



๑  
ความเข้าใจคำสอนใน  
พระพุทธศาสนา



## ๑. ศาสนาพุทธสอนอะไร

[๘ พฤษภาคม ๒๕๕๒ (๑)]

คราวหนึ่งสมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนีฯ ท่านอาราธนาสมเด็จพระญาณสังวรฯ ให้เขียนว่า พระพุทธเจ้าสอนอะไร ท่านเขียนเอาไว้ดีแล้วว่าสอนอริยสัจ สอนไปเพื่ออะไร เพื่อความพ้นทุกข์สิ้นเชิง สอนอะไร ถ้าตัวธรรมะท่านสอนอริยสัจ อริยสัจเป็นธรรมที่ครอบคลุมธรรมะทั้งหมด มีพระสูตรอันหนึ่งชื่อรอยเท้าช้าง ชื่อ “มหาหัตถิปโทปมสูตร” ท่านสอนบอกว่ารอยเท้าของสัตว์บกทั้งหลาย สัตว์น้ำมันก็มีรอยเท้าเหมือนกัน แต่ว่ามีไม่กี่ชนิดที่มีเท้า บอกรอยเท้าของสัตว์ทั้งหลายนี้ เหยียบลงไปได้ในรอยเท้าช้าง อันนี้เพราะสมัยพุทธกาลไม่มีไดโนเสาร์แล้ว ไม่อย่างนั้นท่านจะต้องมี “ไดโนซอร์ปโทปมสูตร” อะไรอย่างนี้ หมายถึงธรรมะทั้งหมดที่ท่านสอนนี้มันรวมลงในอริยสัจ ย่อยๆ ก็คือ ท่านสอนเรื่องทุกข์กับความพ้นทุกข์

ทุกข์ ก็มีเหตุของทุกข์ แล้วก็ตัวทุกข์ ความพ้นทุกข์ ท่านก็สอนถึงวิธีปฏิบัติเพื่อความพ้นทุกข์ แล้วก็ตัวของความพ้นทุกข์คือตัวนิพพาน สอนได้ ๒ กลุ่ม

ที่นี้ตัวมรรคนี้ ย่อยๆ ออกมาก็มีศีล สมาธิ ปัญญา ต้องทำ ศีล สมาธิ ปัญญา ต้องเรียนนั่นเอง เรียนศีลสิกขา จิตตสิกขา ปัญญาสิกขา จิตตสิกขาเรียนแล้วจะเกิดจิตที่ตั้งมั่นมีสัมมาสมาธิ ย่อยๆ ลงไปอีกนะ ตรงภาวนานี้ ก็มี ๒ ส่วน คือ สมถะกับวิปัสสนา



วิปัสสนาถ้าทำถูกต้องนะ คือ มีสติรู้กายรู้ใจลงปัจจุบัน เห็นตามความเป็นจริง คือ เห็นไตรลักษณ์ไปเรื่อยๆ ในที่สุดจะเกิดผล มีปัญญาขึ้นมา เบื้องต้นเป็นพระโสดาบัน เบื้องปลายเป็นพระอรหันต์ พระโสดาบันท่านจะเข้าใจความจริงว่า “สิ่งใดเกิดขึ้นสิ่งนั้นดับไป” คือภูมิธรรมของพระโสดาบัน เป็นผลจากการเจริญสติ ไม่ใช่ให้ทำตัวมัน ไม่ใช่ให้ทำความรู้ขึ้นขึ้นมา เจริญสติไปแล้วผลที่เกิดขึ้นคือมีความรู้ความเข้าใจว่าสิ่งใดเกิดขึ้นสิ่งนั้นดับไป นี่คือความรู้ความเข้าใจของพระโสดาบัน

พระโสดาบันรู้ว่าสิ่งใดเกิดสิ่งนั้นดับ ส่วนพระอรหันต์ท่านจะแจ้งสิ่งที่ไม่เกิดไม่ดับ สิ่งที่ไม่เกิดไม่ดับคือนิพพาน พระโสดาบัน พระสกิทาคามี พระอนาคามี ยังไม่แจ้ง เห็นบ้างแต่ยังไม่แจ่มแจ้ง

เบื้องต้นภาวนาแล้วจะเกิดปัญญาเห็นว่าสิ่งใดเกิดขึ้น สิ่งนั้นดับไป เบื้องปลายก็จะเกิดปัญญาไปเห็นแจ้งสิ่งที่ไม่เกิดไม่ดับ

ฉะนั้นธรรมะมีหลายระดับนะ มีหลายขั้น อันแรกเลยวัตถุประสงค์ของธรรมะคือภาวนาไปเพื่อความพ้นทุกข์สิ้นเชิง เบื้องต้นพ้นทุกข์ เบื้องปลายดับทุกข์ พ้นทุกข์นี้เป็นพระอรหันต์ที่ยังดำรงขันธอยู่ ดับทุกข์คือพระอรหันต์ที่ท่านดับขันธแล้ว พ้นทุกข์นี้พระอรหันต์มีขันธใหม่ มี แต่ว่าจิตของท่านพ้นจากขันธ เพราะฉะนั้นท่านพ้นจากทุกข์ เบื้องปลายนี้ดับขันธก็ดับทุกข์ ตัวขันธนั้นแหละตัวทุกข์

ธรรมะประทีดนะ ค่อยๆ เรียน ค่อยๆ ฟัง อย่างนี้คนเดียวมัว อย่างวัตถุประสงค์อย่างหนึ่ง สิ่งที่ต้องปฏิบัติอย่างหนึ่ง วิธีปฏิบัติอย่างหนึ่ง ผลของการปฏิบัติอีกอย่างหนึ่ง อย่าไปปนกัน ถ้าปนกันแล้วยุ่งตายเลย

อย่างมาถามหลวงพ่อกว่า เราภาวนาเพื่ออะไร พระพุทธศาสนาสอนอะไรกันแน่ ข้อแรก สอนให้เห็นว่าทุกอย่างผ่านมาแล้วก็ผ่านไป ไม่ควรยึดมั่นถือมั่น อันนี้เป็นความรู้ความเข้าใจของพระโสดาบัน ทุกอย่างมาแล้วไป เกิดแล้วดับ หรือข้อสอง ทำให้จิตสำเนียงสภาพดั้งเดิมของจิตเดิมแท้ ไม่ได้สอนให้ทำสำเนียงนะ มันสำเนียงเองเป็นผลแล้ว ถ้าเห็นนิพพานก็จะเห็นจิตเดิมแท้ จิตเดิมแท้ก็ไปเห็นนิพพาน

คำว่า “จิตเดิมแท้” นี่เป็นคำซึ่งไม่มีในพุทธศาสนาฝ่ายเถรวาท เวลาฝ่ายเถรวาทพูดถึงจิตพระอรหันต์นี่พูดถึง “มหากิริยาจิต” แค่มหากิริยาจิตเกิดแล้วดับ นี่ก็ทางฝ่ายเซ็น ทางฝ่ายอะไรนี่เขาพูดถึงจิตเดิมแท้ คือจิตที่พ้นความปรุงแต่ง ถ้าอนุโลมเอาก็คือมหากิริยาจิต แต่ว่ามันมีสภาวะธรรมชนิดหนึ่ง ซึ่งเป็นธาตุ ธาตุรู้จะเรียกว่าอะไรก็ได้ จิตเดิมแท้ก็ได้ อะไรก็ได้เป็นธาตุรู้ ธาตุรู้มันเข้ากับธรรมชาติ คือธาตุของธรรม อันนี้ไม่มีในคำสอนของฝ่ายเถรวาทหรอก ไม่พูดถึงสิ่งเหล่านี้หรอก แต่พูดถึงธาตุธรรมคือพระนิพพาน

ฉะนั้นเวลาเราเรียนนะ เรารู้แล้วว่าวัตถุประสงค์ของการเรียนคือเพื่อความพ้นทุกข์สิ้นเชิง สิ่งที่เราต้องทำก็คือเราต้องพัฒนาศีล สมาธิ ปัญญาขึ้นมา หรือละชั่ว ทำดี ทำจิตให้ผ่องแผ้วขึ้นมา พูดได้หลายแง่หลายมุม หลายมิติ รวมความว่าทำอันใดอันหนึ่งครบชุดของมันก็คือนำทั้งหมด มีศีล สมาธิ ปัญญาครบ มันก็คือครบ ละชั่ว ทำดี ทำจิตผ่องแผ้วได้ก็ครบเหมือนกัน

วิธีที่จะทำให้ศีล สมาธิ ปัญญาสมบูรณ์ก็เจริญสติไป วิธีที่จะละชั่ว ทำดี ทำจิตผ่องแผ้ว ก็เจริญสติไป ถ้าเจริญสติไม่ได้ ละชั่วไม่ได้จริงหรอก ได้แต่ซุ่มความชั่วเป็นคราวๆ ทำดีไม่ได้จริงหรอก ดีแบบเดียวนะเดียวชั่วก็แทรกเข้ามาแล้ว เช่นเห็นคนอื่นเขาได้ดิบได้ดี ก็โมทนาๆ มันดีหลายทีซึกอิจฉาแล้ว มันทนไม่ได้หรอก หรือเห็นคนนั้นตักทุกข์ได้ยาก สงสารเขา ไปแนะนำเขา เขาไม่ฟังก็ไม่โหแล้ว กุศลนี้พลิกเป็นอกุศลได้เสมอเลยถ้าขาดสติ

ดังนั้นงานของเรามีสติเอาไว้ มีสติเอาไว้แล้วก็ยังทำ ๒ อย่าง อันหนึ่งทำสมณะะ สมณะะก็ต้องมีสติ ถ้าสมณะะขาดสติเป็นมิจฉาสมาธิไปเลย ใช้ไม่ได้ อย่างที่พวกเรานั่งแล้วเคลิ้มๆ นี่ใช้ไม่ได้เลย ฉะนั้นนั่งแล้วต้องรู้เนื้อรู้ตัว เห็นรู้เนื้อรู้ตัวนะ จิตสงบ จิตตั้งมั่น อยู่ในอารมณ์อันเดียวโดยไม่ได้บังคับเอาไว้ มีความสุขอยู่ในอารมณ์อันเดียวอย่างนั้น สงบแบบแน่นอยู่ในอารมณ์อันเดียว มันเป็นสมณะะ

จิตยอมไปมีความสุขมีความสุขสงบนะ ต้องเลือกอารมณ์ ถ้าเราเลือกอารมณ์ก็มีมาตรฐานที่จิตมันชอบ ไม่ใช่เราชอบนะ ที่จิตมันชอบ อย่างบางคนจิตชอบพิจารณาอสุภะ พิจารณาอสุภะแล้วสงบ แต่เราไม่ชอบ เรากลัวผี ให้ไปนั่งป่าช้าอะไรนี่ไม่ชอบเลย ไปงานรดน้ำศพบางคนยังไม่ชอบเลย แต่จิตมันชอบ พอเข้าใกล้แล้วสงบ อย่างนี้สมควรทำอย่างไรดี จิตมันชอบแบบนี้ จิตมันชอบอย่างนี้ก็เอาสิ เรากลัวผี ดูไปเรื่อยๆ เดี่ยววันหลังก็ไม่กลัวเอง นั่นแหละ แต่จิตมันเข้าใกล้ไปเห็นศพ อ้อ รถทับมาหลายๆ ฟองๆ เวลาศพถูกรถทับนะ



เน่าเร็วมากเลย เร็วกว่าศพธรรมดา เป็บเดียวมันก็เน่า เราก็ไปดูได้ จิตใจก็สงบถ้าจิตมันชอบ บางคนจิตมันชอบพุทโธเราก็อยู่กับพุทโธ จิตมันชอบหายใจก็อยู่กับลมหายใจ จิตมันชอบท้องพองยุบก็อยู่กับท้องพองยุบไป อยู่กับอารมณ์ที่จิตชอบ จิตก็ไม่ร่อนเร่ไป จิตเสพอารมณ์ที่มันชอบนะ ไม่หนีไปเที่ยว ได้สมถะ ก็มีสติอยู่กับอารมณ์นั้น ถ้าท้าวปีสสนานะ ก็มีสติรู้กายรู้ใจไป รู้กายรู้ใจด้วยจิตที่ตั้งมั่น ต้องดูอยู่ห่างๆ นิดหนึ่ง

แต่ตรงจิตตั้งมั่นก็มี ๒ พวกนะ พวกหนึ่งตั้งตรงเด่นอยู่เลย พวกนี้ทรงฌานอยู่ พอออกจากฌานแล้วจิตจะทรงเด่นอยู่นาน อีกพวกหนึ่งไม่ได้ทรงฌาน ตั้งเป็นขณะๆ เรียกว่าขณิกสมาธิ เป็นขณะๆ แค่นี้ก็นิพพานได้ ถึงมรรคผลนิพพานได้ ถึงพระอรหันต์ได้ เวลาที่เราเจริญสติเราอย่าดูถูกสมาธิชั่วคราวนะ เวลาที่เราเจริญสติในชีวิตประจำวันจริงๆ นี่ส่วนใหญ่ใช้สมาธิชั่วคราวนี่เอง ทีละขณะๆ เดี่ยวรู้สึกตัวขึ้นมาใจตั้งมั่นได้แวมก็หลงไปอีกแล้ว ไหลไปอีกแล้ว พอรู้ทัน สติระลึกรู้ว่าใจไหลไปแล้ว ใจก็ไหลไปอีกแวมหนึ่ง แวมๆ ๓ ตลอดวัน มีแต่ไหลไปแล้วก็ตั้ง ไหลไปแล้วก็ตั้ง แค่นี้พอแล้ว ถึงวันหนึ่งปัญญา มันเกิดนะ มันจะเห็นเลย จิตไหลไปห้ามไม่ได้ จิตตั้งมั่นสิ่งไม่ได้ควบคุมไม่ได้ มีแต่เกิดแล้วดับ จิตที่หลงไปกับจิตที่ตั้งมั่นเท่าเทียมกันขึ้นมา เท่าเทียมกันโดยความเป็นไตรลักษณ์

เวลาเดินปีสสนา ไม่ใช่จะเอาอันหนึ่งจะเกลียดอันหนึ่ง เรามีสติรู้สภาวะทั้งหลาย ที่มันเป็นคู่ๆ เช่น ผลอกับรู้คู่หนึ่ง โกรธกับไม่โกรธคู่หนึ่ง โลกกับไม่โลกคู่หนึ่ง นี่เห็นเป็นคู่ๆ ไป มันจะพลิกไปพลิกมาในคู่ของมัน ฉะนั้นเราไม่ได้ฝีกเอาอันหนึ่ง เกลียดอันหนึ่ง ไม่ใช่เอาแต่รู้สึกตัว เกลียดหลง จะเอาความไม่โกรธ เกลียดความโกรธ จะเอาความไม่โลก เกลียดความโลก แต่การที่เห็นคู่ๆ มันจะทำให้เห็นว่าความโลก ความโกรธ ความหลง เกิดขึ้นมาแล้วก็ดับไป ความรู้สึกตัว รู้ ตื่น เบิกบาน เกิดขึ้นมาแล้วก็ดับไป

ชีวิตเราจะขาดเป็นท่อนๆ ๓ ไม่ใช่มีชีวิตอันเดียวรวดเลย คนซึ่งภาวนาไม่เป็นจะรู้สึกมีตัวเราอันเดียวรวด พวกเราจะรู้สึก ๒ คู่ชนทั้งหลายจะรู้สึก คนซึ่งยังเจริญปีสสนาไม่พอจะรู้สึก รู้สึกไหมในนี้มีเราอยู่คนหนึ่ง เราคนนั้นก็กับเราตอนเด็กๆ เป็นเราคนเดียวกับรู้สึกไหมหน้าตาเราเปลี่ยนไปนะ แต่ในนี้มีเราอยู่คนหนึ่ง เราคนเดิมด้วย นี่ถ้าหากท้าวปีสสนาถูกต้องจะเห็นเลยว่ามันเกิดดับเป็นขณะๆ ชีวิตตะก้นกับชีวิตปัจจุบันนี้เหมือนกัน คนละคนกันเลย ขาดออกจากกัน จิตตะก้นหลง จิตตอนนี้รู้สึก มันเหมือนคนละคนกันเลย ถ้าดูเป็นจะเห็นมันมีช่องว่างเล็กๆ มาคั่น จิตดวงนี้เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป มีช่องว่างมาคั่น ขาดออกจากกันนะ ไม่ใช่ตัวเดิม ไม่ใช่เหมือนร่างกายนี้คนเก่าเปลี่ยนแต่เสื้อผ้าเรื่อยๆ

อันนั้นมิฉจากฎฐิติ อย่างพวกเราหลายคนคิดว่าในนี้มีเราอยู่คนหนึ่ง พอตายไปนะ เราคนนี้ออกจากร่างนี้ไปหาร่างใหม่เกิดอีก นี่มิฉจากฎฐิติ เพราะว่าท้าวปีสสนาไม่เป็น ไม่เห็นว่ามีจิตดวงหนึ่งเกิดขึ้นแล้วก็ดับ ดวงหนึ่งเกิดขึ้นแล้วก็ดับ เพราะฉะนั้นการที่เราเห็นว่าจิตดวงหนึ่งเกิดแล้วดับไป เกิดแล้วดับไป จะเป็นกุศลก็ตาม เป็นอกุศลก็ตาม จะเป็นจิตที่รู้หรือจิตที่หลงก็ตาม ทั้งหมดมีสภาพอันเดียวกันทั้งหมดเลย คือเกิดแล้วดับเหมือนกัน

ในที่สุดปัญญามันเกิดนะ ว่าสิ่งใดเกิดขึ้นสิ่งนั้นดับไปเป็นธรรมดา นี่เป็นภูมิธรรมของพระโสดาบันแล้ว สิ่งใดเกิดขึ้นสิ่งนั้นดับไปเป็นธรรมดา ก็จะเห็นอยู่เบื้องหน้า ทั้งรูปธรรมทั้งนามธรรมมีแต่เกิดแล้วดับ เกิดแล้วดับไปเรื่อยๆ ทีนี้พอฝึกมากเข้าๆ นะ ปัญญามันเริ่มแกก่ล้าขึ้น มันเห็นเลย ใจตัวที่เกิดแล้วดับนี้ ตอนที่มันมีอยู่มันก็ทุกขนะ มันทุกข์อยู่โดยตัวของมันเองอย่างนั้นแหละ พอปัญญามันแจ้งนะ มันรู้เลยทุกสิ่งทุกอย่างที่เกิดขึ้นมา นี่มันทุกข์ทั้งหมดเลย จิตมันสลัดทิ้งเลย หมดความยึดถือในรูปธรรมนามธรรม

เมื่อจิตหมดความยึดถือในรูปธรรมนามธรรม แล้วจิตเหมือนถอดตัวเองออกมา พุดแล้วไม่รู้ภาษา มันจะเป็นอย่างไรนะ บางทีจะพุดในมุมหนึ่งเหมือนจับมันขว้างทิ้งไปเลย มันโยนจิตทิ้งไป อีกมุมหนึ่งเหมือนมันถอดออกมา มันหลุดออกจากกัน แต่เดิมสมมุติ จิตกับขันธมันรวมอยู่ด้วยกัน เราภาวนาเห็นขันธมันเป็นทุกขนะ เหมือนจิตมันถอดออกมา แต่พวกเราก่อน เราเห็นจิตถอดออกมา แยกออกมาจากขันธเป็นสองส่วนใช่ไหม อันนี้ไม่เป็นเช่นนั้น ถ้าขันสุดท้ายไม่เป็นเช่นนั้น ถอดออกมาแล้วทิ้งตัวนี้ด้วย ทิ้งไป ตัวนี้ทิ้งทิ้งไป แล้วปรากฏว่ามันมีธาตุอยู่ธาตุหนึ่งคือธาตุรู้ ธาตุรู้ที่มันจะชิมชานไปในทุกสิ่งทุกอย่าง

แต่เดิมจิตเรามีขอบมีเขตมีจุดมีดวง นี่คนตีมากแล้วนะดวงแค่นี้ พวกรุกขเทวดา รัศมีนิดเดียวเองเล็กเท่าดาวเอง บางคนภาวนามานานนะ เท่ากับล้อเกวียน ล้อรถดถนน รัศมีไม่เท่ากัน แต่มีขอบมีเขตอยู่ ตรงที่มันเข้าถึงธาตุรู้จริงๆ ธาตุรู้ที่ชิมชานไปในทุกสิ่งทุกอย่าง ธาตุรู้จะคล้ายๆ อากาศธาตุ แต่อากาศธาตุไม่ใช่ธาตุรู้ อากาศธาตุเป็นช่องว่าง อากาศธาตุนี้ชิมชานเข้าไปได้ ในพัดนี้ก็มีอากาศธาตุ มันชิมชานเข้าไป ในแผ่นดินก็มีอากาศธาตุเข้าไปชิมชานอยู่ ธาตุรู้นี้ก็ชิมชานคล้ายๆ กัน แต่ธาตุรู้เป็นธาตุรู้ จะเรียกว่าจิตใหม่ มันก็ไม่ใช่จิตที่เคยเห็น มันเป็นธาตุรู้ แล้วแต่จะเรียกชื่อ เป็นเจ้าของใหม่ ไม่มีเจ้าของ ไม่มีขอบไม่มีเขตไม่มีจุดไม่มีดวงไม่มีที่ตั้ง ถ้าถามว่าธาตุรู้รู้อะไร ธาตุรู้รู้ธรรม รู้นิพพานนะ นิพพานนี่ครอบโลกครอบจักรวาล ชิมชานไปในทุกสิ่งทุกอย่าง เหมือนกันเปี้ยบเลย แต่เป็นอีกสภาวะหนึ่ง พุดแล้วฟังยาก พวกคิดมากอยากเรียนเยอะๆ ไปภาวนาเอาเองนะแล้วจะเห็น



สรุปก็คือพระพุทธศาสนาไม่ได้สอนเพื่อให้เราเห็นว่าสิ่งใดเกิดขึ้นสิ่งนั้นดับไป ไม่ได้สอนเพื่อให้เห็นจิตเดิมแท้ ท่านสอนเพื่อความพ้นทุกข์สิ้นเชิง แล้วเราก็เจริญสติไปเรื่อยๆ ความรู้ความเข้าใจของเราที่พัฒนาเป็นลำดับๆ ไป เบื้องต้นก็เห็นว่าสิ่งใดเกิดขึ้นสิ่งนั้นดับไป ไม่ควรยึดมั่นหรืออก แต่มันยังยึดมั่นอยู่ เบื้องปลายนี้แหละมันหมดความยึดมั่นจริงๆ แล้วมันก็จะไปเห็นจิตที่เป็นอิสระ เธออย่าไปพูดถึงจิตเดิมแท้เลย ฟังแล้วเวียนหัวนะ วาดภาพเหมือนมีอะไรก็กลับซ้อนขึ้นมาอีกอย่างหนึ่ง เรียนชั้นที่เรียนอยู่ตอนนี้ก็ปางตาย แล้วยังไปสร้างจิตเดิมแท้ขึ้นมาอีกดวงหนึ่ง ยุ่งตายเลย ไม่มีอะไรที่เป็นอมตะ มีแต่พระนิพพานเท่านั้นที่เป็นอมตะ อย่าไปวาดภาพว่ามีอะไรที่เป็นอมตะอยู่ สุดท้ายมันก็จะเห็นสิ่งที่มันไม่เกิดไม่ดับ คือเห็นพระนิพพาน เป็นผลหรืออก เบื้องต้นเห็นสิ่งที่เกิดแล้วก็ดับ ได้เป็นพระโสดาบัน เบื้องปลายรู้แจ้งสิ่งที่ไม่เกิดแล้วก็ไม่ดับ คือพระนิพพาน

หน้าที่ของเราตอนนี้ก็คือเจริญสติไปเรื่อยๆ รู้กายรู้ใจไป สังเกตตัวเองไปเรื่อยๆ อกุศลอะไรยังไม่ละก็ละเสียบ้าง ชัดเวลาตัวเอง ไม่ใช่ตามใจอกุศลนะ กุศลโดยังไม่เจริญก็เจริญเสียบ้าง ไม่ใช่ปล่อยไปเรื่อยๆ นะ อย่าหวังว่ามันจะเจริญขึ้นมาตามยถากรรม อย่างเราต้องหัดให้อภัยคน ต้องฝึกเหมือนกันนะ ไม่ใช่ฉันเจริญสติอย่างเดียว จะเอาแต่ปัญญา บางทีก็เลสลึกก็เลสน้อยไม่ยอมละ จะเอาแต่ปัญญา ในที่สุดกลายเป็นมิจฉาทิฎฐิ คีลฉันจะไม่ถือหรืออก ฉันจะมีแต่สติ มีแต่ปัญญา แล้วก็กลายเป็นมิจฉาทิฎฐิง่าย

หลวงพ่อกเคยรู้จักคนๆ หนึ่งไม่ถือศีล สอนลูกไม่ให้ถือศีลด้วย บอกไม่จำเป็น เราดำรงชีวิตอย่างมีเหตุผลก็พอแล้ว นี่สอนลูกอย่างนี้ ดำรงชีวิตอย่างมีเหตุผล (ตามใจกิเลส) วงเล็บเอาไว้ด้วย ไม่มีศีลนะ ฉะนั้นอกุศลเล็กๆ น้อยๆ นะ เราก็ต้องรู้ทัน อย่าไปเชื่อมั่น อย่าไปตามใจมัน กุศลแม้แต่เล็กน้อยเราก็ต้องคอยดูแลรักษามัน คอยดูมันไป มีสติพัฒนามันขึ้นไปเรื่อยๆ จิตใจเข้าไปคลุกคลีพัวพันอยู่กับอารมณ์ต่างๆ คอยรู้ทันจนมันถอดถอนออกมา มันก็จะเข้าถึงความผ่องแผ้วของมัน นี่ละชั่ว ทำดี ทำจิตผ่องแผ้ว มีศีล มีสมาธิ มีปัญญา ค่อยๆ พัฒนาไป ค่อยฝึกของเราทุกวันๆ

ฉะนั้นเรียนธรรมนะ ค่อยฝึกเอา มีสติรู้กายรู้ใจไป แล้ววันหนึ่งก็พ้นจากความทุกข์ พอพ้นทุกข์นะมีความสุขเยอะ รู้เลยว่าที่ท่านบอก “นิพพานัง ประมัญจํ” เป็นอย่างไร “นิพพานัง ประมัญจํ สุนฺณญํ” เป็นอย่างไร นิพพานเป็นสุญญตา เป็นมหาสุญญตา ทางศาสนาพุทธฝ่ายเถรวาทไม่ใช่คำว่ามหาสุญญตา แต่ใช้บรมสุญญตา คือ “ประมัญจํ สุนฺณญํ”

ฉะนั้นเรากวนานะ วันหนึ่งเราจะเห็นบรมสุญญตา มีความสุข แต่ไม่ใช่ไม่มีอะไรเลย ไม่ใช่ว่าสุญญตาของนิพพานแปลว่าไม่มีอะไรเลย ไม่มีอะไรเลยเป็นมิจฉาทิฎฐิ ชื่อหนัตถิกาทิฎฐิ นิพพานมีนะ ไม่ใช่ไม่มีอะไรเลย นิพพานมีอะไร มีสภาวะของนิพพานคือสันติ มีความสงบ นิพพานสงบจากอะไร นิพพานสงบจากกิเลส นิพพานสงบจากขันธ์ นิพพานสงบจากความปรุงแต่ง นิพพานสงบจากทุกข์ มีลักษณะเฉพาะตัว ไม่ใช่สุญญตาแล้วไม่มีอะไรเลย อันนั้นมิจฉาทิฎฐิแล้ว

นิพพานมีอยู่ ไม่ใช่ไม่มี นิพพานรู้ได้ ไม่ใช่ไม่รู้ไม่ได้ แต่จิตที่จะรู้นิพพานต้องเป็นจิตขั้นดี อย่างจิตตอนที่เกิดมรรคเกิดผล หรือจิตที่เป็นมหากิริยาจิต มหากิริยาจิตบางดวงจะไปรู้นิพพาน เรียกว่าผลจิต ชื่อมันเยอะนะ แต่ผลจิตก็ไม่จัดว่าเป็นมหากิริยาจิตนะ ถ้าพูดอย่างอภิธรรม เพราะผลจิตประกอบด้วยฌาน มหากิริยาจิตเป็นจิตของคนธรรมดา อย่างนี้ จิตที่อยู่ในกามาวจรภูมิ เรียนมากไปก็ยุ่ง ทางที่ติณะ เรียนเรื่องตัวเอง รู้จิตรู้ใจตัวเองเรื่อยๆ ไป แล้ววันหนึ่งมีความสุข

ทำไมหลวงพ่อกพูดได้ฉอดๆ ตอนเรียนไม่ได้เรียนอย่างนั้นะ ตอนที่ไปเรียนกับหลวงปู่ดูลย์ท่านสอนนิดเดียว ให้ไปดูจิตตัวเอง ดูไปเรื่อยๆ แล้วท่านยังบอกอีกนะ ท่านรู้ว่าเราเป็นคนชอบมีความรู้เยอะ ท่านบอกว่า “ไม่ยากนะ การปฏิบัติไม่ยาก อ่านหนังสือมามากแล้ว ต่อไปนี้ให้อ่านจิตตนเอง” เราก็บอก “ดูจิตไปเรื่อยๆ แล้วมันจะพอหรือครับหลวงปู่ มันจะแจ้งในธรรมหรือครับ” หลวงปู่บอกว่า “ธรรมะ ๘๔,๐๐๐ พระธรรมชั้นนี้หรือออกมาจากจิตที่บริสุทธิ์นี้”

เพราะฉะนั้นเรียนเรื่องจิตนะ เข้าไปถึงจิตที่บริสุทธิ์ผุดผ่องแล้วอย่ากลัวว่าจะไม่รู้ ธรรมะ เพราะธรรมะออกมาจากจิตที่บริสุทธิ์นั่นเอง ๘๔,๐๐๐ พระธรรมชั้นนี้หรือออกมาจากจิตพระพุทธเจ้านะ จิตพระสาวกนะ พวกเรา ๒-๓ ธรรมชั้นนี้ก็บุญแล้วละ ไม่ได้อย่างพระพุทธเจ้าหรืออกนะ





## ๒. คำสอนของพระพุทธเจ้าสมบุรณ์ด้วยเหตุด้วยผล

[๒๑ พฤศจิกายน ๒๕๕๒ (๒)]

หลักธรรมที่พระพุทธเจ้าสอนสมบุรณ์ด้วยเหตุด้วยผล ไม่ใช่เป็นหลักธรรมที่ว่า เชื้อๆ ไปเถอะแล้วก็จะรู้เรื่อง คนอินเดียเป็นคนช่างคิดช่างโต้แย้ง พระพุทธเจ้าประกาศ ธรรมะขึ้นมาท่ามกลางนักคิดนักโต้แย้งทั้งหลาย ดังนั้นถ้าท่านเริ่มต้นธรรมะของท่านด้วยการบอกว่า เชื้อเอาไว้เถอะแล้วจะดีเอง แยกคงไม่เอาหรอก

ธรรมะของท่านสมบุรณ์ด้วยเหตุด้วยผล สมบุรณ์ด้วย “อรรถ” คือเนื้อหา สมบุรณ์ด้วย “พยัญชนะ” คือถ้อยคำภาษาที่ใช้ถ่ายทอดออกมา งดงามในเบื้องต้น ในท่ามกลาง ในที่สุด งดงามในเบื้องต้นก็คือมันสมเหตุสมผล งดงามในท่ามกลางคือมีวิธีที่จะดำเนินไป ดำเนินไปแล้วผลสุดท้ายเป็นอย่างไร ไม่ใช่ท่านได้รับผลเฉพาะองค์ของท่านคนเดียว ผู้อื่น มาเดินตามหลังท่านก็ได้ผลตามท่านไปด้วย เข้าถึงความพ้นทุกข์ตามท่านไปด้วย

จุดใหญ่ใจความของพระพุทธศาสนานะเต็มไปด้วยเหตุผล เต็มไปด้วยความงดงาม เป็นธรรมะที่กล้าทำให้พิสูจน์ ไม่ใช่ธรรมะที่ชวนให้เชื่อ หรืออ่อนน้อมให้เชื่อ เชื้อๆ ไปก่อน ทำๆ ไปเถอะ เอาอย่างนี้แหละ หลับหูหลับตาอย่างนี้แล้ววันหนึ่งก็ดีเอง คงไม่ใช่หรอก ถ้าอย่างนั้นท่านประกาศธรรมะขึ้นมาในชมพูทวีปไม่ได้หรอก นักปราชญ์ทั้งนั้นเลย

ท่ามกลางนักปราชญ์จำนวนมาก ทำไมธรรมะของท่านชนะใจคนจำนวนมาก ก็เพราะธรรมะของท่านมีเหตุมีผล ความจริงธรรมะของอาจารย์อื่นๆ ในยุคนั้นเขาก็มีเหตุผลของเขาเหมือนกัน อย่างพวกนิครนถ์\* ที่เป็นสาวกของนิครนถนาฏบุตร เขาก็สอนเรื่องตัตถหาเหมือนกัน มีตัตถหาเป็นตัวสมุทัยเขาก็สอนนะ นิพพานเขาก็เรียกชื่ออย่างอื่น แต่ก็สอนไปสู่จุดเดียวกัน เหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ก็คือตัตถหาเหมือนกัน ตัวที่ต่างกันคือตัวมรรค พระพุทธเจ้าเดินมรรคด้วยการมีสติ ด้วยการมีปัญญา ของเขาเดินมรรคด้วยการชดใช้กรรม คนเราทำกรรมชั่วมาเยอะก็ไปรรมานตัวเอง เพื่อใช้กรรมให้หมด วันใดกรรมหมดแล้วก็พ้นทุกข์ไป หรือร่างกายนี้มันแข็งแรงหนักมันก็ยั่วกิเลส แข็งแรงแล้วมันก็บ้ากาม ก็พามันอดข้าว พามันนอนบนตะปู ทรมาณมันไป เรียกว่าเผาผลาญกิเลส ก็เป็นวิถีคิดของเขา เขาก็มีวิถีคิด

\*นักบวชในศาสนาเซน





ของเขา คนจำนวนมากก็เชื่อเขา ไม่ใช่ไม่มี อาจารย์อื่นๆ ท่านก็มีความดี มีคนเชื่อเยอะแยะ เหมือนกัน

ในสมัยพุทธกาลนะ นอกจากพระพุทธเจ้าแล้วยังมีสำนักใหญ่อีก ๖ สำนัก แต่ละสำนักเขาก็มีดีของตัวเอง ใครถนัดทางไหนเขาก็เดินทางนั้น อยางบางสำนักชอบโต้ว่าที่ไปไหนก็โต้ว่าที่ไปเรื่อย เกียงๆ เกียงชนะก็ภูมิใจ พวกนี้คล้ายๆ โซเครตีส เป็นนักปราชญ์ของกรีก โต้ว่าที่ชนะชาวบ้านเขาตลอดเลย ชอบตั้งคำถามเขาไปเรื่อย ถามโน่นถามนี่ ถามจนคนตอบมันไม่รู้ว่าจะอะไรเลย แก่ถือว่าแก่งง สุดท้ายก็ถูกบังคับให้ฆ่าตัวตาย

พระพุทธเจ้าเราสอนในสิ่งที่ไม่มีเหตุมีผลนะ หลักของพุทธนี่เรื่องเหตุเรื่องผลเป็นเรื่องใหญ่ มีเหตุอย่างนี้ มีผลอย่างนี้ อยากรู้ได้ผลอย่างนี้ให้ทำเหตุอย่างนี้ อยากรู้พ้นทุกข์หรือก็ต้องดูเหตุดูผลก่อนว่าทุกข์อยู่ที่ไหน ทุกข์อยู่ที่กายที่ใจนี้ มีกายมีใจก็มีทุกข์ ทำไม่ถึงมีกายมีใจ เพราะจิตเข้าไปยึดถือก็มีขึ้นมา ถ้าไม่ยึดถือมันก็ไม่มีการเกิด มีก็เหมือนไม่มี อยากรู้กายใจของเราตอนนี้มีมาแล้ว เพราะว่าจิตในอดีตมันยึดถือมาแล้ว แล้วมันหยั่งลงมา มันเกิดมีกายมีใจเป็นปัจจุบันนี้ ปัจจุบันนี้ก็เป็นผลของอดีต อวิชชาในอดีตเกิดตัณหา เกิดอุปาทาน ทำให้เกิดภพ เกิดชาติ เกิดทุกข์ขึ้นในปัจจุบันนี้ อวิชชาในปัจจุบันก็ทำให้มีตัณหา อุปาทาน มีภพ มีชาติ มีทุกข์ในข้างหน้าต่อไปอีก นี่เต็มไปด้วยเหตุด้วยผล จะตัดวงจรนี้ให้ขาดนะ ต้องตัดด้วยปัญญา เครื่องมือที่จะใช้ตัดวงจรของสังสารวัฏให้ขาดนี่คือปัญญา แต่ปัญญาอยู่ลอยๆ ไม่เกิดหรือ ก็ต้องมีศีลมีสมาธิเป็นเครื่องสนับสนุน เห็นไหม ท่านมีเหตุมีผลของท่านนะ ค่อยๆ ฝึกให้มีสติขึ้นมา พอมีสติแล้วใจก็ตั้งมั่นขึ้นมา พอใจตั้งมั่นแล้วก็มาเรียนรู้ความจริงของกายของใจ

จริงๆ ความเป็นอย่างไร กายเที่ยงหรือไม่เที่ยง กายเป็นสุขหรือกายเป็นทุกข์ กายเป็นตัวเราที่แท้จริงบังคับได้หรือบังคับไม่ได้ หรือว่าเป็นแค่ส่วนหนึ่งของโลกเท่านั้น นี่มาดูมีสตินะ แล้วก็มาเรียนรู้กาย มีสติแล้วก็มาเรียนรู้จิตใจ จิตใจดีแล้วสุขดีแล้วทุกข์ ดีแล้วดี ดีแล้วร้าย สิ่งได้ใหม่ เที่ยงหรือไม่เที่ยง ไม่เที่ยงหรือออก เห็นไหมเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา มันคงที่อยู่ไหนอันใดอันหนึ่งได้ไหม ดีตลอดได้ไหม สุขตลอดได้ไหม สงบตลอดได้ไหม มันก็ไม่ได้นะ กระทั่งทำสมาธิจิตก็สงบอยู่ช่วงที่ทำสมาธิมันแหละ ออกจากสมาธิจิตก็ฟุ้งอีก นี่มันมีแต่ของไม่เที่ยง

ความจริงของจิตใจคือมันไม่เที่ยง จิตใจมันก็ทนอยู่ในภาวะอันใดอันหนึ่งนานๆ ไม่ได้ สุขก็ไม่นาน ทุกข์ก็ไม่นาน ดีก็ไม่นาน ชั่วก็ไม่นาน ทุกอย่างเป็นของชั่วคราวไปหมดเลย ทนอยู่ไม่ได้เรียกว่าทุกข์ มันจะสุขมันจะทุกข์ มันจะดีจะชั่ว เราก็กังขังไม่ได้นะ แต่มันเป็นไปตามเหตุ

อย่างทำเหตุอย่างนี้มันก็สุข ทำเหตุอย่างนี้มันก็ทุกข์ มันทำกุศลมากก็มีผลเป็นความสุข ทำอกุศลมากก็มีผลเป็นความทุกข์ มันมีเหตุมีผลนะ ความสุขความทุกข์ก็ไม่ใช่สิ่งที่เราสั่งขึ้นมา ผลิตขึ้นมาได้ตามใจชอบ มันมีเหตุมันถึงจะเกิด กระทั่งสติก็ต้องมีเหตุให้เกิด เหตุของสติคือ “ธัมมัสถิติ” จิตจำสภาวะได้แม่นยำสติก็เกิด เหตุของสมาธิก็คือความสุข ถ้าจิตมีความสุขอยู่ในอารมณ์อันใด จิตก็มีสมาธิอยู่ในอารมณ์อันนั้น ท่านสอนอย่างนี้ เหตุใกล้ของปัญญาคือสัมมาสมาธิ พอจิตเราตั้งมั่นเป็นผู้รู้ผู้ดู ดูกายทำงาน ดูใจทำงาน มีสติรู้กาย มีสติรู้ใจไปด้วยจิตที่ตั้งมั่นเป็นกลางอยู่ มีสัมมาสมาธิก็จะเกิดปัญญาเห็นความจริงของกายของใจ

ฝ่ายกุศลมีเหตุ ฝ่ายอกุศลก็มีเหตุ อยางโทะสะเกิดจากอะไร โทะสะไม่ใช่อยู่ๆ โทะสะก็เกิดขึ้นได้เอง โทะสะก็ต้องมีเหตุ ถ้าไม่มีเหตุโทะสะก็ไม่เกิด หรือมีโทะสะอยู่แล้ว ถ้าเหตุมันดับโทะสะก็จะดับไป เหตุของโทะสะอันแรกเลยคือเรามีนิสัย มีสันดานเดิมที่พร้อมที่จะไม่โทะเรียกว่ามีอนุสัย (โทะสาอนุสัย) อันที่สองเราไปกระทบอารมณ์ที่ไม่ชอบใจ พอกระทบอารมณ์ที่ไม่ชอบใจแล้วมันไปใคร่ครวญอยู่ในอารมณ์นั้น มีพยาบาทวิตกขึ้นมา โทะสะมันก็เกิดขึ้นมา

ราคะละ ราคะก็เกิดจากมีอนุสัยเคยมีโลภ เคยชอบมีราคะ จิตใจคุ้นเคยที่จะมีราคะ อันที่สองได้กระทบอารมณ์ที่ผลิตเพลินพอใจ อันที่สามไปคิดไปใคร่ครวญ ไปวิตกในอารมณ์อันนี้ พอเหตุของใคร่ครวญมันครบราคะก็เกิดขึ้น

กระทั่งพระพุทธเจ้าท่านก็ยังไม่ได้บอกว่าท่านไปทำอะไรที่ผิดไปจากกฎของไตรลักษณ์นี้ ได้มีคนเคยถามท่านบอกว่า “ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ พระองค์มีกามราคะไหม” ถามอย่างนั้นนะ ถ้าพวกเราตอบแบบมักง่ายเราตอบว่าพระพุทธเจ้าไม่มีกามราคะ เพราะท่านเป็นพระอรหันต์ ฟังแล้วไม่ค่อยมีเหตุผลเท่าไร แต่ท่านไม่ได้ตอบอย่างนี้เลย ท่านบอกว่า “เราไม่มีกามราคะ เพราะเราไม่มีกามวิตก” เพราะไม่มีเหตุให้กามราคะเกิดต่างหากละ ทำไมท่านไม่มีกามวิตก ทำไมท่านไม่ตรีกในกาม เพราะท่านไม่มีกามานุสัย ไม่มีอนุสัยที่จะมีกาม ก็ไม่ตรีกในกาม เห็นไหมมันมีเหตุมีผลนะ ไม่ใช่ชวนกันแก่งง ฉันทเป็นพระพุทธเจ้า ฉันทเลยไม่มีกิเลส ไม่ได้บอกอย่างนั้นเลย ถ้าบอกว่าแก่งงๆ เมื่อไรนั่นแหละกิเลส



ตั้งนั้นธรรมะของพระพุทธเจ้าจึงดงาม สมบูรณ์ด้วยเหตุด้วยผล ยิ่งศึกษา ยิ่งไตร่ตรอง ยิ่งค้นคว้าศึกษาจะทำให้การปฏิบัติซาบซึ้งถึงอกถึงใจ อย่าย่ำแต่ปฏิบัติเลย ไปเรียนปริยัตินะ ใครเคยเรียนอภิธรรมจะซาบซึ้งถึงอกถึงใจ

พวกเราเรียนหลักให้แม่น รู้ทางที่ดำเนินแล้วก็ไปดำเนินเอา พอดำเนินเอา เราจะรู้ธรรมะขึ้นมาเป็นลำดับๆ รู้ด้วยตัวของเราเอง วิญญูชนรู้ด้วยตนเองเลย กิเลสของเรา มีอะไรบ้าง รู้แจกแจงออกมาได้เยอะเยอะเลย รู้เท่าทันตลอด กิเลสตัวไหนละแล้ว เราก็รู้ กิเลสตัวไหนยังเหลืออยู่อีก เราก็รู้ได้ เราฝึกของเราไปเรื่อยนะ

### ๓. การตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า

[๒๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๓ (๑)]

การหัดดูจิตดูใจในเบื้องต้นเรายังดูไม่ถึงจิตหรืออก เบื้องต้นให้คอยรู้ความรู้สึกไปก่อน ในการเดินปัญญาต้องหัดแยกธาตุแยกขันธ์ไปเรื่อย ความรู้สึกไม่ใช่จิต เป็นอีกขันธ์หนึ่ง ถ้าความรู้สึกสุขรู้สึกทุกข์เขาเรียกว่าเวทนาขันธ์ ถ้าความรู้สึกที่เป็นกุศลที่เป็นอกุศลทั้งหลายเขาเรียกว่าสังขารขันธ์ คนละขันธ์กัน

ฉะนั้นความรู้สึกใดๆ เกิดขึ้นในจิตในใจให้เราคอยรู้ไป ถ้าความรู้สึกเกิดขึ้นในกาย รู้ที่กายได้ชัดก็รู้ที่กาย เช่น ยุงกัดแล้วเจ็บ รู้ว่าเจ็บ เห็นร่างกายมันเจ็บ เห็นความเจ็บเป็นส่วนหนึ่งแยกจากร่างกาย ภายกับความเจ็บเป็นคนละอันกัน จิตที่เป็นคนรู้ว่ามันมีความเจ็บเกิดขึ้นก็เป็นอีกสิ่งหนึ่ง นี่ต้องหัดอย่างนั้น

การเดินปัญญานั้นต้องแยกธาตุแยกขันธ์เรื่อยไป ล้ำพวงภาวนาให้จิตสงบนั้นมันตื่นเกินไป ไม่มีพระพุทธเจ้าเขาก็สอนสมาธิกันได้ แต่สมาธิเป็นสิ่งที่ควรทำนะ มีประโยชน์ พระพุทธเจ้าไม่ได้ห้าม ถึงท่านไม่ได้บัญญัติการทำสมาธิ แต่ท่านเห็นว่า มีประโยชน์ท่านก็ให้ทำ

อย่างท่านเองตอนเป็นพระโพธิสัตว์ เป็นเจ้าชายสิทธัตถะ ก็ไปเรียนเรื่องสมาธิจาก ฤาษี เรียนจนเข้ามานได้ลึกเลย ลึกๆ ไปนะ ในที่สุดก็พบว่าพอเข้ามานแล้วออกจากสมาธิมา กิเลสก็เกิดอีก เห็นไหมสมาธิมันไม่ล้างกิเลสจริงหรือ ทำใจให้สงบ ทำใจให้สบายชั่วคราว ชั่วคราว เดี๋ยวก็ทุกข์ขึ้นมาอีก เดี๋ยวก็กิเลสก็เกิดขึ้นมาอีก

นี่ท่านเลยพบว่ามันใช้ไม่ได้จริงหรือ ท่านก็เลยลาออกจากสำนักอาจารย์ แล้วไปหาทางด้วยตัวของท่านเอง โอ้ ไม่มีใครสอนเราได้แล้ว เราต้องหาเอง ท่านก็รู้สึกว่าการกิเลส มันเกิดจากความรักตัวเอง ฉะนั้นทรมาณตัวเองซะจะได้เลิกรักตัวเอง นี่ก็เป็นวิธีคิดอย่างหนึ่งนะ เดี๋ยวนี้คนยังคิดอย่างนี้ก็มี เช่น พวกที่เขาทรมาณกาย เขาเห็นเลยว่าความทุกข์ทางใจมันมาจากความรักตัวเอง ฉะนั้นทรมาณมันเข้าไป อย่าให้มันรักตัวเอง ท่านได้ทดลอง ทรมาณร่างกายมากมาย เสร็จแล้วท่านก็พบว่ามันไม่ใช่ทาง ทรมาณไปปะกิเลสมันก็ไม่ได้ลดจริงหรือ

ท่านภาวนามาเรื่อยสั่งเกิดมาเรื่อยๆ ก็พบว่า ไปทำสมาธิเฉยๆ ได้แต่ความสงบความสบาย ทรมาณกายก็ได้แต่ความลำบาก ท่านก็พบว่ามันต้องมีทางที่รอด คือทางที่อยู่ตรงกลาง ในคัมภีร์ก็พูดเรื่องพระอินทร์มาติดพัน พิลเมธี ๓ สาย ท่านก็คิดว่ามันต้องมีทางสายกลาง แต่ว่ามันคืออะไร ท่านนึกไม่ออก

เสร็จแล้วท่านก็นึกได้ว่าเมื่อตอนท่านเด็กๆ พอท่านคือพระเจ้าสุทโธทนะไปทำพิธีแรกนา ไปไถนา เอาท่านไว้ไถต้นไม้ ท่านอยู่คนเดียวแล้วไม่มีใครสนใจ คนอื่นเขาไปดูแรกนากันหมด ท่านก็เลยมานั่งสมาธิ ทำอานาปานสติ หายใจไปด้วยความรู้สึกตัว นี่ไม่เหมือนกับทำฌานอย่างฤาษีนะ อันนั้นทำเอาความสุขความสงบ แต่ที่ท่านทำอานาปานสติ ด้วยความรู้สึกตัวขึ้นมา ท่านนึกถึงตรงนี้ได้ เอ้ มันน่าจะต่อจากตรงนี้ได้ ท่านหายใจไป ท่านรู้สึกตัวไป ท่านหายใจไปรู้สึกตัวไป จนกระทั่งจิตมันมีสมาธิอีกอย่างหนึ่งขึ้นมา เป็นสัมมาสมาธิ สมาธิที่รู้เนื้อรู้ตัว ไม่ใช่สมาธิเคลิบเคลิ้ม ลืมเนื้อลืมตัว พอจิตใจท่านตั้งมั่น เป็นสมาธิ จิตอ่อนโยนนุ่มนวล คล่องแคล่วว่องไว ควรแก่การงาน คือควรแก่การเจริญปัญญาแล้ว ท่านโน้มน้อมจิตที่สมควรแก่ธรรมะนี้ไปเจริญปัญญา

ท่านมาเรียนรู้อริยสัจ ท่านเริ่มที่อริยสัจนะ เพราะฉะนั้นท่านทำอานาปานสติจริง แต่ท่านไม่ได้บรรลุพระอรหันต์เป็นพระพุทธเจ้าเพราะอานาปานสติ อานาปานสติเป็นสมถะ ถ้าทำแบบลืมเนื้อลืมตัวก็เป็นมิจฉาสมาธิ ถ้าทำด้วยความรู้สึกตัวไม่ขาดสติก็เป็นสัมมาสมาธิ





มีสติ มีใจที่ตั้งมั่น จิตใจดวงนั้นอ่อนโยนนุ่มนวล เมา คล่องแคล่วว่องไว พร้อมทั้งจะทำงาน ไม่ใช่จิตที่ติดสมาธิ ซึมๆ เซ่อๆ เชื่องๆ

สมาธิมันมี ๒ อันนะ สมาธิที่ดีเป็นสมาธิที่รู้เนื้อรู้ตัว พร้อมทั้งจะทำงาน แต่ไม่ได้พร้อมแบบเคร่งเครียด แต่ใจเบา ใจอ่อนโยนนุ่มนวล คล่องแคล่วว่องไว ชื่อตรงในการรู้อารมณ์ จิตมีสัมมาสมาธิแท้ๆ สบายๆ มีความสุข แต่ไม่ลืมหิว ไม่ใช่รู้ตัวแบบเคร่งเครียด ท่านไม่ลืมหิว

เมื่อมีจิตอย่างนี้แล้วท่านก็มาเจริญปัญญา ปัญญาบารมีของท่านมาก ท่านเจริญธรรมะขั้นสูงสุดเลยคือเจริญอริยสัจ รู้อริยสัจอยู่ในไหน ในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน บรรพผลท้ายของธัมมานุปัสสนา ดูว่า “ทุกข์” คืออะไร ทุกข์ก็คือรูปธรรมนามธรรมทั้งหลายนี้เอง ทุกข์เกิดขึ้นมาเพราะอะไร ทุกข์มีได้เพราะมีชาติ คือความได้มาซึ่งตาหูจมูกลิ้นกายใจ ความได้มาซึ่งตาหูจมูกลิ้นกายใจมีเพราะจิตมันเข้าไปยึดถืออยู่ จริงๆ ตาหูจมูกลิ้นกายใจเป็นของโลก คือรูปธรรมนามธรรมทั้งหลายเป็นของโลก แต่จิตที่มีวิชาไม่ฉลาด เข้าไปหยิบฉวย เข้าไปยึดถือเอาตาหูจมูกลิ้นกายใจมาเป็นตัวเราของเรา อันนี้เรียกว่าเป็น “ชาติ” ขึ้นมา

ฉะนั้นถ้าไม่ยึดถือได้นะ ค็นตาหูจมูกลิ้นกายใจ ค็นรูปธรรมค็นนามธรรมให้โลกไป รูปธรรมนามธรรมก็เป็นทุกข์ในส่วนของรูปธรรมนามธรรม แต่จิตที่ไม่ไปหยิบฉวยมันขึ้นมาไม่ทุกข์ไปด้วยหรอก

นี่ท่านเห็นตรงนั้นนะ แล้วท่านค่อยมาดูต่อ ทำไม่จิตถึงไปหยิบฉวยเอารูปธรรมนามธรรมขึ้นมา ก็เพราะมันมีความอยาก ความอยากเกิดจากอะไร เกิดจากมีเวทนาเมาล่อมัน เวลามีความสุขเกิดขึ้นระคะก็แทรก ก็เกิดความอยากได้ อยากมี อยากเป็น เวลาเกิดความทุกข์ขึ้นมาโหะก็แทรก เกิดความไม่อยากได้ ไม่อยากมี ไม่อยากเป็นขึ้นมา

ฉะนั้นอาศัยเวทนาตัวเองทำให้จิตเกิดความอยากขึ้นมา พออยากก็ยึด พอยึดก็มีตัวมีตน ไปคว้าเอารูปธรรมนามธรรมของโลกมาเป็นของตัวเอง ก็เลยทุกข์ไปกับรูปธรรมนามธรรมด้วย ถ้าไม่ไปหยิบฉวยขึ้นมาก็ไม่ทุกข์นะ รูปธรรมนามธรรมก็ทุกข์โดยตัวของมันเอง ภายนี้ใจนี้ก็ทุกข์โดยตัวของมันเอง แต่ถ้าเราไม่หยิบฉวยขึ้นมาเราก็ไม่ทุกข์ไปด้วย

ที่นี้ท่านก็ดูมาถึง “เวทนา” แล้วท่านก็ดูว่าอะไรทำให้มีเวทนา การกระทบอารมณ์ทางตาหูจมูกลิ้นกายใจทำให้เกิดเวทนา อยู่ๆ เวทนาจะเกิดเองไม่ได้ต้องมีการกระทบอารมณ์ เช่น เห็นของสวยก็เกิดสุขเวทนา ได้ยินเสียงไม่ดีก็เกิดทุกข์เวทนา ได้ยินเสียงอะไรก็ไม่รู้ก็เกิดความสงสัย งงๆ ใจไม่สุขไม่ทุกข์ มันงงๆ มีโมหะ มีอุเบกขา อะไรอย่างนี้

มี “ผัสสะ” ได้เพราะมีอะไร เพราะมี “อายตนะ” มีตามีหูมีจมูกมีลิ้นมีกายมีใจ แต่ตาหูจมูกลิ้นกายใจตอนนี้นะยังไม่ได้ถูกยึดถือมาเป็นตัวของกณะ ไม่เป็นตัวเราของเรา เป็นแค่ของโลก มีตาไปมองเห็นรูป มีหูไปได้ยินเสียง ตาเห็นรูปก็เกิดสุข เกิดทุกข์ เกิดเฉยๆ แล้วก็เลสก็แทรก แล้วความอยากก็แทรกตามเข้ามา

ความอยากเกิดขึ้นแล้วจิตก็กระโดดเข้าไปตะครุบอารมณ์ “อุปาทาน” ก็เกิด จึงเกิดการดิ้นรนทำงานของจิตเรียกว่า “ภพ” เกิดการยึดฉวยเอาตาหูจมูกลิ้นกายใจมาเป็นตัวเราเรียกว่า “ชาติ” ก็เกิด “ทุกข์” ขึ้นมา

ที่นี้ท่านก็ดูมาเรื่อยๆ นะ โอ้ มันมีตาหูจมูกลิ้นกายใจ มันก็มีทุกข์นะ ทำไม่มันมีตาหูจมูกลิ้นกายใจได้ ก็เพราะมันมีรูปธรรมและนามธรรม อย่างเรามีตาอย่างเดียวเรามองเห็นอะไรได้ไหม คนตายก็ยังมิตาอยู่ใช่ไหม ตายยังไม่เฝ้าเพิ่งตายใหม่ๆ ทำไม่มันดูรูปไม่ได้ ก็เพราะมันไม่มีนามธรรม ไม่มีความรู้สึก ฉะนั้นทำงานได้ก็อาศัยรูปธรรมอาศัยนามธรรม หูทำงานได้ก็อาศัยรูปธรรมนามธรรม จมูกลิ้นกายใจทำงานได้ก็อาศัยรูปธรรมนามธรรมนี้เองมาทำงาน





อะไรทำให้มีรูปธรรมนามธรรมขึ้นมา อันนี้เป็นธรรมะที่ลึก ๆ ลงไปเรื่อยๆ การที่จิตหยั่งลงไปจึงทำให้มีรูปธรรมนามธรรม เรียกว่ามีความ “เกิด” ตรงนี้จะพูดยากแล้วนะ จิตนี้มันมีธรรมชาติประหลาดอยู่อย่างหนึ่ง ก่อนที่มันจะขึ้นมาเสวยอารมณ์ ถ้าเรากวนาไปเรื่อยมันจะค่อยๆ บีบวงเข้ามาที่จิต มันจะตัดการรับรู้ภายนอกลงมาที่จิตดวงเดียว พอมันเหลืออยู่ที่จิตดวงเดียวนั้นะ จิตดวงนี้แหละมันเป็นต้นกำเนิดของขั้นทั้งหลายได้ จิตดวงนี้คล้ายๆ เม็ดมะม่วง เม็ดมะม่วงนี้ถ้ามีปัจจัยเกื้อกูลพร้อมก็ออกเป็นต้นมะม่วง ต่อไปก็มีช่อมะม่วงมีลูกมะม่วงขึ้นมาอีกเยอะเยอะไปหมดเลย เอาจิตดวงเดียวนั้นแหละหยั่งลงไปสู่ภพภูมิใดๆ จะออกขั้นขึ้นๆ มาได้

#### ๔. อริยสัจ ๔

[๑๒ พุทธจักขณ ๒๕๕๒ (๑)]

คำว่า “อริยสัจ” มีหลายนัยยะ เป็นความจริงที่ทำให้คนธรรมดากลายเป็นพระอริยะ เป็นความจริงที่พระอริยะท่านเห็น ท่านประจักษ์ ท่านแจ้ง ก็รู้เป็นลำดับๆ ไปนะ

อริยสัจมีทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค ใครๆ ก็ท่องได้ ทุกข์คืออะไร ทุกข์คือกายกับใจ หน้าที่ต่อทุกข์คือรู้ รู้แล้วจะเห็นอะไร ก็เห็นความจริงของกายของใจว่าไม่แน่หรอกนาย ไม่เที่ยงหรอกนะ ทนอยู่ในภาวะอันใดอันหนึ่งไม่ได้จริงหรอก

ถ้าเราเห็นตรงวันหนึ่งใจยอมรับความจริงได้ ความอยากจะไม่เกิดขึ้น ความอยากมันเกิดขึ้นเพราะเราไม่รู้ความจริงของชีวิตว่ามันไม่แน่หรอกนาย ถ้ารู้ความจริงตรงนี้เรียกว่ารู้ทุกข์แล้ว จริ่งๆ ทั้งหมดนี้เป็นของชั่วคราวทั้งหมดเลย

ถ้ารู้ทุกข์แจ้ง สมุทัยก็ถูกละ คือความอยากจะไม่เกิดขึ้นอีกแล้ว ฉะนั้นเราดูไปนะ ความจริงของชีวิต มีแต่ความไม่แน่ ถ้าดูตรงนี้ได้ ความอยากก็จะสลายตัวไป

ถ้าความอยากหมดไปเมื่อไรใจจะเข้าถึงความสงบสุข ความสงบสุขตัวนี้เรียกว่านิโรธ ตัวสันติตัวความสงบคือตัวนิโรธ หรือนิพพานนั่นเอง

ฉะนั้นถ้าใจหมดความดิ้นรน หมดความปรุงแต่งเมื่อใด มันจะเข้าถึงนิโรธเข้าถึงนิพพาน หน้าที่ของเราต่อนิโรธต่อนิพพานคือการเข้าถึง เข้าไปประจักษ์ เรียกว่าสังจิกิริยา เป็นสังจิกิริยากิจ คือเข้าไปเห็น เข้าไปรู้ เข้าไปถึง เข้าไปประจักษ์

จะประจักษ์นิโรธ ประจักษ์นิพพานได้ ใจต้องสิ้นตัณหา ใจจะสิ้นตัณหาได้เพราะเห็นทุกข์แจ่มแจ้ง เห็นความจริงของกายของใจแจ่มแจ้ง ว่ามันไม่แน่หรอก มันไม่เที่ยงหรอก มันบังคับไม่ได้ มันไม่ใช่ตัวเราหรอก

เราจะเห็นความจริงของกายของใจ เห็นความทุกข์ได้แจ่มแจ้ง ถ้าเรามีสติรู้กายรู้ใจเรื่อยไป มีสติรู้กายรู้ใจเรียกว่าการเจริญมรรค

ฉะนั้นหน้าที่ของเราก็คือการเจริญมรรค คือมีสติรู้กายรู้ใจเรื่อยๆ ไป โดยเขาทำงาน ดูใจเขาทำงานไป ดูไปจนวันหนึ่งยอมรับความจริง กระทั่งกายนี้ใจนี้ก็ไม่เที่ยง กายนี้ใจนี้ก็ทุกข์ กายนี้ใจนี้ไม่ใช่ตัวตนถาวรที่เราจะบังคับได้ ถ้าเห็นอย่างนั้นมันจะเห็นโลกเป็นอย่างไรกันด้วย เรียนที่กายที่ใจแล้วจะรู้แจ้งโลก จะรู้ลงมาถึงกายที่ใจว่ามีแต่ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

ฉะนั้นการเรียนให้มีสติรู้กายรู้ใจไป เรียกว่าเจริญบุพภาคมรรค (มรรคเบื้องต้น) แต่ตอนที่ให้เกิดอริยมรรคมันก็มีกระบวนการของมัน สติ สมาธิ ปัญญา แก่รอบสมดุลงัน ในจุดนั้น จิตจะตั้งมั่นแต่นดวงอยู่ โดยที่ไม่ได้ประคองไม่ได้รักษา มีสมาธิโดยที่ไม่ได้รักษา อัครจริยตรงนี้ ของเรามีสมาธิเราต้องประคองใช้ใหม่ แต่ในขณะที่ธรรมะจะเกิดนี้ จิตทรงตัวอยู่ด้วยตัวของตัวเองเลย จิตทรงตัวอยู่โดยที่เราไม่ได้ทำอะไร สติระลึกู้อะไร ระลึกู้อสภาพธรรม ระลึกู้อุจิต แต่ไม่ได้ระลึกู้อแบบถล่ำไปรู้ณะ มันรู้แบบบางเฉียบ เงียบ ไม่มีอะไรขยับเขยื้อนเลย

รู้โดยไม่ได้ตั้งใจรู้ ที่รู้จิตนะ จิตที่ตั้งมั่นอยู่โดยไม่ได้ตั้งใจให้ตั้งมั่น สติระลึกู้อุจิต โดยไม่ได้ตั้งใจที่จะรู้ ปัญญาอย่างซึ่งลงในจิตโดยไม่มีการเคลื่อนไหว ไม่มีการขยับเขยื้อน เคลื่อนไหวเลย ตรงนี้แหละคือจุดที่สติ สมาธิ ปัญญา มันสมดุลงจริงๆ ทั้งหมดนี้เป็นอุเบกขา ทั้งหมดนี้มีชนิดที่ทรงตัวอยู่ องค์ธรรมแต่ละตัวทรงตัวอยู่เฉยๆ มีชนิดที่ไม่ถูกสิ่งเร้าใดผลักรื้อให้กระเพื่อมไหวเลย จุดนี้เองเป็นจุดที่จะแตกหักแล้ว เวลาที่ใจจะเข้าถึงธรรมใจมันจะเข้ามาถึงจุดนี้

อยู่ที่เราต้องค่อยๆ ฝึกเอาทีละเล็กทีละน้อย ไม่มีอะไรยากหรอก



## ๕. ปฏิจจสมุปบาท

[๒๗ พุทธจักกายน ๒๕๕๒ (๑)]

พวกเราเมื่อมีปัญญาหาหัตถาวนา หลวงพ่อก็หัดนะ หลวงปู่ให้ดูจิตก็ดูไปเรื่อยเลย ดูไปแล้วเห็นอะไร ดูไปๆ แล้วเห็นปฏิจจสมุปบาท มีใครไม่เคยได้ยินคำว่าปฏิจจสมุปบาทไหม พระพุทธเจ้าสอนถึงขนาดว่า “ผู้ใดเห็นปฏิจจสมุปบาท ผู้นั้นเห็นธรรม ผู้ใดเห็นธรรม ผู้นั้นเห็นปฏิจจสมุปบาท” ปฏิจจสมุปบาทเป็นธรรมะที่สำคัญมาก ขนาดเวลาพระพุทธเจ้าท่านอยู่องค์เดียวนะ ท่านยังท่องปฏิจจสมุปบาทเล่นเลย ท่านพุทธทาสบอกว่าท่านฮัมเพลง

พระพุทธเจ้าฮัมเพลงปฏิจจสมุปบาทนะ “อวิชชาปัจจะยา สังขารา สังขาระปัจจะยา วิญญานัง...” โละๆ ไป จนบทกลับนะท่านบอก “อวิชชาเย เตวจะ อะเสสะวิราคะนิโรธา สังขาระนิโรโธ...” : ความสารถอกไม่เหลือของอวิชชา คืออวิชชาหมดไปสังขารก็ดับ พอสังขารดับวิญญานก็ดับ วิญญานดับนามรูปก็ดับ นามรูปดับอายตนะก็ดับ อายตนะดับผัสสะคือการกระทบอารมณ์ก็ดับ ผัสสะดับเวทนาที่ดับ เวทนาดับตัณหาที่ดับ ตัณหาดับอุปาทานที่ดับ อุปาทานดับภพที่ดับ ภพดับชาติที่ดับ ชาติดับทุกข์ก็ดับ เต็มไปด้วยเหตุด้วยผลนะ

ถ้าเราหาหัตถาวนาเราจะเห็นปฏิจจสมุปบาท แต่เบื้องต้นเราจะเห็นก่อนปลายก่อน เรายังไม่รู้หรอกไอ้ตัวนี้มันมาอย่างไร นี่เป็นส่วนของอดีต นามรูปที่เราครอบครองอยู่ในปัจจุบันเป็นผลของอดีต เป็นวิบากจากอดีต วิบากกรรมในอดีตส่งผลให้เราได้มีรูปร่างหน้าตาแบบนี้ รูปร่างนี้ตอนที่เกิดมานี้ เรียกว่ากัมมชรูป รูปที่กรรมทำให้เกิดขึ้นมา บางคนสวย บางคนไม่สวย บางคนหน้าตาอย่างโน้นอย่างนี้ บางคนพิการ เกิดมาด้วยกรรมที่ไม่เหมือนกัน เป็นการกระทำในอดีต การกระทำทั้งหลายมีผล มีรากฐานมาจากอวิชชาในตอนต้นๆ อย่างนี้เรายังไม่เห็นหรอก

เราหัดภาวนาที่แรกๆ เราไม่เห็น รู้สึกไอ้ที่มีอยู่แล้ว มีนามมีรูปอยู่แล้ว มีตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ อยู่แล้ว เราจะเริ่มเห็นตั้งแต่ผัสสะ พอตากระทบรูป ความรู้สึกก็เกิดที่ใจ เกิดความรู้สึกสุขรู้สึกทุกข์ขึ้นมา สังเกตไหมอย่างตาเรามองเห็น เห็นผู้หญิงสวย นี่ใจมีความสุขขึ้นมา หรือเห็นคนหน้ากลัวคนนี้นหน้าตาเพ็งออกโทรทัศน์นี่ไปปล้นเขามา ตำรวจประกาศจับออกโทรทัศน์ เห็นแล้วกลัว เห็นหมาบ้าวิ่งมา ใจกลัวโซ่ใหม่ ใจมันเกิดความรู้สึกสุขรู้สึกทุกข์ขึ้นมาเมื่อมีการกระทบอารมณ์ หูได้ยินเสียงใจก็เกิดความรู้สึกขึ้นมา

อย่างหลวงพ่อนี้เป็นคนแก่ ถ้าได้ยินเสียงเพลงสมัยโบราณนะ อ้อ มันเพราะนะ นี่เพราะพอใจ ถ้าได้ยินเสียงเพลงของเด็กวัยรุ่น มันร้องอะไรฟังไม่ออก ไม่ได้แก๊งนะ แต่ฟังไม่ออกจริงๆ เหมือนหมากัดกันอย่างไรรู้ ร้องแง่งแง่งแง่ง มีใครไหมรู้สึกไหมว่า ฟังเพลงสมัยใหม่ไม่รู้เรื่อง มีไหมช่วยยกมือหน่อย นี่แหละคือคนแก่จำไว้ละ นี่ดัชนีชี้วัดความสุข ใจใครยกก่อนคนนั้นแก่มาก ยกทีหลังนี่พวกแก่ปานกลาง พวกเด็กๆ บอกเพราะจะตาย เพลงรุ่นเก่าหลอน

หูได้ยินเสียง ความรู้สึกสุขรู้สึกทุกข์ก็เกิดขึ้น ใจคิด ความรู้สึกสุขรู้สึกทุกข์ก็เกิดขึ้น เราหัดภาวนาเราจะรู้เลยว่า พอตาหูกจมูกลิ้นกายใจกระทบอารมณ์ ความรู้สึกสุขรู้สึกทุกข์ก็เกิดขึ้น พอความรู้สึกสุขเกิดขึ้นแล้วอะไรเกิดตามมา ความรู้สึกสุขเกิดขึ้นนี่เราจะเกิดตามมา เช่น แหม ฟังเพลงนี่มันเพราะนะ มีความสุขใจก็เพลิดเพลิน ราคะเกิดแล้ว เวลาความทุกข์เกิดขึ้นอะไรจะตามมา โทสะจะตามมา อย่างเวลาถูกมดกัด รู้สึกไหมว่าจิตมีราคะไม่มีหอก ถูกหมาบ้ำกัตนี่ยังไม่มามีราคะใหญ่ ถูกหมากัดแล้วโทสะมันเกิด ราคะมันแฝงตัวตามสุขเวทนา โทสะมันแฝงตัวตามทุกข์เวทนา

เราหัดภาวนาเราจะเห็นกระบวนการของมัน พอมีราคะแล้วอะไรจะเกิดขึ้นอีก ใจมันชอบมันอยากได้ อยากให้มืออยากให้เป็น พอโทสะเกิดขึ้นมันอยากให้หายไป อยากให้พ้นไป อยากให้สิ้นไป

อยากได้อารมณ์อย่างนี้ เรียกว่ากามตัณหา อยากเป็นอย่างนี้อยู่ในสภาวะอย่างนี้ อยากอยู่ในภพอย่างนี้ เรียกว่าภวตัณหา อยากพ้นไปจากสภาวะอย่างนี้ เรียกว่าวิภวตัณหา เห็นไหมเวทนาเกิดขึ้นก็เลสก็แทรก พอกิเลสแทรกตัณหาที่แทรกตาม นี่เราหัดภาวนาเราจะเห็นกระบวนการทำงานของใจ เรียกว่าปฏิจจสมุปบาท ไม่หยุดแค่นี้หรอกถ้าสติไม่รู้ทัน แต่ถ้าสติรู้ทันตัณหาที่เกิดขึ้นนะ ตัณหาจะดับ ปฏิจจสมุปบาททางจรรณาก็ดับไป ขาดแค่นี้ไม่ปรุงต่อ แต่ถ้าดูไม่ทันสติปัญญาไม่ทันตัณหาเกิดขึ้นมา แล้วอะไรจะเกิดขึ้น จิตมันจะเข้าไปหยิบฉวยอารมณ์ มันไปยึดถือ กระทั่งของที่ไม่ชอบมันยึดถือใหม่ สิ่งที่เราไม่ชอบนี่เรายึดถือใหม่ ยึดถือนะ สิ่งที่เราอยากผลักนี่เราจะติดมัน ยกตัวอย่างไมโครโฟนนี่หลวงพ่อยากผลักมันหลวงพ่อต้องไปติดมันก่อนนะ นี่ติดตลอดเวลาที่ผลัก เวลาจิตจะผลักอารมณ์ก็เหมือนกัน จิตไปจับอารมณ์เอาไว้ ต้นๆ อยากให้หายไป ตรงที่จิตเข้าไปยึดไปถือไปจับนี้เรียกว่าอุปาทาน



สิ่งที่เป็นอุปาทานนั้น ท่านแจกแจงออกไปเป็นสี่อย่าง อันหนึ่งคือ กามอุปาทาน ความยึดถือในกาม กาม ได้แก่ อารมณ์ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ก็คือ บรรดา รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสทั้งหลาย นี่เป็นสิ่งที่จิตไปยึดเอาไว้อย่างหนึ่ง

อีกอย่างหนึ่งที่พวกเรายึดกันก็คือ ทิฏฐูปาทาน ยึดในความเห็น ส่วนใหญ่จะยึดในความเห็นผิด พวกเราจะยึดว่ามีเรานะ มีเราอยู่คนหนึ่ง มีความเห็นผิดว่ามีเราแล้ว ยึดถือว่ามีเราแน่นอน

อีกอันหนึ่งเรียกว่า สิลัพพตูปาทาน ยึดถือว่าวิธีปฏิบัติอย่างนี้แหละจะนำไปสู่ความพ้นทุกข์ ถือศีลบำเพ็ญพรตแบบงมงายไม่เข้าทางสายกลางนั้นแหละ ส่วนใหญ่ก็จะเป็นการบังคับตัวเองกดขี่ตัวเอง อีกพวกหนึ่งก็คือเพิลิตเพลินไปตามกิเลส บางคนมีทฤษฎีบอกว่าตัดเหตุดอกไม้นั้นจะมีไปเรื่อยๆ แต่ถ้าสนองมันแล้วมันก็หายไป อย่างคนนี้เจ้าชู้มีเมียไป ๕๐๐ คน แล้วมันเมื่อไปเองแหละ ความจริงไม่ใช่เมื่อหยอก เพราะกามนะเท่าไรก็ไม่เมื่อ นี่บางคนมีความคิดอย่างนี้ ตะกละเหลว พามันกินของอร่อยทุกวันเลย เต็มวันก็เมื่อ นี่ทฤษฎีสนองตัดเหตุดอกไม้นั้นเพิลิตเพลินไปตามกิเลส อันนี้เป็นกามสุขัลลิกานุโยค อีกอันหนึ่งก็กดขี่ไว้ เอ็งอยากกินข้าไม่กิน เอ็งอยากนอนข้าไม่นอน ใจอยากจะทำอะไรก็ทำตรงข้าม ใจอยากภาวนาข้าจะนอน เพราะข้าไม่ทำตามอยาก นี่โง่แล้วนะ นี่ก็เลสหลุดกัซซ้อน

อีกอันหนึ่งคือ อัตตวาทุปาทาน ก็คือมีวาทะว่ามีตัวมีตน พวกเรารู้สึกใหม่ มีตัวมีตน มีเรา เวลาพูดคำว่า “เรา” รู้สึกใหม่มันรู้สึกเป็นเราจริงๆ ถ้าเป็นพระโสดาบันไม่มี

พระโสดาบันจะละอุปาทานไปได้หลายตัว เป็นเรื่องแปลกนะ พระโสดาบันละอะไร ละทิฏฐูปาทาน ละความเห็นผิด ละมิจฉาทิฏฐิทั้งหลาย ละอัตตวาทุปาทาน ละวาทะที่มีตัวมีตนได้ ละสิลัพพตูปาทานได้ ฉะนั้นได้เป็นพระโสดาบันละได้แล้วสามในสี่นะ นี่น่าตื่นเต้น ต้องทำเสียงอย่างนี้ ละได้ตั้งสามในสี่นะ เหลืออันเดียวคือกามอุปาทาน

นี่บางคนสงสัยเหลืออุปาทานอยู่อันเดียวนะ เหลือแต่กามอุปาทาน อุปาทานในกามก็พระอนาคามีละกามได้แล้ว แล้วพระอรหันต์จะเหลืออุปาทานอะไรละ ชักยุงแล้วสินะ อุปาทานหมดไปซะก่อนแล้ว ในคัมภีร์ท่านต้องขยายความว่า กามนี้รวมทั้งรูปราคะและอรุปราคะด้วย เพราะฉะนั้นพระอนาคามีก็ยังไม่สิ้นกาม ลิ่นแต่กามคุณอารมณ์ ลิ่นแต่ความรักกามราคะ แต่ยังมีราคะที่ละเอียด ท่านก็อนุโลมสงเคราะห์เข้าในกามอุปาทาน นี่ยัง

ยึดในความสุขในความสงบ พอใจ วันไหนไม่เจอโยมมีความสุขมากเลย วันไหนเจอโยมจิตใจแป้วๆ แสดงว่าไม่ใช่พระอรหันต์หรอก ถ้าเจอโยมแล้ว โอ้ มากอีกแล้วเธอ เมื่อไหร่จะไปให้หมด อย่างนี้แสดงว่ายังติดอยู่ในความสุขความสงบอยู่

อุปาทานเกิดขึ้นคือใจมันเข้าไปยึด ไปยึดอะไรบ้าง ก็ยึดในสี่อย่างนั้นนะ อุปาทานเกิดขึ้นแล้วอะไรจะเกิดขึ้น เรายึดอะไรจิตใจจะตื่นรันท่างงานปรุงแต่งในเรื่องเหล่านั้น ยึดในกามชอบของสวยของงาม ใจก็จะฟุ้งซ่านคิดแต่เรื่องกาม อยากโน้นอยากนี่ อยากได้มือถือใหม่ เตี้ยนี้มีอะไร บีบี เห็นอยู่ข้างถนนเยอะเยอะ เตี้ยอันโน้นเตี้ยอันนี้ อยากได้ ใจมันจะคอยแต่ไปคิดถึงเรื่องนี้ ใจมันออกนอก ใจมันไปปรุงแต่ง ใจไปทำงานสร้างภพสร้างชาติขึ้นมา การทำงานของจิตนี้แหละ เรียกว่าภพ

คำว่าภพมีสองอันนะ อันหนึ่งเรียกว่ากรรมภพ กรรมภพคือการทำงานของจิต อีกอันหนึ่งเรียกว่าอุปัตถภพ คืออุปัตถนั้นเอง อุปัตถภพอย่างเราเกิดเป็นมนุษย์ เราอุปัตถเป็นมนุษย์ เพราะฉะนั้นเรามีภพของมนุษย์ ภพของมนุษย์นี้เรียกว่าอุปัตถภพ แต่ภพในปัจจุบันสมมุติว่าที่ต่อจากอุปาทานจะเป็นกรรมภพ กรรมภพก็คือการทำงานของจิต จิตชอบอันนี้จิตจะไปดินรนวันวายอยู่กับสิ่งนี้ จิตเกลียดอันนี้จิตจะไปดินรนวันวายอยู่กับสิ่งนี้ ไม่ว่าจะชอบหรือจะไม่ชอบจิตจะไปวันวายอยู่กับสิ่งนั้น ยกตัวอย่างง่ายๆ เรารักใคร่สักคนหนึ่งเราก็จะคิดถึงเขาตลอดใจใหม่ ยิ่งรักมากยิ่งคิดถึงมาก นึกออกไหม กลับข้างกัน เราเกลียดใครมากเราก็คิดถึงมาก รู้สึกใหม่

ยินดีก็ปรุงแต่งสร้างภพสร้างชาติ ทำงานทางใจ ยินร้ายก็ปรุงแต่งสร้างภพสร้างชาติ ทำงานทางใจ เราเห็นจิตของเรา เราจะเห็นจิตของตัวเอง เราจะเห็นมันเป็นลำดับมาอย่างนี้ ตั้งแต่ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ กระทบอารมณ์ เกิดความรู้สึกสุข ทุกข์ ขึ้นมา เกิดเฉยๆ ขึ้นมา ก็เลสก็แทรก ถ้าเฉยๆ บางทีไม่หะแทรกเอา พอกิเลสแทรกแล้วจิตก็จะเกิดความอยากขึ้นมาตามแรงผลักดัน มีตัณหา พออยากแล้วก็จะเข้าไปยึด เข้าไปยึดแล้วมันจะเข้าไปปรุงแต่งเข้าไปทำงานเรียกว่าสร้างภพ พอมันเข้าไปทำงานมันจะเกิดผู้ทำงานขึ้นมา มันจะเกิดการที่ไปหยิบฉวยเอารูปเอานาม เอาตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ขึ้นมาเป็นตัวกูของกูขึ้นมา ตรงนี้เรียกว่าชาติ

ถ้าโดยศัพท์ของมันนะ ชาติเป็นความได้มาซึ่งอายตนะ ได้ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ มา แต่เดิมตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ มีอยู่ใหม่ มีอยู่ เพราะเป็นวิบาก เป็นของเก่าเป็นผลงานในอดีต มีตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ แต่จิตยังไม่ได้ไปหยิบฉวยขึ้นมา ตรงที่มีชาติ



นี่คือจิตมันไปตะครุบขึ้นมาแล้ว ไปยึดถือในตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ว่าเป็นตัวเราเป็นของเรา ขึ้นมา มีเรา มีตัวกูขึ้นมาแล้ว มันไม่ได้ยึดแค่ตาเป็นเรานะ ไปยึดตาเมื่อไหร่ก็รู้สึกมีเรา ยึดในความเป็นเราขึ้นมา ไปยึดที่หูมันก็เกิดความรู้สึกมีเราขึ้นมา ยึดเข้าไปเมื่อไหร่ก็มีเราขึ้นมา เมื่อนั้น นี่ตัวชาติเกิดขึ้น ใจตื่นรนเข้าไป ใจตื่นรนใจทำงานใจปรุงแต่ง ปรุงแต่งนี้ไปหยิบฉวยเอาตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ มาเป็นตัวกูของกู ที่ท่านพุทธทาสว่าตัวนี้คือตัวชาติ เมื่อเราหยิบฉวยเอาความเป็นตัวตนขึ้นมาแล้ว สิ่งที่จะติดไม้ติดมือมาพร้อมๆ กับการเข้าไป หยิบฉวยความเป็นตัวเป็นตน ก็คือทุกข์นั่นเอง เพราะอะไร เพราะตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ หรือพูดอีกอย่างหนึ่งว่าขันธ ๕ นั้นแหละเป็นตัวทุกข์โดยตัวของมันเองอยู่แล้ว มันเป็นตัวทุกข์นะ เป็นตัวทุกข์โดยสภาวะ เป็นทุกข์โดยตัวของมันเองอยู่แล้ว

ฉะนั้น การที่เราไปยึดถือเอาตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ไปยึดถือรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธัมมารมณฺ์ ไปยึดถือรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ไปยึดถือวิญญาณทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ยึดถือธาตุวิญญาณ ๖ อย่าง แล้วมีธาตุอีก ๑๒ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธัมมารมณฺ์ นี้มีเยอะแยะเลย แต่ว่าไม่ต้องรู้เยอะเท่านี้ก็ได้นะ

บางคนเห็นแค่ขันธ ๕ ก็พอ บางคนก็เห็นว่าไปหยิบฉวยเอาอายตนะขึ้นมา บางคนเห็นไปหยิบฉวยธาตุขึ้นมาก็ยึดว่าเป็นตัวกูของกูขึ้นมา เมื่อไหร่หยิบฉวยไว้เมื่อนั้นภาระก็จะเกิดขึ้น ความทุกข์ก็จะเกิดขึ้นทันที แล้วตัวมันนั่นแหละเป็นตัวทุกข์ ยกตัวอย่างนะ นี่พัดนี้กระตักน้ำ อันไหนหนักกว่ากัน ต้องบอกกระตักไข้ใหม่ ถ้าหลวงพ่อก็ไม่ยึดกระตักวางกระตักลงไปอะไรจะหนักล่ะ พัดหนัก ขันธนี้ก็เหมือนกันนะ ถ้าเราไปหยิบฉวยมันขึ้นมามันถึงจะหนัก ถ้าเราไม่หยิบฉวยมันก็เป็นสภาพของมัน มันก็ทุกข์โดยตัวของมันแต่ไม่เกี่ยวกัน ไม่ไปหยิบฉวยขึ้นมา ตรงที่ไปหยิบฉวยนี้แหละ เรียกว่าชาติ หยิบฉวยขึ้นมาก็มีเราขึ้นมา ยึดถือตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ยึดถือในรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ

ฉะนั้น หน้าที่ที่มีชาติเกิดขึ้นทุกข์ก็เกิดขึ้นเลย ภาระเกิดขึ้นแล้ว ความบีบคั้นเกิดขึ้นแล้ว เพราะตัวขันธ ๕ หรือตัวอายตนะนั้นเป็นตัวทุกข์โดยตัวของมันเอง ร่างกายนี้เป็นตัวทุกข์หรือตัวสุขละ เราว่าเป็นตัวสุขไข้ใหม่ ถ้ายังเด็กๆ อยู่ รู้สึกร่างกายเป็นสุข นานๆ ทุกข์ทีหนึ่ง คนไหนเห็นว่าร่างกายเป็นทุกข์บ้างมีไหม หลวงพ่อก็จะนับ ผู้ที่เห็นร่างกายเป็นทุกข์คืออย่างน้อยต้องพระอนาคามีขึ้นไปแล้ว ใครเห็นว่าร่างกายเป็นทุกข์บ้างเป็นสุขบ้าง เห็นไหมจริงๆ ไม่เห็นหรือกว่ากายเป็นทุกข์จริงๆ เห็นว่ากายนี้เป็นทุกข์บ้างเป็นสุขบ้าง จิต





ก็เหมือนกัน เราเห็นว่าจิตนี้เป็นทุกข์บ้างเป็นสุขบ้าง ถ้าฝึกแล้ว จิตทรงฌานทรงสมาธิ มีแต่ความสุขนี้มีฉภาทวิภูตินะ ในความเป็นจริง มันเป็นตัวทุกข์โดยตัวของมันเองอยู่แล้ว แต่ ถ้าปัญญาไม่พอก็จะเห็นว่ามันเป็นทุกข์บ้างสุขบ้าง ถ้าหลงโลกไปเลยก็จะเห็นว่ามันเป็นสุข ในความเป็นจริงมันเป็นตัวทุกข์โดยตัวของมันเอง แต่มันไม่เกี่ยวอะไรกับเรา ถ้าจิตไม่ไป หนีบฉวยมันขึ้นมา

เพราะฉะนั้น ประเด็นสำคัญที่จะพันทุกข์หรือไม่พันทุกข์อยู่ที่จิตนั้นแหละ ไปยึดถือไหม ไปหนีบฉวยขึ้นมาไหม ถ้าจิตไม่ไปยึดถือขึ้นนี่ไม่ไปหนีบฉวยขึ้นนี่ขึ้นมา ไม่ยึดถืออายตนะไม่หนีบฉวยอายตนะขึ้นมา ชันท์และอายตนะทั้งหลายก็เป็นทุกข์โดยตัวของมันเอง แต่ไม่เกี่ยวกับเรานะ พระอรหันต์ไม่ใช่ว่าท่านไม่มีชันท์ พระอรหันต์ที่ยังไม่ตายก็มีชันท์ ๕ เหมือนที่เรามีนั่นแหละ แต่ชันท์ ๕ บางส่วนของท่านแหงไป ท่านไม่มีชันท์ในส่วนที่เป็นอกุศล ชันท์ในส่วนที่เป็นกุศลง่ายมีอยู่ เขาเรียกว่ากิริยา เพราะว่าท่านไม่เสพ ชันท์ก็คล้ายๆ เราที่แหละโดยเฉพาะร่างกาย ร่างกายนี้มีเหมือนที่พวกเรามีแต่ท่านไม่ยึดถือ พอร่างกายของเราแก่ ร่างกายของเราเจ็บ ร่างกายของเราตาย เราทรนทราย แต่พระอรหันต์จะร่างกายแก่เจ็บตายไม่ทรนทรายเพราะไม่ได้ยึดถือ เห็นไหมทุกข์หรือไม่ทุกข์ทางใจนี่อยู่ที่ยึดหรือไม่ยึด คีย์ของมันจริงๆ กุญแจของมันจริงๆ คือยึดหรือไม่ยึด

ทีนี้ถ้าเราหัดภาวนาให้ทีนะเราจะเกิดปัญญา เราคอยมีสติรู้กายมีสติรู้ใจ ตามรู้ตามดู ไปเรื่อยๆ จนปัญญามันเกิดนะ กายนี้ทุกข์นะ กายนี้มีความทุกข์บีบคั้นอยู่ตลอดเวลา นั่งอยู่ทุกข์ไหม ถ้านั่งแล้วไม่ทุกข์คงไม่ต้องเกา นั่งแล้วไม่ทุกข์คงไม่ต้องขยับ นั่งแล้วมีความสุขจะขยับทำไม

ถ้าปัญญาพอนะ มันจะเห็นเลยชันท์เป็นตัวทุกข์ เพราะฉะนั้นเรามีสตินะ คอยรู้สึก อยู่ในกายรู้สึกในใจบ่อยๆ เรารู้สึกอยู่ที่ร่างกาย เดินอยู่เดี๋ยวก็ทุกข์แล้ว เดินไปก็เมื่อย ไข้ไหม เดินไปเดินมาไปเตะโน่นเตะนี่เจ็บซะอีก นั่งอยู่ก็เมื่อยนอนอยู่ก็เมื่อย มีใครนอนแล้วไม่เมื่อยมีไหม มีเหมือนกันแหละ พวกถูกบดล้อกลั่นประสาทไปหมดแล้วไม่รู้เรื่อง

เพราะฉะนั้น จริงๆ ร่างกายนี้เต็มไปด้วยความทุกข์นะ มีความทุกข์บีบคั้นอยู่ตลอดเวลาเลย เดี่ยวหิว เดี่ยวหนาว เดี่ยวร้อน เดี่ยวกระหาย เดี่ยวเจ็บไข้ได้ป่วย นี่เรามีสตินะ รู้สึกในร่างกายเรื่อย เห็นมีแต่ทุกข์ ไร้ความสุขก็คือช่วงที่ความทุกข์มันลดลง เราก็รู้สึกสุข พอความทุกข์มันแรงขึ้น เราค่อย ๆ รู้สึกว่าเป็นทุกข์ แต่ถ้าสติปัญญาเราเร็ว เราจะเห็นว่า

สุขก็ทุกข์นะ ไม่สุขจริงหรือก ความสุขอย่างนี้เอาเป็นที่พึ่งที่อาศัยไม่ได้ นี่พอเรามีปัญญา เห็นอย่างนี้มันจะไม่ยึดกาย จะไม่ยึดกายเพราะกายเป็นก้อนทุกข์จะยึดทำไม เหมือนเราเห็นหิมะ ใครจะไปหนีบขึ้นมาเล่นล่ะ ใครจะไปหนีบขึ้นมาดม เรามาดูจิตดูใจ จิตใจมีแต่ความแปรปรวน เดียวดีเดี๋ยวร้าย เดียวสุขเดี๋ยวทุกข์ เดียวโลภเดี๋ยวโกรธเดี๋ยวหลง โลกแล้วก็โลภ โกรธแล้วก็ไม่โกรธ หลงแล้วก็ไม่หลง พุ้งซ่านแล้วก็หุดหู่ อะไรวุ่นๆ นี่หมุ่นไปเรื่อย สุขแล้วก็ไม่สุข ทุกข์แล้วก็ไม่ทุกข์ เฉยๆ แล้วก็เฉย นี่หมุ่นอยู่อย่างนี้ นำเชือ

ลองดูไปสิ วันหนึ่งมีอะไรทำไหว บางคนบอกว่าโลกนี้มีสิ่งให้เรียนรู้มากมาย สิ่งที่ทำให้เรียนรู้มากมายนั้น ไปเรียนรู้โลกข้างนอก เรียนเท่าไรก็ไม่จบนะ พวกนักวิทยาศาสตร์ เรียนไปดาวอื่นยังไม่จบเลย หมดยกเลิกขั้นนี้แล้วเดี๋ยวมันก็ไปยกเลิกขั้นอื่นอีก เรียนเท่าไรมันก็ไม่จบ มันกว้างขวางไม่มีขอบเขตเลยความรู้อย่างนั้น แต่ถ้าเรียนเข้ามาที่ตัวเอง อย่างเราเห็นจิตนี้ เดียวสุขเดี๋ยวทุกข์ เดียวดีเดี๋ยวร้าย ทั้งวันมีอยู่เท่านี้เอง ถึงจะกระทบอารมณ์หมื่นอย่างแสนอย่างมันก็มีแค่เดี๋ยวสุขเดี๋ยวทุกข์เดี๋ยวดีเดี๋ยวร้ายนี่เอง เผื่อรู้เผื่อดูอย่างนี้ มันเอือมระอา ไอ้ ไม่ใช่ของดีของวิเศษเลย จิตนี้มีแต่สิ่งบีบคั้น มีแต่สิ่งแปรปรวน มีแต่สิ่งบังคับไม่ได้ตลอดเลย นี่เรียกมีปัญญารู้ทันจิต แล้วรู้ความจริงของมันถึงจุดหนึ่งก็ไม่ยึดถือ จิต เมื่อไม่ยึดถือกายไม่ยึดถือจิต ไม่ยึดถือชันท์ ๕ ก็ไม่ยึดถืออายตนะ สิ่งเหล่านี้มีอยู่เป็นทุกข์โดยสภาพ แต่เราไม่ไปหนีบฉวยขึ้นมา ความพันทุกข์อยู่ตรงนี้เอง ส่วนเมื่อดับชันท์ไปแล้ว ไม่มีชันท์ขึ้นมาอีก นั่นเป็นความพ้นทุกข์อีกอย่างหนึ่ง

เพราะฉะนั้น นิพพานมีสองนิพพานะ นิพพานอันหนึ่งนิพพานกิเลส พระอรหันต์ที่ยังมีชีวิตอยู่นิพพานกิเลส จิตไม่ไปมีกิเลสขึ้นมาอีกเลยไม่ไปหนีบฉวยอะไรขึ้นมา พระอรหันต์อีกชนิดหนึ่งคือนิพพานชันท์ ที่ท่านปรินิพพาน ท่านนิพพานไปแล้ว นิพพานชันท์ คือไม่มีชันท์ที่จะเป็นตัวทุกข์มากดถ่วงอีกแล้ว

ฉะนั้นพวกเราฝึกนะ เรียนรู้ความจริงของกายของใจเรื่อยไป เพื่อวันหนึ่งจะได้ไม่ไปยึดถือมัน ไม่ไปแบกหามมันขึ้นมา แล้วเราจะมีความสุขที่สุดเลย เราจะไม่มีภาระนะ



## ๖. การละอวิชชาต้องรู้ร้อยลัจ

[๓๐ กรกฎาคม ๒๕๕๒ (๑)]

ภาวนาไม่ได้มุ่งเอาดี เอาสุข เอาสงบ แต่ภาวนาเพื่อให้เกิดปัญญา เห็นว่าทุกอย่างมันเกิดแล้วก็ดับ มันเกิดแล้วมันดับเพราะมันไม่เที่ยง มันเกิดแล้วมันต้องดับไปเพราะมันทนอยู่ในภาวะอันใดอันหนึ่งไม่ได้ มันจะเกิดแล้วมันจะดับนี่เราบังคับมันไม่ได้ ถ้ามันมีเหตุมันก็เกิด ถ้าหมดเหตุไปมันก็ดับ เราบังคับมันไม่ได้ นี่คือความจริง

มาหัดภาวนาก็เพื่อให้เห็นความจริงของกายของใจ เห็นไตรลักษณ์ ไม่ได้มุ่งเอาดี เอาสุข เอาสงบ อันนั้นตื่นเกินไป คนในโลกมันก็อยากมีความสุขกันทั้งนั้น ก็ตื่นรหาคะความสุขไปตามสติตามปัญญาของแต่ละคน

อย่างเวลาความอยากเกิดขึ้นก็วิ่งสนองกิเลสไป สนองความอยากไปเรื่อย มันก็มีความสุขได้เหมือนกัน มีความสุขอย่างโลกๆ อยากไปดูหนังก็ไปดูหนัง อยากฟังเพลงก็ไปฟังเพลง อยากกินก็ไปกิน อยากมีแฟนก็ไปมี ได้สนองความอยากเรื่อยๆ ก็มีความสุข การปรุงแต่งการสนองความอยากนี้เรียกว่า “อุปญญาภิสังขาร” ความปรุงแต่งฝ่ายชั่ว

พวกชอบเข้าวัดนะ ก็เห็นว่าล่ำฟุ้งแวสงหาอารมณ์ที่ผลิตเพลินพอใจนี่มันอยู่ได้ชั่วคราว ริงหาความสุขแทบตายเลยนะ ได้มาแป๊บๆ เดี่ยวก็หายไป แล้วก็ไปอยากอย่างอื่นต่อก็วิ่งหาไปอีก นี่ถ้าใจมันอยากมากมันก็ทรมานทรมาย พวกที่ฉลาดขึ้นมาก็เลยคิดว่าถ้าเราฝึกจิตฝึกใจตัวเองให้มันดีได้ ไม่ทำตามใจกิเลสนะ แต่ฝึกใจให้มันดีมีบุญมีกุศลอะไรอย่างนี้จิตใจก็จะดีมีความสุข เลยหันมาเข้าวัดมาหัดภาวนา อันนี้เรียกว่า “อุปญญาภิสังขาร” ความปรุงแต่งที่เป็นบุญ เช่น ภาวนาทำความสงบเข้ามา จิตมีความสงบ จิตมีความสุข จิตมีความดี ได้เป็นคนดี เป็นคนดีตายไปก็ไปสู่ภพภูมิที่ดี กลับมาเกิดเป็นคนบ้าง ไปเป็นเทวดาบ้าง ไปเป็นพรหมบ้าง นี่ยังไม่พ้นทุกข์ คนดีก็ทุกข์แบบคนดี แต่ก็ดีกว่าชั่ว คนชั่วทุกข์แบบคนชั่ว มันไม่ทุกข์คนเดียวหรอกมันระบาคความทุกข์ไปใส่คนอื่นด้วย คนดีทุกข์แบบคนดีก็มีนะ เช่น ฟังธรรมะหลวงพ่อกแล้ว แหม มันซาบซึ้งถึงใจนะ เทียวไปบังคับคนอื่นเขาให้ฟังด้วย นี่ไประบาคความทุกข์ให้คนอื่นเขา

บางคนนี่ยังฉลาดกว่านี้อีก เห็นว่าล่ำฟุ้งการฝึกจิตฝึกใจรักษาจิตให้สุขให้สงบ ให้ดีอะไรนี่มันยังอยู่ได้ชั่วคราวอีก ดีมันก็ดีชั่วคราว สุขมันก็สุขชั่วคราว สงบมันก็สงบ ชั่วคราวมันอยู่ได้ชั่วคราวนะ เดี่ยวอารมณ์มากกระทบจิตมันก็หัวนัวหัวขึ้นมามาก ต้องคอยระวังคอยรักษาอยู่เรื่อยๆ ต้องคอยระวังคอยรักษาจิตไปเรื่อยไม่รู้จักจบจักสิ้น พวกนี้ก็ปรุงแต่งสิ่งที่ประณีตขึ้นไปอีก เห็นว่าถ้าไม่ต้องกระทบอะไรเลยคงจะสบาย ถ้าไม่มีอะไรกระทบก็ไม่ต้องรักษาจิต ก็ฝึกที่จะไม่กระทบอารมณ์

วิธีที่จะไม่กระทบอารมณ์ก็คือเข้ารูปฌาน พอเข้ารูปฌานนะ ตา หู จมูก ลิ้น กาย มันไม่กระทบอารมณ์ มันไม่มีตา หู จมูก ลิ้น กาย เวลาเข้ารูปฌานแล้วทำสมาธิไปโลกธาตุดับไปเลย ร่างกายหายไปเลย เหลือแต่จิตอันเดียวล้วนๆ อยู่อย่างนั้นเอง สบายแต่อยู่ไปมันก็ไม่เที่ยงนะ มันเข้าฌานไม่ได้ตลอด ออกมามันก็กระทบอารมณ์ใหม่ มันก็ทุกข์อีกแล้ว

การหนีการกระทบอารมณ์นี้ทำได้อีกแบบหนึ่งคือการเพ่งรูป เมื่อก็เพ่งรูปนะ เพ่งรูปจนจิตเข้ารูปก็ไม่กระทบอะไร ถ้าเพ่งรูปจนกระทั่งจิตดับอย่างที่กำหนดไปเรื่อยๆ นะ จิตรวมบับดับไปเลยเหลือแต่ร่างกายตัวแข็งๆ อยู่ ไม่มีความรู้สึกทางร่างกายแล้ว รู้สึกพันทุกข์ไปชั่วคราว ประเดี๋ยวกลับมารู้สึกอีกก็ทุกข์อีก ตรงที่ภาวนาจนกระทั่งจิตดับไปนี่ เรียกว่าอัสสัมชิตตา อัสสัมชิตตาภูมิคือพรหมลูกฟัก รุ่นเรานี้ก็ยังมีคนฝึกกันอยู่ อีกพวกหนึ่งเพ่งรูป เพ่งความว่าง เพ่งจิต เพ่งความไม่มีอะไร น้อมใจจนกระทั่งแทบจะหมดความรู้สึกอะไรอย่างนี้ อันนี้พวกเพ่งรูป เดี่ยวนี้ก็ยังมีคนเล่นกันเนอะ โดยเฉพาะเพ่งความว่างๆ ชอบกันนักเชียว สิ่งเหล่านี้เรียกว่า “อเนญชาภิสังขาร” ความปรุงแต่งความว่างๆ

ดังนั้นความปรุงแต่งมีสามอย่าง หนึ่งความปรุงแต่งความชั่วเรียกว่า “อุปญญาภิสังขาร” คือตามใจกิเลสไปเรื่อยๆ ความปรุงแต่งอันที่สองเรียกว่า “อุปญญาภิสังขาร” ญญาภิคือบุญนั่นเอง เช่น ทำทาน ถือศีล ภาวนา ทำความสงบสบาย ก็ดีเหมือนกันแต่ไม่ตลอด เดี่ยวก็ทุกข์อีก อันที่สามชื่อ “อเนญชาภิสังขาร” สติปัญญาของมนุษย์ในโลกนะ มันปรุงได้สามอย่างนี้แหละ เพื่อจะหาทางหนีความทุกข์



พระพุทธเจ้าท่านฉลาดแหลมคม ท่านพบว่าความปรุงแต่งนี้เกิดจากอวิชชา ท่านเจอรากเหง้าของมันลงไปอีก ตราบใดที่ยังมีอวิชชาความไม่รู้แจ้งอริยสัจอยู่ก็ยังไม่เลิกปรุงหรือไม่รู้แจ้งอริยสัจตัวแรกคือไม่รู้ทุกข์ อะไรคือทุกข์ ไม่ใช่อกหักเป็นทุกข์ รักใคร่เป็นทุกข์นะ สิ่งที่เราเรียกว่าทุกข์ในทางพระพุทธศาสนาคือทุกข์สัง คือขันธ์ ๕ คือรูปกับนาม คือกายกับใจนี่เอง ตราบใดที่ยังไม่แจ้งในความจริงว่า รูปนาม ขันธ์ ๕ กายใจนี้เป็นตัวทุกข์ เห็นว่าเป็นตัวดีเป็นตัววิเศษเป็นตัวเราอยู่ ความปรุงแต่งก็ยังอยู่ ถ้าวันใดภาวนาจนเห็นความจริงว่าทั้งกายทั้งใจนี้ไม่ใช่เราหรือคณะ แล้วก็ไม่ใช่ของดีไม่ใช่ของวิเศษหรืออก เป็นตัวทุกข์ล้วนๆ เลย นอกจากทุกข์ไม่มีอะไรเกิดขึ้น นอกจากทุกข์ไม่มีอะไรตั้งอยู่ นอกจากทุกข์ไม่มีอะไรดับไป เห็นอย่างนี้ ใจจะหมดความยึดถือในขันธ์ ๕ ในรูปในนามในกายในใจ พอไม่ยึดถือรูปนามกายใจนะ ความอยากจะทำให้รูปให้เรามีความสุข ความอยากให้รูปให้เรามีความสุขก็จะไม่เกิดขึ้น เมื่อความอยากไม่เกิดขึ้น ความดิ้นรนของจิตจะไม่เกิดขึ้น เมื่อความดิ้นรนของจิตไม่เกิดขึ้น จิตก็พ้นความดิ้นรนปรุงแต่งไป ก็เห็นนิพพาน

นี่คือทางเดินที่พระพุทธเจ้าค้นพบนะ หลุดออกมาจากความปรุงแต่งสามแบบนี้ได้ พวกที่ไปสร้างความปรุงแต่งสามแบบนี้เพราะไม่รู้แจ้งอริยสัจ เพราะยังมีอวิชชาอยู่ อวิชชานั้นแหละเป็นปัจจัยให้เกิดสังขาร ใครเคยอ่านปฎิจจสมุปบาท “อวิชชาปัจจัยจะสังขาร” อวิชชาเป็นปัจจัยให้เกิดสังขารนะ สังขารมีอยู่เพราะมีอวิชชา ถ้าอวิชชาดับไปสังขารก็ดับไป ท่านสอนบอกว่า “อวิชชาเย เตวอะ อะเสสะวิราคะนิโรธา สังขาระนิโรโธ...” ยาวมากเลย คือถ้าอวิชชาดับไม่เหลือ สำรอกอวิชชาทิ้งไปหมด สังขารคือความปรุงแต่งสามแบบนี้ก็ไม่เกิดขึ้น

ฉะนั้นเราอย่าไปเอาแต่ปรุงแต่ง ปรุงอย่างไรก็ไม่พ้นทุกข์ ไปปรุงความนิ่ง ความว่าง ปรุงความไม่รู้อะไร ไปฟังกาย ไปฟังจิต ไปกำหนดกายกำหนดจิต ล้วนแต่ไม่พ้นทั้งสิ้นทางเดียวที่จะพ้นจากวิภวสัญญาสังขาร ความเวียนว่าย หมุนวนความปรุงแต่งอันนี้ได้ คือต้องทำลายอวิชชาให้ได้ อวิชชาคือความไม่รู้อริยสัจ จะทำลายอวิชชาได้ก็ต้องรู้อริยสัจ อริยสัจก็มีองค์สี่นะ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค

## ๗. วิสุทธิ ๗ เหมือนรถ ๗ ผลัด ส่งต่อกันให้บุคคลถึงที่หมาย

[๒ มกราคม ๒๕๕๓ (๑)]

เวลาเราพัฒนาตัวเองไป เจริญศีล สมาธิ ปัญญา นี่เป็นขั้นๆ นะ มีธรรมะอยู่ บทหนึ่งชื่อ วิสุทธิ ๗ เหมือนรถ ๗ ผลัด เวลาเราจะเดินทางไกล คนสมัยก่อนระดับพระเจ้าแผ่นดินใช้รถม้า ระดับไพร่ก็เดินเอา มีสองแรงขา คือเดินได้แค่นั้นก็แค่นั้น ที่นี้คนใหญ่คนโตนะ เวลาจะเดินทางไกลๆ อย่างพระเจ้าแผ่นดินก็โคกละจะเดินทางจากสรวัดติไปเมืองสาเกต\* ระยะทางมันเกินความสามารถที่ม้าชุดเดียวจะวิ่งได้ ท่านก็ไปตั้งสถานีรถม้าเอาไว้กลางทาง ท่านขึ้นรถม้าจากในวังนะวิ่งไปถึงสถานีที่ ๑ ก็ลงจากรถคันที่ ๑ แล้วขึ้นรถคันที่ ๒ เพื่อเปลี่ยนม้าใหม่แล้วก็วิ่งไปถึงสถานีที่ ๒ จนถึงสถานีที่ ๗ คือปลายทาง

ท่านเปรียบเทียบธรรมะบอกว่า ธรรมะเหมือนรถ ๗ ผลัด

ผลัดที่ ๑ ชื่อว่า “ศีลวิสุทธิ” (ความหมดจดแห่งศีล) มีศีลนะ ถ้าไม่มีศีลใช้ไม่ได้

ผลัดที่ ๒ ชื่อว่า “จิตตวิสุทธิ” (ความหมดจดแห่งจิต) คือจิตที่ตั้งมั่นนั่นเอง คือจิตที่ตื่น จิตที่มีสัมมาสมาธิ เห็นไหมจิตตวิสุทธียังไม่ได้ขึ้นวิปัสสนานะ ศีลวิสุทธียังไม่ได้ขึ้นวิปัสสนา แต่จิตจะวิสุทธิโดยไม่มีศีลได้ไหม ไม่ได้ มันส่งทอดกันขึ้นไปเหมือนรถ ๗ ผลัด

ถัดไป (ผลัดที่ ๓) ก็คือ “วิภูติวิสุทธิ” (ความหมดจดแห่งวิภูติ) ได้แก่ นามรูปปริคคหญาณ) ภูมิวิสุทธิของการปฏิบัติที่ถูกต้อง พอมีศีล มีจิตที่ตั้งมั่นแล้ว รู้แนวทาง อันนี้รู้ด้วยปริยัติ อาศัยการฟัง การอ่าน มีทฤษฎี มีวิภูติที่ถูกต้อง

\*สาเกต ชื่อมณฑลแห่งหนึ่งในแคว้นโกศล ห่างจากเมืองสรวัดติ ๗ โยชน์ (๑๑๒ กม.) ธนัญชัยเศรษฐีบิดาของนางวิสาขา ได้รับพระบรมราชานุญาตจากพระเจ้าปเสนทิโกศล ให้เข้าตั้งถิ่นฐานและสร้างขึ้น เมื่อคราวที่ท่านเศรษฐีอพยพจากเมืองราชคฤห์มาอยู่ในแคว้นโกศลตามคำเชิญชวนของพระองค์ [พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), ๒๕๕๑]





ต่อจากนั้นก็มีวิสุทธิอีกตัวหนึ่ง (ผลัดที่ ๔) คือ “กัณฑ์ขัตติยวิสุทธิ” (ความหมจดจแห่งญาณ เป็นเครื่องข้ามพ้นความสงสัย ได้แก่ บัณฑิตปริศนาคฤณ) ก็คือรู้ว่าสิ่งทั้งหลายเกิดจากเหตุ ไม่ใช่ลอยๆ ขึ้นมาหรือ อย่างหัดดูสภาวะไป รู้ว่าสภาวะทั้งหมดต้องมีเหตุให้เกิด รูปธรรมก็มีเหตุให้เกิด นามธรรมก็มีเหตุให้เกิด ไม่สงสัยแล้ว ไม่ใช่ทำอะไรลอยๆ มา หรืออะไรไม่มีเหตุให้เกิด

ต่อไปก็มาเริ่มลงมือเจริญปัญญาจริงๆ ก็คือมีสติรู้รูปรู้นาม รู้กายรู้ใจตามความเป็นจริงนั่นเอง ด้วยจิตที่มีสัมมาสมาธิ ด้วยจิตที่ตั้งมั่นเป็นกลาง เจริญปัญญาไปเรื่อยๆ มั่นจะเพียร เป็นทุกคน มั่นจะเกิดสิ่งที่เรียกว่าวิปัสสนูปกิเลสขึ้นมา มี ๑๐ อย่าง แต่ทั้ง ๑๐ อย่างนี้เกิดจากความฟุ้งซ่านของจิต จิตที่ไม่ตั้งมั่น ที่หลวงปู่ดูลย์เรียกว่าจิตออกนอก

จิตที่ไม่ตั้งมั่นคือสัมมาสมาธิมีกำลังไม่พอ ไปดูสภาวะธรรมดูรูปดูนามมันเกิดดับได้ชนิดเดียวกับหมดแรงแล้ว จิตเคลื่อนออกไปโดยไม่เห็นว่าจิตเคลื่อนออกไป เหมือนพวกเราหลายคน ที่หลวงปู่บอกว่าจิตไม่ถึงฐาน จิตไม่ตั้งมั่น จิตมันไหลออกข้างนอก ไปโล่ง ไปว่าง ไปสว่างสบายอยู่ข้างนอก

อย่างคนที่ดูจิตดูใจ มันจะมีวิปัสสนูปกิเลสประจำอยู่ตัวหนึ่งก็เห็นเรื่อยๆ เห็นกันทั่วๆ ไปคือ จิตไปติดโอภาส ติดความสว่าง ฉะนั้นเราดูจิตนะ ดูๆ ไปนี่ อารมณ์มันเคลื่อนออกไปจากจิต คล้ายๆ มันวิ่งหนีออกไปได้ พอมันหนีออกไปอยู่ข้างนอก จิตเราเคลื่อนตามออกไปอยู่ข้างนอกคือจิตไม่ตั้งมั่น แต่ไม่เห็นตรงที่จิตเคลื่อนออกไป เสร็จแล้วอารมณ์นั้นดับไป ว่าง คราวนี้กลับบ้านไม่เป็นแล้ว รู้สึก เอ้อ จิตมาอยู่ตรงนี้ว่างดี สว่างว่าง นี่แหละว่าง สว่าง บริสุทธิ์ ไม่ปรุงแต่ง ไม่แสวงหา ไม่ต้องทำอะไร อือ ตรงนี้แหละดี บางคนสอนให้มาอยู่ตรงนี้ด้วยซ้ำไป ใช้ไม่ได้นะ จิตเคลื่อนออกนอก ถ้ารู้ทันว่าจิตเคลื่อนออกนอก อาการเพี้ยนๆ นี้จะหายทันที

พอรู้แล้วว่า อ้อ ถ้าจิตเคลื่อนออกไป ฟุ้งออกไป ฟุ้งในธรรมะ ๑๐ ประการที่เรียกว่าวิปัสสนูปกิเลส เช่นฟุ้งในปัญญา บางคนเป็นโรคนี้ กาวนาได้ไม่กี่วันเลย อยากสอนแล้ว อยากเทศน์ทั้งวันเลย นี่ใจมันฟุ้งในธรรมะ ถ้ารู้ทันว่าจิตฟุ้งซ่าน รู้ว่าจิตออกนอกแล้ว ก็จะหาย พ้นจากวิปัสสนา นี้

พอหายได้นี้ได้อีกตัวหนึ่ง มั่นจะไม่สงสัยแล้วว่าอะไรเป็นทาง อะไรไม่ใช่ทาง ตัวนี้ชื่อว่า “มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ” (ผลัดที่ ๕)

นี่ที่พอหมดความสงสัย คราวนี้มันเดินปัญญาที่แท้จริงได้แล้ว (ผลัดที่ ๖) เรียกว่า “ปฏิบัติญาณทัสสนวิสุทธิ” (ความหมจดจแห่งญาณอันรู้เห็นทางดำเนิน ได้แก่ วิปัสสนาญาณ ๔ นับแต่อุทยัพพญาณที่ผ่านพ้นวิปัสสนูปกิเลสแล้ว เกิดเป็นพลวิปัสสนา เป็นต้นไปจนถึงอนุโลมญาณ) ตรงนี้เลยวิปัสสนาแล้ว พอพ้นวิปัสสนาแล้ว เข้ามาได้แล้วจะเห็นสภาวะเกิดดับแล้ว อย่างเราเห็นจิตใจมันทำงาน มันจะเห็นเลย จิตเกิดแล้วก็ดับไป มีอีกดวงหนึ่งมาเกิด มันคนละดวงกัน ขาดจากกันอย่างแท้จริง ไม่มีสิ่งที่เรียกว่าตัวตนที่ถาวร

ในที่สุดปัญญามันแจ้งขึ้นมาเป็น (ผลัดที่ ๗) “ญาณทัสสนวิสุทธิ” (ความหมจดจแห่งญาณทัสสนะ ได้แก่ มรรคญาณ ๔ มีโสดาปัตติมรรค เป็นต้น แต่ละขั้น) เห็นไหม วิสุทธิตัวสุดท้ายเป็นญาณทัสสนวิสุทธิ คือรู้แจ้งเห็นจริงแล้ว คือรู้ร้อยสัจ พอรู้จริงตัวนี้ ก็หลุดพ้นแล้ว

เริ่มต้นตั้งแต่มีศีล มีจิตที่ตั้งมั่น บางคนไม่เข้าใจ คิดว่าถ้าจิตตั้งมั่นอยู่แล้วจะเกิดมรรคผลนิพพาน คนละเรื่องเลย ยังอีกตั้งหลายขั้นตอน หลายคนสอนกันผิดๆ นะ บอกว่ารักษาจิตให้หนึ่งๆ รักษาจิตให้ว่างๆ เอาไว้ อันนั้นแหละคือจิตตวิสุทธิ รู้เนื้อรู้ตัวอยู่นะ อันนี้คนละแบบกับจิตที่เคลื่อนออกไปแบบวิปัสสนา นะ นี่จิตไม่เคลื่อน จิตตั้งมั่นอยู่กับเนื้อกับตัว แต่พอใจอยู่แค่นี้

มีครูบาอาจารย์ที่ต้องค์หนึ่งคือหลวงปู่เทียน จิตตสุโภ หลวงปู่เทียนเคยสอนเอาไว้ว่า “ถ้ารู้ว่าจิตคิด จะได้ต้นทางของการปฏิบัติ” ถ้ารู้ว่าจิตคิด จิตจะตั้งมั่นขึ้นมา ตัวนี้แหละคือจิตตวิสุทธิตัวหนึ่งนะ คือจิตตั้งมั่นขึ้นมา จิตไม่ลืมนั่นลืมนี่ ไม่ได้ลืมกายลืมใจ ไม่ได้เพ่งเอาไว้ ไม่ได้บังคับเอาไว้ แต่รู้สึกตัวขึ้นมา หลวงปู่เทียนถึงบอกว่า ความรู้สึกตัวเป็นต้นทาง ไม่ใช่ปลายทางนะ เป็นแค่ต้นทาง ฉะนั้น จิตที่ตื่นขึ้นมาแล้วไม่ใช่ปลายทาง นี่คือต้นทางที่ต้องเดินทางต่อไปอีก ความจริงมีต้นมากกว่านี้ก็คือมีศีล อันนี้สถานที่ ๒ เรื่องจิตที่ตั้งมั่นขึ้นมา

ฉะนั้นเราอย่าหม่อมจิตไปอยู่ในความนิ่งความว่าง ถ้านิ่งว่างอยู่กับจิตก็เป็นสมณะ จะไหลออกไปอยู่ข้างนอก ไปโล่งไปว่างอยู่เป็นสมณะก็ได้คือเพ่งความว่าง หรือบางที่เป็นวิปัสสนา ชื่อโอภาส ไปนิ่งอยู่อย่างนั้น คนละแบบกัน ถ้าเป็นสมณะคือจิตมันหม่อมออกไปแล้วไปติดอยู่ในความนิ่งความว่าง วิปัสสนา ไม่ได้จ้องใจหม่อม แต่เจริญปัญญา เจริญวิปัสสนาอยู่นั่นแหละ แล้วจิตมันเคลื่อนออกไปโดยไม่ทันรู้ตัว



เรื่องวิปัสสนา นี้หลวงพ่อกเคยได้ยินสมัยที่ไปเรียนกับหลวงปู่เทสก์ เทสรังสี หลวงปู่เทสก์เคยบอกนะว่า วิปัสสนา มาจากจิตมีสมาธิไม่พอ อย่างเดินปัญญาอยู่แล้วจิตมีสมาธิไม่พอเนี่ย จะเกิดวิปัสสนา แต่ก่อนได้ยินท่านพูดอย่างนี้ไม่เข้าใจ เอ๊ะ มันเป็นอย่างไร มันเป็นวิปัสสนา ทำไมหลวงปู่บอกว่าเพราะสมาธิไม่พอ จริงหรือเปล่า พอมาภาวนาก็พบว่ามันจริงอย่างที่ท่านว่า แล้วยังสงสัยต่อไปอีก เอ๊ะ เราเห็นว่าจริง แล้วในพระไตรปิฎกมีไหม นี่ตรวจสอบตั้งหลายชั้นนะ เราเห็นตามได้แล้ว อาจารย์ว่าอย่างนี้ เราเห็นอย่างนี้ นิสัยหลวงพ่อยังต้องเช็คพระไตรปิฎกอีกทีหนึ่ง เมื่อไม่นานนี้แม่ชีเพ็งเจอพระสูตรช้อยุคันทกถกกา พระอานนท์เป็นคนสอน ท่านสอนเรื่องธัมมทักขจะ ๑๐ ข้อ ธัมมทักขจะเป็นภาษาดั้งเดิมเลย จริงๆ คือ วิปัสสนูปกิเลส ๑๐ ประการนั่นเอง ท่านเรียกอุทฺธจจะ คือจิตที่พุ่งออกไปแล้วท่านสอนเลยว่า ถ้ารู้ทันอุทฺธจจะตัวนี้ วิปัสสนา ก็จะหาย โอ้ ตรงกับที่หลวงปู่เทสก์บอกเป๊ะเลย อย่างนี้ลงกันสนิทแล้ว

ฉะนั้นเราต้องศึกษาว่าพระพุทธเจ้าสอนอะไร แล้วเราค่อยๆ พัฒนา คุณธรรมใดยังไม่ให้มีสำรวจตัวเอง ถ้าไม่มีศีล ค่อยๆ ตั้งใจรักษาเอาไว้ก่อน จิตพุ่งชานตลอดเวลา ค่อยๆ ทำความสงบเข้ามา แต่มันจะมีศีลได้ง่าย มีความสงบได้ง่าย ถ้าเรามีสติรักษาจิตเอาไว้ คนเราทำผิดศีลได้เพราะว่ากิเลสครอบงำจิต ถ้ามีสติรักษาจิตอยู่ รู้ทันกิเลสที่เกิดขึ้น กิเลสครอบงำไม่ได้ รักษาศีลนี้เรื่องง่ายที่สุด ศีลอัตโนมัติจะเกิดขึ้น

ความพุ่งชานเกิดขึ้น ถ้ามีสติอยู่ ความพุ่งชานจะกระเด็นออกไปจากจิต จิตจะตั้งมั่นสงบขึ้นมา สมาธิก็เกิดขึ้นโดยง่าย คนไม่มีสติไปบังคับจิตให้สงบ จิตไม่ยอมสงบง่ายหรอก เรามีสติรู้ทันจิตที่พุ่ง รู้ทันบีบสงบบีบเลย ง่ายขนาดนั้น ไม่ใช่เรื่องยากอะไร

พอจิตสงบตั้งมั่นรู้เนื้อรู้ตัวดีแล้ว มีศีลเป็นฐานด้วย ไม่อยู่นิ่งแค่นั้น ให้มาเจริญปัญญา มาคอยดูกายเขาทำงาน ดูใจเขาทำงาน ดูให้เห็นไตรลักษณ์ อย่างนั้นแหละถึงจะเรียกว่าเรามีศีล สมาธิ ปัญญา เจริญอยู่เรื่อยๆ แก่รอบขึ้นมาวันหนึ่ง “วิมุตติ” ความหลุดพ้นก็เกิดขึ้น จะรู้เลยว่านิพพานเป็นอย่างไร นิพพานเป็นอะไร นิพพานเป็นอนัตตานะ

## ๘. อุปาทานชั้นเป็นทุกข์

[(๑) ๑๐ ธันวาคม ๒๕๕๒ (๒)]

“ธรรมะ” แปลยากนะ เหมือนคำว่า “เต่า” แปลว่าอะไร ธรรมะครอบคลุมสรรพสิ่ง มีทั้งสิ่งซึ่งเป็นความปรุงแต่ง และสิ่งที่พ้นจากความปรุงแต่ง สิ่งที่ปรุงแต่งก็มีทั้งสิ่งที่เป็นรูปธรรมและนามธรรม ฉะนั้น ธรรมะจริงๆ เป็นคำที่ใหญ่ เป็นคำที่กว้าง แต่สิ่งที่พระพุทธเจ้าเอามาสอน ท่านเลือกเอามาสอนนิดเดียวจากความรู้อันมหาศาล ท่านสอนนิดเดียว คือเรื่องทุกข์กับความพ้นทุกข์ ความดับทุกข์ ดังนั้นขอบเขตคำสอนของศาสนาพุทธเล็กน้อย เราจะเรียนเรื่องสิ่งที่เป็นทุกข์ กับเรียนเรื่องความพ้นทุกข์ เรียนแค่นี้

สิ่งที่เป็นตัวทุกข์ก็เรียกว่า “ชั้น” พระพุทธเจ้าสอนเอาไว้ว่า “สังขิตเตนะ ปัญญาทานักขันธา ทุกขา : โดยสรุปอุปาทานชั้นทั้ง ๕ เป็นทุกข์”

เราได้ยินคำว่า อุปาทานชั้น\* เป็นทุกข์ บางทีก็ไปแปลผิด ไปแปลว่าชั้นอันไหน ถ้าเราเข้าไปยึดแล้วทุกข์ ถ้าไม่ยึดแล้วไม่ทุกข์ ไม่ใช่ คำว่าอุปาทานชั้น เป็น technical term (ศัพท์เฉพาะ) ก็คือชั้นที่พวกเรามีอยู่นี้แหละ ชั้นบางอย่างไม่เป็นอุปาทานชั้น ไม่จัดอยู่ในกองทุกข์ ได้แก่ บรรดาสมรรถจิตผลจิตทั้งหลายไม่จัดอยู่ในกองทุกข์ โลกุตตรจิตทั้งหลายไม่เป็นกองทุกข์ กิริยาจิตของพระอรหันต์ทั้งหลายไม่จัดว่าเป็นกองทุกข์ ส่วนชั้นอื่นอย่างที่เราเรามี เป็นชั้นที่เรียกว่าอุปาทานชั้นทั้งนั้นเลย เป็นชั้นซึ่งเป็นที่ตั้งของความยึดมั่นได้ ส่วนโลกุตตรจิตไม่ใช่ที่ตั้งของความยึดมั่น ก็ไม่เรียกว่าอุปาทานชั้น

ฉะนั้น คำว่า “รู้ทุกข์” นี้เราไม่ต้องไปรู้หรอกว่าจิตพระอรหันต์เป็นอย่างไร ไม่มีความจำเป็นสักนิดเลย ดูจิตของเราเองนี้แหละ นี่แหละอุปาทานชั้น ฉะนั้นพูดง่าย ๆ สิ่งที่เราเรียกว่าทุกข์ ก็คือตัวเรานี่แหละตัวทุกข์ ทำอย่างไรจะดับทุกข์ ทำอย่างไรจะพ้นทุกข์ ก็คือพ้นจากความยึดถือในตัวในตนได้ มีอยู่แต่ไม่ยึด มันก็เหมือนไม่มี ถ้ายึดอยู่ก็ไปแบกเอาความทุกข์ขึ้นมา ยกตัวอย่างนะ นี่สมมุติหลวงพ่อยกกระตักน้ำนี้ขึ้นมา อีกอันหนึ่ง

\*อุปาทานชั้น ชั้นอันเป็นที่ตั้งแห่งอุปาทาน, ชั้นที่ประกอบด้วยอุปาทาน ได้แก่ เบญจขันธ์ คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ที่ประกอบด้วย อาสวะ [พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), ๒๕๕๑]



ยกยาดม เราจะรู้สึกว่าการตักน้ำหนักใช้ใหม่ ถ้าหลวงพ่อบวางกระตักน้ำลงไป ยาดมก็หนักใช้ใหม่ กระตักน้ำไม่หนักแล้ว ถ้าทิ้งไปหมดนี้ ไม่มีอะไรหนัก

ฉะนั้นอะไรที่เราเข้าไปยึดไปถือ อันนั้นแหละหนัก เป็นภาระเป็นกองทุกข์ ถ้าไม่ไปยึดไปถือ มันทุกข์โดยตัวของมันเอง มันหนักโดยตัวของมันเอง แต่ถ้าเราไม่ไปแบกก็ไม่เกี่ยวกับ นี่เราจะฝึกจนกระทั่งเราไม่ยึดถือในกายในใจนี้ ที่เราไม่ยึดถือในกายในใจได้ เพราะมีปัญญาถึงไม่ยึดถือ มีปัญญาเห็นความจริงว่ากายนี้ใจนี้เป็นตัวทุกข์ล้วนๆ เลย ถ้าเราชินไปหยิบไปฉวยขึ้นมาจะไปแบกภาระ จะไปแบกความทุกข์ขึ้นมา

มีบทสวดมนต์อยู่บทหนึ่งว่า “ภารา หะเว ปัญจักขันทา : ชันท์ทั้ง ๕ เป็นภาระ เป็นของหนัก” คนทั้งหลายแบกของหนักไปก็ไม่พ้นจากทุกข์ทั้งปวง พระอริยเจ้าวางของหนักลงแล้ว แล้วก็หยิบฉวยขึ้นมาอีก ก็พ้นจากทุกข์ ไม่มีภาระ

เราจะวางภาระ วางของหนัก คือวางความยึดถือในขันธลงได้ เราต้องเห็นความจริงของขันธเสียก่อนว่า ขันธนี้เป็นทุกข์ล้วนๆ เลย ไม่ใช่ของดีของวิเศษ เราไปหยิบไปฉวยเอาไว้ เพราะเราคิดว่ามันเป็นของดีของวิเศษ แต่ถ้าปัญญาเราเห็นแจ่มแจ้งว่าไม่ใช่ของดีของวิเศษ เป็นของไม่เที่ยง เป็นของเป็นทุกข์ เป็นของที่ไม่ใช่ตัวเราไม่ใช่ของเรา ไม่มีสิ่งที่ดีวราเลย สิ่งใดไม่เที่ยง สิ่งนั้นเป็นทุกข์ สิ่งใดเป็นทุกข์ สิ่งนั้นไม่ใช่ตัวตน ถ้าพูดอย่างนี้ยังแปลไม่ออกฟังแล้วไม่เห็นภาพ ขยายความให้ฟังก็ได้ สิ่งซึ่งไม่เที่ยงเป็นทุกข์ “ทุกข์” ตัวนี้ไม่ใช่แปลว่าความทุกข์นะ ทุกข์ตัวนี้แปลว่าทนอยู่ไม่ได้

ฉะนั้น สิ่งใดไม่เที่ยง สิ่งนั้นทนอยู่ไม่ได้ เมื่อทนอยู่ไม่ได้หมายถึงมันมีแล้วสักวันหนึ่งมันต้องไม่มี มีขึ้นมาตอนนั้นต่อไปต้องไม่มี เพราะฉะนั้นไม่มีสิ่งที่เรียกว่าตัวตนถาวร ไม่มีคำว่าถาวร มีขึ้นมาเพราะมีเหตุ พอหมดเหตุมันดับไป มันก็ไม่มี คำว่า “อนัตตา” ไม่ได้แปลว่าไม่มีอะไรเลย อนัตตาก็คือไม่มีสิ่งที่เรียกว่าตัวตนถาวร มันจะตัวตนถาวรได้อย่างไร กระทั่งจิตเกิดขึ้นแล้วก็ดับไป ไม่ใช่จิตมีดวงเดียว ไม่ใช่ที่ภพที่ชาติเวียนว่ายตายเกิด จิตก็มีอยู่ดวงเดียว

[(๒) ๑๓ มีนาคม ๒๕๕๓ (๑)]

อุปาทานขันธเป็น technical term (ศัพท์เฉพาะ) หมายถึงขันธที่พวกเรามีอยู่นี้แหละ ไม่ใช่ขันธที่ถูกยึด บางคนคิดว่าขันธที่ถูกยึดเป็นทุกข์ ถ้าไม่ยึดไม่ทุกข์ ไม่ใช่ ขันธนี้เป็นทุกข์โดยตัวของมันเองอยู่แล้ว จะยึดหรือไม่ยึดก็ทุกข์ นี้โดยภาษานะ พอแปลเป็นภาษาไทยบางทีเพี้ยน เพี้ยนจากศัพท์เดิม เพี้ยนจากความหมายดั้งเดิม

อุปาทานขันธเป็นเพียงการจำแนกขันธเท่านั้นว่า ขันธบางอย่างเป็นตัวทุกข์ เป็นตัวที่เอามาใช้ทำวิปัสสนา เอามารู้ ท่านบอกทุกข์ให้รู้ ถ้าเรารู้ลงมาในขันธ ๕ ในกายในใจของเราทั้งหลาย พูดภาษาไทยง่ายๆ คอยรู้ที่อยู่ในกาย คอยรู้ที่อยู่ในใจ ทั้งกายทั้งใจของเราทั้งหลาย เรียกว่าอุปาทานขันธ

พอรู้มากขึ้น จิตมันจะเบื่อกันทั้งกายทั้งใจ มันไม่ใช่ของดี ไม่ใช่ของวิเศษแล้ว ทั้งกายทั้งใจนี้เต็มไปด้วยความทุกข์ เต็มไปด้วยความไม่เที่ยง เต็มไปด้วยความไม่ใช่ตัวเรา บังคับไม่ได้ ไม่อยู่ในอำนาจ พอใจมันเห็นความจริงของกายของใจอย่างนี้ เห็นความจริงของรูปนาม ของตัวทุกข์อย่างนี้ ใจจะเบื่อกัน ท่านถึงสอนว่า เพราะรู้ตามความเป็นจริงจึงเบื่อกัน เพราะเบื่อกันจึงคลายกำหนด (คือคลายความยึดถือ) เพราะคลายกำหนดจึงหลุดพ้นคลายกำหนดอะไร คลายกำหนดในความยึดถือกายยึดถือใจ ไม่ได้ยึดกายยึดใจแล้ว ไม่ได้รักกายรักใจแล้ว พอไม่ได้รักกายรักใจก็ไม่ยึด ไม่ยึดอะไร ก็ไม่ยึดกายไม่ยึดใจ ไม่ยึดตัวทุกข์เอาไว้

ฉะนั้นเรากวามานะ ถึงจุดหนึ่งจิตจะปล่อยวางความยึดถือกายยึดถือใจ คินกาย คินใจให้โลก กายกับใจหรือตัวขันธ ๕ เป็นตัวทุกข์ เมื่อเรากวามาไปถึงขีดสุดแล้วมันคินใจให้โลกไป คินตัวทุกข์ให้โลกไป เราก็กินจากทุกข์ใช้ใหม่ พ้นจากทุกข์หมายถึงอะไร ก็คือพ้นจากขันธพ้นจากกายจากใจนั่นเอง

เราค่อยฝึกนะ รู้สึกกายรู้สึกใจบ่อยๆ มีสติตามรู้กายตามรู้ใจไปเรื่อย ไม่ใช่ตามรู้แล้วให้จิตนั่งจิตว่าง แต่ตามดูความเป็นจริงของกายของใจเรื่อยๆ ต้องเห็นตามความเป็นจริงจึงจะเบื่อกัน ใจจะคลายกำหนด ใจจะหลุดพ้น ไม่ใช่ทำความรู้สึกตัวขึ้นมาให้โล่งใจว่าง ไม่คิดไม่นึกไม่ปรุงไม่แต่ง อันนั้นเป็นภพอีกชนิดหนึ่ง ไม่พ้นทุกข์จริงหรอก เป็นนิพพานปลอม



นิพพานอย่างนั้นเมื่อมีเข้ามื่อออก เวลาจะเข้านิพพานก็กำหนดใจให้ว่างไป พอหมดแรง กำหนดนะ กลับมาอยู่กับโลกก็ทุกข์ใหม่อีกแล้ว นิพพานเมื่อมีเข้ามื่อออกเป็นนิพพานจอมปลอมนะ ใช้ไม่ได้จริงหรอก

นิพพานตัวจริงมันพ้นจากทุกข์ คือพ้นจากชั้น จิตไม่ยึดชั้น ถ้าจิตไม่ยึดชั้น ยังต้องเอาชั้นเข้าเอาชั้นออกทำไม ไซ้ใหม่ เห็นว่าจิตเป็นตัวเรานั้นแหละ ถึงได้อยากให้จิตดี เอาหลบเข้าไปข้างในบ้าง เอาไปอยู่ตรงโน้นตรงนี้บ้าง รักษาเอาไว้บ้าง ประคองเอาไว้บ้าง

ฉะนั้นการภาวนาต้องระมัดระวังนะ ต้องรู้ตามความเป็นจริง รู้กายอย่างที่เขว่าเป็น รู้ใจอย่างที่เขว่าเป็นเรื่อยไป การรู้กายตามความเป็นจริง รู้ใจตามความเป็นจริง นี่คือการเจริญปัญญา หรือการทำวิปัสสนาก็มีพื้นฐาน ส่วนการที่รู้สึกตัวอยู่เฉยๆ ใช้สติคอยรักษาจิตให้สงบให้ตั้งมั่น อันนั้นคือสมถกัมมัฏฐาน

สมถะกับวิปัสสนาไม่เหมือนกัน สมถะนี้มีสติ ใช้สติประคอง ใช้สติรักษาจิตอยู่สงบอยู่ในสบาย ไม่หลงอยู่กับโลกข้างนอก อันนี้เป็นสมถกัมมัฏฐาน ส่วนวิปัสสนากัมมัฏฐานมีปัญญาด้วย มีสติรู้สึกกายมีสติรู้สึกใจตามความเป็นจริง ไม่ใช่หลบหนีกายหนีใจนะ ทุกข์ให้ “รู้” ไม่ใช่ให้หนี บางคนหนีกายหนีใจ ไม่ยอมรู้กายรู้ใจ อย่างนั้นเรียกว่าหนีทุกข์

เราต้องคอยรู้กายคอยรู้ใจเรื่อยๆ รู้ตามความเป็นจริงด้วย คำว่า “ตามความเป็นจริง” คือไตรลักษณ์ เห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ของกายของใจ อย่างนี้จะเรียกว่าเดินวิปัสสนา

มีสติรู้กายมีสติรู้ใจ รู้ไปด้วยใจที่ตั้งมั่นเป็นกลาง ทำตัวเป็นแค่ผู้รู้ผู้ดู จิตใจที่ตั้งมั่น จิตใจที่เป็นกลาง เรียกว่าจิตใจมีสมาธิ พอจิตใจตั้งมั่นเป็นกลาง มีสติรู้สึกกายมีสติรู้สึกใจ มันจะเห็นเหมือนเห็นคนอื่นไม่ใช่เห็นตัวเราอีกต่อไปแล้ว กายที่เคลื่อนไหวอยู่ไม่ใช่เรา เคลื่อนไหว กายที่ยืนเดินนั่งนอน ไม่ใช่เรายืนเดินนั่งนอน กายที่หายใจออกหายใจเข้า ไม่ใช่เราหายใจออกเราหายใจเข้า เห็นแค่รู้ว่ามันเคลื่อนไหวเท่านั้นเอง ไม่มีตัวเรา นี่เรียกว่าเห็นตามความเป็นจริงแล้ว ไม่ใช่เรา ถ้าเห็นเป็นตัวเราก็เรียกว่าเห็นไม่ตรงตามความเป็นจริง

ตรงที่เข้าใจความจริง เรียกว่าปัญญา ตัวที่รู้ว่ามีอะไรกำลังเกิดขึ้น เรียกว่าสติ ตัวที่ใจตั้งมั่นอยู่ไม่หลงไม่ไหลไป ไม่เผลอไม่เพลินไป ตั้งมั่นเป็นกลางอยู่ เรียกว่าสมาธิ

ตัวที่เข้าใจความเป็นจริงว่า ของไม่เที่ยง ของเป็นทุกข์ ของเป็นอนัตตา เรียกว่าปัญญา เราต้องฝึกจนมันมีปัญญาเกิดขึ้น ปัญญาจะเกิดได้ต้องอาศัยสติและสมาธิ

ฉะนั้นในองค์มรรคลงไปดูให้คึนะ ท่านจะสอนมรรคตอนสุดท้าย มีสัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ นี่เราฝึกให้มีสติ ให้มีสมาธิแล้วมีความเพียรรู้อย่าง มีสติบ่อยๆ มีสมาธิบ่อยๆ คือมีใจตั้งมั่นบ่อยๆ ในที่สุดปัญญาในองค์มรรคจะเกิดขึ้น สมาธิในองค์มรรคจะเกิดขึ้น สติในองค์มรรคจะเกิดขึ้น

สติ สมาธิ ปัญญาที่พวกเรามีอยู่ตอนนี้ ยังไม่เรียกว่า สติ สมาธิ ปัญญาในองค์มรรค แต่เป็นแค่เบื้องต้น สะสมไปเรื่อยถึงวันหนึ่งสติในองค์มรรคจะเกิดขึ้น สมาธิในองค์มรรค ปัญญาในองค์มรรคจะเกิดขึ้น

## ๙. คุณสมบัติของชาวพุทธที่ดี

[๙ มกราคม ๒๕๕๒ (๒)]

ชาวพุทธไม่มีที่พึ่งอื่นนอกจากพระรัตนตรัย ใจต้องเด็ดเดี่ยวอยู่ในพระรัตนตรัยนะ พระรัตนตรัยเป็นที่พึ่งของเรา แต่จะเป็นที่พึ่งของเราเมื่อเราพึ่งตัวเอง อยู่ๆ พระรัตนตรัยมาช่วยอะไรเราไม่ได้หรอก อย่างบางคนมาขออำนาจพระรัตนตรัย ขอให้มีความสุขความเจริญ ไฉนมันลูกศิษย์ซุก ลูกศิษย์ซื่อ ไม่ใช่ลูกศิษย์พระพุทธเจ้า

พระรัตนตรัยเป็นที่พึ่งของเรา ก็คือท่านถ่ายทอดธรรมะมาให้เราได้ศึกษาได้เดินตาม พอเราได้ศึกษาธรรมะได้เดินตามได้ปฏิบัติ เราจะพึ่งตัวเองได้ ไม่มีใครมาเป็นที่พึ่งของเราจริงหรอก เราต้องพึ่งตนเอง

ฉะนั้น เรากาณาไปจนถึงวันหนึ่งใจของเรานั้นแหละเป็นพระสงฆ์ ใจของเราเข้าถึงธรรมะ ใจของเราเป็นพระสงฆ์ ใจของเราที่เป็นพุทธะ แต่ว่าพุทธะอย่างพวกเราเขาเรียกว่าอนุพุทธะ เป็นผู้รู้ตามพระพุทธเจ้าอีกทีหนึ่ง เลยเรียกว่าอนุพุทธะ ใจของเราที่เป็นพุทธะ ใจของเราที่มีธรรมะ ใจของเราที่แหละเป็นพระสงฆ์ เรียกว่าเรากับพระรัตนตรัยเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน อันนี้จะมีความมั่นคง ไม่คลอนแคลนไปที่อื่นอีกแล้ว



ชาวพุทธต้องพึ่งตัวเองให้ได้ ต้องกล้าหาญ ต้องเด็ดเดี่ยว อย่าเป็นชาวพุทธซื่อ  
ชาวพุทธอ่อนแอ ชาวพุทธหวังพึ่งคนอื่น หวังพึ่งสิ่งอื่น หวังพึ่งอำนาจลี้ลับ ชาวพุทธที่ดี  
ต้องเชื่อกรรม เชื่อผลของกรรม

พระโสดาบันจะเชื่อกรรมเชื่อผลของกรรม พระโสดาบันนับถือพระรัตนตรัยแบบ  
ไม่คลอนแคลนเลย เพราะตัวเองเป็นส่วนหนึ่งของพระรัตนตรัยไปแล้ว ไม่เชื่อมงคลตื่นข่าว  
มีศีล ๕ บริบูรณ์ ไม่ยอมทำผิดศีล ไม่มีทางตั้งใจทำผิดศีลเลย อาจจะประมาทพลาดพลั้ง  
ทำไปบ้างแต่ไม่ได้ตั้งใจทำ เช่นเดินไปแล้วเบรคไม่ทัน แล้วไปเหยียบมดตายอะไรอย่างนี้  
ก็มีบ้าง แต่เจตนาที่จะทำลายนี้ไม่มีเลย นี่คุณสมบัติของพระโสดาบันเป็นอย่างนี้ มีพระ  
รัตนตรัยเป็นที่พึ่ง เชื่อกรรมเชื่อผลของกรรม ไม่เชื่อมงคลตื่นข่าว มีศีลสมบูรณ์

พวกเราอยากจะเป็นพระโสดาบันบ้าง เราก็ดูคุณสมบัติของท่านก่อน ถึงยังไม่เป็น  
ก็เรียนคุณสมบัติของท่านไปก่อน เลียนแบบไปก่อนเรียกว่าลีนคำเลียนแบบ แต่ก็ยังดีกว่า  
ไปเลียนแบบมหาโจร

เราก็พยายามมีศีลเอาไว้นะ ใครเขาเชื่ออะไรว่าไอ้โน่นดีไอ้นี้ดี ไม่เอาหรอก เราจะ  
เอาแต่คำสอนของพระพุทธเจ้า ตั้งใจเด็ดเดี่ยวไป วันหนึ่งเราก็จะได้เป็นจริงๆ

สมัยพุทธกาลนะมีพราหมณ์คนหนึ่งชื่อสุนักขัตตลิจจวี ลิจจวีผู้มีช่อวัตรแบบสุนัข  
ไปไหนก็คลานไป เวลาจะกินน้ำก็ลงไปเลียๆ กินข้าวก็อ้าปากง่ำๆ เอา วันหนึ่งบุญส่งกุศลส่ง  
ให้ไปเจอพระพุทธเจ้า ไปถามท่านว่า ผมปฏิบัติช่อวัตรแบบสุนัขนี้ ผมจะเป็นพระอรหันต์ไหม  
พระพุทธเจ้าบอกไม่เป็นพระอรหันต์หรอก จะเป็นสุนัขต่างหากละ ใครทำอะไรไว้ก็จะเป็น  
อย่างนั้นนะ

เพราะฉะนั้น เราดูพระโสดาบันมีคุณสมบัติอะไร เราก็พยายามเอาท่านเป็น  
แบบอย่างแล้วก็ดำเนินไป หรือมีคนไปถามพระพุทธเจ้าว่า ทำอย่างไรผมจะไปพรหมโลกได้  
พระพุทธเจ้าก็สอนบอกว่าก็ต้องไปดูก่อนว่าพรหมมีคุณสมบัติอะไร พระพรหมมีคุณสมบัติ  
คือมีเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ให้เขามีเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขานะ เขาจะได้  
เป็นสหายแห่งพรหม ตายแล้วไปเป็นพระพรหม

เราเป็นในสิ่งที่เราทำเอง ฉะนั้นเราต้องดู เราต้องมีศีลเอาไว้ก่อน เป็นพระโสดาบัน  
ท่านมีศีล เราต้องไม่มีที่พึ่งอื่นนอกจากพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ไม่เชื่ออะไรที่ว่าดีๆ  
ไม่เชื่อหรืออก เชื่อกรรม เชื่อผลของกรรม ทุกอย่างที่เราเจอนี้ยุติธรรมที่สุดแล้ว อย่าง  
บางคนบอกชีวิตตอนนี้ยุ่งยากเหลือเกิน นี่ยุติธรรมของเราแล้วที่เราต้องเจอ ถ้าเราเจอ  
สภาวะใดๆ แล้วเรารู้ด้วยใจที่เป็นกลางจริงๆ นะ สภาวะทั้งหมดจะสอนธรรมะเรา ล้วนแต่  
เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป

อย่างเศรษฐกิจไม่ดีมันก็ไม่ดีชั่วครวณะ อีตๆ เอาไว้ก่อน ตอนนี้อยู่ระดับประคองตัว  
เอาไว้ อืดเอาไว้ก่อน เดี่ยววันหนึ่งมันก็ผ่านไป เศรษฐกิจดีขึ้นมาวันหนึ่งมันก็ต้องไม่ตี โลก  
ก็เป็นอย่างนี้แหละ อย่าไปกังวลกับมัน มีชีวิตด้วยความไม่ประมาทแล้วจะอยู่รอด

## ๑๐. ศรัทธาของชาวพุทธ

[๑๙ พฤศจิกายน ๒๕๕๒ (๑)]

ศรัทธาของชาวพุทธจริงๆ ที่เรียกว่าศรัทธาแท้ๆ เป็นศรัทธาที่ประกอบด้วย ปัญญา  
คือ ศรัทธาในเรื่องของกรรม เรียกว่า “กัมมสัทธา” ศรัทธาในเรื่องผลของกรรมเรียกว่า  
“วิปากสัทธา” ศรัทธาเชื่อมั่นว่าสัตว์ทั้งหลายเป็นไปตามกรรมเรียกว่า “กัมมัสสกตาสัทธา”  
ศรัทธาตัวสุดท้าย ตัวที่ ๔ ที่จริงเป็นตัวหลัก คือศรัทธาในปัญญาตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า  
เรียกว่า “ตถาคตโพธิสัทธา”

ฉะนั้น คำว่า “ศรัทธา” เขาเข้าใจก็คือศรัทธาในปัญญาตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า ใน  
สิ่งที่ท่านตรัสรู้ ในสิ่งที่ท่านสอน ไม่ใช่สิ่งอื่น ชาวพุทธเราต้องเด็ดเดี่ยว ต้องศึกษาว่า  
พระพุทธเจ้าสอนอะไร ตรงนี้สำคัญที่สุดเลย ถ้าเราไม่สนใจว่าพระพุทธเจ้าสอนอะไรนะ  
เอาแต่คำอาจารย์สอนอะไรนี่ อาจจะหลงทางอย่างๆ นะ