

# ข้ามกระแส

พระอาจารย์ทูล ชิปปปณโณ

ข้ามนครเส

พระอาจารย์ทูล ขิปปปณโณ

# คำถามแรก

ในปัจจุบันนี้มีผู้สนใจปฏิบัติธรรมกันมากขึ้น จึงพากันจับกลุ่มจัดตั้งชมรมเพื่อเป็นศูนย์ปฏิบัติธรรมในสถานที่หลายแห่ง แต่ละชมรมก็ได้นิมนต์พระมาแสดงธรรมเพื่อนำไปปฏิบัติตามความสามารถของตน และได้เชิญฆราวาสผู้มีความรู้ในทางปฏิบัติไปบรรยายธรรมอยู่เสมอ ส่วนมากหนักไปในอูบายการทำสมาธิ นักปฏิบัติส่วนมากก็มีความตั้งใจใคร่อยากรู้ผลของการปฏิบัติอย่างแท้จริง เนื่องจากผลของการปฏิบัติมีหลายรูปแบบ แต่จะมีผลออกมารูปไหนนั้น ก็ขึ้นอยู่กับอูบายวิธีที่จะต้องทำ แต่หลักเดิมนั้นมี ๒ วิธี คือ สมถกรรมฐาน และวิปัสสนากรรมฐาน กรรมฐานทั้ง ๒ วิธีนี้ก็มีปราชญ์ในยุคปัจจุบันแยกออกไปปฏิบัติตามความเข้าใจของตนที่เห็นว่าถูกต้องว่าเป็นแนวทางที่ตรงต่อมรรคผลนิพพาน และประกาศสอนกันไปคนละอูบาย บางกลุ่มก็ตรงกัน บางกลุ่มก็ขัดแย้งกัน แม้ผลของการปฏิบัติที่เกิดขึ้นก็เข้าใจกันไปคนละรูปแบบ จึงทำให้นักปฏิบัติส่วนใหญ่เกิดความสับสนลังเล ไม่รู้ว่าอูบายไหนผิดอูบายไหนถูก เพราะแต่ละ

อุบายที่นำไปปฏิบัติก็มีผลเกิดขึ้นได้เช่นกัน แต่ก็ยังเป็นผลไปคนละรูปแบบ ไม่รู้ว่าจะเอาอุบายไหนเป็นหลักยืนตัว รู้ข่าวว่าอาจารย์ไหนเป็นครูสอน ก็ไปรับเอาอุบายนั้นมาปฏิบัติ ถ้ามี ๑๐ อาจารย์ก็ได้อุบายการภาวนา ๑๐ อย่าง

นี่ก็น่าเห็นใจกับผู้ฝึกไฟในธรรม อยากได้แนวปฏิบัติที่ถูกต้องและตรงต่อมรรคผลนิพพาน เพราะแต่ละอาจารย์ก็ยืนยันว่าอุบายของท่านถูกต้องและเป็นทางตรงที่สุดแล้ว แต่ส่วนมากหนักไปในการทำสมาธิมุ่งไปในทางสงบ เพราะได้รับคำอบรมมาว่าเมื่อจิตเป็นสมาธิมีความสงบเต็มที่แล้ว จะเกิดวิปัสสนาญาณขึ้น บัดนี้ผู้เขียนจึงขอแทรกความคิดเห็นว่า เมื่อหากท่านนั่งสมาธิไปแล้วจิตจะสงบเป็นสมาธิมากหรือน้อยก็ตาม หรือนั่งสมาธิแล้วจิตไม่สงบก็ตาม เมื่อหยุดในคำบริกรรมแล้วให้ใช้ปัญญาพิจารณาในธาตุสี่ขั้นห้าให้ลงสู่ไตรลักษณ์ คือ ทุกขัง อนิจจัง อนัตตา หรือพิจารณาความสกปรกของร่างกายของตัวเองและคนอื่นไปก็ได้ คิดว่าท่านคงจะเข้าใจตามนี้

พระอาจารย์ทูล ขิปปปัญโญ

# สารบัญ

อุบายการพิจารณาด้วยปัญญา	๑
การพิจารณาความทุกข์	๔
ความทุกข์มิใช่เป็นวัตถุ	๗
อุบายการสร้างปัญญาให้เกิดขึ้น	๑๖
หลงตนก็คือหลงโลก	๒๐
รู้ตนก็คือรู้โลก	๒๒
กาย จิต เป็นสนามฝึกปัญญา	๒๔
พิจารณาป่าช้าผีดิบ	๒๖
เปลี่ยนทัศนะภายในจิตเสียใหม่	๒๘
ความประมาทมััจจุราชจับตัวได้ง่าย	๓๓
เปิดเผยความจริงให้จิตรู้	๓๔
ความเข้าใจผิด ปิดมรรคมผลตัวเอง	๓๖
เลือกหัวหน้าโคให้ถูกต้อง	๓๙
พันคนเล่าไม่เท่ารู้เห็นด้วยตนเอง	๔๒
จะหนีจากทุกข์ ต้องรู้เห็นเหตุแห่งทุกข์	๔๕

โรงงานผลิตทุกซ์คือสมุทัย	๔๘
สไตรค์และทำลายโรงงานนี้ด้วยปัญญาเสียเถอะ	๕๐
ธรรมารมณย์ยอมให้ผลครอบจักรวาลโลก	๕๓
อย่าส่งวัตถุดิบเข้าไปให้สมุทัยได้ทำงาน	๕๕
ผู้รู้เห็นโทษภัยจึงจะหนีจากโทษภัยไปได้	๕๘
กิเลสตัณหารุก สติปัญญาก็ต้องบุกเต็มที่	๖๑
ฝึกซ้อมให้คล่องตัวก่อนขึ้นชิงตำแหน่ง	๖๔
วัตถุทั้งหลายเพียงให้ความสะดวกแก่ชีวิตประจำวันเท่านั้น	๖๗
ไฟเกิดขึ้นในที่ใดต้องดับไฟในที่นั้น	๗๐
อย่าตกหลุมพรางของกิเลสตัณหา	๗๓
พาลภายนอก พาลภายใน	๗๖
จงสร้างบัณฑิตภายในให้เกิดขึ้นที่จิต	๗๙
ตัดกำลังข้าศึกอยู่เสมอ	๘๒
จงระบายนามณ์ที่ตกค้างด้วยปัญญา	๘๕
มีสติรู้การเกิดดับของนามณ์เป็นเพียงปลายเหตุเท่านั้น	๘๘
ปัญญาต้องฝึกจิตให้ตื่นตัวอยู่เสมอ	๙๐

สติปัญญาต้องเตรียมพร้อมอยู่เสมอ	๙๔
ต้องตั้งใจต่อหน้าที่ ต้องซื่อสัตย์แก่ตัวเอง	๙๗
โลกมนุษย์นี้เป็นของเก่า จะเอาของใหม่มาจากไหน	๑๐๐
ธรรมทั้งหลายเป็นของเก่า	๑๐๓
บอดอวดฉลาด ย่อมพลาดในหลักความจริง	๑๐๖
แก้ปัญหาคตัวเองให้ถูกต้อง	๑๐๙
ผู้แก้ปัญหาย่างหลบปัญหา	๑๑๒
จิตไม่มีปัญญา ย่อมหลงกลลวงของกิเลส	๑๑๕
ทำจิตให้ปฏิเสธและทอดอาลัย	๑๑๘
ในโลกนี้ไม่มีอะไรเป็นของของเราที่แท้จริง	๑๒๑
อดีตอนาคตเหมือนปัจจุบัน	๑๒๔
เตรียมตัวข้ามกระแส	๑๒๙
การปฏิบัติ อย่าขัดเส้นทางของมรรคผล	๑๓๒
วิปัสสนาญาณ คือความเห็นแจ้งรู้จริง	๑๓๕
ดับไม่มีการพักฟื้นในสมมติอีกต่อไป	๑๔๑
รู้ครอบโลกธาตุ แต่ไม่มีนิमितหมาย	๑๔๕
ความกล้าหาญย่อมเกิดขึ้นเต็มที่	๑๔๗

อาสวัคขยญาณเกิดขึ้นในช่วงนี้	๑๕๙
ความบริสุทธิ์ที่เหนือจากสิ่งใดในโลก	๑๖๒
ความคิดถึงพระพุทธเจ้า อยากกราบพระพุทธเจ้าให้สมใจ	๑๖๕
ความอ่อนใจคือไม่ยอมสอนใครๆ ทั้งสิ้น	๑๖๘
กำลังที่เกิดจากจิตโดยเฉพาะ	๑๗๐
อุบายการทำสมาธิ	๑๗๓
บทส่งท้าย	๑๘๓



# อุบายการพิจารณาด้วยปัญญา

ขอทำความเข้าใจกับนักปฏิบัติดังนี้ การพิจารณาด้วยปัญญานั้นจะพิจารณาได้ทุกอิริยาบถ จะยืน จะเดิน จะนั่ง จะนอน ก็ใช้ปัญญาพิจารณาได้ทั้งนั้น และก็เป็นอุบายการพิจารณาอย่างเดียวกัน ส่วนอุบายที่นำมาพิจารณานั้นต้องอาศัยเหตุการณ์ที่เป็นหลักความจริงและพิจารณาให้ลงสู่ไตรลักษณ์ทุกครั้งไป การพิจารณากายต้องยกเอาธาตุสี่ชั้นห้ามาเป็นต้นเหตุ และอาศัยสัญญา สมมติ เป็นแนวทางของปัญญาไปก่อน ถ้าไม่อาศัยสัญญาและสมมติเป็นเหตุแล้ว การใช้ปัญญาก็จะขยายออกไปไม่ได้ เหมือนกันกับเด็ก ถ้าไม่มีที่เกาะพอพยุงตัวช่วยแล้ว การยืน การเดินก็จะล้มตัวได้ง่าย ถ้ามีที่เกาะพอพยุงช่วยตัวเองได้ เด็กก็จะค่อยๆ ฝึกตัวเองให้ยืนเดินไปได้จนกว่ากำลังกายและความชำนาญ

พร้อมแล้ว ถึงจะไม่มีสิ่งอื่นช่วยก็ลุกเดินไปได้โดยกำลังตัวเอง  
อย่างคล่องตัว นี่ฉันใด

การฝึกปัญญาในช่วงแรกนั้นก็ต้องอาศัยสัญญาและ  
สมมติมาเป็นหลัก เพื่อเป็นสนามฝึกให้ปัญญาเกิดความเคยชิน  
และชำนาญในการค้นคิดให้ถูกกับความเป็นจริง เรียกว่าจริงสมมติ  
ฉนั้น ฉนั้น ถึงจิตยังไม่ยอมรับความจริงตามปัญญาก็ตาม การพิจารณา  
ก็ต้องค้นคิดกันไปอย่างต่อเนื่อง เหมือนเด็กที่เรียนหนังสือใน  
ชั้นต้น เด็กยังไม่เข้าใจในหลักการและยังไม่เข้าใจในการสอน  
ของครู แต่ครูก็ต้องสอน อธิบายวิชาต่างๆ ให้เด็กฟังอย่างช้าๆ  
ช้าๆ หลายครั้งหลายหน จนเด็กเกิดความเคยชินความรู้และ  
วิชานั้นๆ ครูสอนไปอย่างไร ความเข้าใจของเด็กก็จะค่อยซาบซึ้ง  
เข้าไปในหัวใจเด็กได้ นี่ฉันใด

การใช้ปัญญาสอนจิตก็ต้องอาศัยความหมั่นความขยัน  
ประกาศความจริงที่มีอยู่ในร่างกายให้จิตได้รู้ได้เห็น ให้เป็นไป  
ตามความเป็นจริงอยู่ตลอดเวลา และใช้สัญญาจดจำส่วนของ  
ร่างกายมากำหนดรู้ภายในจิต และแยกแยะร่างกายแต่ละส่วน  
ออกมาดูโดยสมมติ แล้วกำหนดร่างกายส่วนนั้นๆ ให้เป็นไป  
ตามไตรลักษณ์ คือทุกขัง อนิจจัง อนัตตา ทุกครั้งไปฉนั้น

เพื่อให้เป็นหลักฐานยืนยันว่าร่างกายนี้ต้องเป็นอย่างนี้ ทั้งร่างกายเราและร่างกายของคนอื่น ตลอดสัตว์ดิรัจฉานทุกประเภท ก็พิจารณาด้วยปัญญาให้ลงสู่ไตรลักษณ์นี้ทั้งหมด เพราะร่างกายเราและร่างกายเขาก็มีธาตุสี่ คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ เหมือนกัน ทั้งนั้น จะเป็นธาตุชั้นธโนอดีตหรือธาตุชั้นธที่มีในอนาคต ก็เหมือนกันกับธาตุชั้นธในชาติปัจจุบัน และเป็นไปตามสภาพของไตรลักษณ์ และเป็นหลักความจริง และยืนตัวอยู่ในโลกนี้ตลอดไปไม่ว่าในยุคกาลไหนๆ

# การพิจารณาความทุกข์

ความทุกข์เป็นสภาพที่มีอยู่ในมวลมนุษยและหมูสัตว์  
ทั่วๆ ไปทุกจำพวก トラบใดที่ยังมีมนุษย์และสัตว์นี้อยู่ในโลก  
ความทุกข์ก็ย่อมมีแก่มนุษย์และสัตว์อยู่ตลอดไป และเป็นหลัก  
ความจริงประจำโลกมาแต่กาลไหนๆ และให้ผลแก่มวลมนุษย์และ  
สัตว์โลกที่เกิดมา และไม่มีพระผู้เป็นเจ้าของคเไหนมาสร้างทุกข์ไว้  
แต่เป็นธรรมชาติที่เกิดขึ้นมาประจำหมูสัตว์โดยทั่วไป แม้ความทุกข์  
ที่มีอยู่ในร่างกายเราเดี๋ยวนี้ก็ตาม ก็จิตเป็นผู้รับผิดชอบ เพราะ  
ร่างกายจะเกิดขึ้นเป็นภพเป็นชาติมาได้ ก็ต้องอาศัยสังขารจิต  
เป็นเหตุเป็นปัจจัยส่งผลให้เกิดขึ้น และเป็นสายโซ่เชื่อมโยง  
ต่อกันมาจนถึงปัจจุบัน และจะเป็นปัจจัยเชื่อมโยงต่อกันไปใน  
อนาคตไม่มีที่สิ้นสุดลงได้ トラบใดที่งำของวิภูฏะคือตัณหา

ความสมบูรณ์ ความหมุนเวียนในการเกิดตายอยู่ในภพทั้งสามก็  
จะไม่มีกาลเวลาจบสิ้นได้เลย

ฉะนั้น อุปาทานความยึดถือในภพชาติที่ฝังลึกแน่น  
อยู่ภายในจิต ก็จะแสดงผลที่เป็นพิษให้เราได้หลังน้ำตาออกมา  
แทบจะเป็นสายเลือด ถึงจะมีความทุกข์ที่ว่า เป็นของทนได้ยาก  
ก็ตาม ก็จำเป็นต้องอดทนต่อสู้อยู่ เพราะไม่รู้เส้นทางที่จะหนีออก  
จากทุกข์ไปได้ จะว่าไม่รู้หรือก็มีครูอาจารย์คอยชี้บอกตักเตือน  
อยู่เสมอ แต่ทำไมเราจึงทำตัวเป็นผู้มีดบอดไม่รู้ไม่เห็นและ  
ไม่ได้ยินคำเรียกร้องที่ตัวแทนของพระพุทธเจ้าประกาศความจริง  
อยู่ในที่ทั่วไป นี่ก็เพราะอุปาทาน การยึดถือ จึงเป็นประตูปิด  
ใจไว้อย่างหนาแน่น จึงเรียกว่าประตูปิดทุกข์ไว้อย่างสำคัญ  
ดังพระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า “สิ่งใดที่ยังยึดถืออยู่ว่าเป็นเราและ  
เป็นของของเรา สิ่งนั้นย่อมทำให้เกิดความทุกข์อยู่ในโลก” แต่  
ก็ไม่เหลือวิสัยของนักปฏิบัติที่มีความจริงจั่งหวังความพ้นไปจาก  
ทุกข์ให้ได้

ฉะนั้น การพิจารณาความทุกข์ก็เพื่อให้จิตได้รู้ทุกข์  
เห็นทุกข์ เพื่อให้จิตเกิดความเบื่อหน่ายในทุกข์ เพื่อจะได้มี  
ความกลัวต่อทุกข์ จิตจึงจะค้นคว้าหาที่มาแห่งทุกข์และหาที่

## ๖ ข้ามกระแส

เกิดแห่งทุกข์ ว่าความทุกข์เกิดขึ้นด้วยเหตุอันใด เมื่อจิตรู้เห็นที่มาแห่งความทุกข์และเห็นเหตุที่เกิดทุกข์แล้ว จึงจะสลัดตัวออกจากทุกข์ไปได้ แล้วจึงจะมีวิธีป้องกันต้นเหตุที่เกิดความทุกข์ได้ถูกต้อง

# ความทุกขมีใจเป็นวัตถุ

ความทุกขที่แท้จริงนั้นอยู่ที่จิตโดยเฉพาะ แต่มีใจจิตเป็นตัวทุกข ถึงจิตกับความทุกขอยู่ด้วยกันก็ตาม จิตก็เป็นจิต ทุกขก็เป็นทุกขอยู่ตลอดไป (เรื่องนี้จะรู้ละเอียดได้ก็เฉพาะท่านผู้รู้เท่านั้น) ธรรมดาสามัญชนโดยทั่วไปแล้วยอมเข้าใจว่าจิตเป็นตัวทุกขหรือว่าจิตเป็นทุกข เหมือนกับว่าจิตกับทุกขเป็นอันเดียวกัน ถ้าดูแบบผิวเผินแล้วก็เหมือนเป็นเช่นนั้น เพราะจิตกับทุกขยังคลุกเคล้าอยู่ด้วยกัน ฉะนั้น ความทุกขจึงอยู่ในจิตโดยเฉพาะ ส่วนธาตุขันธ์ที่ว่าเป็นทุกขก็เพราะอุปาทานการยึดถือของกิเลสตัณหาวิชชาเท่านั้น แต่สิ่งเหล่านี้มีอยู่ที่จิตแห่งเดียวกัน ดังคำว่า “ธรรมทั้งหลายมีใจเป็นใหญ่ สำเร็จแล้วที่ใจ” คำว่าใจเป็นใหญ่นั้น คือเป็นศูนย์รวมของธรรมทั้งหลาย จะเป็นกุศลธรรม

อกุศลธรรม ก็มารวมกันอยู่ในที่แห่งเดียว ใจจึงเป็นสมาธิธรรมทุกประเภท กิเลสตัณหาอันยิ่งใหญ่มีอวิชาเป็นผู้นำก็ได้มาวางแผนทำงานกันอยู่ในที่นี้ วิธีวางผังของวัฏฏะ วิธีหมุนเวียนตามกระแส ในภาพทั้งสามก็มาวางกันอยู่ที่ใจนี้ ส่วนกุศลธรรมคือธรรมที่นำความสุขมาสู่ใจก็ทำงานกันอยู่ที่ใจ เรียกว่าเจตนา จะทำบุญให้ทานก็เจตนา จะรักษาศีล จะเจริญเมตตาภาวนา ก็รวมอยู่ที่เจตนา อาศัยใจเป็นสภาพำเพ็ญบุญกุศล ฉะนั้น การทำงานของกุศลและอกุศลจึงมีผลไปคนละอย่าง แต่ก็สำเร็จกันได้ในมโนสถานนั่นเอง ที่นี้การพิจารณาด้วยปัญญาก็มาเอาใจเป็นหลักและเป็นที่ตัดสินใจ ธรรมวิจยเป็นสถานที่เลือกเฟ้นธรรม โยนิโสมนสิการ ต้องใคร่ครวญให้ละเอียดให้แยกคายในปัญหาต่างๆ เพื่อจะแย่งชิงอำนาจให้ฝ่ายอกุศลตกออกจากใจไป นี้ก็เรียกว่าสำเร็จอยู่ที่ใจนั่นเอง (การอธิบายธรรมในช่วงนี้คิดว่าผู้อ่านคงจะสับสนกันพอสมควร)

การปฏิบัติธรรม การพิจารณาความทุกข์ ถ้าไม่มีปัญญา แยกแยะอย่างละเอียดแล้ว ก็ยากที่จะหนีจากทุกข์ไปได้ ส่วนมากจะมีความเข้าใจกันแบบผิวเผิน เช่น ความทุกข์เกิดขึ้นจากธาตุขันธ์ ส่วนใดก็เข้าใจกันว่าความทุกข์อยู่ที่นั่น เช่น ปวดตา ปวดหัว



ก็เข้าใจว่าตาเป็นทุกข์ หิวเป็นทุกข์ หรือกายเป็นทุกข์ไปในทำนองนั้น ถ้านักปฏิบัติที่มีปัญญาโดยรอบคอบ รอบรู้ในสรรพสังขารแล้ว ถึงจะมีความแปรปรวนคือความไม่ปกติของธาตุขันธ์แล้ว ก็มีความรู้เท่าว่านั่นมิใช่ความทุกข์ของกาย แต่เป็นความทุกข์ของจิตโดยตรง เมื่อจิตมีความสัมพันธ์กันกับร่างกายอยู่ตรงการสัมผัสระหว่างจิตกับร่างกายว่าสุข ว่าทุกข์ ก็มีอยู่ตรงนั้น แต่เมื่อจิตออกจากร่างกายไปแล้ว ความทุกข์ของร่างกายจะมาจากที่ไหน เขาจะเอาขวานไปสับ เอาไฟไปเผาร่างกาย ก็ไม่บ่นว่าทุกข์แต่อย่างใด เพียงเท่านี้คิดว่านักปฏิบัติคงจะเข้าใจว่าความทุกข์ไม่มีอยู่ที่กายโดยตรง แต่เป็นเพียงผลสะท้อนที่เกิดขึ้นจากอุปาทานที่มีอยู่ที่จิตเท่านั้น ฉะนั้น การพิจารณาความทุกข์ภายในกาย ก็ให้มุ่งหมายลงไปภายในจิตเป็นหลักสำคัญ เพื่อให้จิตได้รู้และเข้าใจในอุปาทานภายในจิตเอง จึงได้ความว่า เมื่อจิตมีอุปาทานยึดมั่นว่าสิ่งนั้นเป็นเราและเป็นของของเรา จิตย่อมได้รับความทุกข์จากการยึดถือในสิ่งนั้นๆ

นี่แลผู้เขียนจึงเน้นหนักไปในการพิจารณาด้วยปัญญา เพื่อให้นักภาวนาได้ขุดค้นแยกแยะให้ถึงแก่นแท้ที่จิตได้หลงการยึดถือว่าเราว่าเป็นของของเรา ถ้าอุปาทานการยึดถือได้วางรากฐานยึด

อยู่ในของสิ่งใด ก็เลสตัณหาน้อยใหญ่ก็จะขยายเขตยึดครองไปเสียทั้งหมด ว่านั่นก็เป็นเรา นั่นก็เป็นของของเรา เมื่อสิ่งนั้นแปรสภาพไปตามสังขธรรม คือทุกข์ อนิจจัง อนัตตาแล้ว ความทุกข์ ความเดือนร้อนก็จะมารวมลงสู่จิต พืชแห่งความเข้าใจผิดก็จะเกิดขึ้นที่จิตเอง ความยึดถือของจิตจึงไม่มีขอบเขต เพราะตัณหา คือความอยากเป็นเหตุผลักดันให้จิตเป็นไป เมื่ออยากในสิ่งใด ไม่สมปรารถนาก็เกิดทุกข์ที่จิต หรือความอยากหมุนตัวเร็วเกินไป การได้มาไม่ทันกับความอยากก็เป็นทุกข์

ความทุกข์ที่แท้จริงนั้นมีใช้อยู่กับเงินทองกองสมบัติ แต่อย่างไร แต่ความทุกข์ที่แท้จริงนั้นมีอยู่ที่จิต ส่วนวัตถุสมบัติทั้งหลายนั้นเป็นเพียงสิ่งประกอบให้จิตได้หลงเท่านั้น เมื่อไม่เข้าใจตามความเป็นจริงในสรรพสังขารทั้งหลายแล้ว ก็ต้องหลงโทษจิตว่าขาดจากการศึกษา เพราะหลักสังขธรรมเปิดเผยในหลักความจริงอยู่แล้ว แต่เป็นเพราะความเข้าใจของจิตที่มีความเห็นผิดไปจากหลักความจริง ทั้งที่ความจริงเป็นอย่างนั้น แต่จิตเข้าใจไปอย่างนี้ จึงเป็นวิธีสวนทางกันกับความจริงอยู่ตลอดเวลา จิตจึงไม่มีโอกาสที่จะรู้เห็นสังขธรรมตามความเป็นจริงได้

นี่เราเดินสวนทางในหลักสัจธรรมมาแล้วไม่รู้ว่่ากั่ชาติกั่ภพ จนถึงชาติปัจจุบัน ก็ยังไม่พบเห็นสัจธรรม เหมือนบอดเดินทางไปในที่มืด ถึงจะเดินเหยียบเพชรพลอยที่มีราคาไป ก็ไม่เข้าใจว่่าอะไร เหมือนคนง่เงาเขาเบาปัญญา ไม่เข้าใจในคุณค่าราคาของเพชรพลอย ถึงจะเห็นเต็มตา ก็ไม่มีปัญญานำไปเป็นประโยชน์เลย นี่ฉันใด แม้สัจธรรมมีอยู่ในโลกมาแต่กาลไหนๆ จิตก็ยังไม่เข้าใจ และไม่เห็นคุณค่าของสัจธรรมนั้นเลยฉันนั้น นี่ก็เพราะจิตขาดปัญญา เป็นครูสอนนั่นเอง

เราเป็นนักปฏิบัติต้องฝึกหัดอบรมให้จิตมีความฉลาด เฉียบแหลม จึงจะแทงทะลุเข้าไปให้ถึงเป้าหมายในหลักความจริงได้ ฉะนั้น จงใช้ปัญญาอบรมจิต สอนจิตให้รู้หลักความจริงในสัจธรรมอยู่เสมอ และเตรียมพร้อมอยู่ตลอดเวลา เพื่อรักษาความเข้าใจผิดของจิต เมื่อถูกกิเลสตัณหาผลักดัน เหมือนกับ หอกดาบที่จะใช้เป็นอาวุธป้องกันตัวในเวลาฉุกเฉิน หรือในเวลามีสงคราม ก็ต้องเตรียมให้พร้อม เพื่อต่อสู้ศัตรูคู่อริ นี่ฉันใด เราเป็นนักปฏิบัติผู้จะเอาชนะจากศัตรูภายใน คือกิเลสตัณหา เราก็ต้องเตรียมสติปัญญา ศรัทธา ความเพียร ไว้ให้พร้อม เพื่อจะลบล้าง ตัณหาอวิชชาที่มายึดครองจิตให้หมดสิ้นไปฉันนั้น จิตก็จะหมด

จากความเป็นทาสเพราะอำนาจของสติปัญญามาช่วยเหลือ

เหมือนกับตำรวจทหาร เบื้องต้นก็เป็นคนสามัญธรรมดา เมื่อได้มาเรียนวิชารู้หลักการวิธีการตามหน้าที่แล้ว ก็ย่อมมีการฝึกซ้อมอยู่เสมอ เมื่อมีภัยเกิดขึ้นในบ้านเมืองก็พร้อมที่จะปราบด้วยอาวุธต่างๆ ให้ศัตรูหรือข้าศึกพ่ายแพ้เรียบร้อยได้ทันที นี่ฉันใด สติปัญญาศรัทธาความเพียรทุกประเภท เป็นเครื่องมือปราบกิเลสตัณหาวิชาโดยตรง จึงจำเป็นอย่างยิ่งที่นักปฏิบัติ ต้องเป็นผู้เตรียมพร้อมอยู่ตลอดเวลา ถ้าหากมีกิเลสตัณหาเข้ามาเมื่อไร ก็พร้อมที่จะเผชิญหน้าด้วยสติปัญญาอย่างห้าวหาญ สบฟันด้วยสติปัญญา อย่าเพลอตัวและไม่ยอมแพ้แก่กิเลสตัณหาหน้าใดทั้งสิ้นฉันนั้น

มิใช่ว่าตัณหากดคอไว้ได้แล้วจึงจะคว่ำหาสติปัญญา ทั้งๆ ตัวเองก็ไม่ได้สร้างมาไว้ จะเอาอะไรมาเป็นสิ่งป้องกันตัวเอง หรือจะเอาสมาธิอย่างเดียวสู้กับกิเลสตัณหาวิชา ซึ่งไม่เคยมีมาในวงศ์ของพระอรียเจ้าเลย เพราะในครั้งพุทธกาล ผู้ที่ท่านได้บรรลุมรรคผล นับแต่ขั้นต้นจนถึงขั้นสมบุรณ์เต็มที ก็ล้วนแล้วแต่เป็นผู้มีสติปัญญาอย่างพร้อมมูล จิตของท่านจึงมีความฉลาดเฉียบแหลมคมคาย เพราะอาศัยปัญญาเป็นเครื่องฝึก จะนึกคิดในสังขารมก็คล่องตัว

และรู้ตามความเป็นจริงด้วย ในครั้งแรก ท่านก็เป็นปุถุชนธรรมดา  
ตั้งสามัญชนทั่วไป ใจก็มีความคิดเห็นจมอยู่ในกามคุณตั้งเรา  
ทั้งหลาย เมื่อท่านรู้วิธีฝึกจิตด้วยปัญญา ความคิดเห็นความเข้าใจ  
เดิมก็เปลี่ยนทัศนะที่คิดลอยตามกระแสโลก หมุนตัวเข้ามา  
พิจารณาตามความเป็นจริง จึงกลายเป็นผู้รู้จริงเห็นจริงไปได้  
จึงได้นามว่าสาวกสังโฆที่เรากราบไหว้อยู่ในปัจจุบัน

นี่เราคนหนึ่งที่กำลังเดินตามยุคบาทของพระศาสดา  
เราต้องศึกษาในจารีตตามพระพุทธประเพณีที่พระองค์ได้วาง  
แนวทางการปฏิบัติไว้ให้แก่พวกเราทั้งหลาย ต้องศึกษาให้เข้าใจ  
ให้ถูกต้องตามหลักความจริงที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้ดีแล้ว  
อย่าปฏิบัติแหวกแนวนอกเหนือไปจากมรรค ๘ มีสัมมาทิฐิ  
คือปัญญาที่เห็นชอบเป็นหลักสำคัญ การฝึกปัญญาในเบื้องต้น  
ก็ต้องคิดพิจารณาในสังขารให้สมเหตุสมผล และคิดให้ถูกต้อง  
ตามหลักความเป็นจริง เหมือนกับการบวกลบคูณหารของเลข  
ความชำนาญในการคิดไม่พอและความจดจำทางสมองไม่คล่องตัว  
ก็ต้องอาศัยการเขียนด้วยปากกาดินสอเพื่อช่วยความจำให้ชำนาญ  
ฝึกหัดบวกลบคูณหารบ่อยๆ ก็จะเกิดความชำนาญ เมื่อชำนาญแล้ว  
ต่อไปจะคิดในใจเองก็ได้ และถูกต้องรวดเร็ว นี่ฉันทิด การฝึก

ความฉลาดให้แก่จิต ก็ต้องอาศัยหลักความจริงมาเป็นนิมิตหมาย ในการคิด เช่น ไปเห็นคนแก่ เห็นคนเจ็บ คนที่ได้รับทุกข์ทางกาย และทุกข์ทางใจด้วยประการต่างๆ แม้เห็นคนตายก็จำมาคิด แล้วน้อมเข้ามาหาตัวเอง แล้วสมมติตัวเองว่าเป็นไปด้วยวิธีนั้น และตามอาการนั้นๆ นี่คือวิธีหาพยานหลักฐานภายนอกมาเป็น เหตุยืนยันในตัวเองว่า เราจะต้องเป็นอย่างนี้ ก็จะได้รับผลอย่างนี้ ถ้าหากเราใช้ความคิดไปในลักษณะนี้อย่างคล่องตัวแล้ว ทีหลัง เพียงกำหนดดูตามเหตุการณ์ ปัญญาและความเฉียบแหลมภายใน จิตก็จะเป็นอัตโนมัติ รู้เท่าทันในสังขารอย่างละเอียดได้อย่าง แม่นยำ เพราะปัญญาส่วนละเอียดและความรู้เห็นสังขารส่วน ละเอียด ก็มาจากปัญญาส่วนหยาบและจิตรู้เห็นในส่วนหยาบๆ ของสังขารนั้นเอง

เหมือนกับช่างฝึกหัดทำงานในเบื้องต้น จะให้ผลงานนั้นๆ มีความละเอียดประณีตไปเลยทีเดียวนั้นไม่ได้ เมื่อทำไปบ่อยๆ ความชำนาญในการทำและความเข้าใจในการทำก็กลายเป็น นายช่างผู้มีฝีมือไปเอง นี่ฉันใด การฝึกปัญญาในขั้นเริ่มแรกก็เป็น ในลักษณะลุ่มลุกคลุกคลาน แม้จิตที่รับรู้จากปัญญาก็ยังเข้าใจ ผิดๆ ถูกๆ เมื่อปัญญาพิจารณาอย่างมีเหตุมีผลในหลักความจริง

จิตก็ยอมรับหลักการว่าสัจธรรมเป็นจริงอย่างนั้น ฉะนั้น

หรือเหมือนกับบิดามารดาสอนบุตร ย่อมมีทั้งการชู้และมีทั้งการประเล้าประโลมไปตามความประพฤติของบุตร นี่ฉันใดเรื่องปัญญาสอนจิตก็ย่อมใช้วิธีชู้ในช่วงที่จิตมีความคะนองที่ฝึกใฝ่ไปในกามคุณแทบจะลืมหืมตา แต่เมื่อจิตอยู่เป็นปกติ ก็ใช้ปัญญาในวิธีปลอบโยนเพื่อให้จิตเกิดความรำเริง จึงจะสมกับว่าปัญญาสอนจิตที่ฉลาด และจิตก็พลอยมีความฉลาดตามปัญญาไปด้วยฉะนั้น ถึงกิเลสตัณหาจะชักลากจิตไป ก็ใช้สติปัญญาชักลากจิตให้คืนสู่ตามความปกติโดยเร็ว ถ้าหากปล่อยไว้นานจิตก็จะหลงระเริงอยู่ในกามคุณจนลืมหืมตาได้ เพราะอุบายมารยาสาไถยของกิเลสตัณหา มีมาก เราต้องมีสติปัญญาประคองจิตให้เหมือนกับมารดาประคองบุตรนั่นเอง

# ๑. มาจากการสร้างปัญหาให้เกิดขึ้น

การสร้างปัญหาให้เกิดขึ้นในครั้งแรกนั้น ต้องฝึกหัดจิต ให้เป็นผู้ช่างนึกช่างคิด ต้องฝึกจิตให้เป็นนักสังเกต ให้มีเหตุมีผล ให้เป็นไปตามความเป็นจริง ฝึกวิจัย ฝึกวิเคราะห์ ฝึกคำนวณ ประมวลเหตุการณ์ต่างๆ มาพิจารณาให้ลงสู่ไตรลักษณ์ตาม หลักความเป็นจริง การฝึกปัญญานั้นฝึกได้ทุกกาลฝึกได้ทุก สถานที่ จะยืนเดินนั่งนอนก็ฝึกได้ทั้งนั้น เช่น ขณะเดินจงกรมหรือ หลังออกจากการทำสมาธิมาแล้ว การฝึกปัญญาแยกออกเป็น ๒ ทาง

ทางหนึ่งคือฝึกปัญญาไปทางโลก นั้นเป็นวิธีฝึกปัญญาเพื่อ สร้างสรรค์โลก เรียกว่าปัญญาโลกีย์ ปัญญาโลกีย์นี้เป็นปัญญา ประจำโลก ปัญญาประเภทนี้ไม่จำกัดเฉพาะพุทธศาสนาอย่างเดียว



แม้ศาสนาอื่นเขาก็มีปัญญาเหมือนกัน แม้คนที่ไม่นับถือศาสนาอะไรเลย เขาก็มีปัญญาประเภทนี้ได้ ฉะนั้น การสร้างโลกทุกรูปแบบก็ต้องใช้ปัญญาโลกีย์นี้เป็นหลัก แม้การศึกษาเล่าเรียนหรือการเขียนแปลนแผนผังในการก่อสร้างต่างๆ ก็ต้องคิดค้นด้วยปัญญาหาข้อมูลมาเป็นหลักวิชาการ โลกมีความเจริญด้วยวิทยาศาสตร์ต่างๆ ก็ต้องใช้ปัญญาทั้งนั้น เมื่อมีปัญญาสร้างโลกให้เจริญได้ ในที่สุดก็ใช้ปัญญาคิดสร้างอาวุธนานาชนิดเพื่อครองอำนาจ ต่างคนต่างอยากมีอำนาจ ในที่สุดความเจริญของโลกก็จะเสื่อมลงเพราะปัญญาโลกีย์นั่นเอง

ส่วนการฝึกปัญญาทางที่สองนั้น เป็นปัญญาโลกีย์ประเภทเดียวกัน แต่นำมาใช้ในทางธรรม เพื่อให้เป็นประโยชน์ในทางธรรมให้พร้อมด้วยเหตุด้วยผล เพราะในโลกนี้มีสังฆธรรมแฝงอยู่ทุกแห่งหน ถึงคนจะไม่สนใจในธรรมก็ตาม แต่ธรรมก็มีอยู่ประจำโลกมาแต่กาลไหนๆ ฉะนั้น โลกกับธรรมยังกลมกลืนกันอยู่ ผู้ไม่เข้าใจก็ถือว่าเป็นโลกตลอดไป ถ้าหากผู้มีสติปัญญา ก็สามารถน้อมโลกมาเป็นธรรมได้ ดังคำว่า “โลกอยู่ที่ไหน ธรรมก็อยู่ที่นั่น” ฉะนั้น การพิจารณาโลกให้เป็นธรรมนี้ ขึ้นอยู่กับสติปัญญาและจิตน้อมโลกทั้งหมดลงสู่ไตรลักษณ์ เพราะโลกอยู่ที่ไหน สังฆธรรมก็มีอยู่

ที่นั่น

ในโลกนี้จะเป็นสิ่งที่มีวิญญูณครองหรือไม่มีวิญญูณครองก็ตาม ย่อมมีสัจธรรมคือความจริงแฝงอยู่ตลอดเวลา คือ มีสภาพความเป็นทุกข์ มีสภาพความไม่เที่ยง มีสภาพที่สูญสลายไม่เป็นสัตว์และบุคคลใดๆ ทั้งสิ้น จึงเรียกว่าสังขารโลก สังขารธรรมขึ้นชื่อว่าสังขารแล้ว ย่อมเป็นสภาพที่แปรปรวน ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และไม่มีอะไรเป็นเราเป็นเขาอยู่ตลอดเวลา คำว่าเรา คำว่าเขา นั้นเป็นเรื่องอุปาทานการสมมติเรียกกันเท่านั้น ในโลกนี้ถ้าไม่สมมติเรียกแล้ว ก็ไม่รู้ว่าจะอะไรเป็นอะไร และจะสับสนวุ่นวายไปหมด ฉะนั้น จึงเป็นสมมติโลก สมมติธรรม เรียกกันตามสมมติที่ตั้งขึ้น

เช่น สมมติว่าเงินที่เราเรียกกันอย่างติดปากจิตใจ แต่สภาพวัตถุที่เรียกว่าเงินนั้นไม่เหมือนกัน เช่น ในสมัยโบราณ เพียงหอยเบี้ยก็สมมติเรียกว่าเงินไปได้ หรือทองแดง ทองเหลือง ตะกั่ว เมื่อเอามาทำเป็นรูปต่างๆ ก็ยังเรียกว่าเงินได้ แม้แต่กระดาษก็ยังสมมติให้เป็นเงินได้ นี่ขึ้นอยู่กับวัตถุนิยม ย่อมเป็นไปตามยุคตามสมัย จะเป็นเงินของเมืองไทยหรือเงินต่างชาติ ก็ย่อมนำเอาวัตถุธาตุที่มีอยู่ประจำโลกนี้มาสมมติเรียกกัน สมมติให้เป็นมูลค่าเป็น

ราคาขึ้นมา ให้เป็นกฎเกณฑ์ไปตามสมมตินั้นๆ

นี่ก็เป็นความจริงตามสมมติที่ตั้งขึ้น ฉะนั้น โลกทั้งหมด  
นี่จึงเป็นโลกสมมติ แม้แต่บ้านที่สร้างขึ้นมาแล้วก็สมมติว่าทรงนั้น  
ทรงนี้ ตลอดจนอาหารเครื่องบริโภคและเครื่องอุปโภคก็สมมติ  
เรียกกันทั้งนั้น หรือแม้แต่ชื่อของคนและสัตว์ก็ยังมีสมมติเรียกกัน  
แม้ธาตุชั้นของคณก็ยังมีเรียกกันว่าธาตุนั้นธาตุนี้ แม้ธาตุชั้น  
แปรปรวนเปลี่ยนแปลงไปอย่างไรก็สมมติไปอย่างนั้น ถึงธาตุชั้น  
มีการเกิด แก่ เจ็บ ตาย ก็สมมติเรียกกันให้ถูกกับความเป็นจริง  
เรียกว่าจริงสมมติ

# หลงตนก็คือหลงโลก

ฉะนั้น โลกทั้งหมดจึงเป็นสังขารโลกโดยสมมติ ถ้ามีสติปัญญาที่ตีถึงพิจารณาโลกให้เป็นธรรมได้ เพราะสังขารธรรมก็มีอยู่ประจำโลกมาแต่กาลไหนๆ เช่น ธาตุชั้นที่มีอยู่ประจำโลกก็น้อมเข้ามาเป็นธรรมได้ ฉะนั้น จึงพิจารณาเพื่อให้รู้โลกจึงจะข้ามกระแสโลกนี้ไปได้ จึงเป็นผู้ไม่หลงโลก ไม่หลงติดในสมมติของโลก เพราะมารู้เห็นเรื่องโลกและความเป็นอยู่ของโลกได้ดี เพราะโลกนี้ก็มีสังขารอยู่ในตัวของโลกอย่างพร้อมมูล จึงทำให้เกิดความยินดีพอใจอยู่ในภพชาติ หลงภพหลงชาติโดยไม่รู้ตัว ความไม่รู้ตัวเองจึงเรียกว่า อวิชชา คำว่าอวิชชาก็คือจิตไม่รู้อุจ ความจริงของโลกนั่นเอง ถึงจะเกิดตายอยู่ในโลกนี้มาหลายภพหลายชาติ ก็ไม่รู้ตามความเป็นจริงของโลก ฉะนั้น จึงได้ลอยตาม

กระแสโลกตลอดมาและจะลอยตามกระแสของโลกตลอดไป

เหมือนกับผู้เดินไปในความมืด จะเดินวกไปเวียนมาหาที่  
เก่าก็ไม่รู้ตัว และยังเข้าใจว่าเป็นที่ใหม่อยู่ตลอดไป จะอยู่ที่ไหน  
ก็อยู่ไปได้ชั่วคราว เมื่อถึงกาลเวลาแล้ว จำเป็นก็ต้องย้ายจาก  
ที่นั่นไป จะไปอยู่ที่ไหนก็ไปจับจองเอาสถานที่แห่งนั้นว่าเป็น  
ของของตนทุกทีไป ในที่สุดก็ไม่เห็นได้อะไรเลย เราเคยเกิดเคย  
ตายอยู่ในโลกนี้หลายกัปหลายกัลป์ นับภพชาติไม่ถ้วน ประมวล  
ไม่จบ ก็มาเกิดมาตายอยู่ในโลกที่เก่า จะมีของใหม่มาจากที่ไหน  
แต่ความไม่เข้าใจในตัวเองนั้นแหละเป็นเหตุ จึงได้หลงและไม่รู้  
ในความเข้าใจผิดของตน จึงได้มาจับจองเอาโลกนี้ว่าเป็นที่อยู่  
ของตน นี้ก็เพราะความหลงตนลืมนตนและหลงโลก จึงได้เวียน  
ตามกระแสของโลกโดยไม่มีจุดหมายปลายทาง **จึงว่าผู้หลงโลก  
ก็คือความหลงตนนั่นเอง**

# รู้ตนเกิดคือรู้โลก

นักปฏิบัติจึงหวนกลับมาดูโลกภายในที่มีอยู่ในตัวของเราเอง เมื่อมารู้ตัวเราแล้วก็เท่ากับรู้โลกทั้งหมด เพราะโลกภายในและโลกภายนอกก็เป็นธาตุตกอยู่ในสภาพของไตรลักษณ์ทั้งสิ้น ฉะนั้น นักปฏิบัติจึงน้อมใจเข้ามาดูโลกภายใน เพราะโลกภายในเป็นเหตุเป็นปัจจัยที่สำคัญ เป็นกงจักรหมุนตัวไปตามกระแสของวัฏฏะโดยเราไม่รู้ตัว เมื่อมาคิดได้ว่าเราเดินทางผิดก็จงรีบแก้ตัว ถึงจะผืนต่อไปก็ไม่มีอะไรเป็นสาระแก่นสารก็เหมือนกันกับความเป็นอยู่ในปัจจุบัน

ฉะนั้น จึงมาแก้ไขในตัวเอง เพราะตัวเองเป็นเหตุ เราก็ต้องแก้ที่ต้นเหตุ เครื่องมือที่จะแก้ไขนั้นเราต้องสร้างขึ้นที่ตัวเราเอง นั่นคือสติปัญญาที่เป็นกลไกที่จะแก้ไขอย่างสำคัญ

เพราะพระพุทธเจ้าและพระอรียเจ้าทั้งหลายที่ท่านแก้ปัญห  
ในตัวของท่านให้หมดปัญหาไปได้ ท่านก็มีสติปัญญาเป็นหลัก  
ฉะนั้น เราคนหนึ่งที่จะเดินตามรอยของพระอรียเจ้าทั้งหลาย  
เราก็ต้องมีสติปัญญาเหมือนกันกับท่าน แล้วนำมาพิจารณาภาย  
พิจารณาจิตให้รู้ตามความเป็นจริง ตามสภาพความเป็นจริง  
ของธาตุขันธ์ เพราะความไม่รู้ตามความเป็นจริงจึงเป็นเหตุ  
ให้เราหลง จึงมีความสำคัญว่าเป็นเราและเป็นตัวของเรา การ  
หลงเรานี้เองจึงเป็นเหตุให้หลงคนอื่นและหลงโลกต่อไป

ฉะนั้น การพิจารณาด้วยปัญญา ก็ต้องฝึกปัญญาให้มี  
ความเฉียบแหลม ความรู้ของจิตก็就会有ผลเฉียบแหลม  
ตามปัญญาไปด้วย เมื่อจิตกับปัญญามีผลเฉียบแหลม  
เคียงคู่กันได้แล้ว จึงจะเป็นพลังแก้ปัญหาแห่งความหลงไปได้  
และกำจัดความเศร้าหมองที่มีอยู่ที่จิตให้หมดไป เรื่องความรัก  
ความใคร่ในกามคุณนั้นเป็นของละเอียดอ่อนและฝังแน่นอยู่  
ในส่วนลึกของจิตมานาน จึงเกิดความเคยชินและถือเป็นเรื่อง  
ธรรมดาไป

## กาข จิต เมืงเสหขวมฝีกมเสหข

การฝีกสติปัญญา ก็ต้องฝีกไปตามหลักความจริง เอาไตรลักษณ์เป็นส่วนประกอบ เพื่อขยายปัญญาค้นคว้าดู ความจริงของธาตุชั้นรุว่า อะไรเป็นเรา อะไรเป็นของของเรา ใช้สติปัญญาแยกแยะ แล้วกำหนดจิตรู้ตามอาการของธาตุชั้นรุ ใช้ปัญญาแยกธาตุไปอย่างไร ก็กำหนดจิตรู้อาการให้ทันกันกับ ปัญญา ว่าธาตุชั้นรุส่วนไหนเป็นอย่างไร ก็กำหนดจิตเพ่งไปดูใน ส่วนนั้นๆ ว่า อะไรเป็นเรา เช่น ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก เยื่อในกระดูก ม้าม หัวใจ ตับ พังผืด ไต ปอด ไล่ใหญ่ ไล่ย่อย อาหารใหม่ อาหารเก่า เหล่านี้ะไรเป็นเราที่แท้จริง ถ้าพิจารณาให้เป็นไปตามความเป็นจริงแล้ว สิ่งเหล่านี้เพียงเป็น ธาตุเท่านั้น ทุกคนก็ย่อมมีธาตุเหมือนกัน เขาเอาไปฝัง เอาไป



เผาตามป่าช้าตามเมรุอยู่ทุกวันนี้ ก็ลี้วนแล้วแต่เป็นธาตุเหมือนกันกับธาตุเราทั้งนั้น แต่ธาตุเขาก็ได้ถูกเผาถูกฝังไปก่อนเรา ถึงธาตุเราก็ไม่นานนัก เขาก็จะเอาไปฝังไปเผาทิ้งเช่นกัน เพราะก้อนธาตุนี้ไม่อยู่ในอำนาจการบังคับบัญชาของใคร จะไม่ให้มีโรคมีภัย จะไม่ให้มีการเจ็บการปวด จะไม่ให้มีทุกข์ จะมิให้มีการแปรสภาพ คือการแก่ เจ็บ ตาย จะห้ามไม่ได้เลย ถ้าห้ามไม่ได้ ธาตุก้อนนี้ก็ไม่ใช่เราที่แท้จริง แต่เป็นธาตุเพียงอาศัยเท่านั้น ถ้าหากก้อนธาตุเกิดวิบัติไม่ปกติ ก็ต้องเฝ้าระวังรักษากันไปจนกว่าจะถึงวันตามอายุขัยของธาตุชั้นจะหักพัง เมื่อถึงกาลเวลาแล้วก็จะแตกสลายไปสู่ธาตุเดิมของเขา คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ ไม่มีอะไรเป็นตนเป็นเรา แต่อย่างใด นี่จิตยังเข้าใจผิดมาคิดว่าเป็นตัวเรา มีการยึดมั่นโดยไม่ยอมปล่อยวาง เมื่อธาตุชั้นแตกพังไปแล้ว จะเอาธาตุชิ้นไหนติดตามไปไม่ได้ จะเป็นธาตุชายธาตุหญิงก็เหมือนกันทั้งหมด จึงเรียกว่า สามัญลักษณ์ธาตุ ที่มีความเสมอภาคกันตามอาการอย่างนี้

# พิจารณาม่าชั่วผีดิบ

การพิจารณาตุร่างกาย ต้องพิจารณาให้ถูกกับความเป็นจริง ในสังขธรรม ถ้าพิจารณาไปตามโลกนิยม ก็ขัดกันกับสังขธรรม เพราะโลกกับธรรมยังเป็นก้อนเดียวกัน ถ้าพิจารณาหันไปทางโลกก็เป็นโลกไป ถ้าพิจารณาให้เป็นธรรมก็เป็นธรรมไป ฉะนั้น โลกกับธรรมจะแยกออกจากกันได้ ก็ขึ้นอยู่กับการศึกษา และความเข้าใจของจิต ถ้าจิตใฝ่ใจในทางธรรมก็พิจารณาให้เป็นไปในสังขธรรม นี่เราเป็นนักปฏิบัติ จิตมุ่งไปในทางธรรม ก็พิจารณาตุในร่างกายให้ถูกหลักความจริง เพราะร่างกายนี้ย่อมเป็นซากศพที่มีวิญญาณครอง ศพที่ไม่มีวิญญาณครองก็เป็นซากศพเหมือนกัน และไม่รู้สีกตัวอะไรเลย ส่วนศพที่มีวิญญาณครองย่อมรู้สึกตัว ไปไหนมาไหนก็ได้ จึงเรียกว่าซากศพเคลื่อนที่

ถึงจะมีจิตครอง มีลมหายใจ มีความรู้สึกอยู่ก็ตาม แต่ก็ไม่นานเกินรอ จิตก็จะหนีจากร่างกายนี้ไป ร่างกายที่เข้าใจว่าเป็นตนก็จะเป็นโมฆะ ในช่วงขณะที่จิตครองร่างกายนี้อยู่ ความสกปรกโสโครกก็ยังส่งกลิ่นเหม็นคลุ้งอยู่แล้ว จำเป็นต้องชำระชะล้างด้วยสบู่อยู่เสมอ และหาเอาน้ำอบน้ำหอมมาฉาบทาเพื่อกลบความสกปรกของร่างกายนี้ไว้ ถึงขนาดนั้นก็ยังไม่มิด ดังคำว่า “ข้างตายทั้งตัว จะเอาใบบัวมาปิด จะมิดได้อย่างไร”

ฉะนั้น ร่างกายนี้จึงตายด้วยอาการปกปิดและตายด้วยอาการเปิดเผย ส่วนร่างกายที่ตายด้วยอาการปกปิดนั้น ผู้ไม่มีปัญญาจะไม่มีทางที่จะรู้เห็นได้เลย ผู้มีปัญญาดีเท่านั้นจึงจะรู้เห็นเป็นซากศพไปทั้งหมด ทั้งศพเราและศพเขาก็จะรู้เห็นได้ชัดโดยไม่มีอะไรปิดบัง จะเป็นหญิงชาย เฒ่าแก่ ปานกลาง และหนุ่มสาว ก็มองรู้เห็นเป็นซากศพเหมือนกันทั้งหมด ความเข้าใจว่าสวยว่างามตามโลกนิยมไม่มี ไม่ว่าคนเหล่านั้นจะมีฐานะต่างกันหรือไม่ก็ตาม แต่ธรรมชาติของธาตุเรียกว่าสามัญลักษณะธาตุย่อมมีความสกปรกเท่าเทียมกันทั้งหมด คือความเสมอภาคกันในความสกปรกเหมือนกันทั้งนั้น

# เมล็ดงอกที่งอกงามในจิตเมล็ดใหม่

ความเข้าใจเดิมของจิตเป็นความเข้าใจที่ลอยตามกระแสของโลก ความเข้าใจไปในลักษณะนี้เราได้ปล่อยจิตตามมานานแล้วยิ่งปล่อยจิตตามก็ยิ่งหลง คือหลงในความเข้าใจผิดของจิตนั่นเอง ความหลงนี้ ในช่วงแรกพระพุทธเจ้าและพระอริยเจ้าทั้งหลายก็มีความหลงเหมือนกัน แต่ท่านก็มีสติปัญญาพิจารณาให้จิตรู้เห็นในสถานะความเป็นจริงด้วยเหตุด้วยผล ตามหลักสังขธรรมที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป ตามเหตุปัจจัยที่เป็นจริง และสลัดความเข้าใจผิดเดิมที่มีอยู่ให้หมดออกจากจิตไปได้ จึงเป็นสาวกสังโฆให้เราทั้งหลายน้อมกราบไหว้ในปัจจุบัน นี้เราคนหนึ่งกำลังริเริ่มเพื่อจะเปลี่ยนแนวความคิดเห็นและความเข้าใจผิดภายในจิต ให้มีความเห็นที่ถูกต้องตามสภาพความเป็นจริงของธาตุ ว่ามี

การเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป ด้วยเหตุและปัจจัยอย่างไร เมื่อ  
 มาดูเห็นชัดด้วยจิตและปัญญาอยู่อย่างนี้ จิตจึงจะมีความเห็นที่  
 ชอบธรรม

ฉะนั้น จงพิจารณาด้วยปัญญาบ่อยๆ ถึงจิตยังไม่มี  
 ความปล่อยวางในอารมณ์ที่รักใคร่ชอบใจในกามคุณก็ตาม แต่ก็  
 ต้องใส่ใจพิจารณาอยู่เสมอ ถ้าเราไม่รีบแก้ไขความเข้าใจผิดของ  
 จิตในครั้งนี้ เราจะไปแก้ไขในชาติไหนภพไหน เราจะให้กิเลสตัณหา  
 ขอเวลาว่า วัน เดือน ปีนั้นก่อนเถอะ จึงจะภาวนาปฏิบัติ หรือ  
 ชาติหน้าก่อนเถอะจึงจะแก้ไข นี่เป็นอุบายวิธีหลอกลวงของกิเลส  
 ตัณหา

เราได้ตกค้างอยู่ในโลกนี้มายาวนานก็เพราะเรามาหลงกล  
 มายาของกิเลสตัณหาด้วยวิธีนี้ นี้เราจะรอดตัวว่ามีความฉลาด  
 ว่ารู้แล้วเห็นแล้วเพียงสัญญาเท่านั้นยังไม่ได้ ยังจะเสียรู้ให้กิเลส  
 ตัณหาอยู่ตลอดไป เพราะเป็นวิธีโง่อดฉลาด ตาบอดอดรู้ดี  
 ทั้งที่จิตเองยังตกเป็นทาสของกิเลสตัณหาโดยไม่รู้ตัว เหมือนกับ  
 สัตว์บกสัตว์น้ำที่มนุษย์เขาเลี้ยงไว้แล้ว แต่สัตว์หารู้ตัวไม่ว่าเขาเลี้ยง  
 เราเพื่ออะไร เมื่อถึงเวลา เขาเอามาขึ้นเชียงจึงจะรู้ตัว และจะหา  
 วิธีหลบตัวได้อย่างไร

หรือเหมือนนกที่ตกอยู่ในกำมือของนายพรานแล้ว ย่อมไม่มีที่จะหลบหนีไปได้ จำเป็นต้องยอมตายโดยไม่มีประตุ นี้ฉันใด จิตที่ตกอยู่ในที่คุมขังของกิเลสตัณหาวิชชาที่หารู้ตัวไม่ฉันทันนั้น และยังเข้าใจว่าเป็นที่สนุกเร้าเริงเพลิดเพลินอยู่ในอุบายของกิเลสแบบไม่รู้ตัว หลงเหยื่อล่อของกิเลสตัณหาเล็กๆ น้อยๆ และไม่รู้เลยว่าโทษภัยต่างๆ จะเกิดขึ้นกับตัวเมื่อไร เพราะขณะนี้ชื่อเราได้ตกเข้าไปอยู่ในบัญชีของพญามัจจุราชไปแล้ว ไม่รู้ว่าเขาจะหักคอเราไปเมื่อไร วันนั้นหักคอคนนั้นไป วันนี้หักคอคนนี้ไป อีกชั่วโมงข้างหน้าี้ เราก้อาจจะถูกพญามัจจุราชหักคอไปตามเขาเช่นกัน

# ความประมาท มัจจุราชจิม ต่อได้งาย

เราเป็นนักปฏิบัติ จงเป็นผู้ไม่ประมาทว่าชีวิตเราจะอยู่กัน  
ไปได้นานเท่านั้น เพราะชีวิตนี้มีที่สิ้นสุดของมันอยู่แล้ว แต่ยังไม่  
ทราบว่าจะวันใดเวลาใดเท่านั้น การพิจารณาความตายก็เพื่อ  
ให้จิตได้เกิดความกลัวและเกิดความสลดสังเวชในตัวเอง  
เรียกว่ากระตุ้นจิตให้ได้เกิดความสำนึกในความเป็นอยู่ของตน  
ว่าเกิดมาแล้วย่อมมีความทุกข์อย่างนี้ และเห็นความไม่เที่ยงใน  
การเกิด และให้จิตได้ว่าธาตุขันธ์นี้มีใช้ตัวตนที่แน่นอน และยังเป็น  
สภาพให้จิตได้รับความทุกข์ เมื่อธาตุขันธ์เกิดความวิบัติไป  
ตามธรรมชาติ ไปตามหลักความจริงคืออนิจจัง แม้ความตายที่  
เรายังมองไม่เห็น แต่ก็จะเป็นความจริงให้เราได้รับผลในวัน

ข้างหน้า ถึงจะพิจารณาคาดหมายไว้ก็ไม่ผิด เพราะเป็นกฎความจริง และตายตัว ไม่มีสิ่งใดในโลกนี้จะแก้ไขได้ เพราะความตายเป็นผลต่อเนื่องมาจากการเกิด

ฉะนั้น การพิจารณาคาดหมายในสิ่งใด ก็ให้ถูกกับหลักความจริงเอาไว้ เพื่อเป็นอุบายเตือนจิตไม่ให้เกิดความประมาท ลุ่มหลง ถึงจะมีชีวิตอยู่ก็ให้รู้ว่าโอกาสแห่งความตายนั้นมีหลาย ประตุ ดังเราเห็นอาการตายของคนทั่วไปอยู่แล้ว ถึงจะมีอายุ ยังน้อย แต่โอกาสของการตายก็ไม่แพ้คนแก่ เหมือนกับผลไม้ ลูกเล็กก็ยังมีโอกาสหล่นได้ ไม่จำเป็นจะแก่กันเสียทั้งหมด การพิจารณาความตายในตัวเองอยู่อย่างนี้ คือการฝึกในวิธี เจริญวิปัสสนา การพิจารณาในสิ่งใดก็ให้เป็นไปในสัจธรรม และพิจารณาคาดหมายให้ถูกกับหลักความจริงเอาไว้ ถึงจิต ยังไม่รู้เห็นความเป็นจริงตามปัญญาก็ตาม การพิจารณาด้วย ปัญญานั้นก็ยังเป็นอุบายวิธีพื้นฐานไปสู่วิปัสสนาญาณอยู่นั่นเอง แต่ผู้เขียนไม่ชอบใช้คำว่าวิปัสสนา เพราะคำว่าวิปัสสนากับคำว่า ปัญญานั้นมีความหมายอันเดียวกัน ทั้งสองศัพท์นี้จึงมารวมอยู่กับคำว่า การพิจารณา คำว่าพิจารณานั้นขอให้หนักปฏิบัติจงได้ เข้าใจว่า นั่นคือการเจริญวิปัสสนาหรือเจริญด้วยปัญญา จึงเหมือน



กับคนๆ เดียวมีสองชื่อ จะเรียกชื่อไหนก็ได้ไม่แปลกอะไร เพราะ  
การเรียกชื่อต่างๆ นั้นเป็นเพียงสมมติเท่านั้น คำว่าวิปัสสนากับ  
ปัญญาก็คือการพิจารณาไปในลักษณะเดียวกัน ขอจงเข้าใจตามนี้

# เมื่อเผยความจริงให้จิตรู้

การพิจารณาด้วยปัญญาก็เพื่อให้จิตได้รู้เห็นในสัจธรรม คือสรรพสังขารทั้งหลาย เป็นอุบายเปลี่ยนทัศนคติความเข้าใจเดิม ภายในจิตที่คิดไปในวิธีลอยตามกระแสมานาน ได้หวนทวนกระแส เข้ามารู้เห็นในสัจธรรม จึงจะข้ามกระแสไปได้ จะพิจารณาด้วยอุบายใดก็ตาม ก็เพื่อให้จิตได้รู้เห็นในสัจธรรมนั้น จึงจะเป็น “ญาณะ” คือความรู้จริง เมื่อมีความรู้จริงและมี “ทัตสนนะ” คือความเห็นจริง การพิจารณาด้วยปัญญาจึงจะได้ผล จึงชื่อว่า ปัญญาเปิดเผยความจริงให้จิตรู้

ฉะนั้น นักปฏิบัติจงศึกษาให้เข้าใจ มิใช่เพียงคำพูดว่ารู้จริง เห็นจริงแบบผิวเผิน หรือจริงปริยัติ คือที่ได้ยินมาได้เรียนมา เท่านั้น หรือปฏิบัติไปได้รับผลแห่งความสงบในสมาธิเล็กๆ น้อยๆ

แล้วมาตีความหมายกันไปใหญ่โต มีหน้าซำก็ยังคงมาติดอยู่ในความสุขของสมาธิ โดยไม่มีอุบายวิธีที่จะทำปัญญาให้เกิดขึ้นได้เลย เมื่อทำสมาธิจิตมีความสุขก็ติดสุข หรือเกิดโอภาสแสงสว่าง ก็มีความยินดีพอใจติดอยู่กับความสว่าง หรือเห็นดวงใสๆ อย่างใดอย่างหนึ่ง ก็ยังเข้าใจว่าเป็นดวงธรรมที่บริสุทธิ์ไป เลยเข้าใจว่าเป็นวิสุทธิธรรมไป และยังเข้าใจว่าเป็นอริยผลที่ถูกต้อง การเห็นนิมิตโดยวิธีนี้ก็เพราะการน้อมจิตไป แล้วกำหนดจิตให้เกิดเครื่องหมาย เพื่อให้เป็นไปตามรูปที่มีความต้องการ

นอกจากนี้ก็จะน้อมจิตไปในทางอภิญญาอย่างใดอย่างหนึ่งให้เกิดขึ้น เช่น ต้องการตาทิพย์ ต้องการหูทิพย์ ต้องการรู้อวาระจิตของคนอื่น หรือต้องการฤทธิ์ต่างๆ หรือต้องการเป็นหมอโดยวิธีต่างๆ สิ่งเหล่านี้เป็นผลมาจากการทำสมาธิทั้งนั้น แต่เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้และเป็นสิ่งที่เสื่อมไปได้ จะเสื่อมช้าหรือเร็วขึ้นอยู่กับการรักษา ถ้าตั้งใจรักษาจริงๆ กระทำโดยวิธีนี้บ่อยๆ อภิญญาเหล่านี้มีอยู่ที่จิตตลอดไปจนกว่าชีวิตจะหาไม่ แต่น้อยคนที่จะทำให้เกิดได้ และน้อยคนที่จะรักษาไว้ได้ เว้นเสียแต่ผู้มีนิสสัยเดิมส่งให้เท่านั้น ถ้าผู้ไม่มีนิสสัยเดิม ถึงจะฝึกเท่าไรสิ่งเหล่านี้ก็หาเกิดขึ้นไม่

# ความเข้าใจผิด มีดมรรคผล ตัวเอง

ในสมัยครั้งพุทธกาล สิ่งเหล่านี้ก็เคยมีมาแล้ว แต่ก็ยังมี  
ผู้ให้สติพอที่จะตัดเตือนและกลับตัวได้ จึงไม่ถือว่าเป็นสิ่งสำคัญ  
อะไรเลย สำหรับท่านผู้มุ่งในมรรคผลนิพพานจริงๆ แล้ว ท่าน  
เหล่านั้นจะไม่เล่นอยู่กับสิ่งเหล่านี้ให้เสียเวลา มีแต่มุ่งหน้าตั้งใจ  
ปฏิบัติให้ตรงในองค์มรรคตลอดไป ถึงท่านได้บรรลุอุรยธรรมใน  
ขั้นบริบูรณ์เต็มที่แล้วก็ตาม ความยินดีพอใจในอภิญญาที่ไม่มีใน  
ท่านเหล่านั้นเลย ฉะนั้น ขอนักปฏิบัติจงพิจารณาให้ดี ศึกษาให้  
เข้าใจ เพื่อไม่ให้เกิดความเข้าใจผิดในผลของการปฏิบัติที่อาจเกิด  
ขึ้นดังที่ได้อธิบายมา

ฉะนั้น จึงควรแสวงหาครูผู้ให้การชี้แนะวางพื้นฐานแนวทาง

ปฏิบัติให้ถูกต้องเสียแต่เบื้องต้น ถ้าพื้นฐานเบื้องต้นถูกต้องโดยชอบธรรมแล้ว แนวทางปฏิบัติก็เป็นไปอย่างราบรื่นและตรงต่อความเป็นจริงของสังขารตลอดไป ไม่มีการรบกวนสับสนในอุบายที่นำมาปฏิบัติ ไม่มีความลังเลสงสัยในข้อวัตรปฏิบัติของตน นี้ก็เพราะมีความรอบคอบรอบรู้ในอุบายวิธีที่มีเหตุผลอย่างพร้อมมูล มีความสามารถในตัวเอง จะเป็นผู้จริงจังในการปฏิบัติ และพร้อมทั้งเป็นผู้เสียสละ แม้กระทั่งชีวิตก็อุทิศเพื่อธรรม ไม่เป็นผู้เหลวไหล เหลาะแหละ ลูบคลำมงายไร้เหตุผล ผิดตนให้อยู่ในความพอดีในมัชฌิมา แม้ข้อวัตรปฏิบัติก็ให้เป็นปฏิปทาต่อเนื่องกัน

ตรงข้ามกัน ถ้านักปฏิบัติมีความเข้าใจผิดในสังขารแล้ว ย่อมเข้าใจว่าเป็นแนวทางที่ถูกต้องอยู่ตลอดไป ถึงจะเข้าใจว่าถูกแล้วก็ตามที แต่ความผิดก็ยังเป็นความผิดตลอดไป ความเข้าใจว่าจะได้มรรคได้ผลก็เป็นเพียงความเข้าใจเท่านั้น เหมือนการเดินทางถ้าพลาดท่าในเบื้องต้นแล้ว แม้จะมีจุดหมายปลายทางที่ตั้งไว้แล้วก็ตาม จะเดินไม่ถูกกับจุดเป้าหมายที่ตั้งไว้อย่างแน่นอน หรือจะเข้าใจเองว่านี่คือจุดที่ต้องการก็เป็นได้ นี่ฉันใด การปฏิบัติเมื่อวางรากฐานแห่งสัมมาทิฐิไม่ถูกต้อง ก็จะกลายเป็นมิจฉาทิฐิ คือความเห็นผิดโดยไม่รู้ตัวฉันนั้น ถ้ามิจฉาทิฐิเป็นพื้นฐานไว้

แล้ว มิจกาสังกับไปคือความดำริผิดก็เป็นสายโซ่ต่อเนื่องกัน  
แม้มิจกาสมาธิคือความตั้งใจมั่นแห่งความสงบก็เป็นความผิด  
ตลอดไปทั้งสาย แม้ความเข้าใจในมรรคผลนิพพานก็เข้าใจอย่าง  
ผิดพลาดไปเสียทั้งหมด ฉะนั้น จงแสวงหาครูอาจารย์ที่ชี้แนะ  
วางพื้นฐานในอุบายวิธีการปฏิบัติให้ชอบธรรมเสียแต่ต้นมือ

# เลือกหัวหน้าโคให้ถูกต้อง

นักปฏิบัติผู้แสวงหาครูอาจารย์ต้องเป็นนักสังเกตที่มีเหตุ  
มีผลในตนให้พร้อม อย่าทำตนเป็นคนติดครูอาจารย์โดยขาด  
การสำนึกในธรรม จึงเหมือนกับฝูงโคที่แสวงหาหัวหน้าโคให้พา  
ข้ามกระแสน้ำ หัวหน้าโคนั้นมีหลายตัว จะเลือกเอาตัวไหนเป็น  
หัวหน้าก็ต้องฝูงโคพิจารณาตัดสินใจเอง และอย่าให้ได้หัวหน้า  
โคที่ตาบอดก็แล้วกัน ถ้าให้หัวหน้าโคบอดพาข้ามกระแสน้ำ อาจจะ  
ลอยคอโค้งงอไปเวียนมา หรืออาจจะถลาพาฝูงโคทั้งหลายไปติด  
กระแสน้ำวนก็เป็นได้ ถ้าตัดสินใจเลือกได้หัวหน้าโคที่ตาดีและ  
รู้วิธีการลอยข้ามกระแสน้ำแล้ว หัวหน้าโคก็พร้อมที่จะพา  
ฝูงโคทั้งหลายได้ข้ามกระแสน้ำให้ถึงฝั่งโดยความปลอดภัย เว้นเสีย  
แต่โคบางตัวที่ลอยแหวกแนวจากหัวหน้าเท่านั้นเอง

นี้ฉันใด เราที่เป็นนักปฏิบัติทั้งหลายที่กำลังเตรียมพร้อม และลงมือปฏิบัติกันในขณะนี้ ทุกคนก็ต้องแสวงหาครูอาจารย์ เพื่อความถูกต้องในการปฏิบัติธรรมฉันทันั้น แต่จะให้ถูกต้อง แม่นยำเหมือนในครั้งพุทธกาลนั้นย่อมเป็นไปได้ไม่ทั่วถึง เพราะในครั้งพุทธกาลมีพระพุทธเจ้าเป็นประมุข และพระอริยสาวกที่พร้อมด้วยปฏิสัมภิทามีจำนวนมาก พร้อมทั้งจะให้ความเข้าใจในพุทธบริษัท ในสมัยนั้นอย่างทั่วถึง และเป็นอุบายการปฏิบัติเหมือนกัน สมัยนั้นพุทธบริษัทจึงได้บรรลุมรรคผลเป็นจำนวนมาก

แม้ในยุคปัจจุบันนี้ก็มีพุทธบริษัทที่มีความสนใจปฏิบัติกันเป็นจำนวนมาก แต่จะให้ได้รับผลกันจริงจังเหมือนในครั้งพุทธกาลนั้น คงจะมีน้อย แต่ก็ต้องมีนักปฏิบัติบางกลุ่มบางบุคคลต้องได้รับผลเหมือนในครั้งพุทธกาลแน่นอน ดังคำพระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า “ตราบใดที่ยังมีพุทธบริษัทตั้งใจปฏิบัติอย่างชอบธรรมอยู่ ตราบนั้นโลกนี้ไม่ขาดจากพระอรหันต์” ดังนี้ ในยุคนี้นี้สมัยนี้ก็ ต้องมีครูอาจารย์เป็นผู้นำให้นักปฏิบัติทั้งหลายได้ปฏิบัติกันเป็นอันมาก แต่ผลของการปฏิบัติจะได้รับกันถึงขั้นไหนอย่างไรนั้น ผู้เขียนก็ไม่ทราบ แต่คิดว่าคงจะไม่ติดดวงนรก เพราะแต่ละกลุ่ม แต่ละท่านก็ย่อมได้ครูอาจารย์ที่เป็นสุปฏิปันโน เป็นผู้ชี้แนะและ



วางพื้นฐานอุบายการปฏิบัติในวิธีการต่างๆ ไว้อย่างพร้อมมูล

# พจนานุกรมไม่เท่ารู้เห็นด้วย ตนเอง

การปฏิบัติภาวนาเป็นวิธีที่ละเอียดอ่อน และเป็นวิธีที่  
ถอนรากถอนโคนของกิเลสตัณหา ถึงพระพุทธเจ้าประกาศ  
สัจธรรมความจริงเอาไว้แล้ว ก็ต้องมีพระสงฆ์สืบทอดกันมาจนถึง  
ปัจจุบัน เราเป็นนักปฏิบัติผู้แสวงหาธรรม ย่อมได้ยินเสียงธรรม  
จนจำได้ ธรรมทั้งหมดก็เป็นเพียงบอกเล่าและสืบทอดกันมาเป็น  
ลำดับ นักปฏิบัติก็ย่อมเข้าใจอยู่แล้วว่า อะไรเป็นธรรม อะไรเป็น  
อธรรม สิ่งใดควรละ สิ่งใดควรปฏิบัติ ตลอดจนผลของการปฏิบัติ  
ก็ยังจดจำมาพูดให้กันฟังได้ แต่ก็พูดไปตามหลักการที่ได้ศึกษามา  
ผู้ฟังก็ฟังรู้ตามหลักการว่าธรรมส่วนหยาบ ส่วนกลาง ส่วนละเอียด  
เป็นลักษณะนั้น เพียงรู้ตามหลักการเท่านั้น ยังไม่เป็นวิธีที่จะ

ถอนรากถอนโคนของกิเลสตัณหาแต่อย่างใด ความลึกลับสงสัย  
ในรศชาติแห่งธรรมที่แท้จริงนั้น ก็ผู้ได้สัมผัสธรรมมาแล้ว  
นั้นแหละจะเป็นผู้รู้เห็นด้วยตนเอง ใครจะได้สัมผัสธรรมชั้นไหน  
รศชาติแห่งธรรมชั้นนั้นก็จะเป็นปัจจัยตั้งแต่ละท่านไป

ฉะนั้น รศชาติแห่งธรรมจะมีเฉพาะผู้ที่ท่านได้สัมผัสเท่านั้น  
ผู้ที่ยังไม่ได้สัมผัสธรรม ถึงจะได้ยินได้ฟังร้อยครั้งพันหน ก็ยังไม่  
เข้าใจในรสของธรรมอยู่นั่นเอง หรือได้ยินว่าการทำอย่างนั้นย่อม  
ให้ผลเป็นทุกข์อย่างนั้น ถึงจะได้ยินมาแล้วก็ตาม ความดี้อด้าน  
ของจิตก็พร้อมที่จะทำตามเหตุที่จะให้เกิดความทุกข์อยู่ตลอดไป  
ใครจะบอกอย่างไรก็ไม่ยอมฟังเสียงใครๆ ทั้งสิ้น แต่เมื่อจิตมา  
รู้เห็นทุกข์และเหตุให้เกิดทุกข์แล้วเมื่อไร ก็เมื่อนั้นจิตจะต้อง  
หยุดในการก่อเหตุแห่งทุกข์ทันที

เหมือนกับผู้ที่ลงอาบน้ำในแม่น้ำโดยขาดความสังเกต มีแต่  
มัวเมาสนุกสำราญติดพันกันจนแยกตัวไม่ออก แต่เมื่อสังเกตรู้เห็น  
ว่าที่นี่มีจระเข้และเห็นจระเข้จริงๆ ด้วยตนเองแล้ว ก็ผู้นั้นแหละ  
หมดความสนุกสำราญและก็จะรีบหาทางขึ้นฝั่งหนีเอาตัวรอดทันที  
นี่ฉันใด เราเคยได้ยินครูอาจารย์อธิบายสังขารมานาน และอ่าน  
หนังสือธรรมะมาเป็นจำนวนมาก ขนาดนั้นก็ยังไม่ทำความชั่วทาง

กายวาจาใจโดยไม่มีความละอายแต่อย่างใด เมื่อจิตมารู้เห็นโทษภัยตามความเป็นจริงแล้ว ก็จิตนั้นแหละจะหยุดในความประพฤตินี้ในทางชั่วทันที นี่ก็เพราะมารู้เห็นทุกขโทษภัยด้วยตนเองฉนั้น

# จะหนีจากทุกข์ ต้องรู้เห็น เหตุแห่งทุกข์

การรู้ทุกข์เห็นทุกข์มิใช่รู้เห็นตามตำราเพียงเท่านั้น เพราะตำราเป็นเพียงภาคทฤษฎี เป็นชื่อของทุกข์เท่านั้น มิใช่เป็นตัวทุกข์ที่แท้จริง ความทุกข์ที่จริงนั้นอยู่ที่อุปาทานจิตโดยเฉพาะ ส่วนกายที่ว่าเป็นทุกข์นั้นก็เพราะจิตยังครองร่างกาย เป็นอุปาทานธาตุเป็นธรรมชาติที่เกี่ยวข้องซึ่งกันและกัน และยึดถ่วงกันไว้ใน การสัมผัสเวทนา ความทุกข์ในระหว่างกายกับจิตนั้นเป็นธรรมชาติของขันธ์ ทุกข์ประเภทนี้ให้เพียงกำหนดรู้เท่านั้น จะละในช่วงขณะจิตครองร่างนี้ไม่ได้ นี้เฉพาะทุกข์ที่เนื่องจากร่างกายกับจิต

ส่วนความทุกข์ที่เกิดขึ้นเนื่องจากกิเลสตัณหาแล้ว นั้นจึงเป็นทุกข์ที่ควรละ และละทิ้งเหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ด้วยความทุกข์ที่เป็นเหตุให้เกิดอารมณ์นั้นมีจำนวนมาก ถ้าสรุปแล้วก็ขึ้นอยู่กับาหนการยึดถือของจิตเป็นเหตุที่สำคัญ ถ้าจิตไปยึดเอาสิ่งใดว่าเป็นตน หรือเป็นของของตนแล้ว ผลคือความทุกข์ย่อมเกิดขึ้นในการยึดถือนี้ เพราะความทุกข์เกิดขึ้นที่ตัวเรา ถ้าเราไม่มี เขาก็จะมาจากที่ไหน แม้ตัวสมุทัยคือตัณหา มีเฉพาะจิตอย่างเดียว ส่วนจิตอย่างเดียวยังไม่ใช่ตัณหา ส่วนจิตก็เป็นเฉพาะจิต เรื่องความอยากของจิตคือตัณหาตัวเองมาก่อนเหตุให้จิตเป็นทุกข์ เหมือนจิตได้ถูกชักชวนให้ร่วมมือกับตัณหาว่าคืออย่างนั้น คืออย่างนี้ จิตที่โง่เขลา จิตที่ไม่มีความฉลาด ไม่รอบคอบ ไม่รอบรู้ ในอุบายของตัณหาที่เข้ามาเคลือบแฝง จิตก็ต้องยอมรับ เพราะเหตุผลของตัณหาเหนือกว่าและความฉลาดก็มากกว่าจิตเป็นไหนๆ จิตดวงที่โง่เขลาเบาปัญญาจึงมาเสียรู้ตัณหาอย่างไม่รู้ตัว เมื่อตัณหาพร้อมวงศ์ของจิตได้แล้ว ก็ขยายอำนาจวางแผนงานทันที จิตที่ไม่มีปัญญา ไม่มีความฉลาด ก็มอบอำนาจให้ตัณหาเป็นผู้จัดการ ผู้อำนวยการ งานต่างๆ ก็ขยายออกไปอย่างกว้างขวาง และมีแผนงานต่างๆ ที่ขยายออกไปอย่างมากมาย ผู้ดูแลงานก็

มีความโลภ ความโกรธ ความหลง ราคะ ความเห็นแก่ตัวทุกประเภท  
จึงพากันตั้งโรงงานผลิตทุกข์ขึ้นหลายแห่งทั่วโลก จึงเรียกโรงงาน  
ผลิตทุกข์นี้ว่า บริษัทสมุทัยจำกัด โรงงานนี้จะตั้งอยู่ในตัวมนุษย์  
และสัตว์เท่านั้น

# โรงงานผลิตทุกซ์ดีอสมุทข

โรงงานนี้ นับแต่เขาได้เข้ามาตั้งรากฐาน ขยายผลงาน ออกมาแต่ละชิ้นไม่ว่าชิ้นเล็กชิ้นใหญ่ ย่อมเป็นผลที่ออกมา เป็นทุกซ์ด้วยกันทั้งนั้น ทั้งมนุษย์และสัตว์ย่อมได้รับผลใน ประเภทเดียวกัน เพราะโรงงานนี้เป็นโรงงานผลิตทุกซ์โดยเฉพาะ วัตถุดิบที่หามาได้มากน้อยเท่าไรก็เอาเข้าโรงงานนี้ทั้งหมด สังขารคือความปรุงแต่งก็แยกแยะออกไปเป็นชิ้นเป็นส่วนออก วางตลาดโลก มีราคา มีความโลภ ความโกรธ ความหลง หรือ แผนกอื่นเป็นผู้รับผิดชอบไป แต่มีอุปาทานเป็นผู้ควบคุมโรงงาน และผลของงานทั้งหมดนี้ มนุษย์และสัตว์ในโลกจึงได้รับผล คือความทุกซ์ด้วยกันอย่างทั่วถึง และบ่นเป็นเสียงเดียวกันว่า เรามีความทุกซ์ๆ กึกก้องไปทั่วโลก



ถึงจะมีสภาวะทุกข์ คือทุกข์ประจำขั้นที่ ที่เป็นของตายตัว  
 แล้วยังไม่พอ ก็ยังมีปภินณกทุกข์ คือทุกข์จร มาแฝงอยู่ที่จิต  
 โดยเฉพาะ ซึ่งนับประเภทไม่ได้ ทุกข์นี้ก็มารวมอยู่ที่จิต จึงเรียกว่า  
 ธรรมมารมณ คืออารมณ์ที่ไม่สมปรารถนากับความต้องการ เช่น  
 เสื่อมลาภ เสื่อมยศ ถูกนิทา หรือสามีภรรยาคิดนอกใจ ไม่ให้  
 ความเป็นธรรมแก่ครอบครัว หรือบุตรธิดาไม่อยู่ในอำนาจเชื้อพัว  
 ของพ่อแม่ หรือถูกคนอื่นกลั่นแกล้งโดยวิธีต่างๆ และทางที่จะ  
 ทำให้จิตเป็นทุกข์ยังมีอีกมาก ถึงจะมีความสุขอยู่บ้าง แต่ก็ยังไม่  
 คຸ້ມคຸ້ມในผลแห่งความทุกข์อยู่นั่นเอง พระพุทธเจ้าจึงได้ยกเอา  
 ความทุกข์ที่ให้ผลประจำวันขึ้นมาเป็นข้อแรก เพราะความทุกข์นี้  
 ทุกคนย่อมได้รับผล และก็เป็นทุกข์ส่วนหยาบๆ แต่ก็เป็นผล  
 พอที่จะค้นหาสาเหตุแห่งทุกข์ได้ ถ้าหากจะมาละทุกข์ใน  
 ปลายเหตุนี้ ไม่มีใครในโลกนี้ละได้ เพราะสมุทัยผลิตทุกข์  
 ออกมาไม่ขาดระยะ ผลที่ออกมาก็เป็นทุกข์อยู่ตลอดไป

# สโรตรและทำลาขโรงงาหเน อวษมณษาเสษเดอะ

สมุทยผลิตทุกขไ้ด้มากน้อยเท่าไร ก็มีจิตเป็นผู้รับผลและ  
ยิตทุกขไ้แต่ผู้เดียว ฉะนั้น จิตจึงตกเป็นทาสแห่งความทุกข  
และเป็นทาสแห่งตัณหา และจิตก็ต้องรับภาระความหนักหน่วง  
แบกหามอยู่ตลอดเวลา แต่จิตก็ต้องยอมรับความทุกขนี้ไม่มี  
การปล่อยวาง ถึงมีปัญญาพยายามเต็มทีที่จะให้จิตได้รู้ทุกข  
รู้โทษที่เกิดจากทุกข และรู้ภัยที่มีในทุกข จิตก็จะไม่รู้เหตุแห่ง  
ทุกขแต่อย่างใด จิตเคยได้แบกหามทุกขมาด้วยวิธีใด ก็พร้อมที่  
จะทำตามหน้าที่แก่นี้ต่อไป นี้ก็เพราะอาศัยความเคยชิน และ  
อยู่ในความทุกขนี้มาแต่กาลไหนๆ และจะพอใจรับผลงานแห่ง  
ความทุกขนี้ต่อไปในชาติอนาคต ไม่รู้ว่าจิตจะสำนึกตัวได้ใน

เวลาไหน

ถึงอย่างไรก็ตาม ปัญญาที่เคยเป็นที่เลี้ยงของจิตก็ต้องพยายามเต็มที่ มีอุบายใดที่จะทำให้จิตเกิดความสำนึกตัว และรู้เห็นจริงตามเหตุที่เกิด ปัญญาก็ต้องหาจุดที่สำคัญที่เป็นเหตุให้ทุกข์เกิดมาเตือนจิตอยู่เสมอ ปัญญาต้องพรรณนาโทษภัยแห่งความทุกข์ให้จิตได้รู้เห็น พร้อมทั้งเหตุให้เกิดทุกข์คือความอยากมาวิจัยวิเคราะห์ให้จิตได้รู้เห็นโดยละเอียด เพื่อให้จิตได้ปล่อยวางภาระอันหนักที่จิตกำลังแบกหามอยู่นั้นให้เบาบางลง เมื่อจิตได้รับความเบาบางในการแบกหาม ก็จิตนั้นแลจะพยายามปล่อยวางในภาระต่างๆ นั้นไปเอง เมื่อจิตได้รับความสุขในการปล่อยวางมากขึ้นเท่าไร จิตก็จะเกิดความสำนึกตัวได้ว่าการแบกหามภาระแห่งความทุกข์นี้ไม่ใช่ทาง เมื่อจิตปล่อยวางได้แล้ว จิตย่อมมีความสุข เพราะธรรมชาติจิตเดิมย่อมต้องการในความสุขอยู่แล้ว เมื่อจิตได้รับความสุขแล้ว ความทุกข์ทั้งหมดที่เคยแบกเป็นภาระมา ก็จิตนั้นแลจะสละความทุกข์ทิ้งเสียเอง

แม้โรงงานที่เป็นบริษัทใหญ่คือตัวสมุทัยที่มาตั้งไว้ที่จิต ก็จักปิดโรงงานบริษัทสมุทัยจำกัดทั้งทันที และไม่รับโรงงานนี้เข้ามาตั้งอยู่ที่จิตอีกตลอดไป และจิตย่อมปฏิเสธยื่นคำขาดทันที

และจิตก็จะรู้เห็นอย่างชัดเจนว่าโรงงานนี้เป็นโรงงานผลิตทุกข์ และเป็นโรงงานประจำโลก แม้วัตถุดิบก็เอามาจากโลก มีรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ เมื่อผลิตออกมาแล้วผลจึงเกิดขึ้น เรียกว่าธรรมารมณฺ์ ธรรมารมณฺ์ขนานเดี๋ยวนี้มีฤทธิ์ครอบจักรวาล จะนำไปใช้ในทางไหนย่อมได้ผลในทางนั้นอย่างเต็มที่ จะโน้มไปทางราคะ จะโน้มไปทางโลภะ จะโน้มไปทางโทสะ จะโน้มไปทางโมหะ หรือจะโน้มไปทางไหนก็ไม่เสียผล จะโน้มไปในกามวิตกคือตริกในกามอยู่บ่อยๆ ก็ธรรมารมณฺ์นี้ พยาบาทวิตก วิหิงสาวิตก นี้ก็เพราะธรรมารมณฺ์นี้เป็นเหตุ เรื่องกิเลสตัณหา อวิชาก็มาอาศัยธรรมารมณฺ์นี้ทั้งนั้น

# ธรรมารมณ์ย่อมให้ผลดราม จักรวาลโลก

ธรรมารมณ์ที่เป็นอดีตที่ผ่านมานานแล้วก็ตาม เมื่อจิตน้อมเข้ามาแล้วย่อมให้ผลในปัจจุบัน จะเกิดความทุกข์ภายในใจได้ หรือจิตน้อมไปในอนาคตก็ย่อมเกิดความยินดีในชาติภพในอนาคต อยู่ตลอดไป หรือน้อมธรรมารมณ์มาอยู่ในปัจจุบัน จิตก็ย่อมเกิดความยินดีพอใจในกามคุณ จิตย่อมเกิดอารมณ์แห่งความรัก ความใคร่ไปนานาประการ อารมณ์ที่ฝังจิตอยู่นี้เองจึงเรียกว่า เวทนา คือจิตเสวยอารมณ์แห่งความสุขและความทุกข์ ส่วนมาก จิตย่อมยึดเอาอารมณ์ที่เป็นสุขทางโลกที่เป็นสุขเวทนามาเป็นอารมณ์อยู่เสมอ แม้ความจำก็ชอบจำในอารมณ์แห่งความสุขในกามคุณที่จิตมีความพอใจ และชอบจำในอารมณ์ที่รักที่ใคร่

อยู่เสมอ แม้จะคิดปรุงก็ชอบคิดปรุงในอารมณ์ชอบใจเพื่อให้จิต  
ได้เกิดความกำเริบในกามคุณ โดยอาศัยสมมติในรูป เสียง ที่  
ชอบใจนั้นๆ มาเป็นเหตุ ถึงรูปนั้นได้ผ่านเป็นอดีตไปนานแล้ว  
จิตก็ย่อมสำนึกค้นคว้าเอารูปที่รักนั้นมาปรุงแต่ง นึกหาเอา  
สมมติเดิมที่ชอบใจนั้นมาเคล้าคลึงในรูปที่สมมตินั้น จนจิตเกิด  
ความยินดีพอใจและเกิดราคะความกำหนัดขึ้นที่จิต เรียกว่า  
เสพความสุขโดยการสมมติ แม้ในปัจจุบัน การปรุงแต่งใน  
กามคุณก็เป็นลักษณะนี้เหมือนกัน แม้วิญญูณคือความรู้ ก็  
รู้รู้ใคร่รู้กำหนดไปตามเหตุปัจจัยของจิต เมื่อกิเลสตัณหา  
ผลักดันจิตไปทางไหน วิญญูณที่เป็นอาการของจิตก็ย่อม  
ให้ความสนับสนุนเสริมในการทำงานของกิเลสตัณหาวิชา  
อย่างเต็มที่ ถึงวิญญูณยังไม่เป็นกิเลสตัณหาวิชาก็ตาม  
แต่ก็ให้ความสะดวกให้แสงสว่างในการทำงานของกิเลสตัณหา  
วิชาทุกวิถีทางนั่นเอง

# อย่าส่งวัตถุดิมนเข้าไม้ให้ สมุทฺชได้ทำงาน

ขันธห้าและอายตนะจึงเป็นทั้งเครื่องรับ เป็นทั้งเครื่องส่ง และเป็นทั้งอาศัยของกิเลสตัณหาได้เป็นอย่างดี กิเลสตัณหา น้อยใหญ่ที่มีกำลังก่อวนให้จิตเกิดความเศร้าหมองและเกิดความทุกข์ภายในจิต ก็เนื่องมาจากการไม่สำรวมตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ จึงปล่อยให้รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ เข้ามา ก่อวนให้จิตเกิดความเศร้าหมอง และเกิดความลืมนตัวได้ง่าย ทั้งจิตก็ยังไม่รู้โทษภัยในสิ่งเหล่านี้ จึงรับเอาโดยความโง่ของจิตเอง แต่เมื่อสิ่งเหล่านี้เกิดพิษร้ายขึ้นที่ใจ ก็ไม่มีสติปัญญาที่จะแก้ไข จึงเกิดความเดือดร้อนเป็นทุกข์ จนตื่นเอาตัวรอดไม่ได้ ฉะนั้น นักปฏิบัติจึงเป็นผู้มีปัญญาให้รอบคอบ รอบรู้ใน

สิ่งที่ควรหรือไม่ควร สิ่งที่ควรเลือกเฟ้นก็ต้องเลือก สิ่งใดพิจารณาแล้วเห็นว่าจะจะเป็นประโยชน์ในการปฏิบัติ ก็ควรรับมาเพื่อเป็นอุบายปัญญา สิ่งใดเห็นว่าจะจะเป็นโทษไม่มีประโยชน์โดยประการทั้งปวงก็ต้องปฏิเสธ รับผิดชอบต่อให้หมดไปสิ้นไป อย่าให้เข้ามาเกตุอกกลัวว่าสมุในจิตได้เลย นี่คือผู้มีความฉลาด สามารถจะยืนอยู่ด้วยธรรมอย่างมีเหตุมีผล เป็นผู้ que เลือกธรรมมาปฏิบัติเพื่อเป็นธรรม ดังคำว่า “ธรรมใดที่บุคคลเลือกเฟ้นแล้วและปฏิบัติให้เป็นไปตามธรรมนั้น ก็ธรรมนั้นและจะให้ผลแก่ผู้ปฏิบัติตลอดไปอย่างต่อเนื่อง และจะถึงที่สุดของธรรมนั้นอย่างฉับไว”

ตัวสมุทัยที่เป็นเหตุเป็นปัจจัยให้เกิดทุกข์นั้น ก็เพราะเราส่งเรื่องที่เป็นแนวทางของสมุทัย ผลที่ออกมาก็เป็นทุกข์อยู่ตลอดไป และสังขารก็ได้ทำงานคือความปรุงแต่งได้เต็มที่เมื่อมีสมมติมากเท่าไร สมุทัยคือตัณหา ก็เพิ่มทวีความอยากมากขึ้น และความอยากที่เกิดจากตัณหาอาศัยสังขาร สมมติเป็นเจ้าของคติแล้ว ย่อมทำให้เกิดจิตเกิดความเดือดร้อนเป็นทุกข์โดยถ่ายเดียว ดังคำว่า “ตณฺหา ย ตรติ โธมํ ความอยากไม่มีที่สิ้นสุด และแม่น้ำเสมอด้วยตัณหาไม่มี” ความอยากของตัณหา จึงเป็นของยึดยาว เมื่อจิตได้เข้าไปในวงล้อมของตัณหาแล้ว ก็ยาก



อย่าส่งวัตถุดิบเข้าไปให้สมุหทัยได้ทำงาน ๕๗

ที่จะรอดพ้นไปได้ เว้นเสียแต่ผู้ที่มีสติปัญญาดีเท่านั้น

# ผู้เห็นโทษภัย จึงจะหนีจาก โทษภัยไม่ได้

โทษภัยเป็นอุปสรรคแก่ชีวิตความเป็นอยู่ของเราทุกคน เมื่อเราไม่ต้องการทุกข์ เราก็อย่าสร้างเหตุแห่งความทุกข์ ถ้าเราสร้างเหตุแห่งความทุกข์ไว้แล้ว ผลคือความทุกข์ก็ย่อมเกิดขึ้นตามเหตุนั้นๆ ฉะนั้น นักปฏิบัติต้องมีปัญญาความรอบรู้ในสรรพสังขารที่เป็นสภาวะทุกข์และเหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ และข้อปฏิบัติที่เป็นไปในทางดับทุกข์ ให้มีปัญญารู้เห็นอย่างต่อเนื่องกันในระหว่างเหตุแห่งทุกข์และผลที่เป็นทุกข์อยู่เสมอ ถ้ามีปัญญารอบรู้อยู่อย่างนี้ จิตก็จะไม่มีความยินดีในทุกข์ และไม่ยินดีที่จะก่อเหตุแห่งทุกข์ให้แก่ตัวเอง มีแต่จะหาวิธีหนีจากทุกข์โดยง่ายเดียว

เหมือนกับเรามองเห็นรอยเสือ ความรู้สึกว่ากลัวเสือกก็  
เกิดขึ้นกับเราเอง เพราะรู้แล้วว่าเสือเป็นภัยแก่ชีวิต ถึงจะอยู่ก็มี  
ความระวัง ถึงเดินต่อไปก็มีความรอบคอบ เมื่อหากไปพบเสือ  
ตัวจริงแล้ว เราจะอยู่หรือเราจะหนีก็ไม่ต้องถามใครๆ ทั้งสิ้น  
รับรองว่าผู้เห็นเสือตัวจริงนั้นแหละจะตัดสินใจเอง ว่าทำอย่างไร  
จึงจะพ้นไปจากอันตรายได้ด้วยความปลอดภัย ผู้นั้นก็ตัดสินใจ  
ใจวิงหนีทันที ถึงจะมีขวากหนามต้นไม้เถาวัลย์มาขัดขวาง ก็ไม่  
ถือว่าเป็นอุปสรรค ข้อสำคัญคือวิงหนีไปให้ถึงสถานที่ปลอดภัยก็  
แล้วกันฉันใด ในขณะที่เรากำลังเดินอยู่ในท่ามกลางแห่งความทุกข์  
ถ้าเราไม่มีปัญญาเป็นเครื่องสอดส่อง เราก็จะมองไม่เห็นช่องทาง  
ที่จะหนีออกจากทุกข์ไปได้ ถึงจะมีความทุกข์อยู่ภายในจิตก็ไม่มี  
อุปบายปัญญาที่จะแก้ไข จึงยอมตายอยู่ในกองทุกข์แบบสิ้นท่า

ฉะนั้น เราอย่าเป็นผู้ประมาท อย่าวิสาสะกับตัณหาจน  
ลืมหิว และอย่ามัวสุขุมอยู่ในความอยาก ขึ้นชื่อว่ากิเลสตัณหาแล้ว  
ไม่ควรไว้ใจทั้งสิ้น ฉะนั้น จงเป็นผู้มีสติปัญญาคอยระวังอยู่เสมอ  
แม้การกระทำทางกาย และพูดด้วยวาจา หรือความนึกคิดทางใจ  
ก็ให้มีสติปัญญาพิจารณาให้รอบคอบ และมีสติปัญญาคอยยับยั้ง  
ถึงจะมีกิเลสตัณหามาผลักดันให้จิตเกิดความยินดีในกามคุณ

อยู่บ้าง ก็ต้องมีความอดทน มีปัญญารอบรู้ รู้รอบ และฝืนใจให้ออกห่างอย่างเต็มที่ แม้ชีวิตจะขาดใจไปในขณะนั้นก็พร้อมที่จะเสียสละและตั้งใจพิจารณาด้วยปัญญา หาอุบายวิธีที่ทำให้เห็นโทษภัย ให้เห็นในความเป็นทุกข์และความไม่เที่ยง และปฏิเสธความเป็นตัวตนอยู่ตลอดเวลาฉันนั้น

# กิเลสตัณหา รุก สติปัญญา ก็ต้องมุกเต็มที

กิเลสตัณหาไม่ถอยทัพ สติปัญญาก็ไม่ยอมถอนตัว  
จงทำความเข้าใจว่า กิเลสตัณหาหมาก่อวณจิตได้ เราก็ต้องใช้  
สติปัญญาเข้าล้างผลาญลบล้างอยู่ตลอดเวลา เหมือนกับเรา  
รู้ตัวว่า ขณะนี้กระแสน้ำกำลังพัดให้เราตกไปในที่ต่ำ เราก็ต้อง  
รู้ตัวว่าจะเป็นภัยแก่ชีวิต เราก็ต้องตัดสินใจใช้กำลังอย่างเต็ม  
ความสามารถ ผลักดันกระแสน้ำอย่างสุดเหวี่ยง เพื่อจะขึ้นฝั่งให้  
มีความปลอดภัย นี่ฉันทะ เมื่อมารู้ตัวว่าเรากำลังตกอยู่ในกระแส  
แล้ว เราจะยอมให้คลื่นกระแสพัดเราให้ตกไปที่ต่ำได้ เราต้อง  
ใช้กำลัง มีฉันทะ วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา ให้เต็มความสามารถ  
ทวนกระแสและตัดคลื่นกระแสให้ผ่านพ้นกระแสนี้ไปให้ได้

ถ้าจิตรู้เห็นโทษภัยในการลอยตามกระแสแล้ว ผู้นั้นก็ต้องตัดสินใจข้ามกระแสไปได้เองฉับนั้น ถ้าหากจะปล่อยให้ไปตามยถากรรม ปล่อยให้ไปตามความอยากแล้ว ความสิ้นสุดของความอยากไม่มีที่สิ้นสุด จึงเรียกว่าความอยากไม่พอแก่ต้นหาเวลาไม่พอแก่ความต้องการ

ฉะนั้น เราเป็นนักปฏิบัติ อย่าปล่อยให้กิเลสชักลากให้จิตตกไปในที่ต่ำ พยายามฝืนความอยากด้วยสติปัญญาอยู่เสมอ นักปฏิบัติที่แท้จริงแล้วต้องให้รู้จักกาลเวลาของตนว่า วันเดือนปีผ่านไป ชีวิตเราก็ย่อมผ่านไปด้วย ความดีที่เราจะพึงได้รับ กับความชั่วที่เรากระทำอยู่ในปัจจุบันนี้ ทางไหนจะมีกำลังมากกว่ากัน

ฉะนั้น นักปฏิบัติจึงมีความรอบคอบและรอบรู้ต่อเหตุการณ์ต่างๆ ภายในตัวเองอยู่เสมอ มิใช่จะปล่อยให้กิเลสค้นหาเข้าย่ำยีหัวใจให้ล้มละลายดังที่เคยเป็นมา เราต้องฝึกสติปัญญาไว้ให้พร้อม เพื่อจะเผชิญต่อกิเลสค้นหาให้ได้อยู่ตลอดเวลา และให้เข้าใจเสียว่า กิเลสค้นหาที่เข้ามาทำลายหัวใจเราในขณะนี้ เขามีกาลเวลาหรือไม่ ไม่มีกาลเวลาเลย ย่อมเกิดขึ้นที่ใจเราได้ทั้งเวลาเหลือตัวและไม่เหลือตัว ทำให้ใจเราเศร้าหมองขุ่นมัวทั้งที่รู้ๆ อยู่นั่นเอง ถ้าเป็นในลักษณะนี้ ทำไมเราจึงไม่มีสติ

ปัญญากำจัดปิดเป่า กำจัดให้หมดไปสิ้นไปเล่า หรือจะนั่งคายนอนคอยให้ปัญญาเกิดขึ้นเอง ก็จะต่อสู้กับกิเลสตัณหาอย่างนั้นหรือ ถ้าอย่างนั้นก็จะเป็นผู้แพ้แก่กิเลสตัณหาตลอดไป ไม่มีชาติภพใดจะสิ้นสุดลงได้เลย

# ฝึกซ้อมให้ดล่องตัวก่อนแข่ง ชิงตำแหน่ง

การฝึกตัวคือผู้ตั้งความหวังแห่งชัยชนะ เช่น กีฬาทางโลกทุกประเภท เขาย่อมมีการฝึกซ้อมอยู่เสมอ และมั่นใจในตัวเองเต็มที่ และมีความตั้งใจจริงต่อหน้าที่ของตน และต้องรับผิดชอบในหน้าที่ของตนอย่างเต็มความสามารถ เช่น นักมวยจะชิงตำแหน่งได้แชมป์มาครอง เขาก็ต้องฝึกตัวทุกๆ ด้าน จนมีความชำนาญในทุกด้านและมีความฉลาดอยู่ในตัวอย่างพร้อมมูล มีทั้งขงมีทั้งหลบ และมองหาเป้าที่จะน็อกคู่ต่อสู้อยู่ตลอดเวลา เมื่อได้จังหวะก็ปล่อยหมัดทันที นี่ฉันใด นักปฏิบัติก็ต้องฝึกหัดสติปัญญาให้คล่องตัว จนจิตเกิดมีความฉลาดเหนืออำนาจของกิเลส ตัณหาในทุกๆ ด้าน และรู้เห็นเท่าทันในเหตุการณ์ของกิเลส



ค้นหาทุกวิถีทางฉันนั้น ว่ากิเลสตัณหาเกิดขึ้นจากเหตุอันนี้ และมีผลให้จิตได้รับเป็นอย่างนี้ ว่ามีโทษอย่างนี้ มีภัยอย่างนี้ และมีทุกข์ให้เราได้รับเป็นอย่างนี้

เราก็ต้องเป็นผู้มีสติปัญญาสอดส่อง มองหาหลักความจริง ในสังขารมาเป็นเครื่องตัดสิน และยืนยันในสภาวะธรรมที่เป็นจริง เพราะสภาวะธรรมที่เป็นจริงมีอยู่ในโลกนี้มาแต่กาลไหนๆ แต่กิเลสตัณหาชอบปกปิดความจริงเหล่านี้ไว้ไม่ให้จิตรู้ จึงหาวิธี บ่ายเบี่ยง พาให้จิตหลีกเลี่ยงอยู่เสมอมา นับแต่อดีตที่ผ่านมาจนถึง ปัจจุบัน ทั้งๆ ที่เรารู้ว่าสิ่งนี้เป็นโทษ สิ่งนี้เป็นทุกข์ แต่กิเลสก็ยัง มีเล่ห์เหลี่ยมชักจูงจิตให้ทำในสิ่งนั้นๆ ได้อย่างเปิดเผยบ้าง และ พาให้จิตทำในที่ลับบ้าง

ขึ้นชื่อว่ากิเลสตัณหาแล้ว ย่อมไม่มีความละอายต่อบาปกรรม ทำชั่วอะไรเลย จะว่าความฉลาดของกิเลสตัณหา ก็จะนับได้ว่าเป็น หนึ่งในสามภพก็ได้ เพราะจิตที่ตกค้างอยู่ในวัฏสงสารในปัจจุบันนี้ทั้งหมด ย่อมเสียใจให้กิเลสตัณหา เป็นจี้ชำระผลที่เป็นเศษเดน ของกิเลสตัณหาโดยไม่รู้ตัว (เว้นเสียแต่พระอริยเจ้าเท่านั้น) แต่บัดนี้เรารู้ตัวหรือยัง เราพร้อมหรือยัง หรือจะให้กิเลสตัณหา นี้อคให้นับพันนับหมื่นอยู่ในกลางเวทีโลกนี้อยู่อย่างนี้หรือ

## ๖๖ ข้ามกระแส

(ส่วนพระอริยเจ้าในครั้งแรก ท่านก็ถูกกิเลสนี้เข้ามาแล้วอย่าง โชกโชน แต่ต่อมาท่านรู้ตัว จึงให้สติปัญญา ศรัทธา ความเพียร พร้อมด้วยความไม่ประมาท ฟาดฟันจนกิเลสตัณหาน้อยใหญ่ สูญพันธุ์ไปได้อย่างง่ายดาย)

# วัตถุประสงค์หลายเพียงให้ ความสะอาดแก่ชีวิต ประจำวันเท่านั้น

สำหรับฆราวาส ถึงแม้ว่าจะมีวัตถุประสงค์ที่อำนวยความสะดวกสบายก็ตาม ถ้าเป็นนักปฏิบัติที่แท้จริงแล้ว จะไม่ติดไม่ข้องอยู่กับของสิ่งนี้เลย นี่คือนักปัญญา จิตมีความฉลาดรอบรู้ในวัตถุประสงค์ทั้งหลายว่า นี่เพียงเป็นวัตถุประสงค์เป็นปัจจัยที่อาศัยประจำวัน และมีปัญญาหยั่งรู้ว่าวัตถุประสงค์นั้นเป็นของประจำโลกมาแต่กาลไหนๆ ถึงจะถือเป็นกรรมสิทธิ์ได้ก็เพียงถือได้ตามกฎหมาย และถือได้เท่าที่เรามีชีวิตอยู่เท่านั้น แต่เมื่อจิตออกจากธาตุขันธ์ไปแล้ว วัตถุประสงค์เหล่านั้นก็หมดความหมายในตัวเราทันที ผู้ที่ยังมีชีวิตอยู่ก็ยึดครองถือเป็น

กรรมสิทธิ์ในวัตถุาตุนั้นต่อไป ถึงจะยึดครองวัตถุาตุนั้นต่อไป  
ไม่กี่เดือนก็ปีก็จะตายจากสมบัตินั้นไป ไม่มีการจบสิ้น แต่เมื่อยังมีชีวิตอยู่ ก็ยึดถือว่าสิ่งเหล่านั้นเป็นของของเราอย่างฝังใจ เมื่อตายไปก็ปล่อยทิ้งทั้งหมด ไม่มีใครจะเอาวัตถุาตุติดตัวไปได้เลย  
แม้แต่นิดเดียว คำพูดที่ว่า เป็นของเรา ก็กลายเป็นโมฆะไปทันที

เราเป็นนักปฏิบัติ ต้องมีสติปัญญาฝึกหัดให้จิตมีความรู้สึก  
ให้สำนึกอยู่ในใจอยู่บ่อยๆ ถึงจะมีวัตถุสมบัตินานหรือน้อย  
ก็ต้องสำนึกให้จิตเกิดความรู้สึกตามปัญญาอยู่เสมอ **นี่คืออุบาย**  
การวางพื้นฐานในเบื้องต้น เมื่อจิตรู้เห็นจริงว่าวัตถุาตุและ  
ทรัพย์สินสมบัติทั้งหลายเป็นเพียงปัจจัยอาศัยประจำวันอย่าง  
มั่นใจแล้ว การยึดถือภายในจิตที่มีในวัตถุสมบัตินั้นก็จะเริ่มถอนตัว  
ไม่ยึดมั่นถือมั่นดังที่เคยเป็นมา ความโลภความเข้าใจผิดภายใน  
จิตก็จะค่อยหมดไป นี่เป็นอุบายละความโลภภายในจิต ต้องละ  
ด้วยวิธีนี้ ต้องมีสติปัญญาสอนจิตให้รู้เห็นความจริง เมื่อจิตรู้เห็น  
ความจริงแล้ว ก็จิตนั้นแหละจะเป็นผู้ละความโลภเสียเอง เมื่อ  
นักภาวนาพิจารณาด้วยปัญญาอยู่บ่อยๆ จิตก็จะค่อยๆ ถอนตัว  
ของความอยากคือตัณหาออกไปได้ เมื่อจิตมีความอยากน้อย  
ความโลภก็อ่อนกำลังลงพร้อมกัน เพราะความโลภเป็นผลต่อ

เนื่องมาจากตัณหา ฉะนั้น จึงพยายามตัดต้นไฟแต่ต้นมือ และ  
ดับไฟพร้อมทั้งเชื้อของไฟให้ถูกกับจุด จึงเรียกว่าเป็นนักปฏิบัติที่  
ฉลาด จึงจะตัดกระแสของกิเลสตัณหาให้ขาดออกไปจากจิตได้

# ไฟเกิดขึ้นในทันทีที่ต้องดับไฟ ในทันที

คำว่าไฟนั้นหมายเอาเฉพาะไฟภายใน ที่พระพุทธเจ้าได้เปรียบเทียบไว้มีอุปมาหลายประเภท เช่น ราคัคคิ ไฟคือราคะ โทสัคคิ ไฟคือโทสะ โมหัคคิ ไฟคือความหลง ไฟภายในแต่ละประเภทก็ย่อมมีน้ำภายในเพื่อเป็นเครื่องดับอย่างพร้อมมูล น้ำที่จะเอามาดับไฟนั้น นักปฏิบัติก็ต้องแสวงหาเองหรือว่าสร้างขึ้นเอง และให้เป็นน้ำของตัวเองโดยเฉพาะ มิใช่จะไปขอจากคนนั้น ยืมจากคนนี้ เหมือนกับน้ำภายนอก เหมือนไฟคือราคะ ไฟคือโทสะ ไฟคือโมหะ เราก็ไม่ได้ไปขอไปยืมใครๆ มาทั้งสิ้น จึงเหมือนกันกับเหล็ก และสนิมของเหล็กที่เกิดขึ้นในตัวเหล็กเอง สนิมของเหล็กก็ย่อมกลบเนื้อเหล็กไปในตัว ดังคำว่า “สนิมกลมกลืน

เหล็กได้ฉันทิด กิเลส ตัณหา ราคะ โทสะ โมหะ อวิชชา ก็กลมกลืน  
จิตไว้ฉันทันนั้น”

ฉะนั้น ไฟภายในย่อมมีอยู่เฉพาะจิตของใครของเรา  
จะชะล้างให้กันไม่ได้ นักปฏิบัติต้องพึ่งตัวเอง ดังคำว่า “ตนแล  
เป็นที่พึ่งของตน คนอื่นจะมาชำระชะล้างกิเลสตัณหาอวิชชา  
ให้หมดไปจากจิตเราไม่ได้” จึงเป็นลักษณะว่าตัวใครตัวเรา ดัง  
พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า “เราตถาคตเพียงเป็นผู้บอกให้เท่านั้น  
ที่ท่านทั้งหลายนั้นแล จะเป็นผู้ประพฤติปฏิบัติกำจัดทุกข์และ  
เหตุให้เกิดทุกข์ให้หมดสิ้นไปเอง”

อุบายแนวทางปฏิบัติพระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้แล้วอย่าง  
สมบูรณ์ แต่เราจะนำมาใช้ให้ถูกกับจุดให้ถูกต้องตามความเป็นจริง  
ได้หรือไม่ เหมือนกับเราเป็นไข้ เราจะจัดยาประเภทไหนมารักษา  
คนไข้ก็ต้องรู้จักโรคของตัวเองว่าเป็นโรคอะไร ควรจะใช้ยาขนาน  
ไหนประเภทใดมารักษา ถ้าเป็นโรคอีกอย่างหนึ่งแล้วไปใช้ยาอีก  
ประเภทหนึ่ง โรคก็จะไม่หายจากตัวเราไปได้เลย นี้ฉันทิด นักปฏิบัติ  
ต้องเป็นผู้เชี่ยวชาญ เป็นนักสังเกตภายในจิตตัวเองให้รอบคอบ  
และรอบรู้ศัตรูของจิตอยู่เสมอ เพื่อเราจะได้หาอุบายทำลาย  
ศัตรูด้วยปัญญาให้ถูกกับจุดนั้นๆ อย่าผิดจุดฉันทันนั้น เพราะอุบาย

เครื่องทำลายกิเลสต้นหาที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้มีจำนวนมาก แต่ละอูบายก็เป็นเครื่องทำลายกิเลสทั้งสิ้น แต่เราจะมีสติปัญญา และความฉลาดจัดสรรเอาอูบายนั้นๆ มาทำลายกิเลสให้ถูกกับ จุดหรือไม่ เพราะความหลบตัวของกิเลสมีความฉับไว ไหวตัวได้ อย่างรวดเร็ว



# อย่าตกหลุมพรางของ กิเลสตัณหา

คำว่าหลุมพรางนั้น คือความหลอกลวงของกิเลสที่ใช้  
นโยบายลอกจิต ทำให้จิตหลงเชื่อตามมารยาสาโดยอับแบบยล  
เพราะกิเลสลอกจิตด้วยอุบายต่างๆ นี้เอง จิตจึงหลงเชื่อ อุบาย  
ที่เอามาหลอกจิตนั้น กิเลสจึงได้เลือกคัดจัดสรรหาเอาสิ่งที่จิต  
ชอบใจมาเป็นชนวน เพื่อให้จิตได้ไปตามแผนที่กิเลสค้นหาได้  
วางไว้ อาศัยสมมติและสังขารเป็นเครื่องมือ สังขารภายในคือ  
จิตสังขาร สังขารภายนอกคือรูปสังขาร สังขารภายในก็ต้อง  
อาศัยสมมติภายนอกมาประสานกัน ขยายมโนภาพไปตาม  
สมมตินั้นๆ ออกไปให้วิจิตรพิสดาร ให้เกิดเป็นวิมานในอากาศ  
วาดมโนภาพเหมือนกับความฝัน เหมือนกับว่าจะเป็นความจริง

จนจิตเกิดความหลงไหลใฝ่ฝัน

เช่น ลากคือความร่ำรวย ก็ยังเข้าใจว่าจะถูกหวยแต่ละงวด  
ครั้งละหลายล้าน จึงได้ทุ่มเทซื่อกัน คิดว่าจะได้ตามความปรุ้งแต่ง  
ของกิเลส แม้ฝันเล็กฝันน้อยก็ตีเป็นเลขเป็นหวยไป หรือได้ยิน  
ข่าวว่าอาจารย์ตั้งอยู่ที่ไหน จะอยู่ไกลไปลำบากสักเท่าไรไม่สำคัญ  
ต้องตามให้ถึงที่ นี่คือกิเลสหลอกจิต มีหน้าซำ้พระเกิดความรำคาญ  
ก็บอกส่งเดชไป กิเลสเข้าใจว่าจริงก็ทุ่มเทเต็มที่ นี่ก็คือหลุมพราง  
ของกิเลสตัณหา เช่น ยศ สรรเสริญ และความสุขในโลกีย์ที่มีใน  
กามคุณ คือ รูป เสียง กลิ่น รส การสัมผัส ก็เข้าใจว่าจะมีความสุข  
แต่อย่างเดียว จิตจึงจมดิ่งปักลงไปจนถอนตัวไม่ขึ้น และไม่มี  
สติปัญญาพิจารณาตุ้มกลับบ้างเลย **จิตจึงไม่รู้ไม่เข้าใจว่าความสุข  
ในกามคุณนี้เป็นเหตุแห่งความทุกข์** จิตจึงได้ตกหลุมพรางของ  
กิเลสตัณหาตลอดมาจนถึงปัจจุบัน

ถ้านักภาวนาจะปล่อยจิตให้หลงระเรีงในกามคุณตั้ง  
ความเป็นอยู่ในขณะนี้ จิตก็จะถูกกิเลสตัณหาหลอกให้  
ตกหลุมพรางต่อไปในอนาคต จะเกิดอีกในโลกนี้ที่ชาติภพก็  
จะตกหลุมพรางของกิเลสอยู่ตลอดไปไม่มีที่สิ้นสุด นี่ก็เพราะ  
จิตขาดความรอบคอบ จิตไม่มีปัญญา จิตไม่มีความฉลาด จึงได้

พลาดทำให้กิเลสตัณหาอย่างไม่มีประตูที่จะแก้ไข ทั้งจำเป็นและ ทั้งจำใจอดทนต่อความทุกข์อย่างหลีกเลี่ยงไม่พ้น นี่ก็คือผลแห่ง ความสุขของกามคุณที่จิตมีความเข้าใจว่าเป็นความสุข ดังคำว่า “ถ้าต้องการในความสุข จะพบทุกข์ที่ตอนปลาย ถ้าจิตชอบ ความสบายจะพบร้ายตอนปลายมือ”

# พาลภายนอก พาลภายใน

พาลภายนอกนั้นเป็นของหยาบ ย่อมรู้จักได้ง่ายเพราะการแสดงออกมาทางกายและวาจา ย่อมบ่งชัดและบอกในตัวเขาแล้วว่าเป็นคนพาลสันดานชั่ว ถ้าหากเราไปมีว่สมกับคนประเภทนี้บ่อยๆ ก็จะพลอยให้เราเปลี่ยนนิสัยไปได้ และเสื่อมเสียในตัวเองและวงศ์ตระกูล ขาดความเคารพเชื่อถือของคนทั่วไป ฉะนั้น จึงให้หลีกเลี่ยงจากคนประเภทนี้ ดังคำว่า “ห่างรถ ช้าง ม้า พอประมาณ ห่างจากคนพาลเหลือที่จะคนนา” นี้เพียงพาลภายนอกก็ย่อมทำให้เราเกิดความเห็นผิดคิดทำชั่วไปได้

ส่วนพาลภายใน คือ กิเลสตัณหา มานะทิฏฐิ อวิชชา นี้ถือว่าเป็นจอมพาลเป็นอันดับโลก สามารถที่จะเข้าประกบจิตของมวลมนุษย์และสัตว์ดิรัจฉานทุกประเภทเข้ามาเป็นสมาชิก

เป็นบริวาร และเป็นทาสที่คอยรับทุกข์โดยไม่รู้ตัว ถึงจะได้รับทุกข์ทั้งวันคืนก็ไม่ตื่นตัวว่าทุกข์นี้เกิดขึ้นด้วยเหตุอันใด สิ่งใดเป็นปัจจัยพาให้เกิดทุกข์นี้มีเคล็ดลับอยู่นิดเดียว

เหมือนกับขงตาที่อยู่ใกล้ตา ตาก็ไม่มองเห็นขงตาได้ นี่ปัจจัยที่ทำให้จิตได้รับทุกข์อยู่ในปัจจุบันนี้ มีปัจจัยมาจากความอยากเป็นเหตุสำคัญ ถ้าความอยากได้ตั้งหลักไว้แล้ว อุปาทานการยึดถือก็เข้าประกบจิตไว้อีกชั้นหนึ่ง จิตจึงเข้าใจผิดว่าความรัก ความใคร่ ความยินดีพอใจในกามคุณเป็นความสุข จิตจึงหลงเล่ห์กล จึงได้พลอยตามว่าเป็นของดี ในที่สุดจิตก็ได้รับผลคือความทุกข์ ความเดือนร้อน ดิ้นรน ร้องไห้ ฆ่ากัน ตีกัน ร้อนระอุอยู่ในโลกนี้ ก็สาเหตุมาจากพาลภายในคือความอยากในกามคุณนั่นเอง

เรื่องกามคุณ คือรูป เสียง กลิ่น รส การสัมผัส นี่ย่อมมีอยู่ประจำโลกมาแต่กาลไหนๆ ฉะนั้น พาลภายในคือกิเลสตัณหา จึงมาอาศัยกามคุณนี้เป็นอุปกรณ์ในการปรุงแต่ง และสมมติในกามคุณให้ผิดไปจากความเป็นจริง มีการเสริมแต่งสมมติในกามคุณเพื่อลวงจิตให้มีความเข้าใจผิดอยู่ตลอดเวลา จิตที่ไม่มีปัญญา ไม่มีความฉลาด ก็ย่อมหลงตาม เพราะความไม่รู้ตาม

หลักความจริง ฉะนั้น นักภวณาปฏิบัติควรจะสำนึกตัวว่า เราได้ถูกพาลภายในคือกิเลสตัณหาชักลากเราไปในธรรมฝ่ายต่ำ ทำให้จิตได้รับความทุกข์ จะหาความสุขที่แท้จริงไม่พบตลอดไป ถ้าจิตมีความสำนึกได้เช่นนี้ ต้องตัดความสัมพันธ์กับพาลภายในนี้เสีย

# จงสร้างมณฑลจิตภายในให้ เกิดขึ้นที่จิต

จิตไม่มีบัณฑิตที่จะอบรมสั่งสอนในทางที่ถูกต้อง จึงไม่รู้ใน  
สัจธรรมที่เป็นจริง ถึงจะมีความรู้จดจำตามสัญญามาก็ยังไม่เชื่อว่า  
เป็นบัณฑิตภายในได้ แต่ก็ต้องอาศัยสัญญาความจำมานี้เองเป็นเหตุ  
เช่น จำความทุกข์ จำความไม่เที่ยง และจำในสภาพในสิ่งที่ไม่ม  
อะไรเป็นของของตน มาคิดค้นแยกแยะด้วยการพิจารณาว่า  
สภาวะทั้งหมดนี้มีสภาพเป็นความจริงอย่างไร เราเป็นนักปฏิบัติ  
ถ้ามีปัญหาฝึกหัดจิตได้แล้วก็เป็นจิตที่มีคุณค่า เป็นจิตที่มั่นคง  
หนักแน่น เป็นจิตที่มีเหตุมีผล มีความฉลาด เป็นจิตที่ควรแก่ธรรม  
คือ มรรค ผล นิพพาน

ฉะนั้น การใช้ปัญญาฝึกจิต ก็เพื่อให้จิตมีความรอบรู้ใน

สรรพสิ่งทั้งหลายตามสภาพความเป็นจริงในสังขารมุนั้นๆ เช่น วิชาทางโลก ถ้าผู้มีความรู้ในหลักการและวิธีการได้ดีแล้ว จะทำงานประเภทใด งานนั้นย่อมสำเร็จจุล่งไปด้วยดี และมีคุณภาพที่แน่นอน จึงเป็นสถาปนิกและเป็นวิศวกรที่สมบูรณ์ เพราะเป็นผู้คำนวณตามหลักการและวิชาการได้อย่างถูกต้อง และรู้จักการแก้ไขในสิ่งที่ผิดให้เป็นสิ่งที่ถูกต้องได้อย่างฉับไว นี้ฉันใด จิตเมื่อมีปัญหา ย่อมเข้าใจในการแก้ปัญหาภายในจิตได้ ฉะนั้น เพราะปัญหาของจิตย่อมมีสิ่งสลับซับซ้อนกันอยู่มาก จึงยากสำหรับผู้ไม่มีสติปัญญารู้เห็นได้ แต่ก็ไม่เป็นของเหลือวิสัย สำหรับผู้มีสติปัญญาที่ดี จึงมีความรู้เห็นที่ถูกต้องตามความเป็นจริง รู้เห็นการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไปในสังขารอย่างถูกต้อง จึงเป็นสัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปป คือความเห็นชอบ การดำริใคร่ครวญ ด้วยปัญญาก็เป็นธรรม ถึงจะคิดคาดหมายไปในสังขารมุนั้นๆ ก็เป็นธรรม นี้ก็เพราะจิตเป็นธรรมนั่นเอง

ฉะนั้น นักปฏิบัติจงสร้างบัณฑิตภายในคือสติปัญญาให้เกิดขึ้นภายในจิต เพื่อจะได้แก้ปัญหาภายในจิตเอง เมื่อจิตมีความเห็นผิดก็จะรู้เท่าทันและแก้ไขปัญหานั้นๆ ให้หมดไปโดยเร็ว ไม่ยอมให้ปัญหาต่างๆ มาหมักดอง ให้จิตได้เกิดความเศร้าหมอง



ชุ่มมัว และทำให้เกิดเป็นพิษภายในจิตได้ ไม่ปล่อยให้ข้ามวัน  
ข้ามคืน ให้ปัญหาของกิเลสทั้งหลายมารวมตัวกันได้

# ๓๑ คำลงท้ายข้ออยู่เสมอ

คำว่าข้อศึกษานั้นหมายถึงข้อศึกษาในคือกิเลสตัณหา เหมือนกับว่าในขณะที่จิตเราย่อมตกอยู่ในวงล้อมของข้อศึกษา รอบด้าน กิเลสตัณหาน้อยใหญ่ย่อมแผ่อำนาจปกคลุมจิตอยู่ตลอดเวลา ถึงว่ากิเลสตัณหาได้ปกครองจิตมาแล้วหลายภพหลายชาติ นับกับนับกาลป์ไม่ได้ก็ตาม แต่บัดนี้เราจะไม่ยอมอยู่ในอำนาจของกิเลสตัณหาตัวใดทั้งสิ้น นักปฏิบัติต้องเป็นผู้เตรียมพร้อมอยู่เสมอ และมีทางเดียวเท่านั้นที่จะเอาชนะต่อข้อศึกษาได้ นั่นคือมรรค ๘ มีสัมมาทิฏฐิ สัมมาสังกัปปो นี้เป็นแม่ทัพอย่างสำคัญ ส่วนมรรคข้ออื่น เช่น สัมมาวาจา สัมมากัมมันโต สัมมาอาชีโว สัมมาวายาโม สัมมาสติ สัมมาสมาธิ กำลังของมรรคทั้งหมดนี้ย่อมมารวมเป็นกำลังอยู่ในสัมมาทิฏฐิทั้งหมด เรียกว่า

ปัญญาที่เห็นชอบ ถ้ามีปัญญาเห็นชอบอย่างเดียวกัน  
 ความเห็นชอบในมรรคข้ออื่นก็เป็นของที่ชอบธรรมไปทั้งหมด  
 จะดำริพิจารณาในสังขธรรมใดๆ ก็ชอบด้วยกันทั้งนั้น การใช้วาจา  
 ก็ชอบธรรม การงานที่จะต้องทำก็ให้เป็นงานที่ชอบธรรม สิ่ง  
 จะนำมาเลี้ยงชีวิตประจำวันก็ให้เป็นของชอบธรรม เพียงเท่านั้น  
 ก็สามารถตัดกำลังของข้าศึกส่วนย่อยๆ หยาบๆ ไปได้ ถ้าจะเพิ่ม  
 กำลังความเพียร กำลังของสติ กำลังของสมาธิ เสริมเข้าไป ก็ยิ่ง  
 ทำให้กิเลสตัณหาที่มีกำลังน้อยลง นี้ก็เพราะมีปัญญาความเห็นชอบ  
 ในเบื้องต้นเป็นแม่ทัพที่สำคัญ คือฉลาดในการวางแผนงานทุก  
 ประเภท

แม้ศีลก็ต้องมีปัญญาเป็นเครื่องรักษา คือฉลาดในการพูด  
 ฉลาดในการทำ ศีลนั้นจึงจะสมบูรณ์ได้ ถ้าไม่มีปัญญาคือความฉลาด  
 ศีลก็ต้องอยู่ไม่ได้ แม้การทำสมาธิก็เช่นกัน ถ้าขาดปัญญาคือ  
 ความฉลาด คือความเห็นที่ชอบธรรมแล้ว การทำสมาธิย่อมผิดพลาด  
 ได้ง่าย จะกลายเป็นโมหสมาธิ หรือเป็นมิฉฉาสมาธิไปโดยไม่รู้ตัว  
 เพราะการทำสมาธิ ถ้าไม่มีปัญญาเป็นพี่เลี้ยงแล้ว ย่อมทำให้จิต  
 มีความเห็นผิดได้ง่าย และจะให้เป็นไปในองค์มรรคไม่ถูกต้องเลย  
 ดังได้ยินข่าวอยู่บ่อยๆ ว่านักภavanaเป็นบ้า นั่นก็คือการทำสมาธิ

ไม่ถูกหลัก ไม่มีปัญญาความฉลาดเป็นเครื่องหนุน จึงได้กลายเป็น  
โมหสมาธิ เป็นมิจฉาสมาธิ เป็นสัญญาวิปลาส เป็นวิปัสสนูปกิเลส  
โดยไม่รู้ตัว นี้ก็เพราะขาดปัญญาความรู้รอบ คือไม่ฉลาดในการทำ  
สมาธินั่นเอง

# จรรยาบรรณที่ตกต่าง ต่อขมขื่น

การพิจารณาด้วยปัญญา คือการคลี่คลายระบายนามณ์  
ของจิตที่มีความเห็นผิดจากการผลักดันของกิเลสตัณหา เป็น  
ความเห็นที่สวนทางกับองค์มรรคอยู่ตลอดเวลา เหมือนกับว่า  
กิเลสตัณหาวิชาล้างสมองของจิตได้แล้ว จึงเกิดความเคยชินใน  
ความเข้าใจเดิมว่า จิตต้องการในกามคุณนั้นถูกต้องแล้ว ถือว่าเป็น  
แนวทางที่ถูก ควรสะสมไว้ และแสวงหามาให้ถูกต้องตามความอยาก  
ฉะนั้น จิตเราจึงไม่มีอิสรภาพเสรี ไม่มีทางที่จะหลุดตัวและไม่มี  
ข้อต่อรอง เพราะกิเลสประกบตัวอยู่ตลอดเวลา กิเลสตัณหาพา  
ไปไหนก็พอใจยินดีที่จะไป จะเป็นช่องน้อย ช่องใหญ่ โรงคลับ  
โรงยา สุรานารี นอกบ้านหลังบ้าน ไม่สำคัญ ขอให้ชอบใจอย่างเดียว

ก็พอ ถึงผลจะเป็นทุกข์ขนาดไหนก็ยอมรับโดยไม่มีทางหลีกเลี่ยง เพราะไม่มีทางอื่นให้ได้เลือก จิตไม่มีวิชาอื่นมาเปรียบเทียบกับความเข้าใจในปัจจุบันนี้ผิดหรือถูก และไม่มีอุปบายใดที่จะนำมาแก้ไขตัวเองบ้างเลย เข้าใจว่าคนส่วนใหญ่เขาก็อยู่กันด้วยวิธีอย่างนี้ ทำกันอย่างนี้ ฉะนั้น จิตจึงไม่ยอมถอนตัว เพราะนิสัยของจิตเคยติดอยู่กับประเพณีของโลกนี้มานาน

บัดนี้เราเป็นนักปฏิบัติ จงมาเปลี่ยนทัศนคติให้จิตเสียใหม่ เพื่อให้จิตได้มีการตอรองว่าความเป็นอยู่ตามประเพณีของโลกเป็นอย่างไร การพิจารณาด้วยปัญญานี้ ให้อู้งงเห็นจริงในสภาวะความเป็นอยู่ของโลกว่า มีการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป เป็นไตรลักษณ์ คือความเป็นอยู่ด้วยการอดทน และแปรสภาพไปไม่คงที่ และไม่มีอะไรเป็นของของเรา ให้จิตได้มีการศึกษา ใช้ความคิด ใช้สติปัญญา พิจารณาสิ่งที่มีอยู่ประจำโลกให้จิตได้รู้เห็นเป็นสภาพความจริงอย่างนี้ๆ เมื่อจิตได้รู้เห็นตามความเป็นจริงของสังขารแล้ว ความเข้าใจผิดของจิตที่มีอยู่เดิมว่าความรักใคร่ในกามคุณที่เข้าใจว่าเป็นสุขนั้น ที่จริงยอมให้ผลเป็นทุกข์อยู่ตลอดเวลา และไม่มีสิ่งใดที่จะเป็นของเที่ยงแท้แน่นอน และไม่มีสิ่งใดเป็นเราและเป็นของของเรา

แม้แต่นิดเดียว เพราะทุกสิ่งเป็นเพียงอาศัยในช่วงขณะที่มี  
ชีวิตอยู่เท่านั้น เมื่อจิตรู้เห็นตามความจริงด้วยปัญญาอย่างนี้  
จิตก็จะเริ่มถอนตัวออกจากความยึดถือในสิ่งนั้นๆ ทันที ถึงจิต  
จะมีอารมณ์ที่ตกค้างอยู่ในกามคุณประเภทใด ความฉลาดของจิต  
ความเฉียบแหลมของปัญญาก็จะชำระให้หมดไปสิ้นไป จนกว่า  
อารมณ์ที่ตกค้างทั้งหลายจะหมดไปอย่างสิ้นเชิง

# มีสาเหตุการเกิดอารมณ์ เป็นเพียงผลจากเหตุเท่านั้น

ต้นเหตุที่จะให้เกิดอารมณ์นั้นเป็นฐานที่สำคัญ ถ้าหากฐานของอารมณ์นี้มีอยู่ตราบใด การเกิดดับของอารมณ์ก็มีอยู่ตราบนั้น และไม่มีที่สิ้นสุดลงได้ เหมือนกับการตุลันในมหาสมุทรทะเลหลวง เมื่อคลื่นนี้ตีขึ้นฝั่งแล้วหายไป แล้วคลื่นใหม่ก็เกิดขึ้นมาแทน จะเป็นคลื่นใหญ่คลื่นเล็กนั้นมันขึ้นอยู่กับเหตุคือลม ถ้าลมแรงคลื่นก็มาแรง ถ้าลมน้อยคลื่นก็น้อย นี่ฉันทิ อารมณ์ที่เกิดดับก็ต้องมีเหตุเป็นแดนเกิด เป็นปัจจัยต่อเชื่อมกันอยู่เสมอ ฉะนั้น จึงเรียกว่าสันตติ คือความต่อเนื่องกันในระหว่างเหตุกับผล

ฉะนั้น นักปฏิบัติผู้ที่มีความตั้งใจจริง ต้องรู้จักอารมณ์และเหตุที่ทำให้เกิดอารมณ์ เพราะเหตุที่ทำให้เกิดอารมณ์นั้น



มีมาก นี้ก็เพราะตา หู จมูก ลิ้น กาย ไปสัมผัสในสิ่งต่างๆ ทั่วไป จึงได้เกิดพลังเสริมให้อารมณ์เก่าที่มีอยู่ภายในจิต ที่เรียกว่า ธรรมารมณ์ ได้พุ่งออกไปสู่ภายนอกได้เต็มที่ นี้ก็เพราะเหตุภายในคือธรรมารมณ์ที่หมักหมมฝังอยู่ที่จิตมาแล้วไม่รู้วาก็ชาติ กี่ภพ จึงเป็นอุปนิสัย เป็นเหตุเป็นปัจจัยภายใน เหตุปัจจัยภายใน ส่วนนี้รู้ได้ยาก เพราะอยู่ในส่วนลึกและละเอียดอ่อนมาก ถ้าหาก สติปัญญาไม่มีความละเอียดเฉียบแหลมจริงๆ แล้ว จะไม่สามารถ ที่จะรู้ได้เลย

จึงเหมือนกับปลาที่อยู่ในทะเลลึก ถ้าไม่มีเครื่องมือที่จับปลาก็ยากที่จะจับตัวปลาได้ ถึงจะเห็นปลาโผล่หัวขึ้นบางครั้งคราว ก็ไม่ทราบว่าจะปลาอะไร นี่ฉันใด เพียงมีสติระลึกรู้การเกิดดับของ อารมณ์เพียงเท่านี้ จึงเป็นวิธีเพียงการทำในสมาธิเท่านั้น จะจับ เหตุภายในนั้นไม่ได้เลยฉันนั้น

ฉะนั้น สติปัญญาจึงเป็นข่ายอวนที่จะจับเหตุภายในได้ และทำลายเหตุภายในให้หมดไปจากจิต โดยการพิจารณาด้วย ปัญญาให้จิตรู้เหตุของอารมณ์ ฉะนั้น การมีเพียงสติกำหนดรู้ การเกิดดับของอารมณ์ หรือกำหนดสติรู้การเกิดดับของรูปนาม ก็ดี นี่เป็นเพียงรู้ปลายเหตุที่เป็นผลของเหตุเท่านั้น การละถอน

ปล่อยวางภายในจิตก็เป็นลักษณะเห็นการเกิดดับอย่างนี้  
ตลอดไป โดยจะให้จิตปล่อยวางเป็นสมุจเฉทนั้นยังไม่ได้ เพียง  
บรรเทาความทุกข์ความเดือนร้อนภายในจิตชั่วขณะเท่านั้น  
เมื่อผัสสตีเมื่อไร อารมณ์แห่งความรัก ความชอบ ความยินดี  
ที่มีอยู่ในกามคุณก็เกิดขึ้นที่จิตอยู่เสมอไป

# มโนสมาตองฝึกจิตให้ตั้งมั่น อยู่เสมอ

นักปฏิบัติต้องมีสติปัญญาฝึกจิตอยู่เสมอ เพราะจิตย่อมมี  
ธรรมารมณ์ที่ละเอียดที่ฝังอยู่ในส่วนลึกของจิตมานาน การทำงาน  
ของกิเลสย่อมมีธรรมารมณ์ที่มีอยู่เดิมนี่เป็นเหตุ ที่จะดึงดูด  
ธรรมารมณ์ใหม่ให้เข้ามาเพิ่มเติม เช่น ตา หู จมูก ลิ้น กาย และ  
ใจ ย่อมไปสัมผัสกับรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ จึงเกิดเป็น  
ธรรมารมณ์ขึ้นที่จิต เกิดความรู้สึกขึ้นเฉพาะจิตโดยตรง การสัมผัส  
มาในลักษณะใด อารมณ์ภายในจิตก็เป็นไปในลักษณะนั้น  
อิฏฐารมณ์ อนิฏฐารมณ์ คือความสุข ความทุกข์ ที่มีอยู่ภายในจิต  
ก็เป็นผลเนื่องมาจากการสัมผัสของอายตนะนี้เอง

ฉะนั้น นักปฏิบัติต้องมีสติปัญญาสังเกตดูภายในจิตและ

อารมณ์ของจิต เพื่อจะได้แก้ไขอารมณ์ที่เป็นพิษให้หมดไป  
สิ้นไปด้วยสติปัญญาความสามารถของเราเอง มิใช่มีเพียงสติ  
กำหนดรู้การเกิดดับของอารมณ์ที่เกิดดับตามรูปนามเท่านั้น  
เพราะอาการของจิตที่เกิดดับย่อมเป็นไปตามอารมณ์ ถ้าจิตมี  
ความยินดีพอใจในอารมณ์ประเภทใด ก็ยากให้อารมณ์ประเภทนั้น  
มีอยู่ที่จิตตลอดไป อนิจจัง ความเปลี่ยนแปลงไปในอารมณ์แต่ละ  
ประเภท หากอยู่คงที่ไม่ ย่อมมีการเกิดดับอยู่อย่างนี้ตลอดไป ถึงมี  
สติกำหนดรู้การเกิดดับของนามจิตก็สักว่ารู้เท่านั้น แต่การเกิดดับ  
ของนามจิต トラบไคที่ยังมีชีวิตอยู่ การเกิดดับของนามจิตก็ต้อง  
มีอยู่อย่างนี้ เพราะการเกิดดับของนามจิตไม่มีที่สิ้นสุด เพียงมี  
สติรู้การเกิดดับดังได้อธิบายมานี้ มิใช่เป็นการละถอนปล่อยวาง  
แก้กิเลสต้นหาอวิชชาให้หมดไปจากจิตได้เลย

เหมือนกับเงากับตัวบุคคล เมื่ออยู่ในที่ร่มก็เหมือนไม่มีเงา  
เมื่อออกไปอยู่กลางแจ้งแดด เงานั้นก็จะปรากฏทันที นี่ฉันใด  
เมื่อมีสติกำหนดรู้การเกิดดับของนามจิตอยู่ จิตก็ย่อมตั้งมั่นใน  
สมาธิเหมือนไม่มีกิเลสต้นหาอะไรเลย แต่เมื่อผลอสติไปใน  
ขณะใด เงาของกิเลสต้นหา ก็จะแผ่ขึ้นที่จิตทันทีฉันนั้น เพราะ  
การเกิดดับของนามจิตนี้ย่อมมีการเกิดดับมาแต่กาลไหนๆ แม้

ปัจจุบันนี้ก็มี การเกิดดับอยู่อย่างนี้ トラบใดที่ยังเวียนว่ายตายเกิด อยู่ในภพทั้งสาม การเกิดดับของนามจิตก็จะเป็นอยู่เหมือน ปัจจุบันนี้ ฉะนั้น นักปฏิบัติต้องฝึกจิตด้วยปัญญาเพื่อให้จิตได้ตื่นตัวอยู่เสมอ เพื่อให้จิตมีความรู้ความฉลาด แก่ไขสถานการณ์ คือกิเลสตัณหา อวิชชา ให้หมดสิ้นไปจากจิต เริ่มเสียแต่บัดนี้ เป็นต้นไป

# สตีมนวาท้องเตรียมพร้อม อยู่เสมอ

นักปฏิบัติที่แท้จริงต้องเป็นผู้ไม่ประมาทในตัวเอง เพราะความประมาทย่อมทำให้เราเสียเปรียบในทุกๆ ด้าน และไม่มีกาลเวลาด้วย เช่น กีเลศตัมหาที่ทำให้จิตได้หวนไหวไปตามความอยาก ความรัก ความใคร่ ไม่เคยให้สัญญาเราเลย ฉะนั้น จงมีสติปัญญาที่เตรียมพร้อม เพื่อจะได้แก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ทันทั่วทั้งที และกำจัดศัตรูเหตุร้ายที่เกิดขึ้นได้อย่างฉับไว เหมือนกับชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ ที่เราหวงแหน ตำรวจทหารที่รักษาการภายในและเป็นรั้วของชาติต้องเตรียมพร้อมอยู่เสมอ เมื่อข้าศึกรุกเพื่อยึดพื้นที่ ตำรวจทหารก็จะตอบโต้ได้อย่างทันกาล

นี่ฉันใด เราเป็นนักปฏิบัติต้องเตรียมพร้อมด้วยสติ ปัญญา ศรัทธา ความเพียร อยู่เสมอ และสังเกตเหตุการณ์ของกิเลส ตัณหาว่าจะเกิดขึ้นที่จิตโดยวิธีใด หรืออะไรเป็นเหตุเป็นปัจจัย สติปัญญาต้องรู้เท่าทันและกำจัดเหตุนั้นๆ ให้ทันควันฉันทันนั้น ไม่ว่ากิเลสตัณหาจะแสดงมาทำไหนในรูปใด สติปัญญาก็พร้อมที่จะเผชิญและแก้ไขปัญหาได้โดยเร็ว มิใช่จะปล่อยให้กิเลสตัณหา เล่นงานเราแต่ฝ่ายเดียวดังที่เคยเป็นมานี้ เราเป็นนักภาวนาปฏิบัติ เพื่อกำจัดอาสวะให้หมดไป ต้องเป็นผู้เข้มแข็งหนักแน่นใฝ่ใจ ให้สมกับคำว่า “เราเป็นนักปฏิบัติผู้กล้าหาญ พร้อมทั้งจะเสียสละชีวิตเพื่อธรรม”

อย่าเป็นนักปฏิบัติกาฝากที่ผิวเผิน เอาบุญบารมีมาเป็น เครื่องอ้างว่าเป็นผู้บุญน้อยวาสนาไม่พอแก่มรรคผล ถ้าเป็นไปในลักษณะนี้ การปฏิบัติธรรมต้องย่อหย่อนไม่จริงจัง ถ้าขาดความจริงใจไปเพียงอย่างเดียวเท่านั้น ข้อวัตรปฏิบัติอย่างอื่นก็หมดคุณค่า สติปัญญาก็จะหมดกำลังลงทันที ถึงจะมีการปฏิบัติอยู่บ้าง ก็เพียงเป็นกาฝากไม่จริงจัง จะนั่งสมาธิก็หลับๆ ตื่นๆ หรือนั่งเพียง เป็นพิธีเท่านั้น การพิจารณาด้วยปัญญาก็พิจารณาโดยขาดความตั้งใจ เหมือนกับนักชกที่ไม่เข้มแข็ง ไม่มีความสามารถ

ในตัวเองพอ ถึงจะขึ้นเวทีก็มีหน้าที่เป็นหม้อย่างเดียว นี่ฉันได้นักปฏิบัติที่ขาดความจริงใจ ไม่มีความสามารถ ขาดสติปัญญา ถึงจะมีการภาวนาอยู่บ้าง ทุกครั้งก็มีแต่ล้มละลายฉันนั้น นี่ก็คือขาดความตั้งใจเป็นเหตุ ผลที่ได้รับก็คือความแพ้ต่อกิเลสตัณหา จะหาความเข้มแข็งตั้งใจจริงไม่มี ดังพระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า “การเอาชนะตนได้เป็นยอดแห่งความชนะทั้งปวง” ฉะนั้น ขอ นักปฏิบัติทุกท่านจงสร้างสติ สร้างปัญญา เพื่อรับมือกับกิเลสตัณหาอย่างเด็ดเดี่ยวกล้าหาญ จึงจะนำชัยชนะมาสู่ตนเองได้



# ต้องตั้งใจต่อหน้าที่ ต้อง ซื่อสัตย์แก่ตัวเอง

ความตั้งใจ ความซื่อสัตย์ จะเป็นที่ยิ่งแก่ตัวเองได้ จะเป็นงานทางโลกหรือทางธรรม ย่อมนำมาแห่งความสำเร็จและเป็นประโยชน์แก่ตัวเอง ทั้งเป็นประโยชน์ส่วนรวมได้เป็นอย่างดี ดังคำว่า “ทำประโยชน์ตนและประโยชน์ท่านให้ถึงพร้อม ย่อมนำมาซึ่งความเจริญ” ถ้าทางโลกก็เป็นผู้จริงจังต่อหน้าที่ การงาน และรับผิดชอบในการงาน ตั้งใจทำเพื่อให้งานนั้นลุล่วงไปด้วยดี ผู้ใดซื่อสัตย์ในทางโลก ผู้นั้นย่อมรักษาผลประโยชน์ของชาติไว้ได้อย่างมั่นคง เป็นผู้ได้รับความเคารพเชื่อถือจากชุมชน และเป็นผู้ได้รับความไว้วางใจจากวงงานต่างๆ ทั่วไป งานของชาติก็จะลุล่วงไปอย่างเรียบร้อย เป็นธรรม และนำ

ความเจริญมาสู่ประเทศชาติบ้านเมือง เงินของชาติก็จะทำให้เกิดประโยชน์แก่ประชาชนอย่างทั่วถึง แผ่นดินธรรมแผ่นดินทอง จึงจะสมบูรณ์

ส่วนงานทางธรรมที่เป็นงานส่วนตัว ย่อมเป็นงานที่ละเอียดอ่อน และเป็นงานที่จะถนอมรักถนอมโคนของกิเลสตัณหา อวิชชา เป็นงานที่จะยกฐานะของตนให้พ้นไปจากห้วงของวิภวัญจะเป็นงานที่ทวนกระแสโลกและตัดกระแสของภพทั้งสาม จึงจะข้ามกระแสของโอหะ ของสังสารวัฏ จึงเป็น อนาลโย คือทอดอาลัยในภพทั้งสาม นี่ก็ต้องเป็นผู้จริงจังในข้อวัตรปฏิบัติโดยความตั้งใจ และเป็นผู้ซื่อตรง มีสัตยาธิษฐานประจำจิต ไม่เป็นผู้โกหกตัวเอง เป็นผู้ไม่เลือกกาลเวลาว่าเช้า สาย บ่าย เย็น ไม่ถือเอาอากาศร้อนหนาวมาเป็นเครื่องอ้างว่าเวลานั้นก่อน และเวลานี้ก่อน และถือว่าตัวเองยังเป็นหนุ่ม ชีวิตคงอยู่ได้ไปอีกนาน เมื่อถึงกาลเวลาแก่ตัวจึงจะเริ่มปฏิบัติ มันสายไปเสียแล้วจะนั่งสมาธิ เดินจงกรม แต่ละครึ่งก็โอดโอย ดังรู้เห็นกันอยู่ในปัจจุบัน เมื่ออายุชั้ยไม่ยืนนาน รีบตายไปเสียก่อน ก็จะหมดโอกาสทันที

นี่เราเป็นนักปฏิบัติต้องซื่อสัตย์ในตัวเอง และตั้งใจจริง

ไม่เห็นแก่โลกเกินไป งานของโลกก็ให้เป็นงานทางโลกไป ส่วนงานทางธรรมที่เป็นงานประจำตัวเราก็ไม่ลดละ พยายามหาเวลาที่ว่างให้เป็นประโยชน์ ดีกว่าจะไปเตร็ดเตร่เที่ยวเล่นโดยไม่มีประโยชน์อันใด วันล่วงไปๆ ก็จงทำให้ชีวิตเราเป็นประโยชน์ ความดีที่เราจะต้องสร้างให้เกิดขึ้นแก่ตัวเอง ด้วยวิธีการอย่างไร ก็เรานั้นแหละจะเป็นผู้ปฏิบัติเอง และให้มีความตั้งใจ คนอื่นใครเล่าจะทำให้เราได้

# โลกมนุษย์นี่แหละของเก่า จะเอาของใหม่มาจากไหน

ทุกวันนี้มีคนตื่นตามสมัยอยู่มาก เพราะมีความเข้าใจว่าเป็นของใหม่ มีสิ่งที่ทำให้คนติดใจมีความผูกพันในโลกนี้หลายประการ ทุกสิ่งที่มีความผูกพันย่อมเป็นวัตรุณิยามตามยุคตามสมัย คนเหล่านั้นก็เก็บเอาวัตรุณิยามที่มีอยู่ในโลกนี้มาประดิษฐ์ประดอยให้เป็นรูปแบบต่างๆ ตามสมัยนิยม รูปแบบในการสร้างไปในลักษณะต่างๆ นี้มีใช้มีแต่เพียงยุคนี้สมัยเดียว トラบใดที่มีมนุษย์สร้างโลก ความเจริญของโลกก็ย่อมมี ถ้าดูประวัติความเป็นมาในอดีตของโลก จะพบว่ามีความเจริญยิ่งกว่าในยุคปัจจุบันนี้อีกด้วยซ้ำไป จะรู้ได้ในประวัติเมื่อครั้งพระพุทธเจ้าและพระอรหันต์ทั้งหลายสร้างพระบารมี มีประวัติพุทธศาสนาในพระไตรปิฎกที่

พระพุทธเจ้าตรัสไว้ดีแล้ว ถ้ามีผู้รู้ประวัติในอดีตความเป็นมาในสมัยนั้นมาเทียบกับยุคปัจจุบัน ก็ารู้ทันทีว่าในโลกนี้มีทั้งเจริญขึ้นและเสื่อมลงตามกาลเวลา คำว่าความเจริญของโลกก็มนุษย์นี่เอง เป็นผู้สร้างขึ้น เมื่อถึงเวลาเสื่อมก็มนุษย์นี่เองทำให้เสื่อม

ฉะนั้น ความเจริญความเสื่อมก็มีอยู่ที่โลก โลกเก่านี้เอง ทราบใดที่มีมนุษย์อยู่ในโลกนี้ต่อไป ก็จะมีทั้งความเจริญขึ้นและเสื่อมลง เหมือนในอดีตที่ผ่านมาและในยุคปัจจุบันนี้ทั้งนั้น ในโลกนี้จึงไม่มีใครเป็นใหญ่ ไม่มีใครเป็นเจ้าของ สัตว์โลกทั้งหลาย มีสิทธิที่จะมาเกิดในโลกนี้ได้ด้วยกันทั้งนั้น แต่จะมากอบโกยเอา วัตถุของโลกนี้เป็นวิธีผูกขาดไม่ได้ เป็นแต่เพียงที่จะมาเกิด มาพักอาศัย และอยู่กินหลับนอนไปตามอายุขัยของตนเท่านั้น เมื่อถึงกาลเวลา คนที่มาสร้างโลกและเกาะโลกนี้อยู่ก็จะแตกสลายตายไปตามสังขารคืออนัตตา ธาตุชั้นนี้ก็ลงทับถมแผ่นดินของโลกนี้ไปตามหลักความจริง สิ่งที่ว่า เป็นเราและเป็นของของเรา มันมีอยู่ที่ไหน ใครทุกคนย่อมเป็นมาในลักษณะนี้มาแล้ว ในชาติปัจจุบันนี้ก็จะเป็นอย่างนี้ จะเกิดอีกในภพชาติอนาคตที่ไม่มีกำหนดนั้นก็จะเป็นไปในลักษณะเดิม เพราะโลกนี้เป็นอยู่อย่างนี้ ไม่มีการเปลี่ยนแปลงแก้ไข ใครมาเกิดในโลกนี้อีกย่อมได้รับผล

เป็นประเภทเดียวกันทั้งนั้น

นี่แล ท่านผู้มีสติปัญญาที่เฉียบแหลมคมคายและมีความฉลาดพอดัว ท่านจึงมองโลกให้รู้เห็นเรื่องของโลกในทุกๆ ด้านว่า ไม่มีอะไรเป็นสาระแก่นสาร เพียงมาเกิด มาอยู่กิน แล้วมาตาย ไม่มีวัตถุประสงค์อะไรที่จะเป็นสมบัติส่วนตัว ถึงจะมีความสนุกสนานเฮฮาร่าเริงในกามคุณว่ามีความสุข นั้นแลที่เป็นเหตุแห่งความทุกข์โดยตรง

# ธรรมทั้งหลายเป็นของเก่า

ดังเราทั้งหลายเคยรู้ในพระไตรปิฎกกว่า พระพุทธเจ้าเป็นผู้ค้นพบและรู้ธรรมก่อนใครๆ ทั้งสิ้น คำว่าค้นพบธรรมนี้เองจึงเป็นหลักฐานยืนยันที่แน่นอน ถ้าไม่มีสัจธรรมที่เป็นของเก่า พระพุทธเจ้าจะค้นหาพบได้อย่างไร นี่ก็เพราะสัจธรรมทั้งหลายมีอยู่แล้ว เป็นธรรมชาติที่มีมาพร้อมกันกับมนุษย์ หรือเป็นคู่กันมาพร้อมกันกับโลก แม้พุทธเจ้าทุกๆ พระองค์ที่ผ่านมาก็มาตรัสรู้อยู่ในโลกนี้ทุกๆ พระองค์ และธรรมที่ค้นพบก็มาค้นพบในโลกนี้ทั้งนั้น หรือพระพุทธเจ้าจะตรัสรู้ต่อไปในอนาคต ก็จะมาค้นพบธรรมอยู่ในโลกอีกเช่นกัน ฉะนั้น ธรรมจึงเป็นของเก่า แม้พระพุทธเจ้าทั้งหลายจะนำพระธรรมมาสั่งสอนพุทธบริษัท ทุกยุคทุกสมัยก็เป็นธรรมประเภทเดียวกันทั้งนั้น ดังทุกคนได้

อ่านในหนังสือพระไตรปิฎก ก็ารู้ทันทีว่าธรรมนั้นคืออะไรและอยู่ที่ไหน เช่น พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า ธาตุ ชันธ์ อายตนะภายใน ภายนอก หรือกามคุณ ความโลภ ความโกรธ ความหลง กามวิตก พยาบาทวิตก วิหิงสาวิตก และธรรมข้ออื่นๆ อีกรมีจำนวนมาก ดังเรารู้ยู่ว่ามี ๘๔,๐๐๐ พระธรรมชันธ์

ธรรมทั้งหมดนี้พระพุทเจ้าก็ค้นพบในตัวบุคคลและสัตว์โลกทั่วไป การเกิดแก่เจ็บตายของมนุษย์และสัตว์มีมาแต่เมื่อไร ธรรมทั้งหลายก็มีมาแต่เมื่อนั้น เช่น ความทุกข์ ความไม่เที่ยง และสภาพที่สูญไปจากบุคคลและสัตว์ เป็นสามัญลักษณะ ไม่มีใครได้เปรียบเสียเปรียบใคร นั่นคือสัจธรรม คือความจริง ก็มีอยู่ในหมู่มนุษย์และสัตว์นี้ทั้งนั้น ธรรมทั้งหมดนี้จึงเป็นสวากขาตธรรม เป็นธรรมที่พระพุทธเจ้าค้นพบและได้ตรัสไว้ดีแล้ว เป็นนियานิกธรรม เมื่อนำมาปฏิบัติแล้วย่อมทำให้จิตมีความบริสุทธิ์หรือให้ผลไปตามความสามารถในการปฏิบัติของตน

ธรรมที่จะนำมาปฏิบัตินั้นย่อมอยู่ในตัวของแต่ละบุคคล แต่ยังขาดสติปัญญาที่จะเปิดเผยธรรมออกมาให้จิตได้รู้เห็นเท่านั้น เพราะธรรมนี้เป็นของเก่า เป็นของกลาง และเป็นสัจธรรมที่เปิดเผยอยู่ตลอดเวลา เป็นสิ่งที่รู้เห็นได้สำหรับผู้มีสติปัญญา



**ที่ตี** ถ้าไม่มีปัญญา ไม่มีความฉลาดภายในจิต ธรรมนี้ก็จะถูก  
ปกปิดต่อไปตลอดกาล ฉะนั้น นักปฏิบัติจึงสร้างสติปัญญาให้  
เกิดขึ้นที่จิต ความบอด ความหลง ความไม่รู้เห็นในสังขารธรรม  
ความลึกลับสงสัยภายในจิตก็จะสลายไป ความเข้าใจก็จะถูกต้อง  
อย่างเป็นธรรม

# มอดอดอดฉลาด ช่อมพฉลาด ในหลักความจริง

ขึ้นชื่อว่าบอดแล้ว ไม่ว่าจะบอดนอก บอดใน ความเข้าใจของ  
คนบอดจะเขวไปในทางที่ผิดได้ง่าย ขึ้นชื่อว่าบอดแล้วเป็นของ  
ไม่สะดวกทั้งนั้น บอดภายนอกจะไปมาอยู่กินหลับนอนยอมไม่  
สะดวกในทุกวิถีทาง ส่วนบอดภายในก็ยิ่งห่างไกลจากธรรม  
นั่นคือจิตมืดบอด ไม่มีสติปัญญาในทางธรรมบ้างเลย ถ้าทางโลก  
เหมือนกับน้ำไหลไฟสว่าง ถ้าทางธรรมเหมือนบอดเข่าถ้าคลำหา  
ทางออกไม่พบ ทั้งมืดทั้งบอดจะรอดพ้นไปจากห้วงของวิภูฏะไป  
ได้อย่างไร เช่น โลกที่เรามาอาศัยอยู่ทุกวันนี้ เราเคยมาเกิดมาตาย  
หลายภพหลายชาติ จนนับกับนับกลับไม่ถ้วนประมวลไม่จบ  
นี่ก็เพราะจิตเราบอด จึงได้ล่อยตามกระแสโลกด้วยความมืด

วกไปเวียนมาจะหาที่อยู่อันแน่นอนไม่ได้ และยังเข้าใจว่าเป็นโลกใหม่ตลอดไป ใครจะมาพูดในเรื่องนรก สวรรค์ นิพพาน จะไม่เชื่อทั้งนั้น และยังเข้าใจว่าตายแล้วสูญอย่างเดียว นี่ก็บอดพูดถูกบางส่วน คือธาตุสี่ที่มีอยู่ในตัวบุคคล เมื่อตายไปก็ย่อมสลายกลายเป็นดิน น้ำ ลม ไฟ ไปตามธาตุเดิม ไม่เกิดเป็นสัตว์บุคคลอีกต่อไป

ส่วนเรื่องของจิต จะไปเกิดเอาภพชาติใหม่นั้น บอดภายในจึงไม่รู้เห็น แต่ก็พูดตามภาษาบอดของตน ทั้งๆ ที่คนพูดอยู่นั้นก็ยังไม่รู้ตัวว่าคำพูดอย่างนั้นเป็นคำพูดของคนเกิดมิใช่หรือ นี่คือจิตที่ถูกโมหะอวิชชาปิดบังไว้แล้วก็ย่อมพูดออกมาตามภาษาคนมีตบอด คนประเภทนี้ก็มีอยู่ในโลกมาแต่กาลไหนๆ และจะมีต่อไปในอนาคตอีกก็คนประเภทนี้แหละ จึงเรียกว่าคนหลงเกิด คนหลงตาย คนบอดภายในมีนิสัยชอบอวดฉลาดและชอบคาดหมายในสิ่งที่ตัวเองยังไม่เห็น ว่าคงเป็นอย่างนั้นอย่างนี้แบบสุ่มเดา จะให้ถูกกับหลักสัจธรรมคือความจริงไม่ได้เลย นี่คือจิตถูกโมหะอวิชชาปิดบังไว้แล้ว จึงมีความคิดโดยขาดจากเหตุผล

ฉะนั้น เราเป็นนักปฏิบัติ จึงกำจัดความมีตบอดของจิต

ด้วยปัญญา ดังพระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า “**ความสว่างอื่นใดในโลกนี้จะเสมอเทียบเท่ากับความสว่างของปัญญาไม่มี**” ความสว่างของปัญญานี้ ถ้ามีอยู่ที่จิตแล้วก็ยอมทำให้จิตมีความรู้เห็นอันสว่าง ความมืดบอดของจิตที่มีอยู่เดิมก็หายไป เหมือนกับแสงไฟที่สว่างได้กำจัดความมืดให้หมดไป นี่จิตเมื่อใช้ปัญญาอบรมอยู่บ่อยๆ ความรู้เห็นความฉลาดก็จะเกิดขึ้นที่จิตนั่นเอง

# แก้ปัญหาคือเองให้ถูกจุด

ผู้ปฏิบัติคือนักแก้ปัญหา เพราะเราทุกคนย่อมมีปัญหาด้วยกันทั้งนั้น ปัญหาทั้งหมดนี้ เหตุเกิดขึ้นจากเราเป็นผู้สร้างขึ้นมา เมื่อเราสร้างขึ้นมาได้ ก็เรานั้นแหละจะต้องแก้ปัญหาของตัวเอง เช่น ในครั้งพุทธกาล พระพุทธเจ้า พระอริยเจ้าทั้งหลาย ในครั้งแรกก็มีปัญหาด้วยกันทั้งนั้น แต่ท่านมีสติปัญญาที่ฉลาด จึงสามารถแก้ปัญหาล้วนตัวให้หมดไปได้ และแก้ปัญหาก็ถูกจุด จึงได้หลุดพ้นไป นี่เราก็เป็นนักแก้ปัญหาคนหนึ่ง กำลังริเริ่มที่จะแก้ปัญหาล้วนตัว ส่วนปัญหาที่เราจะแก้ไขกับปัญหาของท่าน ผู้ที่แก้ได้แล้ว เป็นปัญหาประเภทเดียวกัน ฉะนั้น หลักการวิธีการที่จะนำมาแก้ปัญหานั้น พระพุทธเจ้าได้วางไว้ให้แก่มนุษย์แล้ว นั่นคือ อัฐังคิกมรรค เรียกว่า มรรค ๘ เป็นหลัก

อธิบายวิธีที่จะแก้ปัญหาก็ตรงที่สุด และตรงกับจุดของปัญหา  
ของทุกๆ คนด้วย แต่เราจะเอามาแก้ปัญหาลำเองหรือไม่เท่านั้น

และวิธีแก้ปัญหาลำเองในครั้งพุทธกาล ท่านเอาสัมมาทิฐิ  
สัมมาสังกัปปะ คือปัญญาความเห็นชอบ และการดำริพิจารณา  
ใคร่ครวญด้วยปัญญาในสังขารทั้งหลาย ก็ดำริพิจารณาที่  
ชอบธรรม นี่ก็พอรู้แล้วว่า วิธีการแก้ปัญหาลำเองต้องใช้ปัญญาใน  
องค์มรรคเป็นหลักยึด เมื่อตั้งหลักสัมมาทิฐิ คือความเห็นชอบ  
ไว้ดีแล้ว ส่วนมรรคข้ออื่นๆ ก็จะมารวมอยู่ในปัญญาที่เห็นชอบ  
นี้ทั้งหมด และเป็นสัมมาที่ชอบธรรมด้วยกันทั้งนั้น การดำริตริตอง  
ด้วยปัญญาก็ชอบ วาจาที่พูดออกมาก็เป็นคำพูดที่ชอบ การงาน  
ที่จะพึงทำก็เป็นการงานที่ชอบ แม้จะหาเลี้ยงชีวิตก็หาในสิ่งที่ชอบ  
ความเพียรที่เป็นข้อประพฤติปฏิบัติก็เป็นความเพียรที่ชอบ  
สติคือความตั้งใจในความระลึกรู้ ก็เป็นความระลึกชอบ  
ความตั้งมั่นของจิตก็มีความหนักแน่นมั่นคง ไม่โยกคลอนหวั่นไหว  
ไปในกามคุณ และไม่กระเพื่อมตามธรรมารมณ์ที่เกิดขึ้น นี่ก็  
เพราะมีปัญญาเป็นสิ่งที่ทำให้จิตรอบรู้และรู้รอบในเหตุการณ์  
ภายนอกและภายใน ที่มีการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไปด้วย  
ความชอบธรรม ปัญญาที่เห็นชอบนี้เองจึงเป็นสิ่งที่รอบรู้ในองค์

มรรคข้ออื่นๆ ทั้งหมด ฉะนั้น ปัญญาที่มีความฉลาดเฉียบแหลม  
จึงแก้ปัญหาดได้อย่างถูกต้อง และทำให้จิตหายความสงสัยลังเล  
ในความเข้าใจผิดของจิตเดิมให้หมดไป

# ผู้แก้ปัญหาลดความตึงเครียด

คำว่าปัญหา มีทั้งปัญหาทางโลกและปัญหาทางธรรม ปัญหาทั้งหมดนี้ย่อมมารวมอยู่ที่จิตแห่งเดียว จึงเรียกว่า จิตเป็น ศูนย์รวมของปัญหาทั้งหมด ถ้าไม่มีปัญญาคือจะแก้ไข ก็จะเป็น ปัญหาที่ตึงเครียด จะผลักดันจิตให้เกิดความตึงเครียดและสับสน ย่อมจับต้นชนปลายไม่ถูกในการแก้ปัญหาดตัวเอง และชอบหลบ ปัญหาอยู่ตลอดเวลา

การทำสมาธิเป็นสิ่งจำเป็นที่จะต้องทำ เพราะเป็นพลังหนุน ปัญญาให้เกิดความเข้มแข็งกล้าหาญในการแก้ปัญหาคือเป็น อย่างดี แต่การทำสมาธิมิใช่การแก้ปัญหาคือเพียงเป็นอุบาย พักจิตชั่วคราว เมื่อออกจากสมาธิมาแล้ว ก็โน้มจิตและใช้ ปัญญาหาอุบายแก้ปัญหาคือต่อไป ถ้าไม่ใช้ปัญญาชำระอยู่บ่อยๆ



หรือไม่แก้ไขเสียเลย ก็จะเพิ่มความยุ่งเหยิงสับสน จับต้นชนปลาย ระบายปัญหาให้แบายคายไม่ได้เลย ในที่สุดก็หาวิธีออกตัวว่าเป็น ผู้มีกิเลสหนาปัญญาทรม ขาดบารมี ไม่พอที่จะทำให้มรรคผล เกิดขึ้น การเจริญเมตตาภาวนาก็จะลดลง และอ่อนใจที่จะสร้าง คุณงามความดี นี้ก็เพราะขาดปัญญาพุงจืดให้มีกำลัง ไม่มีปัญญา ยับยั้งให้จิตทวนกระแส เป็นจิตที่ลุ่มเหลวตั้งตัวไม่ติด ตั้งจิตไม่ ตรงต่อการปฏิบัติ เป็นจิตที่ลุ่มละลาย ไม่มีปัญญาที่จะยืนตัว ใน ที่สุดก็มอบกายถวายชีวิตลงเป็นทาสของกิเลสตัณหาแบบสิ้นท่า และจะเป็นผู้ตกหลุมพรางของความอยากโดยไม่รู้ตัว เหมือนกับ กบ เขียด ปู ปลา ที่หลวมตัวเข้าไปในข่ายอวน จะหลุดออกได้ยาก หรือเหมือนกับนกที่อยู่ในกำมือของนายพรานแล้ว ก็เป็นของ ยากที่จะหลบตัวหนีไปได้ ฉะนั้น ปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นที่จิต ถ้าไม่มีปัญญาที่จะแก้ไข ก็ยากที่จิตจะสลัดออกจากปัญหาได้ ฉะนั้น

ฉะนั้น นักปฏิบัติจึงมีสติปัญญาเป็นเครื่องแก้ปัญหาและ ทำลายเหตุของปัญหานั้นๆ โดยความรู้จริง เหตุเกิดขึ้นที่ไหน เนื่องมาจากอะไร ต้องใช้ปัญญาริบแก้ไขทันที เช่น ความรักใคร่ ยินดีใฝ่ฝันในกามคุณ ผลที่เกิดขึ้นทำให้ชอบใจ เสียใจ ก็รีบแก้ไข

ด้วยปัญญาให้ทันเหตุการณ์ เหมือนกับแผลเล็กๆ น้อยๆ ถ้าปล่อยไว้ไม่มีการรักษา ก็จะกลายเป็นแผลที่เรื้อรังไปได้ฉันใด อารมณ์ของจิตที่จะเป็นพิษ ถึงจะเล็กน้อยก็จะกลายเป็นเรื่องใหญ่ไปได้ฉันนั้น เราเท่านั้นที่จะแก้ไขตัวเอง

# จิตไม่มีมโนญา ย่อมหลงกลลวง ของกิเลส

จิตนี้หลงกลลวงของกิเลสตัณหามานาน และอยู่ในวงล้อมของโมหะอวิชชามาแล้ว และถูกกิเลสคุมเชิงอยู่ตลอดเวลา การคุมเชิงของกิเลสนั้นไม่เหมือนกับการคุมนักโทษในเรือนจำ นักโทษที่เรือนจำย่อมมีกฎบังคับให้อยู่ในขอบเขต ไม่มีอิสระในการไปมา จะกินอยู่หลับนอนต้องอยู่ในการควบคุมดูแล ถูกบังคับด้วยของแข็งอยู่เสมอ และถูกลงโทษในความผิดตามกฎหมาย

ส่วนจิตที่ตกเข้าไปในท่ามกลางของกิเลสตัณหาอวิชชาแล้ว ย่อมมีความตั้งใจใฝ่ฝันอยากอยู่ในที่นั่นต่อไป ใครว่านิพพานคือความดับสนิทของกิเลสตัณหาก็ก็น่าสนใจ นี้ก็เพราะจิตถูกกลอันซึ่มเชื้อของกิเลสตัณหาฝังอยู่แล้ว กิเลสตัณหาจะพาทำอะไร

จิตก็ยอมรับ พร้อมทั้งจะให้ความร่วมมือ หรือจิตต้องการในกามคุณ  
กิเลสก็ส่งเสริมเต็มที่ จิตมีความยินดีรักใคร่ในสิ่งใดที่จะเป็น  
ไปตามกระแสโลก กิเลสก็จะอนุมัติทันที และพร้อมที่จะให้  
ความร่วมมือทุกวิถีทาง

ส่วนความดีที่เราจะต้องทำ นับแต่การให้ทาน รักษาศีล  
ไหว้พระ สวดมนต์ นั่งสมาธิ เดินจงกรมภาวนา กิเลสก็พยายาม  
ขัดขวางเต็มที่ ถ้าไม่มีปัญญาที่ดีก็ไม่มีโอกาสที่จะทำความดีได้เลย  
ถ้าจิตมีปัญญาก็ฝ่าฝืนทำความดีไปได้ แต่กิเลสก็ไม่ยอมปล่อยวาง  
ถึงความดีนั้นจะพาไปพักผ่อนในสุคติ สวรรค์ พรหมโลก ชั้นใด  
ชั้นหนึ่ง กิเลสก็พลอยติดตามไปด้วย เมื่อถึงเวลา กิเลสก็พามา  
เกิดเอาภพชาติในโลกนี้ตามเดิม ส่วนแนวทางปฏิบัติที่จะทำให้  
ถึงมรรคถึงผลหรือที่สุดคือพระนิพพานนั้น กิเลสย่อมหาวิธี  
หลอกลวงด้วยกลวิธีต่างๆ เอากามคุณมาเป็นเครื่องอ้าง พรรณนา  
ความสุขในกามคุณอย่างหยดย้อยเหนือกว่าน้ำอ้อยน้ำตาล  
ใช้แผนหวานล่อมจิตไว้ทุกวิถีทาง พรรณนาความสุขในลาภ ยศ  
สรรเสริญ ความสุขในวัตถุสมบัติ ความสุขในภพชาติ ฉลาดใน  
การประเล้าประโลม จนจิตเคลิ้มตามในอารมณ์ที่คมคายของ  
กิเลสค้นหาโดยไม่รู้ตัว จิตที่ไม่มีปัญญาก็ยากที่จะรู้ทัน

ฉะนั้น นักปฏิบัติทุกท่านต้องเบิกทางปัญญาออกให้กว้าง  
ฝืนการขัดขวางของกิเลสตัณหาอย่างเต็มที่ ดังพระพุทธเจ้า  
พระอรหันต์ทั้งหลาย ที่ผ่านพ้นไปจากโลกนี้ได้ ก็เพราะมีสติ  
ปัญญาที่กล้าหาญ แม้ชีวิตก็อุทิศเพื่อธรรมอย่างจริงจัง

# ทำจิตให้มฤๅเสธและทอดอาลัย

จงใช้สติปัญญาหยั่งลงไปให้ถึงฐานของจิตให้ลึก แล้วตีแผ่ขยายออกมาให้จิตได้รู้เห็น ให้เป็นไปตามไตรลักษณ์อย่างแท้จริง แล้วกำหนดจิตให้มฤๅเสธ ไม่ให้จิตมีความอาลัยในสิ่งใดๆ ในโลก ให้จิตได้รู้เห็นในสภาวะทุกข์ สภาวะธรรม ที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่นิดเดียวแล้วดับไป เหมือนกับฟองน้ำที่ฟองขึ้น ชั่วขณะแล้วดับไป หรือเหมือนกับพยับแดดที่มองเห็นแต่ไกล เมื่อเข้าไปใกล้แล้วไม่มีอะไรเลย การพิจารณาด้วยปัญญาอย่างนี้ เพื่อให้จิตได้พิสูจน์ความจริง ว่าสิ่งใดที่จิตเคยยึดถือมาแล้ว เป็นความจริงแค่ไหน เมื่อจิตได้รู้เห็นว่าทุกสิ่งไม่เป็นไปตามความเข้าใจเดิมแล้ว ก็จิตนั้นแลจะทอดอาลัยเสียเอง

เหมือนกับเราได้อยู่ด้วยกันกับบุญพิษ เมื่อยังไม่รู้จักยอมถูก

งูพิษขบกัดให้เจ็บปวดแล้วตายทุกชาติไป นี่คือความไม่รู้ จึงอยู่  
 คลุกคลีกับงูพิษตลอดมา เมื่อมารู้เห็นว่านี่เป็นงูพิษที่ทำให้  
 ชีวิตเราตายไปได้ และมารู้เห็นในอันตรายที่จะเกิดขึ้นอยู่อย่างนี้  
 ก็ผู้นั้นแลจะหลีกเร้นไปให้ไกลจากงูพิษเสียเอง

เมื่อสติปัญญาพาให้จิตได้รู้เห็นโทษภัยในการเกิด แก่  
 เจ็บ ตาย และรู้เห็นทุกข์ที่มีอยู่ในภายในจิต และรู้เห็นในสิ่งที่ไม่  
 ไม่มีความจริงถาวรของธาตุขันธ์ว่าย่อมแตกสลายไปในที่สุด  
 คำสมมติว่าตัวเราก็ไม่มีความหมาย ไม่เป็นความจริง ไม่เป็นไป  
 ตามความเข้าใจของเราแต่อย่างใด เพราะสิ่งเหล่านี้เป็นผลเนื่อง  
 มาจากความเกิด ปัญญาญาณก็จะหยั่งลงไปให้รู้เห็นเหตุปัจจัย  
 ที่ทำให้เกิด สติปัญญาพร้อมทั้งจิตที่มีความฉลาดเฉียบแหลม  
 ก็มีอุบายวิธีที่จะดับเหตุและปัจจัยที่ทำให้เกิดทุกข์ได้อย่าง  
 ง่ายตาย เหมือนกับรู้เห็นไฟกำลังก่อตัวที่จะทำลายทรัพย์สิน  
 ผู้นั้นก็จะไม่ปล่อยให้ไฟลุกไหม้ต่อไป ก็จะรีบดับไฟให้ดับไปทันที  
 เมื่อจิตและปัญญาญาณมารู้เห็นโทษภัยที่จะก่อต่อให้เป็นทุกข์  
 เช่น ราคะ ความรักใคร่ยินดีพอใจในกามคุณ ความอยากที่ไม่มี  
 ความอิมพอในวัตถุธาตุทั้งหลาย ดังคำว่า “มหาสมุทรไม่มีความอิม  
 ด้วยน้ำฉนใด จิตก็ไม่มีความอิมพอในกามคุณฉนนั้น” นักปฏิบัติ

ต้องฝึกหัดจิตด้วยปัญญา เพื่อให้จิตปฏิเสธว่าในโลกนี้ไม่มีสิ่งใด  
เป็นส่วนตัวแม้แต่น้อยเดียว ให้จิตได้ทอดอาลัยในการยึดถือ  
แต่บัดนี้เป็นต้นไป



# ในโลกนี้ไม่มีอะไรเป็นของ ของเราที่แท้จริง

เรื่องจิตจะปฏิเสธได้ว่าโลกนี้ไม่มีอะไรเป็นของเรานั้น มิใช่จะปฏิเสธไปได้ทุกครั้ง เพราะการปฏิเสธของจิตนั้นมีใช่เป็นเรื่องบังคับ เพราะเป็นธรรมชาติที่เป็นจริง เมื่อใดจิตมีความรู้เห็นในสรรพสังขารทั้งหลายว่าเป็นทุกข์อย่างนี้ มีความไม่เที่ยงอย่างนี้ และรู้เห็นว่าไม่มีสิ่งใดเป็นเรา จิตจะเอาอะไรเป็นเครื่องยึดถือ เพราะจิตได้รู้เห็นโทษภัยในการยึดถือทั้งหมดแล้วว่าเป็นทุกข์อย่างนี้ ไม่มีความสงสัยลังเลในสัจธรรมทั้งหลาย จิตย่อมปฏิเสธและทอดอาลัยในความยึดถือทันที นี่คือจิตมีความฉลาด สามารถที่จะรู้เห็นในปัญญาญาณอย่างเปิดเผย ไม่มีสิ่งใดในภพทั้งสามจะปิดบังอำพรางในวิปัสสนาญาณนี้เลย แม้จะน้อมจิตไปพิจารณา

สัจธรรมในอดีตก็รู้เห็นสัจธรรมในอดีต จะโน้มจิตไปพิจารณา สัจธรรมในอนาคตก็รู้เห็นสัจธรรมในอนาคต นี้ก็เพราะปัจจุบัน มีสัจธรรมที่เพียบพร้อมอยู่แล้ว การกำหนดดูในเรื่องอดีต อนาคต จึงไม่มีปัญหาที่จะทำให้เกิดความสงสัย เพราะความเป็นไปใน สัจธรรมมีสภาพเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป เหมือนกับความเป็นอยู่ใน ปัจจุบัน

ฉะนั้น การรู้เห็นในสัจธรรมในปัจจุบันจึงเป็นสิ่งสำคัญ และเป็นเครื่องยืนยันตัดสินใจได้อย่างถูกต้อง นี่คือการรู้รอบ เป็นความรอบรู้ในสรรพสังขารทั้งหลายว่าเป็นสิ่งที่ไม่ควรยึดถือ ถ้ารู้เห็นในสัจธรรมว่าเป็นจริงแล้วอย่างนี้ จึงไม่มีสิ่งใดจะมาบังคับ ให้จิตมีความยึดถือได้

เหมือนกับรู้เห็นไฟว่าเป็นของร้อน รู้เห็นงูพิษว่าเป็นงูพิษ รู้เห็นเสือว่าเป็นเสือ รู้เห็นจระเข้ว่าเป็นจระเข้ รู้เห็นมูตรคู่ว่า เป็นของสกปรกโสโครก ใครเล่าจะไปคลุกคลีอยู่กับสิ่งเหล่านี้ หนทางที่จะหลีกเลี่ยงหนีให้พ้นไปจากสิ่งเหล่านี้ ก็ผู้นั้นแลจะรู้เห็น เส้นทางที่จะหนีไปให้ตนเอง นี่ฉันใด เมื่อจิตมีญาณคือความรู้ จิตมีความสว่างในการเห็น ความรู้ความเห็นทั้งสองนี้มารวมใน จุดเดียวเมื่อไร ความฉลาดความเฉียบแหลมคมคายก็เกิดขึ้น

ภายในจิตทันที จะพิจารณาในสังขารหมวดใดก็จะรู้ชัดเห็นจริง  
ในสังขารหมวดนั้นๆ อย่างแจ่มแจ้งชัดเจน และหายสงสัยใน  
สังขารหมวดนั้นๆ ด้วยตัวเอง โดยไม่ต้องไปถามใครๆ ทั้งสิ้น  
ฉนั้น นี่คือการรู้เห็นตามความเป็นจริง จิตจึงปฏิเสธได้ว่า  
ในโลกนี้จึงไม่มีอะไรเป็นเราและเป็นของของเราแม้แต่นิดเดียว

# อดีตอนาคตเหมือนเมื่อก่อน

รูปนาม ถ้าหากมีเชื้อพาให้เกิด ก็เกิดเหมือนชาติปัจจุบัน  
เมื่ออดีตที่ล่วงเลยมาแล้ว ก็เหมือนรูปนามในปัจจุบันนี้ทั้งนั้น  
ฉะนั้น นักปฏิบัติจึงพิจารณาด้วยปัญญา เพื่อให้จิตรู้เห็นสภาพ  
ความเป็นอยู่ของภพชาติอย่างรอบคอบ เพื่อให้จิตไม่หลงติดใน  
ภพชาติชาติใดๆ ทั้งสิ้น ขึ้นชื่อว่าภพชาติแล้วย่อมมีความทุกข์  
ด้วยกันทั้งนั้น และไม่มีภพใดชาติใดจะตั้งอยู่ตลอดไปได้ เพราะ  
อายุขัยของภพชาติมีกำหนดตามธรรมชาติของเขาอยู่แล้ว  
ไม่มีใครจะไปเปลี่ยนแปลงได้ และไม่เป็นที่ตามความอยาก  
ความต้องการของเราแต่อย่างใด

ฉะนั้น ความทุกข์จึงเกิดขึ้นในสิ่งที่ไม่สมความปรารถนา  
และเกิดขึ้นจากเหตุคือความอยากเป็นหลักสำคัญ ความอยากที่

เป็นเหตุ นั่น ถ้าหากกิเลสตัณหาได้ใช้เป็นเครื่องมือแล้ว ย่อมเป็นไปในทางที่จะทำให้เกิดทุกข์ ทั้งๆ ที่เราไม่ต้องการก็จำเป็นต้องได้รับผล เพราะได้สร้างเหตุเอาไว้แล้ว ถึงเราจะอยากในทางที่เป็นความสุขอยู่ก็ตาม แต่ความสุขที่เราต้องการนั้นย่อมเป็นเหตุแห่งความทุกข์ได้ง่าย นี้ก็เพราะไม่เข้าใจจึงใช้ความสุขไม่ถูกทาง สร้างเหตุแห่งความสุขโดยไม่ถูกจุด ผลจึงออกมาเป็นทุกข์

ฉะนั้น ความทุกข์ความอยากจึงมีด้วยกันทุกคน แต่ก็มียากน้อยต่างกัน ถ้าผู้มีสติปัญญาที่ดี มีความฉลาดภายในจิตแล้ว ย่อมบรรเทาความทุกข์ไปได้มากที่สุด เพราะมารู้เห็นแล้วว่า ความสุขในกามคุณนี้มีผลที่จะให้เกิดทุกข์ ถ้ามีสติปัญญาที่ดี ถึงแม้จะมีทุกข์อยู่บ้าง ก็ยังมีอุบายที่จะแก้ไข ถึงจะอาศัยความอยาก ก็ต้องใช้ความอยากให้ถูกทาง เพราะความอยากที่มีอยู่ก็เฉพาะสามภพนี้เท่านั้น จึงเป็นกามาวจรกุศลที่หมุนเวียนอยู่ในภพทั้งสาม ถ้าหากนักปฏิบัติมีความฉลาด ใช้ความอยากให้ถูกทาง ความอยากก็จะเป็นแนวทางให้ถึงโลกุตระกุศลไปได้

พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า “อาศัยตัณหาในเบื้องต้นจึงจะละตัณหาทีหลัง” ขณะนี้เรากำลังฝึกตัวที่จะข้ามโอฆะ เราก็ต้องตั้งเข็มทิศให้ตรงฝั่ง เหมือนเราจะข้ามน้ำก็ต้องอาศัยเรือ ต้องพายเรือ

ตัดกระแสน้ำให้ได้ ใช้ความสามารถใช้กำลังอย่างเต็มที่ เมื่อถึงฝั่ง และขึ้นฝั่งได้แล้ว เรือก็หมดความหมายไป นี่ฉันใด ในขณะที่เราปฏิบัติยังไม่ถึงที่สุดแห่งทุกข์ ก็ต้องอาศัยความอยากพ้นไปจากทุกข์เป็นพื้นฐานฉันนั้น ฉะนั้น นักปฏิบัติต้องมีสติปัญญาอาศัยความฉลาด และใช้ความอยากนี้ให้ถูกทาง ความอยากจึงจะเป็นประโยชน์ ถ้ายังไม่ถึงที่สุดก็จะเป็นเครื่องบรรเทาทุกข์ไปในตัว และให้เชื่อมั่นว่าความอยากในอดีต อนาคต ย่อมให้ผลเป็นทุกข์เหมือนชาติปัจจุบันนั่นเอง

เรื่องภพชาติในอดีต ปัจจุบัน อนาคต ย่อมเป็นสภาพการเกิดดับเหมือนกันทั้งหมด จะเกิดมาเป็นชาติไหนภพอะไร ย่อมมีการเกิดดับด้วยกันทั้งนั้น สิ่งเป็นเหตุปัจจัยส่งไปให้เกิดเป็นภพชาติที่ลอยไปตามกระแสของวิภวัญญู ก็อยู่ในขอบข่ายของวิปัสสนาญาณที่รู้เห็นอย่างแจ่มแจ้งว่าภพทั้งสามนี้เป็นที่หมุนเวียนของวิภวัญญู เป็นกามาวจรจิต เป็นสถานที่วนเกิดเวียนตายไม่รู้จักจบสิ้น เมื่อวิปัสสนาญาณ คือความรู้เห็นของวิภูจิตอยู่อย่างนี้ ก็จะเกิดความกลัว เพราะเป็นโทษภัยทำให้เกิดทุกข์ เมื่อจิตเกิดความสำนึกได้อย่างนี้ ก็จะเกิดการรู้ตัวว่าการลอยตามกระแสของวิภวัญญูนี้มีแต่ทุกข์โทษ ไม่มีประโยชน์

**อะไร** จึงมาเข้าใจในตัวเองว่าการเวียนเกิดอยู่ในกระแสโลกไม่มีการจบสิ้น เราเคยเกิดเคยตายอยู่ในโลกนี้นับชาติภพไม่ถ้วน ประมวลไม่จบ จนถึงชาติปัจจุบันเราได้อะไรมาเป็นสมบัติของเรา แม้จะเกิดอีกในชาติภพต่อไปในอนาคต เราก็จะไม่ได้อะไรอีกในโลกนี้ เพราะในโลกนี้ไม่มีอะไรเป็นของของเรา จะมามีความในภพชาตินี้อยู่ทำไม ดังพระพุทธเจ้าตรัสว่า “ในโลกนี้นอกจากทุกข์แล้วไม่มีอะไรเกิด มีแต่ทุกข์เท่านั้นเกิด ในโลกนี้ไม่มีอะไรดับ มีแต่ทุกข์เท่านั้นดับ”

นี้ก็พอเข้าใจแล้วว่าความสุขของโลกที่แท้จริงไม่มี เมื่อเกิดมาแล้วทุกคนย่อมมีความทุกข์ด้วยกันทั้งนั้น เพราะความทุกข์นี้เป็นของประจำโลกมาแต่กาลไหนๆ ใครเกิดมามีกรรมได้รับผลเป็นทุกข์เหมือนกัน และทุกคนก็พยายามหลบหลีกทุกข์อยู่เสมอ ถ้าหลบถูกทางก็เอาชีวิตไปรอดได้วันหนึ่งคืนหนึ่ง ถ้าหลบไม่ถูกทาง น้ำตาก็หลั่งไปตามๆ กัน ในที่สุดก็หาที่หลบไม่ได้ นั่นคือตาย ในโลกไม่มีใครมากอบโกยเอาสมบัติของโลกไปได้ แม้พระบรมจักรพรรดิราชที่เป็นผู้เพียบพร้อมไปด้วยแก้ว ๗ ประการก็เอาเป็นของส่วนพระองค์ไม่ได้ นอกจากจะมาชมบารมี หรือเพียงอำนวยความสะดวกให้ชีวิตอยู่ได้วันหนึ่งคืนหนึ่งเท่านั้น แม้ธาตุ

ทั้งสี่ก็มีการแตกสลายไปในที่สุด นี่การรู้เห็นของวิปัสสนาญาณ  
ย่อมดูโลกให้ถูกกับจุดตามความเป็นจริงว่าเป็นสภาพที่ตกอยู่ใน  
ไตรลักษณ์อย่างนี้



# เตรียมตัวข้ามกระแส

การเตรียมตัวข้ามกระแส นั่นคือผู้รู้เห็นโทษภัยที่เป็นไป  
ในความทุกข์ และรู้เห็นในการเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในภพ  
ทั้งสามว่า เป็นหนามยอกจิตให้เป็นพิษอยู่ตลอดเวลา เมื่อ  
ปัญญาญาณหยั่งรู้เห็นว่าการเกิดตายอยู่ในโลกนี้เป็นของที่  
ยาวนาน ที่เกิดตายผ่านมาแล้วก็นับภพนับชาติไม่ได้ ที่จะเกิด  
ตายไปในชาติอนาคตก็นั่นแหละที่จะคำนวณได้ เพราะการเกิดตาย  
ในวัฏฏะนี้ไม่มีที่สิ้นสุด เพราะสมมติโลกนี้ไม่มีขอบเขตจำกัด  
การเกิดมาก็อาศัยสมมติโลกนี้เป็นที่อยู่อาศัย ถึงจะเป็นไปด้วย  
ความทุกข์ ก็ต้องอดทนต่อสู้อยู่กันไปจนกว่าชีวิตจะหาไม่ ถึงจะ  
มาเกิดใหม่ก็มาหลงไหลในสมมติโลกนี้เหมือนเดิม จึงไม่มีสาระ  
ใดๆ ในการเกิดตายอยู่ในโลกนี้ ที่จะมาอาศัยความสุขในกามคุณ

ก็หมุนไปในทางที่เป็นทุกข์อยู่ตลอดเวลา จะหาความสุขในสมมติโลกนี้ไม่พบ เพราะทุกอย่างจะไม่สมกับความต้องการกับความอยากของเราเลย ย่อมมีความบกพร่องในความอยากอยู่เสมอ มิใช่ว่าปรารถนาสิ่งใดในโลกนี้จะสมหวังทุกประการ เพราะโลกนี้เป็นโลกที่ผิดหวัง จะเอาตั้งใจเราทุกอย่างไม่ได้ ความผิดหวังที่ไม่สมปรารถน้าย่อมมีอยู่ประจำโลกนี้มาแต่กาลไหนๆ และจะผิดหวังต่อไปในอนาคตไม่มีที่จะกำหนดได้ เพราะโลกนี้เป็นอยู่อย่างนี้

ในชาติปัจจุบันนี้ เราจงกำหนดจิตคิดเรื่องเก่าๆ ที่ผ่านมาว่าความผิดหวังมีกี่ประเภทที่เป็นเหตุให้เกิดความทุกข์ใจ เช่น วยหนุ่มวยสาว วยเฒ่าวยแก่ ก็ล้วนแล้วแต่ได้เป็นผู้ผิดหวังมาแล้ว วัตถุที่ต้องการตามความอยาก ก็ไม่เป็นไปตามความต้องการ เช่น สามีภรรยา ในช่วงแรกก็คิดว่าสมปรารถนาแล้ว ในที่สุดเป็นอย่างไร ไม่หย่าก็ต้องตายจากกันไปอยู่โดยดี แม้แต่ก้อนเลือดที่กลั่นกรองออกมาจากหัวอกแท้ๆ ก็ยังเปลี่ยนแปลงไปเป็นอื่นได้ ในโลกนี้จึงไม่มีอะไรเป็นของเที่ยงแท้แน่นอน เป็นสภาพที่แปรปรวนหมุนเวียนไม่คงที่ ไม่มีสิ่งใดมีความจริงถาวร คือในโลกนี้และตัวเราเอง พร้อมทั้งสังขารโลก สังขารธรรม ย่อมเป็น

“สัพเพ รัมมา อนัตตา” คือไม่มีสิ่งใดเป็นเรา และไม่มีสิ่งใดเป็น  
ของของเราแม้แต่นิดเดียว ถ้ามารู้เห็นแจ้งชัดด้วยปัญญาญาณ  
อยู่อย่างนี้ ก็พร้อมที่จะเตรียมตัวข้ามกระแสได้แล้ว

# การปฏิบัติ อช่าพ๑เส๑ทาง ของมรรคผล

นักปฏิบัติต้องฝึกหัดให้จิตมีความฉลาดตามปัญญา เพื่อเลือกเฟ้นอุบายของธรรมมาปฏิบัติให้ถูกกับจริตนิสัยของตัวเอง ให้เป็นไปตามมรรคปฏิบัติในองค์มรรค จึงจะไม่ขัดกับเส้นทางของอริยมผล เพราะทุกคนกำลังแสวงหาแนวทางที่ตรง เพื่อเป็นไปในมรรคผลนิพพานด้วยกันทั้งนั้น นักปฏิบัติคงจะรู้ดี เพราะมีครูอาจารย์ชี้แนะแนวทางการปฏิบัติในอัฐฐังคิกมรรค อยู่แล้ว แต่ยังขาดผู้ปฏิบัติที่จริงจังให้เป็นไปในสุปฏิปันโน อชุปฏิปันโน ญายปฏิปันโน สามีจิปฏิปันโน เท่านั้น เพราะขณะนี้ นักปฏิบัติย่อມอยู่ในชั้นศึกษา ต้องใช้ปัญญาค้นหาความจริงในสังขธรรม

ถ้านักปฏิบัติเป็นผู้ปฏิบัติจริงจัง อุบายวิธีที่นำมาปฏิบัติก็เป็นไปในสังฆธรรมที่ถูกต้อง ผลของการปฏิบัติก็ออกมาเป็นของจริง เมื่อจิตมารู้เห็นความจริงในสภาวะสังฆธรรมทั้งหลายแล้ว จิตก็จะถอนออกจากความยึดมั่นทันทันที มิใช่ว่าปัญญาจะเกิดขึ้นอย่างลมๆ แล้งๆ ตามความเข้าใจ ดังได้ยินจากนักปฏิบัติหลายท่านพูดว่า เจริญวิปัสสนาญาณอย่างนั้น รู้เห็นการเกิดดับของนามรูปเป็นอย่างนี้ ความเข้าใจนี้เหมือนกับวิปัสสนาญาณจะเกิดขึ้นได้ตามความเข้าใจ เพราะวิปัสสนาญาณเป็นธรรมที่สูง เป็นธรรมที่ละเอียด ยากที่จะทำให้เกิดได้ง่าย เมื่อวิปัสสนาญาณที่เป็นของจริงเกิดขึ้นกับใครได้แล้ว ท่านนั้นย่อมได้บรรลุธรรมขั้นใดขั้นหนึ่งในช่วงขณะต่อเนื่องกันกับวิปัสสนาญาณนั่นเอง มิใช่วิปัสสนาญาณเจริญขึ้นได้แล้วเสื่อมลงซ้ำๆ ซากๆ ดังความเข้าใจ มิใช่จะคาดหมายเอาได้แบบสุมเตาโดยเอาความรู้ในปริยัติมาเทียบเคียง เพราะความรู้ที่เรียนมายังเป็นเพียงสัญญาเท่านั้น อาศัยความทรงจำมาเปรียบเทียบกับสมาธิว่าลักษณะนี้เราได้วิปัสสนาญาณแล้ว โดยความเข้าใจเอาเอง จึงเป็นวิปัสสนาญาณที่จอมปลอมโดยคาดหมายเอาเท่านั้น เพราะสมาธิขั้นละเอียดลงถึงขั้นฌาน สมาบัติ อุเบกขา แล้วเหมือนไม่มีอะไรในขณะนั้น

นี่เองจึงทำให้นักปฏิบัติเข้าใจผิดในตัวเองว่าได้วิปัสสนาญาณแล้ว  
หรือสมมติให้ตัวเป็นพระอริยเจ้าชั้นใดชั้นหนึ่ง จึงเป็นพระอริยเจ้า  
โดยสมมติขึ้นทันที

# วิปัสสนาญาณ ตอนที่ ๑๐

## ความรู้เห็นแจ้งรูัจริง

วิปัสสนาญาณ เมื่อเกิดขึ้นแล้วไม่มีการเสื่อมในท่ามกลาง เป็นความรู้เห็นที่จะถอนรากถอนโคนของกิเลสตัณหา อวิชชา เป็นความรู้เห็นในสังสารจักรที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไปอย่าง แจ่มแจ้ง และรู้เห็นเหตุปัจจัยที่พาให้เวียนว่ายตายเกิดอยู่ในภพ ทั้งสาม และหมุนไปไม่มีการหยุดยั้ง จะไปตกค้างอยู่ในภพไหน ชาติใด ผลคือความทุกข์ ผลคือความไม่เที่ยง ผลคือไม่มีสิ่งใด เป็นของของตน ก็คือผู้ตกค้างอยู่ในภพทั้งสามนั้นแหละจะเป็น ผู้รับผลเอง นี้เราคนหนึ่งที่ตกค้างอยู่ในกระแสโลก และลอยตาม กระแสโลกนี้มายาวนาน

การเกิดมาแต่ละชาติแต่ละภพ ย่อมมีความต้องการใน

ลาภ ยศ สรรเสริญ และแสวงหาความสุขที่เป็นโลกียสุขอันเนื่องมาจากกามคุณ ทุกคนย่อมมีความต้องการความสุขอยู่ในโลกเพียงเท่านี้ เราหาความสุขในกามคุณที่มีอยู่ในโลกนี้พบแล้วหรือยัง สมความปรารถนาแล้วหรือยัง อิ่มพอในกามคุณแล้วหรือยัง และที่สุดของกามคุณอยู่ที่ไหน ตราบใดที่กิเลสตัณหายังบงการชักนำให้จิตเกิดความยินดีพอใจในกามคุณอยู่ จิตก็จะไม่มีการอิ่มพอในกามคุณนี้เลย เพราะกามคุณเป็นเสน่ห์ยาแฝดประจำโลก เมื่อเกิดมาแล้วย่อมมีความลุ่มหลง ย่อมเถลไถลเข้าไปติดอยู่ในเสน่ห์ยาแฝดอย่างไม่รู้ตัว จึงเป็น “ตะโม ตะมะ” จิตที่มีตมัวจึงมีความหลงใหลใฝ่ฝันหันเหไปในกามคุณอย่างง่ายดาย เหตุปัจจัยเหล่านี้แลจึงทำให้เกิดความหลงในสังขารธรรม

วิปัสสนาญาณที่แท้จริงนั้น จะบังคับให้เกิดตามความต้องการของเราไม่ได้ และคาดหมายตามความเข้าใจเองก็ไม่ถูก เพราะวิปัสสนาญาณอยู่ในช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อกับอริยมรรค จะคาดหมายสும்เดาเอาเองไม่ได้ เพราะวิปัสสนาญาณนั้นเป็นความรู้เห็นที่จริง เป็นความรู้เห็นที่เพียบพร้อมไปด้วยความฉลาด เป็นความรู้เห็นที่เฉียบแหลมคมคายมาก จึงเป็นธรรมที่รู้แจ้งเห็นจริง และพร้อมที่จะตัดกระแสโลกให้ขาดเป็นสมุจเฉทปหานให้สิ้นไป เพราะ



ในช่วงนี้ สัจธรรม คือ ทุกขัง อนิจจัง อนัตตา ได้มารวมอยู่ที่จิต  
 แห่งเดียว วิปัสสนาญาณที่เป็นความรู้เห็นก็มีอยู่ที่จิต ความจริง  
 ของสัจธรรม ความจริงของญาณทัสนะ ก็มีอยู่ในที่เดียวกัน  
 การรู้เห็นในสัจธรรมจึงรู้เห็นได้ชัดเจน จะพิจารณาดูในทุกข์ก็  
 รู้ทุกข์เห็นทุกข์ เห็นทั้งเหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ และรู้เห็นวิธีที่จะ  
 ดับทุกข์ได้ด้วย แม้จะเป็นทุกข์ภายนอกและทุกข์ภายใน ไกลไกล  
 หยาบละเอียด จะรู้เห็นได้อย่างแจ่มแจ้งชัดเจน จะพิจารณาดู  
 ในความไม่เที่ยงในแง่ไหนอย่างไร ที่เป็นไปในรูปธรรมนามธรรม  
 ที่ไม่เที่ยงในภายนอก ไม่เที่ยงในภายใน ไกลไกล หยาบละเอียด  
 ก็รู้เห็นได้อย่างทั่วถึง รู้เห็นเหตุและปัจจัยที่เป็นไปด้วยความไม่เที่ยง  
 และรู้เห็นอุบายวิธีที่จะสลัดตัวออกในความหลงผิดของจิตเดิม  
 ทันที

จะกำหนดพิจารณาในเรื่องอนัตตา คือสภาพที่ไม่เป็นเรา  
 เป็นเขา ทั้งอนัตตาภายใน อนัตตาภายนอก ไกลไกล หยาบละเอียด  
 ก็รู้เห็นได้โดยไม่มีสิ่งใดมาปิดบัง พร้อมทั้งเหตุและปัจจัยที่เกิดขึ้น  
 ตั้งอยู่ และดับไป จึงรู้เห็นได้ชัดว่า ธาตุสี่ ชันธ์ห้า ที่หลงว่าตัวตน  
 เป็นเพียงความคิดเอาเองว่าสิ่งนั้นเป็นเรา และเป็นของของเรา  
 ความเข้าใจในลักษณะนี้ย่อมมีในจิตของทุกคน เป็นความเข้าใจ

ที่ปิดบังอำพรางในสังขธรรมโดยไม่รู้ตัว ฉะนั้น วิปัสสนาญาณเมื่อได้เกิดขึ้นแล้ว ย่อมรู้เห็นเป็นสังขธรรมทั้งหมด และทำให้จิตหายจากความสงสัยลังเลในอัตตาตัวตน ว่าไม่มีสิ่งใดเป็นเรา เป็นเขา ว่าธาตุสี่ที่จิตอาศัยอยู่นี้ย่อมเป็นของแตกสลายลงไปเป็นธาตุเดิม จะเร็วหรือช้าย่อมขึ้นอยู่กับอายุขัยของธาตุนั้นๆ

เมื่อวิปัสสนาญาณเกิดขึ้นแล้วเมื่อไร ความเข้าใจในความเป็นจริงในสังขธรรมย่อมรู้เห็นได้อย่างชัดเจนในขณะนั้น เพราะเป็นวิปัสสนาญาณที่มีความสว่างอย่างรอบด้าน และรู้เห็นตามความเป็นจริง ไม่มีสิ่งใดในสามภพจะปิดบังอำพราง เพราะทุกอย่างตกอยู่ในไตรลักษณ์ด้วยกันทั้งนั้น ความมั่นหมายว่าโลกนี้มีความเจริญ โลกนี้เป็นของน่าอยู่ โลกนี้มีความสุขที่เพียบพร้อมไปด้วยกามคุณ จึงหมดความหมายไปจากจิตทันที เพราะในโลกนี้ไม่มีอะไรเป็นของที่แน่นอน จะหาเอาความสุขที่แน่นอนจากโลกไม่ได้ มองไปที่ส่วนใดของโลก ล้วนแล้วแต่มีความทุกข์เหมือนกันทั้งนั้น

เมื่อน้อมจิตไปพิจารณาทุกข์ในความเกิด ก็รู้เห็นทุกข์ในความเกิด จิตย่อมเกิดความสยดสยองด้วยความกลัว เพราะมีสขุชนิดเดียว และอยู่ด้วยความลำบาก ย่อมมีความทุกข์ทรมาณอดทน

อยู่ได้ยาก เมื่อกำหนดพิจารณาอยู่ในสถานที่เกิดแล้ว ย่อมมีความอดัดใจ ความละอายแก่ใจตัวเองย่อมเกิดขึ้น และรู้เห็นทันทีว่าการเกิดในที่เช่นนั้นล้วนแล้วแต่มีความสกปรกโสโครก ถึงจะมีเชื้อห่อหุ้มตัวอยู่ก็ตาม ความสกปรกของแม่ก็มิอยู่รอบด้าน ความกลัวในการเกิดย่อมมีขึ้นภายในจิตในขณะนั้นเอง

เมื่อมารู้เห็นชัดแจ่มแจ้งด้วยวิปัสสนาญาณอย่างนี้ ความเบื่อหน่ายในการเกิดอีกย่อมมี เพราะการเกิดก็เหมือนกับเข้าไปนั่งอยู่ในโครงกระดูกร่างกายของแม่ ล้วนแล้วแต่มีความสกปรก เต็มไปด้วยน้ำเลือดน้ำเหลือง มีกลิ่นเหม็นสาบคาว สะอิดสะเอียน จึงเกิดความละอายและเกิดความกลัว เกิดความเบื่อหน่ายที่จะไปเกิดในสถานที่เช่นนั้นอีกต่อไป นี้เพราะมีปัญหาญาณหยั่งรู้เห็นในความทุกข์ในการเกิดอย่างแจ่มแจ้ง ชัดเจน จิตย่อมมีความขะเขย่งที่จะไปเกิดในภพชาติอีกต่อไป จะไปเกิดในชาติไหนภพใดก็จะเกิดในสถานที่แห่งเดียว ความเป็นอยู่ในการเกิดอีกย่อมเป็นทุกข์ อดทนอยู่ด้วยความลำบากเหมือนกัน ทั้งนั้น

เมื่อออกจากท้องแม่มาได้แล้ว เป็นเด็กเล็กตัวแดงๆ ทั้งคืน

ทั้งร้องไห้อยู่ในเบาะ แสดงความทุกข์อย่างเห็นได้ชัดทีเดียว แต่ก็ได้รับการบำรุงรักษาจากพ่อแม่มาตลอด จึงเจริญเติบโตขึ้นมาเป็นลำดับ พ่อแม่จึงมาฝึกหัดเดิน ฝึกหัดพูดให้จนคล่องตัว จึงกลายเป็นเด็กที่พูด เดิน วิ่ง ได้ตามลำพัง เมื่อถึงวัยหนุ่มสาว ปฏิบัติทางกายทางจิตย่อมมีการเปลี่ยนไปตามวัย การแก่ การเจ็บไข้ได้ป่วยก็เป็นเงาตามตัว สภาวะทุกข์ที่เป็นทุกข์ประจำชั้นนั้นก็แสดงตัวอยู่ตลอด ปกิณณกทุกข์ที่เป็นทุกข์จรรก็เข้ามาเพิ่มเติมบวกกันกับทุกข์ประจำชั้น ความอดกลั้นได้ยาก ภายในจิต เพียงพองชีวิตที่มีอยู่ในความทุกข์ของชั้น อยู่ต่อกันมาด้วยความทุกข์ทุกเล ผลักดันชีวิตให้รอดพ้นจากความตายมาได้วันหนึ่งคืนหนึ่ง ถึงขนาดนั้นก็ยังไม่พ้นจากความตายไปได้

ในช่วงที่ยังมีชีวิต จำเป็นต้องแสวงหาธาตุภายนอกมาเสริมธาตุภายในให้ได้อยู่ได้ เมื่ออายุขัยของธาตุภายในถึงที่สุดแล้ว วัตถุธาตุภายนอกก็ไม่มีความหมายแต่อย่างใด ถึงจะมีที่อยู่ ที่อาศัยอย่างดีมีราคาเป็นล้าน อาหารที่ดีมีราคาเป็นแสน ก็ไม่มีประโยชน์แก่ธาตุที่ปราศจากวิญญาณไปแล้ว ทุกอย่างย่อมทิ้งไว้ในโลกนี้ทั้งหมด เมื่อปัญญาญาณมารู้เห็นชัดอย่างนี้ จิตก็ยังมี ความกลัวไม่กล้าที่จะไปยึดถือ เพราะมารู้เห็นแล้วว่าการยึดถือ

เป็นเหตุให้เกิดทุกข์ หากความสุขไม่มีเลย สมควรแล้วหรือที่เราจะยอมให้กิเลสตัณหาได้เข้ามาหน่วงเหนี่ยวเกี่ยวพันลากตัวเข้าไปในห้วงกระแสดังที่เคยเป็นมา เพราะว่าลาภ ยศ สรรเสริญ และความสุขในกามคุณทุกประเภท เป็นเหตุให้เราหลงจมอยู่ในความทุกข์ เวียนว่ายตายเกิดอยู่ในภพทั้งสามมาแล้ว

แต่บัดนี้เรารู้ตัวเหตุที่เป็นไปในสังสารวัฏอันเป็นหัวจักรที่สำคัญ นั่นคือตัณหา ความไม่อึดพอในกามทั้งหลาย ความพอใจยินดีที่จะเกิดอีกต่อไป นี่คือปัจจัยที่เป็นไปในความทุกข์ จะหาความสุขในกามทั้งหลายไม่มี เพราะความอยากในกามไม่มีที่สิ้นสุด ถึงจะเกิดมาเป็นมนุษย์ที่เพียบพร้อมด้วยวัตถุสมบัติก็ยังไม่พ้นไปจากความทุกข์ ความสนุกเฮฮาร่าเริงในกามคุณที่เข้าใจว่ามีความสุข นั่นแหละจะเป็นเชื้อแห่งความทุกข์ได้เป็นอย่างดี นี่คือคนหลงตน คนลืมนตน คนไม่รู้ตัว จึงเกิดความมัวสุมอยู่ในกามอันเป็นทุกข์อยู่ตลอดไป นี่คือขาดความเข้าใจในคำว่าตน จึงได้ไปยึดเอาธาตุสี่ขันธ์ห้าเป็นอัตตาว่าเป็นตนอยู่ตลอดมา

เมื่อปัญญาญาณพร้อมแล้วเมื่อไร ความเข้าใจในธาตุสี่ขันธ์ห้าว่าเป็นตัวตนก็จะหมดไป เพราะปัญญาญาณเป็นความรู้เห็นที่เป็นจริงในสังขารอย่างถูกต้อง สรรพสังขารทั้งหลายที่เป็น

ของภายนอกก็รู้เห็น สรรพสังขารภายในที่มีอยู่กับธาตุสี่ชั้นห้าก็รู้เห็น เป็นสภาพที่เกิดขึ้นจากธาตุ อยู่ได้เพราะธาตุ และจะแตกสลายลงไปเป็นธาตุอย่างแน่นอน นี่ธาตุสี่มารวมตัวเป็นรูปธาตุอยู่ได้ ก็เนื่องจากจิตวิญญาณยังครองธาตุอยู่เท่านั้น เมื่อจิตครองธาตุนี้อยู่ การสัมผัสในระหว่างธาตุสัมผัสธาตุย่อมเกิดขึ้น เพราะเราไม่ได้เกิดคนเดียว การสัมผัสจึงเกี่ยวโยงกันกับรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ และยินดีอยู่ในการสัมผัส ไม่มีความอึดพอ จึงเป็นธรรมารมณ์ ให้จิตหลงอยู่ในความสุข หลงความทุกข้อยู่ตลอดเวลา

สัญญาความจำก็ไปจำเอารูปที่ชอบเข้ามาไว้ที่จิต สังขารเป็นสิ่งที่ปรุงแต่งในรูปที่จำมานั้น โดยสมมติปรุงแต่งให้เป็นไปในกิริยาที่จิตชอบ ทั้งปรุงแต่งสมมติให้รูปนั้นๆ มีความสวยงามพร้อมทั้งผิวพรรณสัณฐานที่เคลื่อนไหวไปมา สมมติปรุงแต่งให้หน้าตาอึดแน่นแจ่มใสออกมาอย่างประทับใจ สมมติปรุงแต่งให้รูปนั้นๆ ได้เข้ามาอยู่ใกล้ชิดตัวเอง และสมมติปรุงแต่งให้ตัวเองได้เข้าไปแนบสนิทในรูปนั้นๆ เพียงเท่านั้นจิตที่มีความหลงสมมติหลงสังขารก็เกิดความกระสันกำหนดรักใคร่ในกามคุณ ทั้งที่รูปนั้นๆ ไม่มีมูลความจริง สังขารก็ยังไปสมมติปรุงแต่งเอามาหลอกหลวง

ให้จิตเกิดความหลงใหลใฝ่ฝัน นี้เรียกว่าเสพธรรมารมณ์ทางใจ หรือเสพอารมณ์โดยสมมติ ถึงรูปนั้นจะกลายเป็นอดีตที่ล่วงเลย ไปนานแล้วก็ตาม ก็ยังปรุงแต่งเอาสมมติให้เป็นรูปขึ้นมาให้จิต เสพจนได้ เมื่อปรุงแต่งในรูปที่สมมตินี้บ่อยๆ ก็เลสตัณหาก็ยังมี กำลัง และต้องการอยากจะสัมผัสรูปนั้นเป็นทวีคูณ ความผูกพัน ในกามคุณจึงไม่มีความอึดพอ

ฉะนั้น รูปจึงเป็นแกนกลางของโลกอันดับหนึ่ง มนุษย์ ทุกชาติทุกภาษา สัตว์ดิรัจฉานทุกประเภท ที่เกิดมาเอาภพชาติ อยู่ในโลก และจะมาสร้างสรรค้อยู่กับโลกนี้ต่อไป ก็ต้องมา เกาะอาศัยรูปนี้เป็นที่อยู่ อุปาทานการยึดถือว่าเป็นตัวตนก็มา ยึดถืออยู่ในรูปธาตุก่อนนี้ การสมมติว่าเป็นตัวเราก็ก็นำสมมติเอา ธาตุสี่ คือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม ธาตุไฟ นี่เป็นตัวเรา สั่งขาร การเสริมสร้างปรุงแต่งก็มาปรุงแต่งตามสมมติธาตุก่อนนี้ จะ ปรุงแต่งไปในวิธีไหนก็ขึ้นอยู่กับกิเลสตัณหาเป็นผู้อำนวยความสะดวก สั่งการ อุปาทานก็เก็บหอมรอมริบยึดเอาไปเสียทั้งหมด กิเลสตัณหา สั่งการไปในวิธีใด ก็ยึดเอาไว้เสียทั้งหมด การยึดเอาธาตุสี่ชั้นนี้ว่า เป็นตัวเราเท่านั้นยังไม่พอ ยังจะไปยึดเอาธาตุสี่ชั้นนี้ของ คนอื่นสัตว์อื่นมาเป็นของเราอีกด้วย มิหนำซ้ำยังไปยึดเอาวัตถุธาตุ

ที่มีอยู่ประจำโลกมาเป็นของของตนโดยไม่มีควมอึดพอ

เมื่อวิปัสสนาญาณเกิดขึ้นแล้ว ความรู้เห็นในสมมติสังขารที่ยึดถือเอาธาตุสี่ขั้นห้ำหั่นว่าเป็นตัวตนก็หมดความหมายลงทันที นี่คือวิปัสสนาญาณ การรู้เห็นตามความเป็นจริงได้ตัดอึดตายที่ ยึดถือว่าเป็นตัวตนให้หมดไป ความล้งเลสงสัยในการยึดถือที่มีมาในอดีต ปัจจุบัน อนาคต ก็หมดปัญหาไป นี้คือมารู้เห็นในวิปัสสนาญาณว่า สรรพสังขารทั้งหลายที่มีเหตุเป็นแดนเกิด และอยู่ได้เพราะเหตุ แล้วดับไปตามเหตุนั้นๆ เช่น ภพชาติในอดีตก็ดับไปในอดีต แม้ภพชาติปัจจุบันนี้ก็ดับไปในชาติปัจจุบันนี้ การเกิดเป็นภพชาติอีกในอนาคต ก็จะดับไปในภพชาติอนาคต

เมื่อวิปัสสนาญาณมาหยั่งรู้เห็นในการเกิดดับของภพชาติอย่างแจ่มแจ้งอยู่อย่างนี้ว่า ไม่มีอะไรเป็นสาระแก่นสารว่าการเกิดตายเป็นของซ้ำๆ ซากๆ เกิดมาในภพไหนก็ตายในภพนั้น นี้เราก็เคยเกิดเคยตายมาแล้วจนนับชาติไม่ถ้วนประมวลไม่จบ แต่ละชาติแต่ละภพก็มีความผิตหวังมาตลอด แต่ละชาติที่เกิดมาก็ไม่ยากแก่ ไม่อยากเจ็บ ไม่อยากตาย แต่ก็ไม่เป็นไปตามความอยากของตนแม้แต่ชาติเดียว แม้เกิดมาอีกในชาตินี้ก็จะฝืนในความแก่ ฝืนในความเจ็บ และฝืนในความตายไปไม่ได้



เช่นกัน ถึงจะมีบุญวาสนาที่ยิ่งใหญ่ ได้เป็นพระบรมจักรพรรดิ ครองโลกอยู่ก็ตาม การแก่ การเจ็บ การตายก็หนีไม่พ้น เพราะทุกคนพร้อมทั้งสัตว์ดิรัจฉานที่เกิดมาแล้ว ย่อมมีความตายเหมือนกันทั้งนั้น

เมื่อวิปัสสนาญาณรู้เห็นชัดในความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย อยู่อย่างนี้ ย่อมเกิดความสลัดสังเวชในตัวเอง และกลัวต่อความเกิดในภพชาติอีกต่อไป เพราะรู้เห็นชัดแล้วว่า การเกิด อยู่ในท้องแม่ก็เป็นทุกข์ เมื่อออกจากท้องแม่มาแล้วก็เป็นทุกข์ การแสวงหาเงินและอุปกรณ์ก่อสร้างมาทำที่อยู่ก็เป็นทุกข์ การแสวงหาเครื่องบริโภคอุปโภคที่จะเอามาบำบัดทุกข์ก็หาได้ยาก ถ้าหาได้น้อยก็ไม่พอแก่การใช้จ่าย ถ้าหามาได้มากก็มีความทุกข์ ในการระวางตัว กลัวว่าจะถูกผู้ร้ายแย่งชิงปล้นฆ่า การแสวงหาให้ได้มาด้วยความพอดีนั้นไม่มีเลย นี่ก็เพราะความอยาก ไม่มีคำว่าพอ ดังคำว่า “แม่น้ำมหาสมุทรสุดสาครที่กว้างใหญ่ ก็ไม่เทียบเท่ากับความอยากของจิตนี้เลย”

วิปัสสนาญาณ การหยั่งรู้เห็นในต้นหาคือความอยาก อยู่อย่างนี้ ก็รู้เห็นทันทีว่า นี่หรือสิ่งที่เป็นเหตุเป็นปัจจัยทำให้เกิดเป็นภพเป็นชาติ ก็คือความอยากที่ไม่มีความอิมพอนี่เอง

ความอยากในวัตถุทาง ความอยากในกิเลสทาง ความอยากใน  
 ภพชาติที่ขบใจ ตัณหาคือความอยาก คือรากของวัฏจักรโดยตรง  
 เมื่อรากคือตัณหาหยั่งลงไปมีความสมบูรณ์อยู่ตราบใด การเกิดอีก  
 ในภพชาติน้อยใหญ่ต่อไปก็ไม่มีที่สิ้นสุดลงได้ เมื่อวิปัสสนาญาณ  
 มารู้เห็นชัดในตัณหาว่าเป็นเหตุเป็นปัจจัยที่ทำให้เกิดเป็นภพชาติ  
 และมีความทุกข์อยู่ในโลกโดยประการทั้งปวง เมื่อมารู้เห็นเหตุ  
 แห่งความทุกข์คือตัณหาว่าเป็นจุดสำคัญแล้ว วิปัสสนาญาณ  
 การถอนรากถอนโคนก็สลัดทิ้งทันที ดังคำบาลีว่า “สมฺมุลฺลํ ตณฺหํ  
 อพฺภุจฺจ นิจฺฉาโต ปรินิพฺพุโต” วิปัสสนาญาณเป็นอัตโนมัติ “กำจัด  
 ตัณหากับทั้งมูลรากให้หมดไปแล้ว จึงเป็นผู้หมดความอยาก  
 ดับเพลิงกิเลสและดับเพลิงทุกข์ได้อย่างสิ้นเชิง”

เมื่อตัณหาคือความอยากได้ถูกวิปัสสนาญาณถอดถอน  
 สลัดออกจากจิตทิ้งไปแล้ว สังขารความปรุงแต่งตามสมมติต่างๆ  
 ก็ปรุงแต่งไปไม่ได้ นี่ก็เพราะไม่มีเชื้อของตัณหาพาให้เป็นไป  
 เมื่อตัณหาหมดไปสิ้นไปจากจิตแล้ว ความโลภ ความโกรธ  
 ความหลง ก็หมดสิ้นไปเช่นกัน ฉะนั้น วิปัสสนาญาณจึงเป็นญาณ  
 ที่เฉียบแหลมคมคาย เป็นญาณที่แผดเผากิเลสตัณหาให้เหือดแห้ง  
 ไปจากจิตอย่างรวดเร็ว เป็นญาณที่กำจัดความมืดที่มีอยู่ในจิต

ให้หมดไป ความเข้าใจเต็มในธาตุสี่ขั้นห้าว่าเป็นตนก็หมดไป ความลึกลงสยลุบลำในกรรมดีกรรมชั่วก็หมดไป ความสงสัยในพระพุทธเจ้า ความสงสัยในพระธรรม ความสงสัยในพระอริยสงฆ์ ความสงสัยในมรรคผลนิพพานก็หมดไป นี่คือนิวิปัสสนาญาณที่รู้เห็นจริงไม่มีสิ่งใดปิดบังความสว่างของวิปัสสนาญาณนี้ไว้ได้เลย ดังภาษิตว่า “นตฺถิ โลเก รโห นาม ความลึกลับไม่มีในโลก” หรือ “ความสว่างอื่นใดในโลกนี้จะเสมอความสว่างของวิปัสสนาญาณนี้ไม่มีเลย” ความสว่างอยู่ที่ไหน ความรู้จริงเห็นจริงในไตรลักษณ์ก็เปิดเผยเต็มที่ ความทุกข์และเหตุให้เกิดทุกข์ก็เปิดเผยเต็มที่ ความไม่เที่ยงและเหตุที่เป็นไปแห่งความไม่เที่ยงก็เปิดเผยเต็มที่ สิ่งที่ไม่มียะไรเป็นตน เป็นเรา เป็นเขา คือความสูญเปล่าไปจากสัตว์และบุคคลก็เปิดเผยเต็มที่ สัจธรรมมีความเป็นจริงอย่างไร ก็รู้เห็นเป็นความจริงได้อย่างทั่วถึง

นี่คือนิวิปัสสนาญาณ เป็นญาณที่รู้เห็นที่ไม่มีสัญญาในปริยัติเข้ามาเคลือบแฝงเปรียบเทียบ เป็นญาณที่รู้จริงเห็นจริง โดยไม่มีการไปถามคนภายนอกว่าผิดหรือถูก เป็นญาณที่เหนือสมมติสังขาร เป็นญาณที่ไม่รับคำพยากรณ์จากใครๆ ทั้งสิ้น วิปัสสนาญาณนี้เป็นความรู้เห็นที่แน่นอน เป็นความรู้เห็นที่เชื่อมั่น

ในตัวเองได้อย่างเต็มที่ เพราะมี มัคคามคคญาณทสสนวิสุทธิตีรุธึเห็นในเส้นทงแห่งควมบริสุทธิ์อย่างชัดเจน จึงไม่มีการล้งเลสงสัยในควมรู้เห็นที่จะไปถมใคร ค่ำว “ตนแลเป็นที่พึ่งของตน” ก็อยู่ในช่วงนี้ “คนอื่นไหนเล่าจะเป็นที่พึ่งช่วยตัวเราได้” ก็อยู่ในช่วงนี้ เมื่อมีคคญาณ วิปัสสนาญาณ เกิดขึ้นแล้วเมื่อไร ถึงจะมีพระพุทเจ้าประทับนั่งอยู่ต่อหน้า มีพระอรยชิณาสพอยู่ที่นั่น ก็ตาม โอกาสที่จะถมในควมรู้เห็นว่ผิดหรือถูกก็ไม่มี จึงเป็นทิกฐวิสุทธิ คือควมรู้เห็นในเส้นทงแห่งควมบริสุทธิ์เฉพาะตัว จึงเป็นมัคคญาณ วิปัสสนาญาณที่จะตัดกระแสของวัฏจักรให้ขาดไป และจะข้ามกระแสในสามภพไปได้ในเวลาอันใกล้ั่นเอง

เมื่อมีคคญาณ วิปัสสนาญาณ มีกำลังอันสมบูรณ์พร้อมแล้ว เมื่อไร ควมรู้เห็นในสังขธรรมที่เป็นจริง ในรูปธรรม นามธรรม ก็เป็นจริงเมื่อนั้น ถึงนามธรรมรูปธรรมนั้นมีอยู่ใกล้ไกล หยาบละเอียด ก็รู้เห็นเป็นสภาพควมจริงไปทั้งหมด ควมจริงแต่ละอย่างมีการเกิดดับอยู่อย่างไร วิปัสสนาญาณก็รู้เห็นเป็นควมจริงอย่างเปิดเผย ก็เลศตมทที่เคยปกปิดสังขธรรมมานานแล้วก็ตาม วิปัสสนาญาณก็ตามรู้เห็นและลบล้างไปเสียทั้งหมด อุปาทานการหลงยึดถือในธาตูลัษณะห่ำว่เป็นอิตตาตัวตนดินรนอยู่ในภพ

ทั้งสาม วิปัสสนาญาณก็ทำลายลบล้างจนอัตโนมัติให้แตกสลายไป ไม่มีธาตุขันธ์ส่วนไหนได้เป็นสันตติต่อเนื่องในชาติอนาคตต่อไป เพราะธาตุได้สลายตัวลงไปเป็นดิน น้ำ ลม ไฟ ไปเสียทั้งหมด และเป็นอนัตตา คือสภาพที่สูญเปล่าไปจากสัตว์และบุคคล ไม่มีตน ไม่มีตัวพอที่จะยึดได้แม้แต่หนึ่งเดียว

ถ้าตนไม่มีเสียอย่างเดียวนั้น อวิชชา สังขาร วิญญาณ นามรูป อายตนะ ผัสสะ เวทนา ตัณหา อุปาทาน ภพชาติ ทั้งหมด นี้จะเกิดมาจากที่ไหน การเกิด แก่ เจ็บ ตาย ในภพน้อยภพใหญ่ ความโศกเศร้าเสียใจ ร้องไห้พิไรรำพันในสิ่งที่ไม่สมความปรารถนา ก็เป็นสภาพที่สูญเปล่าไปตามอนัตตาทั้งสิ้น ความสุขความทุกข์ ในกามคุณ ความพอใจรักใคร่ใฝ่ฝันในอารมณ์ที่ชอบใจ ก็สูญไปตามอนัตตาทั้งหมด เพราะสิ่งเหล่านี้มีอัตตาเป็นเหตุ อยู่ได้เพราะมีอัตตาตัวตน ถ้าตนมี ชาติภพ อุปาทาน ตัณหา ก็เกิดมาจากตน เวทนา คืออารมณ์ที่เสวยทั้งสุขทั้งทุกข์ จะเกิดขึ้นก็เพราะมีตน การสัมผัสได้ก็เพราะมีตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ นี้ก็เพราะอาศัย นามรูปว่าเป็นตน วิญญาณสังขารที่มีอยู่ในรูปราคะ อรูปราคะ มานะ อหัตถ์จะ อวิชชา นี้ก็มาอาศัยตนเป็นเหตุ

เมื่อตนได้ถูกมัคคญาณ วิปัสสนาญาณ ประหารทำลายตน

ให้แตกสลายกลายเป็นของสูญไปเป็นสังขาร คือความจริงของ  
ธาตุเดิมเสียทั้งหมดแล้ว อวิชา สังขาร วิญญาณ นามรูป  
อายตนะภายใน การสัมผัส เวทนา ตัณหา อุปาทาน ภพชาติ  
ก็พังพินาศไปทันที นี่ก็เพราะตนเป็นเหตุ เมื่อตนดับ สิ่งอื่นที่  
อาศัยตน มีอยู่ในตน ก็ดับสูญไปพร้อมกัน ดังพระอัสสชิว่า  
“ธรรมทั้งหลายเกิดจากเหตุและดับไปเพราะเหตุนั้นๆ” จึงว่า  
“เหตุ ปฏิจจ สมภูตา อาศัยเหตุจึงเกิดขึ้นได้” “เหตุภงคานิ  
รुชมเร เมื่อเหตุคืออวิชาดับสลายไป” สังขาร วิญญาณ นามรูป  
อายตนะ ผัสสะ เวทนา ตัณหา อุปาทาน ภพชาติ ก็ดับไป  
พร้อมกัน ความสุขความทุกข์ก็ดับไปด้วยกันหมดทั้งสิ้น

# ฉันไม่มีการพักพิงในสมมติ อีกต่อไป

วิปัสสนาญาณที่สังหารวิภวาทังไปแล้ว ไม่มีอึดตาใด จะลอยไปตามกระแสโลกอีกต่อไป จึงไม่มีสิ่งใดตกค้างอยู่ในภพ ทั้งสาม จึงไม่มีสมมติใดให้เป็นเชื้อของสันตติต่อภพชาติในอนาคต อีกต่อไป จึงดับไปเพราะหมดเชื่อนั่นเอง **ความดับนี้จะรู้ได้ชัด ก็คือวิญญาณ** เพราะวิญญาณเป็นเครื่องรู้ในนามธรรม เป็น **ความรู้ในรูปธรรม เป็นความรู้ที่มีอยู่ในอายตนะ** คือวิญญาณรู้ในตา วิญญาณรู้ในหู วิญญาณรู้ในจมูก วิญญาณรู้ในลิ้น วิญญาณรู้ในกายทุกส่วน วิญญาณรู้ในใจ เมื่อวิญญาณดับไปอย่างเด็ดขาดนั้น ถึงจะมีตาก็สัมผัสอะไรไม่ได้ ถึงจะมีหู จะมีเสียงมาสัมผัส ก็รู้ไม่ได้ ถึงจะมีจมูก จะมีกลิ่นต่างๆ มาสัมผัสก็รู้ไม่ได้ ถึงจะมีลิ้น

จะมีรสอาหารหวานคาวเปรี้ยวเค็มมาสัมผัสก็รู้ไม่ได้ ถึงจะมีกายก็สักว่ากาย จะมีอากาศเย็นร้อนหนาวมาสัมผัสก็รู้ไม่ได้ ถึงจะมีใจเป็นสิ่งที่นึกคิดในสิ่งต่างๆ ก็เป็นเพียงสักว่าใจเท่านั้น จะสัมผัสในธรรมารมณ์ได้ไม่ได้เลย นี่ก็เพราะวิญญาณได้ดับไปจากตา ดับไปจากหู ดับไปจากจมูก ดับไปจากลิ้น ดับไปจากกาย และดับไปจากใจ จึงไม่รู้ในการสัมผัสกับสิ่งใดๆ ทั้งสิ้น ต่างอันต่างสงบ ต่างอันต่างดับ จึงไม่มีอายตนะใดมีการทำงานได้เลยในขณะนั้น

**การดับในขั้นห้าก็มีวิญญาณอย่างเดียวพาให้ดับ** เช่น รูปขั้นห้า ก็ได้อธิบายในความดับของอายตนะมาแล้ว ส่วนเวทนาขั้นห้า คือความเสวยในอารมณ์แห่งความสุขก็ดี เสวยอารมณ์แห่งความทุกข์ก็ดี หรืออารมณ์ที่ไม่เป็นสุขเป็นทุกข์ก็ดี ก็ไม่มีการเสวยอารมณ์ใดๆ ได้ทั้งสิ้น นี่ก็เพราะวิญญาณความรู้สุขความรู้ทุกข์ได้ดับไปแล้ว สัญญาความจำก็จำอะไรไม่ได้เลย เพราะวิญญาณรู้ในความจำไม่มี สังขารความปรุงแต่งในสมมติก็คิดปรุงแต่งอะไรไม่เป็น เพราะวิญญาณที่จะรู้ในการปรุงแต่งได้ดับไปแล้ว วิญญาณคือความรู้ที่เป็นนามจิตก็ดับสนิทไป ไม่มีวิญญาณความรู้ไปสู่อายตนะ และขั้นห้าแต่อย่างใด นี่เพราะตนไม่มีในธาตุสี่ คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ และธาตุสี่ก็ไม่มีในตน จะให้เกิดเป็นรูปได้อย่างไร ถ้ารูปไม่มี



อายตนะจะมีมาจากที่ไหน

ฉะนั้น รูปจึงไม่เป็นตน และตนก็ไม่เป็นรูป รูปไม่มีในตน ตนก็ไม่มีในรูป เวทนาคือความเสวยอารมณ์ ก็ไม่เป็นตน ตนก็ไม่เป็นเวทนา เวทนาไม่มีในตน ตนก็ไม่มีในเวทนา สัญญาคือความจำ ก็ไม่เป็นตน ตนก็ไม่มีในสัญญา สัญญาความจำไม่มีในตน ตนก็ไม่มีในสัญญา สังขารความปรุงแต่งในสมมติทั้งหลาย ไม่เป็นตน ตนก็ไม่มีเป็นสังขาร สังขารความปรุงแต่งไม่มีในตน ตนก็ไม่มีในสังขาร วิญญาณคือความที่เป็นนามของจิต ก็ไม่เป็นตน ตนก็ไม่ได้เป็นวิญญาณ วิญญาณรู้ในชั้น วิญญาณรู้ในอายตนะ ไม่มีในตน และตนก็ไม่มีในวิญญาณ

เมื่อวิปัสสนาญาณที่เป็นญาณอันยิ่ง มารู้เห็นว่าธาตุสี่ชั้นห้าไม่เป็นตน ตนก็ไม่ใช่เป็นธาตุสี่ชั้นห้า และมารู้เห็นว่าธาตุสี่ชั้นห้าไม่มีในตน และตนก็ไม่มีในธาตุสี่ชั้นห้า และมารู้ชัดเห็นชัด รู้จริงเห็นจริงตามสภาพในสังขารที่เป็นจริงอยู่อย่างนี้ ก็ไม่มีอะไรเป็นตน และไม่มีอะไรมีในตนแม้แต่ชนิดเดียว ถ้าตนไม่มีและไม่มีตนแล้ว จะมีอะไรไปเกิดอยู่ในภพทั้งสามเล่า ฉะนั้น วิปัสสนาญาณ การรู้ถอนภพชาติที่เป็นมูลรากของวัฏจักร ก็มารวมถอนรากถอนโคนกันอยู่ในช่วงนี้เอง นี่จึงเรียกว่าดับ

๑๕๔ ข้ามกระแสน้ำ

ในอริยมรรค แล้วจะก้าวขึ้นสู่อริยผลอย่างฉับไว

# รู้ตรงมโนโลกธาตุ แต่ไม่มี หมีสมมติมาฆ

เมื่อวิปัสสนาญาณได้ตัดความสัมพันธ์และปฏิเสธใน  
ธาตุสี่ขั้นห้าว่าไม่มีอะไรเป็นอัตตาตัวตน และดับไปในที่สุดแล้ว  
ก็มีความรู้อีกประเภทหนึ่ง เป็นความรู้ที่ไม่อยู่ในอายตนะ ไม่เป็น  
ความรู้ในวิญญานชั้น ความรู้นี้เป็นความรู้ที่ไม่มีในสมมติโลก  
แต่อย่างไร ไม่มีธาตุขั้นเป็นเครื่องกำหนด และเป็นความรู้ที่  
ไม่มีนิमितหมายในสิ่งใดๆ ทั้งสิ้น แม้ผู้เขียนจะหาคำศัพท์มา  
เปรียบเทียบเป็นสำนวนให้ความหมายไตร่ตรองรู้ตามได้ ก็ไม่มี  
เหตุผลใดที่จะมาประกอบเอื้อมถึง ให้สมกับความรู้ที่ไม่มีสมมติ  
นิमितหมายพอให้ท่านได้เข้าใจ จึงขอมอบให้ท่านเป็นผู้รู้เอง จึงจะ  
เป็นปัจจัยตั้งเฉพาะท่านโดยตรง

ความรู้ที่ว่านี่ไม่มีแสง ไม่มีสี ไม่มีมด ไม่มีสว่าง แต่รู้อยู่ใน  
ความว่างของโลกธาตุ แต่ก็ไม่ได้ติดอยู่ในความว่างนี้แต่อย่างใด  
และไม่มีอะไรเป็นนิमितหมายให้รู้ แต่เป็นธรรมชาติรู้อยู่ในเฉพาะ  
รู้เท่านั้น นี่คือน้ำที่เหนือสมมติใดๆ รู้ไม่หวั่นไหวเป็นไปในอดีต  
รู้ไม่หวั่นไหวเป็นไปในอนาคต และรู้ไม่หวั่นไหวเป็นไปในปัจจุบัน  
รู้ไม่มีการดับ รู้ไม่เป็นที่ตามดิน ฟ้า อากาศ รู้ไม่มีเหตุปัจจัยให้  
เป็นไปในสิ่งใดๆ ทั้งสิ้น ความรู้นี้ไม่เป็นที่สมณะและไม่มีใน  
วิปัสสนาแต่อย่างใด ไม่เป็นที่รูปธรรม นามธรรม จึงเป็น  
ความรู้ที่ไม่มีสมมติเคลือบแฝง ไม่เกาะอยู่ในโลกธาตุนี้แต่อย่างใด  
ความรู้นี้จะปรากฏในช่วงที่มีความดับนี้เอง เมื่อความดับและ  
ความรู้ครอบโลกธาตุตั้งได้อธิบายมานี้อยู่ได้พอสมควรแล้ว  
ไม่นานนักก็จะพลิกแพลงขึ้นที่จิตชนิดเดียว

# ความกล้าหาญซ่อนเร้น เต็มที

ความดับที่ดับมาเต็มที่แล้วนั้น ในช่วงที่ต่อเนื่องกันก็ เหมือนกับเกิดความขยับขึ้นที่จิตนิดเดียว หรือจิตถอนออกมา เล็กน้อย ในช่วงพริบตานั่นเองจึงเกิดความกล้าหาญขึ้นที่จิตอย่าง เต็มที และเป็นความกล้าหาญที่มีความรุนแรงมาก ความกล้าหาญ นี้เกิดขึ้นจากจิตโดยเฉพาะ เมื่อจิตมีความกล้าหาญ สติก็มีความกล้าหาญ และปัญญาก็เกิดความกล้าหาญ ความเพียร ทุกประเภทก็เกิดความกล้าหาญไปตามกันทั้งหมด จะปรารถนา เรื่องการเดินจงกรม จะเดินสักวันหนึ่งคืนหนึ่ง ไม่มีการพักผ่อน หลับนอน จะเดินได้ไทม ก็รับว่าเดินได้ เหมือนกับว่าเดินได้เดินจงกรม นิดเดียว หรือปรารถนาว่าจะเดินจงกรมสักเดือนหนึ่งปีหนึ่ง ไม่มี

การพักผ่อนหลับนอนจะเดินได้ใหม่ ก็เหมือนกับมีคำตอบว่าไม่มีปัญหา เหมือนกับว่าเดินชั่วโมงเดียวเท่านั้น ถ้าปรารถนาในการนั่งสมาธิ สักวันหนึ่งคืนหนึ่ง ก็เหมือนกับว่าได้นั่งสมาธิชนิดเดียว เมื่อปรารถนาจะนั่งสมาธิสักเดือนหนึ่งปีหนึ่งโดยไม่เคลื่อนที่ไปไหน จะนั่งได้ใหม่ ก็ตอบในตัวเองเสร็จว่านั่งได้ไม่ปัญหา ก็เหมือนกับว่าจะได้นั่งสมาธิชั่วโมงเดียวเท่านั้น

ความกล้าหาญนี้ไม่เคยมีมาก่อน แต่ก็มาเกิดขึ้นในตัวเอง และเป็นความกล้าหาญที่จะถอนรากถอนโคนของวัฏจักร และตัดกระแสของภพทั้งสาม และข้ามกระแสของโลกนี้อย่างฉับไว ความกล้าหาญนี้จะมีเฉพาะนักปฏิบัติครั้งสุดท้ายเท่านั้น และจะเกิดขึ้นในครั้งเดียวด้วย จะว่าการทำลาย ก็เหมือนจะกระที่บเขาทั้งหลายให้เรียบร้อยไปในชั่วพริบตา เหมือนกับว่าจะพังเขาทั้งหลายให้แตกกระจายไปในชั่วลัดนิ้วมือเดียว

# อาการพิษญาณเกิดขึ้นในช่องหู

ในช่วงความกล้าหาญเกิดขึ้นแล้วนี้เอง อีกสักครู่เดียวเท่านั้นมีความรู้อีกประเภทหนึ่งรู้ซ้อนกันขึ้นมาว่า อาสวะจะสิ้นไปในขณะนี้ จึงหวนระลึกได้ว่า พระพุทธเจ้าประทับอยู่ที่ต้นโพธิพฤกษ์ ในวันเพ็ญเดือนหก ได้อธิษฐานว่า “ถ้าข้าพเจ้าไม่ได้ตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้าเมื่อไร ข้าพเจ้าก็จะไม่ลุกออกจากโคนต้นไม้นี้อย่างเด็ดขาด ถึงเลือดเนื้อจะเหี่ยวแห้งผุพังไปก็ตามที ข้าพเจ้าก็ยอมเสียสละแม้กระทั่งชีวิตอินทรีย์” นี่คือการความกล้าหาญของพระพุทธเจ้า ส่วนพระสาวกทั้งหลายก็มีความกล้าหาญเป็นไปในลักษณะนี้เหมือนกัน แต่ท่านจะพูดให้คนอื่นรู้หรือไม่เท่านั้น หรือจะอธิษฐานว่า “เมื่อข้าพเจ้ายังไม่หลุดพ้นจากอาสวะเมื่อไร ข้าพเจ้าก็จะนั่งอยู่ในที่แห่งนี้ตลอดไป

ถึงเนื้อเลือดจะเหี่ยวแห้งผุพังแตกสลายไปเป็นดิน น้ำ ลม ไฟ ก็ตามที่ ข้าพเจ้าก็จะไม่ลุกหนีจากที่นี่อย่างเด็ดขาด” คำอธิษฐานนี้เป็นคำแสดงตัวให้สมกับความกล้าหาญเท่านั้น ถึงจะไม่อธิษฐานด้วยวิธีนี้ก็ไม่มีปัญหา ก็เพราะรู้แล้วว่าอาสวะจะสิ้นไปในขณะนี้ อยู่แล้ว ถึงจะอยู่ในอิริยาบถไหนก็ไม่มีปัญหา ในชั่วจรมกจิตเดียวเท่านั้น อาสวะก็ขาดกระเด็นต๊ับเดียวในชั่วพริบตา รู้ทันทีว่า อาสวะได้สิ้นไปแล้วในชั่ววินาทีนี้เอง

เมื่อรู้ว่าได้หลุดพ้นไปแล้วในขณะใด “วิมุตตสมิ วิมุตตมิตินาณ โหติ ความหลุดพ้นมีในขณะใด ก็รู้ในความหลุดพ้นไปในชั่วขณะนั้น” “ชีนา ชาติ นี้คือพระชีนาสพ ที่ชาติแห่งความเกิดได้สิ้นสุดลงเป็นชาติสุดท้าย” “วุสิตฺ พุรหมจริยํ ความบริสุทธิ์ของพรหมจรรย์ก็มีความสมบูรณ์เต็มที่” “กตํ กรณียํ อุบายวิธีที่จะนำมาประพฤติปฏิบัติเพื่อความบริสุทธิ์ได้หลุดพ้นไปก็หมดกิจกันเพียงเท่านี้ กิจอื่นที่จะทำให้มีความบริสุทธิ์หลุดพ้นอีกไม่มี” ความบริสุทธิ์ก็เด่นอยู่เฉพาะความบริสุทธิ์เท่านั้น ความกล้าหาญ ก็ค่อยๆ อ่อนลงๆ จนเป็นปกติ

ปัญญาที่มีความองอาจปราศรัยเปรี๊ยะ เคยพันเคยสับซบไส กิเลส ตัณหา มานะ ทิฏฐิ อวิชชา มาอย่างโชกโชน ก็หมดภาระไป



จะนำมาใช้ในควมบริสุทธิ์นี้ไม่ได้เลย และปัญญาก็ไม่อาจเอื้อมถึงแห่งควมบริสุทธิ์นี้ได้ ก็เป็นันว่าปัญญาได้ส่งทางให้ถึงซึ่งควมบริสุทธิ์เต็มที่แล้ว ก็หมดภาระหน้าที่ไปเพียงเท่านี้ ควมดำริไตร่ตรองหาข้อธรรมมาเป็นอุบายการพิจารณาปฏิบัติเพื่อละกิเลสตัณหาแทบไม่มีเวลาได้พักผ่อนหลับนอน จะอยู่ในอิริยาบถไหนก็มีปัญญาใคร่ครวญหาข้อธรรมมาเป็นอุบายพิจารณาเพื่อให้เห็นในสัจธรรม เพื่อให้จิตได้ปล่อยวางจากการยึดถือในอดีตตัวตน ปัญญาต้องเป็นวิทยาการคอยชี้แนะควมจริงให้จิตรู้ยู่ตลอดเวลา ว่าธาตุสี่เป็นอย่างนี้ๆ ไม่มีอดีตตัวตน ธาตุสี่ทั้งหมดเป็นควมทุกขอย่างนี้ เป็นควมไม่เที่ยงอย่างนี้ เป็นสภาพที่สูญเปล่าอย่างนี้ ธาตุสี่มีควมสกปรกโสโครกอย่างนี้ ธาตุทุกส่วนเบื่องบนแต่พื้นเท้าขึ้นไป เบื่องต่ำแต่ปลายผมลงมา มีหนังหุ้มอยู่เป็นที่สุุดโดยรอบ ภายในร่างกายย่อมมีแต่ขงสกปรก เป็นขงน่าเกลียดน่าเบื่อหน่าย ปัญญาเคยเป็นวิทยาการสอนจิตมาแล้วเป็นอย่างดี เมื่อมาถึงในชวงแห่งควมบริสุทธิ์เต็มที่แล้ว ปัญญาก็หมดภาระหน้าที่ทันที ไม่มีสิทธิ์ที่จะอาจเอื้อมเข้าไปถึงซึ่งควมบริสุทธิ์นั้นเลย

# ความบริสุทธิ์ที่เหนือจาก สิ่งใดในโลก

ความบริสุทธิ์นี้ไม่มีรูปร่างลักษณะเป็นอย่างไร ไม่มีนิimit ในความบริสุทธิ์นั้นๆ จึงเป็นความบริสุทธิ์ที่ไม่มีสมมติใดๆ เคลือบแฝง ไม่มีสังขารปรุงแต่งให้เป็นไปในการเปรียบเทียบ ความบริสุทธิ์ไม่ใช่ความสว่าง ความว่าง ความบริสุทธิ์ไม่ใช่อภิญา ที่เกิดขึ้นในสมณะและวิปัสสนา เพราะสมณะ วิปัสสนา นั้นเป็น ข้อปฏิบัติของคัมภรค ส่วนความบริสุทธิ์นั้นเป็นปฏิเวธคือผล ที่มีความบริสุทธิ์เต็มที่แล้ว จะสมมติให้เป็นไปในสิ่งใดไม่ได้เลย ความบริสุทธิ์นั้นจะไม่มีขึ้น ไม่มีลง ไม่มีไป ไม่มีมา ไม่มีการเจริญขึ้น แล้วเสื่อมลง ปัจจุบันจะเดินจงกรม นั่งสมาธิภาวนา ก็เพียงทำเป็น วิหารธรรมเท่านั้น ไม่ทำเพื่อให้ความบริสุทธิ์เพิ่มขึ้นเจริญขึ้นแต่

อย่างไร จะทำความเพียรมาก ทำความเพียรน้อย ความบริสุทธิ์ก็เท่าเดิม หรือจะอยู่ตามปกติ ความบริสุทธิ์ก็มีเท่าเดิม หรือมีฐานะภายนอกที่จะพึงทำ ความบริสุทธิ์ก็ไม่หายไปไหน ความบริสุทธิ์จึงไม่มีการเกิด ไม่มีการดับ ไม่มีการเจริญขึ้นเสื่อมลง จึงเป็นอกุปปธรรม เป็นธรรมที่ไม่กำเริบ เป็นวิสุทธิตถธรรม เป็นวิราคะธรรม เป็นญาณทัสสนวิสุทธิตถธรรม เป็นทิวฐิวสุทธิตถธรรม นี้เป็นคำเรียกเพื่อให้สมกับความบริสุทธิ์เท่านั้น

ฉะนั้น ความบริสุทธิ์จึงเป็นเอกรัตติง ไม่มีการเปลี่ยนไปตามกาลเวลา ไม่เป็นไปตามยุคตามสมัย ไม่เป็นไปตามฤดูกาล ไม่เป็นไปตามความมืดแจ้งของตะวันเดือนดาวของโลก เอกรัตติง มีใช้กำหนดรู้ความสว่างจากการทำสมาธิ มีใช้กำหนดรู้ให้เป็นแสงแพรวพราวเหมือนดวงแก้ว เอกรัตติง มีใช้ความรู้แจ่มใสในสมาธิ มีใช้การกำหนดรู้ในวิปัสสนา เอกรัตติง ไม่เหมือนภาพนิ่งของพระพุทธรูปในขนาดต่างๆ เอกรัตติงที่แท้จริงนั้นคือความบริสุทธิ์ที่มีอยู่ในความบริสุทธิ์เอง ไม่เอนเอียงไปกับสิ่งใดๆ ในโลก ความบริสุทธิ์นี้จึงไม่มีอาการเปลี่ยนแปลง ไม่มี ความเศร้าหมองขุ่นมัว เป็นความบริสุทธิ์ที่เป็นเอกเทศอยู่ เฉพาะความบริสุทธิ์เท่านั้น ไม่มีความยินดียินร้ายในสิ่งใดๆ

๑๖๔ ข้ามกระแสน้ำ

และไม่มีสิ่งใดจะเอื้อมาถึง ไม่เป็นไปในโลกธรรมแต่อย่างใด **นี่แล**  
**จึงเป็นราตรีเดียวแห่งความบริสุทธิ์อย่างแท้จริง**

# ความคิดถึงพระพุทธเจ้า อยากกราบพระพุทธเจ้าให้สมใจ

ขณะนั้นความคิดถึงพระพุทธเจ้า ก็คิดถึงโดยไม่มีสิ่งใดเปรียบเทียบได้ ถ้าหากพระพุทธเจ้ายังทรงพระชนม์อยู่ ถึงพระองค์จะประทับอยู่ไกลแสนไกลสักเท่าไรก็ตาม จะตั้งใจไปเพื่อนมัสการกราบไว้เฉพาะพระพักตร์พระพุทธเจ้าให้สมใจ ทั้งๆ ที่รู้อยู่แล้วว่าพระพุทธเจ้าได้เสด็จดับขันธเข้าสู่ปรินิพพานไปแล้วก็ตาม ความอดกลั้นในความคิดถึงพระพุทธเจ้าในขณะนั้นก็เหลือที่จะพรรณนา เพราะมาารู้เห็นคุณค่าในสวากขาตธรรมที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้ดีแล้ว และเป็นนियานิกธรรม เป็นธรรมที่นำผู้ปฏิบัติให้ถึงซึ่งความสงบแห่งทุกขีได้อย่างสมบูรณ์ และให้ถึงซึ่งความบริสุทธิ์ธรรมได้อย่างเต็มที่

ความอยากไปนมัสการกราบไหว้พระพุทธเจ้าในครั้งนี้มีใช่จะไปไต่ถามในผลของการปฏิบัติที่รู้มานั้นว่ามีความผิดถูกอย่างไร และไม่อยากเล่าผลของการปฏิบัติที่รู้มานี้ให้พระพุทธเจ้าทรงฟังเลย และไม่ต้องการคำพยากรณ์จากพระพุทธเจ้าแม้แต่ชนิดเดียว เพราะรู้แล้วว่าความบริสุทธิ์ของพระพุทธเจ้าและพระอริยสงฆ์ทั้งหลายในครั้งพุทธกาล ก็กับความบริสุทธิ์ที่เกิดขึ้นกับนักปฏิบัติในยุคปัจจุบัน ก็เป็นความบริสุทธิ์อย่างเดียวกัน ไฉนเล่าจะมีคำถามในความบริสุทธิ์นี้ หรือหากพระพุทธเจ้าจะตรัสถามในผลของการปฏิบัติ ก็พร้อมที่จะเล่าถวายเท่านั้น ความคิดถึงพระพุทธเจ้า ความอยากไปกราบนมัสการพระพุทธเจ้าที่เกิดขึ้นแล้ว ไม่นานนักก็อ่อนลงๆ จนเป็นปกติธรรมดาไป นี่ก็เป็นธรรมชาติที่เป็นเอง

จึงนึกขึ้นได้ทีหลังว่า นี่หรือในครั้งพุทธกาล พระสาวกทั้งหลายที่ไปภาวนาปฏิบัติในถิ่นฐานใด เมื่อท่านได้บรรลุรู้เห็นธรรมในความบริสุทธิ์เต็มที่แล้ว ท่านเหล่านั้นจึงรีบมากราบนมัสการพระพุทธเจ้าให้สนใจ ถึงจะอยู่ไกลแสนไกล ก็ข้ามป่าฝ่าดงบุกน้ำลุยโคลน ไม่นึกถึงความเหน็ดเหนื่อยเมื่อยล้า ขอให้ได้มากราบพระพุทธเจ้าให้สนใจก็เป็นพอ

แล้วมาหวนระลึกถึงพระคุณครูอาจารย์ในยุคปัจจุบัน ก็ระลึกถึงพระคุณของหลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่น ว่าทั้งสองพระองค์ เป็นผู้ค้นพบในมรรคปฏิบัติที่เป็นแนวทางของพระพุทธเจ้าที่ ได้ตรัสไว้แล้ว ว่าเป็นแนวทางที่ตรง เป็นข้อปฏิบัติที่เป็นไปเพื่อความพ้นทุกข์ เป็นข้อปฏิบัติที่ชอบยิ่ง มรรคปฏิบัติที่หลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่น ค้นพบนี้ ก็เป็นแนวทางปฏิบัติที่เป็นหลักเดิมเหมือน ในครั้งพุทธกาล หลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่น ก็ได้ปฏิบัติตามแล้วได้ ผลเป็นความบริสุทธิ์เต็มທີ່ทั้งสองพระองค์ ท่านก็ได้ฝึกฝนอบรม ศิษย์ต่อมา ศิษย์ทั้งหลายก็รู้เห็นเป็นความบริสุทธิ์ต่อเนื่องกัน มาตลอด ผู้เขียนก็ได้รับโอวาทจากครูอาจารย์หลายท่านแล้ว นำมาปฏิบัติ ก็ได้รับผลอันเป็นเรื่องส่วนตัว ผู้เขียนจึงได้น้อมนึก ระลึกถึงพระคุณของหลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่น ตลอดครูอาจารย์ ผู้ให้ความรู้ ความสว่าง โดยความบริสุทธิ์ใจแต่ละท่าน จึงขอกราบ การวระในพระคุณของครูอาจารย์มาในครั้งนี้ด้วย

# ความอ่อนใจดีที่ไม่อยาก สอนใครๆ ทั้งสิ้น

ในช่วงต่อมาก็เกิดความคิดขึ้นโดยความไม่ตั้งใจ เป็นความคิดที่เป็นธรรมชาติเกิดขึ้นเอง โดยไม่คิดว่าจะมีความคิดประเภทนี้เกิดขึ้น นั่นคือไม่อยากสอนใครๆ ทั้งสิ้น แต่ก็รู้ทันว่านี่เป็นความดำริของพระพุทธเจ้าที่เคยดำริในเรื่องที่ไม่อยากสอนใครๆ มาแล้ว นี่เธอจะไปเลียนแบบคิดตามเยี่ยงอย่างของพระพุทธเจ้าทำไม ถึงขนาดนั้นก็ยังฝืนคิดไปจนได้ คือคิดว่าธรรมนี้เป็นธรรมที่มีความสุขุมลุ่มลึก ยากที่บุคคลจะรู้เห็นได้ เพราะเป็นธรรมที่ถอนรากถอนโคนของกิเลสตัณหา เป็นธรรมที่ข้ามกระแสของวัฏจักรให้พ้นไป มิใช่ธรรมนี้จะเกิดขึ้นได้อย่างลมๆ แล้งๆ อย่างง่ายดาย



เมื่อความคิดประเภทนี้เกิดขึ้นมาสักพักหนึ่ง จึงคิดตัดบทว่า นี่เธอจะมาคิดเลียนแบบตามพระพุทธเจ้า จึงไม่สมควรเป็นอย่างยิ่ง เพราะพระพุทธเจ้าไม่มีการผูกขาดว่าให้นักปฏิบัติในครั้งพุทธกาลเท่านั้นเป็นผู้รู้เห็น **ทุกคนที่ตั้งใจปฏิบัติก็รู้เห็นในความบริสุทธิ์ในธรรมได้** เพราะการปฏิบัติธรรมในครั้งพุทธกาลนั้นก็มิมีแนวทางปฏิบัติที่เป็นมัชฌิมาปฏิปทาในอัฐสังคิมรรคให้พุทธบริษัทในสมัยนั้นได้บรรลุมรรคผลไปมิใช่น้อย แม้ในยุคนี้สมัยนี้ก็เป็แนวทางปฏิบัติที่เป็นมัชฌิมาปฏิปทาอย่างเดียวกัน และนักปฏิบัติทุกคนก็ได้สะสมบารมีบำเพ็ญความดี มีการให้ทาน การรักษาศีล การเจริญเมตตาภาวนามาแล้ว เขาก็พร้อมที่จะเป็นผู้รู้เห็นธรรมที่บริสุทธิ์อย่างเต็มที่เหมือนกัน เมื่อเธอรู้เห็นได้คนอื่นเขาก็มีสิทธิ์ที่จะรู้เห็นธรรมอันบริสุทธิ์ได้เช่นกัน เธอจะไปอ่อนข้องอศอกในการสอนคนอื่นทำไม ถ้าคนใดมีความเกี่ยวเนื่องกัน เธอก็ต้องสงเคราะห์สั่งสอนเขาอย่างเต็มที่ เธอจะไปเกลียดในการสอนคนอื่นทำไมเล่า เมื่อความคิดไปในลักษณะนี้เข้าผลักดัน ความคิดที่ไม่อยากสอนใครๆ ก็อ่อนตัวลงและหมดไป เป็นปกติธรรมดา ใครจะมาให้สอนก็สอนกันไป ใครไม่ยอมให้สอนก็วางเฉย ถือว่าไม่เคยเกี่ยวเนื่องกันมา ก็หมดภาระกันไป

# กมลที่เกิดจากจิตโดยเฉพาะ

ในช่วงที่ต่อเนื่องกันมา ได้เกิดกำลังขึ้นจากจิตโดยเฉพาะ กำลังของจิตนี้เป็นกำลังที่จะแสดงออกมาภายนอกไม่ได้ ในความนึกคิดให้สมกับกำลังของจิตในขณะนั้น ก็เหมือนกับจะถอนต้นพะยูนต้นยางขนาดใหญ่ให้ขึ้นทั้งรากได้ในชั่วกระพริบตาเดียว หรือเหมือนจะยกภูเขาทั้งลูกโยนเล่นไปมาได้เหมือนลูกฟุตบอล หรือเหมือนจะใช้กำปั้นกระแทกให้ภูเขาทั้งลูกได้แตกกระจายไปในชั่วพริบตา หรือเหมือนจะใช้เท้าถีบเตะเขาทั้งลูกให้กลิ้งไปมา เหมือนกับลูกคลื่น หรือถ้าหากมีกำลังกายประกอบกับกำลังจิตได้ ขณะนั้น ก็เหมือนจะทำลายอะไรได้ทุกอย่างในโลกนี้ นี้เพียงมีแต่กำลังเกิดขึ้นอยู่ในจิตเท่านั้น กำลังนี้มีใช่เป็นกำลังของสติ มีใช่เป็นกำลังของสมาธิ มีใช่เป็นกำลังของปัญญา มีใช่เป็นกำลังของ

ความเพียรแต่อย่างใด กำลังของจิตนี้จะนำไปใช้กับอะไรไม่ได้เลย แต่เป็นธรรมชาติที่เกิดกำลังขึ้นในจิตโดยเฉพาะเท่านั้น กำลังของจิตนี้ตั้งอยู่ได้นาน เมื่อมาประสานกันกับความบริสุทธิ์แล้วแผ่กระจายไปทั่วในสรรพางค์กายอย่างทั่วถึง เมื่อกำลังของจิตและความบริสุทธิ์แผ่กระจายไปในกายไปถึงไหนส่วนไหน ก็เหมือนกายส่วนนั้นๆ มีความเปลี่ยนแปลงไปอย่างรู้เห็นได้ชัดเจนทีเดียว

ฉะนั้น จึงมีการเปลี่ยนแปลงอิฐฐาตุของพระอริยเจ้าทั้งหลาย โดยเฉพาะผู้มีความบริสุทธิ์เต็มทีเท่านั้น ส่วนพระอริยเจ้าชั้นอนาคาลงมา ก็เลสตัณหายังแฝงอยู่ในจิต ความบริสุทธิ์ในธรรมยังไม่สมบูรณ์ กำลังแห่งความบริสุทธิ์จึงไม่มีการชักฟอกอิฐฐาตุให้แปรสภาพไปได้ เพราะพระอนาคายังมีกิเลสที่จะต้องละเป็นเสขบุคคล เป็นผู้อยู่ในขั้นศึกษา ยังหาอุบายวิธีที่จะละกิเลสคือ รูปราคะ อรูปราคะ มานะ อุทธัจจะ อวิชชา อีกต่อไป

เมื่อกำลังจิตและกำลังแห่งความบริสุทธิ์ได้แผ่กระจายฟอกธาตุโดยทั่วถึงแล้ว อีกไม่นานนักนับแต่รู้ในความบริสุทธิ์นั้นมา กำลังของจิตก็ค่อยๆ อ่อนกำลังลงๆ ไม่กี่วันความเป็นปกติก็อยู่ในสภาพเดิม ส่วนความบริสุทธิ์ที่รู้เห็นมาแล้วนั้น ก็รู้เห็นในความบริสุทธิ์เหมือนเดิม ไม่มีการเสื่อมคลายแต่อย่างใด ในขณะ

ที่กำลังของจิตกับความบริสุทธิ์ฟอกธาตุนั้น ก็เหมือนมีการเปลี่ยนนิสัยไปด้วย ตลอดความเป็นอยู่และการวางตัวให้สมกับธรรม ที่ไหนได้ เมื่อความเป็นอยู่ปกติแล้ว นิสัยเดิมที่เป็นมาอย่างไร กิริยา กาย วาจา เป็นมาอย่างไร ความเป็นไปในกิริยา กาย วาจา ก็เป็นไปในลักษณะเดิมนั่นเอง เพราะนิสัยเดิมที่ขาดไปได้อีกมีเฉพาะพระพุทธเจ้าเท่านั้น ส่วนบรรดาพระอริยสาวกทั้งหลายที่เป็นพระสีณาสพโดยสมบูรณ์ บริสุทธิ์ด้วยคุณธรรมแล้วก็ตาม นิสัยเดิมเป็นมาอย่างไร ความเป็นไปในกิริยา กาย วาจา ก็ออกไปในลักษณะนั้น จะตัดขาดนิสัยเดิมไม่ได้เลย ดังคำเปรียบไว้ว่า น้ำลิกเงาลิก น้ำลิกเงาตื้น น้ำตื้นเงาตื้น น้ำตื้นเงาลิก นี่ก็บอกชัดแล้วว่านิสัยของพระอรหันต์ตัดขาดไม่ได้

ฉะนั้น การดูพระว่าองค์ไหนมีความบริสุทธิ์หรือไม่บริสุทธิ์นั้นดูได้ยาก เพราะกิริยาการแสดงออกมาทางกาย วาจา จะเอาเป็นเครื่องตัดสินที่แน่นอนไม่ได้ เช่น บางท่านมีนิสัยสุขุม คุณธรรมก็พร้อม บางท่านมีนิสัยสุขุม จิตแห่งแล่งในคุณธรรม บางท่านกิริยาภายนอกที่แสดงออกไม่ดี แต่จิตพร้อมด้วยคุณธรรม บางท่านกิริยาที่แสดงออกมาก็ไม่ดี และจิตก็แห่งแล่งไป ไม่มีคุณธรรม ฉะนั้น จะเอาตานอกดูกันจึงเป็นของไม่แน่นอน

# อุบายการทำสมาธิ

เริ่มต้นตั้งแต่ได้อธิบายในแนวทางปฏิบัติมาเป็นอุบายวิธี  
แนวทางของการเจริญวิปัสสนาตลอด จนถึงผลแห่งการปฏิบัติ  
อย่างเต็มที่ จากนั้นจะไปจะได้อธิบายในวิธีการทำสมาธิไว้สักสองอุบาย  
พอให้นักปฏิบัติได้พักผ่อนจิตไปบ้าง และพิจารณาด้วยปัญญา  
ไปบ้าง เรื่องที่ยกเอาหลักการทำของสมาธิมาไว้สุดท้าย ก็เพื่อไม่  
ให้มีการสับสนกัน แต่เมื่อเรารู้ในวิธีการทำสมาธิแล้ว เราก็นำเอา  
วิธีการทำสมาธินี้ไปทำความเข้าใจ ในท่ามกลางการพิจารณา  
ในปัญญาในช่วงไหนก็ได้ เพื่อให้เป็นการปฏิบัติภาวนาใน  
สมถกรรมฐาน และวิปัสสนากรรมฐาน เป็นคู่สลับกันไป ดังจะได้  
อธิบายในการปฏิบัติวิธีทำในสมาธิต่อไป (รายละเอียดเกี่ยวกับ  
วิธีการทำสมาธิอยู่ในหนังสือ “ทวนกระแส” ซึ่งเหมาะสำหรับ

ผู้ที่ยังไม่เคยทำสมาธิมาก่อน)

## ทำสมาธิในวิธีที่ ๑

ก่อนจะนั่งสมาธิ ต้องดูแลสุขภาพที่ให้เรียบร้อย พร้อมทั้งมีสติ  
ชำระกาย วาจา ใจ ไว้ให้เป็นปกติ กำหนดจิตให้เป็นปกติอยู่ใน  
ปัจจุบัน อารมณ์ของจิตที่มีมาแล้วในอดีต ก็ปล่อยวางไปในอดีต  
อารมณ์ใดที่เป็นไปในอนาคต ก็อย่าคำนึงคิดถึง หรือการงานใด  
ที่ยังตกค้าง ก็วางทิ้งเสียทั้งหมด จากนั้นก็ให้หัวพระ เมตตาดตน  
เมตตาสัตว์ ทำให้จิตอยู่ในความเป็นกลาง แล้วนั่งเอาขาขวาวาง  
ทับบนขาซ้าย ทำตัวให้ตรง ตั้งสติตั้งใจไว้อย่างมั่นคง แล้วยกมือ  
ขึ้นอธิษฐานจิต ให้มีความหนักแน่นในคุณพระพุทธรเจ้า ในคุณ  
ของพระธรรม ในคุณของพระอริยสงฆ์

เสร็จแล้วค่อยวางมือลง วางบนตัก เอามือขวาวางทับมือซ้าย  
แล้วกำหนดจิตตรวจดูในร่างกายให้ทั่วถึงว่าจะเอาร่างกาย  
ส่วนไหนเป็นนิมิตเครื่องหมายของสติ เพื่อจะได้ระลึกอยู่ในกาย  
ส่วนนั้นๆ พร้อมกับคำบริกรรม ในขณะที่หายใจเข้าให้ตั้งใจนึกว่า  
พุท ในขณะที่หายใจออกให้ตั้งใจนึกว่า โธ ให้ตั้งใจในความรู้สึก  
กับคำบริกรรมนั้น ไปกำหนดรู้อยู่เฉพาะกายส่วนที่กำลังเพ่งดู

อยู่นั้นโดยตรง คำบริการกรม กับลมหายใจ กับสติ ก็เหมือนได้กระทบ  
 ภายที่เรากำหนดรู้อยู่นั้นโดยตลอด ถึงลมหายใจมีอยู่ที่ปลายจมูก  
 แต่ความรู้สึกที่มีสติ ให้กำหนดรู้กายส่วนนั้นอย่าให้เปลอ แล้ว  
 กำหนดกายส่วนนั้นขึ้นโดยสมมติ ว่ากายส่วนที่เรากำหนดเพ่งดู  
 อยู่นั้นเป็นลักษณะอย่างไร ให้สมมติรู้กายส่วนนั้นตามความเป็นจริง  
 ตามรูปพรรณสัณฐาน ถ้าสมมติรู้เห็นยังไม่ชัด ก็พยายามสมมติ  
 รู้เห็นกายส่วนนั้นอยู่บ่อยๆ จนกว่าจะมีความชำนาญ หรือยัง  
 สมมติขึ้นไม่เห็น ก็ตั้งสติตั้งใจไว้ในกายส่วนนั้นๆ ให้มีขอบเขตว่า  
 ขณะนี้เรากำลังกำหนดเพ่งดูกายส่วนนี้อยู่ ก็ให้มีสติตั้งใจกำหนด  
 เพ่งดูอยู่ในขอบเขตของกายส่วนนั้นๆ

ให้เหมือนกับเราเก็บเงินใบร้อยใส่กระเป๋าไว้แล้ว ถึงเงิน  
 ใบร้อยมีอยู่ในกระเป๋า แต่เราก็พอวาดภาพดูเงินนั้นได้โดยสมมติ  
 ว่าเงินใบร้อยนั้นมีสีอย่างไร และอยู่ในกระเป๋าไหนข้างใด เราก็พอ  
 สมมตินึกถึงสีของเงินได้นี้ฉันทใด การกำหนดสมมติดูกายส่วนที่  
 เราเพ่งดูอยู่นั้น ก็ให้กำหนดจิตสมมติดูกายด้วยวิธีนี้ฉันทนั้น

เมื่อเรามีความชำนาญในการกำหนดดูกายหรือเห็นกาย  
 โดยสมมติแล้ว ต่อไปหลังจากที่เราหยุดจากคำบริการกรมแล้ว  
 เราจะนั่งอยู่ในที่นั้นก็ดี หรือเราจะออกมาเดินจงกรมก็ดี ก็ให้

กำหนดจิตพิจารณากายส่วนนั้นๆ ด้วยปัญญา โดยวิธีแยกแยะ  
กายส่วนนั้นๆ โดยสมมติ จะสมมติเอามือถลกหนัง เนื้อ ออกบ้าง  
หรือสมมติเอามือดัดสัฟพันปาดออกเป็นชิ้นเล็กชิ้นใหญ่ เราสมมติ  
สัฟพันปาดเนื้อหนังส่วนไหน ก็ให้กำหนดจิตรู้ตามอาการของกาย  
ในส่วนที่เราสมมติสัฟพันหรือปาดอยู่นั้น ให้เห็นสีสันทและลักษณะ  
ว่าเป็นอย่างไร หน้งเป็นอย่างไร เนื้อเป็นอย่างไร เลือดที่ไหลออก  
มานั้นเป็นอย่างไร ก็สมมติให้จิตได้รู้เห็นตามความเป็นจริง  
นี้เรียกว่าจริงโดยสมมติ

ต่อไปเมื่อจิตรู้เห็นอยู่บ่อยๆ จิตก็จะค่อยรู้เห็นเป็นความจริง  
และจะเกิดความเบื่อหน่ายโดยติดอยู่ในใจ นั้นแลจึงจะถูกกับ  
คำว่า นิพพิทาญาณ คือมีความรู้ในความเบื่อหน่ายประจําใจ  
หรือการพิจารณาด้วยปัญญาในอุบายอย่างอื่น ก็ได้อธิบายมา  
มากแล้ว ขอให้นักปฏิบัติจงเข้าใจตามนี้

## ทำสมาธิวิธีที่ ๒

การกำหนดจิตกำหนดสติทำสมาธิในวิธีที่สองนี้ เป็นของ  
ละเอียดอ่อน เพราะไม่มีวัตถุส่วนหยาบของร่างกายส่วนใด  
ส่วนหนึ่งมาเป็นเครื่องกำหนดรู้ นั่นคือกำหนดจิตให้มีสติเพ่งดู



ในอารมณ์ของจิตโดยเฉพาะ เพราะการเพ่งดูอารมณ์ของจิตนี้ ต้องมีความตั้งใจให้แน่วแน่ ให้มีสติสัมปชัญญะเป็นเครื่องกำหนดรู้ และรู้อารมณ์อยู่ภายในจิตอย่างเข้มแข็ง

คำว่าสัมปชัญญะ ความรู้ตัว ก็คือให้รู้ตัวของอารมณ์ที่มีอยู่ภายในจิตโดยเฉพาะ อารมณ์ของจิตมีลักษณะอย่างไร ให้ผลเป็นสุขเป็นทุกข์ภายในจิตอย่างไร ก็ให้กำหนดสติตั้งลงไปสู่จุดของอารมณ์ของจิตนั้นๆ ให้ตรงกับเป้าหมายในอารมณ์ของจิต ในปัจจุบัน อารมณ์ของจิตมีความเศร้าหมองขุ่นมัว ก็ให้กำหนดจิตโดยมีสติรู้ในอารมณ์ของจิตที่เศร้าหมองขุ่นมัว อารมณ์ของจิตที่เป็นสุขในกามคุณ ก็ให้กำหนดจิตรู้ในอารมณ์ที่เป็นสุข อารมณ์ของจิตที่เป็นทุกข์เนื่องจากความเสียใจในสิ่งที่ไม่สมปรารถนา และความทุกข์ของจิตเกิดขึ้นด้วยอาการใดก็ตาม ก็ให้มีสติกำหนดรู้อยู่ในอารมณ์ของจิตที่เป็นทุกข์ อารมณ์ของจิตเนื่องจากราคะ ความกำหนัดยินดีในกามคุณ ก็ให้กำหนดจิตให้มีสติเพ่งดูในอารมณ์ของราคะภายในจิตโดยเฉพาะ จิตมีอารมณ์ของความโลภ ของความโกรธ เป็นอย่างไร ก็ให้กำหนดจิตโดยมีสติเพ่งดูในอารมณ์ของจิตที่มีโลภะ โทสะ ให้ถูกจุด จิตมีอารมณ์แห่งความรัก จิตมีอารมณ์แห่งความชัง ก็มีสติกำหนดจิตเพ่งลงไป ในอารมณ์แห่ง

ความรัก อารมณ์แห่งความซึ้งนั้น อย่าปล่อยตัว

อารมณ์ที่มีอยู่ที่จิตทุกประเภทแสดงตัวออกมาทางจิตไปในลักษณะใด ก็ตั้งใจให้มีสติกำหนดจึกลงไปในอารมณ์ของจิตนั้นๆ โดยไม่มีการถอนตัว แม้อารมณ์นั้นจะมีความรุนแรงสักเท่าไรก็ตาม ความตั้งใจอันมีสติก็ใช้ความเข้มแข็ง ประคบในอารมณ์ของจิตนั้นอย่างรัดกุม และให้ตั้งจิตปณิธานว่า “ตราบใดอารมณ์ที่เรากำหนดจิตเพ่งดูอยู่นี้ไม่อ่อนตัวลง ข้าพเจ้าก็จะไม่ถอนสติ ถอนความตั้งใจออกจากอารมณ์นี้เป็นเด็ดขาด แม้เลือดเนื้อเชื้อไขจะเหี่ยวแห้งผุพังไป ข้าพเจ้าก็พร้อมที่จะเสียสละ เมื่ออารมณ์ประเภทนี้เกิดขึ้นภายในจิตได้ เราก็มีอุบายชำระอารมณ์ประเภทนี้ให้อ่อนกำลังหรือหมดไปจากจิตได้เช่นกัน”

ข้อสำคัญ เมื่อตั้งสติกำหนดจิตเพ่งดูในอารมณ์ภายในจิตนั้นอยู่ อย่าส่งจิตออกไปคิดหาต้นเหตุของอารมณ์แต่ละอย่างนั้น เป็นเด็ดขาด เมื่อส่งจิตออกไปคิดหาต้นเหตุของอารมณ์แล้วเมื่อไร อารมณ์ภายในจิตที่มีอยู่นั้นก็จะเพิ่มความรุนแรงขึ้นเป็นทวีคูณ เราจะเป็นฝ่ายเสียเปรียบ กำลังแห่งความตั้งใจ กำลังของสติที่มีกำลังน้อย ก็จะต้านทานอารมณ์ที่มีความรุนแรงนั้นไม่ไหว ก็จะกลายเป็นผู้แพ้ในอารมณ์ของกิเลสตัณหาอย่างง่ายดาย

ฉะนั้น เราอย่าส่งจิตออกมาคิดหาต้นเหตุของอารมณ์ อย่าให้สังขารความปรุงแต่งในอารมณ์นั้นๆ เกิดขึ้นอย่างเด็ดขาด เพราะสังขารความปรุงแต่งมีเล่ห์เหลี่ยมมาก ถ้าสังขารได้เข้าไปในอารมณ์ใด อารมณ์นั้นก็หือฮาขึ้นมาทันที ย่อมมีชัยชนะอย่างขาวสะอาดทีเดียว สังขารย่อมเป็นนกสองหัว คอยฉวยโอกาสแฝงเข้าไปในอารมณ์ของจิตได้ทุกวิถีทาง ถ้าจิตมีอารมณ์แห่งความรักใคร่ในกามคุณ สังขารก็ปรุงแต่งแห่งความรักในกามคุณอย่างหยดย้อยทีเดียว จนจิตเคลิ้มไปโดยไม่รู้ตัว ถ้าจิตมีอารมณ์แห่งความเกลียดชัง สังขารก็ปรุงแต่งในเรื่องความเกลียดชัง จนจิตเกิดความอิจฉาทารุณพยาบาทไปอย่างง่ายดาย ถ้าจิตมีอารมณ์ความต้องการลาภ ยศ สรรเสริญ หรือต้องการความสุขในกามคุณ สังขารก็ปรุงแต่งไปในความอยากของจิต ถ้าจิตมีอารมณ์แห่งความทุกข์ สังขารก็ปรุงแต่งพรรณนาในความทุกข์นั้นๆ จนตัดสินใจฆ่าตัวเองตายได้ด้วยวิธีต่างๆ หรือหาวิธีแก้แค้นฆ่าคนอื่นไปได้

ฉะนั้น สังขารจึงเป็นสิ่งที่ไว้วางใจไม่ได้ ดังพระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า “ดูก่อน ภิกษุทั้งหลาย พวกเธออย่าให้ความคุ้นเคยในสังขาร อย่าสนิทกับสังขาร อย่าวิสาสะกับสังขาร อย่าไว้วางใจในสังขาร

อย่ามัวสุมในสังขาร เพราะสังขารเปรียบเหมือนงูพิษ คอยแต่จะ  
 ขบกัดให้เรา มีทุกข์ เมื่อเราผลอตัวเมื่อไร งูพิษก็ย่อมฉกกัดเรา  
 เมื่อนั้น” นี้ฉันใด สังขารจึงเป็นของที่ไม่น่าไว้วางใจ ถ้าสังขารเข้าไป  
 ยุ่งเกี่ยวในอารมณ์ของจิตแล้วเมื่อไร ย่อมก่อกวนส่งเสริมให้  
 อารมณ์ของจิตนั้นๆ พองตัวขึ้นทันทีฉันนั้น เรื่องเล็กๆ ก็กลายเป็น  
 เป็นเรื่องใหญ่ ถ้าเป็นเรื่องใหญ่อยู่แล้ว ก็ย่อมทวีคูณให้เรื่องนั้น  
 ใหญ่ขึ้นไป ขนาดยังไม่มีเรื่องอะไรเลย สังขารก็พยายามฉวย  
 โอกาสก่อเรื่องขึ้นที่จิตจนได้ ทำให้จิตเกิดความหลงใหลใฝ่ฝัน  
 เคลิ้มไปตามสังขารโดยไม่รู้สีกตัว จึงได้ตกเป็นเหยื่อของสังขาร  
 นับแต่ภพชาติอดีตที่ผ่านมาจนถึงภพชาติปัจจุบัน ถ้าเราไม่มี  
 ความเข้มแข็งในการปฏิบัติธรรม ปล่อยให้จิตเป็นไปตามยถากรรม  
 ไม่มีสติสัมปชัญญะรักษาตัว สังขารก็จะลากจิตไปสับไปยำ ให้จิต  
 ได้รับความชอกช้ำ ความทุกข์ ความเดือดร้อน ในภพชาติต่อไป  
 ในอนาคต ไม่มีที่จับสั่นลงได้

ฉะนั้น เราจึงฝึกความเข้มแข็งให้เกิดให้มีขึ้นในตัวเรา ต้อง  
 ตั้งใจปฏิบัติเพื่อเสริมสร้างกำลังให้เกิดขึ้นที่จิตจนได้ ศรัทธา  
 สติ วิริยะ สมาธิ ปัญญา ก็สร้างขึ้น ฉันทะ วิริยะ จิตตะ  
 วิมมังสา ก็ต้องสร้างขึ้นให้เต็มที่ ต้องฝึกตัวให้เป็นผู้มีความพอใจ

ในการปฏิบัติธรรม ให้มีความเพียรติดต่อกันอยู่เสมอ ให้มีความฝึกฝนในการปฏิบัติธรรม ฝึกฝนในความเพียร การนั่งสมาธิ เติบจนกรม ให้มีสติสัมปชัญญะเป็นเครื่องกำหนดรู้ในสังขารธรรม คือ ทุกขัง อนิจจัง อนัตตา อยู่เสมอ เป็นผู้มีความหมั่นความขยันในการตรិตรองใคร่ครวญในสภาวะธรรม ในสังขารธรรม ว่าเป็นความจริงอย่างไร ก็หมั่นใคร่ครวญด้วยปัญญาอยู่บ่อยๆ ความเข้มแข็งของสติ ความเข้มแข็งในการทำสมาธิ ก็จะหนุนปัญญาให้มีกำลัง เพราะสมาธิกับปัญญานั้นเป็นอุบายหนุนซึ่งกันและกันให้มีกำลัง เช่น ปัญญา ถ้าใช้ความพิจารณาให้เป็นเครื่องรอบรู้ในสรรพสังขารอยู่บ่อยๆ ก็ย่อมตัดความกังวลในสังขารภายนอก และสังขารภายใน ให้มีความทุเลาเบาบางลง แล้วกำหนดทำสมาธิได้ง่ายขึ้น และมีความสงบได้เร็ว เมื่อออกจากสมาธิแล้ว จะโน้มจิตไปพิจารณาด้วยปัญญาในรูปธรรม นามธรรม คือ ธาตุสี่ ชันธห้า หรือในสรรพสังขารทั้งหลาย ปัญญาก็พิจารณาได้อย่างคล่องตัว ถ้าผู้ไม่เคยคิด ไม่เคยสร้างปัญญามาก่อนแล้ว ถึงจะออกจากการทำสมาธิมาแล้ว จะโน้มจิตไปคิดพิจารณาด้วยปัญญาในสภาวะธรรมไม่เป็นเลย นอกจากจะนั่งที่ใด เดินที่ใด คิดพิจารณาด้วยปัญญาอะไรไม่เป็น นอกจากจะทำให้จิตเฉยอยู่เท่านั้นเอง

จะได้อะไรกับความเฉยนั้นๆ เหมือนกับผู้ไม่มีงานทำ จะได้อะไร  
เกิดขึ้นเล่า

การได้อธิบายแนวทางปฏิบัติมาแต่เริ่มต้น จนถึงผล  
ของการปฏิบัติว่าเป็นผลอย่างนี้ คิดว่านักปฏิบัติทั้งหลายผู้ใฝ่ใจ  
ในการปฏิบัติธรรมคงจะเข้าใจ ขอให้นักปฏิบัติทุกท่านจงมี  
“นิสम्म กรณํ เสยโย เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยสติ มีปัญญาใคร่ครวญ  
ให้สมเหตุสมผล” ขอทุกคนจงมีส่วนรู้แจ้งเห็นจริงในสัจธรรม  
ตามสติปัญญา ความสามารถ ของแต่ละท่านนั้นเทอญ

# มทสงทษ

ผู้เขียนขอย้าความเข้าใจในการปฏิบัติอีกครั้ง เพราะบางท่านอาจจะไม่เข้าใจว่า ทำไมผู้เขียนจึงเน้นหนักในการพิจารณาด้วยปัญญาไปก่อน แล้วจึงมากำหนดทำสมาธิทีหลัง หรือท่านอาจจะเข้าใจว่า เมื่อจิตไม่ตั้งมั่นในสมาธิแล้ว การพิจารณาก็ไม่ได้ผล อาจจะกลายเป็นวิปัสสนิกไป ไร้สาระ ไม่มีประโยชน์ อาจจะเป็นความนึกคิดที่ฟุ้งซ่านไป แต่ผู้เขียนขอถามท่านสักนิด แล้วให้ท่านนึกตอบคำถามนี้ให้มีเหตุมีผล เอาหลักความจริงในครั้งพุทธกาลมาตอบกัน คือว่าในครั้งพุทธกาลมีผู้ที่ท่านได้บรรลुरुธรรม นับแต่ภูมิพระอริยโสดา พระสกิทาคา พระอนาคา พระอรหันต์ เพราะในสมัยนั้น พื้นฐานในการปฏิบัติ มีความแน่นอนและถือเป็นมาตรฐาน เป็นหลักการของนักปฏิบัติ

ในสมัยนั้นอย่างถูกต้อง มีคำถามอยู่ว่า ในครั้งพุทธกาลนั้น ผู้ทำสมาธิแต่อย่างเดียว จิตมีความสงบลุล่วงไปถึงฌานสมาบัติ ถือว่ามีความสงบในสมาธิเต็มที่แล้วมีองค์ไหนบ้าง มีวิปัสสนาญาณเกิดขึ้นแล้วได้บรรลุมรรคผล แล้วท่านจะไปค้นหาคุณประวัติของ พระอริยเจ้าในสมัยนั้นได้จากหนังสือธรรมบท หรือคัมภีร์พระสูตร ในพระไตรปิฎกได้ และท่านก็จะตอบคำถามนี้ได้อย่างถูกต้องทันที และก็จะเกิดความแน่ใจในตัวท่านเอง เพราะศาสนาพุทธเป็น ศาสนาที่เกิดขึ้นจากพระอริยะคือพระพุทธเจ้าเป็นองค์แรก และเราก็คงได้ยินและรู้มาแล้วว่าพระพุทธเจ้าท่านนั้นเป็นผู้ค้นพบ ธรรมก่อนใครๆ ทั้งสิ้น ทั้งธรรมนั้นก็ เป็นของเก่า ธรรมนี้มีมาก่อน พระพุทธเจ้าตั้งแต่กาลไหนๆ แต่ทำไมพระพุทธเจ้าจึงมาค้นพบ ธรรมได้ คำว่าค้นพบนั้นเป็นลักษณะความหมายเป็นอย่างไร คำว่าค้นพบนั้นเป็นเรื่องของปัญญามิใช่หรือ

ศาสนาพุทธจะเกิดขึ้นในโลกก็เนื่องจากผู้มีปัญญามิใช่หรือ ถ้าจะเริ่มค้นกันจริงๆ เมื่อครั้งพระสิทธัตถะได้ทอดพระเนตรเห็น คนแก่ คนเจ็บ คนตาย และสมณะ เมื่อพระองค์ได้ทอดพระเนตร แล้ว พระองค์ไปทำสมาธิ หรือพระองค์ไปพิจารณาด้วยปัญญา ในพุทธประวัติท่านก็คงรู้ดี นี้พระองค์ก็ใช้วิปัสสนิก คือการคิด



ด้วยปัญญาเองมิใช่หรือ การใช้ปัญญานึกคิดไปตามหลักความจริง  
นี้เองจึงทำให้พระองค์เกิดความกลัวในการเกิด แก่ เจ็บ ตาย  
พระองค์ก็ใช้ความนึกคิดด้วยปัญญา หาวิธีที่จะป้องกันไม่ให้เกิด  
ไม่ให้แก่ ไม่ให้เจ็บ ไม่ให้ตาย จึงตัดสินใจพระทัยออกผนวช ทรงเพศ  
เป็นสมณะ เพื่อแสวงหาเส้นทางที่จะป้องกันไม่ให้เกิด ไม่ให้แก่  
ไม่ให้เจ็บ ไม่ให้ตาย ในภพชาติอีกต่อไป

ในขณะนั้น พระองค์ได้ทราบข่าวของดาบสทั้งสอง พระองค์  
ก็ได้เข้าไปศึกษา คิดว่าจะมีแนวทางป้องกันการเกิด แก่ เจ็บ ตายได้  
หรืออาจมีแนวให้ตรัสรู้เป็นอนุตรสัมมาสัมโพธิญาณ ที่ไหนได้  
เมื่อไปศึกษาแล้ว ก็เพียงเป็นสมาธิ สำเร็จในอภิญญา ๕ สมาบัติ ๘  
เท่านั้น พระองค์ก็ศึกษาจนสำเร็จ แต่พระองค์เป็นผู้มีปัญญา  
มาก่อนแล้ว จึงพิจารณาเห็นว่าการทำสมาธิเพียงมีอภิญญาเกิดขึ้น  
เท่านั้น จึงไม่มีช่องทางที่จะให้ตรัสรู้ได้เลย แม้ดาบสทั้งสองก็ติด  
อยู่ในความสงบสุขอย่างนี้ไปจนตลอดวันตาย นี้ถ้าวิปัสสนาญาณ  
เกิดขึ้นจากสมาธิที่แน่วแน่มั่นคง ถ้าอย่างนั้นดาบสทั้งสองทำไมจึง  
ไม่มีวิปัสสนาญาณประหารกิเลสให้หมดไปจากจิตได้เลย

ศาสนาพุทธจึงเกิดขึ้นจากนักปราชญ์เอก ผู้มีสติปัญญาที่  
เฉียบแหลมคมคาย มิใช่เป็นลัทธิโยคีที่บำเพ็ญตบะอาศัยความสงบ

จากสมาธิแต่อย่างเดียว เมื่อพระองค์ได้ตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้าแล้ว จึงได้วางหลักการภาวนาปฏิบัติ และสั่งสอนพุทธบริษัทให้บรรลุ มรรคผลเป็นจำนวนไม่น้อย บางท่านก็ได้บรรลุมรรคผลเฉพาะ พระพักตร์ของพระองค์ บางท่านก็จดจำเอาอุบายธรรมจาก พระพุทธเจ้าแล้วนำไปปฏิบัติและได้บรรลุมรรคผลทีหลัง

**หลักการปฏิบัติพระองค์ได้วางไว้ ๒ วิธี นั่นคือ สมถกรรมฐาน และวิปัสสนากรรมฐาน ทั้ง ๒ วิธีนี้พระองค์ได้ มองเห็นความสำคัญมาก จึงวางให้เป็นของคู่เคียงกัน แต่ ความเห็นของคนส่วนใหญ่ยังเข้าใจอยู่ว่า สมถต้องขึ้นก่อน แน่นนอน วิปัสสนาเกิดทีหลัง นี่ตามหนังสือที่มีอยู่ในหมวดต่างๆ หรือในโอวาทปาฏิโมกข์ หรืออยู่ในอนุศาสน์คู่มือของพระอุปัชฌาย์ นั้นเป็นนักปราชญ์ที่เรียบเรียงกันใหม่มิใช่หรือ เพื่อให้สอดคล้อง ในศาสนพิธี เพื่อให้เป็นไปตามขั้นตอน ในชั้นหยาบคือศีล ชั้นกลาง คือสมาธิ ชั้นละเอียดคือวิปัสสนา นี้ก็รู้กันอยู่แล้ว**

ถ้าเป็นไปในลักษณะเรียงแบบที่ว่ามานี้จริงแล้ว ท่านจะ สังเกตดูเหตุผลในครั้งพุทธกาลได้ไหมว่า ในสมัยนั้นบางท่านว่า นะโม ยังไม่เป็น ศีล ๕ ก็ไม่รู้จักว่ารักษาอย่างไร ขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ อัปปนาสมาธิ ฌาน สมาบัติ ก็ไม่รู้จัก ท่านเหล่านั้น

ฟังเทศน์ของพระพุทธเจ้า หรือฟังเทศน์ของพระสาวกเจ้าทั้งหลาย ท่านเหล่านั้นมีสิทธิ์ที่จะได้บรรลุมรรคผลใหม่ นี่เพียงให้ข้อคิดเท่านั้น คิดว่าท่านคงไม่ถือสากับพระป่าผู้มีความรู้น้อยและด้อยในการศึกษาแต่อย่างใด

ผู้เขียนจะพาท่านให้คิดในอีกแง่หนึ่ง ในครั้งพุทธกาล นั้นคือมรรค ๘ ในองค์ของมรรค ๘ นี้เพียบพร้อมทั้งหมด และเป็นแนวทางปฏิบัติที่เป็นมาตรฐานที่สุดและตรงที่สุด ในครั้งพุทธกาลที่ท่านทั้งหลายได้บรรลุมรรคผลไปแล้ว ท่านเหล่านั้นก็ปฏิบัติตามมรรค ๘ นี้ทั้งนั้น แต่ท่านปฏิบัติที่ตรงไปในองค์มรรค การปฏิบัติในองค์มรรค ๘ ในขั้นเริ่มต้นนั้น ท่านตั้งหลักสัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปป์ ขึ้นก่อน เพื่อเป็นหลักยืนตัว นั่นคือ ปัญญาอันเห็นชอบ การดำริพิจารณาด้วยปัญญาก็ดำริชอบ มิใช่หรือ ศิลจะรักษาให้มีความบริสุทธิ์ก็เพราะปัญญามิใช่หรือ สมาธิคือความตั้งใจไว้ให้มั่นคง ถ้าปัญญาไม่มีความฉลาดรอบรู้ในการตั้งฐานของจิตแล้ว ความมั่นคงของจิตจะมีมาจากที่ไหน ไม่นานก็ล้มละลายไปเท่านั้นเอง

ฉะนั้น ปัญญาที่เห็นชอบ ดำริพิจารณาด้วยปัญญาที่ชอบธรรม จึงเป็นหลักใหญ่มาตรฐานในการปฏิบัติธรรม เพราะ

นักปฏิบัติต้องเป็นผู้มีปัญหาเป็นเครื่องรอบรู้ว่าทำอะไรคือสิ่ง  
จะมีความบริสุทธิ์ ว่าจะเอาอุบายในกรรมฐานบทไหนมานึก  
บริกรรมเพื่อให้ถูกกับจริตนิสัยของตัวเอง ปัญญาที่ต้องคิดต้อง  
นึกหาเหตุผล จนมีความชำนาญชำนาญของคลองตัว เพราะปัญญา  
เปรียบเสมือนหัวหน้าโคที่สำคัญ โคที่จะพาฝูงโคทั้งหลายข้าม  
ฝั่งกระแสไปได้ ก็คือปัญญาที่เป็นสัมมาทิฐิตัวนี้

เมื่อสัมมาทิฐิคือปัญญาที่เห็นชอบเป็นแกนนำไว้อย่าง  
ดีแล้ว มรรคข้ออื่นๆ รวมทั้งสัมมาสมาธิก็มารวมอยู่ในปัญญาที่  
เห็นชอบนี้ทั้งหมด นี้เราเป็นนักปฏิบัติผู้เดินตามมรรค ๘ เพื่อให้  
ความตรงไปสู่มรรคผล ก็ต้องปฏิบัติให้ตรงตามมรรค ๘ ก็แล้วกัน  
อย่าเอามรรคข้อกลางมาอยู่ข้างหน้า อย่าเอามรรคข้อสุดท้าย  
มาอยู่ท่ามกลาง อย่าเอามรรคข้อสำคัญคือปัญญาอันเห็นชอบ  
ไปทิ้งไว้ในที่สุดท้ายปลายแถวโดยไม่มองเห็นความสำคัญ  
มันจะเหมือนกับจัดสมภารองค์ธรรมกถึกไปนั่งหางแถวต่อสามเณร  
จะยกอันดับสามเณรมาเป็นหัวแถวรับแขก มันจะไหวหรือ หรือ  
ไปสับเปลี่ยนให้นายกรัฐมนตรีมาเป็นผู้ใหญ่บ้าน แล้วจัดผู้ใหญ่บ้าน  
ไปเป็นนายกรัฐมนตรี มันจะถูกหลักหรือเปล่า นี้ความเห็นของ  
พระป่า คิดว่านักปราชญ์ผู้ฉลาดรู้คงจะไม่ติดใจ คิดว่าท่านผู้รู้คง

ให้อภัย ให้ถือว่าผู้รู้เท่าไม่ถึงการณ์ก็แล้วกัน หรือจะเป็นทำนอง  
 ที่ว่า ลูกปูเดินสอนแม่ปู หรือเป็นลูกนกเค้าทักท้วงตาแม่ก็ไม่ได้  
 การเรียบเรียงองค์มรรคต้นฉบับเดิม ต้องเอาปัญญาขึ้นก่อน  
 สมาธิทีหลัง การปฏิบัติในองค์มรรคก็พอจะเข้าใจแล้วว่า คือ  
 วิปัสสนากรรมฐาน สมถกรรมฐาน กรรมฐานทั้ง ๒ นี้เกี่ยวเนื่องกัน  
 หรือจะเรียบเรียงให้เป็นสมถกรรมฐานขึ้นก่อน แล้วเอา  
 วิปัสสนากรรมฐานไว้ทีหลังก็ได้ แต่การปฏิบัติธรรมจริงๆ แล้ว  
 ให้ปฏิบัติสลับกันไป จะเอาอะไรขึ้นก่อนไว้หลังยอมปฏิบัติได้ทั้ง  
 นั้น ข้อสำคัญ เมื่อทำสมถะไปก่อนแล้ว ก็ถอนออกมาพิจารณา  
 ด้วยปัญญาต่อไป คำว่าปัญญาก็คือวิปัสสนานั้นเอง เมื่อ  
 พิจารณาด้วยปัญญาเหนื่อยแล้วก็กลับมากำหนดทำในสมถะ  
 ต่อไป คำว่าสมถะก็คือการทำสมาธินั้นเอง อย่าทำสมถะคอย  
 วิปัสสนา หรืออย่าคอยให้จิตเป็นสมาธิก่อนแล้วคิดว่าปัญญาจะ  
 เกิดขึ้น เพราะการทำความสงบในสมาธิ ก็มีผลคือความสงบของ  
 สมาธิตลอดไป ถ้ามีความสงบมาก ก็มีความสุขในสมาธิมาก ดัง  
 บาลีว่า “นตถิ สนฺติ ปรี สุขํ สุขุณฺณํ อื่นยิ่งกว่าความสงบไม่มี”  
 ความสุขในที่นี้หมายถึงโลกียสุขของชาวโลก ที่เพียบพร้อมด้วย  
 กามคุณทั้งหลาย ไม่ได้หมายถึงโลกุตรสุข ที่เป็นความสุขมา

จากมรรคผล สุขในมรรคผลที่แท้จริงนั้นคือ “นิพพาน ปรม สุข”  
นี่เป็นความสุขที่เหนือไปจากโลกีย์แล้ว

ฉะนั้น ผลจากการทำสมาธิ บางท่านก็มีอภิญญา เช่น ตาทิพย์  
หูทิพย์ หรือกำหนดรู้วาระจิตของคนอื่น มากกว่านั้นก็เป็นที่อิทธิฤทธิ์ญาณ  
มโนเมยิทธิญาณ จุตูปปาตญาณ ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ ญาณที่ได้  
กล่าวมานี้เป็นญาณโลกีย์ทั้งนั้น ถ้าผู้ไม่มีปัญญาแล้ว ก็จะหลงติด  
อยู่กับญาณโลกีย์นี้ตลอดไป ส่วนญาณที่เป็นโลกุตระนั้นมีญาณเดียว  
คือ อาสวักขยญาณ คือญาณที่รู้จักว่าอาสวะจะสิ้นไปเท่านั้น

ขอวกกลับมาหาปัญญาอีกที ส่วนปัญญา ถ้าพิจารณาให้  
รู้เห็นในสังขารให้ชำนาญแล้ว ก็จะเป็น “ญาณทัสนะ” หรือ  
“ปัญญาญาณ” ทั้งรู้ทั้งเห็น หรือว่าวิปัสสนาญาณ ก็เป็นความหมาย  
ในการรู้เห็นอย่างเดียวกัน ฉะนั้น วิปัสสนาญาณจึงเกิดต่อเนื่อง  
มาจากปัญญา คือสัมมาทิฐิ คือปัญญาความเห็นชอบ สัมมาสังกัปป  
การดำริพิจารณาด้วยปัญญาที่ชอบธรรม นี่เป็นสายทางของ  
วิปัสสนาญาณ มิใช่วิปัสสนาญาณจะเกิดขึ้นจากสมาธิตาม  
ความเข้าใจ แต่กรรมฐานทั้งสองนี้เป็นพี่เลี้ยงให้แก่กันและกัน  
หรืออุดหนุนซึ่งกันและกัน ถ้าขาดอย่างใดอย่างหนึ่งแล้วก็ขาด  
ความสมบูรณ์ การภาวนาปฏิบัติก็ไม่ไปถึงไหน เป็นในลักษณะ

นั่งจำเข้าอยู่ในที่เดิมเท่านั้น นี่ก็ตามความคิดเห็นของพระป่า  
 ขอนักปราชญ์ผู้ฉลาดในเหตุผลคงจะไม่ถือเอาเป็นคติ เพราะไม่มี  
 ในตำราโดยตรง เพียงพูดตามเหตุผลเท่านั้น

คำว่าวิปัสสนิกนั้น เป็นคำพูดที่ประชดกันเล่นเฉยๆ บางคำ  
 ก็ว่า วิปัสสนแบบ้าง วิปัสสนเดาบ้าง นี่คือคำพูดของผู้มีความมั่นใจว่า  
 วิปัสสนาญาณย่อมเกิดขึ้นจากความสงบในการทำสมาธิเท่านั้น  
 จึงจะเป็นวิปัสสนาญาณที่แท้จริง แต่ก็ยังไม่ทราบว่ามีวิปัสสนาญาณ  
 ของท่านผู้พูดนี้ได้เกิดขึ้นจากการทำสมาธิแล้วหรือยัง ทางที่ดี  
 อยากรู้ให้ท่านผู้พูดนี้ไปศึกษาประวัติของผู้ทำความสงบในสมาธิ  
 ดูบ้าง ว่าในครั้งพุทธกาลทำสมาธิกันอย่างไร วิปัสสนาญาณเกิด  
 ขึ้นหรือไม่ หรือก่อนพระพุทธเจ้าลงไปอีกนับเป็นกัปก็ตาม  
 ในสมัยนั้น พระพุทธเจ้ายังเป็นพระโพธิสัตว์สร้างบารมี และ  
 พระสาวกทั้งหลายก็สร้างบารมี ในสมัยครั้งนั้น ก็มีการออกบวช  
 เป็นดาบสฤๅษีบำเพ็ญสมาธิ จิตมีความสงบอย่างลึกซึ้ง จนได้  
 อภิญญา ๕ สมาบัติ ๘ ก็ไม่มีประวัติว่าวิปัสสนาญาณเกิดขึ้นจาก  
 การทำสมาธิแต่อย่างใด แม้แต่ประเทศอินเดียในยุคปัจจุบันนี้  
 ก็ยังมีพวกโยคีบำเพ็ญตบะ ทำให้จิตเป็นสมาธิกันอยู่มาก แต่  
 ทำไมพวกโยคีเหล่านั้นจึงไม่มีวิปัสสนาญาณเกิดขึ้นเล่า

การทำความสงบให้จิตเป็นสมาธินั้นเป็นของประจำโลกมาแต่กาลไหนๆ ผู้ที่เขาไม่นับถือพุทธศาสนา เขาก็มีวิธีทำให้จิตสงบเป็นสมาธิได้ ส่วนวิปัสสนาญาณนี้จะมีเฉพาะพุทธศาสนาเท่านั้น แม้ผู้นับถือพุทธศาสนาก็มิใช่จะมีวิปัสสนาญาณกันหมดทุกคน เพราะวิปัสสนาญาณจะมีเฉพาะผู้กำลังจะบรรลุธรรมขั้นใดขั้นหนึ่งในช่วงขณะเดียวกัน มีใช่จะเกิดขึ้นซ้ำๆ ซากๆ เจริญขึ้นเสื่อมลงตามความเข้าใจ วิปัสสนาญาณไม่ใช่หนึ่งกับคำบริกรรมในอารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่ง การทำอย่างนี้เรียกว่าการทำสมาธิ มิใช่เป็นวิปัสสนา การเจริญวิปัสสนาก็คือการใช้ปัญญาค้นคิดพิจารณาให้เห็นจริงในสังขาร

คำว่าญาณ ก็คือรู้จริงในสังขารว่าเป็นจริงอย่างนั้น ถ้าพูดรวมกันวิปัสสนาญาณ ก็คือเห็นจริงรู้จริงในสรรพสังขารทั้งหลายตามความเป็นจริง รู้จริงเห็นจริงในสภาวะธรรม ในสังขารที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่และดับไปตามเหตุปัจจัยที่เป็นจริง วิปัสสนาญาณนี้ ถ้าไม่มีปัญญาในองค์มรรคกฤษฎทางไว้ก่อนแล้ว วิปัสสนาญาณก็เกิดขึ้นไม่ได้เลย ดังคำบาลีว่า “นิพพานคมนิมคค์ ขิปปเมว วิโสธเย พิงริปลัตตตทางไปพระนิพพาน” ให้มีกฤษฎเครื่องหมาย เมื่อถึงกฤษฎนี้แล้ว ก็มองหากรฤษฎข้างหน้าต่อไป



จนกว่าจะถึงจุดหมายปลายทาง

นี่ก็พอจะเข้าใจในขั้นตอนแนวทางที่จะเกิดขึ้นของ  
วิปัสสนาญาณแล้ว ว่าย่อมเริ่มต้นจากปัญญาในองค์มรรค ดัง  
วิปัสสนาญาณ ๙ บอกชัดแล้วว่า

- ๑) ปัญญาพิจารณารู้เห็นความเกิดความดับในสภาวะธรรม
- ๒) ปัญญาพิจารณารู้เห็นความดับฝ่ายเดียว
- ๓) ปัญญาพิจารณารู้เห็นสังขารเป็นของน่ากลัว
- ๔) ปัญญาพิจารณารู้เห็นโทษของสังขารทั้งหลาย
- ๕) ปัญญาพิจารณารู้เห็นความเปื้อนหน่ายในสรรพสังขาร  
ทั้งหลาย

๖) ปัญญาพิจารณารู้เห็นในความอยากพ้นไปจาก  
ความทุกข์ทั้งหลาย

- ๗) ปัญญาพิจารณารู้เห็นในเส้นทางที่จะพ้นไป
- ๘) ปัญญาพิจารณารู้เห็นในอุบายวิธีวางเฉยในสังขาร
- ๙) ปัญญาพิจารณารู้เห็นในสังขารที่เป็นจริง

ฉะนั้น วิปัสสนาญาณจึงเป็นผลต่อเนื่องมาจากปัญญา  
ขั้นพื้นฐานในองค์มรรค ดังได้อธิบายมาแล้ว คิดว่านักปฏิบัติ  
ทั้งหลายคงจะเข้าใจ หรือหากสงสัยในแง่ไหน ชัดข้องในอุบายใด

ที่ผู้เขียนได้อธิบายไปแล้ว ผู้เขียนก็พร้อมที่จะอธิบายเพิ่มเติม  
เมื่อมีโอกาสอำนวย

ขอให้นักปฏิบัติทุกท่านผู้มีความตั้งใจจริง จงใช้สติปัญญา  
พิจารณาให้รู้เห็นในสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นดับไป ให้รู้เห็นจริงใน  
สรรพสังขารทั้งหลายว่าเป็นโทษภัยที่เป็นทุกข์ ให้รู้เห็นใน  
สังขารที่เป็นจริงและเปิดเผยอยู่ตลอดเวลา จึงจะสมกับว่า  
เป็นนักภาวนาปฏิบัติที่แท้จริง

# ข้ามกระแส

## พระอาจารย์ทูล ขิปปปัญญา

หนังสือเล่มนี้เป็นมรดกธรรมที่พระอาจารย์ทูล ขิปปปัญญา อดีตเจ้าอาวาส วัดป่าบ้านค้อ เขียนขึ้นและจัดพิมพ์เป็นหนังสือครั้งแรกในปีพ.ศ. ๒๕๒๙ โดยมีจุดประสงค์เพื่อเผยแผ่แนวคำสอนดั้งเดิมของพระพุทธเจ้า ซึ่งมุ่งเน้น การสร้างสัมมาทิฐิปัญญาความเห็นชอบให้เกิดขึ้นที่ใจ สำหรับผู้ที่ปรารถนา ความสุขในชีวิต ตลอดจนผู้ที่มุ่งหวังมรรคผลนิพพาน

ผู้จัดพิมพ์ : วัดซานฟรานธัมมาราม

ภาพปก : รุ่งกมล กรรเจียกพงษ์

### สงวนลิขสิทธิ์

ห้ามพิมพ์จำหน่าย คัดลอก และพิมพ์ซ้ำเนื้อหาในหนังสือเล่มนี้ไปเผยแพร่ ทางสื่อทุกชนิดโดยไม่ได้รับอนุญาต ผู้สนใจกรุณาติดต่อ

วัดซานฟรานธัมมาราม 2645 Lincoln Way, San Francisco, CA 94122

โทร. ๑-๔๑๕-๗๕๓-๐๘๕๗ • watsanfran.org • watsanfran@yahoo.com

วัดป่าบ้านค้อ หมู่ ๗ ต.เขื่อน้ำ อ.บ้านผือ จ.อุดรธานี ๔๑๑๖๐

โทร. ๐๘๙-๔๑๖-๗๘๒๕ • watpabankoh.com • watpabankoh@gmail.com

ผู้สนใจอ่านหนังสือธรรมะและฟังบันทึกเสียงธรรมเทศนา  
ของพระอาจารย์ทูล ขิปปปัญโญ สามารถดาวน์โหลดได้ที่

<http://watpabankoh.com>

<http://kpyusa.org>

<http://luangporthoon.net>

ผู้ใดมีความประสงค์จะสมทบทุนในการจัดพิมพ์หนังสือธรรมะ  
กรุณาติดต่อ คุณโสรัถยา สุริย์จามร soratya@yahoo.com  
ธนาคารกรุงเทพ บัญชีออมทรัพย์ เลขที่บัญชี 650-0-12774-8