

พระอาจารย์ทูล

พระอาจารย์ทูล ชิปปปณโณ

พระอาจารย์ 3

พระอาจารย์ทูล ชิปโปณโณ

คำถามแรก

การตีความหมายในปัญญาย่อมมีการเปลี่ยนแปลงไป ในยุคนี้ผู้ปฏิบัติควรรู้จักปัญญา ๓ ว่าเป็นอย่างไร เพียงเข้าใจว่า ปัญญาเกิดขึ้นจากการทำสมาธิความสงบเท่านั้น เกิดอย่างไร ผู้ปฏิบัติก็ยังไม่รู้อยู่นั่นเอง เพราะเชื่อตามครูอาจารย์ที่สอนมา อย่างนี้ บางทีก็มีผู้ทำสมาธิเกิดความสงบขึ้นมา นั่งคอยปัญญา ให้เกิดขึ้นอยู่นานก็ไม่มีปัญญาเกิดขึ้นแต่อย่างใด เมื่อถามครู อาจารย์เรื่องปัญญาไม่เกิดขึ้น ครูอาจารย์ก็พูดย้ำต่อไปว่า “สมาธิ มีความสงบไม่พอ ทำสมาธิให้มีความสงบมากกว่านี้” ไปถาม แต่ทุกครั้ง จะได้คำตอบมาอย่างนี้ตลอดมา ข้าพเจ้าได้รับรู้ปัญหา ในคำว่าปัญญาเกิดขึ้นจากสมาธิความสงบนี้มานาน เพื่อให้ท่าน ได้ศึกษาหาข้อมูลที่เป็นจริงด้วยเหตุและผล ท่านจะได้รู้ขั้นตอน ของปัญญาเกิดขึ้นในอุบายการปฏิบัติอย่างไร ให้ท่านได้ศึกษาใน หนังสือเล่มนี้ให้ละเอียด อ่านทบทวนไปมาหลายๆ ครั้ง ใช้ปัญญา คิดพิจารณาในเหตุผลอยู่บ่อยๆ ความเข้าใจที่ถูกต้องตามหลัก ความเป็นจริงก็จะเปิดเผยให้คำตอบที่ตัวท่านเอง เพราะคำสอน

ว่าปัญญาเกิดจากสมาธิความสงบนี้ สอนกันมานาน ข้าพเจ้าจะ
แก้ไขให้เป็นไปในหลักเดิมที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสเอาไว้ ก็ยากที่
จะเปลี่ยนแปลงได้ หรือเปลี่ยนแปลงไม่ได้เลย หากผู้มีปัญญา
มีเหตุผลในทางธรรมาธิปไตย ก็พอจะแก้ไขได้บ้าง หมวดธรรมที่
เป็นพุทธพจน์ที่พระพุทธเจ้าตรัสสอนแก่พวกกาลามชน ๑๐ ข้อ
แต่ละข้อมีความหมายในทางปฏิบัติอยู่มาก ควรนำมาเปรียบเทียบ
ในความเห็นของตัวเราบ้าง ข้าพเจ้าได้เรียบเรียงไว้ในหนังสือ
ปัญญาอบรมใจไว้แล้ว

ขอให้ท่านมีความเจริญในธรรมยิ่งๆ ขึ้นไป มรรคผลใดพอ
จะรู้เห็นได้ในชาตินี้ ขอให้ปัญญารู้แจ้งเห็นจริงด้วยเทอญ

พระอาจารย์ทูล ขิปปปัญโญ

สารบัญ

ปัญญา ๓	๑
ปัญญาศึกษาในวิธีทำสมาธิ	๑๑
สมาธิความสงบเป็นหลักสากล	๑๔
สมาธิ ฌาน	๒๐
เจโตวิมุตติ	๒๖
ปัญญาวิมุตติ	๓๐
วิปัสสนูปกิเลส ๑๐ อย่าง เกิดจากมิจฉาสมาธิ	๓๔
สมาธิความตั้งใจมั่น	๔๒
การฝึกคิดให้เกิดปัญญา	๔๔
สุตมยปัญญา	๔๙
จินตามยปัญญา	๕๑
หมวดธรรมที่ประกอบปัญญา ๔ อย่าง	๖๓
ภาวนามยปัญญา	๗๒
บทส่งท้าย	๘๗

มโหฬาร ๓

ปัญญา ๓ ที่ได้อธิบายต่อไปนี้เป็นวิธีที่พระพุทธเจ้าได้อบรมสั่งสอนให้แก่พุทธบริษัท ให้ปฏิบัติได้บรรลุมรรคผลนิพพานมาแล้ว พระพุทธเจ้ามีพระญาณหยั่งรู้โลกได้อย่างแจ่มแจ้ง คำว่าโลก หมายถึงหมู่สัตว์ทั้งหลายที่เวียนเกิดเวียนตาย อยู่ในภพทั้งสามนี้มายาวนาน พระองค์มีพระญาณหยั่งรู้ถึงความเห็นผิดนี้เองเป็นต้นเหตุ ตราบใดใจมีความเห็นผิดคิดว่าโลกนี้มีความน่าอยู่ ในตรานั้นก็จะเวียนเกิดตายอยู่ในโลกนี้ไม่มีที่สิ้นสุด จะไม่รู้ตัวเองเลยว่าจะเกิดตายอยู่ในโลกนี้ต่อไปอีกนานเท่าไร กระแสโลกที่จะลอยตามอยู่ ไม่รู้ว่าจะสิ้นสุดที่ตรงไหน จึงไม่มีใครให้คำตอบแก่ตัวเราได้ จึงเรียกว่า โมหะ หมายถึงใจที่หลงไหลไปตามกระแสโลกนั่นเอง ความหลงเป็น

เหตุให้เกิดความเข้าใจผิด ความเห็นผิดเป็นเหตุให้เกิดความหลง ความหลงความเห็นผิดนี้เอง จึงเรียกว่า อวิชชา คือความมืดบอดของใจ

คำว่ามืดบอด หมายถึงใจไม่มีความฉลาดรอบรู้ในสังขารมตามความเป็นจริง ไม่รู้เห็นในแนวทางปฏิบัติที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสสอนไว้แล้ว ใจที่มีโมหะอวิชชาครอบงำจึงชอบทำอะไรไปตามความต้องการ อยากในสิ่งใด ไม่มีความสำนึกได้ว่าผิดหรือถูก จะเอาตามความอยากความต้องการให้สมใจ ตามปกตินิสัยจะมีความอยากฝึกฝนไปในทางที่ต่ำ ถือว่าเป็นเรื่องธรรมดาของโลกที่มีความเป็นอยู่อย่างนี้ จึงมีปัญหาเกิดขึ้นแก่ตัวเองและสังคมส่วนรวมมากมาย

ตามปกติคนเรามีปัญญาอยู่ในตัว แต่ใช้ปัญญาไปในทางโลกเสียส่วนใหญ่ จึงได้ถูกตัณหา คือความอยาก ชักลากเอาปัญญาไปครอบครอง ปัญญาจึงกลายเป็นความคิดเห็น เป็นลูกมือให้แกกิเลสตัณหาไป เหมือนกับอาวุธของตำรวจที่ถูกพวกโจรลักไปได้แล้ว ก็จะเป็นเครื่องมือให้แกพวกโจรไป อยากจะทำอะไรให้คนอื่นได้รับความทุกข์เดือดร้อนอย่างไรก็ทำตามใจ นี่ฉันใดปัญญาของเรา เมื่อถูกกิเลสตัณหาลักพาไปได้แล้ว ก็จะกลายเป็น

ความคิดเพื่อเสริมการทำงานให้แก่กิเลสตัณหาได้เป็นอย่างดี ถ้าเป็นฝ่ายธรรม เรียกว่า “ปัญญา” ถ้าเป็นฝ่ายกิเลสตัณหา เรียกว่าความคิดปรุงแต่งไปตามสังขาร

เหมือนกับปากกาต๋ามเดียว ถ้าเขียนไปในทางคติโลก ก็เป็นเรื่องของทางโลกไป ถ้าเขียนในทางธรรม ก็เป็นเรื่องของธรรม คิดเรื่องถูก ใจก็เป็นสมาธิภูษิตุ ความเห็นถูก คิดในเรื่องผิด ใจก็เกิดความเห็นผิด คิดเรื่องชั่ว ใจก็พลอยเห็นชั่วไปด้วย คิดเรื่องดี หรือไม่ดี ขึ้นอยู่กับเรานำเอาเรื่องมาคิด คิดในเรื่องอะไร ใจก็จะคล้อยตามความคิดนั้นๆ

ความคิดเป็นศัพท์ของชาวบ้านพูดกันทั่วไป ปัญญาเป็นศัพท์พูดกันให้ถูกกับภาษาธรรม เหมือนคำพูดที่ว่า คนพาลก็หมายถึงคนที่ไม่ดี ในศัพท์คำพูดว่า นักปราชญ์บัณฑิตก็หมายถึงคนดี ทั้งที่มีภูษิตุฐานเชื่อชาติเป็นมนุษย์ด้วยกัน นี้ฉันใด ปัญญากับสังขารการปรุงแต่งก็เป็นในลักษณะความคิดเช่นเดียวกัน แต่ก็คิดไปคนละเรื่อง คิดไปคนละทาง “สังขารการปรุงแต่ง” คิดในเรื่องเข้าฝ่ายของกิเลสตัณหา “ปัญญา” คิดในเรื่องเข้าฝ่ายในทางธรรม

ศัพท์ในทางธรรมที่สูงขึ้นไปกว่านี้เรียกว่า วิปัสสนา หรือ

ศัพท์ในทางธรรมที่เรียกสูงขึ้นไปอีกเรียกว่า วิปัสสนาญาณ เป็นคำสมมติเรียกให้ถูกกับความหมาย ถ้าคิดพิจารณาให้ถูกต้องตามหลักสัจธรรมความจริงทั่วไป จึงเรียกว่าปัญญาขั้นต้น ปัญญาในขั้นต่อไป จะต้องใช้การพิจารณาในสัจธรรมอันเป็นหลักเดียวกัน จนเกิดความรู้เห็นตามความเป็นจริง ละเอียดมีความชัดเจนมากขึ้น จึงเรียกชื่อว่า “วิปัสสนา” ปัญญาในวิปัสสนาได้พิจารณาในหลักที่เป็นสัจธรรมเดียวกันจนเกิดความรู้เห็นตามความเป็นจริง มีความละเอียดมากขึ้นตามลำดับ มีความแยกแยะและหายสงสัยในสัจธรรมนั้น จึงเรียกชื่อว่า “วิปัสสนาญาณ” เป็นญาณที่รู้แจ้งเห็นจริงตามความเป็นจริง ทำให้ใจเกิดนิพพิทา เบื่อหน่ายคลายจากความกำหนัดยินดี มีการละถอนปล่อยวางไปได้ ก็จะได้เกิดผลเป็นปฏิเวธ

นี่เพียงลำดับขั้นตอนให้รู้เท่านั้น เพื่อให้ผู้ปฏิบัติได้รู้จักขั้นตอนของปัญญาว่ามีการโยงต่อกันเป็นอย่างไร ผู้ปฏิบัติจะไม่เกิดความสับสน ได้เข้าใจในการฝึกปัญญาให้ถูกต้อง มิใช่ว่าจะคอยให้ปัญญาเกิดขึ้นจากสมาธิความสงบตามความเข้าใจ ที่จริงปัญญาจะมีอยู่กับทุกๆ คน แต่ก็ไม่รู้จักปัญญาของตัวเองที่มีอยู่ ถ้าพูดเรื่องความคิด ทุกคนจะรู้จักดี เพราะคิดเป็นทุกคนอยู่แล้ว

ถ้าพูดเรื่องปัญญา กลับไม่เข้าใจว่าเป็นอย่างไร ก็เพราะไม่ได้ศึกษา จึงเกิดความเข้าใจไปตามครูสอนว่าปัญญาจะต้องเกิดจากสมาธิ ความสงบเท่านั้น

มีหลายคนที่ใช้ศัพท์คำพูดเกินตัว เช่น พูดว่าไปนั่งวิปัสสนา หรือปฏิบัติในวิปัสสนาบ้าง นี่ก็พูดตามครูผู้สอนตามๆ กันมาแบบ “นกแก้วนกขุนทอง” ครูผู้สอนก็ยังไม่รู้ ผู้ปฏิบัติตามก็ยังไม่เข้าใจ จึงพูดไปโดยไม่รู้จักความหมายที่ถูกต้อง หากถามว่านั่งวิปัสสนา ทำอย่างไร ก็ให้คำตอบว่านี่ก็คำบริกรรม ทำให้จิตมีความสงบ บางคนก็ใช้วิธีกำหนดรู้การเกิดดับของลมหายใจเข้าออก บางคนก็พูดว่าอยู่ในความว่างไม่มีอะไร บางคนก็พูดว่าให้มีสติกำหนดรู้ อยู่กับอารมณ์ของใจ ถ้าเป็นในลักษณะนี้ จะเรียกว่า “วิปัสสนา เบี้ยหัวแตก” ก็คงไม่ผิด เป็นเพราะว่าขาดการศึกษาในภาคปริยัติ จึงใช้วิธีที่จะปฏิบัติในทางลัดให้ได้ถึงมรรคผลโดยเร็ว

เหตุอย่างนี้เอง จึงได้อธิบายปัญญา ๓ เพื่อให้ผู้ปฏิบัติได้ รู้จักขั้นตอนที่ถูกต้อง ให้เป็นไปตามแนวทางเดิมที่พระพุทธเจ้า ตรัสไว้แล้ว ศึกษาให้เข้าใจในวิธีการปฏิบัติ หากรวบรัดเกินไปจะ ไม่ได้ผลอะไร การศึกษาในปริยัติสำหรับฆราวาสจึงยากที่จะหา เวลาไปศึกษาได้ เพราะมีภาระรับผิดชอบในหน้าที่การงาน และ

รับผิดชอบในครอบครัว ถ้าอย่างนั้นก็ต้องศึกษาในภาคปฏิบัติให้เข้าใจ หรือได้ศึกษาในภาคปริยัติมาแล้ว ก็เลือกเอาหมวดธรรมใดหมวดธรรมหนึ่ง เห็นว่าพอจะปฏิบัติตามได้ ให้เอามาปฏิบัติต่อไป เพื่อจะเป็นแสงสว่างส่องทางให้แก้ไขได้รู้เห็นในความเป็นจริง ถึงจะมีความรู้มาดี ถ้าไม่มีปัญญาเป็นองค์ประกอบ ความรู้ ความเข้าใจในตำรานั้นก็แก้ไขปัญหาให้แก่ตัวเองไม่ได้

การปฏิบัติธรรมต้องให้ตรงกับนิสัยของตัวเองจึงจะได้ผล เพราะในยุคนี้ไม่เหมือนกับสมัยครั้งพุทธกาล ผู้ปฏิบัติต้องช่วยตัวเองให้มาก ศึกษาในภาคปฏิบัติให้เข้าใจจึงจะไม่ให้เกิดความผิดพลาด การปฏิบัติก็จะก้าวหน้าไปด้วยดี

ในสมัยครั้งพุทธกาล พระพุทธเจ้ามีพระญาณหยั่งรู้นิสัยบารมีของผู้ปฏิบัติได้เป็นอย่างดี รู้ว่าผู้ันั้นได้สร้างบารมีมาอย่างไร สมควรที่จะได้บรรลุธรรมในขั้นไหน ให้อุบายธรรมเชื่อมโยงกับบารมีเก่าที่ทำมาแล้วอย่างไร เมื่อได้รับอุบายธรรมให้ถูกกับจริตนิสัยแล้วนำไปปฏิบัติ จึงได้บรรลุมรรคผลได้ ผู้ที่มีญาณหยั่งรู้นิสัยบารมีของคนได้ มีเฉพาะพระพุทธเจ้าองค์เดียวเท่านั้น บรรดาพระอรหันต์ทั้งหลายจะไม่มีญาณนี้เหมือนพระพุทธเจ้าเลย แม้ในยุคนี้ ถึงจะมีพระอรหันต์อยู่ ก็ไม่มีญาณ

หยั่งรู้นิสัยบารมีของผู้ปฏิบัติเช่นกัน ถึงท่านจะให้อุบายธรรมเป็นขั้นเป็นตอนอย่างชัดเจน ก็ยังไม่ถูกกับนิสัยบารมีแก่ผู้ปฏิบัติผู้นั้นเอง

ฉะนั้น ผู้ปฏิบัติต้องใช้ความพยายามฝึกสติปัญญา หาอุบายธรรมด้วยตนเอง คิดพิจารณาในหลักความเป็นจริงอยู่บ่อยๆ อีกสักวันหนึ่ง ก็จะตรงกับบารมีเก่าที่เราได้บำเพ็ญมาแล้ว การปฏิบัติก็จะได้รับผลเกิดขึ้นในขณะนั้น ผู้ปฏิบัติต้องฝึกตัวเป็นหมอ สำรวจตรวจเช็คตัวเองอยู่เสมอ ใช้สติปัญญาตรวจตราดูความบกพร่องของตัวเอง การทำทางกาย การพูดทางวาจา การนึกคิด และความเห็นของใจ มีความผิดพลาดที่ตรงไหน ใช้สติปัญญาแก้ไขให้ทันต่อเหตุการณ์ ถ้าปล่อยไว้นานจะเกิดปัญหาให้แก้ไขได้ เช็คดูกายวาจาใจบ่อยๆ มีปัญหาอะไร รีบชำระให้หมดไปทันที ถ้าปล่อยไว้นาน จะเกิดเป็นปัญหาสะสมทับถมมากขึ้น จึงยากในการแก้ไขให้หมดไปจากใจได้

สุตมยปัญญา จินตามยปัญญา ภาวนามยปัญญา ปัญญา ทั้ง ๓ นี้ มีเหตุปัจจัยเชื่อมโยงต่อกัน

๑. สุตมยปัญญา เป็นปัญญาในภาคการศึกษาเรียนรู้
๒. จินตามยปัญญา เป็นปัญญาเลือกเฟ้นในหมวดธรรม

มาปฏิบัติ

๓. ภาวนามยปัญญา เป็นปัญญาที่ตัดกิเลสตัณหาให้หมดไปจากใจ ได้เกิดมรรคผลเป็นปฏิเวธ

ในสมัยครั้งพุทธกาล ผู้ปฏิบัติรู้ธรรมเห็นธรรมด้วยสติปัญญา จะมีวิธีศึกษาจากการฟัง ถึงจำธรรมมาได้บ้าง แต่ใช้สติปัญญาในภาคปฏิบัติมาก จึงเป็นผู้ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม รู้ธรรมมาได้แค่ไหน ก็ใช้ปัญญาพิจารณาให้เกิดความแยกคายได้เท่านั้น

ในยุคนี้มีการศึกษามาก แต่ไม่ได้ใช้ปัญญาพิจารณา อยากรู้ธรรมหมวดไหน ก็ไปอ่านรู้เองจากตำรา ตำราเขียนว่าอย่างไรก็เรียนรู้ไปตามนั้น บางทีเรียนมาไม่เหมือนกัน หรือตีความหมายในธรรมออกมาไม่เหมือนกัน จึงเกิดเป็นทิฏฐิมานะ ถกเถียงกัน ไม่มีใครยอมใคร

เหมือนตาบอดคลำช้าง ใครคลำถูกตรงไหนก็เข้าใจว่าช้างเป็นตัวอย่างนั้น จะถกเถียงกันไปมาว่าตัวเองรู้จักช้างดีกว่าใครๆ จึงทำให้เกิดทิฏฐิมานะ เกิดอึดตื้อว่าเราเป็นผู้รู้จักช้างตัวจริงแต่เพียงผู้เดียว ผู้มีตาดีรู้จักช้างทั้งตัวไปอธิบายให้บอดฟัง ใ้บอดก็จะถกเถียงว่าตัวเองรู้จักช้างตัวจริงอยู่นั่นเอง

คำว่าบอด ก็หมายถึงใจที่ไม่มีความฉลาดรอบรู้อันสติปัญญา

ถึงจะมีการเรียนรู้จากตำรา มา ก็ไม่มีปัญญาที่จะเลือกเฟ้นเอา
หมวดธรรมนั้นมาปฏิบัติได้เลย ก็จะเป็นคนต้อจโง่โง่ ผู้แบก
คัมภีร์เปล่าต่อไป ฉะนั้น พระพุทธเจ้าทรงให้ความสำคัญในปัญญา
มาเป็นอันดับหนึ่ง จะเห็นได้จากมรรคมืองค์ ๘ นั้นเอง

สุตมยปัญญาเป็นปัญญาในภาคการศึกษาในปริยัติ
เช่น หมวดของศีลก็เป็นปริยัติ หมวดของสมาธิก็เป็นปริยัติ และ
หมวดธรรมต่างๆ ในตำราก็เป็นปริยัติ การศึกษาในหมวดศีล
จะเป็นศีล ๕ ศีล ๘ ให้ศึกษาดูแลแต่ละข้อว่าจะรักษาให้ศีลมี
ความบริสุทธิ์ได้อย่างไร มิใช่จะรับศีลจากพระแล้วก็คิดว่าตัวเอง
มีศีล นั่นเป็นเพียงพิธีการรับศีลเท่านั้น ส่วนวิธีการรักษาศีลเป็น
อีกอย่างหนึ่ง ต้องมีความพร้อมด้วยสติปัญญาในการรักษา
ปัญญาในการศึกษาศีล ปัญญาเป็นองค์ประกอบในการรักษาศีล

ฉะนั้น สุตมยปัญญาจึงมีความสำคัญ แม้แต่ทางโลกที่
ทุกคนมีชีวิตความเป็นอยู่ที่มีความสุข ก็เนื่องด้วยสติปัญญาที่ดี
ในทางโลก ในทางธรรมก็ต้องใช้สติปัญญาในการศึกษาในทางธรรม
แล้วนำธรรมหมวดนั้นๆ มารักษาและปฏิบัติให้เป็นไปตามหลัก
ความเป็นจริง

ฉะนั้น ปัญญาจะมีอยู่กับทุกๆ คน ไม่ต้องไปนึกคำบริกรรม

ทำสมาธิให้จิตมีความสงบ ปัญญาก็มีอยู่แล้ว ผู้นับถือศาสนาพุทธ ผู้นับถือศาสนาอะไรก็ตาม ทุกคนมีปัญหา แม้แต่ผู้ที่ไม่นับถือศาสนาอะไร เขาก็มีปัญหาเช่นกัน ถ้าปัญหานี้มีอยู่กับนักปราชญ์บัณฑิต ก็เป็นปัญญาความเห็นชอบ ถ้าปัญญามีอยู่กับคนพาล สันดานชั่ว ก็เป็นมิจฉาปัญญาความเห็นผิดไป

ฉะนั้น ต้องฝึกปัญญาฝึกความคิดให้มีเหตุมีผล จะได้เกิด มีปัญญาในทางธรรม พิจารณาในสิ่งใดก็จะเกิดความแยกคาย ทำให้หายสงสัยไปได้ ผู้ไม่มีปัญญา ไม่มีความฉลาดรอบรู้ จะทำอะไรสำเร็จได้ยาก หรือไม่สำเร็จได้เลย ผู้มีปัญญาจะรักษาศีลให้มีความบริสุทธิ์ได้ ไม่มีปัญญาศึกษาในศีล ก็ไม่รู้วิธีการรักษาศีล ให้บริสุทธิ์ได้ หลักการศึกษาในหมวดศีลอย่างละเอียดให้อ่านหนังสือสัมมาทิฎฐิ เล่ม ๑ ที่อธิบายไว้แล้ว

มโนญาศึกษาในวิถีทำสมาธิ

สุดมยปัญญา การศึกษาในวิถีทำสมาธิ การทำสมาธิมีหลายวิธีด้วยกัน ในสมัยครั้งพุทธกาลมีถึง ๔๐ วิธี ที่รู้จักกันตามตำราว่ากรรมฐาน ๔๐ อย่าง ในยุคนี้ก็มีหลายวิธีหลายรูปแบบเช่นกัน ถ้าได้ศึกษาในความหมายของสมาธิให้ดีแล้ว แต่ละวิธีก็มีความหมายไปในทิศทางเดียวกัน นั่นคือจะทำให้จิตมีความตั้งมั่น หรือต้องการให้จิตมีความสงบนั่นเอง

การทำสมาธิจะมีอุบายนิกคำบริกรรมที่แตกต่างกัน ซึ่งไม่เป็นสิ่งสำคัญ ย่อมทำได้ตามจริตนิสัยของแต่ละคน ใครมีความชำนาญในการนิกคำบริกรรมอะไรก็ย่อมนิกได้ แต่คำบริกรรมนั้นต้องประกอบด้วยสติ ความระลึกได้ สัมปชัญญะ ความรู้ตัว ให้รู้ว่าขณะนี้เรากำลังนิกอยู่ในคำบริกรรมอะไร ก็ให้ตั้งใจนิก

คำบริการมอย่างนั้นไป อย่าเอาคำบริการมนั้นมาอวดอ้างกัน ว่าคำบริการมเราถูก คำบริการมคนอื่นผิด ถ้าเป็นอย่างนี้จะกลายเป็นผู้สร้างอัตตา มานะทิฐิ เกิดขึ้นแก่ตัวเองโดยไม่รู้ตัว

เหมือนกับรับประทานอาหาร ใครมีธาตุขันธ์ต้องการอาหารประเภทใดก็ให้รับประทานไป ในที่สุดก็เอาความอึดมาเป็นผลระงับเวทนาคือความหิวได้เช่นกัน นี่ฉันใด การนึกคำบริการมในอุบายต่างๆ ก็ฉันนั้น เมื่อจิตมีความสงบตั้งมั่นดีแล้ว จะทำให้จิตมีความสุขสบายและเกิดมีกำลัง เมื่อจิตได้ถอนออกจากความสงบแล้ว กำลังใจที่เกิดจากสมาธิ ก็โน้มไปประกอบกับปัญญาที่เราเตรียมไว้แล้ว ใช้การพิจารณาในหลักความเป็นจริงต่อไป

โมหสมาธิ หรือที่เรียกว่าโมหสมาธิ สมาธิห้วงตอ สมาธิในลักษณะนี้มีผู้สอนและมีผู้ปฏิบัติกันอยู่มาก ไม่ว่าจะอยู่ในประเทศไทยหรืออยู่ต่างประเทศ จะสอนและปฏิบัติเอาแต่ความสงบเป็นหลัก ผู้ทำให้จิตมีความสงบลงได้ก็นั่งอยู่นาน ผู้ที่ทำให้จิตสงบลงไม่ได้ก็คิดวอกแวกไปมา คิดในเรื่องนั้นบ้างเรื่องนี้บ้าง คิดถึงเรื่องอดีตบ้าง คิดในเรื่องอนาคตบ้าง สารพัดที่จะหาเรื่องมาคิดวุ่นวายกันไปหมด พยายามจะดึงเข้ามาอยู่ในคำบริการมก็นึกไปได้แปบหนึ่งเดี๋ยวก็หลงไปคิดในสิ่งต่างๆ อีก เป็นอยู่อย่างนี้ ไม่มีความสงบ

ตั้งใจมั่นได้เลย ผู้ทำให้จิตมีความสงบได้ก็จะมีความสุข มีความยินดีพอใจในความสุขของความสงบนั้น ถึงจิตจะเริ่มถอนออกจากความสงบมาก็ไม่ยากให้จิตถอน แต่จำเป็นก็ต้องถอน เพราะเป็นสิ่งที่ไม่เที่ยง

เหมือนกับการนอนหลับ เมื่อถึงจุดอึดตัวในการนอน จำเป็นก็ต้องตื่น ถ้าผู้มีงานที่เตรียมพร้อมไว้แล้ว ก็จะเริ่มทำงานต่อไปได้เลย นี่ฉันทิ จิตที่ถอนออกจากความสงบออกมาแล้ว ผู้ที่เคยได้ฝึกปัญญาสมาธิเตรียมไว้แล้ว ก็น้อมจิตพิจารณาในปัญญาต่อไปได้เลย

บางคนเมื่อจิตได้ถอนออกจากความสงบแล้ว ก็มีความเสียดาย ในความสุขที่มีอยู่ในความสงบนั้นๆ อยากจะทำสมาธิให้จิตมีความสงบต่อไป พยายามทุกอย่าง จะต้องทำสมาธิให้จิตมีความสงบให้ได้ จะได้มีความสุขในความสงบของสมาธิต่อไป นี้เองจึงเรียกว่า โมหสมาธิ มีความหลงในความสุข และหลงอยู่ในความสงบจนลืมนั่น ผู้ทำสมาธิต้องมีปัญญาศึกษาให้เข้าใจ ไม่เช่นนั้นจะหลงอยู่ในความสงบสุขต่อไป จะนั่งได้เหมือนหัวตอ ไม่มีปัญญาจะนำมาพิจารณาในหลักสัจธรรมความเป็นจริงนี้เลย

สมาธิความสงบเป็นหลักสากล

การทำสมาธิความสงบนี้เป็นหลักสากลทั่วไป มีมาก่อนพระพุทธศาสนาเกิดขึ้นในโลก ในสมัยเจ้าชายสิทธัตถะประสูติมาไม่กี่วัน ก็มีกบิลดาบสผู้มีความชำนาญในการทำสมาธิเข้ามากราบไหว้ ดูลักษณะของเจ้าชายแล้ว ก็รู้ว่าเจ้าชายนี้เป็นผู้มีบุญวาสนาบารมี จะได้ออกผนวชตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้าในชาตินี้จะทรงมีปัญญาญาณรู้แจ้งเห็นจริงในพระสัทธรรมทั้งหลาย จะได้แสดงธรรมโปรดในหมู่มนุษย์ให้เกิดความรู้แจ้งเห็นจริงในพระสัทธรรม นำหมู่มนุษย์เข้าสู่กระแสแห่งมรรคผลนิพพานเป็นจำนวนมาก กบิลดาบสแสดงความเสียใจว่า จะมีอายุอยู่ได้ภายใน ๗ วันก็ต้องตาย มีความเสียใจว่าเราจะไม่มีอายุอยู่ฟังธรรมของเจ้าชายนี้เลย

เมื่อเจ้าชายสิทธัตถะมีพระชนมายุ ๒๙ พรรษา ทรงมีโอกาสดำเนินเยี่ยมชมกรุงกบิลพัสดุ์เป็นครั้งแรก เป็นครั้งที่เปลี่ยนแปลงชีวิตความเป็นอยู่ของฆราวาสที่สำคัญ นั่นคือได้เห็นคนแก่ เห็นคนเจ็บป่วย เห็นคนตาย และเห็นสมณพราหมณ์ผู้ถือบวชตามตำราที่ได้กล่าวเอาไว้ เมื่อเห็นอย่างนี้จึงเกิดความนึกคิดขึ้นที่ใจ นั่นหมายถึงปัญญาในทางธรรมได้เริ่มเกิดขึ้นแล้ว โดยไม่ต้องนึกคำบริกรรมทำสมาธิให้จิตมีความสงบแต่อย่างใด จึงทรงพิจารณาทบทวนดูคนแก่ คนเจ็บป่วย คนตาย และนักบวชนั้น โอปนยิโก น้อมเข้ามาหาดูพระองค์เอง จึงทรงเกิดความสลดสังเวชขึ้นมาที่ใจว่า เราก็คงต้องแก่ เจ็บ ตาย เหมือนคนกลุ่มนั้นในครั้งนั้น ทรงคิดทบทวนอยู่ตลอดเวลาว่าจะต้องเป็นอย่างนี้เหมือนกัน จึงตัดสินพระทัยออกผนวช เพื่อจะหาวิธีแก้ไขไม่ให้เกิดการแก่ เจ็บ ตาย อีกต่อไป

จึงทรงออกผนวชที่ฝั่งแม่น้ำอนาโณมา เมื่อผนวชแล้วก็แสวงหาครูผู้สอน จึงทราบข่าวของดาบสทั้งสอง ก็ได้ทรงศึกษาวิธีปฏิบัติกับดาบสนั้น ดาบสก็สอนในวิธีทำสมาธิให้ในชั้นตอนต่างๆ พระองค์ก็ทรงปฏิบัติตาม ทำสมาธิความสงบจนมีความชำนาญในวิธีการทำสมาธิ และมีความชำนาญในการทำฌาน เป็นรูปฌาน

อรุณมาน มีความชำนาญมากทีเดียว พระองค์ทรงทำอยู่อย่างนี้ นานถึงห้าปีกว่า ขณะทำสมาธิความสงบอยู่นั้น ก็เลสตัณหาน้อย ใหญ่เหมือนได้หมดไป มีแต่ความสุขความสบายตลอดเวลา เมื่อจิตถอนออกจากความสงบในฌานแล้ว อำนาจของสมาธิ อำนาจของฌานก็เสื่อมไป ก็เลสตัณหาน้อยใหญ่ก็ฟูขึ้นมาที่ใจ ตามเดิม เป็นอยู่ในลักษณะนี้เรื่อยมายาวนาน พระองค์จึงทรงคิด ได้ว่า วิธีนี้ไม่ใช่เป็นแนวทางที่จะตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้าแต่อย่างใด ไม่เป็นวิธีที่จะละกิเลสตัณหาให้หมดไปจากใจได้ พระองค์จึงทรง ลาดาบสทั้งสองไปเสีย เพื่อหาอุบายวิธีใหม่ เพื่อจะได้ตรัสรู้ต่อไป

ให้พวกเราได้ศึกษาดูว่า พระองค์ทรงสร้างบารมีในปัญญาธิกะ มีนိสัยทางปัญญาเต็มเปี่ยมแล้วอย่างสมบูรณ์ เมื่อพระองค์ทรง ทำสมาธิมีความสงบลึกละเอียดถึงขนาดนั้น ปัญญาของพระองค์ ก็ไม่ได้เกิดขึ้นแต่อย่างใด ทำไมพวกเราจึงมาเข้าใจแหวกแนวว่า ปัญญาเกิดจากสมาธิเล่า หรือเราจะยิ่งกว่าพระพุทธเจ้าอย่างนั้นหรือ ทำไมไม่ศึกษาประวัติของพระพุทธเจ้าดูบ้าง เพื่อจะได้แก้ ความเข้าใจผิด แก้วความเห็นผิดของตัวเราได้ มิใช่จะไปนั่งหลับตา โดยไม่ต้องศึกษา ใครว่าอะไร สอนอย่างไร ก็เชื่อตามโดยไม่มี เหตุผล

เมื่อพระองค์เสด็จจากดาบสไปแล้ว ก็ไปศึกษาจากลัทธิอื่นๆ อีกหลายวิธีทีเดียว มีวิธีหนึ่งที่พระองค์ทรงคิดว่าจะจะเป็นแนวทาง ตรีสรูได้ นั่นคือการอดนอน อดอาหาร อยู่ที่ดงคสิริ จนพระวรกาย ชุบผอม แทบจะสิ้นพระชนม์ ที่เรียกว่าบำเพ็ญทุกรกิริยา ถึงขนาดนั้นก็ยังไม่สำเร็จตรีสรูได้ จึงปรากฏนิมิตเห็นพระอินทร์ เอาพิณสามสายมาตัดให้ดู สายหนึ่งหย่อนยานไป เสียงพิณก็ดัง ไม่ไพเราะ อีกสายหนึ่งหมุนตึงเกินไป เสียงพิณก็ไม่ไพเราะอีก เช่นกัน อีกสายหนึ่งไม่ยานและไม่ตึง เสียงมีความไพเราะเสนาะ ดี พระองค์ทรงตีความหมายในนิมิตนั้นได้ถูกต้อง ว่าหย่อนยาน ในการปฏิบัติหรือปฏิบัติเคร่งมากเกินไป ทั้งสองวิธีนี้จะไม่เป็น ไปในการตรีสรูได้เลย พระองค์ต้องทรงปฏิบัติในมัชฌิมาคือ ความพอดี พระองค์ก็หยุดทำในวิธีนั้น กลับมาฉันอาหารตาม ปกติต่อไป

เมื่อปัญจวัคคีย์หลบหนีไปแล้ว พระองค์ทรงคิดหาวิธีปฏิบัติ ด้วยพระองค์เอง จึงได้รู้วิธีที่ถูกต้องอย่างมั่นใจว่าเป็นแนวทางที่ จะตรีสรูเป็นพระพุทธเจ้าแน่นอน คิดได้ในช่วงพระองค์ทรงเสด็จ ภาตทองคำที่ทวนกระแสน้ำนั่นเอง จึงโอปนยโก น้อมมาพิจารณา ในคำว่าทวนกระแสน้ำ การปล่อยใจให้เกิดความยินดีผูกพันใน

สิ่งใด จะทำให้ใจลอยไปตามกระแสโลกาที่สิ้นสุดไม่ได้ พระองค์ทรงหวนคิดพิจารณาย้อนหลัง เมื่อครั้งพระองค์หนีออกจากกรุงกบิลพัสดุ์ จากพระนางพิมพาและพระราหุลเพื่อออกผนวช พระองค์ทรงใช้ปัญญาพิจารณาู้เห็นความจริง ในจุดนี้เองที่พระองค์ได้ค้นพบในแนวทางของวิปัสสนา อันเป็นหลักปฏิบัติที่ค้นพบรู้อได้ด้วยพระองค์เอง โดยไม่มีใครเป็นครูสอนแต่อย่างใด ที่เรียกว่าหลักของปัญญา วิธีการทำสมาธิที่เคยทรงฝึกกับดาบสมา พระองค์ก็ทำเพื่อเสริมปัญญาเท่านั้น

หลักการทำสมาธิ มิใช่เป็นวิธีที่ทรงค้นพบด้วยพระองค์เอง แต่อย่างใด เป็นวิธีเดิมที่พระองค์เคยฝึกอยู่กับดาบสทั้งสองมาก่อน จะว่าเป็นวิธีของพวกดาบสฤๅษีก็ไม่ผิด พระองค์ทรงเห็นความสำคัญในการทำสมาธินี้ จึงได้นำมาเพื่อเป็นอุบายเสริมปัญญาเท่านั้น เพราะการทำสมาธิทำให้ใจเกิดมีพลัง ใจที่มีพลังจากสมาธินี้เอง จึงนำมาประกอบในการหนุ่่นปัญญา จึงทำให้ปัญญามีพลังในการพิจารณาในสังขารธรรมได้อย่างชัดเจนมากขึ้น มิใช่ว่าทำสมาธิให้จิตมีความสงบได้แล้ว ปัญญาจะเกิดขึ้นตามที่เข้าใจกัน

หลักของวิปัสสนานี้ จะมีเฉพาะของพุทธศาสนาเท่านั้น

ศาสนาอื่น ลัทธิอื่น จะมาเลียนแบบเอาอย่างตามไม่ได้เลย เป็นหลักเฉพาะผู้ปฏิบัติที่จะเข้าถึงมรรคผลนิพพานเท่านั้น ศาสนาอื่นลัทธิอื่นไม่มีสิทธิ์ทำได้แบบนี้ ส่วนหลักการทำสมาธิ เป็นวิธีทำกันได้ทั่วไป คนมีศีลก็ทำสมาธิให้จิตมีความสงบได้ คนไม่รู้เรื่องศีลก็ทำสมาธิให้จิตมีความสงบได้เช่นกัน เช่น พวกดาบสฤๅษี เป็นต้น สมาธิเป็นหลักสาธารณะทั่วไป ไม่ผูกขาด ไม่จำกัดบุคคล ไม่จำกัดชาติและศาสนาอะไร การทำฌาน อภิญญา ก็เช่นกัน ผู้มีนิสัยในทางนี้ก็ย่อมทำให้เกิดได้เหมือนกัน เป็นหลักวิธีทำเพื่อหลบอารมณ์ที่เป็นทุกข์ไปชั่วขณะหนึ่งเท่านั้น

พวกดาบสฤๅษีเขาทำกันอยู่ก็เพราะเขาไม่รู้วิธีดีกว่านี้ เขารู้เท่านี้ก็ทำอยู่อย่างนี้ เพื่อให้มีความสุขใจไปวันๆ เท่านั้น พวกชาวพุทธที่ไม่ได้ศึกษาวิธีปฏิบัติให้ถึงซึ่งความพ้นทุกข์ไปได้ ศึกษารู้เพียงสมาธิเท่านี้ ก็สอนกันอย่างนี้ และพากันปฏิบัติได้เพียงเท่านี้ ถึงอย่างไรก็ยังดีกว่าที่ไม่ปฏิบัติเลย ให้ฝึกทำเพื่อเสริมสร้างบารมีให้แก่ตัวเองเอาไว้ ในชาติหน้า เมื่อได้เกิดร่วมศาสนาของพระพุทธเจ้าองค์ใดองค์หนึ่ง ก็มีสิทธิ์บรรลุธรรมได้

สมาธิ ฌาน

สมาธิที่โยงเข้าเป็นฌานนั้น ผู้ปฏิบัติก็ต้องศึกษาให้เข้าใจ เอาไว้ไม่เช่นนั้นจะหลงติดอยู่ในสมาธิความสงบ และหลงติดอยู่ในฌานต่อไป การศึกษาต้องแยกสมาธิความสงบกับฌานออกจากกัน ให้รู้จักวิธีแต่ละอย่างว่ามีความแตกต่างกันอย่างไร ไม่เช่นนั้นจะไม่รู้ว่าอะไรเป็นฌาน อะไรเป็นสมาธิ

การทำสมาธิก็เป็นหลักเดียวกันตามที่พวกเราทำอยู่ในขณะนี้ ทำสมาธิก็เพื่อให้จิตมีความสงบเท่านั้น การนึกคำบริกรรมก็เพื่อให้จิตมีสติได้เกาะอยู่ในปัจจุบัน ไม่ให้จิตคิดวอกแวกแผ่สายไปมา ไม่ให้คิดในเรื่องอดีตที่ผ่านมาไป ไม่ให้จิตได้คิดในเรื่องอนาคตที่ยังไม่มาถึง ให้จิตระลึกอยู่กับคำบริกรรมในปัจจุบัน ให้ฝึกทำอยู่อย่างนี้บ่อยๆ จนเกิดความเคยชิน ต่อไปจิตก็จะค่อยเป็นสมาธิ

มีความสงบไปเอง

คำว่าฌาน หมายถึงกำหนดจิตให้มีสติเพ่งดูสิ่งใดสิ่งหนึ่ง การฝึกเพ่งใหม่ๆ ให้เพ่งสิ่งภายนอกอย่างใดอย่างหนึ่งก็ได้ เพ่งจนติดตาติดใจในสิ่งนั้นๆ ให้รู้เห็นเป็นจุดเดียว เพ่งจนให้เกิดความชำนาญ แล้วน้อมเข้ามาเพ่งในร่างกายส่วนใดส่วนหนึ่ง เพ่งร่างกายในส่วนไหนก็กำหนดจิตให้มีสติเพ่งดูอยู่กับจุดนั้นๆ ให้รู้เห็นว่าจุดที่เราเพ่งมีสีและลักษณะเป็นอย่างไร ในครั้งแรก ให้กำหนดเพ่งเป็นจุดเล็กๆ เอาไว้ เมื่อมีความชำนาญจึงขยายในการเพ่งออกไป ให้รู้เห็นชัดทั่วร่างกายยิ่งดี นี่เป็นวิธีฝึกเพ่งในรูปวิธีการเพ่งในนาม ให้ใช้สติกำหนดรู้อยู่กับอารมณ์ของใจ อารมณ์ของใจมีลักษณะใด ก็ให้กำหนดสติเพ่งดูให้รู้อยู่ในขณะนั้น

วิธีการฝึกฌานนี้มีขั้นตอนมาก และเป็นวิธีที่จะปฏิบัติตามได้ยาก ถ้าอยากรู้ในรูปแบบต่างๆ ให้ไปศึกษาในตำรา มีขั้นตอนปฏิบัติเป็นปฐมฌาน ทุตติยฌาน ตติยฌาน จตตถฌาน ที่เรียกว่ารูปฌาน ฌานในระดับสูงขึ้นไป ได้แก่ อากาสาณัญจายตนะ วิญญาณัญจายตนะ อากิญจัญญายตนะ เนวสัณญานาสนัญญายตนะ ที่เรียกว่าอรูปฌาน การทำฌานในยุคนี้ยากที่จะมีผู้ทำได้ หรือ

ทำได้แล้วก็จะหลงติดอยู่ในฉนวนต่อไป ไม่มีใครจะมาช่วยแก้ไข
ให้ออกจากฉนวนได้เลย

เมื่ออธิบายในเรื่องของฉนวน ก็ต้องอธิบายถึงเรื่องอภิญา
เพราะมีความเกี่ยวโยงถึงกัน บางคนมีความชำนาญในฉนวนแต่
ไม่ชำนาญในอภิญา บางคนมีความชำนาญในอภิญาแต่ไม่
ชำนาญในฉนวน บางคนชำนาญในฉนวนและมีความชำนาญใน
อภิญาด้วย ฉนวน อภิญา มีฐานที่เกิดขึ้นจากสมาธิความสงบ
ด้วยกัน ผู้ทำสมาธิมิใช่จะมีฉนวน มีอภิญา เหมือนกันทุกคน
เป็นเพราะบารมีที่ได้บำเพ็ญมาไม่เหมือนกัน อภิญามีหลายอย่าง
เช่น

๑. จักขุญาณ คือญาณทางตา หมายถึงตาทิพย์เกิดขึ้น
อยาก رؤ้อยากเห็นในสิ่งใดก็กำหนดจิตดูได้ อยากจะเห็นรูปเทวดา
รูปสัตว์นรก หรือดูรูปอื่นใดก็ได้

๒. โสตญาณ เป็นญาณทางหู เรียกว่าหูทิพย์ ก็ออกมาจาก
จิตเช่นกัน อยากฟังเสียงอะไรก็กำหนดจิตฟังเสียงได้

๓. เจโตปริยญาณ กำหนดจิตดูความคิดของคนอื่นได้

๔. อิทธิวิธิ มีฤทธิ์ที่จะดำดินเหาะเหินเดินไปตามอากาศได้

๕. มโนมยิทธิ มีฤทธิ์ทางใจ กำหนดจิตออกเป็นรูปหลายๆ

คนได้

๖. จตุปปาตญาณ กำหนดจิตรู้วิญญูณที่จะไปเกิดในภพ
ต่างๆ ได้

๗. ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ กำหนดจิตระลึกชาติที่ผ่าน
มาได้

อภิญญาที่อธิบายมานี้เป็นเพียงญาณชั้นโลกีย์เท่านั้น
ไม่เกี่ยวกับมรรคผลนิพพานแต่อย่างใด เพียงเป็นของเล่นเท่านั้น
ถ้าพระอรียเจ้าท่านมีอภิญญานี้ ก็เพื่อแสดงปราบทัญญูมานะของ
คนเท่านั้น ตามปกติท่านจะไม่เล่นและแสดงออกมาให้คนได้รู้

อภิญญาเป็นผลที่เกิดจากสมาธิ เกิดขึ้นได้เฉพาะผู้ที่เคย
ได้สร้างบารมีมาทางนี้เท่านั้น ผู้ที่ไม่มีนิสัยสร้างบารมีมา ถึงจะ
ทำสมาธิมีจิตสงบละเอียดขนาดไหน ก็จะไม่เกิดอภิญญานี้
แต่อย่างใด ฌาน อภิญญา นี้จะเกิดขึ้นได้ทั้งพระอรียเจ้าและ
เกิดขึ้นได้ทั้งปุถุชน ไม่ได้ผูกขาดในชาติ ศาสนา หรือผู้ไม่นับถือ
ศาสนาอะไรก็ทำให้ฌาน อภิญญา เกิดขึ้นได้ ถ้าหากท่านเหล่านั้น
เคยสร้างนิสัยบารมีมาในทางนี้

การทำสมาธิความสงบ การทำฌาน การที่มีอภิญญา ผู้ที่
ไม่ได้ศึกษาให้ละเอียดหรือศึกษามาแบบผิวเผินก็จะเข้าใจว่าเป็น

ของศาสนาพุทธโดยตรง ที่จริงแล้วพวกดาบสฤๅษีเขาทำกันมาก่อนพระพุทธศาสนาจะเกิดขึ้นในโลก ชาวพุทธส่วนใหญ่ยังไม่เข้าใจ จึงนำมาสอนกันอย่างเอาจริงเอาจังเลยทีเดียว ถ้าหากทำได้จริงก็จะหยุดอยู่เพียงเท่านั้น จะผ่านไปให้ถึงมรรคผลนิพพานไม่ได้เลย เพราะผู้เป็นอย่างนี้จะมีทิฏฐิमानะสูงมาก จะเกิดโอหัง อลังการใหญ่โต จะไม่ยอมก้มหัวให้ใครๆ เป็นผู้เย่อหยิ่งจองหอง ลำพองตัวมากที่สุดทีเดียว จะมีความเชื่อมั่นในตัวเอง ใครจะพูดว่าผิดไม่ได้เลย จะแสดงออกมาด้วยความไม่พอใจทันที

ถ้ามีผู้ปฏิบัติให้ฉาน อภิญญา เกิดขึ้นได้ในยุคนี้ คณะลูกศิษย์ก็จะพยากรณ์ให้เป็นพระอรหันต์ไปในทันที ลากสักการะก็จะไหลมาเทมามากมายจนเหลือล้น พวกชาวพุทธส่วนใหญ่มีการศึกษาในหลักพุทธศาสนาน้อยมาก ใครปฏิบัติได้โดยวิธีแปลกๆ ก็จะตื่นเต้นเชื่อว่าเป็นผู้มีคุณธรรมในทันที นี่คือการศึกษาระวัติของพระอรหันต์นั่นเอง จึงเป็นนิสัยที่เชื่อง่าย โดยไม่ได้คิดพิจารณาในเหตุผลอะไร จึงเป็นศรัทธาวิปยุต เชื่ออะไรโดยไม่ได้ใช้ปัญญามาดำริตรตรอง จึงเป็นความเชื่อที่มงายขาดเหตุและผล เชื่อแบบมงคลตื่นข่าวเป็นกระต่ายตื่นตูมไป

ศาสนาพุทธเป็นคำสอนที่เชื่อในเหตุผล จะเชื่อในสิ่งใดจะ

ต้องใช้ปัญญามาวิเคราะห์วิจัยให้รู้เห็นความจริง เป็นหลักธรรม
วิจารณ์ใคร่ครวญ ไม่ได้สอนให้เชื่อเพียงอย่างเดียวเหมือนศาสนาอื่น
อย่าเป็นชาวพุทธแบบนกแก้วนกขุนทอง ใครจะเป็นอย่างไรหรือ
สอนอย่างไรก็จะเชื่อตามไปเสียทั้งหมด ศรัทธาความเชื่อก็ให้เชื่อ
ในสิ่งที่ควรเชื่อเท่านั้น

ฉะนั้น ต้องมีการศึกษาด้วยสุตมยปัญญา จึงเป็นจุดเริ่มต้น
ที่สำคัญ ถ้าศึกษามาผิดก็เกิดความเข้าใจผิด เกิดความเห็นผิด
เกิดขึ้น เมื่อนำไปปฏิบัติก็เกิดเป็นมิจฉาปฏิบัติที่ผิดต่อไป
ถ้าศึกษามาถูก ก็เกิดความเข้าใจถูก และเกิดความเห็นถูก
เกิดขึ้นเช่นกัน เมื่อนำมาปฏิบัติ ก็จะเป็นสัมมาปฏิบัติอย่างถูกต้อง
ชอบธรรมต่อไป

เจโตวิมุตติ

ผู้มีนิสัยเป็นเจโตวิมุตติ ในอดีตชาติที่ผ่านมาเคยเป็นดาบสฤๅษีมาก่อน ได้บำเพ็ญสมาธิ มีฌาน อภิญญา มาจนเป็นนิสัย ไม่เคยฝีกสติปัญญาในการพิจารณาในสังขารมแต่อย่างใด มีแต่ตั้งใจทำสมาธิ ทำฌาน อภิญญา มาตลอด เมื่อท่านเหล่านี้ได้มาเกิดในยุคปัจจุบันนี้ การปฏิบัติก็จะมีนิสัยพอใจในการทำสมาธิ ความสงบ มีฌาน มีอภิญญาเกิดขึ้นตามนิสัยเดิม เมื่อฌานอภิญญาเกิดขึ้นแล้ว ก็จะเป็นทางตัน ปฏิบัติวอกวนไปมาอยู่ในสมาธิ วอกวนไปมาอยู่กับฌานอภิญญาเท่านั้น จะไม่รู้จักทางออกเพื่อความหลุดพ้นเข้าสู่กระแสธรรมได้เลย จะมีการหลงติดอยู่อย่างนี้ไปจนตลอดวันตาย

ผู้มีนิสัยในทางเจโตวิมุตติ การปฏิบัติให้ถึงซึ่งมรรคผล

นิพพานได้ ท่านเหล่านี้ต้องไปเกิดในยุคสมัยที่พระพุทธเจ้าทรงพระชนมชีพอยู่ จึงจะได้บรรลุธรรมในมรรคผลนิพพานได้ เพราะท่านเหล่านี้ยังติดอยู่กับความสงบ ติดอยู่ในฌาน จะมาฝึกสอนให้ใช้สติปัญญาพิจารณาในสังขารตามความเป็นจริงในทีเดียวนั้นไม่ได้ พระพุทธเจ้ามีความรอบรู้ในวิธีการสอนท่านเหล่านี้เป็นอย่างดี พระองค์จะต้องสอนให้ทำสมาธิความสงบ ให้ทำฌานจนถึงที่สุด เมื่อถึงที่สุดของฌานแล้ว จะทำต่อไปอีกไม่ได้ จึงเรียกว่าเป็นทางตัน เมื่อถึงทางตันก็จะมี การปฏิบัติแบบกววนไปมา ก็จะเริ่มตั้งต้นในการทำฌานใหม่ เหมือนกับตาบอดพายเรืออยู่ในสระหาทางออกไม่ได้เลย

ในจุดนี้เองพระพุทธเจ้าจึงจะทรมานให้กลับใจได้ จะตรัสในเชิงตำหนิให้ขบคิดเพื่อให้ท่านเหล่านั้นมีความสำนึกตัวว่า การทำสมาธิความสงบ การหลงติดอยู่ในฌาน จะเกิดความสุขทางใจได้ไม่นานก็จะเสื่อมไป วิธีการทำอย่างนี้ เราตถาคตได้ทำมาก่อนแล้ว ไม่ใช่แนวทางที่จะละอาสวกิเลสตัณหาให้หมดไปจากใจได้ มิใช่แนวทางที่จะได้บรรลุธรรมเป็นพระอรหันต์เจ้าที่จะหลุดพ้นเข้าสู่มรรคผลนิพพานแต่อย่างใด ในเมื่อชีวิตตายไปก็จะได้เป็นพรหมมีอายุยืนยาว เมื่อเสื่อมจากพรหมก็จะได้มาเกิดใน

โลกนี้ต่อไป หลงใหลอยู่ในโลกนี้โดยไม่มีจุดหมายปลายทาง จะลอยไปตามกระแสโลกไป ไม่มีที่สิ้นสุดลงได้

ในเมื่อท่านเหล่านั้นได้ฟังคำดำหนಿಯ่างนี้ จึงเกิดความสำนึกตัวขึ้นมา จึงยอมปฏิบัติตามในอุบายวิธีที่พระพุทธเจ้าได้อบรมสั่งสอน พระพุทธองค์ทรงให้อุบายในการปฏิบัติต่อไปดังนี้ การทำสมาธิจิตมีความสงบแล้ว ให้จิตอยู่ในความสงบนั้น อีกไม่นานก็จะมี การถอนตัวออกมา ในขณะที่ยังถอนตัว ให้มีสติกำหนดเอาไว้ อย่าให้ถอนออกมาหมด ให้กำหนดจิตอยู่ในสมาธิความตั้งใจ มั่นที่เรียกว่า อุปจารสมาธิ แล้วใช้ปัญญาพิจารณาให้รู้เห็นโทษในการทำมาน ว่ามิใช่เป็นแนวทางที่จะละอาสวกิเลส ตัณหาให้หมดไปจากใจได้

การทำสมาธิความสงบ การหลงติดอยู่ในฌาน เหมือนกับ ก้อนหินทับหญ้าเอาไว้ เมื่อยกหินออกจากที่นั่นไป หญ้าก็จะ เกิดขึ้นมาในที่นั้น นี้ฉันใด จิตที่หลงติดอยู่ในความสงบของสมาธิ หลงอยู่ในฌาน ก็เป็นเพียงทับกิเลสตัณหาเอาไว้ ฉะนั้น เมื่อ สมาธิความสงบและฌานเสื่อมไป กิเลสตัณหาน้อยใหญ่ก็เกิดขึ้น มาที่ใจตามเดิม

ท่านเหล่านั้นก็จะใช้ปัญญาพิจารณาให้รู้เห็นในความเป็นจริง

ในสังฆธรรม ในธาตุสี่ชั้นห้า ให้เป็นไปในอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา
พิจารณาให้รู้เห็นว่าร่างกายนี้มีแต่สิ่งสกปรกโสโครก อีกไม่นาน
ก็จะลงทัณฑ์ในแผ่นดิน เน่าเปื่อยผุพังกลายเป็นธาตุเดิมของโลก
ต่อไป เมื่อท่านเหล่านั้นใช้ปัญญาพิจารณาอยู่อย่างนี้บ่อยๆ ก็จะ
เกิดนิพพิทา ความเบื่อหน่ายคลายออกจากความกำหนัดยินดี
จิตก็จะหลุดพ้นเข้าสู่แห่งวิมุตตินิพพาน จึงให้นามพระอรหันต์
จำพวกนี้ว่า เจโตวิมุตติ คือผู้ที่ทำได้ทำสมาธิความสงบและทำฌาน
มาก่อน แล้วมาใช้ปัญญาพิจารณาในสังฆธรรมในภายหลัง เมื่อได้
สำเร็จเป็นพระอรหันต์แล้ว จะเล่นอยู่ในฌาน เล่นอยู่กับอภิปัญญา
ก็ไม่มีปัญหาอะไร

มโนสมาธิ

ในยุคนี้สมัยนี้ ผู้ปฏิบัติยังไม่รู้ตัวเองว่ามีนิสัยอะไร เมื่อตัวเองมีนิสัยปัญญาวิมุตติ แต่ไปปฏิบัติในวิธีของผู้มีเจโตวิมุตติ จะไม่เกิดผลในทางปฏิบัติแต่อย่างใด หรือผู้มีนิสัยเจโตวิมุตติ จะไปปฏิบัติในวิธีของผู้มีปัญญาวิมุตติ การปฏิบัติก็จะได้ไม่ได้รับผลเช่นกัน ฉะนั้น ผู้ปฏิบัติต้องศึกษาวิธีสังเกตตัวเองว่าเรามีนิสัยอะไร เมื่อเข้าใจแล้ว ก็ต้องปฏิบัติให้เป็นไปตามนิสัยของตัวเองได้ ผลของการปฏิบัติจึงจะเกิดขึ้น จะไม่ทำให้เสียเวลา

ในสมัยครั้งพุทธกาล ส่วนมากจะเป็นนิสัยปัญญาวิมุตติ การปฏิบัติได้หลุดพ้นด้วยปัญญาถึง ๗๐ เปอร์เซนต์ ให้ศึกษาคูในพระสูตร ในเรื่องของพระอรียเจ้าผู้ได้บรรลุธรรมทั้งพระและฆราวาส ในระดับภูมิธรรมพระโสดาบัน พระสกิทาคามี

พระอนาคามี และพระอรหันต์ จะรู้ได้ทันทีว่าบรรลุดรรมด้วยปัญญาวิมุติเป็นส่วนมาก

เมื่อได้ฟังธรรมอยู่ในขณะนั้น บางท่านบางกลุ่มก็ได้สำเร็จเป็นพระอริยเจ้าได้เลย หรือใช้ปัญญาพิจารณาปฏิบัติต่อไปไม่นานนักก็ได้บรรลुเป็นพระอริยเจ้าเช่นกัน ฉะนั้น ขอให้ผู้ปฏิบัติได้ทบทวนในวิธีการปฏิบัติของตัวเองเสียใหม่ เพื่อจะได้ปรับปรุงแก้ไขในอุบายวิธีในการปฏิบัติของตัวเอง จะได้ไม่เสียเวลาในการปฏิบัติธรรม ในยุคนี้ ผู้สอนและผู้ปฏิบัติจะทำงานในวิริยเจโตวิมุติเท่ากัน ถ้าผู้มีนิสัยปัญญาวิมุติไปปฏิบัติอย่างนี้ จะไม่เกิดผลของการปฏิบัติแต่อย่างใด

ผู้ปฏิบัติต้องสังเกตดูใจตัวเองว่า ในช่วงขณะเรานี้ก็ค่าบริการรรมใจมีความตั้งมั่นได้แล้ว ในขณะนี้ใจเรามีความต้องการสงบ หรือใจเราชอบในการคิด ถ้าใจเราชอบอยู่ในความสงบ ก็น้อมใจให้ลงสู่ความสงบต่อไป เมื่อใจได้ถอนออกจากความสงบแล้ว ก็น้อมใจไปในการพิจารณาด้วยปัญญาได้เลย นี่เป็นพวกเจโตวิมุติพวกปัญญาวิมุติ เมื่อจิตมีความตั้งมั่นได้แล้ว ชอบมีความคิดเกิดขึ้น ถ้าเป็นในลักษณะนี้ ก็ให้หยุดในการทำสมาธิ น้อมใจใช้ปัญญาพิจารณาในสังขารต่อไปได้เลย เพราะนิสัยเราเป็น

อย่างนี้ จะบังคับให้ใจมีความสงบ ก็จะไม่มีความสงบอยู่นั่นเอง
 การทำสมาธิในยุคนี้อาจมีหลายสำนักที่สอนภาคปฏิบัติมีความแตกต่างกันไป และต่างกันไปในสมัยครั้งพุทธกาลอยู่มาก
 ในยุคนั้นทำสมาธิไม่ให้ความอยาก ที่ในยุคนี้ทำสมาธิเพื่อให้เกิดความอยาก เช่น อยากให้ฌานอภิญญาเกิดขึ้น อยากให้ใจมีความบริสุทธิ์ อยากละกิเลสตัณหาให้หมดไปจากใจ อยากให้ปัญญาเกิดขึ้นจากสมาธิ เข้าใจว่า ถ้าปัญญาได้เกิดขึ้นแล้ว ก็จะไปละกิเลสตัณหาน้อยใหญ่ให้หมดไปจากใจได้ ก็จะสำเร็จเป็นพระอริยเจ้าเกิดขึ้นมาเอง

ความเห็นในลักษณะนี้มีความแตกต่างจากคำสอนเดิมของพระพุทธเจ้าอยู่มาก ในสมัยครั้งพุทธกาล พระพุทธเจ้าได้ทรงสอนใครที่ไหน ไม่มีใครเกิดปัญญาขึ้นมาจากความสงบนี้เลย ไม่มีพยานบุคคลเป็นตัวอย่าง ขอให้ศึกษาประวัติของพระอริยเจ้าให้เข้าใจ ไม่เช่นนั้นจะมีคนเกิดความเข้าใจผิดและความเห็นผิดต่อไป

ทำไมจึงสอนและปฏิบัติอยากรู้เห็นในนิมิตนั้นๆ เมื่อออกจากสมาธิแล้ว ครูสอนจะถามว่าเป็นอย่างไร เห็นอะไรบ้างไหม เห็นเป็นลักษณะใด ถ้าผู้มีนิมิตให้เห็นก็พูดไปตามนั้น เห็นเป็น

ห้องฟ้าบ้าง เห็นเป็นเทวดาบ้าง เห็นนรกเห็นเปรตบ้าง และเห็น
ลูกกลมๆ ใสๆ บ้าง และเห็นแตกต่างกันไป ผู้ที่ยังไม่เห็น
ก็อยากจะเห็น เป็นอันว่าทำสมาธิเพื่ออยากเห็น ในบางแห่งก็
สอบอารมณ์ว่า อารมณ์อย่างนั้นเป็นฉานนั้น ได้ขั้นนี้ไป ในครั้ง
พุทธกาล พระพุทธเจ้าทรงตั้งพระสาวกองค์ไหนไปสอบอารมณ์
อย่างนี้ และมีอีกหลายวิธีในการทำสมาธิแตกต่างกันไปในสมัย
ครั้งพุทธกาล ทำสมาธิเพื่อนำมาเสริมปัญญาเท่านั้น มิใช่ว่า
ทำสมาธิเพื่อให้เกิดเป็นอย่างนั้น มีนิमितเป็นอย่างนี้ เหมือนยุค
ปัจจุบัน

วิปัสสนูปกิเลส ๑๐ อย่าง เกิดจากมิจฉาสมาธิ

การทำสมาธิ ถ้าไม่ได้ศึกษาให้ดี จะเกิดความหลงผิดได้ง่าย ถ้าทำสมาธิตามปกติธรรมดา ไม่ให้มีความอยาก ก็จะไม่มีความอยากอะไร ถ้าทำด้วยความอยากอย่างนั้น อยากอย่างนี้ ด้วยความจริงจังเมื่อไร ก็จะทำให้เกิดปัญหาทำให้เกิดเป็นวิปัสสนูปกิเลส ๑๐ อย่างขึ้นมา ผู้ภวานาไม่มีการศึกษาเอาไว้ จะไม่รู้เลยว่า การภวานาของตัวเองผิดไป จะมีความตั้งใจที่จริงจังหวังผลให้เกิดขึ้นอย่างเต็มที่ นี่เกิดจากมิจฉาทิฏฐิ ความเห็นผิดที่ไม่ได้แก้ไข จึงได้เกิดเป็นมิจฉาสมาธิ ความตั้งใจมั่นที่ผิด จึงกลายเป็นวิปัสสนูปกิเลส ๑๐ อย่าง ดังนี้

๑. โอภาส เมื่อจิตมีความสงบในสมาธิแล้ว จะเกิดมีแสงสว่าง

เกิดขึ้นในลักษณะต่างๆ จิตก็จะกำหนดรู้อยู่กับความสว่างนั้นๆ อย่างมีความสุข และนั่งอยู่ได้นาน จนกว่าความสว่างนั้นจะหายไป เมื่อความสว่างหายไป ใจก็ต้องถอน จะนั่งต่อไปให้จิตสงบอีก ไม่ได้ ใจจะมีความห่วงอาลัยในความสุขและความสว่างนั้นๆ นั่งสมาธิในครั้งต่อไปก็อยากให้ความสว่างนี้เกิดขึ้น เมื่อความสว่างไม่เกิดขึ้น จะนั่งสมาธิไม่ติดแต่อย่างใด จะเกิดความกังวล จิตฟุ้งซ่านรำคาญใจ เกิดความหงุดหงิด คิดอะไรเลื่อนลอย

๒. ปิติ เมื่อจิตมีความสงบในสมาธิแล้ว จะเกิดความเพลิดเพลิน เอิบอímใจในขณะนั้น จนออกจากสมาธิมาแล้ว ก็มีความเอิบอím เพลิดเพลินอยู่ตลอดเวลา ไม่มีความกังวลใจกับสิ่งใดๆ จะยืน เดิน นั่ง นอน อยู่ที่ไหน ก็มีความเอิบอímใจตลอดทั้งวันทั้งคืน จะไม่กินข้าวกินน้ำ ก็จะไม่มีความหิวแต่อย่างใด มีความอímใจยินดีในลักษณะนี้อยู่ตลอดเวลา อยากให้เป็นอยู่อย่างนี้ตลอดไป เกิดน้ำตาไหล มีขนพองสยองเกล้าในบางช่วงบางเวลา

๓. ปัสสัทธิ มีความสงบกายสังัดใจเป็นอย่างมาก มีความสงบเยือกเย็น ไม่มีความร้อนหนาวไปตามดินฟ้าอากาศแต่อย่างใด มีแต่ความสงบกายสังัดใจอยู่ตลอดเวลา ไม่มีอารมณ์ให้เกิดความเร้าร้อนทุกข็ใจแต่อย่างใด จะยืน เดิน นั่ง นอน อยู่

ในที่ไหน ก็มีความสงบกายสังัดใจอยู่ที่นั่น ไม่มีความรักความชังกับสิ่งใดๆ เหมือนกับกิเลสตัณหาได้หมดไปจากใจ ไม่มีอะไรจะให้เกิดความเศร้าหมองขุ่นมัว จะมีความพอใจยินดีอยู่ในลักษณะนี้อยู่ตลอดเวลา

๔. สุขะ จะมีความสุขกายมีความสุขใจเป็นอย่างยิ่ง ไม่มีความสุขใดในโลกนี้จะเสมอเหมือน จะยืน เดิน นั่ง นอน ในที่ไหน ก็มีแต่ความสุขอยู่ตลอดเวลา ชีวิตที่เกิดมาเพิ่งได้พบได้เห็นความยินดีพอใจในความสุขนี้ แทบจะตะโกนให้คนอื่นได้รับรู้ด้วย อยากให้ความสุขนี้มีอยู่กับตัวเองตลอดไป ไม่อยากให้ความสุขนี้ได้เสื่อมคลายสลายไป จะอยู่จะไปในที่ไหน ใจจะมีความเพลิดเพลินอยู่ในความสุขนี้ จะกินอยู่หลับนอนในที่ไหน ใจจะมีความสุขอยู่ในความสงบนี้อย่างฝังใจทีเดียว

๕. ญาณะ มีญาณรู้เกิดขึ้นที่ใจ ในบางครั้งความรู้เกิดขึ้นในทางโลก ในบางครั้งความรู้เกิดขึ้นในทางธรรม อยากรู้ในธรรมข้อไหนหมวดใด กำหนดถามใจก็จะให้คำตอบขึ้นมาทันที อยากรู้ในทางโลกอย่างไร กำหนดถามใจก็จะได้เช่นกัน ในบางครั้งจะมีญาณรู้เกิดขึ้นมาเองว่าจะมีเหตุการณ์เกิดขึ้นอย่างนั้นอย่างนี้ไปบางที่ก็รู้เป็นเรื่องในอดีต บางที่ก็รู้เป็นเรื่องในปัจจุบัน บางที่ก็รู้

เป็นเรื่องของอนาคต บางทีก็รู้ในเรื่องของตัวเองและเรื่องของคนอื่น อยากรู้เรื่องอะไร กำหนดถามใจ จะรู้ได้ทันที

๖. อธิโมกข์ น้อมใจเชื่อในสิ่งที่เกิดขึ้นว่าเป็นเรื่องจริง เชื่อว่าสิ่งที่เกิดขึ้นทั้งหมดเป็นแนวทางที่ถูกต้อง เป็นแนวทางที่จะให้ถึงซึ่งมรรคผลนิพพาน เป็นความเชื่อมั่นในตัวเองสูงมากทีเดียว โดยเฉพาะมีความเชื่อจากความรู้ที่เกิดขึ้นว่าเป็นของจริงไปเสียทั้งหมด ใครจะมาพูดว่าผิดก็จะโต้แย้งว่าตัวเองถูกต้องไป จึงได้เกิดเป็นทิฐิมานะ เชื่อในความรู้ของตัวเองอย่างฝังใจ จึงเป็นความเชื่ออย่างงมงายไปโดยไม่รู้ตัว แนวทางปฏิบัติอย่างไรก็จะปฏิบัติไปอย่างนั้น เพราะมีความเชื่อมั่นในการปฏิบัติของตัวเอง

๗. ปศุคหาหะ มีความเพียรอย่างโดดเด่นเข้มแข็งมาก จะเดินจงกรม จะนั่งสมาธิ จะมีความขยันหมั่นเพียรเป็นอย่างมากทีเดียว เป็นผู้มีความตั้งใจที่จริงจังในการปฏิบัติธรรม จะยืน เดิน นั่ง นอน จะปรารภความเพียรอยู่ตลอดเวลา มีความขยันอดทนเพื่อมรรคผลนิพพานอย่างแน่วแน่ทีเดียว จะอยู่ที่ไหน ไปในที่ใด จะไม่ลดละในความเพียรนี้อย่างเด็ดขาด ความเพียรในที่นี้หมายถึงทำให้เป็นสมาธิอยู่ทุกลมหายใจ ไม่หวั่นไหว ไม่สนใจกับสิ่งใดๆ ขอให้มีความเพียรตลอดทั้งคืนวันได้ยิ่งดี

๘. อุပ္ปัฐฐาน มีสติระลึกได้อย่างชัดเจนมาก จะเหยียดแขน
 คู้แขน มองหน้าเหลียวหลัง มีสติระลึกได้อยู่ตลอดเวลา การนึกคำ
 บริกรรมทำสมาธิ จะมีสติระลึกได้ไม่ให้เผลอ กำหนดลมหายใจเข้า
 กำหนดลมหายใจออก ก็มีสติระลึกได้เท่าทันกับลมหายใจ
 เข้าออก ลมหายใจเข้าออกสั้นยาว ก็มีสติระลึกได้อยู่ตลอดเวลา
 ความเคลื่อนไหวในร่างกายทุกส่วน คำพูดออกมาแต่ละประโยค
 มีสติระลึกได้เป็นอย่างดี จิตมีความนึกคิดในเรื่องอะไร คิดใน
 ทางโลกและคิดในทางธรรม คิดเรื่องส่วนตัวและเรื่องของผู้อื่น
 มีสติระลึกได้อยู่เสมอ แม้จะมีสติระลึกได้เท่าทันในการปฏิบัติ
 อยู่ก็ตาม ถ้าฐานเดิมยังเป็นมิจฉาทิฎฐิ ความเห็นผิดอยู่ ก็จะเป็น
 วิปัสสนูปกิเลสต่อไป

๙. อุเบกขา ความวางเฉยภายในใจ จะมีความเป็นกลาง
 ได้เป็นอย่างดี ไม่ว่าสิ่งใดมากระทบทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ
 จะไม่ยินดียินร้ายในสิ่งนั้นๆ ไม่มีความรักความชังกับใครๆ และ
 สิ่งใดๆ ทั้งสิ้น จะยืน เดิน นั่ง นอน ในอิริยาบถใด ใจจะวางเฉย
 ได้ตลอดทั้งคืนวัน จะมีคนพูดยกยอสรรเสริญหรือกล่าวร้าย
 อย่างไร ใจก็เพียงรับรู้ ไม่ได้ฟูไปตามอารมณ์ในคำพูดดีและชั่ว
 ใดๆ ใจไม่กำเริบในราคะตัณหา ไม่มีแนวความคิดพิจารณา

ด้วยปัญญาอะไรเลย จะอยู่คนเดียวเงียบๆ ไม่ชอบพูดคุยกับใครๆ ใจก็จะวางเฉยต่อสิ่งทั้งหลายนี้ไป

๑๐. นิกันติ จะเกิดความพอใจยินดีในสิ่งที่เกิดขึ้นทั้งหมด สิ่งที่เกิดขึ้นจากการเป็นไปจากข้อ ๑-๙ จะมีความภาคภูมิใจใน ผลการปฏิบัติของตนเอง เป็นคนที่มีความเชื่อมั่นในตัวเองสูงมาก มีความยินดีพอใจในลักษณะนี้เป็นอย่างมาก จึงได้เกิดความคิด ว่าเป็นของจริง มีความเชื่อถือว่าเป็นแนวทางที่ตรงต่อมรรคผล นิพพานอย่างมั่นใจ จะมอบกายถวายชีวิต อุทิศตัวในการปฏิบัติ อย่างนี้ไปจนกว่าชีวิตจะหาไม่ ใครจะมาแก้ไขในการปฏิบัติอย่างนี้ ไม่ได้เลย ถ้าผู้นั้นเป็นเพียงข้อ ๑ ถึงข้อ ๔ ก็พอมีทางแก้ไขกันได้ ถ้าเป็นข้อ ๕ ขึ้นไปจะยากในการแก้ไข ผู้เป็นในวิปัสสนูปกิเลสนี้ จะมีทิฐฐิมานะสูง จะเชื่อในการเป็นของตัวเองอย่างฝังใจทีเดียว

ฉะนั้น ผู้ปฏิบัติทั้งหลาย เมื่อได้อ่านการเกิดขึ้นของ วิปัสสนูปกิเลสทั้ง ๑๐ ข้อนี้แล้ว จะมีความคิดเห็นเป็นอย่างไร ให้ท่านได้พิจารณาตัดสินใจด้วยตนเอง ข้าพเจ้าเพียงชี้แนะ แนวทางที่ผิดถูกให้รับรู้เท่านั้น เพราะหลักการทำสมาธิมีมากมาย ในปัจจุบัน แต่ละสำนัก แต่ละชมรม ก็มีหลักวิธีทำสมาธิเป็นของ ตัวเอง การเกิดขึ้นของสมาธิมีลักษณะอย่างไร ให้พิจารณาให้ดี

เพราะการทำสมาธิจะมีความสงบเหมือนกันก็ตาม การเกิดขึ้นของนิมิตต่างๆ นั้นจะตีความหมายที่แตกต่างกันไป ผู้ไม่เข้าใจก็จะให้ความสำคัญในนิมิตนั้นว่าเป็นของดีไปเสียทั้งหมด จึงได้เกิดพอใจยินดีไปตามนิมิตนั้นๆ ความรู้เห็นในนิมิตนี้จึงเป็นตัวแปรที่สำคัญ ผู้ไม่ได้ศึกษา ไม่มีปัญญาพิจารณาในเหตุผล จะเกิดความเห็นผิดในนิมิตนี้ไปในทันที ถึงจะมีความเข้าใจว่าถูกแต่ก็ผิดอยู่นั่นเอง

วิปัสสนูปกิเลสเกิดขึ้นจากมิจฉาสมาธิ ความตั้งใจผิด มิจฉาสมาธิเกิดขึ้นจากมิจฉาทิฎฐิ ที่มีความเห็นผิดในจุดเริ่มต้นนั่นเอง จึงเป็นกิเลสปิดกั้นไม่ให้ถึงซึ่งมรรคผลนิพพาน มิจฉาทิฎฐิ ความเห็นผิดนี้เอง จึงเป็นฐานให้เกิดความคิดผิดและความเข้าใจผิดต่อไป จะมีความเพียรอย่างไร ก็จะกลายเป็นความเพียรผิดอย่างต่อเนื่อง มีสติก็ระลึกได้ในทางที่ผิดเรื่อยไป จะทำสมาธิก็จะเป็นมิจฉาสมาธิ ความตั้งใจไว้ผิดเป็นนิสัย ถ้าเป็นลักษณะนี้ จะมีความรู้ว่าตัวเองผิดหรือไม่ได้คำตอบว่าจะไม่รู้ตัวเองแต่อย่างใด จะมีความมั่นใจว่าการภาวนาของตนมีแต่ความถูกต้องทั้งหมดถึงผู้อื่นจะรู้ว่าการภาวนาอย่างนี้ผิดไป จะไปสอนให้ภาวนาเสียใหม่ไม่ได้เลย จึงปล่อยให้เป็นอย่างนี้ต่อไปจนถึงวันตาย ในยุคนี้

จะไม่มีใครช่วยให้กลับใจได้แต่อย่างใด จึงปล่อยให้เป็นตัวใคร
ตัวมัน

สมาธิความตั้งใจมั่น

สมาธิความตั้งใจมั่นนี้มีความสำคัญมาก เป็นวิธีประกอบเสริมกำลังให้แก่ปัญญาได้เป็นอย่างดี สมาธิตั้งใจมั่นนี้มีความเชื่อมโยงต่อกันได้ ๒ ทาง

๑. สมาธิความตั้งใจมั่นเชื่อมโยงต่อกันกับสมาธิความสงบและฌาน วิธีนี้จะทำได้เฉพาะผู้มีนิสัยในทางเจโตวิมุตติเท่านั้น จะเอามาใช้กับผู้มีนิสัยปัญญาวิมุตติไม่ได้เลย

๒. สมาธิตั้งใจมั่นนำไปประกอบเสริมกับปัญญาโดยตรง วิธีนี้เหมาะสมกับผู้มีนิสัยเป็นปัญญาวิมุตติเท่านั้น ผู้มีนิสัยเป็นเจโตวิมุตติจะทำอย่างนี้ก็ไม่ได้เช่นกัน

วิธีการทำสมาธิตั้งใจมั่นนี้ไม่มีอะไรเป็นพิเศษ เพียงนึกคำบริกรรมอย่างใดอย่างหนึ่ง หรือกำหนดอานาปานสติ ดูลมหายใจเข้า

คุณหมายใจออกจิตไม่วอกแวกแผ่ส่ายไปมาในอารมณ์ ไม่มีความคิดในเรื่องอดีตที่ผ่านมาไปแล้ว ไม่มีอารมณ์คิดในเรื่องอนาคตที่ยังไม่มาถึง ให้มีสติระลึกรู้อยู่ในปัจจุบัน เมื่อจิตเป็นสมาธิตั้งใจมั่นได้ชั่วระยะหนึ่ง ก็อยากคิดในเรื่องต่างๆ ขึ้นมา ถ้าเป็นในลักษณะนี้เกิดขึ้น ก็ให้หยุดการนึกคำบริกรรมนั้นๆ เสีย ให้น้อมใจไปเจริญวิปัสสนาได้เลย

วิปัสสนา หมายถึงปัญญา การฝึกปัญญาให้ฝึกคิดพิจารณาตามหลักความเป็นจริงในหลักอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ในปัญญาชั้นหยาบนี้ไปให้เกิดความชำนาญ ต่อไปจะเป็นปัญญาระดับกลาง วิปัสสนาเป็นปัญญาชั้นละเอียด วิปัสสนาญาณเป็นชั้นละเอียดสุด การใช้ปัญญาชั้นเริ่มต้นใช้ศัพท์ว่าความคิดก็ได้ เพราะความรู้ความเห็นยังหยาบอยู่ ต้องฝึกปัญญาชั้นหยาบให้ชำนาญ เพื่อให้เป็นฐานขึ้นไปสู่ปัญญาในชั้นละเอียดต่อไป

การฝึกคิดให้เกิดปัญญา

เมื่อหยุดคำบริกรรมแล้ว จะน้อมไปพิจารณาในสังขารมได้ มีเฉพาะผู้ที่ฝึกปัญญามาก่อนเท่านั้น ถ้าไม่เคยฝึกปัญญาพิจารณาในหลักความเป็นจริงมาก่อน จะคิดพิจารณาให้เกิดเป็นปัญญาไม่ได้เลย ก็จะทำให้เกิดความฟุ้งซ่านรำคาญใจไป คิดอะไรสะเปะสะปะ ไม่เป็นเรื่องเป็นราว คิดเรื่อยเปื่อยละเอะในเรื่อนั้นบ้างเรื่อนี้บ้าง คิดเลื่อนลอยไม่มีขอบเขต คิดไม่มีเหตุผล คิดในทางโลกบ้าง คิดในทางธรรมบ้าง จึงเกิดความสับสนปนเป จับต้นชนปลายมั่วไปหมด จึงเรียกว่าความคิดที่ฟุ้งซ่าน

ฉะนั้น ให้ฝึกในวิธีการคิดเสียใหม่ ฝึกความคิดฝึกความเห็น ให้เป็นไปตามความเป็นจริง คิดให้เป็นไปในอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา อยู่บ่อยๆ การฝึกความคิดในทางปัญญานี้ ไม่จำเป็น

จะมานั่งคิดเพียงอย่างเดียว จะยืนคิด เดินคิด นอนคิด พิจารณา ในสังขารมอะไรก็ได้ จะอยู่ที่ไหนทำอะไร ก็เอาเรื่องที่กำลังทำ อยู่มาเป็นอุบายในการพิจารณา จะมองเห็นในสิ่งใดก็ให้สังเกต นำมาพิจารณาด้วยปัญญาต่อไป จะทำงาน จะรับประทานอาหาร จะล้างหน้าแปรงฟัน หรือการขับถ่าย ก็เอามาเป็นอุบาย ในการพิจารณาด้วยปัญญาได้เลย

การคิดพิจารณาในลักษณะนี้ให้ถือว่าเราฝึกปัญญาเท่านั้น อย่าหวังว่าให้จิตละอย่างนั้น ให้จิตวางอย่างนี้แต่อย่างใด เป็นเพียงฝึกนิสัยในการคิด ฝึกปัญญาให้เกิดความเคยชิน จะให้เกิดความรู้จริงเห็นจริง ให้ใจได้ละถอนปล่อยวาง ให้กิเลสตัณหาได้หมดไปจากใจ ยังเป็นไปไม่ได้ เพราะขณะนี้เรากำลังฝึกความคิด ฝึกปัญญาเท่านั้น

เหมือนการฝึกชกมวยกับกระสอบเพื่อให้เกิดความชำนาญ ในการชก หรือกีฬาทุกประเภทจะต้องมีการฝึกก่อนทั้งนั้น เมื่อมีความชำนาญแล้ว จึงก้าวเข้าสู่เวทีตัวจริง การฝึกปัญญา ก็เช่นเดียวกัน ต้องฝึกคิดให้เป็นนิสัย คิดให้เป็นไปในความเป็นจริง เอาไว้ให้มีความชำนาญ เรียกว่า การพัฒนาปัญญาให้เกิดขึ้น กับตัวเอง หรือจะทำสมาธิความตั้งใจมั่นในบางช่วงบางเวลาก็ได้

หากตั้งใจมั่นได้แล้ว ก็น้อมใจคิดพิจารณาต่อไป ให้คิดพิจารณาในเรื่องเก่าๆ ที่เราเคยได้คิดพิจารณาแล้วก็ได้ ให้พิจารณาอย่างนี้ ต่อเนื่องกันอยู่บ่อยๆ ต่อไปใจจะค่อยรู้จริงเห็นจริงไปเอง

การฝึกปัญญาคิดในความจริงจึงเป็นสิ่งสำคัญ ตามปกติคนเรามีปัญญาอยู่ในตัวมาก่อนแล้ว แต่เป็นปัญญาคิดไปตามกระแสโลกตลอดมา คิดเรื่องนั้นบ้าง คิดเรื่องนี้บ้าง จิปาถะที่จะนำมาคิด จึงกลายเป็นปัญญาในทางโลกไป ปัญญาในทางธรรมเราไม่เคยฝึกคิดพิจารณาแต่อย่างใด เมื่อฝึกคิดพิจารณาในทางธรรมครั้งแรก ก็จะมีความอึดอัดใจอยู่บ้าง เพราะไม่เคยคิดมาก่อน จะให้เกิดความคล่องตัวเหมือนผู้ที่มีความชำนาญแล้วไม่ได้ ต้องอาศัยฝึกคิดพิจารณาอยู่บ่อยๆ ก็จะเกิดความเคยชินไปเอง

เหมือนการฝึกในการเดินรำข้าวร้อง การฝึกใหม่ๆ ก็มีความอึดอัดใจ ทำอะไรไม่ถูก เมื่อฝึกอยู่บ่อยๆ จังหวะจะโคนในการออกสีกาก็จะมีความคล่องตัวไปเอง สามารถขึ้นสู่เวทีตัวจริงได้อย่างคล่องตัว นี้ฉันใด การฝึกใจให้มีแนวความคิดในทางธรรมได้ ต้องใช้ความพยายาม เมื่อมีความชำนาญในการคิดพิจารณา ปัญญาจะหมุนตัวเป็นอัตโนมัติไปในตัว ไม่ต้องไปบังคับให้พิจารณาเรื่องนั้นเรื่องนี้ การน้อมใจคิดพิจารณาในเรื่องใด ความคิดทางปัญญา

ก็จะลื่นไหลไปอย่างต่อเนื่อง ฉะนั้น การฝึกคิดทางปัญญา อย่าไปห่วงคำบริกรรมทำสมาธิให้มากนัก เพราะมีกำลังของสมาธิหนุนสติปัญญาอยู่แล้ว

เมื่อเกิดความเหน็ดเหนื่อยในการคิดพิจารณาในสังขารธรรม ก็ให้หยุดในการใช้ปัญญาเอาไว้ ให้กำหนดทำสมาธิตั้งใจมั่นเพื่อให้เกิดกำลังใจ เมื่อมีกำลังใจจากสมาธิแล้ว น้อมใจพิจารณาด้วยปัญญาต่อไป ในเมื่อใจไม่เหนื่อย มีกำลังปัญญาที่จะพิจารณาสังขารธรรมได้ ก็ให้ใช้ปัญญาคิดพิจารณาต่อไป ใจมีกำลังของสมาธิหนุนปัญญาให้พิจารณาได้อยู่แล้ว เหมือนการขับรถ ถ้าเราไม่เหนื่อยก็ให้ขับต่อไป เหนื่อยเมื่อไรจึงหยุดพักเพื่อเอากำลัง เมื่อมีกำลังแล้วก็ขับต่อไป นี่ฉันใด การใช้ปัญญาพิจารณา ก็ฉันนั้น ถ้าเหนื่อยในการใช้ปัญญาเมื่อไรก็หยุด ทำสมาธิเอาไว้ มีกำลังเกิดจากสมาธิแล้ว ก็นำไปเสริมปัญญาพิจารณาต่อไป เรียกว่าปัญญาหนุนสมาธิ หรือสมาธิหนุนปัญญา ก็เป็นในลักษณะนี้

ฉะนั้น การปฏิบัติ ถ้ารู้วิธีดีแล้วจะไม่มีปัญหาอะไร ความฉลาดรอบรู้ทางสติปัญญาก็จะมีมากขึ้น ใจก็จะรู้เห็นตามความเป็นจริงในสังขารธรรมได้ชัดเจน การปฏิบัติก็จะก้าวหน้าไปด้วยดี ไม่มีอุปสรรคในการปฏิบัติแต่อย่างใด การแก้ปัญห

ภายในใจก็จะแก้ได้อย่างรวดเร็ว ความรู้เห็นตามความเป็นจริง ก็จะกระจ่างแจ่มแจ้ง สิ่งที่ยังไม่แยกกายก็จะเกิดความแยกกาย สิ่งที่ยังไม่หายสงสัยก็จะเกิดความหายสงสัย สิ่งที่มีความหลงติดยึดถือ ก็จะมีการปล่อยวาง เมื่อหายสงสัยปล่อยวางในเรื่องใด ใจก็จะเบา ไม่มีความทุกข์ใจเหมือนที่เคยเป็นมา

นี่เรียกว่าเป็นผู้มีสติปัญญาสอนใจให้มีความรอบรู้ตามหลักความเป็นจริง ถ้าไม่มีสติปัญญาที่ฉลาดพอตัว จะสอนใจไม่ได้เลย เพราะใจมีกิเลสตัณหาเป็นครูฝึกสอนใจมาก่อนแล้ว ตื่นขึ้นมาแต่ละวันจะถูกกิเลสตัณหาชักพาให้ใจได้เป็นไปในทางต่ำเรื่อยมา ใจอยู่ในอำนาจของกิเลสตัณหายาวนาน ความเห็นของใจจึงเป็นไปตามกิเลสตัณหาตลอด การที่ใช้สติปัญญาฝ่าวงล้อมกิเลสตัณหาเข้าไปถึงใจได้ มิใช่สติปัญญาธรรมดา จะได้ผ่านด่านของกิเลสไปได้โดยง่าย ต้องฝึกสติปัญญาให้มีความฉลาดเฉียบแหลมพอตัว รู้จักกลอุบายที่กิเลสนำมาหลอกใจให้เกิดความหลงผิดอย่างไร สติปัญญาก็จะได้ข้อมูลนี้ไปสอนใจให้รับรู้ตามความเป็นจริงได้ ให้มีหลักฐานข้อมูลที่เป็นจริงเข้าหักล้างกันอย่างมีเหตุผลทีเดียว

สุตมขมยปัญญา

สุตมยปัญญาเป็นจุดเริ่มต้นที่สำคัญ การเริ่มต้นในภาคการศึกษา การอ่านตำรา การฟังเทศ การฟังธรรม การซักถามข้อข้องใจ จึงเรียกว่าภาคการศึกษา หรือเห็นสิ่งใดๆ ในที่ทั่วไป ให้ศึกษาเหตุผลสิ่งนั้นๆ ว่าความผิดความถูกเป็นอย่างไร มีอะไรเป็นเหตุเป็นปัจจัยให้เกิดขึ้น ถ้าฝึกในวิธีนี้ได้ เราจะมีธรรมะได้ศึกษาในที่ทั่วไป สิ่งใดควรนำมาปฏิบัติได้ก็จดจำนำมาปฏิบัติต่อไป สิ่งใดไร้เหตุผลอย่างไร ก็ศึกษาให้รู้ว่าเราจะไม่ทำไม่พูดในลักษณะอย่างนั้น แม้ในตำราต่างๆ ที่ได้ศึกษามาก็อย่าเพิ่งเชื่อทีเดียว ใช้ปัญญาพิจารณาตีความหมาย ใช้เหตุผลมาเป็นตัวตัดสินให้รู้จักความผิดความถูก แล้วจึงตัดสินใจเชื่อในภายหลัง จึงจะเกิดเป็นสัมมาทิฐิรู้ความเห็นที่ถูกต้องชอบธรรม

เมื่อนำมาปฏิบัติก็จะเป็นสัมมาปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง เมื่อปฏิบัติได้ถูกต้องก็จะเป็นผลออกมาเป็นปฏิเวธ

แนวทางปฏิบัติอย่างไรจะเป็นไปเพื่อความพ้นทุกข์ได้ พระพุทธเจ้าทรงวางกฎเกณฑ์ไว้แล้วเป็นอย่างดี ถึงจะผ่านกาลเวลามายาวนาน ก็เป็นหลักความจริงตลอดมาไม่ล้าสมัย ยังมีประสิทธิภาพให้ผลแก่ผู้ปฏิบัติตลอดมา การปฏิบัติได้แค่ไหนขึ้นอยู่กับสติปัญญาและความสามารถของแต่ละท่าน หากมีความสงสัยในการปฏิบัติอย่างไร ก็ให้ศึกษากับท่านผู้รู้ผู้เข้าใจในธรรมอยู่เสมอ เพื่อให้เป็นไปในความถูกต้องชอบธรรม การปฏิบัติก็จะก้าวหน้าไปด้วยดี

จิตตามขมขม

จิตตามขมขมเป็นคู่กับปฏิบัติ การปฏิบัติมี ๒ วิธี

(๑) ปฏิบัติที่เป็นไปในขั้นกามาวจร

(๒) ปฏิบัติให้เป็นไปในโยคาวจร

ทั้งสองวิธีนี้มีอุปมาในการปฏิบัติที่แตกต่างกันอย่างไร เราปฏิบัติอยู่ในขณะนี้ในระดับขั้นกามาวจรหรือเป็นขั้นโยคาวจร จะรู้วิธีในการปฏิบัติให้ถูกต้องต่อไป

๑. ปฏิบัติในขั้นกามาวจร เป็นวิธีปฏิบัติเพื่อเสริมสร้างบารมี ที่เรียกว่าการบำเพ็ญกุศล ไม่หวังมรรคผลนิพพานในชาตินี้แต่อย่างใด ทำไปเพื่อให้เกิดความสุขภายในใจเท่านั้น เช่น การทำบุญให้ทาน การรักษาศีล การเจริญเมตตาภาวนา การทำสมาธิ การทำสมาธิทุกคนก็พอจะเข้าใจเพราะทำกันอยู่แล้ว ทำเพื่อความสุขสบาย

ภายในใจไปชั่วคราวเท่านั้น ถึงจะทำสมาธิให้จิตมีความสงบก็
ลงไปเป็นฉนวน รูปฉนวน อรูปฉนวน อยู่ก็ตาม ก็จะได้ไปเกิดในภพ
ของรูปพรหม อรูปพรหม เท่านั้น เมื่ออำนาจฉนวนเสื่อมลง ก็
ได้มาเกิดในโลกนี้ต่อไป เว้นพวกพรหมในพระอนาคามีเท่านั้น
นอกนั้นจะต้องลงมาเกิดตายในภพทั้งสามต่อไป

๒. ปฏิบัติในชั้นโยคาวจร เป็นอุบายการปฏิบัติเพื่อจะ
พ้นไปจากภพทั้งสามในชาตินี้ให้ได้ จะไปได้หรือไม่ได้เป็นอีก
เรื่องหนึ่ง แต่ความตั้งใจจะให้พ้นไปได้ในชาตินี้จริงๆ การปฏิบัติใน
ชั้นโยคาวจรใช้สติปัญญาเป็นหลักที่ยืนตัว การทำสมาธิก็ทำ
เพื่อเป็นอุบายเสริมให้แก่สติปัญญาเท่านั้น การทำสมาธิก็ไม่มี
อะไรเป็นพิเศษ ให้ทำเหมือนที่ได้ทำตามปกติทุกๆ ไป **ข้อสำคัญ**
อย่าให้มีความอยากในสิ่งใดๆ อย่าหวังผลว่าให้เป็นอย่างนั้น
ให้รู้อย่างนี้ การนึกคำบริกรรมก็เอาตามที่เรามีความถนัด หรือ
กำหนดสติระลึกรู้อยู่กับลมหายใจเข้าหายใจออกก็ได้ เมื่อจิตเป็น
สมาธิตั้งใจมั่นได้แล้ว ให้สังเกตดูจิตตัวเองว่า จิตมีความต้องการ
ที่จะสงบต่อไป หรือต้องการคิดพิจารณาในสิ่งต่างๆ ถ้าจิตต้องการ
ความสงบ ก็ปล่อยให้ลงสู่ความสงบอย่างเต็มที่

ในช่วงจิตมีความสงบอยู่นั้น อย่าไปบังคับให้จิตได้ถอน

ปล่อยให้จิตอยู่ในความสงบจนอิมัตถ์ เมื่อจิตอิมัตถ์ในความสงบแล้ว ก็จะเริ่มถอนออกมาเอง ในขณะที่จิตถอน อย่าให้ถอนเร็ว ให้มีสติกำหนดรู้เอาไว้ ไม่ให้ถอนออกหมด ให้อยู่ในขณิกะอุปจารสมาธิ ในความตั้งใจมั่น จากนั้นก็น้อมใจพิจารณาในหมวดธรรมต่างๆ ต่อไป เหมือนกับบนอนหลับแล้วตื่นขึ้น อย่าให้ตื่นพรวดพราดลืมนตาเลยทีเดียว ให้มีสติหลับตาเอาไว้ ถ้าหากมีความฝันอย่างไร จะได้เรียบเรียงดูความฝันนั้นได้ นี้ฉันทะ เมื่อจิตถอนออกจากสมาธิ ก็ให้เป็นในลักษณะนี้ ฉันทัน

ในบางกรณีหรือบางคน เมื่อจิตรวมอยู่ในสมาธิตั้งใจมั่นได้แล้ว จะกำหนดให้จิตลงสู่ความสงบต่อไปอีกไม่ได้ จิตชอบคิดในเรื่องนั้นเรื่องนี้เป็นนิสัย ถ้าเป็นในลักษณะนี้ ให้หยุดคำบริกรรมเสีย ให้น้อมใจพิจารณาในหมวดธรรมต่างๆ ต่อไป การใช้ปัญญาพิจารณาในหมวดสังขารนั้น ให้พิจารณาในสังขารต่างๆ ที่เคยคิดพิจารณามาแล้ว เคยฝึกคิดพิจารณาในสิ่งที่ไม่เที่ยง เคยฝึกคิดพิจารณาเรื่องความทุกข์และเหตุให้เกิดทุกข์ เคยคิดพิจารณาในเรื่องอนัตตาว่าธาตุสี่ชั้นห้าห้าเป็นอัตตาตัวตน เป็นเพียงจิตได้อาศัยกันอยู่กับธาตุเท่านั้น อีกไม่นานก็จะได้ผู้พึ่งเปื่อยเน่าเป็นธาตุดิน ให้คิดพิจารณาใน

วัตถุธสมบัตินั้นทั้งหลายว่า เป็นปัจจัยอาศัยประจำชีวิตเท่านั้น
อีกไม่กี่วันเดือนปีก็จะได้ตายจากสมบัติไป คิดพิจารณาว่าไม่มี
สมบัติอะไรเป็นของของเราที่แน่นอนตายตัว

การคิดพิจารณาในสิ่งที่ไม่เที่ยง ให้คิดเรียบเรียงไปตาม
ความเปลี่ยนแปลงในสิ่งนั้นๆ ว่ามีความเปลี่ยนแปลงเป็น
อย่างไร ทำความเข้าใจให้รู้เห็นตามความเป็นจริงในสิ่งนั้นให้
ชัดเจน ทั้งสิ่งภายนอกที่มีอยู่เป็นอยู่ในที่ทั่วไป ภายในคือธาตุสี่
มีธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม ธาตุไฟ ที่รวมกันอยู่เป็นรูปธาตุ ให้
พิจารณาเรียบเรียงไปตามวัย วัยหนึ่งเปลี่ยนแปลงไปเป็นอีก
วัยหนึ่ง จนถึงปัจฉิมวัยคือวัยที่แก่หง่อมเต็มที่ มีการเปลี่ยนแปลง
เป็นอย่างไร ใช้ปัญญาพิจารณาให้รู้เห็นตามความเป็นจริงอยู่
บ่อยๆ จิตก็จะค่อยรู้เห็นในก้อนธาตุที่ไม่เที่ยงนี้ได้อย่างชัดเจน
ทั้งเราทั้งเขา และสัตว์ดิรัจฉานทุกชนิด ก็มีความไม่เที่ยง
เปลี่ยนแปลงไปตามวัยเช่นกัน

การพิจารณาความทุกข์ หมายถึงความทุกข์ทางใจ
อย่างอื่นเพียงเป็นเหตุปัจจัยให้เป็นทุกข์เท่านั้น ลำพังใจ
อย่างเดียวจะมีความสุขความทุกข์อะไร ใจที่เป็นทุกข์เป็นสุข
ไปตามเหตุนั้นๆ เรียกว่ากิเลสตัณหา กิเลสตัณหาหมายถึงถึง

ความรักความใคร่ ความกำหนดย้อมใจอยู่ในกามคุณที่ใจหลง
 ว่าเป็นความสุข ที่จริงก็เป็นเหตุให้เกิดความทุกข์นั่นเอง ความสุข
 และความทุกข์เป็นผลเกิดขึ้นจากความสมหวังและความผิดหวัง
 ถ้าได้อะไรมาตามใจชอบก็ถือว่ามีความสุข ถ้าไม่ได้ตามใจก็ถือว่า
 เป็นทุกข์ ทั้งสุขทั้งทุกข์จึงเป็นกิเลสด้วยกันทั้งสอง ความสุขทุกคน
 มีความต้องการ ความทุกข์ไม่มีใครต้องการ แต่มีความหมั่น
 ความขยันในการสร้างเหตุให้เกิดทุกข์อยู่ตลอดเวลา ทารูตัวเอง
 ไม่ว่าเรากำลังสร้างเหตุแห่งทุกข์ให้แก่ตัวเอง ความไม่รู้ตัวเองจึง
 เรียกว่า โมหะ อวิชชา จึงได้เกิดเป็นต้นหาความอยากความต้องการ
 อยากนั้นบ้างอยากนี้บ้าง จิปาถะ จะนับเป็นตัวเลขไม่ได้เลย
 จึงเป็นความอยากเพื่อเสริมกิเลสให้มีกำลัง ถ้าทำลายหรือตัด
 ความอยากออกจากใจได้แล้ว กิเลสก็จะหมดสภาพไปเอง

อนัตตา หมายถึงสูญสลายไป ไม่ใช่อัตตาตัวตนเราเขา
 การพิจารณาในอนัตตา ให้อู้จักในคำว่าอัตตาเอาไว้ เพราะ
 อนัตตาเป็นลักษณะที่สูญไปจากอัตตานั้นเอง อัตตามี ๒ อย่าง
 รูปอัตตา หมายถึงธาตุสี่ คือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม ธาตุไฟ ที่
 รวมกันอยู่เรียกว่ารูป นามอัตตา หมายถึง เวทนา สัญญา สังขาร
 วิญญาณ เรียกว่าอาการของจิต

การพิจารณาในธาตุสี่ให้แยกพิจารณาแต่ละธาตุให้เข้าใจ แล้วใช้ปัญญาพิจารณารวมกัน เรียกว่าเจริญอาการ ๓๒ ให้เป็นธาตุด้วยกันทั้งหมด และให้พิจารณาในอสุภะ ในความสกปรก โสโครกเน่าเฟะในทุกส่วนของธาตุนั้นๆ คิดพิจารณาสร้างภาพตามความเป็นจริงอยู่บ่อยๆ ใจก็จะค่อยเกิดความรู้เห็นเป็นไปตามความจริงชัดเจน ก็ารู้เห็นความไม่สวยงามความสกปรกในร่างกายนี้นี้ให้พิจารณาดูร่างกายของตัวเอง และพิจารณาดูรูปร่างกายของคนอื่น ให้เป็นในลักษณะสกปรกเน่าเฟะ เปื่อยผุพัง เหมือนกับตัวเรา หรือให้พิจารณาซากศพคนและสัตว์ตายก็ได้ เพื่อเป็นพยานหลักฐานยืนยันในความเป็นจริง เมื่อทิ้งไว้ก็จะ เป็นอาหารของแมลงวันและหนอนไป เมื่อเอาไปเผาก็เหลือเพียง กระดูกออกมาให้เห็น เราก็จะเป็นในลักษณะนี้เช่นกัน หากใจยัง ครอบงำร่างกายนี้อยู่ ก็เคลื่อนไหวไปมาได้ เมื่อใจออกจากร่างกายนี้นี้ไป รูปร่างทุกส่วนก็จะนอนทับถมสลายไปในแผ่นดินนี้ทั้งหมด จึงไม่เป็นสัตว์บุคคลตัวตนเราเขาแต่อย่างใด จึงเป็นรูปงอนัตตา

อนัตตาในนามที่เป็นอาการของจิต มีเวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ อาการของจิตทั้ง ๔ นี้ มีวิญญาณการรับรู้เป็นประธาน วิญญาณการรับรู้นี้เอง จะเชื่อมโยงให้จิตได้รู้อารมณ์ที่เป็นสุข

อารมณ์ที่เป็นทุกข์ อารมณ์ที่ไม่สุขไม่ทุกข์ ที่เรียกว่าเวทนา
 สัญญาความจดจำในสิ่งต่างๆ วิญญาณการรับรู้ในความจดจำ
 นั้นๆ จำในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ กามคุณ ๕ นี้เองจึง
 เป็นอาหารที่เลิศรสให้แก่กิเลสตัณหา มีความต้องการอยากที่จะ
 สัมผัส จึงทำให้เกิดเวทนา ความจำในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ
 จำมาเพื่อให้เกิดความหลงรักหลงชัง จึงเรียกว่าสัญญา เมื่อจำมา
 ได้ก็ปรุงแต่งให้ใจเกิดความรักขึ้นมาอย่างหยดย่อยทีเดียว ใจจึง
 หลงในความรัก มีความยินดีพอใจในความรัก ความอยากได้อย่างมี
 อยากสัมผัสในความรักนั้นๆ อย่างฝงใจทีเดียว รูป เสียง กลิ่น รส
 โผฏฐัพพะ ที่ไม่ชอบใจ ก็ใช้วิธีคิดปรุงแต่งให้ใจเกิดความโกรธ
 ไม่พอใจในสิ่งใดจึงได้เกิดความทุกข์ขึ้นมา

ฉะนั้น เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ จึงเป็นลักษณะอาการ
 ของใจ อาศัยการสัมผัสของอายตนะภายในภายนอก จึงเกิดกระแส
 แห่งความรักความชัง จึงได้เกิดความหลง ความเข้าใจผิดไปว่าเป็นตน
 กิเลสตัณหาน้อยใหญ่จึงเกิดมีในใจ จึงทำให้เกิดทิฏฐิมานะ จึงเกิด
 ความยึดถือไปว่าเป็นอัตตาตัวตน จึงเกิดมิจฉาทิฏฐิ ความเห็นผิด
 ว่า เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เป็นเราขึ้นมา กิเลสตัณหา
 น้อยใหญ่จะอาศัยอยู่ในนามจิตอย่างมืดมิดทีเดียว ถ้าสติปัญญา

ไม่มีความละเอียดแหลมลึกจริงๆ จะเจาะเข้าไปให้รู้เห็นตามความจริงนี้ไม่ได้เลย

ฉะนั้น อัตตาทั้งสองคือ รูปอัตตา นามอัตตา ที่เรียกว่าขันธห้า มีรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เป็นเพียงให้กิเลสตัณหาอาศัยอยู่ จึงฝึกสติปัญญาพิจารณาให้รู้เห็นให้เป็นไปในอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ให้รู้เห็นเป็นสภาวะที่เกิดขึ้นแล้วย่อมดับไปตามเหตุปัจจัยของขันธนั้นๆ ให้แจ่มแจ้งชัดเจน จะไม่เกิดความเห็นผิด ความเข้าใจผิดไปว่าขันธห้าเป็นอัตตาตัวตนแต่อย่างใด

จินตามยปัญญาในภาคปฏิบัตินี้เอง จึงเรียกว่าการเจริญวิปัสสนาในชั้นโยคาวจร เป็นอุบายการฝึกใจให้ปฏิเสธทอดอาลัยในสรรพสังขารทั้งหลาย ว่าไม่มีอะไรเป็นเราและเป็นของของเรา โดยประการทั้งปวง การใช้ปัญญาพิจารณาในหมวดธรรมใด มิใช่จะทำให้เกิดความรู้เห็นเป็นไปในสังขารเหล่านั้น ต้องทำใจให้ปฏิเสธไปพร้อมๆ กัน ใช้ความจริงจังในขณะที่พิจารณานั้นอย่างเข้มข้นอีกเหิม จะใช้ความคิดพิจารณาด้วยปัญญาในเรื่องความจริงอะไร ต้องใช้กำลังภายในเป็นองค์ประกอบทุกครั้งไป เสียงภายในก็ใช้วิธีดุดันอย่างเผ็ดร้อน และปฏิเสธไปพร้อมๆ กัน ในขณะที่นั้น ใช้กำลังปัญญาบวกกับกำลังเสียงกระตุกใจให้ตื่นตัว

เหมือนกับไฟกำลังไหม้หม้อบ้านตัวเองอยู่ ผู้ที่ยังนอนหลับ หลงใหลไม่รู้ตัว ก็ต้องตะโกนกระซอกให้ตื่นขึ้น เพื่อจะได้หาน้ำ มาดับไฟให้หมดไป นี่ฉันใด ไฟของราคะ ไฟของโทสะ ไฟของโมหะ ที่กำลังไหม้ตัวร้อนใจหลงใหลใฝ่ฝันเฝ้าอยู่ในกามคุณ จะใช้ ปัญญาธรรมตาพรรณนาในเรื่องความจริงอย่างไร ใจก็ยังใฝ่ฝัน ไปในความรักความใคร่ในกามคุณที่เป็นฝ่ายต่ำหยาบคาย ก็ต้องใช้ปัญญาอย่างหยาบกระเทบกระแทกใจให้ได้ตื่นตัว เมื่อใจไม่ ยอมรับความจริง ก็ต้องใช้วิธีตุ๋นตุ๋นเช้ญ ปัญญาจี้ให้ใจได้รู้เห็น ในสิ่งที่ไม่เที่ยง จี้ให้ใจรู้เห็นในทุกข์และเหตุให้เกิดทุกข์ จี้บังคับ ให้ใจยอมรับความเป็นจริง

เหมือนกับงูที่คาบเขียดกำลังจะกลืน จะบอกให้งูคายออกมาด้วยความนุ่มนวลอ่อนหวานด้วยคำพูดอย่างไร งูก็ไม่ยอม ปล่อยวาง จึงให้ใช้วิธีตะคอก ตู๋ต่าตบตีให้งูเกิดความตกใจกลัว งูจึงจะวางเขียดออกไปได้ นี่ฉันใด กิเลสตัณหากำลังเกาะใจอย่าง เหนียวแน่น จะใช้ปัญญาพิจารณาที่ถูกต้องตามหลักความจริง กิเลสตัณหาก็จะเกาะอยู่กับใจ ใจก็เกาะกับกิเลสตัณหา จึงใช้วิธี ตะเพิดตุ๋ต่าตะคอก เพื่อให้ใจกับกิเลสตัณหาได้คลายออกจาก กันไป ไม่ให้ความผูกพันต่อกันดังที่เคยเป็นมา

การใช้ปัญญาสอนใจไม่ให้เป็นมิตรต่อกิเลสตัณหา ต้องเอาความทุกข์ที่เป็นผลงานของกิเลสตัณหามาเป็นพยานหลักฐาน พรรณนาความทุกข์ที่ใจได้รับมาเป็นข้อมูล ให้ใจได้รู้ได้เห็นในทุกข์ โทษ ภัย ในเหตุการณ์ต่างๆ ที่ผ่านมาจากจนถึงปัจจุบัน เป็นผลงานที่ทรมาณเดือดร้อนให้แก่ใจมาตลอด ทำให้ใจได้หลงไปในทางที่ต่ำทรามมายาวนาน เป็นปัญหาที่สะสมหมักหมมกันมานับชาติไม่ถ้วน เมื่อมาถึงชาตินี้ ต้องชำระให้ปัญหาหมดไปจากใจ เสียที สติปัญญาจะพิพากษาคัดสिलงโทษให้แก่กิเลสตัณหาให้สะใจ ให้ใจได้มีอิสระไม่มีพันธะผูกพันกับกิเลสตัณหาอีกต่อไป

เหมือนกับต้นกำเนิดของไฟ เกิดขึ้นในที่ใด จะต้องดับไฟในที่นั้น ไม่ปล่อยให้ไฟได้เกิดใหม่ลุกลามต่อไปไม่มีที่สิ้นสุด นี่ฉันใด ไฟของราคะ ไฟของโทสะ ไฟของโมหะ ที่ไหม้ทบถมใจให้มีความเดือดร้อนเป็นทุกข์อยู่ตลอดเวลา จึงเป็นหน้าที่ของสติปัญญา ต้องเข้าไปแก้ไขระงับเหตุให้หมดไป ใจจะได้รู้ตัวว่าถูกกิเลสตัณหาหลอกมายาวนาน มีความทุกข์ทรมาณเดือดร้อนที่กิเลสตัณหาให้เป็นไป เมื่อมารู้เห็นทุกข์โทษภัยในกิเลสตัณหาแล้ว ใจจะได้รู้ตัว ไม่มัวว่สมลุ่มหลงอยู่กับกิเลสตัณหาอีกต่อไป

เหมือนกับผู้เคยได้รับโทษภัยในหมู่คนพาลมาแล้ว จะได้

เป็นบทเรียนจดจำในการกระทำของกลุ่มคนพาลเหล่านั้น จะไม่
 เข้าใกล้มั่วสุมกับกลุ่มคนพาลอีกต่อไป นี่ฉันทัดใจเมื่อถูกฤทธิ์ของ
 กิเลสตัณหาได้พาให้เป็นทุกข์มาแล้ว จะเกิดความตื่นตัว จะไม่เป็น
 เพื่อนเป็นมิตรกับกิเลสตัณหาอีกต่อไป

จึงใช้สติปัญญาระงับเหตุ แก้ไขในปัญหาให้แก้ไขให้ได้
 อย่ายาไปกลัววิधिพลศกัต์ศรีของกิเลสตัณหาแต่อย่างใด บัดนี้จึง
 เป็นทีของสติปัญญาจะขึ้นสู่บัลลังก์ว่าการอย่างเต็มที่ มีที่เด็ด
 แพรวพราวอย่างไร ก็แสดงออกมาด้วยความกล้าหาญ เหมือนเข้าสู่
 สนามรบแล้วต้องเตรียมพร้อมในอาวุธนานาประการ ไม่มีใน
 คำว่าถอยหลังให้เข้าศึกตั้งหลักได้ อาวุธน้อยใหญ่มีเท่าไร จะต้อง
 ใส่กันอย่างเต็มที่ มีศัตรูน้อยใหญ่ขนาดไหน จะต้องสับฟัน
 ห้ำหั่นให้เรียบบราบไป จนกว่าจะได้ชนะกลับมาอย่างสง่าผ่าเผย
 นี่ฉันทัดใจ ผู้ปฏิบัติต้องฝึกสติปัญญาศรัทธาความเพียรให้พร้อม
 ขณะนี้ขึ้นเวทีตัวจริงไม่มีคำว่าเพื่อน ไม่มีคำว่ามิตรอีกต่อไป
 ไม่มีคำว่าแพ้ ไม่มีคำว่าเสมอ มีแต่ชนะอย่างเดียว กิเลสตัณหา
 ไม่ตายเรายอมตาย เราไม่ตาย ให้กิเลสตัณหาได้ตายไป

ในครั้งแรกก็ใช้สติปัญญาพิจารณาในสังขธรรมตาม
 ความเป็นจริงอยู่บ่อยๆ ในเมื่อกิเลสตัณหายังมาทำให้ใจได้เกิด

ความหลงใหลในกามคุณอยู่ ไม่ยอมรับความจริงที่สติปัญญา ได้อบรมสั่งสอน ถ้าอย่างนี้จะไม่มีการก้าวอีกต่อไป จะต้องใช้พระเดชแบ่งเขตที่หวงห้ามในทันที กิเลสตัณหาเข้ามา หลอกใจเมื่อไร ในเมื่อนั้น สติปัญญาก็ฟาดฟันให้แตกหักกัน ไปในทันที แต่ก่อนมาหลงคิดว่าเป็นมิตร แต่บัดนี้จึงมารู้ว่า เป็น พิษภัยให้แก้ไข ทำให้เกิดความทุกข์นานาประการ ในชาติที่ผ่านมา กิเลสตัณหาได้ทำให้ใจได้รับความทุกข์มาตลอด ในชาตินี้ก็มี วิธีทำให้ใจได้รับความทุกข์อีก และยิ่งวางแผนงานที่จะทำให้ใจ ได้รับความทุกข์ในชาติหน้าอีกต่อไป

กามตัณหา ภวตัณหา และวิภวตัณหา นี้เองหรือ เป็นต้นเหตุ ให้ใจหลงผิดเกิดความลุ่มหลง หลงในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ หลงในวัตถุสมบัติ และหลงไปตามกระแสโลก จึงได้เกิดความพอใจ ยินดีอยู่ในภพทั้งสาม ซึ่งเป็นผลผลิตขึ้นมาจากตัณหาทั้งสี่ มีสติปัญญาเท่านั้นที่จะแก้ไขให้ใจได้เกิดความรู้จริงเห็นจริงได้ แต่ก่อนมากิเลสตัณหาได้อบรมสั่งสอนใจมาตลอด บัดนี้ได้ฝึกสติ ปัญญามาอบรมสั่งสอนใจบ้าง ให้ใจมีความรู้ความฉลาดรอบรู้ตาม ความเป็นจริง จะได้เกิดความสำนึกตื่นตัวขึ้นมาได้ จะไม่หลงใหล จมอยู่ในกิเลสตัณหา ดังที่เคยเป็นมาในชาติอดีตจนถึงปัจจุบัน

หมวดธรรมที่มีระกอมมตยงว ๔ อย่าง

หมวดธรรม ๔ อย่างนี้ ต้องศึกษาให้เข้าใจ เพื่อจะได้นำไปปฏิบัติในหมวดธรรมต่างๆ ได้ทั้งหมด

๑. ฉันทะ ความพอใจในการปฏิบัติธรรม ถ้าขาดความพอใจแล้ว สติปัญญาในภาคปฏิบัติก็จะหมดสภาพลง ไม่กระตือรือร้น ไม่สนใจในการปฏิบัติธรรมแต่อย่างใด สติปัญญาต้องอบรมใจให้เกิดฉันทะ มีความพอใจในการปฏิบัติธรรมให้ต่อเนื่องกัน อยู่เสมอ ความพอใจนี้เองจึงเป็นจุดเริ่มต้นที่จะทำให้งานนั้นสำเร็จได้ ถ้าขาดความพอใจเพียงอย่างเดียว ทุกอย่างจะหยุดชะงักลงทันที ไม่มีกำลังใจที่จะทำอะไรต่อไปได้ ทำให้เสียเวลา เสียประโยชน์ในผลงานที่จะต้องได้รับ ทำให้หมดกำลังใจที่จะ

ปฏิบัติต่อไป ถ้ามีความพอใจในสิ่งใด สิ่งนั้นจะทำให้สำเร็จไปได้ จึงมีความพอใจในการปฏิบัตินับแต่บัดนี้เป็นต้นไป

๒. วิริยะ ความเพียรพยายาม ถ้ามีฉันทะความพอใจเป็นจุดเริ่มต้นแล้ว ความเพียรพยายามจะทำให้งานนั้นมีความสำเร็จลงได้ จะเป็นความเพียรพยายามทำในทางโลกทุกประเภท หรือความเพียรพยายามในการปฏิบัติในทางธรรม ก็จะทำให้สำเร็จลงได้ทุกประการ ถ้าขาดฉันทะความพอใจเมื่อไร ความเพียรก็หมดไปในเมื่อนั้นทันที ความเพียรในการทำสมาธิ ความเพียรในการเจริญสติปัญญา ก็ไม่อยากจะพิจารณาสังขธรรมใดๆ ถ้ามีฉันทะความพอใจเมื่อไร สติปัญญาก็มีความเข้มแข็ง พร้อมทั้งจะพิจารณาในสังขธรรมได้อย่างเต็มที่ มีความหมั่นความขยันในการทำสมาธิ เดินจงกรมเจริญสติปัญญา ได้อย่างต่อเนื่องกัน จะไม่มีความเหน็ดเหนื่อยเมื่อยล้าในความเพียรนั้นเลย มีความเอาใจใส่ฝักใฝ่ในการปฏิบัติอย่างเต็มกำลัง ยังทำให้ความเพียรนั้นมีความต่อเนื่องอยู่ตลอดเวลา

๓. จิตตะ ความฝักใฝ่เอาใจใส่ในความเพียรอยู่เสมอ ไม่ว่าฝนจะตกร้อนหนาวด้วยประการใด ใจจะไม่ลดละในความเพียรพยายามนั้น ก็เพราะมีฉันทะความพอใจเป็นจุดเริ่มต้นนั่นเอง จึงทำให้เกิดความสนใจ มีความฝักใฝ่ในการปฏิบัติมากขึ้น ฉะนั้น

สติปัญญาต้องศึกษาให้รอบรู้ในธรรมเอาไว้ ความฝึกฝนในการปฏิบัติธรรมจึงจะนำไปสู่ความเจริญ

๔. วิมังสา หมั่นตริตรองอยู่เสมอ หมายถึงการดำริตริตรองในทางธรรม ใช้สติปัญญาวิจยวิจยวิจยพิจารณาในหลักความเป็นจริง เมื่อนำมาปฏิบัติจะไม่เกิดความผิดพลาดให้เกิดเป็นสัมมาทิฐิ มีปัญญาความเห็นชอบ เพื่อประกอบในการปฏิบัติให้ถูกต้องต่อไป การตริตรองในสังขธรรมใดต้องใช้เหตุผลมาเป็นที่รองรับว่าธรรมนั้นมีเหตุเป็นอย่างไร จะมีผลต่อไปเป็นอย่างไร

ตามปกตินิสัยคนเรามีการตริตรองอยู่แล้ว แต่ตริตรองไปตามกระแสโลก จึงเกิดความเห็นเป็นไปในทางโลก ให้เราฝึกวิธิการตริตรองในทางธรรมเอาไว้ เพื่อจะให้ใจเกิดความรู้เห็นในทางธรรมต่อไป ตามปกติของใจ ถ้าได้ตริตรองในเรื่องไหนอยู่บ่อยๆ ใจก็จะค่อยเห็นจริงไปในเรื่องนั้นๆ ถ้าตริตรองไปในทางโลก ใจก็มีความผูกพันยินดีไปในทางโลก ถ้าตริตรองไปในทางธรรม ใจก็เห็นจริงในทางธรรมต่อไป ถ้าตริตรองไปทางมิจฉาทิฐิ ความเห็นผิด ใจก็เกิดความเห็นผิดไป ถ้าตริตรองไปในสัมมาทิฐิ ความเห็นชอบ ใจก็เกิดความเห็นจริงในธรรม ถ้าตริตรองในสิ่งที่

ไม่เที่ยง ใจก็จะรู้เห็นในสิ่งที่ไม่เที่ยง ตริตรองดูความทุกข์และเหตุให้เกิดทุกข์ ใจก็จะรู้เห็นในทุกข์และเหตุให้เกิดทุกข์ ตริตรองพิจารณาในเรื่องอนัตตา ก็จะมีอะไรเป็นตัวตนแต่อย่างใด ร่างกายนี้เพียงเกิดขึ้นตามเหตุ และก็สิ้นสูญไปตามเหตุนั้นๆ ไม่มีอะไรเป็นสัตว์เป็นบุคคลแต่อย่างใด จงใช้ปัญญาตริตรองในสังขารธรรมความเป็นจริงอยู่เสมอ

จินตามยปัญญาเป็นปัญญาระดับกลาง พิจารณาในเหตุผลอย่างไร ก็จะทำให้เกิดความรู้เห็นชัดเจนมากขึ้น ทำให้หายสงสัยในหมวดธรรมส่วนกลางไปได้ ปัญญาความเห็นชอบก็จะเกิดความรู้เห็นละเอียดมากขึ้น เป็นมัคคามัคคญาณ จะรู้ว่าแนวทางปฏิบัติของเราถูกต้องตรงต่อมรรคผลนิพพาน จึงเรียกว่า “ตนแลเป็นที่พึ่งของตน” เป็นผู้พึ่งสติปัญญา พึ่งความเห็นของตัวเองได้อย่างมั่นคง มีความเชื่อมั่นในอุบายการปฏิบัติของตน ไม่มีการเปลี่ยนแปลง เชื่อมั่นว่าเป็นวิธีปฏิบัติที่ตรงเข้าสู่ประตุนิพพานได้อย่างฝังใจ

จินตามยปัญญา ปัญญาในระดับนี้เองจึงเรียกว่าการเจริญวิปัสสนาตัวจริง ถ้าวางพื้นฐานในสุตมยปัญญาถูกต้องแล้ว จึงง่ายต่อการปฏิบัติในจินตามยปัญญา จินตามยปัญญาจึงเป็นปัญญาในขั้นวิปัสสนา ตำรามืออยู่ว่า คันถุระเป็นภาคการศึกษาในหมวดธรรม

ทั้งหลาย ความเป็นจริงในสังขารธรรมเป็นอย่างไรก็ให้เข้าใจให้ถูกต้อง
วิปัสสนาธุระคือการเจริญวิปัสสนา ก็หมายถึงใช้ปัญญาพิจารณา
ให้เป็นไปในหลักความเป็นจริง ที่ได้ศึกษาในหลักสังขารธรรมมาแล้ว
นั่นเอง

วิปัสสนาเป็นอุบายปฏิบัติขั้นโยคาวจร เป็นหลักปฏิเสธว่า
‘ไม่มีอะไรเป็นเรา และเป็นของของเราจริงๆ ผิกใจให้ทอดธุระ
‘ไม่มีความอาลัยในสิ่งทั้งปวง ในชาตินี้จะสิ้นสุดพ้นจากทุกข์ไป
ได้หรือไม่เป็นอีกกรณีหนึ่ง แต่มีความเพียรพยายามทำใจให้เป็น
ไปในความปฏิเสธอยู่ตลอดเวลา

การผิกใจไม่ให้ความผูกพันในสิ่งใดๆ ต้องใช้สติปัญญา
อบรมใจสอนใจอยู่เสมอ ดังคำบาลีว่า “จิตตํ ทนตํ สุขาวหํ จิตที่
อบรมดีแล้วนำสุขมาให้” อบรม หมายถึงปัญญาอบรมใจสอนใจ
ให้ทอดธุระทอดอาลัย ไม่ให้ความผูกพันในสิ่งทั้งปวง เมื่อปัญญา
อบรมใจให้รู้เห็นตามความเป็นจริงได้แล้ว ปัญญานั้นเองมีหน้าที่
รักษาใจต่อไป ดังบาลีว่า “จิตตํ รกฺขเถ เมธาวิ มีปัญญาดีเท่านั้น
จึงจะรักษาจิตได้”

สติปัญญาจึงเป็นพี่เลี้ยงให้แกใจอยู่ตลอดเวลา ไม่ให้
กิเลสตัณหาเข้ามาแทรกแซงให้เกิดความเห็นผิดเข้าใจผิดดังที่

เคยเป็นมา ปัญหาต่างๆ ที่มีอยู่ในใจ ให้ใช้ปัญญาแก้ไขให้หมดไป
 ระวังไม่ให้กิเลสสร้างปัญหาใหม่ขึ้นมา มีสติปัญญารอบรู้สกัดกั้น
 กิเลสสังขารไม่ให้หลอกใจอีกต่อไป สติปัญญาต้องรอบรู้อยู่ที่ใจ
 อย่างใกล้ชิด เหมือนกับพ่อแม่ได้อบรมสั่งสอนลูกให้เป็นคนดี
 ลูกก็ฟังคำสั่งสอนของพ่อแม่ จะไม่ไปคบหาสมาคมกับกลุ่มคนพาล
 ต่อไป ไม่ต้องการที่จะให้คนพาลมาเป็นเพื่อนเรา นี่ฉันทใจเมื่อได้
 รับการอบรมสั่งสอนด้วยปัญญาดีแล้ว ปัญญารอบรู้และรักษาใจ
 อยู่แล้ว ใจจะไม่กระเพื่อมตามอารมณ์แห่งความรัก อารมณ์แห่ง
 ความชัง ไม่เอนเอียงไปตามกระแสโลก ไม่ตกอยู่ในอำนาจของ
 กิเลสตัณหา จึงได้ชื่อว่า “ตนเป็นที่พึ่งของตนได้แล้ว” ไม่ได้แบกหาม
 โลกให้หนักอีกต่อไป อุทานออกจากใจได้เลยว่า “โลกนี้เกิดเป็น
 ชาติสุดท้าย โลกนี้ยุ่งเหยิงหาความสุขอะไรไม่ได้เลย”

การเจริญวิปัสสนา มิใช่เอาตามความรู้จากตำรามาเป็น
 ตัวตัดสินกัน ถึงจะพิจารณาถูกต้องทุกประโยคข้อความก็ตาม
 นั้นเป็นเพียงปัญญาในสัญญาจำจากตำราเท่านั้น ยังไม่เข้าขั้น
 ในการเจริญวิปัสสนาแต่อย่างใด เพราะยึดจากตำรามาคิด มิใช่
 เป็นปัญญาที่เราได้ฝึกให้เกิดขึ้นกับตัวเอง จึงเป็น “ตนแลเป็นที่
 พึ่งของตน” ไม่ได้ เพราะยังพึ่งตำรามาตัดสินในเรื่องความผิด

ความถูกต้อง ไม่ได้พึ่งเหตุผลของตัวเอง และยังไม่พึ่งสติปัญญา
ความสามารถของตัวเองแต่อย่างใด

จินตามยปัญญา หมายถึงจินตนาการตามหลักเหตุผล
ที่เป็นจริง หรือคาดการณ์ให้เป็นไปตามเรื่องที่เป็นจริง เช่น
อายุเรามีเท่านี้ เมื่อมีอายุ ๘๐-๙๐ ปี เท่ากันกับท่านผู้นั้น
ธาตุขันธ์เราก็จะเป็นสภาพเหมือนกันกับท่านเหล่านั้น เมื่อ
ลมหายใจเราหมดไป ก็จะเหมือนกันกับผู้ที่ได้ตายไป เมื่อถูก
ไฟเผา ก็จะมีเพียงกระดูกเหมือนกันกับเขา หรือเอาทิ้งไว้ก็จะ
เน่าเหม็นเหมือนคนและสัตว์ทั่วไป เมื่อยังเชื่อกิเลสตัณหาอยู่
ต้องมาเกิดตายอยู่ในโลกนี้อีก

วิธีจินตนาการและคาดการณ์นี้ ไม่จำเป็นจะคิดพิจารณา
ให้ถูกกับตำราทุกประโยคไป ให้พิจารณาด้วยเหตุผลให้เป็น
เรื่องเดียวกันกับตำรา ให้ใช้ความสามารถในปฏิภาณโวหารใน
การใช้ปัญญาของตัวเอง จะคิดพิจารณาไม่เป็นประโยคสวยหรู
เหมือนตำราไม่สำคัญ ขอให้เป็นปัญญาแนวความคิดที่กลั่นกรอง
ออกมาจากสัมมาทิฐิ ความเห็นชอบ เฉพาะตัวเอง ไม่ยึดเอา
ปฏิภาณโวหารประโยคข้อความของใครๆ ข้อสำคัญ พิจารณา
ให้เป็นไปในเรื่องเดียวกันกับตำรา ดังคำว่า “อย่าเอาตามตำรา

และอย่าทิ้งตำรา” ดังนี้

ความหลงของใจนั้นแก้ไขได้ถ้าหากมีสติปัญญาที่ดี สิ่งที่ทำให้ใจหลงผิดอยู่ในขณะนี้เป็นเรื่องของความคิดและเรื่อง ความเห็นผิดเท่านั้น เมื่อความคิดความเห็นผิดทำให้ใจหลงได้ ก็แก้ไขความคิดที่ผิดให้เป็นความคิดที่ถูกต้อง แก้ไขความเห็นผิดให้เป็น ความเห็นถูกต้อง ใช้วิธีหนามยอกหนามบ่ง หมายถึงใช้ความคิดถูกต้อง หักล้างความคิดผิด ใช้ความเห็นถูกต้องหักล้างความเห็นผิด ตามปกติ คนเราจะมีความคิดผิด มีความเห็นผิดมาตลอด เหมือนกับฝ่าหม้อ ที่คว่ำอยู่ในดิน จะรับเอาน้ำฝนไม่ได้เลย เมื่อหงายฝ่าหม้อขึ้นมา เมื่อไร จึงจะรองรับเอาน้ำฝนได้ นั่นฉันใด ความคิดความเห็นที่ผิดนั้น ถ้าได้รับรู้ความจริงในคำสอนของพระพุทธเจ้าแล้ว จึงจะเกิด ความสำนึกผิดในความคิดและความเห็นของตัวเองได้ เมื่อ ความเห็นผิดทั้งหลายเกิดเป็นความเห็นถูกต้องขึ้นมา จึงเรียกว่า สัมมาทิฏฐิ ความเห็นถูกต้องชอบธรรม เอาความเห็นถูกต้องเห็นชอบ ไปเป็นฐานเริ่มต้นให้แก่การคิดดำริพิจารณาที่ชอบธรรมต่อไป มิฉฉาทิฏฐิ ความคิดผิด ความหลงผิด ก็จะหมดไปจากใจ

พระพุทธเจ้าตรัสไว้ในมรรค ๘ การปฏิบัติจะต้องเริ่มต้น จากปัญญาความเห็นชอบ การดำริชอบนี้ไป ถ้าแก้ไขความเห็นผิด

ให้หมดไปจากใจไม่ได้ ส่วนไปทำสมาธิให้ใจมีความสงบ ก็ย่อมทำได้ กำลังใจที่เกิดจากสมาธิก็จะไปบวกกันกับมิจฉาทิฏฐิ ความเห็นผิด ก็จะทำให้เกิดเป็นมิจฉาสมาธิ มีความตั้งใจมั่นในทางผิด เหมือนกับขวดที่มียาพิษติดอยู่ ยังไม่ได้ล้างทำความสะอาดให้ยาพิษหมดไป จะเอายาชนิดดีๆ ใส่ลงขวด ยาพิษที่มีอยู่ก็จะซึมเข้ากับยา ก็จะทำให้เกิดเป็นยาพิษขึ้นมาทันที นี่ฉันใด มิจฉาทิฏฐิ ความเห็นผิดที่ยังไม่ได้แก้ไข แล้วรีบด่วนไปทำสมาธิก่อน ก็จะเป็นในลักษณะนี้ ฉะนั้น

ถ้าเป็นในลักษณะนี้ก็ยากที่จะแก้ไข หรือแก้ไขไม่ได้เลย ฉะนั้น จึงศึกษาให้ดี จินตามยปัญญาอยู่ในขั้นระดับขั้นการเจริญวิปัสสนา ปัญญาในระดับนี้จะเกิดความรู้เห็นตามความเป็นจริง ละเอียดสุขุมลุ่มลึกมากขึ้น จะละกิเลสตัณหาส่วนหยาบส่วนกลางผ่านไปได้ โยนิโสมนสิการ ทำให้เกิดความหายสงสัย คลายความยึดมั่นถือมั่นในขันธห้าว่าเป็นอัตตาตัวตนกำลังจะดับสูญ กิเลสตัณหาส่วนละเอียดกำลังจะหมดไปจากใจ

ภาวหามขมัญญา

ภาวนามยปัญญาจะเกิดผลออกมาเป็นปฏิเวธ จะเป็นจุดที่สิ้นสุดของผู้ปฏิบัติธรรมในวาระสุดท้าย ถึงจุดนั้นจะมีอะไรเป็นพิเศษเกิดขึ้นแก่ผู้ปฏิบัติอย่างสนิทใจ อุบายการปฏิบัติจะมีความเผ็ดร้อนเข้มข้นอย่างสุดตัวทีเดียว จึงเรียกว่าวิปัสสนาญาณ เป็นวิธิตัดสินชี้ขาดในระหว่างโลกกับวิสุทธิธรรมจะแยกทางกัน ผลที่ออกมาเป็นปฏิเวธนี้จะไม่สามภพปะปนอยู่เลย จะเป็นความบริสุทธิ์ในธรรมล้วนๆ

คำว่าภาวนามยปัญญา ก็หมายถึงการเจริญในวิปัสสนาญาณนั่นเอง วิปัสสนาญาณเกิดขึ้นจริง แต่ไม่ได้เกิดขึ้นจากสมาธิ ความสงบที่หลายคนมีความเข้าใจกัน ฐานของวิปัสสนาญาณจะต้องเริ่มจากสุดมยปัญญา เกิดเป็นสัมมาทิฐิ ปัญญา

ความเห็นชอบในภาคการศึกษา จะต้องศึกษาให้รู้หมวดธรรมที่เป็นปริยัติให้เข้าใจ ธรรมหมวดไหนอยู่ในชั้นกามาวจร ธรรมหมวดไหนอยู่ในชั้นโศคารวจร ศึกษาในวิธีการปฏิบัติให้ถูกกับหมวดธรรมนั้นๆ ให้ถูกต้อง แล้วนำมาปฏิบัติระดับขั้นจินตามยปัญญา เพื่อเป็นอุบายในการเจริญในวิปัสสนาต่อไป

เมื่อปฏิบัติให้เป็นไปในวิปัสสนา เกิดเป็นสัมมาทิฐิ ปัญญาความเห็นชอบ เกิดความรู้เห็นในสัจธรรมความเป็นจริง มีความละเอียดมากขึ้น จะมีความสมบูรณ์ในการเจริญในวิปัสสนาอย่างเต็มที่ จากนั้นก็จะเชื่อมโยงขึ้นสู่ใน ภาวนามยปัญญา หรือเรียกอีกคำหนึ่งว่าวิปัสสนาญาณ ผลก็จะออกมาเป็นปฏิเวธ เรียกว่ามรรคผลนิพพานนั่นเอง นี่เพียงเรียงเรียงการเกิดขึ้นของปัญญา มิใช่ว่าปัญญาเกิดขึ้นจากสมาธิแต่อย่างใด สมาธิเป็นเพียงอุบายเสริมให้แก่ปัญญาได้พิจารณาในสัจธรรมนั้นๆ ให้เกิดความรู้เห็นชัดเจนมากขึ้น จนถึงในระดับขั้นวิปัสสนาญาณ การทำสมาธิก็ทำเพื่อให้เป็นพลังหนุนให้แก่วิปัสสนาญาณ จึงเกิดความรู้แจ้งเห็นจริงตามความเป็นจริงอย่างทั่วถึง ไม่มีสิ่งใดในสามภพจะปิดบังในวิปัสสนาญาณนี้ได้เลย “นตถิ โลเก รโห นาม ความลับที่ซ่อนเร้นปิดบังให้เกิดความหลงอีกต่อไปไม่มี” กิเลส

ตัณหาน้อยใหญ่ในขั้นละเอียดขนาดไหน วิปัสสนาญาณก็ได้ชำระล้างให้หมดไปจากใจให้หมดสิ้น

วิปัสสนาญาณที่จะเกิดขึ้นนั้น ไม่มีกาลเวลารู้อ่วงหน้าว่าจะเกิดขึ้นเมื่อไร จะมีเหตุปัจจัยหลายอย่าง เช่น บารมีที่พร้อมแล้ว และอินทรีย์ที่แก่กล้า สติปัญญามีความสมบูรณ์ ภาวชาติจะสิ้นสุดลงเป็นครั้งสุดท้าย วิมุติ ก็จะได้หลุดพ้นจากภพทั้งสาม มรรคผลนิพพานก็จะเริ่มปรากฏ ความบริสุทธิ์ในธรรมได้รวมเป็นมัคคสมังคี ไม่มีความย่อหย่อนบกพร่องแต่อย่างใด ความพร้อมทุกอย่างนี้เอง จึงเป็นกำลังใหญ่ จะทำให้เกิดความสิ้นสุดแห่งทุกข์นี้ไปในขณะนี้

พระพุทธเจ้าได้ตรัสแก่ภิกษุทั้งหลายว่า “เมื่อท่านทั้งหลายได้เดินทางไปตรงควิวะไนที่แห่งใด ในขณะที่เดินทางอยู่ก็ดี หรือพักวิเวกอยู่ในที่ไหนก็ดี เมื่ออารมณ์ของวิปัสสนาญาณเกิดขึ้นในช่วงนั้น ให้หยุดพักเพื่อการเจริญในวิปัสสนาญาณ เมื่อทำกิจเสร็จแล้วจึงเดินทางต่อไป” วิปัสสนาญาณจะเกิดขึ้น จะมีเหตุให้เกิดขึ้นต่างกัน บางท่านก็เห็นฟองน้ำ บางท่านก็เห็นพยับแดด บางท่านก็เห็นความสกปรกของผ้าขาว บางท่านก็เห็นดอกบัว บางท่านก็เห็นคนตัดลูกศร บางท่านก็เห็นไปไม้หล่น บางท่านก็เห็นคนแก่ คนเจ็บป่วย หรือคนตาย

อุปายที่จะให้เกิดวิปัสสนาญาณนั้นมีมาก เหมือนกันบ้าง ไม่เหมือนกันบ้าง ขึ้นอยู่กับบารมีที่บำเพ็ญมาไม่เหมือนกัน เมื่อนิสัยใครตรงกับอารมณ์ของวิปัสสนาญาณใด ก็จะทำให้เกิดความรู้สึกได้ว่าปัญญาญาณเราเกิดขึ้นแล้ว จะรู้ชัดว่าปัญญาเราได้เกิดขึ้นแล้ว จากนั้นไป ปัญญา ก็จะหมุนตัวเป็นอัตโนมัติ น้อมใจไปพิจารณาในเรื่องชั้นห้าให้รู้เห็นตามความเป็นจริงว่า รูปไม่ใช่ตน ตนไม่ใช่รูป รูปไม่มีในตน ตนไม่มีในรูป เวทนาไม่ใช่ตน ตนไม่ใช่เวทนา เวทนาไม่มีในตน ตนไม่มีในเวทนา สัญญาไม่ใช่ตน ตนไม่ใช่สัญญา สัญญาไม่มีในตน ตนไม่มีในสัญญา สังขารไม่ใช่ตน ตนไม่ใช่สังขาร สังขารไม่มีในตน ตนไม่มีในสังขาร วิญญาณไม่ใช่ตน ตนไม่ใช่วิญญาณ วิญญาณไม่มีในตน ตนไม่มีในวิญญาณ

ชั้นห้าเป็นเพียงสภาวะธรรมที่เป็นกลาง ไม่อยู่ในอำนาจกับสิ่งใดๆ ก็เลสที่มีความเห็นผิดคิดว่าชั้นห้าเป็นตนต่างหาก จึงเกิดความยึดมั่นถือมั่นอย่างจริงจังตลอดมา ก็เลสจึงพาให้ใจเกิดความเห็นผิด จึงได้เกิดความทุกข์ จึงใช้ปัญญาพิจารณาให้รู้เห็นตามความเป็นจริงนั้นทั้งหมด เรื่องความเป็นมาในชั้นห้าในชาติอดีต ความเป็นอยู่ในชั้นห้าชาติปัจจุบัน และความเป็นไปในชั้นห้าชาติอนาคต ให้รู้จักเหตุและปัจจัยที่ชั้นห้าตัวหมุนเวียน

ไปมาในภพทั้งสาม นั่นคือค้นหาเป็นต้นเหตุ ทำให้กิเลสน้อยใหญ่
ได้เป็นไปในความรักความชอบ

คำว่าค้นหา ทุกคนได้อ่านรู้ในตำรามาแล้ว ถือว่าเป็นเรื่อง
ธรรมดา ไม่ทำให้ใจมีความรู้สึกอะไร เมื่อวิปัสสนาญาณได้
เกิดขึ้นแล้ว ค้นหาไม่ใช่เรื่องธรรมดา เพราะเป็นกำลังใหญ่ที่พา
ให้ใจหมุนตามวัฏสงสาร หมุนไปในอบายภูมิ หมุนมาเป็นมนุษย์
หมุนไปสวรรค์ หมุนไปพรหมโลก หมุนเวียนไปตามค้นหาไม่มี
ที่จบสิ้น ตัวค้นหาตัวเองจึงเป็นเหตุให้ได้ทำกรรมต่างๆ กรรมดีบ้าง
ไม่ดีบ้าง บาบบ้างบุญบ้าง เหตุเกิดจากค้นหาทั้งนั้น

แม้พระบรมจักรพรรดิผู้ยิ่งใหญ่ในบุญบารมี ก็ยังตกอยู่ใน
อำนาจของตัวหานี้เช่นกัน จะมีบุญมากบุญน้อย บาบบ้างบุญน้อย
ไม่สำคัญ ตัวหาจะเป็นกงจักรใหญ่พาให้หมุนไปในภพทั้งสามนี้
ทั้งนั้น หรือผู้ทำสมาธิความสงบบำเพ็ญอยู่ในฌาน เมื่อตายก็ได้
ไปเกิดในพรหมโลก หากฌานเสื่อมก็ได้ลงมาเกิดในภพอื่นต่อไป
เวียนเสียแต่พรหมของพระอนาคามีเท่านั้น

การเจริญในวิปัสสนาเหมือนกับตัดกิ่งก้านสาขาและ
ลำต้นทิ้งไป หรือเหมือนตัดเง้าเครือตูดหมู (ต้นกระพังโหม)
ทิ้งไปเท่านั้น การเจริญในวิปัสสนาญาณเหมือนกับขุดรากถอน

โค่นเง่าหัวทิ้งไปให้สิ้นซาก เป็นวิธีทำลายเหตุในการเกิดของภพทั้งสามให้หมดสภาพไป

วิปัสสนาญาณได้เกิดขึ้นแล้วเมื่อไร ผู้นั้นจะได้บรรลุมรรคผลขั้นใดขั้นหนึ่งในไม่ช้านี้ จะได้บรรลุธรรมขั้นไหน จะขึ้นอยู่กับบารมีของท่านผู้นั้นในช่วงวิปัสสนาญาณได้เกิดขึ้นนี้ ความรู้เห็นในสังขารมใดในสามภพ ก็จะทำให้เกิดความแสบคาย และหายสงสัยไปเสียทั้งหมด ความยึดมั่นถือมั่นเป็นความหลงผิดในสิ่งใด จะหลุดถอนออกจากใจทั้งสิ้น เชื่อของภพชาติใดๆ ที่จะทำให้เกิดอีกต่อไป วิปัสสนาญาณจะประหารให้หมดไปในขณะนี้ แม้แต่บุญกุศลบารมีที่เป็นกำลังที่สำคัญ เป็นตัวสนับสนุนให้การปฏิบัติมาถึงจุดนี้ เพียงเป็นกำลังส่งให้ถึงที่สุดแห่งทุกข์เท่านั้น จะติดตามต่อไปไม่ได้เลย การเป็นไปในลักษณะนี้จึงเรียกว่า นิโรธ ความรู้แจ้งในสามภพไม่มีอะไรปิดบังนั่นเอง

นิโรธ ความดับทุกข์ ก็คือดับต้นเหตุที่เป็นเหตุให้เกิดทุกข์ภายในใจ ถ้าดับได้จริง ก็ไม่จำเป็นจะไปเล่าให้ใครๆ ได้รับรู้ และไม่จำเป็นที่จะไปรับคำพยากรณ์จากใครๆ จะเป็นในสมัยครั้งพุทธกาลหรือยุคปัจจุบัน ความเป็นพระอรหันต์ไม่ขึ้นอยู่กับกาลสมัย เหมือนกับน้ำตาลจะมีรสหวานอยู่ในตัวมันเอง ในสมัย

ครั้งพุทธกาลและยุคปัจจุบัน รสชาติของน้ำตาลก็มีรสหวานเหมือนกัน ไม่มีการเปลี่ยนแปลง นี่ฉันใด พระอรหันต์ในครั้งพุทธกาลกับพระอรหันต์ในยุคปัจจุบัน ก็ละกิเลสตัณหาให้หมดไปจากใจได้เท่ากัน นิพพาน ความดับอันสนิทของเชื้อของกิเลสตัณหา ก็ดับได้เหมือนกัน

ส่วนพระอรหันต์ในยุคนี้ ไม่มีเปอร์เซ็นต์ที่จะนับได้ เพราะมีน้อยไป อีกประการหนึ่ง สังคมส่วนใหญ่ได้ปฏิเสธไปแล้วว่า ในยุคนี้หมดยุคสมัยของพระอรหันต์ไปแล้ว ในเมื่อสังคมลงมติกันอย่างนี้ ถึงจะมีพระอรหันต์อยู่ สังคมส่วนใหญ่ก็ไม่เชื่อว่ามีอยู่นั่นเอง

ฉะนั้น นิโรธ ความดับทุกข์ เป็นสิ่งที่เหลือวิสัยที่คนธรรมดาจะรู้ตามได้ ถึงจะวิจัยวิเคราะห์วิจารณ์อย่างไร ก็ไม่รู้จริงอยู่นั่นเอง หรือผู้มีนิโรธดับทุกข์และเหตุให้เกิดทุกข์ได้เหมือนกัน ท่านเหล่านั้นก็จะไม่ถามกันในเรื่องนี้ เพราะเป็นปัจเจกตั้ง รู้ได้เฉพาะตัว จะนำมาบรรยายให้ผู้อื่นรู้ตามไม่ได้เลย ในทางที่ดีให้ปฏิบัติเข้าถึงจุดที่ดับทุกข์ได้ก่อน จึงจะให้คำตอบแก่ตัวเองได้ ไม่เป็นสิ่งที่ลึกลับสลับซับซ้อนอะไร ธรรมใดที่เหลือวิสัยแก่กุลบุตรปฏิบัติตามและรู้เห็นไม่ได้ ธรรมนั้นพระพุทธเจ้าไม่ทรงเอามาตรัสไว้ ธรรมใดที่

กุลบุตรปฏิบัติแล้วรู้เห็นตามได้ ธรรมนั้นพระพุทธเจ้าจึงได้นำมา
ตรัสสอนให้ผู้ปฏิบัติได้รู้จริงเห็นจริงต่อไป

นิโรธ ความดับทุกข์ จะเริ่มการดับจากวิญญานการรับรู้
เป็นจุดแรก วิญญานดับเพียงอย่างเดียวเท่านั้น รูปชั้นธนามชั้น
ก็ดับไปด้วยกัน ไม่มีชั้นใดสัมผัสรับรู้ในสิ่งใดได้เลย วิญญาน
ดับจากการรับรู้ในเวทนา วิญญานดับจากการรับรู้ในอารมณ์
แห่งความสุข วิญญานดับจากการรับรู้อารมณ์แห่งความทุกข์
วิญญานดับจากการรับรู้อารมณ์ที่ไม่สุขไม่ทุกข์ เรียกว่าดับใน
เวทนา วิญญานดับจากสัญญา ไม่มีการรับรู้ในความจำใน
รูปชั้นธนามชั้นแต่อย่างใด แม้แต่อายตนะภายนอก มีรูป
เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ที่มาสัมผัส ก็ไม่มีวิญญานการรับรู้
ในความจำแต่อย่างใด วิญญานดับจากสังขาร ไม่มีการรับรู้
ในความคิดปรุงแต่งในเรื่องอะไร เพราะวิญญานได้ดับจาก
สังขารไปแล้ว จะคิดปรุงแต่งในสมมติอะไรไม่ได้เลย เรียกว่า
ดับในสังขาร วิญญานดับจากการรับรู้ในรูปชั้นธ ก็เป็นใน
ลักษณะอย่างเดียวกัน

วิญญานการรับรู้ได้ดับไปในทางตา ถึงจะมีตาที่ไม่รับรู้ใน
รูปอะไรได้ วิญญานการรับรู้ได้ดับไปในทางหู ถึงจะมีหูที่ไม่รับรู้

ในเสียงอะไรได้ วิญญาณการรับรู้ได้ดับไปในทางจุมก ถึงจะมีจุมกก็ไม่รับรู้ในกลิ่นที่หอมเหม็นอะไรได้ ญาณการรับรู้ได้ดับไปในทางลิ้น ถึงจะมีลิ้นก็ไม่รับรู้ในรสชาติของอาหารอะไรได้ จะไม่รู้จักรสคาวหวาน ไม่รู้จักรสเผ็ด เปรี้ยว เค็ม แต่อย่างไร ญาณการรับรู้ได้ดับไปในทางกาย ถึงจะมีรูปกายก็ไม่รับรู้ในการสัมผัสในสิ่งที่อ่อนแข็ง ไม่รับรู้ในการสัมผัสร้อนหนาวแต่อย่างไร ร่างกายอยู่ในอริยาบถใดก็จะอยู่ในอริยาบถนั้น แม้แต่เปลือกตาก็ไม่รับรู้ที่จะกระพริบอยู่นั่นเอง

ญาณการรับรู้ได้ดับไปในทางใจ ถึงจะมีใจก็ไม่มี ความรับรู้ในสิ่งใดๆ รู้ก็สักว่ารู้เท่านั้น รู้ไม่มีความหมายในสิ่งใดๆ และไม่มี ความหมายว่ารู้อะไร จึงเรียกว่าขันธห้าไม่ใช่ตน ตนไม่ใช่ขันธห้า ขันธห้าไม่มีในตน ตนไม่มีในขันธห้า ก็เป็นในลักษณะอย่างนี้ กายก็สักว่ากาย ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา เวทนาจี้สักว่าเวทนา ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา จิตก็สักว่าจิต ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา ธรรมก็สักว่าธรรม ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา ก็เป็นในลักษณะนี้เช่นเดียวกัน

เมื่อเกิดในอาการที่ดับไปในลักษณะนี้ อยู่ได้ไม่นานนักก็จะค่อยคลายจากการดับออกมา ญาณการรับรู้ก็จะเริ่มรู้ขึ้น

มาได้ จากนั้นก็จะอยู่ในความสงบที่แนบแน่นแน่วแน่อีกต่อไป จะอยู่ในความสงบนี้ไม่นาน ก็จะถอนตัวออกจากความสงบนี้ นิดหนึ่ง จากนั้นก็จะเกิดเหตุการณ์ที่สำคัญขึ้นมาอย่างไม่เคยรู้มาก่อน เป็นความรู้ขึ้นมาว่าจะเกิดในโลกนี้ครั้งสุดท้าย นั้นเรียกว่า อาสวักขยญาณ มีญาณรู้ว่าอาสวะจะสิ้นไปในขณะนี้เอง จากนั้น ก็จะเกิดความกล้าหาญขึ้นมา ในความรู้สึกเหมือนจะกระที่บฏเขา ให้เรียบราบไปในชั่วพริบตา เหมือนจะทำลายอะไรได้ทุกอย่าง ในโลกนี้ ในความรู้สึกเหมือนจะนั่งสมาธิในอิริยาบถเดียวนาน เป็นชั่วโมงเหมือนจะได้นั่งหนึ่งนาที่ จะนั่งสมาธินานเป็นปีก็เหมือนจะได้นั่งหนึ่งชั่วโมง ความกล้าหาญนี้จะเกิดขึ้นที่ใจอย่าง เต็มที่

ในชั่วจรมกจิตเดียวก็รู้ในลักษณะหลุดพ้น ตั๊บเดียวในชั่วพริบตา ก็รู้ว่า “วิมุตตมิมิ วิมุตตมิมิติ ญาณ โหติ มีความหลุดพ้นแล้วในขณะใด ญาณรู้ก็รู้ว่าได้หลุดพ้นแล้วก็มีในขณะนั้น” “ซีณา ขาติ เป็นพระซีณาสพที่สมบูรณ์อย่างเต็มภูมิ รู้ว่าชาติแห่งความเกิดอีกต่อไปได้สิ้นสุดลงแล้ว” “วุสิตี พรหมจรรย์ พรหมจรรย อ้นความบริสุทธิ์ในวิมุตตินิพพานได้อยู่จบแล้ว” “กตํ กรรมยํ กิจอื่นที่จะทำให้เป็นอย่างนั้นอย่างนี้อีกไม่มี” หมายความว่า

กิจที่จะหาอุบายธรรมมาปฏิบัติเพื่อให้เกิดความหลุดพ้นอีกไม่มี
นั่นเอง

ในช่วงอัสวักขยญาณเกิดขึ้น รู้ว่าอัสวะจะสิ้นไป จะไม่มี
วิธีในการภาวนาปฏิบัติอะไร ในขณะที่นั้นจะอยู่ในอิริยาบถไหนก็
จะหลุดพ้นในอิริยาบถนั้น หรือผู้อยู่ในเครื่องนั่งเครื่องนอนเหมือน
พระอานนท์ก็หลุดพ้นได้เลย ผู้ได้บรรลุธรรมในระดับนี้ จะรู้วัน
เดือนปีและเวลาได้อย่างชัดเจน เพียงแต่ว่าใครจะพูดหรือไม่พูด
เท่านั้น ถึงจะมีตำราบอกว่าหมดยุคหมดสมัยของพระอรหันต์
แล้วก็ตาม ตำราก็คือตำรา พระอรหันต์ก็คือพระอรหันต์ ความจริง
ก็คือความจริง ดังคำว่า “อรหนต อสุภโลกิ ตราบโถยังมีผู้ตั้งใจ
ปฏิบัติให้เป็นไปในพระธรรมวินัยอยู่ในตราบนั้นพระอรหันต์จะ
ไม่ขาดจากโลกดังนี้”

อัสวักขยญาณจะเกิดขึ้นเฉพาะผู้บรรลุเป็นพระอรหันต์
เท่านั้น อัสวักขยญาณที่เกิดขึ้นไม่ได้ทำให้กิเลสตัดหาได้
หมดไปแต่อย่างใด เพียงเป็นญาณที่รู้ว่าอัสวะจะสิ้นไปเท่านั้น
ในตำราบอกว่าอัสวักขยญาณเป็นญาณที่ทำให้อัสวกิเลสได้
สิ้นไป ข้าพเจ้าก็จะยืนยันคำเดิมว่า อัสวักขยญาณเพียงเป็นญาณ
รู้ว่าอัสวะจะสิ้นไปเท่านั้น ไม่มีวิธีการทำอะไรและปฏิบัติอะไร

เพราะวิธีการปฏิบัตินั้นได้ผ่านขั้นตอนมาจากการเจริญในวิปัสสนา และปฏิบัติในวิปัสสนาญาณมาแล้ว จึงได้เกิดในลักษณะอาการ ดับดังที่ได้อธิบายมา ก็ยังไม่ใช่เป็นวิธีปฏิบัติแต่อย่างใด เพียงเป็น ผลที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติเท่านั้น แต่เป็นผลที่ยังไม่เปิดเผยอยู่ในขั้นอริยมรรคที่สมบูรณ์

เหมือนกับแกงอาหารที่สุกแล้ว ในหม้อนั้นมีเครื่องปรุงให้ เกิดรสชาติที่อร่อยเป็นที่สุด ไม่มีความบกพร่องขาดเกินในรสชาติ ใดๆ ไม่ต้องเพิ่มไม่ต้องลดในเครื่องปรุงอะไรอีกต่อไป ในขณะที่ อาหารอยู่ในหม้อพร้อมแล้ว แต่ยังไม่ได้เปิดฝาหม้อเอาอาหารออก มารับประทานเท่านั้น นี่ฉันใด การรวมศูนย์ใหญ่ในการสรุปผลงาน ได้ข้อยุติในอริยมรรคนี้แล้ว พร้อมทั้งจะประกาศผลออกมาเป็น ทางการเท่านั้น การเปิดฝาหม้อออกมารู้ว่าอาหารสุกดีแล้ว และ พร้อมทั้งจะรับประทานให้อิ่มได้ในขณะนี้ นี่ฉันใด อาสวัภยญาณ เกิดขึ้น มีความรู้ว่าอาสวะจะสิ้นไปในขณะนี้ การรับประทานอิม จะรู้ในการอิมเพียงแป็บเดียว เหมือนได้บรรลุธรรมเป็นพระอรหันต์ ในขณะที่หลุดพ้นเพียงต๊บบเดียวเท่านั้น

ฉะนั้น อาสวัภยญาณเกิดขึ้นแล้ว ไม่ต้องทำอะไรและ ปฏิบัติอะไรให้อาสวะสิ้นไปแต่อย่างใด เหมือนรับประทานอาหาร

กำลังจะอิมอยู่แล้ว ไม่ต้องไปจัดหาทำอาหารใหม่มาเพิ่มเติมอีก เพียงคอยความอิมที่จะเกิดขึ้นในขณะนี้ นี่ฉันใด อาสวกษยญาณ ได้เกิดขึ้นแล้ว ก็จะได้บรรลุอรหัตผลก็เป็นในลักษณะฉันทัน

ผู้ได้บรรลุเป็นพระอรหันต์แล้ว จะประกาศให้คนอื่นได้ รู้หรือไม่ประกาศ ก็ไม่ทำให้ภูมิธรรมนั้นเจริญขึ้นหรือเสื่อมลง แต่อย่างใด จะพูดให้คนอื่นรู้หรือไม่พูดก็มีความบริสุทธิ์เท่าเดิม ไม่มีการเปลี่ยนแปลงในภูมิธรรมนั้นๆ ในสมัยครั้งพุทธกาลก็มี พระปิณโฑลภารทวาชะ ขอบพูดให้พระองค์อื่นได้รู้ในการบรรลุธรรมของตัวเองอยู่เสมอ แม้พระพุทธเจ้าจะประทับในที่แห่งนั้นอยู่ ก็ตาม ขอบพูดว่าท่านผู้ใดมีความสงสัยในหมวดธรรมอะไรให้ถามข้าพเจ้าได้ แต่ไม่ได้ประกาศให้ฆราวาสได้รู้ จนได้รับคำพยากรณ์ จากพระพุทธเจ้า เป็นผู้เลิศในการบรรลุสี่สันทันนั่นเอง

ถ้าผู้เกิดความเข้าใจผิดว่าตัวเองได้บรรลุมรรคผลนิพพาน ก็ไม่ถือว่าพูดอวดอูตริแต่อย่างใด ถ้าพูดไปด้วยความเจตนา ทั้งที่รู้ตัวว่าไม่มีคุณธรรมอะไร นั้นเป็นอาบัติปาราชิก ขาดจากความเป็นพระในขณะนั้นทันที

การดูพระผู้เป็นพระอรหันต์และการดูพระผู้ยังเป็น ปุถุชนนั้นดูได้ยาก มีการเปรียบเทียบดังนี้ “น้ำลึกเงาลึก” และ

“น้ำลึกเงาตื้น” “น้ำตื้นเงาลึก” และ “น้ำตื้นเงาตื้น” ดังที่จะอธิบายต่อไปนี้

๑. น้ำลึก หมายถึง ใจที่มีคุณธรรม เงาลึก หมายถึง กิริยามรรยาทดี มีความสำรวมกายวาจาที่เรียบร้อย เป็นที่ประทับใจแก่ผู้ได้พบเห็น เกิดความเคารพ เกิดความเลื่อมใสศรัทธา

๒. น้ำลึก หมายถึง ใจที่มีคุณธรรม เงาตื้น หมายถึง กิริยามรรยาทการแสดงออกไม่ดี ไม่มีการสำรวมกายวาจา จะทำอะไรก็ทำอะไรตามใจตัวเอง จึงทำให้ผู้อื่นขาดความเคารพเชื่อถือ

๓. น้ำตื้น หมายถึง ใจยังไม่มีคุณธรรม เงาลึก หมายถึง ผู้มีความสำรวมดี มีกิริยามรรยาทที่น่าเคารพเลื่อมใส ทำให้ผู้พบเห็นเกิดศรัทธาความเชื่อว่าเป็นผู้มีคุณธรรม

๔. น้ำตื้น หมายถึง ใจไม่มีคุณธรรม เงาตื้น หมายถึง กิริยามรรยาทการแสดงออกไม่มีความสำรวม พูดทำในสิ่งใดไม่มีความระวัง แสดงความคะนองทางกายทางวาจาเป็นนิสัย

ถ้าเห็นพระ “น้ำลึกเงาลึก” และเห็นพระ “น้ำตื้นเงาลึก” อยู่ในแห่งเดียวกัน ความประพฤติกิริยามรรยาท การสำรวมกายวาจาเรียบร้อยดีด้วยกัน ก็ยากที่จะรู้ว่าองค์ใดเป็นปุถุชนและเป็นพระอรหันต์ จึงยากที่จะเดาถูก ถ้าเห็นพระองค์ที่ “น้ำลึกเงาตื้น”

และพระ “น้ำตื้นเงาตื้น” อยู่ด้วยกัน การสำรวจกายวาจาไม่เรียบร้อย ก็ไม่รู้ว่อาจค์ไหนเป็นพระอรียเจ้าและพระปุถุชนเช่นกัน แม้แต่ พระอรหันต์ด้วยกันก็ยากที่จะรู้กันได้ พระอรหันต์จะรู้กันได้มี ๒ อย่าง

๑. มีญาณหยั่งรู้ได้

๒. สันทนาธรรมกัน จะมีจุดที่สำคัญที่จะรู้จัก ถ้าปุถุชน สันทนาธรรมกับพระอรหันต์ จะเอาจุดสำคัญอะไรมาเป็นตัววัด ไม่ได้เลย เป็นเพียงคาดการณ์สุ่มเดาเอาตามความเข้าใจไปเท่านั้น ในยุคนี้จึงมีพระอรหันต์ที่เกิดจากลูกศิษย์พยากรณ์ให้มากมาย

มทสงทษ

หนังสือปัญหา ๓ ที่อธิบายมาแล้วนี้ เป็นหลักการศึกษานในภาคปฏิบัติให้เข้าใจในปัญหา ๓ เอาไว้ จึงจะไม่เกิดความสับสน ผู้ปฏิบัติในยุคนี้ มีความเข้าใจว่าปัญหามีอย่างเดียว และยังเข้าใจว่าปัญหานี้จะต้องเกิดขึ้นจากความสงบของสมาธิ เมื่อครูสอนว่าปัญหาเกิดจากความสงบ ผู้ปฏิบัติก็เชื่อตามครูที่สอนตามๆ กันมา มีความเข้าใจว่า เมื่อปัญหาเกิดจากสมาธิความสงบแล้ว ก็จะละกิเลสตัณหาให้หมดไปจากใจ ก็จะได้เป็นพระอรหันต์เข้าขึ้นมาเอง เป็นวิธีที่เป็นไปไม่ได้ เพราะไม่เป็นไปตามคำสอนเดิมของพระพุทธเจ้าแต่อย่างใด และขัดต่อเหตุและผลที่จะเป็นไปในลักษณะนี้

เช่น งานทางโลกทุกประเภท จะทำให้งานมีความสำเร็จได้

ก็ต้องศึกษาให้รู้งาน และศึกษาให้รู้ในวิธีการทำงาน จึงจะทำงานได้ถูกและสำเร็จไปได้ งานในทางธรรมก็เช่นกัน การถวายทานให้แก่พระก็ต้องศึกษาในวิธีถวาย สิ่งใดควรถวายหรือไม่ควรถวาย สิ่งใดควรถวายในกาลไหน และไม่ควรถวายในกาลไหน ก็ต้องศึกษาให้รู้ก่อนจึงถวายในภายหลัง จะรักษาศีลก็ต้องศึกษาในหมวดศีลนั้นๆ ให้เข้าใจ ศีลแต่ละข้อมีวิธีการรักษาต่างกันอย่างไร เมื่อรักษาถูกวิธีการรักษาในศีลข้อนั้นๆ ศีลก็จะไม่ขาดไม่เศร้าหมอง จะมีความบริสุทธิ์ในศีลได้ จะทำสมาธิก็ต้องศึกษาในสมาธิแต่ละอย่าง มีวิธีการทำอย่างไร โมหสมาธิเป็นอย่างไร มิจฉาสมาธิเป็นอย่างไร สัมมาสมาธิเป็นอย่างไร สมาธิความตั้งใจมั่นเป็นอย่างไร สมาธิความสงบเป็นอย่างไร ความเป็นของรูปฌาน อรูปฌาน เป็นอย่างไร วิปัสสนูปกิเลส ๑๐ อย่างเป็นอย่างไร ต้องศึกษาให้เข้าใจแต่ละวิธี ให้รู้ว่าสมาธิที่ถูกเป็นอย่างไร สมาธิที่ผิดเป็นอย่างไร เมื่อทำสมาธิจึงจะทำได้ถูกต้องตามวิธีนั้นๆ

ศึกษาในตัวเองว่า เรามีนิสัยเป็นอย่างไร เป็นนิสัยเจโตวิมุตติ หรือเป็นนิสัยปัญญาวิมุตติ ผู้มีนิสัยเจโตวิมุตติจะทำสมาธิความสงบได้ง่าย และชอบอยู่ในความสงบนั้น ผู้มีนิสัยเป็นปัญญาวิมุตติ จะทำให้จิตมีความสงบในสมาธิไม่ได้เลย นึกคำบริกรรมทำให้

จิตเป็นเพียงสมาธิความตั้งใจมั่นได้เท่านั้น เมื่อถึงจุดนี้จะมี
 ความคิดต่างๆ เกิดขึ้น จะดึงเข้ามานึกค่าบริการอื่นก็ทำได้
 แบบเดียว ก็จะมีความคิดเกิดขึ้นมาอีก จะทำสมาธิความสงบ
 ไม่ได้เลย ถ้าเป็นในลักษณะอย่างนี้ ก็ให้หยุดในค่าบริการ
 หยุดการทำสมาธิเสีย ให้น้อมใจไปพิจารณาในทางปัญญาต่อไป
 ได้เลย ถ้าไม่เคยฝึกปัญญามาก่อน ก็จะเกิดความฟุ้งซ่านเกิดขึ้น
 วิธีการฝึกปัญญาได้อธิบายไว้ในหนังสือเล่มนี้แล้ว

การศึกษาในวิธีการฝึกปัญญา ศึกษาวิธีการเจริญวิปัสสนา
 ศึกษาวิธีการเจริญในวิปัสสนาญาณ ปัญญาในสามวิธีนี้ม
 ความแตกต่างกันอย่างไร มีความสัมพันธ์เชื่อมโยงต่อกันอย่างไร
 จะได้ว่ารู้ในขั้นตอนในการเจริญในปัญญาในระดับนั้นได้อย่างไร
 ถูกต้อง จะไม่เกิดความสับสนในขั้นตอนของปัญญาในระดับนั้นๆ
 ปัญญาขั้นต่ำจะเป็นฐานให้แก่ปัญญาในระดับขั้นกลาง ปัญญา
 ในระดับกลางจะเป็นฐานให้แก่ปัญญาในระดับขั้นละเอียด
 จึงเรียกว่าปัญญาเกิดขึ้นจากปัญญาเอง วิปัสสนาญาณเกิดขึ้น
 จากปัญญาในวิปัสสนา ปัญญาในวิปัสสนาเกิดขึ้นจากปัญญาใน
 สัมมาทิฐิฐิตีความเห็นชอบ ปัญญาความเห็นชอบเกิดขึ้นจาก
 สุตมยปัญญา คือปัญญาในภาคการศึกษา

ฉะนั้น ปัญญาจะต้องเกิดขึ้นจากปัญญาเอง ไม่ได้เกิดขึ้นจากทำสมาธิความสงบแต่อย่างใด หลักการทำสมาธิเป็นวิธีพักใจให้อยู่ในปัจจุบัน เมื่อใจได้พักอยู่ในปัจจุบันแล้วก็จะเกิดมีกำลัง เมื่อใจมีกำลังก็จะนำไปเป็นหลักเสริมให้แก่ปัญญา เมื่อปัญญามีสมาธิเป็นตัวหนุน การใช้ปัญญาคิดพิจารณาในสังขารธรรมใดก็จะเกิดความรู้เห็นในสังขารนั้นได้อย่างชัดเจน ในเมื่อมีความตั้งใจใช้ปัญญาพิจารณาในสังขารมอยู่ ก็จะเป็นตัวช่วยให้สมาธิมีความมั่นคงต่อไป ในลักษณะนี้จึงเรียกว่าสมาธิหนุนปัญญา หรือปัญญาหนุนสมาธิไปในตัว

สมาธิที่หนุนปัญญาให้พิจารณาในสังขารธรรมนี้ จะเป็นเพียงสมาธิความตั้งใจมั่นเท่านั้น หรือเรียกว่า ขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ การทำสมาธิความสงบจะนำมาประกอบใช้กับปัญญา จะพิจารณาอะไรไม่ได้เลย จะมีความแน่วแน่อยู่ในความสงบนั้นต่อไป จากนั้นก็จะถอนออกมาอยู่ในความตั้งใจมั่นในอุปจารสมาธินี้ก่อน จึงจะน้อมไปพิจารณาในทางปัญญาต่อไปได้ มิใช่ว่าจิตเป็นสมาธิความสงบแล้ว จะเกิดปัญญาขึ้นตามความเข้าใจ หรือสมาธิความสงบก็ใช้กับปัญญาไม่ได้อยู่นั่นเอง

ฉะนั้น ผู้ปฏิบัติต้องศึกษาในวิธีการทำสมาธิและวิธีการ

ใช้ปัญญา ทั้งสองวิธีนี้มีอุบายการปฏิบัติให้อยู่ในจุดเดียวกันได้
อย่างไร ต้องศึกษาให้เข้าใจ ไม่เช่นนั้นจะเกิดความสับสน จับต้น
ชนปลายทำอะไรไม่ถูก จะเกิดความท้อถอยหมดกำลังใจได้

ข้าพเจ้าเองผู้ให้ความเข้าใจในเหตุผลดังที่อธิบายมานี้ เรื่อง
ปัญญา ๓ เริ่มจากสุตมยปัญญา จินตามยปัญญา ภาวนามยปัญญา
ปัญญาทั้งสามนี้มีฐานเชื่อมโยงต่อกันอย่างไร เรื่องสัมมาสมาธิ
มิจฉาสมาธิ มีฐานให้เกิดขึ้นเป็นอย่างไร ก็ได้อธิบายไว้ในหนังสือ
เล่มนี้ สมาธิความตั้งใจมั่นกับสัมมาทิฏฐิปัญญาความเห็นชอบ
มีฐานเชื่อมโยงเกิดขึ้นอย่างไรต้องศึกษาให้เข้าใจ เมื่อนำไปปฏิบัติ
ก็จะเกิดความถูกต้องต่อไป เฉพาะเรื่องนิสัยของตัวเอง ก็ต้อง
ศึกษาให้เข้าใจเช่นกัน เพื่อจะได้ปรับตัวเองเข้าในหมวดธรรมนั้นๆ
ได้อย่างถูกต้อง ผู้ได้บรรลुरुธรรมเป็นพระอริยเจ้ามีอยู่ ๒ กลุ่ม

(๑) กลุ่มปัญญาวิมุตติ

(๒) กลุ่มเจโตวิมุตติ

ทั้ง ๒ กลุ่มนี้มีอุบายการปฏิบัติแตกต่างกันอย่างไร
ท่านเหล่านั้นจึงได้บรรลุเป็นพระอริยเจ้าได้ เราเองมีนิสัยเป็น
ปัญญาวิมุตติ หรือเรามีนิสัยเป็นเจโตวิมุตติ ต้องศึกษาในนิสัยของ
ตัวเอง เมื่อรู้ว่าเรามีนิสัยเป็นปัญญาวิมุตติ เราก็ต้องใช้อุบายใน

การปฏิบัติแบบปัญญาวิมุตติ เรามีนิสัยเป็นปัญญาวิมุตติ แต่ไปปฏิบัติในอุบายวิธีของพวกเจโตวิมุตติ จะไม่ทำให้เกิดความรู้แจ้งในมรรคผลนิพพานแต่อย่างใด หรือผู้มีนิสัยเป็นเจโตวิมุตติ จะมาปฏิบัติในวิธีของพวกมีนิสัยปัญญาวิมุตติ ก็จะทำให้ไม่ได้อยู่นั่นเอง

ฉะนั้น ปัญญาในภาคการศึกษา ถึงจะไม่ทำสมาธิให้จิตมีความสงบ ก็ใช้ปัญญาศึกษาในธรรมได้ อย่าผูกขาดว่าปัญญาจะต้องเกิดจากสมาธิความสงบเพียงอย่างเดียว ปัญญาในภาคปฏิบัติที่เรียกว่าการเจริญวิปัสสนา ก็ควรศึกษาให้เข้าใจเช่นกัน ไม่เช่นนั้นจะสมมติเรียกไม่ถูกในความหมาย เช่น ทำสมาธิให้จิตมีความสงบอยู่ในรูปแบบของสมถะ ไปเรียกว่าเจริญในวิปัสสนา ในลักษณะอย่างนี้เรียกว่าผู้มีการศึกษาน้อย หรือครูผู้สอนเรียกอย่างนี้ก็ชื่อว่ามีการศึกษาน้อยเช่นกัน

ฉะนั้น การปฏิบัติต้องตีความหมายในปริยัติให้ถูก เมื่อนำไปปฏิบัติก็จะถูกต้องตรงต่อการปฏิบัติ และตรงต่อปฏิเวธที่ผู้ปฏิบัติควรได้ควรถึง การปฏิบัติจะรู้เห็นธรรมในระดับสูงเป็นปฏิเวธได้ ต้องให้เป็นไปในหลักสัมมาทิฐิ ปัญญาความเห็นชอบเป็นจุดเริ่มต้นเท่านั้น จึงเป็นเส้นทางที่จะเข้าสู่กระแสธรรมโดยตรง มิใช่ว่าปฏิบัติเพื่อหวังผลประโยชน์ในอามิสใดๆ มิใช่

ปฏิบัติเพื่ออวดอ้างว่าตัวเองเป็นผู้เลิศเหนือใครๆ มองไปที่ไหน เห็นแต่ความเลวร้ายของผู้อื่นไปเสียทั้งหมด กลุ่มของตัวเองจะโดดเด่นด้วยคุณธรรมแต่ฝ่ายเดียว

การปฏิบัติเป็นอุบายละถอนทิฏฐิมานะอัตตาของตัวเอง ให้หมดไปจากใจ มิใช่ว่าปฏิบัติเพื่อเสริมกิเลสตัณหา เสริมอัตตา ก้าวร้าวให้แก่คนอื่น พระธรรม เมื่ออยู่กับใจของท่านผู้ใด มีแต่ความอบอุ่นร่มเย็น การแสดงออกทางกายวาจาจะทำให้คนอื่น มีความร่มเย็นไปด้วย เฉพาะผู้นำของหมู่คณะต้องฝึกตัวเองให้ดี เพื่อเป็นเนติแบบฉบับให้แก่ผู้อื่น ถ้าผู้เรามีนิสัยก้าวร้าว ลูกศิษย์ ก็พลอยมีนิสัยก้าวร้าวไปด้วย

ดังคำว่า “คบคนเช่นไร นิสัยและใจก็ย่อมเป็นไปตามนั้น” เพราะใจไม่มีสติปัญญาพอ จึงเกิดความเอนเอียงไปโดยไม่รู้ตัว นี้ฉันทใจใจเมื่อได้มั่วสุมในหมู่กิเลสตัณหา ก็ฉันทนั้น ความคิด ความเห็น และความเข้าใจ จะเป็นไปตามกิเลสตัณหาจนลืมตัว ถ้าสติปัญญาไม่มีความฉลาดรอบรู้ในสังขารธรรม ใจก็จะจมดิ่งอยู่กับโลกนี้ต่อไปชั่วกาลนาน

ฉะนั้น อุบายการปฏิบัติที่อธิบายมานี้ มีเหตุผลรองรับในจุดเริ่มต้นจนถึงที่สุดแห่งวิมุตตินิพพาน จึงได้เรียบเรียงให้ท่าน

ทั้งหลายได้รู้วิธีปฏิบัติ รูปแบบอื่นที่ทำกันอยู่ในปัจจุบัน ก็ให้เป็นวิธีปฏิบัติของท่านเหล่านั้นไป ข้าพเจ้าจะให้อุบายในวิธีปฏิบัติ เริ่มต้นจากสัมมาทิฐิ ปัญญาความเห็นชอบ สัมมาสังกัปปो การดำริพิจารณาด้วยปัญญาให้ถูกต้องชอบธรรมนี้ เป็นจุดเริ่มต้นต่อไป เพราะเป็นหลักใหญ่ให้แก่การปฏิบัติในหมวดธรรมทั้งหลาย อุบายการรักษาศีล อุบายการทำสมาธิทุกประเภท ย่อมมารวมอยู่ในปัญญาความเห็นชอบนี้ทั้งนั้น

การปฏิบัติในยุคนี้จะมีความสับสนแก่ผู้กำลังศึกษาอยู่น้อย เพราะวิธีการปฏิบัติในยุคนี้แต่ละแห่งมีความแตกต่างกัน จึงเกิดความไม่แน่ใจ จึงเกิดความสงสัยไปว่าวิธีไหนผิดวิธีไหนถูก แต่ไม่เป็นอุปสรรคแก่ผู้ที่มีสติปัญญาดี ท่านเหล่านี้จะมีเหตุผลเป็นของตัวเอง สามารถแยกแยะในอุบายการปฏิบัติได้

ถ้าได้อ่านประวัติของพระอริยเจ้าในสมัยครั้งพุทธกาล จะรู้ได้ทันทีว่าท่านเหล่านั้นเริ่มต้นการปฏิบัติอย่างไร จะได้เทียบเคียงในการปฏิบัติในสมัยนี้ จะตัดสินใจได้ทันทีว่า การปฏิบัติถูกทำอย่างนี้ การปฏิบัติผิดเป็นอย่างนี้ ส่วนมากผู้ปฏิบัติจะเชื่อฟัง ถ้าหากพระท่านตีความหมายในธรรมมาผิด ท่านก็จะต้องสอนเราผิด เราก็ได้อุบายการปฏิบัติผิดไปด้วย ถ้าพระท่านศึกษามาดี

มีเหตุผลเป็นไปในสัมมาทิฐิ ปัญญาความเห็นชอบ เราก็จะได้รับข้อมูลที่ถูกต้องชอบธรรม ถ้าวาโชคดีไป การปฏิบัติของเราก็จะก้าวหน้าตรงต่อมรรคผลนิพพาน

เมื่อท่านได้อ่านหนังสือ “ปัญญา ๓” ขอให้ท่านได้เรียบเรียงในอุบายวิธีในจุดเริ่มต้นเรื่องสุตมยปัญญา ศึกษาในปริยัติให้เข้าใจ ปัญญาในระดับนี้ก็ต้องศึกษาในภาคปริยัติ เพื่อโยงต่อกันกับจินตามยปัญญาให้เป็นปัญญาในภาคปฏิบัติ ที่เรียกว่า “การเจริญในวิปัสสนา” เมื่อปฏิบัติในระดับขั้นการเจริญในวิปัสสนามีความรู้เห็นเป็น “มรรคญาณ” เกิดขึ้น จะมีความแยกคายหายสงสัยในสัจธรรมอย่างหายาบ และสัจธรรมอย่างกลางจะเป็นเหตุปัจจัยเชื่อมโยงให้เกิดปัญญาในระดับสูง เรียกว่า “ภาวนามยปัญญา” มีคำเรียกศัพท์หนึ่งว่า “วิปัสสนาญาณ” นั้นเอง

วิปัสสนาญาณนี้เมื่อเกิดขึ้นกับท่านผู้ใด ท่านผู้นั้นจะได้รับบรรลุธรรมเป็นพระอริยเจ้าขั้นใดขั้นหนึ่งในขณะนั้น เพราะวิปัสสนาญาณเกิดขึ้นเพื่อประหารกิเลสโดยเฉพาะ จะประหารกิเลสได้ในระดับไหน จึงขึ้นอยู่กับบารมีของแต่ละบุคคล วิปัสสนาญาณนี้เองที่ผู้ปฏิบัติทั้งหลายมีความต้องการให้เกิดขึ้น

แต่ไปฝึกวิธีให้วิปัสสนาญาณเกิดขึ้นผิดแนวทาง ผู้มีความเข้าใจว่าปัญญาญาณจะต้องเกิดขึ้นจากความสงบของสมาธิ เมื่อเกิดความเข้าใจอย่างนี้ เหมือนกับว่าสมาธิความสงบเป็นตัวผลิตให้ปัญญาญาณเกิดขึ้นใหม่ ถ้าอย่างนั้น เมื่อครั้งพระพุทธเจ้าไปฝึกทำสมาธิอยู่กับดาบสทั้งสองนานถึงห้าปีกว่า ทำสมาธิมีความสงบอย่างเต็มที่ ทำไมปัญญาญาณของพระองค์จึงไม่เกิดขึ้นเล่า แมื่อดาบสทั้งสองก็ไม่มีปัญญาเกิดขึ้นเช่นกัน

ฉะนั้น ขอให้ผู้สอนและผู้ปฏิบัติได้ทบทวนความเห็นอย่างนี้เสียใหม่ เพื่อให้เกิดความเข้าใจเป็นไปในหลักเดิมที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้แล้ว ให้สังเกตดูได้ในมรรค ๘ ทำไมพระพุทธเจ้าจึงวางสัมมาทิฐิ ปัญญาความเห็นชอบ สัมมาสังกัปปะ ใช้ปัญญาดำริพิจารณาให้ถูกต้องตามหลักความเป็นจริง สังเกตดูเพียงเท่านี้ก็หายความสงสัย หายความสับสนในการปฏิบัติได้ทันที

ขอให้ทุกท่านจงมีความสุขความเจริญในธรรมยิ่งๆ ขึ้นไป ขอให้ทุกท่านได้ฝึกสติปัญญาของตัวเองให้มีผลฉลาดรอบรู้ ฝึกตัวเองให้เป็นผู้มีเหตุและผล ฝึกตัวเองให้มีความฉลาดเฉียบแหลม เพื่อเป็นเครื่องมือแก้ปัญหาให้หมดไปจากใจ จะไม่มีภาระผูกพันกับสิ่งใดๆ นั่นแหละเรียกว่าผู้ปฏิบัติใกล้พระนิพพาน

มโนภาว ๗

พระอาจารย์ทูล ขิปโปปณโณ

หนังสือเล่มนี้เป็นมรดกธรรมที่พระอาจารย์ทูล ขิปโปปณโณ อดีตเจ้าอาวาส วัดป่าบ้านค้อ เขียนขึ้นและจัดพิมพ์เป็นหนังสือครั้งแรกในปี พ.ศ. ๒๕๔๒ โดยมีจุดประสงค์เพื่อเผยแผ่แนวคำสอนดั้งเดิมของพระพุทธเจ้า ซึ่งมุ่งเน้น การสร้างสัมมาทิฐิ ปัญญาความเห็นชอบ ให้เกิดขึ้นที่ใจ สำหรับผู้ที่ปรารถนา ความสุขในชีวิต ตลอดจนผู้ที่มุ่งหวังมรรคผลนิพพาน

ผู้จัดพิมพ์ : วัดชานพรานธัมมาราม

ภาพปก : ธนวัฒน์ พิษณุวงศ์

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

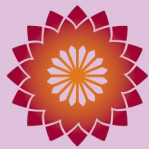
ผู้สนใจอ่านหนังสือธรรมะและฟังบันทึกเสียงธรรมเทศนา
ของพระอาจารย์ทูล ขิปปปัญโญ สามารถดาวน์โหลดได้ที่

<http://watpabankoh.com>

<http://kpyusa.org>

<http://luangporthoon.net>

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



SAN FRAN DHAMMARAM TEMPLE
SAN FRANCISCO