

# ตัดกระดาษ

พระอาจารย์ทูล ขิปปปัญโญ

ศักดิ์กระแสน

---

พระอาจารย์ทูล ชิปป์ปณโณ

# คำถามแรก

ข้าพเจ้าได้เขียนหนังสือเล่มนี้ขึ้น เพื่อเป็นอุบายการปฏิบัติ ในการพิจารณาด้วยปัญญา เพราะมีนักปฏิบัติหลายท่านได้ถาม ข้าพเจ้าว่า การพิจารณาด้วยปัญญาจะพิจารณาอย่างไร และมี นักปฏิบัติหลายท่านยังเข้าใจว่า เมื่อจิตสงบรวมลงเป็นอัปนาสมาธิ เต็มที่แล้ว วิปัสสนาญาณจึงจะเกิดขึ้น หรือพูดว่าไปนั่งวิปัสสนา ที่วัดนั้นบ้างวัดนี้บ้าง การพูดเช่นนี้ก็เหมือนกับว่า วิปัสสนาญาณ จะเกิดขึ้นแต่ในอิริยาบถนั่งอย่างเดียว บางท่านพูดว่าเคยนั่ง วิปัสสนามาหลายปีแล้ว ทำไมจึงละกิเลสตัณหาไม่ได้ ความโลภ ความโกรธ ความหลง ราคะ ก็มีเท่าเดิม นี่เองจึงทำให้ข้าพเจ้าได้ เขียนหนังสือเล่มนี้ขึ้น เพื่อให้ให้นักปฏิบัติได้เข้าใจวิปัสสนา และ ให้เข้าใจในสมณะที่ถูกต้อง เพื่อให้การปฏิบัติได้เป็นไปตามจุดหมาย และสมมติคำพูดให้ถูก ความเข้าใจก็ให้ถูก ว่าการทำสมณะทำอย่างนี้ การเจริญวิปัสสนาทำอย่างนี้ การทำให้วิปัสสนาญาณเกิดขึ้นทำ อย่างนี้ เพื่อให้เป็นสัมมาทิฐิความเห็นที่ถูกต้องในเบื้องต้น ถ้าความเห็นชอบในเบื้องต้นถูกทางแล้ว ก็จะมีความเห็นชอบ

ในท่ามกลาง และมีความเห็นชอบในที่สุด ถ้ามีความเห็นผิด ความเข้าใจผิด การดำริก็ผิด การปฏิบัติก็ผิด และผลของการปฏิบัติ ก็ผิดไปตามๆ กัน ฉะนั้น หนังสือเล่มนี้พอที่จะเป็นประโยชน์แก่ ท่านในความคิดเห็น จะมีความเข้าใจในหลักการปฏิบัติไม่มากนัก น้อย พร้อมนี้จึงขออนุโมทนามายังคณะศรัทธาที่ให้ความสนับสนุน จัดพิมพ์หนังสือเล่มนี้ โดยความบริสุทธิ์ด้วยน้ำใจ ด้วยอำนาจ บุญกุศลเจตนาที่เป็นธรรมนี้ ขอจงให้รู้เห็นในสังขารด้วยปัญญา ที่ชอบธรรม จงทุกประการเทอญ

พระอาจารย์ทูล ขิปปปัญโญ

# สารบัญ

ลักษณะอาการของจิต	๑
การตั้งสติ คือความตั้งใจ	๓
การทำจิตให้สงบเป็นหลักสากล	๕
ผลของการทำสมาธิแต่อย่างเดียว	๗
ผลของความสำคัญผิดในสมาธิ	๙
ปัญญาไม่มีจึงถูกสังขารหลอก	๑๑
พื้นฐานของวิปัสสนาญาณ	๑๓
จิตหลงกลมายาของกิเลสตัณหา	๑๖
สร้างทางให้จิตด้วยปัญญา	๑๘
ปัญญาสอนจิตให้มีความรู้รอบ	๒๐
การพิจารณารูปขั้นนี้	๒๒
การพิจารณาหลักความจริงด้วยเหตุผล	๒๖
ปัญญาพิจารณาสังขารในไตรลักษณ์	๓๐
การพิจารณาความตาย	๓๕
ปัญญาเบื้องต้นอาศัยสัญญา สมมติ	๔๓

สร้างปัญญาให้แก่จิต	๔๖
ปัญญาอบรมสมาธิ	๔๘
การดำเนินอริยมรรคด้วยปัญญา	๕๒
ปัญญาคืออาวุธปราบกิเลส	๕๙
วิภวัญหะหยุดหมุน ไฟดับอย่างสนิท	๖๙
รู้ไม่มีสมมติ และนิमितหมาย	๗๒
ภาคผนวก: สมาธิวิธี	๘๑
บทสรุป	๘๗

# ลักษณะอาการของจิต

ก่อนที่จะได้รู้อุบายของวิปัสสนานั้น ผู้เขียนขอทำความเข้าใจกับท่านในเรื่องการทำสมาธิ และผลที่จะเกิดขึ้นจากการทำสมาธิ เพราะการทำสมาธิเป็นอุบายให้จิตได้มีการพักผ่อนอยู่ในความสงบตามปกติแล้วจิตไม่ชอบอยู่เป็นที่ ชอบคิดโน้นชอบคิดนี้ เป็นเรื่องเล็กบ้าง เป็นเรื่องใหญ่บ้าง เป็นเรื่องชอบใจและไม่ชอบใจ เป็นเรื่องความสุขใจและความทุกข์ใจ และคิดไปในเรื่องที่ไม่มีสาระเลื่อนลอย ไม่มีจุดหมายปลายทาง ทั้งตัวเองก็ไม่รู้ว่าจิตคิดไปในเรื่องไหนบ้าง และชอบคิดไปในเรื่องนอกตัว เหมือนกับลูกตาที่ดูอยู่แต่ภายนอก จิตถ้าไม่มีอุบายแล้ว ก็จะไม่อยู่กับที่ ฉะนั้น จึงหาคำบริกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งมาเป็นอุบายให้จิตได้อยู่และมีสติสัมปชัญญะ เป็นพี่เลี้ยงกำกับอยู่เสมอ ถ้าสติเผลอ จิตก็

เสี้อลลอดออกหนึ่ไปเสี้อ กว่าสติจะรู้ทัน จิตได้ออกไปเล่นอยู่กับ  
สิ่งภายนอกเสี้อแล้ว จิตเหมือนกันกับเด็กที่กำลังชอบเล่นชอบ  
เที่ยว พ่อแม่ก็ต้องคอยดูแลอย่างใกล้ชิด ดูแลในการพักผ่อน  
หลับนอน ดูแลในการศึกษา ดูแลทั้งอาหารการกิน ว่าสิ่งไหน  
ควรสิ่งไหนไม่ควร ฉะนั้น สติสัมปชัญญะจึงหาอุบายเพื่อจะ  
ให้จิตได้อยู่เป็นที่ มีสติควบคุมจิตให้อยู่ในคำบริกรรมนั้น  
ไม่ให้ผลล



# ความตั้งใจ คือ ความสำเร็จ

ความตั้งใจเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่ง ถ้ามีความตั้งใจทำในสิ่งใด สิ่งนั้นต้องสำเร็จ แม้งานทางโลกจะมีความสำเร็จจุลวงไปได้ ก็ต้องอาศัยความตั้งใจทั้งนั้น นี่งานทางธรรม เป็นงานที่ใหญ่ เป็นงานที่ละเอียดอ่อน เป็นงานที่จะถอนรากถอนโคนของวัฏจักรให้หมดไปสิ้นไปจากจิต ก็ต้องมีความตั้งใจที่เด็ดเดี่ยว กล้าหาญและแน่วแน่จริงจัง ฉะนั้น ความตั้งใจจึงเป็นแนวทางที่เยี่ยมยอดในปฏิบัติธรรม ความตั้งใจอยู่ที่ไหน สติก็อยู่ที่นั่น ถ้ามีความตั้งใจน้อย สติก็จะค่อยเลือนลางไป ถ้าไม่มีความตั้งใจเสียเลย การภาวนาก็จะพลอสติตลอดไป ฉะนั้น ความตั้งใจจึงเป็นจุดเด่นในทางปฏิบัติภาวนา ถ้าขาดความตั้งใจแล้ว การปฏิบัติก็จะไม่มีผลดีอะไรเลย ความตั้งใจนี้เองจะเป็นแนวทางให้จิตเป็น

#### ๔ ตัดกระแส

สมาธิได้ง่าย เพราะสมาธิก็คือความตั้งใจมั่นนั่นเอง **ความตั้งใจ**  
**อยู่ที่ไหน ความตั้งมั่นของจิตก็อยู่ที่นั่น**

# การทำจิตให้สงบเป็นหลัก สากล

เพราะการทำให้จิตสงบนั้นมีมาประจำโลก และมีมาก่อน  
ที่พระพุทธเจ้าของเราทั้งหลายอุบัติขึ้นในโลก เมื่อครั้งพระองค์  
ออกผนวชยังไม่ได้เป็นพระพุทธเจ้า ในสมัยนั้นก็ยังมีอุททกดาบส  
อาหารดาบส เคยทำให้จิตสงบมาแล้ว และก็มีคุณสมบัติที่  
เป็นอัปนาสมาธิ เป็นรูปฌาน อรูปฌาน อย่างคล่องแคล่ว  
พระองค์ผู้ช่าก็เข้าไปศึกษาและปฏิบัติฝึกหัดให้จิตมีความสงบ  
เป็นอัปนาสมาธิ เป็นรูปฌาน อรูปฌาน ได้อย่างเร็ว พระองค์จึง  
มาพิจารณาดูความสงบนี้ว่าไม่ใช่ที่จะเป็นแนวทางให้ตรัสรู้ได้  
เมื่อจิตรวมอยู่ในสมาธิ ก็เพียงมีความสุขเท่านั้น เมื่อออก  
จากสมาธิมาแล้ว จิตก็ไหวไปตามอารมณ์ของกามคุณเหมือนเดิม

นี้แหละท่าน การทำความสงบของดาบสทั้งสองพร้อมทั้งพระองค์ ก็มีความสงบในสมาธิเต็มที่แล้ว แต่ทำไมวิปัสสนาญาณจึงไม่เกิดขึ้นเล่า

มิใช่เพียงเท่านั้น เมื่อครั้งพระพุทธเจ้าและพระอริยเจ้าทั้งหลายสร้างบารมี ก็เคยได้บวชเป็นฤๅษีชีไพร เคยทำจิตให้มีความสงบเต็มที่มาแล้ว แต่ก็ไม่มีการวิปัสสนาญาณเกิดขึ้นเช่นกัน หรือในยุคปัจจุบันนี้ก็มีผู้ทำให้จิตสงบได้เต็มที่เหมือนกับในครั้งก่อนๆ มา ทั้งในศาสนาพุทธและศาสนาอื่นๆ เขาก็ทำให้จิตสงบได้เหมือนกัน แม้บุคคลที่ไม่นับถือศาสนาอะไรเลย เขาก็ทำให้จิตสงบได้ ฉะนั้นการทำให้จิตสงบจึงเป็นหลักสากลไม่เลือกชาติ ชั้น วรรณะ ไม่ว่าในพุทธศาสนาหรือในศาสนาอื่น ถึงจะมีอุปายต่างกันก็ตาม แต่ก็มารวมลงในจุดเดียวกัน นั่นคือจิตมีความสงบนั่นเอง

# ผลของการทำสมาธิแท้ อย่างเดียว

การทำสมาธิอย่างเดียวก็น่าจะมีผลเกิดขึ้นตามแนวทางของสมาธิ หลักการทำสมาธิคือระวังรักษาไม่ให้จิตออกไปสู่ภายนอก ไม่ให้จิตคิดในเรื่องอะไรเลย จะเป็นเรื่องอดีต เรื่องอนาคตก็ไม่คิด แม้ในปัจจุบันก็ไม่คิดอะไรทั้งสิ้น เพราะการคิดในสิ่งต่างๆ จิตจะไม่รวมเป็นเอกัคคตารมณ์และเป็นเอกัคคตาจิต จึงคอยระวังรักษาให้จิตอยู่ในอารมณ์อย่างเดียว ให้มีสติระลึกที่อยู่เฉพาะจิต เมื่อสติสัมปชัญญะคอยระวังรักษาจิตอยู่อย่างนี้ จิตก็จะมีคุณสมบัติเป็นสมาธิ จะเป็นสมาธิในขั้นไหนนั้น จึงขึ้นอยู่กับความพร้อมตัวของสมาธิในขั้นนั้นๆ จากนั้นก็ถอนออกมา

ผลที่เกิดขึ้นก็มีความสุขกาย มีความสุขใจ อยากให้ความสุขนี้มีตลอดไป ถ้าสมาธิจะเสื่อมก็กำหนดไปตามวิธีเดิม ผลที่ได้รับก็คือความสุขอีก บางท่านก็สงบได้น้อย บางท่านก็สงบได้มาก บางทีก็สงบเพียงเฉียดๆ บางครั้งก็สงบลงอย่างเต็มที่ จากนั้นจิตก็ถอน จิตก็มีความสุข ก็เกิดความยินดีในความสุข พอใจอยากอยู่ในความสุขอย่างนี้ตลอดไป นี่แหละคือภavanaหาความสุขในการทำสมาธิ ก็ติดอยู่ในความสงบสุขของสมาธิ ไม่มีทางที่จะออกได้เลย

# ผลของความสำคัญผิดในสมาธิ

ผลของการทำสมาธิประเภทนี้ นักภavanaชอบจะหลง นั่นคือ อภิญญา อภิญญานี้เมื่อเกิดกับผู้ที่ไม่มีปัญญาแล้ว จะชอบหลง เพราะอภิญญานี้ก็เป็นสิ่งที่ทำให้นักภavanaลืมนิ้วตัวเองได้ง่าย และเข้าใจผิดในตัวเองได้ง่าย และทำให้เกิดมานะทิฏฐิสุงโดยไม่รู้ตัว อภิญญานี้ไม่ใช่จะเกิดไปหมดทุกท่าน แต่ละท่านก็เด่นไปในข้อใดข้อหนึ่ง บางท่านก็มีทิพพจักขุ มีตาทิพย์ สามารถกำหนดจิตดูได้ในพวกายทิพย์ เช่น เทวดา หรือสัตว์นรก เปรต อสุรกาย บางท่านก็มีทิพโสต สามารถกำหนดจิตฟังเสียงเทวดาและสัตว์นรกได้ บางท่านก็มี เจโตปริยญาณ สามารถกำหนดจิตรู้จิตของคนอื่น ว่าคนนั้นเขาคิดในเรื่องอะไรก็ได้ ทั้งสามข้อนี้ ถ้าทำให้เกิดได้ในข้อใดข้อหนึ่ง หรือเกิดขึ้นได้สองข้อก็ตาม ในยุคนี้สมัยนี้

## ๑๐ ตัดกระแส

จะถือว่าเป็นผู้ที่เด่นในการภาวนา ผู้ไม่เข้าใจในเรื่องนี้ก็จะพยายามให้เป็นพระอริยเจ้าอย่างง่ายๆ ถ้ามีประกาศนียบัตร ก็จะเซ็นอนุมัติรับรองทันที นี่ก็เป็นผลที่เกิดขึ้นจากสมาธิทั้งนั้น



# มโนณาไม่มีจึงถูกสังขารหลอก

สังขารนี้ ถ้าจะเทียบกับบุคคลแล้ว ก็เป็นคนที่มีวาทศิลป์ที่ ยอดเยี่ยม เป็นนักพูดตลปตะแลง หัวประจบสอพลอ ประจบประแจง จะว่าเสริมสวยก็เสริมจนให้คนหลง จะว่าตัมตุนก็ระดับโลก เพราะ สังขารอยู่ที่จิต จึงเรียกว่า สังขารจิต เมื่อจิตมีความต้องการในของ สิ่งใด สังขารก็จะเป็นผู้คล้อยตาม ส่งเสริมเห็นดีเห็นชอบ ประจักษ์แต่ง ในเรื่องนั้นๆ ให้เป็นที่พอใจในความต้องการ นักภวานาอยากเห็น พระพุทธเจ้า อยากเห็นพระพุทธรูป อยากเห็นความสว่าง สังขาร ก็จะทำแสดงให้ดูได้ นักภวานาผู้ไม่มีปัญญาแล้วก็จะเข้าใจว่า เป็นของดี ถูว่ามีอภิญญาชั้นสูง มีญาณชั้นละเอียด ทั้งๆ ที่เป็น อุบายของสังขารวางแผนหลอกจิตแต่ก็ยังไม่รู้ตัว ยังมีความเข้าใจ ว่าเป็นคุณธรรมชั้นสูงอีกด้วย ที่ได้อธิบายมานี้ก็เป็นผลที่เกิด

จากสมาธิทั้งนั้น คิดว่านักปฏิบัติภาวนาพอจะเข้าใจในแนวทางการทำสมาธิ เพราะการทำสมาธิอย่างเดียวกันก็ให้ผลดังได้อธิบายมานี้ **ความคิดว่า เมื่อจิตรวมลงเป็นสมาธิเต็มที่แล้วก็จะมีวิปัสสนาญาณเกิดขึ้นนั้น จะไม่มีทางเกิดวิปัสสนาญาณได้เลย** เพราะวิปัสสนาญาณเป็นสายต่อเนื่องมาจากผู้ที่มีปัญญา ผู้ที่มีความฉลาดเฉียบแหลมเท่านั้น

# พื้นฐานของวิปัสสนาญาณ

จากนี้ไปจะได้อธิบายวิธีวางพื้นฐานของวิปัสสนาญาณ พื้นฐานของวิปัสสนาญาณนั้นมีเฉพาะในพุทธศาสนาเท่านั้น ไม่ทั่วไปเหมือนกับในการทำสมาธิ วิปัสสนาญาณ คือความรู้เห็นที่แจ้ง และรู้เห็นจริงในสภาวะธรรมทั้งหลาย วิปัสสนาญาณ แปลว่าปัญญาที่หยั่งรู้ในสัจธรรมตามความเป็นจริง ปัญญาที่หยั่งรู้นี้ต่อเนื่องมาจากปัญญาในองค์มรรค คือ สัมมาทิฏฐิ ปัญญาที่เห็นชอบ สัมมาสังกัปปो ความดำริชอบ นี่เป็นพื้นฐานของวิปัสสนาญาณโดยตรง ความเห็นที่ชอบธรรม ความเห็นในสัจธรรมที่เป็นจริง ถ้าความเห็นที่จริงแล้ว ความดำริพิจารณา ถัดมาในสัจธรรมก็ดำริพิจารณาไปตามความจริง สัมมาทิฏฐิ เหมือนกับรูปแปลนแผนผังที่จะก่อสร้าง สัมมาสังกัปปो คือ

นายช่างที่จะต้องทำให้ถูกต้องตามแปลนนั้นๆ จะเป็นบ้านเรือนหรืออาคารต่างๆ ที่มั่นคงถาวร ก็ขึ้นอยู่กับการวางพื้นฐานให้ถูกต้องในเบื้องต้นฉันทิ สัมมาทิฏฐิ คือปัญญาที่เห็นชอบนี้ เป็นสิ่งสำคัญที่สุด แม้สัมมาสติ สัมมาสมาธิ ก็มาขึ้นต่อสัมมาทิฏฐิ คือปัญญาที่เห็นชอบ ฉันทินั้น

การทำสมาธิต้องมีสัมมาทิฏฐิ คือปัญญาที่เห็นชอบเป็นพื้นฐาน มิเช่นนั้นจะเป็นมิจฉาสมาธิโดยไม่รู้ตัว จะผิดพลาดจากสัมมาสมาธิไปได้ง่าย คำว่าสมาธิ คือความตั้งใจมั่น จะตั้งใจมั่นเป็นสัมมาสมาธิในองค์มรรคหรือไม่ หรือตั้งใจมั่นในมิจฉาสมาธินี้ก็ต้องมีสัมมาทิฏฐิ คือปัญญาที่เห็นชอบในสมาธินั้นๆ อย่างถูกต้อง หรือให้ปัญญาเป็นพี่เลี้ยงในองค์สมาธิโดยรอบคอบ มิเช่นนั้นจะกลายเป็นโมหสมาธิ เป็นมิจฉาสมาธิโดยไม่รู้ตัว ฉะนั้น จึงมีปัญญาเป็นเครื่องสอดส่องดูแลในความรู้เห็นที่เกิดขึ้นจากสมาธิอย่างใกล้ชิด ถึงจะมีนิमितเกิดขึ้นเป็นลักษณะใด ก็ให้ทำความเข้าใจว่านั่นคือสังขาร จะเห็นรูปร่างกายตัวเอง เห็นเนื้อหนังกำลังพองเปื่อยเน่า เห็นโครงกระดูกของตัวเองและคนอื่น การเห็นลักษณะนี้เห็นเป็นเพียงนิमितเท่านั้น อย่าเข้าใจว่าตัวเองเห็นอสุภะเลย เพราะอสุภะไม่ใช่การเห็นในนิमितแต่อย่างใด การเห็นอสุภะ

ที่จริงต้องเห็นด้วยปัญญา การเห็นนิมิตในสมาธินั้นจะไม่เกิด  
ความเบื่อหน่ายแต่อย่างใด จะให้จิตมีความเบื่อหน่ายได้ก็ต้อง  
มีปัญญาพิจารณาให้รู้จริง เมื่อจิตรู้จริงตามปัญญาแล้ว ก็จิต  
นั่นเองจะเกิดความเบื่อหน่ายคลายจากความกำหนัดยินดี จะ  
เห็นนิมิตเป็นพระพุทเจ้า เห็นเป็นพระพุทธรูป เห็นเป็นดวงแก้ว  
เห็นความสว่าง นี่ก็เป็นผลเกิดขึ้นจากสมาธิ ยังตกอยู่ในสังขาร  
ตกอยู่ในไตรลักษณ์คือความไม่เที่ยงทั้งนั้น

# จิตหลงกลมาฆาของกิเลส ตัณหา

จิตถูกกิเลสตัณหา อวิชชา ครอบไว้นาน จึงไม่รู้จักเส้นทางที่จะออกจากทุกข์ อดีตที่ผ่านมาแต่กิเลสตัณหา อวิชชา พาให้จิตเป็นไปในทางที่ต่ำอยู่เสมอ ทางของกิเลสตัณหาเป็นทางที่วนเวียนอยู่ในกระแสโลก จิตก็จำเป็นต้องหมุนไปตาม เพราะกิเลสตัณหาพาให้เป็นไป ธรรมชาติเดิมของจิตย่อมมีแววแห่งความฉลาดอยู่แล้ว แต่ก็ขาดการศึกษาในทางที่ดี จิตจึงตกอยู่ในความมืดบอด ไม่รู้เส้นทางที่จะพ้นไปจากความทุกข์ และถูกกิเลสตัณหาคุมเชิงอยู่ตลอดเวลา กิเลสกลัวจิตจะได้มีการศึกษาที่เป็นแนวทางแห่งความพ้นไปจากวิภวสงสาร กิเลสตัณหาก็กพยายามป้องกันขัดขวางไม่ให้จิตได้ทำความดี ถ้าเป็นเรื่องการปฏิบัติ

ภาวนาแล้ว กิเลสตัณหาก็ยังมีอุปายใ้ให้นักปฏิบัติได้หลงกลมา  
อย่างแยบยล เดียวก็เวลานั้นก่อนเถอะ จึงภาวนา เดียวก็ให้ค่อย  
เป็นค่อยไป วันหน้าเดือนหน้ายังมีอยู่อีก จะทำเอาวันไหนก็ได้  
ขณะนี้ยังไม่แก่ยังไม่ตายง่าย ๆ เราบุญน้อยวาสนาน้อย ยังไม่ควร  
แก่มรรคแก่ผล ทำเพื่อเป็นนิสัยสร้างบารมีไว้ก่อนเถอะ จิตเมื่อถูก  
กล่อมด้วยกิเลสตัณหาอยู่บ่อย ๆ ก็คล้อยตาม ตกลงก็เป็นนักปฏิบัติ  
ภาวนาเพื่ออนาคตต่อไป

# สร้างทางให้จิตอ่อนมโนฯ

เมื่อนักปฏิบัติมารู้ตัวว่าถูกกิเลสตัณหาหลอกลวงแล้ว เช่นนี้ และสายทางของกิเลสตัณหาเป็นมาด้วยวิธีนี้ นักปฏิบัติต้องมีปัญญาสร้างทางให้จิตเดินเสียใหม่ ความรู้เดิมของจิต ความเห็นของจิต ที่กิเลสได้เสี้ยมสอนไว้แล้ว เป็นแนวทางไปสู่ความทุกข์ เป็นเส้นทางที่หมุนเวียนตามวัฏสงสาร ความเห็นว่าการเกิดมาในโลกนี้มีความสุขก็ดี สิ่งทั้งหลายที่ยึดถืออยู่ก็อยากให้เที่ยง ไม่ต้องการให้สูญจากตัวเราไป ความต้องการของจิตมีอยู่อย่างนี้ จึงขัดต่อความจริงในสังขารธรรม ฉะนั้น จึงใช้ปัญญาพิจารณาสร้างแนวความคิดของจิตเสียใหม่ เพื่อให้จิตได้รู้เห็นตามความเป็นจริง เพื่อให้จิตได้รู้เห็นและเข้าใจให้ถูกต้อง ให้จิตเป็นสัมมาทิฎฐิ มีความเห็นชอบ เห็นจริง นี้ก็เพราะปัญญาเอาความจริง



มาสอนจิต และจิตก็จะรู้เห็นความจริงตามปัญญาต่อไป ปัญญา  
ในขั้นนี้เป็นปัญญาขั้นพื้นฐาน การพิจารณาก็ต้องอาศัยเหตุผล  
เป็นเครื่องตัดสินไปตามหลักความจริง ความจริงที่ได้ประสบ  
มาอย่างไร ก็เอาความจริงในเรื่องนั้นๆ มาพิจารณา และให้ลงสู่  
ไตรลักษณ์ คือ ความทุกข์ ความไม่เที่ยง และเป็นสภาพที่ดับสูญ  
ไปในที่สุด

# มโนภาพสองจิตให้มีความรู้รวม

เพื่อให้จิตได้รู้ในสรรพสังขารที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป การพิจารณาด้วยปัญญานั้นต้องมีการเข้าการออกตามเหตุการณ์ เช่น ไปเห็นเรื่องภายนอก เห็นคนแก่ เห็นคนเจ็บ เห็นคนตาย ก็น้อมเข้ามาภายในคือตัวเองว่าเราก็ต้องเป็นอย่างนั้น หรือน้อมตัวเองออกไปเทียบกับสิ่งภายนอก ให้รู้เห็นเป็นสภาพเดียวกันว่า เราก็คมีความแก่ ความเจ็บ ความตาย คนอื่นเป็นอย่างไร เราก็เป็นอย่างนั้น คนอื่นมีความทุกข์ เราก็คมีความทุกข์ คนอื่นไม่เที่ยง เราก็คไม่เที่ยง ร่างกายคนอื่นเป็นอนัตตาไม่ใช่ตัวตน ร่างกายเราก็คเป็นอนัตตาความสูญไปจากตัวตนเช่นกัน ไปเห็นซากศพคนตายเป็นไปในลักษณะใด ก็น้อมเข้ามาดูร่างกายตัวเอง ให้เห็นเป็นซากศพเหมือนกัน

เรื่องอดีต อนาคต ก็นำมาพิจารณาให้ลงปัจจุบัน การพิจารณาเรื่องอดีตต้องอาศัยสัญญา การพิจารณาในเรื่องอนาคตต้องอาศัยสมมติ สัญญา สมมติ นี้ เป็นที่รองรับของปัญญา สัญญา คือความจำ ความจำนี้ก็ต้องเลือกจำในสิ่งที่มีโทษมีภัย เพื่อให้จิตได้กลัวต่อโทษภัยนั้นๆ เรื่องโทษภัยนี้ก็มีอยู่ประจำโลก ทุกคนที่เกิดมาแล้วต้องได้ประสบพบเห็น และได้รับไม่มากนักน้อย ฉะนั้น ความจำจึงเลือกจำในสิ่งที่มีโทษภัย เพื่อไม่ให้จิตมีความกำเริบในสิ่งที่ชอบใจ ถ้าสิ่งไหนที่ทำให้เกิดราคะตัณหา รักใคร่ กำหนดยินดี มีรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ถ้าปัญญาไม่มีแล้วก็ไปหลงติดอยู่กับสิ่งเหล่านี้ ถ้าผู้มีปัญญาดี ก็หาจำเอาแต่สิ่งที่มีโทษภัยมาทำความรู้สึกไว้แก้ไข อยู่เสมอ เช่น รูปเสียงของเราและรูปเสียงของคนอื่น ก็ให้พิจารณาด้วยปัญญาว่าเป็นโทษภัยด้วยกันทั้งนั้น รูปร่างกายของเรามีโทษอย่างไร รูปร่างทั้งหมดนี้ก็ย่อมมีโรครภัย การเจ็บไข้ได้ป่วย หรือ การเจ็บการตายก็เป็นภัยแก่ชีวิตทั้งนั้น ในชาติอดีตที่ผ่านมา รูปร่างนี้ก็มีโทษภัยเหมือนกับชาติปัจจุบัน

# การพิจารณาภูมิทัศน์

ความไม่สวยงามในร่างกายนี้นักมีปัญญาเท่านั้นจึงจะรู้เห็นตามความเป็นจริง ธรรมชาติเดิมของร่างกายแล้ว ไม่มีสิ่งใดเป็นของสวยงาม มีแต่สิ่งสกปรกโสโครก ถึงจะอาบน้ำชำระรักษาอยู่ก็ตาม ความสกปรกในร่างกายนี้หาหมดไปไม่ ถ้าไม่อาบน้ำภายในสิบวัน ความสกปรกของร่างกายก็จะส่งกลิ่นออกภายนอก จะเป็นที่ยยะแขยงของสังคม เช่น ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก ก็ไม่มีสิ่งใดเป็นของสวยงาม และก็ไม่ได้ประกาศตัวว่าเป็นของสวยงามแต่อย่างใด ความสวยงามนั้นมืออยู่ที่กิเลส สังขาร โมหะ อวิชชา มีความเข้าใจผิด รูปร่างนั้นจึงมีความสวยงาม รูปสวยงามเพราะความรัก รูปสวยงามเพราะความยินดี รูปสวยงามเพราะความใคร่ รูปสวยงามเพราะมี

ความกำหนด ถ้าจิตไม่มีความรัก ความใคร่ ความกำหนดแล้ว  
 รูปนั้นจะไม่มีสิ่งใดเป็นของสวยงามเลย เพราะความสวยงามนั้น  
 ไม่ขึ้นอยู่กับรูปร่างกลางตัวแต่อย่างใด ถึงจะมีเครื่องประดับ  
 ประดาดตกแต่งไว้ ก็เพียงเป็นเครื่องฉาบทาไว้ข้างนอก และฉาบทา  
 ไว้ตามผิวหนังที่ผิวเผินเท่านั้น เหมือนกันกับหีบศพที่ประดับด้วย  
 แสงสีและลวดลายต่างๆ ไว้ภายนอก ส่วนภายในหีบศพนั้นย่อม  
 เป็นซากศพที่มีความสกปรกเปื้อยเน่า และส่งกลิ่นอันเหม็นคลุ้ง  
 อยู่ตลอดเวลาฉันใด รูปร่างกายเราและรูปร่างกายของคนอื่น  
 ถึงจะมีเครื่องประดับที่สวยงามและเอาน้ำหอมฉาบทาไว้ ก็เพียง  
 กลบกลิ่นอันเหม็นคาวของร่างกายฉันนั้น และเพื่อให้สังคมมนุษย์  
 เราอยู่ร่วมกันได้

การพิจารณาด้วยปัญญาก็เพื่อให้จิตได้รู้ความจริงของ  
 ธาตุชั้น ให้รู้ความเกิดขึ้นของธาตุชั้น ให้รู้ความเป็นอยู่ของ  
 ธาตุชั้น ให้รู้ความดับไปของธาตุชั้น การเกิดขึ้นของธาตุชั้นนั้น  
 ถึงเราจะไม่รู้ด้วยตาเนื้อก็ตาม เราก็ต้องพิจารณากันด้วยเหตุผล  
 พิจารณาคาดหมายไปตามหลักความจริง เพราะการเกิดขึ้นของ  
 ธาตุชั้นไม่ใช่จะเกิดขึ้นได้วันหนึ่งวันเดียว ไม่ใช่จะเกิดขึ้นเป็นตัว  
 มีอวัยวะครบถ้วนพร้อมกันทั้งหมด ในครั้งแรกก็อาศัยกละของ

บิดามารดา ต่อมาก็คือน้ำมันใส น้ำมันใสก็กลายเป็นน้ำเลือด เป็นก้อนเลือดขึ้นมาเป็นลำดับ แล้วแตกออกเป็นปัญจสาขา มี ศีรษะ แขนสอง ขาสอง อวัยวะทุกส่วนก็ค่อยเจริญขึ้น มีผม ขน เล็บ ฟัน หน้ งเนื้อ เอ็น กระดูก เยื่อในกระดูก ม้าม หัวใจ ตับ ปอด พังผืด ใสใหญ่ ใส่น้อย น้ำดี น้ำเสลด น้ำเหลือง น้ำเลือด สิ่งเหล่านี้ก็เกิดจากก้อนเลือดทั้งสิ้น มีตา หู จมูก ลิ้น กาย สิ่งเหล่านี้ก็มีความสมบูรณ์เมื่อถึง ๙-๑๐ เดือน ก็คลอดออกจาก ท้องแม่มาเป็นเด็กตัวแดงๆ อาศัยน้ำนมและอาหารเหลวที่แม่ได้ บำรุงทะนุถนอม เด็กก็ค่อยเจริญขึ้นเป็นเด็กโต แล้วกลายเป็น หนุ่มเป็นสาว เป็นคนเฒ่าคนแก่ คนเจ็บ คนตายในที่สุด

เมื่อเกิดขึ้นมาแล้ว ความทุกข์กายความทุกข์ใจก็เป็นเงา ตามตัว ความไม่เที่ยงก็เปลี่ยนสภาพมาตั้งแต่เป็นก้อนเลือด เป็นเด็กก็แปรสภาพมาจากก้อนเลือด แล้วเป็นหนุ่มสาว แล้วก็ แปรสภาพกลายเป็นคนเฒ่าคนแก่ และแปรสภาพเป็นคนเจ็บ คนตายไปในที่สุด เมื่อตายแล้ว ชาติขันธ์ทั้งหมดนั้นก็ลงสู่ อนันตตา คือความไม่เป็นสัตว์เป็นบุคคล ไม่เป็นเราและไม่เป็นเขา ใดๆ ทั้งสิ้น ความเข้าใจเดิมว่าตัวตนของเราจะเป็นโมฆะ ไม่มี มูลความจริงแต่อย่างใด ชาติขันธ์สี่ คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ ที่เข้าใจว่า

ตัวตน ก็จะแตกสลายไปเป็นธาตุเดิม คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ ไปตาม  
มูลความจริงของอนัตตา คือความสูญเปล่าไม่มีสิ่งใดเป็นของของ  
เราตามความเข้าใจ

# การพิจารณาหลักความจริง ต่อเหตุผล

ธาตุชั้นของคนที่ตายไปก่อนแล้ว ธาตุชั้นของผู้กำลังจะตายอยู่ในปัจจุบัน ธาตุชั้นของผู้จะตายในอนาคต ก็จะเป็นอนัตตา คือความสูญเปล่าด้วยกันทั้งนั้น การพิจารณาด้วยปัญญาก็พิจารณาตามหลักความจริง ปัญญาในขั้นนี้ยังเป็นปัญญาอยู่ในความคาดหมาย แต่ก็ต้องคาดหมายให้ถูกหลักความจริง อาศัยหลักสมมติเดิมเป็นเหตุผล เพราะอวัยวะทุกส่วนของร่างกายก็เกิดขึ้นตามเหตุปัจจัยที่เป็นจริง การตั้งอยู่ก็ตั้งอยู่ได้ด้วยเหตุปัจจัยที่เป็นจริง ร่างกายนี้จะแตกสลายไปก็แตกสลายไปตามเหตุปัจจัยที่เป็นจริง การพิจารณาตามหลักความจริงนี้ก็เพื่อให้จิตรู้จริงตามปัญญา เพราะขณะนี้ยังอยู่ในขั้นศึกษา พยายาม



ฝึกหัดปัญญาและฝึกหัดจิตให้เป็นไปในสัจธรรมที่เป็นจริง จะคอยให้ปัญญาเกิดขึ้นเอง จะคอยให้จิตรู้เห็นในสัจธรรมเอง นั้นเป็นสิ่งที่ขาดเหตุผล ถึงสัจธรรมมีประจำอยู่ในโลกนี้มาแต่กาล ไหนๆ ก็ตาม ถ้าขาดการศึกษาแล้วก็หารู้ตามความเป็นจริงไม่ เหมือนกันกับทรัพยากรอันมีค่าที่อยู่ในแผ่นดิน เช่น เพชร พลอย หรือแร่ขนานาชนิด ถ้าขาดการศึกษาแล้ว ก็ไม่รู้คุณค่าแต่อย่างใด เหมือนกับไก่ที่คู้ยเขี่ยหากินตามประสา ถึงจะไปพบเพชรนิลจินดา ก็ไม่มีประโยชน์อะไรเลยฉันใด สัจธรรมที่มีอยู่เต็มโลก ถ้าขาดจากการศึกษาแล้ว ก็ไม่มีสิ่งใดที่จะรู้เห็นด้วยจิตตามความเป็นจริง ฉะนั้น จิตก็ย่อมมีความรู้เห็นผิดเพี้ยนจากความจริงไป ทั้งๆ ที่ สัจธรรมก็มีความจริงอยู่อย่างนั้นมาแต่กาลไหนๆ เมื่อจิตไม่มีปัญญาจึงหลงยึด เมื่อไม่สมปรารถนาที่ตั้งไว้ก็เกิดความเดือนร้อน โศกเศร้าเสียใจ จึงว่า **ปรารถนาสิ่งใด ไม่ได้สมใจนึกก็เป็นทุกข์ ความปรารถนานั้นย่อมปรารถนาเอาแต่สิ่งที่ถูกใจและชอบใจ ด้วยกันทั้งนั้น** การเกิดก็ต้องการแต่ตระกูลที่มีลาภ ยศ สรรเสริญ สุข ถ้าสมความปรารถนาด้วยกันหมดทุกคนแล้ว สภาพความเป็นอยู่ ของมนุษย์ในโลกก็จะไม่เป็นอยู่ในสภาพนี้ ถ้าทุกคนมีฐานะความเป็นอยู่เท่าเทียมกัน ก็จะไม่มีการว่าใครได้ เพราะมี

ลาภ ยศ สรรเสริญ สุข เหมือนกันทั้งหมด หรือถ้าคนกำพรวด  
อนาถา ไม่มีทรัพย์สินสมบัติ ไม่มียศ มีแต่ความกลัวร้าย นินทา  
มีความทุกข์กาย ความทุกข์ใจตลอดเวลา โลกมนุษย์นี้ก็ไม่มีใคร  
ต้องการความเกิด เพราะมนุษย์เราต้องการความสุข คำว่าเสื่อม  
จากลาภ เสื่อมจากยศ คำนินทาว่าร้าย และความทุกข์นานาชนิด  
สิ่งเหล่านี้ไม่มีใครต้องการทั้งสิ้น แต่ก็หนีไม่พ้น

เพราะโลกนี้มีสังขรรครอบไว้แล้วอย่างพร้อมมูล จะเลือก  
เอาแต่ความสุขอย่างเดียวไม่ได้ เราต้องการสิ่งใด ชอบในสิ่งใด  
ยินดีในสิ่งใด ต้องการอยากให้สิ่งนั้นๆ มีความจริงถาวรตลอดไป  
เมื่อสิ่งนั้นๆ ไม่สมปรารถนาก็เกิดความทุกข์ใจ นี้เราพยายาม  
อยากจะทำนุธรรมชาติที่เป็นสังขรรอยู่เสมอ แต่ก็ไม่มีใครใน  
โลกนี้จะสมความปรารถนาสักคนเดียว รายไหนก็รายนั้น ไม่มี  
ใครมีความสมหวังดังความตั้งใจเลย เมื่อเกิดมาแล้วก็มาแก้  
มาเจ็บมาตายด้วยกันทั้งนั้น นี่ก็ให้เราสมาธิกัณฑ์ปัญญาให้มึ  
ความฉลาด มาฝึกหัดจิตให้รู้ตามความเป็นจริง ปัญญาพิจารณา  
ในสังขรรส่วนไหน ก็กำหนดจิตเพ่งดูในสังขรรนั้นๆ ให้จิต  
รู้เห็นตามปัญญาโดยตลอด เหมือนกับฉายไฟอยู่ในที่มืด เมื่อ  
แสงสว่างของไฟหมุนไปทางไหน ตาก็รู้เห็นวัตถุที่แสงไฟส่องไป

ฉันใด จิตเมื่อมีแสงสว่างของปัญญาได้ส่องทางให้แล้ว จิตก็รู้เห็น  
ในสังขารนั้นๆ อย่างถูกต้องฉันนั้น เห็นทุกข์เป็นทุกข์ เห็นสิ่งที่ไม่  
เที่ยงก็รู้เห็นว่าเป็นของไม่เที่ยง สภาพที่ไม่มีตัวตนก็รู้เห็น  
เป็นสภาพที่ไม่มีตัวตน ถ้าจิตรู้เห็นจริงตามปัญญาอยู่อย่างนี้  
ชื่อว่าจิตมีความรู้เห็นที่ถูกต้องตามความเป็นจริง

# มโนวิทยาพิจารณาทางจิตวิทยา ไตรลักษณ์

การพิจารณาด้วยปัญญาผิติดกันกับการทำสมาธิอยู่บ้าง เพราะการทำสมาธิต้องตัดขาดในสิ่งที่ป็นอดีตที่ล่วงมา และตัดขาดในอนาคตที่ยังไม่มาถึง แม้จะอยู่ในปัจจุบันก็ไม่ให้คิดในเรื่องใดๆ ทั้งสิ้น เพียงให้มีอารมณ์กรรมฐานอย่างใดอย่างหนึ่งบริกรรมอยู่เท่านั้น การพิจารณาด้วยปัญญานี้ต้องมีความรู้รอบในเหตุการณ์ต่างๆ ทั้งภายนอกทั้งภายใน เช่น ไปเห็นคนแก่ คนเจ็บ คนตาย ก็กำหนดจิตพิจารณาด้วยปัญญาลงสู่ไตรลักษณ์ ถ้าเห็นคนแก่ ก็พิจารณาในเรื่องความแก่ในรูปสังขารว่าไม่มีใครๆ ในโลกนี้จะต้านทานไว้ได้ ถึงจะมีอาหารหวานคาวที่ดีเลิศ มีโอชารส เอร็ดอร่อย เอาเข้ามาหล่อเลี้ยงให้ร่างกายนี้มี

ความนุ่มแน่นตามความต้องการของเรา ก็หาสำเร็จไม่ ความแค้นนี้จะไม่อยู่ในอำนาจของใครๆ ทั้งสิ้น ถึงจะให้ที่อยู่ทีนอนดีเลิศสักเท่าไร ความแค้นนี้จะไปตามสายทางของความแค้นอยู่ตลอดไป ถึงจะมีอำนาจวาสนาที่สูงส่งก็ตาม ความแค้นของร่างกายก็จะแค้นไปตามหน้าที่ของมัน เมื่อรูปร่างกายแก่มากลงไปเท่าไร ทุกข์อันิจจัง ก็เด่นขึ้นมาอย่างมองเห็นได้ชัดทีเดียว มีตา แต่ก่อนมองดูในสิ่งใด จะใกล้หรือไกลก็มองเห็นได้ชัด แต่บัดนี้รูปร่างกายแก่ตัวลง จะมองดูในสิ่งใดก็ฝ้าฟางหรือมองดูอะไรไม่เห็นเสียเลย การเดินไปมาก็ไม่สะดวก หนักเบาแต่ละครั้งก็ฟังตัวเองไม่ได้ นี่ก็เพราะความไม่เที่ยงของรูปร่างกาย จึงเป็นอยู่ด้วยความเป็นทุกข์ คนแก่นี้ ในครั้งก่อนก็เคยเป็นเด็กเหมือนกันกับเด็กทุกวันนี้ แล้วก็เจริญขึ้นมาเป็นหนุ่มเป็นสาว อนิจจังความไม่เที่ยงของรูปสังขารพาให้เปลี่ยนไปจนมาถึงปัจฉิมวัย ร่างกายทุกส่วนก็เหี่ยวแห้ง หย่อนยาน กำลังวังชาก็ลดน้อยถอยลง แทบจะฟังตัวเองไม่ได้เลย มีหู แต่ก่อนเมื่อยังหนุ่มก็ฟังเสียงอะไรได้ชัดเจน แต่บัดนี้ร่างกายแก่แล้ว หูจะฟังอะไรก็ไม่ถนัด หรือฟังอะไรไม่ได้ยินเสียเลย นี่ก็เป็นอนิจจัง ทั้งๆ ที่ไม่ยากให้เป็นไป เมื่อฟังเสียงสิ่งใดไม่ได้ก็เป็นทุกข์ จมูก ลิ้น กาย แต่ก่อนเคยใช้งานได้อย่าง

คล่องแคล่ว แต่บัดนี้อนิจจึงพาให้เป็นไป จึงทำให้เป็นทุกข์ เมื่อเราเห็นคนแก่ และพิจารณาในเรื่องของความแก่ของผู้อื่นแล้ว จึงให้น้อมเอาเรื่องของความแก่ของผู้นั้นเข้ามาหาตัวเรา และให้พิจารณาดูความแก่ของเรา ให้กำหนดจิตตั้งใจพิจารณาดูตัวเองว่า เราจะต้องแก่เหมือนคนนั้น สังขารร่างกายเรา แต่ก่อนก็เป็นเด็ก แต่บัดนี้สังขารร่างกายไม่ใช่เด็กเสียแล้ว นี่เรากำลังแก่ แก่วันนี้ บ้าง วันหน้าบ้าง ที่สุดเราก็จะแก่เหมือนกันกับคนๆ นั้น เพราะสังขารร่างกายเราทุกส่วนก็ตกอยู่ในไตรลักษณ์เหมือนกัน ถึงเราจะให้อาหารการบริโภคอย่างเหลือเฟือ และให้ที่อยู่หลับนอน เป็นอย่างดีก็ตาม ความแก่ก็จะไม่อยู่ในอำนาจเราเลย ถึงเราจะให้เครื่องประดับประดา ตกแต่งด้วยครีม นานาชนิดมาฉาบไว้ ให้ร่างกายเรานี้หนุ่มแน่นกลับเป็นหนุ่มเป็นสาวตามเดิม ร่างกายนี้ก็ไม่ใช่ไปตามความต้องการของเราเลย นี่เราจะฝืนธรรมชาติ เดิมของสังขารไปถึงไหน ถ้าเป็นไปได้ในลักษณะนี้ สมควรแล้วหรือที่เราจะมาหลงว่าร่างกายนี้เป็นเรา เป็นตัวตนของเรา แม้คนทั่วไปทั้งโลกก็มีความเข้าใจว่าร่างกายนี้เป็นตัวตนด้วยกันทั้งนั้น

ให้พิจารณาว่า ถึงร่างกายนี้จะเป็ตัวตน ก็เพียงว่าเป็นตัวตนอาศัยชั่วคราวเท่านั้น ไม่กี่วันเราก็ต้องทอดทิ้งร่างกาย

นี้ไป และเราก็จะไม่หอบหิ้วเอาร่างกายนี้ไปด้วยเลย นี่เราก็เคยเกิดเคยแก่อยู่ในโลกนี้มานาน เกิดในชาตินี้ก็มาแก่อีก และจะเกิดแก่ในชาติอนาคตต่อไป ตราบใดเรายังมีกิเลสตัณหาอยู่ เราก็จะล่องลอยตามกระแสของวัฏฏะ ไม่มีทางที่จะสิ้นสุดลงได้เลย นี่เป็นแนวชี้แนะการพิจารณาด้วยปัญญา เมื่อเราเห็นคนแก่ก็พิจารณาความแก่ น้อมเข้ามาหาตัวเอง และพิจารณาความแก่ของตัวเอง จงพิจารณาให้มากกว่านี้ และให้ใช้ความสามารถจากปัญญาของตัวเอง อย่าไปเอาปัญญาคนอื่นมาเป็นของตน

เราไปเห็นคนเจ็บด้วยอาการอย่างไร เราก็พิจารณาความเจ็บของคนๆ นั้น แล้วย้อมเข้ามาหาตัวเองว่าเราก็ต้องเจ็บอย่างคนๆ นั้น แนวทางพิจารณาก็ให้เป็นรูปเดียวกันกับการพิจารณาความแก่นั่นเอง แต่เพียงเปลี่ยนว่าความเจ็บเท่านั้น และให้กำหนดจิตพิจารณาด้วยความตั้งใจจริงๆ อย่าพิจารณาเร็ว ถ้าพิจารณาเร็ว การพิจารณาจะไม่ละเอียด และจิตก็จะรู้ตามปัญญาไม่ทัน ความตั้งใจมั่นในการพิจารณาด้วยปัญญาก็จะมีช่องว่าง ถ้ามีช่องว่างเมื่อไหร่ กิเลส ตัณหา มานะทิฏฐิ อวิชชา ก็ จะเข้าสวมรอยเมื่อนั้น การพิจารณาด้วยปัญญา ก็จะสิ้นสุดลง เพราะถูกกิเลส ตัณหา มานะทิฏฐิ อวิชชา เข้ามา

เป็นเจ้าของก็เจ้าการ ออกประกาศว่าสิ่งเหล่านี้เรารู้หมดแล้ว เราได้เรียนผ่านมาหมดแล้ว จะเทศน์ให้ใครต่อใครฟังก็ได้ จะหยุดนั่งสมาธิ หยุดเดินจงกรมเสีย นอนดีกว่า เรื่องอย่างนี้ผู้เขียน เคยถูกกิเลสตีต้อนมาแล้ว จึงได้นำเอาความโง่ๆ ของตัวเองนี้มา เปิดเผย เพื่อจะได้เกิดความละอาย จะได้มีความขยันหมั่นเพียร คอยระวังกิเลสประเภทนี้เข้ามาแทรกซ้อนในการภาวนาอีกต่อไป



## การพิจารณาความตาย

เราเห็นคนตายอยู่ที่ไหนก็พิจารณาได้ทันที หรือจดจำมาพิจารณาภายหลังก็ได้ การพิจารณาก็ต้องกำหนดจิตและตั้งใจพิจารณาอย่างจริงจัง และทำให้จิตได้เกิดความสลัดสังเวชต่อความตาย อย่าไปเอา “ธรรมดา” เข้ามาตัดรอนให้ปัญญาหมดไป โดยให้กิเลสตัดสินว่ารู้แล้วทั้งๆ ที่จิตยังไม่เกิดความกลัวและสลัดใจ การพิจารณาต้องพิจารณาให้ละเอียดให้เข้าถึงจิต ให้จิตได้รู้เห็นตามปัญญาอย่างชัดเจน การพิจารณาด้วยปัญญา ถ้าจิตไม่รู้เห็นตามปัญญาแล้ว ก็เหมือนกันกับคนตาบอดฉายไฟ จะไม่มีประโยชน์อะไรเลย แต่บอดชอบบอดฉลาด การจดจำเอาเรื่องของคนอื่นมาเป็นของตัวเองนั้นเก่งมาก ว่าสิ่งนั้นเรารู้ สิ่งนั้นเราก็อ้างใจ ทั้งๆ ที่ได้ยินจากคนอื่นเท่านั้นฉันใด

จิตเมื่อไม่รู้เห็นตามปัญญาแล้ว ก็ไม่มีทางที่จะรู้จริงเห็นจริงในสังขารได้ฉนั้นนั้น ถึงจะอ่านตำราจบตู้พระไตรปิฎก จิตก็ยังไม่ได้สัมผัสในสังขารนั้นเลย ความรู้ที่เรียนรู้มาก็ยังเป็นภาคทฤษฎีไป ยังไม่เข้าใจในขอบข่ายแห่งความรู้จริงในสังขารได้เพียงเป็นหลักการวิชาการเท่านั้น

เหมือนกันกับไปเรียนหลักการวิธีการในการทำอาหาร เมื่อจบหลักสูตรมาแล้ว ไม่เคยปรุงอาหารรับประทานเองสักทีรสชาติของอาหารนั้นเป็นอย่างไรรู้ไม่ฉนั้นใด การพิจารณาด้วยปัญญา เมื่อจิตยังไม่รู้เห็นตามด้วยปัญญาก็เป็นสัญญาไปฉนั้นนั้น ถึงจะพิจารณาไปตามหลักความจริงก็จริงเพียงสัญญาเท่านั้น ถ้าเพียงเท่านี้ก็ละกิเลสค้นหาไม่ได้เลย เพราะการละกิเลสค้นหาเป็นเรื่องของจิต ปัญญาเพียงเป็นแสงสว่างให้จิตได้รู้เห็นโทษภัยเท่านั้น ถ้าปัญญามีความสว่าง จิตก็รู้เห็นในความเป็นจริงเห็นโทษภัยในการเกิด แก่ เจ็บ ตาย แล้วก็จิตนั้นแลจะหาทางให้พ้นไปจากการเกิดไปได้ ส่วนความแก่ ความเจ็บ ความตายเป็นผลและเป็นทั้งโทษภัยด้วย ถ้าตัดรากแห่งความเกิดได้แล้ว ความแก่ ความเจ็บ ความตาย ก็หมดปัญหาไป

เหมือนกับคนที่นอนหลับอยู่ในท่ามกลางแห่งภัยทั้งหลาย มีช้าง มีเสือ มีงูพิษอยู่รอบตัว เมื่อลืมตาขึ้นเห็นสัตว์ร้ายด้วยตาเองแล้ว แม้จะฝืนนอนต่อไปอีกก็นอนไม่ได้เลย มีแต่จะหาช่องทางวิ่งหนีจากภัยเหล่านั้น ให้พ้นไปด้วยกำลังแห่งความกลัว ถึงที่นั่นได้เคยหลับเคยนอนมาแล้ว นานสักเท่าไรก็ตาม เมื่อเห็นภัยเข้ามาคุกคามก็จะทอดอาลัยทันที นี่ฉันใด ขณะนี้จิตเรากำลังหลับ ก็ยังไม่เห็นภัยในการเกิด ไม่เห็นภัยในการแก่ ไม่เห็นภัยในการเจ็บ ไม่เห็นภัยในการตาย ถ้าจิตไม่เห็นภัย จิตก็มีความยินดีที่จะหลับอยู่อย่างนี้ตลอดไป เมื่อภัยมากระชั้นชิดไม่มีทางออก ก็เป็นทุกข์ฉันนั้น ไม่อยากแก่ก็จำเป็นจะต้องแก่ ไม่อยากเจ็บก็จำเป็นจะต้องเจ็บ ไม่อยากตายก็จำเป็นจะต้องตาย ไม่อยากเกิดอีกก็จำเป็นจะต้องเกิดอีก เพราะเชื่อพาให้เกิดยังมี

นี่การพิจารณาความตาย ให้ถือว่าเป็นภัยที่สำคัญ เพราะทุกคนไม่ต้องการความตาย แต่ก็ยังยินดีในการเกิด ถ้าเกิดแล้วก็ไม่อยากตาย แต่มันเป็นไปตามความอยากของเราไหม เราจะไปขัดขืนสังขรณ์ด้วยวิธีนี้จะขัดขืนได้ไหม ขัดขืนไม่ได้ เพราะสายทางของสังขรณ์ต้องเวียนรอบกันอยู่อย่างนี้ และเป็นอยู่อย่างนี้ไม่รู้ว่าจะไปไหนกลับไหน トラบใดที่ยังมีโลกอยู่ การเกิด แก่

เจ็บ ตาย ก็หมุนเวียนเป็นวัฏฏะอยู่อย่างนี้ตลอดไป การพิจารณาความตายนี้อยู่บ่อยๆ ก็เพื่อให้จิตได้เกิดความกลัว ถ้าจิตมีความกลัวแล้ว หนทางที่จะทำไม่ให้เกิดความกลัวนั้น หนทางที่เห็นเสียแล้วกลัวเสีย หนทางที่จะหนีจากปากเสือ ก็คนที่กลัวเสือนั้นแหละจะหาเอง ที่ไหนจะพ้นจากปากเสือได้ คนนั้นจะวิ่งให้เต็มที คำว่าเดินโอ้อ่อยไม่มี หรือเหมือนกับขี่ไฟโหลเห็นเจ้าหน้าที่ ทางออกอยู่ไหนไม่ต้องถามใคร ช่องไหนจะพ้นไปจากเจ้าหน้าที่ได้ เป็นอันวิ่งทันที นี่การปฏิบัติภาวนา การพิจารณานึกถึงความตาย และพิจารณาในความตายบ่อยๆ ก็เพื่อปลุกจิตให้ตื่น ให้จิตมีความกลัวในโทษภัยทั้งหลาย ให้จิตได้เกิดความเบื่อหน่ายในการเกิดการตายที่เป็นของซ้ำซาก ไม่มีสาระประโยชน์อะไรเลย

เห็นคนตายอยู่ที่ไหน ก็พิจารณาคนที่ตายไปแล้ว น้อมเข้ามาหาตัวเอง ให้เทียบกันดูว่า ธาตุชั้นของคนที่ตายไปแล้วกับธาตุชั้นของเราผู้ยังมีลมหายใจอยู่นี้ ให้รู้เห็นเป็นสภาพเดียวกัน พิจารณาว่า แต่ก่อนผู้ที่ตายไปนี้เขาก็มีลมหายใจเหมือนกันกับเราความเป็นอยู่การไปมาก็เหมือนกันกับเรา ธาตุชั้นเขาก็กับธาตุชั้นเราก็มีธาตุสี่ คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ เหมือนกัน รูป เวทนา สัญญา สังขาร

วิญญาณ เมื่อเขายังไม่ตายก็เหมือนกันกับเรา เราก็อเหมือนกันกับเขา นี่เขาก็ได้หมดลมหายใจไปแล้ว นี่เราก็จะหมดลมหายใจและเหมือนกันกับคนที่ตายไปแล้ว คนที่ตายไปแล้วนี้ เมื่อครั้งที่เขายังมีชีวิตอยู่ เขาก็ยึดถือว่าร่างกายทั้งหมดนี้เป็นตนเป็นตัว และมีความกลัวต่อความตายและไม่อยากตายเลย ความไม่อยากตายนี้ก็เป็นวิภวตัณหา แต่ก่อนคนที่ตายไปนี้ก็มีใจความเข้าใจว่าทรัพย์สินสมบัติที่เขาหามาได้จะน้อยหรือมาก เขาก็ยึดถือว่าเป็นของของเขา แต่บัดนี้สิ่งที่เขายึดถือว่าเป็นของของเขานั้น เขาเอาไปด้วยหรือไม่ เอาไปด้วยไม่ได้เลย ทรัพย์สินสมบัติทั้งหลายที่เขาหามาได้นั้นเป็นของประจำโลก เพียงอำนวยความสะดวกเมื่อครั้งยังมีชีวิตอยู่เท่านั้น เป็นปัจจัยที่อาศัยประจำวันและอาศัยไปจนหมดลมหายใจ เมื่อเขาตายไป ทรัพย์สินสมบัติทั้งหลายนั้นก็ยังอยู่ในโลก และคนที่ยังมีชีวิตอยู่ก็อาศัยทรัพย์สินสมบัตินั้นต่อไป

การพิจารณาความตายของคนอื่นก็ต้องพิจารณาให้ละเอียด แล้วน้อมนำมาพิจารณารูปร่างกายตัวเราเอง จงพิจารณาให้ละเอียด อย่าเห็นแก่ความมันง่าย อย่าพิจารณาเร็ว ให้พิจารณาช้าๆ ในขณะที่พิจารณาอยู่นั้นก็ให้กำหนดจิตรู้ตาม

ปัญญาทุกครั้ง เพื่อให้จิตตั้งมั่นอยู่กับปัญญาตลอดไป การนึกถึงความตาย การพิจารณาในความตายต้องพิจารณาให้มาก วันหนึ่งคืนหนึ่งจะก็ร้อยก็พันครั้งไม่ต้องนับ ไม่ใช่จะพิจารณาเพียงความตายของคนเราด้วยกันเท่านั้น แม้จะไปเห็นสัตว์อื่นที่ตายอยู่ในที่ต่างๆ ช่างถนนก็พิจารณาได้ และน้อมเข้ามาหาตัวเอง และพิจารณาความตายของตัวเองให้เป็นสภาพเดียวกันกับสัตว์นั้นๆ ทุกประการ และพิจารณาให้รวมลงสู่ไตรลักษณ์ ทุกครั้งไป มิใช่จะพิจารณาเพียงความตายเท่านั้น เมื่อเราไปเห็นคนและสัตว์มีความทุกข์ด้วยประการใด เราก็น้อมเข้ามาหาตัวเองว่าเราก็มีความทุกข์กายความทุกข์ใจเหมือนกัน เมื่อเราเห็นคนและสัตว์ที่มีอวัยวะไม่สมประกอบ เราก็น้อมเข้ามาหาตัวเราว่าเราก็เคยได้เป็นมาแล้ว และเราก็จะเป็นอย่างนี้ในชาติต่อไป เราไปเห็นยาจกอนาถาหาขอทาน เราก็น้อมเข้ามาหาตัวเองว่าเราก็เคยเป็นยาจกอนาถาหาขอทานอย่างนี้มาแล้ว และเราก็จะเป็นอย่างนี้ต่อไปในชาติอนาคตอย่างแน่นอน ถ้าทำกรรมชั่ว การพิจารณาด้วยปัญญาในวิธีนี้ ก็เพื่อลดทิฏฐิมานะของตัวเอง และเพื่อให้จิตได้รู้ผลกรรมของผู้ที่กำลังได้รับผลในปัจจุบัน

การพิจารณาด้วยปัญญานี้ เราจะยืน เดิน นั่ง นอน ก็พิจารณาได้ทั้งนั้น จะพิจารณาก่อนการทำสมาธิ หรือทำสมาธิก่อนแล้วจึงพิจารณาด้วยปัญญาที่หลังก็ได้ การสร้างปัญญาเราอย่าพึ่งคนอื่นมากเกินไป ให้เราใช้ความพยายามสร้างปัญญาให้แก่จิตตัวเอง ถ้าจะอาศัยปัญญาของคนอื่นไปเสียทุกอย่าง ปัญญาที่เราพิจารณาอยู่นั้นก็จะเป็นสัญญาโดยเราไม่รู้ตัว การสร้างปัญญาให้แก่ตัวเองต้องใช้ความสามารถฝึกหัดคิดค้นคว้าในสังขารมให้มาก ในเรื่องเดียวจะคิดพิจารณาก็ครั้งก็หนไม่ต้องนับ เหมือนกับโคนต้นไม้ จะใช้มีดใช้ขวานฟาดฟันด้วยกำลังของตัวเองโดยไม่ต้องนับว่าฟันไปแล้วกี่ครั้ง รากเล็ก รากใหญ่ที่มาขัดขวางก็ฟันเสียทั้งหมด เมื่อฟันขาดแล้วต้นไม้ก็จะล้มไปเอง การพิจารณาด้วยปัญญาก็ให้เป็นในลักษณะนั้น สิ่งใดที่สัมผัสด้วยตา ด้วยหู ที่เป็นสื่อสารแหล่งความชอบใจ และเป็นสื่อสารแห่งความไม่ชอบใจ ความทุกข์ที่มีอยู่ในกาย ความทุกข์ที่มีอยู่ในจิต ก็นำมาพิจารณาให้รู้เห็นเหตุและปัจจัยว่าความทุกข์นั้นมีอยู่ที่ไหน ก็ใช้ปัญญาพิจารณาดูให้รู้ เพื่อให้จิตได้เบื่อใน ความทุกข์นั้นๆ การพิจารณาก็พิจารณาตามความเป็นจริง จะคิดคาดหมายก็ต้องคาดหมายให้ถูกหลักความจริง เพราะ

การเกิดขึ้นก็เกิดขึ้นตามเหตุปัจจัยที่เป็นจริง ตั้งอยู่ที่ตั้งอยู่ตามเหตุปัจจัยที่เป็นจริง จะแตกสลายไปก็แตกสลายตามเหตุปัจจัยที่เป็นจริง ความจริงมีการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไปด้วยเหตุปัจจัยทั้งนั้น การพิจารณาก็พิจารณาให้รู้ทั้งเหตุและผล เหตุที่เป็นทุกข์ ผลก็ต้องเป็นทุกข์ เหตุที่เป็นของไม่เที่ยง ผลก็เป็นของไม่เที่ยง เหตุที่ไม่ใช่ตัวตน ผลก็ต้องเป็นของที่สูญเปล่า ให้จิตรู้จริงว่าเหตุอย่างไร ผลก็ต้องเป็นอย่างนั้น



# สัญญาเมืองต้นเอาตย สัญญา สมมติ

การพิจารณาด้วยปัญญานี้ก็ต้องอาศัยสัญญา อาศัยสมมติ เป็นเส้นทางไปก่อน เพื่อให้เป็นที่รองรับปัญญา เหมือนกับ ปากกาที่อยู่ในมือ ถ้าหากไม่มีที่รองรับให้ปากกาได้เขียน ปากกา นั้นก็จะไม่มีที่เขียน จะเขียนบนอากาศ วาดภาพเป็นตัวหนังสือ ก็ไม่มีประโยชน์อะไรเลย ฉะนั้น สัญญา สมมติ จึงเป็นกระดาษ ที่รองรับปัญญาอย่างสำคัญ ความจดจำในสิ่งต่างๆ ภายนอก จึงน้อมเข้ามาหาตัวเองได้ถูกต้อง เช่น เห็นคนแก่ก็จดจำน้อมเข้ามาหาตัวเอง เห็นคนเจ็บก็จดจำน้อมเข้ามาหาตัวเอง เห็นคนตาย ก็จดจำน้อมเข้ามาหาตัวเอง เห็นความสกปรกโสโครกในซากศพ ของคนและสัตว์ ก็จดจำน้อมเข้ามาหาตัวเอง ถ้าไม่มีสัญญา

สมมติแล้ว ปัญญาจะพิจารณาอะไรไม่ได้เลย เพราะสัญญา สมมติ เป็นกระจกเงาให้ปัญญาเป็นอย่างดี ผู้ที่ทิ้งสัญญา ทิ้งสมมติ คือติดอยู่ในสมาธิขั้นละเอียด จึงไม่เกิดปัญญา และพิจารณาอะไรไม่เป็นเลย เพียงอยู่เฉยๆ อยู่นิ่งๆ อาศัยความว่างของจิตเป็นที่อยู่ ความว่างของจิตที่นิ่งเฉยนี้ ไม่ใช่การละกิเลสตัดหา อวิชาแต่ประการใด เพียงอาศัยสติ ฌาน สมาบัติ กลบกิเลส ตัดหาวิชาไว้เท่านั้น

ในสมัยครั้งพุทธกาล มีภิกษุไปปฏิบัติธรรมในป่าช้า ก็อาศัยสัญญาเป็นเครื่องจดจำซากศพที่มีลักษณะต่างๆ มีทั้งตายใหม่ และตายเก่า มีทั้งชิ้นอืดพุพองน้ำเหลืองไหล มีทั้งเนื้อหนังกำลัง เปื่อยเน่า มีทั้งสัตว์ป่านานาชนิดกัดกินเป็นอาหาร มีทั้งกระดูก ติดเอ็นและกระดูกที่เก่าแล้ว ภิกษุนั้นท่านก็อาศัยสัญญาจดจำ ใส่ใจไว้ เมื่อออกจากที่นั่นไปแล้ว ก็โอปนยิโก น้อมสิ่งเหล่านั้น มาที่ตัว เห็นในซากศพเป็นในลักษณะใด ก็จดจำแล้วจึงสมมติ ตัวเองให้เป็นไปในลักษณะนั้น เห็นศพที่ตายใหม่ ก็สมมติใน ร่างกายตัวเองให้เป็นในลักษณะคนตายใหม่ และพิจารณาใน ร่างกายตัวเองให้เป็นไปตามสัญญาที่จดจำมา และสมมติให้ ร่างกายตัวเองให้เป็นไปตามซากศพในลักษณะนั้นๆ และพิจารณา

ให้ลงสู่ไตรลักษณ์ และกำหนดจิตให้รู้เห็นเป็นสังขารม มีอนัตตา คือความสูญเปล่าไปจากตัวตนอย่างแท้จริง ไม่นานท่านก็ได้บรรลุอรหัตต์ เมื่อเป็นพระอรหัตต์แล้ว เรื่องสัญญา สมมติ ก็หมดภาระกันทันที ฉะนั้น สัญญา สมมติ จึงเป็นสะพานให้ปัญญาได้เป็น  
อย่างดี

# สว่างมโนภาพให้แก่จิต

ปัญญาจึงเป็นหน้าที่ของเราจะสร้างขึ้นให้แก่จิตเอง เมื่อจิตมีปัญญาและปัญญามีในจิต ความสว่างของปัญญามีอยู่ที่จิตเต็มที่แล้ว ก็จะกำจัดความมืดบอดของจิตได้อย่างรวดเร็ว ความสว่างของปัญญานั้นเป็นแสงสะท้อนเข้ามาสู่จิต เพื่อให้จิตได้รู้เห็นตามความเป็นจริง ความเป็นจริงในสังขารเป็นอย่างไร จิตก็จะรู้เห็นได้อย่างทั่วถึง จะรู้เห็นทุกข์เป็นทุกข์ และรู้เห็นเหตุให้เกิดทุกข์คือตัณหาได้อย่างชัดเจน และรู้เห็นในสรรพสังขารทั้งหลายว่าไม่เที่ยงตามความเป็นจริง และรู้เห็นว่าร่างกายนี้ไม่มีตัวตน รู้เห็นเป็นสภาพธาตุสี่ มีดิน น้ำ ลม ไฟ ที่รวมกันอยู่เป็นรูปเท่านั้น เมื่อจิตถอดร่างไปแล้ว ธาตุทั้งสี่ที่ตั้งอยู่เป็นรูปไม่ได้มีแต่จะแตกสลายจากกันไปตามธาตุเดิมเท่านั้น เมื่อจิตรู้เห็นชัด

อยู่อย่างนี้ ความยึดถือเดิมของจิตที่เคยยึดถือว่าร่างกายนี้เป็นตนเป็นเราก็จะถอนออกมาทันที เมื่อจิตถอนออกจากการยึดถือว่าร่างกายนี้ไม่ใช่เราจริงแล้ว ก็ชื่อว่าความเห็นของจิตเป็นความรู้เห็นที่ถูกต้อง จิตจึงเป็นสัมมาทิฏฐิ เป็นความรู้เห็นที่ชอบธรรม

เมื่อจิตมารู้เห็นและถอนออกจากการยึดถือในตนได้แล้ว จิตก็จะถอนออกจากการยึดถือสิ่งภายนอกทั้งหมด จะไม่มีสิ่งใดในโลกนี้เป็นของของเรา ทุกอย่างก็เป็นเพียงธาตุที่อาศัยเท่านั้น เมื่อธาตุทั้งหลายแตกสลายไป ก็ไม่มีความเดือดร้อน และไม่มี ความทุกข์ภายในจิตแม้แต่หน่อย นี้ก็เพราะจิตมีปัญญาที่รู้รอบแล้ว ไม่มีสิ่งใดในโลกนี้จะปิดบังอำพราง จึงเป็น ญาณทสสนิ เป็นความรู้ที่สว่างอย่างทั่วถึง ญาณทสสนะนี้เป็นความรู้เห็นที่เป็นจริงในสังขาร เป็นความรู้ที่ฝังอยู่ในส่วนลึกของจิต ถึงจะอยู่อย่างไร อยู่ที่ไหน ในอริยาบถใด ญาณรู้ภายในจิตก็จะรู้รอบจิตอยู่ตลอดเวลา หรือจะกำหนดจิตทำสมาธิให้จิตได้รวมลงเป็นเอกจิต เอกธรรม ก็รวมลงได้ง่าย

# มโนสมาธิ

อย่าเข้าใจผิดในความรู้เห็นในสมาธิ การทำสมาธิก็ต้องมีปัญญาคือเป็นพี่เลี้ยงเพื่อแก้ไขในความเห็นผิด ถ้าไม่มีปัญญาแล้ว จะมีความเห็นผิดได้ง่าย การทำสมาธิเมื่อจิตลงสู่ความสงบแล้ว ย่อมมีมารเข้ามาแทรกซ้อนได้ง่าย และทำให้จิตเกิดความเห็นผิดในกลวงของกิเลสตัณหา ส่วนมากมารจะแฝงเข้ามาในรูปนิมิตที่เกิดจากสมาธิ และทำให้จิตมีความเข้าใจผิดคิดว่าเป็นของจริง เพราะกิเลสอยู่ที่จิตจึงหลอกจิตได้ง่าย เช่น จิตมีความสงบแล้ว ก็จะเกิดแสงสว่างเป็นในลักษณะต่างๆ จะเข้าใจเองว่าแสงสว่างนี้เป็นปัญญาบ้าง เป็นวิปัสสนาญาณบ้าง เป็นนิโรธสมาบัติบ้าง บางครั้งมีทั้งแสงสว่าง มีทั้งรูปนิมิต เป็นไปในลักษณะต่างๆ เช่น เห็นเป็นเด็กที่เกิดใหม่บ้าง เห็นเป็นคนแก่ เห็นเป็นคนเจ็บ และ

เห็นเป็นคนตายนอนอยู่ข้างหน้าบ้าง หรือเห็นท้องฟ้าที่สว่าง หรือเห็นก้อนเมฆ เห็นเดือนดาว เห็นแม่น้ำ เห็นฟองน้ำ หรือเห็น เป็นนานาชนิด หรือเห็นพระพุทธรูป เห็นดวงแก้ว การเห็นอย่างนี้ จะตีความหมายไปว่าเป็นวิปัสสนาญาณไม่ได้ จะตีความหมาย ว่ามีความรู้รอบในสรรพสังขารก็ไม่ถูก จะเข้าใจว่าตนรู้แจ้งเห็น จริงในสังขารก็ไม่ได้นี้ เป็นเพียงนิมิตที่เกิดขึ้นจากสมาธิเท่านั้น ถ้าผู้มีปัญญาเป็นพื้นฐานมาแล้ว นิมิตนี้ก็จะ เป็นประโยชน์ ในการพิจารณาด้วยปัญญาได้เป็นอย่างดี หรือถ้าผู้มีปัญญา เฉียบแหลมฝังอยู่ที่จิตแล้ว นิมิตต่างๆ ก็จะไม่เกิดขึ้น เพราะนิมิต ต่างๆ นั้นยังคงอยู่ในสังขาร เป็นของไม่เที่ยงด้วยกันทั้งหมด

จิตที่มีปัญญาเป็นพื้นฐานมาแล้ว จะให้กิเลสสังขารมา หลอกหลวงจิตก็หลอกได้ยาก เพราะปัญญาเป็นสิ่งที่รู้รอบ รอบรู้ ในสรรพสังขารตามความเป็นจริงอยู่แล้ว นิมิตนี้เหมือนกันกับ นักต้มตุ๋นหลอกหลวงอันดับโลก แต่ก็ต้มตุ๋นหลอกหลวงได้เฉพาะ บุคคลที่หัวอ่อนเท่านั้น จะไปหลอกหลวงต้มตุ๋นบุคคลที่มีความฉลาด นั้นจะไม่สำเร็จเลย เขาจะต้มตุ๋นหลอกหลวงกับใคร เขาต้องเข้าใจ ในความต้องการของคนๆ นั้น ถ้าผู้ต้องการเงิน เขาก็เอาเรื่องของ เงินนั้นแหละมาเป็นเครื่องหลอกหลวง เอาเงินมาออกอุบายให้คน

นั้นตายใจ จึงหลอกลวงเอาเงินคนได้ ถ้าผู้ต้องการความสวยงาม เขาก็เอาเครื่องสำอางนั้นแหละมาเป็นสิ่งหลอกลวงเพื่อให้ตายใจ ฉันทิ กิเลสสังขารหลอกลวงจิต กิเลสสังขารก็เอาสิ่งที่จิตมีความต้องการนั้นแหละมาหลอกลวงจิต จิตมีความต้องการในสิ่งใด กิเลสสังขารก็เอาสิ่งนั้นๆ มาหลอกลวงจิตฉันทิ เพราะกิเลสสังขารอยู่ที่จิตจึงหลอกลวงจิตได้ง่าย ถ้าจิตหยาบ กิเลสสังขารก็หาเอาสิ่งที่หยาบๆ มาหลอกให้จิตหลง ถ้าภาวนาจิตมีความสงบละเอียด กิเลสสังขารก็หาเอาสิ่งที่ละเอียดมาหลอกลวง

ฉันทิ จิตจึงถูกกิเลสสังขารหลอกลวงตมตุนมาตลอด ไม่ว่าจะอยู่ในเพศใด ฐานะสูงต่ำอย่างไร คนรวย คนจน ตลอดกำพร้าอนาถาหาขอทาน คนบอด คนหนวก ชาติชั้นรพีภักการ ก็ถูกกิเลสสังขารหลอกลวงทั้งนั้น การท่องเที่ยวของจิตที่หมุนไปเวียนมาอยู่ในวัฏสงสารนี้ ก็เพราะจิตถูกกิเลสสังขารหลอกลวง และก็ถูกกิเลสสังขารหลอกลวงมานับตั้งแต่ครั้งนั้นจนถึงปัจจุบัน ไม่ทราบว่่าชาติภพ จนนับกับนับกาลป์ไม่ถ้วนประมวลไม่จบ และก็จะถูกกิเลสหลอกลวงจิตต่อไปในอนาคต ไม่ทราบว่่าจะถูกหลอกไปถึงไหน ส่วนจิตเองก็ไม่รู้เลยว่าถูกหลอก เพราะกิเลสสังขารมีนโยบายการหลอกลวงจิตอย่างแยบยล จะว่่าความฉลาดเฉียบแหลม



ในกลุ่บายในการหลอกลงก็เป็นหนึ่งในโลก สามารถทำให้  
สัตว์โลกทั้งหลายได้จมอยู่ในวัฏสงสารนี้จนไม่รู้สึกรู้ตัว และยอม  
เป็นสมาชิกของกิเลสตัณหา ตัณหา ทาโส จึงได้ตกเป็นทาสของ  
กิเลสตัณหาตลอดมาจนถึงปัจจุบัน และยอมเป็นทาสของกิเลส  
ตัณหาตลอดไป

# การดำเนินเอริสมรรคด้วยมโนญา

เมื่อนักปฏิบัติมารู้ตัวว่าจิตได้ตกเป็นทาสของตัณหาแล้วอย่างนี้ ต้องสร้างปัญญาให้แก่จิต เพื่อให้จิตได้มีความรู้ความฉลาดเฉียบแหลมให้เหนือกิเลสตัณหา จึงจะชำระกิเลสตัณหาให้หมดสิ้นไปได้ การสร้างปัญญาก็คือสร้างทางให้จิตได้เดินตามมรรคนั้นเอง การสร้างมรรคก็คือสร้างปัญญาให้จิต เพื่อให้จิตได้มีความฉลาดรอบรู้ในสรรพสังขารทั้งหลาย ฉะนั้น พระพุทธเจ้าจึงได้วางหลักการปฏิบัติ เพื่อให้พุทธบริษัทได้ปฏิบัติตรงต่อมรรคผลนิพพาน พระองค์จึงได้วางทางสายตรงไว้ คือ มรรค ๘ มีสัมมาทิฏฐิ สัมมาสังกัปปो สัมมาวาจา สัมมากัมมันโต สัมมาอาชีโว สัมมาวายาโม สัมมาสติ สัมมาสมาธิ มรรคทั้ง ๘ ประการนี้ก็เพื่อให้ให้นักปฏิบัติได้ถือเอาเป็นแบบอย่าง เป็นต้นฉบับ

ที่คงเส้นคงวา และเป็นเส้นทางของคนๆ เดียว เดินก็เดินคนเดียว ก่อนที่เราจะเดินตามมรรค เราก็สร้างทางของมรรคให้เกิดขึ้นที่ตัวเราเอง และเราก็เดินเอง

**มรรคทั้ง ๘ นั้นมีสัมมาทิฐิเป็นสำคัญ** เพราะการปฏิบัติ ถ้าจิตมีความเห็นชอบเห็นตรงแล้ว มรรคข้ออื่นก็มารวมอยู่ที่ ความเห็นชอบทั้งหมด ความเห็นชอบนั้นเป็นตัวปัญญา การปฏิบัติ ก็ต้องมีปัญญาพิจารณาให้รอบคอบ รอบรู้ในองค์มรรค ส่วนมรรค ๘ ที่มีอยู่เดิมนั้นเป็นของกลาง เราจะไปยึดเอามาเป็นของตัวเองไม่ได้ แต่ก็ไม่ทิ้ง เพราะมรรค ๘ เป็นต้นฉบับที่สำคัญ เหมือนกันกับเราเห็นบ้านที่สวยงาม เมื่อเราต้องการบ้านหลัง อย่างนั้น เราก็ออกแปลนให้เหมือนกับบ้านหลังนั้น แล้วสร้างบ้านขึ้นด้วยตนเอง และให้เหมือนกันกับบ้านหลังนั้นทุกอย่าง บ้านที่เราสร้างขึ้นนั้นจึงจะเป็นบ้านของเราเองอย่างสมบูรณ์ ฉันไค การสร้างมรรค ๘ ให้เกิดให้มีขึ้นแก่ตัวเองก็ฉันนั้น

มรรค ๘ ที่เป็นหลักเดิมนั้นเป็นเส้นทางของท่านผู้เดินผ่านพ้นไปแล้ว ท่านจึงได้วางแนวทางเพื่อเป็นแบบอย่างไว้ให้เรา เพื่อให้เราได้สร้างทางได้เหมือนกันกับท่าน เราจะได้เดินตามเส้นทางของเรา และเราก็จะถึงจุดหมายปลายทางเช่นกัน การสร้าง

ทางให้จิตนั้นก็ต้องมีปัญญาเป็นเครื่องบุกเบิก กรุยแนวทางให้จิตได้เดินตามสังขธรรม ถ้าจะปล่อยให้จิตเดินไปตามลำพัง ก็จะมีเหมือนกับดั่งที่เคยเป็นมา ฉะนั้น ปัญญาจึงเป็นเครื่องสอดส่องชี้แนะให้จิตได้รู้เห็นเส้นทางที่เดิน การเดินทางตามสายเก่า นั้นเราก็คเคยเดินมาแล้ว มีแต่โทษแต่ภัยนานาชนิด แม้ชีวิตเราก็เคยได้ทิ้งในเส้นทางนี้หลายชาติหลายภพ ก็ยังไม่ถึงไหน ยังเวียนเกิดเวียนตายอยู่ในที่เดิม ฉะนั้น จึงสร้างทางให้จิตเดินเสียใหม่ อาศัยปัญญาคามเห็นชอบและเห็นจริงในสังขธรรม การพิจารณาในสังขธรรมนี้เป็นทางใหม่ของจิตที่ยังไม่เคยเดินมาก่อน และเป็นแนวทางที่ฝืนในความรู้สึกของจิตชนิดหน้ามือเป็นหลังมือไปเลย เพราะแต่ก่อนจิตเคยลอยตามกระแส แต่บัดนี้ปัญญาจะพาให้จิตตัดกระแส ถึงจิตไม่เคยตัดกระแสก็ต้องฝึก เพราะการตัดกระแสยังมีทางที่จะให้ถึงฝั่งได้ ถ้าจะปล่อยให้จิตลอยตามกระแสแล้ว จะไม่มีทางที่จะเข้าถึงฝั่งได้เลย

ปัญญาเท่านั้นจึงจะนำทางให้จิตหมุนตัวกลับได้ ถึงจะมีราคะตัณหามาผลักดันให้จิตเป็นไป ก็ต้องใช้ปัญญาเป็นเครื่องผลักดันราคะตัณหาให้หมดไปจากจิตได้ เพราะจิตขาดที่เลี้ยงที่ชอบธรรม ขาดผู้นำที่ดี จึงมีความมืดบอด ไม่รู้จักเส้นทางที่จะให้

พ้นไปจากโทษภัยทั้งหลาย ฉะนั้น จึงมีปัญญาสร้างทางให้จิตเสียนับแต่บัดนี้เป็นต้นไป พยายามใส่ใจในการคิดอ่านตริตรองใคร่ครวญอยู่เสมอ ในช่วงแรกจะให้จิตเกิดความรู้เห็นตามปัญญานั้นยังไม่ได้ ต้องอาศัยปัญญาฝึกฝนอบรมจิตอยู่บ่อยๆ จนจิตมีความเชื่อองชินต่อปัญญา จิตจึงจะมีความรู้เห็นตามปัญญาไปได้

ฉะนั้น การเดินมรรคในช่วงแรกจะให้ราบรื่นไปเลยที่เดียวไม่ได้ เพราะเป็นเส้นทางที่ไม่เคยเดิน เหมือนกันกับเด็กที่กำลังฝึกหัดเดิน ย่อมมีการล้มลุกคลุกคลานเป็นธรรมดา เมื่อเด็กนั้นพยายามฝึกเดินบ่อยๆ ก็เดินได้เหมือนผู้ใหญ่ทั่วไปฉับใดความเป็นไปของจิตดั้งเดิม ย่อมมีความคล่องตัวอยู่ในกามคุณมาแล้ว แต่บัดนี้ จะทำให้จิตเกิดความเบื่อหน่ายในกามคุณก็ต้องใช้ปัญญาฝึกหัดจิตเต็มที่ ใช้ปัญญาหยิบยกในสิ่งที่จิตมีความเกี่ยวข้องกับผูกพันมาวิจารณ์เปิดเผยความจริงให้จิตได้รู้เห็นโทษภัยในสิ่งนั้นๆ อยู่ตลอดเวลาฉับนั้น แต่ก่อนมาจิตเคยมีความยินดีรักใคร่ในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ในกามคุณทั้งห้านี้มีรูปเป็นสำคัญ ส่วนเสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ก็มารวมอยู่ที่รูปอย่างเดียว ถ้ารูปไม่มีแล้ว สิ่งเหล่านี้ก็ไม่มีที่ตั้ง เพราะเสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ก็เกิดมาจากรูปนั้นเอง

ฉะนั้น รูปจึงเป็นศูนย์รวมที่สำคัญ จิตจะมีความรักใคร่ ยินดี มีความยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นตนเป็นตัว ก็มาเข้าใจอยู่กับรูป อันนี้ สัตว์หลงสัตว์ คนหลงคน ก็มาหลงอยู่ในรูปอันนี้ จิตที่มีความคล่องอยู่ในโลกอันนี้ ก็เพราะรูปกายนี้เป็นเหตุ จิตที่หมุ่นเวียน ในวิภวสังสารมานาน ก็เพราะมีความห่วงอาลัยคิดถึงอยู่ในรูปร่างกายนี้เอง ฉะนั้น การใช้ปัญญาพิจารณาในรูปร่างกาย ก็เพื่อเปิดเผยตีแผ่ความจริงของรูปร่างกายออกมาให้จิตได้รู้ตามความเป็นจริง ในรูปร่างกายนี้มีอะไรบางอย่างที่ทำให้จิตมีความยินดีผูกพัน และยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นตนเป็นตัว ว่าเป็นเราและตนตัวของเรา จึงมีปัญญาแยกแยะออกเป็นชิ้นเป็นส่วน เช่น ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก แต่ละส่วนก็มีชื่อตามสมมติของเขาอยู่แล้ว จึงไม่มีสิ่งใดในรูปร่างกายจะเป็นตัวตนของเราที่แท้จริง ทั้งนี้ก็เพียงจิตสังขารสร้างขึ้นและอยู่อาศัยชั่วคราวเท่านั้น จิตสังขารที่สร้างขึ้นมานั้น ก็สร้างอยู่ในไตรลักษณ์ แม้มีรูปร่างกลางตัวเกิดขึ้นมาแล้ว ก็ตกอยู่ในไตรลักษณ์ตามสถานที่เกิดอยู่นั่นเอง ความสำคัญมันหมายของจิตเดิมย่อมมีความเข้าใจว่ารูปร่างกายนี้เป็นตัวเป็นตน

เมื่อใช้ปัญญาพิจารณาตามความเป็นจริงของรูปร่างกายแล้ว จิตก็จะค่อยๆ มีความรู้เห็นที่เป็นจริงตามปัญญาไปด้วย เหมือนกับ

ครูสอนเด็กนักเรียน ในขั้นต้น ครูก็ต้องมีความขยันหมั่นสอนเอาใจใส่ในเด็ก เพื่อให้เด็กได้มีความรู้ความฉลาดอ่านออกเขียนได้ เมื่อเด็กมีความเข้าใจรู้ตามครูในวิชานั้นแล้ว ครูก็ให้นักเรียนเขียนเองอ่านได้ฉันใด การใช้ปัญญาสอนจิตก็ต้องใช้สติปัญญาควบคุมจิตอยู่เสมอ เพื่อให้จิตได้ศึกษาในข้อมูลต่างๆ ในสังขารธรรม เมื่อจิตไปเกี่ยวข้องกับผูกพันในสิ่งใด จะเป็นภายนอกหรือภายใน ไกลใกล้ หยาบละเอียด ก็ใช้ปัญญาหยิบยกเอาในเรื่องนั้นๆ ขึ้นมาพิจารณา และเปิดเผยในความจริงนั้นๆ ให้จิตได้รู้เห็นตามความเป็นจริง จิตสังขารคิดปรุงแต่งในเรื่องใด ก็ใช้ปัญญาเข้าทำลายลบล้างในเรื่องนั้นๆ ให้หมดไปสิ้นไปจากความเข้าใจเดิมของจิต เพื่อให้จิตได้มีความรู้เห็นที่ชอบธรรมฉันนั้น จึงเป็นสัมมาทิฐิที่ถูกต้อง จึงชื่อว่าเป็นผู้สร้างมรรคให้เกิดขึ้นแก่ตัวเอง

การพิจารณาด้วยปัญญานี้เป็นสิ่งสำคัญ เพราะเป็นการบุกเบิกแนวความรู้เห็นของจิตในขั้นพื้นฐาน เมื่อจิตรู้เห็นตามปัญญาที่เป็นจริงแล้ว ปัญญาจึงเรียกตามสมมติใหม่ว่า ปัญญาญาณ คือจิตรู้เห็นตามปัญญาที่เป็นจริง เมื่อมีความรู้เห็นในสภาวะธรรมในสังขารโดยละเอียดแล้ว คำว่าปัญญาญาณก็จะเรียกใหม่ว่า วิปัสสนาญาณ นั่นเอง ฉะนั้น นักปฏิบัติจึงวางพื้นฐาน

ปัญญาธรรมตานี้ให้ตรงตามสัมมาทิฏฐิ สัมมาสังกัปป คือ ความเห็นที่ชอบธรรม แม้จะคิดพิจารณาในสังขารธรรม ก็คิดดำริ ให้รู้เห็นโทษภัยในการเกิด แก่ เจ็บ ตาย ให้ลงสู่ไตรลักษณ์ และดำริพิจารณาให้เห็นโทษภัยในกามคุณทั้งหลาย เพื่อให้จิตได้ถอนตัว ไหม้ว่อมในกามคุณอีกต่อไป จึงสมในบาลีว่า “นิพพานคมนํ มคคํ ขิปปเมว วิโสธเย พิงรีบลัดตัดทางไป พระนิพพาน” ให้มีกรวยเป็นเครื่องหมาย เมื่อถึงกรวยนี้แล้วก็จะมองเห็นกรวยข้างหน้าต่อไป “ปถุญยตถวิปัสสติ ปัญญาเท่านั้น ที่จะมองเห็นเนื้อแท้แห่งธรรม” “ปถุญย ปริสุชฺชติ ผู้มีปัญญา เท่านั้นจึงจะมีความบริสุทธิ์ได้” ฉะนั้น ปัญญาจึงเป็นสิ่งสำคัญ จึงเป็นหน้าที่ที่เราจะสร้างขึ้นเอง ไม่ใช่จะไปนั่งคอยนอนคอย ให้ปัญญาเกิดขึ้นเองดังความเข้าใจ ดังได้ยินอยู่บ่อยๆ ว่า เมื่อจิต มีความสงบเต็มที่แล้วจะมีวิปัสสนาญาณเกิดขึ้น คำพูดอย่างนี้ก็ ให้ผู้ที่พูดรับผิดชอบไปเอง ฉะนั้น ปัญญาจึงมีชั้นหยาบ ชั้นกลาง ชั้นละเอียด จะว่าสัมมาทิฏฐิก็มีความรู้เห็นในชั้นหยาบ มีความรู้เห็นในชั้นกลาง และมีความรู้เห็นในชั้นละเอียดสุดเต็มที่



# มโนवाद้อาจารย์รามเกียรติ์

ฉะนั้น การอบรมจิตสั่งสอนจิต ถ้าจิตหยาบก็ต้องใช้ปัญญา ส่วนหยาบเข้าอบรมสั่งสอน เมื่อจิตอยู่ในระดับไหนก็ใช้ปัญญา ในระดับนั้น การพิจารณาด้วยปัญญามีขั้นตอนอย่างนี้ นี่เป็น อุบายวิธีของผู้มีนิสัย ทนราภิญญา ที่ปฏิบัติด้วยความลำบาก และรู้เห็นในสังขารได้ยาก จึงไม่เหมือนกับผู้มีนิสัย ขิปปาภิญญา ที่ปฏิบัติง่ายรู้เร็ว ฉะนั้น การใช้ปัญญาอบรมจิต ก็เพื่อให้จิตได้ ครอบในสรรพสังขารทั้งหลาย จะเป็นสังขารภายนอกและ สังขารภายใน ก็ให้จิตได้รู้เห็นอย่างทั่วถึง เฉพาะสังขารภายใน เป็นสิ่งที่ละเอียดอ่อนยากที่จะรู้ได้ แต่ก็มีอย่างหยาบ อย่างกลาง อย่างละเอียด เช่นกัน นี่คือนิสัยจิต สังขารจิตนี้เป็นเครื่องมือ ของกิเลส ตัณหา อวิชชา ทำหน้าที่ปรุงแต่ง ทำหน้าที่เสริม

และขยายในเรื่องต่างๆ ตามกิเลสตัณหาสั่งการ สิ่งเหล่านี้มีอยู่ที่จิต จึงเรียกว่าสังขารจิต เมื่อจิตถูกกิเลสตัณหาผลักดันไปในทางไหน สังขารก็ปรุงแต่งไปในทางนั้น สังขารจะปรุงแต่งได้ก็ต้องอาศัยสมมติ เหมือนกับนายช่างที่จะสร้างบ้านเรือน ก็ต้องมีอุปกรณ์เป็นเครื่องมือ บ้านเรือนจึงจะสำเร็จลงได้ จะสร้างไปในรูปไหนอย่างไรก็ขึ้นอยู่กับผู้สั่งฉันใด สังขารจะปรุงแต่งในเรื่องไหน ก็ปรุงแต่งไปตามกิเลสตัณหา อาศัยสมมติเป็นอุปกรณ์ในการปรุงแต่งฉันนั้น ถ้ามีความยินดีรักใคร่ในสิ่งใด สังขารก็ปรุงแต่งไปในทางที่รักใคร่ชอบใจ ถ้าเกลียดชังในสิ่งใด สังขารก็ปรุงแต่งไปในทางที่ไม่ชอบใจ

สังขารจะปรุงแต่งก็ปรุงแต่งตามสมมติ ถ้าสมมติไม่มีสังขารก็ปรุงแต่งไปไม่ได้ ถึงจะมีสมมติ ถ้าสังขารไม่ปรุงแต่งสมมติก็เพียงสักว่าสมมติเท่านั้น เหมือนกับแม่ครัว อาหารที่นำมาปรุง และผู้รับประทานอาหาร ทั้งสามนี้เนื่องถึงกัน ถ้าขาดอย่างใดอย่างหนึ่งแล้วก็จะไม่สำเร็จประโยชน์ ถ้ามีแต่แม่ครัวไม่มีอาหารที่จะปรุงและไม่มีผู้รับประทาน แม่ครัวก็จะทำอะไรไม่ได้เลย หรือมีแต่อาหาร ไม่มีแม่ครัวและผู้รับประทาน หรือมีผู้รับประทานแต่ไม่มีอาหารและแม่ครัว ก็ไม่สำเร็จประโยชน์นี้ฉันใด ตัณหา

สังขาร สมมติ ทั้งสามนี้ก็เนื่องถึงกัน ฉะนั้น เมื่อมีความต้องการไปในทางไหน สังขารก็ตั้งสมมติขึ้นมาแล้วปรุงแต่งตามสมมตินั้นๆ ให้ถูกต้องตามความต้องการของกิเลสตัณหา トラบใดกิเลสตัณหายังมีอยู่ สังขารก็ต้องทำงานปรุงแต่งในสมมติตลอดไป

การปรุงแต่งในสังขารนี้ จะปรุงแต่งได้ทั้งเรื่องอดีตที่ผ่านมา และปรุงแต่งได้ทั้งเรื่องอนาคตที่ยังไม่มาถึง และปรุงแต่งในความเป็นอยู่ปัจจุบัน คำว่าปรุงแต่งก็คือการเสริม เรื่องเล็กก็เสริมเป็นเรื่องใหญ่ เรื่องหยาบก็เสริมให้เป็นเรื่องละเอียด เรื่องสั้นก็เสริมออกไปเป็นเรื่องยาว เรื่องในอดีตที่ผ่านไปแล้ว เรื่องอนาคตที่ยังไม่เกิดขึ้น ก็สมมติปรุงแต่งให้เกิดขึ้น ให้จิตมีความละเมอเพื่อฝัน เป็นวิธีสร้างวิมานในอากาศวาดภาพโดยสมมติขึ้นเอง แล้วเพลิดเพลिनหลงไหลในสมมติที่ตัวเองสร้างขึ้น จึงเกิดความยินดีรักใคร่พอใจในอารมณ์ของตัวเองโดยไม่รู้ตัว เมื่อสร้างปัญหาให้เกิดขึ้นแก่ตัวเองแล้ว ก็ไม่รู้จักวิธีที่จะแก้ไข ยังมีความพอใจติดพันในอารมณ์สมมตินั้นๆ ให้จมลึกลงไป

อดีตารูปารมณ คือรูปที่มีความพอใจรักใคร่ ได้ผ่านไปนานแล้ว ก็ยังค้นขึ้นมานึกคิดปรุงแต่งโดยสมมติ ให้จิตได้ลุ่มหลงในความคิดตัวเอง เช่น รูปที่เรารักใคร่พอใจได้ตายจาก

เรา หรือพลัดพรากจากเราไป ก็ยังกำหนดจดจำไว้ในรูปร่าง  
กลางตัว รูปพรรณสัณฐาน สีสังวรณะ กิริยาท่าทางไปมา วาจา  
ที่ให้คำสัญญาต่อกัน ก็ยังคิดค้นขึ้นมา โดยสมมติว่าได้พูดคุยกัน  
ในเรื่องนั้นๆ และอยู่ในสถานที่นั้น บางครั้งก็สมมติจนเลยขอบเขต  
ทั้งๆ ที่ไม่มีมูลความจริง ก็ยังสมมติให้เป็นเรื่องขึ้นมา เมื่อตั้งสมมติ  
ขึ้นมาแล้วอย่างนี้ สังขารความปรุงแต่งก็ปรุงแต่งตามสมมติ จิตก็มี  
ความเพลิดเพลินยินดีพอใจในสมมตินั้นๆ แทบจะไม่มีเวลาพักผอน  
นอนหลับ เดินก็เดินคิด นั่งก็นั่งคิด จิตจึงมีความเศร้าหมองขุ่นมัว  
เพราะตัวเองเป็นเหตุ กิเลสตัณหาจึงได้ช่องทาง แม้ในเรื่องอนาคต  
ก็วางแผนไว้อย่างใหญ่โต เรื่องลาภ ยศ สรรเสริญ สุข ก็เป็นหนึ่ง  
ในโลก สามี ภรรยา บุตรี บุตรา ก็มีความสวยงามสดงดงามเป็นหนึ่ง  
ในโลก ตัวมีอะไรก็มีแต่ของดีๆ ไปหมดทั้งนั้น นี่ก็คือตัณหา  
ผลักดันให้สังขารปรุงแต่งในสมมติเพื่อให้จิตได้ลุ่มหลง ให้จิต  
มีความพอใจยินดีที่จะเกิดอีกในชาติหน้าต่อไป

ในชาติปัจจุบัน ก็ยังคิดปรุงแต่งประดับประดา หาสิ่ง  
ภายนอกมาฉาบทาเพื่อปิดบังอำพรางรูปสมมตินี้อยู่แล้ว เมื่อ  
หลงในรูปสมมติตัวเองแล้ว ก็หลงในรูปสมมติภายนอกอีก  
ต่อไป จิตที่หลงวนเวียนอยู่ในวัฏสงสารนี้มานาน ก็เพราะติด

ในสมมติ พอใจยินดีในสมมติและหลงในสมมติโดยไม่รู้ตัว นี้แลจึงเรียกว่า อวิชชา คือความไม่รู้ในสมมติตามความเป็นจริง จิตจึงหลงโลกนับแต่ครั้งนั้นจนถึงปัจจุบัน เมื่อชาติปัจจุบัน จิตยังมีความหลงในสังขารและสมมตินี้อยู่อีก จิตก็จะเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในภพน้อยภพใหญ่และลอยตามกระแสโลกนี้ไป ไม่รู้ว่าจะจบสิ้นกันในที่ไหน เรื่องสังขาร สมมติ นี้จึงเป็นเครื่องมือให้กิเลสค้นหาอวิชชาได้เป็นอย่างดี จิตที่ไม่มีสติ ปัญญาจึงมาลุ่มหลงในกลวงของกิเลส ค้นหา อวิชชา จิตจึงได้ ตกเป็นทาสของกิเลสตัณหาตลอด เรื่องกิเลสค้นหาอวิชชานี้มีทั้งส่วนหยาบและส่วนละเอียดอ่อน และมีอยู่ที่จิต เรื่องสังขารและสมมตินั้นเป็นตัวละครที่แสดงเพื่อปกปิดความจริงในสังขาร จิตที่ไม่มีปัญญาก็จะมาติดอยู่เพียงหน้าฉากภายนอกเท่านั้น

นักปฏิบัติต้องมีสติปัญญาเป็นเครื่องรู้รอบ และสอดส่องมองหาคุดอ่อนของกิเลสตัณหาให้ได้ เหมือนกับนักชกผู้ที่จะเอาชัยชนะมาสู่ตัวเอง ก็ต้องพิตซ้อมตัวเองอยู่เสมอและรู้จุดอ่อนของคู่ต่อสู้ เพื่อจะตัดกำลังและน็อกคู่ต่อสู้ลงได้อย่างง่ายดายฉับไฉน นักปฏิบัติธรรมก็ต้องสร้างกำลังให้เกิดขึ้นแก่

ตัวเอง คือ สหุภาพลំ กำลังศรัทธา วิริยพลั กำลังความเพียร สติพลั กำลังสติ สมานิพลั กำลังสมาธิ ปัญญาพลั กำลังปัญญา ทั้งนี้ก็ต้องให้พร้อมเพื่อจะตัดรากถอนโคนของกิเลสตัณหาให้ ลึ้นซากไปฉนั้น ผู้มีปัญหาเท่านั้นจึงจะรู้ที่เกิดที่อยู่ของ กิเลสตัณหาและรู้สายทางของกิเลสตัณหาได้ถูกต้อง เมื่อรู้เห็น ต้นกำเนิดของกิเลสตัณหาได้ถูกจุด ปัญญา ก็จะลบล้างถอดถอน มันได้ง่ายขึ้น เหมือนกันกับหมอที่ชำนาญในการตรวจโรค ก็ สามารถวางยาฆ่าตัดเอาโรคร้ายออกทิ้งไปได้ง่ายฉนั้น การพิจารณา ด้วยปัญญาก็เพื่อให้รู้จุดเด่นชัดที่เป็นศูนย์รวมของกิเลสตัณหา เพื่อจะใช้ปัญญาลบล้างกำจัดให้หมดไปสิ้นไปได้ฉนั้น

กิเลสตัณหาที่อยู่ที่จิต ต้องมีสติปัญญาพิชิตอยู่รอบด้าน ไม่ห่างไกล และไม่ให้อภัยแก่กิเลสตัณหาตัวใดๆ ทั้งสิ้น กิเลส ตัณหาจะปรุงแต่งในสมมติใดๆ ก็ใช้ปัญญาทำลายลบล้างใน สมมตินั้นอย่างทันควัน อย่าปล่อยให้สังขารปรุงแต่งในสมมติ นั้นยึดเชื้อไปนาน เหมือนกับเสื้อผ้า ถ้ารู้ว่าสกปรกแล้วก็รีบ ซักฟอกให้ความสกปรกนั้นหมดไปฉนั้น จิตเมื่อรู้ว่าเศร้าหมอง ในอารมณ์ ก็พิจารณาคล้คลายในอารมณ์นั้นให้หมดไปจากจิต ฉนั้น สิ่งใดที่กิเลสตัณหาไปมาหาสู่อยู่บ่อยๆ ก็ทำลายจุดนั้น

เพื่อไม่ให้กิเลสตัณหาฆ่าชุกซ่อนเอาสมมติหลอกจิตอีกต่อไป  
 รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ และอารมณ์ ตา หู จมูก ลิ้น กาย  
 ใจ ก็เป็นที่ชุกซ่อนของกิเลสตัณหาทั้งสิ้น รูป เวทนา สัญญา  
 สังขาร วิญญาณ ก็ถูกกิเลสหลอกจิต หลงยึดว่าเป็นตนเป็นตัว  
 เมื่อรู้ที่อยู่ของกิเลสตัณหาว่าเป็นตัวตนในจุดใด ปัญญา  
 ทำลายในจุดนั้น โดยพิจารณาให้ลงสู่ไตรลักษณ์ คือทุกขัง  
 อนิจจัง อนัตตา ให้จิตได้รู้เห็นตามปัญญาโดยความเป็นจริง รูป  
 ก็พิจารณาให้ลงสู่ไตรลักษณ์ เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ  
 แต่ละอย่างก็พิจารณาให้ลงสู่ไตรลักษณ์ด้วยกันทั้งสิ้น ตา หู จมูก  
 ลิ้น กาย ที่จิตมีความเห็นผิดว่า เป็นตนเรา เป็นตัวเรา ก็ให้  
 พิจารณาลงสู่ไตรลักษณ์ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ที่กิเลส  
 ตัณหาปรุงแต่งสมมติว่าสวยงาม เพื่อให้จิตเกิดความยินดีรักใคร่  
 ใฝ่ฝัน ก็ใช้ปัญญาพิจารณาให้จิตได้รู้เห็นเป็นสิ่งสกปรกโสโครก  
 และเป็นไตรลักษณ์เหมือนกันทั้งนั้น จะเป็นรูปกายที่ถือว่าเป็นเรา  
 และรูปกายเขา ก็พิจารณาด้วยปัญญาให้จิตรู้เห็นเป็นสภาพเดียวกัน  
 การใช้ปัญญาพิจารณาอย่างนี้ก็เพื่อให้จิตได้รู้เห็นตาม  
 ความเป็นจริง เมื่อจิตรู้เห็นจริงแล้ว กิเลสตัณหาจะปรุงแต่งสมมติ  
 ว่าสวย ว่างาม ว่าเป็นคนเป็นตัว ก็จะไม่หลอกดวงจิตอีกต่อไป

ได้เลย เหมือนกับคนแสดงดนตรี ภาพยนตร์ เล่นลิเกละครให้เรา  
ดูทุกวัน เมื่อเรารู้โทษภัยในการดูแล้วก็จะไม่ดูอีกเลย พร้อมทั้ง  
ชี้ขาดลงไปว่า ห้ามมาแสดงในที่นี้อีกต่อไป ผู้ที่เคยแสดงก็เลิก  
ล้มทันที นี่ฉันทิ เมื่อจิตได้รู้เห็นตามความเป็นจริงแล้ว ก็เสส  
ตถาหน้าไหนจะปรุงแต่งสมมติให้จิตได้หลงตามอีกต่อไปไม่ได้  
ฉันทิ เพราะได้ถูกปัญญาทำลายตัดขาดไปให้หมดสิ้นแล้ว จึง  
เป็น อนาลโย ไม่มีความยินดียอ้ายในสิ่งใดทั้งสิ้น นี่การพิจารณา  
ด้วยปัญญาก็เพื่อให้จิตได้รู้เห็นของจริงและของปลอม เหมือน  
กับเงินปลอม ถ้ารู้ว่าเป็นเงินปลอมแล้ว จะไม่มีความต้องการ  
และเสยสละทิ้งทันทีฉันทิ เมื่อจิตมารู้เห็นว่าเป็นสิ่งที่ไม่จริง  
เป็นสิ่งที่มิโทษมิภัยแล้ว ก็จิตนั้นแหละจะปล่อยวาง ร่างกายที่  
เคยยึดถือว่าเป็นตัวเป็นตน จิตก็จะถอนออกจากการยึดถือทันที  
ฉันทิ ถึงจะมีรูปร่างอยู่นี้ก็รู้ว่าเป็นเพียงวิบากของขันธ  
เท่านั้น ถึงจิตจะอาศัยอยู่ในธาตุขันธ ก็อยู่ได้ตามอายุของธาตุขันธ  
เท่านั้น เมื่อมารู้ในการเกิด การดับ พร้อมทั้งเหตุปัจจัยที่ทำให้  
เกิดให้ดับชัดแจ้งอย่างนี้ เห็นแจ้งชัดเจนในสภาวะธรรม ในสังขาร  
ที่เป็นจริง พร้อมทั้งรู้เห็นในสรรพสังขารทั้งหลายในปัญญาญาณ  
อยู่อย่างนี้นั้นแล จึงเรียกว่าวิปัสสนาญาณ เป็นญาณที่รู้ยังเห็นจริง



ความรู้เห็นในไตรลักษณ์ คือ ทุกขัง อนิจจัง อนัตตา ก็เปิดเผยอย่างเต็มที่ ไม่มีสิ่งใดในโลกนี้จะมาปิดบังอำพราง ความรู้เห็นในอดีต อนาคต และปัจจุบันก็เปิดเผยอย่างแจ่มชัด ตกอยู่ในไตรลักษณ์ที่เสมอภาคด้วยกันทั้งหมด ไม่มีความสงสัยลังเลในสิ่งใดๆ ทั้งสิ้น

การปฏิบัติภาวนามาถึงระดับนี้ จะไม่มีการเสื่อม มีแต่จะรุดหน้าไปให้ถึงที่สุดโดยถ่ายเดียว จากนั้นไปก็จะมีความสงบ ความดับเกิดขึ้น ความสงบความดับนี้จะมีเฉพาะบุคคลผู้สุดท้ายเท่านั้น ส่วนความสงบอย่างเดียวนั้นมีทั่วไป จะทำให้จิตมีความสงบ ลึกลงไปในระดับไหน จะเป็นรูปฌาน อรูปฌาน ก็ตาม ก็ยังอยู่ในขั้นแห่งความสงบกันทั้งนั้น แต่นี้เป็นความดับจึงไม่เหมือนกันกับความสงบอยู่ในขั้นสมาธิ เพราะความสงบในขั้นสมาธิเป็นเพียงกลบกิเลสชั่วคราวเท่านั้น ส่วนความดับนี้เป็นความดับของนิโรธ เป็นอริยสัจ เป็นความดับที่เกิดขึ้นแก่นักปฏิบัติแต่ละท่าน จะเกิดขึ้นเพียงครั้งเดียวเท่านั้น ความดับนี้จึงเป็นความดับในครั้งสุดท้าย ทุกข์ที่เคยเกิดขึ้น ตั้งอยู่ มาแต่ก็กลับไพบอานๆ ก็ประมวลงมาดับพร้อมกันทั้งหมด ทุกข์ในความเกิด ทุกข์ในความแก่ ทุกข์ในความเจ็บ ทุกข์ในความตาย ก็มาดับในที่นี้ เหตุให้เกิดทุกข์คือ

ตัวสมุทัยก็ดับ ปัจจัยที่หนุนเหตุให้เกิดทุกข์ก็ดับ จึงเป็นอสังขตธาตุ อสังขตธรรม อสังขตปัจจัย ไม่มีอะไรที่เป็นปัจจัยติดต่อกัน เพราะทุกอย่างได้ดับไปแล้วและดับไม่มีอะไรเหลือ ไม่มีเชื้อใดๆ พอให้เป็นเชื้อ ความโลภ ความโกรธ ความหลง กิเลส ตัณหา อวิชชา ดับพร้อมกันทั้งหมด จึงไม่มีปัจจัยที่จะให้เกิดสังขารได้ สังขารดับจึงไม่มีปัจจัยที่จะให้เกิดวิญญาณ วิญญาณดับจึงไม่มีปัจจัยที่จะให้เกิดนามรูป นามรูปดับจึงไม่มีปัจจัยที่จะให้เกิดอายตนะ อายตนะดับจึงไม่มีปัจจัยที่จะให้เกิดผัสสะ ผัสสะดับจึงไม่มีปัจจัยที่จะให้เกิดเวทนา เวทนาดับจึงไม่มีปัจจัยที่จะให้เกิด ตัณหา ตัณหาดับจึงไม่มีปัจจัยที่จะให้เกิดความยึดถือในอุปาทาน อุปาทานดับจึงไม่มีปัจจัยที่จะให้เกิดภพ ภพดับจึงไม่มีปัจจัยที่จะให้เกิดชาติ ชาติดับจึงไม่มีปัจจัยที่จะให้เกิดความแก่ ความเจ็บ ความตาย ความโศกเศร้าเสียใจ ที่จะให้มีความทุกข์อีกต่อไป นี่คือตัวสมุทัย คือตัณหา ได้ดับสนิทไปเสียแล้ว สังขารที่เคยปรุงเคยแต่งสรรพสมมติได้ถูกตัดขาดไปแล้ว เหมือนกับนายช่างผู้ที่เคยสร้างบ้านเรือนได้ตายไปแล้ว อุปกรณ์เครื่องมือของนายช่างก็หมดปัญหาไปฉนั้นใด เมื่ออวิชชาตัณหาดับไปแล้ว ก็ไม่มีสิ่งใดที่จะไปก่อภพก่อชาติ ก็เป็นอันว่าหมดภาระกันทันทีฉนั้น

# ฉันทะพหุคหฺมฺห ไฟคัม อย่างสนิท

ความดับนี้จะรู้จริงเห็นจริงและได้สัมผัสด้วยตนเอง  
ก็มีเฉพาะท่านผู้รู้เท่านั้น มักคสมังคี หรืออริยมรรคก็อยู่ในช่วง  
นี้เอง ความดับนี้จะดับทั้งภายในและภายนอก เหมือนกันกับดับ  
เครื่องกำเนิดของไฟได้แล้ว กระแสไฟที่เคยมีตามสายไฟและ  
หลอดไฟก็ดับไปพร้อมกันทั้งหมดฉับใด การดับกระแสไฟภายใน  
คือ ราคะ โทสะ โมหะ ได้แล้ว ก็ไม่มีสิ่งใดที่จะเป็นเหตุเป็นปัจจัย  
ให้เกิดกระแสไฟและความร้อนของไฟต่อไปได้ฉับนั้น เพราะ  
ทุกอย่างได้ดับไปเสียแล้ว ถึงจะมีตา มีหู มีจมูก มีลิ้น มีกาย และ  
มีใจ ก็ไม่มีสิ่งใดทำงานเลยในขณะนั้น มีตาก็สักว่ามีตา ไม่มี  
วิญญานในตาพอที่จะเห็นรูปได้ มีหูก็สักว่ามีหู ไม่มีวิญญานใน

หูพอจะรับรู้ในการได้ยินเสียงใดๆ ทั้งสิ้น มีจุมูกก็สักว่ามีจุมูก ไม่มีวิญญาณในจุมูกพอให้รู้กลิ่นต่างๆ ได้ มีลิ้นก็สักว่ามีลิ้น ไม่มีวิญญาณในลิ้นพอที่จะรู้ในรสต่างๆ เลย ถึงจะมีร่างกายก็สักว่ามีร่างกายเท่านั้น ไม่มีวิญญาณในร่างกายไปสัมผัสอะไรได้เลย มีใจก็สักว่ามีใจ วิญญาณในใจที่จะพาให้รู้ในอารมณ์ต่างๆ รู้ความสุขความทุกข์นั้นก็ไม่มี

นี่คือนิโรธความดับทุกข์ ดับทั้งเหตุให้เกิดทุกข์และดับทั้งปัจจัยที่จะพาให้เกิดทุกข์ สภาวะทุกข์ทั้งภายนอกภายในก็ดับไปอย่างสิ้นเชิง แม้รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณในชั้นห้า ก็ดับด้วยกันทั้งนั้น ต่างชั้นก็ต่างดับ ไม่มีความรู้สึกใดๆ ในชั้นนี้เลย นี่เพราะวิญญาณที่พาให้รู้ตามชั้นได้ถูกนิโรธตัดขาดไปเสียแล้ว รูปก็สักว่ารูปเท่านั้น เวทนาคือความเสวยในอารมณ์ต่างๆ ก็ไม่มี สัญญาความจำในสิ่งต่างๆ ก็ไม่รู้จักจำอะไรเลย สังขารความปรุงแต่งตามสมมติทั้งหลายก็ปรุงแต่งไม่ได้ วิญญาณคือความรู้ เมื่อดับไปแล้ว รูป เวทนา สัญญา สังขาร พร้อมทั้งตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ก็ไม่มีสิ่งใดมีความรู้สึก จึงไม่มีสิ่งใดสัมผัสในอะไรได้เลย เหมือนกับเครื่องจักรน้อยใหญ่ที่มีอยู่ในสายพานอันเดียวกัน เมื่อดับหัวจักรได้แล้ว สายพานและจักรตัวอื่นๆ ก็

หยุดหมุนทันที นี่ฉันใด เมื่อหัวจักร คืออวิชา ถูกนิโรธดับไปได้  
แล้ว วิญจักร คือความหมุนเวียนไปในภพน้อยภพใหญ่ก็หยุดหมุน  
ทันทีฉันนั้น นี่ก็เพราะถูกปัญญาญาณ วิปัสสนาญาณ นิโรธ ได้  
ตัดและทำลายหัวจักรคืออวิชาให้ดับสูญไปแล้วอย่างสนิท ไม่มี  
การพักฟื้น เหมือนกับไฟและเชื้อของไฟ ทั้งสองนี้เป็นของคู่กัน  
ถ้ามีเชื้อก็ต้องมีไฟ ถ้ามีไฟก็ต้องมีเชื้อ ถ้าดับทั้งเชื้อดับทั้งไฟไป  
เสียหายหมดแล้ว ความร้อนก็หมดไปทันทีฉันใด ราคะ โทสะ โมหะ  
และเชื้อที่จะให้ราคะ โทสะ โมหะ ได้ถูกน้ำอมฤตธรรม คือ  
นิโรธธรรม ได้เทราดกำจัดให้หมดสิ้นไปแล้ว ความทุกข์ร้อนจะ  
มีมาจากที่ไหนฉันนั้น

# รู้ไม่มีลมมณีและหิมิตพมาษ

หลังจากความดับในขันธและความดับในอายตนะแล้ว ความรู้สึกในขันธ ความรู้สึกทางอายตนะ จะสัมผัสอะไรไม่ได้เลย เพราะสิ่งที่รู้ในการสัมผัสได้ดับไปแล้ว ขันธก็สักว่าขันธ อายตนะภายใน อายตนะภายนอก ต่างอันก็ต่างอยู่ไม่เกี่ยวเนื่องถึงกัน เพราะวิญญาณที่พาให้รู้นั้นได้ดับไปแล้ว คำว่า ตนไม่ใช่รูป รูปไม่ใช่ตน ตนไม่มีในรูป รูปไม่มีในตน ก็อยู่ในช่วงนี้ เวทนาไม่ใช่ตน ตนไม่ใช่เวทนา เวทนาไม่มีในตน ตนไม่มีในเวทนา ก็อยู่ในช่วงนี้ สัญญาไม่ใช่ตน ตนไม่ใช่สัญญา สัญญาไม่มีในตน ตนไม่มีในสัญญา ก็อยู่ในช่วงนี้ สังขารไม่ใช่ตน ตนไม่ใช่สังขาร สังขารไม่มีในตน ตนไม่มีในสังขาร ก็อยู่ในช่วงนี้ วิญญาณไม่ใช่ตน ตนไม่ใช่วิญญาณ วิญญาณไม่มีในตน ตนไม่มีในวิญญาณ ก็อยู่ในช่วงนี้ เมื่อตนไม่มี

ในของสิ่งใด และสิ่งใดไม่มีในตนแล้ว ก็เหมือนกับเลขศูนย์ที่อยู่โดดเดี่ยว ไม่มีคุณค่าอะไรเลย จึงเรียกว่า อสังขตธาตุ อสังขตธรรม อสังขตปัจจัย จึงไม่มีสิ่งใดให้เป็นสันตติ ที่จะทำให้เป็นเชือต่อไป จึงเป็นอกุปปธรรม ไม่มีเหตุปัจจัยที่จะพาให้กำเริบที่จะลอยตามกระแสของโลกอีกต่อไป เพราะนิโรธธรรมได้กำจัดทำลายสายทางของวิภูฏะให้หมดไปแล้ว สมมติโลกทั้งสามก็ตัดกระแสผ่านพ้นไป ปัจจัยที่จะพาให้ลอยตามกระแสของโลกก็ยุติกัน

แต่ก็มีความรู้อีกชนิดหนึ่ง ความรู้นี้ไม่ใช่ความรู้ในชั้นห้า และความรู้ในอายตนะแต่อย่างใด นั่นคือความรู้ที่เหนือสมมติโลกใดๆ ทั้งสิ้น เป็นความรู้ที่ไม่มีที่ตั้งและไม่มีที่หมาย ไม่มีสิ่งกำหนด เป็นความรู้ที่เหนือโลก ไม่มีสิ่งใดอาจเอื้อมแอบแฝง เป็นความรู้ที่รู้รอบโลกธาตุทั้งหมด เป็นความรู้เอกเทศอยู่เฉพาะรู้เท่านั้น

เมื่อนักปฏิบัติภาวนาได้มาถึงจุดดับได้เช่นนี้ ก็เป็นสายโซ่เชื่อมโยงมาจากปัญญาขั้นพื้นฐาน ดังที่ได้อธิบายมาแล้ว อาศัยสัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปป คือความเห็นชอบ ดำริพิจารณาด้วยปัญญาที่ชอบ และจริงในสภาวะธรรม จริงในสังขธรรม จึงเป็นปัญญาญาณ เป็นวิปัสสนาญาณ มีความรู้เห็นจริงแจ้งในสังขธรรมในสภาวะธรรมอย่างทั่วถึง จึงเป็นนิโรธคือความดับทุกข์ ดังที่ได้

## อธิบายมานี้

เมื่อความดับนี้เกิดขึ้นไม่นานนัก ก็จะมีการพลิกแพลงขึ้นที่จิต เหมือนกับว่าถอนออกจากความดับนิดเดียว ก็เกิดความรู้สึกขึ้นที่จิตโดยฉับไว นั่นคือความกล้าหาญ ความกล้าหาญนี้นักปฏิบัติจะไม่เคยมีมาก่อนในกาลไหนๆ เพราะเป็นความกล้าหาญของผู้จะถอนรากถอนโคนของกิเลสตัณหา ตัดกระแสของวิภวัญจะให้หมดไปสิ้นไปในชาติปัจจุบัน ความกล้าหาญนี้จะมีเฉพาะบุคคลผู้สุดท้ายเท่านั้น เมื่อจิตเกิดความกล้าหาญ สติก็กล้าหาญ ปัญญาก็กล้าหาญ จึงเป็นมหาสติ มหาปัญญา ก็อยู่ในช่วงนี้เอง จะว่าถึงการทำลาย ก็เหมือนกับว่าจะพังภูเขาทิ้งลูกให้เรียวราบไปในชั่วระยะกระพริบตาเดียว นี้เพราะโลกกับจิตได้ขาดจากกันไปแล้ว จึงไม่มีสมมติใดๆ แฝงอยู่ที่จิต ทุกอย่างจะรู้ว่าเป็นของสูญเปล่าไปทั้งโลกธาตุ เพราะได้ทำลายมานะอัตตาให้หมดสภาพไปจากจิตแล้ว อนัตตาคือความสูญเปล่า ก็ว่างจากจิตอย่างสมบูรณ์ เพราะทุกอย่างได้ดับไปแล้ว จึงมีแต่ความกล้าหาญของจิตโดยเฉพาะจะนั่งสมาธิอิริยาบถเดียวสัก ๕ วันในความรู้สึก ก็เหมือนกับว่าได้นั่งสมาธิชนิดเดียว หรือจะอธิษฐานว่า เมื่อข้าพเจ้ายังไม่หลุดพ้นเมื่อไร ก็จะมีนั่งอยู่ในที่แห่งนี้ตลอดไปโดยไม่มีกำหนด ถึงเลือดเนื้อ



จะเหี่ยวแห้งผุพัง ถึงร่างกายจะแตกสลายไปก็ตาม ก็ยอมเสียสละ  
 อยู่ในที่นี้อย่างกล้าหาญ คำอธิษฐานนี้ จะอธิษฐานหรือไม่อธิษฐาน  
 ก็ไม่มีปัญหา เพราะรู้ตัวแล้วว่าอาสาชกขยญาณได้เกิดขึ้นแก่ตัว  
 เองแล้ว และรู้ว่าอาสวะจะสิ้นไปในขณะนี้ อาสาชกขยญาณจะ  
 เกิดขึ้นในช่วงเดียวกันกับความกล้าหาญ เมื่อความกล้าหาญเกิด  
 ขึ้นนิดเดียว อาสาชกขยญาณก็เกิดต่อเนื่องกัน มีทั้งความกล้าหาญ  
 มีทั้งอาสาชกขยญาณอยู่ในที่แห่งเดียวกัน และรู้เห็นความหลุดพ้น  
 ตัวเองอย่างชัดเจน คำอธิษฐานที่อธิบายมานั้น ก็เพียงอธิษฐาน  
 ให้สมกับความกล้าหาญเท่านั้น ถึงจะไม่อธิษฐานอย่างไร ก็จะไม่  
 หลุดพ้นอยู่แล้ว หรือจะอยู่ในอิริยาบถใดก็ตามก็ไม่มีปัญหา ในช่วงระยะ  
 จริมกจิตเดียว อาสวะก็ขาด ตั๊บ ในช่วงพริบตา รู้ทันทีว่าอาสวะ  
 ได้สิ้นไปในชั่ววินาทีนั่นเอง เมื่อรู้ว่าได้หลุดพ้นไปแล้ว ในความรู้สึก  
 เหมือนกันกับโลกธาตุหวั่นไหวสั่นคลอน “วิมุตตสมิ วิมุตตมิตี  
 ญาณโหติ ความหลุดพ้นมีแล้วในขณะใด ก็รู้ว่าได้หลุดพ้นแล้ว  
 ในขณะนั้น” “ซีณา ซาติ ก็รู้ทันทีว่าชาติความเกิดได้สิ้นสุดลงแล้ว”  
 “วุสิตี พุรหมจริยิ ความบริสุทธิ์ของพรหมจรรย์ก็สมบูรณ์เต็มที่”  
 “กตฺ ฺกรณียิ อุบายที่จะนำมาปฏิบัติเพื่อความหลุดพ้นทั้งหมดกิจ  
 เพียงเท่านั้น กิจอื่นที่จะทำให้ความบริสุทธิ์หลุดพ้นต่อไปอีกไม่มี”

ความบริสุทธิ์ก็เป็นความบริสุทธิ์อย่างสมบูรณ์ ความบริสุทธิ์นี้จึงไม่ขึ้นอยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่งในโลก และก็ไม่มีสิ่งใดสิ่งหนึ่งจะอาจเอื้อมถึง อยู่เป็นเอกเทศเฉพาะความบริสุทธิ์เท่านั้น ความกล้าหาญที่เกิดขึ้นนั้นก็หมดไป

จากนี้ไปอีกนิดเดียวก็จะเกิดความวิตกกังวลขึ้นมาโดยไม่ได้ตั้งใจ แต่เป็นธรรมชาติที่เป็นเอง นั่นคือไม่อยากสอนใครๆ ทั้งสิ้น มีความวิตกว่า ธรรมที่บริสุทธิ์นี้เป็นธรรมที่มีความละเอียดอ่อน เป็นธรรมที่มีความสุขุมลุ่มลึก ยากที่บุคคลจะรู้เห็นได้ เมื่อเกิดความวิตกกังวลขึ้นมาอย่างนี้ ก็คิดว่าทันทีที่ผู้รู้เห็นในความบริสุทธิ์หลุดพ้นไปในขณะนี้ แต่ก่อนก็เป็นตะโมตะมะ มีดมามีดไปในวิถีสงสารนี้มาแล้ว ก็ยังสามารถปฏิบัติให้ถึงความบริสุทธิ์หลุดพ้นไปได้ คนอื่นเขาก็ได้บำเพ็ญบารมีมาเหมือนกัน เขาก็ปฏิบัติเพื่อมรรคเพื่อผล เพื่อความบริสุทธิ์หลุดพ้นเหมือนกัน เมื่อเรารู้ได้ คนอื่นเขาก็มีบารมีรู้ได้เหมือนกัน ตัวเองก็อาศัยครูอาจารย์เป็นผู้นำทางมาตลอด และตัวเองก็ต้องเป็นผู้นำของหมู่คณะต่อไป นี่ตัวเองจะมาท้อถอยอ่อนใจไม่อยากจะสอนใครนั้นไม่ถูกต้องหรือตัวเองจะเลียนแบบอย่างพระพุทธเจ้าไม่นั้นไม่สมควรอย่างยิ่ง จากนั้นความวิตกกังวลก็จะค่อยอ่อนลงๆ และเป็นปกติธรรมดาในชั่ว

ระยะต่อเนื่องกัน ก็จะเกิดความวิตกขึ้นอีกอย่างหนึ่งคือคิดถึง พระพุทธเจ้า ทั้งๆ รู้อยู่ว่าพระพุทธเจ้าปรินิพพานไปแล้ว แต่ ความอยากกราบพระพุทธเจ้าก็อยากกราบเป็นกำลัง ถ้าหาก พระพุทธเจ้ายังมีพระชนม์อยู่ ถึงจะอยู่ไกลเท่าไร ก็จะรีบไปกราบ พระพุทธเจ้าให้สมใจ แต่ไม่ใช่จะไปเล่าผลของการปฏิบัติให้ พระพุทธเจ้าทรงทราบเลย เพียงว่าอยากกราบบูชาคุณเฉพาะ พระพักตร์ของพระพุทธเจ้าเท่านั้น ความอยากกราบพระพุทธเจ้า นี้ก็อยากกราบอย่างแรงในขณะนั้น อีกไม่นานความอยากกราบ พระพุทธเจ้าที่รุนแรงก็ค่อยๆ อ่อนลง เป็นความเคารพกราบไหว้ ธรรมดา จึงสำนึกได้ว่า นี่หรือพระสาวกของพระพุทธเจ้าที่ท่านไป ปฏิบัติภาวนาต่างถิ่น เมื่อท่านได้บรรลุธรรมถึงขั้นแห่งความบริสุทธิ์ เต็มที่แล้ว ท่านจึงรีบมากราบพระพุทธเจ้าทันที ก็เป็นในลักษณะ นี้หรือ ดังคำบาลีว่า “โย ธมมံ ปสฺสตี โส มํ ปสฺสตี ผู้ใดเห็นธรรม ผู้นั้นชื่อว่าได้กราบพระพุทธเจ้าแล้ว”

จากนั้นก็เกิดกำลังขึ้นที่จิต กำลังนี้ก็เป็นธรรมชาติเกิดขึ้นเอง ถ้าหากมีกำลังกายประกอบแล้ว เหมือนจะยกภูเขาทั้งลูก และโยนเล่นอย่างง่ายตาย กำลังของจิตนี้จึงไม่เหมือนกำลังของ ร่างกาย ถ้าจะสมมติขึ้นทำลาย ถ้าร่างกายประกอบ ก็เหมือนจะ

ทุกเขาทั้งลูกให้เป็นจุลวิจุลไปในชั่วพริบตา นี้ หาเป็นเช่นนั้นไม่  
เพียงมีกำลังของจิตโดยเฉพาะ กำลังของจิตนี้มีอยู่หลายวัน

ในขณะที่เดียวกัน ความบริสุทธิ์ของธรรมที่รู้มาแล้วและ  
กำลังของจิตที่เกิดขึ้น ก็ตีแผ่ขยายออกมาสู่ร่างกาย เป็นใน  
ลักษณะความบริสุทธิ์ของธรรมซักฟอกธาตุ แปรธาตุที่หยาบ  
มีวิญญานธาตุเป็นต้น ให้เปลี่ยนแปลงไปเป็นอริยธาตุ เป็น  
ธาตุที่บริสุทธิ์ คือธาตุไม่มีความกำเริบ ธาตุไม่มีขำศึก จึงเป็น  
ปกติธาตุ เป็นปกติขั้นดี ความบริสุทธิ์นั้นก็ขาวชาน ซักฟอกธาตุ  
คืออัฐิทุกส่วนในร่างกายให้เป็นไปในความบริสุทธิ์ตามธรรมที่  
บริสุทธิ์ อัฐิที่เปลี่ยนจากความหยาบกลายเป็นอัฐิที่บริสุทธิ์ก็อยู่  
ในช่วงนี้เอง ความบริสุทธิ์ที่มีอยู่กับธาตุชั้นใด ธาตุชั้นนั้นก็  
กลายเป็นธาตุที่บริสุทธิ์ไปด้วย เมื่อกำลังจิตและความบริสุทธิ์  
ของธรรมซักฟอกธาตุที่หยาบให้มีความบริสุทธิ์เต็มที่แล้ว กำลัง  
ที่เกิดขึ้นที่จิตก็ค่อยๆ อ่อนลงและอ่อนลงจนเป็นปกติธรรมดา

ถึงกำลังจิตอ่อนไปแล้วก็ตาม ส่วนความบริสุทธิ์ก็มีปกติ  
อย่างเดิม ไม่มีการเสื่อม ไม่มีการหมดไป จึงเป็น **ญาณทสฺสนวิสุทฺธิ**  
**มีความรู้เห็นแห่งความบริสุทธิ์อยู่ตลอดเวลา เป็นเอกรัตติง**  
คือรู้ไม่มีการดับ ไม่มีความเศร้าหมอง ไม่มีการเสื่อม เป็นความบริสุทธิ์

ที่เด่นเหนือโลก ไม่เหมือนกับความมืดแจ้งของตะวันเดือนดาว แต่อย่างใด นี่เป็นราตรีแห่งความบริสุทธิ์ ไม่มีกาลที่เปลี่ยนแปลงไปกับเวลานาที ความบริสุทธิ์ก็เป็นธรรมที่บริสุทธิ์ ไม่มีการขึ้น ไม่มีการลง ไม่มีการไป ไม่มีการมา และไม่เ็นไปตามสิ่งใดๆ ทั้งสิ้น จึงเป็น **ทิวฐิวสุทธิญาณทัสสนะ** คือความรู้เห็นแห่งความบริสุทธิ์ **อยู่ตลอดเวลา** ไม่ต้องไปหารับคำพยากรณ์จากใครๆ ทั้งสิ้น ถึงจะมีครูอาจารย์องค์ที่ไวใจไต่ถาม ก็พร้อมที่จะเล่าถวาย แต่จะให้ถามท่านว่าการภาวนารู้เห็นอย่างนี้ถูกต้องหรือไม่นั้น ไม่กล้าที่จะถามใครๆ ทั้งสิ้น เพราะรู้ตัวเองชัดอยู่แล้วจะไปถามทำไม และไม่มีน้ำใจที่จะไต่ถามท่านแม้แต่น้อย ถึงจะมีพระพุทเจ้าประทับนั่งอยู่ก็หาถามไม่ เหมือนกับแก้วน้ำที่ต็มน้ำหมดแล้ว ผู้ที่ต็มก็รู้ว่าน้ำหมดจากแก้วแล้ว จะไปถามทำไมว่าน้ำหมดจากแก้วหรือยังฉันใด เมื่อความบริสุทธิ์หลุดพ้นไปแล้ว และก็รู้ว่าหลุดพ้นไปแล้ว ความบริสุทธิ์ก็สมบูรณ์เต็มที่ จะไปถามคนอื่นทำไมฉันนั้น เพราะหมดความสงสัยในความบริสุทธิ์ที่หลุดพ้นไปแล้ว

ความบริสุทธิ์นี้ จะเป็นในครั้งพุทธกาลหรือในยุคปัจจุบัน ความบริสุทธิ์ก็เป็นความบริสุทธิ์เหมือนกันทั้งนั้น จะเป็นพระพุทเจ้า พระปัจเจกพุทเจ้า พระชินาสพของพระพุทเจ้า

ที่มีความสมบูรณ์เต็มที่แล้ว ก็มีความบริสุทธิ์เสมอกัน นิพพานก็ในที่แห่งเดียวกัน เพราะกิเลสตัณหา อวิชชา ก็ดับสนิทในที่เดียวกัน ถึงพระพุทธเจ้า พระชีนาสพเจ้า ที่จะมาอุบัติขึ้นในโลกนี้ต่อไป ก็จะมีนิพพาน ดับสนิทในที่แห่งเดียวกันทั้งนั้น ฉะนั้นนักปฏิบัติ จึงมีทิฏฐิวิสุทธิ คือรู้เห็นแห่งความบริสุทธิ์ด้วยตนเอง จึงเป็นนอเสขบุคคลอย่างสมบูรณ์

ดังได้อธิบายแนวทางปฏิบัติและผลของการปฏิบัติมาแต่ต้นจนถึงวาระสุดท้าย คิดว่าจะเป็นประโยชน์แก่ท่านไม่มากก็น้อย แนวทางที่ปฏิบัติที่ได้อธิบายมานี้ ได้อธิบายหนักไปในทางปัญญา เพื่อให้ นักปฏิบัติได้รู้แนวทางในวิธีสร้างปัญญาให้เกิดขึ้น ให้ถูกต้องตามสัมมาทิฏฐิ สัมมาสังกัปปะ ในองค์มรรค เพื่อให้จิตได้รู้เห็นในสัจธรรมตามปัญญาต่อไป

## ภาคผนวก: สมာธิวิธี

บัดนี้จะได้อธิบายในวิธีทำความสงบแก่ผู้ปฏิบัติภาวนา เมื่อผู้ปฏิบัติได้พิจารณาด้วยปัญญาเหนือแล้ว ก็จำเป็นต้องสร้างที่พักให้แก่จิต เพื่อให้จิตได้พักผ่อนเอากำลัง เมื่อจิตได้พักผ่อนในสมาธิแล้ว ก็พิจารณาด้วยปัญญาต่อไป ทำสลับกันไป แนวพิจารณาด้วยปัญญานั้นได้อธิบายมาแล้ว ให้ช่วยตัวเองในการพิจารณา ปัญญาที่เกิดขึ้นก็จะเป็นของตัวเอง ส่วนวิธีการทำสมาธิในที่นี้ จะได้อธิบายเพียงเป็นแนวทางไว้สองวิธี เพื่อให้ท่านทั้งหลายได้ปฏิบัติตามต่อไป ส่วนวิธีอื่นๆ เช่น เดินจงกรม เป็นต้น ได้เขียนไว้แล้วในหนังสือทวนกระแส

## ทำสมาธิวิธีที่ ๑

วิธีทำสมาธินั้น ต้องกำหนดจิตเพ่งดูร่างกายส่วนใดส่วนหนึ่ง เพื่อให้เป็นนิมิตเครื่องหมายของจิต การกำหนดเพ่งดูร่างกายนี้ ก็ต้องใช้สัญญาและสมมติเป็นแนวทางของสติไปก่อน ร่างกายส่วนไหน จุดใด ตั้งอยู่ที่ไหน มีสัณฐานลักษณะเป็นอย่างไร ก็ต้องกำหนดจิตเพ่งดูในร่างกายส่วนนั้นๆ ให้เห็นชัดด้วยจิต ให้รู้เห็นจริงตามสภาพของร่างกาย หรือจะใช้คำบริกรรมประกอบบอกรก็ได้ สมมติว่า ขณะนี้ เรากำหนดจิตเพ่งดูหนัง ก็ให้นึกคำบริกรรมว่า ตะโจๆๆ พร้อมกับการกำหนดจิตเพ่งดูในหนังส่วนนั้นอย่าให้เปลอ ทั้งคำบริกรรม ทั้งกำหนดจิตเพ่งดูหนัง ก็ให้เป็นไปพร้อมๆ กัน หรือจะใช้คำบริกรรมว่า พุทโธๆๆ พร้อมกับการกำหนดจิตเพ่งดูหนังก็ได้ ข้อสำคัญ คือให้จิตไปจดจ่ออยู่ที่หนัง ถ้าฝึกสติกำหนดเพ่งดูหนังมีความชำนาญแล้ว เมื่อออกจากสมาธิแล้วต่อไปก็จะได้อาหนางส่วนที่เพ่งดูนั้นมาเป็นที่รองรับของปัญญาต่อไป ปัญญาก็จะได้พิจารณาแยกแยะหนังส่วนนั้นให้เป็นไปในอสุภะ ความสกปรกโสโครกเน่าเปื่อยลงเป็นธาตุ หรือพิจารณาให้ลงสู่ไตรลักษณ์ คือ ทุกขัง อนิจจัง อนัตตา การพิจารณาหนัง



ที่ห่อหุ้มร่างกาย ก็เพื่อให้จิตได้รู้หนังตามความเป็นจริง หรือจะกำหนดเอาเม็ดปาดเนื้อออกไปเป็นชิ้นเล็กชิ้นใหญ่ ก็ให้เห็นโดยสมมติไปก่อน เมื่อพิจารณาหลายครั้งหลายหน ความชำนาญของจิตที่ฝึกฟุ้งบ่อยๆ นั้น ก็จะมีรู้เห็นตามความเป็นจริง หรือจะพิจารณาเนื้อ เอ็น กระดูก ก็ให้กำหนดจิตฟุ้งดูตามปัญญาต่อไป ปัญญาพิจารณาไปในลักษณะใด ก็ให้จิตรู้เห็นไปตามปัญญาในลักษณะนั้นตามความเป็นจริง เมื่อจิตรู้จริงเห็นจริงตามปัญญาแล้ว จิตก็จะเกิดความเบื่อหน่ายคลายจากความกำหนัดยินดี การพิจารณาด้วยปัญญานี้ ก็ได้อธิบายมาแล้วในเบื้องต้น ขอจงได้ถือเอาเป็นแบบอย่างในการพิจารณาด้วยปัญญาต่อไป

## ทำสมาธิวิธีที่ ๒

อุบายการทำสมาธิวิธีนี้จะละเอียดอ่อน ถ้าชำนาญในการกำหนดฟุ้งดูร่างกายแล้ว การกำหนดจิตฟุ้งดูในอารมณ์ของจิตก็จะมีความสะดวกขึ้น เพราะการฟุ้งดูอารมณ์ของจิตนี้ ไม่ได้เอาร่างกายเป็นนิमितเครื่องหมาย เพียงมีสติกำหนดรู้ในอารมณ์ของจิตเท่านั้น อารมณ์ของจิตเป็นอย่างไร ก็ให้มีสติกำหนดรู้อยู่กับอารมณ์ภายในจิตนั้นๆ อย่าให้เผลอ อารมณ์ของจิตที่เป็นทุกข์

ก็ให้กำหนดจิตรู้ในอารมณ์ที่เป็นทุกข์ อารมณ์ของจิตที่เป็นสุข ก็ให้กำหนดจิตรู้ในอารมณ์ที่เป็นสุข อารมณ์ของจิตมีราคะ ก็ให้กำหนดจิตเพ่งดูอยู่ที่อารมณ์ของราคะ จิตมีอารมณ์ของโลภะ จิตมีอารมณ์ของโทสะ จิตมีอารมณ์ของโมหะ จิตมีอารมณ์แห่งความรัก จิตมีอารมณ์แห่งความชัง ก็มีสติกำหนดจิตเพ่งลงไป ในอารมณ์นั้นๆ อย่าให้เผลอ อย่าส่งจิตออกไปคิดในต้นเหตุของ อารมณ์เป็นแต่ดขาด ถ้าส่งจิตออกไปหาต้นเหตุของอารมณ์แล้ว อารมณ์ภายในจิตก็จะเพิ่มความรุนแรงขึ้น อารมณ์ของจิตนี้ ยังไม่ใช่เป็นกิเลสตัณหา แต่เป็นผลที่เกิดขึ้นจากกิเลสตัณหา นั้นเอง ถ้ารู้อารมณ์ภายในจิต ก็เหมือนรู้กิเลสตัณหาภายในจิต เพราะกิเลสตัณหา อวิชชา ห้อมล้อมจิตไว้อย่างแน่นหนา จึงพาให้จิตเป็นไปในความรักความชัง และมีความพอใจยินดีในกามคุณ ทั้งหลาย อารมณ์ภายในจิตก็เป็นพิษที่มาจากกิเลสตัณหา

ฉะนั้น การกำหนดเพ่งดูอารมณ์ภายในจิต ก็เพื่อหาจุดเด่นชัด ที่เป็นศูนย์รวมของกิเลสตัณหา เพื่อว่าจะใช้ปัญญาลบล้างได้ถูกจุด กิเลสตัณหาตั้งฐานทัพอยู่ที่ไหน สติปัญญาก็จู่โจมในที่นั้น และทำลายข้าศึกคือกิเลสตัณหาให้ถูกจุดเป้าหมาย จิตมีความรัก ความใคร่ มีความพอใจในของสิ่งใด ก็เอาสิ่งที่จิตเคยรักใคร่ยินดี

นั้นแหละมาสอนจิต ยกเอาโทษยกเอาภัยในสิ่งนั้นๆ มาสอนจิต เพื่อให้จิตได้รู้เห็นและมีความฉลาดเฉียบแหลม และจิตก็จะรู้โทษภัยในการยึดถือ จะรู้โทษภัยในความรักความใคร่ จิตก็จะรู้โทษภัยในราคะตัณหา รู้โทษภัยในความโลภ ความโกรธ ความหลง และรู้โทษภัยในการเกิดการตาย เมื่อจิตรู้เห็นอย่างนี้ก็จะเกิดความกลัว เมื่อจิตมีปัญญาช่วยตัวเองได้อย่างนี้ ก็จะมีหนทางที่จะถอนรากถอนโคนของกิเลสตัณหา อวิชชา ได้ง่ายขึ้น ความยึดมั่นถือมั่นในชั้นนี้ว่าเป็นตนเป็นตัว จิตก็จะถอนออกจากความยึดถือทันที เหมือนกับคนที่เล่นน้ำในห้วยบึงต่างๆ ด้วยความสนุกสนานร่าเริง เมื่อมองเห็นสระเขื่อนน้ำนั้นแล้ว การเล่นก็หมดจากความสนุกสนานร่าเริงทันที และจะหาหนทางขึ้นฝั่งโดยเร็วเพื่อให้พ้นไปจากภัยฉับไฉน เมื่อจิตได้รู้เห็นโทษภัยตามปัญญาว่า ความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย เป็นโทษภัย จิตก็จะหาหนทางที่จะไม่เกิด ไม่ตายอีกต่อไปฉับนั้น หนทางที่จะไม่เกิดไม่ตายนี้ ปัญญาก็ต้องเปิดเส้นทาง คือสัมมาทิฐิ คอยรับอยู่แล้ว การพิจารณาในชั้นนี้ก็จะรู้ว่าไม่ใช่ตน ตนก็จะไม่มีในชั้นนี้ หันชั้นทั้งห้าก็ตกอยู่ในไตรลักษณ์ คือ ทุกขัง อนิจจัง อนัตตา และรู้ว่าชั้นห้านี้เป็นภาวะอย่างหนัก และรู้ว่าการยึดถือชั้นห้าเป็นทุกข์ เมื่อจิตรู้เห็น

ซัดตามปัญญาอยู่อย่างนี้ ก็จิตนั้นแลจะปล่อยวางขั้นนี้ทั้งห้าเสียเอง เมื่อจิตปล่อยวางขั้นห้าได้แล้ว สิ่งอื่นใดในโลกนี้ จิตก็ปล่อยวางได้ทั้งหมด เมื่อจิตปล่อยวางแล้ว ความสุขความทุกข์จะมีมาจากที่ไหน เพราะไม่มีสิ่งใดเป็นเรา และเป็นของของเรา จะเอาอะไรมาเป็นความสุขความทุกข์ในโลกนี้ ถ้าจิตได้รู้เห็นความจริงตามปัญญาอยู่อย่างนี้ ก็จะตัดกระแสของ “วิภูฏะ” ให้ขาดไปอย่างง่ายดาย

การอธิบายในวิธีกำหนดจิต เพ่งดูในร่างกายและอารมณ์ของจิต คิดว่านักปฏิบัติพอจะเข้าใจและนำไปเป็นแบบอย่างเพื่อเป็นแนวทางภาวนาต่อไป และให้มีความตั้งใจปฏิบัติกันอย่างจริงจัง ผู้จะรู้จริงเห็นจริงในธรรม ก็ต้องเป็นนักปฏิบัติที่จริง เพราะสัจธรรมเป็นของจริงอยู่แล้ว ยังขาดแต่ผู้ตั้งใจจริงเท่านั้น!

# มทสฺรรม

ดั่งได้ชี้แนะแนวทางปฏิบัติมา คิดว่านักปฏิบัติพอจะเข้าใจ และจะมีผลแก่นักปฏิบัติไม่มากนักน้อย และพอจะเข้าใจในการสร้างพื้นฐานให้ปัญญาเกิดขึ้น เพราะการสร้างพื้นฐานของปัญญานั้น คือการสร้างความคิดถ่องครุ่ครวญในสังขธรรม พิจารณาให้มีเหตุมีผลไปตามหลักความจริง เพราะทุกสิ่งในโลกนี้ เพียงเป็นสมมติเท่านั้น มีความยินดีพอใจรักใคร่ในสิ่งใด จงทำความเข้าใจว่าทั้งหมดนั้นตกอยู่ในสมมติทั้งนั้น จงใช้ความพยายามพินิจแยกแยะพลิกแพลงดูให้ละเอียด จะพิจารณาในเรื่องไหนก็ให้จิตจดจ่อรู้เห็นไปตามปัญญาทุกครั้ง และให้ลงสู่ไตรลักษณ์ทุกเรื่องไป และพยายามยกระดับจิตให้สูง อย่าให้จิตตกเป็นทาสแห่งความรักความใคร่ อันจะทำให้จิต

ตกไปในกามคุณที่เป็นอารมณ์ฝ่ายต่ำ เมื่อใช้ปัญญาพิจารณา  
 เหนื่อยแล้ว ก็กำหนดคำบริกรรมในสมาธิต่อไป ออกจากการทำ  
 สมาธิแล้วก็เริ่มพิจารณาต่อไป และให้พิจารณาลงสู่ไตรลักษณ์  
 ทุกครั้ง

การพิจารณาด้วยปัญญาอยู่บ่อยๆ จิตก็จะค่อยๆ มีความฉลาด  
 รู้เห็นในสังขาร ให้พิจารณาซ้ำๆ ซากๆ หลายครั้งหลายหน  
 จนจิตมีความรู้เห็นตามความเป็นจริง เมื่อจิตรู้เห็นจริงตาม  
 ปัญญาแล้ว จึงเรียกว่าปัญญาญาณ ทั้งรู้ทั้งเห็นไปพร้อมๆ กัน  
 การพิจารณาอยู่บ่อยๆ จิตก็จะค่อยๆ รู้โทษรู้ภัยในสรรพสังขาร  
 ทั้งหมด จิตก็จะเริ่มถอนตัวตีห่างออกจากการยึดถือ เพราะ  
 จิตรู้ว่าทุกสิ่งในโลกนี้เป็นเพียงสมมติเท่านั้น ไม่มีใครเป็น  
 เจ้าของโดยแท้จริง และไม่มีใครได้อะไรเลยในโลกนี้ เพราะเป็น  
 ธรรมชาติที่เกิดดับไปตามเหตุปัจจัยของสังขารเท่านั้น และ  
 เป็นสภาพที่ตกอยู่ในไตรลักษณ์ทั้งสิ้น จิตก็จะรู้เห็นว่าไม่มีอะไร  
 เป็นตนและเป็นของของตนโดยแท้จริง เพราะทุกสิ่งเป็นของ  
 อาศัยประจำวนเท่านั้น ไม่มีสิ่งใดเป็นของเราอย่างแท้จริง เมื่อจิต  
 รู้เห็นในสรรพสังขารทั้งภายในและภายนอก ไกลใกล้ หยาบ  
 ละเอียด อยู่อย่างนี้ ก็เนื่องมาจากปัญญาสอนจิตให้มีความฉลาด

รู้รอบนั่นเอง นี่เป็นวิถีทางที่จะให้เกิดวิปัสสนาญาณ เป็นญาณ  
 รู้เห็นช่องทางที่จะหนีไปให้ไกลจากข้าศึกโดยไม่มีปัญหา เหมือน  
 คนตาดีมีโคมไฟที่สว่างอยู่ในตัว ย่อมมองเห็นทางที่จะไปเพื่อให้  
 ถึงที่สุดฉับนี้

ขอทำความเข้าใจอีกครั้งว่า การมีสติ รู้จิต และรู้  
 ความเคลื่อนไหวของจิต จิตคิดอะไรก็รู้ จิตมีความกระเพื่อม  
 ตามอารมณ์อย่างไรก็รู้ทัน การมีสติรู้จิต และรู้อารมณ์ภายในจิต  
 อยู่อย่างนี้ ไม่ใช่การปล่อยวางและละกิเลสค้นหาแต่อย่างใด  
 นี่เป็นเพียงมีสติรู้เท่าจิตและรู้อารมณ์ของจิตเท่านั้น หรือเพียง  
 มีสติประคองจิตให้ทรงตัวอยู่ได้ประจำวันเป็นในลักษณะนี้ จึงอยู่  
 ในขั้นสมถะ ยังไม่เป็นวิปัสสนาญาณ ดังความเข้าใจแต่อย่างใด

นักปฏิบัติอย่าพึงติดความสงบ และติดความสุขอยู่เพียง  
 ในขั้นสมาธิเท่านั้น และอย่างหลงในความสว่างที่เกิดขึ้นจาก  
 การทำสมาธิ และอย่าเข้าใจว่าความสว่างนั้นเป็นวิปัสสนาญาณ  
 เลย นั้นเป็นโอกาส เป็นอำนาจของจิตที่แสดงออกเท่านั้น หรือ  
 มีอภิญญา รู้ไปในลักษณะใด ก็อย่าติดใจมาเล่นจนลืมหัด หรือ  
 มีฌาน มีสมาบัติ ก็อย่างพึงเข้าใจว่าตัวเองหมดกิเลสค้นหา อวิชชา  
 เพราะนั้นเป็นเพียงมีฌาน มีสมาบัติ กลบกิเลสค้นหาอวิชชาไว้

เท่านั้น และเป็นเพียงความสงบในขั้นสมาธิ ยังไม่ใช่ความสงบที่แท้จริง ความสงบที่แท้จริงนั้นคือมีปัญญาญาณ มีวิปัสสนาญาณ เป็นเครื่องชำระให้กิเลสตัณหาอวิชชาให้หมดไปสิ้นไปได้ นั้นแลจึงเรียกว่าความสงบที่แท้จริง ไม่มีกิเลสตัณหาอกวนให้จิตกระเพื่อมอีกต่อไป และเป็นความสงบที่พระพุทธเจ้าทรงสรรเสริญ จึงเรียกว่าสงบแล้วจากข้าศึกทั้งหลายอย่างสิ้นเชิง เป็นความสงบที่ไพบุลย์ เป็นความสงบที่เป็นปกติแล้ว จึงขอให้นักปฏิบัติมีความเข้าใจในความสงบทั้งสองดังที่ได้อธิบายมาดังนี้



# ๗๑๐๕๑๗

## พระอาจารย์ทูล ขิปโปปณโณ

หนังสือเล่มนี้เป็นมรดกธรรมที่พระอาจารย์ทูล ขิปโปปณโณ อดีตเจ้าอาวาส วัดป่าบ้านค้อ เขียนขึ้นและจัดพิมพ์เป็นหนังสือครั้งแรกในปีพ.ศ. ๒๕๒๘ โดยมีจุดประสงค์เพื่อเผยแผ่แนวคำสอนดั้งเดิมของพระพุทธเจ้า ซึ่งมุ่งเน้น การสร้างสัมมาทิฐิปัญญาคามเห็นชอบให้เกิดขึ้นที่ใจ สำหรับผู้ที่ปรารถนา ความสุขในชีวิต ตลอดจนผู้ที่มีหวังมรรคผลนิพพาน

ผู้จัดพิมพ์ : วัดชานพรานธัมมาราม

ภาพปก : รุ่งกมล กรรเจียกพงษ์

### สงวนลิขสิทธิ์

ห้ามพิมพ์จำหน่าย คัดลอก และพิมพ์ซ้ำเนื้อหาในหนังสือเล่มนี้ไปเผยแพร่ ทางสื่อทุกชนิดโดยไม่ได้รับอนุญาต ผู้สนใจกรุณาติดต่อ

วัดชานพรานธัมมาราม 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