



มูลนิธิศึกษาและเผยแพร่พระพุทธศาสนา
Dhamma Study and Support Foundation

แนวทางเจริญวิปัสสนา

เล่ม ๒๐๒ ตอนที่ ๒๐๑๑ – ๒๐๒๐

บรรยายโดย

สุจินต์ บริหารวนเขตต์



แนวทางเจริญวิปัสสนา

๒๐๑๑

คณะเดินทางร่วมกันอ่านพระสูตรเพื่อถวายเป็นพุทธบูชา

ที่สارانถ สถานี่แสดงปฐมเทศนา

วันที่ ๑ พฤศจิกายน ๒๕๓๓



ส. ขณะนี้เรากำลังอยู่ ณ สถานที่ที่พระผู้มีพระภาคเสด็จมาโปรด
พระปัญจวัคคีย์ และได้ทรงแสดงปฐมเทศนาเป็นครั้งแรก ซึ่งจะเป็นวันพรุ่งนี้ คือ
วันเพ็ญ และมีพระอริยสาวกเป็นท่านแรกด้วย คณะเราก็คงจะได้รำลึกถึงเหตุการณ์
วันสำคัญนี้ที่มีจารึกไว้ในพระไตรปิฎกด้วยการอ่านข้อความจากพระไตรปิฎก

พิธีทอดกฐินและอัญเชิญพระบรมสารีริกธาตุที่มูลคันธกุฎีวิหาร

ที่สارانถ สถานี่แสดงปฐมเทศนา

วันศุกร์ที่ ๒ พฤศจิกายน ๒๕๓๓

(เสียงพระภิกษุศรีลังกาสดมณต์)

ส. วันนี้สนทนาธรรมกันเพื่อกุศลของเราจะได้ครบสมบูรณ์ เพราะว่า
เราได้อวชปัจฉัย เราได้นมัสการพระบรมสารีริกธาตุ เหลืออีกอย่างเดียว คือ
สนทนาธรรม

ถ. ปัญญา ๓ คือ สุตมยปัญญา จินตามยปัญญา ภาวนามยปัญญา
ที่กล่าวไว้เป็น ๓ ลักษณะ การศึกษาระดับหนึ่งถือว่าเป็นสุตมยปัญญา การพิจารณา
สภาพธรรมที่กำลังปรากฏเป็นจินตามยปัญญา และภาวนามยปัญญานั้นรวมทั้งสมา
ธิวิปัสสนา และสติปัฏฐานด้วย อย่างนี้ถูกหรือเปล่า

ส. พระผู้มีพระภาคทรงตรัสรู้พระอนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณด้วย
พระปัญญา และได้ทรงเทศนาพระธรรมเพื่อให้ผู้ฟังได้รู้แจ้งสภาพธรรมตามความ
เป็นจริง เพราะฉะนั้น จุดประสงค์ คือ ให้เข้าใจว่าทุกสิ่งทุกอย่างเป็นธรรม และ
ทุกสิ่งทุกอย่างไม่ใช่อยู่ในตำราเลย ขณะนี้ทางตาที่กำลังเห็นก็เป็นธรรม ทางหูที่กำลัง



ได้ยิน ความคิดนึก ล้วนเป็นธรรมทั้งนั้น เพื่อจะเตือนให้เราทราบ ว่า พระธรรมที่ทรงแสดง ไม่ใช่อยู่ในตำรา แต่เราอาศัยการฟัง หรือการอ่าน หรือการสนทนา เพื่อช่วยให้เข้าใจลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ ด้วยเหตุนี้ที่ใช้คำว่า สุตมยปัญญา หมายความว่า ปัญญาที่สำเร็จจากการฟังและเข้าใจสภาพธรรม เพราะแม้ว่าสภาพธรรมจะมีปรากฏอยู่ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ แต่ถ้าไม่อาศัยพระธรรม ไม่มีทางจะเข้าใจธรรมได้เลย

ด้วยเหตุนี้แม้แต่การฟังที่จะชื่อว่าเป็นปัญญาที่สำเร็จจากการฟัง ก็ต้องอาศัยสติ คือ มีการระลึกได้ว่าธรรมคือสิ่งที่ปรากฏ ฟังให้เข้าใจ แม้แต่การตรึกนึกถึงสภาพธรรม บางคนอาจจะนึกถึงเรื่องความรู้สึกต่าง ๆ หรือขณะที่กำลังคิดนึกก็ระลึกได้ว่า จิตที่คิด คิดด้วยกุศลจิตหรืออกุศลจิต ขณะนั้นก็เป็นความคิดพิจารณาธรรมที่ได้ฟังก็ได้ และขณะใดที่เป็นสติปัฏฐานคือระลึกลักษณะของสภาพธรรมเพื่อที่จะเข้าใจลักษณะของสภาพธรรมจริง ๆ ว่า ไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ขณะนั้นก็เป็นการอบรมความรู้ความเข้าใจถูกในลักษณะของสภาพธรรม เพื่อดับการเห็นผิดการยึดถือสภาพธรรมว่าเป็นตัวตน เป็นสัตว์ เป็นบุคคล

เพราะฉะนั้น ทั้งหมดขึ้นอยู่กับ การอบรมเจริญปัญญาเพื่อรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏตามความเป็นจริงเท่านั้นเอง ไม่ว่าจะฟังมาก ฟังน้อย ฟังนาน ฟังเรื่องที่เป็นเหตุเป็นปัจจัยสักเท่าไร ก็เพื่ออบรมปัญญาให้รู้สภาพธรรมที่กำลังปรากฏ ซึ่งก็เป็นประโยชน์มาก ขณะนี้สภาพธรรมกำลังปรากฏแล้วจริง ๆ ทางตาเป็นธรรมทั้งหมด ทางหูก็เป็นธรรม ถ้าใครต้องการเข้าใจลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏก็สนทนากัน พร้อมกับพยายามเข้าใจลักษณะของสภาพธรรมตามที่กำลังฟังและเข้าใจด้วย

ถ. ถ้าเป็นสติปัฏฐาน ขณะที่มีแข็งเป็นอารมณ์ แข็งนั้นเองจะปรากฏแก่สติ โดยความเป็นอนัตตา เพราะอาศัยสติและปัญญาที่เป็นโสภณเจตสิกเกิดขณะนั้น สามารถระลึกรู้ลักษณะของแข็ง และแข็งนั้นก็ปรากฏแก่สติโดยความเป็นอนัตตา



เพราะฉะนั้น ความต่างของกายวิญญูณรู้แจ้งกับโลภะรู้แจ้ง และสติปัฏฐานรู้แจ้ง คือ กายวิญญูณรู้แจ้งกับโลภะรู้แจ้ง แจ้งไม่เป็นอนัตตา แต่เป็นตัวตน แต่ถ้าสติปัฏฐานรู้แจ้ง แจ้งนั้นจะปรากฏโดยความเป็นอนัตตา ไม่เป็นสัตว์ เป็นบุคคล ผมเข้าใจถูกหรือเปล่า

ส. ลักษณะของแจ้งไม่เปลี่ยน ไม่ว่าขณะนั้นกายวิญญูณจะรู้แจ้งหรือว่าแจ้งกำลังเป็นอารมณ์ของโลภะ แจ้งไม่เปลี่ยนลักษณะ แต่เวลาที่กายวิญญูณรู้แจ้ง กายวิญญูณรู้ได้เฉพาะลักษณะที่แจ้ง เป็นสภาพที่รู้แจ้งในสภาพแจ้ง เพราะว่าแจ้งก็มีหลายอย่าง แจ้งหิน แจ้งไม้ แจ้งกรวด แจ้งข้าว อย่างบางที่เราบอกข้าวแจ้งไป แสดงให้เห็นว่า ลักษณะของแจ้งเป็นสภาพที่รู้ได้เฉพาะกายวิญญูณ คือ ปกติธรรมดาในชีวิต การสัมผัสกระทบอะไรแล้วบอกว่าแจ้ง หมายความว่าอะไรได้ทางเดียวเท่านั้น คือ การสัมผัส อย่างเวลาที่เห็นน้ำแจ้งและบอกว่า น้ำแจ้งเย็น ขณะนั้นเราเพียงคิดว่าเย็น แต่เรายังไม่ได้กระทบสภาพเย็นที่ตัวน้ำแจ้ง จนกว่าเมื่อไรที่เราสัมผัสน้ำแจ้ง เมื่อนั้นลักษณะเย็นจึงปรากฏ

ชีวิตประจำวันที่เราเย็นบ้าง ร้อนบ้าง อ่อนบ้าง แข็งบ้าง ขณะนั้นเป็นกายวิญญูณ เป็นจิตประเภทหนึ่ง เป็นวิบากจิตที่ทำให้เราต้องมีกายปสาทซึ่งสามารถกระทบสัมผัสสิ่งที่เย็นหรือร้อน อ่อนหรือแข็ง ตึงหรือไหว และเวลาที่เรารู้สึกเป็นทุกข์เขทนาก็จะรู้ได้ว่าเพราะเย็นไป อย่างเวลานี้ถ้าใครไปกระทบกับน้ำ ขณะนั้นจะรู้สึกว่ามันสบาย เพราะว่าสภาพที่ปรากฏนั้นเย็นไป

ด้วยเหตุนี้กายวิญญูณจึงเป็นการรู้เฉพาะแจ้ง ส่วนโลภะก็แล้วแต่ว่าจะชอบในลักษณะที่เย็นหรือร้อน อ่อนหรือแข็ง ตึงหรือไหว ถ้าโทษก็ไม่ชอบในลักษณะที่เย็นหรือร้อน อ่อนหรือแข็ง ตึงหรือไหว ทั้ง ๆ ที่แจ้งอย่างนั้น แต่ก็สามารถทำให้เกิดจิตหลายประเภทที่รู้อารมณ์แจ้งนั้น เช่น กายวิญญูณรู้เฉพาะแจ้ง โลภะซึ่งเกิดต่อจากกายวิญญูณเมื่อกระทบแจ้งแล้วก็ชอบแจ้งนั้น ส่วนสติปัฏฐาน ขณะที่ระลึกลักษณะที่แจ้ง แจ้งไม่เปลี่ยน แต่เมื่อเป็นมหากุศลจิต และเป็นการอบรมเจริญอริยมรรคมีองค์ ๘ เพราะได้ฟังมาเรื่องของนามธรรมและรูปธรรม ในขณะนั้นก็มี



ล้มมาวายามะที่กำลังค่อย ๆ รู้ในลักษณะที่แจ้งว่าเป็นแต่เพียงสภาพธรรมอย่างหนึ่ง
นี่เป็นลักษณะของการอบรมเจริญปัญญาจนกว่าจะสามารถรู้ได้ว่า สภาพนั้นเป็น
แต่เพียงลักษณะสภาพธรรมอย่างหนึ่งเท่านั้น

นิน่า ต้องอบรมเดี๋ยวนี้เสมอ ถ้าเจริญสมณะต้องรู้ว่า กุศลต่างกับอกุศล
ถ้าเจริญวิปัสสนาคิดว่าเหมือนกัน เพราะว่าเป็นไปได้ที่เราคิดว่าเป็นสติปัฏฐานที่
รู้ลักษณะ แต่อันที่จริงอาจจะเป็นโลกมุขจิตที่ติดตามนามและรูป อยากจะรู้ มีความ
สงสัย

ส. การอบรมเจริญสติปัฏฐานเป็นเรื่องเฉพาะตัว เพราะฉะนั้น แต่ละบุคคล
ปัญญาจะค่อย ๆ รู้ขึ้นในลักษณะของสภาพธรรมแต่ละอย่างตามความเป็นจริงว่า
เป็นนามธรรมหรือรูปธรรม

นิน่า อยากจะถามคุณสงวนเรื่องโลกมุขจิตที่ติดตามนามและรูปไป ถ้ามี
สติปัฏฐาน แน่ใจอย่างไร ต่างกันอย่างไร

สงวน ถ้าจิตเป็นโลภะ ก็มีสติรู้ลักษณะของโลภะ เช่น เราอยากมีสติ
มาก ๆ ก็พยายามแตะแข็งบ่อย ๆ ไข่มุข ทิพย์ก็เอาที่เขากัดขึ้นเอง และเรารู้สึกเอง
อย่าไปบังคับ บังคับไม่ได้ เกิดเมื่อไรก็รู้เมื่อนั้น

นิน่า คุณแฉ้วพูดเรื่องความคิดที่เป็นอกุศลที่สังเวชนียสถาน และมีโอกาส
จะรู้ได้มากในชีวิตประจำวันแต่ไม่รู้ ที่สังเวชนียสถานทุกคนคิดว่าต้องมีกุศลจิตเท่านั้น
แต่ถ้าอกุศลจิตเกิดขึ้น ก็มีโอกาสรู้จักเช่นกัน

ถ. คุณไฉวนเขาบอกว่า เรามาสถานที่สำคัญไม่ได้หมายความว่าทำให้
จิตเราเป็นกุศลตลอดเวลา ขณะที่เรานั่ง ๆ อย่างนี้ บางทีอกุศลจิตก็เกิดขึ้นได้
ซึ่งขณะนั้นเราก็สามารถศึกษารายละเอียดของอกุศลจิตที่เกิดขึ้น ก็เป็นประโยชน์มาก
สำหรับคุณไฉวน แฉ้วก็คิดเหมือนกัน เพราะเมื่อวานนี้ที่เราเวียนเทียนกันที่นี้ แฉ้วก็
คิดอกุศลหลาย ๆ อย่าง แต่ไม่ได้พิจารณาเหมือนคุณไฉวน ปล่อยให้จิตล่องลอยไป
ตามอกุศลนั้น สำหรับคุณไฉวนเขาบอกว่า ขณะนั้นเขาพิจารณาและศึกษาในขณะที่
จิตเป็นอกุศล มีประโยชน์มากสำหรับเขา



ส. โดยมากคนมักจะถามว่า ธรรมคืออะไร ธรรมอยู่ที่ไหน และที่พระผู้มีพระภาคทรงแสดงธรรม ทั้ง ๆ ที่ธรรมมีอยู่ทุกแห่ง เพราะว่าไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน เป็นสิ่งที่มีจริงที่ปรากฏทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ แต่คนก็ไม่รู้นั่นเป็นธรรม เพราะฉะนั้น นี่เป็นประการแรก ที่จะต้องทราบว่า ธรรมไม่ใช่อยู่ในหนังสือ แต่ธรรมคือในขณะที่กำลังเห็น

ทำไมถึงกล่าวว่าเป็นธรรม ก็เพราะว่าเป็นสภาพที่มีจริง ๆ สิ่งใดที่มีจริง เมื่อไม่ใช่เรา ลักษณะนั้นเป็นอะไร ขณะที่กำลังเห็น สิ่งที่ปรากฏทางตาก็มีสภาพรู้ คือ เห็น ซึ่งเป็นนามธรรม และมีสิ่งที่ปรากฏ ซึ่งเป็นรูปธรรม แต่ทั้ง ๆ ที่เห็นและพูดเรื่องเห็นมาเป็น ๑๐ ปี ๒๐ ปี ๓๐ ปี ก็ยังยากสำหรับการระลึกได้และเข้าใจจริง ๆ ว่าสิ่งที่ปรากฏทางตาไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน เพราะความคุ้นเคยทันทีที่เห็น ขณะนี้ถ้าจะระลึกเพียงว่า มีสีสันวณณะต่าง ๆ ที่กำลังปรากฏทางตา เราไม่ต้องเรียกอะไรเลย ไม่ต้องเรียกแดง ไม่ต้องเรียกเขียว ไม่ต้องเรียกฟ้า ไม่ต้องเรียกต้นไม้ ไม่ต้องเรียกพระสถูป แต่สภาพของสิ่งที่ปรากฏทางตานั่นเป็นสิ่งที่มีความจริงแน่นอน ทั้ง ๆ ที่เวลานี้สีมีเยอะ เมื่อกี้ก็มีคนเดินผ่านไปผ่านมาก็เพิ่มสีขึ้นมาอีก แต่ทุกคนจำเรื่องราวของสีที่ปรากฏ เช่น ขณะนี้จำว่ามีคนกำลังเดินรอบพระสถูป ซึ่งเราอาจจะกลับไปโรงแรมและคิดถึงเหตุการณ์ที่นี้ เราจะจำสีไม่ได้เลยทั้งหมด แต่เราจะจำเฉพาะเรื่อง เราจำแต่เรื่อง

นี่เป็นเหตุที่เมื่อเราเห็นแล้ว วันหนึ่ง ๆ ทั้ง ๆ ที่เราเห็นสีทั้งนั้น แต่เราจำเฉพาะบางเรื่อง เช่น เมื่อเข้านี้เราไปที่แม่น้ำคงคา เห็นกองไฟ เห็นโรงพยาบาล เห็นคนอาบน้ำ เห็นคนแปรงฟัน เห็นเรือแล่นขายของ เห็นทุกอย่าง แต่ถ้าถามว่า ในเรือของคนขายของมีอะไรบ้าง ซึ่งขณะที่เราอยู่ในเหตุการณ์นั้นจริง ๆ เราตอบได้ว่า เขามีหม้อเล็ก ๆ มีหม้อขนาดกลาง และก็มีหม้อขนาดใหญ่ มีอะไรเราก็บอกได้ แต่เวลานี้ถ้าถามว่า ใครจำอะไรได้บ้างในเหตุการณ์นั้น ก็จะจำเฉพาะบางเรื่อง แสดงให้เห็นว่า เราไม่เคยแยกสิ่งที่ปรากฏทางตาจากความจำเรื่องราวที่เกิดขึ้น ขณะนี้นึกคิด กับขณะที่เห็นสิ่งนั้น



สิ่งนี้พิสูจน์ได้ในความฝัน เวลาที่ฝันเราบอกว่า เมื่อคืนนี้ฉันเห็นคนนั้นคนนี้ เรื่องนั้นเรื่องนี้ แสดงว่าเราไม่สนใจในสิ่งที่ปรากฏทางตา แต่เราจำเรื่องเอาไว้ฝัน เพราะฉะนั้น ในฝันของเรามีบุคคลกำลังทำต่าง ๆ แต่จะไม่เหมือนกับสิ่งที่ปรากฏทางตาและเรานึกเป็นเรื่อง เพราะว่าในฝันนั้นไม่มีสิ่งที่ปรากฏทางตาเยอะ ๆ มีแต่เฉพาะเรื่องที่เราจำไว้และคิดขึ้น นี่เป็นการเปรียบเทียบ

ในขณะที่กำลังเห็นขณะนี้ยังสามารถรู้ได้ว่า ขณะที่สีสังวณณะปรากฏ เป็นสภาพธรรมอย่างหนึ่งที่มีจริง แต่เรื่องที่เราจำออกมาจากสิ่งที่ปรากฏทางตา เป็นเฉพาะเรื่อง ไม่ครบ ไม่มีใครจำกิ่งไม้่ออน ๆ มีใบ ๑๐ ใบ ๒๐ ใบทางโน้น เสายู่ทางนี้ และประตูอยู่ทางโน้น อักษรเขียนลงมาว่าอย่างนี้ ไม่มีใครจำเลย สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ปรากฏ แต่เราจำเพียงเฉพาะเรื่องที่เราคิดเท่านั้น





๒๐๑๒

สนทนาธรรมที่ป่าอสิปตมฤคทายวัน แขวงเมืองพาราณสี

วันเสาร์ที่ ๓ พฤศจิกายน ๒๕๓๓



ถ. ขณะนี้เรากำลังนั่งอยู่ เราถูกมอง และเรากำลังมองผู้อื่น และมีเสียง มีแสง มีสีเขียวเยอะเยอะ เราจะช่วยตัวเองได้อย่างไรในการปฏิบัติ

ส. ไม่ทราบคุณมาลินีต้องการธรรมระดับไหน

ถ. ระดับต้นก็ได้

ส. ถ้าอย่างนั้นคุณมาลินีต้องทราบว่า เวลาที่เห็นเขาแล้วรู้สึกอย่างไร เพราะว่าการปฏิบัติธรรมต้องด้วยความเข้าใจ เมื่อเห็นเป็นคนกำลังดูเรา และเราดูเขา จิตใจของคุณมาลินีเป็นอย่างไรร

ถ. ก็รู้สึกสนใจเขา มาดึงเอาความสนใจไปดูเขา

ส. และเวลาที่สนใจเขา ความรู้สึกเป็นอย่างไร

ถ. คือ ดึงความสนใจที่จะฟังอาจารย์ให้จางไป คล้าย ๆ กับแบ่งโฟกัสไปที่อื่น

ส. แต่คุณมาลินียังไม่ทราบเลยว่า ขณะใดที่จิตไม่เป็นกุศล ขณะนั้นต้องเป็นอกุศล เพราะฉะนั้น ในขณะที่ไม่ได้ฟังพระธรรม และไม่ได้พิจารณา ไม่ได้เข้าใจ ต้องเป็นอกุศลแล้ว แต่เป็นอกุศลประเภทไหน ซึ่งเราควรจะแยกว่าเป็นอกุศลประเภทโลภมูลจิต หรือโทสมูลจิต เราจะได้ปฏิบัติธรรมให้สมควรแก่ธรรม เพราะฉะนั้น ต้องละเอียดที่จะทราบว่าเป็นอะไร ในขณะนี้ เป็นอกุศลจิตแล้ว แต่เป็นอกุศลจิตประเภทไหน

ถ. ดิฉันไม่ทราบ เพราะไม่เคยรู้ ไม่เคยแบ่งอะไร เพียงแต่รวบยอดเอาว่า ถ้าเป็นอย่างนี้ เราจะทำจิตของเราอย่างไรจึงจะเป็นประโยชน์

ส. เรื่องทำจิต ไม่ใช่เรื่องปัญญา แต่เป็นเรื่องความต้องการของตัวตน ที่อยากให้อำนาจจิตของเราเป็นกุศล จึงพยายามจะทำ แต่นั่นไม่ใช่เรื่องของปัญญาเลย



ถ้าเป็นเรื่องปัญญาต้องพร้อมด้วยสติสัมปชัญญะตามลำดับขั้นที่จะรักษาจิตของตนเองไม่ให้เป็นอย่างอื่น แทนที่จะทำโดยที่ไม่มีความรู้เลย ถ้าเป็นการทำโดยที่ไม่มีความรู้ คุณมาลินีอาจจะทำโลภะให้เพิ่มขึ้นโดยความไม่รู้ คือ ไม่พอใจโลภะอันนี้ แต่อาจจะพอใจโลภะอย่างอื่นก็ได้ ซึ่งก็ไม่พ้นไปจากโลภะ

ถ. ควรพิจารณาอย่างไร

ส. นี่ก็จะทำอีก เพราะถามว่า ควรพิจารณาอย่างไร ดิฉันคิดว่า ความเข้าใจธรรมประเสริฐสุด เพราะว่าความเข้าใจคือปัญญา ถ้ามีธรรมปรากฏอยู่ ล้อมรอบตัวเรา แต่เราไม่เข้าใจ จะมีประโยชน์อะไรกับการที่เราจะเป็นกุศลชนิด ๆ หน่อย ๆ ซึ่งกุศลนั้นก็ไม่เที่ยง ไม่ยั่งยืน ประเดี๋ยวก็เป็นอกุศลอีกกองโต แต่ถ้าเรามีความเข้าใจธรรมแล้ว กุศลของเราจะค่อย ๆ เพิ่มขึ้น และมีความมั่นคงขึ้นที่จะเจริญกุศลในประการอื่น ๆ ต่อไปด้วย คือ เป็นรากฐานของกุศลทั้งปวงที่จะเจริญขึ้น จากความรู้ความเข้าใจ

เพราะฉะนั้น แทนที่จะไปมุ่งทำด้วยความต้องการอย่างหนึ่งอย่างใด ก็พยายามเข้าใจสภาพธรรมตามความเป็นจริงว่า ทุกอย่างในขณะนี้ เป็นธรรมที่เป็นนามธรรมหรือเป็นรูปธรรม นี่คือการเข้าใจตามสภาพที่แท้จริง เพราะว่าธรรมมี ๒ อย่าง สภาพที่เป็นสภาพรู้อย่างหนึ่ง และสภาพที่ไม่ใช่สภาพรู้ อีกอย่างหนึ่ง เพื่อคุณมาลินีจะได้ไม่มากังวลกับตัวเองมากมายว่า เราเห็นแล้ว เราจะทำอย่างไร แต่ให้รู้ความจริงว่า สิ่งปรากฏทางตาชั่วขณะจิตเดียวกับสภาพของจิตที่กำลังเห็น เวลาที่มีการได้ยินเกิดขึ้น ก็เป็นอีกชั่วขณะหนึ่งซึ่งมีเสียงกำลังปรากฏกับจิตที่ได้ยินเพียงชั่วขณะจิตเดียว ถ้าสติสัมปชัญญะสมบูรณ์จริง ๆ ปัญญาสมบูรณ์จริง ๆ จะไม่มีความทุกข์ จะไม่มีความเดือดร้อน จะไม่มีความกังวลถึงอดีตหรืออนาคต เพราะว่าทุกอย่างคุณมาลินีบังคับไม่ได้ สมดังพระธรรมที่ว่า ธรรมทั้งหลายเป็นอนัตตา

ต้องเข้าถึงหัวใจของพระพุทธศาสนา และอนัตตาก็มีหลายชั้น อนัตตาในความหมายที่ว่าบังคับบัญชาไม่ได้ เช่น ไม่ได้ต้องการจะเห็น แต่ใครจะยับยั้ง



จิตเห็น ทุกคนยังต้องเห็นต่อไปอีกหลายวัน หลายเดือน หลายปี ถึงแม้ว่าจะจากโลกนี้ไปแล้ว ก็ต้องเห็นอีกในสังสารวัฏฏ์

ถ้าย้อนชาตินี้ไปจนกระทั่งถึงเด็ก เราเห็นมาตั้งแต่เด็ก ทุกวัน ไม่น่าเบื่อหรือเห็นอย่างเดียว และถอยไปถึงตอนที่เราก่อเกิด ตอนชาติก่อนซึ่งไม่ห่างจากชาตินี้เท่าไร แสดงว่าการเห็นของชาติก่อนไม่ห่างจากการเห็นของชาตินี้ และถอยจากชาติก่อนถึงชาติก่อนโน้นอีก ก็แสดงว่าการเห็นในสังสารวัฏฏ์เป็นอย่างนี้มานานแสนนาน ซึ่งจะต้องเข้าใจให้ถูกต้องเพื่อจะได้ละคลายความพอใจยึดมั่นในตัวตน โดยค่อย ๆ รู้สภาพธรรม แม้ทีละเล็กทีละน้อยก็เป็นประโยชน์

ตอนนี้คุณมาลินีอาจจะได้ความรู้เรื่องนามธรรมกับรูปธรรมโดยความหมาย แต่ยังไม่เข้าใจลักษณะของนามธรรมและรูปธรรมจริง ๆ ทั้ง ๆ ที่กำลังเห็น กำลังได้ยิน และก็มีคำที่เป็นพุทธวจนะว่า สภาพที่ได้ยินเป็นนามธรรมที่ได้ยินเสียง แม้เป็นจริงอย่างนี้ แต่ไม่มีสติสัมปชัญญะที่จะรู้สภาพที่กำลังได้ยิน เพราะว่ากำลังฟังเรื่องได้ยิน

นี่เป็นความรู้เป็นขั้น ๆ คือ ขั้นต้นกำลังฟังเรื่องราวของสภาพจิตใจของเรา กับสิ่งที่ปรากฏ ยังไม่ถึงขั้นที่สามารถรู้จริง ๆ ว่า นามธรรมเป็นอย่างไร รูปธรรมเป็นอย่างไร

แม้ว่าเป็น ๒ คำ แต่ ๒ คำนี้ตลอดชีวิต ที่ปัญญาจะต้องค่อย ๆ เข้าใจขึ้น ถ้าคุณมาลินีตื่นขึ้นมามาก่อนตีกและ เอ๊ะ! นามธรรมหรือรูปธรรม ก็ยังดี แม้จะเป็น เอ๊ะ! นามธรรมหรือรูปธรรม ก็แสดงให้เห็นว่า สิ่งที่ได้ยินได้ฟังไม่ได้หายไป และยังมีเหตุปัจจัยที่จะทำให้คุณมาลินีเกิดความคิดที่จะรู้ว่าลักษณะของนามธรรมคืออะไร ลักษณะของรูปธรรมคืออะไร

เพราะฉะนั้น ไม่ใช่แต่เฉพาะตอนตื่นขึ้นมา แม้แต่ในขณะที่เอง ก็มีนามธรรมและรูปธรรมที่กำลังปรากฏ ชั่วชีวิตทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ล้วนเป็นธรรมที่เราจะต้องเข้าใจลักษณะเขาจริง ๆ มิฉะนั้นแล้วจะเป็นบุคคลนั้น บุคคลนี้ หรือเป็นตัวเรา

๒ คำนี้ ตลอดทั้ง ๓ ปีฏก และตลอดชีวิต ไม่ใช่ชาตินี้ชาติเดียวด้วย ฟังก่อน



และพิจารณาไปว่า เราไม่มีจริง ๆ หรือ ทั้ง ๆ ที่จิตมี แต่จิตก็ไม่ใช่ของเรา และจิตนั้นก็ไม่ใช่ของใครด้วย จิตของใครจะดี มีปัญญามาก มีปัญญาน้อย มีกุศลประเภทเมตตามาก กรุณามาก หรืออะไรก็ตามแต่ แม้จิตนั้น ๆ ก็ไม่ใช่ของใคร เพราะว่าจิตขณะหนึ่งเกิดขึ้นแล้วดับหมดไปทันที สิ่งทั้งหมดไปแล้วจะมานั่งคิดว่าเป็นของเรา หรือของใครไม่ได้เลย เพราะฉะนั้น จิตของเราก็ไม่ใช่ของเรา เพียงแต่เข้าใจว่าเป็นของเรา ทั้ง ๆ ที่กำลังดับไปอยู่ตลอด แม้จิตของคนอื่นก็เช่นเดียวกัน

ถ้าคุณมาลิ้นเข้าใจอย่างนี้ ความเมตตา ความกรุณาจะมีเพิ่มขึ้น เป็นรากฐานของกุศลทุกประเภท รวมทั้งปัญญาด้วยที่จะทำให้เข้าใจสภาพธรรมถูกต้องไม่คลาดเคลื่อน และเวลาที่ได้ยินได้ฟังคนอื่นพูด คุณมาลิ้นจะได้ทราบว่านี่เป็นธรรมที่พระผู้มีพระภาคอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงตรัสรู้ ทรงแสดง หรือเป็นเพียงความคิดนึกของคนอื่น

ถ้าเป็นพระธรรมที่ทรงแสดง ต้องเป็นสิ่งที่จริง ๆ พิสูจน์ได้ทุกขณะ และจะเริ่มสะสมความเข้าใจขึ้น เพราะว่าทุกคนมักจะพูดเรื่องปัญญา แต่ไม่เข้าใจเลยว่าปัญญานั้นเริ่มจากความเข้าใจถูกในลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังมีจริง ๆ และกำลังปรากฏในขณะนี้

เพราะฉะนั้น ถ้ามีความเข้าใจขั้นการฟัง จะเป็นเหตุปัจจัยทำให้สติสามารถระลึกได้ถูกต้องโดยไม่ใช่เรา แต่สังขารขันธ์ คือ สติ ศรัทธา หิริโอตตปปะ และเจตสิกอื่น ๆ อีกมากมายจะปรุงแต่งทำให้สติสัมปชัญญะระลึกตรงลักษณะ

เราฟังมากแล้ว แต่สติสัมปชัญญะจะระลึกที่ลักษณะนั้นเมื่อมีปัจจัย และจะค่อย ๆ เข้าใจขึ้นทีละน้อย นิดเดียว แต่จะนำไปสู่ความเข้าใจที่สมบูรณ์ครบถ้วนถูกต้อง สามารถแทงตลอดในสภาพที่เกิดดับที่ไม่ใช่ตัวตนได้ มีหนทางนี้ทางเดียว คือ ฟังเรื่องสภาพธรรมให้เข้าใจ และไม่ต้องห่วงเรื่องทำ เพราะว่าไม่ใช่หน้าที่ของตัวตนจะไปทำ แต่เป็นเรื่องของสังขารขันธ์ที่จะปรุงแต่งจนกว่าปัญญาจะเจริญขึ้นเป็นขั้น ๆ

ถ. ขอบพระคุณ



ผู้ฟัง ผมมักจะช่างซัก ชี้สงสัย คือ เรามาศึกษาธรรมอยู่ในชีวิตประจำวัน เราต้องการทราบสภาพจิตจริง ๆ ของเราว่าเป็นอย่างไร ซึ่งเราไม่สามารถหลอกตัวเอง หรือโกหกตัวเองได้ ถ้าเป็นอกุศล หรือไม่ชอบ หรือหงุดหงิดสักนิดเดียว ก็ต้องเป็น อกุศล ใช่ไหม ขอถามคุณกฤษณาหน่อยว่า ถ้าเขาไปแล้วเราสบายใจขึ้นหน่อยไหม

ก. ไม่มีความรู้สึกแตกต่างกันระหว่างเขาอยู่หรือเขาไป

ผู้ฟัง ถ้าอย่างนั้นก็ในแต่ละบุคคล ขอขอบคุณ

ผู้ฟัง เมื่อก็ผมก็มองดูอยู่เหมือนกัน เห็นเขานั่งเรียงกัน ดูตาเขาจ้องมอง เหมือนไม่เคยเห็น ผมกลับรู้สึกสงสารเขา นึกถึงเมื่อครั้งตัวเองอยู่ที่ต่างประเทศ ก็เป็นแบบนี้เหมือนกัน ฟังใครก็ไม่รู้เรื่อง ผมคิดว่า ถ้าเขารู้เรื่อง เขาจะดีใจมาก แต่เขาไม่รู้เรื่อง จึงสงสารที่เขาพลาดโอกาสดี ๆ อย่างเราไป เห็นเขามายืน ๆ มอง ๆ ก็ไม่ทราบว่าเขาคิดอะไร ขณะที่เรากำลังทำประโยชน์ เขาแค่มองอย่างเดียว แต่ในใจ ไม่ทราบว่าเขาคิดอะไร หรือมีธรรมอะไรเกิดขึ้นในใจเขาบ้าง

ผู้ฟัง นี่ก็เป็นแต่ละบุคคลที่สะสมมาอย่างไรก็มีความคิดไปต่าง ๆ นานา ทั้ง ๆ ที่มีอารมณ์เดียวกัน เห็นสิ่งเดียวกัน แต่ความคิดแตกต่างออกไป จิตก็แตกต่าง ออกไป ผมอยากฟังความคิดเห็นของคุณโจนาธานบ้าง

จ. เรื่องนี้ผมเกิดโทสะหน่อยที่มีคนมามองดู รู้สึกว่าเสียงของเรา ที่มาเคารพเวียนเทียนที่นี่ บางทีเราอาจจะรบกวนเขา แสดงว่าแต่ละคนไม่เหมือนกัน สะสมมาไม่เหมือนกัน

ผู้ฟัง นี่ก็เป็นอีกสภาพจิตหนึ่งที่เห็นสิ่งเดียวกัน คุณแฉ่วเป็นอย่างไร

อ. แฉ่วช่างสังเกตนิดหนึ่ง มีผู้หญิง ๔ คนนั่งตรงนั้น คนหนึ่งเขาพิศวงมาก เขาเข้าไปที่อาจารย์ที่ถือไมโครโฟนและบอกว่า เสียงไปออกตรงโน้น นี่แฉ่วเดาเอา เพราะเขาชี้ตรงโน้นไปตรงโน้น แฉ่วไม่รู้สึกละไร เพียงแต่เหมือนคุณกฤษณา คือ สลับไป สลับมา เดียวฟังอาจารย์บ้าง เดียวมองดูเขา แต่ไม่รู้สึกละไรโทสะหรือโลภะอะไร

ผู้ฟัง เขาไม่ได้มองดูฝรั่ง แต่มองดูคนไทย เขาคงคิดว่า พวกนี้แปลกนะ ดูเหมือนธิเบต



ผู้ฟัง ผมมีความรู้สึกว่ แม้เกิดมาเป็นคนหรือเป็นมนุษย์ การเข้าใกล้พระสัทธิธรรมนี้ยาก เพราะมีสิ่งให้เปรียบเทียบ แม้แต่ชนชาติต่าง ๆ ตลอดจนชนชาติไทยด้วยกันซึ่งกำลังปรากฏอยู่ในขณะนี้ ก็ให้เปรียบเทียบได้

ผู้ฟัง รู้สึกจะมีเมตตา ไซ้ไหม

ผู้ฟัง หมายถึงว่า การสะสมกุศลที่จะพบพระสัทธิธรรมในแต่ละชาติ ๆ นี้ยากมาก

ส. ทุกคนคงไม่ลืมว่า อยู่ในโลกของความคิดของตัวเองซึ่งร่วมกันไม่ได้เลย ในขณะที่จิตแต่ละคนกำลังเกิดดับ จะเอาความคิดของคุณประสิทธิ์ศักดิ์มาให้คุณณิต หรือจะเอาความคิดของคุณณิตไปให้คุณโจนาธานก็ไม่ได้ แสดงให้เห็นว่า แม้สิ่งที่ปรากฏทางตา เห็นเหมือนกันหมด แต่ต่างจิตต่างใจตามการสะสม แสดงว่าเราอยู่ในโลกของเราเองตามลำพังคนเดียวอย่างนี้แน่นอนในทุกชาติ แล้วแต่เราจะนึกคิดอย่างไร ทั้ง ๆ ที่สี่ส้นมีปรากฏภายนอก แต่ทุกคนก็มีโลภะบ้าง มีเมตตาบ้างตามการสะสม อย่าลืมว่า ไม่มีใครเลยในโลกนี้ นอกจากนามธรรมและรูปธรรมที่เราเห็นเป็นสัตว์ เป็นบุคคลต่าง ๆ ความจริงเป็นเพียงสิ่งที่ปรากฏทางตาและเรานึกเอาทั้งหมด

เหมือนเราสองกระเจก เราอยู่ที่ไหนในกระเจก เวลาเราสองกระเจก ตัวเราอยู่ที่ไหน กลายเป็นเราเข้าไปอยู่ในกระเจกเสียแล้ว ไซ้ไหม ตัวเราจริง ๆ อยู่นอกกระเจก แต่เมื่อสองกระเจกแล้ว กลายเป็นเราเข้าไปอยู่ในกระเจก แสดงให้เห็นว่า เราสามารถคิดนึกได้ แม้ในกระเจกไม่มีอะไรเลย ก็กลายเป็นตัวเราอยู่ที่นั่น

เพราะฉะนั้น เราจะคิดอะไรก็ได้สารพัดอย่าง แต่ให้ทราบว่า ช่วงขณะหนึ่งที่จิตเกิดขึ้นคิดและดับ แต่เพราะไม่ประจักษ์การเกิดดับของจิตจึงปรากฏเป็นเรื่องราวเป็นสิ่งที่ต่าง ๆ เป็นโลกที่มีปัญหากว้างใหญ่เหลือเกิน แต่ถ้ารู้ว่าทุกสิ่งทุกอย่างเพียงช่วงขณะจิตเดียวเท่านั้นและบังคับบัญชาไม่ได้ จะทำให้เราระลึกลักษณะของปรมัตถธรรม เพราะว่าไม่เคยขาดปรมัตถธรรมเลย



ทางตา ไม่เคยขาดสิ่งที่ปรากฏ ทางหูเวลาที่มีการได้ยินก็ไม่เคยขาดเสียง ทางจมูกก็ไม่เคยขาดกลิ่น ทางลิ้นก็ไม่เคยขาดรสขณะที่ชีวหาวิญญูญาณเกิดขึ้นลึ้มรส ทางกายก็ไม่เคยขาดเย็น ร้อน อ่อน แข็งที่กระทบสัมผัส ทางใจก็ไม่เคยขาดคิดนึก แสดงให้เห็นว่า มีธรรมทั้งหมด

ถ้าสามารถเข้าใจว่า ธรรมเป็นปรมาณธรรม เป็นสภาพธรรมที่มีลักษณะเกิดขึ้น ปรากฏ และสละสลึงที่ลักษณะของสิ่งที่ปรากฏ จะทำให้ไม่เห็นว่าเป็นสภาพธรรมนั้น ๆ เป็นตัวตนหรือเป็นสิ่งหนึ่งสิ่งใด นี่คือหัวใจของพระธรรมที่จะละการยึดถือสภาพธรรมว่าเป็นสัตว์ เป็นบุคคล เพราะสภาพธรรมกำลังเกิดดับอยู่ในขณะนี้แล้ว

ผู้ฟัง ผมมองสภาพจิตของผมว่าหวั่นไหวแค่นั้น ผมคิดว่ามีบ้าง แต่เมื่อได้พิจารณาสภาพจิตของตัวเองว่า ไม่ค่อยชอบใจ ไม่ค่อยสบายใจ และพิจารณาลบ ๆ ความหวั่นไหวจะเบาบางลง ซึ่งนั่นคงจะเป็นโทษะ

ผู้ฟัง เมื่อเข้านี้แล้วรู้สึกหวั่นไหวมาก ตื่นมาตอนเช้าแล้วสนทนากับแฟน นิดหน่อย คิดถึงลูกว่า ถ้ามีอะไรเกิดขึ้นกับลูก สมมติว่าความตายเกิดขึ้น รู้สึกหวั่นไหวมาก ขอคำแนะนำด้วย

ส. อะไรจะเกิดก็ต้องเกิด ยับยั้งไม่ได้เลย ถ้าลูกจะตายหรือใครจะตาย ก็ไม่ใช่ตายเพราะเรานึกขณะนั้น เขาจะอยู่หรือจะตายต้องตามเหตุตามปัจจัยทั้งนั้น แต่ปัญญาของเราจะรู้ถึงความ เป็นธรรมดาว่า เมื่อมีความเกิดก็ต้องมีความแก่ มีความเจ็บ มีความตาย เป็นของที่แน่นอน ถ้าเรามีความมั่นคงไม่หวั่นไหว ขณะที่มีความตายเกิดขึ้นก็เป็นอนุสติทำให้เราระลึกถึงสัจธรรมได้ว่า ความจริงเป็นอย่างนี้ ห้ามไม่ได้ แต่อย่าลืม ตายปุ๊บก็เกิดปั๊บ เขาเกิดแล้ว เราจะมานั่งเสียใจทำไม นอกจากจะทำบุญอุทิศส่วนกุศลให้เขาอนุโมทนา

เรื่องของความคิดนึกจะเห็นได้ว่า บางครั้งเป็นกุศล บางครั้งเป็นอกุศล บังคับไม่ได้ เมื่อวานนี้คุณนี้น่ากับดิฉันก็คุยกัน ดิฉันก็ถามคุณนี้น่าว่า คิดถึงคุณโรดดาเวกใหม่ คุณนี้น่าก็บอกว่า ไม่เป็นไร คุณโรดดาเวกจะมาที่กัลกัตตาหรือ ไม่มาที่กัลกัตตา บังคับบัญชาไม่ได้ หรืออาจจะตายแล้วก็ไม่ทราบ



นั่นคือวันก่อน แต่เมื่อคืนนี้คุณนี่น่าก็เกิดนอนไม่หลับ คิดใหญ่เลยว่า ถ้าคุณโรดดาเวกไม่มากลัดตา มาไม่ได้ คณะกลับไปแล้ว คุณนี่น่าก็ต้องขอทานเขา เพราะไม่มีสักฐปียเดียว มีแต่เช็ดเดินทางเท่านั้น ก็เป็นเรื่องที่ยาว และเป็นห่วงมาก แสดงให้เห็นว่า แต่ละวันไม่เหมือนกัน บางวันกุศลจิตคิดแบบหนึ่ง และบางวันอกุศลจิตก็ปรุงแต่งเสียมากมาย

ถ้าสติสัมปชัญญะเกิด ขณะนี้ ไหนอกุศลจิตที่คิด และไหนอกุศลจิตเมื่อวันก่อน ทุกขณะที่ล่วงไปแล้วไม่กลับมาอีก เพราะฉะนั้น ขณะที่สภาพธรรมกำลังมีลักษณะปรากฏเท่านั้นที่จะให้ความจริงว่า ลักษณะนั้นเป็นเพียงสภาพธรรมที่ต้องเกิด จึงปรากฏและดับทันที

ถ้าเข้าใจอย่างนี้บ่อย ๆ สติจะระลึกแม่นิดเดียว เพราะว่าสภาพธรรมปรากฏนานไม่ได้ และสติก็เกิดอีก ระลึกอีก และค่อย ๆ เข้าใจอีกได้

ผู้ฟัง เพื่อนแนะนำว่า ถ้าคิดถึงความตาย เจริญมรณานุสสติจะช่วยได้มาก

ส. แต่ละคนไม่เหมือนกัน ขอให้ทราบว่ พระธรรมไม่ใช่ว่าเราไม่ศึกษาเลย เราไม่ฟังเลย เราไม่พิจารณาเลย เมื่อมีเหตุการณ์อะไรเราจะคิดได้เลย ไม่ใช่อย่างนั้น แต่หมายความว่า เราต้องเตรียมพร้อมสำหรับทุกอย่างที่จะเกิดขึ้นในชีวิต เพื่อที่เราจะได้เข้าใจว่า ไม่พ้นไปจากพระธรรมที่พระผู้มีพระภาคทรงตรัสรู้ และทรงแสดงเรื่องของความไม่เที่ยง ความไม่ใช่ตัวตน ความบังคับบัญชาไม่ได้

ผู้ฟัง แล้วรู้สึกว่ ตัวเองมีความคิดถึงเรื่องธรรมมากกว่าที่จะเจริญสติ

ส. ความจริงเป็นอย่างไรรู้เป็นอย่งนั้น ค่อย ๆ อบรมไป

ผู้ฟัง สิ่งทีปรากฏทางตา หรือขณะเห็นนั้น มักจะคิดเลยไปนาน แม้ว่าสติจะเกิด แต่หลังจากนั้นก็มีเรื่องคิดเยอะเลย เห็นทีไรก็เป็นเรื่องนี่คิดต่อไปยาว แต่ทางกายเมื่อสตรระลึกสิ่งทีปรากฏทางกาย การคิดนี้ก็น้อยกว่า

ส. ไม่เป็นไร แล้วแต่เขาจะค่อย ๆ เป็นไปอย่างไร ในที่สุดก็ต้องครบทั้ง ๖ ทวาร ปัญญาจะต้องเพิ่มขึ้น พิจารณาไป อดทนไป ระลึกไป



ถ. เป็นเพราะว่าอารมณ์ของกายทวารนั้นไม่กว้างขวาง หรือไม่วิจิตรพิสดาร
เหมือนอย่างทางตาหรืออย่างไร

ส. จะด้วยประการใด ๆ ก็ตาม ปัญญาจะต้องค่อย ๆ เจริญขึ้น
เป็นสังขารขั้นที่ค่อย ๆ ปรงแต่ง จนกว่าจะคมกล้า





๒๐๑๓

สนทนาธรรมที่ป่าอิสิปตนมฤคทายวัน แขวงเมืองพาราณสี

วันที่ ๓ พฤศจิกายน ๒๕๓๓

ต่อสนทนาธรรมที่พุทธคยา วันที่ ๕ พฤศจิกายน ๒๕๓๓



ถ. การที่จะเจริญสติได้ ต้องมีความรู้ความเข้าใจเรื่องสติ ไม่ใช่รู้ลักษณะของสติ ไซ้ใหม่

ส. คุณสมนึกหมายความว่าถึงสติปัฏฐานไซ้ใหม่

ถ. ไซ้

ส. สติเป็นสภาพที่ระลึกถึงลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏ นั่นคือสติปัฏฐาน ขณะที่สติปัฏฐานยังไม่เกิด คนนั้นจะไม่รู้เลยว่า สติปัฏฐานคืออะไร ต่อเมื่อใดที่สติปัฏฐานระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรม เมื่อนั้นก็รู้ว่าสติคืออะไร กำลังระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมอย่างนี้ คุณสมนึกจะต้องมานั่งคิดถึงบัญญัติกลับไปกลับมาทำไม ประโยชน์อะไร

ถ. สงสัย เพราะว่าขณะนั้นไม่รู้ ไม่ได้ใส่ใจในลักษณะของสติ ...

ส. แต่รู้ว่ามีสติ สติกำลังระลึกเท่านั้น

ถ. รู้จากการศึกษาเท่านั้นว่า ขณะที่มีการใส่ใจในสภาพธรรมตามความเป็นจริง ขณะนั้นมีสติเกิดร่วมด้วย เข้าใจเพียงแค่นั้น แต่ไม่ได้รู้ลักษณะของสติเลย

ส. เวลาที่สติปัฏฐานเกิด คุณสมนึกรู้ความต่างกันของหลงลืมสติกับสติปัฏฐานเกิดหรือเปล่า

ถ. รู้

ส. หมายความว่า เริ่มรู้ว่าสติปัฏฐานมีลักษณะอย่างไร เหมือนกับขณะนี้ทางตา เราบอกว่าเห็นเป็นนามธรรม และสิ่งที่ปรากฏทางตาเป็นรูปธรรม แต่แม้กระนั้นการที่จะค่อย ๆ รู้จริง ๆ ว่า นี่เป็นสภาพเห็น เป็นนามธรรมที่กำลังรู้สิ่งที่ปรากฏทางตา ก็ต้องอาศัยกาลเวลาอีกนานมาก เพราะฉะนั้น เวลาที่สติเกิด



ไม่ใช่หลงลืมสติ และรู้ว่ามีสติ ขณะนั้นก็ต่ออาศัยกาลเวลาต่อไป จนกว่าลักษณะของสติจะปรากฏเป็นอารมณ์อีก

ถ. ท่านอาจารย์หมายความว่า ขณะนั้นรู้สติด้วยแล้ว ใช่ไหม

ส. คุณสมนึกรู้หรือเปล่าเวลาสติปฏิฐานเกิด คุณสมนึกรู้ใหม่ว่าสติปฏิฐานต่างกับหลงลืมสติ รู้หรือไม่รู้

ถ. รู้

ส. ถ้ารู้ ขณะนั้นก็รู้ว่า ขณะที่สติคืออย่างนี้ และการที่จะรู้ลักษณะของสติปฏิฐาน จะมีสติปฏิฐานเป็นอารมณ์ ก็เพิ่มความรู้ขึ้นว่า นั่นคือลักษณะของสติค่อย ๆ รู้ขึ้น

ถ. ค่อย ๆ รู้ขึ้น เริ่มใส่ใจพิจารณาลักษณะเพิ่มขึ้นก็จะรู้

ส. เพราะเวลานี้แม้จะรู้ว่าทางตากำลังเป็นสภาพเห็น ก็ยังไม่แจ่มแจ้ง จนกว่าจะค่อย ๆ รู้ขึ้น ฉะนั้น เวลาที่สติเกิดรู้ว่าต่างกับขณะที่หลงลืมสติ แต่เวลาที่สติมากขึ้น ก็สามารถรู้ลักษณะของสติที่กำลังระลึกรู้ได้ เพราะว่าเป็นนามธรรมเหมือนกัน ซึ่งลักษณะของนามธรรมเป็นสภาพรู้

ถ. พอจะเข้าใจขึ้นบ้างแล้ว อีกเรื่องหนึ่งผมสงสัยว่า บุคคลที่ศึกษาแล้วเตือนกันว่า นีรูปธรรม นีนามธรรม ขณะที่ช่วยเตือน จะเป็นการถูกต้องไหมว่าไม่ใช่เป็นการบังคับบัญชา

ส. เตือนได้ แต่ก็แล้วแต่ปัญญาและสังขารขันธ์ของคนฟังที่สติของเขาจะเกิดระลึกรู้ขึ้นไหม บางที่เขาฟังแล้วเขาก็ไม่ระลึกรู้เลย บางที่เขาฟังแล้วก็นึกขึ้นมาได้นิดหนึ่งโดยซื่อ บางที่เขาฟังแล้วสติปฏิฐานเกิดก็ได้

ถ. อีกเรื่องหนึ่ง เรื่องของศรัทธากับปัญญา ขณะที่ผมเห็นเขาบูชาขณะที่ไหว้ธูปเทียนประติษฐาน รู้สึกว่าเขาเต็มไปด้วยศรัทธา แต่ศรัทธาที่ผมไม่ทราบว่าเป็นศรัทธาที่ถูกต้องไหม หรือยังไม่ถูก เพราะเขายังศึกษาไม่ถูกต้องเลย

ส. อย่างน้อยเขาก็มีศรัทธาพระผู้มีพระภาคอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าด้วยความนอบน้อม ซึ่งขณะใดมีความนอบน้อม ขณะนั้นเป็นกุศลจิต



ถ. ถ้าเขารู้มาผิดว่า เมื่อบูชาพระพุทธเจ้าแล้วจะได้อย่างนี้ ๆ ประสบความสุขหรือได้ขึ้นสวรรค์ เป็นความเข้าใจผิด จะเป็นกุศลหรือเปล่า

ส. คนละขณะจิต ด้วยเหตุนี้แม้แต่ชาวพุทธ ชาวไทยเราที่มีความนอบน้อมต่อพระผู้มีพระภาคอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า กราบไหว้ แต่ทำเสมือนว่าพระองค์เป็นเทพเจ้า นั่นก็เป็นคนละขณะจิต ขณะที่แสดงความนอบน้อมเป็นกุศลจิต

ถ. ถึงแม้เขาจะไม่ทราบว่า พระพุทธเจ้าคือใคร สิ่งสอนอะไร

ส. เวลาที่คุณสมนึกมีจิตอ่อนน้อม นอบน้อม แสดงความเคารพคนอื่น รู้สึกถึงจิตใจของตัวเองใหม่ ว่า ในขณะนั้นปราศจากมานะ ปราศจากความสำคัญตน

ถ. ท่านอาจารย์หมายความว่า ขณะนั้นต้องเป็นกุศลจิตด้วย ใช่ไหม

ส. เมื่อมีความนอบน้อมต่อผู้ที่ควรนอบน้อม ถ้าดิฉันจะให้ชาวฮินดูที่เป็นผู้อาวุโส คุณสมนึกคิดว่า ดิฉันเป็นกุศลจิตหรืออกุศลจิต

ถ. เป็นกุศลจิต

ส. เพียงความนอบน้อมแก่ผู้ที่ควรนอบน้อมโดยวัย ก็เป็นกุศลจิตได้

ถ. ผมเพียงสงสัยว่า น่าจะมีความต่างกัน เพราะเขาไม่มีความเข้าใจถูกต้องว่า พระพุทธเจ้าทรงสอนอะไร

ส. นั่นเป็นเรื่องความเข้าใจ แต่นี่เป็นเรื่องความนอบน้อม

นิน่า ดิฉันพูดเรื่องเห็นกับคุณไอแวน คุณไอแวนเข้าใจชัดและบอกว่า ดูกระจกที่โน่นและคิดว่าเป็นตัวตนที่โน่น ไม่ใช่ที่นี่ เห็นว่าไม่ใช่ความจริง ชัดมาก เพราะว่าที่กระจกเป็นแข็งหรือหนาวเท่านั้นเอง แต่เราคิดเรื่องมาก ๆ และดูโทรทัศน์ คิดเรื่องมาก ๆ แต่ไม่ได้มีอะไรที่โทรทัศน์ หรือเรื่องสี่ที่อาจารย์สุจินต์พูดเมื่อวานนี้มีสี่ต่าง ๆ แต่เราคิดเรื่องเสมอ คิดว่าเป็นตัวอย่างที่ดีที่เตือนให้เราเจริญสติปัฏฐานให้รู้ความจริง

ส. ถ้าเรื่องโทรทัศน์กับเรื่องกระจกพอที่จะทำให้เราเห็นได้ว่า สิ่งใดก็ตามที่ปรากฏ แม้ว่าไม่มีตัวตน ไม่มีสสาร ไม่มีบุคคลเลย เรายังนึกคิดเอาเองได้ว่าเป็นคนนั้น คนนี้ เพราะว่าทุกคนที่ดูโทรทัศน์ ดูละคร ก็จะติดอกติดใจในเรื่องราว



เหมือนกับโกโบรมีจริง ๆ อังศุมาลินมีจริง ๆ เพราะฉะนั้น แม้ในขณะนี้เองเราก็คิดว่ามีคุณธงชัยจริง ๆ นั่งอยู่ตรงนี้ มีคุณนิตยาจริง ๆ นั่งอยู่ตรงนี้ ก็เหมือนกัน ให้เห็นว่าสิ่งที่ปรากฏทางตา ไม่ว่าจะในโทรทัศน์ นอกโทรทัศน์ เมื่อเป็นรูปารมณคือสิ่งที่สามารถกระทบกับจักขุปสาทแล้ว เหมือนกันหมด

เพราะฉะนั้น จิตของเรามีความวิจิตรที่จะนึกคิดและแยกแยะว่า เป็นกระจกเงา เป็นโทรทัศน์ เป็นบุคคลนั้นบุคคลนี้ที่ไม่ใช่กระจกเงา แต่ความจริงแล้วเหมือนกันหมดคือสิ่งที่ปรากฏทางตา เปลี่ยนสภาพไม่ได้ และหลังจากนั้นจิตจะคล้อยไปตามสิ่งที่ปรากฏโดยนึกคิดเรื่องราวต่าง ๆ เป็นอย่างนี้ต่อกัน ทางตาแล้วก็นึกคิดทางใจ ถ้าจะเปรียบสิ่งที่กระทบสัมผัส ก็เหมือนกับฟ้าแลบ นิดเดียวเอง รูปารมณกระทบ นิดเดียวแล้วดับ จิตคิดนึกรับต่อ กระทบอีกและก็ดับ แต่ความรวดเร็วทำให้เราสามารถจำไปเลยว่า สิ่งที่ปรากฏเป็นใคร เสียงที่ได้ยินเป็นเรื่องอะไร

ตัวอย่างอีกอันหนึ่ง คือ หนังสือพิมพ์ มีแต่กระดาษสีขาว ตัวหนังสือสีดำ หรือแม้ไม่ใช่หนังสือพิมพ์ ตำรับตำราวิทยากรต่าง ๆ ก็มีแค่สีขาวกับสีดำ แต่ทำให้เกิดความคิดมากมายใหญ่โต แสดงให้เห็นว่า เราอยู่ในโลกของความคิดนึก โดยคิดนึกตามสิ่งที่ปรากฏทางตาเท่านั้นเอง และเมื่อสิ่งที่ปรากฏทางตาผ่านไป สิ่งอื่นมาปรากฏทางตาเราก็นึกคิดเรื่องนั้น เช่น ในขณะนี้เราไม่ได้คิดถึงเมืองไทย เราไม่ได้นึกถึงน้ำท่วม ญาติพี่น้อง เพราะมีสถานที่ที่พระผู้มีพระภาคทรงแสดงปฐมเทศนาให้เราเห็น จิตของเราก็น้อมนึกถึง แต่ความจริงก็เป็นเพียงสิ่งที่ปรากฏทางตาและมีการนึกคิดเรื่องนั้น และเวลาได้ยินเสียงทางหู ก็เป็นสภาพธรรมอีกอย่างหนึ่ง จิตที่เห็นและจิตที่คิดนึกเรื่องพระสฎูปก็หมดไปแล้ว มีจิตที่ได้ยินและคิดนึกถึงเรื่องที่ได้ยิน เพราะฉะนั้น ต้องแยก ๖ โลกออกไปให้เป็นสภาพธรรมแต่ละอย่าง จนกว่าจะประจักษ์การเกิดขึ้นและดับไปของสภาพธรรมนั้น ๆ

นินา สนทนากับคุณโจนาธานว่า มีคนเยอะแยะ และมีโอกาสรู้ลักษณะของโลกะ แต่อาจารย์สุจินต์บอกว่า ถ้าคิดว่าจะทำ มีโลกะแล้ว อยากจะทำ อยากจะศึกษา แต่ต้องศึกษาลักษณะของโลกะด้วย แต่ไม่แน่ใจ



ส. ไม่แน่ใจอะไร

นิน่า เรียนลักษณะของโลภะ หรือทำอะไร อยากจะทำอะไร ก็มีโลภะเพิ่มอีก

ส. หมายความว่าโดยตำราว่ามีโลภะ แต่เวลาที่โลภะเกิดจริง ๆ ไม่รู้ว่านั่นเป็นโลภะ เพราะว่าเราชิน อย่างเวลานี้ที่บอกว่าเราเห็น ถ้าขณะนั้นไม่ใช่โทสะ ไม่ใช่กุศล ก็ต้องเป็นโลภะ เพราะฉะนั้น ให้ทราบว่า โลภะเป็นประจำจนไม่รู้สึกรู้จักแต่ชื่อว่าเป็นโลภะ แต่เวลาที่เห็นอะไรก็ตาม จะดื่มน้ำ จะมองดูกระเป่า หรือทำอะไร ๆ ก็ไม่รู้เลยว่าโลภะ

เพราะฉะนั้น ที่จะรู้ลักษณะของโลภะจริง ๆ ต้องด้วยสติสัมปชัญญะที่จะรู้ว่า แม้แต่เราจะคิดสักคำหนึ่ง อย่างคิดถึงคำว่า คยา เพียงแต่นี้ว่า คยา ถ้าเป็นจิตของพระอรหันต์ก็เป็นมหากิริยาจิต แต่สำหรับคนที่เป็นปุถุชนยังมีความยึดถือในตัวตน จะไม่รู้เลยว่า ขณะนั้นมีเหตุอะไรที่ทำให้นึกถึงคำนี้

ในชีวิตของเราพอเราตื่นมาก็คิด มีใครบ้างที่ตื่นแล้วไม่คิด แต่อาจจะไม่รู้ตัวว่าคิด เพราะว่าคิดมีหลายอย่าง คิดถึงรูปร่างสัณฐานของสิ่งที่ปรากฏ จำสิ่งต่าง ๆ ก็ได้ คิดเป็นเรื่องราวก็ได้ ที่มีคนบอกว่าชอบพูดกับตัวเอง หรือว่าวันหนึ่ง ๆ พูดกับตัวเองมาก ก็เพราะว่าความคิดในใจมีเยอะ ที่พูดออกมาน้อยกว่าที่คิด จนเราเกือบจะจำไม่ได้เลยว่าเราคิดอะไรบ้าง เพราะว่าคิดมากเหลือเกิน

ในขณะที่เราจะคิดเรื่องหนึ่งเรื่องใด ให้ทราบว่า เพราะอวิชชาและโลภะทั้งสิ้น ทำให้ไม่คิดเรื่องอื่น เรื่องอื่นก็มีตั้งเยอะแยะ แต่ทำไมคิดเรื่องนี้ แสดงให้เห็นถึงความต้องการซึ่งเป็นอุปนิสัย เป็นอุปนิสัยสยบปัจจัยที่ทำให้วิตกเจตสิกนึกถึงเรื่องนั้น หรือแม้แต่นั่น แสดงถึงลักษณะของโลภะอย่างหนึ่งในขณะนั้น แม้แต่ที่คิดอยู่เสมอ ๆ ก็เป็นโลภะ ถ้าขณะนั้นไม่ใช่โทสะ และไม่ใช่กุศล

นิน่า จะรู้ลักษณะโลภะ ไม่ต้องทำอะไรพิเศษ ทำไม่ได้เลย

ส. ก่อนอื่นรู้ลักษณะที่เป็นนามธรรมหรือรูปธรรมก่อน ไม่ต้องใส่ชื่อว่าคุณลักษณะนั้นเป็นอะไร เพราะว่าโลภะก็เป็นสภาพรู้ โทสะก็เป็นสภาพรู้ ทุกอย่างที่เป็นนามธรรมเป็นสภาพรู้



ที่จะไม่ใช่เราโกรธ ที่จะไม่ใช่เราโลภ ที่จะไม่ใช่เราเห็น ที่จะไม่ใช่เราได้ยิน ก็เพราะว่าลักษณะนั้นเป็นสภาพรู้ เพราะฉะนั้น ต้องแยก คือ ให้รู้ว่าเป็นอาการรู้ เป็นลักษณะรู้ และภายหลังความละเอียดของสภาพรู้แต่ละอย่างจะปรากฏกับปัญญา ไม่ใช่ปรากฏเพราะเรามาตั้งนัยกะว่า กำลังเห็นอย่างนี้เป็นโลภะหรือเบลา หรือเป็น นามธรรมอะไร ไม่ใช่อย่างนั้น ต้องรู้ลักษณะที่เป็นนามธรรมที่ไม่ใช่รูปธรรมเสียก่อน และเมื่อปัญญารู้ว่าลักษณะนั้นเป็นนามธรรม ไม่ใช่เรา ความละเอียดของนามธรรม แต่ละชนิดก็จะปรากฏอีกให้รู้ว่าต่างกัน

นินา แต่ถ้าไม่รู้ตั้งแต่ต้น และเราจะเริ่มเจริญวิปัสสนา หรือเจริญเมตตา ถ้าไม่รู้ว่ามีโลภะด้วย เจริญเมตตาไม่ได้ เจริญวิปัสสนาไม่ได้ เพราะว่ามีโลภะเสมอ

ส. อย่างสามมี ไม่ยากที่จะรู้ว่าเป็นโลภะหรือเบลา ใช่ไหม นั่นก็แสดงว่า รู้ลักษณะของโลภะแล้ว

นินา เมตตาและโลภะต้องรู้ว่าต่างกันอย่างไร ไม่อย่างนั้นเจริญเมตตาไม่ได้

ส. เวลาที่รู้ว่าเป็นโลภะ และรู้ว่าขณะนี้ไม่ใช่โลภะ แต่เป็นเมตตา เพราะฉะนั้น คุณนี้น่าก็อยากจะช่วยสามมีเหมือนอยากช่วยคนอื่น ๆ เสมอกัน ที่จะให้รู้ ธรรมเหมือนกันด้วย ไม่ว่าจะเป็นสามมีหรือไม่ใช่สามมี มีความประพจน์ต่อทุกคน เสมอกัน นั่นคือเมตตา

ทุกท่านที่ได้ฟังพระธรรมแล้ว วันนี้แต่ละท่านจะได้กล่าวถึงธรรมที่เข้าใจแล้ว หรือว่าทราบแล้วในเรื่องของปรมัตถธรรม ซึ่งพระผู้มีพระภาคทรงตรัสรู้และได้ทรงแสดง เมื่อ ๒,๕๐๐ กว่าปีมาแล้ว และได้สืบทอดมาถึงพวกเราที่มีโอกาสได้ฟังและได้เข้าใจ เพราะฉะนั้น แต่ละท่านก็ขอให้พูดถึงเรื่องจิต เจตสิก รูป อะไรก็ได้ตามที่ได้เข้าใจแล้ว นิด ๆ หน่อย ๆ ตามที่คิดว่าจะเป็นประโยชน์กับผู้อื่น และจะได้สนทนากันเพื่อให้เข้าใจ เรื่องนี้ยิ่งขึ้น ใครจะเป็นท่านแรก

ผู้ฟัง เมื่อก่อนที่ยังไม่ได้ศึกษาพระธรรมมีความรู้สึก ว่า ตัวเองเป็นคนดีมาก มีแต่โทษอย่างเดียว ซึ่งมักจะโกรธเวลาที่มีใครทำอะไรให้ไม่พอใจ นี่คิดว่าตัวเองดี อิจจาวิชาใครก็ไม่เคยเลย และยังมีเมตตากรุณาอีก แต่เมื่อศึกษาธรรมแล้วจึงได้รู้ว่า



ตัวเองนี่ช่างมือกุศลมากมายเหลือเกิน คือ มีโลภะประจำ แต่ก่อนไม่เคยรู้เลย รู้แต่ว่ามีความต้องการมาก ๆ อยากได้ของคนอื่น ทุจริต จึงจะเป็นโลภะ แต่เมื่อได้ศึกษาพระธรรมแล้วก็รู้สึกว่ อกุศลมีมากมายเหลือเกิน และพยายามที่จะขัดเกลามาตามที่ได้เล่าเรียนมา

ผู้ฟัง ดิฉันไม่ค่อยเข้าใจปรมัตถธรรมมากนัก แต่ได้อาศัยนำมาประพฤติปฏิบัติประจำวันด้วยการเห็นว่า ตาเห็นรูป เราอาจจะทอ้งเพราะยังไม่รู้ลักษณะ และต่อจากรูปแล้วก็เป็บัญญัติ จากตาแล้วก็หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ใจนี้ดิฉันยังไม่ทราบว่ รูปของใจเป็นอย่างไร แต่ก็พยายามรู้ว่ การนึกคิดนี้เป็นบัญญัติ แม้แต่ฝันก็เป็นบัญญัติ อะไรทุกอย่างไม่จริงจ้ง เกิดขึ้นแล้วก็ดับไป แต่ความจริงก็ยังไม่ทราบการดับ ทราบแต่เพียงว่ ขณะที่เกิดขึ้นแล้วก็ผ่านไป บางสิ่งทำให้เราเกิดโทสะเมื่อเรารู้ว่โทสะนี้ก็ไม่จริงจ้งอะไร เดี่ยวโทสะก็หายแล้ว เพราะฉะนั้น ครั้งต่อไปเราก็พยายามให้น้อยลง โดยพยายามขัดเกลามาจากพระธรรมคำสั่งสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าผ่านทางท่านอาจารย์สุจินต์นี้ ขอบพระคุณ

ส. พูดถึงเรื่องนามธรรมและรูปธรรม ขณะนี้ทุกคนก็กำลังเห็น และเท่าที่กล่าวไปแล้วว่ ขณะเห็นก็ระลึกว่เป็นสภาพรู้ และสิ่งที่ปรากฏทางตาจะใช้คำว่ รูปธรรมก็ได้ ซึ่งหมายความว่าถึงสิ่งที่มีจริง ๆ ขณะนี้ทุกคนกำลังระลึกถึงสิ่งที่มีจริง ๆ ที่ปรากฏเฉพาะทางตาเท่านั้น เพราะฉะนั้น เป็นสภาพธรรมอย่างหนึ่ง ถ้าเข้าใจว่เป็นสภาพธรรมอย่างหนึ่ง ก็จะเห็นความต่างกันของสภาพธรรมที่ปรากฏว่ไม่ใช่การเห็น

ต้องอาศัยการฟังพระธรรม ถ้าไม่อาศัยการฟังพระธรรม ทุกคนมีจิต มีสภาพรู้แต่ไม่เคยรู้เลยว่ ขณะที่กำลังเห็นเป็นเพียงสภาพรู้ อาการรู้ ลักษณะรู้ ซึ่งขณะนี้ไม่ได้รู้อื่นนอกจากเห็นสิ่งที่กำลังปรากฏทางตา

เราจะต้องฟังอย่างนี้ไปเรื่อย ๆ จนกว่าในขณะนี้เอง สามารถที่จะรู้ สามารถที่จะเข้าใจได้จริงว่ สิ่งทีปรากฏมีจริง กำลังปรากฏ สภาพรู้ก็มีจริง ๆ เพราะว่กำลังเห็นสิ่งที่ปรากฏทางตา นี่คืในขณะนี้ที่กำลังเห็น ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น



ทางกาย เมื่อถึงทางใจ เราไม่ต้องไปกังวลว่า ทางใจรู้รูปอะไร ไม่สำคัญเลย เพราะว่าโดยปริยัติพระผู้มีพระภาคทรงแสดงว่า หลังจากที่จิตรู้สิ่งที่ปรากฏทางตาดับไปหมดแล้ว ภาวจิตเกิดขึ้น แต่เราไม่ได้สัมผัสสิ่งที่ปรากฏทางตา เพราะฉะนั้น ทางใจนึกถึงสิ่งที่ปรากฏทางตาโดยที่ไม่รู้ความจริงว่า สิ่งที่ปรากฏทางตาเพียงปรากฏสั้น ๆ และดับไป เมื่อไม่ประจักษ์การเกิดดับเพราะกำลังนึกถึงเรื่องสิ่งที่ปรากฏทางตา จึงเสมือนว่ามีเรื่องของสิ่งที่ปรากฏทางตาตลอด โดยสิ่งที่ปรากฏทางตาไม่ได้ดับ

นี่เป็นความไม่รู้ลักษณะของสภาพธรรมตามความเป็นจริง ซึ่งปัญญาจะต้องอบรมเจริญพร้อมสติ พร้อมการฟัง พร้อมการพิจารณา พร้อมการเข้าใจ แม้ในขณะนี้ยังไม่ประจักษ์ว่า สภาพธรรมที่กำลังปรากฏทางตาดับ แต่ก็สามารถรู้ว่า เป็นเพียงสภาพธรรมอย่างหนึ่ง นี่คือจุดเริ่มต้น คือ ขอให้รู้ว่าเป็นเพียงสภาพธรรมอย่างหนึ่ง เพราะฉะนั้น ทางใจ ไม่ต้องกังวลว่าจะรู้รูปอะไร ซึ่งความจริงแล้วนึกถึงรูปต่อจากทางตาที่เห็น นึกถึงเสียงต่อจากทางหูที่ได้ยิน นึกถึงกลิ่นต่อจากทางจมูกที่ได้กลิ่น นึกถึงรสต่อจากจิตที่ลิ้มรส นึกถึงสิ่งที่กระทบสัมผัสต่อจากจิตที่รู้สิ่งที่อ่อนหรือแข็ง เย็นหรือร้อนที่กระทบสัมผัส

คิดทุกวัน และคิดมาก ๆ ด้วย และไม่เคยรู้ความจริงว่า อกุศลจิตคิดไม่ดีเท่านี้เอง ในวันหนึ่ง ๆ อาจจะเป็นโลภมูลจิต จิตที่ต้องการ และก็นึกไปในเรื่องของความต้องการต่าง ๆ อาจจะเป็นจิตที่โกรธ ก็คิดไปในเรื่องของโกรธ เรื่องราวต่าง ๆ บุคคลต่าง ๆ ที่โกรธ แสดงให้เห็นว่า ความคิดนึกไม่ใช่เรา เกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัย เมื่อมีการนึกถึงเรื่องราวต่าง ๆ ในวันหนึ่ง ในเดือนหนึ่ง ในปีหนึ่ง บางทีหลาย ๆ ปีแล้ว ก็ยังคิด ไม่ทราบว่าใครที่นึกถึงเรื่องในอดีตเมื่อหลาย ๆ ปีก่อนบ้างหรือเปล่า แต่ให้ทราบว่า ลักษณะที่คิดนั้น ก็เป็นสภาพคิดเท่านั้นเอง





๒๐๑๔

สนทนาธรรมที่พุทธคยา

วันที่ ๕ พฤศจิกายน ๒๕๓๓



ผู้ฟัง ตอนแรก ๆ คิดว่า การลดละกิเลสมีวิธีอื่น โดยการปฏิบัติทำสมาธิ หรือถือศีลอะไรก็แล้วแต่ ทำให้เกิดปัญญารู้แจ้งได้ แต่หลังจากได้ศึกษาธรรมแล้วก็รู้ว่า มีหนทางเดียว คือ การเจริญสติปัฏฐาน ซึ่งการเจริญสติปัฏฐานต้องศึกษา ปรมัตถธรรม คือ จิต เจตสิก รูปให้เข้าใจ และต้องรู้ความจริงซึ่งมีอยู่ ๒ อย่าง คือ รูปธรรม นามธรรม ให้ศึกษาทุกวัน

การศึกษาก็ตั้งแต่การฟังพระธรรม พิจารณาพระธรรมไปเรื่อย ๆ เพราะว่า การลดละกิเลสเป็นไปตามลำดับขั้น ต้องรู้ว่า เราเห็นผิดในสภาพธรรมโดยมีโลภะ ร่วมกับความเห็นผิดนั้น ทั้งทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ก็พยายามศึกษาสภาพธรรมที่กำลังเกิดทั้งทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ที่เป็นรูปธรรม นามธรรม ต้องฟังมากทีเดียว และศึกษาขั้นพิจารณา คิดนึก แต่ก่อนเราคิดถึงเรื่องดิรัจฉานวิชา วิชาทางโลก การทำมาหากิน คิดแล้วคิดเล่า ในทางนั้น ต่อมาได้ศึกษาธรรมว่า สิ่งที่เราควรจะรู้ คือ สภาพธรรมที่กำลังปรากฏ ในขณะนี้ ต้องศึกษาไปเรื่อย ๆ พิจารณา ศึกษา ฟัง และพิจารณาธรรมให้สติปัฏฐาน เกิด

ผู้ฟัง แต่ก่อนนี้พบท่านอาจารย์สุจินต์ทางวิทยุ เปิดฟังบ้าง ไม่เปิดฟังบ้าง ตอนแรกชอบเสียง เพราะว่าเสียงไพเราะ น่ารัก ชอบ เปิดแล้วก็หยุดฟัง แต่ไม่เข้าใจ ก่อนนอนจะเปิดฟังพระธรรมทุกคืน และอุทิศส่วนกุศลให้ผู้ที่ยังไม่รู้ในกุศลจิตนี้ ก็ขอให้ฟังพระธรรมด้วย และขอให้อนุโมทนากับที่เราเปิดพระธรรม

ตอนหลังมีเพื่อนมาชวนให้ไปฟังที่วัดบวร เผอิญตนเองก็ฟังทางวิทยุอยู่ แต่ยังไม่มีความเข้าใจ เมื่อได้มาฟังที่วัดบวรแล้ว ก็ศึกษาอยากจะเข้าใจรูปธรรมและ นามธรรมว่าเป็นอย่างไร ศึกษาเรื่อย ๆ ถามคนนั้นคนนี้ก็ยังไม่เข้าใจ จนกระทั่งมา



อินเดียวครั้งที่แล้ว มีเวลาว่างก็ถามท่านอาจารย์ว่า รูปธรรมนามธรรมเป็นอย่างไร ก็ได้ความเข้าใจว่า รูปธรรม คือ สภาพไม่รู้ หลับตาไม่มีสิ่งใดปรากฏ ลืมตาก็มีสิ่งที่ปรากฏขึ้น เห็นคือนามธรรม หลังจากนั้นก็ระลึกในคำที่ท่านอาจารย์พูดว่า รูปธรรม คือ สภาพไม่รู้ นามธรรม คือ สภาพรู้ และให้มีสติระลึกในลักษณะสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ ขณะที่จับไมโครโฟนนี้ก็มีลักษณะสภาพธรรมที่ปรากฏ คือ แข็ง สติระลึกในลักษณะแข็ง แม้จะไม่ใช่สติปัฏฐาน แต่ก็ขออน้อมระลึกคตินึกไปกับธรรมที่ท่านอาจารย์สุจินต์บรรยายมา และขออน้อมระลึกลักษณะสภาพธรรมที่ปรากฏนี้ ตลอดไปจนถึงพระนิพพาน ขอตามท่านอาจารย์สุจินต์ไปด้วย ขอบพระคุณ

ผู้ฟัง ดิฉันเป็นลูกศิษย์อาจารย์นอกระบบ ความจริงแล้วเป็นลูกศิษย์อาจารย์มาตั้งแต่ปลดเกษียณ คือ ฟังวิทยุมา ๕ ปีแล้ว อยากจะพบอาจารย์จึงขอมาในทริปนี้ สิ่งที่ดิฉันได้จากอาจารย์ในระหว่างเรียน ๕ ปี คือ ดิฉันได้พิจารณาตัวเองตลอดเวลา โดยเฉพาะจิตกับเจตสิก อาจารย์พร่ำสอนว่า จิตอยู่เฉยไม่ได้ ต้องมีเจตสิก สิ่งที่ดิฉันพบในตัวเองก็คือโกรธ ดิฉันอยากจะเรียนถามอาจารย์ เวลาที่เราโกรธ เรารู้ว่า โทสะเจตสิกเข้ามาปรุงแต่งจิตเรา แต่ระงับไม่ได้ ต้องโกรธ เราก็พยายามระงับว่า เวลานี้โทสะเจตสิกมาเด่นอยู่ในเวทีหัวใจเราแล้ว ทำไมเราไม่เอาสติบอกให้เขาลงจากเวทีเสียที สติขึ้นมาอยู่เกิด สติก็ไม่ยอมเข้ามา และโกรธนาน หลังจากนั้นสิ่งที่ตามมาด้วยความโกรธก็คือความกังวลว่า ทำไมไม่ทำตามที่เราบอก เกิดกังวลใจว่า ถ้าเขาไม่ทำจะเกิดความเสียหาย คือ ที่โกรธเพราะเขาไม่เชื่อเรา และกังวลตามมาอีกประมาณอาทิตย์หนึ่ง ก็อ่านจิตตัวเองว่า บัดนี้กังวลแล้ว

ประเด็นที่ ๑ อยากจะเรียนถามอาจารย์ว่า กังวลเป็นเจตสิกตัวไหน สัปดาหฺ ต่อมาไม่หาย วิตก กังวล วิตกว่า ถ้าเขาไม่ทำตามที่เราพูดจะเสียหาย วิตกต่อไป หลังจากวิตก โกรธหาย แต่กังวลและวิตกจะวนเวียนอยู่ในจิตดิฉันตลอดเวลา ทั้งหมดนี้กินเวลาประมาณเดือนหนึ่งจึงหายทั้งหมด เรียนถามอาจารย์ว่า เจตสิกตัวใด ที่มาอยู่ในเวทีหัวใจของดิฉัน และทำไมสติไม่ขึ้นมาไล่เจ้ากังวล โทสะ และวิตก ออกจากจิตของดิฉัน



สุ. ดิฉันเป็นสหายธรรม คือ เป็นผู้อุยฺหะระพระธรรมมาให้สหายธรรมอื่น ๆ ได้ฟัง ได้พิจารณา ได้เข้าใจ เพราะฉะนั้น ต้องเป็นพระธรรมเท่านั้นที่จะช่วยให้คนที่ศึกษาได้พิจารณาให้เข้าใจถูกต้องว่า พระผู้มีพระภาคทรงแสดงพระธรรมต่างกับศาสดาอื่น เพราะว่าพระองค์ทรงตรัสรู้พระอนุตรตรัสมาสัมโพธิญาณ ทรงรู้แจ้งแทงตลอดลักษณะของสภาพธรรมทุกอย่างตามความเป็นจริง

ถ้าอ่านตำรับตำราอื่น ก็จะมีวิธีต่าง ๆ ที่จะควบคุมจิตใจ หรือพยายามหาทางที่จะระงับจิตใจ พยายามให้จิตอยู่ในอำนาจ เช่น ให้สติขึ้นมา ให้โทษลงไป แต่พระผู้มีพระภาคไม่ได้ทรงแสดงธรรมอย่างนี้ เพราะพระองค์ทรงตรัสรู้ว่า ธรรมทั้งหลายเป็นอนัตตา มีธรรมฝ่ายไม่ดีคืออกุศล และมีธรรมฝ่ายงามที่เป็นกุศล แต่ทั้งธรรมฝ่ายไม่ดีและธรรมฝ่ายงามทั้งหมดเป็นอนัตตา ไม่อยู่ในอำนาจบังคับบัญชาของใคร เพราะฉะนั้น ไม่มีใครมีอำนาจที่จะบอกว่า ให้กุศลเกิดมาก ๆ และให้อกุศลหายไปให้หมด แต่ต้องเป็นผู้ที่เข้าใจสภาพธรรมตรงตามความเป็นจริง เพราะทุกคนที่เกิดมาถ้าไม่มีกิเลส ไม่เกิด ต้องมีกิเลสจึงเกิด

แม้พระผู้มีพระภาคก่อนที่จะทรงตรัสรู้พระอนุตรตรัสมาสัมโพธิญาณ กิเลสทั้งหมดของพระองค์ก็ไม่ได้ดับเป็นสมุจเฉท แต่เมื่อได้ทรงบำเพ็ญพระบารมี ๔ อสงไขยแสนกัปพร้อมที่จะทรงตรัสรู้พระอนุตรตรัสมาสัมโพธิญาณ ในยามเย็นวันรุ่งขึ้นที่จะทรงตรัสรู้ พระองค์ได้ก้าวพระบาทมาประทับที่ใต้ต้นพระศรีมหาโพธิ์โดยสภาพของความเป็นปุถุชน ไม่ใช่แม้พระโสดาบัน หรือพระสกทาคามี หรือพระอนาคามี เพราะว่าพระองค์ไม่ได้ทรงบำเพ็ญพระบารมีเพื่อที่จะเป็นสาวก แต่เพื่อที่จะทรงตรัสรู้พระอนุตรตรัสมาสัมโพธิญาณด้วยพระปัญญาคุณ พระบริสุทธิคุณ และพระมหากรุณาคุณที่จะทรงแสดงธรรม เพื่อให้สัตว์โลกได้ฟังพระธรรม ได้อบรมเจริญกุศลทุกประการ จนกระทั่งสามารถรู้แจ้งอริยสัจธรรมและดับกิเลสด้วยตนเองตามที่พระองค์ได้ทรงตรัสรู้และทรงแสดง

เพราะฉะนั้น ขอให้เราน้อมระลึกถึงสถานที่นี้ เมื่อเสด็จมาประทับด้วยความเป็นปุถุชน แต่ในวันรุ่งขึ้นเมื่ออรุณขึ้นทรงตรัสรู้พระอนุตรตรัสมาสัมโพธิญาณเป็น



พระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า ไม่ใช่ด้วยความปรารถนาว่า ให้กิเลสลงไป ให้สติขึ้นมา แต่ได้อบรมเจริญกุศลบารมี ๔ อสงไขยแสนกัป โดยบารมีอื่น ๆ เป็นบริวารของ ปัญญาบารมี

ทุกท่านฟังพระธรรมเพื่ออะไร ต้องรู้จุดประสงค์ว่าเพื่ออะไร ก็เพื่อปัญญา ความเข้าใจลักษณะของสภาพธรรมตามความเป็นจริง ถ้าไม่อาศัยพระธรรมที่ พระผู้มีพระภาคทรงแสดง จะไม่มีบุคคลหนึ่งบุคคลใดเลยที่จะคิด ที่จะรู้ ที่จะเข้าใจ ธรรมได้ตามความเป็นจริง

ก่อนฟังพระธรรม โลกของแต่ละคนเป็นโลกที่มีดด้วยอวิชชาไม่สามารถรู้ ว่า สภาพธรรมจริง ๆ เป็นอย่างไร และที่เราเคยคิดเคยเข้าใจนั้นเป็นเรื่องราวของ สภาพธรรมทั้งนั้น เป็นสมมติ เป็นบัญญัติ เป็นตัวตน เป็นสัตว์ เป็นบุคคล แต่ ตามความเป็นจริงแล้ว เพราะมีจิต เจตสิก รูป จึงมีการยึดถือว่าเป็นเราที่กำลังเห็น ที่กำลังนั่ง ที่กำลังเป็นสุข เป็นทุกข์ต่าง ๆ ด้วยเหตุนี้ไม่มีใครบังคับธรรมใด ๆ ได้เลย

ต้องอาศัยการฟังธรรมให้เข้าใจก่อน ปัญญาจึงจะกระทำกิจของปัญญาเพิ่มขึ้น เรื่อย ๆ แต่ถ้าปัญญาไม่เกิด ไม่มีทางที่ใครจะดับกิเลสได้เลย อาจจะเข้าใจผิดคิดว่า กิเลสน้อยลง เพราะพยายามระงับ พยายามบังคับ และถ้าบังคับได้ชั่วคราว คราว ก็คิดว่า เก่งมาก ดีมาก แต่ไม่สามารถละความยึดถือความเป็นตัวตนได้

ก่อนที่กิเลสอื่น ๆ จะดับหรือละลายลงไปได้ ต้องดับความเห็นผิดที่ยึดถือ สภาพธรรมว่าเป็นเรา เป็นตัวตน เป็นสัตว์ เป็นบุคคลเสียก่อน เพราะฉะนั้น ต้องรำลึกถึงพระมหากษัตริย์ที่ทรงแสดงพระธรรมให้เราได้ศึกษา ซึ่งเราก็จะได้ศึกษา และน้อมประพฤติปฏิบัติตามเท่าที่จะเป็นไปได้ตามกำลังของปัญญา

ผู้ฟัง ดิฉันไม่ค่อยได้พูด วันนี้ก็ถือโอกาส คือ ดิฉันเองศึกษาธรรมใน ระยะเวลาไม่นานมาก ถ้านับเวลาก็เหลือเวลาอีกประมาณ ๕๖ วัน จะครบ ๔ ปี เพราะ ดิฉันเริ่มต้นวันที่ ๑ มกราคม ๓๐ โดยวิธีอ่าน ต่อมาก็ฟังเทป ได้เรียนถามอาจารย์บ้าง บางครั้งที่ได้พบท่าน ดิฉันจับความได้ตามความเข้าใจของตัวเอง ครั้งแรกที่พบอาจารย์ ที่บ้าน ตัวเองสมัยก่อนนั้นรู้สึก ว่า พระธรรมเป็นของสูงจนคนอย่างเราเอื้อมไม่ถึง



เพราะพระพุทธเจ้ากว่าจะทรงตรัสรู้ก็ใช้เวลานานเหลือเกิน เพราะฉะนั้น ก็ไม่ค่อยจะสนใจ แต่หลังจากฟังอาจารย์สอนแล้วรู้สึกว่ พระธรรมไม่ได้อยู่ที่อื่นเลย ลืมตาก็เจอพระธรรมแล้ว ก็เรียนอาจารย์ว่า พระธรรมอยู่รอบตัว อาจารย์บอกว่า ใช่ เราจะต้องชนกับธรรมตลอดเวลา จากนั้นมาดิฉันก็มีความรู้สึกอย่างที่อาจารย์พูดว่า ธรรมนี้อยู่รอบตัว นอกเสียจากว่าเราจะไม่พิจารณาเอง

ดิฉันเป็นคนขี้หลงขี้ลืม ก็พยายามคิดว่า เมื่อสัจจธรรมเป็นของมีจริง ทำไมบอกว่าไม่มีตัวตน สัจจะก็เป็นของจริง ทำไมไม่มีตัวตน ทำไมเป็นอนัตตา พยายามคิด ก็นึกขึ้นมาได้ว่า ที่ว่าเป็นอนัตตานั้น คือ ไม่มีใครสามารถบังคับบัญชาได้ ต้องเป็นไปตามธรรมชาติ ต่อมาได้ฟังอาจารย์อีกก็นึกขึ้นมาได้ว่า กรรมนี้เป็นตัวจัดสิ่งเหล่านี้ให้เป็นไปตามที่ควรจะเป็น

ต่อมาเมื่อฟังอีกจึงพอจะทราบว่ ต้องมีเหตุมีปัจจัยจึงจะเกิด เมื่อเกิดแล้วก็ต้องดับ แต่ตอนดับนี้ ดิฉันมองไม่เห็น ก็ยังเห็นอยู่ทำไมว่าดับ เท่าที่ได้เรียนจากอาจารย์รู้ว่ สิ่งนั้นเป็นสมมุติ เป็นบัญญัติ และเป็นสัญญาที่ยังตกค้างอยู่ เพราะฉะนั้น เราต้องกำจัดออกไปให้ได้ เมื่อเราสามารถจัดสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ให้เข้ารูปเข้าเรื่องแล้ว เมื่อนั้นแหละเราจึงจะทราบว่ อนัตตาคืออะไร ตัวดิฉันเองเวลานี้ไม่ถึงขั้นที่จะรู้ว่ อะไรเป็นอะไรหรอก ยังพยายามไต่อยู่ เหมือนกิ่งก้อได้ไปแล้วตกลงมา ทั้ง ๆ ที่มี ๑๐๐ เท่าแล้ว ไต่ไปแล้วก็ยังไม่ค่อยขึ้น แต่คิดว่ จะพยายามและไม่เคยตั้งใจเลยว่ จะไปให้ถึงนิพพาน ถึงก็ช่าง ไม่ถึงก็ช่าง จะถึงเมื่อไรก็แล้วแต่ แต่จะไม่ละความพยายาม จะขอพยายามต่อไป

ผู้ฟัง ผมรู้สึกว่ เป็นคนโชคดี มีบุญมากที่เกิดเป็นชาวออสเตรเลียและได้มาเมืองไทย ได้พบอาจารย์สุจินต์ ได้ฟังเรื่องธรรม ฟังเรื่องก็เกิดสนใจ แม้ว่าฟังแล้วยังไม่เข้าใจเรื่องที่อาจารย์พูด แต่อยากฟังอีก ฟังต่อไป เข้าใจบ้างในเรื่องการเจริญสติปัฏฐานในชีวิตประจำวัน ต้องฟังบ่อย ผมฟังมา ๑๗ ปีแล้ว ความเข้าใจยังเริ่มต้นจากมัสติเกิดน้อย เกิดบ้าง และมีอารมณ์เป็นรูปธรรมที่เกิดทางตา ทางหู รู้สึกว่ อารมณ์ที่เกิดทางตาต่างกับอารมณ์ที่เกิดทางอื่น



นอกจากนั้น เข้าใจว่า สำคัญที่ระลึกลักษณะของนามธรรม เป็นสภาพธรรมที่รู้ต่างกับรูปธรรมซึ่งเป็นสภาพธรรมที่ไม่รู้อะไร

นิน่า ดิฉันพูดกับอาจารย์สุจินต์เรื่องอกุศลวิบาก เมื่อคืนยุ่งกั๊ด ไม่มีมุ้ง หลับไม่ได้ อาจารย์สุจินต์สอนว่า ในพุทธกาลไม่มีมุ้ง พระพุทธเจ้าเจริญบารมี วิริยะ ชันติ เราต้องพิจารณาด้วย ถ้ามีอกุศลวิบาก เหมือนการสอบ และควรจะได้ใจที่มีโอกาสได้เรียน แต่ดิฉันสอบตก เพราะว่ามีโทสะและดิฉันบ่น แต่พิจารณาได้ คุณสุจินต์บอกว่า คุณสุจินต์เองดีใจถ้ามีอกุศลวิบาก ไม่เป็นไร อะไรก็ได้ ต้องพิจารณาอธิษฐานบารมีด้วย เรียนแล้วได้อะไรที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน ดิฉันคุยกับคุณแฉ่วเรื่องนี้ คุณแฉ่วบอกว่าไม่ต้องคิด เพราะว่าไม่มีประโยชน์เลย ผ่านไปแล้ว มีชั่วขณะจิต แต่ก่อนดิฉันมีโทสะมาก ๆ เดียวนี้เข้าใจดีขึ้น มีชั่วขณะจิต ผ่านไปแล้ว ไม่ต้องคิดบ่อย ๆ ตลอดเวลา





๒๐๑๕

สนทนาธรรมที่พุทธคยา

วันที่ ๕ พฤศจิกายน ๒๕๓๓



สุ. ขอประทานโทษ ลืมตอบคำถามของคุณสุรีย์เรื่องของวิตก พอที่คุณนี้น่าพูดถึง และท้อแท้ กังวลด้วย ความรู้สึกในขณะนั้นเป็นอย่างไรที่ท้อแท้ สบายใจไหม ขณะที่ เป็นห่วงกังวล สบายใจไหม คำตอบคือไม่สบายใจ เพราะฉะนั้น ขณะนั้นเป็นโทสมูลจิต เป็นลักษณะของโทสะ คือ เป็นสภาพของจิตที่เปลี่ยนจากปกติ เป็นลักษณะที่หยาบกระด้าง หรือวุ่นวาย ไม่ใช่สุขมนัส แต่เป็นทุมนัส

มนัส แปลว่า ใจ สุ แปลว่า ดี หรือสบาย ทุก ก็แปลว่า ไม่ดี เพราะฉะนั้น ขณะนั้นจิตเสีย เพราะว่าเวทนา ความรู้สึกไม่สบาย เป็นโทมนัสเวทนา เป็นสภาพธรรมที่เป็นประเภทของโทสมูลจิต

ผู้ฟัง ดิฉันปลดเกษียณแล้ว วันหนึ่งๆ มีเวลาผืนเยอะ ก่อนปลดเกษียณ ก็ตะเกียกตะกายที่จะเข้าหาธรรม เพราะไม่ต้องการมีจิตฟุ้งซ่าน เมื่อมาฟังจากอาจารย์ ก็เป็นนอกระบบ คือ ฟังจากวิทยุโดยไม่เห็นหน้าอาจารย์ อาจารย์บอกว่า ให้พิจารณา ตัวเองในชีวิตประจำวัน สิ่งที่ดิฉันจับได้มากที่สุดคือทางใจ ส่วนทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ดิฉันยังจับไม่มั่น รู้สึกมากที่สุดคือทางใจ ดิฉันรู้ว่า มีโลภะ โทสะ โมหะ ดิฉันมองเห็นความแตกต่างของจิตเหล่านี้ ระหว่างโทสะกับโลภะว่า มีความ ตรงกันข้ามกันอยู่จุดหนึ่ง คือ ถ้าเราเกิดโทสะ เราารู้สึกรังเกียจ ไม่อยากให้อยู่ในจิตเรา อยากจะผลักเขาออกไป ถ้าอะไรที่เป็นเชื้อของโทสะ เราอยากจะทำออกจากจิตเรา แต่ถ้าเป็นเชื้อของโลภะ แม้จะนิดหน่อย อยากจะเอาเข้าหาใจเรา นี่คือการแตกต่าง ระหว่างโลภะกับโทสะ แต่สำหรับโมหะนั้น ดิฉันคิดว่า ดิฉันมีอวิชชามากเกินไป อวิชชาทำให้เกิด รู้สึกว่า เฉย ๆ คือ โมหะ ไม่รู้ว่าจะถูกต้องหรือเปล่า

สุ. ถ้าขณะใดเป็นกุศล ขณะนั้นก็ไม่ใช่ออกุศล และถ้าขณะนั้นไม่ใช่ออกุศล เฉย ๆ ก็ต้องเป็นอกุศลแน่นอน อีกอย่างหนึ่งรู้สึกว่า คุณสุรีย์ไม่ชอบโทสะเลย



ชอบโลภะใหม่ โลภะก็ไม่ชอบหรือ จริง ๆ แล้วไม่ชอบชื่อโลภะ แต่เวลาเป็นแล้วดี ใช่มั้ยใหม่ อาหารก็อร่อย ทุกอย่างก็สวຍ เพราะฉะนั้น ต้องเห็นโทษของโลภะด้วย เพราะว่าเวลานี้ทุกคนไม่ชอบโทษะ เห็นโทษของโทษะ ไม่อยากมีโทษะ แต่ควรที่จะรู้ว่า ร้ายกว่านั้น คือ โลภะ ซึ่งเป็นมูลเหตุให้เกิดโทษะ

ถ้าประสบกับอารมณ์อะไรซึ่งไม่น่าพอใจก็ควรมีปัญญาที่จะรู้ว่า ขณะนั้น เป็นเพียงชั่วขณะจิตเดียว อย่างที่คุยกับคุณนี่ว่า เป็นเครื่องทดสอบปัญญาของเรา ว่า เราสามารถรับอกุศลวิบากต่าง ๆ และกุศลวิบากต่าง ๆ ด้วยปัญญา หรือว่าด้วย อกุศล

ถ้าเราไม่มีปัญญา เวลาที่เรามีกุศลวิบาก ได้รูป ได้เสียง ได้กลิ่น ได้รส ได้สัมผัสที่ดี เราก็เพลิดเพลินยินดีหมกมุ่นต่อไปอีก และเวลาที่เราได้รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสที่ไม่ดี เราก็ขุ่นเคืองใจ เพราะฉะนั้น ก็ไม่ใช่การเจริญปัญญารู้ลักษณะของ สภาพธรรมเท่าที่ควรจะเป็น เพราะว่าธรรมไปอยู่ในหนังสือ แต่ที่จริงแล้วธรรมไม่ได้ อยู่ในหนังสือเลย กุศลจิตเกิดหลังจากกุศลวิบากหรืออกุศลวิบากได้ หรือโลภะเกิด หลังจากกุศลวิบากได้ โทษะเกิดหลังจากอกุศลวิบากได้ แต่สำหรับผู้มีปัญญาเป็นผู้ที่มีความอดทนสามารถรับทั้งกุศลวิบากและอกุศลวิบากด้วยสติปัญญาที่ไม่หลงเพลินไป และไม่หงุดหงิด ไม่บ่น ไม่ทรมานทรมายด้วย ถ้าไม่มีวิชาแล้ว ก็เลสไค ๆ ไม่มีเลย

ผู้ฟัง เมื่อก็คุยกับคุณนี่ว่าเรื่องนอนไม่หลับ ก็เลยบอกว่า อกุศลจิตก็สามารถ เป็นปัจจัยให้เกิดกุศลได้ เพราะว่าเราทำที่นี้เพื่อที่จะสนทนาธรรม เพื่อที่จะนมัสการ สังฆเวชนียสถาน เพราะฉะนั้น ความลำบากทั้งหลายควรจะมองข้ามไป สำหรับตัวเอง เมื่อเข้าเข้าห้องน้ำ รู้สึกโทษะเกิด และก็คิดว่า เราลำบากเพราะต้องการมานมัสการ สังฆเวชนียสถาน เพราะฉะนั้น อกุศลจิตก็สามารถเป็นปัจจัยให้เกิดกุศลได้ นี่เป็น ประโยชน์จากการศึกษาพระศาสนา

ผู้ฟัง ดิฉันฟังธรรมได้ไม่นานเท่าไร ต้องฟังให้มาก ๆ จนเข้าใจ คิดว่า ยังไม่ค่อยเข้าใจเท่าไร ต้องอาศัยการฟังไปอีกนาน ๆ



ผู้ฟัง ตั้งแต่เด็ก ๆ จำความได้ว่า ได้รับคำสั่งสอนว่าต้องเป็นผู้มีเมตตาแก่คนทั่วไป หลังจากมาฟังจากท่านอาจารย์แล้วจึงทราบว่า แม้แต่ความเมตตาก็ยังแผ่โลภะอยู่ เพิ่งจะได้ทราบในครั้งนี้นะว่า แม้แต่เราเมตตาต่อลูกก็ยังแผ่โลภะอยู่ ซึ่งเป็นอกุศล ท่านอาจารย์แนะนำว่า สิ่งที่เป็นอกุศลต้องงดให้ได้เพราะเป็นอกุศลและมีหลาย ๆ อย่างที่จะต้องขัดเกลากันเองอีกมากมาย เพราะว่าอกุศลจะเข้ามาที่ตัวเราอยู่ตลอดเวลา จะเรียกว่าทุกลมหายใจก็ว่าได้ ถึงอย่างนั้นก็พยายามเข้าข้างตัวเองว่า เราเป็นปุถุชน เป็นผู้ครองเรือน แต่จะคิดได้บ่อยขึ้นหลังจากที่ท่านอาจารย์ได้อบรมให้ทราบว่า เราต้องพยายามตัดอกุศลให้ได้ในทุก ๆ ทาง ทางตา หู จมูก เช่น รับประทานอะไรอร่อยอย่างนี้ ดิฉันขอกราบด้วยความเคารพอย่างสูงที่ได้รับความรู้จากท่านอาจารย์

ผู้ฟัง การศึกษาพระธรรม ผมคิดว่า การฟังมาก ๆ ก็ไม่ใช่เป็นสิ่งที่ดีเสมอไป โดยเฉพาะการฟังมาก ๆ อย่างผม คือ ฟังสิ่งที่ผิด ฟังสิ่งที่ไม่ถูกทาง การไปที่ต่าง ๆ ศึกษาต่าง ๆ นานา ไม่มีประโยชน์อะไรเลย ผมมาพบเมื่อไม่กี่ปีนี่เองว่า ทางที่ถูก คือ การเรียนจากผู้รู้จริง เข้าใจจริง จากพระพุทธรูปของพระพุทธองค์ นี่เป็นสิ่งที่จำเป็นที่สุดในชีวิต เพราะฉะนั้น การฟังมาก ๆ ขอให้ฟังในทางที่ถูกด้วย

อีกประการหนึ่ง ผมเข้าใจว่า การปฏิบัติธรรมได้มากน้อยแค่ไหนนั้น อยู่ที่การทำบุญมาแต่ปางก่อน คงเป็นสิ่งสำคัญมาก เพราะผมดำเนินชีวิตมาเป็นเวลา ๖๐ ปีแล้ว ยังไม่เห็นหนทางเลย จนเมื่อ ๒ - ๓ ปีที่เข้ามาฟังอาจารย์ เคยฟังและทิ้งไปเมื่อ ๒ - ๓ ปีจึงมาฟังใหม่ ตอนนั้นก็เริ่มเข้าใจถูกว่า ทางที่ถูกที่ควรจะเป็นนั้นเป็นอย่างไร ผมขอให้ทุกคนพยายามเข้าหาทางที่ถูก และปฏิบัติธรรมมาก ๆ สะสมบุญมาก ๆ ก็คงจะได้เห็นธรรมที่แท้จริงต่อไป

อนึ่ง การประพฤติธรรมสมควรแก่ธรรมนั้น ผมขอเรียนอาจารย์ช่วยอธิบายให้เข้าใจแจ่มแจ้งด้วย

ส. สูงสุด คือ การระลึกลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ เพื่อรู้ความจริงของสภาพธรรมนั้น ๆ ว่า ไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล จนในที่สุด



ก็รู้แจ้งอริยสัจธรรมได้ แต่ถ้าเราคิดว่าเราอยากจะได้ถึงนิพพานโดยปัญญาไม่เกิดเลย จะไปปฏิบัติอะไรก็ตาม ก็ไม่เชื่อว่าปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม

เมื่อสภาพธรรมมี การประจักษ์ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังเกิดดับได้ ไม่ใช่ขอวิชาจะประจักษ์ได้ แต่ต้องปัญญาที่อบรมเจริญแล้วเท่านั้นจึงประจักษ์ได้ด้วยเหตุนี้จึงต้องฟังพระธรรมเพื่อให้เกิดความเข้าใจ ซึ่งเป็นการอบรมเจริญปัญญา รู้ลักษณะของสภาพธรรม จนในที่สุดก็รู้แจ้งได้ จึงจะชื่อว่าปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม คือ เหตุต้องตรงกับผล

ผู้ฟัง ตั้งแต่เมื่อวานขึ้นได้ยินท่านอาจารย์บอกว่า ถ้านอนไม่หลับ ไม่ต้องกังวล พิจารณาธรรมไปเรื่อย ๆ เมื่อคืนนี้หลังจากรถเสีย เจ็บหลังมาก อยากนอนก็นอนไม่ได้ ทรมานมาก มีโทสะมากพอสมควร ตั้งใจว่าเมื่อถึงวัด อาบน้ำแล้วจะนอนเลย แต่ปรากฏว่าเตียงแข็งโปก โทสะเกิดขึ้น ตอนหลังพิจารณาธรรมไปก็รู้ว่า เป็นอกุศลวิบากของเรา โทสะก็คลายลงไป

ผู้ฟัง สภาพธรรมที่กำลังรู้ลักษณะอารมณ์ขณะนี้ เป็นสภาพธรรมที่มีจริง เป็นปรมัตถธรรม ๑ ใน ๔ อย่าง สภาพธรรมที่รู้อารมณ์นั้น คือ จิต พระผู้มีพระภาค ทรงประกาศปรมัตถสัจธรรมนั้นแล้ว ข้าพเจ้าขอนอบน้อมแด่พระผู้มีพระภาค ด้วยความเคารพบูชาอย่างสูงสุด

ผู้ฟัง เรื่องจิต เจตสิก รูป สมัยศึกษาพระอภิธรรมใหม่ ๆ เพื่อน ๆ ถามผมเรื่อยเลยว่า ไปศึกษาทำไม จิต เจตสิก รูป นิพพาน ไม่ไปทำอย่างอื่น เช่น นั่งสมาธิ ตอนแรกผมก็ไม่ได้รู้สึกว่ามีความสำคัญเท่าไร แต่อยากเรียน ก็เรียนไปเรื่อย ๆ ต่อมาเมื่อมาพบท่านอาจารย์ ได้ฟังธรรมของท่านอาจารย์ จึงเข้าใจว่า เรื่องจิต เจตสิก รูป นิพพาน มีความสำคัญมากจริง ๆ แต่ผมไม่อาจบรรยายให้ทุกท่าน เข้าใจได้ ท่านจะเข้าใจได้อย่างซาบซึ้งเมื่อท่านได้ศึกษาเรื่องจิต เจตสิก รูป รู้จริง ๆ

เรื่องจิต เจตสิก รูป เป็นเรื่องที่สำคัญมาก เพราะแสดงให้เห็นว่า นอกจากจิต เจตสิก รูป และนิพพานแล้ว นอกนั้นไม่มี ตัวตนไม่มี ความเข้าใจเรื่องการมี



ตัวตนด้วยอำนาจของทวิฐูกิถิ ตัณหากิถิ มานะกิถิ เป็นประตูลำคัญที่จะให้เข้าใจเรื่องสติปัฏฐาน และอะไรอีกหลายอย่างซึ่งดับกิเลสได้

ผู้ฟัง วันนี้เป็นวันเกือบจะสุดท้าย ดิฉันขอแสดงข้อคิดนิดหนึ่งว่า หลังจากที่ดิฉันฟังจากอาจารย์นอกระบบ และมาเห็นตัวจริงของอาจารย์ ดิฉันรู้สึกว่ อาจารย์มีอายุและการศึกษาธรรมสั้นกว่าสิ่งที่อาจารย์ได้บรรยายให้พวกเราฟังตลอดเวลาที่อยู่ที่นี้ ดิฉันคิดว่า นี่อาจเป็นการสะสม และปัญญาของอาจารย์ ถ้าหากอาจารย์เป็นผู้ชายและครองผ้าเหลือง อาจารย์คงจะเป็นเกจิ แต่แม้อาจารย์จะไม่ใช่นัชายไม่ได้ครองผ้าเหลือง ดิฉันก็ขอกราบอาจารย์ด้วยความสนธิใจ

ผู้ฟัง กราบท่านอาจารย์ด้วยความเคารพ ผมเคารพมหาเถร วอายุ ๔๐ กว่าที่ท่านเป็นครูสอนธรรม และเคารพท่านอาจารย์สุจินต์เป็นอย่างยิ่ง ผมมีความคิดเพิ่มขึ้น ๆ หลังจากฟังธรรมของท่านอาจารย์ ฟังเจียบ ๆ ฟังแล้วคิด ได้ความว่าความคิดต่าง ๆ เพิ่มขึ้นขึ้น ทำให้เข้าใจมากขึ้น ๆ แต่ก็คิดว่า ผมต้องใช้เวลาฟังอีกนานแสนนาน ซึ่งเหมือนกับท่านเมื่อกี้ที่ว่ ไม่ว่าจะอีกกี่อสงไขยแสนกัปะบรรลุมตธรรมก็ตาม ท่านก็ยินดีที่จะทำตาม ผมก็คิดว่า จากนั้นไปจะไม่ขอพรอย่างอื่นอีกนอกจากขอพรว่า ให้เข้าใจธรรมจากท่านอาจารย์ยิ่งขึ้น ๆ

ผู้ฟัง ขอบพระคุณทุกท่านที่ให้โอกาสผมได้ระบายความในใจเล็ก ๆ น้อย ๆ ให้ทุกคนฟัง ผมเป็นชาวพุทธมาตั้งแต่กำเนิด ไปวัดใส่บาตรทำบุญ คิดว่าจะได้กุศลมากมาย ไปที่ไรก็ต้งไปขอ อธิษฐานอย่างโน้นอย่างนี้ ให้ร่ำรวย ให้แข็งแรงจนกระทั่งได้ฟังเทศของอาจารย์กัถิ ได้มาเจอตัวจริงของอาจารย์วันนี้กัถิ รู้สึกว่ ที่ทำไปทั้งหมดนั้น หลงทางไปทั้งหมดเลย ผมได้มาเห็นความจริงว่ เราได้มาเรียนปรมัตถธรรมซึ่งมีหัวข้อจิต เจตสิก รูป และนิพพาน เป็นหัวใจสำคัญในศาสนาพุทธของเรา ธรรมชาติเท่านั้นที่เราควรจะกำหนดจิตใจของเราให้น้อมถึงธรรมชาติที่แท้จริงที่เกิดขึ้นเป็นประจำวันรอบ ๆ ตัวเรา หลักธรรมนี้ให้แสงสว่างกับผมเป็นอย่างยิ่ง ผมโชคดีที่ได้เข้ามาร่วมในกลุ่มมูลนิธิศึกษาธรรมคณะนี้เป็นอย่างยิ่ง



ผู้ฟัง ความจริงยังห่างไกลจากธรรมมาก จริง ๆ แล้วเป็นคนที่มีโอกาสมาเสมอ แต่ไม่ได้ช่วยโอกาสนั้นเลย เพราะแม่ศึกษาธรรมอยู่ เปิดเทปทุกวัน แต่ไม่เคยฟัง คือ แม่ฟังคนเดียว แต่แม่ก็พยายามเปิดดัง ๆ แต่หญิงก็ไม่เคยฟัง เพราะว่าเข้ามาทุกอย่างในชีวิตมันเร่งรีบไปหมดเลย รีบออกจากบ้านก่อน ๖ โมงครึ่ง ทำงานเสร็จกว่าจะถึงบ้าน ๔ ทุ่ม ๕ ทุ่ม นอน เข้าตื่นอีก ไปทำงาน ชีวิตเป็นอย่างนี้ทุกวัน บางทีวัน ๆ ไม่ได้คุยกับแม่สักคำเดียว จึงไม่มีโอกาสได้ฟังธรรมสักเท่าไร และไม่รู้จะเริ่มต้นเมื่อไรด้วย เพราะตอนนี้ไม่มีสมาธิ ได้มีโอกาสมาอินเดียครั้งนี้ คิดว่าโชคดีมาก

ผู้ฟัง กราบสถานที่นี้ ซึ่งเป็นสถานที่เคารพที่สุดของดิฉัน

ผู้ฟัง วันนี้ถ้าผมไม่มีโอกาสกล่าวธรรม ก็จะเป็นการเสียโอกาสของผม ในชีวิตของผมอาจจะมาที่นี่เป็นครั้งสุดท้ายก็ได้ ผมเองก็อยากจะกล่าวธรรม โดยเฉพาะที่อาจารย์ได้ตั้งไว้ คือ ขอให้พูดถึงพระอภิธรรม เพื่อเป็นการบูชาแด่พระผู้มีพระภาค

สำหรับผมในการศึกษาพระอภิธรรมนั้น ผมคิดว่าต้องเป็นผู้มีปัญญา มีความจำดี จึงจะเรียนได้ ไม่เหมาะกับเราที่ปัญญาไม่ดี ความจำไม่ดี แต่หลังจากที่ศึกษาจึงทราบว่า คนที่มีปัญญาน้อยที่สุด หรือว่าคนที่ไม่มีความรู้ ควรเรียนพระอภิธรรมอย่างยิ่ง มิฉะนั้นแล้วจะไม่มีทางเข้าใจธรรมชั้นสูง หรือเข้าใจได้ช้า

ก่อนจะพูดได้ดูสภาวะจิตของตัวเองว่า การพูดครั้งนี้หวั่นไหวไหม นี่คือพระอภิธรรม มีสภาวะตามความเป็นจริงของจิตว่า มีความหวั่นไหวมากแค่ไหน ผมเลื่อมใสพระอภิธรรมตรงที่สามารถเห็นได้ในชีวิตประจำวัน เช่น ขณะที่เกิดโลภะ ทานอาหารอร่อย ขณะนั้นจิตเป็นอกุศล ในพระอภิธรรมบอกไว้ว่า ต้องมีอหิริกะ คือ ความไม่ละอาย ต้องมีนตตปปะ คือ ความไม่เกรงกลัวต่ออกุศล เป็นความจริงหรือเปล่า ขณะที่อาหารอร่อยนั้น เราทานอย่างเอร็ดอร่อย ทานมาก บางครั้งอาจจะทานด้วยอาการที่ไม่เหมาะสมด้วยซ้ำไป นี่คือการไม่ละอายต่ออกุศล และไม่ทราบด้วยว่า อกุศลประเภทโลภะนี้เป็นสมุทัยสังขาร เป็นสาเหตุของโทสะต่อไป นี่ก็ไม่ทราบจึงไม่กลัว นี่คือการประโยชน์ของการเรียนพระอภิธรรม



ผู้ฟัง ดิฉันคิดถึงเมื่อ ๙ ปีที่แล้ว ที่เคยได้มีโอกาสมากราบสถานที่นี้ และทุกสถานที่ที่เป็นสังฆเวชนียสถาน ตั้งแต่นั้นมาก็มีโอกาสศึกษาพระธรรมมาเรื่อย ๆ มีคุณประสิทธิ์ ศักดิ์ คอยบอก คอยสอน คอยพูด คอยคุย ทำให้ได้อยู่ในพระพุทธศาสนาโดยตลอด และตอนนี้คิดว่า ชีวิตเป็นแค่ช่วงขณะเดียวโดยตลอด ไม่ว่าเราจะรู้สึกพอใจ ไม่พอใจ มีสิ่งที่ดีมากกระทบ หรือมีสิ่งที่ไม่ดีมากกระทบ ก็คิดว่า เป็นเพียงช่วงขณะเดียวที่เกิดขึ้นและหมดไป ๆ เท่านั้นเอง นี่เป็นความรู้สึก





๒๐๑๖

สนทนาธรรมที่พุทธคยา

วันที่ ๕ พฤศจิกายน ๒๕๓๓



ผู้ฟัง ดิฉันฟังธรรมรายการนี้ทางวิทยุมานานนับเป็นสิบปีแล้ว ก็ยังไม่กระตือรือร้น ยังมีโลภ มีรัก มีโกรธ มีหลง สลับกันไปเรื่อย ๆ เวลาที่มีปัญหาอะไรมักจะโทรศัพท์ไปหาอาจารย์ที่บ้าน ก็มักจะถูกลง เพราะเราฟังมาตั้งนานแล้วก็ยังไม่ได้อะไรเลย และพยายามฟังไปเรื่อย ๆ จนกระทั่งรู้สึกว่าคุณอยากได้อะไรได้นี้ หรือความโกรธ ก็ลดน้อยลงมาก

ผู้ฟัง สองคืนมานี้ผมคิดมาก จนกระทั่งคิดมาในรถด้วย บางทีคุณอุษณีย์ถามอะไร ผมก็ไม่ทราบว่าจะถามอะไร วันนี้รู้สึกว่าร่มเย็นสบายดี ทุกคนก็มีที่พึ่งทางใจ

ตอนไปสถานที่ประสูตินั้น ท่านอาจารย์พูดกับผมว่า สถานที่นี้เป็นสถานที่ที่พระพุทธเจ้าเกิดครั้งสุดท้าย ผมฟังแล้วก็ผ่านไปเฉย ๆ แต่ถึงสถานที่ที่ปรินิพพาน รู้สึกมาก คิดมากทีเดียว กราบที่พระบาทของท่าน เอาดอกบัวไปวาง รู้สึกสังเวช ตัวเองว่า พระพุทธองค์ท่านบำเพ็ญเพียรไม่ใช่เพียงปีเดียว ไม่ใช่ ๑๐ ปี ไม่ใช่ ๑๐๐ ปี หรือไม่ใช่แสนปี แต่ ๔ อสงไขยกับแสนกัป จะวัดความยาวไม่ได้เลย ไม่ทราบเลย

พระธรรมอยู่ข้างหน้าเราแท้ ๆ พระไตรปิฎกอยู่แค่เอื้อม ทำไมเราไม่หยิบ วิทยุก็อยู่ใกล้ ๆ มือ ทำไมเราไม่เปิดฟัง หรือฟังแล้วใจก็คิดไปเรื่องอื่น วันหนึ่งเวลาแค่ ๒ ชั่วโมง ทำไมเราไม่สละเวลามาฟังสิ่งที่ประเสริฐที่สุดที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสรู้ ใช้เวลาถึง ๔ อสงไขยกับแสนกัป ท่านมีพระมหากรุณาธิคุณถึงปานไหนกัน ยิ่งมาเห็นสถานที่ที่ตรัสรู้ของพระพุทธองค์แล้ว ท่านใช้ความเพียรอย่างหนักอย่างยิ่ง ถึงขนาดที่เราได้เห็นรูปภาพแล้ว นั่งติดกระดูก ได้ฟังว่าเพียงแต่ลูบพระวรกาย เส้นผม เส้นขน ก็ติดมากับฝ่ามือ เราไม่จำเป็นต้องทำอย่างนั้นเลย พระพุทธองค์ท่านได้ทำมาแล้วทั้งสิ้น เราไม่ต้องลำบากถึงขั้นนั้นเลย ๔ อสงไขยกับแสนกัป พระผู้มีพระภาคได้ทรงเมตตาอย่างมหาศาล ใช้เวลาเพียง ๔๕ ปีเพื่อสั่งสอน ในขณะที่บำเพ็ญเพียรถึง



๔ อสงไขยกับแสนกัป และก่อนหน้านั้นอีกที่ตรีนึกคิดอยู่ในใจอีก ได้บำเพ็ญมาอีก ก็นึกถึงว่า เรานี้ละ โขคมหาศาลที่ได้เปิดวิญญูเจอนานอาจารย์โดยบังเอิญแท้ ๆ และ เกิดชอบใจ พอใจว่ามีเหตุมีผล เป็นเหตุผลที่ไตร่ตรองนึกคิดแล้วพอที่จะฟัง พอที่จะเชื่อ พอที่จะเป็นอย่างนั้นได้ จึงฟังมาโดยตลอด ตอนนั้นก็ก้มลงกราบที่ ฝ่าพระบาทท่าน รู้สึกมาก ๆ และคิดอยู่เรื่อยตลอดเวลา

มานึกอีกครั้งสถานที่ที่ปฐมเทศนา ท่านอาจารย์พูดว่า ปัญญาจะเกิดขึ้นได้ เมื่อรู้ถูกต้อง ตรนี้ทำให้ผมคิดมากกว่า รู้อย่างไร รู้ให้ถูกต้อง ต้องรู้ถูกต้องเท่านั้นจึงจะ เกิดปัญญา และมีคำบางคำที่ท่านอาจารย์บอกว่า จิตจะเป็นกุศลก็ต่อเมื่อ นอบน้อมต่อบุคคลที่ควรนอบน้อม แต่เราพูดกันว่า จิตจะเป็นกุศลเมื่อเราได้นอบน้อม ตรนี้ทำให้ผมรู้สึกว้าขาดไป ...

เมื่อไปถึงโรงแรมก็นึกขึ้นมากอีกว่า ท่านอาจารย์เคยสอน ท่านเน้นเรื่องของ ปัจจุบันเป็นอย่างมาก ถึงโรงแรมก็รู้สึกว่า อารมณ์ที่เกิดขึ้นทางตามีมาก เพราะว่า เป็นสถานที่ใหม่ ๆ อารมณ์ทางตามีเยอะเหลือเกิน มองทางนี้ มองทางโน้นไปเรื่อย รู้สึกโลภะเกิดขึ้นเยอะ บางทีก็เห็นหลายคนวิ่งไปที่ร้านโน้นร้านนี้ ก็เหมือนกับเรา แต่โลภะเกิดขึ้นคนละแบบ เรามองตามประสาผู้ชาย มองอะไรสวย ๆ งาม ๆ นัยน์ตา ก็ส่ายไปตามอารมณ์เรื่อย ๆ ส่วนผู้หญิงก็วิ่งไปซื้อ อารมณ์อีกแบบหนึ่ง

รู้สึกว่า คำพูดของท่านอาจารย์แต่ละคำ ๆ ถ้านำมาไตร่ตรองแล้ว จะได้ประโยชน์มาก บางทีคำพูดสั้น ๆ หรือบางครั้งตอนแรกจะไม่รู้สึกนึกคิดอะไร แต่จะมารู้สึกนึกคิดมากในภายหลังได้ จึงขอคุณณรงค์เอาไว้ว่า เทปเก่า ๆ อย่าเพิ่งทิ้ง เพราะบางทีสลับคำพูดสักเล็กน้อย ทำให้เข้าใจได้

ผู้ฟัง ดิฉันได้ศึกษาธรรมมาตั้งแต่เด็ก ๆ โดยเข้าวัดกับคุณพ่อคุณแม่เรื่อยมา จนมีบางครั้งก็ถูกประมาทว่า จะฟังเทศน์ได้ตลอดคืนไหม ก็พยายามฟังได้ตลอดคืน โดยไม่นอนเลย หรืออ่านหนังสือให้จบ ก็ได้ใช้ธรรมของพระพุทธองค์ในชีวิตประจำวัน แก้ไขปัญหาเรื่อย ๆ และได้ฟังธรรมของอาจารย์สุจินต์ทางวิทยุกระจายเสียง



แต่บางครั้งถึงตอนที่จะได้เข้าใจอย่างแจ่มแจ้งก็ขาดหายไป บางครั้งก็ไม่มีเวลาที่จะฟัง ติดต่อกัน เนื่องด้วยชีวิตประจำวัน

ต่อมาได้ทำบุญมูลนิธิทางวิทยุกระจายเสียงกับอาจารย์ดวงเดือน ดิฉัน ขอบคุณทริปที่พามาในครั้งนี้ ที่ได้พามาไหว้สถานที่ของพระพุทธองค์ ได้มารู้จักกับ อาจารย์ดวงเดือน ซึ่งได้ยื่นชื่อมาตั้งนานแล้วและส่งรณาดิไปโดยไม่ได้เห็นหน้าเลย ได้มาใกล้ชิดกับคณะสหายธรรมทั้งหมด ดิฉันขอขอบพระคุณที่คุณณรงค์เปิดวิทยุ ให้ฟังตลอดทางที่เราเดินทางมา ทำให้ได้เข้าใจธรรม แม้ไม่แจ่มแจ้ง กระทั่งก่อนกระแทน ก็ยังดี

ผู้ฟัง ขอนอบน้อมแด่พระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้น ซึ่งเป็นผู้ไกลจากกิเลส ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง ท่านอาจารย์และสหายธรรมทุก ๆ ท่าน ดิฉันมีความภูมิใจและดีใจที่ได้มานมัสการที่ประเทศอินเดีย ที่พระพุทธเจ้าประสูติ ตรัสรู้ ปรีชาญาณ ตามที่ตั้งใจเอาไว้ รู้สึกดีใจปิติ

ผู้ฟัง ตั้งแต่ปี ๐๙ ลินไปงานศพ และพบหนังสือเล่มหนึ่งเป็นพุทธโฆวาท แต่ลินยังไม่ทราบเลย ลินอ่านธัมมจักกัปปวัตตนสูตร อนัตตลักขณสูตร เหล่านี้ ลินชอบมาก เพราะไพเราะและลึกซึ้งมาก ลินก็ไปถามอาจารย์ว่า นี่หนังสืออะไร ลินชอบ อาจารย์ก็บอกว่า นี่เป็นพุทธโฆวาท เป็นพระไตรปิฎก ลินก็ตั้งต้นเรียนมา ตั้งแต่ ๐๙ แต่ใคร ๆ คงขันที่ลินเรียนตั้งแต่ปี ๐๙ แต่ไม่ดีขึ้นเลย โลภะมาก และ ยังบอกอาจารย์ว่า ลินชอบไปหมด สนุกสนาน แต่ไม่โกรธเลย ไม่มีโทสะ อาจารย์ ก็ไม่ขัดคอเลย ที่แท้ที่ลินกลัวผี ที่วิตกกังวล อยากไดโนเสาร์ ไดโนเสาร์ นี่โทสะทั้งนั้น เมื่อเรียนแล้วลินจึงได้รู้

ผู้ฟัง ธรรมนี้มีทุกหนทุกแห่ง ทุกเวลาในที่ อย่างที่อาจารย์บอกจริง ๆ คือ มีวันหนึ่งดิฉันไปที่ร้านที่ทำแหวนเพื่อทำให้ใหญ่ขึ้นเพราะใส่ไม่ได้ แผลอแป๊บเดียว เขาเอาออกมาแล้ว เป็นวงที่สวยงามที่ใส่ได้ ช่างบอกว่า อะไรที่ทำได้ ใช้เวลานาน เป็นเดือน หลายเดือน แต่ทำลายหรือทำไม่ดี ชั่วพริบตาเดียว จึงขอเรียนว่า การทำความดียาก พยายามแล้วพยายามอีก จากชั่วโม่งเป็นหลาย ๆ ชั่วโม่ง เป็นวัน



หลาย ๆ วัน เป็นเดือน แต่บางทีก็ยิ่งพลั้งเผลอทำไม่ได้ เวลาไหว้พระก็ขอให้ใจถึงซึ่งพระธรรม และมีปัญญาที่จะได้เรียนพระธรรมจากอาจารย์ ได้ฟัง อ่านหนังสืออีกมาก ๆ เพื่อจะได้เป็นลูกศิษย์อาจารย์ที่สมบูรณ์ขึ้น

ผู้ฟัง เมื่อครั้งมาอินเดียเมื่อปี ๓๐ ยังไม่ค่อยเข้าใจอะไรนัก ได้มาเห็นคนอินเดีย เด็ก ๆ ตัวดำ ๆ วึ่งขอเงินเรา ก็รู้สึกไม่สบายใจ แต่ก็นึกขึ้นได้ว่า เรายังดีที่เกิดในประเทศไทย ได้นับถือพระพุทธศาสนา เราคงมีกุศลที่ดีอยู่จึงได้เกิดในเมืองไทยซึ่งอุดมสมบูรณ์ ก็อยากจะอธิษฐานขอให้ได้เกิดในเมืองไทยและพบพุทธศาสนาทุกชาติ ๆ

ผู้ฟัง ไหน ๆ มาถึงที่ และคุณธงชัยบอกว่า ควรจะกล่าวธรรมเพื่อบูชาพระพุทธองค์ ดิฉันก็ไม่อยากนอนหลับทับสิทธิ์

ดิฉันเคยมาที่พุทธคยานี้ เมื่อปีพ.ศ.๒๕๔๗ ตอนนั้นมาในคณะละครที่บ้านมาเล่นเฉลิมฉลองที่ดักกา ปากีสถาน ตอนที่แยกประเทศมาเป็นปากีสถาน ปัจจุบันเป็นบังกลาเทศ ดิฉันมีน้องสาวผู้หวังดีอยู่ข้างหลัง เขาไม่ให้พูดยาว ขอพูดสั้น ๆ

และปัจจุบันนี้ ๓๖ ปีแล้ว ดิฉันย้อนระลึกถึงสมัยก่อนที่มา เราพักที่วัดไทย รู้สึกจะมีที่พักอยู่หลังหรือสองหลังเท่านั้น เขาทาสีชมพู ดิฉันก็นึกในใจ คงเพราะสะสมทางด้านศิลปะ ตอนนี้เป็นสีเหลือง ค่อยยังชั่วหน่อย ตอนเป็นสีชมพูรู้สึกไม่ชอบใจทำไมกระดากระดางอย่างนี้ และยังเห็นพระธิเบตให้อัฐฐางคประดิษฐ์รอบ

นั่นคือการมาเคารพสังเวชนียสถานเพียง ๑ แห่งใน ๔ แห่งเท่านั้น แต่สำหรับพุทธศาสนิกชนนั้น ดิฉันโชคดีที่เกิดมาในครอบครัวที่ปฏิบัติธรรม ทำบุญไหว้พระแบบพุทธศาสนิกชนชาวไทยทั่วไป สำหรับการฟังธรรม ดิฉันได้ฟังธรรมของท่านอาจารย์สุจินต์ ได้อ่าน Buddhism in Daily Life ของคุณนีน่า และได้แจกให้เพื่อนฝรั่งต่อไป และได้อ่านปรมัตถธรรมสังเขปของอาจารย์ แต่ก็อย่างที่คุณหญิงว่าชีวิตประจำวันทำให้เราตั้งแต่ลืมตาออกไปโน่นไปนี่ ก็ผ่านไป ไม่ได้พินิจพิจารณาเท่าไร ได้ฟังธรรมของท่านอาจารย์ในกลุ่มของคุณไพเราะ คุณใจนาธานตอนที่ไปศรีลังกาด้วยกัน เป็นภาษาอังกฤษ ก็ทะลุหูซ้าย ทะลุหูขวาไป ไม่ได้ประโยชน์เท่าไร แต่ทริปนี้



ดิฉันได้ประโยชน์มากเลยที่อาจารย์กรุณาตอบดิฉันที่สถานที่ที่ทรงแสดงปฐมเทศนา ดิฉันถือว่าเป็นลาภ และเป็นความกรุณาของท่านอาจารย์ ที่ท่านถ่อมตัวว่าเป็นเพียง สหายทางธรรม ดิฉันถือว่าท่านเป็นผู้พระอภิธรรมเคลื่อนที่ ซึ่งถ้าพระอภิธรรมอยู่ใน หนังสือ ดิฉันก็คงไม่เปิด แต่ดิฉันถามอาจารย์คำเดียว ท่านอาจารย์ก็กรุณาอธิบายให้ ท่านอาจารย์ยังถามด้วยว่าระดับไหน ดิฉันก็บอกว่าระดับเริ่มต้นชนิดที่พื้นฐานไม่มี ท่านอาจารย์ก็กรุณาอธิบายอย่างแจ่มแจ้ง ดิฉันขอกราบขอบพระคุณในที่นี้

มาถึงตอนนี้ดิฉันได้มาอยู่ในสถานที่ที่ดิฉันรู้สึกว่าร่มรื่น และเราได้มุมที่ดี พระธรรมที่พระพุทธองค์ทรงตรัสรู้ในที่นี้ และจารึกไว้ในพระไตรปิฎก ซึ่งท่านอาจารย์ สุจินต์ภิกษุณานำมาเผยแพร่ให้เราฟัง ถือว่าเป็นบุญกุศล ขออนุโมทนาในบุญกุศลของท่านอาจารย์ด้วย

ผู้ฟัง ดิฉันได้ฟังธรรมจากท่านอาจารย์มาประมาณ ๓ ปีกว่า แบบนั่งฟัง อย่างเดียว ไม่กล้าซัก ไม่กล้าถาม เพราะยังไม่เข้าใจเลย แต่วันนี้เลี้ยงไม่ได้แล้ว พยายามหลบตาคุณธงชัยอยู่เสมอ

ในระยะเวลา ๓ ปีกว่านี้ เข้าใจสภาพธรรมตามความเป็นจริงว่า มีอยู่ ๔ อย่าง คือ มีจิต เจตสิก รูป และนิพพาน ถ้าจะให้ย่ออย่างสั้นก็คือ รูปกับนาม รูปเป็นสภาพที่ไม่รู้ นามเป็นสภาพที่รู้ การจะขัดเกลากิเลสได้ต้องรู้ด้วยปัญญา คือ ต้องเกิดจากปัญญา ความเข้าใจที่ถูกต้อง โดยระลึกถึงสภาพธรรมแต่ละทวาร ตามความเป็นจริงว่า ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน ลึกกว่านี้ก็พูดไม่ได้แล้ว





๒๐๑๗

สนทนาธรรมที่พุทธคยา

วันที่ ๕ พฤศจิกายน ๒๕๓๓



ผู้ฟัง ดิฉันคิดว่าตัวเองมีโทสะเกิดขึ้นเพราะวจีกรรม เมื่อก่อนนี้ยังไม่ได้ฟังคำบรรยายของท่านอาจารย์ ก็อยากจะตอบได้ หรือพูดกันไปพูดกันมา จากเดิมที่ไม่เป็นเรื่องก็เป็นเรื่องขึ้นมาได้ เมื่อได้ฟังคำบรรยายของอาจารย์แล้ว บางทีก็ระลึกขึ้นมาได้ว่า คำพูดที่ได้ยินเป็นเพียงเสียงที่กระทบทางหู เป็นสภาพธรรมอย่างหนึ่งที่เกิดขึ้นตามเหตุตามปัจจัย ควบคุมบังคับบัญชาไม่ได้ ที่ดิฉันเกิดโทสะหรือไม่พอใจอะไร โทสะก็เป็นอนัตตา บังคับบัญชาไม่ได้เช่นกัน เกิดขึ้นแล้วก็ดับไปจากการหยุดระลึกรู้ บางทีก็ช่วยเหลือคลายสถานการณ์ได้ เพราะว่าดิฉันจะเป็นคนที่หยุด และเหตุการณ์นั้นก็ไม่ยาว รู้สึกว่า อกุศลวิบากที่เกิดขึ้นเมื่อระลึกได้ก็เป็นเพียงเสียงที่กระทบทางโสตปสาท ทำให้ไม่คิดปรุงแต่งต่อไป ช่วยขจัดหรือคลายความยุ่งยากขัดแย้งต่าง ๆ ได้มาก และไม่คิดเป็นตัวตนมาก ขอกราบขอบพระคุณอาจารย์ที่ทำความสว่างอันนี้ให้เกิดขึ้น ถ้าดิฉันไม่ได้ฟังคำบรรยายของอาจารย์ คงไม่มีวันคิดถึงคำพูดที่ว่า เป็นเพียงเสียงกระทบทางหูเท่านั้น

ถ. อาจารย์เคยอธิบายว่า ขณะที่เรารู้อารมณ์ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย หลังจากที่เราอารมณ์นั้นมีความคิดเรื่องเกิดขึ้นด้วย ในชีวิตประจำวันรู้สึกว่าจะมีความคิดเรื่องสิ่งที่เราเห็นเราได้ยินมากกว่าขณะที่เห็นกับได้ยิน ผมสงสัยเรื่องนี้ เพราะว่าคำสอนของพระพุทธเจ้าท่านเน้นเรื่องมีสติทางตา ทางหู มากกว่าเรื่องสติเกิดขึ้นทางใจ ในเรื่องความคิด

ส. ก็เป็นความจริง เพราะว่าขณะนี้สภาพธรรมกำลังปรากฏทางตา แต่ทุกคนกำลังคิดถึงเรื่อง ไม่ได้ระลึกลักษณะของสภาพธรรมที่เป็นปรมัตถธรรมข้ามปรมัตถธรรมไปจำเป็นเรื่องราวต่าง ๆ



ด้วยเหตุนี้พระผู้มีพระภาคจึงทรงแสดงให้ระลึกลักษณะของปรมาตมธรรม เพื่อจะได้รู้ว่า ตามความเป็นจริงแล้ว ขณะที่เราเห็น ไม่ใช่ขณะที่คิดนึก เพื่อแยก สมมติสังขารกับปรมาตมสังขารจะออก มิฉะนั้นทุกคนก็จะนึกเป็นเรื่องราวตลอดเหมือนเดิม เมื่อวันก่อนเห็นอะไรก็นึกเรื่องราวต่าง ๆ ทางตาที่เห็น แม้แต่ในขณะนี้เอง แต่ละคน ก็ยังนึกถึงเรื่องสิ่งที่ปรากฏทางตา พระผู้มีพระภาคจึงทรงแสดงเรื่องสติระลึกลักษณะ ของสิ่งที่ปรากฏทางตาให้รู้ตามความเป็นจริงว่า ไม่ใช่เรื่อง สิ่งที่กำลังปรากฏมี ลักษณะปรากฏ ซึ่งไม่ใช่เรื่อง

เพราะฉะนั้น เรื่องจึงเป็นความคิดนึก ถ้ายังไม่ระลึกลักษณะของสิ่งที่ปรากฏ ทางตา ก็แยกสิ่งที่ปรากฏทางตาจากการคิดนึกเรื่องราวต่าง ๆ ไม่ได้ และถ้าไม่แยก สิ่งที่กำลังปรากฏทางตาในขณะนี้ จะปรากฏลักษณะที่ดับไปไม่ได้เลย เพราะว่าเรื่อง กำลังติดต่อกันไม่ทำให้ปรากฏลักษณะที่เกิดดับของสภาพธรรมในขณะนี้

ถ. แต่คิดอยู่เสมอ แต่งเรื่องบ่อย ๆ ถ้ามีสติเกิดขึ้นในขณะนั้น อาจจะช่วย ความเข้าใจว่า เป็นความคิด ไม่ใช่การเห็น

ส. เราทุกคนได้ยินได้ฟังเรื่องสิ่งที่ปรากฏทางตา และจะได้ฟังเรื่องนี้ ต่อไปอีกจนกว่าสติจะระลึกละและปัญญาจะชัดจริง ๆ ว่า สิ่งที่กำลังปรากฏทางตา เป็นสภาพธรรมอย่างหนึ่งซึ่งไม่ใช่สิ่งที่เราคิดนึก แต่เป็นสภาพที่มีลักษณะปรากฏ ส่วนความคิดนึกไม่มีลักษณะปรากฏ เป็นแต่เพียงความจำเพื่อผันไปตามสิ่งที่ ปรากฏทางตาเท่านั้นเอง ถ้าไม่มีจิตเกิดขึ้นเห็น ไม่มีจิตเกิดขึ้นได้ยิน ไม่มีจิตเกิดขึ้น ได้กลิ่น ไม่มีจิตเกิดขึ้นลิ้มรส ไม่มีจิตเกิดขึ้นรู้สิ่งที่กระทบสัมผัส จะคิดนึกเรื่องอะไร

แต่ก็ยังมีความคิดนึกสำหรับอุปพรหม

สำหรับบุคคลที่ไม่ใช่อุปพรหม ยังอยู่ในโลกที่เต็มไปด้วยรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส คิดดู จะคิดเรื่องอะไร ก็ต้องคิดเรื่องสิ่งที่ปรากฏทางตา แต่ไม่ได้คิดตามความ เป็นจริง คือ ไม่ได้คิดว่าเป็นเพียงสิ่งที่ปรากฏ แต่จำเรื่อง อย่างในขณะนี้ สิ่งที่กำลังปรากฏ ทางตามี แต่ทุกคนจำเป็นเรื่อง เพราะฉะนั้น วันนี้บางคนอาจจะผันถึงพระศรีมหาโพธิ์ ผันถึงพุทธคยา ผันได้ แต่จะจำทุกสิ่งที่กำลังปรากฏในขณะนี้ได้ไหม ลองดู สีเทา



สีทอง สีดำ สีเหลือง สีส้ม สีต่าง ๆ เหล่านี้ เราไม่ได้จำสีครบ เพราะว่าเราจำเพียงเรื่อง แม้ในขณะที่เห็นเดี๋ยวนี้ เราก็จำเพียงเรื่อง สำหรับคิดเรื่องเท่านั้นเอง

ด้วยเหตุนี้จึงทรงแสดงว่า เรื่องไม่ใช่สิ่งที่ปรากฏทางตา สิ่งที่ปรากฏ ปรากฏให้เราจำเรื่อง และยึดถือเรื่องว่าเป็นสิ่งที่เที่ยง เป็นคน เป็นสัตว์ ซึ่งไม่เกิดดับ และหมุนเวียนไปกับเรื่องต่าง ๆ ตั้งแต่เด็ก ตอนเป็นเด็กก็มีเรื่องเยอะ เรื่องเพื่อนสมัยเด็ก สมัยนักเรียน และเติบโตขึ้นมาก็เป็นเพื่อนฝูงสมัยทำงาน จนกระทั่งถึงวัยศึกษาธรรมก็มีเพื่อนธรรม ซึ่งจะเห็นได้ว่าเป็นเรื่องราวทั้งหมด ทั้ง ๆ ที่ปรมาตมธรรมเกิดแล้วดับแล้วทั้งหมด แต่เรื่องยังมีอยู่ในความคิดนึก

ถ. หมายความว่า เรื่องคิดนึกไม่ใช่ปรมาตม ฤๅใหม่ ที่อาจารย์บอกว่าเราจำแต่เรื่อง ส่วนรายละเอียดนั้นเราไม่สามารถบอกได้ ผมเองก็เคยสังเกต สภาพคิดนึกผมก็สนใจ ผมเคยหลับตาและคิดไปที่มือ มองเห็นเป็นภาพว่านิ้วก็ยงออกอย่างนั้น นิ้วชี้ชี้ไปทางโน้น แต่ลืมตาที่ไรผมแปลกใจว่า ไม่เหมือนกับที่ผมคิดเลย ...

สุ. เวลาคุณธงชัยคิดถึงนิ้วก็ยง คิดถึงเล็บที่มีอยู่ที่นิ้วก็ยงด้วยหรือเปล่า เห็นไหม ความละเอียดไม่มีเลย มีแต่สัญญา ความจำเรื่องนิ้วก็ยง แต่จริง ๆ เวลาที่ปรากฏทางตา เป็นสิ่งที่สามารถกระทบตาและก็เห็นเท่านั้นเอง แต่ความจำเรื่องเป็นเรื่องของทางใจที่คิดนึก ไม่ใช่สิ่งที่กำลังปรากฏ

ถ. และจำผิด ๆ ไม่ตรง แสดงว่าที่คิดไม่จริง ผมเคยสังเกตบ่อย ๆ เช่นผมนอนไขว่ห้างและคิดถึงภาพหัวเข่าว่า งออย่างนั้น เท้ายืดอย่างนี้ เมื่อลืมตาต้องแปลกใจทุกทีเลย นี่เป็นประสบการณ์จากการสังเกต

สุ. ไม่ทราบว่าจะเข้าใจเรื่องสติปัฏฐานหรือยัง ที่ว่านอนและก็นึกถึงหัวเข่า งอเข้าใจเรื่องสติปัฏฐานแล้ว ใช่มั้ย แต่ตามความเป็นจริงในขณะที่หลับตา อาจจะนอนยกเข่าอย่างที่ว่า และลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏคือแข็ง แต่ขณะนั้นคุณธงชัยไม่ได้ระลึกตรงลักษณะที่แข็ง แต่ไปนึกถึงท่าทาง เช่น อาการงอเข่า เพราะฉะนั้น จึงไม่มีลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏว่าไม่ใช่ตัวตน เพราะว่ามันถึงเข่า แต่เวลาที่เป็นสติปัฏฐาน แม้มันนึกอะไรเลย สภาพธรรมก็ปรากฏตามความเป็นจริง



แข็งที่กำลังปรากฏส่วนหนึ่งส่วนใดของทุกคนในขณะนี้ เป็นสภาพธรรมที่มีจริง ๆ เกิดขึ้นตามเหตุตามปัจจัย ไม่มีใครบังคับบัญชาให้เกิดขึ้น และจะให้แข็งไม่ปรากฏก็ได้ ในขณะที่กายปสาทกระทบกับแข็งในขณะนั้น แต่อวิชชาไม่สามารถรู้ความจริง ด้วยเหตุนี้จึงต้องอบรมเจริญวิชชา ความรู้ ในสภาพที่แข็ง ซึ่งไม่ใช่หัวเข่า ไม่ใช่อะไรเลย เป็นลักษณะเพียงแข็ง และปรากฏเพียงเล็กน้อยด้วย ไม่ใช่ทั่วทั้งตัว

เพราะฉะนั้น ย่อส่วนของความทรงจำที่เป็นอัตตสัญญาว่ามีร่างกายตั้งแต่ศีรษะตลอดเท้ามาเหลือแต่เพียงลักษณะแข็ง จึงจะเห็นว่า แข็งนั้นหรือคือเรา เพราะว่า เป็นแต่เพียงลักษณะแข็งเท่านั้นเอง ถ้าเอาความทรงจำเรื่องร่างกายตั้งแต่ศีรษะตลอดเท้าออก ขณะนั้นจะไม่มีเรา เพราะว่าเราไม่ได้ปรากฏให้มี แต่ความจำที่เป็นอัตตสัญญาจำไว้เท่านั้นเอง

ในขณะที่สติระลึกลักษณะที่แข็ง และไม่สนใจที่จะไปจำอัตตสัญญา แต่รู้ลักษณะที่แข็ง ซึ่งต่างกับสภาพที่กำลังรู้แข็ง นั้นเป็นหนทางที่จะทำให้ค่อย ๆ คลายความเห็นผิดว่ามีตัวตนได้

ถ. นึกกับที่เห็น ไม่ได้แข็ง

ส. สติปฏิฐานไม่ใช่เปรียบ แต่มีลักษณะของสภาพธรรมหนึ่งลักษณะปรากฏ และสติระลึกลงนั้นเพื่อที่จะได้เข้าใจว่า ลักษณะสภาพนั้นเป็นสภาพธรรมอย่างหนึ่งซึ่งไม่ใช่เรา เพราะว่าแข็งนิดเดียวตรงนี้มีเราอยู่ที่ไหน มีแต่แข็ง

ความจำของเรายังทรงจำไว้ว่า มีเราที่กำลังรู้ตรงแข็ง ความทรงจำที่เป็นอัตตสัญญานั้นจะต้องค่อย ๆ ถอนไปให้หมด ไม่ให้เหลือ และจำแต่เฉพาะอนัตตสัญญาที่แข็ง ซึ่งเป็นสภาพธรรมอย่างหนึ่ง

ถ. ก่อนที่จะมาที่พุทธคยา มีการสนทนาธรรมกัน มีผู้สงสัยถามว่า สิ่งที่ปรากฏทางตากล่าวว่า ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่สิ่งใดสิ่งหนึ่ง แต่มองไปที่ไร ก็ยังเป็นคน เป็นสัตว์อยู่ตลอดเวลา เขาสงสัยว่า เมื่อไรจึงจะเห็นว่าเป็นเพียงสภาพธรรมที่ปรากฏทางตา ผมก็นึกถึงคำที่ท่านอาจารย์เคยตั้งคำถามให้กับผู้ฟังว่า สิ่งที่ปรากฏทางตาร้องเพลงได้หรือเปล่า



สิ่งที่ปรากฏทางตาร้องเพลงได้หรือเปล่า นี่เป็นการเน้นของท่านอาจารย์ เพื่อให้ทราบว่า ลักษณะของทางตาจะมีเสียงปรากฏไม่ได้ ต้องเป็นเพียงสิ่งที่ปรากฏได้ทางตา นี่เป็นความเข้าใจของผม จะผิดถูกอย่างไร ขอให้ท่านอาจารย์อธิบายด้วย

ผู้ฟัง ลองให้คนอื่นตอบ

ผู้ฟัง สิ่งที่ปรากฏทางตา ปรากฏได้เฉพาะทางตา เป็นได้เพียงอารมณ์ ทำมากกว่านั้นไม่ได้

ถ. อย่าคิดว่าเป็นการทดสอบ เป็นการคุยกัน จากที่คุณประวิทย์ตอบ ไม่ทราบว่าตอบเพราะศึกษา จำได้ หรือเพราะเคยมีสภาพธรรมนั้นปรากฏจริง ๆ อย่างที่ตอบนั้น

ผู้ฟัง ผมเคยสังเกตจากโทรทัศน์ เห็นว่าสิ่งที่เห็นในจอกับที่พูดนั้น คนละเรื่องจริง ๆ

ผู้ฟัง สิ่งที่ปรากฏทางตากำลังมีอยู่เดี๋ยวนี้ ถ้าไม่เพียงอ่าน หรือไม่เพียงคิด ขณะนี้กำลังมีสิ่งที่ปรากฏทางตาอยู่

สุ. มาถึงคำถามที่มีคนถามคุณศุกลว่า เมื่อไรจะรู้ว่าเป็นแต่เพียงสิ่งที่ปรากฏทางตา ไม่ใช่ตัวตน เพราะเห็นที่ไรก็เป็นตัวตนทุกครั้ง คำถามนี้เป็นแต่เพียงต้องการทราบว่าเมื่อไร แต่ไม่ได้เจริญเหตุ

เมื่อไม่มีเหตุ คือ ไม่มีสติที่กำลังระลึกในขณะที่กำลังเห็น และถามว่า เมื่อไรไม่มีเมื่อไรแน่ ๆ ถ้าขณะนี้สติไม่ระลึก ต่อเมื่อใดที่ขณะนี้กำลังเห็น และเข้าใจว่าสิ่งที่กำลังปรากฏทางตากำลังมีจริง ๆ ปรากฏ และสิ่งที่ปรากฏทางตาเป็นสภาพธรรม คือ เป็นธาตุชนิดหนึ่งซึ่งกระทบกับจักขุปสาท ค่อย ๆ พิจารณา ไม่กระทบกับส่วนอื่นใด ๆ ในร่างกายเลยจึงปรากฏ เท่านั้นเอง เป็นสิ่งหนึ่งที่ปรากฏเมื่อกระทบกับจักขุปสาท เพราะฉะนั้น ก่อนที่จะละลายการเห็นว่า เป็นคน เป็นสัตว์ ต้องเริ่มตั้งแต่ระลึกได้ว่า ขณะนี้เป็นเพียงสิ่งที่ปรากฏทางตา ค่อย ๆ ระลึกไป ค่อย ๆ เข้าใจไปที่ละเล็กทีละน้อย



ส่วนที่ถามว่า เมื่อไร ต้องแล้วแต่เหตุ ถ้าไม่มีเหตุเลย ฟังมาว่า สิ่งปรากฏทางตาเป็นแต่เพียงสิ่งที่ปรากฏทางตา ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน และถามว่า เมื่อไรตัวเองจะรู้อย่างนี้ โดยที่ไม่มีเหตุเลย สติไม่เกิดไม่ระลึกเลย คำถามนี้ก็ต้องเป็นโมฆะ เพราะเมื่อเหตุไม่มี ผลก็ไม่ได้

ต่อเมื่อใดที่เข้าใจ สติเริ่มระลึกขณะที่กำลังเห็น แม้เป็นเพียงความเข้าใจที่เล็กน้อยที่สุด ก็ต้องเริ่มมาจากเล็กน้อยที่สุดว่า สภาพธรรมที่มีจริงในขณะนี้ปรากฏทางตา จริงไหม เมื่อเป็นสิ่งที่ปรากฏทางตา ก็ให้เป็นเพียงสิ่งที่ปรากฏทางตา จะให้เป็นเกินกว่านั้นถูกต้องหรือ

ต้องค่อยๆ พิจารณาไป ระลึกไป เข้าใจไป สะสมไป จนกว่าจะมีความเข้าใจในลักษณะของนามธรรมและรูปธรรมทั่วทั้ง ๖ ทาง

ส่วนที่ถามว่า เมื่อไรจะละการเห็นว่าเป็นคน เป็นสัตว์ เป็นเรื่องเฉพาะตัว ปัญญาของใครเกิดพร้อมสติที่ระลึกและเข้าใจเพิ่มขึ้น คนนั้นก็ไม่มี ความจำเป็นที่จะต้องบอกใคร หรือคนอื่นก็ไม่มี ความจำเป็นที่จะต้องสงสัยว่า คนนี้เป็นอย่างไร สติวันนี่ของเขาเกิดแค่นั้น ของเราเกิดแค่นั้น ของคนโน้นแค่นั้น นี่ไม่ใช่เรื่องที่จะไปรู้ สติและปัญญาของคนอื่นได้ เป็นเรื่องเฉพาะตนเองที่จะรู้ว่า ขณะใดหลงลืมสติ ขณะใดระลึกทางไหน ขณะใดเริ่มเข้าใจแม้เพียงนิดเดียว ที่ละเล็กทีละน้อย จะทำให้เห็นจริง ๆ ว่า สิ่งปรากฏทางตาก็เป็นเพียงสิ่งที่ปรากฏทางตาเท่านั้น

ถ. ผมได้ตอบไปตามความเข้าใจของผมว่า ให้สังเกตขณะที่มีสติกับขณะที่สติไม่เกิด เพื่อให้เห็นความต่างกัน เพราะถ้าพูดถึงสติ ก็ต้องเป็นเรื่องการระลึกสิ่งที่กำลังปรากฏ แต่ถ้าสติไม่เกิดหรือหลงลืมสติ ก็ต้องเป็นสัตว์ เป็นบุคคล เป็นสิ่งใดสิ่งหนึ่ง เหมือนอย่างที่เราเห็นตั้งแต่เกิดมาจนกระทั่งเดี๋ยวนี้ ผมตอบไปอย่างนี้ ไม่ทราบว่าจะผิดถูกอย่างไร

(เสียงแตร)

สุ. เวลานี้มีใครได้ยินอะไรบ้างไหม มี ถ้าใส่ใจในขณะที่ได้ยิน สิ่งที่กำลังปรากฏทางตา ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน ถ้าขณะนั้นกำลังใส่ใจในเสียง



ที่ปรากฏ แต่ความรวดเร็วของการที่จะระลึกทางตา และระลึกทางหู และระลึกทางใจ ยังไม่มีความชำนาญ จึงไม่สามารถรู้ว่า สิ่งที่ปรากฏทางตาเพียงปรากฏจริง ๆ ต่อเมื่อใดสติปัฏฐานระลึกลักษณะของสภาพธรรมอื่นตามปกติ เช่น ขณะที่เราเสีย ปรากฏระลึกที่เสีย และก็รู้ว่าสิ่งที่ปรากฏทางตาก็เป็นอย่างหนึ่ง เสียก็เป็นอย่างหนึ่ง ในที่สุดก็จะรู้ว่า สิ่งที่ปรากฏทางตาเป็นเพียงสิ่งที่ปรากฏทางตาเท่านั้น

ปัญญาต้องประกอบกันอย่างมากทีเดียว จะมุ่งไปทางเดียวไม่ได้ แล้วแต่ว่า สติปัฏฐานจะระลึกลักษณะของนามธรรมใด รูปธรรมใด เพราะว่าปัญญาต้องรู้ทั่ว ไม่ใช่เรื่องที่จะตั้งต้นระลึกทางตาก่อน และจะต่อไปทางหู ไม่มีการวางกฎเกณฑ์เลย เพราะว่าสติเป็นอนัตตา มีความเข้าใจจริง ๆ ว่า ถ้าสติทางตายังไม่เกิดเป็นเดือน เป็นปี ก็เป็นเรื่องของสติปัฏฐานที่จะระลึกลักษณะของสภาพธรรมอื่น จนกว่าจะ ค่อย ๆ เข้าใจลักษณะนั้น และจะเกื้อกูลทำให้สติเริ่มระลึกทางตา หรือถ้าสติยังไม่ได้ ระลึกทางอื่นนอกจากทางตา ก็จะไม่ค่อย ๆ ระลึกทางอื่นทีละเล็กทีละน้อยต่อ ๆ ไป โดยไม่หวั่นไหว เพราะว่าความเป็นตัวตนจะมาอยู่เรื่อย ๆ ทำไมไม่เป็นอย่างนี้ ทำไมไม่เป็นอย่างนั้น อยากจะจัดการอย่างนี้ อยากจะจัดการอย่างนั้น ไม่ปล่อยให้เป็นหน้าที่ของสติจริง ๆ

ถ้าปล่อยให้เป็นหน้าที่ของสติจริง ๆ หมายความว่า ผู้นั้นมีปัญญาวางเฉย ไม่เดือดร้อนเพิ่มขึ้น แต่เมื่อยังมีความเป็นตัวตนก็ต้องเดือดร้อนอย่างนี้ อยากจะ จัดการกับสติเสียจริง อย่างที่ว่า โทษะออกไป สติขึ้นมา แต่อย่างไร ๆ ก็สำเร็จไปไม่ได้ เพราะฉะนั้น ผู้ที่จะอบรมเจริญปัญญาต้องเข้าใจความหมายของภาวนา

ภาวนาไม่ใช่ท่อง ภาวนาไม่ใช่ทำ แต่ภาวนาเป็นการอบรมเจริญ ทีละเล็กทีละน้อย จนกว่าจะสมบูรณ์ขึ้น ให้สิ่งที่ไม่เกิด เกิดขึ้น ให้สิ่งที่เกิดแล้ว มีมากขึ้น เพิ่มขึ้น เจริญขึ้น นั่นคือความหมายของภาวนา





๒๐๑๘

สนทนาธรรมที่พุทธคยา

วันที่ ๕ พฤศจิกายน ๒๕๓๓



ผู้ฟัง ผมฟังเรื่องเสียงที่ปรากฏทางหู ผมเคยสังเกต ถ้าสติระลึกเสียงที่กำลังปรากฏ ถ้าสติเกิดจริง ๆ แล้ว ที่จะรู้เป็นเรื่องเป็นราวไม่มี มีความรู้สึกถึงลักษณะที่ดังปรากฏอย่างเดียว ผมมีความรู้สึกอย่างนี้ ไม่ทราบว่าคุณเข้าใจที่ผมกำลังอบรมอยู่นี้ถูกต้องหรือเปล่า

ผู้ฟัง ขอเสริมคุณประวิทย์นิดหนึ่ง ตอนที่คุณศุกลถามคุณประวิทย์ว่า ขณะนี้มีสิ่งที่กำลังปรากฏทางตาจริง ๆ ไหม หรือว่าเป็นแค่การศึกษา หรือเคยระลึกถึงสิ่งที่ปรากฏทางตาจริง ๆ ไหม ผมมีความคิดเห็นว่า เมื่อจักขุวิญญาณเกิดเห็นสี ขณะนั้นสิ่งที่ปรากฏทางตามีแล้วแก่จักขุวิญญาณนั้น เมื่อวิถิจิตดับไปก็ทราบว่า มีจิตอื่นเกิดขึ้น โลภมูลจิตก็มีสิ่งที่ปรากฏทางตาเป็นอารมณ์ได้ โทสมูลจิตก็มีสิ่งที่ปรากฏทางตาเป็นอารมณ์ได้ โมหมูลจิตก็มีสิ่งที่ปรากฏทางตาเป็นอารมณ์ได้ กุศลจิตขั้นทาน ศีล สมถภาวนา ก็มีสิ่งที่ปรากฏทางตาเป็นอารมณ์ได้เหมือนกัน สติปัฏฐานก็มีสิ่งที่ปรากฏทางตาเป็นอารมณ์ได้

เพราะฉะนั้น ขณะนี้สติปัฏฐานจะเกิด หรือไม่เกิด แต่ถ้าจักขุวิญญาณเกิด สิ่งที่ปรากฏทางตาปรากฏแล้วกับจักขุวิญญาณ ไม่จำเป็นต้องเป็นสติปัฏฐานเสมอไป ที่จะมีสิ่งที่ปรากฏทางตาเป็นอารมณ์ สภาพธรรมปรากฏเสมอ จนกว่าปัญญาและสติ จะเจริญขึ้นรู้ว่าสิ่งที่ปรากฏทางตานั่นไม่ใช่ตัวตน ขณะนั้นจึงเป็นสติปัฏฐาน

ผู้ฟัง อึดอัดใจมานานแล้วเรื่องสติ ผมรู้สึกว่า คนส่วนใหญ่มุ่งที่สติปัฏฐาน แต่ผมเองไม่สนใจเลย ผมสนใจว่า เมื่อไรก็ตามที่ผมรู้ชัดสิ่งที่กำลังปรากฏทุกอย่าง โดยไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล นั่นคือสิ่งที่ผมต้องการ ธรรมชาติก็คือ ธรรมชาติ ผมรู้ว่าธรรมทั้งหลายเป็นอนัตตา จะทำอย่างไรได้เขามีเหตุมีปัจจัยของเขา สิ่งที่ผมทำ คือ สะสมสิ่งที่มันควรจะเป็น สะสมเหตุในทางที่ถูก อะไรจะเกิดก็ต้องเกิด



นินา คุณกับคุณแฉั่วเรื่องสติว่า เวลาที่มีสติกับไม่มีสติ ต่างกัน แต่เราคิดว่า ยังไม่ชัดเลย เป็นไปได้ไหม มีสติแต่เราไม่รู้ว่ามีสติ คุณแฉั่วคิดอย่างนั้น ...

สุ. จริง ๆ แล้วก็อย่างที่คุณประวิทย์ว่า คือ ส่วนใหญ่เวลาได้ยินกุศลประเภทใด คนก็มักต้องการกุศลประเภทนั้น โดยไม่ได้ศึกษาให้ชัดเจนว่า พระพุทธศาสนาเป็นเรื่องรู้แล้วละ เวลาพูดถึงเรื่องสังฆทาน ก็อยากจะได้านิสงส์ของสังฆทาน เพราะรู้สึกว่าการสังฆทานมีประโยชน์มาก เวลาพูดถึงเรื่องสมถภาวนา ก็อยากจะได้สมถภาวนา ฌาน อิทธิปาฏิหาริย์ต่าง ๆ เป็นเรื่องของความอยาก เป็นเรื่องของความต้องการ แม้แต่ในยุคสมัยของการใช้คำว่า วิปัสสนา หรือ สติปัฏฐาน ก็ทำให้คนที่ยังไม่รู้อะไรเลยอยากจะได้ และอยากจะมีสติมาก ๆ ด้วย โดยที่ยังไม่ได้เข้าใจเลยว่า เพื่ออะไร

การที่สติปัฏฐานจะเกิด เพื่ออะไร ถ้ามีความเข้าใจลักษณะของสภาพธรรม ซึ่งเป็นปัญญา รู้สิ่งที่กำลังปรากฏ และค่อย ๆ สะสมความเข้าใจขึ้นตามเรื่องของธรรม ไม่ได้หมายความว่าเรามีตัวเราที่อยากแสนอยากที่จะมีสติมาก ๆ และบางคนก็รำคาญว่า วันนี้สติไม่เกิดเลย สติเกิดน้อยมาก มีประโยชน์อะไรที่จะไปหวังและไม่ได้สิ่งที่หวัง โดยที่ไม่รู้ว่า ชีวิตก็ต้องเป็นอย่างนี้ คือ เมื่อยังมีอกุศล มีโลภะ มีโทสะ มีโมหะ เป็นปัจจัย ขณะของอกุศลก็ย่อมต้องเกิดมากกว่ากุศล

แต่การฟังพระธรรมและมีความเข้าใจ ก็ไม่ใช่ว่าจะเปล่าประโยชน์ เพราะว่า การฟังพระธรรมและเข้าใจขึ้น ๆ ก็เป็นปัจจัยเป็นสังขารขันธ์ที่จะทำให้สติเกิดระลึกได้ในขณะที่เห็น เมื่อเข้าใจว่า สิ่งที่กำลังปรากฏทางตาเป็นสภาพธรรมอย่างหนึ่ง เป็นรูปธรรม จึงมีการระลึกได้ในขณะที่กำลังเห็นขณะนี้ว่า มีจริง ๆ เป็นรูปธรรม นี่เป็นสิ่งที่ปรากฏทางตา และค่อย ๆ เข้าใจขึ้น พร้อมกันนั้นก็รู้ว่า ลักษณะของสภาพรู้ ธาตุรู้ที่กำลังเห็นนี้ไม่ใช่ตัวตน เป็นแต่เพียงสภาพธรรมอย่างหนึ่ง ซึ่งทุกคนก็รู้ว่า ไม่ใช่จะรู้ได้อย่างรวดเร็ว

เมื่อรู้ว่า รู้ไม่ได้เร็ว ทำไมต้องเดือดร้อน ก็ค่อย ๆ ระลึกไป รู้ไป เข้าใจไป เป็นปกติ ไม่ต้องทรมานทรมาย ก็ค่อย ๆ ถึงในวันหนึ่ง เพราะว่าเมื่อเป็นผู้ต้องการผล



ก็ต้องรู้ว่าเหตุที่จะให้เกิดผลนั้นก็คือการฟังพระธรรมให้เข้าใจขึ้น นั่นเป็นเหตุเดียวที่จะทำให้สติปัญญาก่อเกิด และสามารถเข้าใจลักษณะของสภาพธรรมได้ แต่ต้องเป็นไปทีละเล็กทีละน้อย

ผู้ฟัง กลับมาที่คุณธนิธอีกที คุณธนิธบอกว่า เมื่อเสียงปรากฏ สติเกิด ทำให้เห็นว่า ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน ใช่ไหม

ธนิธ ผมหมายถึงว่า ขณะที่เสียงกำลังปรากฏ ถ้าสติเกิดระลึกถึงลักษณะของเสียงที่ปรากฏ ที่จะแปลความหมายของคำนั้นออกมาไม่ค่อยจะมีขึ้น คือไม่รู้ความหมายของคำนั้น

ผู้ฟัง ผมเห็นด้วย ถ้าเสียงนั้นเป็นเสียงที่ไม่มีความหมาย แต่ถ้าเสียงพูดก็คือเสียงร้องช่วยด้วย เสียงเด็กร้องไห้ เสียงผู้หญิง ผู้ชาย จะเป็นอย่างนั้นหรือเปล่า

ธนิธ ถ้าผมรู้สึกว่ เวลานั้นมีแต่ดังปรากฏอย่างเดียว สังเกตในลักษณะที่ดังปรากฏอย่างเดียว ความหมายต่าง ๆ จะไม่ออกมาเลย ไม่ว่าจะเป็นผู้หญิง ผู้ชาย หรือคำว่า ช่วยด้วย ไม่มีเลย

ผู้ฟัง หมายความว่าคุณธนิธเป็นผู้ที่เจริญสติมานานแล้ว อย่างนี้ถูกต้องไหม

สุ. ทุกคนมีความเข้าใจของตัวเอง และค่อย ๆ เพิ่มขึ้น ไม่ใช่เรื่องที่จะต้องสอบว่า ถูกต้องไหม ๆ ก็เป็นปัญญาของแต่ละคน ถ้าเป็นหนทางที่ถูก คือ รู้ว่าสภาพธรรมมี และปัญญาต้องรู้ในลักษณะที่ไม่ใช่ตัวตน คือ สภาพนั้นเป็นรูปหรือสภาพนั้นเป็นนาม และค่อย ๆ ระลึกไปเรื่อย ๆ ที่ถามว่าถูกไหม ๆ คงไม่มีความจำเป็นที่จะตอบ แต่ทุกคนห้วนไหวใหม่ขณะที่กำลังรู้เรื่อง เวลาได้ยินเสียงแล้วรู้เรื่อง ห้วนไหวใหม่ ก็เป็นการที่จะต้องรู้ดีกว่า แม้ขณะนั้นก็เป็นนามธรรมชั่วขณะจิต

เรื่องของปัญญาเป็นเรื่องที่ละเอียดมาก มิฉะนั้นแล้วจะไปพยายามอยู่นั่นที่จะให้ได้ยินแต่เสียง ไม่ให้รู้เรื่องอะไรเลย ซึ่งในขณะที่พระผู้มีพระภาคทรงแสดงธรรมก็ดี หรือท่านพระเชมกะแสดงธรรมกับพระภิกษุทั้งหลายก็ดี ในขณะที่ท่านแสดงธรรมจบ ท่านก็เป็นพระอรหันต์ รวมทั้งภิกษุที่ฟังธรรมในขณะนั้นก็ได้เป็นพระอรหันต์หลายรูปด้วย



แสดงให้เห็นว่า ไม่ใช่แต่เฉพาะได้ยินโดยไม่รู้เรื่อง แต่ในขณะที่รู้เรื่องก็เป็นนามธรรม เป็นสภาพธรรมอย่างหนึ่ง เพราะฉะนั้น ถ้าไม่ใส่ใจ ไม่สนใจ ไม่ดีนรน ไม่เดือดร้อน แต่สติสามารถระลึกได้แล้วละว่า แม้ขณะที่เข้าใจก็เป็นสภาพธรรมที่มีจริง เป็นนามธรรมที่กำลังรู้ค่านั้น ก็ไม่เดือดร้อน เพราะว่า การรู้เรื่องก็เพียงชั่วขณะจิตเดียว

ข้อสำคัญที่สุด คือ ถ้าเข้าใจว่าเป็นเพียงชั่วขณะจิตเดียว จะทำให้มีการระลึกอีกเนื่อง ๆ บ่อย ๆ และไม่ย้อนกลับไปได้ว่า เมื่อก็เสียดายที่ไม่รู้ว่าสิ่งที่ผ่านไปแล้ว เป็นอะไร เป็นนามธรรม หรือรูปธรรม ไม่รู้ก็ไม่รู้ แต่ขณะนี้ก็มีสภาพธรรมกำลังปรากฏ ซึ่งสติระลึกใหม่ได้ และปัญญาก็ค่อย ๆ เข้าใจขึ้นได้อีก

ถ. ที่ท่านอาจารย์กล่าวว่า ไม่ควรหวั่นไหว หมายความว่าในขณะที่เห็นก็ได้ยินก็ได้ เกิดความยินดียินร้าย ใช่มั้ย

ส. ไม่มีใครไปยับยั้งกระแสของวิถิจิตได้ เพราะฉะนั้น ทุกอย่างที่เกิดปรากฏสติสามารถระลึกได้ว่า ไม่ใช่ตัวตน เป็นแต่เพียงสภาพธรรมที่เป็นนามธรรม หรือรูปธรรม อย่างโลภะขณะนี้ เกิดหลังจากเห็น สติก็ระลึกลักษณะของโลภะได้ ไม่ต้องย้อนกลับไปที่ตั้งต้นที่เห็นก่อนและไม่ให้เกิดโลภะ นั่นไม่ถูกต้อง เป็นปกติที่ แล้วแต่สติจะเกิดขณะไหน และสติจะระลึกลักษณะของสภาพอะไรก็ได้แล้วแต่แต่ผู้ที่มีความเข้าใจชัดขึ้นในลักษณะของสติสัมปชัญญะ

เราได้ยินสติดำว่า สัมปชัญญะ ในภาษาไทย แต่สภาพของธรรมก็คือ เมื่อสติมีการระลึก สัมปชัญญะมีการรู้ทั่ว หรือรอบรู้โดยพยัญชนะ ซึ่งหมายความว่า ขณะนั้นมีลักษณะให้รู้ตามที่สติกำลังระลึก ไม่ใช่ไปนึกหรือคิดถึงสิ่งที่ผ่านไปแล้ว

ถ. เคยมีความรู้สึกกลัวความตาย จิตขณะนั้นเกิดความหวั่นไหว แต่เมื่อมาฟังอาจารย์พูดว่า จิตเป็นอนันตรปัจจัย เกิดดับเหมือนไม่ดับเลย จึงเกิดความคิดว่า จิตเราเป็นอกุศล จิตขณะนั้นเกิดแล้วดับไปแล้ว และอาจารย์ก็บอกว่า ไม่ต้องพะวงเลยว่า อนาคตจะเป็นอะไร เพราะเมื่อเราตายไปแล้ว จิตนี้ก็ต้องเกิดขึ้นมาอีก อย่างนั้นใช่มั้ย



ส. จริง ๆ แล้วไม่น่ากลัว เพราะว่าขณะนี้ก็ตายแล้วก็เกิด ตายแล้วก็เกิด เพราะฉะนั้น ขณะสุดท้ายของชาตินี้เป็นแต่เพียงสมมติมรณะ เพราะว่าเราเปลี่ยนภพ เปลี่ยนภูมิ สิ้นสุดความเป็นบุคคลนี้ และกรรมหนึ่งจะทำให้ปฏิสนธิจิตเกิดเป็น บุคคลใหม่ มีเรื่องราวใหม่ ไม่สิ้นสุดในสังสารวัฏฏ์ ซึ่งปัจจุบันชาตินี้เป็นอย่างนี้ ถอยไปอีก ชาติก่อนเป็นอย่างไร และชาติโน้น ๆ เป็นอย่างไร เคยเห็นเคยได้ยิน ก็เหมือนเดี๋ยวนี้อีก อีกไม่นานการเห็นของชาตินี้ก็เป็นอดีต และการคิดนึกของเรื่องนี้ ก็เป็นอดีต แต่เป็นอดีตที่ไม่หวนกลับมาอีกสักขณะจิตเดียว สักเรื่องเดียวด้วย และ เวลาที่เกิดใหม่ก็มีเรื่องใหม่ แต่เมื่อไรจะจบ ก็เป็นอย่างนี้ไปเรื่อย ๆ ตราบใดที่เราจะยัง ได้เห็น ได้ยิน ได้กลิ่น ลิ้มรส กระแทบสัมผัส และคิดนึก ก็ต้องเป็นสุขเป็นทุกข์ไป

คุณพอจะไม่กลัวการเกิดหรือ กลัวแต่ความตายหรือ

ฟ. เท่าที่มาศึกษาธรรม แต่ก่อนเคยคิดว่า ถ้าเราทำบุญมาก ๆ เราก็ อาจจะไปได้ดี ๆ แต่ขณะนี้มีความรู้สึก ว่า ศีลธรรมเพื่อละคลายกิเลส แต่ก็ยังไม่หมด ยังมีโลภะเยอะเลย และในขณะที่เดียวกันโทสะก็มาก

ส. นี่เป็นสัจจะ เป็นความจริง ไม่ใช่ว่าคนที่ฟังธรรมแล้วไม่มีกิเลส ทุกคน รู้ตัวเองขึ้น แต่ก่อนนี้อาจจะคิดว่าเป็นคนดีพอสมควร แต่ยิ่งรู้ละเอียดก็ยิ่งรู้ว่า ทำไมวันหนึ่งอกุศลเกิดมากกว่ากุศล และจะเป็นคนดีอย่างที่เคยมองได้ใหม่ เพราะว่า แต่ก่อนถ้าไม่โกรธจัด ๆ หรือไม่มีความคิดไม่ดีต่อคนอื่น ก็อาจจะคิดว่า ตัวเองดีแล้ว เป็นคนดี มีความหวังดีต่อคนอื่น และถ้ายิ่งละเอียดรู้ว่าขณะจิตเป็นอกุศล มากกว่ากุศล ก็จะเป็นผู้รู้ตัวและเข้าใจความหมายของปฏิกิริยาซึ่งเป็นบุคคลหนา ด้วยกิเลส จนกว่าจะเข้าใจสภาพธรรมเพิ่มขึ้น

เพราะฉะนั้น ถ้าใครบอกว่า อยากจะไปนิพพาน อยากจะถึงนิพพาน ไม่อยากจะเกิดอีกเลยเดี๋ยวนี้อีก ไม่จริง เพราะว่าตามความเป็นจริงแล้วเมื่อยังมีกิเลสอยู่ ก็ยังต้องอยากเกิด ไม่ใช่ว่าไม่อยากเกิด

ผู้ฟัง เมื่อพูดถึงเรื่องตาย ๆ เกิด ๆ ผมได้ยินคุณพรชัยสนทนาว่า การที่เรา ต้องเวียนว่ายอยู่ในวัฏฏสงสาร เข้ามาศึกษาธรรม เพราะเห็นภัยอะไร



พ. เพราะเห็นภัยในวัฏฏะ คือ ผมประทับใจพระสูตรที่ท่านอาจารย์ชอบพูดบ่อย ๆ เรื่องจับด้ามมีด เป็นคำใหม่ สำหรับตัวผมรู้สึกว่ดี เพราะว่าความเข้าใจเพิ่มขึ้นทีละนิด ๆ เราไม่รู้จริง ๆ ว่า วันนี้ความเข้าใจเราเพิ่มขึ้นแค่นี้จากการศึกษาธรรมเพิ่มขึ้นแค่นี้ ในวันหนึ่ง ๆ เราไม่สามารถวัดได้ รู้แต่ว่ามีความเข้าใจที่ค่อย ๆ เพิ่มขึ้น ๆ ซึ่งความเข้าใจนี้จะสะสมติดตัวไป ไม่หายไปไหน แต่บางทีคิดแล้วก็ท้อเหมือนกัน ฟังคุณนิภัทรพูดที่วัดบวรว่า ถ้าเราไปเกิดเป็นสัตว์ดิรัจฉาน ไม่เจอพระธรรม หรือเกิดในประเทศที่ไม่มีพระพุทธศาสนา ความเข้าใจจะขาดตอนไป บางทีก็ท้อ บางทีก็หวังผล ถ้าไม่มีอบายภูมิ ๔ ผมอาจจะไม่มาศึกษาธรรมก็ได้ จริง ๆ แล้วกลัวอบายภูมิ

ผู้ฟัง คุณพรชัยพูดว่า ศึกษาธรรมเพราะกลัวไปเกิดในอบายภูมิ ก็เป็นความจริง แม้แต่ผมเองก็ยังมองไม่เห็นคุณค่าของพระนิพพาน ทราบแต่ชื่อ แต่ที่สนใจศึกษา ก็เพราะว่าผู้ใดกิเลสน้อยความสุขจะเพิ่มขึ้นเท่านั้น และกิเลสเป็นสิ่งที่น่ารังเกียจ ส่วนที่บอกว่า สุขเลย ไม่เกิดอีกเลย ชักใจไม่ดี

ส. ถ้าจะรังเกียจกิเลส ต้องรังเกียจให้ทั่ว คือ รังเกียจความไม่รู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏตามความเป็นจริง นี่น่ารังเกียจมาก ถ้ารังเกียจอย่างนี้ก็จะทำให้ชวนขวยที่จะรู้ลักษณะของสภาพธรรม

เมื่อครั้งที่พระโพธิสัตว์ทรงปรารถนาที่จะเป็นพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า ก็มีพระดำริอย่างที่คุณทราบ คือ สภาพธรรมมี กำลังปรากฏ และสภาพที่แท้จริงของธรรมนั้นเป็นอย่างไร ซึ่งปัญญาเท่านั้นสามารถรู้แจ้งได้ และปัญญาที่จะรู้แจ้งได้นั้น ไม่ใช่เป็นไปอย่างง่ายและรวดเร็ว ด้วยเหตุนี้จึงทรงค้นคว้าธรรมที่เป็นเครื่องทำให้สามารถรู้แจ้งอริยสัจธรรมได้เมื่อบำเพ็ญแล้วครบถ้วน คือ บารมีทั้ง ๑๐

ผู้ฟัง พี่หญิงณพรัตน์ มาอินเดียได้บารมีอะไรสะสมไปบ้าง

ณพ. เป็นการศึกษา รู้สึกว่าเราได้แสดงออกด้วยวาจา แต่ใจของผู้ใดก็แล้วแต่ ผู้คนที่จะอุทิศส่วนกุศลแด่บรรพบุรุษอย่างที่เราทำอยู่ ก็ทำให้ใจบางครั้งก็มีกิเลสพองไปอย่างเช่นที่แสดงปฐมเทศนา ดิฉันใจพองไปจนลืมตัว เดินเร็วจนจะล้ม จะเป็นลม



ความที่มีความสุขในกุศล ซึ่งเราไม่รู้สึกรู้สีกตัว บอกไม่ถูก คือ คล้าย ๆ ว่าได้ตั้งใจทำสิ่งที่ถูกต้องก็ปิติ ก็เลยพยายามทำความดี ไม่ใช่แต่อุทิศส่วนกุศลอย่างเดียว

ผู้ฟัง เมื่อก็มีมัจฉริยะ เพราะว่าตอนแรกเขาบอกว่าค่ารถ ๒ รูปี เราก็ให้เขา ๓ รูปี มาคิดภายหลังว่า ทำไมไม่ให้เขามากกว่านี้ ซึ่งเป็นเพราะมีคนบอกว่า ให้มากแล้วเคยตัว จึงเกิดมัจฉริยะไม่ยอมให้ ให้แค่ ๓ รูปี เกิดความตระหนี่ขึ้น เดียวนั้นเลย

ผู้ฟัง แต่ละครึ่งที่มีปัญหาหรือคับแค้นใจในชีวิต ดิฉันยึดพระพุทธรูป คือ คิดว่าเป็นพระพุทธเจ้า เป็นที่พึ่งอย่างมั่นคงเลย บางครั้งไหว้พระตอนเด็ก ๆ ขอบขอให้พระพุทธเจ้าช่วย สำหรับพระพุทธเจ้ามีความรู้สึกที่แนบแน่นมาก เดียวนี้ เข้าใจขึ้น เมื่อก่อนเรายึดเป็นบุคคลาธิฐานเลย ถ้าหากมีปัญหาที่แก้ไม่ได้ ก็ร้องเพลง นึกถึงพระพุทธเจ้า อย่างมรณสติ ดิฉันชอบ ๒ สิ่งนี้ช่วยจิตใจเยอะทีเดียว เวลาเกิด โลกะ มรณสติมาแล้ว ก็คลายไป แม้ว่าสติปัฏฐานไม่เกิด สติอะไรก็ได้ อนุสสติ ตั้งเยอะแยะ นึกถึงคุณพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ก็หลับได้นิดหนึ่ง มีความมั่นคง อย่างนี้เหมือนกัน ดิฉันชอบอย่างนี้





๒๐๑๙

สนทนาธรรมที่พุทธคยา

วันที่ ๕ พฤศจิกายน ๒๕๓๓



ธ. ผมขอตอบคุณแล้วว่า มาจากความผูกพัน จากโลภะ ความอยาก ให้ท่านเป็นอย่างโน้น เป็นอย่างนี้ อย่างดี ๆ เมื่อไม่เป็นอย่างที่เรายาก เราก็เมตตาไม่ได้ เกิดโทสะ เป็นอย่างนั้นหรือเปล่า ก็เป็นความจริง ผู้ที่อยู่ใกล้ชิดกับเรา เรามีความผูกพันมากกว่าคนอื่น แม้แต่ลูกเราก็ห่วงจนเกินกว่าเหตุ ช่วงวัยรุ่น เราก็วิตกว่าเขาจะเป็นคนดีต่อไปไหม เขาจะเลี้ยงตัวเองได้ไหม เขาจะมีความรู้ ไปตลอดรอดฝั่งไหม เรามีแฟน เราก็ไปหวังว่าจะได้แฟนดีไหม และก็ไม่ใช่ไปอย่างที่เราคิด เป็นอนัตตา เราไปฝันอนัตตา เราก็เกิดทุกข์ นี่เป็นความผูกพันและเกิดโทสะ กับลูกบ่อย ๆ ก็มักถามตัวเองว่า ลูกเรายังเมตตาไม่ได้ เราจะเมตตาใครได้ พ่อแม่เราเมตตาไม่ได้ จะไปเมตตาคนไกลตัว นี่เป็นความจริง

ไอแวน ... (พูดภาษาอังกฤษ)

ผู้ฟัง อาจารย์ ช่วยแปลด้วย

สุ. คุณไอแวนบอกว่า เวลาที่มีอกุศลเกิดขึ้น เรามักจะคิดว่า นี่เป็นอกุศล และเราพยายามที่จะไม่เป็นอกุศล แต่ถึงอย่างนั้นก็ตาม ขณะที่กำลังคิดอย่างนั้น เรายังรู้ว่า ไม่ใช่ตัวตนที่คิด เป็นสภาพธรรมที่คิดเท่านั้นเอง ซึ่งจะมีประโยชน์ มากกว่าการที่จะไปพยายามไม่ให้เป็นอย่างนี้ เป็นอย่างนั้น ไม่ชอบอกุศลอย่างนี้ ไม่อยากให้ออกุศลเกิด เพราะว่าแม้จะคิดอย่างนั้นสักเท่าไร ก็ไม่มีทางที่จะสำเร็จได้ นอกจากจะรู้จริง ๆ ว่า แม้จะคิดอย่างนั้น ก็เป็นแต่เพียงสภาพคิดเท่านั้น กล่าวอย่างนี้ ไซ้ไหม

ไอแวน ไซ้

สุ. นั่นก็เป็นสิ่งที่ดีที่สุด เพราะว่าอกุศลมีหลายชั้น อย่างคนที่ไม่รู้เรื่อง สติปัฏฐาน แต่ก็มีหิริโอตตปปะ รู้ว่าสิ่งใดควร สิ่งใดไม่ควร นั่นเป็นอกุศลชั้นหนึ่ง



ขั้นที่รู้ว่าอกุศลเป็นสิ่งที่ไม่ควรทำ ขณะนั้นเขาอาจจะมีหิริเกิดขึ้นโดยที่เขาไม่รู้ว่าเป็นตัวเขา แต่แม้กระนั้นขณะนั้นสภาพที่เป็นจริงก็คือหิริ ไม่ใช่เขาที่เห็นอกุศลไม่ควรจะเกิด และขณะนั้นก็ไม่สามารถจะระงับอกุศลได้ เพียงคิด แต่เวลาที่เกิดความรู้อย่างเข้าใจว่าขณะนั้นเป็นสภาพคิด ย่อมมีประโยชน์กว่า เพราะบางคนที่รู้ว่า นี่ไม่ดี ไม่ควรเกิด ไม่ควรคิด ไม่ควรจะทำ แต่ก็เกิด ก็คิด ก็ทำ ทั้งๆ ที่รู้

แสดงให้เห็นว่า เพียงขั้นคิดไม่สามารถยับยั้งอกุศลได้จริง ๆ แต่การอบรมเจริญปัญญาที่จะรู้ ว่า ไม่ใช่ตัวตน มีประโยชน์สูงสุด

ถ. เรามาประเทศอินเดียแทบจะทั่วทุกแห่ง เราจะเห็นผู้คน ความคิดที่เราจะเมตตากับคนก็ต่างกัน เด็กเล็กเราอาจจะเมตตามากกว่า อาจจะไม่ใช้เมตตาเป็นความสงสาร คนที่ขาหัก หรือคนที่อุ้มลูกเล็ก ๆ เรามีความรู้สึกสงสารต่างกัน ทำอย่างไรที่จะคิดให้ถูกต้อง อาจารย์ก็บอกว่าตามสภาพกรรมของเขา แต่ก็อดไม่ได้ว่า คนนี้น่าสงสารกว่าคนนั้น คนนี้น่าสงสารกว่าคนนี้อยู่ตลอดเวลา

สุ. สัตว์โลกย่อมเป็นไปตามกรรม ทำให้เราเห็นกรรมของทุกคนชัดเจน เพราะฉะนั้น เวลาที่ประสบสิ่งหนึ่งสิ่งใดก็ตาม ที่เห็นว่าเป็นเด็กตัวเล็ก ๆ บ้าง หรือเป็นคนพิการต่าง ๆ บ้าง เราควรพิจารณาจิตของเราว่า ขณะนั้นเป็นสภาพที่เป็นกุศล หรือเป็นอกุศล บางคนใช้คำว่า สงสาร แต่ลืมสภาพจิตที่กำลังสงสารนั้นว่า เศร้าหมองหรือเปล่า

เพราะฉะนั้น ทางที่ดีที่สุดควรจะรู้ว่า กรุณาเป็นสภาพที่มีความเห็นใจในความทุกข์ยาก ในความเดือดร้อนของคนอื่น โดยที่จิตของเราเองไม่จำเป็นต้องเศร้าหมอง เราเป็นผู้สามารถรักษาจิตของเราได้ เวลาที่เห็นอะไรก็ตามระลึกสภาพจิตในขณะนั้นว่า เศร้าหมองไหม ถ้าเศร้าหมองเป็นอกุศล ไม่ใช่กุศล

นี่เป็นเหตุที่ทำให้แม่เห็นเขาลำบากเดือดร้อน แต่ใจของเราก็ไม่ต้องเศร้าหมองเป็นอกุศล เราสามารถมีความเห็นใจ มีความเข้าใจจิตใจของเขา อย่างคนขับรถ ขับรถมานาน เหนื่อย หิว เรามีความเห็นใจ เราอาจจะให้ไข่ ให้ขนม น้ำ เพลงที่เขาอยากฟัง นั่นก็แสดงให้เห็นว่า ขณะนั้นจิตของเราไม่เศร้าหมอง แม้ว่าคนอื่น



จะเป็นทุกข์ เรามีทางที่จะช่วยให้เขาสบายทางหนึ่งทางใดเราก็ทำ โดยที่จิตของเราอย่าเศร้าหมอง

ต้องละเอียดพอที่จะอย่าสงสาร และทำให้จิตของเราเศร้าหมองด้วย เพราะว่าขณะนั้นจะมีอกุศลกลับ

ถ. มีเจตนาอยากจะช่วย แต่ช่วยไม่ได้หมด ทำให้จิตเศร้าหมองไป

สุ. เวลาจิตเศร้าหมองต้องรู้สึกตัว คือ ระลึกที่สภาพของจิตที่เศร้าหมอง และรู้ว่าไม่มีประโยชน์เลย เขาต้องเป็นไปตามกรรมของเขา เมื่อถึงคราวที่กรรมของเขาจะให้ผล ใครก็ช่วยไม่ได้ทั้งนั้น แม้แต่เราที่อยากจะช่วย ก็ช่วยไม่ได้ แต่ถ้าเรามีอดีตกรรมที่ทำให้เราสามารถช่วยเขาได้ในทางหนึ่งทางใดและเราช่วย เราก็เข้าใจถึงกรรมว่า อกุศลกรรมของเขาเป็นเหตุที่ทำให้เราสามารถช่วยเขาได้ โดยที่ไม่จำเป็นต้องเศร้าหมองเลย ไม่ว่าจะเห็นคนบาดเจ็บครวญคราง หรือเห็นสภาพที่น่ากลัว น่าหวาดเสียวอย่างไรก็ตามแต่ ก็ไม่หวั่นไหว เพราะรู้ว่าทุกคนเป็นไปตามกรรมจริง ๆ สดปัญญาที่ใครจะไปยับยั้งได้ ทั้ง ๆ ที่ไม่มีใครอยากให้ใครถูกเผา แต่เมื่อกรรมของเขาเป็นเหตุ เขาก็ต้องได้รับผลของกรรมนั้น อาจจะเป็นเรา อาจจะเป็นเขา อาจจะเป็นใครวันหนึ่งวันใด ก็เหมือนกัน

นี่เป็นเหตุทำให้เราหวั่นเกรงภัยในอกุศลกรรม และเห็นโทษของอกุศลกรรมว่า เพราะอกุศลจิต เพราะฉะนั้น ไม่ว่าจะมิกุศลทางหนึ่งทางใด เล็กน้อยสักเท่าไร จะเป็นทางกายนิคหนึ่ง ทางวาจาหน้อยหนึ่ง เราก็ย่อมจะเพียรทำกุศลนั้น ๆ เช่น สิ่งที่มีพระผู้มีพระภาคทรงแสดงและเป็นประโยชน์แก่พุทธบริษัทส่วนใหญ่ ผู้ที่มีบริษัทมาก เพราะผู้นั้นประกอบด้วยสังคหวัตถุ ๔ คือ ๑. ทาน การให้ ๒. ปิยวาจา วาจาที่น่าฟัง ๓. อัตถจริยา การประพฤติสิ่งที่ เป็นประโยชน์ ๔. สมานัตตตา ความเป็นผู้มีตนเสมอ

ถ้าพิจารณาจริง ๆ ไม่ใช่ประโยชน์แต่กับบุคคลนั้น แต่เป็นประโยชน์แก่ตัวเราเองจริง ๆ คือ ทาน การให้ ย่อมเป็นสิ่งที่ผู้รับปลาบปลื้มใจ และจิตของผู้ให้ก็อ่อนโยน คือ อ่อนโยนพอที่จะเสียสละวัตถุของตนเพื่อประโยชน์สุขของคนอื่นได้ในขณะนั้นจิตก็มีความสบาย เพราะว่าไม่มีความตระหนี่ ได้ประโยชน์ทั้งจิตใจของ



ตนเองก็อ่อนโยนและเบิกบานที่เห็นผู้รับมีความสุขได้ใช้สิ่งที่เป็นประโยชน์กับเขา เพราะฉะนั้น โลกย่อมร่มเย็นต่อไปได้ด้วยทาน การให้

สำหรับปิยวาจา วาจาที่น่าฟัง ซึ่งเป็นที่รัก แต่ก่อนเราอาจจะเป็นคนที่ตรงมาก มีความรู้สึกอย่างไรก็พูดไปอย่างนั้นโดยไม่ได้ขัดเกลา หรือโดยลืมนึกว่าคนฟังจะรู้สึกอย่างไร แต่ถ้าเพียงเห็นประโยชน์นิดเดียวว่า กุศลควรพร้อมทั้งกาย ทั้งวาจา ทั้งใจ เพราะฉะนั้น เวลาที่จะพูดกับใครก็พูดสิ่งที่เป็นประโยชน์ และพูดคำที่น่าฟัง มีการนึกถึงจิตใจของเขา และอนุเคราะห์เกื้อกูลเขาให้เขาสามารถเข้าใจในเหตุในผลได้ คือ ด้วยวาจาของเรา สามารถเป็นประโยชน์กับคนอื่น เรายังมีปิยวาจาด้วย

ประการที่ ๓ อตถจริยา คือ การประพฤติตนที่เป็นประโยชน์กับคนอื่น ข้อนี้สำหรับชาวพุทธเรารู้สึกว่าไม่ยาก ที่เมืองไทยเราก็อบรมกันมาที่จะสงเคราะห์ช่วยเหลือผู้ใกล้ชิดมิตรสหายกันอยู่แล้ว ทั้งหมดนั้นเป็นกุศล แม้เพียงเล็กน้อยจิตใจก็สบายในขณะที่ทำทั้งผู้ให้และผู้รับ

ประการที่ ๔ สมนัตตตา คือ ความเป็นผู้มีตนเสมอกับคนอื่น ซึ่งจะไม่ทำให้มีช่องว่างเลย และทำให้เรามีความสบายใจด้วย อย่างหลายคนที่มาอินเดีย ก็มักจะเขา ชาวอินเดีย เขา อาหารอินเดีย แต่ถ้าเป็นผู้มีตนเสมอกับเขา คือ เขาก็มีตา เราก็มีตา เขาก็เห็น เราก็มองเห็น เขาก็มีหู เราก็มองเห็นเท่า ๆ กัน เขามีจมูก มีลิ้น มีกาย มีใจ มีโลภะ มีโทสะ มีกุศล ก็เหมือน ๆ กันทั้งนั้น ไม่ว่าจะมีความประพฤติอย่างไรก็ตาม ก็ทำให้เราสามารถเข้ากับคนทั้งโลกได้ เพราะว่าสัตว์โลกทั้งหลายก็คือผู้ที่เกิดมาร่วมโลก มีความเป็นมนุษย์ และเป็นผลของกุศลกรรมที่ทำให้เกิดมาเป็นมนุษย์ แต่อกุศลที่สะสมมา หรือกุศลที่สะสมมาทำให้แต่ละบุคคลมีอัธยาศัยต่าง ๆ กัน ถ้าเราเข้าใจละเอียดลงไปจนกระทั่งถึงว่า ไม่มีสัตว์ ไม่มีบุคคล ไม่มีตัวตนเลย เป็นสภาพธรรมของจิต ถ้าจิตของคนอินเดียเป็นกุศลก็น่าอนุโมทนามากกว่ากุศลจิตของคนไทย เพราะว่ากุศลเป็นกุศล อกุศลเป็นอกุศล ไม่ใช่กุศลของคนไทยต้องดีกว่ากุศลของคนชาติอื่น หรือไม่ใช่ว่าอกุศลของคนชาติอื่นจะต้องร้ายกว่าอกุศลของคนไทย



นี่เป็นสิ่งที่ทำให้เราเข้าถึงสภาพธรรมจริง ๆ และเมื่อเข้าถึงสภาพธรรมจริง ๆ แล้ว จะไม่มีช่องว่างเลย มีความรู้สึกที่เป็นเพื่อน พร้อมทั้งจะมีพรหมวิหารทั้ง ๔ ทั้งเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา และอบรมเจริญปัญญาที่จะให้เข้าถึงลักษณะแท้จริงที่ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตนยิ่งขึ้น ก็เป็นประโยชน์ทุกด้าน เพียงแต่ต้องพิจารณาจิตอย่าให้เศร้าหมอง และมีหลายทางที่จะเป็นกุศลได้ทั้งกาย ทั้งวาจา ทั้งใจ

ถ. ที่อาจารย์อธิบายเรื่องพิจารณาดีตกรรมของคนนั้นที่เราช่วยไม่ได้ ขณะนั้นจะเป็นอุเบกขาพรหมวิหารได้ไหม ไม่ใช่เมตตา ไม่ใช่กรุณา แต่เป็นอุเบกขา

ธ. คุณณรงศ์ อุเบกขานี้องค์ธรรมว่าอย่างไร

ณ. อุเบกขาในพรหมวิหารเท่าที่จำได้ อาจารย์บอกว่าเป็นตัตรมัชฌัตตตา ไม่ใช่อุเบกขาเวทนา คือ ถ้าเราเห็นแล้วมีความรู้สึกเป็นเพื่อนกับทุก ๆ คน เป็นเมตตา เป็นกุศลจิต เวลาเราเห็นใครที่เดือดร้อน สัตว์ที่ตกทุกข์ได้ยาก มีจิตน้อมไปที่จะช่วยเหลือก็เป็นกรุณา ถ้าเราเห็นคนที่ได้ลาภสักการะ ชื่อเสียง ได้ทุก ๆ อย่างที่ปรารถนา เราไม่ริษยาเขา แต่เราพลอยยินดีด้วยกับเขา ขณะนั้นเป็นกุศลจิต เป็นมุทิตา แต่ถ้าเมตตาไม่เกิด กรุณาไม่เกิด มุทิตาไม่เกิด ก็ยังเป็นกุศลได้ โดยที่เรามีความวางเฉยในสัตว์สังขาร รู้ว่าสภาพธรรมเกิดขึ้นแล้วดับไป ไม่เที่ยง ทุกคนก็มีแค่จิต เจตสิก รูป มีแต่นามกับรูปโดยย่อ ทุกคนเสมอกันโดยธาตุ เพราะฉะนั้น จิตเราก็กว้างเฉยเป็นกลางในสัตว์สังขารนั้น ไม่มีอภิขณา คือ ไม่มีความรักหรือชอบในบุคคลนั้น และไม่มีโทมนัส คือ ไม่เกิดโทสะหรือโกรธ เพียงแต่รู้ว่า เป็นสภาพธรรมที่ต้องเป็นไปตามโลก เขาจะได้รับความเดือดร้อนเป็นทุกข์ เราก็ไม่เกิดเมตตา กรุณา แต่เป็นไปตามกรรมและผลของกรรม เขาทำความดี ทำกุศลกรรมไว้ เมื่อกุศลกรรมให้ผล เขาก็ได้รับสิ่งที่ดี แต่ถ้าเขาเคยทำอกุศลกรรมไว้ เขาก็ต้องได้รับสิ่งที่ไม่ดี

ธ. ตัตรมัชฌัตตตาเจตสิก แต่ก่อนผมก็ไม่ค่อยเข้าใจ เดี่ยวนี้มีความเข้าใจเพิ่มขึ้น ๆ ตัตรมัชฌัตตตาเกิดกับกุศลจิตทุกดวง บางครั้งกุศลจิตบางอย่าง เราไม่ค่อยเห็นเจตสิกดวงนี้ชัดเจน เช่น ให้ทาน ต้องมีตัตรมัชฌัตตตาด้วย แต่ถ้าเราเจริญ



พรหมวิหาร เมื่อเราเห็นว่าเราช่วยเขาไม่ได้ ก็มีใจเป็นกลาง อย่างนี้เราเห็นเหตุผลว่าเป็นอย่างไร

ณ. ถ้าศึกษาอภิธรรมโดยละเอียดจะทราบว่า ตัตตรมฺชฌัตตตาเป็น ๑ ในโสภณเจตสิก ๑๙ ดวง ซึ่งเกิดกับโสภณจิตทุกดวง โสภณจิตจะรวมทั้งกุศลจิต วิบากจิตและกิริยาจิตด้วย ถ้าเป็นกุศล เฉพาะพรหมวิหารจะมีสัตว์บุคคลเป็นอารมณ์ แต่กุศลจิตอื่นที่ไม่ได้มีสัตว์บุคคลเป็นอารมณ์ ไม่ใช่พรหมวิหาร ก็มีตัตตรมฺชฌัตตตาได้

เรื่องนี้กว้างนิดหนึ่ง คือ ไม่ใช่เราจำกัดว่า ตัตตรมฺชฌัตตตาเกิดแล้วต้องเป็นพรหมวิหารทุกครั้ง แต่ถ้าพรหมวิหารที่เป็นอุเบกขาเกิด หรือกุศลจิตอื่นเกิด ต้องมีตัตตรมฺชฌัตตตาเกิดด้วย และตอนที่เป็นอุเบกขา ตัตตรมฺชฌัตตตาเด่นที่สุด เป็นเจตสิกที่เด่นที่สุดที่ทํากิจตอนนั้น ถ้าเป็นกลาง อย่างกุศลก็ต้องเป็นกลาง สมมติเราจะให้ทาน จิตก็ต้องเป็นกลาง มีการเห็นประโยชน์ เห็นคุณของกุศล เห็นโทษของอกุศล จิตก็น้อมไปที่จะเป็นกุศล แต่เรื่องนี้เข้าใจยากเหมือนกัน

นิน่า อุเบกขาบารมี และทุกบารมีด้วย จะต้องพิจารณา ดิฉันเข้าใจว่า พระโพธิสัตว์ไม่มีความหวัง เป็นอุเบกขาบารมี ...

ผู้ฟัง ถ้าเราให้ทาน อาจจะมีเมตตาเกิดสลับกันด้วยเพราะเราให้กับคน มีคนเป็นอารมณ์ด้วย

ณ. เห็นหรือยังว่า พระอภิธรรมไม่ใช่ของง่าย ๆ บางเจตสิกโดยเฉพาะตัตตรมฺชฌัตตตา เรียกยากโดยชื่อ อย่างน้อยที่สุดวันนี้ อุเบกขา องค์ธรรมได้แก่ ตัตตรมฺชฌัตตตาเจตสิก และต้องเป็นโสภณด้วย ธรรมละเอียดมาก เมื่อที่ผมบอกว่าเป็นกุศลจิต ความจริงต้องเป็นโสภณจิต กุศลจิตกับโสภณจิต ความกว้างขวางก็แตกต่างกันไป

ผู้ฟัง โสภณ รวมทั้งวิบากและกิริยาด้วย

สุ. ท่านที่ไม่ได้ฟังธรรมมาตั้งแต่ต้น คือ ทั้งจิต ทั้งเจตสิก ทั้งรูป ได้ยินคำนี้ ก็อาจจะเบื่อไปเลย



ผู้ฟัง ผมอยากจะให้กำลังใจกับตัวเองและทุก ๆ ท่านด้วยว่า เรื่องนี้แรก ๆ อาจจะน่าเบื่อ แต่ศึกษาไปเรื่อย ๆ เป็นปัจจัยปรุงแต่ง อย่างน้อย ๆ ก็ไม่ให้คิดฟุ้งซ่านไปในเรื่องอื่น เราคิดกันเรื่องธรรมดีกว่า





๒๐๒๐

สนทนาธรรมที่พุทธคยา

วันที่ ๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๓



ถ. ช่วยอธิบายคำว่า ตัตรมฺหณฺตตตตต รู้สึกชอบคำนี้ เพราะจึ้งเลย

ธ. คงอธิบายได้กว้าง ๆ ว่า เกิดกับโสภณจิตทุกดวงประการที่ ๑ ประการที่ ๒ มีลักษณะเป็นกลาง ไม่เอนเอียง โดยเฉพาะไม่อคติ เช่น เราฟังคนพูดธรรม ๒ คน คนหนึ่งเราชอบ อีกคนหนึ่งเราไม่ชอบ แต่พุทธธรรมถูกต้อง ถ้าเราไม่มีตัตรมฺหณฺตตตตต เราอาจจะเอนเอียงไปข้างใดข้างหนึ่งโดยผิด ๆ ก็ได้ อย่างนี้ก็เป็นตัตรมฺหณฺตตตตต

ใครว่าผิด ต้องแย้งด้วย เพราะว่าเป็นเรื่องยาก

ผมเห็นอย่างคุณพรชัยว่า ถึงแม้ว่าจะเป็นเรื่องยาก ค่อย ๆ เข้าใจ ผมเพิ่งมาเข้าใจเร็ว ๆ นี้เอง แต่ก่อนนี้คิดว่า อุเบกขาเป็นกุศลจิตได้อย่างไร ที่แท้ความหมาย อรรถต่างกัน

พ. การศึกษามาก ๆ การเป็นพหูสูตมีความสำคัญมาก อย่างน้อยถ้าเรานึกคิดธรรมเรื่องใด การที่เราเป็นพหูสูต จะละคลายความสงสัยลง

สุ. ต้องเป็นความรู้ความเข้าใจของแต่ละคน หลังจากที่ฟังแล้วและอ่านแล้ว แต่ละคนก็มีความคิดของตัวเอง มีความเข้าใจของตัวเองในรูปแบบต่าง ๆ กัน ทำให้มีการสนทนาธรรม

ผู้ฟัง ขอดถามคุณธงชัย ผมเคยได้ยินอาจารย์พูดถึงโลกในพระวินัยของพระอริยะ คุณธงชัยช่วยจำแนกได้ไหม

ธ. โลกในวินัยของพระอริยะ ความหมายของโลก คือ ขณะจิต ขณะจิตเป็นขณะต่าง ๆ ทางทวารตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ นั่นคือโลกในวินัยของพระอริยะ แต่โลกของปุถุชน ก็มาผสมกัน เอาสี่ เอาเสี่ยงมาผสมกันจนเป็นพระธิเบตเดินอยู่นี่นี้เป็นโลกของปุถุชน ท่านยิ้มด้วย ผมรู้ไปในอนุพยัญชนะด้วย เห็นต่าง ๆ ว่า ไบหน่า ท่านแก้อย่างไร จีวรหมองคล้ำอย่างไร รู้ไปในอนุพยัญชนะด้วยนอกจากจะรู้รูปร่าง



แต่โลกในวินัยของพระอริยะ คือ โลกทางตา ไม่มีพระองค์นี้ มีแต่สี ถ้าท่านพูดก็มีแต่เสียง จับตัวท่านก็มีแต่แข็ง มีแต่ปรมาตถ์ทั้งนั้นเลย นี่คือโลกในวินัยของพระอริยะ ไม่ทราบว่ามีมอธบายถูกหรือผิด

ผู้ฟัง ได้ยินมาคล้าย ๆ กับที่คุณธงชัยพูด

ผู้ฟัง เรื่องมานะ วันนั้นที่เราสนทนากันเรื่องเมตตา ผมพิจารณา จำได้ว่าอาจารย์เคยอธิบายเรื่องนี้ เมตตา นอกจากมีโลภะกับโทสะเป็นศัตรู ก็ยังมีมานะเป็นสิ่งที่ทำให้เมตตาจิตเกิดได้ยาก มานะ คือ ความสำคัญในตัวเอง ทำให้เราไม่อยากนึกถึงความสุขสบายของคนอื่นด้วย

ส. ที่กล่าวว่า มานะเป็นสภาพธรรมที่ตรงกันข้ามกับเมตตาเพราะว่าเมตตา คือ ความเป็นมิตร ความเป็นเพื่อนด้วยใจ ไม่ใช่เพียงเห็นกันคบหาสมาคมกันแต่ไม่เข้าใจกัน ไม่ช่วยเหลือเกื้อกูล ไม่หวังดีต่อกัน ถ้าโดยลักษณะนั้น ไม่ว่าจะรู้จักคนนั้นมาสัก ๑๐ ปี ๒๐ ปี แต่ความรู้สึกของเราไม่ได้เป็นเพื่อนกับคนนั้น เพียงแต่เป็นคนที่เคยเห็นกัน เคยพบกัน เคยไปไหนมาไหนด้วยกัน แต่ไม่ใช่เพื่อนกัน

ความเป็นเพื่อน หมายความว่า เป็นเพื่อนจริง ๆ สำหรับความเป็นเพื่อนที่แท้จริงไม่มีแม้แต่จะแข่งดีในระหว่างเพื่อน เพราะฉะนั้น คนที่ยังมีมานะ มีความสำคัญตนอยู่ย่อมจะมองเห็นว่า คนอื่นต่ำกว่าบ้าง หรือเสมอกว่า คือ มีการเปรียบเทียบในลักษณะนั้นก็อาจจะมีการแข่งดี หรือการหลบหลู่ หรือการตีเสมอ ซึ่งรวมเหล่านี้ไม่ใช่ลักษณะของเพื่อน

ต้องเข้าใจความหมายของคำว่า มิตร หรือ เมตตา ให้ลึกซึ้งจริง ๆ ว่าไม่มีอะไรเป็นเครื่องขวางกั้นเลยระหว่างความเป็นเพื่อนแท้ ๆ ที่ต้องการอุปการะเกื้อกูล และมีความหวังดีอย่างจริงใจ

ถ. เรื่องมานะยังมีอีกมุมหนึ่ง คือ เราต่ำกว่าคนอื่น อาจจะทำให้โทสะเกิดขึ้นได้ ใช่ไหม

ธ. อาจารย์บอกว่าได้ทั้งนั้น เรื่องมานะผมขอถามอีกนิดหนึ่ง เรื่องอะไรก็ตามที่เกี่ยวข้องกับชีวิตประจำวัน อย่าคิดว่าผมเอาเรื่องส่วนตัวมาเล่าเรื่อย ก็ไม่รู้จะเอา



ตัวอย่างที่อื่นมาอย่างไร ได้แต่ประสบการณ์ของตัวเอง คือ ผมเป็นเจ้าของรีสอร์ต วันไหนผมแต่งตัวชอมช่ออยู่ในสวน คนมาเที่ยว บางทีก็มารถเบนซ์ รถบีเอ็มไญ์ เวลาเขามาชมอะไร ผมก็เข้าไปอธิบายให้ฟัง เขาไม่ค่อยสนใจ ดูๆ แล้วเขาก็เดินออกไป สักพักเขารู้ว่าผมเป็นเจ้าของรีสอร์ต คราวนี้เขายิ้มเลย นี่คือมานะ เห็นชัดๆ เลย มานะ ถือตัว แกไม่อยู่ในสภาพที่เสมอกับฉัน จะมาคุยกับฉันได้อย่างไร เกออย่างดีก็เป็นหัวหน้าคนสวน ต้องระดับเจ้าของรีสอร์ตที่จะมาคุยกับฉัน เป็นอย่างนี้บ่อยๆ

เรื่องมานะนี้มีเรื่องพูดเยอะ โดยเฉพาะผมสะสมมานะมหาศาล เพราะว่า อาชีพทหาร สอนตั้งแต่เหยียบเท้าก้าวแรกเข้าไปในโรงเรียนนายร้อย สร้างมานะ น่าดูเลย

ส. แต่ทำไมเวลาที่เรากัดมานะแล้ว ไม่รู้สึก อย่างเช่น เขา คนอินเดีย นี่เรา เพียงเท่านั้นนิดเดียวเราก็คงจะรู้แล้วว่า ไม่ต้องไปไกลจนกระทั่งเอาตำรามาเทียบ แต่สภาพลักษณะของความคิดเกิดขึ้นแล้ว เราเก่ง เราทำอาหารอร่อย เราอะไรก็ได้ สารพัดที่จะดี ขณะนั้นเป็นอย่างนี้ เหนือเองที่จะรู้ว่า ขณะนั้นเป็นสภาพของลูกโป่งซึ่งลอยเพราะลม ไม่มีอะไรเลย แต่ก็ชอบที่จะลอยขึ้นไปสูงขึ้นๆ ทั้งๆ ที่ว่างเปล่าไร้สาระ ข้างในลูกโป่งไม่มีอะไรที่มีสาระเลย แต่ก็มีความสำคัญในตัวเอง

ถ้าจะระลึกง่าย ๆ ก็คือ ขณะใดที่มีความสำคัญในตัวเองแล้ว จะมาในทุกสถานการณ์ ไม่ว่าจะไปรับประทานอาหารที่ร้าน หรือจะไปซื้อของ หรือจะทำอะไรก็ตาม คำพูด กิริยาต้อนรับเชื้อเชิญ แม้แต่การจัดห้องนอน

ผู้ฟัง เราคิดว่าเราดีกว่าคนแขก เราคิดว่าเราสนทนาธรรมเก่งกว่าคนอื่นด้วย ผมคิดว่า เราต้องเปรียบเทียบกับคนอื่นจนกว่าจะถึงพระนิพพาน เรายังโง่มาก ไม่ฉลาด ๒,๕๐๐ กว่าปี เราต้องคิดอย่างนี้ เพราะว่าเราศึกษาธรรมแล้วคิดว่าเราเก่ง แต่ที่จริงยังไม่เก่ง

ส. ถ้าสนทนาธรรม และพูดเรื่องธรรมซึ่งคนสามารถจะสังเกตได้ ธรรมที่มีจริง ๆ ที่เกิดขึ้นตรงกับที่ทรงแสดงไว้ในพระไตรปิฎก จะสะดวกสำหรับทุกคนที่จะ



รู้ว่า นั่นคือกรรม ใช่ไหม แต่ถ้าเรายกตำรามาพูด เป็นเรื่องที่บางคนอาจจะคิดว่า ธรรมที่พูด ๆ กันนั้นอยู่ที่ไหนบ้าง แต่ความจริงแล้ว ทุกอย่างที่เป็นชีวิตประจำวัน มีอยู่ในพระไตรปิฎก เช่น ธรรมเรื่องชาติสกุล ความรู้ ฐานะ ความสามารถ อะไร ๆ หลาย ๆ อย่าง ก็เป็นชีวิตประจำวัน

ธ. พี่หญิงณพรัตน์เคยคุยกับผมเรื่องมานะ เคยมีมานะบ้างหรือเปล่า

ณพ. มีมาก ทั้งนี้กว่าตัวสูงกว่า และนี้กว่าตัวต่ำกว่า มีทุกอย่าง บางครั้ง สูงกว่า เราเป็นนาย เขาเป็นผู้ใต้บังคับบัญชา เราจะดูเขาเมื่อเขาทำผิด ซึ่งอาจารย์ ก็บอกให้ค่อย ๆ พูด แต่มานะของดิฉัน ดิฉันถือว่าเป็นนายเขา ก็พูดแรง ดู เรียกว่า ถือตัวว่าสูงกว่า แต่บางครั้งผู้อื่นทำอะไรได้ดีกว่าดิฉัน แม้จะเป็นเด็กกว่า ดิฉันก็ถือว่า ดิฉันน้อยกว่า เช่น การฝีมือ การทำกับข้าว การครัว ถ้าผู้อื่นสามารถทำได้ดีกว่า เราก็อมว่าเป็นผู้ต่ำกว่า แต่รู้สึกว่าการถือตัวใหญ่จะมีมากกว่า คือ เป็นกิเลสที่ ติดมานาน เคยตัว บางทีก็รู้ตัวและหยุด

ธ. ความจริงมานะมีเรื่องคุยเยอะ ละเอียดย อย่างผมเป็นทหาร ผู้ใต้บังคับบัญชามายืนพูดกับผม ประการที่ ๑ ต้องยืนพอดี ๆ จะยืนไกลไป ใกล้ไป มาพูดกับผมไม่ได้หรอก นี่เป็นนอร์ม เป็นธรรมเนียม เวลาพูดจะมาเกาะโน่นเกาะนี้ไม่ได้ จะมาจ้องตาไม่ได้ เขาอยู่ในฐานะนั้น เขาควรทำอะไรกับเรา ซึ่งเราอยู่ในฐานะ สูงกว่า เวลาเดินผ่านต้องเดินผ่านลักษณะไหน พูดกับเราด้วยสำเนียงอย่างไร ด้วยศัพท์อะไร จึงจะแสดงว่าอยู่คนละฐานะ จะหยิบยื่นอะไรส่งด้วยมือไหน ละเอียดอย่างนั้นจริง ๆ อย่างทหารจะเดินผ่านไปเฉย ๆ ไม่ได้ ต้องทำความเคารพ ตลอดเวลา เจอกัน ๑๐ คน ก็ต้องทำ ๑๐ คนในวันหนึ่ง เป็นเรื่องแปลกที่สุด อย่างเวลาเราเรียกใครมา ค่อย ๆ เดินไม่ได้ ถ้าค่อย ๆ เดิน ตายเลย ล้วนแต่ทำให้เกิด โทสะ ตัวมานะนี้ร้ายมาก จะแปลงให้เกิดเป็นโทสะได้สารพัดรูปเลย

สุ. น่าจะคิดว่า ถ้ากลับชาติกันดูจะเป็นอย่างไร เราเป็นเขา เขาเป็นเรา คงจะจำเรื่องที่คุยได้ เรื่องรัชชুমาลา นางทาสที่ในอดีตกาลเคยเป็นเจ้านายและทำ สารพัดทารุณกับทาสี อีกชาติหนึ่งนางก็กลับมาเป็นทาสี ถูกนายเขี่ยนตีสารพัด



จนกระทั่งถึงผม ทุกอย่าง ที่คยานี้เอง แต่นางก็ได้รู้แจ้งอริยสัจจธรรม เพราะว่า กุศลในอดีตที่ได้บำเพ็ญไว้แล้ว

ผู้ฟัง สมัยก่อนที่แต่งงานกับสามีใหม่ ๆ ตอนทานอาหารในบ้าน คนใช้จะไม่นั่งกับเราเลย แยกกันต่างหาก นี่ของเธอ นี่ของฉัน แต่คุณไอแวนเขาไม่ยอมเขาเป็นฝรั่ง เขาบอกว่า ต้องทานด้วยกัน มีอะไรก็ต้องทานด้วยกัน จะไม่ให้ทริทคนใช้เหมือนคนใช้จริง ๆ และปัจจุบันเรากำลังสร้างบ้านอยู่ บ้านของคนใช้ต้องทำให้อย่างดีหมดเงินไปมาก เขาบอกว่า เขาไม่สบายใจ ถ้าเขาจะสร้างบ้านของตัวเองอย่างดีเลิศ ส่วนคนใช้อย่างไก็ได้ เด็กคนใช้น้ำตาไหลเลย ปลื้มมากที่มีนายอย่างเขา แอ้วก็มานึกเหมือนกันว่า ถ้าเราเป็นคนใช้และโดนทริทแบบนี้ เราก็คงไม่ชอบเหมือนกัน ตอนหลังแอ้วก็มีเมตตาต่อคนใช้มากเหมือนกัน อย่างนี้ว่าตอนเช้าเขาต้องตื่นตี ๕ มาทำงานบ้านให้เรา อาบน้ำแต่งตัวให้ลูกไปโรงเรียน จัดอาหารให้ ซึ่งตอนเช้าเราตื่นไม่ไหว เพราะเราทำงานในบริษัทเหนื่อยมากแล้ว ตอนหลังรู้สึกประทับใจในตัวคนใช้มากกว่า เขาเป็นผู้มีพระคุณที่ได้ช่วยเหลือ แต่แอ้วก็รู้ว่า นั่นเป็นหน้าที่ของเขา เขามีกรรมที่ทำให้ได้รับวิบากต้องเกิดมาเป็นคนใช้ และคนใช้คนนี้ก็พึงธรรมจากอาจารย์ และสนใจธรรมมาก

สุ. ต้องขอแยก เพราะว่าความสำคัญว่าเป็นเรา เป็นได้ ๓ ลักษณะ คือ เราด้วยตัณหา เราด้วยทิฏฐิ และเราด้วยมานะ ถ้าเราด้วยตัณหา ก็ด้วยความยินดีพอใจในของของเรา คือเรา ตาเรา ผมเรา ใจเรา กุศลเรา คือ มีความสำคัญในเราด้วยความพอใจอย่างหนึ่ง ด้วยความเห็นผิดที่ยึดถือสภาพธรรมว่าเป็นเราหรือเป็นตัวตนนั้นอีกอย่างหนึ่ง และสำหรับมานะเป็นความสำคัญในตัวตนว่า เป็นตัวตนของเราซึ่งใหญ่ เป็นความสำคัญอันหนึ่ง ซึ่งยึดถือเราโดยความเป็นมานะ

ผู้ฟัง เป็นเรื่องที่เกิดขึ้นซึ่งผมจะไม่บอกสถานที่ แต่เป็นมานะที่เกี่ยวข้องกับธรรม คือ มีผู้ฟังรายการของท่านอาจารย์สุจินต์ เป็นเพศบรรพชิต ฟังอย่างเป็นปกติ และเมื่อมีความเข้าใจก็อยากช่วยเหลือผู้อื่น ขณะที่กำลังถ่ายเทป ก็มีผู้เข้ามาถามว่า ท่านกำลังทำอะไร ท่านก็บอกว่า ผมกำลังฟังรายการธรรมของ



ท่านอาจารย์สุจินต์ ท่านที่เข้ามา ก็บอกว่า ทำไมไม่ฟังธรรมของผู้หญิงล่ะ ในเมื่อเรามีศีลตั้ง ๒๒๗ คนที่เรากำลังฟังเขาจะมีศีลอย่างมากที่สุดแค่ ๕ ท่านทำอย่างนี้ไม่ถูก และไม่ใช่ว่าห้ามเฉย ๆ ยังบอกว่า ถ้าจะอยู่ที่วัดนี้ ควรพิจารณาความเหมาะสม มิฉะนั้นแล้วอาจจะอยู่ที่นี่ไม่ได้ ท่านก็มาเล่าให้ผมฟังว่า เป็นอันตรายจริง ๆ เลย เพียงแต่เราฟังของเรา ท่านมาได้ยิน อย่างนี้น่าจะเป็นลักษณะของมานะในธรรม

ส. ท่านผู้นั้นไม่ได้ฟังพระธรรมแน่นอน เพราะว่ายังมีความเป็นตัวตนที่จะแยก ไม่ใช่การฟังพระธรรมเท่านั้น ไม่ว่าผู้พูดจะเป็นใคร จะเป็นหญิง หรือจะเป็นชาย จะมีศีล ๒๒๗ หรือจะมีศีล ๕ อย่างไรก็ตามแต่ ถ้าเป็นผู้ที่ฟังพระธรรมจริง ๆ ก็ไม่ใช่ฟังบุคคล เพราะฉะนั้น เป็นเรื่องละเอียดที่จะต้องพิจารณาว่า แม้บุคคลที่บวชเป็นบรรพชิตแล้ว การเจริญกุศลของบุคคลนั้นเป็นอัตตาทิปไตย หรือโลกาธิปไตย หรือธัมมาธิปไตย

ถ้าเป็นอัตตาทิปไตย ก็คือแต่ละคนเห็นความสำคัญของตนเองว่า เราต้องไม่เป็นอย่างนั้น เราต้องเป็นอย่างนี้ คือ มีตัวตนสำคัญกว่าอย่างอื่น เราจะต้องเป็นคนดี เราเกิดในชาติตระกูลสูง เราจะเป็นผู้ที่มีกายวาจาไม่เหมาะสมไม่ควรไม่ได้ ในขณะที่นั้นแม้การทำความดีของบุคคลนั้น ก็เป็นอัตตาทิปไตย คือ มีความสำคัญในตนเป็นใหญ่

สำหรับโลกาธิปไตย บางคนไม่คิดถึงตัวเองในลักษณะนี้ แต่คิดว่าโลกหรือชาวโลกจะดีเตียน ถ้าเป็นอกุศลอย่างนั้น ๆ จึงละเว้นทุจริตต่าง ๆ เพราะเห็นว่าโลกดีเตียน นั่นเป็นโลกาธิปไตย

ประการสุดท้าย ธัมมาธิปไตย คือ บุคคลนั้นเห็นแก่ธรรม กุศลเป็นกุศล อกุศลเป็นอกุศล ไม่ใช่เรา เพราะฉะนั้น การอบรมเจริญกุศลก็เพื่อให้กุศลเจริญขึ้น เพื่อที่จะละคลายอกุศล ไม่ใช่ด้วยความสำคัญในตน หรือไม่ต้องห่วงชาวโลกว่าชาวโลกจะคิดอย่างไร จะว่าอย่างไร แต่เพื่อธรรมเท่านั้น

เพราะฉะนั้น แต่ละบุคคลจะสังเกตพฤติกรรมในชีวิตประจำวันของตนเองได้ว่า ขณะไหนเป็นอัตตาทิปไตย ขณะไหนเป็นโลกาธิปไตย และขณะไหนเป็นธัมมาธิปไตย



แนวทางเจริญวิปัสสนา เล่ม ๒๐๒ ตอนที่ ๒๐๑๑ - ๒๐๒๐

หน้า ๖๙

เพราะฉะนั้น ขณะใดที่กุศลจิตเกิด ขณะนั้นให้ทราบ ว่า ต้องมีัตถมรรษัตตตา คือ ความเป็นผู้ไม่ลำเอียง จึงเป็นกุศลได้ มิฉะนั้นแล้วกุศลก็เกิดไม่ได้

