

คำสอนหลวงปู่เสาร์

เขียนโดย Administrator

วันอังคารที่ 23 กุมภาพันธ์ 2010 เวลา 04:55 น. -



มันมีอยู่คำหนึ่งที่หลวงพ่อบอกไม่ลืมสักที คำสอนของท่าน (หลวงปู่เสาร์) เวลาไปปรนนิบัติท่าน ท่านจะพูดขึ้นมาลอยๆ

“เวลานี้จิตขำมันไม่สงบ มันมีแต่ความคิด”

ก็ถามว่า “จิตฟุ้งซ่านหรืออย่างไร ท่านอาจารย์”

“อ้าว! ถ้ามันเอาแต่หยุดนิ่ง มันก็ไม่ก้าวหน้า”

กว่าจะเข้าใจความหมายของท่านก็ต้องใช้เวลาหลายปี
ท่านหมายความว่า จิต เวลาปฏิบัติ เวลามันจะหยุดนิ่ง
ปล่อยให้มันนิ่งไป อย่าไปรบกวนมัน ถ้าเวลามันจะคิด
ปล่อยให้มันคิดไป เราเอาสติตัวเดียวเป็นตัวตั้ง เป็นจุดยืน

ในเมื่อมาศึกษาตามพระคัมภีร์ ในบางแห่งท่านก็อธิบายไว้ว่า
ฌานมีอยู่ ๒ อย่าง อย่างหนึ่งจิตสงบนิ่ง รู้ในสิ่งๆ เดียว เรียกว่า
อรัญญูปนิชฌาน มีแนวโน้มไปในฌานสมาบัติแบบฤาษี
อีกอย่างหนึ่ง พอจิตสงบลงไปนิดหน่อย
แล้วสงบลึกลงไปจนกระทั่งร่างกายตัวตนหาย
เมื่อจิตถอนจากสมาธิมาอยู่ในระดับที่รู้สึกว่ามีกาย ความรู้
ความคิดมันก็ฟุ้งๆ ขึ้นมาอย่างกับน้ำพุ

ซึ่งนักปฏิบัติส่วนใหญ่ในปัจจุบันนี้เข้าใจว่าจิตพุ่งซ่าน
อันนี้มันเป็นสมาธิหรือเป็นฌานที่มีวิตก วิจารณ์ ความคิดเป็นวิตก
สติที่รู้พร้อมอยู่ในขณะนั้นเรียกว่าวิจารณ์ เมื่อจิตมีวิตก วิจารณ์
มันก็เป็นจุดเริ่มของฌาน หนักๆ เข้ามันก็เกิดกายเบา จิตเบา กายสงบ
จิตสงบ เกิดปีติ เกิดความสุข ความคิด ความรู้มันก็ยิ่งผุดขึ้นมามาก
พอไปถึงจุดๆ หนึ่ง จิตมันอาจจะแบ่งเป็น ๓ มิติ มิติหนึ่งคิดไม่หยุด
อีกมิติหนึ่งจ้องมองดูอยู่ อีกมิติหนึ่งนิ่งเฉยอยู่ในท่ามกลางของร่างกาย

ตัวคิดไม่หยุด คือ จิตเหนือสำนึก

ตัวที่จ้องมองหรือเฝ้าดู เป็นตัวสติ ผู้รู้

ตัวที่นิ่งเฉยอยู่ เป็นตัวจิตใต้สำนึก ตัวคอยเก็บผลงาน

เมื่อจิตสงบละเอียดลงไปจนกระทั่งรู้สึกว่าร่างกายตัวตนหาย
เหลือแต่จิตดวงเดียว จิตจะไปนิ่ง สว่าง โดดเด่น
สภาวะทั้งหลายที่เป็นอารมณ์สิ่งรู้ของจิต มันจะมีปรากฏการณ์ เกิดขึ้น
ดับไป เกิด ขึ้น ดับไป แล้วจิตนั้นหาได้หวั่นไหวต่อเหตุการณ์นั้นไม่
เหมือนๆ กับ ว่า สิ่งรู้ของจิตแยกออกเป็นประเภทหนึ่ง
จิตก็อยู่อีกประเภทหนึ่งเหมือนไม่มีความสัมพันธ์กัน
และสิ่งนั้นมันมาจากไหน ก็จิตตัวนั้นแหละมันปรุงแต่งมา

ปรุงแต่งขึ้นมาแล้ว มันไม่มีอุปาทานความยึดมั่นถือมั่น
มันจึงไม่เกิดความยินดีเกิดความยินร้าย

เพราะฉะนั้น ในคำสอนท่านจึงว่า ปัญญาพานักชั้นธา ทุกขา
การยึดมั่นถือมั่นในเบญจขันธ์เป็น

ทุกข้ออย่างยิ่ง

คือในขณะนั้นจิต ไม่ได้ยึดในเบญจขันธ์แล้ว วิญญาณตัวรู้ก็ไม่ยึด
ความรู้ทั้งหลายก็ไม่ยึด เพราะฉะนั้น มันจึงแยกกันโดยเด็ดขาด
จิตที่มีลักษณะเป็นอย่างนี้ ถ้าพูดตามภาษาปริยัติเรียกว่า

วิสังขาร

ถ้าหากว่าจิตเกิดความรู้ความเห็นขึ้นมาแล้วไปห้วงไหวต่อความรู้นั้น
เป็น

สังขารา อนิจจา สังขารไม่เที่ยง
