

# พจนานุกรมภาษาไทย

พระอาจารย์ทูล ขิปปปัญโญ

# พื้ชกระแสโลก

---

พระอาจารย์ทูล ชิปปปณโณ

# คำปรารภ

ขอขอบใจที่ได้มาพบเห็นคณะศิษย์ที่อเมริกา และขออนุโมทนากับศิษย์ทุกคนที่มีความตั้งใจจริงในการปฏิบัติธรรม ถึงจะล้มลุกคลุกคลานกันอยู่บ้าง แต่ทุกคนก็มีความพยายามไม่ทอดยอลดละ แม้มีกิจการงานภายนอกที่จะต้องทำอยู่เต็มมือ แต่ก็ยังหาเวลาชั่วระยะสั้นๆ ปฏิบัติกันด้วยความตั้งใจ นี้แสดงถึงความมั่นคงในการปฏิบัติของศิษย์ทุกคน ที่มีความใฝ่ใจไม่ลดละในการปฏิบัติ ไม่ถือเอางานภายนอกมาเป็นเครื่องอ้างเพื่อออกตัว ไม่ถือว่างานนั้นเป็นอุปสรรคในการปฏิบัติธรรมแต่อย่างใด ดังได้เห็นมาแล้วอย่างเต็มตาเต็มใจ เมื่อผู้เขียนได้พักอยู่ที่อเมริกาในช่วงเวลาอันสั้น ทุกคนที่ทราบข่าว ถึงจะอยู่ไกลกันคนละรัฐคนละเมือง ก็ยังเสียสละงานภายนอกมาประกอบงานภายใน จึงเหมือนกับเพชรพลอยที่มีคุณค่าอันสูง ถึงจะไปตกอยู่ในที่ไหนประเทศใด ก็ยังมีคุณค่าอยู่ในประเทศนั้นๆ นี้ฉันใด คณะศิษย์ที่อยู่ในอเมริกา ก็ยังสามารถรักษาคุณค่าในสายเลือดของชาวพุทธไว้ได้อย่างมั่นคง

ฉะนั้น ขอให้คณะศิษย์ทุกคนจงพยายามช่วยตัวเองในการปฏิบัติธรรมให้มากที่สุด อธิบายธรรมอย่างใดที่ครูอาจารย์ได้สอนเอาไว้แล้ว จงนำธรรมะนั้นมาปฏิบัติให้เป็นประโยชน์แก่ตัวเอง ใช้ปัญญาพิจารณาให้แยบคาย ให้จิตได้รู้เห็นอย่างมีเหตุมีผล จะเป็นเรื่องภายนอกเรื่องภายใน ไกลใกล้ หยาบละเอียด ก็ให้พิจารณาด้วยปัญญาไปตามความเป็นจริง และให้เป็นไปตามหลักสัจธรรมเป็นเรื่องๆ ไป พร้อมนี้ขอให้คณะศิษย์ทุกคนจงมีความรู้แจ้งเห็นจริงตามความเป็นจริง มรรคผลใดพอที่จะรู้เห็นได้ในชาตินี้ ก็ขอให้สมกับความตั้งใจจริงไว้นั้นเทอญ

พระอาจารย์ทูล ขิปปปัญโญ

# สารบัญ

พันกระแสโลก	๑
ปัญญาความรู้รอบในการเชื่อถือ	๓
จงเลือกครูเลือกธรรม	๖
ศึกษาในมรรคแปดให้เข้าใจ	๑๓
ทำสมาธิไม่ถูกหลักจึงเพี้ยนไปไม่รู้ตัว	๒๕
มีปัญญาในการฟังธรรมจึงจะได้ผล	๓๑
จะรู้เห็นคุณค่าของธรรมด้วยปัญญา	๓๓
ศึกษาเรื่องของพระอรียเจ้าให้เข้าใจ	๓๖
ตีความหมายของมรรคแปดให้ถูกต้อง	๓๘
อย่าเข้าใจอย่างไร้เหตุผล	๔๐
อย่าประมาทในชีวิต	๔๔
อบรมจิตตนเองด้วยปัญญา	๔๗
ความฉลาดย่อมเกิดขึ้นจากปัญญาของตน	๕๑
ความเข้าใจที่สับสน	๕๖
อยู่ในโลกอย่าหลงโลก	๖๑

ความทุกข์ที่หลีกเลี่ยงไม่ได้	๖๔
ดับทุกข์และเหตุให้เกิดทุกข์ได้ด้วยปัญญา	๖๘
ฝึกปัญญาให้ฉลาดเหนือกิเลสตัณหา	๗๒
จะหาความสุขจากกามไม่พบ	๗๕
ตัณหาพาให้เกิดทุกข์ตลอดไป	๗๙
ต้องเข้าใจหลักสมมติ	๘๓
บทสรุป	๘๖

# พิษกระแสนิโคม

ผู้เขียนขอทำความเข้าใจกับท่านผู้อ่านสักเล็กน้อย เพราะท่านก็เคยได้อ่านหนังสือธรรมะมามากแล้ว และได้ฟังธรรมะจากครูอาจารย์มาหลายท่าน หนังสือธรรมะแต่ละเล่ม ครูอาจารย์แต่ละท่าน อาจมีส่วนในการเขียน ส่วนในการแสดงธรรมไม่เหมือนกัน ฉะนั้น ขอเราจงเป็นผู้มีเหตุผลอยู่ในตัว สามารถจับเอาข้อธรรมะจากการอ่าน และข้อธรรมะที่ท่านแสดงไปให้เป็นประโยชน์ ใช้ปัญญาพิจารณาวิจัยวิเคราะห์ใคร่ครวญให้แยกคายให้แน่ใจตัวเองอย่างสมเหตุสมผล ทั้งนี้ก็อาศัยสัมมาทิฐิ คือปัญญาที่เห็นชอบของตัวเองเราเองเป็นหลักสำคัญ เป็นหลักประกันความผิดถูก ก่อนที่เราจะนำธรรมะบทนั้นๆ มาปฏิบัติด้วยความแน่ใจ ถ้าไม่พิจารณาให้ดี ความผิดพลาดในการตัดสินใจ

## ๒ พันกระแสโลก

ย่อมเกิดขึ้นได้ เหมือนกับคอมพิวเตอร์ที่ตั้งไว้ผิด การทำงานและผลของงานที่ออกมา ก็ย่อมผิดไปตามๆ กัน นี่ฉันใด ถ้าจิตเป็นมิจฉาทิฎฐิ มีความเห็นผิดอยู่แล้ว ความเข้าใจผิดย่อมแฝงอยู่ในจิต ยากที่จะรู้ตัว ถึงจะมีเหตุผลอยู่บ้างก็เป็นเหตุผลที่ผิดๆ อยู่นั่นเอง

ฉะนั้น ความไม่แยบคายในการใช้ปัญญาจึงมีโอกาให้จิตกลายเป็นมิจฉาทิฎฐิไปได้ง่ายทีเดียว ถึงจะมีข้อมูลที่เป็นธรรมที่เป็นจริงอยู่ก็ตาม เมื่อจิตยังมีมิจฉาทิฎฐิอยู่แล้ว ธรรมที่เป็นของจริงก็กลายมาเป็นของปลอมไปได้



# มโนทัศน์ความรู้รอบใน การใช้สื่อ

การภาวนาปฏิบัติเป็นอุบายที่ละเอียดอ่อน ต้องใช้ความรู้รอบตัวในทุกๆ ด้านเพื่อป้องกันความเข้าใจผิดความเห็นผิดซึ่งอาจเกิดขึ้นกับจิตในบางกรณี มิใช่ว่าความรู้ที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติจะเป็นการถูกต้องไปเสียทั้งหมด เพราะความรู้นั้นย่อมเกิดขึ้นจาก ๒ ประการ คือ ความรู้เกิดขึ้นจากสัมมาทิฐิ และความรู้เกิดขึ้นจากมิจฉาทิฐิ ความรู้ทั้งสองอย่างนี้ให้ผลต่างกัน ถ้าหากความรู้เกิดขึ้นจากปัญญาความเห็นชอบ ความรู้ นั้นย่อมเป็นไปเพื่อความเจริญในการปฏิบัติธรรม และเป็นไปเพื่อมรรคผลนิพพาน ถ้าความรู้ที่เกิดขึ้นจากมิจฉาทิฐิคือความเห็นผิดแล้ว การภาวนาปฏิบัติก็ย่อมเป็นแนวทางที่ผิดตลอดไป โอกาสที่จะ

เข้ากระแสธรรมนั้นยากมาก

ฉะนั้น นักปฏิบัติต้องมาเข้าใจในต้นทางทั้งสองนี้ไว้ให้ดี บางทีมีความเข้าใจผิด ก็จะได้แก้ไขให้มีความเห็นที่ถูกต้องทันต่อเหตุการณ์ เพราะในปัจจุบันนี้มีนักปฏิบัติถกเถียงกันในเรื่องความรู้ที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติ ยังไม่มีมติเป็นเอกฉันท์เป็นไปในอุบายเดียวกัน ทุกคนย่อมมีความมั่นใจในตัวเองว่าความรู้ที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติของตนถูกต้อง ถ้าหากความรู้ที่เกิดขึ้นเป็นสัมมาทิฐิคือความเห็นที่ชอบธรรมตามเหตุผล ผู้เขียนก็ขออนุโมทนามาในที่นี้ด้วย ถ้าหากความรู้ที่นั้นเกิดขึ้นจากจิตที่เป็นมิจฉาทิฐิ ก็ยากที่จะมีผู้ชี้แนะให้เราเข้าใจได้ เพราะจิตที่เป็นมิจฉาทิฐิย่อมมีความเห็นไปหน้าเดียว ไม่ยอมรับฟังเหตุผลของคนอื่น ตัวเองรู้มาอย่างไรก็ตั้งตือถือมั่นเชื่อแต่ความรู้ของตนฝ่ายเดียว จึงเป็นผู้มีมานะทิฐิสูง ไม่ยอมก้มหัวให้ใคร แสดงตัวเป็นผู้เด่นในวงการปฏิบัติอย่างออกหน้าออกตา ทำตัวเป็นผู้ฉลาดรู้รอบในสัจธรรมอย่างทั่วถึง จึงยากในการที่จะแก้ไขเพื่อให้คนประเภทนี้รู้สึกตัว

ศรัทธาความเชื่อจากความรู้ของตนนั้นมีมาก แต่ก็ขาดปัญญาความรู้รอบในความเชื่อของตนจึงกลายเป็นศรัทธาวิปริตฝังจิต

โดยไม่รู้ตัว ถ้าจิตมีความเห็นผิดอย่างเดียวกันนั้น ความเห็นผิด  
อย่างอื่นย่อมเป็นผลติดตาม ถึงจะมีความเข้าใจว่าตัวเองมี  
ความเห็นถูกแล้วก็ตาม ความเข้าใจประเภทนี้ย่อมทำให้จิตของ  
นักปฏิบัติเกิดสัญญาวิปลาสาไปไม่ใช่น้อยเลย ฉะนั้น การภาวนา  
ปฏิบัติจึงตั้งหลักสัมมาทิฐิคือปัญญาที่เห็นชอบไว้ให้ตรง เพื่อเป็น  
เข็มทิศชี้ทางปฏิบัติให้ถูกต้อง

# จงเลิกดูครูเลิกดูธรรม

ถ้าหากว่ายังไม่แน่ใจในอุบายการปฏิบัติของตัวเอง เราก็แสวงหาครูอาจารย์เป็นผู้นำ ถ้าหากได้ครูอาจารย์ที่มีความเห็นเป็นสัมมาทิวฐิที่ชอบธรรม เป็นผู้ชี้แนะแนวทางที่ถูกต้องให้การปฏิบัติของเราก็จะมีแต่ความเจริญและเป็นไปเพื่อมรรคผลนิพพานโดยถ่ายเดียว แม้อิในชาตินี้ยังไม่ถึงที่สุดแห่งทุกข์ได้ ก็ยังเป็นนิสัยเป็นปัจจัยส่งผลให้ถึงที่สุดแห่งทุกข์ในชาติหน้าเร็วขึ้น ถ้าหากได้ครูที่เป็นมิจฉาทิวฐิมีความเห็นผิดเป็นผู้นำ การปฏิบัติของเราก็จะไม่ไปถึงไหน ก็จะเป็นไปตามบุญกรรมของนักปฏิบัติเอง

ฉะนั้น การแสวงหาครูจึงเป็นสิ่งสำคัญอยู่มาก เพราะเป็นต้นทางที่เราจะได้ก้าวไป ถ้าก้าวเข้าสู่เส้นทางที่ถูกในเบื้องต้นแล้ว จึงถือว่าเป็นผู้มีมิจฉาทิวฐิ เหมือนกับการวิ่งรถถูกเลน ก็ไม่เสีย

เวลาในการเดินทางและจะถึงจุดที่เราจะต้องไปไม่ช้าเลย ถ้าหาก  
 วิวรรณผิเลนที่เป็นเส้นทางที่ไม่เคยรู้มาก่อน แต่เข้าใจว่าเป็นเลน  
 ที่ถูก ในที่สุดก็ทำให้เราเสียเวลา และยังไม่ถึงที่ที่เราต้องการ  
 ได้เลย

นี่ฉันใด ขณะนี้เราได้ก้าวเข้าสู่เลนสัมมาทิฐิ หรือเรา  
 กำลังเดินอยู่เลนมิจฉาทิฐิ นี้ก็ขอให้เราใช้ปัญญาพิจารณา  
 ตรวจตราดูตัวเอง เพราะจุดเริ่มต้นของการปฏิบัติอยู่ตรงนี้  
 ถ้าหากวางพื้นฐานไว้ผิด การปฏิบัติก็ต้องผิด จึงยากแก่การแก้ไข  
 หรือชาตินี้ทั้งชาติอาจแก้ตัวไม่ได้เลย

เรื่องการปฏิบัติที่เป็นสัมมาทิฐิหรือเป็นมิจฉาทิฐินี้  
 มีประวัติมาแล้วในครั้งพุทธกาล ยังมีคณาจารย์ที่มีบริวารให้  
 ความเชื่อถือน้อยเลย และมีความมั่นใจว่าผู้สอนแต่ละแห่งพอ  
 เชื่อถือได้ เพราะเคยเป็นครูอาจารย์ของเรามาแล้ว และได้ปฏิบัติ  
 ติดต่อกันมาอย่างนี้ จึงพร้อมที่จะปฏิบัติตามอุบายนี้ตลอดไป  
 ใครจะว่าอย่างไรก็ไม่ยอมเปลี่ยนอุบายนี้เลย นี่คือการเชื่อถือนี่  
 ขาดปัญญา ไม่มีความรู้รอบในเหตุผล จะเชื่ออะไรก็เชื่อโดยไม่มี  
 ความฉลาด ไม่มองซ้ายมองขวา เห็นคนอื่นเขาเชื่อก็เชื่อตามเขา  
 เห็นคนอื่นเขาไปก็ไปตามเขา เห็นคนอื่นเขาว่าดีก็ดีตามเขา ได้ยิน

ว่าการภาวนาปฏิบัติอย่างนี้ตรงต่อมรรคผลก็เชื่อตามเขา **นี่คือไม่มีหลักเหตุผลในตัวเองเลย จึงกลายเป็นผู้มงายโดยไม่รู้ตัว** จะฟังตัวเองไม่ได้ตลอดชาติ เพราะความสามารถทางสติปัญญาของตัวเองไม่มี จะถึงมรรคผลนิพพานได้อย่างไร และบุคคลที่ภาวนาแล้วมีความเห็นอย่างนี้มีไม่น้อยเลย จึงเกิดความคิดเห็นในอุบายการปฏิบัติไม่ตรงกัน จึงได้เกิดความขัดแย้งกันขึ้นในวงการศึกษาปฏิบัติเอง

นี่เป็นเหตุหนึ่งที่ทำให้มีเจ้าสำนักเกิดขึ้น ใครก็เชื่อมั่นในอุบายการปฏิบัติของตนว่าเป็นแนวทางที่ถูกต้อง จึงได้จัดตั้งสำนักขึ้นเป็นของตัวเอง มีทั้งพระ มีทั้งฆราวาส ผู้หญิง ผู้ชาย ใครมีความเห็นอย่างไรก็สอนกันไปอย่างนั้น ทุกคนก็มีเหตุผลในการสอนเป็นอย่างดี แต่เหตุผลเป็นคนละอย่างกัน แต่ละสำนักย่อมมีบริษัทบริวารให้ความเคารพเชื่อถือให้ความสนับสนุนไม่น้อยทีเดียว ผู้ที่ได้มอบกายถวายตัวเป็นศิษย์ ยอมรับเอาอุบายการปฏิบัติจากครูอาจารย์นั้นแล้ว ก็หมดภาระในการแสวงหาครูเป็นผู้นำอีกต่อไป

ผู้กำลังแสวงหาครูอยู่ในขณะนี้ก็มีไม่น้อย ขณะนี้อยู่ในขั้นศึกษาหาเหตุผล ฟังเทศธรรมะ องค์กรนั้นบ้างองค์กรนี้บ้าง หรือฟัง

จากท่านสดๆ ร้อนๆ บ้าง อ่านหนังสือธรรมะของท่านบ้าง ขณะนี้  
 ยังจับเอาเนื้อธรรมะจากท่านองค์ไหนไม่ได้เลย จึงเกิดความสับสน  
 ขึ้นแก่ตัวเอง ไปหาอาจารย์นั้นก็ว่าอย่างนั้น ไปหาอาจารย์นี้ก็ว่า  
 อย่างนี้ ในที่สุดก็เป็นผู้ไม่มีหลักการที่มั่นใจเป็นส่วนตัว จะ  
 รับเอาอุบายไหนมาปฏิบัติก็ยังไม่แน่นอน เดียววางอุบายนี้ไป  
 เอาอุบายนั้น เดียววางอุบายนั้นมาปฏิบัติตามอุบายนี้ นี่กำลัง  
 อยู่ในขั้นทดสอบแบบจดๆ จ้องๆ ยังไม่แน่ใจว่าจะเอาอุบาย  
 การปฏิบัติจากครูอาจารย์องค์ใด ในที่สุดก็เป็นผู้ไม่มีหลักการ  
 ที่เป็นอุบายนำมาปฏิบัติที่แน่นอน มัวแต่คิดว่า อาจารย์นั้นว่า  
 อย่างนั้น อาจารย์นี้ว่าอย่างนี้ เอาธรรมะของแต่ละท่าน เอาอุบาย  
 ของแต่ละครูมาเทียบกัน เมื่อเข้ากันไม่ได้ก็เกิดความสับสน

อาจจะเป็นเพราะตัวเองจัดระบบธรรมะไม่ถูกกับขั้นตอน  
 ก็เป็นไปได้ เพราะอุบายธรรมมีหลายขั้นตอน มีทั้งส่วนหยาบ  
 ส่วนกลาง ส่วนละเอียด อาจจะเพราะเราจับต้นชนปลาย  
 เอาธรรมะส่วนหยาบไปเทียบกับธรรมะส่วนละเอียด จึงทำให้  
 ธรรมะไม่สอดคล้องกัน จึงทำให้เกิดความเข้าใจผิดว่าธรรมะของ  
 ครูอาจารย์ไม่เหมือนกัน ฉะนั้น เราจงใช้ปัญญาพิจารณาเลือก  
 เพ็นธรรมให้เหมาะสม เป็นไปตามขั้นตอนของธรรมะหมวดนั้นๆ

อย่างถูกต้อง จึงจะนับได้ว่าเป็นผู้ฉลาดในการปฏิบัติธรรม

นี่เพียงให้ข้อคิดแก่ท่านเพื่อจะได้ใช้ปัญญาพิจารณาให้รอบคอบ ก่อนที่จะตัดสินใจนำเอาธรรมะมาปฏิบัติ ต้องรู้จักความหมายในธรรมบทนั้นอย่างถูกต้อง ให้มีความรอบคอบในเหตุผล เพราะนักปฏิบัติทุกคนย่อมมีความตั้งใจไปในจุดเดียวกัน คือต้องการความรู้แจ้งเห็นจริงในสัจธรรมและหวังมรรคผลนิพพานด้วยกัน **แนวทางการปฏิบัติก็ให้เป็นสัมมาทิฐิ คือความเห็นให้ตรง วางเป็นพื้นฐานให้ถูกต้องในเบื้องต้น** ถ้าหากวางพื้นฐานไว้ผิด ถึงจะมีความเด็ดเดี่ยวกล้าหาญในการปฏิบัติธรรม ก็ไม่มีผลดีอะไรในการปฏิบัติอย่างนั้นเลย ในที่สุดก็คิดออกตัวว่าวาสนาบารมีไม่พอ ความคิดอย่างนี้ย่อมมีแก่ผู้สิ้นหวังไม่คำนึงถึงข้อปฏิบัติที่ตัวเองได้วางไว้ผิดนั้นเลย ขึ้นชื่อว่าผิดแล้วถึงจะเข้าใจว่าถูกแต่ก็ผิดอยู่นั่นเอง

เหมือนกับสร้อยปलอมที่มีขายอยู่ที่ต่างๆ ผู้ตาไม่ถึงไม่รู้จักเนื้อทองของแท้ เพียงดูเป็นสีเหลืองก็เข้าใจว่าเป็นทองแท้ จึงได้ลงทุนซื้อเอาเต็มที สุดท้ายก็เป็นผู้ได้สร้อยปลอมโดยไม่รู้ตัว ถึงมีผู้ตามองเห็น ก็รู้ยู่กว่าคนนั้นใส่สร้อยปลอม เห็นว่าไม่ควรบอก ถึงบอกไปก็ไม่เชื่อ แล้วก็ปล่อยไปตามเรื่อง



นี่ฉันใด ธรรมที่เป็นของปลอม ย่อมเกิดขึ้นกับนักปฏิบัติได้ง่าย ถ้าไม่มีปัญญาที่ฉลาดรู้รอบแล้ว ก็จะมีแต่กิเลสสังขาร ออกหลอกจิตตลอดไป จิตที่รู้เท่าไม่ถึงการณ์ก็จะปักใจเชื่อตาม กิเลสสังขารนั้นๆ อย่างตายใจ ในที่สุดก็โอ้อวดว่าตัวเองภวานาดี รู้เห็นอย่างนั้น รู้เห็นอย่างนี้ เรื่องนรกสวรรค์ เรื่องมรรคผลนิพพาน รู้ทั้งหมด ทั้งที่ตัวเองยังมีกิเลสตัณหาเต็มหัวใจ คำพูดที่ประกาศว่าตัวเองรู้นั้น เป็นความรู้ที่จอมปลอม เป็นความรู้ของสังขารออกหลอกจิต เมื่อจิตไม่มีปัญญาเป็นเครื่องรู้รอบแล้วย่อมหลง มีความเข้าใจผิดในความรู้ของตัวเองอยู่มากทีเดียว ถึงท่านผู้รู้จริงมีอยู่ แต่เห็นว่าเขาไม่ยอมแก้ไข ก็จะปล่อยไปตามบุญกรรมของเขาเอง

เหมือนโรคมะเร็งที่แสดงตัวเต็มที่แล้ว ถึงจะไปหาหมอให้การรักษา เมื่อหมอรู้ที่อยู่ว่ารักษาไม่ได้ หมอก็จะพูดเอาใจคนป่วยว่า เอายานี้ไปกินที่บ้านเดี๋ยวก็หาย นี่ฉันใด คนที่เข้าใจผิดว่าตัวเองภวานาดีกว่าใครๆ ทั้งหมด เป็นอัคราธิปไตยถือว่าตัวเองใหญ่กว่าใครๆ แล้ว ครูอาจารย์ท่านก็ปล่อยไปตามยถากรรม ที่จริงแล้วท่านก็อยากจะสงเคราะห์ เมื่อไม่ยอมรับความเมตตาจากท่านแล้ว ก็จะแก้ไขความเห็นผิดให้กลายเป็นผู้มีความเห็นถูก

๑๒ พันกระแสโลก

ไม่ได้เลย เหมือนคนป่วยไม่ยอมกินยาจากหมอนั่นเอง

# ศึกษาในมรรคแปดให้เข้าใจ

นักปฏิบัติต้องศึกษาในองค์มรรคแปดให้เข้าใจ ให้เป็นไปตามหลักเดิมตามที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้แล้ว และเรียบเรียงไว้แล้วเป็นอย่างดี อย่าแก้ไขเปลี่ยนแปลง หลักเดิมมีอยู่อย่างไรก็ปฏิบัติไปตามนั้น เพราะการเรียงลำดับในองค์มรรค พระพุทธเจ้าทรงทราบดีว่าควรเอามรรคข้อไหนขึ้นต้น มรรคข้อไหนไว้กลาง มรรคข้อไหนไว้สุดท้าย การปฏิบัติในองค์มรรค ต้องตั้งหลักสัมมาทิฐิ คือปัญญาที่เห็นชอบไว้ในเบื้องต้น สัมมาสังกัปปो การดำริพิจารณาใคร่ครวญในเหตุปัจจัย ก็เป็นไปตามหลักความจริงโดยชอบธรรม สัมมาทิฐิเป็นใหญ่เป็นประธานให้แก่มรรคทั้งหลาย เป็นพลังหนุนมรรคข้ออื่นๆ ให้อยู่ในความชอบธรรม ถ้าขาดความเห็นชอบอย่างเดียวเท่านั้น มรรคข้ออื่นๆ ก็จะกลายเป็น

เป็นมิจฉาไปได้ง่าย ๆ ฉะนั้น ปัญญาความเห็นชอบจึงเป็นหลักสำคัญ เพราะเป็นข้อบังคับมรรคข้ออื่นๆ ให้อยู่ในความชอบธรรม ถ้าสัมมาทิฎฐิความเห็นชอบด้วยปัญญานี้ชัดเจน ความชอบธรรมในการปฏิบัติก็ตรงต่อมรรคผล

ฉะนั้น ปัญญาความเห็นชอบจึงเป็นหลักยืนตัวและเป็นหลักเริ่มแรกในการปฏิบัติธรรม ถ้าขาดปัญญาพิจารณาให้รู้เห็นในเหตุเบื้องต้นแล้ว จะปฏิบัติไม่ถูกกับหลักความจริง เหมือนกับผู้อ่านหนังสือไม่ได้ เขียนไม่เป็น ถึงจะมีปากกากระดาษ อยู่ในมือ ก็จะไม่มีความหมายอะไรกับคนประเภทนั้น ถึงจะเอาปากกาขีดไปตามกระดาษก็จะอ่านเอาใจความไม่ได้เลย นี่ฉันทนนักปฏิบัติ ถ้าไม่ใช่ปัญญาพิจารณาให้รู้ให้เข้าใจในหลักปฏิบัติแล้ว จะปฏิบัติให้ถูกให้ตรงต่อมรรคผลนิพพานไม่ได้เลย

ฉะนั้น การใช้ปัญญาพิจารณาให้รู้รอบในอุบายการปฏิบัติ ในเบื้องต้นจึงเป็นสิ่งสำคัญ เช่น การรักษาศีลหรือปฏิบัติในศีลทุกประเภท ก็ต้องเข้าใจในศีลที่จะต้องรักษา จะเป็นศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๑๐ ศีล ๒๒๗ ก็ต้องมีปัญญาความรู้รอบเกี่ยวกับศีลข้อนั้นๆ ว่าจะรักษาอย่างไร เช่น ให้มีสัมมาวาจา คือคำพูดที่ชอบธรรม ก่อนที่จะพูดออกมานั้น ต้องใคร่ครวญด้วยปัญญาเพื่อให้เป็น

กับปิยวาจา คือเจรจาชอบ เมื่อพูดออกไปอย่างนี้แล้ว จะมีผลอย่างไร มีโทษภัยกับตัวเองและคนอื่นอย่างไร นี่ก็ต้องใช้ปัญญาพิจารณากลั่นกรองคำพูดให้มีเหตุผล เพราะพูดออกไปแล้วเอาคืนไม่ได้ ฉะนั้น จึงใช้ปัญญาพิจารณาในคำพูดตัวเองให้เป็นคำพูดที่ชอบธรรม เป็นสัมมาวาจา นี่ก็ต้องใช้ปัญญาเป็นเครื่องรื้อรอบเพื่อป้องกันไม่ให้มีจฉาววาจาที่ไม่ชอบธรรมเกิดขึ้นจากคำพูดของตัวเอง

สัมมากรรมันโต นี่คือกิริยาที่ทำทางกาย ไม่ว่าจะงานอะไรก่อนจะต้องใช้ปัญญาพิจารณาดูผลงานที่จะเกิดขึ้น เมื่อทำไปอย่างนี้จะมีผลดีหรือผลชั่วเกิดขึ้น ต้องรับผิดชอบในหน้าที่การงานของตน ผู้จะรับผิดชอบในการงานได้ ก็ต้องใช้ปัญญาพิจารณาในงานนั้นให้เข้าใจ เพื่อให้งานนั้นมีประสิทธิภาพ มีผลที่ได้รับที่เป็นธรรม ไม่เดือดร้อนกับผลงานที่ทำไปแล้ว ผลงานนั้นย่อมเป็นประโยชน์แก่ตนและส่วนรวม จะเป็นงานทางโลกหรืองานทางธรรม ต้องใช้ปัญญาพิจารณาก่อนทั้งนั้น ดังคำบาลีว่า “นิสมม กรณฺเ สยโย โครฺครวญฺญพิชานาด้วยปัญญาให้รื้อรอบก่อนจึงทำ” งานนั้นก็จะมีผิดพลาดน้อยหรือไม่ผิดพลาดเลย เพราะผู้มีปัญญาจะทำอะไรต้องคิดดูเหตุดูผลให้รอบคอบ เลือกเฟ้นทำ

แต่งงานที่เป็นประโยชน์ คำว่าเลือกเฟ้น ก็คือใช้ปัญญาพิจารณา ก่อนนั่นเอง จะเป็นงานทางโลกทุกประเภท เช่น งานก่อสร้าง งานบริหารประเทศ งานเกี่ยวกับสังคมโลกทั่วไป ก็ต้องใช้ปัญญา พิจารณาก่อนการกระทำ งานนั้นจึงจะถูกต้องตามสัมมากัมมันโต คืองานที่ชอบธรรม มิเช่นนั้นก็จะกลายเป็นมิจฉากัมมันโต คืองานที่ไม่ชอบธรรม ก็จะกลายเป็นงานของคนพาลไปโดยไม่รู้ตัว

**สัมมาอาชีโว** การเลี้ยงชีวิตในทางที่ชอบ ก็ต้องใช้ปัญญา พิจารณาในการแสวงหา ว่าปัจจัยอะไรที่ควรในทางสุจริต และ ควรเว้นในการเลี้ยงชีพในทางทุจริตอย่างไร ก็ต้องใคร่ครวญด้วย ปัญญาให้ดี มิใช่จะเอามาเลี้ยงชีพโดยทั้งหมด เพราะการแสวงหา อาหารมาเลี้ยงชีวิตต้องให้อยู่ในขอบเขตของศีล จะเป็นศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๑๐ ศีล ๒๒๗ ก็ต้องอยู่ในขอบเขตความเหมาะสม เพื่อได้อาหารนั้นมาด้วยความยุติธรรม ส่วนฆราวาสก็เลี้ยงชีพ แบบฆราวาส ส่วนพระเณรก็เลี้ยงชีพแบบพระเณร อาหารประเภท ไหนเป็นกับปียะ ของที่ควร อาหารประเภทไหนเป็น อกกับปียะ ของที่ไม่ควร ก็ต้องใช้ปัญญาพิจารณาให้เข้าใจ ให้ถูกต้องตาม พระธรรมวินัย มิใช่ว่าฆราวาสประเคนอาหารประเภทใดจะรับ ฉันไปเสียทั้งหมด เช่น ยาวกาลิก อาหารที่ฉันได้แต่เช้าถึงเที่ยง

มีอะไรบ้าง ยามกาลิก น้ำปานะที่ควรฉันทำอะไร ผลไม้อะไรบ้าง สัตตทาหกาลิก ของที่รับประทานแล้วฉันได้ ๗ วัน มีอะไรบ้าง ยาวซีวิก ของที่รับประทานแล้วฉันได้ตลอดไปจนกว่าของนั้น จะหมดมีอะไรบ้าง นี่ก็ต้องใช้ปัญญาพิจารณาให้เข้าใจ ให้เป็นไป ด้วยความถูกต้องตามสัมมาอาชีโว การเลี้ยงชีวิตโดยทางที่ชอบ ถ้าไม่มีปัญญาเป็นเครื่องรื้อรอบ ก็จะเป็นมิฉณาอาชีโว เลี้ยงชีพใน ทางที่ผิดโดยไม่รู้ตัว

ฉะนั้น สัมมาวาจา เจรจาชอบ สัมมากัมมันโนโต การงานที่ ชอบธรรม สัมมาอาชีโว เลี้ยงชีวิตโดยทางที่ชอบ ทั้ง ๓ นี้เป็นเรื่อง ของศีล ผู้จะรักษาศีลให้มีความบริสุทธิ์ได้ก็ต้องมีปัญญาใน การรักษา เพื่อตัดปัญหาในสี่ลัทธิพทปรามาส คือความลุ่มคลำ ในศีลให้หมดไป จึงเป็นสัมมาทิฐิ คือมีปัญญาที่เห็นชอบใน การรักษาศีล ถ้าไม่มีปัญญาในเบื้องต้นแล้ว จะรักษาศีลให้ มี ความบริสุทธิ์ไม่ได้เลย ฉะนั้น ขอให้หนักปฏิบัติจงเข้าใจในเหตุผล ที่มีมาแล้วในครั้งพุทธกาล

สัมมาวาจาโม การประกอบความเพียรที่ชอบธรรม ก็ต้องใช้ปัญญาพิจารณาในความเพียรของตน เพราะความเพียร มี ๒ อย่าง คือความเพียรทางโลก และความเพียรทางธรรม

ผู้เขียนจะอธิบายเฉพาะความเพียรทางธรรมเท่านั้น เพื่อให้ นักปฏิบัติได้เข้าใจว่าความเพียรอย่างไรเป็นไปเพื่อธรรม และความเพียรอย่างไรเป็นไปเพื่ออธรรม ทั้งนี้เราก็ต้องใช้ปัญญา พิจารณาให้เข้าใจว่า ความเพียรอย่างไรผิด ความเพียรอย่างไรถูก เราก็จะได้เลือกเอาแต่ความเพียรที่ถูกได้ และละความเพียรที่ผิด ให้หมดไป

นี่ก็ต้องใช้ปัญญาในสัมมาทิฐิ คือความเห็นชอบเป็นเครื่อง ตัดสิน เพราะความเพียรนั้นมีจิตที่พร้อมไปด้วยเจตนาเป็น หลักสำคัญ การกระทำทางกาย พุดด้วยวาจา นั้น เป็นเพียงส่วน ประกอบที่แสดงออกมาภายนอก จึงเรียกว่า เพียรทางกาย เพียร ทางวาจา ส่วนความเพียรทางใจเป็นหลักที่ยืนตัว ความเพียรทางใจ นี้ก็ต้องใช้หลักสัมมาทิฐิ คือปัญญาที่เห็นชอบ สัมมาสังกัปปो ความดำริพิจารณาใคร่ครวญ ก็ให้เป็นไปในหลักสัจธรรม ถ้าไม่มี ปัญญาความเห็นชอบเป็นหลักนำหน้าแล้ว ความเพียรนั้นก็ จะกลายเป็นมิถนาวายาโม คือความเพียรที่ผิด โดยไม่รู้ตัว

ฉะนั้น ปัญญาจึงเป็นตัวบังคับให้ความเพียรได้ปฏิบัติให้ ถูกต้อง ถ้าความเพียรใดเป็นไปเพื่อการสะสมกิเลสตัณหา เป็น ไปเพื่อมานะทิฐิ อวิชชา เป็นไปเพื่อความโลภ ความโกรธ



ความหลง เป็นไปเพื่อกามฉันทะ ความหมกมุ่นในกามคุณทั้ง ๕ เป็นไปเพื่อความอิจฉาพยาบาท เป็นไปเพื่อความง่วงเหงาหาวนอน ไม่มีความเบิกบานภายในใจ เป็นไปเพื่อความโง่เขลา ไม่รู้หลักความเป็นจริงของสังขารธรรม เป็นจิตที่มีติดบอดลุ่มหลงไปตามกระแสของกาม นี่ก็ต้องใช้ปัญญาพิจารณาให้รู้รอบ เพื่อให้จิตได้ถอนตัวออกจากความเห็นฝ่ายต่ำ ที่จิตได้เพียรหมกมุ่นอยู่ในกามคุณมานาน ปัญญาที่เห็นชอบเท่านั้นจึงจะนำความเพียรให้เป็นความเพียรที่ชอบได้ คำว่าความเพียร คือความพยายาม ละชั่วทำดี ละความเห็นผิดให้เป็นความเห็นถูก

ฉะนั้น ความเพียรจึงเป็นศูนย์รวมในการปฏิบัติ ถ้าไม่มีปัญญาเป็นเครื่องรู้รอบในเบื้องต้นแล้ว ความเพียรนั้นก็จะมีผิดพลาดไปได้ง่าย ถ้าไม่มีปัญญาเข้าไปแก้ไข ก็จะกลายเป็นความเพียรมิจงวាយไปอย่างง่ายตาย ถ้ามีปัญญาประกอบในความเพียรอย่างถูกต้องแล้ว ความเพียรนั้นก็จะเป็นเส้นทางที่ตรงต่อมรรคผลนิพพานอย่างถูกต้อง ฉะนั้น ขอให้หนักปฏิบัติทั้งหลายจงได้พิจารณาในเหตุผล ให้ตรงตามหลักเดิมที่พระพุทธเจ้าได้ทรงสอนพุทธบริษัทในครั้งพุทธกาล ที่เป็นสัมมาวैयाโม ที่เป็นความเพียรชอบอย่างแท้จริง

**สัมมาสติ ความระลึกู้เท่าทันต่อเหตุการณ์** ก็ต้องใช้ปัญญาประกอบเพื่อวิจัยในเหตุผล เมื่อระลึกู้ในสิ่งใด ต้องใช้การพิจารณาให้เข้าใจ จะเป็นเรื่องของโลกหรือเรื่องของธรรมควรจะแก้ไขอย่างไรในสิ่งที่เกิดขึ้น ถ้ามีสติเพียงอย่างเดียว แต่ไม่มีปัญญาเป็นเครื่องรู้รอบ จะแก้ปัญหาก็หมดไปจากจิตไม่ได้เลย ฉะนั้น สติเพียงเป็นเครื่องรู้เท่าทันในอารมณ์ของจิตเท่านั้น เพราะความระลึกได้ของสติเป็นเพียงระลึกได้ตามเหตุเป็นเหตุมีมาในอดีตบ้าง เหตุที่มีอยู่ในปัจจุบันบ้าง เหตุที่จะเป็นไปในอนาคตบ้าง เพียงมีสติเป็นเครื่องระลึกได้เท่านั้น จึงตัดมูลเหตุของอารมณ์ภายในจิตไม่ได้ เพียงระลึกได้แล้วก็ผ่านไปด้วยความรู้เท่าทัน ส่วนอารมณ์ของกิเลสตัณหาบางอย่างที่เกิดขึ้นที่จิต กว่าสติจะระลึกได้ทัน กิเลสได้ย่ำยีจิตจนไม่มีขึ้นดี หรือจิตเกิดความยินดีไปตามกิเลสแล้ว จึงมีสติหวนระลึกได้ หรือเมื่อกิเลสตัณหาได้ผลักดันให้จิตเป็นไปในอารมณ์อะไร จึงมีสติตามระลึกทัน ถ้าเป็นในลักษณะนี้ สติก็เป็นเพียงระลึกได้ในอารมณ์ของกิเลสที่มีอยู่ภายในจิตเท่านั้น หรืออารมณ์อย่างอื่นที่มีอยู่ในจิต ก็จะไม่ปรากฏขึ้นภายในจิต สติก็เพียงระลึกได้ตามอารมณ์ของจิตอยู่ตลอดเวลาไป

ตราราบไคยังมีกิเลสตัณหา อวิชชา แฝงอยู่ที่จิต อารมณ์ที่  
 เกิดขึ้นจากจิตก็หมุนตัวอยู่ตลอดเวลา จะมีสติระลึกกำหนดรู้  
 เท่าทันอยู่บ้าง ก็เพียงกิเลสได้หลบตัวไปชั่วคราวเท่านั้น เมื่อ  
 เพลอสติเมื่อไร กิเลสตัณหาก็กู้ตัวขึ้นมาที่จิตตามเดิม ฉะนั้น  
 สติอย่างเดียวจึงละกิเลสตัณหาอวิชชาให้หมดไปไม่ได้ กำลังใหญ่  
 ในการปฏิบัติคือต้องใช้ปัญญาพิจารณาให้รู้รอบ เพื่อให้จิตได้  
 รู้เห็นอย่างชัดเจน จึงจะเป็นอุบายที่ถอนรากถอนโคนของ  
 กิเลสตัณหาให้หมดไป เพราะปัญญาเป็นแสงสว่างให้แก่จิต  
 เป็นอุบายที่สอนจิตให้มีความฉลาดเฉียบแหลม เมื่อจิตมี  
 ความฉลาดเฉียบแหลมอยู่ในตัว การแก้ปัญหาภายในจิตก็ไม่มี  
 ปัญหา ดังคำบาลีว่า “ปัญญาย ปริสุขมตี จิตจะมีความบริสุทธิ์  
 ได้เพราะปัญญา” นี่เองปัญญาที่เป็นสัมมาทิฐิ คือความเห็นชอบ  
 จึงเป็นศูนย์รวมให้แก่มรรคทั้งหลาย สัมมาสติ คือความระลึกชอบ  
 ก็ระลึกได้ตามปัญญาที่เห็นชอบนั่นเอง

**สัมมาสมาธิ ความตั้งใจมั่นที่ชอบธรรม ก็เนื่องมาจาก  
 สัมมาทิฐิ** คือปัญญาที่เห็นชอบเป็นหลักสำคัญ ฉะนั้น การทำ  
 สมาธิเพื่อให้เป็นไปในองค์มรรคอย่างถูกต้อง เป็นไปเพื่อมรรค  
 เพื่อผล เป็นไปเพื่อความรู้แจ้งเห็นจริงในสัจธรรม ต้องมีปัญญา

ความเห็นชอบเป็นพื้นฐาน ถ้ามีความเห็นชอบในเบื้องต้นแล้ว ความตั้งใจมั่นของจิตก็มีความชอบธรรม และจะเป็นพลังหนุนให้ แก่สมาธิได้เป็นอย่างดี

ฉะนั้น การทำสมาธิมิใช่หวังให้เกิดปัญญาแต่อย่างใด เพราะปัญญาเรามีอยู่แล้ว แต่ปัญญานั้นยังไม่มีผลในการพิจารณาในสังขาร แต่ถ้าคิดไปในทางโลก ปัญญานั้นก็ต้องคิดได้อย่างคล่องตัว เพราะเคยคิดในทางโลกในแง่ต่างๆ จนเป็นนิสัย แต่บัดนี้เราเป็นนักปฏิบัติ ก็ต้องเอาปัญญาที่เคยคิดในทางโลกนี้เองมาเป็นฐาน เพื่อมาฝึกคิดให้เป็นไปตามหลักสังขาร ให้มีความเคยชินในการคิดตามหลักความเป็นจริงอย่างมีเหตุผล ถึงปัญญายังไม่มีผลชัดเจน แต่ที่ฝึกคิดด้วยปัญญานี้ ให้ถูกกับหลักความจริงเอาไว้ เมื่อเราทำสมาธิมีความสงบพอสมควร ก็จะได้ใช้ปัญญาที่มีอยู่แล้วนี้เป็นแนวทางพิจารณาต่อไป ถ้าปัญญาขั้นพื้นฐานไม่มี ไม่เคยฝึกด้วยปัญญามาก่อน เมื่อจิตสงบเป็นสมาธิแล้วถอนออกมา ก็ไม่มีปัญญาที่จะคิดพิจารณาแต่อย่างใด

ดังมีนักปฏิบัติหลายท่านพูดว่า ได้ทำสมาธิมีความสงบมานานแต่ปัญญายังไม่เกิดขึ้นเลย ก็จริงอย่างนั้น เพราะการทำ

สมาธิเพียงเป็นอุบายให้จิตมีความสงบ ส่วนปัญญาเป็นหน้าที่ที่จะต้องพิจารณาเอง และเอาปัญญาที่เราเคยพิจารณามาแล้ว นั้นแหละมาคิด ให้พิจารณาใคร่ครวญไปตามความเป็นจริง ทำให้จิตมีความสงบเป็นสมาธิอยู่บ่อยๆ แล้วถอนจิตออกมาพิจารณา ด้วยปัญญาอยู่บ่อยๆ ปัญญาก็จะเกิดความฉลาดเฉียบแหลมขึ้นเอง ปัญญาที่มีความฉลาดนี้ก็จะฉลาดในการทำสมาธิต่อไป เมื่อจิตสงบเป็นสมาธิแล้ว พลังที่เกิดจากการทำสมาธิก็จะเสริมปัญญาให้มีความฉลาดยิ่งๆ ขึ้นไป

การทำสมาธิอย่างนี้ จึงเป็นสัมมาสมาธิที่ถูกต้องในองค์มรรค จึงจะเป็นไปเพื่อความเจริญในการปฏิบัติธรรม ถ้าสมาธิใดไม่มีสัมมาทิฐิคือความเห็นชอบเป็นพื้นฐาน สมาธินั้นก็จะเป็โมหสมาธิล้วนๆ จะไม่มีความฉลาดทางปัญญาแต่อย่างใด ถึงจะมีสติแผงอยู่ที่จิตบ้าง แต่ก็ไม่มีความฉลาดทางปัญญาอยู่นั่นเอง ดังพวกฤๅษีชีไพรเขาทำสมาธิมีจิตสงบดิ่งลึกมากกว่าเราเสียอีก และสงบได้เป็นเวลานานๆ ด้วย เมื่อจิตถอนออกจากสมาธิแล้ว ฤๅษีเหล่านั้นไม่เกิดปัญญาเลย ไม่มีตำราที่ไหนกล่าวว่ฤๅษีเหล่านั้นมีปัญญาเกิดขึ้นจากการทำสมาธิ และไม่มีฤๅษีใดได้บรรลุมรรคผลเพราะการทำสมาธินี้เลย พวกเราที่ภาวนากัน

แบบฤๅษี โดยมีความเข้าใจว่า เมื่อจิตมีความสงบเป็นสมาธิแล้ว จะเกิดปัญญาคขึ้น นี่เป็นเพียงความเข้าใจเท่านั้น แต่ความจริงแล้ว ปัญญาย่อมเกิดขึ้นจากการฝึกด้วยการพิจารณาต่างหาก ไม่ได้เกิดขึ้นจากการทำสมาธิแต่อย่างใด

# ทำสมาธิไม่ถูกหลักจึงเพี้ยนๆ ไม่ ไม่รู้ตัว

การทำสมาธิ ถ้าไม่มีความเข้าใจในการทำ อาจเกิดเป็น  
มิจฉาสมาธิคือความเข้าใจผิดไปได้ ทำให้เกิดวิปริตเป็นสัญญาวิปลาส  
เป็นวิปัสสนูปกิเลสโดยไม่รู้ตัว ดังได้ยินชาวอยู่บ่อยๆ ว่า การทำ  
สมาธิที่มีจิตเพี้ยนไป เมื่อจิตวิปริตเพี้ยนไปแล้ว ความรู้เห็นที่เกิดขึ้น  
จากการทำสมาธิก็เพี้ยนไปทั้งหมด อาการอย่างนี้เกิดขึ้นเพราะ  
การทำสมาธิไม่มีปัญญาขั้นพื้นฐาน จึงทำให้จิตเกิดความเข้าใจผิด  
ไปได้โดยไม่รู้ตัว

ฉะนั้น ผู้เขียนขอชี้แนะเกี่ยวกับการทำสมาธิไว้ในที่นี้สัก  
๓ ประการ เพื่อให้ท่านได้เข้าใจ

๑) การทำสมาธิให้ถูกต้องตามองค์มรรคต้องมีสัมมาทิฏฐิ

คือปัญญาความเห็นชอบเป็นพื้นฐาน และทำความเข้าใจว่า หลังจากการทำสมาธิแล้ว ต้องใช้ปัญญาพิจารณาให้รู้เห็นในหลักสัจธรรมทุกครั้ง ยิ่งจะมีความตั้งใจเพื่อมรรคผลนิพพาน ก็ยิ่งมีกำลังใจในการปฏิบัติธรรม และอย่าปักใจเชื่อในความรู้ที่เกิดขึ้นจากจิตโดยไม่มีเหตุผล อาจเป็นกลวงของกิเลสออกมาหลอกจิตเพื่อให้เกิดความเข้าใจผิดไปได้ ฉะนั้น จึงต้องมีปัญญาเป็นเครื่องรู้อบอวย่าผลอตัว

๒) การทำสมาธิธรรมดาที่ไม่มีปัญญาในองค์มรรคเป็นพื้นฐาน ผู้ทำสมาธิในขั้นนี้ อย่าตั้งใจทำสมาธิเพื่อความรู้แจ้งเห็นจริงในสัจธรรม อย่าตั้งใจทำสมาธิเพื่อมรรคผลนิพพาน อย่าตั้งใจทำสมาธิเพื่อความสิ้นสุดแห่งทุกข์ เพียงนึกคำบริกรรมดังเราทำกันอยู่ในปัจจุบัน จิตจะมีความสงบมากสงบน้อย จิตจะมีความสุขมากสุขน้อย ก็เป็นผลที่จิตมีความสงบจากการทำสมาธิเท่านั้น ให้เป็นแบบฤๅษีเขาทำกัน ปัญหาของจิตที่เพี้ยนไปก็จะไม่เกิดขึ้น

๓) การทำสมาธิที่ไม่มีปัญญาในองค์มรรคเป็นพื้นฐาน มีแต่ความตั้งใจทำสมาธิอย่างเข้มแข็ง มีความจริงจั่งเด็ดเดี่ยว กล่าวหาญในการทำสมาธิแต่อย่างเดียว โดยไม่มีปัญญาความรู้รอบ



ความฉลาดแฝงอยู่ที่จิต มีแต่กำหนดสติทำแต่สมาธิตลอดไป โดยไม่ใช้ปัญญาพิจารณาในหลักสังขธรรม เรียกว่าการทำสมาธิ ล้วนๆ นั้นเอง เดินจงกรมก็เดินทำสมาธิ นั่งก็นั่งทำแต่สมาธิ ไม่มีช่องระบายทางปัญญาเลย ความตั้งใจก็เด็ดเดี่ยวเพื่อความรู้แจ้ง เห็นจริงในสังขธรรม เพื่อบรรลุมรรคผลนิพพานในชาตินี้ ใช้สติสมาธิบีบให้กิเลสตัณหา อวิชชา ให้หมดไปจากจิตอย่างจริงจัง แต่จิตไม่มีปัญญาความฉลาดขาดจากเหตุผล ไม่มีความรอบคอบ ในตัวเอง กิเลสสังขารจึงได้ใช้กลหลอกให้จิตเกิดความหลงผิด อย่างไม่รู้ตัว บางทีก็เป็นรูป เป็นเสียง เป็นกลิ่น หรือเป็นความรู้ ที่เกิดขึ้นจากจิตอย่างชัดเจน จิตที่ไม่มีความฉลาดรอบตัว จิตก็เกิดความหลงเชื่อตามความรู้นั้นๆ อย่างฝังใจ เมื่อจิตปักใจเชื่อแล้ว กิเลสสังขารก็เปลี่ยนฉากแสดงขึ้นที่จิตอย่างต่อเนื่อง มีทั้งถูก ทั้งผิด ในที่สุดก็ผิดอย่างเดียว จิตจึงมีความรู้ผิดความเห็นผิด เพี้ยนไปอย่างง่ายดาย

เช่น บางท่านในขณะที่จิตมีความสงบเป็นสมาธิ อาจมีความรู้แฝงขึ้นมาที่จิตอย่างชัดเจน จะกำหนดถามในแง่ธรรมต่างๆ ก็มีความรู้ตอบรับอย่างเป็นจริงเป็นจัง อยากรู้อะไรก็กำหนดถามลงไปในจิตแล้วก็มีคำตอบรับขึ้นมา แล้วก็เกิด

ความสำคัญในตัวเองว่าธรรมได้เกิดขึ้นกับตัวเราแล้ว เราเป็นผู้แตกฉานในธรรม รู้รอบในธรรม เมื่อปักใจเชื่อในความรู้นี้มากเท่าไร ก็เกิดความมั่นใจในความรู้ที่เกิดขึ้นว่าเป็นธรรมอยู่ในชั้นอริยธรรม เมื่อกำหนดจิตตามในเรื่องภูมิธรรม ก็จะมีความรู้ตอบรับทันทีว่านี่เป็นภูมิธรรมของพระโสดา หรือภูมิธรรมของพระสกิทาคา หรือภูมิธรรมของพระอนาคา หรือภูมิธรรมของพระอรหันต์ อย่างไม่อย่างหนึ่ง ความรู้นี้ก็จะบอกขึ้นมาที่จิตอย่างชัดเจน จึงเกิดความสำคัญแก่ตัวเองว่าเราเป็นพระอริยเจ้า ชั้นนั้นชั้นนี้ไป การแสดงออกทางกายทางวาจาก็กล้าในสังคมทั่วไป ไม่เก้อเขินเอียงอายในตัวเองเลย และพูดธรรมะทั้งวันก็ยิ่งได้ ถ้ามีคนถามในเรื่องการปฏิบัติธรรมหรือผลที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติ ก็จะพูดตามความเข้าใจของตัวเอง ทั้งที่ตัวเองเพี้ยนไปแล้วยังไม่รู้ตัว ถึงจะมีท่านผู้รู้ตักเตือนว่าผิดทางมรรคผลนิพพาน ก็จะไม่ยอมรับว่าตัวเองผิดแต่อย่างใด

การภาวนาที่เพี้ยนไปในลักษณะนี้ เป็นเพราะความเห็นผิดในเบื้องต้นคือมีจฉาทิฏฐิ พวกนี้ชอบทำแต่ความสงบ ไม่เคยใช้ปัญญาที่เป็นสัมมาทิฏฐิเลย ความผิดพลาดจึงเกิดขึ้นจากการทำสมาธิได้ง่าย ถึงจะมีความกล้าตัดสินใจในการทำสมาธิ แต่ก็ไม่มี

ปัญญาเป็นเครื่องรู้อุปในอุบายที่ถูกต้อง เช่น อยากรู้แจ้งเห็นจริงในสังขารธรรม ในการทำสมาธิ อยากรู้ให้กิเลสอาสวะหมดไปสิ้นไปจากการทำสมาธิ อยากรู้หลุดพ้นไปอย่างแรงกล้าจากการทำสมาธิ ความเข้าใจอย่างนี้จึงเป็นมิจฉาทิฎฐิคือความเห็นผิด เพราะในศาสนาพุทธไม่มีใครเป็นพระอรียเจ้าเพราะการทำสมาธิอย่างเดียวนี่เลย หรือหากท่านมีความมั่นใจว่า กิเลสตัณหา อวิชชา หมดไปสิ้นไปจากการทำสมาธิจริง ท่านจะยกเอาเรื่องของพระอรียเจ้าองค์ไหนมาเป็นหลักฐานยืนยัน

ในครั้งพุทธกาล พระพุทธเจ้าได้ให้พระอรียสาวกทั้งหลายออกไปประกาศสังขารธรรม เพื่อให้ชาวโลกได้มีความรู้จริงเห็นจริงตามความเป็นจริง พระพุทธเจ้าจึงได้มอบอุบายในการประกาศธรรมไว้แล้วเป็นอย่างดี นั่นคือ มรรคแปด มีสัมมาทิฎฐิ คือความเห็นชอบเป็นหลักสำคัญ เพื่อให้ผู้ฟังได้เข้าใจในหลักความจริงอย่างถูกต้อง ให้ผู้ฟังมีความฉลาดรอบรู้ในเหตุผล ว่าหลักความจริงของรูปธรรมนามธรรม เป็นอย่างไร ให้ผู้ฟังมีความเข้าใจ มีความเห็นที่เป็นจริง การดำริพิจารณาใคร่ครวญก็ให้พิจารณาตามหลักความจริง ฉะนั้น ปัญญาความเห็นชอบจึงเป็นหลักใหญ่ในการก่อกำเนิดของพระพุทธศาสนา เป็นหลักความมั่นคงของพระพุทธศาสนา และ

๓๐ พันกระแสโลก

เป็นหลักในการปฏิบัติธรรมที่ถูกต้องตรงต่อมรรคผลนิพพาน

# มีผลของการฟังธรรมจึง จะได้ผล

ในครั้งพุทธกาล ก่อนท่านเหล่านั้นจะได้บรรลุมรรคผลนิพพาน ทุกท่านเมื่อได้ฟังธรรมจากพระพุทธเจ้าหรือได้ฟังธรรมจากพระอริยชีนาสพเจ้าก็ตาม ในขณะที่ฟังก็มีปัญญา มีความฉลาดในการฟังว่าธรรมที่ฟังนั้นท่านอธิบายในเรื่องอะไร ต้องพิจารณาให้เข้าใจในธรรมหมวดนั้นๆ เมื่อท่านอธิบายในเรื่องความทุกข์ ก็ทำความเข้าใจในความเป็นทุกข์ เมื่อท่านอธิบายในเรื่องเหตุที่เกิดทุกข์ อธิบายการปฏิบัติเพื่อความดับทุกข์ ก็ต้องมีปัญญาฟังให้เข้าใจฉลาดรอบรู้ในการฟังอย่างต่อเนื่อง บางท่านตั้งใจฟังเป็นอย่างดี มีปัญญาความรู้รอบในการฟัง ประกอบมีนิสัยเป็นขีปนุภาภิกขุ จึงมีดวงตาเห็นธรรมในขณะที่ฟังอยู่นั่นเอง บางท่าน

มินิสัย ทนธาภิณฑา ไม่สามารถบรรลุธรรมในขณะนั้นได้ ก็จดจำเอาธรรมะที่ได้ฟังแล้วนำไปปฏิบัติ จึงได้บรรลุมรรคผลที่หลัง

ฉะนั้น ผู้ฟังธรรมต้องมีความพร้อมด้วยสติปัญญา และมีความฉลาดอยู่ในตัว จึงจะดูตติงเอาธรรมะที่ได้ฟังนั้นเข้ามาสู่ใจได้ เหมือนกับฝนที่ตกลงมาจากท้องฟ้า ถ้ามีภาชนะเช่นตุ่มให้เป็นที่รองรับเก็บเอาไว้ เราก็จะได้ใช้น้ำฝนอยู่ตลอดไป นี่ฉันใดธรรมะที่ได้ฟังมานั้น ต้องใช้ปัญญาความฉลาดจดจำเอาไว้ หลังจากการฟังธรรมไปแล้ว ก็จะได้หยิบยกเอาธรรมะที่จดจำมาเพื่อเป็นอุบายในการปฏิบัติต่อไป ถ้าไม่มีปัญญาความฉลาดอยู่ในตัว ถึงจะฟังธรรมหลายครั้งหลายหน ฟังต่อหน้าต่อตาสดๆ ร้อนๆ ก็ดี หรือฟังจากม้วนเทปแทบจะหูอีกก็ดี หรืออ่านหนังสือธรรมะมาเป็นตุ้ๆ ก็ดี ถ้าไม่มีพื้นฐานปัญญาความฉลาดรู้รอบอยู่ในตัว ก็ยากที่จะเข้าใจในธรรมส่วนละเอียดได้ อย่างมากเพียงมีความรู้ในการจดจำเอาธรรมส่วนหยาบมาพูดกันเท่านั้น

# จะรู้เห็นคุณค่าของธรรม อ้อมมอญ

ในยุคปัจจุบันนี้มีผู้สนใจภาวนาปฏิบัติกันอยู่มาก จึงได้จัดกลุ่มตั้งชมรมเป็นศูนย์ปฏิบัติธรรมขึ้น มีทั้งกลุ่มเล็กกลุ่มใหญ่ มีทั้งภายในวัดและนอกวัด มีทั้งพระเป็นผู้นำและฆราวาสเป็นผู้นำ แต่ละศูนย์แต่ละกลุ่มย่อมได้ผู้นำที่มีความสามารถสูง มีเจตนาเพื่อมรรคผลนิพพานเป็นจุดเดียวกัน ผู้ปฏิบัติตามก็มีความจริงจังและมั่นคง มีจำนวนไม่น้อย ส่วนอุบายในการสอนและปฏิบัติ ส่วนใหญ่จะเน้นหนักไปในวิธีทำสมาธิเพื่อให้จิตมีความสงบ ให้จิตว่าง วางเฉยอยู่ในหลักปัจจุบัน บางครั้งก็ทำให้จิตมีความสงบได้บ้าง และว่างจากอารมณ์ภายนอกบ้าง บางครั้งก็เป็นจิตเร่ร่อน ฟุ้งซ่านไปตามอารมณ์ที่ชอบใจหรือไม่ชอบใจ ตามนิสัย

เดิมของจิตที่มีกิเลสตัณหาพาให้ไป แต่ก็มีความคิดที่ฝังใจอยู่ว่า เมื่อจิตสงบเป็นสมาธิแล้วย่อมมีปัญญาเกิดขึ้น ความเข้าใจอย่างนี้เราเคยสำนึกหรือเปล่าว่า ในครั้งพุทธกาล พระพุทธเจ้าและพระอริยเจ้าทั้งหลายมีอุบายการสอนแก่พุทธบริษัทจนได้บรรลุมรรคผลนิพพาน อุบายในการสอนเป็นอย่างไรหรือ พระพุทธเจ้าพระอริยเจ้า สอนใครที่ไหน มีใครบ้างที่ทำให้จิตมีความสงบแล้วย่อมมีปัญญาเกิดขึ้น และมีใครบ้างได้บรรลุมรรคผลนิพพานในการทำสมาธิแต่อย่างเดียว

หลักฐานที่มาของพระอริยเจ้าทั้งหลายในพระไตรปิฎกธรรมบท มีหลักฐานยืนยันพอเชื่อถือได้ว่า ภิกษุ ภิกษุณี สามเณรนางสิกขมานา สามเณรี อุบาสก อุบาสิกา ก่อนท่านเหล่านี้จะได้บรรลุมรรคผลแล้วแต่เป็นผู้มีสัมมาทิฐิคือปัญญาความเห็นชอบมาก่อนทั้งนั้น เมื่อมีความเห็นชอบด้วยปัญญาเป็นพื้นฐานไว้แล้ว ความเห็นชอบในมรรคข้ออื่นๆ ก็เป็นผลติดตาม ถ้าไม่มีปัญญาความเห็นชอบเป็นพื้นฐานมาก่อน จะเข้าใจในแนวทางปฏิบัติให้ถูกต้องไม่ได้เลย เพราะเป็น ตะมอ ตะมะ จิตที่มีติดบอดไม่มีปัญญาความฉลาดรอบรู้ในหลักสัจธรรมตามความเป็นจริง ไม่มองเห็นคุณค่าของธรรม ไม่ฉลาดรอบรู้ในการปฏิบัติ และไม่เข้าใจในผลที่



จะเกิดขึ้นจากการปฏิบัติธรรม ก็เหมือนกับคนตาบอดที่ตกอยู่ในท่ามกลางมหาสมุทรที่มองไม่เห็นฝั่ง หรือคนตาบอดตกอยู่ในกลางดงใหญ่ จะไปให้พ้นจากดงนั้นยากเต็มที นี่ฉันใด จิตไม่มีปัญญา ความรู้รอบ จิตไม่มีความฉลาด ไม่รู้จักอุปบายการปฏิบัติที่ถูกต้อง ก็แววนอนอยู่ในที่แห่งเดียว การปฏิบัติจะก้าวหน้าไปได้อย่างไร

# ศึกษาเรื่องของพระอรียเจ้า ให้เข้าใจ

จะต้องศึกษาในความเป็นมาของพระอรียเจ้าในครั้งพุทธกาล ว่าท่านเหล่านั้นปฏิบัติอย่างไรจึงได้บรรลุมรรคผล แม้จะเข้าใจในไตรสิกขา คือ “ศีล สมาธิ ปัญญา” อยู่ก็ตาม นี่เพียงเป็นหลักสูตรของการศึกษาในภาคปริยัติ ส่วนภาคปฏิบัตินั้นต้องใช้ปัญญาพิจารณาให้รู้รอบในเบื้องต้น เพราะปัญญามีหลายระดับ คือปัญญาความรู้รอบในเบื้องต้น ปัญญาความรู้รอบในท่ามกลาง ปัญญาความรู้รอบในที่สุด เราจะคอยเอาปัญญาความรู้รอบในที่สุดแต่อย่างเดียวได้อย่างไร เช่น การรักษาศีลให้มีความบริสุทธิ์ ถ้าไม่มีปัญญาความรู้รอบในการรักษาศีล จะรู้ได้อย่างไรว่า ศีลขาด ศีลทะลุ ศีลเศร้าหมอง และศีลแต่ละข้อจะเว้นความชั่วทางกาย ทางวาจา และทางใจได้

อย่างไร ถ้าไม่มีปัญญาในการรักษาศีล ถึงจะรับศีลจากพระ  
วันละร้อยครั้ง จะมีความหมายอะไร เพราะศีลจะมีความบริสุทธิ์  
ได้ไม่ใช่ขึ้นอยู่กับการรับศีล

เหมือนกับโยนก้อนทองคำให้ลิง เมื่อลิงจับดูแล้วก็โยนทิ้ง  
ไป ไม่รู้ในคุณค่าของก้อนทองคำนั้นเลย นี่ฉันทิ การรักษาศีล  
จะเป็นศีลฆราวาสหรือศีลพระ ถ้าไม่มีปัญญาในการรักษาแล้ว  
ศีลนั้นก็ขาดหายไปไม่บริสุทธิ์ได้เลย ถ้าเป็นพระก็จะเป็นอาบัติ  
อยู่ตลอดวัน จะหาความบริสุทธิ์มาจากที่ไหน แม้การทำสมาธิเอง  
ก็เช่นเดียวกัน จะมีความวามกวนอยู่ในอาการของจิตที่เกิดขึ้น  
ตั้งอยู่ เสื่อมลง หมุนตัวอยู่อย่างนี้โดยหาทางออกไม่ได้เลย เหมือน  
ตะครุบเงาตัวเองเล่น หรือเหมือนกับฉายไฟขึ้นสู่ท้องฟ้า จะได้  
ประโยชน์อะไร หรือเหมือนกับการพักผ่อนนานเกินไป จะทำให้  
เสียเวลา นี่ฉันทิ การเกิดขึ้นตั้งอยู่ของสมาธิ การตั้งอยู่ในฌาน  
การตั้งอยู่ในสมาบัติ จึงเป็นสิ่งที่ไม่เที่ยงแท้แน่นอน เพราะเป็น  
สังขารที่เกิดขึ้น เสื่อมไป ถ้าไม่มีปัญญาความรู้รอบ ความฉลาด  
ในการปฏิบัติธรรม ก็จะหลงวนเวียนอยู่กับการทำสมาธินี้ตลอดไป

# ตัดความหมางของมรดกแม่ ให้ถูกต้อง

การทำสมาธิเพียงเป็นอุบายบรรเทาทุกข์ได้ชั่วคราวเท่านั้น จะดับทุกข์ให้เป็นสมุจเฉตพหวนไม่ได้ และไม่สามารถป้องกัน ความเห็นผิดของจิตได้เลย ถ้าป้องกันความเห็นผิดได้จริงแล้ว ทำไมเราจึงมาหลงติดอยู่กับสมาธิเพียงแค่นี้เล่า และทำไมจึงมา เข้าใจว่าเมื่อจิตสงบเป็นสมาธิแล้วย่อมมีปัญญาเกิดขึ้น ความเข้าใจ อย่างนี้ท่านมีความเห็นถูกแล้วหรือ เป็นสัมมาทิฏฐิคือความเห็นชอบ แล้วหรือยัง หรือเป็นมิจฉาทิฏฐิคือความเห็นผิด จึงขอให้ท่านได้ ตัดสใจด้วยตัวเอง นี่เป็นต้นทางที่สำคัญ ถ้าถูกก็ถูกตรงต่อ มรรคผลนิพพานไป ถ้าผิดก็ผิดไปเลย ถ้าไม่ยอมกลับตัว เหมือน คนตกน้ำอยู่ในที่แห่งเดียวกัน ใครเกาะฝั่งได้ คนนั้นก็มิโอกาส

ขึ้นฝั่งได้ ใครไม่ยอมเกาะฝั่งก็จะไหลตามกระแส น้ำตลอดไป  
นี้ฉันใด การปฏิบัติเพื่อมรรคผลนิพพานจึงต้องใช้ปัญญาพิจารณา  
ให้มีความรอบคอบเป็นอย่างมาก เพราะเป็นอุบายที่ละเอียดอ่อน  
และเป็นช่องทางที่จำกัด ถ้าเข้าถูกช่องก็ถูกไปเลย ถ้าเข้าผิดช่อง  
ก็ผิดไปเลย เว้นเสียแต่ผู้มีความสำนึกตัวได้ในทีหลัง เพราะเส้นทาง  
ที่จะเดินเข้าสู่มรรคผลนิพพานได้มีเส้นเดียว พระพุทธเจ้าและ  
พระอริยเจ้าทั้งหลายในอดีตที่เข้าสู่นิพพานไปแล้ว ก็ยึดเส้นทาง  
ของมรรคแปดนี้ ฉะนั้น พระพุทธเจ้าจึงได้มอบเส้นทางนี้ไว้ให้  
แก่พวกเราทั้งหลายได้ปฏิบัติให้ตรงตามมรรคแปดที่เป็นเส้นทาง  
เดิม เพราะเส้นทางนี้ พระพุทธเจ้ารับประกันในความถูกต้อง  
มาแล้ว พระอริยเจ้าทั้งหลายล้วนแล้วแต่ปฏิบัติตามมรรคแปด  
นี้ทั้งนั้น ถ้าปฏิบัติไม่ตรงต่อเส้นทางจริงๆ ก็จะไม่ทำให้มรรคผล  
เกิดขึ้นได้เลย

# อย่าเข้าใจอย่างไร้เหตุผล

การที่ผู้เขียนได้ชี้แนะอุบายวิธีแนวทางปฏิบัติมานี้ ขอให้ท่านได้พิจารณาตามเหตุผล เพราะอุบายการปฏิบัติในยุคปัจจุบันนี้ ท่านก็รู้อยู่แล้วว่ามีความแตกต่างกัน ถึงจะพูดว่านี่เป็นแนวทางปฏิบัติมีชฎิมาที่ตรงต่อมรรคผลนิพพานอยู่ก็ตาม นั้นเป็นเพียงคำพูดเท่านั้น หรืออาจเป็นความเพ้อฝันที่เกิดขึ้นจากความเข้าใจผิดของตัวเองก็ได้ เพราะนักปฏิบัติแต่ละท่าน แต่ละกลุ่ม แต่ละสำนัก ย่อมประกาศว่าเดินทางสายตรงกันทั้งนั้น ผู้เขียนหนังสือเล่มนี้ ก็เพียงอ้างเหตุผลในอุบายการปฏิบัติมาให้ท่านได้พิจารณาดูเท่านั้น จะยอมรับเหตุผลหรือไม่นั้น ขอมอบให้ท่านได้พิจารณาตัดสินใจด้วยตนเอง เพราะคำสอนของพระพุทธเจ้าย่อมประกอบไปด้วยเหตุผลและเป็นความจริงทุกประโยคไป พระพุทธเจ้าตรัส

ออกมาประโยคไหนจึงเป็นของจริงทั้งนั้น จะเป็นเรื่องทางโลก หรือเรื่องทางธรรม ถ้าพระพุทธเจ้าตรัสว่าผิด สิ่งนั้นก็ต้องผิด ถ้าว่าเป็นเรื่องที่ถูกต้องจริง เรื่องนั้นก็เป็นที่ถูกต้องจริงไป พระพุทธเจ้า ตรัสว่า ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว ก็เป็นจริง สุขก็สุขจริง ทุกข์ก็ทุกข์จริง นรกมีจริง สวรรค์มีจริง และมรรคผลนิพพานก็มีจริง

ความจริงเหล่านี้มิใช่ว่าจะรู้เห็นเฉพาะพระพุทธเจ้า องค์เดียวเท่านั้น แม้พระอริยสาวกที่ปฏิบัติตามคำสอนของ พระพุทธเจ้าก็ย่อมเป็นผู้รู้แจ้งเห็นจริงในสัจธรรมเช่นกัน ฉะนั้น ความจริงของพระพุทธเจ้า ความจริงที่มีอยู่กับพระสาวก ก็เอามา รวมไว้ในพระไตรปิฎกแห่งเดียว หรือความจริงที่เป็นกามาวจรกุศล เช่น การให้ทานรักษาศีล หรือการบำเพ็ญสาธารณกุศลอย่างใด ก็มีในคำสอนของพระพุทธเจ้า แม้การทำชั่วทางกายวาจาใจที่ ให้ผลทำให้ตกอยู่ในอบายภูมิ มีนรก เปรต อสุรกาย สัตว์ดิรัจฉาน พระพุทธเจ้าก็ได้ตรัสไว้แล้วเช่นกัน เพื่อให้เป็นหลักพิสูจน์ใน เหตุผลแก่พวกเราให้เข้าใจในวิธีละความชั่ว ให้รู้จักอุปายในการ ประกอบความดี และให้รู้จักอุปายวิธีในการปฏิบัติธรรมให้ ถูกต้องตามหลักความจริง

ฉะนั้น ขอให้หนักปฏิบัติทุกท่านจงมีความมั่นใจใน

ความสามารถของตัวเอง ไม่หวังคำสรรเสริญและคำพยากรณ์จากใครๆ ทั้งนี้ เราต้องปฏิบัติให้เป็นจุดยืนแก่ตัวเอง ถึงจะอาศัยครูอาจารย์อยู่บ้างก็เพื่อการศึกษา ส่วนการปฏิบัติภาวนาเป็นหน้าที่ของเราโดยตรง ดังคำว่า “ตนแลเป็นที่พึ่งของตน” คนอื่นจะมาช่วยแก้ไขอาสวกิเลสหมดไปจากใจเราไม่ได้ ฉะนั้น การศึกษาหาอูบายในการปฏิบัติต้องศึกษาให้เข้าใจ เพราะ อริยมรรค อริยผล และนิพพาน มีเฉพาะพระพุทธศาสนาเท่านั้น และการอุบัติขึ้นของพระพุทธเจ้าไม่ได้มีติดต่อกัน มีการทิ้งช่วงไปนานจึงมีพระพุทธเจ้าอุบัติขึ้นองค์หนึ่ง คำสอนของพระพุทธเจ้าทุกๆ พระองค์ในอดีตที่ผ่านมา ทั้งองค์ปัจจุบัน และจะมาอุบัติขึ้นในโลกอีกต่อไป ทุกองค์มีคำสอนเหมือนกัน เช่น ไม่ให้ทำบาปทั้งปวง บำเพ็ญกุศลให้เกิดขึ้นในตน อบรมจิตให้มีความผ่องใส นี่เป็นคำสอนของพระพุทธเจ้าทั้งหลาย พระองค์ทรงหยั่งรู้อูบายวิธีสั่งสอนพุทธบริษัทเป็นอย่างดี และรู้อุปนิสัยวาสนาของพุทธบริษัทอย่างชัดเจน

คำสอนของพระพุทธเจ้า ถ้าจะแยกออกเป็นหมวดใหญ่ๆ ได้ ๒ ประการ

### ๑) เรื่องกามาวจรกุศล



## ๒) เรื่องโยคาวจรกุศล

กามาวจรกุศลนั้นเป็นเรื่องที่จะพูดกันยาวมาก แต่พอจะสรุปให้เข้าใจได้ดังนี้ บุญกุศลใดที่ทำด้วยกาย วาจา ใจ อันสุจริต ผลที่ได้รับคือสมบัติที่พึงปรารถนา เช่น มนุษยสมบัติ สวรรค์สมบัติ เพราะเป็นผลที่อำนวยความสะดวกให้กับผู้ที่มีความยินดีอยู่ในกามคุณ ถึงจะไปเกิดอยู่ที่ไหนภพใด บุญกุศลนี้ย่อมบรรเทาความทุกข์ได้ตามเหตุปัจจัย พระพุทธเจ้าจึงได้สอนเอาไว้แล้วเป็นอย่างดี

# อช่ามระมากทในเชอิต

ส่วนโยคาวจร พระพุทธเจ้าก็ได้สอนอันดับสูงขึ้นไป เพราะโยคาวจรคือผู้หาช่องทางที่จะข้ามในสามภพนี้ไป ช่องทางใดพอที่จะพ้นจากภพทั้งสามนี้ไปได้ จำเป็นต้องรีบเร่งขวนขวายแสวงหาอุบายมาปฏิบัติอย่างจริงจัง นิสัยของโยคาวจรนี้ไม่จำกัดเพศ วัย จะเป็นภิกษุ สามเณร อุบาสก หรืออุบาสิกาก็ได้ นิสัยของโยคาวจรจึงเป็นผู้เตรียมพร้อมอยู่เสมอ จึงเหมือนกันกับนกที่อยู่ในกรง หรือสัตว์นานาชนิดที่อยู่ในที่คุมขัง ความตั้งใจพยายามเพื่อหาช่องทางที่จะออกหนีจึงมีเป็นนิสัย เช่น นก ในวันหนึ่งๆ ไม้รู้ว่าใช้จะงอยปากสับตากรงกี่ครั้ง และเวียนอยู่ในกรงที่รอบ ถึงจะออกไม่ได้ในวันนี้ วันพรุ่งนี้ก็พยายามที่จะหาช่องทางเพื่อจะออกหนีจากกรงต่อไป

นี่ฉันใด นักปฏิบัติที่เป็นโยคาวจรที่แท้จริงจึงไม่มีความประมาทในชีวิต ถึงจะมีวัตถุประสงค์ที่ชาวโลกนิยมกัน นิสัยของโยคาวจรจะไม่ติดอยู่กับวัตถุประสงค์นี้เลย มีนิสัยพยายามที่จะหาช่องทางออกจากที่คุมขังของโลกอยู่เสมอ และมีปัญญาทำความเข้าใจให้เห็นทุกซอกในความเป็นอยู่ในโลกนี้ ไม่ลืมตัวและทำความเข้าใจกับตัวเองว่า เราเคยเกิดเคยตายอยู่ในโลกนี้หลายชาติหลายภพ หลายกัปหลายกัลป์ วนเวียนไปมาอยู่ในโลกนี้ไม่มีทางจบสิ้น แต่ละชาติละภพที่เกิดมาไม่มีความราบรื่นเสมอกัน บางชาติก็มีวัตถุประสงค์มากมาย ได้เสพความสุขในกามคุณจนเหลือเฟือ บางชาติก็พอประทังชีวิตอยู่แบบลุ่มลุกคลุกคลาน ชนิดปากกัดตีนถีบแทบจะเอาชีวิตไปไม่รอด บางชาติจะช่วยตัวเองไม่ได้เลย ชีวิตความเป็นอยู่ต้องอาศัยขอทานจากผู้มีจิตเมตตา ถึงจะมีความละอายภายในใจสักปานใดก็จำใจเที่ยวขอทานพอให้ชีวิตอยู่ได้ อาหารที่ได้มาจากการขอแล้วแต่เป็นของเศษเดนดังเราเคยได้พบเห็นคนขอทานในที่ทั่วไป เมื่อเราถูกเขาขออาหารหรือขอสิ่งใดกับเรา เราให้ของประเภทไหนแก่เขา หรืออาจจะไม่ให้อะไรกับเขาเลยก็มี

เมื่อเราเห็นคนประเภทนั้น เราต้องโอบนโยโก น้อมนึกดูว่า  
ชีวิตความเป็นอยู่ของมนุษย์ไม่มีความราบรื่นเสมอกัน ให้เรา  
มั่นใจในตัวเองว่าชาติภพที่น่าทุเรศอย่างนี้เราเคยได้เป็นมาแล้ว  
เมื่อหากเรามีความเกิดอยู่ในโลกนี้ต่อไป เราก็จะได้เกิดมาเป็น  
คนชนิดนี้แน่นอน

# อมรมจิตตนเองอ้อมมณฑล

จงน้อมเขาเข้ามาเป็นเรา น้อมเราลงไปเป็นเขาดูบ้าง เพื่อเป็นเครื่องกระตุ้นเตือนจิตของเราเอาไว้ ให้เข้าใจในความแตกต่างกันของภพชาติในมนุษย์ทั่วไป ให้จิตได้มองเห็นความเป็นอยู่ของโลกอย่างรอบด้าน เพราะเป็นหลักความจริงของโลกมาแต่กาลไหนๆ และจะเป็นอย่างนี้ต่อไปไม่มีที่สิ้นสุด ฉะนั้น การใช้ปัญญาพิจารณาดูในหมู่มนุษย์ทั่วไป ย่อมจะเข้าใจว่าระดับความเป็นอยู่ในการครองชีพไม่เสมอกัน ผู้ร่ำรวยก็รวยจนเหลือใช้เหลือกิน ผู้ยากจนก็จนอย่างไม่มีวัตถุใดๆ อยู่ในมือ ชีวิตความเป็นอยู่น่าสลดใจ ถึงไม่มีใครต้องการในภพชาติอย่างนั้น เรียกว่าเป็นวิภวตัณหา คือความไม่ต้องการเกิดในภพอย่างนั้น ถึงไม่ต้องการก็จำเป็นจะได้รับ เพราะเหตุสร้างมาอย่างนี้ เพราะ

ตามปกติแล้วมนุษย์เราชอบแต่สิ่งที่ชอบใจ พรารถนาเอาแต่สิ่งที่ชอบใจ เมื่อชอบใจในสิ่งนี้ก็ทำในสิ่งนี้ แต่ไม่เข้าใจในสิ่งที่เราทำ หรือคำที่เราพูดว่าสิ่งนั้นเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ เมื่อได้รับผลที่เป็นทุกข์แล้วจึงแก้ตัวไม่ทัน จำเป็นต้องได้รับผลนั้นต่อไป

ฉะนั้น นักปฏิบัติต้องฝึกหัดจิตให้มีความฉลาดในเหตุผล จิตที่ฝึกดีแล้วย่อมมีความฉลาดรอบตัว ก่อนจะเชื่ออะไรต้องยั้งคิดในเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้น “นิสम्म กรณํ เสยโย โครครวญฺหตุให้รู้ชัดก่อนตัดสินใจเชื่อ” เพราะตามปกติของจิตเดิมแล้วจะรับเอาอารมณ์ไม่เลือก อารมณ์ที่ชอบใจหรือไม่ชอบใจรับเอาทั้งนั้น ถ้าหากอารมณ์ที่เป็นธรรมก็โศกดีไป ถ้าอารมณ์ไม่เป็นธรรมก็มีความทุกข์เร่าร้อนขึ้นที่จิต เหมือนกับเด็กที่ยังไม่รู้เดียงสา คว้าได้อะไรมาไม่มีความสังเกต จะเอาเข้าปากอย่างเดียว แม้สิ่งสกปรกจากกันตัวเองก็เอาเข้าปากทั้งนั้น นี่ฉันทใด ถ้าจิตไม่มีปัญญาเป็นเครื่องรู้รอบแล้ว จะคิด จะพูด จะทำอะไร ย่อมเป็นไปตามกิเลส ตัณหาหรือความต้องการ ไม่ได้คิดว่าสิ่งนั้นจะมีความผิดถูกแต่อย่างใด เมื่อโทษภัยเกิดขึ้นในภายหลังจึงมีความรู้ตัว แต่มันสายไป จะเตรียมสติปัญญาแก้ปัญหาไม่ทัน

ฉะนั้น ผู้ฝึกโยคะควรจิตต้องใช้อุบายวิธีที่รอบคอบแยบคาย มีความรับผิดชอบอยู่ในตัวสูง เมื่อจิตมีความทุกข์ จิตมีความเศร้า หมองขุนมัว จิตมีความเดือดร้อนในอารมณ์อย่างไร ต้องใช้สติปัญญาค้นหาเหตุที่เกิดขึ้นว่าจิตมีความทุกข์เดือดร้อนด้วยเหตุอันนี้ ซึ่งจุดที่ผิดให้จิตได้รู้เห็นอย่างชัดเจน เพื่อจะใช้ปัญญา สอนจิตให้ตรงกับเหตุนั้นๆ มีสติระวังสังวรไม่ให้จิตไปก่อเหตุอย่างนี้ขึ้น และมีสติปัญญาที่เตรียมพร้อม เพื่อแก้ปัญหาให้ทันต่อเหตุการณ์ เพราะอารมณ์เหล่านี้เมื่อเกิดขึ้นที่จิตได้แล้ว จะหายไปได้ยาก เช่น อารมณ์ของโลภะ อารมณ์ของราคะ อารมณ์ของโทสะ อารมณ์ของโมหะ เมื่อเกิดขึ้นกับจิตได้แล้ว ถ้าไม่มีอุบายที่แยบคายเข้าแก้ไข อารมณ์นี้จะหายไปจากจิตได้ยาก แต่ก็ต้องพยายามที่จะแก้ไข จิตมีอารมณ์อะไรเป็นมูลเหตุ ก็ต้องใช้ปัญญาพิจารณาให้รู้เห็นในเหตุนั้นๆ อย่างรอบคอบ เพื่อป้องกันสังขารจิตไปปรุงแต่งให้เหตุนั้นขยายตัว

เหมือนกับไฟที่กำลังจะก่อตัว ก็ต้องรีบดับเสีย ถ้าปล่อยให้ไฟลุกลามไปใหญ่โตแล้วดับได้ยาก นี่ฉันใด ถ้าอารมณ์แห่งความรักความใคร่เริ่มก่อตัว ก็รีบใช้สติปัญญาแก้ไขให้ทันท่วงที ถ้าปล่อยให้ความรักความยินดีมีกำลังรุนแรง จิตก็จะจมดิ่งลงสู่

กามคุณ เกิดอารมณ์ความโลภ อารมณ์ความโกรธ อารมณ์แห่ง  
ราคะ อารมณ์แห่งโมหะ จะทำให้จิตมีความเศร้าหมองขุ่นมัว  
หมุนตัวตามกิเลสค้นหาโดยไม่มีเวลาเป็นของตนเอง มีแต่บ่ายหน้า  
มุดตัวลงในกามคุณตลอด ๒๔ ชั่วโมง ความผูกพันเพื่อฝันใน  
อารมณ์ของกามคุณก็จะมีวันอิมพอดีเลย



# ความฉลาดย่อมเกิดขึ้นจาก ปัญญาของตน

การใช้ปัญญาสอนจิตจึงเป็นเรื่องสำคัญ ถ้าไม่มีปัญญาที่ฉลาดเฉียบแหลม ก็ไม่สามารถที่จะทำลายความเห็นเดิมของจิตได้เลย เพราะจิตมีความผูกพันยึดมั่นอยู่ในกามคุณมานาน จะมาใช้สติปัญญาพิจารณาชะล้างชนิดเดียวไม่พอ เหมือนกับเสื้อผ้าที่มีคราบสกปรกเกาะอยู่หนาแน่น จะใช้ผงซักฟอกหยิบมือเดียวเอาไปทำลายเพื่อให้คราบสกปรกหลุดออกไปจากเสื้อผ้านั้นไม่ได้เลย ฉะนั้นใด การใช้ปัญญาอบรมจิตจะพิจารณานิดเดียวไม่พอ เพราะกิเลสตัณหาเกาะอยู่ที่จิตอย่างแน่นหนา กำลังสติปัญญาไม่พอก็ไม่ลบล้างให้กิเลสหมดไปจากจิตได้

ฉะนั้น ปัญญาที่นำมาประกอบความเพียรต้องเป็นปัญญา

ของตัวเอง ความฉลาดเฉียบแหลมคมคายก็ให้เป็นของตัวเอง ถึงแม้จะจดจำเอาความรู้ความฉลาดจากครูอาจารย์มาได้ก็ตาม แต่ก็นำมาชำระชะล้างให้กิเลสตัณหาหมดไปจากจิตเราไม่ได้เลย

เหมือนกับพระโปฐิละ ในสมัยครั้งพุทธกาล พระโปฐิละได้ไปเยี่ยมธรรมะจากพระพุทธเจ้าและพระอริยเจ้าทั้งหลายมาศึกษา จนมีความรู้แตกฉาน มีปฏิภาณในการแสดงธรรมเป็นเยี่ยม เป็นธรรมกถึกเอกในครั้งนั้น พระโปฐิละมีเพื่อนสนิทบวชพร้อมกัน อีกองค์หนึ่ง เมื่อเพื่อนบวชเข้ามาแล้ว ก็ได้ศึกษาภาคปฏิบัติให้เข้าใจแล้วออกไปภาวนาปฏิบัติในที่ต่างๆ ไม่นานก็ได้บรรลุเป็นพระอรหันต์

ต่อมาพระโปฐิละได้ทราบข่าวเพื่อนเก่าที่ออกจากป่ามา จึงคิดโอหังขึ้นมาว่า แหม! เพื่อนเราบวชเข้ามาแล้ว ทำไมจึงไม่ศึกษาเล่าเรียนเพื่อหาความรู้ประดับตัว จะมัวแต่ไปนั่งหลับตาในป่าในเขา จะมีความรู้มาจากไหน แหม! โง่จริงๆ ไหนเลยเรา จะไปถามธรรมะให้เพื่อนได้อายเสียที ว่าแล้วก็ออกเดินทางไป

ในขณะนั้นพระพุทธเจ้ายังรู้ว่าพระโปฐิละจะไปถามความรู้ทางปริยัติต่อเพื่อนที่ไม่เคยศึกษามา ถ้าเพื่อนตอบคำถามทางปริยัติไม่ได้ พระโปฐิละก็จะเกิดความประมาท พุดเยาะเย้ย

พูดกระทบกระแทกแก่เพื่อนมากทีเดียว พระโปฏิฐะก็จะเป็  
 บาปกรรมถึงตกนรกไป พระพุทธเจ้ารู้เช่นนั้นก็เสด็จไปเพื่อ  
 ระงับเหตุ

ในขณะนั้น พระพุทธเจ้ากับพระโปฏิฐะก็ได้ไปถึงในที่  
 แห่งนั้นพร้อมกัน พระโปฏิฐะกับเพื่อนซึ่งเป็นพระอรหันต์ได้  
 กราบนมัสการพระพุทธเจ้าแล้วก็นั่งอยู่ที่อันควร จากนั้น  
 พระพุทธเจ้าก็ได้ถามความสุขทุกข์แก่พระทั้งสอง แล้วก็ถาม  
 ปัญหาธรรมแก่พระอรหันต์ก่อน พระอรหันต์ท่านก็ตอบปัญหา  
 ที่พระพุทธเจ้าถามได้อย่างคล่องแคล่วว่องไว และถูกต้องตาม  
 หลักความจริงทุกจุดไป ตรงต่อคำถามของพระพุทธเจ้าทั้งหมด  
 พระพุทธเจ้าก็ได้อนุโมทนาแล้วตรัสว่า “นี่คือลูกเราตถาคตได้หมด  
 กิจที่จะพึงทำแล้ว”

ในขณะนั้นพระโปฏิฐะเกิดความกังวลใจมากทีเดียว และ  
 คิดอยู่ในใจว่าปัญหาธรรมที่พระพุทธเจ้าถามเพื่อนเราล้วนแล้ว  
 แต่เป็นปัญหาที่สุขุมลุ่มลึกมาก แต่พระเพื่อนเราก็ได้ตอบปัญหา  
 ของพระพุทธเจ้าอย่างฉลาดฉาน ถ้าพระพุทธเจ้าถามปัญหาธรรม  
 แก่เราอย่างนี้ เราก็จะตอบเหมือนกับเพื่อนเราไม่ได้เลย ทั้งเกิด  
 ความร้อนใจกลัวว่าพระพุทธเจ้าจะถามปัญหาตน แต่ก็นี่ไม่พ้น

จากนั้นพระพุทธเจ้าก็ได้ถามปัญหาพระโปฐิยะคู้บ้าง พระโปฐิยะมีอาการหน้ามืดแทบจะเป็นลมล้มในที่นั่งนั้น ทั้งตอบปัญหาไม่ได้ ทั้งละอายเพื่อนที่กำลังนั่งฟังอยู่ในที่นั้น เหงื่อไหลโทรมตัว ก้มหน้าคอคอกเหมือนกับลูกนกถูกฝน แล้วประนมมือพูดด้วยเสียงสั่นเครือว่า “ข้าพระองค์ตอบปัญหานี้ไม่ได้พระเจ้าข้า” พระพุทธเจ้าตรัสว่า “พระโปฐิยะ ความรู้ที่เกิดจากการศึกษาในภาคปริยัตินั้น ถ้าไม่มีการปฏิบัติธรรมเพื่อความรู้แจ้งเห็นจริงในสังขารแล้ว ความรู้ที่เรียนมา จะเอาไปละกิเลส ตัณหา อวิชชา ให้จิตมีความบริสุทธิ์ไม่ได้เลย ความรู้ที่เรียนมาจึงเป็นเพียงแบกคัมภีร์เปล่าเท่านั้นเอง” เมื่อพระโปฐิยะได้ฟังคำพระพุทธเจ้าตรัสมาอย่างนี้ จึงเกิดมีความสำนึกตัวได้ จึงได้ตัดสัจใจว่า จากนี้ไปเราจะไม่แสดงธรรม จะตั้งใจปฏิบัติธรรมอย่างจริงจัง หวังมรรคผลนิพพานเป็นที่ตั้งโดยความมั่นใจ

จากนั้นมา พระโปฐิยะก็ได้เข้ามาบอกรายถวายตัวแก่อาจารย์อื่นๆ เพื่อให้ท่านเหล่านั้นอนุเคราะห์สอนภาคปฏิบัติให้ไปมอบถวายตัวแก่ท่านองค์ใดที่ไม่มีใครรับเอาไว้เป็นศิษย์เลย พระโปฐิยะก็ได้ตระเวนแสวงหาครูอาจารย์อยู่นานจนอ่อนใจ คิดว่าจะได้องค์ไหนหนอเป็นครูเป็นอาจารย์แก่เรา ในที่สุดไปพบสามเณรก็ได้

มอบกายถวายตัวลงเป็นศิษย์แก่สามเณรด้วยความจริงใจ สามเณรท่านเป็นพระอรหันต์ ท่านจึงมีอุบายละมานะทิฏฐิของพระโปฏิสละด้วยวิธีให้ลงหนองน้ำหลายครั้งหลายหน จนพระโปฏิสละหมดมานะทิฏฐิภายในใจ สามเณรท่านก็ได้ให้อุบายธรรมะเพื่อให้พระโปฏิสละนำไปปฏิบัติ ไม่นานนักพระโปฏิสละก็ได้บรรลุเป็นพระอรหันต์

นี่ในครั้งพุทธกาล พระโปฏิสละจึงเป็นตัวอย่งที่ดี พระโปฏิสละในสมัยนี้จะมีหรือไม่นั้น ผู้เขียนไม่ทราบ แต่นายโปฏิสละและนางโปฏิสละคงหาได้ไม่ยากเลย เรื่องมานะทิฏฐิไม่ใช่จะเกิดขึ้นจากการเรียนมากรู้มากเพียงอย่างเดียว ยังเกิดขึ้นจากตระกูลเกิดขึ้นจากทรัพย์สมบัติมาก เกิดขึ้นจากยศถาบรรดาศักดิ์เกิดขึ้นจากหน้าที่การงาน ทางที่จะเกิดมานะทิฏฐิยังมีอีกมาก แม้ลาภ ยศ สรรเสริญ สุข ถ้าไม่มีปัญญารู้อบเอาไว้ก็ทำให้เกิดมานะทิฏฐิได้เช่นกัน

# ความเข้าใจที่สมคณ

เคยได้ยินได้ฟังจากนักปฏิบัติหลายท่าน แต่ละท่านยังไม่  
แน่ใจในอุบายการปฏิบัติของตน จึงได้ถามว่าจะปฏิบัติอย่างไร  
จึงจะเป็นแนวทางที่ถูกต้องต่อมรรคผลนิพพาน ไม่ต้องคดโค้งให้  
เสียเวลา คำถามอย่างนี้ก็เคยได้ถามครูอาจารย์มาแล้วหลายองค์  
แต่ละองค์ก็ได้ตอบทางที่ตรงให้ท่านได้อยู่แล้ว ถ้าไปถามถึง  
๑๐ องค์ ก็จะได้รู้อุบายทางสายตรง ๑๐ สาย เมื่อเป็นใน  
ลักษณะนี้จึงเกิดความสับสนในวงการนักปฏิบัติกันอยู่มาก จึงเกิด  
ความไม่แน่ใจว่าอะไรผิดอะไรถูก อะไรเป็นทางอ้อมอะไรเป็น  
ทางตรง ความมั่งงงความไม่แน่ใจในอุบายที่ปฏิบัติอยู่ ก็เกิด  
ความสงสัยว่าอุบายที่เราปฏิบัติอยู่ขณะนี้ถูกต้องหรือยัง เมื่อ  
เกิดความสงสัยในข้อปฏิบัติอยู่อย่างนี้ การที่จะหุ่มเทกกำลัง

ความพากเพียรลงให้เต็มที่ก็ยังไม่กล้าที่จะตัดสินใจตัวเอง เป็นในลักษณะจตๆ จ้องๆ คือความไม่แน่ใจ ไม่มีความจริงจังในการปฏิบัติธรรม เมื่อมีความลังเลสงสัยในข้อวัตรปฏิบัติอยู่อย่างนี้ จะมีความล่าช้าในการปฏิบัติ จะไม่ไปถึงไหน ในที่สุดก็จะมีกิเลสแทรกซ้อนขึ้นมาว่าวาสนาบารมียังไม่พอแก่มรรคผล จึงกลายเป็นคนที่สิ้นท่าปราศไปอย่างน่าเสียดาย แทนที่จะเข้ากระแสธรรมในชาตินี้ก็กลายเป็นผู้สร้างบารมีเพื่อชาติอนาคต่อไป

นักภาวนาปฏิบัติจึงต้องมีปัญญาเป็นของตัวเอง มีความฉลาดความสามารถและมีเหตุผลเป็นของตัวเอง เพื่อวินิจฉัยชี้ขาดในอุบายการปฏิบัติให้ชัดเจน ให้เข้าใจในขั้นตอนการปฏิบัติธรรม เมื่อกำลังเรายังไม่พอที่จะทำให้ถึงที่สิ้นสุดแห่งทุกขได้ในชาตินี้ เราก็มียุทธวิธีปฏิบัติที่ถูกต้องมั่นคง มีความเพียรอย่างต่อเนื่องอยู่เสมอ ฉะนั้น การใช้ปัญญาวินิจฉัยในอุบายธรรม จึงเป็นหลักให้รู้จักเลือกเฟ้นธรรมโดยตรง และเป็นหลักสร้างความมั่นคงหนักแน่นให้แก่ตัวเอง ในเบื้องต้นเราต้องดูแบบอย่างจากท่านผู้รู้ ศึกษาให้เข้าใจในขั้นพื้นฐานจนเกิดความมั่นใจว่าอุบายนี้ถูกต้องที่สุดแล้ว จึงนำเอาอุบายนี้มาปฏิบัติด้วยความจริงจัง และมีเหตุผลเป็นของตัวเองอย่างแยกกาย ดังคำว่า “ตนแลเป็น

ที่พึ่งของตน” ก็พึ่งความสามารถของตน พึ่งเหตุผลของตนเป็นเครื่องตัดสินใจ เพื่อตัดปรามาสคือความไม่แน่ใจให้หมดไป ไม่ต้องลุ่มๆ คลำๆ ในข้อวัตรปฏิบัติของตัวเองทำให้เสียเวลา เพราะความลุ่มคลำจึงทำให้ไม่กล้าตัดสินใจ

เราเป็นนักปฏิบัติ จงมองดูอะไรให้รอบด้าน จะเป็นสิ่งภายนอกหรือสิ่งภายใน ต้องใช้ปัญญาพิจารณาให้รู้เห็นเป็นไปในสังขาร เพราะทุกอย่างมันเป็นหลักความจริงอยู่ในตัวอยู่แล้ว จึงไม่มีใครในโลกนี้จะมาแก้ไขได้เลย และไม่อยู่ในอำนาจของใคร จะบังคับให้เป็นไปตามใจชอบไม่ได้ เช่น ความแก่ ความเจ็บ ความตาย ซึ่งเป็นไปตามธรรมชาติของเขา จะเอาอะไรมาค้ำจุนอุดหนุนให้มันทรงตัวอยู่ตลอดไป จึงเป็นสิ่งที่เหลือวิสัยที่จะเป็นไปได้ ถึงจะมีความอาลัยอาวรณ์ห่วงใยสักปานใด ก็ไม่สมกับความต้องการของเรา เพราะในโลกนี้ไม่มีอะไรที่สมปรารถนา เราพยายามจะทำให้สมความตั้งใจ แต่ก็มีผิดหวังมาตลอด ดังพระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้ว่า “ปรารถนาในของสิ่งใด ไม่ได้มาตามความต้องการก็เป็นทุกข์”

ฉะนั้น ขอให้เราใช้ปัญญาพิจารณาตรวจตราดูความต้องการของเรา หรือบางอย่างอาจได้มาตามความต้องการอยู่บ้าง เมื่อ



ได้มาตามความต้องการจริง เราจะยึดเอาความสุขกับสิ่งเหล่านี้  
ไปนานเท่าไร ไม่กี่วันเดือนปี เราก็จะมีความสุขเกิดขึ้นกับ  
สิ่งเหล่านี้อย่างแน่นอน

ฉะนั้น เรามีอะไร ได้อะไรมา อย่าเพิ่งปักใจว่าสิ่งนี้เป็น  
ของเราที่แน่นอน จริงอยู่ในแง่สมมติโลกที่มีความนิยมกัน แต่  
นักปฏิบัติผู้ที่มีปัญญารู้รอบภายในใจ ถึงจะมีอะไรเกิดขึ้น  
หรือได้อะไรมา ก็ต้องพิจารณาดูปัญหาที่จะต้องเป็นผลติดตาม  
เพราะทุกอย่างย่อมมีปัญหายุ่งในตัว เราต้องใช้ปัญญาเตรียมตัว  
วางแผนไว้เสียแต่ต้นมือ เพื่อหาช่องทางหลบตัวเอาไว้ ให้เป็น  
อุบายบรรเทาทุกข์อยู่ในตัว ถึงสิ่งนั้นจะเป็นทางโลก แต่เราก็มา  
มีทุกข์อยู่ในโลกนี้มิใช่หรือ คนที่มีความทุกข์กายความทุกข์ใจ  
ร้องไห้แทบน้ำตาจะเป็นสายเลือด ก็เพราะมาหลงโลกนี้ทั้งนั้น

ฉะนั้น ผู้จะหนีจากโลกต้องรู้ความเป็นอยู่ของโลกให้  
ทั่วถึงว่า โลกนี้มีอะไรบ้างที่เราจะต้องเอาและมีอะไรบ้างที่เรา  
จะมาติดใจใฝ่ฝัน เพราะสิ่งเหล่านั้นล้วนแล้วแต่เป็นของที่  
ลวงตาลวงใจ จะเอาอะไรเป็นของส่วนตัวที่แน่นอนไม่ได้เลย  
เพราะวัตถุของโลกนั้นย่อมมีการเปลี่ยนไปตามกฎอนิจจัง ไม่คงที่  
ดังมีคนแสดงความผิดหวังกับสิ่งที่เสียไป มีน้ำตาไหลนองหน้า

โศกเศร้าเสียใจ นี่คือการทุกข์ที่เป็นผลต่อเนื่องมาจากการยึดถือ เป็นเหตุ ถ้ายึดในสิ่งไหนมากเกินไป ก็ทำให้เป็นทุกข์มากเท่านั้น

นี่เราเกิดมาอาศัยโลกอยู่ ต้องให้รู้จักโลกให้ดี ต้องใช้สติ ปัญญาพิจารณาดูโลกให้ชัดเจน เช่น วัตถุธาตุที่มีอยู่ในโลก มีส่วนไหนบ้างที่เป็นของของเราที่จะเอาติดตามตัวไป เราต้องพิจารณาให้ดีมีเหตุผลเป็นเครื่องตัดสิน เพราะทุกอย่างเป็นเพียงวัตถุที่อาศัยชั่วคราว จะเอาอะไรเป็นส่วนตัวที่แน่นอน ไม่ได้เลย ดังเราได้เห็นกันในที่ทั่วไป ทุกคนย่อมมีความเข้าใจว่า สิ่งใดที่เป็นกรรมสิทธิ์ของตัวเองแล้ว จะยึดถือเอาแบบลุ่มหลวม ทำอย่างแนบแน่น โดยไม่ใช้ปัญญาพิจารณาในเรื่องความไม่เที่ยง และไม่ได้พิจารณาความเป็นอนัตตา คือสูญสลายไปไม่มีอะไรเป็นของของเรา มีแต่จะเอาจะยึดโดยถ่ายเดียว เมื่อของสิ่งนั้นได้สูญสลายไปตามกาลเวลา น้ำตาจึงได้ไหล ตั่งหลักใจไม่ได้เลย

# อยู่ในโลกอย่างไร

นักปฏิบัติจึงต้องเป็นผู้รอบคอบ มีเหตุผลเป็นเครื่องวินิจฉัย เพื่อบรรเทาความเดือดร้อนใจความทุกข์ใจให้เบาลง เหมือนกับการเข้าดงเข้าป่า ต้องสังเกตในการเดิน หรือผูกโบว์เอาไว้เป็นเครื่องหมาย เมื่อออกจากดงจากป่า ก็มาตามเครื่องหมาย ไม่งั้นนั่น ก็จะวณอยู่ในป่าโดยหาช่องทางออกไม่ได้เลย นี่ฉันใดขณะนี้เรากำลังเที่ยววณอยู่ในโลกนี้มานาน ยังหาช่องทางที่จะออกจากโลกนี้ไม่พบ ถึงจะผ่านประตูทางออกหลายครั้ง แต่ก็ไม่มีความสติปัญญาให้เห็น คำว่าประตูออกจากโลกนั้นคือไตรลักษณ์ที่เป็นหลักประกันตามความเป็นจริง นี่เป็นเครื่องหมายในเส้นทางของผู้จะหนีไปจากวัฏสงสาร นี่เป็นศูนย์รวมของโลกทั้งสาม คือ กามโลก รูปโลก อรูปโลก ย่อมรวมอยู่ในไตรลักษณ์นี้

แห่งเดียว การพิจารณาโลกทั้งสามนี้ ให้เน้นหนักเฉพาะกามโลก เป็นสิ่งสำคัญ เพราะกามโลกเป็นจุดใหญ่ที่สัตว์โลกให้ความสนใจเป็นพิเศษ

กามโลกนั้นก็ไต่แบ่งแยกออกไปเป็นภพภูมิต่างๆ มีจำนวนมาก เช่น เทวโลก มนุษยโลก สัตว์โลก เปรตโลก แต่ละโลก ดังที่กล่าวมานี้ก็ยังมีปลีกย่อยออกไปเป็นจำนวนมาก และก็รวมอยู่ในไตรลักษณ์ คือ ทุกขัง มีชีวิตความเป็นอยู่แบบทรมาณใจ ทรมาณกาย ไม่มีอิสระเสรีภายในกายและใจ อดทนต่อความเป็นอยู่ได้ยาก จำเป็นต้องวิ่งเต้นขวนขวายดิ้นรนเพื่อเอาตัวรอดเป็นวันๆ ไป เฉพาะมนุษย์และสัตว์ดิรัจฉานที่มีรูปเป็นส่วนหยาบ ย่อมมองเห็นได้ด้วยตาเนื้ออย่างชัดเจน นั่นคือกิริยาอาการแสดงออกมาทางกาย ในการกระทำ

ถ้าผู้มีความฉลาดอยู่ในตัวอยู่บ้าง ก็พอมีทางแสวงหาเอา วัตถุประสงค์เพื่อมาอุดหนุนบำรุงให้ร่างกายนี้ทรงตัวอยู่ได้ แต่ก็ยังไม่ราบรื่นเสมอกันทุกราย เพราะเหตุปัจจัยส่วนอย่างอื่นที่จะทำให้เกิดความทุกข์มีอยู่มาก เช่น บางท่านมีเงินทองพอจะเลี้ยงชีวิตไปอีกนาน แต่ยังมีเหตุอย่างอื่นที่ทำให้เป็นทุกข์เกิดขึ้นได้ เช่น ปัญหาครอบครัวที่เป็นเหตุให้เกิดทุกข์ใจได้ นั่นคือความไม่เข้าใจ

กันในระหว่างผิวหนัง จึงเกิดความขัดแย้งกันในการคิดเห็น จนถึงกับลงไม้ลงมือมีความเจ็บกายเจ็บใจทั้งสองฝ่าย หรือไม่ทำตัวเป็นผิวหนังที่ไวใจได้ เมื่อฝ่ายหนึ่งแผลอกก็ชอบออกนอกบ้านเพื่อแสวงหาความสุขส่วนตัว หรือสาเหตุที่เกิดจากลูกหลานตัวเอง ความทุกข์ในครอบครัวเหล่านี้ถึงในชาตินี้เรายังไม่พบ แต่ชาติหน้าเมื่อเรายังมาเกิดในโลกนี้อีก เราต้องได้ประสบการณ์อย่างนี้แน่นอน หรือเหตุการณ์อย่างนี้ไม่มีในครอบครัว แต่ความทุกข์อย่างอื่นย่อมเกิดขึ้นได้ เช่น การเจ็บไข้ได้ป่วยด้วยโรคชนิดต่างๆ ดังเราได้เห็นผู้ที่มีอยู่มีกินในโรงพยาบาลเป็นจำนวนมาก คนนั้นเขาจะมีความทุกข์กายความทุกข์ใจหรือไม่ นี่ก็ให้เราได้พิจารณาดูให้รื้อรอบ เพื่อจะให้จิตได้รู้เห็นในภพแห่งความเกิด ให้พิจารณาดูชีวิตความเป็นอยู่ทั้งเราทั้งเขา มีความเป็นอยู่แบบทนได้ยากเหมือนกัน

# ความทุกข์ที่หลีกเลี่ยงไม่ได้

ความทุกข์ที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ นั่นคือสภาวะทุกข์ที่เป็นทุกข์ประจำชั้นถึงคนนั้นจะมีความเป็นอยู่อุดมสมบูรณ์ด้วยทรัพย์สมบัติและเพียบพร้อมด้วยกามคุณอยู่ก็ตาม สภาวะทุกข์ย่อมแสดงตัวขึ้นที่ชั้นอยู่เสมอ เช่น รูปชั้นที่จิตยังครองร่างอยู่ ย่อมปรากฏความทุกข์ขึ้นที่กายที่ใจ เพราะกายใจเป็นสถานที่รองรับทุกข์และเป็นบ่อเกิดแห่งความทุกข์อีกด้วย ถึงไม่มีใครปรารถนา แต่จำเป็นก็ต้องได้รับ เพราะเป็นธรรมชาติที่มีอยู่กับตัว ถึงจะพยายามทุกวิถีทางที่จะทำให้ความทุกข์ดับไป แต่ก็ไม่สำเร็จ เช่น แสงหากามคุณ คือ รูป เสียง กลิ่น รส โภภฏัพพะ มากลบเอาไว้ แต่ก็ไม่มีใครในโลกนี้ปิดบังทุกข์ไว้ได้ เพราะทุกข์เป็นสัจธรรมประจำธาตุชั้นและเปิดเผยกับตัวเองอยู่ทุกวันคืน จะยืน เดิน นั่ง นอน

ในอิริยาบถต่างๆ นั้นเป็นเพียงหลบหลีกทุกข์ชั่วคราวเท่านั้น และไม่มีอิริยาบถใดมีความสุขที่แน่นอน เช่น ยืนนานก็เป็นทุกข์ เดินนานก็เป็นทุกข์ นั่งนานก็เป็นทุกข์ นอนนานก็เป็นทุกข์

เราจะหาเอาความสุขจากธาตุชั้นธมาจากที่ไหน ในที่สุด ก็คว้าเอา รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ มากลบทุกข์ไว้ชั่วคราวเท่านั้น แทนที่จะเป็นผลดีกลับยิ่งเพิ่มความทุกข์ให้เกิดความรุนแรงขึ้น เหมือนกับการดับไฟ จะหาขี้เลื่อยหาแกลบมากลบบไฟเอาไว้ แทนที่ไฟจะดับไป กลับเป็นเชื้อของไฟได้เป็นอย่างดี เมื่อไฟคุกรุ่น ขึ้นมาก็เอาแกลบกลบไว้อีก นี่คือนิผลลาดในการดับไฟ นี่ฉันทิเด เรืองไปเอา รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ มาดับจิตที่เป็นทุกข์ จึงเป็น เพียงกลบทุกข์เอาไว้ เป็นอุบายเปลี่ยนอารมณ์ของจิตที่มีทุกข์ได้ ชั่วคราว ในที่สุดอายตนะภายนอกก็จะกลายเป็นเชื้อแห่งความทุกข์ อย่างดี เพราะการสัมผัสในอายตนะจึงทำให้เกิดความดีใจเสียใจ เป็นไฟเสริมราคะ เป็นไฟเสริมโทสะ เป็นไฟเสริมโมหะ ให้เกิด ความรุนแรง ฉะนั้น พระพุทธเจ้าจึงได้ตรัสไว้ว่า การไม่สำรวมตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ให้ออกไปเกาะเกี่ยวอยู่กับ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ จึงเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ขึ้นที่ใจ ฉะนั้น ความเกิดจึงมีทุกข์และเป็นช่องทางให้ทุกข์อื่นที่จรมา

ได้รวมตัวเป็นทุกข์ขั้นที่ใจ ขอให้พิจารณาด้วยปัญญาเพื่อความรู้  
ยิ่งเห็นจริง

ส่วนความแก่ ความเจ็บ ความตาย ที่เป็นทุกข์ ก็เป็นสิ่งที่  
หลีกเลี่ยงไม่ได้ ถึงจะกลัวสักปานใดก็หนีไม่พ้น เพราะความเกิดได้  
ก่อนขึ้นไว้แล้ว ความแก่ ความเจ็บ ความตาย มันเป็นผลต่อ  
เนื่องมาจากความเกิด ถ้าปิดความเกิดได้อย่างเดียว ความทุกข์  
ในสามภพก็หมดสภาพไป ฉะนั้น นักภาวนาปฏิบัติผู้ที่ไม่ต้องการ  
ความเกิด ผู้ไม่ต้องการความทุกข์ ก็ต้องพิจารณาความเกิด  
พิจารณาความทุกข์ให้รู้เห็นในชาติปัจจุบัน เพื่อบั่นทอนถอน  
อุปาทานความยึดหมายในชาติอนาคตให้หมดไป จึงตัดกระแส  
ความห่วงใยอันเป็นปัจจัยให้เกิดภพเกิดชาติด้วยสติปัญญาที่  
คมกล้าเฉียบแหลม จึงเรียกว่า “อนาลโย ไม่มีความห่วงอาลัย  
ผูกพันกับของสิ่งใดในโลก” ทำลายสถานที่เกิดและดับมูลเชื้อที่  
จะพาให้เกิดจึงเป็น “สมุลล์ ตณห์ อพฺภุยกฺข” จึงเป็นผู้ถอนต้นหา  
กับทั้งมูลรากได้แล้วอย่างสิ้นเชิง” นี่เป็นจุดสุดท้ายที่นักปฏิบัติ  
จะต้องได้ต้องถึง

ส่วนแนวทางปฏิบัติที่จะได้บรรลุถึงจุดนี้ เราต้องคู่ต้นทาง  
ไว้ให้ดี ตั้งหลักสัมมาทิฏฐิคือความเห็นชอบด้วยปัญญาไว้



ให้ตรง จับหลักสัจธรรมคือความจริงไว้ให้มั่นคง ถึงกระแสนโลกจะพัดพาเราหมุนตัวไปทางที่ต่ำ แต่เราก็ตั้งใจทวนกระแสนโลกเอาไว้ อย่าปล่อยใจให้ไหลไปตามกิเลสตัณหา พยายามใช้ปัญญาพิจารณาให้รู้เห็นทุกข์และเหตุที่ทำให้เกิดความทุกข์อยู่เสมอ เพราะความทุกข์ พระพุทธเจ้าได้ถือว่าเป็นหลักใหญ่ และเป็นหลักสำคัญในการปฏิบัติธรรม ดังเราทั้งหลายได้รู้แล้วว่า พระพุทธเจ้าตรัสรู้อริยสัจสี่ มีทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค เพียงเท่านี้ นักปฏิบัติก็พอจะรู้ความหมาย ให้เอาแต่ละข้อมาวินิจฉัยใคร่ครวญก็จะรู้จักอุปายแนวทางอย่างชัดเจน

# त्मทุกข์และเหตุให้เกิดทุกข์ ได้ด้วยมโน

เรื่องความทุกข์ พระพุทธเจ้าจึงได้เอามาเป็นจุดเริ่มแรก เพราะเป็นส่วนหยาบที่ปรากฏอยู่ที่กาย อยู่ที่ใจ และเป็นผลต่อเนื่องมาจากความเกิด นับแต่เราเกิดมาจนถึงปัจจุบันมีความทุกข์กาย มีความทุกข์ใจเป็นอย่างไร เนื่องจากเหตุปัจจัยอะไรที่ทำให้กาย ให้ใจได้เป็นทุกข์ เราก็คงต้องใช้ปัญญาตรึกตรองดูบ้าง ถ้าไม่รู้เห็นทุกข์ที่มีอยู่ที่กายที่ใจตัวเอง เราจะไปรู้เห็นเหตุให้เกิดทุกข์ไม่ได้เลย ถ้าไม่รู้เหตุให้เกิดทุกข์ ความทุกข์ในการเกิดก็จะมีต่อไป นักปฏิบัติต้องเข้าใจในจุดนี้ให้มาก เพราะเป็นจุดที่จะววนกลับมาเกิดเป็นภพเป็นชาติ คำว่าวิภูฏะ แปลว่าการหมุน ก็มาหมุนตัวกลับตรงนี้ อวิชชา คือความไม่รู้เหตุที่จะหมุนตัวไปในชาติ

อนาคต ก็อยู่ตรงนี้ เมื่อวิชาคือความไม่รู้เหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ จึงได้หลุดเข้าไปในกระแสแห่งความเกิดเป็นภพชาติต่อไป ก็อยู่ตรงนี้ จุดนี้จึงเป็นหัวเลี้ยวหัวต่ออย่างสำคัญ ฉะนั้น เรื่องเหตุให้เกิดทุกข์จึงมีความละเอียดอ่อน จะรู้เห็นได้ด้วยปัญญาญาณที่ละเอียด และตัดเหตุให้ขาดไปได้ด้วยปัญญาที่คมกล้า ถ้าตัดเหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ขาดไปจากใจได้ ก็เท่ากับตัดกระแสของวิญญูหรือความหมุนเวียนให้หมดไป

การปฏิบัติเพื่อรู้แจ้งเห็นจริงในอริยสัจสี่ต้องมีสติปัญญาที่เฉียบแหลม วิจัยวิเคราะห์ในเหตุผลให้เข้าใจให้ถูกต้องตามความเป็นจริง การพิจารณาทุกข์และพิจารณาเหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ อุบายที่จะปฏิบัติเพื่อดับเหตุแห่งความทุกข์ก็ต้องศึกษาให้เข้าใจ วางพื้นฐานแนวทางปฏิบัติไว้ให้ตรง ส่วนนิโรธเป็นผลครั้งสุดท้ายไม่จำเป็นจะเอามาวิจารณ์ เพราะเป็นธรรมที่เป็นปัจเจกตั้งรู้เฉพาะตน เมื่อถึงจุดที่อิมัตถ์เต็มที่แล้วเมื่อไร นิโรธคือธรรมที่ลบล้างกิเลสก็จะปรากฏแก่นักปฏิบัติเอง ถึงผู้นั้นไม่เคยศึกษา ไม่เข้าใจในความหมายของนิโรธมาก่อนก็ไม่เป็นปัญหา เหมือนกับที่สุดของเส้นทางเป็นอย่างไร เราไม่ต้องกังวล ไม่ต้องคาดหมายว่าเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ เมื่อเราเดินตามทางตรงไป

อยู่แล้ว ความสิ้นสุดของเส้นทาง เราจะเป็นผู้รู้เองเห็นเองโดยไม่ต้องถามใครว่าความสิ้นสุดของเส้นทางเป็นอย่างไร นี่ฉันทาคำว่านิโรธ คือความดับทุกข์เป็นอย่างไร กิเลส ตัณหา อวิชชาหมดไปจากใจเป็นลักษณะอย่างไร ความบริสุทธิ์ที่ไม่มีภพชาติเป็นที่เกิดอีกต่อไปจะอยู่กันอย่างใด ก็เป็นสิ่งที่ไม่ควรคาดหมายทั้งสิ้น ฉะนั้น นิโรธ คือความดับทุกข์ เมื่อท่านได้บรรลุถึงภูมิธรรมของพระอรหันต์แล้วเมื่อไร ในวินาทีนั้นท่านจะเป็นผู้รู้เอง ไม่ต้องไปถามใครๆ ทั้งสิ้น

ข้อสำคัญคือการปฏิบัติให้ตรงต่อองค์มรรค แม้สติปัญญา ๔ มีกาย เวทนา จิต ธรรม ก็มารวมอยู่ในองค์มรรคทั้งสิ้น ถึงองค์มรรคทั้ง ๗ ข้อมี สัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจา สัมมากัมมันโต สัมมาอาชีโว สัมมาวายาโม สัมมาสติ สัมมาสมาธิ ก็อาศัยสัมมาทิฐิคือปัญญาที่เห็นชอบเป็นสิ่งควบคุม หรือเป็นพลังหนุนมรรคข้ออื่นให้เป็นสัมมาอย่างชอบธรรม เหมือนการขับรถ ขับเครื่องบิน ถ้าผู้ขับรู้เส้นทางเพียงคนเดียวเท่านั้น ก็สามารถนำรถนำเครื่องบินพร้อมทั้งคณะไปถึงที่จุดหมายปลายทางได้อย่างปลอดภัย นี่ฉันทา สัมมาทิฐิ คือปัญญาความเห็นชอบ ความเห็นจริง ความเห็นตรงต่อหลักสัจธรรม จึงเป็นเข็มทิศ

ชี้จุดที่ถูกต้องให้แก่นรคข้ออื่นๆ อย่างเป็นธรรม สัมมาสังกัปป การดำริพิจารณาใคร่ครวญในเหตุปัจจัย ก็เป็นไปตามหลักความจริงโดยชอบธรรม

นี่คือปัญญาความเห็นชอบ จึงเป็นองค์กรที่สำคัญ การพิจารณาความทุกข์ที่มีอยู่กับตัวเองหรือความทุกข์ที่มีกับคนอื่นสัตว์อื่นก็ให้รู้เห็นเป็นสภาพเดียวกัน จะเป็นปวดหัวปวดฟัน ปวดในร่างกายส่วนต่างๆ หรือทุกข์เพราะการเจ็บไข้ได้ป่วยในโรคนานาชนิด ทั้งนี้ก็เนื่องมาจากความเกิดทั้งนั้น ทุกข์ในการเกิดมีอะไรบ้าง ขอให้ท่านใช้ปัญญาพิจารณาตามความสามารถ ด้วยสติปัญญาของท่าน เพื่อเป็นอุบายสอนจิตให้จิตได้รู้เห็นตามความเป็นจริง และท่านนั้นแหละจะเกิดความกลัวในทุกข์ในการเกิด ถ้าเพียงมาเอาความรู้จากผู้เขียน คอยเอาความเข้าใจจากผู้เขียน จะไม่เป็นปัจจัยตัดตั้ง คือความรู้เห็นเฉพาะตัวท่านเลย ฉะนั้น ผู้เขียนจึงมีความต้องการให้ท่านพึ่งสติปัญญาของตนเอง ความรู้ทุกข์เห็นทุกข์ด้วยปัญญาท่านนั้นแหละ จึงจะมีความเบื่อหน่ายในการเกิด และจึงจะมีช่องทางตัดกระแสแห่งความเกิดอย่างง่ายดาย

# ฝึกฝนหัวใจฉลาดเหนือ กิเลสตัณหา

เหตุที่จะเกิดเป็นภพชาติมีจำนวนมาก แต่จะอธิบายอย่างย่อๆ เพียง ๓ เหตุเท่านั้น คือ กามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา นอกจากนั้นให้ท่านช่วยฝึกปัญญาตัวของท่านเอง เปรียบเหมือนผู้เขียนได้มอบมิตและหินให้แล้ว การลับมิตที่จะให้มีคมกล้าก็ให้ท่านลับเอง และใช้มีดฟันอะไรให้ขาดด้วยคมมีดของตัวเอง หรือเปรียบเหมือนกับครูได้มอบปากกากับกระดาษให้แล้ว ต้องฝึกเขียนด้วยตนเอง ในครั้งแรกตัวหนังสือจะไม่สวยงาม สะกดการันต์ไม่ถูก สำนวนในการเขียนไม่กลมกลื่นกัน เราก็พยายามฝึกเขียนจนเกิดความชำนาญ ฝึกเขียนบ่อยๆ ทุกอย่างจะเรียบร้อยไปเอง หรือฝึกอ่านหนังสือ อ่านทีแรกก็ตะกุกตะกัก

ผิดๆ ถูกๆ ฝึกอ่านบ่อยๆ สังเกตตัวหนังสือ สังเกตข้อความที่อ่าน ไม่นานก็จะอ่านหนังสือได้รวดเร็วและถูกต้อง หรือฝึกงานอย่างอื่น ก็ต้องมีความตั้งใจเป็นสิ่งสำคัญ งานนั้นๆ ก็จะสำเร็จได้อย่างรวดเร็ว นี่ฉันใด การใช้ปัญญาพิจารณาเหตุแห่งความเกิดที่ยกขึ้นไว้เป็นหลักใหญ่ ๓ ประการ นั้นคือเรื่องของตัณหา ที่เป็นเหตุพาให้เกิดเป็นภพเป็นชาติ และเป็นเหตุที่กวนหมุนเวียนอยู่ในภพทั้งสาม นั้นคือ กามตัณหา ภวตัณหา และวิภวตัณหา กามตัณหา นั้นแยกออกเป็นสองประเภท คือ

### ๑) วัตถุกาม

### ๒) กิเลสกาม

วัตถุกามนั้นคือวัตถุกุสมบัติที่เรามีความผูกพันยินดี ให้พิจารณาเฉพาะที่เป็นส่วนของตนเท่านั้น เพราะเราจะแก้ตัณหาตัวเองที่ยังมีความอยากที่ติดอยู่ในวัตถุเหล่านั้นให้ผ่อนคลายจากใจไป การพิจารณาวัตถุแต่ละอย่าง ก็ให้ลงสู่หลักสังขธรรม คือ ทุกขัง อนิจจัง อนัตตา การพิจารณาทุกขังเกี่ยวกับวัตถุก็ให้ดูจิตที่มีความยึดถือในวัตถุนั้นในหลักความจริง ให้พิจารณาว่าวัตถุนั้นไม่มีอะไรเป็นของของเราที่แน่นอน ถ้าเรามีความยินดี จิตมีความผูกพันในวัตถุนั้นมากเกินไป เมื่อวัตถุนั้นหายไปฉิบหายไป

ด้วยวิธีใด ความทุกข์ใจที่มีความอาลัยในวัตถุนั้นๆ ก็จะทำให้เกิด  
ความพิโรธรำพันร้องไห้ เกิดความเสียใจ ทุกข์ใจ เป็นลมล้มไปโดย  
ไม่มีสติรู้ตัว นี่ก็เป็นความทุกข์ที่เกิดขึ้นจากผู้ไม่เคยพิจารณาให้  
จิตได้รู้เห็นตามหลักความจริง



# จะหาความสุขจากกามไม่พบ

คำว่ากิเลสกามนั้น คือจิตมีความยินดีความผูกพันอยู่กับกามคุณ มีรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ จิตมีความรัก จิตมีความใคร่ จิตมีความกำหนัดเป็นอารมณ์ จิตมีความต้องการอยู่กับกามคุณนี้ เมื่อจิตมีความฝักใฝ่อยู่ในกาม การแสวงหาเพื่อกามก็พยายามดิ้นรนทุกวิถีทาง ความต้องการของจิตที่ลุ่มหลงอยู่ในกิเลสกามนี้ย่อมมีประจำโลก ส่วนพระพุทธเจ้า พระอรหันต์ทั้งหลายที่ท่านเข้าสู่นิพพานไปแล้ว ในครั้งแรก ท่านก็มีมีความยินดีอยู่กับวัตถุกาม กิเลสกาม เหมือนกันกับพวกเราทั้งหลาย แต่ท่านมีสติปัญญาที่ฉลาด จึงได้ตัดขาดออกจากความอยากของกามนี้ไป นี่เราเป็นนักปฏิบัติต้องเตรียมตัวเตรียมใจ ใช้สติปัญญาหยั่งลงสู่หลักสัจธรรมเพื่อลบล้างความเข้าใจเดิมที่มีความผูกพันอยู่

ในกาม ถอนความยึดมั่นของจิตที่หลงผิด ติดอยู่ในวัตถุกาม  
กิเลสกาม ด้วยความพยายามเต็มที่ ให้จิตมีความรู้เห็นโทษ  
รู้เห็นทุกข์ รู้เห็นภัย ให้รู้เห็นความเสียหายที่เกิดขึ้นจากกามคุณ  
อย่างชัดเจน

นี่เป็นเพียงอุบายส่วนย่อยในหลักการพิจารณา เหมือน  
กรุยแนวทางเพื่อให้ท่านได้ใช้ปัญญาโดยพิสดารต่อไป ปัญญา  
พิจารณาได้มากน้อยเท่าไร นั่นคือเป็นปัญญาของเราโดยตรง  
ความรู้ ความฉลาด ความเฉียบแหลม ความรู้รอบในสรรพกิเลส  
ทั้งหลายที่มีอยู่ในใจ ก็จะใช้ปัญญาที่เราสร้างขึ้นมานี้เองเป็น  
อาวุธ เพื่อสังหารกิเลสตัณหาให้หมดไปจากใจ นี่คือผู้ฉลาดใน  
การปฏิบัติธรรม ไม่จำเป็นจะต้องไปยืมความรู้ความฉลาดจากใคร  
เพราะสติปัญญาความสามารถของเราก็มีกำลังพอตัว จึงเป็น  
ผู้พร้อมที่จะออกสู้สนามรบต่อสู้กับศัตรูคือกิเลสตัณหาให้หมด  
ไปจากใจอย่างง่ายดาย

คำว่าภวตัณหา คือจิตมีความยินดีอยู่ในภพที่เกิด ไม่อยาก  
เปลี่ยนแปลงจากภพเดิมนี้ไป เคยอยู่กับชาติภพอะไรก็อยากอยู่  
กับภพชาตินั้นๆ ต่อไป มีความยินดีผูกพันอยู่ในภพนั้นๆ ไม่มีวัน  
จืดจาง ถ้าเป็นภพชาติที่เป็นมนุษย์ ก็อยากอยู่ในภพชาติที่เป็น

มนุษย์นี้ตลอดไป ใครจะว่าภพชาติของสวรรค์พรหมโลกมีความสุขดีกว่านี้ก็ไม่สนใจ ตัวเองมีความเป็นอยู่อย่างไรก็อยากอยู่ไปตามภพเดิม หรือมีเหตุที่จะตายจากภพที่เป็นมนุษย์นี้ไป จิตก็มีความผูกพันยึดหมายอยู่กับอย่างใดอย่างหนึ่ง เช่น ลูกหลานหรือวัตถุสมบัติที่ตัวเองมีความยินดี เพื่อให้มาเกิดในตระกูลนี้อีกต่อไป ตัวเองมีลาภ ยศ สรรเสริญ สุข ในกามคุณอย่างไร ใจก็มีความยินดีผูกพันอยู่กับลาภ ยศ สรรเสริญ สุข นั้นๆ หรือตัวเองมีความพร้อมด้วย “สุวรรณตา สุธรรตา สุธสนฐานํ สุรูปตา อาธิกิจจंपริวารโ” ก็มีความปรารถนาอยากจะมีความเป็นอยู่อย่างเดิม

หรือเทวดาที่มีความสุขในภพที่เป็นทิพย์ เขาก็มีความยินดีอยากจะอยู่ในภพที่เป็นทิพย์ตลอดไป แต่ภพของพวกเขาเทมมีส่วนที่จำกัดตามบุญกุศล ถึงอยากจะอยู่ในโลกที่เป็นทิพย์ตลอดไป นั้นเป็นเพียงความอยากอยู่ในภพที่ตัวเองมีความยินดี อนิจจัง จึงไม่มีใครมีความสมหวัง ไม่สมความปรารถนาตามความอยากของตน จำเป็นต้องได้พลัดพรากจากของรักของชอบใจไป การเปลี่ยนจากภพเดิมไป เพราะมีโมหะ อวิชชา ปิดบังจิตเอาไว้ จะไปตกอยู่ภพไหนก็กรรมพาให้เป็นไป เมื่อได้เกิดในภพใหม่ไปแล้ว ความหลงในภพเดิม ความไม่รู้ในภพเดิมก็หมดไป มีแต่

ความพอใจยินดีในภพที่เกิดในชาติปัจจุบันเท่านั้น นี้ผู้เขียนเพียงชี้แนะแนวทางให้เท่านั้น ส่วนการใช้ปัญญาพิจารณาให้รู้เห็นในภพที่เรากำลังหลงอยู่ ก็ให้เราพิจารณาใคร่ครวญดูด้วยปัญญาของตัวเอง เพื่อให้จิตได้รู้เห็นตามความเป็นจริงของชาติภพนั้นๆ

# ทัศนภาพให้เกิดทุกขตลอดไป

คำว่าวิภวตัณหา คือไม่ยอมไปเกิดในภพชาติที่ไม่ชอบใจ เช่น พวกเทพที่อยู่ในโลกที่เป็นทิพย์ เขาก็ไม่ยอมมาเกิดเป็นมนุษย์ หรือผู้ที่เกิดเป็นมนุษย์ในฐานะที่มีความอุดมสมบูรณ์ ที่มีความเพียบพร้อมด้วยกามคุณ เขาก็ไม่ยอมมาเกิดในตระกูลที่ต่ำต้อยยากจน หรือไม่ยอมเกิดเป็นคนพิกลพิการ เสียหุเสียดา มีอวัยวะที่ไม่สมประกอบในรูปร่างกลางตัว ไม่ยอมไปเกิดในภพของอบายภูมิ มีนรก เปรต อสุรกาย สัตว์ดิรัจฉาน ความไม่ยอมเกิดในภพที่ไม่ชอบใจนี้เอง จึงเรียกว่า วิภวตัณหา ถึงจะไม่ยอมเกิดในภพดังกล่าวก็จำเป็นจะต้องได้เกิด เมื่อตัวเองทำกรรมไว้ไม่ดี เมื่อกรรมชั่วส่งผลให้ไปเกิดในภพไหนก็ต้องไปตามกรรม ไม่มีสิทธิ์ที่จะเรียกร้องเอาตามใจชอบของตน

เหมือนคนที่ถูกคุมขังในตาราง จะเรียกร้องเอาอะไรตาม  
 ขอบใจไม่ได้ ที่อยู่หลับนอน อาหารการกิน จะไม่เป็นไปตาม  
 ความอยากของตัวเอง นี่ฉันใด ใจที่ได้รับผลของกรรมชั่วแล้ว  
 จะต้องได้รับผลของกรรมนั้นต่อไปจนกว่าจะหมดผลกรรมที่ทำไว้  
 นี่เป็นนิสัยของผู้ไม่มีปัญญา ไม่เข้าใจในเหตุผล อาศัยความอยาก  
 เป็นใหญ่ ต้องการแต่สิ่งที่ดีและชอบใจ แต่ไม่ประกอบกรรมดี  
 เอาไว้ เมื่อผลร้ายเกิดขึ้นก็เกิดความไม่ชอบใจ

ฉะนั้น ขอให้นักปฏิบัติทุกท่านได้ใช้ปัญญาพิจารณาให้จิต  
 ได้รู้เห็นในเหตุที่จะทำให้เกิดทุกข์ เพราะกามตัณหา ภวตัณหา  
 วิภวตัณหา ทั้งสามนี้จึงเป็นสถานที่ที่มวลมนุษยชาติเกิดมาในโลก  
 และสัตว์ดิรัจฉานทุกประเภทได้หมุนตัวไปตามความอยาก  
 สร้างเหตุให้เกิดความทุกข์ของภพชาติตลอดไป เหตุปัจจัยที่มี  
 การหมุนเวียนอยู่ในภพทั้งสามก็เนื่องจากตัณหาคือความอยาก  
 ตัวนี้เป็นเหตุ ถ้าดับเหตุนี้ได้แล้ว ภพทั้งสามก็หมดปัญหาไป

ที่ได้อธิบายถึงการใช้ปัญญาพิจารณาให้รู้เห็นเหตุให้  
 เกิดทุกข์ มีกามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา ที่กล่าวมาโดย  
 ย่อนี้ คิดว่าท่านพอจะเข้าใจในแนวทาง เพราะตัณหาทั้งสามนี้  
 เป็นวัฏจักรให้เราได้หมุนเวียนเปลี่ยนไป ความเข้าใจว่าตัณหา

พาให้เรามีความสุขนั้นเป็นความเข้าใจผิดของตัวเอง เราเคยใช้ปัญญาพิจารณาดูใหม่ว่า คนเราเกิดมาในโลกนี้มีใครบ้างที่ได้รับความสุขจากตัณหาที่แน่นอน ต้องพิจารณาด้วยปัญญาดูบ้าง เพื่อให้จิตได้เกิดความรู้สึกตัว แม้ตัวเราเองกำลังวิ่งตามตัณหาอยู่ในขณะนี้ เราได้พบความสุขของตัณหาหรือยัง

ขณะนี้เราไม่มีปัญญาจึงปล่อยให้ตัณหาลากตัวไป กิเลสตัณหาได้ลากตัวเราให้วนเวียนอยู่ในภพทั้งสามนี้มานาน และจะลากตัวเราให้ไปเกิดเอาภพเอาชาติต่อไปไม่มีที่สิ้นสุด เราจะปล่อยตัวให้กิเลสตัณหาลากตัวไปลากตัวมาอยู่อย่างนี้หรือ ทำไมจึงไม่ใช้ปัญญาพิจารณาดูความเป็นมา ความเป็นอยู่ และความเป็นไปในชาติภพของตัวเราบ้าง ในชาติภพที่ผ่านมาในอดีต เราได้วัตถุสมบัติของโลกอะไรบ้าง เพียงเกิดขึ้นมาแล้วหาอยู่หากินไปเป็นวันๆ เท่านั้น ไม่นานสังขารร่างกายก็แก่เจ็บตายทับถมในแผ่นดินไป จะเอาสมบัติวัตถุอะไรติดตามตัวไปไม่ได้เลย แม้ในชาตินี้ก็เลสตัณหาก็ลากตัวเองมาเกิดเอาภพเอาชาติอีก แล้วก็หาอยู่หากินไปเป็นวันๆ เช่นกัน ไม่นานสังขารก็แตกสลายตายไป เราจะได้วัตถุสมบัติของโลกอะไรติดตามตัวไปด้วย หรือจะไปเกิดเอาภพชาติในอนาคตอีก ก็จะเป็นเหมือนกันกับชาติภพที่ผ่านมา

จะว่าความทุกข์กายความทุกข์ใจก็เหมือนกัน มีความผันแปรเปลี่ยนแปลง ไม่มีอะไรเที่ยงพอจะอาศัยได้ มีแต่ความเป็นไปตามหลักอนิจจัง มีแต่ความสิ้นหวังไปตามๆ กัน ความเข้าใจว่าธาตุสี่ชั้นห้าห้าเป็นตัวตนของเรา หรือสิ่งอื่นที่เรามีความเข้าใจว่าเป็นของของเรา นี่เป็นเพียงความเข้าใจไปตามโมหะ อวิชชา ที่ไม่มีความรู้เห็นตามหลักสังขธรรม จึงเกิดความมั่นหมายยึดถือว่าเป็นตนและของของตนขึ้นมา คำว่าอนัตตา ความสิ้นเนื้อประดาตัวได้ประกาศความจริงอยู่แล้วอย่างเปิดเผย มีอยู่ตามป่าช้า ตามเมรุ ดั่งได้เห็นกันอยู่เป็นประจำ นั่นหรือที่ว่าเป็นอัตตาตัวตน ทุกคนก็ต้องไปในลักษณะอย่างเดียวกัน ถึงจะมีชีวิตครองร่างอยู่ก็ตาม อีกสักวันหนึ่งข้างหน้า คำว่าอัตตาตัวตนก็จะเป็นโมฆะไปนี้ขอให้พวกเราใช้ปัญญาพิจารณาดูความเป็นจริงเอาไว้บ้าง เพื่อเป็นช่องทางให้จิตได้รู้เห็นตามหลักสังขธรรม



# ต้องเข้าใจหลักสมมติ

นักปฏิบัติต้องเข้าใจในหลักสมมติ แต่อย่าไปหลงในสมมตินั้นๆ และก็ต้องอาศัยในสมมตินี้ไปจนกว่าชีวิตจะหาไม่ ในช่วงที่ชีวิตมีอยู่ก็ให้รู้เห็นตามความเป็นจริง เพราะทุกสิ่งเป็นเพียงอาศัยซึ่งกันและกันอยู่เท่านั้น ไม่กี่วันเดือนปี ก็จะได้พลัดพรากจากกันไป ถึงจะอาลัยอาวรณ์ร้องไห้ด้วยความเสียดายก็ไม่เป็นผล ฉะนั้น นักปฏิบัติต้องเป็นผู้เตรียมใจเอาไว้ เพื่อจะเผชิญต่อเหตุการณ์อย่างนี้ เราก็จะไม่มีความทุกข์ใจเสียใจร้องไห้จนเกินความพอดี มีอะไรเป็นที่รับผิดชอบก็ต้องดูแลรักษา หรือการแสวงหาก็กให้อยู่ในขอบเขตของสุจริตที่เป็นธรรม ถึงได้มาก็ให้รู้ว่าสิ่งนี้เป็นเพียงสมมติเท่านั้น เราก็เป็นสมมติให้แก่ตัวเรา เขาก็เป็นสมมติให้แก่ตัวเขา ทุกคนก็ย่อมมีสิทธิ์ใช้สมมติให้

เป็นประโยชน์แก่ตัวเอง และใช้สมมตินั้นๆ ไปในทางที่สุจริตธรรม  
 ฉะนั้น ควรใช้ปัญญาพิจารณาสมมติที่มีอยู่ในโลกให้  
 เข้าใจ และรู้เห็นตามความเป็นจริงในสมมตินั้นๆ อย่างชัดเจน  
 ความลุ่มหลงในชาติภพก็จะมีช่องทางที่จะจบสิ้นไปได้ง่าย  
 นี่เป็นปัญญาเริ่มแรกที่นักปฏิบัติต้องรู้รอบเอาไว้ ให้เข้าใจใน  
 การหมุนเวียนไปตามกระแสของโลกอย่างรอบด้าน นั่นคือผู้กำลัง  
 แหกช่องออกจากภพทั้งสามด้วยกำลังความสามารถของสติ  
 ปัญญาของตัวเอง กำลังเพ่งเล็งดูจุดที่ทำให้จิตเกิดความลุ่มหลง  
 ว่ามีส่วนไหนของโลกที่เรายังไม่เข้าใจ และมีสมมติส่วนไหนที่  
 เราเอามาปิดบังความจริงที่ทำให้เราเกิดความหลงใหลใฝ่ฝัน  
 ตราบใดที่เรายังเอาสมมติโลกมาปิดบังความจริง ตราบนั้น  
 ความจริงก็จะไม่ปรากฏแก่จิต จะมีแต่ความมืดบอดอยู่ในโลก  
 นี้ตลอดไป

ฉะนั้น การภาวนาปฏิบัติต้องเข้าใจในการวางพื้นฐาน  
 ไม่ใช่จะละเกะเลส ตัณหา อวิชชา อุपाทาน ความยึดมั่นของจิต  
 ให้หมดไปสิ้นไปโดยความเข้าใจที่ไร้เหตุผล ดั่งมีนักปฏิบัติหลายคน  
 พูดเรื่อยเปื่อยไปว่า เมื่อจิตมีความสงบเป็นสมาธิแล้ว จิตจะมี  
 ความบริสุทธิ์ผ่องใส ทั้งผู้สอนทั้งผู้ปฏิบัติตามย่อมมีความเข้าใจ

ไปในลักษณะนี้ ที่สำคัญก็คือผู้สอน เมื่อมีความเข้าใจผิดเพียงคนเดียวก็ทำให้คนอื่นมีความเห็นผิดหลายพันคน ดังคำว่าจิตมีความบริสุทธิ์เพราะการทำสมาธิ เป็นต้น ซึ่งขัดกันกับคำสอนของพระพุทธเจ้า ดังคำว่า “ปัญญาบริสุทธิ์ จิตจะมีความบริสุทธิ์ได้ เพราะปัญญา” ไม่ใช่ว่า ความบริสุทธิ์ของจิตจะเกิดขึ้นจากสมาธิ ดังที่เราเข้าใจ หรือได้ยินอยู่บ่อยๆ ว่า ทำสมาธิให้จิตว่าง ว่างจากอารมณ์ ว่างจากกิเลสตัณหา อวิชชา หรือให้จิตว่างในสรรพสังขารทั้งหลาย แต่ทำไมผู้พูดจึงไม่รู้เรื่องของดาบสฤๅษีเอาไว้บ้าง เพราะพวกฤๅษีเขายังทำให้จิตว่างได้ดีกว่าพวกเรา และว่างทุกสิ่งทุกอย่างจนเป็นรูปฌาน อรูปฌาน และไม่มีฤๅษีคนใดมีจิตบริสุทธิ์ได้ด้วยสมาธิ เพราะคำอย่างนี้ไม่มีในศาสนาพุทธ ไม่น่าจะคิดเอาขึ้นมาสอนให้คนอื่นเข้าใจผิดเลย เพราะความบริสุทธิ์จะมีเฉพาะพระอรียเจ้าเท่านั้น แม้ภูมิธรรมของพระโสดา พระสกิทาคา พระอนาคา ก็ยังไม่มี ความบริสุทธิ์อย่างสมบูรณ์ ภูมิธรรมที่มีความบริสุทธิ์เต็มทีนั่นคือภูมิธรรมของพระอรหันต์ ฉะนั้น ขอให้ นักปฏิบัติจงเข้าใจตามนี้ จึงจะเป็นสัมมาทิฐิคือความเข้าใจที่ถูกต้องและเป็นไปตามอริยมรรค เพื่อจะก้าวขึ้นสู่อริยผลต่อไป

# มทสฺรรม

ขณะนี้มนักปฏิบัติตีความหมายในมรรคผลแตกต่างกัน เพียงจิตมีความสงบเป็นสมาธิ มีจิตว่างชั่วครั้งชั่วคราว ก็หาเอาปริยัติเข้ามาเปรียบเทียบตรวจสอบดูความว่างที่เกิดขึ้นว่าจิตตกอยู่ กระแสธรรมขั้นไหน หรือได้อันดับญาณที่เท่าไร ก็เลยกลายเป็น พระอริยเจ้าเปรียบเทียบไป บางครั้งก็ไปเปรียบกับภูมิธรรมของ พระอรหันต์ บางครั้งก็เปรียบเทียบกับภูมิธรรมของพระอริยเจ้า ขั้นใดขั้นหนึ่ง บางครั้งก็เป็นจิตปุถุชนไป คำว่าปัจจัยตั้ง รู้เฉพาะ ตน ก็หมดความหมายไป คืออยากให้ครูอาจารย์พยากรณ์ตัวเอง ว่าได้ขั้นนั้นขั้นนี้ไป ความเข้าใจอย่างนี้จึงผิดวิสัยของพระอริยเจ้า ที่แท้จริง ฉะนั้น เราเป็นนักปฏิบัติ ควรศึกษาให้เข้าใจในคำว่า บรรลุอริยธรรม ถ้าไม่เข้าใจคำนี้ อาจไปคว้าเอาจิตว่าง เอา

ความสว่างที่เกิดจากการทำสมาธิมาเป็นการบรรลุอุปริยธรรมไป ก็เป็นได้ หรือเห็นรูปเทพที่เป็นนิมิตมาปรากฏ หรือรูปใดที่ต้องการ อยากจะเห็น เพียงนิมิตที่เป็นส่วนหยาบๆ เท่านั้น ก็ยังเข้าใจว่า ตัวเองมีญาณนั้นญาณนี้ไป

ความเข้าใจของนักปฏิบัติที่มีความแตกต่างกัน ก็เนื่องจาก ตีความหมายในธรรมไม่เหมือนกัน ความเห็นความเข้าใจจึงไม่ ตรงกัน ดังได้เห็นป้ายวัดบอกว่าสำนักวิปัสสนา หรือไปปฏิบัติ วิปัสสนาที่นั่นที่นี้ แต่การปฏิบัติจริงๆ ไม่เป็นไปตามคำว่าวิปัสสนา เลย พวกกันไปนั่งสมาธินึกคำบริกรรมให้จิตว่างเท่านั้น นี่คือการใช้ ในสมมติบัญญัติไม่ถูก ไม่เข้าใจในอุบายการทำสมณะ ไม่เข้าใจใน อุบายการเจริญวิปัสสนา ฉะนั้น นักปฏิบัติต้องศึกษาคำว่าสมณะ และวิปัสสนาให้เข้าใจ เพื่อจะนำไปปฏิบัติให้ถูกต้อง **เพราะ การเจริญสมณะกับการเจริญวิปัสสนามีอุบายต่างกัน**

การจะเจริญสมณะนั้น ต้องมีสติกำหนดนึกคำบริกรรม อย่างใดอย่างหนึ่ง หรือมีสติกำหนดอานาปานสติคือระลึกรู้ ลมหายใจเข้าออก เพื่อเป็นอุบายให้จิตอยู่ในปัจจุบัน ให้มีสติกับ ผู้รู้อยู่ในคำบริกรรมนั้นๆ ตลอดไป ไม่มีการนึกคิดตรึกตรองใน สิ่งใดๆ ทั้งสิ้น ให้มีความมั่นใจอยู่กับอารมณ์ของสมณะนั้นไม่ให้

ผลอ เมื่อออกจากการทำสมาธิแล้ว จึงน้อมจิตไปเจริญวิปัสสนาต่อไป

การเจริญวิปัสสนานั้น เป็นอุบายการใช้ปัญญาพิจารณาให้เป็นไปตามหลักสัจธรรม คือความเป็นจริงตามไตรลักษณ์ คือ ทุกขัง อนิจจัง อนัตตา หรือความจริงในการเกิด แก่ เจ็บ ตาย ทั้งเราทั้งเขา หรือความจริงของความสกปรกโสโครกในร่างกายตัวเองและคนอื่น เพื่อให้จิตได้รู้เห็นเป็นสภาพเดียวกัน

อุบายที่จะนำมาประกอบการพิจารณาด้วยปัญญานี้ ต้องอาศัยสัญญา สมมติ สังขาร ที่มีมาในอดีต มีอยู่ในปัจจุบัน และจะเป็นไปในอนาคต เพราะสัญญา สมมติ สังขาร เป็นดาบสองคม ถ้าใช้ไม่เป็นก็มีโทษแก่ตัวเอง เช่น ไปหาจํารูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ที่กิเลสตัณหา มีความชอบใจยินดี มีความกำหนดรักใคร่ผูกพัน ทำให้จิตเกิดความกระสันเคล้าคลึง ถ้ารูปที่เรารักเสียงที่เราชอบใจมีอยู่ สัญญาความจำก็จะไม่มีความหลงลืม ถ้ามีความรักใคร่หลงใหลในรูป สัญญาความจำในรูปนั้นก็จําได้อย่างฝังใจ เมื่อเป็นไปในลักษณะนี้ สมมติก็ยอมปรากฏตัวว่า รูปนั้นไปพบกันที่ไหน รูปนั้นมีผิวพรรณอย่างไร สูงต่ำอ้วนผอมอย่างไร พุดกันในเรื่องอะไรบ้าง เมื่อสมมติตัวขึ้นมาได้แล้ว

สังขารจิต คือความปรุงแต่ง เพื่อให้สอดคล้องกันกับความรัก ความใคร่ ก็ขยายความคิดไปให้ถูกกับสมมตินั้นๆ และขยายความคิดปรุงแต่งออกไปอย่างพิสดารเสียด้วย สิ่งที่ไม่เคยพูดกัน ก็ปรุงแต่งสมมติว่าได้พูดกัน ไม่เคยได้สัมผัสกันก็ปรุงแต่งสมมติว่าได้สัมผัสกัน ส่วนจิตที่ยังมีราคะ โมหะ อวิชชา ก็ยิ่งเกิดความผูกพัน กระสันอยู่ในรูปร่างๆ อย่างฝังใจ เป็นในลักษณะสร้างวิมานในอากาศ วาดมโนภาพด้วยสมมติสังขารคิดปรุงแต่งเอาเอง และก็หลงความคิดตัวเอง นี่เป็นเพียงธรรมารมณ์ที่เกิดขึ้นจากรูปเป็นเหตุ ทำให้จิตเกิดความหลงใหลใฝ่ฝัน อุปาทาน ความต้องการ ในกามคุณก็ในวันจะหยั่งลึกยากที่จะถอนตัว

นักปฏิบัติจึงต้องใช้ปัญญาพิจารณาให้เข้าใจ เพื่อจะได้หาอุบายความแยบคายมาลบล้างสัญญา สมมติ สังขาร ที่เป็นโทษภัยให้หมดไปจากใจ อาศัยสติปัญญาความรอบรู้ในการสัมผัสในรูปเสียงนั้น โดยความสำรวมใจเอาไว้ โดยอาศัยปัญญาพิจารณาในความจำในรูปเสียงให้เป็นมุกกลับอยู่เสมอ นี่เราเห็นคนตายมาแล้วเป็นจำนวนมาก แต่ทำไมจึงไม่จดจำเอาเรื่องความตายของคนอื่นน้อมเข้ามาพิจารณาความตายแก่ตัวเองบ้าง เพื่อจะให้จิตเกิดความสลัดสังเวชในความตาย แต่ก่อน

เราเคยสมมติเอาแต่รูปเสียงมายั่วให้จิตเกิดความหลงใหล  
เพลิดเพลिन ไม่นึกถึงความตายที่จะมาถึงตน แต่บัดนี้เรามา  
สมมติดูความตายเสียบ้าง เพื่อลดกิเลสตัณหา นี่เป็นอุบาย  
ปัญญาเอาสมมติลบสมมติกันเอง

แต่ก่อนเคยปล่อยให้สังขารจิตปรุงแต่งในรูปเสียง เพื่อให้  
จิตเกิดความกำเริบในราคะตัณหา หลงใหลในความคิดของตัวเอง  
แทบตัวลอย แต่บัดนี้เรามาเปลี่ยนแผนแนวความคิดเสียใหม่  
ให้คิดไปในทางตรงข้าม คือคิดทวนกระแส แต่ก่อนเคยคิดแต่  
เรื่องความสวยความงามที่จะก่อให้เกิดราคะตัณหา แต่บัดนี้  
มาคิดในเรื่องความสกปรกโสโครก คิดเรื่องความทุกข์ที่เกิดขึ้น  
ที่กายที่ใจ คิดเรื่องความไม่เที่ยงที่มีความแปรปรวนเปลี่ยนไป  
ไม่คงที่ คิดเรื่องอนัตตา ไม่มีอะไรเป็นของของตน ทั้งวัตถุสมบัติ  
ภายนอกตลอดทั้งธาตุสี่ชั้นห้า ให้จิตได้รู้เห็นว่าเป็นสภาพของ  
สูญเปล่า จะเอาอะไรมาเป็นสมบัติส่วนตัวไม่ได้เลย ทุกอย่าง  
เป็นเพียงสภาพที่อาศัยกันชั่วคราวเท่านั้น ไม่กี่วันเดือนปีก็  
จะพลัดพรากจากกันไป ในช่วงที่มีชีวิตอยู่ก็ต้องอาศัยกันไป  
จนกว่าชีวิตจะหาไม่ นี่เป็นอุบายใช้ความคิดในทางธรรมเพื่อ  
แก้ความคิดปรุงแต่งของสังขาร หรือเป็นอุบายใช้ความคิดเพื่อ



ลบล้างความคิดนั้นเอง ฉะนั้น ผู้จะหนีจากโลกต้องเป็นผู้รู้เห็นความเป็นอยู่ของโลกอย่างชัดเจน เพื่อให้จิตเกิดความกลัวเกิดความเบื่อหน่ายที่จะมาเกิดเอาภพเอาชาติในโลกนี้ต่อไป “นตถิ โลเก รโท นาม” ให้มีสติปัญญาารู้เห็นความลับที่มีในโลกนี้ให้ทั่วถึง

นี่เป็นเพียงชี้แนะให้รู้จักการเจริญสมณะและวิปัสสนา ที่มีอุบายแตกต่างกันให้ท่านได้เข้าใจ เพื่อจะได้ใช้สมมติในการพูดให้ถูกต้อง หรือจะสอนคนอื่น ก็สอนให้เข้าหลักเข้าเกณฑ์ตามอุบายนั้นๆ ได้ถูก ผู้ปฏิบัติตามก็就会有ความเข้าใจได้ถูกต้องไปด้วย จะไม่เป็นเหมือนบอดจูงบอดดึงที่เคยเป็นมา ถ้าคนตาดีจูงบอด ก็พอจะไปได้ ถ้าไม่ไหวก็อย่าให้บอดจูงกลับก็แล้วกัน ดังคำอีสานว่า “กรรมฐานชี้เหล่าเฝ้าสอนตายแต่ผู้อื่น ชั้นสอนโตเองบ่ได้ ไฟลิไหมมือลุ่น” (กรรมฐานชี้เหล่าเฝ้าสอนแต่คนอื่น เมื่อสอนตัวเองไม่ได้ ในที่สุดไฟจะไหม้ตัวเอง) ดังความเข้าใจที่ฝังลึกอยู่ในขณะนี้ว่า เมื่อจิตสงบเป็นสมาธิแล้วย่อมมีปัญญาเกิดขึ้น ถ้าปัญญาเกิดขึ้นจริง ทำไมฤๅซีจึงไม่มีปัญญาเกิดขึ้นเล่า

ฉะนั้น การเจริญวิปัสสนาก็คือการใช้ปัญญาพิจารณาค้นคิดตรึกตรองตามเหตุปัจจัยที่ประกอบไปด้วยเหตุด้วยผล และ

พิจารณาให้แบบคายในหลักความเป็นจริง เพราะปัญญาเรามีอยู่แล้ว สติเราก็มีอยู่แล้ว แต่เราเอามาใช้ไม่ถูกในทางธรรม ถ้าค้นคิดไปทางโลกในเรื่องต่างๆ คิดได้ทั้งวันทั้งคืน คิดไปในสิ่งที่จะทำให้จิตเกิดความเศร้าหมองขุ่นมัว คิดปรุงแต่งไปตามกิเลสสังขาร คิดไปตามความรักความใคร่ในกามคุณ ทำให้คิดได้อย่างคล่องตัว แต่ถ้าจะมาคิดในทางธรรมทำไมจึงคิดไม่เป็น เวลาหาเชือกมาผูกมัดตัวเองก็ยิ่งผูกมัดได้ เวลาแก้เชือกออกจากตัวเองก็ต้องแก้ไขให้ได้ เวลาเอาสิ่งสกปรกจากตัวตัวเองยังทำได้ ก็ต้องรู้จักวิธีล้างความสกปรกนั้นออกจากตัวเอง เมื่อรู้ว่าตัวเองลอยตามกระแสโลก ก็พยายามทวนกระแสโลกเอาไว้ อย่าปล่อยให้จิตไหลไปในทางที่ต่ำจนลึมหิน

การพิจารณาด้วยปัญญา ก็ต้องฝึกเอาปัญญาที่มีอยู่แล้ว มาคิดในหลักสัจธรรม คิดอยู่บ่อยๆ พิจารณาอยู่บ่อยๆ ความฉลาดก็จะค่อยปรากฏตัวขึ้น เหมือนกับการฝึกอ่านฝึกเขียนฝึกพูดในภาษาต่างชาติ เมื่อฝึกใหม่ๆ ก็ยังไม่เข้าหลักเข้าเกณฑ์ เมื่อฝึกอ่านฝึกเขียนฝึกพูดอยู่บ่อยๆ ก็จะเกิดความชำนาญเอง ความฉลาดในการอ่านการเขียนการพูดก็จะมีฉลาดไปในตัว นี่ฉันใด การฝึกปัญญาพิจารณาในทางธรรมในครั้งแรกๆ ก็เป็นลักษณะ

ล้มลุกคลุกคลาน ไม่เป็นเรื่องติดต่อกัน พิจารณาไปพักเดียวก็หมดไป ไม่มีอุปบายพอจะให้ปัญญาขยายตัว ในครั้งแรกๆ ก็ต้องเป็นอย่างนั้น เมื่อฝึกดำริพิจารณาใคร่ครวญอยู่บ่อยๆ ก็จะค่อยชำนาญไปเอง

**ปัญญาสัมมาทิฐิที่เราฝึกไว้นี้แหละจะเป็นพื้นฐานอย่างสำคัญ** ถ้าไม่ฝึกปัญญาขั้นพื้นฐานนี้เอาไว้ เมื่อออกจากสมาธิมาแล้วก็จะเป็นนักภาวนาหัวตอ คิดอะไรไม่เป็น เมื่อเราฝึกปัญญาขั้นพื้นฐานนี้ไว้ดีแล้ว เมื่อออกจากสมาธิทุกครั้ง ก็จะ**นุ่มจิต** คิดพิจารณาด้วยปัญญาที่มีอยู่นี้ต่อไปให้ต่อเนื่องกัน เมื่อมีความเหนื่อยในการพิจารณาก็มากำหนดจิตทำสมาธิต่อไป นี่คือนิยามปัญหาหนุนสมาธิ สมาธิหนุนปัญญา ทั้งสองอย่างก็จะเป็นกำลังหนุนกันไปในตัว ปัญหาส่วนหยาบก็เป็นกำลังหนุนสมาธิส่วนหยาบ ปัญหาชั้นกลางก็หนุนสมาธิชั้นกลาง ปัญหาส่วนละเอียดก็หนุนสมาธิส่วนละเอียด หรือสมาธิชั้นต่ำก็เป็นกำลังหนุนให้ปัญญาชั้นต่ำ สมาธิชั้นกลางก็เป็นกำลังหนุนให้ปัญญาชั้นกลาง สมาธิชั้นละเอียดก็เป็นกำลังให้ปัญญาชั้นละเอียด

ฉะนั้น สมณะ วิปัสสนา จึงเป็นอุปบายการปฏิบัติที่ต่อเนื่องกัน จะใช้อุปบายวิปัสสนาก่อน สมาธิตามหลังก็ได้ หรือจะทำสมาธิก่อน

แล้วพิจารณาด้วยปัญญาที่หลังก็ได้ เราจะใช้อุบายไหนก่อนก็ให้สังเกตดูอารมณ์ภายในจิตที่สัมผัสมาเป็นอุบาย หรือสถานที่ที่เราจะประกอบความเพียร ก็ต้องเข้าใจว่าสถานที่อย่างนี้เราควรเจริญกรรมฐานอะไรจึงจะได้ผล ทุกคนต้องเสริมสร้างความฉลาดของตัวเองให้พร้อม เพื่อให้มีความสอดคล้องในการปฏิบัติธรรม

หนังสือ “พันกระแสโลก” เล่มนี้ ผู้เขียนไม่ได้อธิบายผลของการปฏิบัติเอาไว้ เพราะได้อธิบายไว้ในหนังสือทวนกระแสตัดกระแส ข้ามกระแส เอาไว้แล้ว ถึงจะอธิบายก็เป็นผลที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติเหมือนกัน และให้ถือว่าทั้งผู้เขียนและผู้อ่านย่อมมีเจตนาเพื่อสัมมาทิฐิ คือปัญญาความเห็นชอบเป็นหลักสำคัญ

ฉะนั้น ขอให้ท่านผู้อ่านและคณะศิษย์ผู้จัดพิมพ์ จงมีส่วนรู้เห็นสัจธรรมด้วยสติปัญญาความฉลาดเฉียบแหลมคมคาย ให้เป็นไปตามหลักความจริง ดังคำว่า “ตนแลเป็นที่พึ่งของตน” คือพึ่งสติปัญญาความสามารถของตัวเอง ผู้อื่นเป็นเพียงชี้แนะให้เท่านั้น ส่วนการปฏิบัติที่จริงจังเป็นหน้าที่ของเราเอง ถึงจะมีปัญญาน้อยก็ให้เป็นปัญญาที่มีคุณภาพ มีความฉลาดเฉียบแหลมอยู่ในตัว ดีกว่าปัญญาที่มีมากแต่ใช้ปัญญาไม่เป็น

ฉะนั้น อุบายการปฏิบัติจึงเป็นหลักเฉพาะที่จะนำมาแก้ไขกิเลสตัณหาโดยตรง กิเลสตัณหาที่มีอยู่ในใจเป็นลักษณะอย่างไร อุบายธรรมที่จะนำมาแก้ไขก็ให้ถูกกับจุดนั้นๆ ถึงจะมีปัญญามากแต่ไม่มีคุณภาพ ก็จะแก้ไขปัญหามีอยู่ภายในใจไม่ได้เลย ฉะนั้น การปฏิบัติไม่จำเป็นจะวิ่งตามปริยัติจนลืมนกิเลสตัณหาที่มีอยู่ภายในใจ กิเลสตัณหาเคลื่อนตัวไปก่อเหตุที่ไหน ต้องใช้ปัญญาทำลายในจุดนั้นๆ ให้ทันต่อเหตุการณ์ อย่าให้กิเลสตัณหาได้ก่อตัวตั้งหลักได้เลย นั่นแลจึงเชื่อว่าเป็นนักปฏิบัติที่แท้จริง มรรคผลใดพอที่จะเป็นไปในชาตินี้ได้ ขอให้เป็นปัจจัยตั้งรู้เห็นเฉพาะตัวของท่านนั้นเทอญ

# พันธะโลก

พระอาจารย์ทูล ขิปฺปปญฺโณ

หนังสือเล่มนี้เป็นมรดกธรรมที่พระอาจารย์ทูล ขิปฺปปญฺโณ อดีตเจ้าอาวาส วัดป่าบ้านค้อ เขียนขึ้นและจัดพิมพ์เป็นหนังสือครั้งแรกในปีพ.ศ. ๒๕๓๑ 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