องกับพระพุทธเจ้าเลย หรือคนที่ตามพระพุทธเจ้าก็จะมีลักษณะนี้ สาวกก็เหมือนกัน โดยเฉพาะญาณสุดท้ายต้องมีอาสวักขยญาณ จะรู้ว่าหมดกิเลสหรือไม่หมดกิเลส ถ้าญาณนี้ปรากฏขึ้นก็จะรู้ว่านายช่างขอโทษทีเถอะ ท่านไม่สามารถที่จะยั่วยุเอาอุปกรณ์ชิ้นโน้นชิ้นนี้มาเสนอแล้ว ไม่ได้สนใจแล้วที่จะให้ท่านสร้างให้ท่านประกอบ ไม่มีหลงเด็ดขาด จะต่างทันที

อตีตังสญาณ

ทีนี้ญาณ ๓ อีกอย่าง อันนี้ง่าย ๆ ก็คือ **อตีตังสญาณ** ญาณที่ระลึกถึงอดีต อย่างบางครั้งเรานึกถึงอดีต อย่างไปนึกถึงเมื่อวานนี้ ระลึกย้อนไปอีกหลาย ๆ วัน หรือย้อนไปเป็นหลาย ๆ ชาติ เรียกว่าอตีตังสญาณ

อนาคตังสญาณ

ญาณที่ ๒ นี่เรียกว่า **อนาคตังสญาณ** อันนี้คือรู้อดีตแล้วก็รู้อนาคต รู้ว่าวันพรุ่งนี้จะเกิดอะไรขึ้น จะเกิดสงครามนิวเคลียร์มั้ยอย่างนี้ ในยุคนี้คนก็อาจจะกลัว จะใช้นิวเคลียร์ทำลายล้างกันหรือเปล่า เขาไม่ได้นึกถึงคนที่ร่วมโลกตาดำ ๆ เลย เป็นกิเลสของท่านผู้นำแต่ละคนไป อย่างนี้เป็นต้น อันนี้แหละกิเลส เห็นโทษเห็นภัยในวัฏฏะ เห็นโทษเห็นภัยของกิเลสชัดเจนว่าความโลภไปอยู่ในใคร ความโกรธไปอยู่ในผู้ใด ความหลงไปอยู่ในผู้ใด ถ้าผู้นั้นเป็นผู้นำแย่แน่ ๆ อาจจะพาคนไปตายหรือไปดีก็ได้ ถ้าไม่สามารถเอาชนะกิเลสพวกนี้ได้ ขึ้นอยู่ในทุกยุคทุกสมัยที่ผ่านมา เห็นมั้ยมันก็จะมีอย่างนี้ อารยธรรมต่าง ๆ ที่ล่มสลายมาแล้วนับไม่ถ้วนก็เพราะ ทำไมพระพุทธเจ้าถึงไม่อยากเป็นพระเจ้าจักรพรรดิก็เพราะอย่างนี้ หันหลังให้กับความมีความเป็นสิ้นกิเลสดีกว่า ไม่ต้องไปวิเศษอะไรเหมือนที่คนทั้งหลายอยากเป็น

อันนี้อนาคตังสญาณ บางคนอยากจะรู้เรื่องอนาคตว่าจะเป็นยังไง หรือจะไปเกิดเป็นอะไรยังไง ระลึกไปได้นะ อาจจะยาวนานแล้วแต่กำลังของแต่ละคน เหมือนเรานึกถึงว่า เอ๊! วันพรุ่งนี้แม่ครัวจะทำอาหารอะไรน้อ อย่างนี้ บางคนนึกถึง เอ๊! พรุ่งนี้สงสัยมีส้มตำแน่เลย ว่างั้น พอนึกในใจ พอไปถึง อ้าว! มีส้มตำจริง ๆ อย่างนี้เป็นต้น ถูกกับที่นึกไว้เลยอย่างนี้เป็นต้น พอไม่มีก็ อู่! อย่างนี้ นั่นแหละบางคนนึกบ่อย ๆ ก็นึกว่าตัวเองรู้ อย่างนี้เป็นต้น เพราะมันตรงอย่างนี้ อยากกินอะไร หรือนึกถึงใครว่า เอ๊! พรุ่งนี้จะมีคนชื่อนั้นชื่อนี้มาหาอย่างนี้ อ้าว! เขาจะพูดเรื่องนี้กับเราอย่างนี้ เราจะตอบด้วยคำ ๆ นี้ อย่างนี้เป็นต้น อันนี้เป็นอนาคตังสญาณ ญาณหยั่งรู้อนาคตนะ อนาคตที่จะเกิดขึ้นหรืออุบัติขึ้นว่าเป็นยังไง

ปัจจุปปันนังสญาณ

ญาณที่ ๓ อีกอย่างหนึ่งก็คือ **ปัจจุปปันนังสญาณ** ก็คือญาณที่หยั่งรู้ปัจจุบัน สำคัญนะ อันนี้ ปัจจุบันขณะ ปัจจุบันที่ทุกสิ่งทุกอย่างกำลังมี จะหลงว่ามีเราหรือไม่มีเรา มันก็อยู่ที่นี่ จะหลุดจะพ้นหรือไม่หลุดไม่พ้นมันอยู่ที่ปัจจุปปันนังสญาณนี่สำคัญ ฉะนั้นรู้จักญาณแล้วก็ค่อยต่อกันในวันต่อไปนะ ในลำดับญาณต่าง ๆ ซึ่งอาจจะมีที่มาทีหลังนะ อันนี้พูดถึงที่มี ที่มาที่ไปในพระไตรปิฎกบาลียุคแรก ๆ ก็พอสมควรแก่เวลา ต่อไปให้พวกเรานั่งกรรมฐานต่อตั้งใจนะ

ลำดับญาณ ตอนที่ ๒:
นามรูปปริเฉทญาณ

๘ เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๕

พระโยคาวจร แม่ชี โยคีผู้เข้าปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ช่วงต่อไปเป็นช่วงฟังธรรม เป็นช่วงปฏิบัติธรรมร่วมกัน ให้พวกเรานั่งสมาธิ พยายามมีสติในขณะที่นั่งฟังธรรมบรรยายตามไปด้วย

ศีล

วันนี้ก็บรรยายต่อเนื่องในเรื่องของลำดับญาณ ซึ่งเมื่อวานพูดถึงญาณทัศนะ แล้วก็ญาณที่เรียกว่าญาณสามหรือวิชชาสาม แล้วก็ญาณสามคือเรื่องของอดีต อนาคต และปัจจุบัน ซึ่งหมายถึงปรีชาหยั่งรู้หรือญาณหยั่งรู้ ที่นี้การประพฤติปฏิบัติ เมื่อประพฤติปฏิบัติถูกต้องเหมาะสมกับเหตุปัจจัยที่เกื้อกูลอุดหนุน ให้ธรรมที่เป็นกุศลที่เป็นปัจจัย เกิดแล้วก็เจริญต่อเนื่องจนมีกำลังมากพอที่จะหยั่งรู้ในภาวะของสิ่งที่เรียกว่าความจริงหรือสิ่งที่มีจริง ซึ่งสิ่งเหล่านั้นก็มีทั้งสิ่งที่เรียกว่ารูปหรือนาม เรียกว่ารูปเรียกว่านาม อันนี้เรียกสั้น ๆ

ทีนี้มาการประพฤติการปฏิบัติ บางคนก็บอกเริ่มจากศีล สมาธิ แล้วก็ปัญญา จะต้องชำระศีลให้บริสุทธิ์ ซึ่งถ้าศีลไม่บริสุทธิ์ไม่หมดจด บางครั้งก็อาจจะทำให้การประพฤติปฏิบัติมันเป็นไปได้ไม่ดีพอ คือมันอาจจะเกิดวิปฏิสาร ความเดือดร้อนภายในใจ ซึ่งในเรื่องของศีลก็มีทั้งภายในและภายนอก

วิรัติ

ศีลที่เป็นภายนอกอาจจะหมายถึงศีลที่สมาทาน คือประกาศเจตนาในการรักษาแต่ละสิกขาบทคือแต่ละข้อ อย่างแต่ละข้อหนึ่งถึงแปด หนึ่งถึงสิบ หนึ่งถึงสองร้อยยี่สิบเจ็ด หรือสามร้อยสิบเอ็ดก็แล้วแต่ อันนี้เหมือนสมาทานก่อนแล้วก็พยายามที่จะรักษา แต่ต้องควบคู่ไปกับสิ่งที่เป็นภายในซึ่งเรียกว่าเจตนาในการงดเว้น งดเว้นเฉพาะหน้านะ เฉพาะหน้า ถ้าบอกว่าเฉพาะสิ่งที่กำลังมีอยู่ สิ่งที่กำลังมีมันเป็นอกุศล มันมีโทษ คือมีวิบาก ไม่ดี เดือดร้อน ในขณะนั้นก็งด เรียกว่างดเว้นหรือเว้นขาด เว้นขาดจากภายใน เรียกว่าวิรัติซึ่งเป็นศีลภายใน ซึ่งเกิดจากการที่เรียกว่าการปฏิปัตติคือการปฏิบัตินั่นแหละ คือเกิดจากการเข้าถึง ซึ่งก่อนจะเข้าถึงก็ต้องรู้ประโยชน์ เรียกว่าประโยชน์ในการรักษาศีล แล้วก็โทษของการไม่รักษาศีล แล้วก็เข้าใจการรักษาอย่างถูกต้อง ก็จะทำให้การรักษาน่ะง่ายขึ้น ก็ไม่เครียด ซึ่งต้องรักษาจากที่ไหน ก็ต้องรักษาจากภายในจากสิ่งที่เป็นภายใน

เจตนาในการงดเว้น เวลาประจวบเข้าก็ต้องประจวบเข้า สัมผัปปลาปะงดเว้น คือเว้นขาดโดยทันที ซึ่งถ้าเทียบเคียงในจตุปาริสุทธิศีลสี่ ในข้อที่เกี่ยวเนื่องก็คือเรื่องของอินทรีย์สังวรศีล คือการสำรวมตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ สิ่งที่กำลังมีในขณะเห็นอย่างนี้บางครั้งมันเกิดชอบ เกิดไม่ชอบ มันจะทำให้ละเมิดสิกขาบทแล้วมันมีโทษอย่างนั้นอย่างนี้มันเข้าใจมาหมดแล้ว พอสิ่งนั้นปรากฏความระมัดระวังจะเกิดขึ้นโดยทันที ทันทีที่เห็น ทันทีที่ได้ยินทันทีที่ได้กลิ่น ทันทีที่ลิ้มรส ทันทีที่ถูกต้องสัมผัส ทันทีที่รับรู้ธรรมารมณ์ คือเว้นขาดไม่ไปทำแล้วถ้ามันเป็นโทษ ไม่ไปคิดแล้ว ไม่ไปพูดแล้ว ไม่ไปทำแล้ว เพราะสิ่งนี้มันเกิดขึ้นก่อน มันยังไม่ทำแต่ถ้ามันเกิดไปแล้วมันก็ห้ามไม่ได้

แต่สิ่งที่เป็นกุศลคือเจตนาในการงดเว้นมันเกิดขึ้นฉับพลันทันที เฉพาะที่เฉพาะจุด เรียกว่าศีลที่เกิดจากการปฏิบัติ ปฏิปัตติ ถึงเฉพาะสิ่งนั้นเลย ศีลก็จะไม่ขาด ไม่ด่าง ไม่พร้อย แล้วก็ไม่ลูบ ๆ คลำ ๆ อยู่อย่างนั้น เป็นสีลัพพตปรามาส อันนี้ไม่ใช่เพียงแค่บริสุทธิ์ แต่เป็นไปเพื่อความหมดจด ไม่ได้รักษาศีลเพื่อให้ได้ชื่อว่าเป็นผู้เคร่ง แต่รักษาศีลเพื่อกำจัดสิ่งที่มีโทษภายในคือกิเลส เอากิเลสออก ป้องกันกิเลส เอากิเลสออก แล้วทำต่อเนื่องแล้วรักษา มันควบคู่ไป

เมื่อสิ่งเหล่านี้เกิดขึ้นแล้ว วิรัติเกิดขึ้นภายในแล้วก็เกิดภาวะที่เรียกว่างดเว้น เว้นขาดทันทีในขณะนั้น แต่เว้นแล้วก็เหมือนกับว่าเกิดอีกได้ เกิดดับเหมือนกันนะ เกิดแล้วดับ มันเกิดพร้อมกับจิตดวงนั้น พอมันดับก็ดับไปพร้อมกับจิต มันดับไปพร้อมกัน มันเกิดอีก งดอีกเว้นอีก มันก็เกิดอีก มันก็จะไม่ไปพูดไม่ไปทำจนล่วงละเมิดสิกขาบทต่าง ๆ โดยเด็ดขาด แล้วก็ในส่วนอาชีพ ในส่วนที่เกี่ยวเนื่องกับการพิจารณาปัจจัยสี่พวกนี้ก็จะเกิดขึ้นเฉพาะ ก็จะเข้าถึงเฉพาะในขณะนั้น ๆ ได้ทันที พอระมัดระวังหรืองดเว้น กิเลสโลภะ โทสะหรือโมหะมันก็ไม่เกิด ไม่เกิดร่วม มันเป็นเรื่องของสติเป็นเรื่องของปัญญาที่อบรม เรียกว่าเจริญก็คือภาวนา อบรมก็คือเหมือนกับทำแล้วทำอีก ทำซ้ำ ๆ บ่มเพาะไปเรื่อย ๆ ทำต่อเนื่อง อันนี้แหละเรื่องศีล

สมาธิ

เรื่องสมาธิก็อยู่ในองค์มรรคอีกเหมือนกัน อย่างในศีลอยู่ในองค์มรรค ในสัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ รู้ว่าอาชีพทำแล้วมันทุกข์ก็เว้นขาด รู้ว่าพูดแล้วมันไม่ดีมันก็เกิดจากภายในเพราะเห็นโทษมาแล้ว เห็นโทษโดยความเป็นโทษจริง ๆ ไม่ใช่รู้ว่ามันมีโทษเฉย ๆ แต่ยังไม่เห็นโทษจริง ๆ มันก็ยังเว้นไม่ได้ แต่นี่มันเกิดจากภายในคือเห็นโทษจริง ๆ มันเว้นได้เอง มันเว้นได้เองด้วยองค์ธรรมนั่นแหละ เว้นได้เอง เว้นจากการพูดเท็จ ส่อเสียด คำหยาบ เพ้อเจ้อ ทันที หรือเว้นจากการฆ่า การเบียดเบียน การลักการขโมยจี้ปล้นทันที หรือเว้นจากการประพฤติผิดในกามทันทีอย่างนี้ อันนี้ไม่ต้องบอก มันเกิดขึ้นภายใน

พอเกิดขึ้นภายในถ้าพูดภาษาชาวบ้านเหมือนควบคุมกาย ควบคุมวาจา ให้ไปในทิศทางที่ตรงกันข้ามที่จะทำให้เดือดร้อน เหมือนคนที่รู้โทษของไฟว่ามันร้อน แต่ก่อนไม่รู้ก็เอื้อมมือไปถูก ไปจับ มันก็ร้อน แต่ตอนนี้พอรู้แล้วก็อยู่พอเหมาะพอดี ยื่นมือไปก็เพียงแค่อุ่น ๆ ไม่ยื่นเข้าไปมากกว่านั้นเพราะมันจะทำให้ไหม้มือ มันก็เป็นทุกข์ ต้องมารักษามาดูแลอีกยาวนาน พอรู้อย่างนั้นแล้วก็จะรู้วิธีเอง รู้ขั้นตอนรู้วิธี เหมือนคนที่นั่งใกล้กองไฟเวลาหน้าหนาว หรือเตาผิงอะไรต่าง ๆ ถ้าเข้าใกล้มากกว่านั้นก็ร้อนก็ต้องถอยออกมาเอง ให้มันห่างพอเหมาะพอดี พออยู่ตรงนี้ก็อยู่ได้ทั้งวันทั้งคืน หรือสมัยนี้เขามีฮีตเตอร์ก็เปิดอุณหภูมิที่พอเหมาะพอดีที่เราอยู่ได้ หรือความเย็นก็เหมือนกัน ก็เปิดในความพอเหมาะพอดีมันก็อยู่ได้ อยู่ได้โดยไม่เย็นไม่แข็งตายหรือไม่ร้อนตายอย่างนี้ ไม่ทรมานพอดี ๆ มันจะบอกเอง

เมื่อรู้คุณโทษประโยชน์ที่จะเกิดขึ้น ถ้าเว้นแล้วทำแล้ว เห็นโทษด้วยความเป็นโทษ เห็นประโยชน์ด้วยความเป็นประโยชน์อย่างแท้จริงอย่างนี้ มันจะเป็นไปเอง เรียกว่าเป็นไปโดยอัตโนมัติ ไม่มีใครไปบังคับ บางคนบอกเหมือนแล่นไปเลย แล่นไปเอง แล่นไปจัดการอย่างทันท่วงทีนะ ทันท่วงทีในขณะที่ประจวบเข้ากับอารมณ์ต่าง ๆ ที่จะทำให้ ภาษาทั่วไปเรียกว่า

ผิดศีล เรียกว่าบาปอะไรพวกนี้ เรียกว่าอกุศลที่จะเกิดขึ้นน่ะมันยังไม่เกิด กุศลมันเกิดก่อนแล้วถ้ามีตัวนี้ ตัววิรัตินี่ วิรัติเจตสิก อันนี้ก็คือเป็นสิ่งที่มีจริงเหมือนกัน เป็นกุศล มันเกิดขึ้น

ทีนี้ถ้าสมาธิล่ะ สมาธิถ้าในองค์มรรคแปดที่พอมองเห็นก็อย่างสัมมาวายามะ เพียรชอบ แล้วก็สัมมาสติ การระลึกชอบ สัมมาสมาธิ จิตที่แน่วแน่ มั่นคง ในแต่ละขณะ ๆ แต่ละขณะมั่นคง อันนี้จัดอยู่ในกลุ่มสมาธิ

คนที่มีสัมมาสมาธิจิตก็จะตั้งมั่นชอบ ก็คือเห็นในสิ่งที่มีจริงหรือระลึกไปในสิ่งที่มันมีจริงเหมือนกัน คือกาย เวทนา จิต ธรรม ระลึกไป หรือเพียรก็เข้ากันได้หมด ระวังไม่ให้บาป ไม่ให้กุศลมันเกิด เพียรเอาออก เพียรประหาณ เพียรเจริญอย่างนี้ แล้วก็เพียรรักษามันไปด้วยกันหมด ซึ่งเริ่มต้นจากความเห็นที่ถูก สัมมาทิฐิ แล้วก็ดำริที่จะออกจากกาม จากพยาบาท จากการเบียดเบียน ดำริมาตั้งแต่ต้นแล้วก็ไปด้วยกัน ฉะนั้นสิ่งเหล่านี้ ถึงบอกว่าแต่ละคนเวลาประพฤติปฏิบัติ อย่างผู้ที่ปฏิบัติที่อยู่กับรูปกับนาม ทั้งยืนเดินนั่งนอน หรือแม้ไม่ได้ยืนอยู่ ไม่ได้นั่งอยู่ อยู่ในอิริยาบถไหนก็ตาม สถานที่ไหนก็ตามอย่างนี้ เมื่อประจวบเข้ากับสิ่งนั้นก็สามารถที่จะฝึกอบรมจิต เจริญสติปัญญาได้ทันที เพราะอะไร เพราะมีทิฐิที่ชอบ คือรู้มาถูกแล้ว ดำริชอบคือเข้าใจมาถูกต้องแล้วว่าต้องออก พอถึงขั้นภาวนาเหมือนมันเจริญไปตามลำดับ ทีนี้เมื่อพูดถึงแล้ว ทำศีลให้วิสุทธิคือหมดจด ไม่ได้รักษาด้วยอำนาจของความอยากนะ ความอยากมีอยากเป็น แต่รักษาศีลเพื่อศีล เพื่อวิสุทธิ เพื่อให้เป็นปกติ เพื่อให้เย็นศิระ เพื่อให้สงบ เพื่อให้มั่นคง ไม่หวั่นไหว เป็นไปตามเหตุตามปัจจัย

แล้วก็สมาธิเพื่อรู้เพื่อเข้าใจสิ่งที่มันเกิดมันดับ ร่วมกับปัญญานะคือต้องมีปัญญา มีปัญญาเข้ามาเป็นส่วนประกอบ เพราะถ้าขาดปัญญาแล้วมันก็อาจจะเป็นสีลัพพตปรามาส ถ้าขาดปัญญาที่ชอบแล้วก็จะกลายเป็นมิจฉาสมาธิไปได้ กลายเป็นสมาธิผิด คืออาจจะไม่ได้เป็นไปเพื่อมรรคเพื่อผล เพื่อความดับกิเลส หรือพ้นทุกข์อย่างแท้จริง แต่อาจจะเป็นไปเพื่ออย่างอื่น เป็นไปเพื่อฌานอย่างเดียว หรือเป็นไปเพื่อความวิเศษอย่างเดียวอย่างนี้ ไม่ได้มุ่งไปที่ความสิ้นกิเลส ก็มีเหตุมีปัจจัยหลายอย่างที่เข้ามาเกี่ยวข้อง ฉะนั้นเมื่อเข้าใจถูกต้องการประพฤติการปฏิบัติก็จะดำเนินไปได้ด้วยดี

ปัญญา

ทีนี้ก็มาเข้าถึงเรื่องของปัญญาที่เรียกว่าต้องรู้ให้ถูก ต้องหยั่งรู้ คือรู้ถูกแล้ว เกิดญาณแล้ว ญาณนั้นต้องหยั่งรู้ให้ถูก

๑. นามรูปปริเฉทญาณ

อย่างญาณที่ ๑ นะ ในญาณ ๑๖ ซึ่งมาในชั้นหลัง ท่านรวบรวมมาจากปฏิสัมภิทามรรค และวิสุทธิมรรค ก็เหมือนกับว่าก็ต้องรู้ให้ถูกอีกเหมือนกัน บางครั้งเราปฏิบัติเราไม่รู้ว่ารูปคืออะไร อย่างญาณที่หนึ่งหยั่งรู้รูปนาม ด้วยการแยกรูปแยกนาม แยกออกนะ แยกออกนามรูปปริเฉทญาณ แยกออกเป็นแต่ละหนึ่ง แต่ละหนึ่ง แต่ละอย่าง แต่ละอย่าง ให้เห็นว่ารูปหรือนามอย่าไปสำคัญ รูปก็คือรูป นามก็คือนาม อย่าไปสำคัญว่ามีสัตว์ มีบุคคล มีอัตตาตัวตน คือมีเรานั่นแหละ รูปหรือนามเป็นตรงกันข้ามนะ คือเป็นอนัตตานั่นแหละ มิใช่อัตตาเป็นสิ่งที่ไม่ใช่อัตตา ตรงกันข้าม ทีนี้รูป เราจะรู้ว่าอะไรเป็นรูป ที่บอกว่ารูปไม่มีเรา รูปในพระสูตรต่าง ๆ ท่านว่าไว้ยังไง

มหาภูตรูป

ในพระสูตรก็จะพูดถึงรูป ๔ คือมหาภูตรูปส่วนใหญ่ แต่ถ้าในคัมภีร์ชั้นหลังอย่างอภิธัมมัตถสังคหะ ท่านก็จะจัดลำดับเรื่องของรูป ว่ามีรวมมหาภูตรูปด้วยก็เป็น ๒๘ บวกเข้าไปอีก ๔ คือรูปที่ไปอาศัยอุปาทายรูป อุป ก็แปลว่าเข้าไป อาทาย ก็หมายถึงอาศัยรูป ก็คือรูปเข้าไปอาศัยรูป ไปอาศัยรูปอยู่เรียกว่า อุปาทายรูป ก็เลยมี ๒๔ จัดเป็นรูปเหมือนกัน ทีนี้รูปมีอะไรบ้าง

ปฐวีรูป

มหาภูตรูป ๔ ปฐวีรูปก็คือที่เราเรียกว่าธาตุดินนั่นละ ดินมีลักษณะ*อ่อนแข็ง* พวกนี้ เป็นธาตุดิน อะไรบ้างที่เป็นธาตุดินที่มีลักษณะอ่อนแข็ง ผมเป็นมั้ย เป็น เล็บเป็นมั้ย เป็น ขนเป็นมั้ย เป็น ฟัน หนังเป็นมั้ย เป็น กระดูกเป็นมั้ย เห็นชัดเลย มีเยอะแยะเลย เป็นรูปแข็ง ๆ ถ้าไม่นับในตัวเรา อย่างพื้นที่เรานั่ง แสตนด์ โต๊ะ เก้าอี้ พวกนี้ก็แข็ง ก็เป็นดินซะส่วนใหญ่นะ เป็นปฐวีรูป หรือปฐวีธาตุ มหาภูตรูปซึ่งมีลักษณะแค่นแข็ง มีลักษณะแข็งอ่อน

อาโปรูป

อาโปธาตุ หรืออาโปก็คือรูป คือน้ำที่*เอิบอาบหรือเกาะกุม* พวกนี้ธาตุน้ำ ถามว่าในร่างกายของคนเรามีที่พอมองเห็น มีน้ำเยอะ ๆ เป็นส่วนประกอบ ก็มีอย่างน้ำตาก็ใช่ น้ำมูกก็ใช่ ก็เป็นน้ำซะมากกว่า น้ำเลือดก็ดูจะมีปริมาณเยอะ น้ำหนอง มีอีก มีอยู่เยอะนะ น้ำมัน พวกนี้มีน้ำเป็นส่วนประกอบ เวลามันซึมออกมา พวกเหงื่อมันซึม เอิบอาบเกาะกุม ก็คือทำให้อยู่ด้วยกัน ให้ธาตุทั้งสามเกาะกุมเชื่อมประสานเอาไว้ เป็นลักษณะของอาโป ก็เป็นรูปนะ อันนี้ก็เป็นรูป รูปใหญ่

เตโชรูป

เตโชรูปนี่ก็คือไฟที่*ร้อน* รูปที่*อุ่น*แล้วก็*เย็น* ร้อนกับเย็นเวลาเราจับดู หรือบางครั้งเราก็รู้สึกทั้งเย็นทั้งร้อนได้ ก็เป็นรูปอย่างนึง เห็นมั้ยมันมีอยู่ในนี้ แต่เรามีนามด้วยเราจึงรู้ว่ามันมีรูป มีรูปเรียกว่าเตโชรูป มีอยู่ทุกคนนะ มีจริงมั้ย มี ไม่ใช่ไม่มีนะ มีมีอยู่ มันเกาะกลุ่มกันอยู่

วาโยรูป

แล้วก็บางครั้งมองไม่เห็นลม มองที่ยอดไม้ อ้าว! เห็นยอดไม้ไหว ๆ มีลม อันนั้นภายนอก หรือบางครั้งพอเคลื่อนไหวอย่างพัดลม ก็จะมี มองเห็นมันหมุน ทำให้เกิดลม แสดงว่ามันมี ในร่างกายเรามีมั้ย *ไหว ตึง* พวกนี้ *หย่อน* มีหมดเลยนะ มีหมด ลม อันนี้ลม อันนี้มี อันนี้เฉพาะ รูปใหญ่

ปสาทรูปทั้งห้า

รูปอาศัยอีกคืออาศัยภูตรูปอยู่ มีอะไรบ้างล่ะ ถ้ามองดูง่าย ๆ ก็คือสิ่งที่เราผ่านการมองเห็น ก็คือทำให้จักษุวิญญาณเกิดได้ก็ต้องอาศัยก็เรียกว่าพวก ปสาทรูป มี ๕ นะ **จักษุปสาทรูป** ประสาทตาที่จะรับพวกวรรณะ พวกสี แสง ให้มากระทบเพื่อที่ตัวจักษุวิญญาณจะได้หยั่งลง คือทำหน้าที่เห็นรูปได้ นี่เขาเรียกว่า จักษุประสาท หูก็**โสตปสาทรูป** จมูกก็**ฆานปสาทรูป** แล้วก็ลิ้นล่ะ **ชิวหาปสาทรูป** ลิ้นก็เหมือนกับมีปลายประสาทสำหรับรับรสอยู่ตรงบริเวณกลางลิ้นเยอะแยะไปหมด ถ้าบางครั้งเรากินยาหรือโดนอะไรฝาด ๆ บางครั้งการรับรสก็จะไม่ดี บางคนต้องขูดลิ้นอย่างนี้ แปรงลิ้นอย่างนี้บางครั้ง การรับรสดี อันนี้ก็ต้องอาศัยกันเรียกว่าชิวหาประสาท แล้วก็กายประสาท **กายปสาทรูป** เรียกว่าปสาทรูปทั้งห้า

โคจรรูป

แล้วก็ยังมีรูปอีกสี่เรียกว่า **โคจรรูป** อย่างนี้ จริง ๆ มันมีตั้ง ๒๘ อันนี้ก็คือส่วนหนึ่งที่ยกขึ้นมาเพื่อให้เราพอมองเห็นว่ามันมีอะไรบ้าง อย่างพวกวรรณะ วรรณะก็คือสี หรือเราเรียกว่ารูปารมณ์ที่จะมากระทบ เวลามีตาอย่างนี้ แล้วก็ยังมีเสียงก็คือสัททารมณ์ สัทรูป สัททารมณ์ก็เรียกว่าเป็นอารมณ์ก็เป็นรูปเหมือนกัน สัททรูป แล้วก็คันธรูปคือกลิ่นพวกนี้ก็เป็นรูป แล้วก็ รสรูป อย่างนี้พวกรสที่จะมาสัมผัส อันนี้เป็นพวกรูป

ภาวะรูป

แล้วยังมีอีกนะ ยังมีรูปอีกสองเขาเรียกว่า**ภาวะรูป** ถ้านับว่ารูปก็เป็นภาวะรูป ภาวะที่บ่งบอกว่านี่เป็นเพศหญิง เขาเรียกว่า**อิตถีภาวะ** บอกได้เลยถ้าเห็นอย่างนี้ลักษณะอย่างนี้เป็นหญิงก็บอกได้ พอเกิดมา ตั้งแต่เกิดมีโน่นมีนี่บ่งบอกมา มีเอ็กซ์มีวายอะไรแล้วแต่นะ พวกโครโมโซมต่าง ๆ บอกได้ว่าเป็นเพศหญิงหรือเพศชายนะ มีอวัยวะมีอะไรต่าง ๆ บอกถึงความเป็นเพศ แล้วก็**ปุริสภาวะ**บ่งบอกถึงความเป็นเพศชาย ความเป็นชาย นี่ก็เป็นภาวะรูป

หทยรูป

แล้วยังมีสิ่งที่เรียกว่า **หทยวัตถุ** หรือ **หทยรูป** ซึ่งเป็นที่เกิดของมโนวิญญาณ นี่ก็นับเป็นหนึ่ง แล้วก็ ชีวิตรูป ชีวิตินทรีย์ คือภาวะที่เหมือนกับรักษากลุ่มรูปพวกนี้ให้มันดำรงอยู่ ให้มันมีชีวิต ให้มันอยู่เป็นชีวิตินทรีย์ ภาวะแบบนี้ก็รักษาไว้

โอชารูป

ยังมีต่ออีกก็คือ **โอชารูป** ก็คืออาหารรูปนั่นแหละ แต่ไม่ใช่ตัวอาหารนะ แต่เป็นเหมือนกับอาหารมันย่อยแล้ว มันก็จะมีในรูปของไปบำรุงหรืออุดหนุนให้ชีวิตนั้นอยู่ต่อ ให้รูปนั้นยังคงอยู่ต่อไปได้ มันต้องมีอาหารเป็นปัจจัย พอกินอาหารเข้าไปแล้ว เอ๊! เราอยู่ได้ ถ้าไม่กินเลยก็ตายนะ อาจจะอยู่ได้หลายวันหน่อย สุดท้ายถ้าไม่มีอาหารก็อยู่ไม่ได้ นี่ก็คือเขาเรียกว่า โอชา เป็นสิ่งที่ทำให้มันอุดหนุนให้รูปอยู่ได้ รูปที่ถูกกรรมจัดสรรมา กรรมแต่งมา จะทำให้มันอยู่ก็ต้องมีอาหาร ก็อาหารพวกนี้ โอชาพวกนี้ก็จัดว่าเป็นรูปอีกเหมือนกัน

ปริเฉทรูป

แล้วก็ยังมีอีกนะ **ปริเฉทรูป** นี่ก็นับเป็นหนึ่งอีก ปริเฉทรูปก็คือช่องว่างระหว่างรูปกับรูป ถ้าคนที่เขาเรียนก็คือช่องว่างของแต่ละกลาปะ เล็ก ๆ หรือระดับอณูเล็ก ๆ มันจะมีช่องว่างอยู่ หรือถ้าเรามองแค่หยาบ ๆ คือก็ในร่างกายเรามันก็มีรู ช่องว่างระหว่างเซลล์ต่าง ๆ มันไม่ได้ติดกันเป็นพืดนะ มันมีอย่างละหนึ่ง อย่างละหนึ่งนะอย่างนี้ เป็นช่องว่างระหว่างรูปต่อรูป เรียกว่าปริเฉทรูป มีหมด พอส่องดูขยายรูโบ๋เลยอย่างนี้ แค่รูขุมขนมองเข้าไปรูโบ๋ นั่นแหละ อันนี้หยาบ ๆ จริง ๆ น่ะหมายถึงสิ่งที่ละเอียดบางครั้งมองด้วยตาเปล่าน่ะไม่เห็นหรอก ซึ่งสิ่งเหล่านี้มันต่อกันอยู่ ระหว่างนี้มันก็เกิดมันก็ดับนะ รูปพวกนี้มันไม่ได้อยู่เฉย ๆ มันมีเหมือนกับเกิดแล้วมันก็มีเสื่อมไปเหมือนกัน อันนี้รูป

วิการรูป

ทีนี้วิการ **วิการรูป** ก็ยังมีอีกนะ วิการรูป พวกที่ทำให้เรารู้สึกเบา **ลหุตารูป** ก็คือรูปเบา เวลาเรายก เวลาย่าง พวกนี้มันรู้สึกเบา ๆ หรือตัวมันเบา ๆ ก็เป็นรูปอย่างหนึ่ง อันนี้ **ลหุตาวิการ** มันมีอีกอย่างหนึ่งก่อน มันมี วิญญัติรูปอีกสองก็คือ **กายวิญญัติ** ก็คือไหวกาย ร่างกายไหว แล้วก็**วจีวิญญัติ** ไหววาจา เวลาที่เราเคลื่อนไหวร่างกาย เวลาที่เราพูดอะไรพวกนี้มันมาจากจิต มันก็เคลื่อนไหว นี่ก็เป็นรูปหมดเลย อาศัยมหาภูตรูป คือรูปดินน้ำไฟลมนี่ อาศัยรูปใหญ่เป็นพวกรูปอาศัย แล้วก็วิการรูป ลหุตารูป มุทุตารูป รูปที่อ่อนนะ ที่อ่อนที่นุ่มนวล มุทุตา มันอ่อนมันสลวย มันไม่กระด้างนะ อย่างเวลาที่เราก้าวย่าง เวลาเอี้ยวตัว เวลาโค้งอะไรพวกนี้มันนุ่มนวล มันจะไปได้

ทีนี้ก็มีอีกอันนึง วิการรูป ๓ ก็กัมมัญญตารูป อย่างนี้ รูปที่เมื่อเกิดขึ้นแล้วจะทำให้เรารู้สึกว่ามันควรเวลาที่ปฏิบัติ มันคล่องแคล่ว อย่างเวลาก้มหนอ เงยหนอ เหลียวซ้ายแลขวา คู้เหยียดก้มเงย หรือเวลาขวาย่างหนอ ซ้ายย่างหนอ ก้าวย่างอะไรต่าง ๆ ก็ตาม มันควรแก่การงาน มันมีแต่รูปทั้งนั้นแหละนะ อันนี้ก็เป็นรูปอีกเหมือนกัน เขาเรียกว่า **กัมมัญญตารูป** เรียกวิการรูปสาม ทีนี้ก็ ๒๔ แล้วนี่

ลักขณรูป

เหลืออีก ๔ ก็คือรูปที่เรียกว่า **ลักขณรูป** ก็มี **อุปจยรูป** คือรูปที่เกิดขึ้นตั้งแต่แรก ตั้งต้นเลยนะ เหมือนกับเกิดขึ้น อุปจยะ เกิดขึ้น รูปปรากฏ มันปรากฏเกิดขึ้นตั้งแต่แรก ถ้านับพวกรูปที่ปรากฏ อย่างปรากฏในท้องแม่แต่แรก วินาทีแรกน่ะก็มี มันก็จะโตมาเขาเรียกว่า

อย่างที่ ๒ **สันตติรูป** รูปพวกนี้ก็คือมีหน้าที่สืบต่อรูปไว้ สืบต่อกันไว้ไม่ให้ขาดสาย ไม่ให้ขาดช่วง สืบต่อกันไว้ การสืบต่อถึงทำให้เราไม่เห็นความขาดหายไปของรูป เพราะมีรูปอีกอย่างหนึ่งที่เรียกว่าสันตติรูปนี่สืบต่อไว้ตลอด รูปที่มันเกิดมันดับเราเคลื่อนไหวต่อเนื่อง มันไม่ได้ขาด เห็นมั้ยมันมีสันตติรูป

แล้ว ๓ ก็คือ **ชรตารูป** ชรตาก็คือ ความคร่ำคร่า ถ้าเราแปลหรือเห็นทั่ว ๆ ไปหมายถึงแก่ คือมันใกล้ ๆ ม้วย ใกล้ ๆ ตายน่ะ ใกล้ ๆ ดับนะ เออ! มันแก่ไปเรื่อย ๆ พอมันมีเกิดขึ้นแล้วมันก็ต้องมีแก่ไปด้วย ก็เป็นพวกรูปที่มันจะต้องแก่นะ คือใกล้ดับ

แล้วก็ ๒๘ ก็คือรูปที่เรียกว่า **อนิจจตารูป** รูปที่ดับไป ที่เราเห็นเกิดเห็นดับนั่นแหละ อย่างนี้มันก็จะต้องดับไป ที่สืบต่อก็สืบต่อไป ไอ้ที่ดับก็ดับไป ไอ้ที่ใกล้ ๆ จะดับก็ใกล้จะดับไป ไอ้ที่เกิดใหม่ก็เกิดอีกอย่างนี้ อันนี้**ลักขณะรูป** ลักขณะของมันท่านบอกว่ารูป ๒๘ พอดูดี ๆ แล้วเราจะหาความเป็นสัตว์ เป็นบุคคล เป็นเรา หรือเป็นอัตตาตัวตนเราเขามันไม่มีเลย มองแค่รูปนะ พอแจงออกไปเป็นรูป ๒๘ นี่คือสิ่งที่มีอยู่ไม่ว่าในคนหรือในสัตว์ ถ้าเป็นรูปแล้วมันเป็นสิ่งที่อาศัยกันอยู่ อยู่ด้วยกันอยู่ รูปใหญ่ก็เป็นที่อาศัยของ **อุปาทายรูป** ดูแล้วไม่รู้คนอยู่ที่ไหน สัตว์อยู่ที่ไหน แต่เราไปสำคัญว่า เอ๊! นี่เป็นเรา นี่มีเรา นี่เป็นโน่นเป็นนี่ขึ้นมา แต่จริง ๆ มันไม่มี

รูปไม่ใช่บุคคล ตัวตน เรา เขา

อันนี้คือรูป ถ้ารู้ถูกแล้วเข้าใจถูกแล้ว ไม่ว่ารูปไหนปรากฏในขณะปฏิบัติ มันเหมือนจะเข้าถึงเฉพาะสิ่งที่กำลังมีคือรูปนั้น ก็คือไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา แล้วก็ไม่ไปสำคัญว่ามีเรา มีแต่สิ่งที่มีจริงคือรูป ถ้าเป็นลักขณะของมันก็คือกำลังเกิด กำลังสืบต่ออยู่ มันกำลังแก่ใกล้ดับไปแล้ว แล้วมันก็ดับไปแล้วอย่างนี้ เกิดดับอยู่อย่างนี้ตลอด มันเป็นลักษณะของมัน ไม่ว่าจะเป็นภาวะรูป เป็นหญิง เป็นชาย ก็มีภาวะอย่างนี้ ก็มันเป็นเพียงภาวะของมัน อันนี้รูปนะ แยกให้ออก แค่รูปารมณ์ แค่รูป นามรูปปริเฉทญาณ พูดเรื่องรูปให้ฟังหน่อย นี่ไม่ได้พูดละเอียดนะ เอาแต่หัวข้อนิดเดียวเอง จริง ๆ เยอะกว่านี้ พูดไม่ไหวเหนื่อย มันเป็นทฤษฎี ก็พูดพอให้เข้าใจว่า เออ! ที่บอกว่าอย่าไปสำคัญว่ามีเรานะ มันเป็นเพียงแค่นี้แหละ **มหาภูตรูป**กับ**อุปาทายรูป** อย่างที่บอก แล้วมันก็เกิดมันก็ดับทุก ๆ ขณะด้วย เกิดดับรวดเร็ว อันนี้รูป

นามคือจิต

ทีนี้นามล่ะ นามเป็นสภาพรู้หรือเป็นธาตุรู้ ส่วนรูปน่ะไม่รู้ เป็นสภาพไม่รู้ ไม่รู้อารมณ์ ท่านบอกว่าอนารัมมะณา ธัมมา รูปไม่รู้อารมณ์ ถ้าเป็นนามธรรม สารัมมะณา ธัมมา ก็คือรู้อารมณ์ รู้อารมณ์ต่างกันนะทีนี้ แล้วทีนี้จิตล่ะ ก็หมายถึงนามธรรม บางคนก็บอกจิตผู้รู้หรือนึกคิด อะไรพวกนี้ก็เป็นจิต หรือบางครั้งก็อาจจะมีไวพจน์ที่เรียกแทนกัน เรียกว่าวิญญาณบ้าง เรียกมโนบ้างอย่างนี้ หรือมีอย่างอื่น ๆ อีกอย่าง มนายตนะ มนินทรีย์อะไรพวกนี้ บางคนก็เรียกใจ แต่ในความหมายภาษาไทยหมายถึงหัวใจ ถ้าใจที่เป็นนามธรรมก็หมายถึงสิ่งนี้เหมือนกัน มันมีหลายคำอยู่ที่เราเรียกก็เป็นนามธรรม อันนั้นก็เป็นเรื่องของภาษา ที่รวม ๆ มาก็คือจิต

จิตที่จัดเป็นนามธรรมท่านบอกว่ามีอยู่ ๘๙ ดวงนะ โดยพิสดารท่านบอกว่ามีถึง ๑๒๑ ดวง แต่จริง ๆ มีแค่ดวงเดียวนั่นแหละ แต่มันเกิดดับเร็ว ซึ่งมันเกิดมันดับมันก็ต้องมีสิ่งหนึ่งมันเกิดพร้อมที่ท่านเรียกว่าเจตสิก ในอภิธัมมัตถสังคหะ

ในอภิธรรมน่ะท่านก็จะบอกว่าจิตแล้วก็จะมีเจตสิก อันนี้เรียกว่าปรมัตถธรรม ๔ มีจิต ๘๙ โดยพิสดารก็ ๑๒๑ เจตสิกอีก ๕๒ แล้วก็รูป ๒๘ แล้วก็ยังมีนิพพาน ก็ถือว่าเป็นปรมัตถธรรม เป็นภาวะของความดับกิเลส ดับทุกข์ ซึ่งนิพพานพิเศษหน่อยไม่จัดว่าเป็นสังขารนะ เป็นวิสังขาร ไม่จัดอยู่ในขันธ์ห้า พ้นจากขันธ์ห้าเป็นขันธวิมุติ แต่จัดเป็นปรมัตถธรรมเหมือนกัน จัดเป็นนามธรรม แต่เรียกว่าไม่มี ถ้าเป็นธรรมก็จัดว่าเป็นอสังขตธรรม ธรรมที่ไม่มีปัจจัยปรุง อันนี้คือสิ่งที่เรียกว่านาม นามปรมัตถ์ หรือสิ่งที่เป็นนามธรรม

วิปัสสนา วิปัสสแนะ วิปัสสนำ

ทีนี้เวลาเกิดขึ้น เวลาจิตรู้รูปที่กำลังเคลื่อนไหว ที่เราบอกว่ารู้รูปเคลื่อนไหวใจรู้ มันคือถ้าคนรู้ปริยัติมาก ๆ ก็จะไปนั่งแยกนั่งแยะ มันก็จะเป็นวิปัสสนึกไปอีกก็มี บางคนบอกวิปัสสนายังไม่ถึง หลวงพ่อภัททันตะอาสภะฯ ท่านก็ชอบล้อพวกที่เรียนพระอภิธรรมหรือเรียนทฤษฎีมาเยอะ ๆ ท่านบอกว่าวิปัสสนายังไม่ถึง วิปัสสนาญาณไม่เกิด แต่เป็นวิปัสสนึก ท่านบอกนั่งนึก นึกเอาของเก่า ท่านบอกว่านึกเอาของเก่า

บางครั้งนั่งฟังท่านสอนพระโยคาวจรแล้วก็โยคีที่มาปฏิบัติกับหลวงพ่อ บางครั้งท่านก็อุปมาว่า โอ๊! บางคนก็ฟังไม่รู้เรื่อง ท่านบอกว่า ท่าน ๆ โยม ๆ รู้จักมั้ย “วัวเคี้ยวอิ้ม” ท่านบอกว่างี้ “วัวเคี้ยวเอื้อง” นะ แต่คนสมัยนี้ไม่รู้เพราะวัวไม่มีให้เห็น มีแต่โรงฆ่าสัตว์ หายาก มีแต่รูปให้ดู ถ้าสมัยก่อนน่ะมีวัว มีป่ามีเขามีทุ่งหญ้าให้เลี้ยง วัวน่ะเวลามันหยุดพักผ่อนอยู่ในร่ม อยู่ในคอกก็ตาม มันก็จะขย้อนเอาหญ้าที่มันกลืนเข้าไปออกมาเคี้ยว เขาเรียกว่าวัวเคี้ยวเอื้อง ท่านก็เลยบอกว่านั่นแหละอุปมาเหมือนกับว่า โยคี โยคาวจรทั้งหลายไปขย้อนเอาของเก่าออกมาเคี้ยว เคี้ยว เคี้ยว ท่านบอกว่าวิปัสสนาไม่ถึง ถึงวิปัสสนึก

แต่บางคนก็ถึงท่านบอกว่าวิปัสสแนะ วิปัสสแนะแบบไหน ก็คือแนะ แนะว่าอย่างนั้น แนะว่าอย่างนี้ แนะว่านี่รูปนะ แนะว่านี่นามนะ แนะกัน แต่ไม่ถึงวิปัสสนาอีกเหมือนกัน ไม่ถึงเฉพาะสิ่งที่มีจริง ไม่ถึงเฉพาะสิ่งที่กำลังมี สิ่งที่กำลังมีก็คือรูปกับนามที่กำลังมีอยู่ และสิ่งที่เป็นจริงก็คือ

มันแสดง อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา หรือมันเกิดมันดับตามที่มันมีมันเป็นนะ ก็เลยเห็นแต่ว่ามันเป็นสัตว์ บุคคล ตัวตน เราเขา มันก็แยกรูปแยกนาม ถอนอัตตาตัวตนไม่ได้ ยังไม่รู้ไม่เข้าใจธรรมชาติของรูปของนามเป็นยังไง อันนี้ละวิปัสสนึกบ้าง วิปัสสแนะบ้าง หรือวิปัสสนำให้บ้าง อย่างนี้

ท่านบอกว่าวิปัสสนำก็มี วิปัสสนำก็เหมือนกับว่ามีพี่เลี้ยง มีอาจารย์นำให้ คำว่านำให้เหมือนว่าชี้ให้เห็นว่า เออ! ท่านยกตัวอย่าง คู้แขนเข้ามา คุณ ๆ รู้มั้ยว่าแขนคู้ ท่านบอกว่าคู้เป็นรูป รู้ว่าคู้เป็นนาม อย่างนี้เป็นต้น ท่องไว้ ท่องไว้ คู้มันเป็นอาการคู้ เหมือนกับรูปมันเคลื่อนไหวนี่นา ถ้าคนเรียนมา มันเคลื่อนไหว ไม่ได้อยู่นิ่ง ถ้ามันเบาด้วยก็ เอ้า! เป็นลหุตารูป อย่างนี้เป็นต้น มันนุ่มนวล มันนิ่ม มันอ่อนก็ เอ้า! เป็นมุทุตาได้อีก โอ๊! เยอะแยะเลย อย่างนี้ หรือมันควรแก่การงาน เวลาคู้เอาแล้ว เป็นกัมมัญญตารูปไปอีก เห็นมั้ย รูปน่ะมันไม่รู้แต่จิตนี่มันรู้ ท่านก็เลยบอกว่า คู้ มันเป็นรูป ใจที่รู้ว่าคู้เป็นนามอย่างนี้ คู้ไป คู้มา ก็สอนแบบนี้นะ ก็แยกรูปแยกนามได้แล้ว ท่านบอก เวลาส่งอารมณ์หลวงพ่อท่านฟังแล้วก็ขำ ๆ คนฟังไม่เข้าใจก็ขำไม่ออกนะ บางครั้งก็เลยต้อง เห็นงง ๆ ท่านก็เลยบอกว่าพูดให้เขาฟังหน่อย แปลให้เขาฟังหน่อย ท่านบอกว่าท่านพูดภาษาไทยร้อยยี่สิบเปอร์เซ็นต์ แต่คนไทยฟังท่านไม่เข้าใจ ก็เลยต้องพูดภาษาไทยอีกรอบนึงนะ ก็เลยต้องฉายซ้ำอย่างนี้ อันนี้แหละท่านก็เลยยกตัวอย่างให้ฟัง

รูป นาม เป็นทุกขสัจ

ถ้าเข้าใจรูปเข้าใจนาม หรือแยกรูปแยกนาม เห็นรูปเห็นนามตามที่มันมีจริง รูปเป็นอย่างนี้นามเป็นอย่างนี้ รูปไม่รู้ นามนี้รู้ รูปกับนามมันก็เป็นสิ่งที่เรียกว่าเป็นสัจจะ เป็นสิ่งที่มีจริง ถามว่าเป็นอะไร ก็เป็นทุกขสัจนั่นแหละ มันปรากฏเป็นทุกขสัจนี่แหละ

ฉะนั้น โยคี โยคาวจรทั้งหลาย วันนี้ก็ได้แค่หนึ่งญาณ ได้แค่นามรูปปริเฉทญาณ เดี๋ยวไว้ต่อในวันต่อไปอีกหลายญาณ เอาแค่นี้ก่อนนะ เวลาผ่านไปพอสมควร วันนี้แค่พูดสั้น ๆ เอง พูดนิดเดียวนะ ยังไม่ได้พูดละเอียด พูดแค่หัวข้อแต่ละหัวข้อเพื่อให้รู้ว่ารูปเป็นอย่างนี้ นามเป็นอย่างนี้ ย้ำแค่ว่า เออ! รูปไม่รู้อารมณ์ นามรู้อารมณ์ ถ้าเรายังรู้ก็แสดงว่ามีสิ่งที่ถูกรู้ ถ้าอย่างพวกเจตสิกก็คือสิ่งที่ประกอบ สิ่งที่ประกอบกับจิตเรา อย่างถ้าในขันธ์ ๕ เวทนาก็เป็นเวทนาเจตสิก สัญญาก็เป็นสัญญาเจตสิก ส่วนเจตสิกเหล่านั้นทั้งห้าสิบท่านบอกว่าไว้ในสังขารขันธ์ ถ้านับเป็นขันธ์นะ เว้นไว้สองขันธ์คือเวทนาขันธ์กับสัญญาขันธ์ นอกนั้นเป็นสังขารขันธ์หมด อย่างปัญญา สติ พวกนี้ก็เป็นสังขาร สังขารขันธ์ ในขันธ์ทั้งห้า แล้วสิ่งเหล่านี้มันเกิดพร้อมกับจิต ดับพร้อมกับจิต มีอารมณ์เป็นอันเดียวกัน มีที่ตั้งอาศัยเดียวกัน

ฉะนั้น ถ้ามีจิตก็ต้องมีสิ่งที่จิตรู้ ก็คืออารมณ์นั่นแหละ มีจิตก็ต้องรู้เกิดพร้อมกัน ดับพร้อมกัน แต่เป็นนามธรรมนะ เจตสิกเป็นนามธรรม รูปเป็นรูปธรรม ฉะนั้นสิ่งเหล่านี้เกิดดับ เกิดดับอยู่ทุก ๆ ขณะ ที่บอกว่าไม่มีเรา อย่าไปสำคัญว่ามีเรา มันเป็นเพียงแค่รูปธรรมนามธรรมที่เกิดดับอยู่ตลอดทุก ๆ ขณะ ก็แยกธรรมชาติแต่ละอย่างออกจากกันให้ได้ ต่อไปนั่งกรรมฐานต่อสักเล็กน้อย เดี๋ยวค่อยแผ่เมตตา เอ้า! ตั้งใจนะ

ลำดับญาณ ตอนที่ ๓:
ปัจจยปริคคหญาณ
สัมมสนญาณ

๕ เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๕

พระโยคาวจร แม่ชี โยคีผู้เข้าปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ช่วงต่อไปเป็นช่วงฟังธรรม เป็นช่วงปฏิบัติธรรมร่วมกัน ให้พวกเรานั่งสมาธิ พยายามมีสติในขณะที่นั่งฟังธรรมบรรยายตามไปด้วย

วันนี้ก็ตรงกับวันอังคารที่ ๕ เดือนเมษายน พ.ศ. ๒๕๖๕ เมื่อวานพูดถึงเรื่องนามรูปปริเฉทญาณ แล้วก็พูดถึงเรื่องของรูปซึ่งมีปกติย่อยยับหรือแตกสลายไปด้วยร้อนบ้าง เย็นบ้าง เป็นต้น แล้วก็รูปเป็นสภาพที่ไม่รู้อารมณ์เรียกว่า อนารัมมะณาธัมมา แล้วก็พูดถึงรูปต่าง ๆ ที่ปรากฏในชีวิตประจำวันที่เกิดขึ้นหรือในระหว่างที่เราปฏิบัติธรรมก็เหมือนกัน รูปก็มีการเกิดดับสืบเนื่องอยู่ตลอดเวลา อันนี้เรื่องของรูปนะ ได้แก่รูป ๒๘ รูปใหญ่ ๆ ก็คือมหาภูตรูปสี่ ดินน้ำลมไฟ แล้วก็รูป ๒๘ เรียกว่าอุปาทายรูป รูปที่เข้าไปอาศัยมหาภูตรูปอีกทีนึง มี ๒๔ นะ คงไม่แจงให้ฟังอีกแล้ว ทบทวนยาวนะ

จิต

ทีนี้พูดถึงเรื่องนาม เมื่อเข้าใจเรื่องรูปแล้วพอสมควรแล้วก็เรียนรู้เรื่องของนาม ซึ่งนามธรรมท่านบอกว่าได้แก่ จิต ๘๙ หรือโดยพิสดารก็ ๑๒๑ จิตคือสิ่งที่เป็นสภาพธรรม ก็เป็นสภาพรู้ รู้อารมณ์ สารัมมะณาธัมมา คือรู้อารมณ์ รู้อารมณ์ทางตาก็คือทำให้จิตเห็น ได้ยินเสียงคือจิตได้ยินอย่างนี้ จิตเห็น จิตได้ยิน จิตได้กลิ่น ลิ้มรส ถูกต้องสัมผัสพวกนี้ ก็เป็นเรื่องของนาม นามรู้ หรือรู้อาการพอง รู้อาการยุบ รู้อาการนั่ง อาการถูก หรือยืนเดินนั่งนอน อิริยาบถย่อยต่าง ๆ ก็เป็นเรื่องของนาม รูปก็เคลื่อนไหวไปคือเปลี่ยนแปลงไป

เมื่อเกิดก็มีความสืบเนื่องกันไป พอสืบเนื่องไปก็ชราไปหรือใกล้จะแตกดับไป แล้วก็เปลี่ยนแปลงไปคือดับไป คือเกิดดับอยู่อย่างนี้ตลอด อันนั้นลักขณรูป ลักขณของรูปต่าง ๆ แต่เรารู้อย่างนั้นได้เพราะมีสิ่งที่เรียกว่านามธรรม จะได้ยินว่าจิตรู้อารมณ์ คือถ้าแบ่ง คนที่เขาเรียนกันเขาก็แบ่ง แต่ไม่ได้มาสอนนะ ก็คือเทศน์ให้ฟัง ถ้าสอนละก็ยาว อันนั้นคือต้องไปเรียนเอาเอง

นี่พอให้รู้ให้เข้าใจว่าสภาพรู้ก็เป็นนามคือจิต ซึ่งจิตถ้ามีอยู่ในคัมภีร์พระสุตันตปิฎก ขุทกนิกายธรรมบท ในหมวดจิตวรรค จะพูดถึงจิต และในธรรมบทก็จะพูดถึงว่าจิต มโน เป็นใหญ่ เป็นธรรมชาติ เป็นประธาน เป็นใหญ่ในธรรมทั้งหลาย ในกิจทั้งปวง เรารู้ได้ก็เพราะมีจิต

ทีนี้ท่านพูดถึงจิตไว้ว่า จิต บางคนได้ยินว่า จิตดวงเดียวเที่ยวไป คำว่าจิตดวงเดียวเที่ยวไปในคาถาธรรมบทบอกว่าพระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า ดวงเดียวก็มาจาก เอกจรัง คำว่า จร ก็คือเที่ยว เอก ก็คือหนึ่ง ก็ไปเข้าใจว่าดวงเดียวเที่ยวไป ถ้าเป็นดวงเดียวก็แสดงว่าเปลี่ยนภพเปลี่ยนภูมิไปก็ดวงเดียว แต่จริง ๆ ดวงเดียวน่ะคือแต่ละดวง แต่ละดวง แต่ละหนึ่ง แต่ละหนึ่งเกิดดับเกิดดับตลอดนะ เกิดดับอยู่ตลอดเวลา ทุก ๆ ขณะ ไม่มีระหว่างขั้น คือเหมือนเป็น อนันตรปัจจัย สมนันตรปัจจัย คือสืบเนื่องสืบต่อ อุดหนุนกัน อันนี้เป็นเรื่องของจิตที่เรียกว่า เอกจรัง ให้เราเข้าใจก่อนว่า เอกจรัง พอได้ยินคำว่าจิตดวงเดียวเที่ยวไป ไม่ใช่มีดวงเดียวแล้วก็เที่ยวไปในภพน้อยภพใหญ่

อันนี้ก็จะไม่ตรงกับคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ที่พูดถึงการเกิดการดับ ที่พูดถึงความไม่เที่ยง ที่ทรงตรัสถึงทุกขัง ทนยาก หรือทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ของสรรพสิ่ง แล้วก็ความเป็นอนัตตา ความไม่ใช่อัตตาหรือไม่ใช่เราเพราะถ้าเป็นดวงเดียวอย่างนั้นก็แสดงว่าเที่ยง ก็แย้งแล้ว ก็เป็นอัตตาเหมือนกับที่เขาสอนเรื่องอาตมัน เรื่องปรมาตมัน หรือเรื่องวิญญาณที่ท่องเที่ยวไป เหมือนโซล (soul) เหมือนอะไรพวกนี้

แต่ในทางพุทธเกิดแล้วดับไป อย่างจิตเกิดตั้งแต่แรกก็ปฏิสนธิจิตหยั่งลงในครรภ์ อันนี้คือปฏิสนธิจิต จากนั้นมาก็เป็นจิตขณะสุดท้ายก่อนจะเปลี่ยนภพเปลี่ยนภูมิ เราก็เรียกจุติจิต จิตดวงนี้ก็จะพาให้เคลื่อนคือเปลี่ยน ถ้ายังมีบาป มีบุญ มีกิเลส ปฏิสนธิจิตก็จะมาสืบต่ออีกอย่างนี้ อันนี้แหละเหมือนกับลักขณรูป อุปัจจยะ เกิดแล้วก็สืบต่อ สืบเนื่อง จิตเองก็ต้องแก่นะ ต้องเสื่อม แล้วก็ดับ เปลี่ยนแปลงอยู่อย่างนี้ตลอด อันนี้ให้เข้าใจนะ

เอกจรัง ก็คือดวงเดียวเที่ยวไป เที่ยวไปในที่ไหน ที่ไกล ๆ ทูรังคมัง เที่ยวไป คำว่าที่ไกลในที่นี้มันไม่ได้อยู่กับอารมณ์กรรมฐาน อย่างไม่ได้อยู่กับอาการพองยุบ ไม่ได้อยู่กับลมหายใจตลอด ไม่ได้อยู่กับยืนเดินนั่งนอน คู้เหยียดก้มเงย บางครั้งมันไปนึกถึงสิ่งที่ไกลมาแล้วไม่รู้เท่าไหร่ ก็ไปนึกถึงอดีต หรือบางครั้งก็ไปนึกถึงสิ่งที่ยังไม่เกิดขึ้นก็คือเรื่องของอนาคต เราจะเห็นว่าเวลามันไปมันก็ไปดวงเดียว ไปคนเดียวแล้วก็ไปในที่ไหน ที่ไกล ๆ ไกลจากไหน ไกลจากสติปัฏฐาน ก็ไปนอกสติปัฏฐาน ชอบส่งออกนอก มันก็เลยถูกมารครอบงำได้ง่ายหรือบางครั้งก็ไปติดบ่วงของมาร อันนี้แหละคือจิต ทุรังคมัง เที่ยวไปในที่ไกล ๆ

แล้วก็มีเรียกว่า มีถ้ำเป็นที่อาศัย เรียกว่า คูหาสยัง มีถ้ำมีที่อยู่นั่นแหละ พูดง่าย ๆ ก็คือหทยวัตถุ เป็นที่เกิดของจิต

แล้วก็จิตไม่มีรูปร่าง ไม่มีหน้าตาให้เห็น ท่านบอกว่า อสรีรัง ก็คือไม่มีร่างกาย ไม่มีรูปร่าง มีแต่สภาพรู้เท่านั้นเอง หรือธาตุรู้ เรียกเป็นธาตุก็คือธาตุรู้ เป็นสภาพรู้อารมณ์ อันนี้คือเรื่องของ

จิต ให้เราเข้าใจว่าไม่มีรูปร่างนะ ไม่มีหน้าตา บางคนบอกเห็นโน่นเห็นนี่ จิตเห็น เห็นรูปนิมิต นิมิตเป็นรูปเป็นภาพ แต่จิตไม่มีร่างกายแต่มีที่อาศัย มีที่อยู่คือ คูหาสยัง

ทีนี้ท่านบอกว่าผู้ใดควบคุมจิตหรือระวังรักษาจิตได้ บุคคลคนนั้นจะพ้นจากบ่วงของมาร แสดงว่าจิตน่ะมันชอบออกนอก มันส่งออกนอกมันก็เลยชอบไปติดบ่วง **เย จิตตัง สัญญะเมสสันติ โมกขันติ มาระพันธะนา** ในคาถาธรรมบทก็คือ บ่วงของมารในที่นี้ก็ได้แก่ กามคุณอารมณ์ทั้งห้า ได้แก่รูป รูปารมณ์ต่าง ๆ สี วรรณะต่าง ๆ รูปารมณ์ กามคุณ รูปสวยไม่สวยพวกนี้ เสียงเสียงเพราะไม่เพราะ แล้วก็กลิ่นหอมไม่หอม รสอร่อยไม่อร่อย แล้วก็การถูกต้องสัมผัสพวกนี้ นี่แหละท่านเรียกว่าที่อยู่ของมาร ก็อยากจะไปติดบ่วง โดนบ่วงมารคล้องเอาไว้ ถ้าระวังรักษาจิตดีนี่ก็จะไม่ติดบ่วงไม่ติดข้องในบ่วง จะรอดพ้นในบ่วงของมารโยคีก็ต้องมีสติสัมปชัญญะ ต้องกำหนด อันนี้น่าจะพอ

ทีนี้จิตที่เขาแบ่งกันโดยประเภทถึงแม้จะมีถึง ๘๙ โดยพิสดาร ๑๒๑ ก็ตาม แต่แบ่งตามเขาเรียกว่าแบ่งตามชาติ มีอยู่ ๔ ชาติตามประเภทของจิตที่เกิด อย่างจิตที่เป็นกุศลเรียกว่า กุศลชาติ จิตที่เป็นอกุศลก็เรียกว่า อกุศลชาติ จิตที่เป็นผลมาจากทั้งกุศลและอกุศลก็เรียกว่า วิปากจิต วิปากชาติ แล้วก็ กิริยาจิตคือจะไม่มีวิบาก ไม่มีผล เป็นเพียงแค่กิริยาของจิตซึ่งก็จะมีอยู่ในชีวิตประจำวันทั้งหมดนั่นแหละ บางครั้งจิตพวกนี้ก็จะเกิด อย่างในขณะที่ตาเห็นนี่บางครั้งจิตอีกประเภทหนึ่งก็เกิด จิตเห็นอย่างนี้ก็เป็นจักขุวิญญาณจิต จิตที่เกิดความรัก เกิดความพอใจ เกิดความกำหนัดยินดี เกิดความใคร่ในสิ่งที่เห็นก็เป็นอีกประเภทหนึ่ง มีเจตสิกร่วมด้วยอีก พวกโลภะอย่างนี้ ถ้าจิตมันเห็นแล้วเกิดกุศลอย่างนี้ก็เป็นกุศลจิตได้ ถ้าเราไม่แยกที่มันเกิดอกุศลขึ้นมา เกิดความโลภก็เป็นอกุศลจิต นี่แหละคือจำให้ง่าย ๆ ว่า เอ๊! จิตคิดโลภขึ้นมา หรือโทสะก็คิดเบียดเบียนขึ้นมา อกุศลจิตก็เกิด หรือบางครั้งมันก็ไม่ได้เกิดมันเป็นเพียงแค่กิริยาอย่างกิริยาจิต ถ้าเป็นโลกุตรจิตก็เป็นเรื่องของพระอรหันต์นะ จิตทำหน้าที่รู้เฉย ๆ

เจตสิก

เรื่องของสิ่งที่เป็นนามธรรมอีกอย่างหนึ่งก็คือเจตสิกมาประกอบ แต่ธรรมชาติของจิตคือรู้ ทำหน้าที่รู้อารมณ์ เกิดขึ้นมาเพื่อรู้สิ่งที่มีหรือสิ่งที่กำลังมี ทั้งจิตทั้งอารมณ์ อย่างรู้อารมณ์ที่เป็นกุศลอย่างนี้ รู้อารมณ์ที่เป็นอกุศล อย่างบางคนก็อาจจะเรียกว่าจิตมันขาว ปันตะระหรือ ประภัสสระ จิตเหมือนกับประภัสสรอะไรพวกนี้ แต่ไม่ใช่ว่าหมายถึงจิตอันเดียวนี่มันเที่ยงมันประภัสสรไปทั้งหมด คือมันทำหน้าที่รู้เฉย ๆ มันไม่ได้เป็นกุศลหรือเป็นอกุศลไปด้วย มันเป็นเรื่องของเจตสิกที่มาประกอบกับจิตแล้วมันก็ดับไปพร้อมกับจิตแต่ละดวงนะ

หรือบางครั้งถ้าเขาหมายเอาภวังคจิตที่รักษาองคาพยพ คือรักษาเอาไว้ในภพในภูมิให้อยู่ชั่วขณะ พอหลังจากนั้นไปก็ไม่ใช่ ก็เปลี่ยนไปเป็นจิตอย่างอื่น อันนี้แหละจริง ๆ บางครั้งมันประภัสสรเพราะมันผ่องใส เพราะมีสิ่งที่ประกอบกับจิตที่เป็นกุศล ก็เหมือนกับมันมีสิ่งที่เกิดร่วมด้วยก็คือสิ่งที่เป็นนามธรรมเหมือนกันเรียกว่า เจตสิก อย่างศรัทธาเกิดอย่างนี้ หิริโอตัปปะ เกิดความละอายชั่วกลัวบาปขึ้นมาอย่างนี้เห็นมั้ย มันเกิดร่วมด้วยมันก็ไม่มีศรัทธา ไม่ละอายต่อสิ่งที่มันจะทำให้เป็นโทษ เป็นทุกข์ มันเป็นอกุศล นี่แหละเยอะมากนะ

เวลาที่เรานั่งกรรมฐานพวกนี้บางครั้งก็เกิดขึ้นมารบกวน ถ้ามันเกิดกุศลเราก็จะรู้สึกว่า เออ! ไม่รู้สึกเดือดร้อน มันเย็น มันสงบ เลยเข้าใจว่าบางครั้งจิตว่างอย่างนี้ มันว่างจากสิ่งที่เรียกว่าอกุศล แต่มันมีสิ่งที่ประกอบกับจิตอยู่ เกิดกับจิต อันนี้ต้องเข้าใจนะ ต้องเข้าใจตามที่มี เวลามันเกิดขึ้นในขณะที่ตามดูรู้ทัน ก็ต้องรู้แล้วเราก็จะแยกได้ว่า อ๊อ! นี่รูปนี่นาม จิตที่มันเกิดบางครั้งมันเกิดกุศล อ๊อ! ทาน จิตตอนนี้มันเกิดทานขึ้นมาในจิต ทานกุศลเกิดขึ้น เกิดศีลกุศลขึ้นมา เกิดภาวนาขึ้นมาอย่างนี้ เกิดทาน เกิดศีล เกิดภาวนา เกิดอยากให้ทานอย่างนี้ เกิดรักษาศีล เกิดการงดเว้นขึ้นมาอย่างนี้ เพราะเกิดอยากทำสิ่งที่มันเป็นความสุข เป็นความเจริญภาวนา เจริญปัญญา หรือบางคนก็ใช้คำว่าอบรมเจริญปัญญาขึ้นมา

เห็นมั้ยมันเกิดกุศลนะ ก็น่าจะพอเข้าใจ แยกรูปแยกนามออกจากกันได้ รูปเป็นอย่างนี้ นามเป็นอย่างนี้ เมื่อเข้าใจตามที่มีจริงก็จะไม่สงสัยไม่ลังเล มันถอนถามสงสัยความลังเล ความไม่มั่นอกความไม่มั่นใจในสิ่งที่กำลังมีอยู่เพราะเกิดความรู้ที่ถูกขึ้นมา เกิดความเข้าใจที่ถูกต้อง และประจักษ์แจ้งกับสิ่งที่กำลังมีอยู่ เพราะอะไร เพราะปฏิปัตติ ปฏิเฉพาะ เข้าถึงเฉพาะสิ่งที่กำลังปรากฏอยู่ขณะนั้น สิ่งที่กำลังมีอยู่ขณะนั้น มันคือรูปกับนามเท่านั้นเอง ความที่เคยสำคัญหมายว่าเป็นสัตว์ บุคคล ตัวตน เราเขา ต่าง ๆ มันก็หายไป หายไปทันทีนะ ในเมื่อสิ่งนี้มีสิ่งนั้นก็ไม่มี แยกไปโดยปริยาย เกิดญาณหยั่งรู้ญาณแรกที่เรียกว่า**นามรูปปริเฉทญาณ** ญาณที่ ๑ ลำดับให้ฟังเฉย ๆ นะ ไม่ได้ให้รายละเอียดมาก

๒. ปัจจยปริคคหญาณ

ญาณที่ ๒ ทีนี้ปัจจัยหรือ **ปัจจยปริคคหญาณ** ญาณหยั่งรู้เหตุปัจจัยของทั้งรูปทั้งนาม รู้ว่ารูปนี่มี มีเหตุมีปัจจัยไม่ได้เกิดขึ้นมาลอย ๆ นามก็ต้องมีเหตุมีปัจจัยไม่ได้เกิดขึ้นมาลอย ๆ อย่างเด็ดขาดตามนัยปฏิจสมุปบาท สิ่งทั้งหลายน่ะอาศัยกันเกิด คนที่รู้ถูกเข้าใจถูกแล้วเห็นรูปเห็นนามเป็นสิ่งที่อาศัยกัน อย่างถ้าเจาะจงเฉพาะรูปอย่างนี้ มหาภูตรูปก็เป็นที่อาศัยของอุปาทายรูปยี่สิบสี่ แล้วรูปใหญ่รูปอาศัยก็เป็นที่ตั้ง เป็นที่เกิดของสิ่งที่เรียกว่าจิต หยั่งลงที่ตาก็ทำให้ตาเห็น จักขุปสาทอาศัยจักษุประสาท ทำให้เห็นสี เห็นวรรณะต่าง ๆ เห็นรูปนั่นแหละได้อย่างนี้ ส่วนชอบส่วนชังมันเป็นเรื่องของเจตสิกอย่างอื่น ๆ ไป เป็นเรื่องของบางครั้งก็กุศล บางครั้งก็อกุศล ก็คือสิ่งที่มีจริงก็คือนามธรรม เป็นสิ่งที่อาศัยกันมีเหตุมีปัจจัยทั้งนั้นเลย ไม่ได้เกิดขึ้นมาลอย ๆ แม้แต่ยืนเดินนั่งนอนเห็นมั้ย รูปทั้งหลายก็อาศัยกัน

ในขณะเดียวกันนามเองก็อาศัยกันและกันเกิดดับ จะเห็นความพึ่งพาอาศัยเป็นเหตุปัจจัยอุดหนุนเกื้อกูลกันตลอด บางครั้งนามก็อาจจะเป็นเหตุ เป็นเหตุอย่างในรูปนี้นามเป็นเหตุได้ก็คือจิตเป็นเหตุให้กายวิญญัติ วิญญัติสอง เวลาจะพูดก็เหมือนกับมันน้อมไปก่อนเสร็จแล้วก็พูด เป็นวจีวิญญัติ เวลาจะเคลื่อนไหวร่างกายใจมันน้อม น้อมว่าจะยืน จะยืน จะเดิน จะนั่ง จะนอน คู้เหยียด ก้มเงย กายมันก็ไหวนะ มันก็เคลื่อน รูปที่เกิดจากจิตได้

ส่วนรูปที่เกิดจากกรรม กรรมมันแต่งมาอยู่แล้ว แต่งมา มันก็เกิดตามธรรมดาของมัน แต่เกิดจากเหตุปัจจัยทั้งนั้นแหละ ที่อาศัยกันและกัน อันนี้เป็นเรื่องของเหตุปัจจัยของรูปของนาม

ในญาณนี้จะมีความพิสดาร กว้างขวางพอสมควร จะเข้าใจเหตุปัจจัยตามปฏิจสมุปบาทว่าสิ่งทั้งหลายอาศัยกัน อาศัยกันเกิด แล้วก็พิสดารมาก ๆ ก็จะเข้าใจว่าทุกสิ่งทุกอย่างคือ เกิดมาแต่เหตุ เกิดมาจากเหตุ แล้วจะดับไปได้ก็เพราะเหตุนั้นดับไปแล้วเท่านั้นเอง นี่คือญาณที่สอง ปัจจยปริคคหญาณ

อย่างบางคนก็อาจจะมีความรู้สึกว่าปฏิบัติไปแล้ว บางคนมีพื้นทำทางสมาธิมา บางครั้งอาจจะมีนิมิตโน่น มีนิมิตนี่ ในขณะที่นั่งกรรมฐาน เหมือนกับนิมิตเป็นภาพ นิมิตเป็นเสียง นิมิตเป็นกลิ่นก็มี นิมิตเป็นรสเหมือนได้รสอาหาร รสอะไรทั้ง ๆ ที่ไม่ได้อ้าปาก ไม่ได้มีคนเอาอะไรมาหย่อนใส่ปาก แต่รู้สึกว่ามีนิมิต เหมือนได้ดื่มได้กินอะไรพวกนี้ แล้วก็เหมือนกับมีอะไรมาถูกต้องสัมผัส มีอะไรมาวิ่งผ่านร่างกายอะไรพวกนี้ บางคนรู้สึกเย็นวูบ ร้อนผ่าวเหมือนทะลุออกไปแล้ว แต่ บางคนบอกผี บางคนบอกพลังงานหรือเปล่า เออมันก็เป็นอะไรแปลก ๆ ดี

เมื่อมันเกิดแล้วก็ต้องกำหนดไปตามที่มี ต้องเข้าใจสิ่งที่มี มันก็คือจิตกับอารมณ์ทั้งนั้นแหละ แล้วก็สิ่งที่นิมิตทางใจก็เกิดขึ้นได้หมดนะ ทางตาก็เหมือนลืมตาดูนี่แหละ หลับตาอยู่แต่เหมือนลืมตา เห็น ได้ยิน ก็เหมือนได้ยินเสียงทั้งไกลทั้งใกล้ มันเหมือนได้ยินเสียง บางคนบอกได้ยินเหมือนกับคนคุยกัน คนสนทนากัน บางครั้งก็เหมือนไม่รู้เรื่อง แต่บางคนก็รู้เรื่อง บางคนก็เหมือนได้ยินเสียงดนตรีสมัยโบร่ำโบราณ ทั้ง ๆ ที่ไม่เคยได้ยินได้ฟังมาเลยก็มี บางคนก็อาจจะบอกว่า อุ๊ย! เห็นภูตผีปีศาจ เห็นเทวดา ส่วนใหญ่ก็จะมีอยู่ในญาณนี้แหละนะ ก็ต้องกำหนด คือจริง ๆ เป็นสิ่งที่กล่าวเพิ่มเติมมาตามประสบการณ์ของแต่ละคนที่ปฏิบัติ แต่จุดมุ่งหมายก็คือให้รู้คือญาณที่เกิดขึ้นแล้วจะหยั่งรู้ความที่รูปหรือนามมีเหตุมีปัจจัย รูปก็มีเหตุมีปัจจัยจึงปรากฏ นามก็มีเหตุมีปัจจัยจึงปรากฏ

บางครั้งนามก็เป็นเหตุส่งผลถึงอะไร ถึงรูป บางครั้งรูปก็เป็น เหตุ นามก็เป็นผลได้ในทางปฏิบัติ อย่างเวลาจะก้มเหยียด คู้เงย หรือก้าวย่าง โยคาวจรปฏิบัติ เหมือนพอถึงญาณนี้โดยถ้าเป็นวิปัสสนาจารย์โบราณท่านก็จะให้กำหนดต้นจิตอย่างนี้ คำว่าต้นจิตก็คือหมายถึงว่าจิตมันน้อมไปก่อน เหมือนกับมันสั่ง เหมือนจิตมันไหว มันน้อมไปรูปจึงไหวตามอย่างนี้ เวลาจะหันซ้ายหันขวา หรือเวลาจะยก จะย่าง จะเหยียบอะไรพวกนี้ มันจะมี แต่เดี๋ยวนี้ก็ไม่เสมอไปนะ บริกรรมกันไปตะพึดนะ มีไม่มี ไม่สนละ อยากเดินหนอ อยากเดินหนอ อยากยกหนอ อยากยกหนอ เอ้า! บางครั้งยังไม่อยากยกเลย อยากยกซะแล้ว ก็เลยหนักไปในเรื่องของการท่องบริกรรม บางครั้งก็เป็นอย่างนั้น

แต่ถ้าเป็นสมัยดั้งเดิม ครูบาอาจารย์ที่เคร่งครัดในเรื่องพวกนี้ก็จะต้องมีสภาวะธรรมสภาพธรรมะที่มีจริงรองรับนะ มีจริงรองรับ ถ้าเป็นสภาพที่ไม่มีจริงรองรับก็เหมือนกับเราสร้างเงื่อนไขขึ้นมา ปรุงแต่งขึ้นมา เพื่ออะไร ในความคิดก็หวังว่าจะทำให้รู้ ทำให้เข้าใจสิ่งที่มีอีกช่วงหนึ่ง ทำให้เข้าใจสิ่งที่กำลังมีต่อไป บางครั้งเรามัวแต่มานึกสิ่งที่กำลังมี อ้าว! จิตกับเจตสิกที่มันเกิดดับพร้อมกันมันก็หมดไปแล้ว หรือรูปที่มันเคลื่อนมันก็เคลื่อนไปแล้ว เราก็ยังท่องอยู่อย่างนี้ก็มี มันไม่ทันกัน บางช่วงก็ทันกัน ก็ท่อง ท่อง ท่อง เรื่อย ๆ อันนี้แหละก็เลยเป็นประสบการณ์ของผู้ปฏิบัติแต่ละคน แต่ละที่ แต่ละครูบาอาจารย์ บางครั้งเราก็ต้องเข้าใจให้ถูกนะ เข้าใจให้ถูกต้อง จะทำวิธีไหนก็ตามขอให้เข้าใจให้ถูกต้องในสิ่งที่กำลังมีอยู่ ว่ามีแค่เหตุปัจจัยของรูปของนามเท่านั้นเอง หยั่งรู้สิ่งที่กำลังมีอยู่ อ๋อ! นี่รูป รูปกับนาม แล้วรูปกับนามก็จะหยั่งรู้ต่อไป เมื่อรู้เหตุรู้ปัจจัยต่อไปเรื่อย ๆ ญาณก็แก่กล้าขึ้นเองนะ

๓. สัมมสนญาณ

พอญาณแก่กล้าขึ้นเองก็จะเกิดญาณที่เท่าไหร่ ญาณที่ ๓ เรียกว่า **สัมมสนญาณ** ญาณที่ ๓ ก็จะเห็นสิ่งที่เป็นจริงนะ เห็นตามเป็นจริงแล้ว สิ่งที่มีจริงที่กำลังอาศัยกันอยู่ บางครั้งมันมีญาณหยั่งรู้ เห็นเหตุปัจจัยที่อิงอาศัยกันเกิดขึ้น พอญาณแก่กล้าก็เห็นความไม่เที่ยง เห็นความทุกข์ เห็นความไม่ใช่เรา คืออนัตตาปรากฏ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ก็จะปรากฏในญาณนี้ หรือเห็นอารมณ์ต่าง ๆ ที่มาปรากฏทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ หรือการดูอารมณ์หลักพองยุบอย่างนี้ ก็จะจับได้ตั้งแต่ต้น กลางก็คือขณะตั้งอยู่ และก็ปลายคือดับไป แล้วก็ทุกขเวทนาต่าง ๆ บางคนก็จะมีมากเป็นพิเศษ

ทุกขเวทนาในสัมมสนญาณ ถ้ามีญาณหยั่งรู้คือสิ่งมันปรากฏเพื่อให้หยั่งรู้สิ่งที่กำลังมีอยู่อย่างถูกต้อง หยั่งรู้สิ่งที่มีจริงตามความเป็นจริงว่า อ๋อ! รูปนี้นามนี้ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา เป็นอย่างนี้ตลอด เป็นอยู่อย่างนี้ตลอดไม่ว่าจะจับอารมณ์ไหน กำหนดอารมณ์ไหน สิ่งเหล่านี้ก็จะปรากฏ ความเป็นพระไตรลักษณ์ให้ปรากฏ เรียกว่าปรากฏสิ่งที่มีจริงก็คือเป็นเหมือนกับสภาวะ เป็นสภาวธรรมที่เราเรียก ที่กำลังมี ที่กำลังปรากฏอยู่ แล้วก็จะแสดงสิ่งที่เป็นธรรมะ เรียกว่าสังขตธรรม สังขตลักษณะ ลักษณะที่บ่งบอกถึงว่าธรรมที่ยังมีปัจจัยปรุงมันก็จะปรุงไปตามเหตุตามปัจจัย มันจะเกี่ยวเนื่องกันมาตั้งแต่ญาณที่ ๑ แยกได้แล้ว เห็นเหตุเห็นปัจจัย แล้วก็มาเห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เห็นภาวะที่กำลังมี กำลังเป็น กำลังปรากฏอยู่ ก็จะเข้าใจถึงสังขตลักษณะ ลักษณะของธรรมที่มันมีปัจจัยมาปรุงแต่ง เขาเรียกว่ามันเป็นสังขารมันก็เป็นอย่างนี้ ก็จะปรุงแต่งมันมีสิ่งหลาย ๆ อย่างอยู่รวมกัน

แล้วก็สามัญลักษณะ ก็คือลักษณะที่บอกถึงความไม่เที่ยง ลักษณะที่บอกถึงความทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ แล้วก็สภาพที่ไม่ใช่เราคือไม่ใช่อัตตานั่นเอง ไม่ใช่อัตตาตัวตน อันนี้จะชัดเจนอยู่ในญาณที่ ๓ ที่เรียกว่า สัมมสนญาณ หยั่งรู้อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ในสิ่งที่กำลังมีขณะนั้นน่ะ ปัจจุบันขณะ ตามความเป็นจริง สามัญลักษณะก็ปรากฏชัดเจนในญาณที่ ๓

ฉะนั้น ผู้ปฏิบัติจึงสามารถรู้สึกได้ทั่ว ๆ ไปว่าในญาณนี้ความเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ก็ปรากฏปรากฏง่าย เปลี่ยนแปลง แล้วก็สิ่งที่เป็นทุกข์ ก็ทุกข์ได้ทั้งทุกข์กาย ทุกข์ใจ ทุกข์กายร่างกายก็คือปวดเมื่อยไปหมด ทุกข์ทรมานเหมือนกระดูกจะแตก ขาจะขาดนั่งไม่ไหว เหน็บกิน ชากิน ปวดทนไม่ได้ก็มีให้เห็นค่อนข้างชัดเจน ให้หยั่งรู้ในสิ่งที่กำลังมี หรือความทุกข์ที่เนื่องจากโทมนัส เรื่องราวต่าง ๆ ที่ทำให้ทุกข์ใจมันก็เหมือนกับอาจจะพรั่งพรูออกมา บางคนถึงกับร้องไห้แต่ไม่รู้ว่าโทมนัสด้วยเรื่องอะไร ทำไมมันร้องไห้ มันเป็นความอึดอัด มันเป็นความคับแค้น ร้องไห้ออกมา หลวงพ่ออาสภะฯ ท่านก็จะบอกว่า เออ! พอร้องไห้ออกมาก็ ร้องไห้หนอ ร้องไห้หนอ ท่านไม่ได้อธิบาย ร้องไห้หนอ ร้องไห้หนอ เออ! ถ้าอยากจะเช็ดน้ำตา ท่านก็บอก อยากเช็ดหนอ เออ! ไปถู ไปเช็ด เช็ดน้ำตาอย่างนี้ แล้วก็กลับมาพองหนอ ยุบหนอต่อ ก็บอกแค่นี้ ไม่ได้อธิบาย

เวลาไปส่งอารมณ์ ไม่ได้อธิบายให้พิสดาร เพียงแต่ให้โยคี โยคาวจรกำหนดตามที่มีจริงในแต่ละขณะที่มันกำลังมีอยู่ มันกำลังปรากฏอยู่ซึ่งอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา สามัญลักษณะมันก็จะปรากฏทั้งยืน เดิน นั่ง นอน อิริยาบถย่อย หรือแม้กระทั่งอะไร ตาเห็น หูได้ยิน จมูกได้กลิ่น ลิ้นลิ้มรส ถูกต้องสัมผัส ธรรมารมณ์ที่เกิดกับใจ หรือแม้สิ่งที่เราเรียกว่านิมิตต่าง ๆ พวกนี้ มันก็จะเหมือนกับเห็นมันตั้งอยู่ เห็นเกิดด้วย มันตั้งอยู่ชัดเลย แล้วก็เห็นดับไปด้วยนะ เหมือนตั้งอยู่พอสมควร ถึงเวลาก็ดับไป แต่ก่อนเห็นแว๊บ ๆ ในญาณที่สองเห็นแต่เกิด บางครั้งก็แว๊บ ๆ เห็นเหมือนกับดูเหมือนนั่งรถผ่านอะไร แล้วก็มองเห็นต้นไม้ ภูเขา ผู้คน แต่ไม่ชัด พอนิมิตมัน

คาบเกี่ยวมาถึงตรงนี้มันก็จะแสดงความเป็นอนิจจัง เขาเรียกว่าสภาวธรรมมันปรากฏแล้ว ก็จะแสดงสิ่งที่มันเป็นสังขตธรรมด้วย แล้วก็จะแสดงในสิ่งที่เป็นสามัญลักษณะด้วยเพื่อให้เกิดญาณหยั่งรู้ หยั่งรู้ลงไปอย่างชัดเจนว่ามันไม่เที่ยง ไม่เที่ยงยังไง ทุกข์เป็นยังไง สุดท้ายก็จะเข้าใจว่าไม่ใช่อัตตา ไม่ใช่เรานั่นเอง ไม่มีตัวตน

ในญาณนี้โดยสรุปเอาเฉพาะใจความสำคัญ อย่างอื่นๆ ก็เป็นเรื่องประกอบ อันนี้ในญาณที่ ๓ ถ้าผู้ปฏิบัติสายพองหนอ ยุบหนอ วิปัสสนาจารย์ถึงจะขึ้นกรรมฐานให้อีกบทหนึ่งก็คืออาจจะให้เดินจังหวะ ๓ ต้นจิตได้มาตั้งแต่ญาณที่ ๒ พอญาณที่ ๓ ก็มีต้นจิตแล้วก็มาเพิ่มเป็นเดินจังหวะ ๓ ยก ย่าง เหยียบ ยกหนอ ย่างหนอ เหยียบหนอ อย่างนี้ ท่านจะเพิ่มไปโดยลำดับ ถ้านั่งก็ดูพอง ดูยุบ บางครั้งอาการพองยุบมันยุบไปแล้วพองมันไม่ขึ้นมาทันที ท่านก็จะให้เติมนั่งลงไป เรียกว่านั่งกำหนด ๓ ระยะอย่างนี้ พองหนอ ยุบหนอ นั่งหนออย่างนี้ ให้รู้ว่านั่ง พองหนอ ยุบหนอ นั่งหนอ จะเพิ่มไปเป็นลำดับ ไม่ได้เพิ่มสุ่มสี่สุ่มห้านะต้องมีสภาวะที่เรียกว่า มองจากสภาวธรรม มองจากสังขตธรรม โยคีรู้เข้าใจสิ่งที่มีจริงขนาดไหนอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ปรากฏชัดเจนพอมาถึงญาณนี้ ญาณที่ ๓ ก็ เอ้า! เพิ่มให้ เพิ่มบทเรียนให้อย่างนี้ เพิ่มบทเรียนให้โยคี

สมัยอาตมาปฏิบัติอยู่ เดินจังหวะหนึ่งอยู่ก็นานพอสมควร ขวาย่างหนอ ซ้ายย่างหนอบางครั้งก็เบื่อหนอ เดินอยู่ซ้ำไปซ้ำมา สองเดือนได้มั้งถึงได้ขึ้นไปเดินจังหวะสอง ใส่ต้นจิตเพราะมีสภาวะเยอะ อย่างนี้ หลวงพ่อก็ขึ้นให้เป็นอยากยืน อยากเดิน อยากนั่ง อยากนอน อยากคู้ อยากเหยียด ก้มเงยก็ให้มีต้นจิต อยากไม่ใช่ตัณหานะ อยากในที่นี้คือจิตมันน้อมไปก่อนก็เลยใช้คำแทนนะ ใช้คำนี้แทนเท่านั้นเอง ไม่ใช่อยากเป็นตัณหา อันนี้ยืมคำนี้มาใช้เพื่อให้รู้ว่า

อ๋อ! จิตมันปรารถนา มันปรารถนาจะยืนแล้ว ปรารถนาจะเดินแล้ว มันน้อมไป มันไหวแล้วก็ทำให้ร่างกายน่ะมันไหวต่อ ทำงานต่อ เหมือนกับมันเป็นเหตุ ส่งผลถึงรูป รูปก็ไหว กายวิญญัติใจคือจิตก็รู้ตาม สติก็กำหนดรู้ตามที่มี เป็นอย่างนั้น ฉะนั้นอันนี้ก็ไปตามขั้นตามตอน ท่านก็จะให้ไปตามขั้นตามตอน ตามที่มีสภาวะรองรับจริง ๆ ในขณะประพฤติปฏิบัติ

แต่ในยุคสมัยอาจจะเปลี่ยนไป ครูบาอาจารย์ในยุคหลัง ๆ ก็เรียกว่ามีคอร์สบ้าง มีสามวัน เจ็ดวัน สิบห้าวัน เป็นเดือนหรืออะไร ถ้าหลาย ๆ เดือนก็อาจจะไม่ต้องรีบร้อน ก็อยากให้โยคีนี่เรียนรู้ ได้เข้าใจวิธีว่าเดินยังไง นั่งยังไง กำหนดแบบไหนบ้าง ก็อัดฉีดกันเข้าไปเต็มที่ แต่บางครั้งก็ไม่ได้มีสภาวะรองรับ โยคีก็เครียดหนอ เครียดหนอ ตึงหนอ ตึงหนอซะส่วนใหญ่ บางครั้งก็กำหนดพองกำหนดยุบยังไม่ได้เลยอย่างนี้ก็มี หรือเดินก็ จิตมันไม่ได้รู้สึกว่า เอ๊ะ! มันน้อมไปก่อนที่จะยืน ที่จะเดิน ที่จะนั่ง หรือพระไตรลักษณ์ก็เกิดขึ้นประปรายตามธรรมดาแต่ก็ไม่ได้เข้าใจตามที่มีตามที่เป็นอย่างนี้ ญาณหยั่งรู้หรือสัมมสนญาณอาจจะยังไม่ชัดไม่เจน บางครั้งอาจจะเป็นเพียงแค่ได้ยินได้ฟัง บางครั้งก็อาจจะเป็นเพียงแค่คิดพิจารณา อยู่ในขั้นจินตา แต่ภาวนาอาจจะยังไม่ถึง ไม่ถึงเฉพาะในสิ่งที่กำลังมีจริง ๆ อย่างนี้ ดูหลายอย่าง แล้วก็ถึงขั้นประจักษ์แจ้งในญาณนี้มั้ย ประจักษ์แจ้งในอนิจจังหรือยัง ประจักษ์แจ้งในทุกขังหรือยัง ประจักษ์แจ้งในอนัตตาหรือยัง มันมีอีกนะเรียกว่าอนิจลักษณะ ทุกขลักษณะ อนัตตลักษณะ ลักษณะที่มันกำลังมี มันกำลังปรากฏพวกนี้ มันบอกถึงความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา วันนี้ก็จบแค่ญาณ ๓ เอาไว้ต่อกันในภาคต่อไป ต่อไปก็นั่งกรรมฐานต่อ ตั้งใจนะ

ลำดับญาณ ตอนที่ ๔:
อุทยัพพยญาณ
และวิปัสนูปกิเลส

๖ เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๕

พระโยคาวจร แม่ชี โยคีผู้เข้าปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ช่วงต่อไปเป็นช่วงฟังธรรม เป็นช่วงปฏิบัติธรรมร่วมกัน ให้พวกเรานั่งสมาธิ พยายามมีสติในขณะที่นั่งฟังธรรมบรรยายตามไปด้วย วันนี้ก็ตรงกับวันอังคารที่ ๖ เดือนเมษายน พ.ศ. ๒๕๖๕

ญาณหยั่งรู้

วันนี้ก็พูดต่อถึงเรื่องลำดับญาณ ความหยั่งรู้หรือปรีชาหยั่งรู้ หยั่งรู้อะไร หยั่งรู้เรื่องของร่างกาย หยั่งรู้เรื่องของจิตใจ หยั่งรู้ธาตุขันธ์ ในความเป็นตัวตนที่เราสมมุติว่าจริง ๆ แล้วมันเป็นเพียงแค่ไปสำคัญมั่นหมายว่ามันเป็นเราเท่านั้นเอง แต่โดยสภาวะหรือความเป็นจริงมันไม่มี ไม่มีอะไรที่จะเรียกว่าเราหรือของเราเลย เป็นเพียงแค่รูปที่ไม่รู้แล้วก็ต้องแตกดับย่อยยับไปเพราะเย็นเพราะร้อนเป็นต้น แล้วก็มีสภาพรู้คือสิ่งที่เรียกว่านามธรรม

อีกอย่างหนึ่ง รูปนี่เป็นผู้ถูกรู้ แต่นามเป็นผู้รู้คือจิตหรือวิญญาณ บางครั้งเราก็คิดว่าเราเห็นแต่จริง ๆ วิญญาณเห็น หรือจิตเห็น บางครั้งเราก็คิดว่าเราได้ยินแต่จริง ๆ ก็โสตวิญญาณ เป็นผู้ได้ยิน ทำให้ได้ยิน อย่างนี้เป็นต้น จริง ๆ ก็มีแต่รูปมีแต่นามที่อาศัยกันและกัน เมื่อรู้ถูกเข้าใจถูกในเรื่องรูปก็ดี เรื่องนามก็ดี ก็จะแยกออกจากกันได้ เมื่อรู้เข้าใจดีแล้วก็รู้ไปถึงเหตุ เหตุของการมีรูปมีนาม หรือในรูปในนามเองก็เป็นเหตุเป็นปัจจัยแก่กัน และกันอาศัยกันและกัน อย่างรูปใหญ่ มหาภูตรูป ดินน้ำลมไฟ ก็เป็นที่อาศัยของของรูปที่เรียกว่าอุปาทายรูป รูปอาศัย ฉะนั้นต่างก็อาศัยกันและกันอยู่ทั้งรูปทั้งนาม ก็จึงเป็นเหตุเป็นปัจจัยแก่กันและกัน

ความเป็นอนัตตา

เมื่อรู้อย่างนั้นเข้าใจอย่างนั้นก็ยังไม่เพียงพอ เพราะรูปหรือนาม กายหรือใจ ของคนเรามันเกิดมันดับอยู่ตลอด มันไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา เป็นสภาพที่มีจริงไม่เที่ยง เปลี่ยนแปลงอยู่ตลอด ทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ แล้วก็ไม่ใช่เราที่จะไปสำคัญว่ามีเราเพราะมันเป็นอนัตตา เมื่อรู้อย่างนี้เข้าใจอย่างนี้ก็จะทำให้ความยึดถือในความมีเรา ว่ามีเราในสิ่งที่กำลังมีอยู่ ไม่ว่ารูปหรือนาม ไม่ไปสำคัญว่ามีเราอยู่ในรูปหรือในนาม หรือในกายหรือในใจ มันเป็นเพียงสิ่งที่จริง ๆ มันแยกกัน แต่มันก็อาศัยกันและกันเพื่อดำรงอยู่ ตามเหตุปัจจัยที่มี แล้วในขณะที่มันดำรงอยู่เมื่อมันมีเกิดแล้วมันก็มีการเกิดสืบต่อกันไปเรื่อย ๆ

ในขณะเดียวกันมันก็แสดงความแก่ชรา หรือความใกล้มอดใกล้ดับ หรือใกล้ตาย ใกล้เสื่อมสลายไปเรื่อย ๆ และสุดท้ายมันก็มอดม้วย แตกสลาย เสื่อมไป หรือดับไป มีเหตุปัจจัยมันก็เกิดใหม่เป็นอยู่อย่างนี้ตลอด ความเปลี่ยนแปลงเหล่านี้เกิดขึ้นอยู่ทุก ๆ ขณะ ไม่ได้เลือกว่าหลับอยู่หรือตื่นอยู่นะ ขณะเราหลับอยู่ไม่รู้เรื่องรูปมันก็เสื่อมไปนะ ที่มันเกิดมามันก็เสื่อม ในขณะเดียวกันมันก็สืบเนื่อง มันเกิดมันก็สร้างใหม่ด้วย เซลล์ต่าง ๆ ในร่างกายของเรา เพียงแต่ว่าในด้านจิตใจก็คือรักษาภพ รักษาชีวิต เวลานอนหลับ รักษาไว้เท่านั้นเอง ตื่นมาก็ทำงานต่อ เรียกว่ามันมีการเกิดดับอยู่ตลอด

ความจางคลาย

เมื่อเป็นอย่างนี้ผู้ประพฤติปฏิบัติเมื่อเข้ามารู้ เข้ามาเห็น สิ่งที่กำลังมีตามความเป็นจริงอย่างนี้ แรก ๆ อย่างในญาณที่ ๓ **สัมมสนญาณ** ที่พูดค้างไว้เมื่อวาน ก็จะเห็นว่าจิตใจเมื่อเริ่มเข้าใจสิ่งที่กำลังมีตามเป็นจริงแล้ว ไม่ว่ารูปหรือนามที่เมื่อมีเกิดขึ้น มีตั้งอยู่ แล้วก็มีดับไป อุปาทะ ขณะที่อารมณ์นั้นเกิด ตั้งอยู่ แล้วก็หมดไป เสื่อมไปอยู่อย่างนี้ ไม่ว่าจะเป็นรูป หรือเป็นนามธรรม หรือเป็นจิต จิตที่มีทานก็ดี จิตที่มีศีลก็ดี ทานกุศล ศีลกุศล หรือแม้แต่จิตที่มีภาวนากุศล อันนี้พูดถึงกุศลจิต เกิด ตั้งอยู่ เสื่อมไป เหมือนกันหมด หรือจิตที่มีโลภะ มีโทสะ มีโมหะ มีกี่ดวงก็ตาม บางคนบอกโลภะ ๘ โทสะ ๒ โมหะ ๒ อกุศลจิต ๑๒ อันนั้นเรียนมา ท่องจำมา มีเท่าไหร่มันก็ดับเท่านั้นแหละ มันเกิดมันดับ

กายจิตหรือกายใจ สภาพที่มันแปรเปลี่ยนไปตามเหตุตามปัจจัย เกิด ตั้งอยู่ ดับไป ผู้ปฏิบัติจะเห็นอย่างนี้ แม้แต่ในเจตสิกอย่างเวทนาพวกนี้ ที่มันปวดมันเจ็บ ทั้งสุขทุกข์ ที่ไม่สุขไม่ทุกข์ หรือความจำหมายต่าง ๆ มันเกิดขึ้นมันก็ดับไป ความจำหมายที่มีในจิตใจเมื่อเกิดขึ้นมันก็ดับไป คือเห็นเกิดแล้วก็ตั้งอยู่นานหน่อยแต่สุดท้ายก็ดับไป เหมือนในช่วงที่ปวด บางครั้งปวดค่อย ๆ ปวดเพิ่มขึ้น ปวดมากจนถึงจุดสูงสุดเสร็จแล้วก็ค่อย ๆ หมดไป ค่อย ๆ หายไป ค่อย ๆ หมดไปอย่างนี้

อารมณ์หลาย ๆ อารมณ์ที่โยคีหรือโยคาวจรตั้งสติกำหนดก็ตาม ก็จะพบกับภาวะที่มีที่เป็นแบบนี้ เรียกว่าเมื่อเห็นเกิดก็เห็นตั้งอยู่ด้วย แล้วก็เห็นดับไปด้วย ความจางคลายต่าง ๆ ก็เกิดขึ้นเองนะ ตามเหตุปัจจัยที่มี เพราะเกิดจากอะไร ตอนแรกก็รู้มาถูกแหละว่าเป็นอย่างนี้ แต่พอตามดูรู้ทันสิ่งที่กำลังมีอยู่ก็ยิ่งประจักษ์แจ้งเข้าไปอีกว่ามีเกิด แล้วก็เห็นแค่ตั้งอยู่ จากนั้นก็เห็นดับไป ไม่ได้ตั้งอยู่ตลอดนะ มีดับไปด้วย จนภาวะที่เรียกว่าความยึดถือน่ะมันจางคลาย ความเครียด ความรู้สึกที่เหมือนกับจะเป็นจะตายให้ได้ในแต่ละอย่าง แต่ละอารมณ์ เหมือนว่ามันถึงที่สุดของมันแล้วในความรู้สึกนะ เหมือนทุกข์มันถึงที่สุดของมันแล้วมันก็เสื่อม จิตมันเหมือนจางคลายกับความรู้สึกต่าง ๆ ที่มีต่อสิ่งนั้น ๆ

พอเจอเข้ากับไตรลักษณ์ที่ชัดเจน ลักษณะหรือสามัญลักษณะ ความเสมอกันของสังขารทั้งหลายไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา เห็นชัดขึ้น จิตใจก็เลยผ่องใส แม้ปวดก็ทนได้เพราะสุดท้ายมันก็หมด มันก็ดับไป มันจะไม่เหมือนบางคนปวดแล้วปวดอีกเหมือนกับมันไม่ยอมหายในความรู้สึก แต่จริง ๆ มันก็เกิดมันก็ดับของมันนั่นแหละ เหมือนกับมันไม่ยอมหายในความรู้สึก แต่จริง ๆ น่ะมันก็เกิด มันก็ดับ ของมันนั่นแหละ แต่สภาวะญาณหยั่งรู้ยังไม่แก่กล้ามากพอ บางครั้งก็อาจจะไม่สามารถเห็นความเสื่อมหรือความดับไปของเวทนาขันธ์ หรือสัญญาขันธ์ หรือสิ่งที่จำไว้ต่าง ๆ นานา ทั้งดีทั้งร้ายนั่นแหละ เป็นความทรงจำ แต่ส่วนใหญ่เป็นความทรงจำร้าย ๆ ที่มาหลอกหลอนจิตใจ หรือความทรงจำที่เสีย ๆ หาย ๆ ขาด ๆ เกิน ๆ ไม่ค่อยเต็มนั่นแหละ มันมาหลอกมาหลอนจนทำให้รู้สึกเป็นทุกข์มาก ๆ ในญาณที่ ๓ แต่สุดท้ายมันก็ดับไปได้

เหตุแห่งวิปัสนูปกิเลส

มันมีที่สุดของมัน เกิด ตั้งอยู่ แล้วก็เสื่อมไปได้ จิตใจที่ได้รับการอบรมปัญญา ปัญญาที่ได้รับการอบรมคือเห็นบ่อย ๆ รู้บ่อย ๆ จริง ๆ ก็คือเห็นเหมือนกับ ภาษาพูด เขาเรียกว่าเห็นซ้ำไป ซ้ำมา เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป เห็นสิ่งที่กำลังมีตามความเป็นจริงอยู่อย่างนั้นเรื่อย ๆ จนมันปล่อยวางได้ในระดับหนึ่ง ความยึดถือหรือความเอาจริงเอาจังกับสิ่งที่มันกำลังมีอยู่ เริ่มเข้าใจว่าความจริงมันมีอย่างนี้ มันไม่เที่ยงแบบนี้เอง มันตั้งอยู่อย่างนี้เองนะ มันเกิดอย่างนี้แล้วมันก็ตั้งอยู่อย่างนี้ สุดท้ายมันก็ดับไปแบบนี้ พอเป็นอย่างนี้จิตใจก็เลยดีขึ้น หลาย ๆ ครั้ง

นานเข้าญาณก็ค่อย ๆ แก่กล้ามากขึ้น พอญาณแก่กล้ามันก็จะมีวิปัสนูปกิเลสเพราะจิตผ่องใสแล้ว จิตผ่องใสคลายเหมือนกับลมร้อนหรือพายุลมแรง พายุฤดูร้อน พายุลมแรงมันอาจจะสร้างความเสียหาย ต้นไม้ใบหญ้า หรือบางครั้งอะไรขวางมัน มันก็อาจจะพัดพาแม้กระทั่งเรือนที่เราอยู่อาศัย หลังคงหลังคาเปิดหมดอย่างนี้ แต่พอมันจากไปมันก็อาจจะทิ้งความชุ่มชื่นเอาไว้ แล้วก็ความร้อนที่มีมันก็หายไปด้วย ทำให้อากาศในช่วงหลังจากฝนตกนี่เย็นสบาย แล้วก็ต้นไม้ใบหญ้าก็รู้สึกสดชื่นไปหมด ฝุ่นผงอะไรก็ร่วงหล่นไปด้วย เหมือนกับถูกชำระชะล้างไป เหมือนจิตใจเราช่วงที่อยู่ในสัมมสนญาณมันมีแต่ทุกข์ทั้งทางกายทางใจ ทางกายก็เหมือนมันปวดมันร้าวอะไรนักหนา ทางใจก็ไม่รู้มันทุกข์เรื่องอะไร เรื่องเก่า ๆ เรื่องที่เคยผิดหวังสูญเสียอะไรต่าง ๆ

บางครั้งนึกได้ก็มี นึกไม่ออกก็มี มันก็อึดอัด มันก็คับแค้น แล้วมันก็ตั้งอยู่นาน แต่สุดท้ายมันก็ดับลงได้ เหมือนบางผู้บางคนก็บอกว่าโรคภัยไข้เจ็บอาจจะเป็นโรคอุปาทานก็ได้ เคยยึดเคยถือมา พอมาถึงตรงนี้นี่เหมือนมันสู้กับความทุกข์จนถึงที่สุดแล้ว เหมือนมันคลาย มันเบาไป มันเบาลง หรือบางคนบอกมันหายแล้วอย่างนี้เป็นต้น คือหายทุกข์

หรือคนที่มีทุกข์ทางใจก็บอกว่าจะไม่ทุกข์กับมันอีกแล้วเพราะฉันทุกข์พอแล้ว หรือบางคนอาจจะบ่นว่าฉันจะไม่โง่อีกแล้ว ไม่โง่กับคนนั้นอีกแล้ว ไม่โง่กับสิ่งนั้นอีกแล้ว เพราะฉันโง่ไม่เห็นตามที่เป็นจริงนี่เองฉันจึงหลงอยู่กับสัญญาเก่า ๆ ความทรงจำเก่า ๆ ทั้ง ๆ ที่เรื่องมันผ่านมาแล้ว มันก็ดับไปแล้ว มันเกิดในอดีต มันก็ดับไปในอดีต แต่สิ่งที่กำลังมีมันไม่มี ไม่มีอะไร ไม่มีเราทุกข์ แต่ความทรงจำที่มีเราน่ะมันกลายเป็นว่า เออ! มีเราทุกข์ พอมันเห็นทุกข์ถึงที่สุด มันเรียนรู้กลับไปกลับมาอยู่อย่างนั้นนับครั้งไม่ถ้วน บางคนก็บ่นว่า โอ๊ย! จะเป็นบ้ามั้ย มันหนักถึงขนาดนั้น ความรู้สึกนึกคิดเวลาที่มันเกิดขึ้นกับจิตใจ เราจะเป็นบ้ามั้ย กลับไปเราจะเหมือนเดิมมั้ย อะไรพวกนี้ ความทุกข์มันบีบคั้นหนักมากนะ หนักมากจนกระทั่งเรียกว่าได้รับประสบการณ์เรื่องพวกนี้อย่างเต็มที่ เป็นช่วงที่เราเจออยู่ในท่ามกลางพายุ บางครั้งหลบตรงไหนก็ ความรู้สึกก็ยังไม่ปลอดภัยอยู่ดี

๔. อุทยัพพยญาณ

แต่ก็มันผ่านไปแล้วก็รู้สึกว่า เออ! มันเกิดแล้วก็ค่อย ๆ หมดไปแล้ว ก็รู้สึกโล่ง จะมีสิ่งนี้เกิดขึ้น จิตใจก็ปลอดโปร่ง แสดงว่าญาณนี้แก่กล้า จิตใจก็ผ่องใส พวกวิปัสนูปกิเลสก็เริ่มจะมีแล้ว ก็แสดงว่าก้าวเข้าสู่ญาณที่ ๔ เรียกว่า **อุทยัพพยญาณ** อย่างอ่อน ๆ เพราะตอนนี้ไม่เห็นการตั้งอยู่ของความทุกข์แล้ว ของสิ่งที่ยึดถือหรือติดข้องแล้ว มันมีความเกิดและมีความดับไปแต่อาจจะยังไม่ทันทีทันใด มันยังค่อยเป็นค่อยไปอยู่ ด้วยกำลังที่มันยังมีไม่มากพอที่จะแล่นไปสู่ญาณที่ ๔ อย่างแก่ คือหยั่งเห็นการเกิดดับอย่างแท้จริง ซึ่งจะเป็นตัววิปัสสนาญาณอย่างแท้จริงอย่างนี้

ฉะนั้น ในช่วงนี้โยคีพอผ่านปัญหาผ่านอุปสรรค ผ่านเรื่องราวประสบการณ์ในการปฏิบัติทั้งเรื่องใหญ่เรื่องเล็ก ก็จะรู้สึกผ่องใสมากนะรู้สึกผ่องใส กายก็ผ่องใส จิตใจก็ผ่องใส อารมณ์ก็ดี เคยร้องไห้มา เคยหัวเราะมา มันรู้สึกไม่มีมันหมดไป มันเหมือนอะไรร้าย ๆ มันพัดไปกับพายุ พายุฤดูร้อนมันพัดเอาความร้อนทั้งหลายแหล่ไปด้วยซะหมดแล้ว เหลือแต่ความสงบความเย็น ความชุ่มชื่นในหัวใจเท่านั้นเอง

ตรงนี้แหละอาจจะทำให้เรียกว่ายึดติดในคุณพิเศษบางอย่างที่เกิดขึ้น ในระหว่างญาณที่ ๔ อย่างอ่อน ๆ เรียกว่า อุทยัพพยญาณ อย่างอ่อน ๆ ท่านเรียกว่า **ตรุณอุทยัพพยญาณ** เคยพูดให้ฟังไปแล้ว ในเรื่องวิปัสนูปกิเลสซึ่งมีอยู่ ๑๐ อย่าง ก็มักจะเกิดขึ้นในช่วงรอยต่อแหละ พอย่างเข้าสู่ จากญาณ ๓ อย่างแก่ก็เริ่มมี บางคนก็เรียกว่า ๔ อ่อน ๆ เลย บางคนก็บอกญาณ ๓ แก่ ๆ นี่แหละ มันสืบเนื่องกัน ยังไงก็คือเมื่อจะผ่านเข้าไปสู่การหยั่งรู้อย่างแท้จริง หรือเป็นปัจจัยให้เกิดความรู้แจ้งที่เรียกว่าวิปัสสนาญาณ เกิดญาณที่เรียกว่าวิปัสสนา เห็นความเป็นจริงที่มีในธาตุในขันธ์ ในกายในใจ ในธาตุขันธ์ทั้งหลาย

วิปัสนูปกิเลส

ทีนี้ตัววิปัสนูปกิเลสก็มักจะเกิดขึ้น อย่างบางคนพอสิ่งนั้น ความทุกข์ทั้งหลายแหล่ที่ว่า ที่เหมือนกับมันกลุ้มรุม หรือแผดเผา หรือสุมหัวสุมใจ คับอกคับใจอยู่ หรือมืดมนไปหมด ทำอะไรไม่ถูก จู่ ๆ มันก็คลายลง จิตใจก็ดี บางคนก็รู้สึก เออ! มีแสงสว่างปรากฏขึ้นอย่างนี้

วิปัสสนูปกิเลสอย่างที่ ๑ โอภาส

โอภาส ความสว่าง โล่ง โปร่ง บางคนรู้สึกสว่างไปถึงโน้นพรหมโลก หรือสว่างไปทั้งจักรวาลแล้วแต่ หรือนั่งในห้องก็สว่างไปทั่วห้อง บางครั้งความสว่างนั้นทั้ง ๆ ที่ตัวเองหลับตา บางครั้งก็ยังมองเห็นวัตถุสิ่งของหรือผู้คนได้อีก มันเหมือนกับมีอะไรพิเศษซึ่งอาจจะไม่เคยรู้เคยเห็นมาก่อนอย่างนี้ พอโอภาสเกิดขึ้นในญาณที่ ๔ อย่างอ่อน หรือเกิดภาวะอีกอย่างหนึ่งที่เรียกว่าเกิดญาณหยั่งรู้อย่างที่ไม่เคยมีเคยเป็น คืออาจจะไม่เคยได้รับประสบการณ์แบบนี้แม้ปฏิบัติมานานก็จริง แต่ไม่เคยรู้สึกว่าเกิดญาณหยั่งรู้สิ่งที่กำลังมีอยู่หรือปรากฏอยู่ได้ดีขนาดนี้

ถ้าผู้ที่ปฏิบัติพองยุบอย่างนี้ ก็รู้สึกว่ารู้ตลอด จับพองจับยุบได้ง่าย หรือมีความรู้มีความเข้าใจในพองในยุบ ในสภาพธรรมะต่าง ๆ ได้เป็นที่เรียกว่าเหมือนกับดีมาก มีความรู้ดีมาก ความรู้เรื่องรูปก็ดีเรื่องนามก็ดี เรื่องความเข้าใจในสิ่งต่าง ๆ ที่ผ่านมา หรือกำลังมีอยู่ หรือกำลังจะเป็นไป มันเกิดการหยั่งรู้ เข้าใจธรรมะต่าง ๆ ได้ดี เรียกว่าเกิดญาณ

วิปัสสนูปกิเลสอย่างที่ ๒ ญาณะ

ญาณะ ความรู้ แล้วก็เกิดความอิ่มใจอย่างประหลาด อิ่มอกอิ่มใจอย่างบอกไม่ถูก แต่ก่อนมีแต่อึดอัดคับแค้น เนื้อตัวผิวพรรณก็เกรียมก็ไหม้ไปด้วย มันเหมือนทุกข์หม่นหมองไปหมด เพราะทนอยู่ในความทุกข์ แต่พอสิ่งนั้นผ่านไปแล้วความหม่นหมองผิวพรรณต่าง ๆ ก็ดูดี หน้าตาก็ดูดีผ่องใส ผิวพรรณก็ผ่องใส จิตใจก็ดี๊ดี ความอิ่มใจเกิดขึ้น เหมือนคนหายป่วย มันอิ่มใจ

วิปัสสนูปกิเลสอย่างที่ ๓ ปีติ

ปีติ ซึ่งความอิ่มใจ อิ่มใจเล็กน้อย บางครั้งอิ่มใจเป็นขณะ ๆ เป็นช่วง ๆ หรือบางครั้งความอิ่มใจเหล่านี้ก็อาจจะทำให้เกิดอาการโคลงเคลง โอนเอนไปมาก็มี เหมือนนั่งอยู่ในเรือที่มีคลื่นซัด เหมือนกับเรือสูงขึ้นแล้วก็ต่ำลง แล้วก็โยกไปทางซ้ายบ้างทางขวาบ้างก็มีอย่างนี้ โคลงเคลง ๆ หรือบางครั้งก็อิ่มใจจนเกิดอาการเหมือนกับโลดโผน ตัวลอยขึ้นไป ตัวลอยตัวเบา หรือบางครั้งก็พูดหรืออุทานออกมาโดยบังคับมันไม่ได้อย่างนี้ บอกถึงความสุขที่มีอยู่ภายใน บางครั้งก็มีเขาเรียกว่า เอิบอิ่มจนโลดลอย แล้วก็เอิบอิ่มจนถึงขั้นที่เรียกว่าซาบซ่านไปหมด

คนที่ไม่เข้าใจสิ่งที่กำลังมีไปสำคัญว่าเรามีแล้ว หรือเราได้แล้ว เราได้คุณวิเศษแล้ว คือมันเกิดขึ้นตามเหตุตามปัจจัย อย่าไปสำคัญว่ามีเรา แล้วก็เราก็จะรู้สึกว่า เอ๊ย! เราได้แล้ว เรามีแล้ว เราบรรลุแล้ว ก็อาจจะต่อไปอีกได้อย่างนี้ มันคิดไปเอง มันปรุงแต่งไปเอง เพราะไปติดไปข้องอยู่กับสิ่งเหล่านี้ เพราะมันอาจจะหลงไปชั่วคราว เพราะสิ่งเหล่านี้ไม่เคยพบไม่เคยเห็น ไม่เคยเกิดขึ้นในภาวะความรู้สึกแบบนี้มาก่อน เหมือนเหนื่อยมา ทรมานมา ได้รับความทุกข์มาเสร็จแล้วมาเจอสิ่งที่ตรงกันข้ามเลยก็เหมือนกับว่ามันอดใจไม่ได้ มันอดใจไม่ได้ที่จะไม่เชื่อว่าสิ่งนั้นมันวิเศษ มันวิเศษจริงและเราได้คุณพิเศษจริง เพราะตั้งแต่ปฏิบัติมาไม่เห็นว่ามันจะมีอะไรที่พิเศษ กว่าจะผ่านญาณ ๓ มามันมีแต่ทุกข์เท่านั้นเอง มีแต่ทุกข์เยอะแยะไปหมด ความรู้สึกมันต่างกัน ฉะนั้นพวกวิปัสนูปกิเลสมันจึงเกิดขึ้น ความเอิบอิ่มพวกนี้แผ่ซ่าน หรือความเบากายความเบาใจ

วิปัสสนูปกิเลสอย่างที่ ๔ ปัสสัทธิ

ที่เรียกว่า **ปัสสัทธิ** กายก็เบา ใจก็เบา กายก็สงบดี ไม่โอนเอนโยกโคลงเหมือนกับตอนที่เป็นปีติ มันเอิบอิ่มมันก็โลดลอยไปตามเหตุปัจจัย แต่ตอนนี้มันสงบนิ่ง นั่งท่าไหนก็ท่านั้น แถมกายนี่ยังนุ่มนวล แล้วก็ยังรู้สึกเบา ใจก็สงบดีไม่ออกนอกไปไหน ความรู้สึกอย่างนี้มันเหมือนไม่เคยมี

บางครั้งก็ทุกข์เพราะความฟุ้งซ่าน บางครั้งก็ทุกข์เพราะทุกขเวทนา กว่าจะผ่านมาถึงตรงนี้อยู่อย่างนี้ได้มันเป็นเรื่องยาก ความรู้สึกมันคิดไปเอง เออเอง พอเผลอไปมีเราเข้า มันก็จะติดข้องอยู่กับพวกวิปัสนูปกิเลส หรืออุปกิเลสทั้งสิบ ตัวปัสสัทธิ ความสงบกายสงบใจมันมี มันเกิดขึ้น

วิปัสสนูปกิเลสอย่างที่ ๕ สุข

สุข ทีนี้พอกายใจสงบ ไม่ต้องบอกว่าความสุข ไม่ต้องหาเขาก็ตามมาเอง สุขที่เคยมีแม้จะเป็นสุขที่ไม่มีอามิสเหมือนกัน บางคนเคยทำฌานมาก็อาจจะรู้สึกว่า เอ๊! สุขในฌานมันก็อีกอย่างหนึ่ง แต่สุขในฌานไม่ได้ผ่านความทุกข์แบบนี้มา ไม่ได้เห็นพระไตรลักษณ์แบบนี้ แต่อันนี้เห็นแล้วก็สละเหมือนสลัด เหมือนวาง เหมือนจางคลายจากสิ่งทั้งหลายในความรู้สึกว่า เอ๊! ทำไมมันสุขมากพรรณนาไม่ถูก ก็นึกถึงแต่คำว่าปัจจัตตัง อธิบายก็ไม่รู้ว่าจะหาคำอะไรมาบรรยาย มาเปรียบเทียบ

บางคนก็อาจจะรู้สึกว่า โอ๊! นั่งอยู่ในเรือน ถ้าข้างนอกฝนตกลมแรง มันมีที่มุงที่บังที่ดี ฝนตกน้ำก็ไม่รั่วรด ส่วนคนที่เรือนก็ไม่ดี ที่มุงที่บังก็ไม่ดี ฝนก็สาด หลังคาก็รั่ว ทรมาน แต่เรานี่กายใจสงบ มีความสุข อยู่ในเรือนที่มันมีที่มุงที่บังแข็งแรง แล้วมีความรู้สึกปลอดภัยด้วย มีความสุข มีความปลอดภัย แม้จะมีอันตรายอะไรก็ไม่ได้รู้สึกหวั่นไหวอะไรเลย บางครั้งก็บรรยายไม่ถูกว่าความสุขที่เกิดขึ้นในระหว่างนี้มันมีความสุข

นี่แหละถึงทำให้คนหลงไปติดได้ว่านี่เป็นนิพพานสุขมั้งอย่างนี้ คงเป็นนิพพานเพราะไม่เคยรู้สึกแบบนี้มาก่อน มันเหมือนไม่มีกิเลสไม่มีอะไรจะมาร้อยรัด จะมาทำให้เดือดร้อน ภาวะที่เจอแรก ๆ นี่มันเหมือนดีไปหมดเลย ดี ดีจริง เพราะมันต่างจากสิ่งที่เราเคยประสบพบมา

บางคนก็ไม่แยบคายในสิ่งที่กำลังมีในภาวะอย่างนี้ ก็อาจจะติดได้ เรียกว่าติด **วิปัสนูปกิเลส** ติดสิ่งที่เย้ายวนใจทำให้ใจหลงใหลได้ปลื้ม แล้วก็ลืมกำหนดต่อเนื่องเพราะถือว่าตัวเองบรรลุแล้ว ถึงที่สุดแห่งทุกข์แล้วเพราะได้ความสุขแล้ว นี่อันนึงนะ

วิปัสสนูปกิเลสอย่างที่ ๖ อธิโมกข์

แล้วก็ **อธิโมกข์** ความน้อมใจเชื่อ ความเชื่อ บางครั้งคนที่เคยอ่าน เคยศึกษา หรือเคยฟังมา ก็จะพูดถึงว่าผู้ที่เป็นอริยบุคคลในชั้นต้น ๆ ก็จะมีความมั่นคงในพระรัตนตรัย โดยเฉพาะพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ เพราะเกิดจากภาวะที่รู้สิ่งที่กำลังมีตามความเป็นจริง เชื่อมั่นในการตรัสรู้ของพระผู้มีพระภาค ธรรมะก็เป็นสิ่งที่มีจริงที่พระองค์นำมาเปิดเผย พระสงฆ์ก็เป็นผู้เห็นสิ่งที่กำลังมีตามความเป็นจริงจนได้บรรลุตามแล้ว แล้วก็นำสิ่งที่มีจริงนี้มาบอก มาสอนให้เราได้รู้ได้ทราบกัน ถ้าไม่มีท่านนี่ก็ เราก็ไม่มีวันนี้นะ มันเกิดขึ้น เชื่อมากเลย เชื่อมั่นบางครั้งก็คิดไปถึงว่า ใครจะมั่นคงเท่าเรา เชื่อมั่นพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ มั่นคงขนาดนี้ ไม่เคยมีมาก่อน

อันนี้แหละมันจะแปลกกว่าสิ่งที่เราเคยเชื่อ เขาเรียกว่าน้อมใจเชื่อจริง ๆ แล้วก็เชื่อถึงธรรมะคือวิปัสสนาว่า เป็นทางนี้ทางเดียวที่จะทำให้คนทั้งหลาย สัตว์ทั้งหลายพ้นทุกข์ได้ ก็ต้องเห็นความจริง ต้องรู้ความจริง คือสิ่งที่พระพุทธเจ้านำมาบอก ความจริงคือธรรมะนี่แหละ อันนี้แหละต่างจากที่เราเคยเชื่อนะ อธิโมกข์ จิตใจมันจะเป็นอีกอย่างหนึ่ง พอมีอธิโมกข์ พอมีความน้อมใจเชื่อ

วิปัสสนูปกิเลสอย่างที่ ๗ ปัคคาหะ

ทีนี้เรื่องของ**ปัคคาหะ**ความเพียรอีกล่ะ ไม่เคยเห็นว่าเราจะเพียรขนาดนี้ ความเพียรนี่พอดี ความเพียรนี่พอเหมาะพอดี ทำต่อเนื่อง เป็นเหมือนกับแต่ก่อนครูบาอาจารย์ก็เคี่ยวแล้วเคี่ยวอีก แต่ตอนนี้ไม่ต้องบอก ไม่ต้องเคี่ยว ความเพียรนี้มีมาเอง เกิดขึ้นเองปรารภความเพียรได้ตลอด เหมือนกับเราเป็นผู้ไม่เกียจคร้านแล้ว บางคนน่ะรู้สึกว่าเราเป็นผู้ไม่เกียจคร้าน เป็นผู้ที่ปรารภความเพียรตลอด เพราะไม่เคยเห็นไง ไม่เคยรู้ ไม่เคยมีประสบการณ์แบบนี้มาก่อน เจอแต่โกสัชชะเข้า เจอแต่ถีนมิทธะเข้า เจอแต่ความท้อถอย ท้อแท้ จะไหวเร้อ อย่างนี้ พอมาเจออย่างนี้ โอ้โห! รู้สึกต่างกันลิบเลย บอกไม่ถูก เป็นใครก็ต้องคว้าไว้ก่อน เหมือนมันเป็นของดี ต้องคว้าไว้ก่อน ใครจะไปทิ้ง ในความรู้สึกน่ะมันต่างกันอย่างเห็นได้ชัด ตรงนี้แหละท่านถึงบอกว่ามันทำให้เราหลงได้ถ้าไม่แยบคาย เพราะมันมีความต่างกับประสบการณ์ที่ผ่านมาเอามาก ๆ เลย เอามาก ๆ ทำให้หลงใหลได้ปลื้มทีเดียว

วิปัสสนูปกิเลสอย่างที่ ๘ อุปัฏฐานะ

เรื่องของความเพียรแล้วก็เรื่องของสติ ทีนี้**อุปัฏฐานะ**เรื่องของสติ เรื่องของสตินะ เรื่องของสติ สติที่เรากำหนดที่ระลึกไปที่กาย เวทนา จิต ธรรม บางครั้งก็เค้นแล้วเค้นอีก บางครั้งก็ตั้งแล้วตั้งอีก เหมือนมันไม่เป็นธรรมชาติ แต่ตอนนี้เหมือนมันเกิดขึ้นเองไม่ต้องพยายาม จะมีสติ แต่สติระลึกทันหมด พอบอกอิริยาบถย่อย สมัยก่อนนี่ โอ้โห! พอได้ยินนี่หัวใจมันแปล๊บ เครียดอีกแล้ว พอมาฟังเทศน์ก็ อาจารย์พูดถึง ครูบาอาจารย์พูดถึงแล้วก็เน้นถึงอิริยาบถย่อย รู้สึกใจแป้วอีกแล้ว เครียดอีกแล้ว กำหนดอีกแล้วอย่างนี้

แต่พอตอนนี้ไม่ได้รู้สึกอะไร มันก้าวข้ามความรู้สึกนั้นมาแล้ว เพราะเหมือนกับว่าสติทันกำหนดทันไปหมด จะใหญ่จะย่อย จะมาทางตา ทางหู จมูกลิ้น หรือแม้แต่สภาพการรับรู้ทางใจที่เกิดขึ้นน่ะเหมือนสติว่องไว แคล่วคล่อง เท่าทันกับสิ่งนั้น อัศจรรย์จริง ๆ นะ อัศจรรย์มาก ไม่เคยพบไม่เคยเห็นแหละ ที่ทำ ๆ มาจะกี่ปีก็ตามน่ะ ถ้ามาเจออย่างนี้ใครจะไม่คิดว่าวิเศษ เจอของวิเศษแล้ว เพราะที่เจอ ๆ มามันไม่ได้วิเศษอย่างนี้ มีแต่สะเปะสะปะ ได้บ้างไม่ได้บ้าง บางครั้งก็ ครูบาอาจารย์ถามบ่อย ๆ ก็โกหกไปบ้างก็มี ได้แปดสิบเปอร์เซ็นต์ก็มีบางคน บางครั้งสิบเปอร์เซ็นต์ยังไม่ได้เลย ต้องพูดเอาใจอย่างนี้เป็นต้น หรือไม่ได้พูดเอาใจแต่เข้าใจไปเองอย่างนี้ แต่พอมาถึงจุดนี้ พูดไปตามความจริงที่กำลังมี อันนี้แหละความพิเศษของตัว**อุปกิเลสของวิปัสสนา** ตัวสติ ตัวสมาธินี่ก็มั่นคงอย่างบอกไม่ถูก

วิปัสสนูปกิเลสอย่างที่ ๙ อุเบกขา

สุดท้ายตัว**อุเบกขา** คือจิตเหมือนกับไม่ยินดีไม่ยินร้าย แต่ก่อนเราก็เคยรู้สึกไม่ยินดีไม่ยินร้ายแต่ก็ไม่เหมือน มันพยายามวางจิตให้เป็นกลาง ไม่ยินดีไม่ยินร้ายกับสิ่งนั้นสิ่งนี้ กับคนนั้นกับคนนี้ กับเรื่องนั้นเรื่องนี้

แต่พออุเบกขาแบบนี้ มันเหมือนเหนือทุกอย่าง ไม่ต้องวาง ไม่ต้องวางตรงกลาง ไม่ต้องหาที่ตรงกลางไปวาง ไม่ต้องบอกว่าอย่าไปยินดีนะ อย่าไปยินร้ายนะ ความรู้สึกเวลาเจอกับอารมณ์ต่าง ๆ เข้ามาทางอายตนะทั้งหก มันเหมือนกับพร้อมในการที่จะวางจิตให้เป็นกลาง ความไม่ยินดีความไม่ยินร้ายมันก็ไม่เกิดขึ้น เหมือนกับคนไม่มีกิเลสเอายังไงยังงั้นละ กิเลสไม่มีเอาเสียเลย ความรู้สึกอัศจรรย์จริง ๆ

บางคนบรรยายไม่ถูกก็บอกปัจจัตตัง ปัจจัตตังครับ ปัจจัตตัง รู้ได้เฉพาะตน บางครั้งก็รู้สึกปลื้มกับสิ่งที่ตัวเองได้ คิดว่าเป็นมรรคเป็นผลแล้วบางคน ได้มรรคได้ผล บางคนจะเป็นอยู่อย่างนี้นาน อาจจะหลายวัน หลายเดือน หลายปี แล้วแต่เหตุปัจจัย แต่ว่าก็ยังไม่ถึงมรรคถึงผลนะ เพราะอะไร เพราะยังเป็นวิปัสสนูปกิเลส

วิปัสสนูปกิเลสอย่างที่ ๑๐ นิกันติ

อย่าง**นิกันติ** ความพอใจ คือติดเพราะอำนาจของตัณหานี่แหละ เพราะมานะ แล้วก็ทิฐิ คือเห็นผิด ไปสำคัญว่าเรามี เราได้ เราเป็น สำคัญว่ามีเราเกิดขึ้นแล้ว มีเราได้แล้ว มีเราบรรลุแล้ว ตัวนี้สำคัญ ความเห็นผิดไปจากสิ่งที่กำลังมีอยู่ สิ่งที่กำลังมีอยู่ก็คืออะไร มันก็แค่รูปกับนาม หรือนามกับนาม จิตกับเจตสิก ที่มันกำลังมีอยู่ ที่กำลังเกิดดับอยู่เท่านั้นเองนะ ที่กำลังเกิดกำลังดับอยู่ไม่ได้มีอะไรเลย แต่เราไปสำคัญหมายว่าเราได้แล้ว ได้โน่นได้นี่ไปเรื่อยเปื่อย ตัวนิกันติ ไปติดไปข้อง มันทำให้เพี้ยนไปอีก เหมือนคนขี้เหล้าสามคนมาชวนเพื่อนไปนั่งเป็นเพื่อนเฉย ๆ แต่เพื่อนไม่ได้กินเหล้า คนก็เข้าใจว่า อุ๊ย! คนดีแท้ ๆ ไปนั่งกับคนขี้เหล้าได้ไง คนไม่ดีอย่างนี้ แต่นั่นก็คือคุณธรรมเหล่านี้ยังดีอยู่นะ ยังดีอยู่

แต่เพราะสำคัญหมายว่ามีเราเกิดขึ้น ก็เลยทำให้วิปัสสนาญาณไม่เบ่งบาน ไม่แจ่มจ้า ไม่กว้างขวาง ไม่แทงตลอด วิปัสสนามันเศร้าหมองไปเหมือนถูกบดบังด้วยเมฆด้วยหมอกบางอย่าง มันคลุมเครือ ถ้าไม่ไปสำคัญว่ามีเราได้ มีเราบรรลุ เราได้คุณวิเศษอะไรพวกนี้ ทำต่อเนื่องไปเรื่อย ๆ นะ สุดท้ายก็จะเห็นการเกิดดับที่ชัด ชัดยิ่งกว่าที่เห็นมาอีกนะ ในตรุณอุทยัพพยญาณก็จะเข้าสู่อุทยัพพยญาณอย่างแก่ ได้เห็นรูปเห็นนาม เห็นสภาพธรรมะเกิดปุ๊บดับปั๊บชัดเจน

ตอนนี้ก็จะรู้สึกอัศจรรย์ใจ บางคน อุ๊ย! ทำไมมันหายไปอย่างนี้นะ มันเกิดแล้วมันก็ดับ เริ่มคลายแล้ว เริ่มสร่างแล้ว เริ่มสร่างเมาแล้ว เริ่มคลายจากความติดข้องในความมีเราหรือเป็นเรา ว่าเราได้ เรามี เราเป็น มันเป็นตัณหา มานะ ทิฐิ ไปครอบงำ เลยทำให้ธรรมที่จะแล่นไปเพื่อญาณขั้นสูง ๆ มันเนิ่นช้าไปอีกอย่างนี้ เพราะปปัญจธรรมพวกนี้เข้ามาก็ทำให้เนิ่นช้าไปอีก

อันนี้ก็พักเอาไว้ก่อนใน EP. ที่ ๔ นะ ในเรื่องของลำดับญาณก็มาถึงแค่ญาณที่ ๔ เอาไว้ต่อกันในวันต่อไป ต่อไปนั่งกรรมฐานต่อ กลับไปที่อารมณ์หลัก ๆ อารมณ์ไหนชัดเจนก็พยายามมีสติอยู่กับสิ่งที่กำลังมีในขณะนั้น ๆ เอ้า! ตั้งใจนะ

ลำดับญาณ ตอนที่ ๕:
อุทยัพพยญาณ ภังคญาณ ภยญาณ อาทีนวญาณ

๗ เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๕

พระโยคาวจร แม่ชี โยคีผู้เข้าปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ช่วงต่อไปเป็นช่วงฟังธรรม เป็นช่วงปฏิบัติธรรมร่วมกัน ให้พวกเรานั่งสมาธิ พยายามมีสติในขณะที่นั่งฟังธรรมบรรยายตามไปด้วย วันนี้ก็ตรงกับวันพฤหัสบดีที่ ๗ เดือนเมษายน พ.ศ. ๒๕๖๕

๘. อุทยัพพยญาณ (ต่อ)

วันนี้ก็บรรยายต่อในเรื่องลำดับญาณซึ่งบรรยายมาตั้งแต่ญาณที่ ๑ ญาณหยั่งรู้ธรรมชาติของรูปของนาม คือแยกรูปแยกนามออกจากกันได้ คือนามรูปปริจเฉทญาณ ญาณที่ ๒ ปัจจยปริคคหญาณ คือรู้ญาณหยั่งรู้เหตุปัจจัยของรูปของนาม ญาณที่ ๓ สัมมสนญาณ รู้รูปนามเป็นพระไตรลักษณ์ อนิจจังไม่เที่ยง ทุกขังความทุกข์ อนัตตาความไม่ใช่ตัวตน และญาณที่ ๔ อุทยัพพยญาณ ญาณหยั่งรู้การเกิดการดับของรูปและนามที่กำลังปรากฏ

ซึ่งเมื่อวานก็ได้พูดถึงญาณที่ ๔ อย่างอ่อน ๆ ยังไม่แก่กล้า ก็มีเรื่องของวิปัสสนูปกิเลสเกิดขึ้นถึง ๑๐ อย่าง ซึ่งทำให้ผู้ประพฤติปฏิบัติอาจจะหลงใหลได้ปลื้มไปกลับสิ่งที่เย้ายวนใจ ทำให้ติดอยู่กับแสงสว่างบ้าง กับความรู้บ้าง กับความอิ่มอกอิ่มใจบ้าง กับความเบากายเบาใจที่มีบ้าง หรืออยู่กับความสุขที่กำลังมีในขณะปฏิบัติ หรือแม้จะติดอยู่กับความเชื่อที่ตัวเองเข้าใจว่ามั่นคงแล้วในพระรัตนตรัย หรือแม้แต่เชื่อมั่นในเรื่องของความเพียร มีความเพียรที่เกิดขึ้นเอง สติที่เกิดขึ้นเอง สมาธิที่เกิดขึ้นเอง ความไม่ยินดียินร้ายที่เกิดขึ้นเอง ไม่ต้องวางจิตวางใจอะไรให้ลำบาก

สิ่งเหล่านี้ก็ถ้าไม่ติดอกติดใจ มีความรู้เท่าทันกับสิ่งที่กำลังมี โดยไม่ไปสำคัญว่ามีเราอยู่ ส่วนใหญ่ก็จะอดไม่ได้ สำคัญว่ามี ธรรมะน่ะมี กำลังปรากฏอยู่ แต่ไปสำคัญว่ามีเรา เรามีเราได้เราเป็นขึ้นมา ก็เลยทำให้ญาณไม่แก่กล้าพอ แต่พอไม่ติดข้องอยู่กับความมีเรา ญาณนั้นก็แก่กล้าขึ้น อาการของรูปของนามพวกนี้ก็จะเกิดแล้วก็ดับไปอย่างรวดเร็ว ในญาณที่ ๓ จะปรากฏอาการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ เห็นมาโดยลำดับ ญาณที่ ๔ ที่แก่กล้าแล้วก็จะเห็นเพียงแค่เกิดแต่ไม่เห็นการตั้งอยู่ เกิดเร็วดับเร็ว พอเกิดเร็วดับเร็วไม่ว่าอาการพองก็ดี อาการยุบก็ดี อารมณ์หลัก ๆ ที่กำหนด หรือแม้แต่อารมณ์ที่ผ่านเข้ามาทางอายตนะภายในเวลาถูกกระทบกับอายตนะภายนอกอย่างนี้ อย่างตากับรูปแล้วเกิดจักษุวิญญาณขึ้นมารู้เห็น เห็นรูป เห็นได้ คือจะเข้าใจสิ่งที่กำลังมีว่าเกิดที่ไหนก็มักจะดับที่นั่น แต่ถ้าเป็นญาณ ๓ จะเห็นที่เกิดด้วย ที่ตั้งอยู่ด้วย และที่ดับไปด้วย

แต่พอในญาณที่ ๔ อย่างแก่ ๆ จะมีความชัดเจนในเรื่องของความเกิดกับความดับ อาการตั้งอยู่ก็มีแต่ไม่ได้ชัดเจนเพราะเกิดดับเร็วขึ้นเมื่อญาณแก่กล้าขึ้น พอเห็นอย่างนี้อนิจจังจะชัดเจน อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ชัดเจนดีในญาณที่ ๔ อย่างแก่ ชัดเจนมาก เพราะเกิดแล้วก็ดับจนเข้าใจตามสิ่งที่กำลังมีอยู่ ณ ขณะนั้นว่า รูปธรรมก็ดี นามธรรมก็ดี ที่กำลังมีก็จะปรากฏตามความเป็นจริง

เมื่อใดมีเกิดก็มีดับไปอย่างรวดเร็ว สมมุติเมื่อมีเกิดที่ตาก็ดับไปที่ตา ดับไปที่หู ดับไปที่จมูก ที่ลิ้น ที่กาย ที่ใจนะ เกิดที่นั่นก็ดับที่นั่น เกิดที่ใจก็ดับที่ใจจะเห็นชัดเจน หรือแม้แต่ความคิดหรือเจตนา ที่เราสวด ตัณหาเมื่อจะเกิดก็เกิดคือความคิด ก็จะเกิดดับเร็วเหมือนกัน ความคิดถึงรูปก็ดี ถึงเสียง ถึงกลิ่น ถึงรส ถึงโผฏฐัพพะ ถึงธรรมารมณ์ เกิดขึ้นก็ดับไปรวดเร็ว หรือความตรึกที่มี ตรึกในรูป ในเสียง ในกลิ่น ในรส ตรึกอยู่ในธรรม จะเห็นเกิดขึ้นแล้วก็เห็นหมดไปอย่างรวดเร็ว ทั้งรูปธรรมนามธรรม จนเรียกว่าเข้าใจไปในระดับหนึ่ง

พอเข้าถึงสภาวะที่มี ที่มีในที่นี้ก็คือกำลังมีอยู่ กำลังมีอยู่ เมื่อเข้าถึงปฏิปัตติ เข้าถึงเฉพาะสิ่งที่กำลังมีความเป็นเราก็หมดไปทันที แต่ถ้าเข้าไม่ถึงเฉพาะสิ่งที่กำลังมีจริง ความเป็นสัตว์ เป็นบุคคล เป็นเรา เป็นเขา ก็ยังเกาะติดอยู่ ก็ไม่เห็นสิ่งที่กำลังมี ก็เลยมองเป็นสัตว์ เป็นบุคคล เป็นตัวตนเราเขาอยู่

แต่เมื่อสิ่งที่กำลังมีปรากฏมันก็คือความจริง รูปปรมัตถ์ นามปรมัตถ์ ที่กำลังเกิดดับทั้งกายจิต ทั้งกายใจ ทั้งผู้รู้ ผู้ถูกรู้ เกิดดับอยู่ เกิดดับรวดเร็วมีความชัดเจน วิปัสนูปกิเลสที่เคยพบเคยเข้าใจถึงความวิเศษต่าง ๆ นานา หรือความอัศจรรย์ทั้งหลายแหล่ พอมาถึงจุดนี้ก็จะมีความรู้สึก มันก็แค่นั้นเอง แค่นั้นเอง หรือมันก็เป็นแค่ทางผ่าน เข้าใจเลยว่า เอ๊! อันไหนทาง อันไหนไม่ใช่ทาง เห็นชัดเจนแล้วก็ มรรค อมรรค รู้ว่านี่ทาง มรรครู้ว่านี่ทาง อมรรครู้ว่านี่ไม่ใช่ทาง ก้าวข้ามแล้ว ข้ามความสงสัยได้ โยคีก็จะมั่นคงและใส่ใจในการกำหนดมากขึ้น ในการปฏิบัติมากขึ้นเพราะเหตุเพราะปัจจัย

ญาณที่ ๔ แก่กล้า

ฉะนั้นเพราะญาณนี้แก่กล้านะ ญาณที่ ๔ แก่กล้า ญาณนี้โดยอาการก็คือเกิดดับอย่างรวดเร็วนะ เกิดดับ ไม่ว่าอารมณ์นั้นจะมาทางไหน แม้แต่ทางอารมณ์หลัก ๆ อย่างนี้ก็เหมือนกันนะ อารมณ์หลัก ๆ อย่างพอง อย่างยุบ อย่างนั่ง อย่างถูก จะมีความชัดเจนดีทั้งเกิดและดับ ที่จะไม่ชัดเจนก็จะเป็นเรื่องของการตั้งอยู่เท่านั้น ภาวะหรืออาการพวกนี้ไม่ว่ารูปหรือนามก็จะปรากฏเกิดดับชัดเจนดี ฉะนั้นความผ่อนคลายทั้งหลายแหล่ ความผ่อนคลาย ความจริงจัง กับเรื่องต่าง ๆ มันลดลงโดยอัตโนมัตินะ มันลดลงเอง ทุกสิ่งทุกอย่างกลายเป็นความเข้าอกเข้าใจในความจริงที่กำลังมีอยู่ ที่กำลังปรากฏอยู่ค่อนข้างชัดเจน

ฉะนั้น ท่านถึงบอกว่าถ้าเป็นการปฏิบัติก็เหมือนกับมองเห็น คือรู้จักทางและก็รู้จักสิ่งที่ไม่ใช่ทางแล้ว และก็มองเห็นทางคือเห็นทางถูกแล้ว ไม่ได้หลงอยู่ในวิปัสนูปกิเลส ก็กลายเป็นปฏิปทา คือทางดำเนินไปสู่ความหมดจดแล้ว ปฏิปทาญาณทัสสนะวิสุทธิ ถ้าในวิสุทธิ ๗ เริ่มตั้งแต่ญาณที่ ๔ อย่างแก่ ๆ นี่แหละ ทีนี้เมื่อญาณนี้แก่กล้าขึ้นโดยลำดับ สัณฐานบัญญัติที่เคยเหมือนกับพอกำหนดแล้วเหมือนจับต้องได้ ความรู้สึกบางคนบอกชัดเจน

๕. ภังคญาณ

พอถึงญาณลำดับที่ ๕ ภาวะเหล่านี้ อาการพวกนี้จะเปลี่ยนไปอีกอย่างนึง อย่างอาการพอง อาการยุบนี่เลือนรางไป เหมือนกับในความรู้สึกไม่มี ไม่มี ความรู้สึกเหมือนกับความว่างเปล่า มันมีแต่ความว่างเปล่า พองขึ้นมา ยุบลงไปก็เหมือนหายไปอย่างนั้นน่ะ เหมือนดับ แต่รู้รู้ว่าดับ รู้ว่าหาย เหมือนเราจะบริกรรมว่านั่งหนอ ถูกหนอ มันก็เหมือนกับอาการหรือความรู้สึกที่นั่งมันก็จะไม่มีเรานั่ง แต่ความรู้สึกว่ามีอาการนั่งอยู่แต่ไม่มีสัณฐาน ไม่มีสัณฐานแล้วก็ไม่มีคนนั่ง ถูกก็หมือนกัน เหมือนถูกความว่างเปล่า พอใจถึงก็แค่รู้ เหมือนกับมันโล่งมันว่าง มันเหมือนกับหมดไป อันนี้แสดงอาการดับไปให้เห็น

ทีนี้เวลากระทบอารมณ์ทางอื่นบ้าง อย่างทางตาก็จะเห็นแต่ดับไปเหมือนกัน เห็นแต่ดับไป เสียงก็เหมือนกัน เหมือนดับไปขาดไป ทางจมูกเวลาได้กลิ่นก็ขาดไปหายไปเฉย ๆ อย่างนั้น เวลาลิ้มรสก็เหมือนกัน เหมือนบางคนอาจจะบอกว่า เอ๊! พักนี้ทำไมไม่ค่อยติดใจในรสชาติอะไรต่าง ๆ เหมือนกับพอรู้รส ความสำคัญว่ามีเรารู้รสมันก็ไม่มีให้เห็น ให้ปรากฏเลย มันเป็นเพียงแค่รสแล้วก็หาย หายไปเฉย ๆ อย่างนั้นแหละนะ หรือเวลาถูกต้องสัมผัสก็เหมือนกัน ถูกแล้วก็หายไป คือดับไป หรือใจที่รับรู้ธรรมารมณ์ แต่ก่อนมันรับรู้เหมือนมัน ใจมันจับ มันต้อง เหมือนมันรู้สิ่งนั้นชัด ๆ เจน ๆ

แต่พอในภาวะของ**ภังคญาณ** ญาณลำดับที่ ๕ จะรู้สึกว่ามันหายไปดื้อ ๆ อย่างนั้นแหละ หรือบางคนอาจจะเพียงแค่รู้เฉย ๆ มีความรู้สึกว่าแค่รู้ บริกรรมว่ารู้หนอก็บริกรรมไม่ได้ บริกรรมไม่ออกเพราะมันหายไปก่อน เวลาที่มันเกิดขึ้น อันนี้ คือสิ่งเหล่านี้มันเหมือนว่ามันมีแต่หายไปหรือหมดไป

ทีนี้อาการที่ใกล้เคียงหรือบางคนชอบเข้าใจว่าตัวเองถึงญาณนี้ บางคนก็มีเหมือนมีอาการหายไป จู่ ๆ กำหนดไปดี ๆ ก็หายไป เหมือนขาดไปเฉย ๆ เหมือนไม่รู้ตัว เหมือนไม่รู้สึกตัว เหมือนคนหลับใน คล้าย ๆ อย่างนั้น แต่โยคีก็บอกตัวเอง อื๊อ! ไม่ได้หลับ ไม่ได้ง่วง คล้าย ๆ

อย่างนี้ แต่ส่วนใหญ่จะมาจากความง่วงนะ มาจากความง่วง ซึ่งความดับเหล่านี้บางครั้งดับไปเพราะมันขาดไป เพราะสันตติคือความสืบต่อของรูปนาม คือเห็นมันขาดหายไป มันขาดนะ มันอาจจะสืบเนื่องกันอยู่แต่ความรู้ที่มีในขณะนั้นน่ะมันขาดหายนะ มันขาดหาย มันเหมือนแสดงอาการดับไปให้เห็น หรือบางคนก็ไปผนวกเอาว่าเหมือนกับลืม เกิดภาวะลืมชั่วคราว ว่างี้ ลืมสิ่งที่ผ่านมาแล้ว หรือลืมไปคิดถึงอนาคตอย่างนี้ คืออนาคตก็คิดไม่ออก ปัจจุบันก็เห็นแต่ดับไปอยู่เรื่อย ๆ ก็เป็นเรื่องแปลก ๆ ดี ถ้าคนที่ยังไม่มีประสบการณ์ก็อาจจะบอกว่าเพ้อเจ้อ อาจจะบอกว่าเพ้อเจ้อ เอ๊! เป็นไปได้ยังไงนะ ก็เหมือนกับไปถามคนนอนหลับ เป็นไปได้ยังไง ตัวเองนั่งดี ๆ แล้วก็หลับในอย่างนี้ สัปหงก ตอนหลับก็จำไม่ได้หรอก นอกจากไม่หลับ สะลึมสะลือ นึกได้ จู่ ๆ ทำไปดี ๆ ก็หลับ เงียบไปอย่างนี้ บางคนบอกแป๊กไปแป๊บหนึ่งว่างั้น ยังไงอย่างงั้นแหละ

แต่ผู้ปฏิบัติก็ต้องระวังเพราะว่าบางคนไม่เคยอดตาหลับขับตานอนมา มันสะสมบางครั้งก็กลายเป็นหลับในอย่างที่ว่าก็มี อาจจะเกิดความดับ ดับทั้งรูปดับทั้งนาม บางครั้งเมื่อรูปเมื่อนามดับไปขาดไปอย่างนี้ มันไม่สืบเนื่องมันก็เหมือนกับพอความรู้สึกนี้ขาดไปมันก็เหมือนหายไปเลย จู่ ๆ ก็รู้สึกตัวขึ้นมา มีการสืบต่ออีกแล้วก็ดับไปอีก หายไปอีก เดิน ๆ อยู่ก็เป็นเหมือนหายไปเฉย ๆ งั้น เดินอยู่ ขวาย่างหนอ ซ้ายย่างหนอ ก็เหมือนลืมซ้ายลืมขวาไปเฉย ๆ มีแต่รู้ว่าเดินอยู่เท่านั้นเอง รู้แต่เดิน แต่ไม่ได้มีคนมีสัตว์อะไรเดิน คู้เหยียด ก้มเงย ก็เหมือนกัน

ความรู้สึกเหมือนไม่มีแขน เออมันก็แปลกดี ไม่มีแขนคู้ ไม่มีเอื้อม หรือบางครั้งความรู้สึกเหมือนจับดูศีรษะตัวเองเหมือนศีรษะไม่มี ความรู้สึกบางครั้งมันเหมือนหาย มันเหมือนไม่มีรูปร่างไม่มีสัณฐาน บางครั้งก็ตัวหายไปหมดก็มี อาการพวกนี้บางครั้งก็ต้องดูดี ๆ บางครั้งก็ไม่ใช่ก็มีนะ มันไม่ใช่ก็มี ต้องแยบคายเหมือนที่บอกว่าบางครั้งเกิดจากถีนมิทธะ เกิดจากความง่วงก็มีหลับ มันไม่ใช่สันตติขาด หรือบางคนก็ไปเพ่งที่บอกว่าความดับ ซึ่งความดับมันมีอยู่สองคือดับถ้าดับในมรรค มรรคญาณหรือผลญาณก็ยังดับ ยังดับต่อได้ ดับในมรรคญาณเหมือนดับแล้วคือกิเลสเหลือไม่เท่าเดิมนะ ก็เรียกว่าดับอย่างนี้

ถ้าเหมือนร่างกายเราเราหลับลึก พวกนักซ่อมแซมทั้งหลายมันก็จะมาซ่อมแซมส่วนต่าง ๆ ในร่างกายเราให้อยู่ต่อ แต่จริง ๆ มันเป็นธรรมะคือธรรมชาติ ไม่ใช่อะไร ในร่างกายมันก็มีลักษณะแบบนี้ มันมาจัดการอะไรที่มันจะเป็นพิษเป็นภัยกับร่างกายพวกนี้มันก็จะจัดการของมันเอง เหมือนทำความสะอาดดูแลนะ ดูแลในเรื่องร่างกายมันจะดูแลได้ดีต่อเมื่อเราหลับลึกที่สุด หลับลึกแล้วมีช่วงหลับที่ต่อเนื่องเราก็จะเห็นว่าเวลาที่เราหลับลึก ๆ ตื่นมาสดชื่น หน้าตาก็ผ่องใส อารมณ์ก็รู้สึกดีเป็นพิเศษ เหมือนได้พักผ่อนเต็มที่ แต่ถ้าวันไหนหลับเยอะก็จริง หลับ ๆ ตื่น ๆ เหมือนหลับไม่สนิทจะรู้สึกตื่นมาก็ไม่ค่อยสดชื่น เห็นอะไรก็เกะกะขวางหูขวางตา ทำให้หงุดหงิดง่าย รำคาญง่าย ใครมาพูดอะไรไม่เข้าหูหน่อยสวนไปทันที บางครั้งก็มีเรื่องมีราวกันบ่อย ๆ ก็จะเห็นว่าถ้าวันไหนรู้สึกพักผ่อนเต็มที่ รู้สึกใครจะพูดอะไร ชั่งหัวมัน ชั่งหัวมัน หรือบางครั้งก็ชั่งหัวเผือก ชั่งหัวมันไปได้เรื่อย ๆ อย่างนี้

เออ! นี่แหละเราก็ต้องช่างสังเกต ช่างสังเกตมันมีอาการพวกนี้ บางครั้งมันก็ไม่ใช่ภังคญาณเสมอไป หรือบางครั้งถ้าบางคนเข้าใจว่าตัวเองดับด้วยมรรคญาณอย่างนี้ บางครั้งก็ไม่ใช่ มันจะดับ บางครั้งก็ดับช้า บางครั้งก็ดับเร็ว บางครั้งก็เหมือนดับต่อเนื่องกันเหมือนเราจะหลับอย่างนี้ มันเป็นอาการของภังคญาณด้วยอย่างหนึ่ง แต่กิเลสมันยังเหลือเท่าเดิมนะ โลภะ โทสะ กิเลสนี่ยังอยู่ ถ้าดับแบบนี้ไม่ได้ดับด้วยมรรคญาณแต่ก็ยังเป็นกุศลอยู่ แต่ถ้าดับด้วยถีนมิทธะมันเป็นอกุศล อกุศลมันเข้า ไม่ใช่กุศล ดับด้วยอกุศล มันเหมือนเราง่วงเราหลับ หลับใน ทำความเพียรมาจิตมันท้อถอย มันอ่อนล้า ไม่ไหวแล้ว มันก็เหมือนกับร่างกายไม่ไหว มันก็ต้องเซ็ท (set) ตัวเอง หลับเงียบไป แล้วก็เหมือนเครื่องมันดับแล้วมันก็จะรีสตาร์ท (restart) ขึ้นมาใหม่ ทีนี้ก็รู้สึกเออ! ดีหน่อย พอได้เงียบแล้วรู้สึกดีหน่อย มันเป็นโดยจริง ๆ มันก็คือ รูปคือร่างกายนั่นแหละสมอง จิตใจมันรีเซ็ท (reset) ตัวมันเอง

แต่ในเรื่องของญาณหรือปัญญามันอีกอย่าง ก็ต้องดูให้ดีนะ ต้องดูให้ดี เพราะบางครั้งอาการมันคล้าย ๆ กัน แต่สิ่งที่เห็นชัดเจนก็คือ สัณฐานบัญญัติต่าง ๆ อย่างคนที่เคยท่อง เคยบริกรรมได้นะ นี่สำหรับคนพองยุบต่าง ๆ แต่พอมาญาณนี้มันโล่ง ๆ ยังไงชอบกล โล่ง ๆ ไม่มีสัณฐาน ไม่มีความรู้สึกว่าชัดเจนแบบนี้ มันเบา ๆ ลอย ๆ โล่ง ๆ ว่าง ๆ แล้วก็ขาดหายไปเฉย ๆ อย่างนั้นแหละนะ หายไปเฉย ๆ อาการของภังคญาณที่ท่านกำหนดหมายก็คือ กำหนดหมายในเรื่องของความดับไปของรูปธรรมนามธรรมทั้งหลาย มีอาการดับไปตลอด เหมือนที่บอกว่าดับทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ หรือแม้แต่ความคิดน่ะมันเกิดที่ไหนมันดับที่นั่น ตัณหงตัณหามันดับแต่มันเกิดอีกนะ ท่านเรียกว่าไม่ใช่อนุปาทะนิโรธะ แต่เป็นอุปาทะนิโรธะ ถ้าเป็นอนุปาทะนิโรธะดับแล้วไม่เกิดอีกนะ ดับในมรรคญาณกิเลสพวกนี้ แต่นี้มันเป็นการเกิดดับที่สืบเนื่องกันเฉย ๆ มันสืบเนื่องกันเกิดดับระหว่างกายกับจิต ซึ่งกายก็เป็นความจริงอย่างหนึ่ง เป็นรูป คนเรียนก็บอกรูปปรมัตถ์ จิตใจ เรื่องจิตก็เกิดดับตลอด เกิดดับรวดเร็ว เจตสิกที่เกิดพร้อมกับจิตดับพร้อมกับจิต ก็เกิดดับตลอด เกิดดับรวดเร็วตลอด คือสิ่งที่มีจริงนะ สิ่งที่มีจริงและกำลังมี มันก็อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ถ้าว่าโดยลำดับ แล้วก็เกิดแล้วก็ดับ อนิจจังชัด

แต่พอมาในภังคญาณบางคนอาจจะบอกว่าอนัตตาชัดเพราะความไม่มีเลย ไม่มีสัณฐานไม่มีบัญญัติ ดับไปอย่างเดียว หายไปอย่างเดียว บางคนอาจจะรู้สึก โอ๊! โล่งอย่างเดียวว่างอย่างเดียว จนเข้าใจว่ามันว่างมันโล่งไป ก็ต้องระวังดี ๆ มันเหมือนไม่มีอะไรนะ มันมีแต่ดับไป ดับไปดับไป อยู่ตลอดนะ ดับไปดับไปอยู่ตลอด ไม่มี เรียกว่าไม่มีสัณฐานบัญญัติ หรือบางครั้งการดับไปก็ไม่ได้มีนิมิต ไม่ได้มีเครื่องหมายอะไรกำกับหรือบ่งบอกว่า เอ๊ะ! กำลังจะดับนะ ไม่มีนะ ไม่มีปี่มีขลุ่ย จู่ ๆ ก็จะดับไปเฉย ๆ อย่างนั้นแหละ ก็ดับไปนะ ดับไป หมดไป ซึ่งก็ไม่ได้จำกัดว่าจะเกิดเฉพาะอาการนั่งนะ ยืน เดิน นั่ง นอน ก้ม เงย คู้ เหยียด อิริยาบถย่อย เป็นได้หมดนะ อิริยาบถทั้งสี่ อิริยาบถย่อย หรือแม้แต่อายตนะภายในภายนอกที่กระทบต่าง ๆ หรือแม้แต่ธรรมารมณ์ที่เกิดกับจิตใจ แสดงอาการดับไป

๖. ภยญาณ

พอดับไปอย่างนี้นะ ดับไปเรื่อย ๆ ก็จะเกิดความกลัวนะ พอญาณที่ ๕ แล้วก็มาญาณที่ ๖ **ภยญาณ**ก็จะเกิดความกลัว ก็จะเกิดความกลัวขึ้นมา รู้สึกว่า เอ๊! รูปนาม ขันธ์ห้า หรือธาตุขันธ์ต่าง ๆ มันมีแต่ดับไปถ่ายเดียว ไม่เห็นมีอะไรน่ายึดถือ น่าเกาะเกี่ยว น่าที่จะเหนี่ยวรั้งมันไว้เลย เหมือนกับพึ่งพาไม่ได้ มีแต่ธรรมะเท่านั้นที่จะพึ่งพา อันนี้มันจะเกิดขึ้นตามมา เกิดภาวะของความกลัว

แต่บางคนก็ แต่ไหนแต่ไรไม่เคยเกิดความกลัวขึ้นมา แต่จู่ ๆ ก็เกิดความกลัว อย่างบางคนปฏิบัติอยู่ที่เรือนว่าง ปฏิบัติอยู่ที่ถ้ำ ปฏิบัติอยู่ที่โคนไม้ หรืออยู่ที่ป่าเขา แม้แต่สัตว์ร้ายต่าง ๆ ก็ไม่เคยกลัวนะ ไม่เคยรู้สึกกลัว แต่จู่ ๆ วันดีคืนดีเกิดกลัวขึ้นมาก็มี บางคนพอกลัวมาก ๆ ก็คิดเอ๊! เราทำไมเกิดความกลัวเป็นบ้าเป็นหลังขึ้นมา หรือเราจะเพี้ยนแล้วอย่างนี้ บางคนอาจจะรู้สึกแล้วมันก็ชอบคิดในเรื่องที่น่ากลัวขึ้นมาด้วย อันนี้ก็ต้องระวังนะ

มันเป็นจุดเริ่มแต่ถ้าเราไม่แยบคายปุ๊บมันเหมือน เอ๊า! เอาไปเอามา เอ๊! เรากลัวผี กลัวสัตว์ร้าย เรากลัวตาย ไปโน่น มันพยายามหาเหตุหาผลของมัน หาเหตุหาผล พอคิดกลับไปกลับมาบ่อย ๆ บางครั้ง เอ๊! ชักจะไม่เข้าท่าแล้ว อันนี้ก็ต้องระวังนะเพราะว่ามันต้องเป็นผลที่ คือมันต้องสืบเนื่องมาจากญาณที่ ๕ คือ เห็นรูปนามดับไปหายไป แต่ถ้ากลัวผี จู่ ๆ กลัวไม่มีปี่ไม่มีขลุ่ย โดยที่ไม่เห็นรูปนามบัญญัติหายไป สิ่งที่เคยมีเคยยึด เคยสำคัญหมายโน่นนี่ อันนั้นมันก็อาจจะเข้าข่ายเพี้ยน ๆ ได้เหมือนกันนะ ก็ต้องดูดี ๆ

จิตมันวิปริตผิดเพี้ยนไปได้ ตอนแรกเราไม่กลัว เรากดข่มความกลัวไว้ไปอยู่ป่า อยู่เขา อยู่เรือนว่าง อยู่ป่าช้าก็ดี ข่มไว้ พอมันหมดแรงที่ข่มไว้จิตใต้สำนึกลึก ๆ มันกลัว มันแค้น เหมือนบางคนน่ะกลัวด้วยแค้นด้วย เหมือนคนที่มีอาฆาต มันมีหลายสิ่งหลายอย่างนะที่เราไม่รู้น่ะ บางครั้งเราก็ไปคิดว่ามันคงใช่ มันไม่ใช่ มันเป็นอาการของสิ่งที่เราเรียกว่าสังขาร คือมันปรุงแต่ง สังขารขันธ์ ภาวะที่ปรุงแต่งจิต ปรุงแต่งให้เรากลัว กลัวผีกลัวสาง กลัวอะไรก็แล้วแต่ กลัวผู้กลัวคน พอกลัวบ่อย ๆ นี่เกิดความรู้สึกหวาดระแวงขึ้นมา อาจจะเป็นโรคภัยไข้เจ็บบางอย่างขึ้นมา ก็ต้องระวัง มันอาการใกล้กันกับอาการของคนบ้าเลย

บางครั้งอาการแบบนี้ พอกลัวมาก ๆ บางคนเกิดเห็นนิมิต เห็นโน่นเห็นนี่ขึ้นมา บางคนวิ่งป่าราบก็เคยมีมาแล้วนะ มีคนมาไล่จับว่างั้น ผีไล่ว่างั้น เออ! เอาเข้าซิ มันสัมพันธ์กันหมดเลย มันมาเหมือนไม่ถูก

ถ้าเห็นดับไปเหมือนในญาณที่ ๕ จริง ๆ แล้ว มันสัมพันธ์กับกับญาณที่ ๖ ลำดับนี้ มันจะไม่มีอาการแบบนั้น เพราะอะไร ก็เพราะมันกลัวการได้รูปได้นามขันธ์ห้า เมื่อมีเกิดขึ้นมันก็จะมีเสื่อมไปอย่างนี้ เหมือนมีเหตุมีผล เหมือนมีเหตุมีปัจจัยรองรับ เพราะสิ่งที่รองรับก็คือสิ่งที่มีจริงนะ สิ่งที่มีจริง เรื่องที่เรากลัว กลัวตาย กลัวภูตผีปีศาจ กลัวอะไรไม่รู้ มันเป็นการปรุงแต่งในสิ่งที่ไม่มีว่ามี ไปยึดถือนะ มันคนละอย่าง เหมือนแยกแยะสิ่งที่มีจริงไม่ได้ เหมือนอยู่ในอีกโลกหนึ่งไม่ได้อยู่ในโลกแห่งความเป็นจริง ตรงนี้ก็สำคัญนะ สำคัญ

พอเห็นเกิดมาแล้ว เห็นดับมาแล้วก็ชัดเจน พอเห็นแตกดับก็รู้สึกว่า โอ๊ย! รูปนี้นามนี้มันน่ากลัวจริง ๆ เพราะเกิดแล้วมันก็ต้องดับ ถ้าเรายังแสวงหาการเกิดอยู่อีก ยังไม่เห็นโทษเห็นภัยในวัฏสงสาร ยังไม่เห็นโทษในความเป็นโทษของการเกิดอยู่ มันก็ต้องเวียนมาอย่างนี้อีก บางครั้งเหมือนความกลัวมันแล่นเข้าไปทั่วสรรพางค์กาย บางครั้งเกิดอาการขนลุก บางครั้งเกิดเสียวซ่านไปทั้งตัวก็มี ขนลุกเหมือนกลัวอะไรสักอย่าง แต่เป็น *ความกลัวที่ไม่น่ากลัว* คำว่าไม่น่ากลัวคือไม่น่ากลัวว่าจะมีสัตว์ร้าย มีคนมาทำร้าย มีคนมาขู่เอาชีวิต มีผีมาหลอก มีเสือมาคาบ หรือมีช้างมากระทืบอะไรต่าง ๆ ไม่นะ ที่บอกว่าความกลัวที่ไม่น่ากลัวคือไม่ได้มีสัตว์ร้ายอะไรมาทำ แต่ที่กลัวเพราะว่าสังสารวัฏมันเป็นแบบนี้ นี่แหละโทษของการเกิด โทษของการเกิดเป็นแบบนี้นี่เอง

พอประจักษ์แจ้งแล้วถ้าคนอีสานเขาบอกว่า ขนคิงลุก มันก็บอกไม่ถูกนะ มันเป็นอาการที่ต้องประสบพบด้วยตนเอง อาการแบบนี้มันพูดยาก แบบไม่ใช่ว่ากลัวอย่างที่บอก กลัวผีสางเทวดาอะไรต่าง ๆ ไม่ใช่ ที่เกิดภาวะความกลัวขึ้นมาเพราะว่ากลัวการเวียนตายเวียนเกิด โดยเฉพาะเจาะจงไปที่การเกิด เพราะเห็นแล้วว่าเกิดมันก็หมดไปในภังคญาณ พอเห็นหมดไป เอ้อ! เห็นโทษมันแล้วก็เลยน่ากลัวขึ้นมา เป็นความน่ากลัว เห็นเหมือนกับเป็นสิ่งที่น่ากลัว

๗. อาทีนวญาณ

มันก็จะสัมพันธ์กับญาณที่ ๗ ที่เรียกว่า **อาทีนวญาณ** ก็จะเห็นโทษเห็นภัยชัดเจน เห็นโทษของการเกิด แล้วในบริบทเมื่อเกิดมาแล้วก็เห็นโทษในกามคุณอารมณ์ทั้งหลายด้วยความเป็นโทษ เห็นโทษไปหมดนะ เห็นโทษเห็นภัยที่จะเกิดขึ้นเพราะสิ่งเหล่านี้ เพราะเคยเห็นคุณมันมาแล้วว่าเป็นอย่างนี้ แต่ตอนนี้มองทุกสิ่งทุกอย่างด้วยความเป็นโทษไปหมดเลย ด้วยความเป็นโทษ เรียกว่าเห็นประโยชน์แล้วในช่วงหนึ่ง แต่ตอนนี้มองเห็นอีกด้านหนึ่งว่า อ๊อ! ด้านที่มันมีโทษ ด้านที่มันน่ากลัว ด้านที่มันมีโทษก็มี

นี่แหละจึงบอกว่าเมื่อมีชาติคือความเกิด ชราคือความแก่ มรณะคือความตาย ก็มีความโศกเศร้าพิไรรำพันต่าง ๆ มันก็ย่อมเกิดขึ้นเป็นธรรมดา ธรรมะที่เรียนมาคนโบราณเขาบอกว่าไม่ต้องไปหาคิด ไม่ต้องไปคิดถึงมัน ให้มันผุดมาเอง แต่มันบอกเองนะ เพราะมันประจักษ์แจ้ง บางคนไม่เคยเรียนหนังสือหนังหามา แต่พอซักพอถาม เข้าใจสิ่งที่กำลังมีอยู่ บอกได้ถูกว่า โอ๊! มันผุดขึ้นมา มันโผล่ขึ้นมา ไม่เคยได้ยินได้ฟัง ไม่เคยได้อ่าน ไม่เคยได้ท่องหรอกสิ่งเหล่านี้ แต่ไม่ว่าเขาหรือเราก็มีรูปมีนาม เมื่อสำคัญในสิ่งที่มีว่ามีเรา ว่าสิ่งเหล่านั้นมันมีตามเหตุตามปัจจัย แต่เมื่อไม่รู้ก็ไปสำคัญว่ามี มีเรา ก็เลยมีเขา มีอัตตาตัวตน มีโน่นมีนี่ไป แล้วก็หลงอยู่ในนี้ ในสังสารวัฏ

พอเห็นโทษด้วยความเป็นโทษแล้วมันเบื่อนะ มันเบื่อ เบื่อที่จะเกิดอีก เบื่อที่จะมีอัตภาพนี้อีก หรือเบื่อที่จะติดข้องอยู่กับสิ่งเหล่านั้น ท่านถึงบอกว่าเป็นไปเพื่อเบื่อหน่าย เพื่อคลายความยินดี เพื่อคลายความกำหนัด เพื่อวิราคะ มันก็จะไปเองโดยลำดับนะ

๘. นิพพิทาญาณ

ไปถึงญาณที่ ๘ เป็นกลุ่มเดียวกัน ภยญาณ มันอ่อนๆ อยู่ พอเริ่มกลางๆ ขึ้นมาก็อาทีนวญาณ ลำดับที่ ๗ พอแก่กล้า ลำดับที่ ๘ **นิพพิทาญาณ**มันถึงขั้นเบื่อหน่าย เบื่อเป็นความเบื่อที่แปลก เบื่อแต่ยังกำหนดอยู่ เบื่อแต่ยังเดินอยู่ เบื่อแต่ยังนั่งอยู่ เบื่อแต่ยังทำทุกอย่างเป็นปกติ ลึกๆ เบื่อ

พอมันชัดเจนจริงๆ แล้วก็จะรู้ว่า อ๊อ! เบื่อการเกิด เบื่อการเวียนตายเวียนเกิด เบื่อรูปเบื่อนาม เบื่อธาตุเบื่อขันธ์ ที่มันเพียงแค่อาศัยกันและกันเป็นอยู่ เสร็จแล้วเพราะความไม่รู้ก็ไปสำคัญว่ามีนะ มี แต่มันมีแต่เพียงธาตุขันธ์ที่มันอาศัยกัน มีเรา รูปก็เป็นของเราอย่างนี้ รูปเป็นเรา เวทนาเป็นเรา สัญญาเป็นเรา สังขารเป็นเรา วิญญาณเป็นเรา เมื่อเป็นเรา เป็นของเรา มีเราอีกแล้ว เมื่อมีเราก็มีของเราอีกแล้ว มันวนไปวนมา พอเห็นโทษเห็นภัยอย่างนี้ก็ไม่อยากจะมีแล้ว ไม่อยากจะมีนะ ไม่อยากจะมีแล้ว เมื่อไม่อยากจะมีก็ต้องหาทางออกจากสังสารวัฏ หาทางออกเท่านั้นเอง ก็เป็นไปโดยลำดับ

ฉะนั้นโยคี โยคาวจรทั้งหลาย ฟังแล้วก็พิจารณาหรือใคร่ครวญ ไตร่ตรองตามสภาวะที่มีที่เป็นอยู่ บางครั้งใกล้เคียง อาจจะทำให้ได้สติได้ปัญญา จากที่กำลังจะหลงทางก็จะได้รู้ว่า อ๊อ! อันนี้ไม่ใช่ทาง พอรู้จักทางแล้วก็จะได้ตั้งใจปฏิบัติต่ออย่างนี้ มันก็จะดียิ่งขึ้น ไม่ได้เสียประโยชน์ เพราะสภาวะพวกนี้มันใกล้กัน เพราะมันเป็นสภาวะทางจิตใจ เป็นสิ่งที่มีจริงเรื่องจิตเรื่องเจตสิกเรื่องสิ่งที่มาประกอบ หรือสิ่งที่จิตรู้ก็คืออารมณ์ต่างๆ ถ้าแยกแยะความจริงไม่ได้ แยกรูปแยกนามไม่เป็นตั้งแต่แรกมันก็จะเพี้ยนไปเรื่อยๆ นะ พอไปถึงความกลัวก็อย่างที่บอก เอ๊ะ! เดี๋ยววิ่ง

ป่าราบอย่างนี้ เดี๋ยวเหมือนมีคนมาไล่จับ ก็เคยมีมาแล้ว หรือมีผีวิ่งตามอย่างนี้ เคยเห็นมาแล้วนะ มีสารพัด จนต้องจับส่งโรงพยาบาลจิตเวช ที่เขาบอกว่ากลัว ๆ กัน เอ๊! ไปนั่งกรรมฐานแล้วเกิดเพี้ยนขึ้นมาว่างั้น บางคนก็เลยกลัวกันใหญ่เลย พวกไปนั่งกรรมฐาน เดี๋ยวเป็นบ้าว่างั้น มีความเชื่อ อันนั้นน่ะคือเห็นผิด ไม่ได้เห็นเป็นรูปเป็นนามจริง ๆ เห็นผิด เพราะทำด้วยอัตตา ทำด้วยความอยาก เขาเรียกว่าทำด้วยตัณหา ทำด้วยความต้องการชนิดรุนแรง มันก็เลยผิดเพี้ยนไปเพราะมันผิดตั้งแต่แรก ไม่ได้เห็นเป็นเพียงแค่สิ่งที่กำลังมีอยู่เท่านั้นเอง มีแต่รูปแต่นามที่เกิดดับอยู่ตลอดเวลา ถ้าแยกธรรมชาติที่มีอยู่ออกจากกันได้ก็มาโดยลำดับ

พอมาถึงตรงนี้มันก็จะไปในทางไปตามลำดับของญาณ ไม่เพี้ยนนะ อาจจะคิดเล่น ๆ ว่า เอ๊! เรากลัวผีมั้ย ยังมีคิดเล่นได้ เวลาสบาย ๆ ก็นึก เอ๊! กลัวผีหรือเปล่า กลัวสัตว์ร้ายหรือเปล่า แต่มันไม่ใช่ไง ลึก ๆ น่ะมันกลัวการเวียนว่ายตายเกิดต่างหาก มันก็เป็นที่มาของความเบื่อ เบื่อที่จะเกิดอีก เบื่อที่อยากจะได้อัตภาพนี้อีก แต่เห็นแล้ว

พอเห็นโทษแล้วเบื่อแล้ว สวรรค์ก็ไม่ไปแล้ว พรหมโลกก็ไม่เอา คนที่ทำฌาน ไม่เอา ไม่ได้เห็นมีความสำคัญอะไร ไปไหน ไปทางโน้น หาทางไปนิพพานแล้วทีนี้ มันเหมือนกับสภาพของเหตุของปัจจัยไม่มีใครไปบังคับได้ มันพาไปแล้ว พาไปเอง

ไว้ต่อกันในครั้งต่อไป ใน EP. หน้านะ วันนี้ก็เอาแค่นี้ก่อนนะ เอาญาณที่ ๘ ก่อน ยังไม่จบนะ ช่วงต่อไปก็ให้พวกเรานั่งสมาธิต่อ ตั้งใจนะ

ลำดับญาณ ตอนที่ ๖:

นิพพิทาญาณ
มุญจิตุกัมยตาญาณ
ปฏิสังขานุปัสนาญาณ

๑๐ เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๕

พระโยคาวจร แม่ชี โยคีผู้เข้าปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ช่วงต่อไปเป็นช่วงฟังธรรม เป็นช่วงปฏิบัติธรรมร่วมกัน ให้พวกเรานั่งสมาธิ พยายามมีสติในขณะที่นั่งฟังธรรมบรรยายตามไปด้วย วันนี้ก็ตรงกับวันอาทิตย์ที่ ๑๐ เดือนเมษายน พ.ศ. ๒๕๖๕

ปัญญารู้เท่าทัน

การประพฤติการปฏิบัติ เดือนเมษาก็ใกล้สงกรานต์ อากาศก็ร้อนขึ้นบ้าง ฝนไม่ตกมาหลายวัน บางครั้งถ้าฝนตกอากาศก็จะเย็นสบายหน่อยนึง แต่อย่างไรก็ตามก็ถือว่าปีนี้ตั้งแต่ต้นเดือนแล้ว อากาศก็ไม่ค่อยจะร้อน ค่อนข้างเย็นหรือบางคนบอกหนาวสองสามวัน แล้วนี่ก็ร้อนขึ้นเรื่อย ๆ อากาศก็แปรปรวนไปตามเหตุตามปัจจัย

ถ้ามองเข้ามาข้างใน เข้ามาดูใจของแต่ละคน บางครั้งก็ไม่ได้ต่างอะไรกับสภาวะภายนอก แปรปรวนเปลี่ยนแปลงไปตามเหตุปัจจัยที่มี บางครั้งก็พอใจบางครั้งก็ไม่พอใจกับสิ่งที่เกิดขึ้น สิ่งที่เกิดขึ้นก็มีทั้งเกิดขึ้นภายใน คือคิดขึ้นมา ปรุงขึ้นมาก็มี แต่บางครั้งก็อาศัยปัจจัยภายนอก อาศัยรูปบ้าง อาศัยเสียง อาศัยกลิ่น อาศัยรส อาศัยการถูกต้องสัมผัส อาศัยปัจจัยภายนอก พอกระทบแล้วก็กระเทือนไปถึงภายใน ทำให้ชอบ ทำให้ชัง ทำให้หลงยึดถือ หรือติดข้องอยู่ในสิ่งเหล่านั้น บางครั้งก็ไปสำคัญหมายกับสิ่งที่ไม่มีเรามาตั้งแต่แรก แต่ก็ไปสำคัญว่ามี แต่สิ่งที่กำลังมีก็เกิดขึ้นตามความเป็นจริง แต่เราไปสำคัญว่ามีเรา บางครั้งก็เลยรู้สึกชอบบ้างก็กลายเป็นเราชอบไป พอไม่ชอบก็มีเราไม่ชอบ ก็หมุนเวียนเปลี่ยนไป จริง ๆ ก็ไม่ได้เกิดอยู่ตลอดเวลา ขึ้นอยู่กับปัจจัยที่เข้ามา

ก็เปลี่ยนไปเรื่อย ถ้าไม่เข้าใจตามความเป็นจริงก็เจอศึกทนยากหน่อย ทนยาก ศึกทรมานหน่อย ศึกลำบาก รู้สึกว่าถูกบีบคั้น รู้สึกได้เลยว่ามี ถ้าสำคัญว่ามีเราก็จะถูกกดดันทั้งภายนอกภายใน ถูกกดดันจากสิ่งแวดล้อม ถูกกดดันจากสังคม ถูกกดดันจากผู้คนต่าง ๆ เห็นมั้ยปัจจัยภายนอก

แต่พอเอาเข้าจริง ๆ ก็คือปัจจัยภายในก็สำคัญ มันจะหวั่นไหวหรือไม่หวั่นไหวก็อีกเรื่องหนึ่ง แต่ใจถ้าฝึกมาดี อบรมมาดี ก็กระเทือนน้อย อย่างพอมีปัญญาต่อสิ่งที่เข้ามา รู้ทั่วบ้าง รู้รอบบ้าง รู้เท่าทันบ้าง กับสิ่งที่มี เมื่อมีเกิดก็มีดับของมัน แต่ไม่ไปสำคัญว่ามีเรา ความจริงเหล่านี้ก็เกิดขึ้นได้ทุกที่ ไม่ว่าจะถูกปัจจัยภายนอกมากระทบหรืออาศัยปัจจัยภายใน อาศัยความจำ อาศัยความคิดปรุงแต่ง สิ่งเหล่านี้บางครั้งก็เกิดขึ้นแล้วก็หมดไป ที่เราสวดในบทธัมมานุปัสสนา เป็นกาย เป็นเวทนา เป็นจิต เป็นธรรม ตามดูความเกิดขึ้นและความเสื่อมไป ในกาย ในเวทนา ในจิต ในธรรม ก็เพียงแค่มีสติระลึกรู้เท่านั้น ไม่ไปสำคัญว่าเป็นนั่นเป็นนี่ ถ้าไม่ไปสำคัญว่ามีเรา มีเขา มีสัตว์บุคคล ตัวตนพวกนี้ สิ่งที่เกิดก็เกิดไป สิ่งที่ดับก็ดับไป ตามความเป็นจริงนะ

ลักษณะของสังขาร

ความจริงก็บอกอยู่แล้วว่าสิ่งทั้งหลาย ไม่ว่าคนหรือสัตว์เท่ากัน ไม่ว่าเราหรือเขาน่ะก็เท่ากัน คือมีความเปลี่ยนแปลง มีความไม่เที่ยงเป็นลักษณะอย่างนี้ เรียกว่า **สามัญลักษณะ** ลักษณะที่เสมอกันของสิ่งที่เรียกว่าสังขาร สังขารที่มีใจครองคือคนคือสัตว์ หรือสังขารที่ไม่มีใจครอง ก็มีสภาพที่เปลี่ยนแปลงตลอด ไม่เที่ยง อนิจจลักษณะ ลักษณะที่ปรากฏให้เห็นเป็นลักษณะที่บ่งชี้ถึงความเป็นมาเป็นไปของลักษณะที่บอกว่าไม่เที่ยง ลักษณะที่เปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา

อีกลักษณะหนึ่งก็คือ ทุกขลักษณะ ลักษณะที่เหมือนกับเราถูกกด ถูกบีบคั้น ถูกกระทำทรมานหรือว่าทนอยู่ วัตถุนั้น หรือสัตว์นั้น คน ๆ นั้น ก็ทนอยู่กับพฤติกรรมหรืออากัปกิริยาต่าง ๆ คือทนยาก แล้วพอเอาเข้าจริง ๆ ก็ทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ ไม่ได้คงรูปอยู่อย่างเดิมแปรเปลี่ยนไปตามเหตุปัจจัย ซึ่งบางท่านก็อาจจะมองว่าเป็นลักษณะหนึ่งของอนิจจาเหมือนกัน ความไม่เที่ยงแต่บ่งชี้ลงไปให้ชัดเจนว่ามันทุกข์แบบนี้ คือลักษณะที่บ่งบอกถึงว่ามันชัดทุกข์เปลี่ยนแล้ว

ลักษณะที่เห็นได้ยากอีกอย่างหนึ่งแต่ก็เท่ากันหมด เสมอกันหมดก็คือความไม่ใช่อัตตาหรือมิใช่ตัวตน อนัตตลักษณะ ทุกสิ่งทุกอย่างอาศัยเหตุปัจจัย มีเหตุมีปัจจัย ไม่ได้เกิดขึ้นมาลอย ๆ ฉะนั้นทุกสิ่งทุกอย่างการที่จู่ ๆ จะมีคนรัก มีคนเกลียดอย่างนี้ มันก็ต้องมีปัจจัย ไม่ใช่จู่ ๆ จะชอบ ไม่ใช่จู่ ๆ จะชังขึ้นมาลอย ๆ หรือจะโกรธคนซักคนมันก็ต้องมีเหตุ จะรักคนซักคนมันก็ต้องมีเหตุอีกเหมือนกัน

มันมีเหตุ มันมีปัจจัยหมด ไม่ว่าภายในภายนอก จริง ๆ มันก็มาจากความไม่รู้นั่นแหละ ไม่รู้มันจึงชอบ ไม่รู้ก็จึงเกลียดจึงชังได้ แต่ถ้ารู้ตามที่มีจริงแล้ว ไม่รู้จะรักอะไร เกลียดอะไร จะชังอะไร เพราะไม่รู้จะเอาอะไรกับอะไร กับสิ่งที่มันกำลังมีอยู่ มันก็เกิดก็ดับของมันอยู่อย่างนี้ แต่เราก็จะเอาเพราะไปสำคัญว่ามีเราหรือไปสำคัญว่ามีเขา ก็จะเอา เหมือนกับสำคัญว่ามีสมบัติ ถ้าคนที่อยากได้ก็ต้องขุด ขุดหาสมบัติหรือค้นหา อยู่ในน้ำก็ต้องดำลงไปเอา ไปค้นหา หรือถ้าไม่ได้แบบนั้น ถ้าต้องเรียนวิชาก็ต้องเรียน เรียนมนต์ก็ต้องเรียนเพื่อที่อยากจะได้ มันเป็นความอยาก ก็ดิ้นรนกันไป

แต่ถ้ารู้ตามเป็นจริงแล้วมันจะไม่มีทุกข์ในเรื่องพวกนี้ เรื่องความติดข้องหรือความยึดถือ คือจะไม่ไปสำคัญว่ามีเราอยู่ในสิ่งนั้น เพราะสิ่งเหล่านั้นเขาก็เป็นของเขาอยู่แบบนั้นเอง เราไปยึดถือเอง เลยดูแลสิ่งที่กำลังมีได้ไม่ดีพอ คือเมื่อดูแลได้ไม่ดีพอแสดงว่าไม่มีความรู้ ขาดความรู้ก็ตกเป็นทาสของความไม่รู้ก็เลยดูแลได้ไม่ดี ถ้าดูแลดี ๆ ก็ไม่ไปสำคัญว่ามีเราแต่อย่างใด

สิ่งเหล่านั้นเกิดได้ก็ดับลงได้ตามปกติ ก็เกิดดับอยู่อย่างนี้ตลอดชั่วชีวิตของคน ๆ นั้น เหมือนไฟติดสองหมื่นชั่วโมง ไม่มีอะไรทำให้มันขาดก่อนหรือเสียก่อน ชั่วโมงสุดท้ายของมันก็ต้องเปลี่ยนหลอดใหม่ ชีวิตคนถ้ายังมีเหตุปัจจัยก็อาจจะต้องเปลี่ยนภพภูมิใหม่ แต่ถ้าหมดเหตุปัจจัยก็อาจจะตายจริงคือนิพพาน ไม่ต้องเกิดอีก แต่ยังมีเหตุปัจจัยอยู่ก็เกิด ๆ ดับ ๆ เดี๋ยวติด เดี๋ยวดับ เดี๋ยวมืดเดี๋ยวสว่าง เป็นอยู่อย่างนี้

ฉะนั้นก็ต้องเข้าใจกับสิ่งที่กำลังมีอยู่ สิ่งที่กำลังเป็นอยู่ สิ่งที่กำลังดำเนินอยู่ อย่าไปสำคัญว่ามีเรา จะได้ไม่ทุกข์ แต่ถ้ามีเราเมื่อไหร่ก็จะทุกข์เพราะสิ่งที่มี กับสิ่งที่เป็น

ความจริงคือ เกิดแล้วดับ

แม้แต่กับสิ่งที่กำลังมีอย่างเช่น ความปรารถนา ความต้องการ ความอยากได้ เจตนา ถ้าไปสำคัญว่ามีเราขึ้นมาก็กลายเป็นเราอยาก อยากได้ กลายเป็นเราอยากมี กลายเป็นเราอยากเป็น กลายเป็นเราอยากทำโน่นทำนี่ แต่สิ่งเหล่านั้นเกิดดับตามใจปรารถนาได้ อยากได้ ต้องการได้ แต่อย่าไปสำคัญในสิ่งที่กำลังมีอยู่ว่ามีเราด้วยนะ ถ้าไม่มีเราก็คือปัจจัยอันหนึ่ง ในเมื่อมันเกิดมันก็ต้องมี เมื่อมีเหตุก็ต้องมีผลรองรับ เมื่อมีทุกข์ก็ต้องมีเหตุเกิดทุกข์ มีเหตุมีผล เมื่อเราเห็นความเกิดหรือความตั้งอยู่แต่เราไม่เห็นความเสื่อมไป

เหมือนตอนเด็ก ๆ หรือยังหนุ่มยังสาว บางคนถ้าไม่สนใจร่างกายตัวเองเท่าไหร่ก็จะไม่ได้รู้สึกว่า เอ๊! เราแก่ไปหรือเปล่า แต่พออายุมากขึ้นถึงแม้ไม่สนใจแต่ความแก่มันก็ปรากฏ ความชรา ก็จะเห็นว่ามันเปลี่ยนแปลงตลอด ไม่ได้หมายความว่ามันไม่เปลี่ยน มันเปลี่ยน แต่บางครั้งมันมีสิ่งอื่นที่เหมือนปกปิดไว้โดยเฉพาะความไม่รู้จริงนั่นเอง ไม่รู้ตามความเป็นจริง แต่ถ้ารู้ตามความเป็นจริงก็จะเข้าใจสิ่งที่กำลังมีทุกอย่าง มีตามความเป็นจริงนั่นเอง ความจริงมันมีอยู่ตลอด คนจะรู้หรือไม่รู้มันก็มีอยู่

ความจริงว่าเกิดแล้วก็ดับเป็นความจริง ที่ไหนก็มีนะ ที่ไหน ๆ ก็มีนะ ไม่ใช่เฉพาะที่โลกเราหรือที่กาแลกซีนี้ กาแลกซีโน้นไม่มี ไม่ใช่! มี! หรือมีแต่เราแต่คนอื่นไม่มีก็ไม่ใช่ มีเหมือนกัน หรือมีแต่คนแต่สัตว์ไม่มีก็ไม่ใช่ มีเหมือนกัน เกิดแล้วก็เสื่อม มีเหมือนกันหมดเลย

หรือบางครั้งอาจจะนึกถึงต้นไม้ใบหญ้า บางคนอาจจะมองว่ามันไม่มีจิตวิญญาณ แต่เออมันก็มีเกิดแล้วก็มีเสื่อม ก้อนอิฐก้อนหิน บ้านช่อง ห้องหับ ศาลงศาลาที่เราสร้างมันขึ้นมา มันก็มีความเสื่อม เสื่อมไปเรื่อย ๆ ก็แสดงว่าความจริงหาที่ไหนก็พบ มีอยู่ทุกที่ ไม่ว่าจะเป็นสังขารที่มีใจครองหรือไม่มีใจครอง เพราะมันมาจากเหตุปัจจัยหลายอย่าง เหตุปัจจัยที่มันมารวมกันเป็นกลุ่มเป็นก้อน อาศัยกันอยู่ ฉะนั้นมันก็เปลี่ยนแปลงไปเรื่อย เหมือนรูปร่างกายของเรา เซลล์แต่ละเซลล์มาอยู่รวมกันหลายล้านเซลล์ เห็นมั้ยมันก็เปลี่ยนอยู่ตลอด ไม่ใช่ไม่เปลี่ยน

มันเปลี่ยนแปลงแล้วมันก็ต้องมีปัจจัยที่ทำให้มันอยู่ได้ด้วย ปัจจัยเหล่านั้นน่ะก็คืออาหาร ปัจจัยที่ทำให้จิตสามารถรู้ได้ก็ต้องมีอาหารของจิตด้วย มีอารมณ์ ฉะนั้นจิตเกิดขึ้นมาก็ต้องมีสิ่งที่จิตทำหน้าที่รู้ เป็นนาม เป็นสิ่งที่ท่านเรียกว่าเกิดพร้อมกับจิต ดับพร้อมกับจิตอย่างนี้ มีอารมณ์เป็นอันเดียวกัน ก็จะเห็นว่าไม่ได้เกิดขึ้นมาลอย ๆ หรือสิ่งที่เป็นรูปอย่างเดียว ไม่รู้เรื่อง ก็มีเกิดมีเสื่อม ไม่ยกเว้นเลยนะ ไม่ยกเว้น เว้นอะไร

นิพพาน

เว้นความจริงอีกอย่างหนึ่งก็คือเป็นสิ่งที่มีจริง ที่พระพุทธเจ้านำมาเปิดเผย นั่นก็คือ นิพพาน อันนั้นก็ความจริงในขั้นที่ปุถุชนธรรมดา ถึงแม้จะมีไอคิวสูงถึง ๑๘๐ หรือ ๒๐๐ กว่า ๓๐๐ ก็แล้วแต่ ไม่สามารถจะหยั่งรู้ได้ ไอคิวมากแค่ไหนก็ไม่สามาถจะหยั่งรู้ได้ ต้องอาศัยการอบรมเจริญปัญญาอยู่เนือง ๆ ถึงจะเข้าถึงสิ่งที่มีจริงในระดับนั้นได้

ฉะนั้นก็ต้องค่อย ๆ สั่งสม อบรม ฝึกฝนกันไป บางคนก็อาจจะทำได้อยู่ในขั้นทาน บางคนทำทานเก่ง แต่ว่าทำทานถ้าจะให้ดี มีอานิสงค์เยอะแล้วก็เป็นปัจจัยเพื่อความฉลาดยิ่งขึ้น ก็ต้องทำทานด้วยปัญญา ต้องมีปัญญาในการให้ ให้ทานด้วยญาณ คือมีความเห็นถูกแล้วก็ต้องประกอบด้วยญาณสัมปยุต ทำให้เป็นอานิสงส์ก็เยอะขึ้นอีก และก็เป็นปัจจัยให้เจริญในกุศลอย่างอื่นได้อีก กุศลอย่างอื่น

อย่างอาจจะเห็นประโยชน์ของศีล ถ้าศีลกุศลก็ไม่ใช่ศีลธรรมดา ถ้าศีลธรรมดาก็อาจจะเป็นเพียงแค่ตบะอย่างหนึ่งที่เอาไว้ข่มเฉย ๆ สีลัพพตปรามาส ถ้ารักษาศีลด้วยปัญญาก็จะไม่สำคัญว่ามีเราเป็นผู้รักษาศีลนั่นเอง ชื่อก็บอกอยู่แล้ว รักษาความเป็นปกติ ศีล เมื่อรักษาความเป็นคงสภาพ คงภาวะเป็นอย่างนั้นก็ปกติ หนักแน่นดุจศิลาก็ได้

เมื่อรักษาตรงนั้น รักษากายรักษาวาจา เป็นหน้าที่ ถ้ามีศีลแล้วก็เป็นปกติที่จะเกิดขึ้นตรงนั้น ที่จะงด ที่จะเว้น เมื่อประจวบเข้าหรือเจอเข้ากับสิ่งที่จะทำให้เดือดร้อนในภายหลัง ทั้งเราเองด้วย คนอื่นด้วย เว้นขาดทันทีในช่วงนั้น เป็นศีล ถ้ารักษาอย่างนี้ ก็จะมองเห็นสิ่งที่เป็นคุณด้วยเป็นโทษด้วย ถ้าสำคัญผิดไป เปิดทางให้ปัญญาได้เข้ามามีบทบาททำให้ศีลเป็น สีลวิสุทธิ ถึงความหมดจด ไม่ได้รักษาด้วยความอยากหรือตัณหา แต่รักษาให้หมดจด ปัญญาก็จะพาไปต่ออีก เห็นบาปบุญคุณโทษ เห็นประโยชน์และมิใช่ประโยชน์ของการอยู่ในภพในภูมิ เห็นข้อจำกัดเล็ก ๆ น้อย ๆ จึงมีโอกาสที่จะไปต่อ ไม่ติดข้องอยู่เพียงแค่นี้

ทาน ศีล ภาวนา เพื่ออบรมปัญญา

จริง ๆ บางคนก็อาจจะแยกทาน แยกศีล แยกภาวนา แต่ถ้าผู้ที่ภาวนาอย่างเข้าใจแล้วก็คือความเจริญของปัญญา ทำอะไรก็ต้องอาศัยภาวนา อาศัยปัญญา ทำบ่อย ๆ ก็ยิ่งเจริญขึ้น ไม่ว่าจะทำทานก็เป็นปัจจัยเพื่อปัญญา รักษาศีลก็เพื่ออบรมปัญญา แม้แต่ภาวนาก็อบรมปัญญาเพื่อความหมดจดบริสุทธิ์

เราจะเห็นว่าศาสนาพุทธเน้นเรื่องปัญญา เพราะจะหมดจดหรือบริสุทธิ์ได้ด้วยปัญญา ไม่ใช่ด้วยอย่างใดอย่างหนึ่งแต่ต้องอาศัยกันและกัน จึงจะมีกำลัง เหมือนเราอาจจะมี ลองนึกภาพ ถ้าเกิดท้องร่วงอย่างรุนแรง แม้แต่จะลุกก็ยังลุกไม่ไหวจะมีกำลังอะไรไปจับขวาน ขวานก็วางอยู่ ถ้ามีอาหารมีปัจจัยที่เกื้อหนุนให้มีเรี่ยวแรงกำลังขึ้นมาแล้วก็หยิบจับ แล้วก็ตัด ก็จะขาดได้ คือสิ่งที่อาศัยกัน ไม่ใช่อย่างใดอย่างหนึ่ง จะไปสำคัญอย่างใดอย่างหนึ่งก็ไม่ได้ บางคนก็พอรู้อย่างนี้ ก็รู้เหมือนกับรู้เรื่องอาหารการกิน รู้เรื่องพืชผักผลไม้ รู้เรื่องหยูกเรื่องยา ก็พยายามจะทำสิ่งนั้นสิ่งนี้ให้มันเป็น สกัดเอามากิน มาโน่นมานี่

แต่ในทางกลับกันถ้าบ่อย ๆ มันก็มีโทษ แต่ละอย่าง แต่ถ้ามันอาศัยกันกระจายกันไป มันก็จะได้ทุกอย่างบริบูรณ์สมบูรณ์ ไม่ใช่อย่างใดอย่างหนึ่ง แม้แต่ร่างกายเรามันก็ยังบอกว่ามันต้องการสังกะสี ต้องการวิตามิน ต้องการเกลือแร่ ต้องการไขมัน ต้องการคาร์โบไฮเดรต ต้องการโปรตีนอย่างเงี้ย ถ้าขาดอย่างใดอย่างหนึ่งไปมันก็มีความบกพร่อง แต่ถ้ามันมากมันก็ผิดปกติเหมือนกัน มันต้องอยู่ในสัดส่วนที่พอเหมาะ มันก็จะเกื้อกูลกันแล้วก็มีประโยชน์สูงสุด และก็ได้ประโยชน์สูงสุด เหมือนบางครั้งเราค้นพบว่าอันนี้ไม่มีประโยชน์มาก กินเยอะ ๆ พอกินเยอะ ๆ ก็มีโทษ มีโทษแล้วพอกินติดต่อกันนาน ยัดเยียดให้ร่างกาย มันขับออกไม่ทัน โรคที่เนื่องมาจากอาหารก็ตามมา ก็จะเห็นว่า เออ! คือเรารู้ด้านหนึ่งแต่ไม่รู้อีกด้านหนึ่ง ไม่รู้ทั่ว ถ้ามีปัญญาต้องรู้ทั่ว ต้องรู้รอบ

อันนี้ยกตัวอย่างเพื่อให้เข้าใจถึงสิ่งที่กำลังปรากฏ ถึงสิ่งที่กำลังมี ถ้าเราไปสำคัญหมายอย่างใดอย่างหนึ่งมันก็จะเสียดุลยภาพทันที ทั้ง ๆ ที่มันอาศัยกันมาแบบนี้ มันพอดีของมัน นอกจากบางครั้งเราเจ็บป่วยหรือมีอาการผิดปกติบางครั้งอาจจะต้องการสิ่งนั้นมากกว่าปกติอย่างนี้ อันนั้นเป็นภาวะที่ต้องการ เป็นภาวะที่มันจะต้องมี อันนั้นเป็นภาวะฉุกเฉิน ภาวะวิกฤต มันมีของมันอยู่แล้ว เหตุปัจจัยเข้าใจตลอดสาย เข้าใจตลอด ความเป็นจริงมันก็จะทำให้เราจัดการกับสิ่งที่กำลังมีอยู่หรือกำลังเป็นอยู่ได้อย่างสอดคล้องกับภาวะที่มีที่เป็น แล้วภาวะที่เราเรียกว่าทุพโภชนาการอะไรก็แล้วแต่ หรือภาวะความชอบไม่ชอบที่จะเกิดขึ้นโดยอาศัยเหตุปัจจัยภายในหรือภายนอกมันจะเกิดขึ้นได้ยาก เพราะเข้าใจสิ่งที่กำลังมีอยู่ว่าไม่มีเรา ไม่ไปสำคัญว่ามีเราอยู่ มันเป็นอัศจรรย์นะ จะต้องเข้าถึงเฉพาะสิ่งที่กำลังมีในขณะนั้นจริง ๆ แล้วจะเข้าใจสภาพที่แท้จริง

๖. นิพพิทาญาณ (ต่อ)

ที่นี้ ก็มาพูดถึงตอนที่ ๖ ต่อ ก็พูดถึงเรื่องของลำดับญาณ ๑๖ มา EP. นี้เป็น EP. ที่ ๖ ซึ่งพูดถึงภยญาณ ญาณที่ ๖ ที่เห็นรูปเห็นนาม เห็นการเวียนตายเวียนเกิดเป็นสิ่งน่ากลัว แล้วก็เห็นโทษในญาณที่ ๗ นี่ก็เห็นโทษ คือเห็นภัยในความเป็นโทษ ภัยที่เกิดจากการเกิดการตาย การเสื่อมสลาย หรือภัยที่เกิดจากรูปจากนามก็เห็นโทษ เห็นโทษของความติดข้อง ในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ต่าง ๆ พวกนี้ เห็นโทษด้วยความเป็นโทษ มีญาณหยั่งรู้ เมื่อเห็นโทษก็เกิดความรู้สึกเบื่อ เป็นญาณที่ ๘ นะ เบื่อหน่าย

ซึ่งความเบื่อหน่าย บางคนอาจจะมีความรู้สึกว่า เอ๊ะ! ความเบื่อบางครั้งถ้าเบื่อด้วยญาณ นิพพิทาญาณ คือปรีชาหยั่งรู้ ความหน่ายหรือความเบื่อหน่าย หยั่งรู้ความเบื่อหน่าย มันจะต่างกันกับโทสะ ตัวโทสะน่ะมันจะมุ่งประทุษร้าย คือมันอาจจะถูกกดดัน ถูกเก็บกดด้วยสิ่งที่ไม่พอใจ ซึ่งภาษาบาลีอาจจะใช้คำว่า ปฏิฆะ คือกระทบโดยที่เราอาจจะไม่รู้ตัว มันเป็นความอัดอั้น พอถึงจุดหนึ่งมันเบื่อนะ เบื่อหน่าย เบื่อปฏิบัติ เบื่อที่จะต้องเดิน เบื่อที่จะต้องนั่ง เบื่อที่จะต้องฟังเทศน์ฟังธรรม เบื่อกิจกรรม เบื่อผู้เบื่อคน เบื่อสถานที่ บางครั้งมันจะไม่มีญาณหยั่งรู้นะ มันเหมือนสุดขั้ว หรือบางครั้งเอาไปเอามาเบื่อ มันเหมือนเข้าข่ายเบื่ออัตภาพนี้ มันเบื่ออัตภาพนี้แล้วก็ไม่อยากอยู่นะ ไม่อยากอยู่ เบื่ออัตภาพนี้แล้ว

จริง ๆ ความเบื่อหน่ายบางช่วงมันก็ตั้งอยู่ชั่วระยะไม่นานนะ ความเบื่อหน่าย แล้วมันก็หมด แต่บางผู้บางคนบางโยคีความเบื่อหน่ายพวกนี้ตั้งอยู่นาน ไม่ยอมหายไป เบื่อที่จะกำหนด เบื่อที่จะบริกรรม เบื่อที่จะเดินระยะหนึ่ง สอง สาม มันจะมีความเบื่อหลาย ๆ อย่างประมวลลงมา แต่ถ้ามีญาณหยั่งรู้จริง ๆ จะไม่ไปสำคัญในสิ่งที่กำลังมีอยู่คืออาการเบื่อ อาการเบื่อหน่าย ถ้าสิ่งที่กำลังมี มีญาณหยั่งรู้ ถ้ามีญาณหยั่งรู้ความสำคัญว่ามีเราเบื่อมันจะไม่เกิดขึ้น มันจะไม่เกิดร่วมด้วย เมื่อไม่มีเราเบื่อมันจะพัฒนาต่อ แต่ถ้าสำคัญหมายว่ามีเราเบื่ออยู่มันจะวนอยู่กับกิจกรรมที่เราทำ แล้วเรื่องที่ซ้ำ ๆ ซาก ๆ มันก็จะเป็นที่มาต่อ อันนี้ลักษณะของญาณที่ ๘ ความเบื่อต้อง

มีญาณหยั่งรู้ แต่ถ้าเป็นความเบื่อทั่ว ๆ ไป ส่วนใหญ่มันมาจากโทสะ มันเป็นความอึดอัด เป็นความคับแค้น มันเป็นความรู้สึกที่ไม่ชอบในสิ่งที่ทำซ้ำ ๆ ซาก ๆ มันจะแสดงพฤติกรรมออกมาแบบก้าวร้าวโดยที่เราไม่รู้ตัวเพราะเริ่มต้นก็มีเราแล้ว มันก็จะจบลงแบบเราเบื่อนะ มันไม่จบง่ายนะ จะเบื่ออยู่นาน อาจจะหลายปี อาจจะเกลียดการปฏิบัติไปเลยก็ได้นะ เบื่อไปเลย พอพูดถึงอุ๊ย! ต้องมาพองหนอยุบหนออีกแล้ว เข็ดแล้ว เข็ดแล้ว ขยาดแล้ว ต้องระวังนะ มันเกิดอาการแบบนี้ หรือพอบอกกำหนด กำหนด อุ๊ย! ไม่อยากได้ยินเลยคำว่า กำหนด จะเกิดอาการอย่างนี้มันใกล้เคียง แต่ถ้าเราแยบคาย มีญาณหยั่งรู้มันก็จะไม่มีเราเบื่อ แม้สิ่งเล็ก ๆ น้อย ๆ มันก็เป็นปัจจัยเพื่อความเบื่อหน่ายจริง ๆ นะ เบื่อหน่ายจริง ๆ เพราะนิพพิทาญาณไม่ใช่ญาณที่จะเป็นอกุศลนะ มันไม่ได้ไปทางอกุศล โทสะมันเป็นอกุศลแต่ญาณเป็นกุศล เป็นเรื่องของปัญญาญาณ

ฉะนั้น ในเมื่อกุศลอยู่อกุศลมันก็ออก ระวังมันจะหลุดไป ถ้าสำคัญหมายว่ามีเราโอกาสที่จะหลุดไปมันมี ต้องแยบคาย ต้องโยนิโสมนสิการในสิ่งที่กำลังมี มันเกิดมันดับอยู่ตลอดนะ มันเกิดมันดับ อย่าไปสำคัญว่ามีเราเบื่อ ไม่มี มีแต่อาการะอาการ เกิดดับ เกิดดับ มีแล้วหายไป มีแล้วมันก็หมดไป มันหมดไปเรื่อย ๆ นั่นแหละ

แต่บางครั้งความที่ติดข้องกับความที่เราเบื่อแล้ว อย่างคนที่เคยได้ยินได้ฟังลำดับญาณมา หรือศึกษามาอ่านมาก็มักจะสำคัญหมาย สำคัญหมายว่ามีเรา เราได้แล้ว เราถึงญาณนี้แล้ว เราเบื่อแล้ว เราถึงญาณเบื่อแล้ว กลายเป็นมีเราอีกแล้ว ตรงนี้มันก็จะไม่บริสุทธิ์จริง ไม่หมดจด กลายเป็นอุตสาห์ทำมาดีแล้วแต่กลายเป็นสิ่งที่ทำให้เนิ่นช้าไปอีกได้

๙. มุญจิตุกัมยตาญาณ

ทีนี้เมื่อมีเบื่อแล้วมันก็เหมือนว่าอยากจะออก ต่อไปเป็นญาณที่ ๙ ทบทวน พูดถึงญาณที่ ๙ เรียกว่า **มุญจิตุกัมยตาญาณ** ญาณที่อยากหนี อยากออก อยากหลุด อยากพ้น อยากไปให้ไกล ๆ จากรูปนี้ จากนามนี้ จากวัฏสงสารนี้ ในหลัง ๆ มันมีอยู่ แต่บางคนอยากหนีจากการเดินจงกรม บางคนก็อยากหนีจากคำบริกรรม เบื่อแล้ว ไม่อยากอยู่ มันก็ดิ้นรน มันอยากหนีมันอยากออก ไม่อยากทำเพราะถ้าปล่อยไปหรือบังคับให้อยู่มันก็จะวน หงุดหงิด รำคาญ โทสะมันเข้า หงุดหงิด เดินก็ไม่เป็นอันเดิน นั่งก็ไม่เป็นอันนั่ง คือผุดลุกผุดนั่งอยู่อย่างนั้นแหละ พูดอะไรนิดอะไรหน่อยก็ไม่ได้นะ คอยแต่จะใจน้อย คอยแต่จะรู้สึกไม่ชอบขึ้นมา บางครั้งมันจะมีอาการอย่างนี้ หรือบางคนเพราะมันอาจจะมีทุกขเวทนาพวกแสบ พวกคัน เข้ามาด้วยก็ได้อย่างนี้ หรือภาวะทางจิตใจหงุดหงิดเพราะอยากหนีอยากออก อยากหลุดอยากพ้น

ท่านก็เลยอุปมาเหมือนว่าถ้าเป็นกบเป็นเขียดมันอยู่ในปากงู งูที่มันคาบไว้ ร้องแอ๊บ ๆ มันก็ดิ้นรนที่จะออก งูมันก็ไม่ค่อยปล่อย มันก็อยากออกจากปากงู หรือบางครั้งเนื้อที่มันติดบ่วง มันก็ดิ้นรนที่จะออก หรือปลาที่มันรู้ว่ามันติดเบ็ดเข้าไปแล้วก็ดิ้น อยากจะหลุดจากเบ็ดที่เกี่ยว หรือนกที่เขาขังไว้ มันรู้ว่าถูกขังก็บินว่อนเลย อยากจะออก อยากจะหนีจากกรง

มันเป็นภาวะที่อยากหนีอยากออก อยากหลุดอยากพ้น มันเป็นภาวะที่จริง ๆ น่ะถ้าปฏิบัติถูกต้องมาตามลำดับของญาณ มันก็จะมีญาณหยั่งรู้ภาวะความรู้สึกที่เกิดขึ้นพวกนี้ พอเกิดขึ้นแล้วมันก็หมดไปของมัน เพราะไม่ได้ไปสำคัญหมายว่ามีเรา เพราะมันไม่ได้มีเรามาตั้งแต่ไหนแต่ไรแล้ว มันเกิดขึ้นแค่อาศัยกันเกิดขึ้นตามเหตุตามปัจจัยที่มันอาจจะสั่งสมมา

แต่พอมาถึงตอนนั้นมันอยากหลุดแล้วละ อยากหลุดแล้ว อยากพ้นแล้ว อยากออกแล้ว อะไรต่าง ๆ ที่มันเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ ความเกิด **ชาติปิ ทุกขา** ความเกิดเป็นทุกข์ **ชราปิ ทุกขา** ความแก่เป็นทุกข์ **มะระณัมปิ ทุกขัง** ความตายเป็นทุกข์ มันเริ่มรู้สึกแล้ว ทบทวนอยากจะออกจากการเมื่อมีเกิดก็ต้องมีแก่เจ็บตาย อยากจะออกจากสิ่งพวกนี้ แล้วก็อยากจะออกจากความมีอุปาทานในขันธ์ทั้งห้า

บางท่านก็อาจจะบอกว่ามันมีในพระไตรปิฎก พระสูตรที่มันเหมือนกับว่าอาจจะเป็นเหมือนกับลบ ๆ เพราะมีพระเถระที่ท่านมีทุกขเวทนา ท่านอยากหลุดจากอัตภาพนี้ ในสำนวนนั้นก็จะบอกว่าพระในสมัยนั้นน่ะ เพราะความอยากออกจากอัตภาพนี้ก็เหมือนกับไหว้วานคนนอกศาสนา เอามีด หรือไหว้วานโจรให้มาฆ่าตัวเอง หรือว่าจ้างให้มาตัดคอตัวเอง เอามีดโกนมาเชือด อยากออก อยากหลุด อยากพ้น แล้วก็มีอยู่พระเถระรูปหนึ่ง ที่ท่านเรียกว่าเสียชีวิตแล้วก็นิพพานด้วยแล้วก็ตายด้วยอย่างนี้เป็นต้นนะ อันนี้มันก็เหมือนกับต้องระวังให้ดี

แต่ถ้าเรามองในแง่ของความถูกต้อง บางครั้งญาณหยั่งรู้เหล่านี้มันเป็นกุศล ไม่น่าจะเห็นผิดในการไปทำร้าย เหมือนกับทำลายเรือหรือแพ บางคนก็บอกไปทำลายเรือหรือแพเพราะถึงฝั่งแล้วไม่จำเป็นต้องเอาไปด้วย บางคนก็คิดอย่างนั้นให้เหตุผล แต่ในความเป็นจริงมันเป็นภาวะภายในไม่เสียดายเรือและแพ เมื่อถึงฝั่งก็มุ่งอยู่ที่การขึ้นฝั่งไปแล้ว ไม่ต้องทำลายมันก็หมดสภาพ เราไม่ได้อาศัยมันแล้ว บางครั้งมันก็เป็นเหมือนกับบางคนก็ไปคิดว่า อุ๊ย! พุทธศาสนาสรรเสริญการฆ่าตัวตายว่างั้น ไปโน่นเลย ต้องระวังให้ดี เวลาเราไปอ่านไปศึกษาบางครั้งมันจะมีมุมนี้อยู่ บางคนก็ไม่ได้พูดถึงหรอก มีพูดถึงน้อย แต่มันมี มันมีอยู่ นอกจากคนที่ศึกษาละเอียด บางท่านก็บอกว่าน่าจะมีในภายหลังอย่างนี้ก็มี คือแต่งหรือเขียนเพิ่มเติมขึ้นมาก็ได้

แต่อย่างไรก็ตามนะ ทีนี้ตัว มุญจิตุกัมยตาญาณ มันสัมพันธ์กับความเบื่อ พอเบื่อก็อยากจะออก ไม่อยากอยู่ ถ้าสรุปเอาง่าย ๆ คือ เบื่อรูปนาม ขันธ์ห้า ที่มันเต็มไปด้วยทุกข์ทางกาย ทุกข์ทางใจที่รุมเร้าน่ะ มันก็อยากจะออก อยากจะหลุด อยากจะพ้นจากรูปนี้นามนี้ ก็หาวิธีแสวงหาวิธีเพื่อที่จะหลุดจะออก ตอนนี้เหมือนกับเบื่อแล้วก็ต้องการออกจริง ๆ เป็นภาษาพูดต้องการออกจริง ๆ ไม่ใช่เล่น ๆ นะ ในญาณต้น ๆ หรือคนไม่ปฏิบัติก็พูดเล่น ๆ ได้ แต่ถ้าภาวะของมุญจิตุกัมยตาญาณถ้าแก่กล้าแล้วไม่ได้พูดเล่น มันเป็นภาวะของญาณ เหตุปัจจัยมันพาไปแล้ว ไม่ได้ไปสำคัญว่าเราพาไปแล้ว ไม่มีใครพาไปได้ เหตุปัจจัยพาไป ก็อยากหลุด อยากจะหลุดพ้น ถ้าเป็นสัตว์เป็นอะไรต่อมิอะไรที่ยกตัวอย่างน่ะก็ต้องดิ้นรนเพื่อหาทางออก

จิตของโยคาวจรเองก็เหมือนกัน พยายามทบทวนหาทาง บางครั้งเราก็จะรู้สึกว่า เอ๊! ทำไมพักนี้คิดกลับไปกลับมาในเรื่องพวกนี้ ถ้าไม่แยบคายจริงก็จะหงุดหงิด รำคาญ นั่นแหละเขาถึงบอกว่า ใครพูดนิดพูดหน่อยก็ขี้น้อยใจ ใจน้อยขึ้นมาได้ อันนี้ครูบาอาจารย์ท่านพูดเอาไว้ เราก็ฟังไว้เฉย ๆ แต่ถ้าจิตมันเป็นกุศลแล้วก็มีความมั่นคง อยู่กับญาณหยั่งรู้อย่างนี้ ไม่น่าจะหวั่นไหวนะ ไม่ได้หวั่นไหว เพราะสิ่งที่กำลังมีมันคือภาวะที่เรียกว่ามุญจิตุกัมยตาญาณ ไม่ได้ไขว้เขวนะ

แต่บางครั้งท่านก็อาจจะพูดเติมจากประสบการณ์ที่มี เหมือนบางคนที่มีความเบื่อหน่ายอยู่หลายปี มาดูใจตัวเองก็ยิ่งเบื่อยิ่งเครียด ไม่อยากอยู่ไม่อยากปฏิบัติ พูดถึงปฏิบัติ พูดถึงเรื่องวัดเรื่องกรรมฐาน โอ๊ย! เบื่อ อย่ามาบอก อย่ามาพูด กลายเป็นเกลียดไปเลยอย่างนี้ อยู่ในภาวะนี้เพราะมัวแต่คิดอยู่อย่างนั้น

บางท่านครูบาอาจารย์ก็เลยต้องแนะนำไม่ให้จดจ่อ ไม่ต้องไปดูมันแล้วจิตกับอารมณ์พวกนี้ มาดูกายแทน มาดูรูปแทนอย่างนี้ เดินไปนั่งไป หรือคนดูลมหายใจก็ดูลมหายใจไป เพราะรูปมันเป็นอัพยากตธรรม ถ้าเป็นธรรมะมันไม่ได้เป็นกุศลหรืออกุศล พอดู ๆ ไป เอ้อ! ไม่ใส่ใจมัน มันค่อย ๆ คลาย ดีขึ้น บางคนก็ดีขึ้นนะ วิธีแก้ความเบื่อ

แต่ถ้าหลวงพ่ออาสภะฯ ท่านก็บอก ไปกวาด ไปถู ไปขัดห้องน้ำบ้าง อย่างนี้เป็นต้น เปลี่ยนอารมณ์ ท่านบอกว่าเปลี่ยนอารมณ์บ้าง เดี๋ยวก็ดีขึ้น ก็เป็นอุบายวิธีว่า เอ้อ! เราก็เพิ่งนึกได้ว่าช่วงที่เรารู้สึกอย่างนี้ทำไมแต่ก่อนหลวงพ่อไม่ให้หยิบ ไม่ให้จับ ไม่ให้กวาด ให้ทำให้ต่อเนื่อง พอมีอาการอย่างนี้ทำไมท่านไม่ได้ห้าม ไปถูห้อง ไปขัดห้องน้ำก็ได้ หรือเช็ดกระจก เช็ดบานเกล็ดก็ได้ ที่ปฏิบัติมันมีห้องกรรมฐาน มันมีบานเกล็ดมีอะไร เช็ดกวาดหยากไย่อะไรก็ได้ พอใส่ใจทำอย่างนั้น เออ! ไม่รู้มันหายเบื่อไปตั้งแต่ตอนไหนแล้ว กลับมากำหนดได้เหมือนเดิมอีก กลับมาทำกลับมาปฏิบัติ ก็หายไปนะ แต่มันก็เป็นเดือนนะกว่ามันจะหายน่ะ มันไม่ได้สองสามวันหายนะไม่ใช่นะ ภาวะพวกนี้มันเป็นอยู่นาน

แต่บางครั้งกว่ามันจะรู้สึกหายไปโดยที่ไม่ได้นึกถึงความเบื่อหน่ายพวกนี้เลย ใช้เวลาเป็นเดือนเหมือนกัน จากประสบการณ์นะ แล้วก็กลับมาปฏิบัติได้ปกติ อยากหลีก อยากออก อยากพ้น บางครั้งถ้าไม่เข้าใจในสิ่งที่กำลังมี ว่ามันก็มีสภาพของมันอย่างนั้น แค่อาศัยกันเกิด มันมีเหตุมีปัจจัย พออย่างนี้ปุ๊บไม่มีเราแล้ว มันก็เหมือนกับญาณก็แก่กล้าเพิ่มขึ้นจากเบื่อก็เป็นอยากหลุดอยากพ้น อาการหงุดหงิด งุ่นง่าน กระทบนิดกระทบหน่อย ก็ไม่รู้สึกอะไรมันก็จะไม่มีโทสะ ไม่มีอกุศลมาแทรก พอไม่มีอกุศลมาแทรกญาณนี้ก็คือ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ เท่ากันญาณนี้ก็จะเลื่อนสูงขึ้นเป็นลำดับที่เรียกว่าลำดับที่ ๑๐ แล้ว

๑๐. ปฏิสังขานุปัสนาญาณ

ญาณที่ ๑๐ ที่ชื่อว่า **ปฏิสังขาญาณ** หรือ **ปฏิสังขานุปัสนาญาณ** ทีนี้มันจะมีความคิดความอ่านที่ดีนะ คือความคิดความอ่านที่ดี เอาเรื่องเก่ามาคิดก็ตาม มาทบทวนแต่มันสรุปลงได้ในไตรลักษณ์ อาการเหมือนคนไม่ปฏิบ่งปฏิบัติ เหมือนคนไม่รู้เรื่องอะไรมันจะกลับมาอีกทีนึง บางครั้งเหมือนคนโง่แต่ไม่โง่ เหมือนคนดื้อแต่ไม่ดื้อ เหมือนคนรั้นแต่ไม่รั้น มันจะมีวิธีทบทวนของมันเอง เป็นภาวะที่ไม่เกี่ยวกับเรา เป็นเรื่องของเหตุปัจจัยที่อาศัยกัน

บางคนก็สงสัยตัวเองว่า เอ๊ะ! ทำไมพอปฏิบัติมาก็ดี๊ดีมาตลอด ครูบาอาจารย์ก็ชม แต่พอตอนนี้ไม่ได้เรื่องได้ราวเลย เหมือนทำอะไรก็ไม่ประสบผลสำเร็จอะไรอย่างนั้น แต่ใจมันไม่ได้ท้อถอยนะ มันไม่ได้รู้สึกว่าจะท้อถอยหรือเบื่อหน่าย พลังมันกลับมีเพิ่มนะ มันทบทวนสิ่งที่กำลังมี กำลังมีก็คืออนิจจัง ทุกขัง อนัตตานี่แหละ

อีกครั้งนึงก่อนที่จะไปต่อนะ เดี๋ยวเอาไว้ต่อในวันต่อไป วันนี้ก็พอสมควรแก่เวลา นั่งกรรมฐานต่อสักนิดหน่อยนะ ก่อนที่จะแผ่เมตตา ตั้งใจนะ

ลำดับญาณ ตอนที่ ๗:

สังขารุเปกขาญาณ

อนุโลมญาณ

สัจจานุโลมิกญาณ

โคตรภูญาณ

มรรคญาณ

ผลญาณ

ปัจจเวกขณญาณ

๑๑ เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๕

พระโยคาวจร แม่ชี โยคีผู้เข้าปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ช่วงต่อไปเป็นช่วงฟังธรรม เป็นช่วงปฏิบัติธรรมร่วมกัน ให้พวกเรานั่งสมาธิ พยายามมีสติในขณะที่นั่งฟังธรรมบรรยายตามไปด้วย วันนี้ก็ตรงกับวันจันทร์ที่ ๑๑ เดือนเมษายน พ.ศ. ๒๕๖๕

อตีตารมณ์ อนาคตารมณ์

การอยู่กับรูปกับนาม อยู่กับกายกับใจ บางครั้งก็อยู่อย่างมีสติแต่บางครั้งก็อยู่อย่างขาดสติ ถ้าอยู่แบบมีสติเรียกว่าอยู่แบบกุศล อยู่ด้วยธรรมฝ่ายดีงาม ถ้าอยู่แบบขาดสติก็คืออยู่ด้วยธรรมเหมือนกัน แต่เป็นธรรมฝ่ายไม่ดีไม่งาม ทั้งสองอย่างก็เป็นธรรมะ ธรรมะอีกฝ่ายหนึ่งเป็นธรรมฝ่ายดีงาม อีกฝ่ายหนึ่งเป็นฝ่ายไม่ดีไม่งาม

ซึ่งการจะอยู่กับกายหรือใจอย่างเท่าทันกับสิ่งที่กำลังมีหรือกำลังปรากฏอยู่ในปัจจุบันขณะเป็นเรื่องไม่ง่าย เมื่อเป็นเรื่องไม่ง่ายบางคนก็ละเลยในรายละเอียดที่กำลังมีแต่ละขณะ ๆ เมื่อไม่ใส่ใจสิ่งที่กำลังมีในแต่ละขณะ ไม่ว่าจะเป็นกายเป็นใจ เป็นรูปเป็นนาม ที่กำลังปรากฏอยู่ ผลก็คืออาจจะอยู่กับสิ่งที่ล่วงมาแล้ว สิ่งที่ล่วงมาแล้วท่านเรียกว่า อตีตารมณ์ คืออารมณ์ที่เกิดขึ้นมาแล้ว แล้วก็ดับไปแล้ว แต่สัญญาความจำ สัญญาเป็นหนึ่งในขันธ์ทั้งห้า มีหน้าที่จำ จำทุกสิ่งทุกอย่างเอาไว้ พอนึกขึ้นมาก็เป็นเรื่องของสิ่งที่ล่วงไปแล้ว หรือบางครั้งก็ไปนึกถึง คือไปนึกถึงไปคำนึงถึงสิ่งที่ยังไม่เกิด คือยังไม่มี ยังไม่มีรูปไม่มีนามปรากฏแต่นึกไปถึงสิ่งที่ยังไม่มี เขาเรียกว่าสิ่งที่ยังไม่เกิดขึ้น มันเป็นเรื่องของอนาคต อนาคตเรียกว่า อนาคตารมณ์ คืออารมณ์ที่ยังไม่เกิดขึ้น มันเป็นอนาคต แต่สิ่งที่กำลังปรากฏท่านเรียกว่า ปัจจุปปันนัง คืออารมณ์ที่เป็นปัจจุบัน ส่วนใหญ่ก็จะอยู่กับอดีต อยู่กับอนาคตบ้าง แต่พออยู่กับปัจจุบันจริง ๆ ก็น้อย

ฉะนั้น ถ้ามีธรรมฝ่ายดีงามก็จะทำให้อยู่กับธรรมฝ่ายดีฝ่ายงาม คืออยู่กับกุศล ตาเห็น ถ้าคนคิดว่าเป็นบุญก็เป็นบุญ ตาเห็นก็เป็นบุญ เป็นบุญตาเหมือนที่โบราณเขาบอกว่าเป็นบุญตา หูได้ยินเสียงก็เป็นบุญหู ไม่ว่าจะได้ยินอะไร กลิ่น จมูกที่ดมกลิ่นก็เป็นบุญ เป็นบุญของจมูก ลิ้นที่ได้ลิ้มรสอาหาร ไม่ได้ติดว่ารสอร่อยหรือไม่อร่อย แต่ก็เป็นบุญปากเป็นบุญลิ้น กายที่ถูกต้องสัมผัสไม่ว่าร้อนหรือเย็นถ้าอยู่ในฝ่ายธรรมที่ดีงามก็พลอยดีงาม ก็พลอยเป็นบุญไปด้วย เป็นบุญกาย ใจที่คิดนึก ที่รู้ธรรมารมณ์ก็พลอยเป็นบุญใจ ใจมันเป็นบุญ มันเป็นบุญไปหมด

แต่ถ้าเป็นฝ่ายไม่ดีไม่งาม สิ่งที่เกิดขึ้นมันก็ตรงข้าม ตาเห็นก็ไม่เป็นบุญแล้ว มันเป็นความเศร้าหมอง เป็นความไม่งดงาม เป็นความขุ่นเป็นความมัว บางคนก็ตามันเป็นบาป ไม่เป็นบุญก็เป็นบาป หูก็เป็นบาป จมูกเป็นบาป ลิ้นเป็นบาป กายเป็นบาป ใจเป็นบาป อันนี้พูดถึงสิ่งที่เป็นนามธรรม

ถ้าสิ่งที่เป็นรูปธรรมคือรูปกับนามมันอาศัยกัน ลำพังตาหูจมูกลิ้นกายหรือแม้แต่ใจซึ่งเป็นที่อาศัยของมโนวิญญาณมันก็เป็นวัตถุ เป็นวัตถุ ในเมื่อมันเป็นวัตถุ ถ้าเป็นธรรมก็เป็นธรรมอีกประเภทหนึ่งที่เรียกว่า อัพยากตธรรม ธรรมที่มันอาจจะไม่ดีหรือไม่เลว เป็นกลาง ๆ เขาก็อยู่ของเขาด้วยเหตุปัจจัย ไม่ได้มีใครไปบอกว่าดีหรือเลว เพราะกรรมมันแต่งมาอย่างนั้นแล้ว เป็นวิบากสำเร็จมาแล้วให้มีรูปร่างอย่างนี้ ไม่มีใครไปทำ แต่นี่เป็นสำนวนพูด เป็นสำนวนที่พูดว่า เอ๊อ! พอตามันเห็นแล้วถ้ามีสติมันก็เกิดบุญต่อ แต่ถ้าขาดสติมันก็ไม่ค่อยเป็นบุญ

ฉะนั้น สิ่งที่ดีงามกับสิ่งที่ไม่ดีงามมันเกิดดับอยู่ตลอดเวลา เกิดดับอยู่ตลอดเวลานะไม่ได้หยุด ตั้งแต่ตื่นขึ้นมาจนกระทั่งหลับไป จะรู้สึกว่ามีทั้งสิ่งที่ดีงามและสิ่งที่ไม่ดีงามเกิดขึ้น ตั้งอยู่ แล้วก็ดับไปตลอด เป็นอยู่อย่างนี้ ถ้าไปสำคัญล่ะ ถ้าไปสำคัญมั่นหมายว่ามีเราอยู่ในสิ่งที่กำลังปรากฏหรือในสิ่งที่กำลังมี มันก็มีเรา ก็คือมีอัตตานั่นเองนะ มีอัตตา

แต่สิ่งที่กำลังมีมันอาศัยกัน พอมันอาศัยกันมันจึงปรากฏอีกสิ่งหนึ่ง อย่างสิ่งที่อาศัยกันอย่างตา มันก็เป็นรูป รูปารมณ์ พวกวรรณะ พวกสีต่าง ๆ ก็เป็นรูปเหมือนกัน พอตากับรูปกระทบกัน ธรรมสามอย่างที่เกิดขึ้นก็คือตัวจักษุวิญญาณ สิ่งที่เป็นนามธรรมจึงจะเกิด พอเกิดมาแล้วขาดสติ ไม่เท่าทัน เพราะผัสสะตรงนั้นก็เป็นเหตุให้เกิดเวทนาขึ้นมา เวทนาก็เป็นปัจจัยให้มีตัณหาได้ ตัณหาก็ทะเยอทะยานอยากเป็นเหตุให้มีอุปาทานได้ อุปาทานก็เป็นปัจจัยให้มีภพ ภพก็เป็นปัจจัยให้มีชาติ ชาติก็เป็นปัจจัยให้มีชราความแก่ มรณะความตาย โสกะความโศกเศร้า ปริเทวะความคร่ำครวญ ทุกขโทมนัสเป็นทุกข์กายทุกข์ใจ อุปายาสความคับแค้นใจ ความทุกข์ทั้งมวลก็เกิดขึ้นมาแบบนี้ นี่เห็นมั้ยมันเป็นฝ่ายที่ไปจบลงด้วยความทุกข์

ถ้าจะเป็นฝ่ายดีงามซึ่งมีสติสัมปชัญญะ มีสติมีปัญญาเป็นฝ่ายรู้ รู้ยังไง ก็รู้ตามที่มีหรือรู้ตามที่กำลังมีนะ กำลังมีกำลังปรากฏ มันเป็นแค่รูปกับนาม หรือเป็นรูปนามที่อาศัยกันเท่านั้นเอง อาศัยกันแล้วก็ปรากฏ เมื่อมีความรู้อย่างนี้ก็ เวทนาก็สักแต่เวทนา สักแต่ว่าเวทนา ความยึดถือในสิ่งที่กำลังมีว่าไม่มีเรา มันก็ไม่เกิดขึ้น เมื่อไม่เกิดขึ้นก็เท่ากับเรามีเวทนามันดับไปแล้ว เมื่อเวทนาดับคือ ผัสสะเป็นเหตุให้มีเวทนา ดับไป เวทนาก็ดับ ตัณหาดับ ตัณหาดับภพก็ดับด้วย เมื่อภพดับชาติคือความเกิดก็ดับไปด้วย ชราก็ดับไปด้วย ความแก่ความตาย ความโศกเศร้าคร่ำครวญ ทุกข์กายทุกข์ใจ อึดอัดคับแค้นในใจพวกนี้ ดับไปด้วยประการอย่างนี้ ก็จะดับไป เป็นฝ่ายดับนะ เป็นฝ่ายดับทุกข์

เราก็จะเห็นว่าจริง ๆ มันก็ ถ้าเราขาดสติมันก็จะเป็นอีกฝ่ายหนึ่ง ฝ่ายเกิดทุกข์ พอมีสติปัญญาเท่าทันกับสิ่งที่กำลังมี ไม่ไปหลงยึดถือหรือสำคัญว่ามีเราในสิ่งที่กำลังปรากฏอยู่มันก็จบไปเรื่อย ๆ เหมือนภพชาติต่าง ๆ มันก็สั้นลงไปโดยปริยาย

พอทุกข์มันหมดไปเรื่อย ๆ เพราะมันไม่มีสมุฏฐานมาจากความไม่รู้ สมุฏฐานที่มาจากความไม่รู้คือ อวิชชา ถ้าไล่ตามลำดับก็ อวิชชาเป็นปัจจัยให้มีสังขาร สังขารเป็นปัจจัยวิญญาณจึงมี วิญญาณเป็นปัจจัยจึงมีนามรูป นามรูปเป็นปัจจัยจึงมีสฬายตนะ สฬายตนะเป็นปัจจัยจึงมีผัสสะ ผัสสะเป็นปัจจัยจึงมีเวทนา มีตัณหา มีอุปาทาน ความยึดถือหรือติดข้อง มีภพ ความมีความเป็นต่าง ๆ มีชาติคือความเกิด มีชราคือความแก่ มีมรณะคือความตาย มีโสกะคือความโศกเศร้าต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นจรเข้ามาไม่เว้นแต่ละวัน แม้จะนั่งอยู่ ยืนอยู่ เดินอยู่ หรือแม้กับพูดคุยอยู่ สิ่งเหล่านี้ก็คือสิ่งที่มีจริงเกิดขึ้นได้หมด ความทุกข์โศก ความคร่ำครวญ ความทุกข์ทางกาย ความทุกข์ทางใจ พวกโทมนัสต่าง ๆ พวกความคับแค้นใจต่าง ๆ อุปายาส ความทุกข์ทั้งมวลเกิดขึ้นด้วยประการอย่างนี้

นี่เห็นมั้ยมันก็จะเป็นอย่างนี้ ถ้าในฝ่ายรู้เกิดขึ้นก็เป็นฝ่ายดับ เป็นสิ่งที่อาศัยกันและกัน ฉะนั้นก็อย่าประมาท

บุญต่อบุญ

บางครั้งในช่วงเทศกาลสงกรานต์เรามีโอกาสมาเจริญภาวนาก็คือ ทำสิ่งที่ดีงามอยู่แล้วให้ดีงามยิ่งขึ้นนะ ดีงามยิ่งขึ้น ไม่ใช่ว่ามันจะไม่ดีงามนะ ไม่ใช่ ดียิ่งขึ้น แต่อย่าไปติดในคำว่าดีหรือไม่ดี ไม่ได้ไปติด คำว่าไม่ให้ไปติดคืออย่าไปติดข้องหรือยึดถือว่ามีเราเท่านั้น

แต่สิ่งที่เกิดขึ้นมันเกิดขึ้นแล้วเราห้ามมันไม่ได้ หรือบังคับมันไม่ได้ มันเป็นอนัตตา เมื่อเกิดขึ้นในฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง ฝ่ายดีฝ่ายไม่ดี ทานศีลที่ทำมามันก็เป็นปัจจัยหมดนะ เวลาที่เรานึกถึง ถึงแม้มันเป็นสัญญา แต่ถ้านึกถึงแล้วมีสติมีปัญญามันก็เป็นการอบรมให้สิ่งที่มีอยู่ดีขึ้น นึกถึงบุญทีไรมันก็เกิดบุญ

เห็นมั้ยเหมือนคำโบราณที่บอกว่า พอนึกถึงบุญถ้าใจมันเป็นบุญ มีสติ มีปัญญา มันก็เกิดบุญได้เรื่อย ๆ เหมือนบุญที่ต่อบุญ ถ้าเราจุด สมมุติจุดไฟขึ้นมา เทียนไขสักเล่มนึง แล้วก็มีเทียนอยู่อีกเป็นสิบ ๆ เล่มมาต่อ หรือคนอื่น ๆ ที่ไม่สามารถจุดได้เองก็มาจุดต่อจากเราไปเรื่อย ๆ จากสิบก็กลายเป็นยี่สิบ หรือเป็นร้อยเป็นพัน เป็นหมื่นเป็นแสน เป็นล้านไปได้เรื่อย ๆ

ในทำนองเดียวกันนะถ้าเป็นสิ่งที่ไม่ดีไม่งามมันก็เป็นสิบเป็นร้อย เป็นพันเป็นหมื่น เป็นแสนเป็นล้านได้เหมือนกัน ถ้าเป็นสิ่งไม่ดีไม่งาม เหมือนคนประมาทในไฟ ก้านไม้ขีดมันเล็กนิดเดียว มันคงไม่มีอะไรหรอก อย่างนี้เห็นมั้ย โยนเข้าป่ามันก็ไหม้หมดป่าเลยอย่างนี้ ถ้ามันมีแค่บ้านหลังเดียวมันก็ไหม้หมดทั้งบ้าน นั่นแหละมันก็เป็นงี้เห็นมั้ย ไม้ขีดนิดเดียว

ไฟคือตบะ

ในทำนองเดียวกันที่เราสวด เราสาธยาย ท่านอุปมาเหมือนกับไฟที่เผากิเลส ไฟคือตบะที่เกิดขึ้นจากความเพียร เกิดขึ้นจากปัญญาที่คอยขูดเกลาเอากิเลสออกพวกนี้ มันก็ลด เรียกว่าลดความเสี่ยงนะ ลดความเสี่ยงที่จะติด คือมันติดยาก ถ้าเป็นหญ้าเป็นฟางเป็นอะไรก็อาจจะมีความชื้น หรือถ้าเป็นกล่องไม้ขีดไฟน่ะมันก็มีความชื้น หัวไม้ขีดไฟก็มีความชื้น มันมีความดีอยู่เยอะ มีสติ มีปัญญา เวลาเราใช้ความพยายามจุดมันแล้ว จุดมันอีก มันก็แค่อาจจะเป็นประกายแว๊บ! ให้เห็นนิดเดียว แต่มันไม่สามารถติดได้ เห็นความต่างมั้ย ต่างกัน ไม่สามารถติดได้ ถึงแม้มีเชื้อเยอะแยะไปหมดก็จริง แต่ว่าเราไม่สามารถจุดให้มันติดได้อย่างนี้

เพราะมีสติ มีปัญญาที่คอยควบคุมมันอยู่ ดูแลมันอยู่ อาจจะอุปมาเหมือนความชื้นในหัวไม้ขีด ความชื้นที่กล่องไม้ขีด ข้าง ๆ ที่เขาทำเอาไว้เวลาเราจุดไม้ขีด ต้องสีกัน ปึ๊บ! จุดแล้วก็ติด อันนั้นแบบสมัยดั้งเดิม ใช้แบบนั้นเห็นมั้ย เดี๋ยวนี้มีแก๊ซ ติดพรึบเลย แต่ถ้ามันไม่มีออกซิเจนไม่มีอะไรที่ช่วยให้มันติด มันก็ไม่ติดอีกเห็นมั้ย มันต้องมีเหตุมีปัจจัย ความชั่วที่มันเกิดขึ้นน่ะถ้าไม่มีเชื้อให้มัน มันก็ไม่ลาม แต่ถ้าไปสำคัญว่ามีเราปุ๊บ มันกำลังมี ความชั่วมันกำลังปรากฏอย่างนี้ พอมีเราปุ๊บ เราชั่ว ก็ทำต่อไปเรื่อย ๆ แต่ถ้ามันกำลังมี มันเกิดมันก็เสื่อมไป พอไม่มีเรา ไม่มีเชื้อต่อ มันก็เหมือนกับ ถึงแม้มันจุดติด ก้านไม้ขีดเล็ก ๆ หรือไฟที่เรากดมันก็ส่งประกายขึ้นมา แต่ไม่มีเชื้อ มันก็ดับลงตรงนั้นแหละ เกิดที่ตาดับที่ตา ที่หู จมูก ลิ้น กาย ใจ โบราณบอกเกิดที่ใจก็ดับที่ใจ เพราะใจเป็นประธาน ก็จะหมดแค่นั้น แต่ถ้าสำคัญว่ามีเราเกิดขึ้นด้วย ในสิ่งที่กำลังมีมันไม่มีเราอยู่แล้ว แต่ไปสำคัญว่ามีอัตตาขึ้นมาก็ลามต่อไป จุดจบคือความทุกข์ ถ้ามีวิชชาจุดจบคือกองทุกข์ทั้งมวลดับไปด้วยประการอย่างนี้ ต่างกันทันที

ฉะนั้นมีโอกาสก็ใช้โอกาสที่มีให้เกิดประโยชน์ อย่างบางคนคือบางครั้งไม่ได้ช่วงเวลา ไม่ได้ใช้ช่วงเวลาที่มีให้มีประโยชน์ บางคนก็มัวแต่คิดเรื่องไร้สาระ หรือมัวแต่พูดเรื่องไร้สาระก็มี หรือมัวแต่ทำเรื่องที่มันไม่เป็นสาระประโยชน์อะไรก็มี ช่วงเวลาอย่างนี้บางครั้งเรามาหยุดอยู่คือเว้น

พอเว้นมาแล้วมันเหมือนมีโอกาสที่จะดูแลกายใจ ดูแลเอาใจใส่ อะไรดี อะไรไม่ดี สิ่งที่เป็นกุศลเป็นอกุศล สิ่งที่เป็นบุญเป็นบาป มันเกิดที่ไหนมันก็ดับที่นั่น

ถ้าเท่าทันกับสิ่งเหล่านี้มันก็เหมือนกับเราสามารถจะเก็บกวาดขยะที่มีความไม่รู้ ความไม่รู้ไปสร้างขยะที่มันก่อมลพิษให้กับจิตใจ จะไม่หลงไปทำให้มันเกิดแบบนี้ขึ้นอีก ขยะมันก็น้อยลง ขยะในใจก็น้อยลง พวกขยะที่มันจะสร้างมลพิษ มลพิษมันก็น้อยลง เหมือนมลพิษทางเสียง มลพิษทางอากาศ มลภาวะต่าง ๆ มันล้วนแต่มีเหตุ อย่างการรณรงค์มาใช้รถยนต์ไฟฟ้า ไม่ใช้เครื่องยนต์สันดาปที่มันใช้น้ำมันในการเผาไหม้ซึ่งมันปล่อยคาร์บอนไดออกไซด์ออกมา นอกจากจะเสียงดังก่อมลภาวะ มลพิษ อย่างหน้าแล้ง หน้าร้อนอย่างนี้ PM 2.5 ฝุ่นอีกล่ะ เยอะแยะไปหมดเห็นมั้ย นี่แหละคือสิ่งที่มันเกิด มันต้องมีเหตุ ไม่มีเหตุมันไม่เกิด อุปมาเหมือนสิ่งที่มันจบลงด้วยสิ่งที่ไม่ดี มันเป็นธรรมะเหมือนกัน แต่เป็นธรรมที่ท่านเรียกว่า อกุสลา ธัมมา เป็นธรรมะฝ่ายไม่ดีไม่งาม แต่ฝ่ายที่มีสติมีปัญญา มีวิชชาเป็นหัวเป็นฝ่ายกุสลา ธัมมา ธรรมที่เป็นฝ่ายกุศลเป็นฝ่ายดีงาม จบลงด้วยความสุขนะ เพราะไม่ติดข้องหรือยึดถือกับสิ่งที่กำลังปรากฏอยู่

ในแง่ของการปฏิบัติ ถ้ารู้เท่าทันอย่างนี้ก็ไม่ได้ปล่อยขยะให้ตัวเอง ไม่ได้ปล่อยมลภาวะมลพิษ ให้ตัวเองหรือคนอื่น ถ้าช่วยกันลดในโลกก็ลดลงเอง ลดลงโดยปริยาย แต่บางครั้งเพราะความไม่รู้จริง เราก็เหมือนกับใช้สิ่งนั้นหรือคิดจะครอบครองสิ่งนั้น เอาสิ่งนั้นมาเป็นเครื่องต่อรอง มีการยื้อแย่งกัน พอค้นพบ พอรู้ว่ามันใช้ประโยชน์แต่ก็ไม่รู้ว่ามันมีโทษอยู่ค่อนข้างเยอะอย่างนี้ก็มีโทษ สิ่งที่มันมีโทษน้อยกว่านี้มันก็ยังมีนะ นี่มันง่ายกว่า เป็นต้น

มันก็เหมือนจิตใจเรา บางเรื่องน่ะมันยาก ไม่อยากทำ บางคนบอก อุ๊ย! ทำดีมันทำยาก แค่คิดไม่ดีน่ะมันคิดง่ายกว่า คิดจะให้มันดีน่ะมันยาก ไม่ยาก ไม่มียาก เพียงแต่ว่าเราไม่เคยคิดดี ไม่เคยเริ่มต้นที่จะคิดดี ไม่เคยเริ่มต้นที่จะพูดดี ไม่เคยเริ่มต้นที่จะทำดี ก็เลยปล่อยให้มันไหลไปแบบนั้นตลอด ถ้ามีสติปัญญาซึ่งเป็นธรรมฝ่ายดีงามเกิดขึ้นบ่อย ๆ ก็เป็นไปเองแหละทีนี้ นี่แหละไม่ยาก ไม่ได้ยากเย็น

ธรรมชาติของบุญ

อันนี้ก็คุยให้ฟัง ในช่วงเทศกาลสงกรานต์บางคนก็ได้มีโอกาสมาฝึกหัดขัดเกลา ไม่ได้มาเอานะ บางคนคิดว่าจะมาเอาบุญ ไม่ บุญที่แท้จริงมันเป็นธรรมชาติที่ชำระสิ่งที่มันทำให้ขุ่นมัวเศร้าหมอง เหมือนน้ำสะอาดที่คอยชำระ ชะล้าง มันจะสกปรกมาด้วยอะไรก็ตาม หรือเราจะขัดด้วยน้ำยาขัดพื้นประเภทไหน สุดท้ายต้องใช้น้ำสะอาดล้างมันนะ ล้างให้มันสะอาด ธรรมชาติของบุญแท้ ๆ น่ะต้องเป็นอย่างนั้น

แต่ถ้าเป็นบุญแบบที่เรายึดถือน่ะมันหนัก บางครั้งเราก็ใช้คำว่าบุญไปกดข่ม หรือบีบบังคับ หรือกดดันคนอื่น ซึ่งมันไม่ใช่ บุญมันต้องชำระจิตของเราที่มันมีอกุศลอยู่ ให้มันค่อย ๆ หมดไป ถ้าบุญมันเกิดแล้วมันเหมือนกับมีธรรมชาติอย่างหนึ่งที่คอยทำความสะอาด หรือมีอะไรดีล่ะ มิสเตอร์คลีน ผู้ที่จะช่วยดูแล ปัดกวาดเช็ดถู คอยชำระ ชะล้าง ทำความสะอาดให้มันหมดจด บุญที่มีปัญญาอยู่ด้วยมันเป็นอย่างนั้น

ลำดับญาณ (ต่อ)

ทีนี้ก็มาต่อกันด้วยเรื่องของญาณ ลำดับญาณที่พูดมาหลายวันแล้ว พูดมาถึงมุญจิตุกัมยตาญาณ ซึ่งเป็นญาณที่ ๙ แล้วก็ญาณที่ ๑๐ ปฏิสังขานุปัสนาญาณ ญาณที่ทบทวน เอาอะไรมาทบทวน เอาสิ่งที่มีจริงนี่แหละมาทบทวน ทบทวนเพื่ออะไร เพื่อหาทางนะ ถ้านับด้วยญาณมันก็จะรู้อยู่ในกลุ่มเดียวกัน อยู่ในญาณเดียวกันก็ได้ อย่างพิจารณาหาทางออก ปัญญาหรือญาณหยั่งรู้เพื่อหาทางออก หาทางหนี หาทางหลุด หาทางพ้นจากสิ่งที่กำลังมีอยู่ อาจจะเป็นความไม่ดีไม่งาม เป็นกิเลสตัวใดตัวหนึ่ง เป็นอาสวะอย่างใดอย่างหนึ่งที่กำลังมีอยู่

หรืออยากหนี อยากออก อยากหลุด อยากพ้น จากโครงข่ายของสังสารวัฏมันโยงใยอยู่ทั่ว มันทำให้ต้องเวียนตายเวียนเกิดอยู่ในสังสารวัฏไม่มีจบไม่มีสิ้นอย่างนี้ ญาณที่พิจารณาอย่างนั้นก็คือ มุญจิตุกัมยตาญาณ ถ้าแยกแยะเป็นลักษณะของการพิจารณาหรือหยั่งรู้ญาณหยั่งรู้เพื่อหาทางออก ทางหลุดทางพ้น ทางที่จะหนีไปได้

๑๐. ปฏิสังขาญาณ (ต่อ)

ส่วน**ปฏิสังขาญาณ**ก็เหมือนกับญาณในท่ามกลาง ทบทวน เอาสิ่งที่กำลังมีอยู่ ไม่ว่ารูปหรือนาม ไม่ว่ากิเลสประเภทไหน หรือคติต่าง ๆ ปฏิสนธิ อุบัติ มีเยอะแยะเลยในคัมภีร์ปฏิสัมภิทามรรคท่านพูดเอาไว้ ถ้าพูดรวม ๆ ก็คือ เอาสิ่งที่กำลังมี แม้กระทั่งความเกิดแก่เจ็บตายหรือโครงข่ายของสังสารวัฏมาทบทวน ปฏิ แปลว่า เฉพาะ ตอบ หรือทวน หรือกลับนะ ปฏิตัวนี้ สังขาก็คือเอาสังขารนั่นแหละ อนุก็คืออีกครั้งหนึ่งนะ มาทบทวนอีกครั้งหนึ่ง ทบทวนอีกวาระหนึ่ง ทบทวนกลับไปกลับมา

พอหาทางออกก็ต้องเอาสิ่งนี้มาทบทวน เหมือนรูปนามขันธ์ห้าที่เกิดขึ้นแต่ละขณะ อาศัยความไม่รู้ที่เข้าไปยึดถือหรือติดข้องในสิ่งที่กำลังปรากฏอยู่ พระไตรลักษณ์จะปรากฏชัดอีกครั้งหนึ่งเมื่อเข้าใจสิ่งที่มี อนิจจังก็ดี ทุกขังก็ดี อนัตตาก็ดี ในฝ่ายของผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานก็จะปรากฏชัดเจนขึ้นมาอีกครั้งนะ บางคนก็อนิจจังความเปลี่ยนแปลง เป็นไปรวดเร็ว การเกิดดับชัดเจนขึ้นมาอีก บางคนก็ทุกข์เจียนตายขึ้นมาอีก รู้สึกมันทุรนทุรายขึ้นมาอีก หรือบางครั้งก็ประจักษ์แจ้งกับสิ่งที่ไม่มี ไม่มีไปสำคัญว่ามี มันไม่มีตัวตน มันไม่ใช่อัตตาแต่มันเป็นอนัตตาปรากฏเป็นความว่างเปล่า ความมีความเป็นอัตตาไม่ได้ ความเป็นเราไม่มี ปรากฏชัด

๑๑. สังขารุเปกขาญาณ

ทีนี้พอญาณนี้แก่กล้าถึงที่สุด ญาณที่ ๑๑ ก็จะไปถึง พอทบไปทวนมาจนกระทั่งเห็นว่า เอ๊ะ! สิ่งที่กำลังมีมันก็ตรงตามสิ่งที่พระผู้มีพระภาคทรงตรัสเอาไว้บอกว่า **สัพเพ สังขารา อนิจจา** สังขารทั้งหลายทั้งปวงไม่เที่ยง **สัพเพ สังขารา ทุกขา** สังขารทั้งหลายทั้งปวงเป็นทุกข์ **สัพเพ ธัมมา อนัตตาติ** ก็หมายถึงว่า ธรรมทั้งหลายทั้งปวงมิใช่อัตตา หรือมิใช่ตัวตน ยึดถือหรือสำคัญว่ามีนั่นมีนี่ไม่ได้ มันเป็นเพียงแค่สิ่งที่อาศัยกันเท่านั้น

ก็จะไปถึงทางออกที่บอกว่า ก็คือเห็นทางแล้ว เหมือนกับว่าเห็นทางแล้วก็วางเฉย พิจารณาจนเห็นทางคือหาหนทาง พอเห็นหนทางแล้วก็วาง ลักษณะของการวางเฉยเป็นลักษณะของญาณที่ ๑๑ ที่เรียกว่า สังขารุเปกขาญาณ สังขากับอุเบกขา ก็คือวางเข้าไปใกล้ชิดมากนะ จนกระทั่งเห็นตามที่มีจริงนะ เห็นตามที่มีจริงก็เลยวาง

๑๒. อนุโลมญาณ

วางเพื่ออะไร วางเพื่อไปต่อนะ ไม่ใช่วางแล้วอยู่เฉย ๆ ก็น้อมจิตไปต่อนะ ไปต่อโน้น พอไปต่อใน **สัจจานุโลมิกญาณ** บางคนก็เรียกว่า **อนุโลมญาณ** อันนี้ก็จะน้อมไปโน่นเลย อนุโลมหรือตามอริยสัจทั้งสี่ หรือในญาณต้น ๆ ประมวลธรรมมา ประมวลธรรมประมวลกรรมต่าง ๆ นิมิตอะไรทุกอย่าง คติมาเป็นเหมือนกับว่าน้อมไปเพื่อ ถ้าเป็นญาณก็อนุโลม

ฉะนั้น สังขารุเปกขาญาณท่านบอกว่าเป็นญาณขั้นสูงในฝ่ายโลกียญาณ คือสามารถเข้าใจหรือเห็นสิ่งที่กำลังมีตามความเป็นจริงได้ จนวางได้ คำว่าวางได้คือเฉยได้ บอกว่าวางเฉยได้ ในปฏิสัมภิทามรรคท่านบอกว่า หาหนทางแล้วก็วางเฉย ในขุททกนิกาย ปฏิสัมภิทามรรค พระไตรปิฎกเล่มที่ ๓๑ มีการกล่าวเอาไว้

ฉะนั้นเมื่อเป็นอย่างนี้ก็จะเข้าใจสิ่งที่กำลังมี ตามความเป็นจริง ถึงจะไม่กลัว ไม่กลัวแล้วก็ไม่ยินดี ไม่กลัวด้วยไม่ยินดีด้วย แล้วก็ไม่ชอบและไม่ชัง หรือไม่ยินดีไม่ยินร้ายกับสิ่งที่กำลังมี เพราะมันสอดคล้องกับสิ่งที่เป็นจริง สอดคล้องกับความเป็นจริง

ในบาลีนั้นอาจจะต่ออีกว่า **ยะทา ปัญญายะ ปัสสะติ อะถะ นิพพินทะติ ทุกเข เอสะ มัคโค วิสุทธิยา** ท่านบอกว่าเมื่อใดโยคาวจรได้เห็นทั้งหมดทั้งมวลของไตรลักษณ์ นั่นแหละคือหนทางแห่งความหมดจด

เห็นมั้ย! นั่นคือหนทางแห่งความหมดจด นั่นคือหนทางแห่งความวิสุทธิ ไม่ใช่ธรรมดานะ มันเป็นปากทางที่จะไปสู่พระนิพพาน ถ้าไม่มีอุปสรรค ไม่มีข้อขัดข้องอะไรเป็นพิเศษ ไม่ได้ปรารถนาพุทธภูมิ ปัจเจกภูมิอะไรก็แล้วแต่ หรือสาวกภูมิซึ่งเป็นสาวกผู้ใหญ่อะไรแล้วแต่ หรือพระเองก็ไม่ได้เป็นอมตะอะไร ไม่ได้ทำอนันตริยกรรม ไม่ได้ฆ่าพ่อ ฆ่าแม่ ฆ่าพระอรหันต์ ทำสังฆเภทอะไรพวกนี้ หรือทำลายพระพุทธเจ้าจนห้อพระโลหิต ไม่มีกรรมอันหนักอะไร ก็ภายในระยะเวลาไม่นาน

ญาณนี้ก็จะแก่กล้านะ แก่กล้ามากพอที่จะน้อมไปถึง สัจจานุโลมิกญาณ กำหนดรู้ว่าทุกข์ นี่เหตุเกิดทุกข์ นี่ความดับทุกข์ นี่ทางปฏิบัติให้ถึงทางดับทุกข์ ในญาณทั้งหลายทุกข์กำหนดรู้ เหมือนกับทำอุปจาร ทำบริกรรมต่าง ๆ ประมวลให้มันพร้อม ให้มันสมบูรณ์ในทุก ๆ ด้าน ในทุก ๆ อย่าง

๑๓. โคตรภูญาณ

ญาณที่ ๑๒ คือสัจจานุโลมิกญาณ จะมีญาณที่ ๑๓ มาคั่นอยู่ ก็คือ**โคตรภูญาณ** ญาณคร่อมโคตร คือมันคั่นระหว่างปุถุชนกับอริยบุคคล อย่างสังขารุเปกขาญาณเห็นทางแล้ว วางเฉยแล้ว ญาณก็แล่นต่อไป น้อมไปในอนุโลมญาณ แล้วก็น้อมไปที่จะก้าวข้ามไป บางท่านก็อุปมาเหมือนกับโบสถ์ ในสมัยโบราณก็จะมีธรณีประตู ก็จะให้นาคที่จะบวชก้าวข้ามธรณีประตู ขาข้างหนึ่งอยู่ในโบสถ์ ขาอีกข้างหนึ่งท่านบอกว่าอยู่นอกประตูโบสถ์ นอกธรณีประตู ตาก็เห็นพระประธานองค์ใหญ่เหมือนเห็นพระนิพพานอย่างนี้ ท่านอุปมาไว้ เหมือนเห็นพระพุทธรูปพระประธานองค์ใหญ่อยู่ในโบสถ์ เห็นสาวก เห็นอุปัชฌาย์ เห็นคู่สวดเยอะแยะ อุปมาเพื่อให้มองเห็นภาพ คนที่จะเข้าสู่มรรคผลนิพพาน อุปมาให้เห็นนะ แต่ตำราก็ไปดูเอาเองนะ ตำราเขาก็มี อ่านแล้วอ่านอีกก็ไม่เข้าใจหรอกถ้าสภาวะไม่ถึง บางคนอ่านหลายรอบแล้ว หนึ่งขณะ สองขณะ สามขณะ มัณฑบุคคลอะไร งง ว่างั้น เออ! เพราะตัวเองไม่ถึงน่ะ ถ้าถึงแล้วไม่งง มันไม่งงเพราะมันแจ่มแจ้งนะ มันแจ่มแจ้ง มันแจ่มชัด ไม่มีดับหนึ่ง บางคนดับหนึ่ง ดับสอง ดับสาม เออ! วุ่นวายดีเหมือนกันนะ อันนั่นน่ะเขาอิงตำรา

แต่ในความเป็นจริงสังโยชน์มันประมวลมา ถ้าอย่างปุถุชนกับอริยบุคคลที่ท่านเรียกว่า เสขบุคคล บางครั้งก็ต้องตาม คือมีความเหมือนกัน คือมีความยินดีในสิ่งที่กำลังมี กำลังปรากฏ อย่างนิพพาน มองเห็นแล้ว มีความยินดี แล้วก็ต้องการจะไปให้ถึง ถ้าพูดภาษาที่สื่อสารกัน ต้องการที่จะไปให้ถึง จะไปให้ถึงสิ่งนั้นเพราะเห็นแล้ว แต่ยังก้าวไม่ข้ามนะ ยังก้าวไม่ข้าม

๑๘. มัคคญาณ

ถ้าก้าวข้ามไปแล้วก็คือสิ่งที่จะเกิดขึ้น ก็คือก้าวข้ามโคตรภูญาณไปแล้วไปถึงมัคคญาณ กิจทั้ง ๔ อย่างจะเกิดขึ้นพร้อมกันเลยในมัคคญาณ มัคคสมังคีที่มีกำลังมากแล้วสามารถที่จะประหารสังโยชน์ที่กำลังมีอยู่ในขณะนั้นได้อย่างเด็ดขาดนะ ไม่ใช่ว่าดับไปแล้วกลับมาก็กิเลสเยอะเหมือนเดิม หรือกิเลสเยอะกว่าเดิมอีก มันก็คนละเรื่องแล้วนะ อันนี้มันเป็นเรื่องที่ละเอียดแล้วก็มีความลึกซึ้ง

นิพพานปรมัตถ์

ธรรมะของพระศาสดาใครจะสามารถเข้าไปถึงความจริงในขั้นที่เรียกว่า นิพพานปรมัตถ์ ในปรมัตถธรรม ๔ รูปปรมัตถ์ก็มีจริง จิตปรมัตถ์ พวกจิต พวกธาตุรู้ พวกสภาพรู้ มีหน้าที่หลัก ๆ เป็นแกนของเขาอย่างนี้ ส่วนสิ่งที่มาประกอบกับจิตอีกซึ่งเป็นเจตสิก บางครั้งก็เรียกรวม ๆ เรียกว่าจิตไปเลย ก็หมายถึงทั้งจิตทั้งเจตสิก

จิตทำไมคิดไม่ดี จิตทำไมคิดดี มันเป็นเรื่องของสิ่งที่มาประกอบกับจิต ถ้ารวมลงในขันธ์ ๕ ก็ อ้าว! พวกนี้เป็นสังขารขันธ์ กองสังขาร ถ้าเป็นพวกความจำก็ อ้าว! ถ้าจำได้เฉย ๆ สัญญาขันธ์ ถ้าแค่มีความรู้สึกขึ้น เฉย ๆ มีความรู้สึกสบาย ไม่สุข ไม่ทุกข์ก็มีอย่างนี้เป็นเรื่องของเวทนาขันธ์ แล้วก็เป็นเวทนาเจตสิก ถ้าไม่มีจิตก็ไม่รู้หรอก ถ้าเกิดพร้อมกับจิตดับพร้อมกับจิตเหมือนกัน เรื่องมรรคจิต มันก็จะต้องเปลี่ยนผ่านไปจากจิตที่เป็นปุถุชนอยู่นะ มันต้องได้รับการชำระขัดเกลาเป็นจิตที่ผ่องใส อาสวะที่มีอยู่

โสดาปฏิมรรค

ถ้าอย่างโสดาปฏิมรรค จิตเกิดขึ้นอุบัติขึ้น สังโยชน์นี่หายไปด้วยนะ สังโยชน์สามนี่หายไปทันที หายไปไหน อ้าว! ก็ด้วยกำลังของมรรคปัญญาที่สามารถตัดสังโยชน์ คือที่บอกว่าตัวสักกายทิฏฐิ ที่เรามี สำคัญว่ามีเราเป็นโน่นเป็นนี่ เข้าใจสิ่งที่มีจริงอย่างแท้จริง สักกายทิฏฐิถูกตัดออกไป ถือเขาถือเรา แล้วก็ตัว วิจิกิจฉา ที่เคยมีมาแต่ไหนแต่ไรไม่สงสัยในพระรัตนตรัย ไม่คลางแคลง แล้วก็ตัว สีลัพพตปรามาส การลูบถือศีล แค่ถือตบะ หรือทำบุญทำทานเพียงแค่ลูบ ๆ คลำ ๆ ไม่ได้ขัดเกลาหรือเอากิเลสออกไม่มี มันหมดไป หรือทำบุญทำทาน เอาหน้าเอาชื่อเสียงเอาเกียรติเอาโน่นเอานี่ เราจะเห็นว่า เออ! สิ่งนี้จะไม่มีแล้ว ตบะพวกนี้แค่ไปลูบ ๆ คลำ ๆ เฉย ๆ ไม่ได้ทำจริง นี่คือคุณธรรมของพระโสดาบันปรากฏขึ้น มันเป็นสิ่งที่ยิ่งใหญ่ สมบัติในโลกนี้ก็หาเปรียบปานได้ไม่

เพราะผู้ที่เป็นใหญ่ในโลก เป็นมหาจักรพรรดิก็ดี ยังมีโลภโกรธหลง ยังต้องเวียนตายเวียนเกิดอีกนับไม่ถ้วน ยังต้องฆ่าต้องแกงคนอีกเท่าไหร่เพื่อสนองกิเลสตัณหาของตัวเอง เราก็จะเห็นว่า อู้! ผู้นำทั้งหลายในยุคก่อนประวัติศาสตร์ ในยุคประวัติศาสตร์ หรือแม้ในยุคปัจจุบัน ก็แสวงหาความเป็นใหญ่ แสวงหาความยิ่งใหญ่ ไม่ได้คำนึงถึงชีวิตคนและสัตว์ที่จะต้องมาล้มตายเพื่อความต้องการของคน ๆ เดียว แต่ก็อ้างคนของเขาอย่างนี้เป็นต้น อ้างคนทั้งหลายอย่างนี้เห็นมั้ย เห็นความแตกต่าง

ถ้าเป็นพระโสดาบันแล้วความรู้สึกพวกนี้มันหมดไปแล้วนะ ทุกคนคือเพื่อนร่วมเกิดแก่เจ็บตาย ร่วมเกิด ร่วมแก่ ร่วมเจ็บ ร่วมตาย มันคนละเรื่องกับคนที่เป็นปุถุชนที่มีอยู่ในโลก ถ้าไม่งั้นคุณธรรมที่มีอย่างนี้ก็จะไม่อัศจรรย์อะไร ท่านบอกว่าความทุกข์ที่มีหายไปหมด ภูเขาหิมาลัยใหญ่ ถ้าความทุกข์เท่านั้นตอนนี้เหลือเท่าเมล็ดถั่วเขียวอย่างนี้ ท่านอุปมาไว้นะ ในพระไตรปิฎกเท่าเมล็ดถั่วเขียว ภูเขาสิเนรุ ก็ยกภูเขาหิมาลัยก็แล้วกัน อันนี้มองเห็นจับต้องได้

ความทุกข์ที่มีอยู่ในสังสารวัฏที่หอบหิ้วกันมาตั้งแต่เล็กจนโต พอบรรลุถึงขั้นนี้มันวางได้เหลือนิดเดียว เพราะธาตุเพราะขันธ์ยังจะต้องดำเนินอยู่ ยังมีอยู่ ซึ่งโสดาบันบางคนก็ยังเป็นคฤหัสถ์ก็มี ยังต้องใช้ชีวิตอยู่ในโลกใบนี้ ถ้าเป็นอนาคามีหรือเป็นพระอรหันต์ก็อีกอย่าง

อันนี้แหละก็คือถ้าเป็นอริยบุคคลที่ผ่านโสดาบันไปแล้วก็จะยินดีในสิ่งนี้ แล้วก็วางได้ แล้วก็น้อมไปเพื่อสิ่งที่ยิ่งขึ้นไปอีกก็คือ สกทาคามิมรรค ที่ต่างกับปุถุชน ปุถุชนก็คือยินดีที่มองเห็น อ๊อ! อันนั้นก็คือความดับทุกข์แล้ว ถ้าไปถึงตรงนั้นก็ดับทุกข์ได้ ก็มรรคญาณ ญาณที่ ๑๔ นี่ก็เกิดขึ้น เกิดขึ้นละสังโยชน์ได้สามทันทีทันใดนะ กิจ ๔ อย่างก็เกิดขึ้น เหมือนกับว่าทุกข์ก็ได้กำหนดรู้ ทุกข์กำหนดรู้ทั้งหมดเลย สมุทัยก็ละ นิโรธทำให้แจ้งเรียบร้อย มรรคก็เจริญบริบูรณ์สมบูรณ์จึงสามารถกำจัดความมืดทั้งหลายให้หมดไปได้เยอะทีเดียว แต่ยังไม่หมดนะ เพราะยังถือว่าเป็นอริยบุคคลชั้นต้น เป็นเสขบุคคลที่ยังต้องศึกษาไป ยังมี สกทาคามี อนาคามี อรหันต์ ยังต้องมีอีก ๓ นั่นแหละ แต่ก็ปิดประตูอบายภูมิได้ คุณธรรมจึงเป็นอัศจรรย์

ถ้าไม่งั้นท่านก็ไม่เปรียบกับท้าวมหาพรหม หรือแม้เปรียบกับเจ้าจักรพรรดิ์ในโลกนี้ คือยิ่งกว่าคนที่เป็นใหญ่ในโลก เพราะปิดประตูอบาย เพราะจะไม่ไปทำร้ายใครอีกแล้ว มันดีตรงนี้ไง ไม่ไปแสวงหาแบบที่ยกประวัติศาสตร์ หรือแม้เหตุการณ์ที่กำลังมีอยู่ในปัจจุบัน พูดให้ฟัง จะไม่เกิดขึ้น

แต่ที่อ้างว่าเป็นโสดาบันที่ยังคิดฆ่าคนอื่นอยู่ คนละเรื่องแล้ว เออนั่นแหละ มันไม่ใช่ ถ้าไม่งั้นพระพุทธเจ้าจะไม่ได้ตรัสว่ามันยิ่งใหญ่ เราก็จะมองไม่เห็นประโยชน์เลยว่า โอ๊ย! โสดาบันแค่นี้เอง ได้แล้ว ไปนั่งภาวนาไม่เท่าไหร่ นี่ได้ใบรับรองแล้ว ผ่านญาณ ๑๖ ได้โสดาบันแล้ว ง่ายไปเหลือเกิน เหมือนกับไปเอาหนังสือมาท่อง ท่องได้แล้วก็ตอบคำถามได้ สอบได้แล้ว จะลดทอนธรรมะคือสิ่งที่มีจริงที่พระพุทธเจ้าใช้เวลาในการบำเพ็ญบารมี ตั้งแต่นับนี่ก็ ๔ อสงไขยกับอีกแสนมหากัป มันยิ่งใหญ่ ก่อนหน้านั้นไม่ต้องนับก็นับไม่ถ้วนอยู่แล้ว กว่าจะมาอุบัติขึ้นเป็นเจ้าชายพระองค์น้อย สุดท้ายสละทุกสิ่งทุกอย่างเพื่อสิ่งนี้ แล้วนั่งพองหนอ ยุบหนอ ขวาย่างหนอ ซ้ายย่างหนอ วันดีคืนดีโสดาบันได้แล้ว ง่ายจัง ดับแล้วเป็นโสดาบันแล้ว ปิดประตูอบายภูมิได้แล้ว ได้ใบประกาศแล้ว ดูมันง่ายเหลือเกิน แต่ก็ถูกกิเลสนะ บางคนก็อยากได้ มันเหมือนสินค้าชนิดหนึ่งไปช้อปได้อย่างนี้ มันลดคุณค่าลงไปเลย

บางครั้งถ้าเรามองในแง่หนึ่ง เหมือนที่พระพุทธเจ้าท่านอุปมาเหมือนรัตนะในท้องมหาสมุทรมันเยอะแยะไปหมด รัตนชาติต่าง ๆ มันมีมากกว่าบนดินนะ อยู่ในทะเลมหาสมุทร รัตนะก็หมายถึงคุณวิเศษที่มีในอริยสาวกของพระองค์นี่แหละ อย่างโสดาบัน บางคนเป็นโสดาสกทาคา เป็นพระอรหันต์ แล้วก็มีคุณวิเศษต่าง ๆ อยู่ด้วยมีมาก ไม่ใช่น้อยนะ ถ้าคนปฏิบัติดีปฏิบัติถูกต้อง ทุกสิ่งทุกอย่างเกิดขึ้น เกิดขึ้นเองเพราะเหตุปัจจัยที่มี จากจิตที่เป็นปุถุชนก็เปลี่ยนไปเป็นโลกุตตรจิต ภูมิชั้นของจิตก็จะได้ขึ้นมาใหม่อีกว่า อ้าว! โสดาปฏิมัคคจิต โสดาปฏิผลจิต เป็นอริยะไม่ใช่ปุถุชน เป็นโลกุตตระไม่ใช่โลกียะแล้ว คือพ้นโลกแต่ก็ยังอาศัยอยู่บนโลกใบนี้ นั่นแหละ

๑๕. ผลญาณ และ ๑๖. ปัจจเวกขณญาณ

แล้วก็สุดท้ายคือ ญาณที่ ๑๕ คือ ผลจิต **ผลญาณ** แล้วญาณที่ ๑๖ ก็คือ **ปัจจเวกขณญาณ** ญาณที่ทบทวนว่าละอะไรไปได้บ้าง ถ้าเป็นเพียงแค่โสดาปฏิมรรคจะละได้เพียงแค่สาม ถ้าเป็นสกิทาคาก็อาจจะทำโลภะ โทสะ โมหะ ให้เบาบางลงไปได้อีก เป็นไปโดยลำดับนะ ไม่ได้ลัดขั้นตอน การเกิดดับนั้นรวดเร็ว ปุถุชนผู้ไม่รู้ก็คิดว่าเกิดขึ้นทีเดียวพรึบได้หมดเลย ไม่ใช่ เกิดขึ้นทีเดียวแต่เกิดดับหลายล้าน ล้าน ล้านขณะเลย ไม่ใช่อย่างที่เราคิดว่ามันจะเป็นอย่างนั้น มันจะเป็นอย่างนี้ ในปัญหาจินไตยพุทธวิสัย พุทธวิสัยอย่างหนึ่งพระพุทธเจ้าตรัสเอง หรือเรื่องกรรมวิสัยบางคนก็คิดเองเออเอง ว่าคงอย่างนั้นอย่างนี้ มันเป็นเพียงแค่เสี้ยวหนึ่งเท่านั้นเอง นิดเดียว ไม่ได้ถึงเสี้ยวที่ ๑๖ ท่านบอก คือมันเยอะมากนั่นแหละ

ฉะนั้น ก็อย่าประมาทนะ อย่าประมาทมัวเมา แม้ใครจะบอกอย่างโน้นอย่างนี้ อย่าประมาท พยายามฝึกฝนอบรมสติปัญญา ฝึกหัดขัดเกลาเอาสิ่งที่มันทำให้เราทุกข์อันเนื่องมาจากกิเลส พอมันมี ไปสำคัญว่ามันมี มันก็เป็นปัจจัยให้มีมลภาวะ มลพิษเกิดขึ้น มันก็อยู่ไม่ค่อยมีความสุข วันๆ ก็เดือดร้อนนะ อยู่ไม่สุข

ฉะนั้น ก็พยายาม ในญาณทั้ง ๑๖ ญาณก็คงสรุปจบไว้เพียงเท่านี้นะ ต่อไปก็นั่งกรรมฐานต่อ จะได้พูดถึงเรื่องอื่นนะ จริงๆ ถ้าพูดละเอียดมันเยอะกว่านี้ แค่ในคัมภีร์ปฏิสัมภิทามรรคก็พูดได้นานแล้วนะ แค่ญาณ ๙ นะ วิปัสสนาญาณ ๙ เยอะ ตั้งใจนะ

<u>ผลญาณที่ ๑๕</u>

มรรคญาณนี้จะเป็นมรรคชั้นใดก็ตาม ย่อมปรากฏขึ้นครั้งเดียวเท่านั้น เมื่อเกิดขึ้นแล้วก็ทำการประหาณกิเลสต่าง ๆ ตามอำนาจของมรรคนั้น ๆ เช่นปฐมมรรคเกิดขึ้น ก็ทำการประหาณกิเลสที่ปฐมมรรคมีอำนาจประหาณได้ เป็นต้น สำหรับในที่นี้ คือ ในการปฏิบัติวิปัสสนากมมัฏฐานที่กำลังกล่าวถึงอยู่นี้ มรรคญาณที่ปรากฏนี้เรียกว่าปฐมมรรด หรือ โสดาปัตติมรรค

<u>ปัจจเวกขณญาณ ที่ ๑๖</u>

การที่โยดีบุคคลเข้าสู่ความดับไปแล้ว ครั้นรู้สึกตัวขึ้นก็พิจารณาว่าตนเป็นอะไรไป สภาวะอย่างนี้ทำไมจึงเกิดขึ้นแก่ตน หรือพิจารณาในทำนองที่คล้ายคลึงกันนี้ และนึกย้อนหลังไปถึงการกำหนดที่ผ่านมาก่อนที่จะเกิดอาการแปลกประหลาดอันนี้ขึ้น ซึ่งตนไม่เคยได้ประสบมาก่อนเลยในชีวิต ลักษณะของญาณนี้ก็คือการพิจารณาอีกครั้งหนึ่งนั่นเอง

วัดภูทันตะลาสุวาราม
ตำบลบ้านบึง จังหวัดชลบุรี

พิมพ์ครั้งที่ ๑ กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๖ จำนวน ๒,๕๐๐ เล่ม

ISBN 978-616-268-615-3

บรรณาธิการ ผศ.ดร.พฤทธิ์ โกวิทวรางกูร

กองบรรณาธิการ ดร.พระมหายงยุทธ กนฺตาโภ
ศ.คลินิกเกียรติคุณ พญ.โลจนา ตันติยาทร
คุณพรพิมล จิตต์จันทร์

ถอดเทปธรรมะและพิสูจน์อักษร
พระมหากำจัด เอกจารี
ผศ.ดร.วราพร วีระพลากร

กราฟฟิกดีไซน์ คุณภูษณิศา กฤตพลพิมาน
คุณกฤตพล กฤตพลพิมาน

โสตทัศนูปกรณ์และภาพกิจกรรมวัด
ลูกศิษย์วัดภัททันตะฯ

พิมพ์ที่: หจก. แอลซีพี ฐิติพรการพิมพ์
105/110-112 ถนนประชาอุทิศ ซอย 45
แขวงบางมด เขตทุ่งครุ กรุงเทพฯ 10140
โทร./แฟ็กซ์ 02-872-9897 www.thitiporn.com

จัดทำโดย: วัดภัททันตะอาสภาราม

ห้ามพิมพ์คัดลอกหรือตัดตอน หรือพิมพ์จำหน่ายโดยไม่ได้รับอนุญาตจากผู้เขียน
หากท่านใดประสงค์จะพิมพ์แจกเป็นธรรมทาน โปรดติดต่อทางวัดภัททันตะอาสภาราม

เจ้าภาพสนับสนุนการจัดพิมพ์

๑. คุณยุทธชัย ภูคันธะโสม
๒. คุณสุชาดา จิราธิวัฒน์
๓. คุณวราพร วีระพลากรและคณะ

ในนามคณะสงฆ์ และโยคีผู้เข้าปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน
วัดภัททันตะอาสภาราม บ้านบึง ชลบุรี ขอกราบอาราธนาคุณพระศรีรัตนตรัย
จงคุ้มครองรักษา และอำนวยผลให้เจริญด้วย อายุ วรรณะ สุขะ พละ ปฏิภาณ
ธนสารสมบัติ ธรรมสารสมบัติ จนตราบเท่าเข้าสู่พระนิพพานเทอญ

กระแสน้ำ เปลี่ยนใจปลา
วิปัสสนา เปลี่ยนใจคน

พระครูภาวหาวราลังกต

๒๙ ตุลาคม ๒๕๖๖