

การทำจิต
ให้ว่าง
นั้นทำอย่างไร

พุทธ
ทาส
ภิกษุ



ธรรมะใกล้มือ

การทำจิตให้ว่างนั้นทำอย่างไร

พุทธทาสภิกขุ

การบรรยาย อบรมนักศึกษาามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ๒๕๑๖
วันที่แสดง ๒๐ ตุลาคม ๒๕๑๖
รหัส ๔๑๒๕๑๖๑๐๒๐๐๓๐
ผู้ถอดเสียง วรรณวิภา สัตตธรรมกุล
ผู้ตรวจทาน สุรมณ พงศ์พฤกษ์ และฝ่ายจดหมายเหตุ
ถ่ายภาพ ณัฐชนน บางแค
ออกแบบ/จัดทำ ฝ่ายสื่อสารงานธรรม

ISBN 978-616-7574-90-5
พิมพ์ครั้งแรก กุมภาพันธ์ ๒๕๖๓
จำนวน ๙,๐๐๐ เล่ม
จัดพิมพ์โดย มูลนิธิหอจดหมายเหตุพุทธทาส อินทปัญโญ
พิมพ์ที่ บริษัท พิมพ์ดี จำกัด โทร. ๐๒ ๔๐๑ ๙๔๐๑

ประสงค์รับหนังสือเพื่อใช้ในงานพิธีหรือเผยแพร่ในวาระต่างๆ ติดต่อที่

มูลนิธิหอจดหมายเหตุพุทธทาส อินทปัญโญ

สวนวชิรเบญจทัศ (สวนรถไฟ) ถนนนินคมรถไฟสาย ๒

แขวงจตุจักร เขตจตุจักร กรุงเทพฯ ๑๐๙๐๐

โทรศัพท์ : ๐ ๒๙๓๖ ๒๘๐๐ ต่อ ๕๑๐๑

โทรสาร : ๐ ๒๙๓๖ ๒๖๘๕

อีเมล : cds@bia.or.th

Facebook : CoDhammaSpace

www.bia.or.th

ธรรมทาน กับ การทำหนังสือ

ที่ใครจะรู้ว่า ต่างกันอย่างไร ลองแยกเล่มหนังสือ ออกดู จะเห็นว่า มีอยู่สองอย่าง คือ กระดาษที่ใช้พิมพ์ กับความรู้อยู่ในหนังสือเล่มนั้น. การทำหนังสือ ย่อมหมายถึง การหาความรู้ ด้วยเอาตามตามต่อ การ พร้อมทั้งการหากระดาษ และ ~~เขียน~~ ^{หา} ในกรณี หนังสือหนึ่ง อย่างก็พอ ทั่วไป.

ส่วนการธรรมทาน ย่อมไม่เป็นเช่นนั้น ความรู้ นั้นให้เปล่า ก็แล้ว, ส่วนกระดาษหรือกระดาษ ก็ใช้ ความรู้ นั้น มัก ต้อง ขอคืน เช่นเดียวกับกระดาษที่ ใช้ ให้ใส่แกลงไปทางพระที่วัด. ขอคืน เพราะฉบับ ต้องใส่ไปทาง อีกหลายฉบับ! จนกระทั่งถึงฉบับที่วัด.

งานธรรมทาน มักถูกแทนที่เป็นการทำหนังสือไป. ขอจบพิจารณาด้วยดี ทั้งสองอย่าง, จะได้เข้าใจ กันดี, และร่วมช่วยกันไว้.

สารบัญ

บทนำ	๕
๑ ว่างเองอยู่ตามธรรมชาติ	๑๓
๒ มั่นว่างอยู่เองแล้ว รักษาให้ว่างต่อไป	๓๓
๓ ทำจิตที่กำลังวุ่น ให้กลายเป็นว่าง	๔๙

บทนำ

การพูดกันเรื่องการใช้จิตว่างให้เป็นประโยชน์ในครั้งที่ ๓ นี้ จะได้กล่าวโดยหัวข้อว่า การทำจิตให้ว่างนั้นทำอย่างไร ควรจะทบทวนไปถึงการบรรยายครั้งแรกที่สุด ที่ว่าเรื่องต่างๆ เกี่ยวกับความว่างหรือจิตว่างว่ามันได้แก่อะไร อย่างไร เป็นต้น เมื่อในการพูดกันครั้งที่ ๒ ก็พูดถึงประโยชน์ไอ้ทุกแง่ทุกมุมของการมีจิตว่าง เช่นในวันนี้ครั้งที่ ๓ นี้ก็จะได้พูดเฉพาะในแง่ที่ว่า การทำจิตให้ว่างนั้นจะทำได้อย่างไร ถ้าว่าโดยที่แท้แล้วเราก็ได้พูดกันในหลายแง่หลายมุม จนตอบคำถามปัญหาเหล่านี้ได้ไม่มากนักน้อยแล้วทั้งนั้น แต่ไม่ได้ระบุให้มันเจาะจงลงไปให้ฟังง่าย จึงต้องพูดโดยหัวข้ออย่างนี้ทีละข้อๆ มาตามลำดับอีก

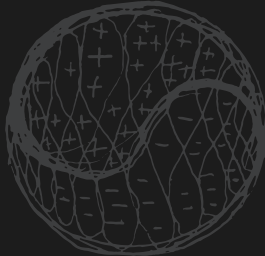
เมื่อจะสนใจเรื่องความว่างหรือจิตว่างนี้ จะต้องรู้จักประโยชน์หรือไอ้ข้อเท็จจริงอย่างอื่นที่ยิ่งไปกว่าประโยชน์เกี่ยวกับอะไร.. คือมันเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับพุทธศาสนา ที่เราจะต้องช่วย

กันรักษา ต้องเผยแผ่ให้เพื่อนมนุษย์ด้วยกันเข้าถึงหัวใจของ
พุทธศาสนา อย่างนี้ก็มิ นี่คือความกระตุ้นให้อยากจะรู้เรื่องนี้
อยากจะได้ประโยชน์จากเรื่องนี้เลยอยากจะทำปฏิบัติให้ได้

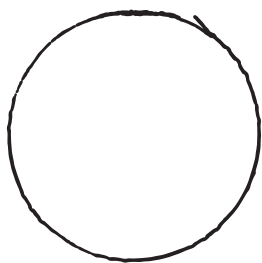
เพราะฉะนั้นจะต้องนึกถึงไฉ่ความพอใจที่จะปฏิบัติให้ได้ที่
เรียกกันว่า ฉันทะ เป็นธรรมะข้อแรกสำหรับความสำเร็จทั้งหลาย
จะต้องขบใจและต้องพอใจในสิ่งนั้น ในเรื่องที่จะทำนั้น ๆ ดังนั้น
การที่จะรู้จักทำจิตให้ว่างอย่างไร ก็ต้องอาศัยไฉ่รากฐานหรือว่า
เบื้องหลังของมัน คือความที่เราอยากจะมีจิตว่าง เพราะรู้ที่อยู่
ซึ่งประโยชน์นี้เป็นต้นทุน จะได้สนใจศึกษา ยิ่ง ๆ ขึ้นไป มันเป็น
วิธีหนึ่งที่จะทำให้มนุษย์เราได้รับความผาสุกสูงสุด คือสุดที่มนุษย์
จะมีได้หรือที่ธรรมชาติจะอำนวยให้ได้ หรือว่าถ้ามันมีความสำเร็จ
ในเรื่องนี้แล้วก็ ชีวิตนั้นมันก็จะไม่มีความทุกข์เลย นี่มันควรจะมี
มีความสนใจหรือความพอใจกันในลักษณะอย่างนี้

แล้วทีนี้ก็จะได้พูดถึงหลักการที่ว่า จะทำให้มันว่างได้อย่างไร
ไร จะแยกเป็น ๓ ชนิด โดยหัวข้อย่อๆ ก็คือว่า

- ๑) ตามธรรมชาติมันก็ว่างอยู่เอง เราไม่ต้องทำอะไรมันก็ว่าง
อยู่เองได้ตามธรรมชาติ เราก็เพียงแต่มีสติสัมปชัญญะรักษา
ความที่มันว่างอยู่เองนี้ อย่าให้กลายเป็นไม่ว่างเสียเมื่ออะไร
มีอะไรมากระทบมากะทบนี้ เราก็รักษาให้ได้อย่าให้มันกลายเป็น
เป็นุ่นหรือไม่ว่างไปเสีย นี่คือมันว่างอยู่เอง ไม่เพียงแต่รักษา
เอาไว้มัน ... รักษาไว้ความว่างอยู่เองนี้เอาไว้ให้ได้
- ๒) ทีนี้อย่างที่สองหรือส่วนที่สอง ที่เราจะทำให้มันว่างยิ่งๆ
ขึ้นไป และเมื่อเราต้องการเมื่อไรก็ทำได้ด้วย มันว่างยิ่งขึ้นไป
กว่าที่มันว่างอยู่เอง
- ๓) อย่างที่สามนั้น เมื่อมันกำลังุ่น กำลังไม่ว่างอย่างยิ่ง
เราจะทำให้มันกลับว่างได้อย่างไร นี่มันเป็นเรื่องๆ ที่มัน
ไม่เหมือนกันอย่างนี้



จิตเดิม



๑

ว่างเองอยู่ตามธรรมชาติ

ทำจิตให้ว่างได้อย่างไร

สำหรับเรื่องที่ ๑ คือว่างเองอยู่ตามธรรมชาติ นี่ก็ควรจะ
มองดูกันให้ดีว่า ตัวกู-ของกู ความคิดชนิดนั้นมันไม่ได้เกิดอยู่
ตลอดเวลา หรือว่าที่แท้แล้วมันไม่เกิด ไม่มีเหตุปัจจัยแล้วมัน
ก็ไม่เกิด นี่อะไรเป็นเหตุเป็นปัจจัย ก็สิ่งข้างนอกที่จะเข้ามาทาง
ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ดังนั้นผู้จะศึกษาพุทธศาสนาควรรู้จัก
สิ่งเหล่านี้ให้เพียงพอ

ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ในทางธรรมะมีความสำคัญสูงสุด
เพราะว่าจะจะเป็นหรือจะตาย จะได้หรือจะเสีย จะทุกข์หรือจะสุข
มันก็เพราะไอ้เรื่องของ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ๖ อย่างนี้ ทาง
ชาวบ้าน ทางวิชาทางโลกๆ เขาไม่ได้สนใจกับสิ่งเหล่านี้ในลักษณะ

อย่างนี้

ภาษาบาลีเรียกชื่อสิ่งเหล่านี้ในวงของธรรมะต่างๆ กัน ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ๖ อย่างนี้บางทีก็เรียกว่า ประตु คือ ทวาร บางทีก็เรียกว่า อินทรีย์ คือ สิ่งร้ายกาจหรือตัวร้ายกาจใหญ่ๆ ขนาดใหญ่ ขนาดหนักอึ้งหนึ่งๆ ก็เรียกว่า อินทรีย์ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ แต่ละอย่างนี้เป็นอินทรีย์อย่างหนึ่งๆ ผิดกับที่ว่ามันเป็นทวาร มันเป็นประตูที่จะเปิดรับอะไรเข้ามา ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ นี้แต่ละอย่าง และอีกอย่างก็เรียก อายตนะ เพื่อที่สิ่งที่จะติดต่อกันหรือรู้สึกได้ และยังมีเรียกอย่างอื่นอีก เอาละ, เพียงเท่านี้ก็พอ

ก็ประตูนี้ ตาก็เป็นประตูให้อะไรที่จะรู้สึกได้ทางตาเข้าไปถึงใจ หูก็เหมือนกันนะ เสียงก็จะเข้าทางหูไปถึงใจ กระทั่งใจเอง มันก็มีอะไรของมันที่จะรับหรือเปิดรับเอาอะไรให้เข้าไปถึงจิตใจหรือใจในส่วนลึก เช่น เรานึกถึงอะไรขึ้นมาแต่หนหลังนี้ อันนั้นก็ เป็นอารมณ์มาเข้าทางประตูใจ แต่จะเข้าไปสู่ส่วนลึกที่มันจะทำความคิดนึกปรุงแต่งอะไรได้อีกทีหนึ่ง

ตามธรรมดาไ้ ๕ อย่างข้างนอกนี้ ตา หู จมูก ลิ้น กาย นี้ก็เป็นประตูที่เห็นได้ชัด มันส่งไปถึงใจด้านนอก ใจด้านนอก

ก็ส่งไปถึงใจด้านใน นี่เป็นตัวคิดปรุงแต่งให้เกิด ตัวกู-ของกู นี้เรา
ไม่รู้เรื่องนี้ เราก็ไม่ได้รักษาประตุ ไม่มีสติสัมปชัญญะที่จะรักษา
ประตุ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ นี้ เมื่อต่าง ๆ เข้ามาเกี่ยวข้องกับ
มันก็กลายเป็นเรื่องเข้าไปปรุงแต่ง

นี้ถ้ามันโดนใจเรื่องที่น่ามันก็ไปโดนเข้ากันกับเรื่องที่น่ามันไป
ยึดเหนี่ยวอำนาจในทางยั่ววน มันก็ปรุงแต่งเป็น ตัวกู-ของกู ขึ้น
มาได้ ทางตาก็ได้ ทางหูก็ได้ ทางจมูกก็ได้ ทางลิ้นก็ได้ ทางผิวหนัง
ก็ได้ แม้กระทั่งทางในใจเองก็ได้ อย่าทำเล่นกับเรื่องง่ายๆ
คล้ายๆ ก ข ก กา อย่างนั้นนะ นี่มันเรื่องสำคัญที่สุด มีใครสนใจ
กันบ้าง

เรามี ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เราจึงรู้สึกต่ออะไรได้ จาก
ข้างนอกแล้วส่งเข้าไปข้างใน เป็นเรื่องเป็นราว เป็นทุกข์เป็นร้อน
ยากที่จะมีความสงบสุขอยู่ได้ ถ้าใจสิ่งชนิดนี้อย่าเข้าไปรบกวน
จิตใจ จิตใจมันจะอยู่ในสภาพที่มันว่างจาก ตัวกู-ของกู อยู่ นี้ขอ
ให้ไปสังเกตให้มากจนเข้าใจใจข้อความข้อนี้

ก็ต้องมีสติสัมปชัญญะ เมื่อตาเห็นรูป เมื่อหูได้ยินเสียง และ
โดยเฉพาะอย่างยิ่งสำหรับใจคนธรรมดาสามัญทั่วไป ก็เมื่อใจ
โง่รู้พระมากกระทบผิวหนัง โดยเฉพาะอย่างยิ่งเรื่องเกี่ยวกับเพศ

ตรงกันข้าม มันเป็นเรื่องที่รุนแรงที่สุด ถ้ามันเป็นรูป เสียง กลิ่น รส ที่ว่าทาง ตา หู จมูก ลิ้น นี้ มันก็ยังไม่สำคัญเท่ากับเรื่อง ผิวหนัง สัมผัสระหว่างเพศ

แม้ว่ารูปนั้นจะเป็น รูป เสียง กลิ่น รส ของเพศตรงกันข้าม มันก็ยังไม่ๆ ไม่ร้ายแรงเท่าไรเรื่องการสัมผัสทางผิวหนัง แต่ก็ มีอำนาจไม่น้อยเหมือนกัน ถ้ามันเป็นรูปของเพศตรงกันข้าม ถ้ามันเป็นเสียงของเพศตรงกันข้าม ถ้ามันเป็นกลิ่นของเพศตรงกันข้ามอย่างนี้ มีรสมาจากเพศตรงกันข้าม นี้สำหรับทั่วไป กรณีของคนทั่วไป

ยกตัวอย่างให้ว่า เมื่อเราเห็นรูปด้วยตา เป็นรูปของเพศตรงกันข้าม นี้สำหรับคนที่มีความรู้สึกคิดนี้อย่างสามัญชนนี้ มันก็มีความรู้สึกไกลกันมาก กว่าที่เราจะเห็นก้อนหิน หรือเห็นต้นไม้ เห็นแผ่นดิน กับเพศตรงกันข้ามนี้ก็มีหลายๆ ขนาด มันที่สวยหรือไม่สวย หรือว่ายั่วชวนหรือไม่ยั่วชวน ก็ในรายที่มันจะทำให้เกิด ตัวกู-ของกู นี้มันก็จะต้องเรื่องมีความหมาย

ถ้ามันจะเป็นเรื่องของราคะ โสภะ มันก็ต้องๆๆ น่ารัก ถ้ามันเป็นเรื่องของโทสะ โภคะ มันเป็นเรื่องที่น่าเกลียด น่าชัง น่าโมโห หรือเป็นเรื่องที่ยังไม่รู้จะเป็นอย่างไรแน่ สำหรับเป็น

ที่ตั้งแห่งความหลงใหล นี่ก็เป็นเรื่องของโมหะ นี้ ราคะ โทสะ
โมหะ ๓ อย่างนี้ อาศัยการได้อารมณ์จากข้างนอกผ่านเข้าไปทาง
ทวาร มีตาเป็นต้น กระทั่งผิวหนัง กระทั่งจิตใจเอง

ยกตัวอย่างเรื่องสวย เห็นรูปๆ ด้วยตาแล้วสวย ถ้ามันสวย
เฉยๆ รู้สึกว่าสวยแล้วเลิกกัน มันก็ไม่ใช่ไร ถ้าสวยในความคิด
มันเลยไปในทางที่ว่า มันเกิดความอยาก คือสวยสบายตา เป็นสุข
แก่ตา และเป็นเรื่องเพศตรงกันข้าม มันก็เกิดความอยากที่เรียกว่า
ตัณหา อยากให้เป็นอย่างนั้น อยากจะเป็นอย่างนี้ แล้วแต่กรณีนั้นๆ
จะเป็นอย่างไร หรือมันอยากได้ อยากยึดครอง อยากอะไรสุดแท้
ความอยากนี้ก็เรียกว่า ตัณหา

ที่นี้พอตอนอยาก ความรู้สึกที่เป็นความอยากเกิดแล้วนะ
ความอยาก ความรู้สึกที่ว่าเป็นความอยากได้เกิดขึ้นมาแล้วนะ
ตรงนี้ก็เกิดความรู้สึกอีกอันหนึ่งเป็นลำดับถัดมา คือ "กู" ผู้อยาก
นี่ตรงนี้เป็นเรื่องสำคัญอยู่ ถ้าไม่เคยรู้เรื่องนี้มาจะไม่เข้าใจว่า ทำไม
ผู้อยากนี้เกิดทีหลังความอยาก เอาไปคิดด้วย ผู้อยากเกิดทีหลัง
ความอยาก ก็เพราะไอ้ธรรมดาไม่มีตัวผู้ ตัวตน อัตตา ego
อะไรที่ไหน มันไม่มี มันเพิ่งเกิด ต้องมีความอะไรอย่าง แล้วมันๆ
ฉันผู้จะอย่างนั้น ตรงนี้ยังเป็น ego เป็นอัตตา เป็นตัวกูขึ้นมา

แต่ถ้าเป็น *logic* ชาวบ้าน มันก็ยังไม่ยอมเชื่อ มันต้องมีผู้อยากก่อน นี่มันจึงจะเกิดความอยากได้ นั่นเป็นหลักเกณฑ์ระดับธรรมดาสามัญหรือของคนไม่รู้เกี่ยวกับจิตใจ ดังนั้นระวังเมื่อมันมีอะไรทำให้เกิดความอยาก อยากได้นี้ เพราะจะเกิดความรู้สึกอยากได้ ตัวกูขึ้นมาอยากได้ ถ้ามันเกิดรู้สึกโกรธเกลียด มันเกิดตัวกูผู้เกลียดผู้โกรธขึ้นมาอีกเหมือนกัน ถ้ามันจะกลัว, มันก็เกิดตัวกูผู้กลัว ถ้าไม่เข้าใจก็ต้องเอาไปคิด ข้อนี้มันเป็นไอ้เรื่องของธรรมะ แล้วยังเป็น เป็นความจริง

ถ้าจะเปรียบเทียบกับเรื่องธรรมดาสามัญ *logic* เด็กๆ เช่นว่ามันต้องมีผู้กินก่อนแล้วจึงจะมีการกินได้ นี่ได้ฟังดูก็สมหรือถูกต้องตาม *logic* แต่ที่จริงมันยังไม่ เพราะมันยังไม่มีผู้กิน เพราะว่าคนใดคนหนึ่งที่ยังไม่ได้กินนั้นจะเรียกว่าผู้กินได้อย่างไร เขาต้องไปกินเขาก่อนนั้น เขาจึงจะกลายเป็นผู้กินขึ้นมา นี่เหตุเป็นความจริงอย่างนี้ ไอ้ที่พูดมันพูด มันพูดคล้ายๆ กับว่ามันจะโง่หรืออะไรก็พูดยาก มันจะต้องมีผู้กินก่อน จึงจะๆ มีการกิน

ทีนี้ไอ้คนหนึ่งกับบอกว่า เอ้า, มันยังไม่ได้กินทีจะเรียกผู้กินอย่างไร มันต้องไปกินเสียก่อนจึงจะเรียกว่า ผู้กิน แล้วผู้กินก็เกิดทีหลังการกิน เพราะก่อนหน้านั้นเขาไม่ได้เป็นผู้กิน เป็นผู้

อะไรก็ตามใจเขาสิ นี่ถ้าเราจะเป็นผู้อยากกิน มันก็ต้องมีความ
อยากเสียก่อนจึงจะมีผู้อยาก แล้วก็อยากกิน แล้วก็กิน แล้วก็เกิด
ผู้กิน

ดังนั้นคำว่า ผู้นั้น ผู้นี้ จะต้องมาทีหลังไ้ความรู้สึกหรือ
การกระทำอย่างนั้นเสมอไปนี้ อย่างผู้เดินนี้มันต้องมีเมื่อ ๆ ๆ มี
การเดินแล้ว เพราะเมื่อเขายังไม่ได้เดินจะเรียกเขาว่าผู้เดิน
อย่างไร ดังนั้นจริงกว่าทั้งนั้น มันจริงกว่า *logic* ของเด็ก ๆ ที่จะ
พูดว่า เพราะมีผู้เดินจึงเดิน อันนี้ว่าไม่มีผู้เดินจนกว่าจะมีการเดิน
เสียก่อน

ถ้าเข้าใจข้อนี้ก็เข้าใจว่าพอ มันจะเข้าใจธรรมะที่สำคัญ
แล้วพอตาเห็นสวย เกิดความรู้สึก รัก ชอบ สวย อยากได้ อยาก
ยึดครอง นั่นนะจึงจะเกิดความรู้สึกที่ว่า ตัวฉันอยาก ฉันจะเอา
ฉันจะได้ ฉันมันเพิ่งเกิดเมื่อเห็นแล้ว กระทั่งเมื่ออยากแล้ว หรือว่า
อร่อยแล้วด้วยซ้ำไป เมื่ออร่อยแล้วจึงมีตัวฉันผู้อร่อยนี้ มักจะเป็น
ไปอย่างนี้มากกว่า

ในกรณีเรื่องเกี่ยวกับหู เสียงทางหู กลิ่นทางจมูก ลิ้นทาง
รส รสทางลิ้น อะไรก็ตามเหมือนกันแหละ นี่ยกตัวอย่างแต่เพียง
เรื่องตา ดังนั้นเราเกือบจะไม่มีเวลาที่จะเกิดสติสัมปชัญญะรู้ทันว่า

เข้า, น้ำมันเพียงแต่เรื่องกระทบทางตา เกิดความรู้สึกขึ้นมาอย่าง
นี้ รู้สึกในใจอย่างนี้ มันก็เป็นเรื่องของจิตใจ ของร่างกาย ของการ
ปรุ้งแต่ง เกิดความรู้สึกอย่างนี้ ทำไมจะต้องมีตัวฉัน

แต่แล้วมันก็ไม่ได้ เพราะมันเคยชินมาแต่แรกเกิด มาเป็น
ตัว แต่อันแต่ออก ก็ต้องเกิดความรู้สึกเป็นตัวฉัน ฉันจะมีความ
รัก มีความโกรธ มีความหลง ถ้าจับได้ว่าไอ้ตัวฉัน ตัวกู เพิ่งเกิด
เมื่อมันมีการกระทบทาง ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เป็นต้น แล้วก็
ก็จะเข้าใจได้ว่า เมื่อก่อนนี้มันว่างอยู่จากตัวฉัน ธรรมดาไม่มีกิเลส
ไม่มีตัวฉัน จนกว่าจะมีเรื่องเกิดขึ้นทางตา เป็นต้น แล้วก็เกิดตัวฉัน
ตัวกู

นี่ทำจิตให้ว่างได้อย่างไร ถ้าตั้งปัญหาถามขึ้นอย่างนี้ ก็ตอบ
ว่า มันไม่ต้องทำอะไร ระวังอย่าให้มันพลอกกลายเป็นไม่ว่างก็แล้ว
กัน มันจะว่างของมันอยู่ตามธรรมชาติ แต่ว่ามันพลอกจึงเกิดตัวกู
เลยไม่ว่าง

ทีนี้จะให้มันว่างอยู่ตามธรรมชาติอย่างไร เมื่อเห็นรูปสวย
เกิดรัก เกิดพอใจในรูปสวยงามขึ้นมา แม้เป็นรูปของเพศตรงกันข้าม
ก็เหมือนกัน ก็อย่าให้ความพอใจนั้นปรุ้งเป็นความรักแล้วเกิด
ผู้อยากผู้ได้ขึ้นมา ให้มันปรุ้งไปในอีกทางหนึ่งคือเป็นสติปัญญาว่า

ไฉนเป็นอย่างนี้ นี่เป็นอย่างนี้ควรจะจัดการอย่างไร เรียกว่ามันๆ แหกแยกกันนิดเดียว แล้วก็ในขณะที่น้อยมาก ที่ไวมาก การที่เรา เห็นของที่ทำให้เกิดความรัก แล้วเราก็จะไปรักมันเสีย มีผู้รัก มีผู้หลงไหลไปเสีย กับอีกทางหนึ่งที่ว่า พอเห็นของรักชนิดนั้นแล้ว ก็เกิดสติปัญญาขึ้นมาทันควันว่า นี่เป็นแต่เพียงสิ่งที่มีอยู่ในโลกอย่างนี้ เราจะจัดการกับมันอย่างไรโดยไม่ต้องไปรักหรือไปหลงกับมัน

แม้ว่าของนั้นน่ารักหรือของนั้นควรจะได้และควรจะรักนั้นแหละ มันก็ยังต้องอาศัยสติปัญญาหยุดไว้ความรักความที่จะตกเป็นทาสของมันเสียก่อน แล้วก็มีความคิดที่เป็นอิสระ อันนี้ก็ เป็นสิ่งที่เพิ่งเกิดขึ้นเมื่อตาไปเห็นเข้า แล้วมันก็เป็นเพียงตาเท่านั้น ยังไม่รู้ว่าจริงเท็จอย่างไร เห็นว่าสวยก็ยังไม่แน่ว่ามันจะเป็นอย่างไร มันจะจริงหรือไม่ มันจะดีจริงหรือไม่ อย่างนี้ก็เรียกว่าหยุดกระแสที่จะไปเกิดหลงรักมันไว้เสีย แล้วก็ตั้งไฉ่เรื่องของสติปัญญาขึ้นมา นี่เป็นอย่างนี้ นี่ควรจะทำอย่างไร นี่ควรจะไปเสียเวลากับมันไหม ถ้าไม่เห็นจำเป็นก็ไม่ต้อง ไม่ต้องไปสนใจ เดินเลยไป ถ้ามันจะต้องสนใจ มันก็ต้องมีเหตุผลพอว่า เราจะต้องสนใจทำไม สมมติว่าผู้หญิงคนนี้สวยแล้วเราจะไปสนใจทำไมให้

มันเสียเวลา มันยังไม่ใช่เรื่องไม่ใช่ราว ไม่ใช่อะไรที่จะต้องไปสนใจ
ที่จะรัก ที่จะเกิดความยึดมั่นถือมั่นอย่างนั้นอย่างนี้ เกิดตัวกูให้มัน
เป็นเรื่องหนักอกหนักใจเราร้อนเป็นทุกข์ขึ้นมา

นี่เราก็ใช้ความที่จิตใจมันคงปรกติอย่างเดิม มันยังไม่ทัน
เกิดตัวกู คือมันยังไม่หลงรัก ยังไม่เกิดผู้รัก ยังไม่เกิดผู้อยากได้
หรือผู้ยึดมั่นถือมั่นในจิตใจไว้ ก็ยังว่างอยู่ ก็มีสติปัญญามาทัน
ทั่วทั้งที่ แล้วก็ตั้งปัญหาหรือว่าวินิจฉัยที่ว่าจะต้องเกี่ยวข้องกับไหม เอ้า,
ไม่ต้องเกี่ยวข้องกับมันก็ไป ถ้าต้องเกี่ยวข้อง เกี่ยวข้องในฐานะอย่างไร
ก็ทำไปตามนั้น เพื่อไม่ต้องเกิด ตัวกู-ของกู ที่เป็นกิเลส รู้แต่ว่า
หน้าที่ที่จะต้องทำอะไรก็ทำไป นี่เรียกว่ามันว่างอยู่เองแล้ว ตัวกู
ในจิตนี้

ดังนั้นเรามีสติสัมปชัญญะในเมื่อจนมันจะมีอะไรเข้ามา
ทำให้ไม่ว่าง นี่เป็นข้อแรก การทำจิตให้ว่างได้อย่างไร ในกลุ่มแรก
นี่ก็มีเรื่องหรือมีหลักการที่ว่า มันว่างได้เองแล้ว เราชักษาอย่าให้
มันกลายเป็นผิด เป็นนุ่น เป็นหลง เป็นอะไรขึ้นมา แล้วก็ขอเกริ่น
เลยว่า มันจะมีประโยชน์ที่มากน้อย ลองคิดดู

การที่เราเห็นอะไรทางตา ได้ยินอะไรทางหู หรือว่าคิดนึก
เข้าไปในใจเองแล้ว มันไม่ตกเป็นทาสของสิ่งนั้น มันก็มีประโยชน์

ดีมาก ๆ นี้ถ้าถึงคราว เอาละ, ถ้าถึงคราวที่จะต้องทำไปตามเรื่องราวของความรัก ความต้องการที่จะมีคู่ครองแต่งงาน มีอะไรอย่างนี้ มันก็ต้องทำด้วยสติปัญญาตามเดิม อย่าให้มันกลัดกลุ้มเป็นตัวกู-ของกู ที่มันจะเป็นทุกข์ มันเป็นด้วยสติสัมปชัญญะเรื่อยไป

แม้จะมีเรื่องของกิเลส ก็ต้องให้สติสัมปชัญญะควบคุมกิเลส มันก็ไม่เดือดจัดจนถึงกับว่าเป็นไอ้เรื่องความทุกข์ แต่ถ้ามันมองเห็นความไม่มีตัวตนจริงๆ แล้วมันจะไม่เกิดกิเลส มันไม่อยากจะไปเสียเวลาเป็นทาสของอารมณ์ที่มาจากเพศตรงกันข้าม ที่เรียกว่าความรักหรืออะไรอย่างนั้นเป็นต้น

นี่มันก็อาจจะดีเกินไปสำหรับคนธรรมดา แต่มันก็เป็นเรื่องธรรมชาติที่อยู่ในวงของไอ้จิตที่มันเป็นอิสระ เพราะมันยังว่างอยู่ มันไม่หลงรัก ถ้าคนธรรมดาจะต้องไปรักเข้าหรือไปต้องการเข้า ก็ยังจะต้องรักษา ระมัดระวังรักษาให้จิตยังคงว่างไว้เท่าที่มันจะทำได้ นี่จะดีกว่าที่ว่าจะต้องกระโจนลงไปให้มันวุ่น เพราะฉะนั้นพระอรหันต์ที่เป็นฆราวาส ก็มีครอบครัวมีอะไรได้ โดยที่ไม่ต้องมีดมนต์เป็นทุกข์ เป็นทาสของอารมณ์อะไรมาเหมือนบุद्धชนธรรมดา

แต่เดี๋ยวนี้เรากำลังพูดถึงเรื่องความว่าง ก็คือมีจิตว่างใน

ความหมายทั่ว ๆ ไป ก็ไปทดลองฝึกฝนได้ บางทีมันจะมีอะไรผ่าน มาให้ได้เห็นหรือได้ยินมากๆ นี่ เรายกษาให้ปรกติเดิมของจิตไว้ ได้หรือไม่ ต้องไปนั่งดูตรงนั้นตรงนี้ที่มีอะไรผ่านมา ถ้าเรามีความ สังเกตจิตของเราอย่างละเอียดลอม มีสติสัมปชัญญะอย่างละเอียด ลอม ศึกษาจิตว่ามันจะเปลี่ยนอย่างไร ไปอยู่ในรูปที่มีตัวกู-ของกู ได้อย่างไร นั่นนะจึงจะเข้าใจได้

อยู่ในที่อย่างนี้ สิ่งเหล่านี้มันไม่ยั่วให้เกิดไอ้ความรู้สึกขนิต นั้น ไอ้ตานี้มันก็ลุ่มอยู่นะ มันไม่ได้หลับ แล้วตามันก็ไม่ได้บอด มันก็ต้องเห็นอยู่ แต่การเห็นนี้ยังไม่มีความหมายพอที่จะเกิดความ อยากด้วยอวิชา ดังนั้นตัวกูก็ไม่เกิด นี่ดูเกือบตายทางไหนก็ไม่ ได้เกิด

จะลองไปเห็นอารมณ์ที่เป็น... ก็เรียกว่า *วิสภาคารมณ* - อารมณ์ที่ยั่วกิเลสก็ มันก็จะไม่อย่างนี้แล้ว และก็จะมีหลุดเลื่อนลอย ไปตามกระแส นั้น สวย ความรู้สึกยั่วกิเลส ความรู้สึกทางเพศ เป็น เวทนาอร่อยแก่จิตใจก่อน แล้วก็อยากจะได้ อยากจะยึดครองขึ้น มา เกิดความรู้สึกสูงสุดเป็นตัวกู เอาละ, จัดการ นี่มันเป็นตัวกู ขึ้นมาอย่างนี้ เพิ่งมา หลักการเกิดตัวกูของกูในชีวิตประจำวันของ คนทั้งหลาย ทั้งผู้หญิงผู้ชาย ถ้าเป็นผู้ที่มีอายุสมบูรณ์แล้ว มันก็

เรื่องเพศตรงกันข้ามแล้วเป็นเรื่องใหญ่กว่าเรื่องทั้งหลาย ถ้ายังเป็นเด็กหรือยังไม่เกี่ยวกับเรื่องเพศ มันก็มีไอ้ความอ่อยที่เกิดได้แก่ความรู้สึก ทางตา ทางหู ทางไอ้เหล่านี้ ถึงแม้อย่างนั้นมันก็หลักเกณฑ์อันเดียวกัน มันต้องอ่อยเสียก่อนจึงจะมีฉันอ่อยหรือว่ามีฉันอยากจะทำอะไร แล้วฉันก็ทำไปอย่างนี้ ด้วยความอยาก ด้วยอะไรต่างๆ

นี่เมื่อไม่สมอยาก ฉันก็โกรธ ดังนั้นไอ้ความโกรธมันมาทีหลังความอยาก มันต้องอยากอะไรอย่างใดอย่างหนึ่ง แล้วก็มันไม่เป็นไปตามที่อยาก มันจึงเกิดความโกรธ ดังนั้นมันเป็นเรื่องเดียวครือเดียว ถ้าว่ามันสมอยากเสีย มันก็รัก หลงใหล ราคะโลภอะไรเรื่อยกันไป พอไม่สมหวังมันก็เปลี่ยนรูปเป็นไอ้โทสะ โกรธ

ถ้ามันไม่ถึงขนาดนั้น มันยังๆ เอาอะไรไม่ได้ ยัง... อยู่ก็เหมือนกับว่า มันเป็นหลงใหลในสิ่งนั้นอยู่อย่างที่ไม่รู้ว่าจะจะต้องมันอย่างไร คือไม่รู้ว่าจะด้วยความรักหรือว่าด้วยความโกรธ นี่เป็นพวกโมหะ มีใจผูกพันอยู่ที่นั่นแหละ ออกไปไม่ได้ ทั้งที่ไม่รู้ว่าจะรักดีหรือจะโกรธดี

นี่ข้อที่ ๑ หรือประเภทที่ ๑ จิตมันจะว่างอยู่เองแล้ว ดังนั้น

เราคอยระวัง มีสติอย่างยิ่ง ที่อย่าให้มันเปลอให้จิตมันมีการปรุงแต่งในทางที่จะเกิด ตัวกู-ของกู ระวังให้จิตมันมาในทางที่จะเกิด สติสัมปชัญญะและปัญญารู้เท่า

ถ้าเราจะต้องทำใหม่เรื่องนี้ จะต้องเกี่ยวข้องกับใหม่ มันเป็นแต่เพียงไอ้สิ่งที่เกิดขึ้นอยู่ตามธรรมชาติ เจ้าตามันไปเห็นเข้าแค่นั้น ถ้ามีสติสัมปชัญญะได้อย่างนี้ มันก็ยังคงว่างอยู่ตามเดิม มันก็จะเดินผ่านหมู่เพศตรงกันข้าม โรงหนัง โรงละครอะไรก็ตาม ถ้าสติสัมปชัญญะมีอยู่อย่างที่ว่านี้แล้ว ไอ้สิ่งที่ได้เห็นหรือได้ยินได้ฟังเหล่านั้น มันก็ไม่ทำให้จิตใจตกเป็นทาสของไอ้อารมณ์นั้นจนเกิดตัวกู นี้ก็เหมือนกัน พยายามทดสอบตัวเองอยู่เสมอเมื่อผ่านเข้าไปในที่อย่างๆๆ ที่บ้านที่เมืองที่มันเป็นๆ อารมณ์ที่ยั่วนั้น

ทำจิตให้ว่างได้อย่างไร

ถ้าตั้งปัญหาถามขึ้นอย่างนี้ ก็ตอบว่า

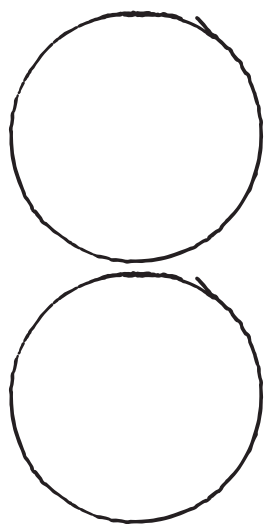
มันไม่ต้องทำอะไร ระวังอย่าให้มันแตกกลายเป็น

ไม่ว่างก็แล้วกัน

มันจะว่างของมันอยู่ตามธรรมชาติ แต่ว่ามันเผลอ

จึงเกิดตัวกูเลยไม่ว่าง

ว่าง - ว่าง



๒

มันว่างอยู่เองแล้ว รักษาให้ว่างต่อไป

ทำอย่างไรจึงจะรักษาให้ว่างตามแบบของธรรมชาติ

เรื่อยไป ไม่สะดุดเกิดเป็นก้อนขึ้นมา

ที่นี้ไอ้พวกที่ ๒ พวกที่ ๑ มันว่างอยู่เองแล้ว รักษาให้ว่างต่อไป นี่พวกที่ ๒ จะทำให้ว่าง นี่หมายความว่า จะทำให้ว่างให้มันยิ่งขึ้นไป ให้ว่างยิ่งขึ้นไป จนเป็นความว่างที่ดียิ่งขึ้นไป และเมื่อไรก็ได้ตามที่ต้องการนี้ อย่างนี้ก็ต้องแบ่งเป็นสัก ๒ พวกดีกว่า คือว่างตามวิถีทางของสมาธิที่เราบังคับให้มันว่าง หรือว่าไอ้อีกอันหนึ่งก็ว่างตามวิถีทางของปัญญา คือพิจารณาให้เห็นจนมันไม่มาทำให้เกิดความวุ่น

ถ้าจิตเป็นสมาธิอยู่หรือจิตประกอบด้วยปัญญาอยู่ ในสองอย่างนี้อย่างใดอย่างหนึ่ง จิตจะยังคงว่างอยู่ และก็ว่างยิ่งขึ้นไปกว่าที่ธรรมชาติมันเป็นเอง เรายังถึงข้อที่ว่า เมื่อเรานอนหลับมันก็ว่าง หรือว่าเรานั่งเฉยๆ อยู่มันก็ว่าง แล้วบางครั้งว่ามันไม่ๆ รู้สึก

ปรุ่งแต่่ง แต่่มันก็ว่างอย่างที่เรียกว่าระดับธรรมชาติ หรือเราจะให้มันจริงยิ่งขึ้นไป และเมื่อไรต้องการให้ได้เมื่อนั้น นี่กำลังเกิดการฝึกฝนจิต ในรูปของสมาธิบ้าง ในรูปปัญญาบ้าง

ในรูปของสมาธิ คือการบังคับจิต ให้จิตอยู่ที่อารมณ์อันใดอันหนึ่ง ซึ่งไม่เป็นที่ตั้งแห่งกิเลสนะ เช่น ทำอานาปานสติ จิตมันก็ไปอยู่ที่ลมหายใจ ไปอยู่ที่ธรรมชาติต่างๆ ลักษณะต่างๆ อะไรต่างๆ ของลมหายใจ รู้เรื่องลมหายใจ บังคับลมหายใจให้ละเอียด อย่างนี้ก็ทำสมาธิตามแบบอานาปานสติ แบบอื่นก็มีอีกมาก แล้วก็เหมือนกันตรงที่ว่า ถ้าจิตมันไปอยู่ที่นั่น อารมณ์ที่สำหรับกำหนดแล้ว มันก็หยุด

การที่จะเปลี่ยนไปเป็นความหยาบ เป็นตัณหา เป็นเวทนา เป็นอุปาทาน มันเหมือนกับปิดให้มันเงียบไปเลย นี่ก็อย่างหนึ่งเหมือนกัน คล้ายๆ ว่ามันเกิดความสุขขึ้นมาในสมาธินั้น ก็มีสติสัมปชัญญะที่จะไม่หมายมั่นเป็นให้มันเป็น ความสุขที่เป็นที่ตั้งแห่งความอยาก มีตัวกูที่อยาก อย่าให้มันมี

ถ้าจิตมันสงบเงียบเป็นสมาธิ หยุดอยู่ เย็นอยู่ สุขอยู่ มันก็อยู่แค่นั้น มันว่างในลักษณะสมาธิอย่างนี้ มันแบบหนึ่งต่างหาก แต่ก็มีความตรงที่ว่า มีความสุขโดยไม่ต้องลงทุนอะไรมากมาย เราอยากจะหนีเข้าไปอยู่ในความสงบสุขเมื่อไรก็ได้ทันความต้องการ

แล้วก็มันสุขจริงๆ ด้วย จิตอย่างนี้ก็เรียกว่าจิตว่างเหมือนกัน รู้สึก เป็นสุขอยู่แต่ไม่มีตัวตน

พอเรามีสติสัมปชัญญะ ไม่ยึดมั่นในความสุขอันนั้นในฐานะ เป็น ตัวกู-ของกู เป็นความสุขของกูนี้ นี่มันนอกเรื่องของคน ธรรมดามากขึ้นไป แต่ว่ามันอาจจะมิได้ในระดับคนธรรมดา คือ บางครั้งเราจะหยุดจิตใจที่จะไปคิดนึกอะไรต่างๆ เสียหมด เหมือน กับหลับอีกชนิดหนึ่ง ไม่ใช่นอนหลับแต่ว่ามันเป็นเรื่องหลับของจิต อีกชนิดหนึ่งที่พวกโยคีเขาชอบกันนัก ชาวบ้านก็ทำไม่เป็น แล้วก็ ไม่ค่อยชอบ ชอบไม่ถูกด้วย

แต่เราอาจจะศึกษาให้เข้าใจได้ แล้วก็ชอบได้เหมือนกัน คือ จิตหยุดอยู่ในที่สิ่งใดสิ่งหนึ่ง ไม่รู้สึก เย็น นิ่งเงียบอยู่ตลอดเวลา เมื่อไรก็ได้ตามที่ต้องการ นี่แหละจิตว่างเพราะว่าเราไปทำมันเอง ไปสร้างมันขึ้น ไปพัฒนามันขึ้น ไม่ใช่ตามธรรมชาติ แต่ก็ต้อง อาศัยสติสัมปชัญญะมากเหมือนกัน จึงจะเป็นสมาธิอย่างนี้ได้

ที่นี้อีกแขนงหนึ่งของข้อนี้ ของกลุ่มนี้ก็คือว่าใช้วิธีของ ปัญญา คือพิจารณาให้รู้ความจริงของสิ่งทั้งปวง ของธรรมชาติ ทั้งปวงอยู่เสมอแล้ว จิตไม่มีโอกาสปรุงแต่งเป็นกิเลสตัณหาหรือ เป็น ตัวกู-ของกู ได้เลย ที่ว่าพิจารณาสิ่งทั้งปวงเห็นตามที่เป็นจริง ที่เรียกกันว่า ปัญญาๆ นะ รอบรู้ คือรู้ เห็น เข้าใจ สิ่งทั้งปวง

ตามที่เป็นจริง ตามที่เป็นจริงอันนี้สำคัญมาก ดังนั้นจะผิดจากที่มัน ตามที่ไม่เป็นจริง ตามที่เท็จ ที่หลอก ที่ไม่จริง

นี่บุุณชนธรรมดาสามัญนี้จะเห็นแต่ตามที่ไม่เป็นจริง ของใหม่นี้ก็รักเข้าไป เกลียดเข้าไป โกรธเข้าไป หลงเข้าไปนี่ อย่างนี้เรียกว่ามันไม่รู้ตามที่เป็นจริง สิ่งเหล่านั้นไม่ได้มีอะไรสำหรับให้เรารักเราโกรธ ความจริงมันไม่ใช่อย่างนั้น มันเป็นธรรมดาตามธรรมชาติของมันเอง ที่นี้จิตมันโง่ มันจึงไปเกิดปรุงแต่งชนิดที่ไปหลงรัก หลงเกลียด หลงโกรธ หลงกลัว อย่างนี้เป็นต้น

ถ้ารู้ตามที่เป็นจริงก็มีคำเดียวที่สรุปได้อย่างหนึ่งว่า มันจะตรงกันข้ามกับที่คนธรรมดารู้สึก ในบาลีก็มีคำอย่างนี้ มันจะเป็นโดยประการอื่น จากที่คนโง่คนธรรมดาบุุณชนสามัญรู้สึกกัน คือมันว่าเห็นทางตานี้ เห็นดอกกุหลาบอันหนึ่ง ถ้าคนโง่ก็ไม่เห็นตามที่เป็นจริง เห็นเป็นสวย เป็นงาม เป็นหอม แต่ถ้าคนที่มึปัญญาถึงขนาดที่ว่านั่นแล้ว มันจะเห็นเป็นสักว่าธาตุตามธรรมชาติ ก็มีธาตุที่เป็นกลิ่น ซึ่งถือกันว่าหอม หรือว่าธาตุที่เป็นสี ที่รู้สึกกันว่าสวยรูป *form* อะไรก็ตาม อย่างนี้เขาเรียกว่าธาตุเหมือนกัน

ธาตุรูป ธาตุสี ธาตุเสียง ธาตุกลิ่น ธาตุแบบนี้ แล้วก็เป็นที่สักว่าธาตุตามธรรมชาติ เลยไม่รู้สึกลสวย งาม หอม ยั่วยวน เหมือนที่คนธรรมดาเขาารู้สึกต่อไอ้ดอกกุหลาบดอกนั้น นี้แยกกันให้ตีว่า

บุญชนมันก็จะรู้สึกกันอย่างหนึ่ง เหมือนที่เราก็เป็นบุญชนเราก็รู้สึก
อย่างหนึ่ง ทีนี้พระอริยเจ้าหรือผู้มีปัญญาจะรู้สึกโดยประการอื่น
จากที่บุญชนเหล่านั้นรู้สึก ฉะนั้นจำคำว่าอื่นด้วยแล้วกัน โดย
ประการอื่นจากที่คนธรรมดารู้สึก

เสียงก็เหมือนกัน ก็ได้ยินเสียงไพเราะ เข้า, มันก็ๆ บุญชน
ก็รู้สึกว่าจะอย่าง ผู้รู้หรือพระอริยเจ้ารู้สึกต่อเสียงอีกอย่าง กลิ่นก็
เหมือนกัน รสทางลิ้นเหมือนกัน สัมผัสผิวหนังก็เหมือนกัน อย่าง
นี้เรียกว่าปัญญา รู้ตามที่เป็นจริงในสิ่งนั้นๆ โดยประการอื่นจาก
ที่คนโง่หรือบุญชนเขาารู้สึกกัน นี้คำว่า "อื่น" คำเดียวนะ

นี้คำว่าอื่นนี้ เราจะแยกความหมายเป็นหลายๆ คำ หลายๆ
ชั้นก็ได้ ที่ใช้กันมากที่สุดก็คือคำว่า อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ถ้า
เห็นตามที่เป็นจริงโดยประการอื่นจากที่คนโง่เห็น นั่นก็คือเห็น
อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา จะยกตัวอย่างไอ้ดอกกุหลาบเมื่อตะกี้ก็
ก็ได้ ก็จะได้เห็นในแง่ของความเป็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา มันต้อง
มีปัญหาพอตัวจึงจะเห็นเพียงกระแสไหลเวียนเปลี่ยนแปลงของ
ธาตุตามธรรมชาติที่ปรุปรุกกันขึ้นมาเป็นดอกกุหลาบนี้ มีสี่อย่างนี้
เป็นต้น

ดังนั้นด้วยเหตุที่มันมีความเปลี่ยนแปลงอย่างหลอกลวง
ซ่อนอยู่นั้น ต้องจัดมันไว้ในฐานะเป็นของน่าเกลียด นั่นนะคือ

ความหมายของความทุกข์ ทุกข์ แปลว่า ดูแล้วน่าเกลียด ที่เจ็บปวดทรมานนี้ก็ดูแล้วน่าเกลียด ที่ไม่เจ็บปวดทรมานแต่มันหลอกลวง มันไม่เที่ยงเปลี่ยนแปลงแล้วดูแล้วก็น่าเกลียด มันก็จะแสดงความทุกข์เมื่อคนใจเข้าไปยึดถือโดยความเป็นจริงของเรา นี่ อันนั้นก็คือความทุกข์

อนัตตา คือว่าในดอกกุหลาบหรือในอะไรนี้มันไม่มีส่วนใดที่จะเป็นตัวตน มันก็เป็นเพียงธาตุตามธรรมชาติ ไหลไปตามกระแสแห่งความไม่เที่ยง มีความหลอกลวงหรือว่ามีความน่าเกลียด อย่างนี้เรียกอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เห็นความไม่เที่ยงคือไหลเรื่อย เปลี่ยนแปลงเรื่อย เห็นความทุกข์คือว่ามีลักษณะทรมานอยู่ในตัวมันเอง ดูแล้วน่าเกลียด น่าเศร้า น่าสลด นี่อนัตตา คือไม่มีตรึงไหนที่จะเป็นตนของใครหรือของมัน ไม่เป็นอิสระจนถึงกับจัดเป็นตัวตนได้

ถ้าเห็นอยู่อย่างนี้ จิตจะเป็นอย่างไร ถ้าจิตมันเห็นสิ่งที่เข้ามา ทางตา ทางหู ทางจมูก แล้วก็อยู่อย่างนี้ จิตนั้นจะเป็นอย่างไร มันก็ต้องเป็นจิตที่วางยิ่งขึ้นไปกว่าไฉธรรมดา กว่า ๒ ระดับธรรมดาที่พูดถึงแล้ว แล้วระดับนี้เป็นระดับที่พระพุทธรเจ้าท่านมุ่งหมาย ในความหมายคำว่า สุญญตา คือ ความว่าง ว่างจากตัวตน

มีพระบาลีชั้นแรกว่า ไฉโลกนี้ว่างก่อน โลก คือ สิ่งทั้งปวง
ที่เราจะรู้ได้ด้วย ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ มีก็อย่างกึ่งชนิดก็ได้ ก็
หมิ่นก็แสนก็ล้านอย่างก็ตามที่เราจะรู้สึกมันได้ทาง ตา หู จมูก
ลิ้น กาย ใจ นี้ก็รวมเรียกกันว่าโลก ลืมตาขึ้นเห็นอะไรบ้าง ทาง
หูบ้าง ทางจมูกก็ตามเกิด ให้รวมหมดก็นี้เรียกกันว่าโลก ก็ใช้คำ
ว่า โลกนี้ว่าง โลกนี้เป็นสุญญะ คือว่าง ที่ก็จะมีคำถามขึ้นมา ทำไม
จึงว่าว่าง ก็บอกว่า เพราะมันว่างจากอึดตาหรือว่างจากอึดตเนีย
คือว่างจากความหมายที่ควรจะถือว่าเป็นตัวตน ว่างจากความ
หมายที่จะควรถือว่าเป็นของตน

ยกตัวอย่างดอกกุหลาบเมื่อตะกี้ก็ได้ นั้นมันเป็นๆ หน่วย
หนึ่งของโลกในโลกนี้ ดอกกุหลาบนี้เป็นโลก แล้วว่าง ว่างจากตน
นี้ความเป็นตน เป็นสาระที่จะเป็นตนอะไร ไม่มีในดอกกุหลาบนั้น
ความเป็นของตนของตัวมันเองก็ไม่มี เป็นของคนอื่นก็ไม่ได้หรือ
ไม่มี เพราะมันเป็นไปตามธรรมชาติ การไหลเวียนเปลี่ยนแปลงนี้

นี่ก็เรียกว่า เห็นไอ้ดอกกุหลาบนั้นในนามของโลก ว่าง ทั้ง
ในความหมายที่เป็นตัวตนแล้วก็ในความหมายที่เป็นของตน ทีนี้
พอจิตมันรู้สึกความหมายอันนี้ เห็นโลกว่างหรือเห็นดอกกุหลาบนี้
ว่าง จิตก็ว่าง ว่างคือว่าไม่รู้จะไปฉวยอะไรที่ตรงไหน เพราะดอก
กุหลาบนี้มันว่าง ว่างจากตัวตนจากของตน ดังนั้นจิตจึงไม่จับฉวย

เอาดอกกุหลาบนั้นมา ในฐานะที่เป็นตัวตนของดอกกุหลาบ แล้ว
มาเป็นของตนของจิตอย่างนี้ ดังนั้นจิตนี้จึงว่าง เพราะเห็นว่าโลก
นี้เป็นของว่าง

นี่เป็นตัวอย่างอันหนึ่งนะทางตา เลยกตัวอย่างดอกกุหลาบ
นี้ ที่น้ำมันยังมีอะไรอีกมากมายไม่รู้ที่แสนกล้านอย่าง ก็คุณกัน
ดูเถอะว่า ทางตาก็มีเท่าไร ทางหู จมูก ลิ้น กาย หรือใจเองอีก
ทางใจนะหมายถึงไอ้ที่มันเคยผ่านมาแล้ว เป็น *experience* แต่
เก่าก่อนที่ยังสะสมไว้ในจิตใจ นี่เอามาคิดนึกเมื่อไรก็ได้ ทางเรื่อง
รูปก็ได้ เรื่องเสียงก็ได้ เรื่องกลิ่นก็ได้ เรื่องรสก็ได้ เรื่องสัมผัส
ผิวหนังก็ได้เหมือนกัน

ทั้งหมดนี้เรียกว่า มันว่างจากตัวตน ว่างจากของตน
พอจิตมองเห็นสภาพจริงอันนี้จิตก็เลยว่าง ไม่รู้จะเลือกเอาอันไหน
จะไปแตะเข้าที่ไหนมันก็ว่าง ไม่มีให้จับฉวยเอา ก็เรียกว่าจิตมัน
ว่าง แล้วคุณก็สังเกตดูตรงนี้หน่อยว่า ไอ้จิตที่กำลังว่างอย่างนี้มัน
โง่หรือมันฉลาด คือมันต้องรู้ตามที่เป็นจริงโดยประการอื่นจากที่
คนโง่เขารู้สึกกันอยู่โน่น มันจึงจะมองเห็นโลกว่างและไม่จับฉวย
เอาโลกนั้นโดยความเป็นตัวตนหรือของตน

มันต้องเป็นจิตที่รอบรู้ ฉลาดที่สุด แล้วก็ว่องไวที่สุด ชินเข้า
อยู่กับเลสมันก็หลอกให้เห็นมีตัวตน มันก็เป็นจิตที่คล่องแคล่ว

ว่องไว มั่นคง ฉลาดเฉลียว บริสุทธิ์ ทุกอย่างก็ได้ แต่วามันพิเศษ
อยู่อย่างที่ว่า ในทั้งหมดนั้นมันมีความไม่เป็นทุกข์ จิตนี้ไม่เป็นทุกข์
ดังนั้นไอ้ที่ยิ่งว่างเท่าไรจะยิ่งไม่เป็นทุกข์เท่านั้น

มันจึงมีหลักว่า นิพพานนั้นว่างอย่างยิ่ง คู่กันกับว่า นิพพาน
นั้นเป็นสุขอย่างยิ่ง ถ้าจะพูดกับคนโง่ กับชาวโลกทั้งปวงที่มีความ
ยึดมั่นถือมั่น เราก็จะพูดว่า นิพพานเป็นสุขอย่างยิ่ง แต่ถ้าจะพูด
กับสัตบุรุษพระอรหันต์ทั้งหลายก็พูดว่า นิพพานนี้ว่างอย่างยิ่ง นั้น
ก็คือไม่มีความทุกข์อย่างยิ่ง ว่างจากความทุกข์อย่างยิ่ง ว่างจาก
กิเลสอย่างยิ่ง แต่ไม่อยากจะเรียกว่าความสุข เพราะมันเป็นเพียง
ธรรมชาติที่ว่างจากสาระจากตัวตนได้ทั้งนั้น

ถ้าพิจารณาด้วยปัญญาอย่างนี้ จิตก็ยิ่งว่างยิ่งขึ้นไปอีก ทำ
จิตให้ว่างยิ่งขึ้นไปอีก โดยวิธีการของปัญญา วิธีการอย่างที่ ๑ ด้วย
อำนาจของสมาธิเข้าสงบเสีย วิธีการอย่างที่ ๒ นั้นมันว่างด้วยปัญญา
คือมันเห็นแจ้งจนไม่มีอะไรตรงไหนที่จะไปจับฉวยเอาเป็น ตัวกู-
ของกู

นี่เรียกว่าทำจิตให้ว่างได้อย่างไร ก็คือทำจิตให้ว่างด้วย
อาศัยวิธีของสมาธิ และทำจิตให้ว่างอาศัยวิธีของปัญญา มีอยู่ ๒
ชนิด ก็จะเห็นได้ทันทีว่ามันต่างกันลิบนะ วิธีของสมาธิ หยุด นิ่ง
เสียบ สงบไป แล้วก็ไม่ทุกข์ ก็ไม่ทุกข์ อย่างที่ว่างก็มันหยุด เสียบ

เหมือนกับหลับไปอย่างนั้นนะ แต่ถ้าเอาปัญญานี้มันว่าง แต่หยุด
หรือไม่ปรุงแต่งเป็น ตัวกู-ของกู แล้วก็รู้สึกฉลาดเฉลียวว่องไวดีอยู่
แต่ไม่ยึด ยึดถือมาเป็นตัวตน ไม่เป็นความทุกข์ ว่างจากกิเลส ว่าง
จากความทุกข์ ก็คือว่างจากตัวตน และว่างจากความหมายแห่ง
ตัวตน

นี่คือกลุ่มที่ ๒ หรือหมวดที่ ๒ กลุ่มที่ ๑ ว่ามันว่างอยู่เอง
แล้วตามธรรมชาติ เป็นว่างแบบธรรมชาติ เรามีสติสัมปชัญญะ
รักษาว่างอันนั้นไว้ นี่ถามทำอย่างไรจึงจะว่างหรือมีสติสัมปชัญญะ
รักษาไว้ว่างตามแบบของธรรมชาติไว้ อย่าไปสะดุดเกิดเป็นหุ่น
ขึ้นมา

ที่นี้กลุ่มที่ ๒ นี้เราจะทำจะพัฒนาให้ยิ่งขึ้นไป แล้วตามเวลา
ที่เราต้องการ เราจึงฝึกสมาธิอย่างหนึ่ง แล้วจึงฝึกปัญญาหรือตัว
วิปัสสนาโดยตรงนี้อย่างหนึ่ง นี่ที่เราได้พูดกันไว้แล้วว่า จะพูดกัน
หรือจะลองฝึกฝนดูเวลาอื่น วันนั้นก็เลยถือโอกาสว่า เราจะพูดเรื่อง
สมาธิและปัญญาอย่างนี้เอาเป็นเครื่องทำให้ว่าง นี่ถ้าหัวรุ่งนี้มีเวลา
ก็มาพูดกันเรื่องสมาธิโดยตรง ขึ้นเลยไปถึงปัญญาด้วย เป็นการ
ผนวกของการพูดครั้งนี้ คือ ทำสมาธิอย่างไร เจริญปัญญาอย่างไร

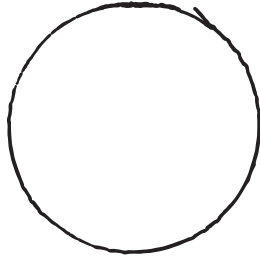
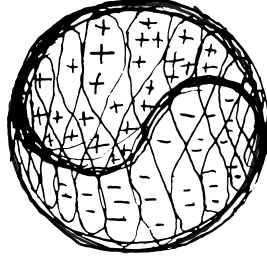
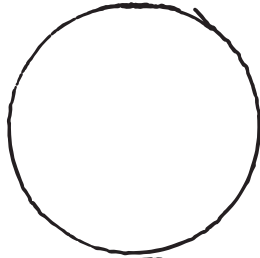
ทำอย่างไรจึงจะรักษาให้ว่างตามแบบของธรรมชาติ
เรื่อยไป ไม่สะดุดเกิดเป็นก้อนขึ้นมา

วิธีการอย่างที่ ๑ ด้วยอำนาจของสมาธิเข้าสงบเสีย

วิธีการอย่างที่ ๒ ว่างด้วยปัญญา คือมันเห็นแจ้งจน

ไม่มีอะไรตรงไหนที่จะไปจับฉวยเอาเป็นตัวกู-ของกู

ว่าง - ว่าง - ว่าง



๓

ทำจิตที่กำลังวุ่น ให้กลายเป็นว่าง

จิตมันวุ่นแล้วๆ

จะให้เกิดว่างได้อย่างไร

ที่นี้มาถึงกลุ่มที่ ๓ ที่ว่าทำให้ว่างนะ หมายถึงทำจิตที่กำลัง
วุ่นเหมือนตกรกทั้งเป็นอยู่นี้ ให้มันกลายเป็นว่างได้อย่างไร นี้อธิ
การที่ ๓ หรือว่าหมวดที่ ๓ จิตวุ่นแล้วเหลือประมาณ กำลังอยู่ใน
กองทุกข์ เหมือนกับตกรกทั้งเป็นอยู่ จะทำให้กลับว่างก็ตามหรือ
ว่างยิ่งขึ้นไปก็ตามได้อย่างไร

เกี่ยวกับข้อนี้โดยเฉพาะหรือเกี่ยวกับข้ออื่นๆ ทั่วๆ ไปก็ตาม
ในพระพุทธศาสนานี้เขามีหลักอยู่ข้อหนึ่งว่า สิ่ง...ไฉธรรมะหมายถึง
ธรรมะที่ดีที่จำเป็นจะต้องใช้ในที่ทุกหนทุกแห่งยิ่งกว่าธรรมะข้อใด
แล้ว ก็ธรรมะนั้นก็เรียกว่าสติ ถ้าเคยอ่านหนังสือรวบรวมประมวล
พุทธภาษิตก็จะพบว่า ไฉสตินี่คืออย่างนั้นอย่างนั้นอย่างนั้น จนแก่

ปัญหาทั้งหมดแหละ

สตินี้กั้นกระแสแห่งกิเลส กั้นกระแสแห่งความทุกข์ กระทั่งมีบทที่มีผู้สรุปขึ้นมาว่า สติ สัพพตถ ปตฺติยา สตินั้นแหละคือสิ่งที่ต้องใช้ในทุก ๆ กรณี นี่สรุปพุทธภาษิตออกมาได้แบบนี้ สติแหละเป็นสิ่งที่จำเป็นจะต้องมีไว้ใช้ในทุกรณี โดยเฉพาะอย่างยิ่งเป็นพิเศษในกรณีนี้ ในกรณีที่มันเป็นทุกข์ เหมือนกับไฟลุกอยู่นี้ ถ้าไม่มีสติระลึกรู้ได้ มันก็กลับตัวไม่ได้ ก็กลับเรื่องราวไม่ได้ พอเรามีความรู้สึกที่เป็นทุกข์ เผลอนิดเดียวมันถลาลงไปในกองทุกข์ ในความรู้สึกที่เป็นทุกข์นี้ ใ้สิ่งที่จะช่วยถอนดึงกลับขึ้นมาก็คือสติ คำพูดอย่างนี้ใช้ได้ทั่วไป คุณก็พอจะเข้าใจได้ แม้ในกรณีอะไรของคุณ ตามธรรมดาสามัญประจำวันมันก็ต้องใช้สติคือระลึกรู้ได้แล้วถอนดึงออกมาเสีย

อย่างสมมติเราเดินตกร่องนี้ เราก็มีสติว่าตกร่อง ก็ดึงขึ้นมาเสีย ก็ต้องมีสติมาทำให้ระลึกรู้ได้ แล้วก็ดึงกลับมาเสีย เพียงสติในขั้นที่แก้ไข ในขั้นที่ป้องกันก็คือสติ ในขั้นที่ป้องกันไม่ให้ตกร่องเมื่อตกร่องแล้วต้องมีสติรู้สึก เข้า, มันลงไปแล้วนี่ มันผิดแล้วนี่ มันจะถอนกลับขึ้นมาเสีย

ในกรณีของจิตที่มันจะทำผิด มันจะพลัดลงไปในกิเลสหรือ

ในความทุกข์ ต้องมีสติเป็นเครื่องกันไว้ ทีนี้มันเผลอไปในตอนนั้น พลัดลงไปแล้ว ก็ต้องมีสติในการที่จะถอนกลับ แล้วดึงกลับออกมา นั้นเราได้ปล่อยให้เกิดเหตุตถตา เกิดอุปาทาน วุ่นเป็น ตัวกู-ของกู เหมือนกับนรกหมกอยู่ในจิตนี้

มันต้องอาศัยสิ่งสำคัญคือสติ ระลึกได้ว่า เอ้า, มันเป็นอย่างนี้ เป็นอย่างนี้แล้ว ๆ เพียงเท่านี้มันก็จะจัดตัวของมันใหม่ เพียงว่า เอ้า, ออกมาได้เท่านั้นนะ มันจะเริ่มปรับจัดตัวของมันใหม่ เพราะว่าสิ่งเหล่านี้เราได้ศึกษาจนรู้จักกันดีแล้วว่าเป็นอย่างไรนั้น

ถ้ามันเผลอไป ลืมไป จะมีดมัวไปขณะหนึ่ง เสร็จแล้วมันระลึกได้ พอว่า เอ้า, มันก็เลยเรื่องมันเปลี่ยน ความรู้สึกมันจะเปลี่ยน นี่คนที่เขามีจิตวุ่นและไม่มีสตินี้ เขาจะเดินทำผิดต่อไปอีก ผิดต่อไปอีกจนเศร้า จนไปกระโดดน้ำตาย หรือไปฆ่าตัวตายนั้น ก็มี หรือถ้าไม่ถึงอย่างนั้น มันก็เป็นโรคเส้นประสาท ไม่ก็ปีไม่ก็เดือนมันก็เป็นโรคเส้นประสาท เป็นบ้าก็มี ถ้าสติมันดึงกลับมาไม่ได้ นี่รู้จักว่าจะทำจิตที่วุ่นอย่างยิงให้กลับว่างได้อย่างไร ให้ใช้สติ

สติ คำนี้ที่รู้สึกว่าย่างไม่ค่อยเข้าใจกัน ยังเถียงกันอยู่ ยังถามกันให้วุ่นไปหมดว่าคืออะไร อย่างไร มันต่างกับปัญญาอย่างไร มัน

ต่างกับสัมพัทธ์กันอย่างไร ๓ คำนี้ช่วยจำไว้ให้ดีเกิด สติสัมพัทธ์กัน
นี้คู่หนึ่งแล้ว และสติปัญญาอีกคู่หนึ่ง แต่แล้วมันก็มีเพียง ๓ ตัว
๓ เรื่อง สติตัวหนึ่ง สัมพัทธ์กันตัวหนึ่ง ปัญญาตัวหนึ่ง

ปัญญา คือ ความรู้ รอบรู้ เพราะ ๒ มันแปลว่ารอบ ญา
แปลว่ารู้ ๒ กับ ญา นี้แปลว่ารอบรู้ เรียกว่าปัญญา เราจะต้องมี
ปัญญา แล้วปัญญานี้ก็มีหลายระดับ อย่างได้ยินได้ฟังเขียนไว้นี้ก็
เป็นปัญญารอบรู้ ในระดับที่ว่า ฟัง แล้วจำไว้ จดไว้ ก็เป็นปัญญา
ระดับหนึ่งเหมือนกัน เขาเรียกว่า สุตตปัญญา

ทีนี้เอาไอ้สิ่งที่ได้ยินได้ฟังนี้ไปทำ *reasoning* ค้นหาเหตุผล
อย่างนั้นอย่างนี้ ทดสอบโดยกฎเกณฑ์ของธรรมชาติก็ได้ ไม่ต้อง
ถึงกับปรัชญาหรอก มันจะเพ้อเจ้อ เอาเพียงตรรกะสามัญสำนึกนี้
ก็ได้ หรือตามกฎของธรรมชาติก็ได้ เราก็จะมีความเข้าใจยิ่งขึ้น
ในสิ่งนั้นโดยอาศัยไอ้ *reasoning* นี้ การทดสอบด้วยเหตุผล ก็
จะเกิดปัญญาไอ้ที่สูงกว่านั้นขึ้นมา ปัญญาที่มาจาก การทดสอบ
คิดค้นด้วยเหตุผล

ทีแรกปัญญาได้ยินได้ฟังได้อ่าน ก็เป็นปัญญาชนิดดิบ
ปัญญาดิบๆ เป็นวัตถุดิบนะ มันก็ไปทำให้มันเป็นปัญญาที่ดีกว่านั้น
โดย *reasoning* มันก็เข้าโรงงานผลิตออกมาเป็นปัญญาชนิดนี้

ที่นี้ปัญญาชนิดนี้ก็ยังไม่ดีไม่เก่งเท่ากับปัญญาที่เกิดมาจากการทำให้เห็นแจ้ง ต้องเป็นสิ่งที่ *experience* กันจริงๆ *realization experience* อะไรต่างๆ จริงๆ ด้วยจิตเรื่องนั้น คือเรื่องที่ผ่านมาไปแล้วนะ นี่ก็ปัญญาของขั้นสุดยอด เรียกว่า ปัญญาที่รู้แจ้งแทงตลอด อย่างนั้นมันไม่ทำได้ด้วยการใช้เหตุผล มันเหนือขึ้นมาอีก มันเหนือการใช้เหตุผล ต้องเป็นสิ่งที่เราได้ผ่านไปจริง เช่นความทุกข์ เราผ่านไปแล้ว เราก็รู้สึกว่าคุณทุกข์เป็นอย่างไร ว่า ตัวกู-ของกู มันเกิดขึ้นมาแล้ว มันเกิดเป็นไฟขึ้นมาอย่างไร อย่างนี้ไม่ต้องใช้เหตุผล แต่เราอาศัยความรู้ที่เราได้ยินได้ฟังหรือเคยใช้เหตุผลมานั้นแหละ มาเข้าใจสิ่งนี้ได้ เรียกชื่อสิ่งนี้ถูก มันดียิ่งขึ้นไปอีก นี้ก็เรียกว่า ปัญญาที่รู้แจ้งแทงตลอด มันเป็นไอ้ *realization* หรือว่ามันเป็น *wisdom* เป็นไฉยยิ่งขึ้นไปกว่าความเข้าใจ นี้เรียกว่าปัญญา นั่นนะ ๓ อย่างนี้เรียกว่าปัญญา

แต่ว่ามันเป็นเหมือนกับที่ว่า เเรารวบรวมไว้ ประมวลไว้ สร้างไว้ สะสมไว้ มันเป็นอะไร มันเป็นของนิ่ง ที่อยู่นิ่ง ไม่ๆ ไม่มี *dynamic* อะไรเพราะมันนิ่ง สะสมเข้าไว้ ใส่ยุ่งใส่ฉางเข้าไว้ มันอยู่อย่างนี้ ทีนี้ นี้เรามี ทุกคนก็มีมากขึ้นจากการสะสม การได้เห็น ได้ฟัง ได้อ่าน อะไรสักอย่างหนึ่งด้วยการใช้เหตุผลอย่างด้วยการ

ผ่านไป ๆ ๆ ด้วยจิต ผ่านเรื่องทางจิตไปมากนั้นก็มิ

ที่นี้ไ้ปัญญาอย่างนี้แหละ ถ้ามันถูกดึงไปใช้ในกรณีฉุกเฉิน
ที่มันเกิดขึ้นทาง ตา หู จมูก ลิ้น ะไรนั้น อย่างนั้นก็เรียกว่าสติ ที่
แปลว่าความระลึกได้ คือเอาปัญญาเฉพาะกรณีนั้น ๆ วิ่งไปทัน
ท่วงทีในกรณีนั้น ๆ ทำให้เรารู้สึกได้ ระลึกได้ นั่นเป็นปัญญาที่ไป
ในรูปของสติที่ระลึกได้

ที่นี้มันต้องการเวลาอยู่นานกว่านั้น มันก็ให้มีสัมปชัญญะ
ให้คุมไว้ อย่าให้หนีกลับไปไหนเสีย ก็เป็นเรื่องของความรู้ที่นั่นอีก
เหมือนกัน ปัญญาที่เอาที่พาไปทันท่วงที เป็นสติ แล้วก็มีไว้จนกว่า
จะเสร็จกรณี เรื่องนี้ ปัญหานี้ จะแก้ปัญหานี้ไปเรื่อย ๆ นี้เรียกว่า
สัมปชัญญะ

คำพูดมีเพียงคำสั้น ๆ หรือลุ่นว่ามีสติคำเดียวนะ ที่จะ
ป้องกันไม่ให้เกิดตัวกู หรือว่าแก้ไขตัวกูที่เกิดแล้วก็ตาม เรียกว่า
สติตัวเดียว แต่แท้จริงมันเป็นตั้ง ๓ ตัว คือทั้งสัมปชัญญะและทั้ง
ปัญญา ถ้าไม่มีปัญญา แล้วสติจะเอาอะไรไป จะมีสติได้อย่างไร
จะระลึกอะไรได้ ที่เราระลึกได้ เราระลึกซึ่งความจริง ความรู้ ความ
ถูกต้องไ้ที่เราเคยเข้าใจ เคยนั้นแล้ว

ดังนั้นความระลึกได้นั้นแหละจำเป็นมาก ถ้าเราระลึกไม่ได้

มันก็เป็นหมันหมด เหมือนว่านักเรียนเรียนอะไรไปมากในโรงเรียน
ตลอดทั้งปี สะสมไว้เป็นความรู้มาก แต่เหมือนคราวสอบไล่มันนึก
ไม่ได้ มันระลึกไม่ได้ มันก็เลยเป็นหมันหมด ฉะนั้นจะสำเร็จ
ประโยชน์อีกทีก็คือคราวที่มันระลึกได้ นึกได้ทันท่วงทีทันเวลา

ก็ลองไปสังเกตดู ใ้อ่างอย่างบางเรื่องนั้นเรานึกไม่ทันความ
ไม่ทันต่อเหตุการณ์ที่ถูกละหุกหรือถูกเงิน เราก็พ่ายแพ้ไปแล้ว ถ้า
ไปนึกได้ที่หลังจะมีประโยชน์อะไร ดังนั้นไม่ว่าอะไรมันจะต้องมี
ขณะจำกัดสำหรับสติที่ระลึกได้ทันท่วงที เอาความรู้หรือปัญญาที่
เหมือนกับอาวุธนี้ ไปใช้ฟาดฟันไอ้สิ่งที่มันเป็นปัญหาหรือข้าศึกให้
มันพ่ายแพ้ไป

นี่ในกรณีป้องกันก็ตาม ในกรณีแก้ไขก็ตาม สติมันทำหน้าที่
ของมันอย่างนี้ ดังนั้นเขาจึงเรียกว่า เรามันรอดอยู่ได้ด้วยสตินะ
ชีวิตของเรานี้มันรอดอยู่ด้วยได้ด้วยสติชนิดที่มันเข้ารูปเข้ารอยอยู่
เป็นพื้นฐาน เรียกอีกคำหนึ่งด้วยภาษาสันสกฤต คือ *สมฤติ*
นี่คือคำในภาษาไทยว่า สมปฤติ ที่จริงตัวเดียวกันแหละ *ไอ้สติ* เป็น
ภาษาบาลี *สมฤติ* นี่ก็สันสกฤต ตัวเดียวกันหมายถึงสิ่งเดียวกัน
แต่พอเราเอามาใช้ในภาษาไทย เราเกือบจะได้กำไรร้อยๆ กับ
ได้มาสองชนิดซึ่งไม่ค่อยเหมือนกัน สติอย่าง สมปฤติอย่าง

มีสมปฤติคืออย่างไร คำพูดธรรมดาในภาษาไทยเรา มีสมปฤติก็คือเหมือนอย่างนี้ ถ้าไม่มีสมปฤติ มันก็สลับ เหมือนกับว่าบ้า มีสมปฤตินี้ก็คืออยู่อย่างนี้ นี้คุณก็จะลุก นั่ง เดินอะไรได้ โดยถูกต้องของสมปฤติ คือสติมันมาอยู่ได้ในทุกอิริยาบถ ตามที่เราเคยเรียนรู้มาแล้วอย่างไร และก็โดยอัตโนมัติหรือว่าโดยสัญชาตญาณก็มี จนเราจะลุกขึ้นนั่งได้โดยไม่ต้องล้มลงนี้ เพราะมันมีอะไรรู้ครบถ้วนของมันอยู่ในนั้น นี้สมปฤติมีสติอย่างนี้ อย่างนี้ก็เรียกว่าตามธรรมชาติ

ที่ว่าที่เราจะไม่สะดุดก้อนหินนี้จะทำอย่างไร มันก็ทำมากกว่าธรรมชาตินั้นนะ ที่จะไม่ตกร่อง ที่จะไม่ชนต้นไม้หรือว่านี่ก็เกินธรรมชาติ นี่ก็ต่อลงมาอีกมันก็ยังจะหลบหลีกอันตรายโดยเฉพาะสัตว์ร้าย ของที่เป็นอันตรายนี้ก็ยังมี กระทั่งว่าในเรื่องจิตใจ โดยเฉพาะที่ว่า ถ้าเกิดมีโลภะ โทสะ โมหะ เป็นกิเลสเป็นไฟเผาให้เราร้อนนั้น สติอย่างนั้นยิ่งผิด ยิ่งสูงกว่าธรรมชาติมากไปอีกกว่า ต้องเกี่ยวกับการศึกษาอบรม

นอกจากจะเข้าใจอย่างที่พูดตอนตะกี้ว่า ใจเรานั้นมันมีชีวิตอยู่ได้ด้วยสตินะ ที่คุณเขียนหนังสือได้หรือนั่งฟังถูกนี้ เพราะมีสมปฤติมีสติพื้นฐานทั้งหลาย แต่หนๆ หลังที่เคยสร้างไว้อบรมมา

แต่เป็นภาษาไทยเรียกว่าสมปฤติ เรามีสมปฤติอยู่ เราจึงทำอะไร
ได้ทุกอย่าง กระทั่งความปลอดภัย

นี่ถ้าปัญญา มันก็เหมือนกับไอ้สิ่งหนึ่งซึ่งสมปฤติหรือสติมัน
จะเอามาใช้ พอเอามาใช้อย่างนี้ มันเป็นรูปสติหรือสมปฤติหมด
ถ้าจะต้องคุมกันอยู่นานๆ อย่างนี้ก็เรียกว่า สัมปชัญญะ รู้สึกตัว
ทั่วถึงให้มันอยู่นาน ถ้าว่าไม่อย่างนั้นมันจะหายไปเสียอีก ระวัง
ได้แล้วลืมไปอีกนี่ เพราะมันไม่มีสัมปชัญญะพอ ถ้าระวังไม่ถูก
เรื่องก็ไม่มีความรู้ มันก็คือขาดปัญญา ดังนั้นเราก็อยู่ได้ด้วยสติ
สัมปชัญญะ ปัญญา แต่กิริยาอาการเหล่านี้เราเรียกว่า มีสติ
คำเดียวก็พอ

นี่เราสามารถทำจิตที่กำลังวุ่น ร้อนเป็นนรก คือไม่ว่างแล้ว
ให้กลับว่างโดยการระวังได้ ไปชนเอาปัญญาที่เราได้เคยคิดเคย
นึกศึกษาแล้วเอามาด้วย และเอามาให้หัดให้มันเผชิญกันอยู่นี้กับ
ไอ้ข้าศึกข้างหน้าโดยอาการของสัมปชัญญะ นี่ไอ้ข้าศึกคือกิเลส
นั้นมันก็พ่ายแพ้ไป หรือมันหายถูกไหม ถูกเผาไหม้ลงไปด้วยไอ้
สตินี้ขึ้นหรือว่าปัญญาก็ได้ ปัญญาเปรียบเหมือนกับว่าอาวุธก็ได้
ก็ตัดอันนี้ขาดลงไป จิตก็จะกลับสภาพปกติเดิม คือว่าง คือไม่
ร้อน ไม่เป็นทุกข์

ถ้าเราในชีวิตประจำวันของเรา เกิดความร้อน เกิดความ
ทุกข์ เกิดความหม่นหมอง ขนาดหัวเสีย ใจเสีย ฟันเสียอะไรขึ้น
มานี้ ก็อย่าลืมนึก อย่าลืมนึกถึงสติ อย่าลืมนึกว่าเรามันต้องมีต้องใช้
สติ ถ้าสติไม่มามันก็บ้าเลย ดังนั้นขณะที่ปราศจากสติก็เหมือนคน
บ้าแล้ว ก็ต้องมีความทุกข์คือไม่ว่าง

จะทำจิตที่วุ่นวายไม่ว่าง ให้กลับว่างได้อย่างไร ก็โดยอาศัย
สิ่งสิ่งเดียวนี้ แต่มีความหมายเป็นสติสัมปชัญญะ เป็นปัญญา
เพราะปัญญามันรู้ของมันเองว่าจะต้องทำอะไรต่อไป จะทำ
อย่างนั้น จะทำอย่างนี้ จะทำอย่างโน้น จะแก้ไขอย่างไร จะอดทน
อย่างไร มันก็รู้ของมันเอง ถ้ามันรวมอยู่ในสติที่ขณเอาปัญญามา
ทันเวลาในกรณีนี้

นี่เรื่องพุทธศาสนาเกี่ยวกับ สติ ปัญญา สัมปชัญญะ ต้อง
เป็นเครื่องแก้ปัญหิต่างๆ ที่มีกล่าวไว้อย่างละเอียดลออในพระ
คัมภีร์ แต่เดี๋ยวนี้เอามาพูดในรูปที่ว่าเป็นประยุกต์เพื่อให้มันใช้
ประโยชน์ได้ ก็อธิบายให้ฟังอย่างนี้ ธรรมดาเอาเก็บไว้เฉยๆ
เหมือนกับเอาใส่ยุ้งไว้เฉยๆ ธรรมะอันวิเศษแสนจะประเสริฐของ
พระพุทธเจ้า ถูกเก็บใส่ยุ้งไว้เฉยๆ เพราะว่าเอามาพูดไม่ได้บ้าง
ไม่สามารถจะพูดให้เข้าใจได้บ้าง หรือมันไม่ประจวบเหมาะกันกับ

ปัญหาของผู้ที่มีปัญหาหรือผู้ที่แก้ปัญหอะไรต่าง ๆ เหล่านั้น

ยังมีอีกแยะในพระไตรปิฎกในพระคัมภีร์ที่มันเป็นหมั่นอยู่นั้นแหละ อย่างเรื่องนี่ก็เหมือนกัน เรื่องความว่าง เรื่องสติ เรื่องอะไรก็ไม่รู้จัก ใครจะพยายามทำความเข้าใจเอามาให้เพื่อนมนุษย์กันรู้จัก ก็ใช้ประโยชน์ให้ได้อย่าให้มันเป็นหมั่น อย่างพุทธศาสนาส่วนที่ประยุกต์ให้เป็นประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้ แม้ที่สุดแต่เรื่องความว่าง

อย่าลืมนะว่าพระพุทธเจ้าท่านก็ได้ตรัสว่า นี่เหมาะสำหรับพวกฆราวาสทั้งหลายไอ้เรื่องความว่าง ที่นี้เราจิตว่างนี้ได้อย่างไร ก็มีที่กำลังพูดวันนี้ ข้อความในพระบาลีนั้น ชาวบ้านเหล่านั้นมันก็ได้ถามว่าทำให้ว่างได้อย่างไร แต่มันก็รู้ว่าเป็นเรื่องสูงเรื่องลึก มันก็ชวนขาดเสียแต่ที่แรก

ที่นี้เราเพื่อจะสนองความประสงค์ของพระพุทธเจ้า ท่านหวังว่า ไอ้สัตว์ทั้งหลายมันจะมีความสุขอยู่ได้เพราะเรื่องสุญญตา นี้ คนอื่นไม่เอาก็ตามใจ แต่เรานี้จะช่วยให้คำศัพท์ของพระพุทธเจ้าเป็นประโยชน์และความจริงขึ้นมา นั่นแหละ ก็ต้องสนใจอย่างนี้ เข้าใจอย่างนี้ ว่ามันมีประโยชน์อย่างไร และทำขึ้นมาให้ได้ อย่างไรก็ตามที่กำลังพูดวันนี้ว่า มันว่างอยู่ตามธรรมชาตินั้นประเภท

หนึ่ง ทำให้มันคงอยู่ อย่า... อย่าเผลอสตินั้นะ รักษาเอาไว้ด้วย
สติ ที่คล้ายว่างยิ่งขึ้นไปก็โดยวิธีสมาธิและปัญญา เห็นความที่เป็น
อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ไม่น่ายึดมั่นถือมั่น นึกอย่าง ที่นี้อีกอัน
หนึ่งไว้แก้ปัญหาที่ว่า มันวุ่นแล้วๆ มันจะให้เกิดว่างอย่างไร ก็
อาศัยสติเป็นเครื่องดึงกลับมา สติเป็นทั้งเครื่องป้องกัน เป็นทั้ง
เครื่องดึงกลับมา เป็นเครื่องรักษา เป็นได้ทุกอย่าง

วันนี้พอกันทีสำหรับว่าจะทำจิตให้ว่างได้อย่างไร.

จิตมันวุ่นแล้ว ๆ

จะให้เกิดว่างได้อย่างไร

ก็อาศัยสตินี้เป็นเครื่องดึงกลับมา

สติเป็นทั้งเครื่องป้องกัน

เป็นทั้งเครื่องดึงกลับมา

เป็นเครื่องรักษา

เป็นได้ทุกอย่าง

9 786167 574905



ว่าง
คือไม่ร้อน
ไม่เป็นทุกข์



สภาหอการค้าแห่งประเทศไทย