



มูลนิธิศึกษาและเผยแพร่พระพุทธศาสนา  
Dhamma Study and Support Foundation

## แนวทางเจริญวิปัสสนา

เล่ม ๑๓ ตอนที่ ๑๒๑ – ๑๓๐

บรรยายโดย

สุจินต์ บริหารวนเขตต์



## แนวทางเจริญวิปัสสนา

๑๒๑



ส. ขอให้ผู้ที่มีความข้องใจในสิ่งที่ดิฉันได้บรรยายได้แสดงความคิดเห็น แต่ขอให้เป็นหลักเกณฑ์เป็นเหตุเป็นผล มีหลักฐานอ้างอิง และขอให้วินิจฉัยสรุปเป็นเรื่องราว ถ้าเรื่องใดยังข้องใจอยู่ ก็ขอให้หมดความข้องใจไปเป็นเรื่อง ๆ ที่เดียว ไม่อยากจะทำให้ติดค้าง เพราะรู้สึกว่าจะคงจะหลายปี

ถ. ตั้งแต่อาจารย์บรรยาย เวลานี้พ้นจากท่านอาจารย์ไปมาก เกิดความเสียหายมาก ไปพบอาจารย์สักทีเถอะ ไปสอบอารมณ์กันสักที ที่จริงผมพูดมาตั้งแต่ต้นแล้ว ถ้าอาจารย์เข้าถึงเหตุผลอาจารย์จะได้ประโยชน์มาก แต่ท่านจะลำบากหน่อย ยากไม่ใช่ง่าย มรรค ๘ แท้ ๆ ก็พังยาก

ส. ดิฉันขอถาม คือ ผู้ที่ระลึกรู้ลักษณะของนามรูปทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เป็นปกติบ่อย ๆ เนือง ๆ เป็นประโยชน์ หรือว่ามีโทษ

ถ. เป็นครับ ก็อินทรีย์สังวรศีล

ส. ถ้าเป็นก็พอแล้ว ท่านผู้ฟังที่เห็นว่าท่านเป็นผู้ไม่ประมาท ท่านเจริญสติ ท่านระลึกรู้ลักษณะของนามรูปทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ สำหรับข้อความที่ว่า ผู้ที่ศึกษาธรรมที่ได้ทรงแสดงไว้ด้วยดี ทั้งอรรถและทั้งพยัญชนะทั้ง ๓ ปิฎก คือ ทั้งพระวินัย พระสูตร และพระอภิธรรมนั้น จะเหมือนคนตาบอดคลำช้างหรือไม่ เพราะเหตุว่าคงจะได้ยินบ่อย ๆ เรื่องของตาบอดคลำช้าง แล้วอาจจะไม่ทราบที่มาที่ไปของพยัญชนะนี้

**ขุททกนิกาย อุทาน กิรสูตรที่ ๑** มีข้อความว่า

ข้าพเจ้าได้สดับมาแล้วอย่างนี้ สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ พระวิหารเชตวัน อารามของท่านอนาถปิณฑิกเศรษฐี ใกล้พระนครสาวัตถี ก็สมัยนั้น สมณะพราหมณ์ปริพาชกมากด้วยกัน ผู้มีลัทธิต่าง ๆ กัน มีทิวทัศน์ต่างกัน มีความพอใจต่างกัน มีความชอบใจต่างกัน อาศัยทิวทัศน์ต่างกัน อาศัยอยู่ในพระนครสาวัตถี



สมณะพราหมณ์พวกหนึ่งมีวาตะอย่างนี้ มีทิฏฐิอย่างนี้ว่า โลกเที่ยง นี่แหละจริง อื่นเปล่า

ส่วนสมณะพราหมณ์อีกพวกหนึ่งมีวาตะอย่างนี้ มีทิฏฐิอย่างนี้ว่า โลกไม่เที่ยง นี่แหละจริง อื่นเปล่า

สมณะพราหมณ์พวกหนึ่งมีวาตะอย่างนี้ มีทิฏฐิอย่างนี้ว่า โลกมีที่สุด โลกไม่มีที่สุด ชีพอันนั้น สรีระก็อันนั้น ชีพเป็นอื่น สรีระก็เป็นอื่น สัตว์เบื่องหน้าแต่ตายแล้วย่อมเป็นอีก สัตว์เบื่องหน้าแต่ตายแล้วย่อมไม่เป็นอีก สัตว์เบื่องหน้าแต่ตายแล้วย่อมเป็นอีกก็มี ย่อมไม่เป็นอีกก็มี นี่แหละจริง อื่นเปล่า

สมณะพราหมณ์พวกหนึ่งมีวาตะอย่างนี้ มีทิฏฐิอย่างนี้ว่า สัตว์เบื่องหน้าแต่ตายแล้วย่อมเป็นอื่นก็หาไม่ได้ ย่อมไม่เป็นอื่นก็หาไม่ได้ นี่แหละจริง อื่นเปล่า

สมณะพราหมณ์เหล่านั้นเกิดบาดหมางกัน ทะเลาะกัน วิวาทกันด้วยความคิดเห็น ครั้งนั้นเป็นเวลาเช้า ภิกษุมากด้วยกันนั่งแล้ว ถือบาตรและจีวรเข้าไปบิณฑบาตยังพระนครสาวัตถี ครั้นเที่ยวบิณฑบาตในพระนครสาวัตถี กลับจากบิณฑบาตภายหลังภัตแล้ว เข้าไปเฝ้าพระผู้มีพระภาคถึงที่ประทับ ถวายบังคมแล้วนั่ง ณ ที่ควรส่วนข้างหนึ่ง ครั้นแล้วได้กราบทูลพระผู้มีพระภาคว่า

ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ขอประทานพระวโรกาส สมณะ พราหมณ์ ปริพาชกมากด้วยกัน ผู้มีลัทธิต่าง ๆ กัน มีทิฏฐิต่างกัน มีความพอใจต่างกัน มีความชอบใจต่างกัน อาศัยทิฏฐินิสัยต่างกัน อาศัยอยู่ในพระนครสาวัตถี

สมณะพราหมณ์พวกหนึ่งมีวาตะอย่างนี้ มีทิฏฐิอย่างนี้ว่า โลกเที่ยง นี่แหละจริง (ข้อความต่อไปแสดงความเห็นตามที่ได้กล่าวแล้ว)

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย อัญญเดียรธีย์เป็นคนบอด ไม่มีจักขุ ไม่รู้จักประโยชน์ ไม่รู้จักความเสื่อมใช้ประโยชน์ ไม่รู้จักกรรม ไม่รู้จักสภาพมิใช่กรรม เมื่อไม่รู้จักประโยชน์ ไม่รู้จักความเสื่อมใช้ประโยชน์ ไม่รู้จักกรรม ไม่รู้จักสภาพมิใช่กรรม ก็บาดหมางกัน ทะเลาะกัน

นี่เป็นข้อความโดยย่อ



พระผู้มีพระภาคตรัสต่อไปว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย เรื่องเคยมีมาแล้วในพระนครสาวัตถีนี้แล มีพระราชพาพระองค์หนึ่ง ครั้นนั้นแล พระราชาพระองค์นั้นตรัสเรียกบุรุษคนหนึ่งมาสั่งว่า ดูกร บุรุษผู้เจริญ นี่แน่เธอ คนตาบอดในพระนครสาวัตถีมีประมาณเท่าใด ท่านจงบอกให้คนตาบอดเหล่านั้นทั้งหมดมาประชุมพร้อมกัน บุรุษนั้นทูลรับพระราชดำรัสแล้ว พวกคนตาบอดในพระนครสาวัตถีทั้งหมดเข้าไปเฝ้าพระราชไปถึงที่ประทับ ครั้นแล้วได้กราบบังคมทูลพระราชพาพระองค์นั้นว่า ขอเดชะ พวกคนตาบอดในพระนครสาวัตถีมาประชุมกันแล้วพระพุทธเจ้าข้า พระราชาพระองค์นั้นตรัสว่า แนะ พะนาย ถ้าอย่างนั้นท่านจงแสดงช้างแก่พวกคนตาบอดเถิด

บุรุษนั้นทูลรับพระราชดำรัสแล้ว แสดงช้างแก่พวกคนตาบอด คือ แสดงศีรษะช้างแก่คนตาบอดพวกหนึ่งว่า ช้างเป็นเช่นนั้น แสดงหูช้างแก่คนตาบอดพวกหนึ่งว่า ช้างเป็นเช่นนั้น แสดงงาช้างแก่คนตาบอดพวกหนึ่งว่า ช้างเป็นเช่นนั้น แสดงงวงช้างแก่คนตาบอดพวกหนึ่งว่า ช้างเป็นเช่นนั้น แสดงตัวช้างแก่คนตาบอดพวกหนึ่งว่า ช้างเป็นเช่นนั้น แสดงเท้าช้างแก่คนตาบอดพวกหนึ่งว่า ช้างเป็นเช่นนั้น แสดงหลังช้างแก่คนตาบอดพวกหนึ่งว่า ช้างเป็นเช่นนั้น แสดงโคนหางช้างแก่คนตาบอดพวกหนึ่งว่า ช้างเป็นเช่นนั้น แสดงปลายหางช้างแก่คนตาบอดพวกหนึ่งว่า ช้างเป็นเช่นนั้น

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ลำดับนั้นแล บุรุษนั้น ครั้นแสดงช้างแก่บุรุษคนตาบอดแล้ว เข้าไปเฝ้าพระราชพาพระองค์นั้นถึงที่ประทับ ครั้นแล้วได้กราบทูลว่า ขอเดชะ คนตาบอดเหล่านั้นเห็นช้างแล้วแล บัดนี้ขอได้ฝ่าละอองธุลีพระบาท ทรงสำคัญเวลาอันควรเถิดพระเจ้าข้า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ลำดับนั้นแล พระราชาพระองค์นั้นเสด็จเข้าไปถึงที่คนตาบอดเหล่านั้น ครั้นแล้วได้ตรัสถามว่า ดูกร คนตาบอดทั้งหลาย พวกท่านได้เห็นช้างแล้วหรือ คนตาบอดเหล่านั้นกราบทูลว่า ขอเดชะ ข้าพระพุทธเจ้าทั้งหลายได้เห็นแล้วพระเจ้าข้า

ซึ่งเมื่อพระเจ้าแผ่นดินได้ตรัสถามถึงลักษณะของช้าง คนตาบอดแต่ละพวกก็ได้ตอบตามความคิดเห็น คือ ตามส่วนของช้างซึ่งมีคนแสดงให้เฉพาะส่วน ๆ



พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ฉันทันเหมือนกันแล พวกอัญญเดียรถียปริพาชกเป็นคน  
ตาบอด ไม่มีจักขุ ย่อมไม่รู้จักประโยชน์ ไม่รู้จักความเสื่อมใช้ประโยชน์ ไม่รู้จักกรรม  
ไม่รู้จักสภาพมิใช่กรรม

เมื่อไม่รู้จักประโยชน์ ไม่รู้จักความเสื่อมใช้ประโยชน์ ไม่รู้จักกรรม ไม่รู้จัก  
สภาพมิใช่กรรม ก็บาดหมางกัน ทะเลาะกัน วิวาทกัน

นี่เป็นข้อความโดยย่อ

พระผู้มีพระภาคทรงทราบเนื้อความนี้แล้ว ทรงเปล่งอุทานนี้ในเวลานั้นว่า

ได้ยินว่า สมณะพราหมณ์พวกหนึ่งย่อมข้องอยู่เพราะทิวฐิทั้งหลายอันหาสาระ  
มิได้เหล่านี้ ชนทั้งหลายผู้เห็นโดยส่วนเดียว ถือผิดซึ่งทิวฐินิสสัย ย่อมวิวาทกัน

นี่เป็นข้อความโดยตรงจากพระไตรปิฎก ในเรื่องของตาบอดคลำช้าง ซึ่งผู้ที่  
แสดงช้างก็แสดงกับคนตาบอดเป็นส่วน ๆ คือ พวกหนึ่งก็แสดงส่วนหนึ่ง อีกพวกหนึ่ง  
ก็แสดงส่วนหนึ่ง แต่ไม่ได้แสดงตลอดหมด

พระธรรมวินัยที่พระผู้มีพระภาคทรงแสดงแล้วด้วยดีทั้งพระวินัยปิฎก ทั้งพระ  
สุตตันตปิฎก ทั้งพระอภิธรรมปิฎก เป็นศาสดาแทนพระองค์ ย่อมเกื้อกูลบุคคลผู้  
ศึกษา สอบทาน เทียบเคียง ประพฤติปฏิบัติตาม ให้เกิดความรู้ถูกต้องตามความเป็น  
จริง ถ้าผู้ใดศึกษาและเข้าใจธรรม เทียบเคียง สอบทานทั้ง ๓ ปิฎก ประพฤติปฏิบัติ  
ตาม ได้รู้สภาพธรรมนั้น ๆ ตามความเป็นจริง จะยังชื่อว่าผู้ที่ศึกษาธรรม เทียบเคียง  
ธรรม เป็นผู้เหมือนกับคนตาบอดคลำช้างได้ไหม

พระผู้มีพระภาคมิได้ทรงมอบหมายให้บุคคลผู้หนึ่งผู้ใดเป็นศาสดาแทนพระองค์  
เพราะเหตุว่าพระธรรมวินัยได้ทรงแสดงไว้แล้วด้วยดีเป็นศาสดาแทนพระองค์

พระสูตรนี้เพื่อที่จะให้ผู้ฟังได้พิจารณาสอบทานธรรมทั้ง ๓ ปิฎก ถึงแม้ว่าท่าน  
จะเป็นผู้ที่มิครุอาจารย์แล้ว ก็ไม่ใช่เหมือนแถวของคนตาบอดซึ่งเกาะตาม ๆ กันไป

อย่างใน **มัชฌิมนิกาย มัชฌิมปัณณาสก์ จังกิสูตร** คนตั้นก็ยังไม่รู้ไม่เห็นธรรม  
ตามความเป็นจริง คนที่อยู่กลางก็ยังไม่รู้ไม่เห็นธรรมตามความเป็นจริง คนที่อยู่หลังก็ไม่รู้



ไม่เห็นธรรมตามความเป็นจริง ก็เกาะ ๆ ตามกันไปเรื่อย ๆ แต่พระธรรมวินัยมีไว้สำหรับเป็นศาสดาแทนพระองค์ให้ผู้ที่ได้ศึกษาได้พิจารณา ไคร่ครวญ ประพจน์ปฏิบัติ ตาม และรู้สภาพธรรมถูกต้องกับความเป็นจริงด้วย

โลกมุขจิตมีไหม จักขุวิญญาณ การเห็นมีไหม สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้เมื่อเป็นของจริง รู้ความจริงของสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ได้ไหม หรือว่ารู้ไม่ได้ ถ้าเป็นของที่มีจริงแล้วรู้ไม่ได้ ผู้นั้นก็ยังคงเป็นคนตาบอดต่อไป แต่ถ้าเป็นของจริง มีผู้ชี้หนทางที่จะให้ความรู้จริง ผู้นั้นก็ย่อมจะหายจากความเป็นคนตาบอดได้

นี่คือประโยชน์ของการศึกษาพระธรรมวินัย และการประพจน์ปฏิบัติตามด้วย เพราะเหตุว่าปรมาตมธรรมไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน เป็นจิตปรมาตม เจตสิก-ปรมาตม รูปปรมาตม เมื่อย่ลงแล้วก็เป็นสภาพธรรมที่เป็นนามธรรมและรูปธรรม

เพราะฉะนั้น เมื่อพระธรรมวินัยได้ทรงแสดงอย่างนี้ ผู้ศึกษามีความรู้ มีความเข้าใจในธรรมก็ประพจน์ปฏิบัติตาม สติระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมว่าไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่สัตว์บุคคล เมื่อได้ศึกษาแล้ว ไม่ใช่เพียงผู้ฟังธรรม แต่เป็นผู้ประพจน์ธรรมและเป็นผู้ถึงธรรม ซึ่งท่านจะต้องมีความเข้าใจในพยัญชนะทั้ง ๓ นี้ด้วย ฟังธรรม พิจารณาธรรม ถึงธรรม

ท่านฟังพระธรรมที่พระผู้มีพระภาคทรงแสดงเรื่องจิต เรื่องเจตสิก เรื่องรูป เรื่องปรมาตมธรรม เรื่องอนัตตา เรื่องสภาพธรรมทั้งหลาย ทุกขณะ ตั้งแต่เกิดจนกระทั่งตาย วนเวียนไปในวัฏฏะ ไม่พึงยึดถือว่าเป็นสัตว์เป็นบุคคลเลย มีของจริงที่มีลักษณะที่เป็นรูป มีลักษณะที่เป็นนามปรากฏให้รู้ นี่เป็นขั้นของการฟังธรรม

ส่วนขั้นของการพิจารณาธรรม ก็ต้องตรงกับขั้นของการฟังธรรมด้วย ไม่ใช่ว่า ฟังอย่างหนึ่ง เข้าใจอย่างหนึ่ง แล้วประพจน์อีกอย่างหนึ่ง หรือว่าไม่ใช่พูดอย่างหนึ่ง กล่าวสอนอย่างหนึ่ง แต่เวลาประพจน์ปฏิบัติ ปฏิบัติอีกอย่างหนึ่ง

สำหรับผู้ถึงธรรมย่อมไม่มีข้อสงสัยว่า ขณะนี้จะไร่นามอะไรเป็นรูป แต่ผู้ที่ไม่ถึงธรรม ขณะนี้เจริญสติปัฏฐานไม่ได้ ทั้ง ๆ ที่ทางตาก็นามมีรูป ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน ทางหูมีนามมีรูป ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ เป็นชีวิตของ



แต่ละคนที่ได้สะสมมาที่จะให้เกิดวิบากจิตทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจให้เกิดกุศลจิต กุศลจิต ผู้ใดถึงธรรม ผู้นั้นจะไม่มีข้อสงสัยในธรรมเลย ไม่ว่า จะเป็นขณะใด และในสถานที่ใดด้วยเพราะเป็นผู้ที่เจริญสติระลึกรู้ลักษณะของ นามธรรมของรูปธรรมทั้งทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ซึ่งเป็น ธรรม เมื่อพิจารณาธรรมมีความรู้มากขึ้น ทัวขึ้น ก็จะไม่เห็นว่ามีสิ่งอื่นใดนอกจาก สภาพธรรมที่เป็นนามเป็นรูปเท่านั้น นั่นคือ ผู้ที่ถึงธรรม

แต่ถ้าผู้ใดจะกล่าวว่า ถึงธรรม แต่ปฏิเสธว่า ขณะนี้เจริญสติปัฏฐานไม่ได้ ขณะนั้นไม่ใช่นามไม่ใช่รูป ขณะนี้ไม่สามารถที่จะระลึกรู้ลักษณะของนามของรูปได้ ผู้ นั้นไม่ถึงธรรม และไม่ได้ประพฤติตามธรรมที่ได้ฟังด้วย

ถ. หมายความว่า ถึงธรรมแล้วก็มีความสุขใจใช่ไหม

ส. ธรรมมีอยู่ตลอดเวลา ขณะนี้ก็มี ทางตามีธรรมใหม่ มีเห็นใหม่ มีสีใหม่ ทางหูมีธรรมใหม่ ผู้ที่ถึงธรรมก็รู้ในสภาพความเป็นธรรม ไม่ใช่ความเป็นสัตว์ ความเป็นบุคคล ความเป็นตัวตน

ถ. เจริญมาตั้งนานแล้ว เจริญธรรมแล้วต้องเป็นอนัตตา ไม่ใช่ตัวตนแล้ว เจริญทางใจนี้เพื่ออะไร

ส. หรือผิดที่กล่าวว่า สภาพธรรมทั้งหลายเป็นอนัตตา คำพูดนี้จริงหรือเท็จ สภาพธรรมที่ไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล บังคับบัญชาไม่ได้ ไม่อยู่ในอำนาจ บังคับบัญชาของใคร

ถ. แล้วความรู้ ใครรู้

ส. สติเป็นสภาพที่ระลึกรู้ลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏ

ถ. ความรู้นี้หมายความว่า ...

ส. ถ้าโดยลักษณะนั้นไม่ใช่การเจริญสติ เพราะเหตุว่าถ้าเป็นผู้ที่เจริญสติ แล้ว ตาก็เห็น หูก็ได้ยิน จมูกก็ได้กลิ่น ลิ้นก็มีรสปรากฏ กายก็มีเย็น ร้อน อ่อน แข็ง กำลังปรากฏ ใจก็มีคิดนึก มีสุข มีทุกข์ เป็นสิ่งที่เกิดแล้วปรากฏ เพราะมีเหตุปัจจัยจึง ได้เกิดขึ้น ไม่ต้องมีใครไปสร้าง ไปทำ เป็นเรื่องของมีปัจจัยแล้วก็เกิด





ผู้ที่เจริญสติเป็นผู้ที่ระลึกถึงลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏ ในขณะที่ระลึกได้ ในขณะที่นั้นไม่ใช่ตัวตน เป็นสติที่กำลังระลึก จึงกล่าวว่า ธรรมทั้งหลายเป็นอนัตตา ถ้าท่านผู้ใดยังไม่เข้าใจเจริญสติปฏิฐานไม่ได้เลย ไม่มีทางที่จะปัญญาถึงลักษณะของนามรูปที่ปรากฏตามความเป็นจริงได้

ถ. สอบอารมณ์ หมายถึงวิปัสสนา หรือเจริญสติ

สุ. ที่ว่าสอบอารมณ์ ใครสอบ บุคคลสอบ หรือว่าพระธรรมวินัยสอบ สอบความเข้าใจในธรรม สอบการปฏิบัติธรรมว่า ถูกต้องตรงกับที่ได้ศึกษาไหม เช่น รูปนั่งปรากฏทางทวารไหน มีลักษณะอย่างไร ในพระไตรปิฎกไม่ได้ทรงแสดงไว้เลย เพราะฉะนั้น ผู้ที่จะสอบอารมณ์ก็ควรที่จะได้ทราบด้วยว่า จะสอบกับอะไร

ในพระไตรปิฎก การเจริญสติเพื่อการรู้ชัด เพื่อการรู้ทั่วทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ

ถ. ปัญหาที่ตกค้างอยู่ คือ ในสมัยพุทธกาลนั้นมีรถยนต์หรือไม่ นี่ก็เป็นปัญหาหนึ่งซึ่งท่านผู้ฟังผู้นั้นได้ถามอาจารย์ และอีกปัญหาหนึ่ง คือ การปฏิบัติหรือการเจริญสตินี้จำเป็นไหมที่จะต้องอาศัยวิเวก ท่านอาจารย์ยังไม่ได้อธิบายว่าอาศัยวิเวก วิเวกมันเป็นอย่างไรก็ไม่ทราบ

สุ. ปัญหาแรก คือ ในครั้งพุทธกาลมีรถยนต์ไหม ถ้าเป็นอย่างนั้นเวลาที่มีสิ่งใดใหม่ขึ้นมาก็ต้องเพิ่มเข้าไป ไม่ว่าจะเป็นรถยนต์ เป็นโทรศัพท์ เป็นจรวด เป็นอะไร ๆ ก็ต้องใส่เข้าไปหมด พระผู้มีพระภาคทรงรู้แจ้งธรรมทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ในอดีตนับประมาณไม่ได้ว่ามีอะไรเกิดขึ้น รวมทั้งข้างหน้าด้วยนับประมาณไม่ได้เลย ทรงรู้แจ้งหมด แต่เหตุใดจึงไม่ทรงแสดงไว้ว่าอีก ๑๐ ปีต่อไปจะมีอะไร อีก ๑๐๐ ปีต่อไปจะมีอะไร อีก ๑,๐๐๐ ปีต่อไปจะมีอะไร อีก ๒,๐๐๐ ปีต่อไปจะมีอะไร แต่ทรงแสดงสิ่งที่เป็นความจริงทุกกาลสมัย คือ ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ รถยนต์มีอะไรบ้าง มีสี่ล้อมีอะไรใหม่ มีเสียงใหม่ มีอ่อน มีแข็ง มีเย็น มีร้อน บ้างไหม





ถ้าส่วนใดจะเป็นอันตรายกับกายปสาท มีดีในอดีตมีไหม ของที่คนเป็นอาวุธที่เป็นอันตรายต่าง ๆ ก็มี ไม่ใช่ว่าไม่มี แล้วการรู้สภาพธรรมตามความเป็นจริงจะไม่พ้นจากตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ไม่ว่าจะเป็นพระอริยเจ้าในครั้งที่ยังไม่ปรินิพพาน หรือว่าหลังปรินิพพานแล้ว ๑๐๐ ปี ๒๐๐ ปี ๕๐๐ ปี ๑,๐๐๐ ปี ๒,๐๐๐ ปี ๕,๐๐๐ ปี หรือว่าก็พ้นปีก็ตาม พระอริยเจ้าทั้งหลายไม่มีความสงสัยในลักษณะของนามธรรมและรูปธรรมทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ เพราะท่านรู้แจ้งสภาพปรมัตถธรรม

และถึงแม้ท่านจะรู้ว่าสิ่งนั้นเป็นอะไร สติก็ระลึกว่า ความรู้เช่นนั้นก็เป็นนามธรรมชนิดหนึ่ง ซึ่งเป็นเรื่องของการเจริญปัญญาอย่างละเอียดมากทีเดียว ซึ่งจะไม่พ้นโลก ๖ โลก





๑๒๒



ส. ขณะที่กำลังนั่งที่นี่ กับขณะที่กำลังขับรถยนต์ อ่อนแอ้งมีไหม สติระลึกได้ไหม

ถ. ผมไม่ระลึกครับ กลัวไปชนเขา

ส. เป็นตัวตน เพราะว่าไม่อบรม ไม่เจริญสติ ไม่ใช่เป็นผู้ที่มีปกติเจริญสติ

ถ. เดียวชนเขา ไม่เจริญสติหรือ

ส. เจริญสติหมายความว่าอะไร

ถ. ระลึกรู้

ส. ระลึกรู้อะไร

ถ. สิ่งปรากฏ

ส. ขณะนั้นมีสิ่งที่กำลังปรากฏไหม หรือว่าไม่มีอะไรปรากฏ

ถ. ไฟแดงปรากฏ แต่จะชนเขา

ส. เจริญสติแล้วทำไมถึงจะชน ถ้าคนที่รู้ลักษณะของสติก็เจริญสติได้ ขอเชิญคุณนี่นำให้ตัวอย่างในเรื่องนี้

นี่นา เวลายืนมีแข็งปรากฏเป็นธรรมดา มีได้ยินด้วย มีคิดด้วย มีโมหะมาก ๆ ด้วย เวลานั่งขับรถ นั่งเหมือนกัน แข็งปรากฏ มีโมหะด้วย มีได้ยิน มีความคิดมาก ๆ ด้วย เจริญสติทีละเล็กทีละน้อยได้ไม่มีอะไรกางกั้น ไม่ได้หมายความว่าเวลาขับรถมีสติน้อยกว่า ยืนอยู่เดี๋ยวนี้ที่นี่ ที่อื่นก็เหมือนกัน ไม่มากแต่เจริญได้ ไม่ทราบว่ามีอะไรที่ลำบาก ไม่เข้าใจปัญหาเลย เพราะชีวิตเป็นอย่างนั้น เราทำงานที่บ้านหรือขับรถหรือซื้อของหลายอย่าง ไม่เหมือนกับชีวิตของพระภิกษุ เป็นชีวิตของเราเอง เจริญสติได้ไม่มาก แต่เราต้องอดทนและปฏิบัติต่อไป

ส. ชีวิตของฆราวาส คือ ชีวิตจริง ๆ เราซื้อของ เราคุยกับเพื่อน เราทำกิจการงาน และเวลาคุยกับเพื่อนก็มีเรื่องมีราว มีคำพูด มีความรู้สึกว่าเป็นตัวตน มีความสนใจในเรื่องนั้นเรื่องนี้ แต่สติก็เกิดได้ถึงจะไม่มาก และเพราะว่าสติที่เกิดขึ้นน้อย



นี่เองทำให้ผู้ที่เริ่มเจริญสติยังไม่รู้ชัดถึงลักษณะที่ต่างกันจริง ๆ ของขณะที่คิดนึกกับ ขณะที่สติกำลังรู้ลักษณะจริง ๆ ของสิ่งที่ปรากฏ เพราะเหตุว่าสติเริ่มแทรกขึ้นระลึกรู้บ้างแต่เป็นส่วนน้อย ส่วนความเคยชินเรื่องราวต่าง ๆ ความคิดนึกต่าง ๆ ความเป็นตัวตนที่เคยมีก็แทรกเข้ามามาก แต่ให้ทราบว่าเป็นเรื่องของสมาธิขั้นพื้นฐานนั้นเป็นเรื่องที่จะต้องอดทน เพราะเป็นสิ่งที่ระลึกรู้สภาพธรรมตามความเป็นจริงของแต่ละท่านตามปกติธรรมดา

สำหรับความรู้ขึ้นความคิดพิจารณาธรรม กับความรู้ของขั้นปฏิบัติต่างกันอย่างไร เวลาที่ศึกษาธรรม พิจารณาตามเข้าใจได้ว่า สภาพธรรมเป็นอนัตตา เกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัย มีลักษณะต่าง ๆ กัน ทั้งทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ขณะที่ระลึกรู้ตาม คิดตาม เป็นเรื่องของสภาพธรรม ไม่ใช่สติที่ระลึกรู้ลักษณะของธรรมที่กำลังเกิดดับจริง ๆ เป็นแต่เพียงขั้นการพิจารณาในเรื่องที่ได้ยินได้ฟัง

บางท่านก็ระลึกได้ว่า จะต้องเจริญสติ หรือควรจะระลึกรู้ลักษณะของนามและรูปที่กำลังปรากฏ แต่พอระลึกได้ถึงเรื่องของสิ่งที่กำลังปรากฏ กำลังเห็นเป็นนามธรรมจะนึกอย่างนี้ หรือว่าสิ่งที่กำลังปรากฏเป็นรูปธรรม ผู้ที่เจริญสติรู้ลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏต้องเป็นผู้ที่ละเอียด เป็นผู้ที่สำคัญกว่า แม้ในขณะนั้นที่ระลึกคิดว่ากำลังเห็นเป็นนามธรรม ก็ไม่ใช่เวลาที่ไม่คิด แต่เห็นกำลังมี ขณะนี้ไม่ต้องคิดว่า เห็นเป็นนามธรรม กำลังเห็นเป็นสิ่งที่จริง ระลึกรู้บ่อย ๆ เอง ๆ และสำคัญรู้ความต่างกันว่า ขณะที่คิดไม่ใช่ขณะที่กำลังระลึกที่เห็น คราวหลังก็สามารถที่จะรู้ชัดขึ้นว่าที่กำลังเห็นนี้โดยไม่ต้องคิดก็รู้ว่าเป็นสภาพรู้ชนิดหนึ่ง

ความเห็นผิดที่เคยยึดถือสภาพธรรมว่าเป็นตัวตน การไม่รู้รู้ลักษณะของนามและรูปทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจสะสมมามาก ที่จะละลายให้หมดได้จริง ๆ จะต้องอาศัยสติระลึกรู้บ่อย ๆ เอง ๆ ความรู้ก็จะมากขึ้น เพิ่มขึ้น

สำหรับเรื่องวิเวก ได้ทรงแสดงวิเวกไว้ ๓ ประการว่า วิเวกนั้นมี ๓ เรื่องวิเวกนี้มีหลายแห่งในพระไตรปิฎก แต่ข้อความก็เหมือนกัน

**ขุททกนิกาย มหานิทเทส ตวุทฺทสุตตนิทเทส ที่ ๑๔** มีข้อความว่า



ชื่อว่า วิเวก ในคำว่า ผู้สงัด

ถ้าผู้หนึ่งผู้ใดผ่านสถานที่หนึ่งที่มีแต่ทุ่งนา ป่า เขา และก็มีอาจจะเป็นนายโคบาล คนเลี้ยงวัว หรือว่าใครก็ได้ที่กำลังอยู่ในสถานที่นั้น จะกล่าวว่าผู้นั้นกำลังวิเวกได้ไหม ถ้าใครบังเอิญไปอยู่ชายแดน ไม่มีใครเลยที่จะเข้ามาพัวพันใกล้ชิด หรือว่าบ้านช่องที่อยู่อาศัยของท่าน อาคารบ้านเรือนของท่านไปอยู่ในถิ่นที่ไกลมาก ห่างไกลจากผู้คน จะถือว่าบุคคลที่อยู่ในสถานที่ต่าง ๆ เหล่านั้นเป็นผู้วิเวกได้หรือยัง

ถ้ายังมีโลภะ มีโทสะ มีโมหะ ไม่ได้คิดที่จะปลีกออกจากกาม รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ แม้ว่าโดยชั้นสมถภาวนา หรือว่าโดยการรู้ชัดแล้วละคลายความติดข้อง แต่บังเอิญที่อยู่อาศัยของท่านอยู่ในสถานที่ห่างไกลคนอื่น อย่างนั้นจะเรียกว่า เป็นวิเวก หรือจะถือว่าวิเวกได้ไหม เพราะเรื่องของวิเวกนั้นเป็นเรื่องของผู้สงัด ผู้ที่ไม่ต้องการที่จะคลุกคลีใกล้ชิดกับรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะโดยเป็นอภยาศัยจริง ๆ

ไม่ใช่เป็นเพราะท่านบังเอิญต้องไปอยู่คนเดียวไกล ๆ เลยกลายเป็นท่านวิเวกไปเสียแล้ว ทั้ง ๆ ที่ใจของท่านก็มีโลภะ มีโทสะ มีความกลัว ไม่รู้ลักษณะของรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ เพียงแต่บังเอิญไปอยู่ที่เปลี่ยว ๆ ไกล ๆ จะถือว่าเป็นวิเวกก็ไม่ได้ เพราะฉะนั้น ข้อความนี้มีว่า

ชื่อว่า วิเวก ในคำว่า ผู้สงัด มีสันติบาท แสงหาคุณใหญ่ ดังนี้ วิเวกมี ๓ อย่าง คือ กายวิเวก จิตวิเวก อูปวิเวก

ข้อความต่อไปมีว่า

กายวิเวกเป็นไฉน ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ย่อมช่องเสพเสนาสนะอันสงัด คือ ป่า โคนไม้ ภูเขา ชอกเขา ถ้ำ ป่าช้า ป่าชฎ ที่แจ้ง รอมฟาง และเป็นผู้สงัดด้วยกายอยู่ เธอเดินผู้เดียว ยืนผู้เดียว นั่งผู้เดียว นอนผู้เดียว เข้าสู่บ้านเพื่อบิณฑบาตผู้เดียว กลับผู้เดียว นั่งในที่หลีกเร้นผู้เดียว อธิฐานจงกรมผู้เดียว ผู้เดียวเที่ยวไป ยับยั้งอยู่ ผลัดเปลี่ยนอิริยาบถเป็นไป รักษา บำรุง เยียวยา นี่ชื่อว่า กายวิเวก



ท่านที่จะไปวิเวกเป็นธัมมิกหรือไม่ว่าไปเพราะคิดว่าจะได้อะไร ๆ กลับมา จะไปเอาอะไร ๆ กลับมา หรือว่าเป็นธัมมิกของท่านแท้ ๆ ที่จะไม่คลุกคลี เป็นเนกขัมมบารมี ฆราวาสเป็นอย่างนั้นหรือไม่ เป็นธัมมิกจริง ๆ หรือไม่ ถ้าเป็น ธัมมิกจริง ๆ ไม่เป็นฆราวาสแล้ว และก่อนที่ท่านจะวินิจฉัยความหมายของคำว่า

เธอเดินผู้เดียว ยืนผู้เดียว นั่งผู้เดียว นอนผู้เดียว เข้าสู่บ้านเพื่อบิณฑบาตผู้เดียว กลับผู้เดียว นั่งในที่หลีกเร้นผู้เดียว อธิษฐานจงดมผู้เดียว ผู้เดียวเที่ยวไป ยับยั้งอยู่ ผลัดเปลี่ยนอิริยาบถเป็นไป รักษา บำรุง เยียวยา นี่ชื่อว่า กายวิเวก

ขอให้ดูความหมายในพระสูตรอื่น ๆ ประกอบด้วย คือ ใน **สังยุตตนิกาย สฬายตนวรรค มิคชาลสูตร ที่ ๑** มีข้อความว่า

ท่านพระมิคชาละไปเฝ้าพระผู้มีพระภาค กราบทูลถามว่า

ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ที่พระองค์ตรัสว่า ผู้มีปกติอยู่ผู้เดียว ผู้มีปกติอยู่ผู้เดียว ฉะนี้ ด้วยเหตุเพียงเท่าไรพระเจ้าข้า ภิกษุจึงชื่อว่า มีปกติอยู่ผู้เดียว และด้วยเหตุเพียงเท่าไร ภิกษุจึงชื่อว่า อยู่ด้วยเพื่อนสอง

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

ดูกร มิคชาละ รูปที่จะพึงรู้แจ้งด้วยจักขุอันน่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ ให้เกิดความรัก ชักให้ใคร่ ชวนให้กำหนดมีอยู่ ถ้าภิกษุยินดี กล่าวสรรเสริญ หมกมุ่นรูปนั้นอยู่ เมื่อเธอยินดีกล่าวสรรเสริญ หมกมุ่นรูปนั้นอยู่ ย่อมเกิดความเพลิดเพลน เมื่อมีความเพลิดเพลนก็มีความกำหนดกล้า เมื่อมีความกำหนดกล้าก็มี ความเกี่ยวข้อง

ดูกร มิคชาละ ภิกษุผู้ประกอบด้วยความเพลิดเพลน และมีความเกี่ยวข้อง เราเรียกว่า ผู้มีปกติอยู่ด้วยเพื่อนสอง

ข้อความต่อไป เสียง กลิ่น รส โสภณูปะ ธรรมารมณ์ โดยนัยเดียวกัน

พระผู้มีพระภาคตรัสต่อไปว่า

ดูกร มิคชาละ ภิกษุผู้มีปกติอยู่ด้วยอาการอย่างนี้ ถึงจะเสพเสนาสนะอันสงัด คือ ป่าหญ้า และป่าไม้ เจียบเสียง ไม่อื้ออึง ปราศจากลมแต่ชนที่เดินเข้าออก ควร



เป็นที่ประกอบกิจของมนุษย์ผู้ต้องการสงัด สมควรเป็นที่หลีกเร้นอยู่ก็จริง ถึงอย่างนั้น ก็ยังเรียกว่า มีปกติอยู่ด้วยเพื่อนสอง

ข้อนั้นเพราะเหตุไร เพราะผู้นั้นยังมีต้นหาเป็นเพื่อนสอง เขายังละต้นหานั้น ไม่ได้ ฉะนั้นจึงเรียกว่า มีปกติอยู่ด้วยเพื่อนสอง

สำหรับโดยนัยตรงกันข้าม คือ

ถึงแม้ว่าจะมีรูปที่น่ารัก มีเสียง มีกลิ่น มีรส มีโณภูมิจัณณมณีนที่น่ารัก น่าพอใจ มีอยู่ แต่ภิกษุไม่ยินดี ไม่กล่าวสรรเสริญ ไม่หมกมุ่น ไม่ประกอบด้วยความเพิลิดเพลิด และความเกี่ยวข้อง เราเรียกว่า มีปกติอยู่ผู้เดียว

ดูกร มิคชาละ ภิกษุผู้มีปกติอยู่ด้วยอาการอย่างนี้ แม้จะปะปนกับภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา พระราชา มหาอำมาตย์ของพระราชา เดีรถีย์ สาวกของเดีรถีย์ ในที่สุดบ้านก็จริง ถึงอย่างนั้นก็ยังเรียกว่า มีปกติอยู่ผู้เดียว

เรื่องของการอยู่ผู้เดียว เป็นเรื่องของใจที่จะออกไป ไม่เกี่ยวข้อง ไม่ยึดถือ ไม่ติด ไม่เพิลินไปด้วยความเป็นตัวตน เป็นสัตว์บุคคล กับรูป เสียง กลิ่น รส โณภูมิจัณณมณีใด ๆ

เพราะฉะนั้น เรื่องของกายวิเวก จะต้องเข้าใจด้วยว่า ไม่ใช่ไปโดยที่ยังเกี่ยวข้องเต็มไปด้วยความต้องการบางสิ่งบางประการชั่วคราวชั่วคราว แล้วก็กลับมาแต่กายวิเวกจริง ๆ เป็นอหยาตัยในเนกขัมมะที่จะออกจากการคลุกคลี

ข้อความต่อไปมีว่า

จิตวิเวก เป็นไฉน

ที่ออกไป ต้องการพ้นจากรูป เสียง กลิ่น รส โณภูมิจัณณมณี ไม่ต้องการเกี่ยวข้อง กับรูป เสียง กลิ่น รส โณภูมิจัณณมณีทั้งหลาย ผู้ที่มีกายวิเวกออกไปแล้วก็ไม่ใช่เพียงแต่ออกไปเฉย ๆ แต่ก็ยังมีความต้องการที่จะสงบจากรูป เสียง กลิ่น รส โณภูมิจัณณมณีด้วยข้อความมีว่า

จิตวิเวก เป็นไฉน



ภิกษุบรรลุปฐมฌานมีจิตสงัดจากนิวรณ์ บรรลุตุตยฌานมีจิตสงัดจากวิตก  
 วิจารณ์ บรรลุตุตยฌานมีจิตสงัดจากปิตติ บรรลุดตุตถฌานมีจิตสงัดจากสุขและทุกข์  
 บรรลุดากาธานัญจนฌานมีจิตสงัดจากรูปสัญญา ปิณฑสัญญา และนันทต-  
 สัญญา บรรลุดวิญญูณัญจนฌานมีจิตสงัดจากอากาศาณัญจนตสัญญา บรรลุด  
 อากิญจัญญายตนฌานมีจิตสงัดจากวิญญูณัญจนตสัญญา บรรลุดเนวสัญญานา-  
 สัญญายตนฌานมีจิตสงัดจากอากิญจัญญายตนสัญญา

สังัดขึ้นเรื่อย ๆ สงบขึ้นเรื่อย ๆ สำหรับจิตวิเวก แต่นั่นไม่ใช่จุดประสงค์อัน  
 สูงสุดในพระพุทธศาสนา ไม่ใช่เพียงแค่นั้น เพราะถึงแม้ว่าไม่ใช่พระพุทธศาสนา กาย  
 วิเวกก็มี จิตวิเวกก็มี แต่สำหรับในพระพุทธศาสนานั้น เป็นการเจริญปัญญารู้สภาพ  
 ธรรมถูกต้องตามความเป็นจริงเพื่อละคลายกิเลส ไม่ใช่เพียงชั่วคราว แต่สามารถที่จะ  
 ดับหมดสิ้นเป็นสมุจเฉตด้วยการเจริญสติปัฏฐาน มีการเจริญปัญญาระลึกรู้ลักษณะ  
 ของนามและรูปจนกว่าจะละคลายกิเลสจนกระทั่งดับหมดสิ้นเป็นพระอรหันต์เป็น  
 ลำดับขั้นด้วย

ข้อความมีต่อไปว่า

เมื่อพระภิกษุนั้นเป็นพระโสดาบัน มีจิตสงัดจากสักกายทิฏฐิ วิจิกิจชา  
 สิ้นพตปรามาส ทิฏฐานุสัย วิจิกิจชานุสัย และจากกิเลสที่ตั้งอยู่ในเหล่าเดียวกันกับ  
 สักกายทิฏฐิเป็นต้นนั้น

สำหรับผู้ที่เป็นพระโสดาบันบุคคล จะต้องสงัดจากสักกายทิฏฐิ วิจิกิจชา  
 สิ้นพตปรามาส และสงัดจากทิฏฐานุสัย ความเห็นผิดที่ยึดถือนามรูปว่าเป็นตัวตน  
 อย่างละเอียดที่นอนเนื่องอยู่ในจิตสันดาน ไม่มีอีกต่อไปเลย

การที่จะหมดความสงสัยในลักษณะของนามของรูปได้ ถ้าสติไม่ระลึกรู้ลักษณะ  
 ของนามของรูปตามความเป็นจริง จะหมดความสงสัยได้ไหม ผู้ที่เจริญสติปัฏฐานที่  
 ท่านเป็นผู้ตรงต่อธรรม เป็นผู้ตรงต่อตนเอง ท่านทราบได้ทีเดียวว่า ท่านหมดความ  
 สงสัย หมดวิจิกิจชานุสัยแล้วหรือยัง ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทาง





ใจ ไม่ว่าท่านจะอยู่ในสถานที่ใด จิตไม่มีเชื้อของวิจิกิจฉานุสัย ไม่มีเชื้อของทิฏฐิ  
ความเห็นผิดที่เคยยึดถือนามรูปว่าเป็นตัวตน ไม่มีการอุปคาลำข้อประพฤติปฏิบัติที่ผิด

ถ้าท่านสามารถระลึกถึงลักษณะของนามรูปตามความเป็นจริงได้ หมดความ  
สงสัยในลักษณะของนามรูป หมดความเห็นผิดที่เคยยึดถือนามรูปว่าเป็นตัวตน ไม่ว่า  
ท่านจะอยู่ในสถานที่ใดก็ตาม ท่านจะเป็นผู้เจริญสติอย่างไหนถึงจะหมดความสงสัยได้  
ก็ต้องไม่ว่าท่านจะอยู่ที่ไหน ท่านก็ต้องเจริญสติ ไม่จำกัดสถานที่ ไม่จำกัดนามและรูป  
ด้วย

ข้อความต่อไปมีว่า

เป็นพระสกทาคามี มีจิตสงัดจากกามราคะสังโยชน์ ปฏิฆสังโยชน์ กามราคะ-  
นุสัย ปฏิฆานุสัยอย่างหยาบ ๆ และจากกิเลสที่ตั้งอยู่ในเหล่าเดียวกันกับกามราคะ-  
สังโยชน์เป็นต้นนั้น

เป็นพระอนาคามี มีจิตสงัดจากกามราคะสังโยชน์ ปฏิฆสังโยชน์ กามราคะ-  
นุสัย ปฏิฆานุสัยอย่างละเอียด ๆ และจากกิเลสที่ตั้งอยู่ในเหล่าเดียวกันกับกามราคะ-  
สังโยชน์เป็นต้นนั้น

เป็นพระอรหันต์ มีจิตสงัดจากรูปราคะ อรูปราคะ มานะ อุทธัจจะ อวิชชา  
มานานุสัย ภวราคานุสัย อวิชชานุสัย กิเลสที่ตั้งอยู่ในเหล่าเดียวกันกับรูปราคะเป็น  
ต้นนั้น และจากสังขารนิमितทั้งปวงในภายนอก

นี้ชื่อว่า จิตวิเวก

ข้อความต่อไปเป็นเรื่อง อุปธิวิเวกมีข้อความว่า

อุปธิวิเวก เป็นไฉน

กิเลสก็ดี ชันธก็ดี อภิสังขาร คือ เจตนาที่เป็นกุศลและอกุศลทั้งหลายก็ดี  
เรียกว่า อุปธิ

อมตนิพพาน เรียกว่า อุปธิวิเวก ได้แก่ ธรรมเป็นที่ระงับสังขารทั้งปวง เป็นที่  
สละคืนอุปธิทั้งปวง เป็นที่สิ้นต้นเหตุ เป็นที่สำรอกต้นเหตุ เป็นที่ดับต้นเหตุ เป็นที่  
ออกไปจากต้นเหตุเครื่องร้อยรัด นี้ชื่อว่า อุปธิวิเวก



กักายวิเวก ย่อมมีแก่บุคคลผู้มีกายหลีกออก ยินดียิ่งในเนกขัมมะ

ไม่ใช่บังคับ ไม่ใช่เรื่องที่ต้อง แต่ท่านทรงแสดงไว้ว่า กักายวิเวกย่อมมีแก่บุคคลผู้มีกายหลีกออก ยินดียิ่งในเนกขัมมะ เป็นอรรถาธิบายหรือไม่ ยินดียิ่งในเนกขัมมะ

ข้อความต่อไป

จิตวิเวก ย่อมมีแก่บุคคลผู้มีจิตบริสุทธิ์ ถึงซึ่งความเป็นผู้มีจิตผ่องแผ้วอย่างยิ่ง

ผู้ใดก็ตามไม่ถึงฌานจิต หรือไม่ถึงการสัจจจากกิเลสเป็นสมุจเฉทเป็นพระอรหันต์บุคคล ไม่ชื่อว่า จิตวิเวก

ข้อความต่อไปมีว่า

อุปวิเวก ย่อมมีแก่บุคคลผู้หมดอุปธิ ถึงซึ่งนิพพานอันเป็นวิสังขาร





๑๒๓



ข้อความต่อไปมีว่า

คำว่า สันติ ได้แก่ สันตบ้าง สันติบทบ้าง โดยอาการอย่างเดียวกัน ก็สันติบทนั้นนั่นแหละคือ อมตนิพพาน ได้แก่ ธรรมอันเป็นที่ระงับสังขารทั้งปวง เป็นที่ออกจากตัณหาเครื่องร้อยรัด สมจริงตามที่พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

บทใด คือ ธรรมเป็นที่ระงับสังขารทั้งปวง เป็นที่ออกจากตัณหาเครื่องร้อยรัด บทนั้นเป็นความสงบ เป็นธรรมชาติประณีต

อีกอย่างหนึ่ง โดยอาการอื่น ธรรมเหล่าใดย่อมเป็นไปเพื่อบรรลुความสงบ เพื่อถูกต้องความสงบ เพื่อทำให้แจ้งความสงบ คือ สติปัฏฐาน ๔ สัมมัปปธาน ๔ อิทธิบาท ๔ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ โพชฌงค์ ๗ อริยมรรคมีองค์ ๘ ธรรมเหล่านี้เรียกว่า สันติบท บทสงบ ตาณบท บทที่ต้านทาน เลณบท บทที่ซ่อนเร้น สรณบท บทที่พึงอภยบท บทไม่มีภัย อัจจุตบท บทไม่เคลื่อน อมตบท บทไม่ตาย นิพพานบท บทดับตัณหา

เพราะฉะนั้น ไม่ใช่ออกไปด้วยกายอย่างเดียว หรือว่าไม่ใช่เพียงจิตวิเวกที่เป็นสมาธิ เป็นฌานชั้นต่าง ๆ แต่ว่า อีกอย่างหนึ่ง โดยอาการอื่น ธรรมเหล่าใดย่อมเป็นไปเพื่อบรรลุความสงบ เพื่อถูกต้องความสงบ เพื่อทำให้แจ้งความสงบ คือ สติปัฏฐาน ๔ เป็นต้น

ที่จะไปวิเวกนั้น เพราะต้องการความสงบ หรือไม่ต้องการความสงบ และต้องการความสงบประเภทไหน สงบจริง ๆ คือ อกุศลดับไม่เกิดอีกด้วยข้อประพฤติปฏิบัติใด นั่นก็เป็นวิเวก

การรู้แจ้งอริยสัจธรรม อริยสัจที่ ๑ คือ ทุกขอริยสัจ และการที่จะรู้แจ้งอริยสัจ-ธรรมได้ก็ต้องรู้ทุกข์ด้วย แต่ขอให้พิจารณาความหมายของทุกข์ว่า ท่านเข้าใจพยัญชนะนี้ถูกต้องหรือไม่



**สังยุตตนิกาย สฬายตนวรรค ทุกขธัมมสูตร** ท่านที่สนใจในทุกขก็คงจะได้ทราบความชัดเจนว่าทุกขคืออะไร หรือว่าธรรมที่เป็นทุกขนั้นคืออะไร ซึ่งมีข้อความว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ในกาลใดภิกษุยอมรู้ทั่วถึงเหตุเกิด และความดับสูญแห่งทุกขธรรมทั้งปวงตามความเป็นจริง ก็ในกาลนั้นแลภิกษุนั้นเป็นผู้เห็นกาม เมื่อเธอเห็นกามแล้ว ความพอใจ ความเสนาหา ความหมกมุ่น ความเร่าร้อนเพราะกามในกามทั้งหลายไม่นอนเนื่องอยู่ด้วยอาการใด ก็ธรรมเป็นเครื่องประพฤติ และธรรมเป็นเครื่องอยู่ เป็นอันติดตามเธออยู่ด้วยอาการนั้น

ข้อความที่ว่า ในกาลใดภิกษุยอมรู้ทั่วถึงเหตุเกิด และความดับสูญแห่งทุกขธรรมทั้งปวงตามความเป็นจริง แสดงให้เห็นว่า ในพระไตรปิฎกไม่ได้ให้เว้น ไม่ได้ให้เลิกเจาะจงบรรพนั้นบรรพนี้เลย แต่ต้องเป็นผู้ที่รู้ทั่วถึง

ข้อความต่อไปมีว่า

อกุศลธรรมอันลามก คือ อภิชฌา และโทมนัส ไม่ครอบงำภิกษุผู้ประพฤติอยู่ด้วยอาการใด ธรรมเป็นเครื่องประพฤติ และธรรมเป็นเครื่องอยู่ เป็นอันติดตามเธออยู่ด้วยอาการนั้น

ต้องมีธรรมที่เป็นเครื่องประพฤติ และมีธรรมที่เป็นเครื่องอยู่เป็นปกติ อกุศลธรรมที่มีปัจจัยให้เกิดก็เกิด ไม่สามารถจะครอบงำได้ ถ้ามีธรรมที่เป็นเครื่องประพฤติ และมีธรรมที่เป็นเครื่องอยู่

ข้อความต่อไปมีว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ก็ภิกษุยอมรู้ทั่วถึงเหตุเกิดขึ้น และความดับสูญแห่งทุกขธรรมทั้งปวงตามความเป็นจริงอย่างไร ภิกษุยอมรู้ทั่วถึงเหตุเกิดขึ้น และความดับสูญแห่งทุกขธรรมทั้งปวงตามความเป็นจริงอย่างนี้ว่า รูปดังนี้ ความเกิดขึ้นแห่งรูปดังนี้ ความดับสูญแห่งรูปดังนี้ เวณาดังนี้ สัญญาดังนี้ สังขารทั้งหลายดังนี้ วิญญาณดังนี้

ข้อความต่อไปโดยนัยเดียวกัน



ความเกิดขึ้นแห่งวิญญูณดังนี้ ความดับสูญแห่งวิญญูณดังนี้

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุย่อมรู้ทั่วถึงเหตุเกิดขึ้น และความดับสูญแห่งทุกข-  
ธรรมทั้งปวงตามความเป็นจริงอย่างนี้แล

สภาพธรรมใดที่เป็นทุกขธรรม หมายความว่าสภาพที่เกิดขึ้นและดับไป แต่ต้องมี  
ธรรมเครื่องประพจน์ ต้องมีธรรมเครื่องอยู่ เพื่อให้มีการรู้ทั่วสภาพของทุกขธรรมทั้งปวง  
ด้วย

ข้อความต่อไปมีว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ธรรมเป็นเครื่องประพจน์ และธรรมเป็นเครื่องอยู่ เป็นอัน  
ติดตามภิกษุอย่างไรเล่า

อกุศลธรรมอันลามก คือ อภิชฌา และโทมนัส ย่อมไม่ครอบงำภิกษุผู้  
ประพจน์อยู่ด้วยอาการใด ธรรมเป็นเครื่องประพจน์ และธรรมเป็นเครื่องอยู่ เป็นอัน  
ติดตามภิกษุด้วยอาการนั้น

หมายความว่าไม่ใช่ให้เว้น เป็นปกติ เป็นธรรมเครื่องประพจน์ เป็นธรรมเครื่อง  
อยู่ ย่อมติดตามภิกษุผู้ที่อกุศลธรรมไม่ครอบงำ

ข้อความต่อไปมีว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย บุรุษพึงเข้าไปสู่ป่าที่มีหนามมาก ข้างหน้าบุรุษนั้นก็  
หนาม ข้างซ้ายก็มีหนาม ข้างขวาก็มีหนาม ข้างล่างก็มีหนาม ข้างบนก็มีหนาม  
บุรุษนั้นมีสติ ก้าวไปข้างหน้า ถอยกลับข้างหลัง ด้วยคิดว่า หนามอย่าเบียดเบียนเรา  
แม้ฉันใด

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ธรรม คือ ปิยรูป และสตรูปในโลกนี้เรากล่าวว่า เป็น  
หนามในวินัยแห่งพระอริยเจ้าฉันนั้น เหมือนกันแล

ตลอดหมด ข้างบน ข้างล่าง ข้างซ้าย ข้างขวา ข้างหน้า ข้างหลัง ตา หู  
จมูก ลิ้น กาย ใจ ไม่ว่าจะอยู่ที่ไหน มีปิยรูปสตรูปที่จะเกิดขึ้นครอบงำได้ ถ้าไม่มี  
ธรรมเครื่องประพจน์ ไม่มีธรรมเครื่องอยู่ ไม่ได้เว้นเลย



สำหรับปิยรูปสาตรูป หมายความว่าถึงสภาพธรรมทั้งหลายซึ่งเป็นที่ยินดี เป็นที่รัก ที่พอใจ ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ ผัสสะ เจตนา เวทนา สัญญา ตัณหา วิตก วิจาร์ คือ สภาพธรรมทั้งหลายเป็นที่รักเป็นที่พอใจทั้งทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ อุปมาเหมือนกับหนามในวินัยของพระอริยเจ้า ซึ่งมีทั้งข้างบน ข้างล่าง ข้างซ้าย ข้างขวา ข้างหน้า ข้างหลัง ตลอดไปหมดทีเดียว

เพราะฉะนั้น ผู้ที่ไม่อยากให้นามเปียดเบียน ไม่อยากให้อวิชชาครอบงำ ไม่อยากให้อิทธิพล หรืออภิชฌาเกิดขึ้นครอบงำ ผู้นั้นต้องเป็นผู้ที่มีสติก้าวไป มีสติถอยกลับ คือ ไม่ว่าจะอยู่ในที่ใดก็ตามต้องมีธรรมเครื่องประพฤติก่อน มีธรรมเครื่องอยู่ คือ การเจริญสติปัฏฐานนั่นเอง

ข้อความต่อไปแสดงว่า ธรรมเครื่องอยู่ หรือว่าธรรมเครื่องประพฤตินั้น ได้แก่ การสังวรทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจนั่นเอง อภิชฌาและอิทธิพลจึงจะไม่ครอบงำ และสามารถที่จะรู้ชัดในลักษณะของสภาพธรรมที่เป็นทุกขธรรม คือ สภาพธรรมที่เกิดแล้วดับ

ทุกขธรรมนี้ไม่ใช่ให้ไปทรมาน หรือให้ไปทุกข์ แต่ทุกขธรรมมีปรากฏตลอดเวลาทั้งทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ เป็นสภาพธรรมที่เกิดขึ้นแล้วก็ดับไป เป็นทุกข์ทั้งสิ้น

ข้อความต่อไปแสดงให้เห็นว่า การเจริญสติปัฏฐานที่ถูกต้องนั้น คือ ปัญญา รู้ชัดในลักษณะของนามและรูปทั่วจริง ๆ ทั้งทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ไม่ใช่ที่ท่านจะไม่เจริญสติ หรือเข้าใจว่าสติเกิดไม่ได้ ก็มีภูมิจำรัส ไม่มีคำนี้ในพระไตรปิฎก มีแต่คำว่าหลงลืมสติ

ก็มีภูมิจำรัสได้อย่างไร มีตาเห็นไหม มีหูได้ยินไหม มีจมูก มีลิ้น มีกาย มีใจ สภาพธรรมที่เกิดปรากฏเพราะเหตุปัจจัยเป็นสิ่งที่สติดะลึการู้ได้ เป็นภูมิจำรัส เป็นที่ตั้งให้สติดะลึก และปัญญาก็รู้ชัดได้ทุกขณะ ไม่ว่าจะอยู่ที่ไหน แต่ไปบังคับเพราะมี



ความไม่รู้ทั่วในนามรูป จึงได้เข้าใจว่า ขณะนั้น คือ ขณะที่ไม่รู้ลักษณะของนามและรูปเป็นกัมมฐานแล้ว

อย่างเวลาที่รับประทานอาหาร ผู้ที่เจริญสติเป็นปกติ รู้ลักษณะของรูปทางตา ก็ได้ นามเห็น ลักษณะที่รู้ทางทางตา ก็ได้ เสียงที่เกิดปรากฏทางหูก็ได้ นามได้ยิน ลักษณะที่รู้ทางหูก็ได้ หรือว่ารูปที่ปรากฏทางจมูกก็ได้ นามที่รู้กลิ่นก็ได้ จะคิดนึก จะมีความชอบ ความไม่ชอบใด ๆ สติก็สามารถที่จะระลึกถึงลักษณะของนามของรูปได้ เป็นปกติ แต่เวลาที่หลงลืมสติ ก็ไม่ระลึกถึงลักษณะของนามของรูปที่กำลังปรากฏ เพราะเหตุว่าอกุศลที่ได้สะสมมากทำให้หลงลืมสติมาก แต่ผู้ที่เจริญสติ ปัญญาก็จะเพิ่มความรู้ชัดในลักษณะของนามของรูปมากขึ้น ในวันหนึ่ง ๆ ความเป็นตัวตนนี้จะลดลงไป น้อยลงไป เพราะเหตุว่ารู้ชัดในลักษณะของนามธรรมและรูปธรรมมากขึ้น

การเจริญสติ ไม่ใช่มุ่งหวังที่จะให้มีสติมาก ๆ แล้วไม่รู้ลักษณะของนามลักษณะของรูปโดยทั่วถึง แต่การเจริญสติจะน้อยจะมากอย่างไรก็ตาม ปัญญาจะต้องเจริญขึ้น รู้ชัดในลักษณะของนามและรูปทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจทั่วขึ้น จึงจะชื่อว่าสามารถที่จะละคลายความไม่รู้ และการยึดถือนามรูปว่าเป็นตัวตนได้ ถ้าท่านมีความเข้าใจถูกต้องอย่างนี้ ท่านจะเข้าใจข้อความต่อไปในทุกขธรรมสูตรซึ่งมีว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ถ้าเมื่อภิกษุนั้นประพฤติดังนี้ อยู่อย่างนี้ อกุศลธรรมอันลามก คือ ความดำริอันชานไปเป็นที่ตั้งแห่งสังโยชนีย่อมบังเกิดขึ้น เพราะความหลงลืมแห่งสติบางครั้งบางคราว การบังเกิดขึ้นแห่งสติช้า ที่นั่นแล ภิกษุนั้นย่อมละย่อมนบรรเทาอกุศลธรรมอันลามกนั้น ย่อมกระทำให้พินาศ ย่อมให้ถึงความไม่มีได้เร็วพลัน

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย บุรุษพึงให้หยาดน้ำ ๒ หรือ ๓ หยาด ตกลงในกระทะเหล็กอันร้อนจัดตลอดวัน หยาดน้ำตกลงช้า ที่นั่นแล น้ำนั้นพึงถึงความสิ้นไป เหือดแห้งไปเร็วพลัน แม้ฉันใด





ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ถ้าเมื่อภิกษุนั้นประพฤติดังนี้ อยู่อย่างนี้ อกุศลธรรมอันลามก คือ ความดำริอันชานไปเป็นที่ตั้งแห่งสังโยชนย่อมบังเกิดขึ้น เพราะความหลงลืมแห่งสติบางครั้งบางคราว การบังเกิดขึ้นแห่งสติช้า ที่นั่นแล ภิกษุนั้นย่อมละย่อมนบรรเทาอกุศลธรรมอันลามกนั้น ย่อมกระทำให้พินาศ ย่อมให้ถึงความไม่มีได้เร็วพลัน ฉะนั้นเหมือนกันแล

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย อกุศลธรรมอันลามก คือ อภิชฌา และโทมนัสย่อมไม่ครอบงำภิกษุผู้ประพฤติด้อยด้วยอาการใด ธรรมอันเป็นเครื่องประพฤติ และธรรมเป็นเครื่องอยู่เป็นอันติดตามภิกษุด้วยอาการอย่างนี้แล

ถ้าเป็นผู้ที่สังวร คือ ระลึกรู้ลักษณะของนามและรูปทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจอยู่เสมอ เป็นผู้ที่มีธรรมเครื่องประพฤติ ธรรมเครื่องอยู่ คือ การสังวรติดตามไป ไม่ว่าจะอยู่ที่ไหน ก็อยู่ด้วยการสังวรระลึกรู้ลักษณะของนามของรูปที่ปรากฏทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ จนปัญญา รู้ชัดเป็นปกติ พอระลึกได้ก็เป็นแต่เพียงนาม เป็นแต่เพียงรูปทั้ง ๖ ทาง

ต้องเป็นอย่างนี้ ก่อนที่จะประจักษ์การเกิดดับเป็นอุทยัพพญาณ ทางตาเป็นแต่เพียงนาม เป็นแต่เพียงรูป ตลอดไปจนถึงทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ถ้าเจริญมากขึ้น ความรู้ชัดจะเพิ่มขึ้น ทันทิที่ระลึกก็เป็นแต่เพียงนามธรรม เป็นแต่เพียงรูปธรรมเท่านั้น ปัญญาจะรู้ชัดจนกระทั่งไม่ว่าจะหลงลืมสติไป แต่พอสติระลึกได้เมื่อไร ก็เป็นแต่เพียงนามธรรม เป็นแต่เพียงรูปธรรมเท่านั้นทั้ง ๖ ทาง ต้องเป็นผู้ที่ชำนาญ ละคลาย เจริญสติทั่วถึงทั้งทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ

เมื่อเป็นเช่นนี้ เวลาที่หลงลืมสติเป็นบางครั้งบางคราว หรือว่าการบังเกิดขึ้นแห่งสติช้า เพราะเหตุว่าสติก็ไม่ใช่ว่าจะเกิดติดต่อไป หรือว่าจะเกิดขึ้นได้อย่างรวดเร็ว บางครั้งบางคราวสติก็เกิดช้า หลงลืมสติ

ภิกษุนั้นแล ย่อมบรรเทาอกุศลธรรมอันลามกนั้น ย่อมกระทำให้พินาศ ย่อมให้ถึงความไม่มีได้เร็วพลัน



ซึ่งไม่เหมือนผู้ที่ไม่เคยเจริญสติเลย เพราะเหตุว่าพอระลึกก็เป็นลักษณะของนาม เป็นลักษณะของรูปได้ทันที

พระผู้มีพระภาคทรงอุปมาว่า

บุรุษพึงให้หยาดน้ำ ๒ หรือ ๓ หยาด ตกลงในกระทะเหล็กอันร้อนจัดตลอดวัน หยาดน้ำตกลงช้า ที่นั่นแล น้ำนั้นพึงถึงความสิ้นไป เหือดแห้งไปเร็วพลัน แม้ฉันใด

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ถ้าเมื่อภิกษุนั้นประพฤติดังนี้ อยู่อย่างนี้ อกุศลธรรมอันลามก คือ ความดำริอันซ่านไปเป็นที่ตั้งแห่งสังโยชนีย่อมบังเกิดขึ้น เพราะความหลงลืมแห่งสติบางครั้งบางคราว การบังเกิดขึ้นแห่งสติช้า ที่นั่นแล ภิกษุนั้นย่อมละย่อมบรรเทาอกุศลธรรมอันลามกนั้น ย่อมกระทำให้พินาศ ย่อมให้ถึงความไม่มีได้เร็วพลันฉนั้นนั่น เหมือนกันแล

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย อกุศลธรรมอันลามก คือ อภิชฌา และโทมนัสย่อมไม่ครอบงำภิกษุผู้ประพฤติดุด้วยอาการใด ธรรมเป็นเครื่องประพฤติ และธรรมเป็นเครื่องอยู่เป็นอันติดตามภิกษุด้วยอาการอย่างนี้แล

ที่กล่าวว่า เหมือนกับหยาดน้ำ ๒ - ๓ หยดที่หยดช้า ๆ ตกลงในกระทะที่ร้อนจัด กระทะที่ร้อนจัดไม่ได้หมายความว่า ไปใช้เวลาสัก ๑๕ วันให้สติเกิดติดต่อกัน แต่เป็นการเจริญความรู้ ระลึกรู้ลักษณะของนามรูปทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ เป็นธรรมเครื่องประพฤติ เป็นธรรมเครื่องอยู่เป็นปกติ จนปัญญารู้ชัด

ถึงแม้ว่าจะหลงลืมไป พอสติระลึกได้ ก็สามารถที่จะละอกุศลธรรมนั้นได้โดยเร็วพลัน เหมือนกับหยาดน้ำที่หยดลงในกระทะที่ร้อนจัด คือ ร้อนเพราะปัญญาความรู้ทั่ว ไม่ใช่รู้อย่างเดียว พอทางตามา ไม่รู้แล้ว ทางหูปรากฏ ไม่รู้แล้ว ถ้าอย่างนั้นจะละอภิชฌา และโทมนัสทางตา ทางหูได้อย่างไร จะละอวิชชาความไม่รู้ในลักษณะของนามและรูปทางตา ทางหูที่ไม่เคยระลึกรู้ได้อย่างไร

ผู้ที่อุปมาเหมือนกับกระทะที่ร้อนจัดตลอดวัน คือ ผู้ที่มีปัญญารู้ทั่ว ไม่ว่าจะ เป็นนามเป็นรูปทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ เพราะเหตุว่ามีการระลึกรู้ลักษณะของนามและรูป ถึงแม้ว่าจะหลงลืมสติไปและสติจะเกิดช้า แต่เพราะ



เหตุว่าปัญญาารู้ทั่วแล้ว ท้นที่ที่ระลึก ก็เป็นนามธรรมเป็นรูปธรรมทั้งสิ้น อกุศลธรรมก็ไม่สามารถที่จะครอบงำได้

สำหรับในวันนี้ เป็นโอกาสสุดท้ายที่คุณนีน่าจะอยู่ร่วมในรายการวันอาทิตย์ เพราะเหตุว่าจะเดินทางกลับ คุณนีน่าเป็นผู้ที่มีความสนใจศึกษาธรรมทั้งชั้นปริยัติและชั้นปฏิบัติ และได้ช่วยกระทำกิจเผยแผ่พระพุทธศาสนา ขอเชิญคุณนีน่าพูดเรื่องพระพุทธศาสนา

**นิน่า** วันนี้มีโอกาสอ่าหลาย ๆ ปีได้มาที่นี่และฟังร่วมกัน พิจารณาร่วมกัน ดิฉันจะคิดถึงบ่อย ๆ เมื่อไปแล้ว ทุกอย่างที่เราเรียนในเมืองไทย ที่เรียนเวลาสนทนากับคนไทย และมีหลายคนถามดิฉันว่า จะทำอะไรเมื่อไปแล้ว

ดิฉันคิดว่าทุกคนรู้แล้ว เพราะว่าเรามีมหาสติปัฏฐานที่นี่ และมีมหาสติปัฏฐานทั่วไปที่จะต้องอบรมเจริญมาก ๆ มีกาย เวทนา จิต ธรรม ไม่ใช่มีแต่ในเมืองไทยเท่านั้น แต่มีอยู่ทั่วไป แม้ปัญญาจะอ่อน สติยังอ่อน และมีชีวิตที่วุ่นวาย เป็นชีวิตของเรา ชีวิตของฆราวาส แต่เดี๋ยวนี้เข้าใจแล้ว เจริญได้ที่ละเล็กที่ละน้อย ต่อไปก็จะมีมากขึ้นเอง

**ส.** คุณนีน่าก็ได้รับปัญหาเฉพาะหน้าเรื่อย ๆ คือ ถามว่าเมื่อกลับไปแล้วจะทำอะไร เพราะชีวิตในเมืองไทยก็เป็นชีวิตที่เป็นสาระในเรื่องของการกุศลมากทีเดียว ซึ่งคุณนีน่าก็ทราบว่าประเทศไทยมีการศึกษา การปฏิบัติธรรม แต่คุณนีน่าก็กล่าวว่า คุณนีน่าจะเจริญสติปัฏฐานที่เมืองไทยเวลาที่อยู่เมืองไทย ได้ความรู้ความเข้าใจ แล้วก็เจริญสติปัฏฐานด้วย แต่สติปัฏฐานไม่ได้มีเฉพาะเมืองไทย ไม่ว่าจะอยู่ที่ไหนก็จะเจริญสติปัฏฐาน สภาพธรรมทั้งหลายเป็นอนัตตา สังขารธรรมทั้งหลายไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน





๑๒๔



สำหรับเรื่องของตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ซึ่งมีสิ่งที่ปรากฏ ไม่ว่าท่านจะอยู่ใน  
ภพไหน ก็มีการเห็น มีการได้ยิน มีการลิ้ม มีการรส มีโณภูมิจึงพะ มีธรรมารมณตามควรแก่  
สภาพธรรมของภูมินั้น ๆ ซึ่งท่านก็คงจะคิดถึงทางที่จะโน้มไปสู่พระนิพพานที่จะดับการ  
หลงเพลินไป ติดข้องในรูป เสียง กลิ่น รส โณภูมิจึงพะ ธรรมารมณ

ซึ่งการหลงติดข้องในสภาพธรรม ก็ไม่ใช่แต่เฉพาะทางตา แต่ทางหูด้วย ทาง  
จมูกด้วย ทางลิ้นด้วย ทางกายด้วย ทางใจด้วย เพราะฉะนั้น บุคคลที่เห็นโทษ เห็น  
ความที่น่าจะเหนื่อยเสียที่กับความต้องการซึ่งไม่รู้จักอ้อม ไม่รู้จักเต็ม ก็ต้องการหนทาง  
ที่จะทำให้พ้นจากความต้องการ ที่หลงติดข้องในรูป เสียง กลิ่น รส โณภูมิจึงพะ  
ธรรมารมณทั้งหลาย

ขอกล่าวถึง **ขุททกนิกาย จุฬนิกาย เหมกมาณวกปัญหานิทเทศ** ซึ่งพระ  
ผู้มีพระภาคตรัสว่า

ดูกร เหมก บพนิพพาน เป็นที่บรรเทาอันตรายคะในปิยรูปทั้งหลาย ที่ได้เห็น  
ที่ได้ยิน และได้ทราบ

ปิยรูปทั้งหลาย ไม่มีเว้นเลย

ข้อความต่อไปอธิบายว่า

คำว่า ทิฏฐิ ในอุทเทศว่า อิมุสฺส ทิฏฐิ สุตฺต มุตฺตํ วิญญูเตสฺส ดังนี้ ความ  
ว่า ที่ได้เห็นด้วยจักขุ

คำว่า โสตํ ความว่า ที่ได้ยินด้วยหู

คำว่า มุตฺตํ ความว่า ที่ได้ทราบ คือ ที่สุดด้วยจมูก ลิ้มด้วยลิ้น ถูกต้องด้วย  
กาย

คำว่า วิญญูเต คือ ที่รู้ด้วยใจ

เพราะฉะนั้น จึงชื่อว่า ที่เห็น ที่ได้ยิน ที่ได้ทราบ ที่รู้ด้วยใจ



ครบหมดทั้ง ๖ ทาง ทั้งทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ซึ่งผู้เจริญสติปัญญาจะต้องรู้ทั่วจึงจะละได้

หมกพราหมณ์ได้กราบทูลถามถึง การละตัณหาที่ซ่านไปในอารมณ์ต่าง ๆ ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ

ข้อความต่อไปมีว่า

คำว่า เอตํ ในอุเทศว่า เอตทญฺเอยเสตา ดังนี้ คือ อมตนิพพาน ความสงบสังขารทั้งปวง ความสละคืนอุปธิทั้งปวง ความสิ้นตัณหา ความคลายกำหนด ความดับตัณหา ความออกจากตัณหาเป็นเครื่องร้อยรัด

โดยมากพอพูดถึงวิเวกก็คิดถึงสถานที่ แต่ไม่ได้คิดถึงความหมายของวิเวก คือ ความสละ ความสงบ ในขณะที่สติระลึกรู้ลักษณะของนามของรูปที่กำลังปรากฏ เพราะเหตุว่าพุทธบริษัทนั้นมีทั้งที่เป็นบรรพชิตและที่เป็นฆราวาส บรรพชิตสละการอยู่คลุกคลีเป็นกายวิเวก แต่ฆราวาสไม่ได้สะสมมาที่จะละอาศรัยบ้านเรือน แต่มีจิตวิเวกได้ในขณะที่สติระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏ เป็นการสละ เป็นการสงบจากความไม่รู้รู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ

ข้อความต่อไปมีว่า

คำว่า รู้ทั่วถึง ความว่า รู้ทั่ว คือ ทราบ เทียบเคียง พิจารณา เจริญ ทำให้แจ่มแจ้ง คือ รู้ทั่ว ทราบ ทำให้แจ่มแจ้งแล้วว่า สังขารทั้งปวงไม่เที่ยง สังขารทั้งปวงเป็นทุกข์ ธรรมทั้งปวงเป็นอนัตตา สิ่งใดสิ่งหนึ่งมีความเกิดขึ้นเป็นธรรมดา สิ่งนั้นทั้งมวลล้วนมีความดับไปเป็นธรรมดา

คำว่า เย คือ พระอรหันตชีนาสพทั้งหลาย

นี่เป็นเรื่องของพญานาคที่ว่า รู้ทั่ว ทำให้แจ่มแจ้งแล้วว่า สังขารทั้งปวงไม่เที่ยง สังขารทั้งปวงเป็นทุกข์ ธรรมทั้งปวงเป็นอนัตตา สิ่งใดสิ่งหนึ่งมีความเกิดขึ้นเป็นธรรมดา สิ่งนั้นล้วนมีความดับไปเป็นธรรมดา



ข้อความในมหาสติปัฏฐาน เมื่อพิจารณาเห็นกายในกายแต่ละบรรพแล้ว ก็เห็นธรรม คือ ความเกิดขึ้นและความดับไป

ในอานาปานบรรพ พิจารณาเห็นกายในกาย ต้องมีลักษณะของรูปที่กายที่ปรากฏโดยความเป็นกาย คือ เป็นรูปไม่ใช่ตัวตน และเห็นธรรม คือ ความเกิดขึ้นและดับไป

ในกายานุปัสสนาสติปัฏฐานทุกบรรพ ธาตุดินก็ได้ ธาตุไฟก็ได้ ธาตุลมก็ได้ที่กำลังปรากฏ เป็นอารมณ์ให้สติระลึกรู้ชัดสภาพธรรมนั้น เกิดปรากฏแล้วดับไป

ในหมวดของอิริยาบถบรรพก็เช่นเดียวกัน พิจารณาเห็นกายในกาย มีลักษณะของรูปให้รู้ชัดว่าเป็นรูป และเมื่อพิจารณาเห็นกายในกายแล้ว เห็นธรรม คือ ความเกิดขึ้นและดับไป

แม้แต่ในเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน เวทนาก็มีหลายอย่าง สุขเวทนาเกิดขึ้น สติระลึกรู้ได้ เพราะเหตุว่าสติเป็นสภาพที่สามารถแทรกทะลุรู้ได้ในอารมณ์ทั้งปวง เพราะฉะนั้น ในเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน เห็นเวทนาในเวทนา เห็นธรรม คือ การเกิดขึ้นแล้วดับไป

สุขเวทนามีเป็นธรรม ทุกขเวทนามีเป็นธรรม อุเบกขาเวทนามีเป็นธรรม เมื่อผู้นั้นพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนา เวทนาไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน เห็นความเกิดขึ้นและดับไปของธรรม คือ เวทนา แล้วแต่ว่าจะเป็นสุขเวทนามีได้ ทุกขเวทนามีได้ อุเบกขาเวทนามีได้

ตลอดไปหมดถึงจิตตานุปัสสนา และธัมมานุปัสสนา

ถ้าได้ศึกษาโดยละเอียด และได้พิจารณาจริง ๆ ท่านก็ประพาสถูกต้อง และได้ถึงธรรมจริง ๆ

ข้อความต่อไปมีว่า

คำว่า เป็นผู้ที่มีสติ ความว่า เป็นผู้ที่มีสติด้วยเหตุ ๔ ประการ คือ มีสติเจริญสติปัฏฐาน คือ พิจารณาเห็นกายในกาย พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนา พิจารณาเห็นจิตในจิต พิจารณาเห็นธรรมในธรรม



พระอรหันตชีณาสพเหล่านั้นตรัสว่า เป็นผู้ที่มีสติ เพราะฉะนั้น จึงชื่อว่า พระอรหันตชีณาสพเหล่าใดรู้ทั่วถึงบัพพนิพพานนี้ เป็นผู้ที่มีสติ

การที่จะบรรลุธรรมถึงขั้นเป็นพระอรหันตได้ ต้องเป็นผู้ที่มีสติ ไม่ว่าตาเห็น หูได้ยิน จมูกได้กลิ่น ลิ้นลิ้มรส กายกระทบสัมผัส ใจคิดนึกต่าง ๆ ก็ต้องมาจากการเจริญสติจากปุณฺณ ซึ่งเป็นการระลึกรู้สภาพธรรมที่มีจริงถูกต้องแล้วก็รู้ชัด รู้ทั่ว ละคลายความไม่รู้มากขึ้น

ข้อความต่อไปมีว่า

คำว่า มีธรรมอันเห็นแล้ว ดับแล้ว

เวลาที่รู้สภาพธรรมตามความเป็นจริง ก็ย่อมจะละคลายจนกระทั่งกิเลสดับเป็นสมุจเฉทได้ แต่ไม่ใช่หมายความว่าสามารถดับกิเลสกันได้โดยไม่รู้อะไร เพราะเหตุว่าท่านที่พากเพียรจดจ้อง ใช้ความเพียรจ้องที่นามนั้นนามเดียว รูปนั้นรูปเดียว หวังที่จะประจักษ์การเกิดขึ้นและดับไป ท่านไม่ทราบว่าเป็นลักษณะของความต้องการที่รอคอยผล เพราะว่าท่านพากเพียรทุกสิ่งทุกอย่างตามสั่ง ทั้ง ๆ ที่ไม่รู้อะไรทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจตามปกติ ท่านก็เฝ้าแต่รอว่า เมื่อไรญาณจะเกิดขึ้นจะเป็นญาณอะไร อีกสักครูจะเป็นญาณนั้นญาณนี้ นั่นเป็นเรื่องที่เฝ้าแต่รอผล เพราะคิดว่า ท่านสามารถที่จะให้ผลเกิดขึ้นได้โดยไม่รู้ลักษณะของนามรูปตามปกติในชีวิตประจำวัน ข้อความนี้มีว่า

คำว่า มีธรรมอันเห็นแล้ว ดับแล้ว ความว่า มีธรรมอันเห็นแล้ว คือ มีธรรมอันรู้แล้ว มีธรรมอันเทียบเคียงแล้ว มีธรรมอันพิจารณาแล้ว มีธรรมอันแจ่มแจ้งแล้ว มีธรรมอันปรากฏแล้ว มีธรรมอันเห็นแล้ว มีธรรมอันปรากฏแล้วว่า สังขารทั้งปวงไม่เที่ยง สิ่งใดสิ่งหนึ่งมีความเกิดเป็นธรรมดา สิ่งนั้นทั้งมวลล้วนมีความดับไปเป็นธรรมดา

คำว่า ดับแล้ว ความว่า ชื่อว่า ดับแล้ว เพราะเป็นผู้ยังราคะ โทสะ โมหะ ความโกรธ ความผูกโกรธ แล้วก็กิเลสอื่น ๆ อกุศลาสังขารทั้งปวงให้ดับ เพราะฉะนั้น จึงชื่อว่า มีธรรมอันเห็นแล้ว ดับแล้ว





ท่านได้ทรงแสดงพยานะไว้มากทีเดียว สำหรับให้ผู้ที่เจริญสติปัฏฐานได้พิจารณา ได้เทียบเคียงว่า ท่านมีธรรมอันเห็นแล้วจริง ๆ หรือไม่ เพื่อที่จะได้ถึงการดับแล้วจริง ๆ ซึ่งอกุศลและกิเลสทั้งหลาย เพราะความว่ามีธรรมอันเห็นแล้ว คือ มีธรรมอันรู้แล้ว ตา<sup>๑</sup>รู้แล้วหรือยัง สัมผัส<sup>๒</sup>รู้แล้วหรือยัง ได้ยินรู้แล้วหรือยัง เสียง<sup>๓</sup>รู้แล้วหรือยัง ก็ควรจะต้องพิจารณาด้วย ที่ตรัสว่ามีธรรมอันเห็นแล้ว คือ มีธรรมอันรู้แล้ว มีธรรมอันเทียบเคียงแล้ว มีธรรมอันพิจารณาแล้ว มีธรรมอันแจ่มแจ้งแล้ว มีธรรมอันปรากฏแล้ว ไม่ปรากฏก็ไม่ได้ สภาพของนามและรูปที่ไม่ใช่ตัวตน ต้องปรากฏโดยความสมบูรณ์แก่ญาณแต่ละขั้น มีธรรมอันเห็นแล้ว มีธรรมอันปรากฏแล้วว่า สังขารทั้งปวงไม่เที่ยง สิ่งใดสิ่งหนึ่งมีความเกิดเป็นธรรมดา สิ่งนั้นทั้งมวลล้วนมีความดับไปเป็นธรรมดา

คำว่า ดับแล้ว คือ ดับกิเลสแล้ว ความว่า ชื่อว่าดับแล้ว เพราะเป็นผู้ยังราคะ โทสะ โมหะ ความโกรธ ความผูกโกรธ อกุศลลาภสังขารทั้งปวงให้ดับ เพราะฉะนั้นจึงชื่อว่า มีธรรมอันเห็นแล้ว ดับแล้ว

ถ้าไม่เห็นแล้ว ไม่มีทางไหนเลยที่จะดับได้

ในคราวก่อนได้กล่าวถึง **สังยุตตนิกาย สฬายตนวรรค ทุกขธรรมสูตร** ซึ่งเป็นพระสูตรที่กล่าวถึงธรรมที่เป็นทุกข์ ทั้งทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ซึ่งพระผู้มีพระภาคตรัสว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย บุรุษพึงเข้าไปสู่ป่าที่มีหนามมาก ข้างหน้าบุรุษนั้นก็มีหนาม ข้างซ้ายก็มีหนาม ข้างขวาก็มีหนาม ข้างล่างก็มีหนาม ข้างบนก็มีหนาม บุรุษนั้นมีสติ ก้าวไปข้างหน้า ถอยกลับข้างหลัง ด้วยคิดว่า หนามอย่าเบียดเบียนเรา แม้ฉันใด

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ธรรม คือ ปิยรูป และสาตรูปในโลก นี้เรากล่าววว่า เป็นหนามในวินัยแห่งพระอริยเจ้า ฉะนั้น เหมือนกัน

ทั้งทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ มีหนามอยู่รอบ ทางเดียวกันคือ เป็นผู้ที่มีสติ ระลึกรู้ลักษณะของนามและรูปทั้งทางตา ทางหู ทางจมูก ทาง



ลื่น ทางกาย ทางใจ ซึ่งข้อความในทุกขธรรมสูตรนี้ได้กล่าวถึงเรื่องของการสังวรทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ สังวรด้วยสติ ระลึกรู้สภาพธรรมตามความเป็นจริง และในทำนองของสูตรนี้ก็ได้นำแสดงว่า

ภิกษุผู้ประพฤตินี้ ถึงแม้ว่าพระราช ญาติ หรือว่ามีมิตรสหายจะเชื่อเชิญให้ลาสิกขาบท ก็ไม่ใช่ฐานะที่จะมีได้

อุปมาเหมือนกับการทดมน้ำคองคา ซึ่งผู้ที่เจริญสติในเพศใด รู้แจ้งอริยสัจธรรมในเพศใดแล้ว ย่อมไม่หวนกลับ เพราะฉะนั้น การเจริญข้อประพฤตินี้ปฏิบัติ เจริญได้ทั้งฆราวาสและบรรพชิต ซึ่งการเจริญสติปฏิฐานเป็นการละกิเลสถึงอนุสัยกิเลส

เวลานี้ทุกท่านที่กำลังเป็นกุศลจิต ยังไม่หมดอนุสัยกิเลส ยังมีทิฏฐิ สักกายทิฏฐิ การเห็นผิด การยึดถือนามรูปที่กำลังปรากฏในขณะที่หลงลืมสติว่า เป็นสัตว์ เป็นบุคคล ที่กล่าวว่า ยังมีอนุสัยกิเลส ยังมีสักกายทิฏฐิ ยังยึดถือนามรูปว่าเป็นตัวตน เพราะเหตุว่ายังไม่ใช่เป็นพระอรหันต์บุคคล ต้องมีอนุสัยกิเลส แม้ในขณะที่กำลังเป็นกุศลจิต อนุสัยกิเลสก็ยังมีเชื่อถือว่า เมื่อกุศลจิตนั้นดับไปแล้ว ก็เป็นปัจจัยให้อกุศลจิตเกิดได้ แต่การเจริญสติปฏิฐานนั้นเป็นการละถึงอนุสัยกิเลส เป็นเรื่องที่ดีที่จะเริ่มระลึกรู้ลักษณะของนามของรูปตามปกติ ระลึกเนื่อง ๆ ป่อย ๆ ที่ละอย่าง ที่ละลักษณะ แล้วแต่ว่าสติจะระลึกรู้นามใดรูปใด มากน้อยต่างกัน ก็เป็นสติที่ผู้เจริญสติจะรู้ขึ้นว่า การรู้ลักษณะของนามของรูปเพิ่มขึ้นบ้างแล้วหรือยัง ละเอียดยขึ้นแล้วหรือยัง ซึ่งเป็นการละอนุสัย ไม่ใช่เป็นการไม่รู้

เพราะฉะนั้น ผู้ที่เจริญสติเป็นผู้ที่รู้สภาพธรรม ละความสงสัย ละความเห็นผิด ละการที่เคยยึดถือว่า เป็นตัวตน เป็นสัตว์บุคคล ไม่ใช่ไม่รู้อะไร แม้แต่ที่กำลังเห็น เจริญสติกับไม่เจริญสติต่างกันอย่างไรก็ไม่รู้ ถ้าเป็นโดยลักษณะนั้นแล้วก็ไม่ใช่มรรคแนว

ขอกล่าวถึง **อังคุตตรนิกาย จตุกนิบาต วิปัลลัสสูตร** ซึ่งมีข้อความว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย สัญญาวิปัลลัส จิตวิปัลลัส ทิฏฐิวิปัลลัส ๔ ประการนี้ ๔ ประการเป็นไฉน คือ สัญญาวิปัลลัส จิตวิปัลลัส ทิฏฐิวิปัลลัส ในสิ่งที่ไม่เที่ยงว่า



เที่ยง ๑ ในสิ่งที่เป็ทุกขว่าเป็นสุข ๑ ในสิ่งที่ไมใช่ตนว่าเป็นตน ๑ ในสิ่งที่ไมงามว่า  
งาม ๑ สัญญาวิปลาส จิตวิปลาส ทิฏฐิวิปลาส ๔ ประการนี้แล

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย สัญญาไมวิปลาส จิตไมวิปลาส ทิฏฐิไมวิปลาส  
๔ ประการนี้ ๔ ประการเป็นไฉน คือ สัญญาไมวิปลาส จิตไมวิปลาส ทิฏฐิไม  
วิปลาส ในสิ่งที่ไมเที่ยงว่าไมเที่ยง ๑ ในสิ่งที่เป็ทุกขว่าเป็นทุกข ๑ ในสิ่งที่ไมใช่ตน  
ว่าไมใช่ตน ๑ ในสิ่งที่ไมงามว่าไมงาม ๑ สัญญาไมวิปลาส จิตไมวิปลาส ทิฏฐิไม  
วิปลาส ๔ ประการนี้แล

เหล่าสัตว์ผู้ถูกมิจฉาทิฏฐิกำจัด มีจิตฟุ้งซ่าน มีความสำคัญผิด มีความสำคัญ  
ในสิ่งที่ไมเที่ยงว่าเที่ยง สำคัญในสิ่งที่เป็ทุกขว่าเป็นสุข สำคัญในสิ่งที่ไมใช่ตนว่าเป็น  
ตน และสำคัญในสิ่งที่ไมงามว่างาม

สัตว์ คือ ชนเหล่านั้น ชื่อว่าประกอบแล้วในเครื่องประกอบของมาร ไม่เป็นผู้  
เกษมจากโยคะ มีปกติไปสู่ชาติและมรณะ ย่อมไปสู่สังสาระ ก็ในกาลใดพระพุทธเจ้า  
ทั้งหลาย ผู้กระทำแสงสว่างบังเกิดขึ้นในโลก พระพุทธเจ้าเหล่านั้น ย่อมประกาศ  
ธรรมนี้เป็นเครื่องให้สัตว์ถึงความสงบทุกข

ชนเหล่านั้นผู้มีปัญญา ฟังธรรมของพระพุทธเจ้าเหล่านั้นแล้ว ได้จิตของตน  
ได้เห็นสิ่งไมเที่ยงโดยความเป็นของไมเที่ยง ได้เห็นทุกขโดยความเป็นทุกข ได้เห็นใน  
สิ่งที่ไมใช่ตนว่าไมใช่ตน ได้เห็นสิ่งที่ไมงามโดยความเป็นของไมงาม สมาทาน  
สัมมาทิฏฐิ จึงลวงทุกขทั้งปวงได้





๑๒๕



ส. การที่จะเป็นพระอรหันต์หรือเป็นพระอริยบุคคลได้นั้น ต้องเป็นผู้ที่รู้ชัดในสภาพธรรม ซึ่งเป็นโลกในวินัยของพระอริยเจ้า โลกในวินัยของพระอริยเจ้ารู้ชัดทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ

ถ. เท่าที่กระผมฟังมา ท่านอาจารย์ทั้งหลายที่สอนปรมาัตถธรรมต่าง ๆ ท่านบอกว่า การเรียนรู้ปรมาัตถนี้เป็นสิ่งที่จำเป็น เพื่อเวลาปฏิบัติจะได้ตรงกันกับที่เรียนมาเรียนมาอย่างไร เวลาปฏิบัติก็จะรู้ตามที่เรียนมา ไม่ว่าจะเป็นนาม ไม่ว่ารูป ท่านก็บัญญัติลักษณะไว้ทั้งนั้น รูปแต่ละรูปก็มีลักษณะ นามแต่ละนามก็มีลักษณะ ท่านบัญญัติไว้หมด

ที่อาจารย์กล่าวถึงรูปนั้ง เรื่องนี้ผมเคยสอบถามบางท่านที่บรรยายว่า การที่จะรู้รูปนั้งนี้ควรจะรู้อะไร รู้ลักษณะอะไรของรูป ท่านก็กล่าวว่า รู้วิธีการรูป ผมก็ถามท่านอาจารย์ท่านนั้นว่า วิธีการรูปนี้เป็นสุขุมรูป แล้วจะไปรู้ได้อย่างไร ท่านก็บอกว่า อากาหรที่นั้งอยู่เดี๋ยวนี้ไม่รู้หรือ ผมก็บอกว่า รู้ รู้ว่านั้ง ผมจำ ไม่ใช่รู้จริง ๆ จำเอาไว้ว่าอย่างนี้

ต่อมาผมก็ถามใหม่ว่า รูปนั้งจริง ๆ อาจารย์จะให้รู้อะไร หนัก ๆ เข้าท่านบอกว่า ไม่ต้องรู้อะไรเลย เมื่อไม่ต้องรู้อะไรเลย ผมก็บอกว่าผมเรียนมามากมาย แล้วจะไม่ให้รู้อะไรเลยแล้วเรียนมาทำไม มีประโยชน์อะไร

อาจารย์ท่านนั้นก็กล่าวว่า การศึกษาปริยัติกับการปฏิบัติไม่เหมือนกัน อ้าว! ไม่เหมือนกัน แล้วให้ผมเรียนปริยัติทำไม ก็ไม่ต้องเรียน การปฏิบัติไม่ต้องรู้ปริยัติก็ปฏิบัติได้

นี่เป็นความอึดอัดใจของผมที่ได้รับฟังมาอย่างนั้น ต่อมาผมก็ได้ฟังจากท่านอาจารย์สุจินต์ที่บรรยายถึงลักษณะต่าง ๆ เข้าใจไปที่ละเอียดที่ละน้อย จนกระทั่งในที่สุดกระผมก็ตัดสินใจว่า เรื่องที่จะปฏิบัติ ถ้าไม่รู้ลักษณะแล้ว เป็นอันไม่รู้เรื่องกัน ปฏิบัติไม่ถูกหรอก อย่างลมหายใจ ผมก็ฟังท่านบรรยายทางวิฑู ลมหายใจ การทำฌาน ลมหายใจก็รู้แต่ลมเท่านั้น ทีนี้พอมาปฏิบัติเป็นวิปัสสนารู้อะไร ท่านก็บอกว่า



รู้ถูก ถูกก็หมายถึงกระทบนั่นเอง รู้กระทบนี้หมายความว่าความถึงรู้เย็น รู้ร้อน หรือรู้อ่อน รู้แข็ง นี่ก็เป็นกายานุปัสสนา ปรากฏออกมาชัดแล้ว ก็รู้สิ่งที่ปรากฏนั่นเอง ถ้าอย่างนี้ก็รู้ลักษณะ ไม่ได้บอกว่า ไม่ต้องรู้อะไร ต้องรู้ลักษณะ

เท่าที่กระทบได้รับฟังมา รวมทั้งจากท่านอาจารย์ด้วย แล้วมาเทียบเคียงอย่างที่ท่านอาจารย์เคยแนะนำให้เทียบเคียงกันว่า อะไรถูก อะไรไม่ถูก ก็เทียบเคียงกันดู เพราะพระพุทธรูปของท่านว่าไว้อย่างนี้

ส. ขอบขอบคุณ ซึ่งก็เป็นการตอบที่ชัดเจนอยู่ในตัวแล้ว

ขอกล่าวถึงอีกสูตรหนึ่ง คือ ใน **อังคุตตรนิกาย จตุกนิบาต วิสาขสูตร** ท่านอาจจะคิดว่าในพระสูตรนี้ไม่มีข้อความอะไร แต่ถ้าไม่มีประโยชน์แล้วก็คงไม่ทรงแสดงไว้เป็นแน่ ข้อความใน **วิสาขสูตร** มีว่า

สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ พระวิหารเชตวัน อารามของท่านอนาถบิณฑิกเศรษฐี ใกล้พระนครสาวัตถี ก็โดยสมัยนั้นแล ท่านวิสาขปัญจาโรบุตรได้ชี้แจงภิกษุทั้งหลายในอุปัฏฐานศาลา ให้เห็นแจ้ง ให้สมาทาน ให้आจหาญ ให้ร่าเริง ด้วยธัมมิกถาอันเป็นวาจาของชาวเมือง สละสลวยปราศจากโทษ ให้เข้าใจความได้แจ่มแจ้ง นับเนื่องในนิพพาน ไม่อิงวัฏฏะ

ครั้งนั้นแล พระผู้มีพระภาคทรงออกจากที่เรือนในสายันตสมัย เสด็จไปยังอุปัฏฐานศาลา แล้วประทับนั่งบนอาสนะที่ปูลาดไว้ ครั้นแล้วตรัสถามภิกษุทั้งหลายว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ใครหนอชี้แจงภิกษุทั้งหลายในอุปัฏฐานศาลา ให้เห็นแจ้ง ให้สมาทาน ให้आจหาญ ให้ร่าเริงด้วยธัมมิกถา อันเป็นวาจาของชาวเมือง สละสลวย ปราศจากโทษ ให้เข้าใจความได้แจ่มแจ้ง นับเนื่องในนิพพาน ไม่อิงวัฏฏะ ภิกษุทั้งหลายกราบทูลว่า

ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ท่านวิสาขปัญจาโรบุตรชี้แจงภิกษุทั้งหลายในอุปัฏฐานศาลา ให้เห็นแจ้ง ให้สมาทาน ให้आจหาญ ให้ร่าเริงด้วยธัมมิกถา อันเป็นวาจาของชาวเมือง สละสลวย ปราศจากโทษ ให้เข้าใจความได้แจ่มแจ้ง นับเนื่องในนิพพาน ไม่อิงวัฏฏะ



ครั้งนั้นแล พระผู้มีพระภาคได้ตรัสกะท่านวิสาขปัญจาลิบุตรว่า

คิลละ คิลละ วิสาขะ เป็นการดีแล้ว วิสาขะที่เธอชี้แจงภิกษุทั้งหลายให้เห็นแจ้ง ให้สมาทาน ให้อาจหาญ ให้ร่าเริงด้วยธัมมิกถา อันเป็นวาจาของชาวเมือง สละสลวย ปราศจากโทษ ให้เข้าใจความได้แจ่มแจ้ง นับเนื่องในนิพพาน ไม่อิงวัฏฏะ

คนที่ไม่พูด ชนทั้งหลายย่อมรู้ไม่ได้ว่า เป็นพาลหรือบัณฑิต ส่วนคนที่พูด ชนทั้งหลายย่อมรู้ว่า เป็นผู้แสดงอมตบท บุคคลพึงยังธรรมให้สว่างแจ่มแจ้ง พึงยกย่อง ธงของฤๅษีทั้งหลาย ฤๅษีทั้งหลายมีสุภาสิตเป็นธง เพราะว่าธรรมเป็นธงของพวกฤๅษี

ทำไมพระผู้มีพระภาคทรงอนุโมทนาท่านวิสาขปัญจาลิบุตร ถ้าการเจริญสติปัฏฐานไม่ใช่เรื่องชีวิตปกติประจำวัน แต่เพราะเหตุว่าการเจริญสติปัฏฐานนั้นเป็นการรู้สภาพธรรมที่เป็นปกติในชีวิตประจำวัน รู้ชัดขึ้น ทัวขึ้น ไม่มีความเคลือบแคลงสงสัย ในลักษณะของนามธรรมของรูปธรรมใด ๆ ที่กำลังปรากฏ ที่สติระลึกรู้ในขณะนั้น เป็นชีวิตปกติธรรมดา

ท่านวิสาขปัญจาลิบุตรได้ชี้แจงภิกษุทั้งหลายในอุปัฏฐานศาลา ให้เห็นแจ้ง ให้สมาทาน ให้อาจหาญ ให้ร่าเริงด้วยธัมมิกถา แสดงแล้วเศร้าสร้อยเป็นทุกข์กันหรือไม่ ให้เห็นทุกข์ ก็เลยนั่งซึ้งเป็นทุกข์กัน หรือให้อาจหาญ ให้ร่าเริงด้วยธัมมิกถา ใครเป็นอย่างไร สะสมมาอย่างไรที่สุขเวทนาจะเกิดก็เกิด สติก็ระลึกรู้ได้ ไม่ใช่ไปข่มไว้ให้ทุกข์ ให้โศก ให้เศร้าสร้อยกลายเป็นอีกคนหนึ่ง หม่นหมองตรอมตรม แล้วก็เลยไม่รู้สภาพธรรมตามความเป็นจริง แต่ว่าในธรรมวินัยนี้ไม่มีเลยที่จะให้เป็นอย่างนั้น

ที่ว่าให้อาจหาญ ให้ร่าเริงในกุศลธรรม เพราะเหตุว่าธรรมที่พระผู้มีพระภาคได้ทรงแสดงแล้วเป็นสภาพธรรมที่มีจริงทุกขณะ พิสูจน์ได้เมื่อมีของจริง แล้วแสดงเรื่องความจริงให้พิสูจน์ได้ มีหนทางที่จะพิสูจน์ได้ จะรู้สึกอาจหาญร่าเริงไหม ไม่ต้องท้อถอยว่า ภัยในวัฏฏะนี้จะพ้นได้อย่างไร เพราะเหตุว่าเป็นของที่มีปรากฏอยู่ทุก ๆ ขณะที่ให้สติระลึกรู้ แล้วก็รู้ชัดตามปกติตามความเป็นจริง เมื่อมีของจริง มีหนทางที่จริง ที่จะทำให้รู้แจ้งได้จริง ละความไม่รู้ได้จริง ผู้ฟังก็ย่อมอาจหาญ ร่าเริง จะถึงวันไหน ก็แล้วแต่สติจะระลึกรู้สภาพธรรมเพิ่มขึ้น มากขึ้น ชัดขึ้น



ถ. ผมไม่เข้าใจว่า วิการูปนี้หมายถึงอะไร และมีความหมายอย่างไร กว้างขวาง หรือว่าแคบอย่างไร

สุ. วิการูปเป็นรูปที่รู้ยาก เพราะเหตุว่าเป็นลักษณะอาการของมหาภูตรูป มีธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม ธาตุดินก็มีลักษณะที่อ่อนหรือแข็ง ธาตุไฟก็เย็นหรือร้อน ธาตุน้ำก็ไหลหรือเกาะกุม ธาตุลมก็ตั้งหรือไหว แต่ว่าวิการูปเป็นลักษณะที่เบาลักษณะหนึ่ง ลักษณะที่อ่อนลักษณะหนึ่ง ลักษณะที่ควรแก่การงานลักษณะหนึ่ง ซึ่งเป็นลักษณะพิเศษของมหาภูตรูป

เพราะฉะนั้น จะกล่าวว่าไม่มีก็ได้ แต่เป็นลักษณะพิเศษของมหาภูตรูปนั่นเอง อย่างพวกโต๊ะ พวกเก้าอี้ อ่อน แข็ง เย็น ร้อน เกาะกุม ตั้ง ไหว มหาภูตรูป ๔ นี้ไม่ได้แยกกันเลย แต่ไม่มีวิการูป

เมื่อยังไม่สิ้นชีวิต รูปของบุคคลสัตว์ทั้งหลายก็ต้องต่างกับรูปของวัตถุสิ่งของที่ต่างกันคือ ต่างด้วยวิการูปที่เกิดเพราะจิตบ้าง เพราะอุตุบ้าง เพราะอาหารบ้าง เป็น ๓ สมุฏฐาน

ถ้าขณะใดสัตว์ระลึกถึงลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏ รู้ลักษณะที่ไม่ใช่ตัวตน รู้ลักษณะที่เป็นสภาพรู้ เป็นนามธรรมถูกต้อง รู้ลักษณะที่เป็นสภาพของรูปธรรมถูกต้อง ในขณะนั้นเป็นสติปัฏฐานทั้งสิ้น

**สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค วิรทสูตร** มีข้อความว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย สติปัฏฐาน ๔ อันบุคคลเหล่าใดเหล่าหนึ่งไม่ปรารภแล้ว บุคคลเหล่านั้นชื่อว่า ไม่ปรารภอริยมรรคอันประกอบด้วยองค์ ๘ ที่ยังสัตว์ให้ถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบ สติปัฏฐาน ๔ อันบุคคลเหล่าใดเหล่าหนึ่งปรารภแล้ว บุคคลเหล่านั้นชื่อว่า ปรารภอริยมรรคอันประกอบด้วยองค์ ๘ ที่ยังสัตว์ให้ถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบ สติปัฏฐาน ๔ เป็นไฉน ก็ได้แก่ กาย เวทนา จิต ธรรม

ในสูตรนี้ ไม่ได้กล่าวถึงสถานที่ และไม่ได้กล่าวให้เจริญเพียงสติปัฏฐานเดียว แต่ทรงแสดงว่า





ดูกร ภิกษุทั้งหลาย สติปัฏฐาน ๔ อันบุคคลเหล่าใดเหล่าหนึ่งไม่ปรารภแล้ว บุคคลเหล่านั้นชื่อว่า ไม่ปรารภอริยมรรคประกอบด้วยองค์ ๘ ที่ยังสัตว์ให้ถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบ

โดยนัยตรงกันข้าม สติปัฏฐาน ๔ อันบุคคลเหล่าใดเหล่าหนึ่งปรารภแล้ว บุคคลเหล่านั้นชื่อว่า ปรารภอริยมรรคอันประกอบด้วยองค์ ๘ ที่ยังสัตว์ให้ถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบ

เพราะฉะนั้น ก็แล้วแต่จะระลึกที่กาย หรือว่าเวทนา หรือว่าจิต หรือว่าธรรม ในสถานที่ใด เป็นสติปัฏฐานทั้งสิ้น ถ้าในขณะนั้นท่านรู้ว่าเป็นลักษณะของนามธรรม หรือว่าเป็นลักษณะของรูปธรรม จะกล่าวว่าในขณะนั้นไม่ใช่การเจริญอริยมรรคมีองค์ ๘ ไม่ได้ และไม่มีใครทราบว่าจะสิ้นชีวิตลงเมื่อใด ไม่มีใครรู้ได้จริง ๆ เลย เพราะฉะนั้น คงจะไม่ลืมพระปัจฉิมโอวาทใน **ทีฆนิกาย มหาวรรค มหาปรินิพพานสูตร** ซึ่งมีข้อความว่า

ลำดับนั้น พระผู้มีพระภาครับสั่งกับภิกษุทั้งหลายว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย บัดนี้เราขอเตือนพวกเธอว่า สังขารทั้งหลายมีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา พวกเธอจงยังความไม่ประมาทให้ถึงพร้อมเถิด

สังขารทั้งหลายมีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา ไม่ได้เว้นขณะไหนเลย ควรที่สติจะระลึก รู้ลักษณะของสังขารที่กำลังปรากฏแล้วก็ดับไป จึงจะชื่อว่า เป็นผู้ไม่ประมาท และก็เป็นผู้ที่เจริญสติปัฏฐาน เจริญอริยมรรคมีองค์ ๘

เรื่องของการเจริญสติ เป็นการทำให้ปัญญาชัดในลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏ ปัญญาที่ชัดพร้อมกับสติ เมื่อสมบูรณ์เป็นขั้นแล้ว ชื่อว่าวิปัสสนา แต่ไม่ใช่ว่าจะเป็นวิปัสสนาญาณได้โดยไม่เจริญสติ อย่าเข้าใจผิดคิดว่า จะทำวิปัสสนา ถ้าใช้คำว่า จะทำวิปัสสนา จะไม่มีการเจริญสติปัฏฐานเป็นปกติ ไม่มีโอกาสที่สติจะระลึก รู้ตามปกติในชีวิตของท่านว่า ขณะนั้น ลักษณะที่ปรากฏนั้นเป็นแต่เพียงนามธรรมหรือเป็นแต่เพียงรูปธรรม เพราะเหตุว่าท่านมีตัวตนที่คิดว่า จะทำวิปัสสนา ถ้าท่านคิดว่า ท่านจะทำวิปัสสนา ท่านมุ่ง ท่านจดจ้อง ท่านทำอะไรผิดปกติบ้างไหม หรือว่าท่าน



เป็นปกติ แล้วสติก็จะรู้รู้นามรูปที่เกิดปรากฏเพราะเหตุปัจจัยที่ได้สะสมมาตามความเป็นจริง ขณะที่สติรู้รู้สภาพธรรมที่ปรากฏเป็นปกติ เป็นสัมมาสติ ไม่มีสิ่งใดบังลักษณะของสภาพธรรมในขณะนั้นให้คลาดเคลื่อน

แต่ถ้าท่านคิดว่า ท่านจะทำ ผิดปกติ หรือว่าเป็นปกติ เพราะเหตุว่าถ้าท่านเป็นผู้ที่มีปกติเจริญสติแล้ว ในขณะที่คิดว่าจะทำ สติก็จะรู้ได้ว่า ขณะนั้นก็เป็นการนามธรรมชนิดหนึ่งที่คิด แล้วสติก็จะรู้รู้ลักษณะของนามอื่นรูปอื่นต่อไปเป็นปกติ เป็นผู้ที่มีปกติรู้รู้ลักษณะของนามของรูป

ถ. อารมณ์ของการเจริญสติกับอารมณ์ของวิปัสสนา ใช้อารมณ์ปัจจุบันอย่างเดียวกันใช่ไหม

สุ. ปัจจุบันหมายความว่าอะไร เห็นในขณะนี้ ได้ยินในขณะนี้ คิดนึกในขณะนี้ สุข ทุกข์ในขณะนี้ เป็นสภาพธรรมที่เกิดปรากฏที่สติรู้ได้ เพราะเหตุว่าสภาพธรรมทั้งหลายเป็นอนัตตา เกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัย ไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่สัตว์บุคคล

ได้รับทราบจากท่านผู้ฟังว่า การเจริญสติปัฏฐานยาก เพราะเหตุว่าเป็นการที่สติจะค่อย ๆ เริ่มรู้รู้ลักษณะของนามและรูปที่ปรากฏเป็นปกติในชีวิตประจำวัน ซึ่งปกติแล้วเป็นผู้ที่หลงลืมสติ เพราะฉะนั้น พอเริ่มที่จะรู้รู้ลักษณะของนามของรูปตามปกติที่สติสามารถที่จะเกิดรู้รู้แม้เพียงชั่วขณะหนึ่ง ขณะนั้นก็เป็นการปฏิบัติปัฏฐานแล้ว เพราะเหตุว่ารู้ในลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏ แต่ว่าที่ละเอียดที่ละน้อย ๆ ท่านก็กล่าวว่ายากเหลือเกิน

การเจริญสติปัฏฐานเป็นปกติในชีวิตประจำวัน ดูเหมือนกับว่าจะเป็นสิ่งที่สุดวิสัย เป็นไปไม่ได้ ก็คงจะเหมือนกับคำอุปมาที่ว่า มีเขาสูง แล้วคนที่ขึ้นไปถึงยอดเขาก็สามารถจะเห็นสิ่งต่าง ๆ ที่อยู่ข้างล่างได้ แต่คนที่อยู่ข้างล่างไม่มีโอกาสที่จะเห็นสิ่งต่าง ๆ เหมือนอย่างคนที่ขึ้นไปอยู่บนยอดเขา และถ้าทำถอยคิดว่ารู้ไม่ได้ เจริญไม่ได้ การเจริญสติปัฏฐานเป็นปกติในชีวิตประจำวันนั้นยากมาก ถ้าคิดอย่างนี้ ก็เหมือนกับว่า ท่านไม่พยายามที่จะขึ้นไปสู่ยอดเขา ซึ่งบุคคลอื่นขึ้นได้



เพราะเหตุใดบุคคลอื่นจึงขึ้นได้ แต่ท่านขึ้นไม่ได้ ก็เป็นเพราะเหตุว่า ท่านคิดว่าการเจริญสติปัฏฐานในชีวิตประจำวันนั้นเป็นสิ่งที่เป็นไปได้ นี่ขึ้นหนึ่ง หรือท่านคิดว่า คงจะเป็นไปได้แต่ว่ายาก จะยากเท่าไรก็ตาม ถ้าท่านเข้าใจถูกต้อง และเริ่มเจริญสติเป็นปกติทีละเล็กทีละน้อย ระลึกรู้ลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏ ไม่มีเยื่อใยกับสิ่งที่หมดไปแล้ว เพราะเหตุว่าสิ่งที่กำลังปรากฏกำลังเป็นปัจจุบัน เป็นของจริง มีการเกิดขึ้นและดับไป ตามมหาสติปัฏฐานที่ได้ฟังมาตั้งแต่ต้น

กายานุปัสสนาสติปัฏฐานก็ดี เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐานก็ดี จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานก็ดี ล้วนเป็นสภาพธรรมที่เกิดขึ้นแล้วก็ดับไป โภกมุลจิต สราคจิตในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน เกิดขึ้นแล้วก็ดับไป ประจักษ์ความจริงข้อนี้หรือยัง

ไม่ว่าธรรมใด ๆ ทั้งนั้นที่มีกล่าวไว้ว่า สังขารธรรมทั้งหลายไม่เที่ยง เกิดขึ้นแล้วก็ดับไป ประจักษ์ความจริงของสังขารธรรมหรือยัง ท่านไม่ได้ทรงแสดงธรรมเรื่องอื่นเลย นอกจากเรื่องชีวิตปกติประจำวัน





๑๒๖



ส. กายไม่เที่ยง เวทนาไม่ว่าจะเป็นสุขเวทนา หรือว่าทุกข์เวทนา หรือว่า อุเบกขาเวทนา ก็ไม่เที่ยง จิต แม้ว่าจะเป็นโลกมุลจิตก็ไม่เที่ยง เกิดขึ้นแล้วก็ดับไป ประจักษ์แล้วหรือยังว่าไม่เที่ยง เข้าใจธรรมว่า สังขารธรรมทั้งหลายไม่เที่ยง สังขารธรรม ได้แก่ จิตปรมัตถ์ เจตสิกปรมัตถ์ รูปปรมัตถ์ แต่ว่าประจักษ์ความไม่เที่ยงของ สังขารธรรมหรือยัง และวิธีที่จะประจักษ์ทำอย่างไร หรือว่าไม่มีวิธี ถ้าไม่มีวิธีก็ไม่มีทาง ประจักษ์ หรือว่าถ้าเจริญไม่ถูกวิธี ก็ไม่ประจักษ์ว่าสังขารธรรมทั้งหลายไม่เที่ยง เหมือนกัน

อย่างโลกมุลจิต หรือสราคจิตก็ไม่เที่ยง ทำอย่างไรจึงจะได้ประจักษ์สภาพของ โลกมุลจิตว่าไม่เที่ยง เวลาที่จิตเป็นโลภะ ระลึกในขณะนั้นว่า เป็นนามธรรมชนิดหนึ่ง ไม่ใช่ไม่ระลึกเลย และก็หวังที่จะไปรู้จิตที่สงบ ไปสร้างจิตที่สงบขึ้นเพื่อที่จะรู้ความไม่เที่ยง นั้นไม่เข้าใจอนุสัยกิเลสซึ่งมีอยู่ในจิตอย่างละเอียด ถ้าตราบใดที่ยังไม่รู้ลักษณะ ของนามธรรมรูปธรรมจนทั่ว ชัดเจน ถูกต้อง ชินขึ้น ละคลายมากขึ้นแล้ว ก็ไม่มีทางที่จะไปดับความเห็นผิดที่เคยยึดถือนามรูปว่าเป็นตัวตน ไม่มีหนทางที่จะไปประจักษ์ สภาพความไม่เที่ยง ความไม่ใช่ตัวตนของนามของรูปได้เลย

เพราะฉะนั้น เมื่อโลกมุลจิตเป็นสราคจิต เป็นจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน วัน หนึ่ง ๆ ระลึกรู้บ้างหรือไม่ มีโลภะกันคนละมาก ๆ ไม่ใช่บ่อยเลย แต่ถ้าสติไม่ระลึก รู้ตามปกติในสภาพของนามธรรมว่าเป็นนามธรรม ก็ไม่มีหนทางที่จะไปประจักษ์ได้ว่า ที่ทรงแสดงไว้ว่า โลกมุลจิตไม่เที่ยงนั้นจริง แต่ผู้ที่จะประจักษ์ได้ต้องเป็นผู้ที่มีปกติ เจริญสติ แม้แต่โลกมุลจิตที่มีเป็นปกติทางตาบ้าง ทางหูบ้าง ทางจมูกบ้าง ทางลิ้น บ้าง ทางกายบ้าง ทางใจบ้าง ในขณะใดเกิดขึ้นปรากฏ สติก็ระลึกรู้ลักษณะสภาพ ของโลกมุลจิต สราคจิตในขณะนั้นบ่อย ๆ จนกว่าจะชิน จนกว่าจะรู้ทั่ว จนกว่าจะละ คลาย และจะประจักษ์ความเกิดขึ้น และดับไปของโลกมุลจิตได้



แต่เวลานี้ที่ไม่สามารถประจักษ์ได้ เพราะไม่ว่าสติจะระลึกถึงลักษณะของนามใด ของรูปใดก็เป็นชั่วขณะนิดเดียว ตัวตนเยื่อใยก็เข้าไปแทรกอีกแล้ว เพราะเหตุว่าไม่รู้ ลักษณะของนามและรูปจนทั่ว ก็ยังไม่สามารถละคลายได้ เมื่อไม่สามารถละคลายได้ ก็ไม่สามารถประจักษ์สภาพธรรมตามความเป็นจริงได้

สำหรับโลกมุขจิต คงจะทราบโดยชั้นปริยัติว่ามีมาก ทำไมโลกมุขจิตนี้ช่างเกิด เร็ว และก็มีมากมายเสียจริง ๆ ทำไมสติไม่ค่อยจะเกิดเลย นี่เป็นชีวิตจริง ๆ และก็มี เหตุมีปัจจัย เพราะเหตุว่า ทันทิที่เห็น ได้ยิน มีเชื้อของโลกมุขจิตที่สะสม ขณะใดที่ หลงลืมสติ ก็ย่อมจะเป็นอกุศล โลกมุขจิตบ้าง โทสมุขจิตบ้าง โมหมุขจิตบ้าง ถ้าใน ขณะนั้นไม่เป็นไปในทาน ไม่เป็นไปในศีล ไม่เป็นไปในภาวนา จิตก็ต้องเป็นไปใน อกุศล คือ โลกมุขบ้าง โทสมุขบ้าง โมหมุขบ้าง เพราะมีเชื้ออยู่เต็ม แต่ที่สติเกิดซำๆ เพราะเหตุว่า ไม่ชำนาญ ไม่ได้สะสมมากพอ

ทันทิที่เห็น ก็เป็นโลกมุขจิตเสียแล้ว โทสมุขจิตเสียแล้ว โมหมุขจิตเสียแล้ว นาน ๆ ครั้งหนึ่งสติก็จะระลึกได้ว่า สภาพที่กำลังปรากฏนั้นเป็นนามธรรม หรือว่าเป็น รูปธรรม ที่เป็นอย่างนี้ก็เพราะความชำนาญของอกุศลมีมากกว่า คือ สะสมมาก ในโลภะ ในโทสะ ในโมหะ เมื่อมีเหตุปัจจัยที่จะให้โลภะ โทสะ โมหะเกิด โลภะ โทสะ โมหะก็เกิด

ผู้ที่เจริญสติจะต้องเป็นผู้ที่เจริญสติเนื่อง ๆ บ่อย ๆ จนกระทั่งชำนาญ ไม่ใช่ว่า นิด ๆ หน่อย ๆ แต่ต้องเจริญบ่อย ๆ เนื่อง ๆ รู้ลักษณะของนามของรูปมากขึ้น ชื่นขึ้น ชำนาญขึ้น ไวขึ้นพอที่ว่า ไม่ว่าจะ เป็นโลกมุขจิตเกิดแล้วปรากฏ สติก็สามารถที่จะเกิด ระลึกถึงในลักษณะของโลกมุขจิตที่ปรากฏในขณะนั้นได้ว่า เป็นนามธรรมชนิดหนึ่ง หรือเวลาที่โทสมุขจิตเกิด สติที่เจริญอบรมเนื่อง ๆ บ่อย ๆ จนกระทั่งมีความชำนาญก็สามารถระลึกถึงลักษณะของโทสมุขจิตที่กำลังปรากฏในขณะนั้นได้

เพราะฉะนั้น ความชำนาญเป็นสิ่งที่สำคัญมาก ที่จะต้องเจริญเนื่อง ๆ บ่อย ๆ จนกระทั่งชินกับลักษณะของนามธรรมและรูปธรรมทั้งทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ถ้าขาดความชำนาญในการเจริญสติ ทางฝ่ายอกุศลก็ยังคงมีความ



ชำนาญอยู่ ถ้าท่านฟังคาถาของพระเถระ ท่านจะรู้ได้จริง ๆ ว่า ท่านเป็นผู้ที่เจริญสติมาแล้ว มีความชำนาญเพียงไร อย่างใน **ขุททกนิกาย รัฐपालเถรคาถา** ที่มีข้อความว่า

เชิญดูอรรถภาพอันธรรมดาตบแต่งให้วิจิตร มีกายเป็นแผล อันกระดูก ๓๐๐  
ท่อนยกขึ้นแล้ว กระสับกระส่าย

ถ้าเป็นผู้ที่ไม่เคยเจริญสติจะรู้ได้ไหมว่า ใจกระสับกระส่ายด้วยโลภะบ้าง ด้วยโทสะบ้าง ด้วยโมหะบ้าง มากมายสักเพียงใดในวันหนึ่ง ๆ เพราะฉะนั้น ต้องเป็นผู้ที่เจริญสติเป็นปกติจึงสามารถที่จะประจักษ์ด้วยตัวของผู้เจริญสติเองว่า มีโลภะมาก มีโทสะมาก มีโมหะมาก และจิตใจก็กระสับกระส่ายอยู่เสมอด้วยโลภะ ด้วยโทสะ ด้วยโมหะ

เพราะฉะนั้น ถ้าท่านเจริญสติเป็นปกติ ระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมตามปกติ ท่านก็จะยังมีความรู้ชัดในลักษณะของนามและรูปทั่วขึ้นมากขึ้น มีการละคลายมากขึ้น เพราะรู้ว่าเป็นแต่เพียงนามธรรมและรูปธรรมเท่านั้นเอง

เรื่องของจิตตานุปัสสนา คือ สราคจิต ได้แก่ จิตที่เป็นโลกมุลจิต มีความยินดี มีความพอใจ มีความต้องการในอารมณ์ที่ปรากฏ ข้อสำคัญคือ ถึงแม้ว่าจะเป็นจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ก็จะต้องฟังด้วยความแยบคาย ด้วยความเข้าใจที่ถูกต้อง ไม่ใช่เมื่อฟังเรื่องของการเจริญจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานแล้ว ก็เกิดความต้องการขึ้นมาอีกแล้ว ต้องการที่จะเจาะจงรู้ลักษณะของโลกมุลจิต บางท่านอาจจะเป็นอย่างนั้น ถ้าท่านไม่มีความแยบคายในการฟัง เพราะความต้องการอย่างละเอียดคอยติดตาม คอยกระซิบ คอยแทรกอยู่เรื่อย ๆ ตราบใดที่ท่านยังไม่รู้เรื่องของการเจริญสติปัฏฐานอย่างถูกต้อง อย่างโลกมุลจิต ก็เป็นจิตที่มีเป็นปกติประจำวัน และก็มีมากด้วย

ถ้าจะระลึกในขณะที่กำลังเดินไปเพื่อต้องการสิ่งหนึ่งสิ่งใด เป็นจิตประเภทไหน ขณะนั้นกำลังเดินไปเพราะความต้องการสิ่งหนึ่งสิ่งใดตามปกติ เกิดระลึกถึงสภาพของจิตได้ จิตในขณะนั้นจะเป็นจิตประเภทไหน เป็นความต้องการไหม ก็เป็นโลกมุลจิต เป็นสราคจิต



การเจริญสติปัฏฐานนั้นละอภิชฌา และโทมนัส ไม่ใช่ส่งเสริมให้ท่านมีความต้องการ หรือให้ความอยากจะรู้มันรู้นี่ แต่ให้สติระลึกรู้ลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏ แล้วแต่สติ สติจะระลึกรู้ลักษณะของกายก็ได้ ของเวทนาก็ได้ ของจิตประเภทใด ๆ ก็ได้ ไม่ต้องเลือก ไม่ต้องเจาะจงว่าจะต้องเป็นประเภทนั้นประเภทนี้ แต่ของธรรมใด ๆ ก็ได้ ที่เป็นของจริงที่กำลังปรากฏในขณะนั้น ระลึกรู้ลักษณะของนามและรูปเพิ่มขึ้นมากขึ้น และระลึกทันที รู้ลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏทันที ส่วนการที่จะรู้มาก ละคลายได้ ก็ต้องแล้วแต่ว่าสติระลึกรู้ได้บ่อย ๆ เนือง ๆ มากแค่ไหน

บางท่านอาจจะสงสัยว่า การเจริญสติละอภิชฌา และโทมนัส เพราะฉะนั้น ก็คิดว่าในขณะที่ท่านเจริญสติโลภะย่อมไม่เกิด โลภะเกิดแล้วใครยับยั้งได้ไหม ยับยั้งไม่ได้ สติระลึกรู้ว่าเป็นนามธรรมชนิดหนึ่ง ในขณะที่สติระลึกรู้ลักษณะของโลภะ สติปัฏฐานเป็นการเจริญมรรคมีองค์ ๘ ไม่ใช่เป็นอกุศล ต้องแยกกัน แต่โลภะมูลจิตที่เกิดขึ้นในขณะนั้นเป็นอารมณ์ของสติ เป็นอารมณ์ของมรรคมีองค์ ๘ ได้

ในขณะที่สติระลึกรู้ สภาพที่ระลึกรู้เป็นโสภณ เป็นกุศล แต่ระลึกรู้ในสิ่งที่ เป็นอกุศล เช่น โลภะที่กำลังปรากฏในขณะนั้นได้ เพราะฉะนั้น การละอภิชฌา และโทมนัส คือ การไม่เลือกอารมณ์ที่กำลังปรากฏ ไม่ใช่ไปกั้นสติไม่ให้รู้มันไม่ให้รู้ด้วย อภิชฌาและโทมนัส สติจะระลึกรู้ลักษณะของนามใดรูปใดก็ได้ ไม่มีอภิชฌาโทมนัสในอารมณ์ที่กำลังปรากฏ ถึงแม้ว่าจะเป็นโลภะมูลจิต สติก็ระลึกรู้ได้ บางท่านก็อาจจะคิดถึงอริยสัจ ๔ คือ

๑. ทุกขอริยสัจจะ เป็นสิ่งที่ควรพิจารณา รู้ กำหนดรู้
๒. สมุทัยอริยสัจจะ ได้แก่ต้นเหตุ หรือโลภะซึ่งเป็นสิ่งที่ควรละ
๓. นิโรธสัจจะ ได้แก่นิพพาน ซึ่งเป็นสิ่งที่ควรทำให้แจ้ง
๔. นิโรธคามินีปฏิปทา เป็นการเจริญมรรคมีองค์ ๘ อริยสัจที่ ๔ มรรคมีองค์ ๘ นั้นเป็นสิ่งที่ควรเจริญ

บางท่านอาจจะมีความสงสัยแทรกขึ้นมาว่า ก็ทรงแสดงไว้ว่า ตัณหา โลภะ เป็นสิ่งที่ควรละจะรู้ได้หรือ ควรรู้หรือไม่ควรรู้ หรือว่าควรละอย่างเดียว ต้องพิจารณา





ถึงเหตุผลด้วยว่า ในอริยสัจ ๔ นั้น ทรงแสดงเรื่องของเหตุและผล แต่ไม่ใช่หมายความว่า เมื่อสมุทัยสัจจะ คือ โลภะเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ แล้วจะไม่ให้รู้โลภะ ให้รู้แต่ทุกข์ ไม่ใช่อย่างนั้นเลย

เรื่องของการละสมุทัยสัจจะ ละถึงอนุสัย ด้วยการระลึกรู้สภาพที่เป็นทุกข์ โลภะเป็นสังขารธรรมหรือไม่ เป็นสังขารธรรม ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตาทั้งนั้น

เพราะฉะนั้น โลภะก็มีการเกิดขึ้น มีการดับไป ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน จึงควรระลึกรู้ลักษณะของโลภะด้วย ไม่ใช่ว่าเมื่อ ศึกษาเรื่องของอริยสัจธรรมแล้ว จะไปรู้อย่างอื่นทั้งหมดเว้นโลภะเสีย เพราะได้ฟังมา ว่าโลภะนั้นเป็นสมุทัยสัจจะ แต่ว่าสมุทัยสัจจะที่จะละ คือ ละถึงอนุสัยด้วยการ พิจารณารู้อาพหุลักษณะของโลภะที่เป็นทุกข์ของอริยสัจจะด้วย

ขอให้พิจารณาดูว่า การที่รู้สราคะจิต หรือว่าโลภมูลจิตนั้น เป็นการกระทำกิจทั้ง ๔ ในอริยสัจจะหรือไม่

กิจที่ ๑ คือ การรู้ทุกข์ ในขณะที่ระลึกรู้ลักษณะของโลภมูลจิตบ่อย ๆ เนื่อง ๆ ก็ย่อมจะทำให้ประจักษ์ความไม่เที่ยงของสราคะจิต ของโลภมูลจิตได้ว่า เป็นทุกข์ เป็นทุกข์ของอริยสัจจะ ในขณะที่พิจารณาสภาพลักษณะของโลภมูลจิต ก็เป็นการกระทำ กิจของทุกข์ของอริยสัจจะ คือ การพิจารณารู้ พร้อมกันนั้นก็เป็นการละสมุทัยสัจจะที่มีการ ยึดถือ หรือพอใจว่า สราคะจิตนั้นเป็นตัวตน เป็นสัตว์ เป็นบุคคล

เพราะฉะนั้น ในขณะที่พิจารณาลักษณะของสราคะจิต ก็เป็นการกระทำกิจทั้ง ๔ คือ

เมื่อพิจารณาบ่อย ๆ เนื่อง ๆ แล้ว จะทำให้ประจักษ์ความเกิดดับของสราคะจิตได้ และในขณะที่พิจารณาลักษณะของสราคะจิตนั้น ก็ถ้ายถอนความยินดีที่เคยยึดถือโลภ มูลจิต สราคะจิตว่าเป็นตัวตน เป็นสัตว์บุคคล ในขณะที่พิจารณาบ่อย ๆ จะทำให้เกิด การละคลายการยึดถือว่าเป็นตัวตน ซึ่งจะทำให้เป็นการดับสนิทของการเห็นผิดที่ ยึดถือสราคะจิตว่าเป็นตัวตน ก็เป็นการที่จะทำให้แจ้งในอริยสัจจะที่ ๓ และในขณะที่





สติระลึกรู้ลักษณะของสราคะจิตครั้งหนึ่ง ก็เป็นการเจริญมรรคมีองค์ ๘ ซึ่งเป็นการกระทำกิจของอริยสัจจะที่ ๔ คือ การเจริญมรรค

เพราะฉะนั้น ก็ไม่น่าจะมีปัญหาในเรื่องของการที่จะพิจารณาลักษณะของโลกมุขจิต ซึ่งมีเป็นปกติในชีวิตประจำวัน

**ขุททกนิกาย จุฬนิตเทส นันทมาณวกปัญหานิทเทส ข้อ ๓๑๗** มีข้อความเรื่องการพิจารณาดังหา

คำว่า ตัณหา ได้แก่ รูปตัณหา สัททตัณหา คันธตัณหา รสตัณหา โผฏฐัพพตัณหา ธัมมตัณหา

คือ ทั้งทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ

ข้อความต่อไปมีว่า

คำว่า กำหนดรู้แล้ว ความว่า กำหนดรู้แล้วซึ่งตัณหาด้วยปริยญา ๓ คือ ญาตปริยญา ตีรณปริยญา ปหานปริยญา

จะเห็นความสมบูรณ์ของญาณที่เกิดจากการเจริญสติ ระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมตามความเป็นจริง

ข้อความต่อไปอธิบายว่า

ญาตปริยญาเป็นไหน นรชนย่อมรู้ชัด คือ ย่อมรู้ ย่อมเห็นตัณหาว่า นี้รูปตัณหา นี้สัททตัณหา นี้คันธตัณหา นี้รสตัณหา นี้โผฏฐัพพตัณหา นี้ธัมมตัณหา นี้ชื่อว่า ญาตปริยญา

ถ้าไม่เจริญสติจะรู้ถึงอย่างนี้ไหม ทางตาเป็นรูปตัณหา ทางหูเป็นสัททตัณหา ทางจมูกเป็นคันธตัณหา ทางลิ้นเป็นรสตัณหา ทางกายเป็นโผฏฐัพพตัณหา ทางใจในขณะที่มีความต้องการ พอใจ จดจ้อง ยินดีเกิดขึ้นก็เป็นธัมมตัณหา ถ้าไม่เจริญสติในขณะนั้น จะไม่รู้สภาพลักษณะของตัณหาที่มีอยู่ในขณะนั้นเลย

เสี่ยงก็ไม่น่าวิตรมากถึงอย่างนี้ มนุษย์ในโลกมีเท่าไรเสี่ยงก็มีเท่านั้น ความวิตรของสัตว์ จำได้ทันทีว่าเป็นใครเวลาที่ได้ยินเสียง เพราะฉะนั้น สัททตัณหานี้จะ



เป็นอย่างไร เสียงนั้นชอบ เสียงนี้ก็พอใจ เสียงดนตรีตั้งที่ชนิด วิจิตรไปต่าง ๆ ตัณหา ก็แผ่ซ่านไปหมดทั้งรูปตัณหา สีสังวรณะต่าง ๆ ในสีทั้งหลายก็ชอบ สีของวัตถุสิ่งนั้น สีของวัตถุสิ่งนี้

ทางหู สัททวะกวีจิตรไปมากมายตามเสียงของบุคคลในโลก ตามเสียงของเครื่องดนตรี ตามเสียงนानาชนิด ตัณหาก็อ่านไปในสัททวะทั้งหลายอีก

กลิ่นก็แสนวิจิตร รสก็วิจิตร กายกวีจิตร ผู้เจริญสติทราบได้ถึงลักษณะของ ตัณหา แต่ที่จะรู้ชัดได้นั้นก็เป็นญาตปริญญา

ข้อความต่อไปมีว่า

ติริณปริญญา เป็นไฉน

เมื่อรู้ลักษณะของตัณหาหรือโลภะ แค่นั้นไม่บรรลุนิยสัจธรรม ต้องพิจารณา อีกมากทีเดียว ซึ่งการพิจารณานั้นกว่าจะทำให้ละลาย และประจักษ์การเกิดดับได้ เพราะเหตุว่าติริณปริญญานั้น ได้แก่ อุทยัพพญาณ

ข้อความอธิบายว่า

ติริณปริญญาเป็นไฉน นรชนทำตัณหาที่ตนรู้อย่างนี้แล้ว ย่อมพิจารณาตัณหา คือ พิจารณาโดยความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นโรค เป็นผี แล้วก็นานาประการที่จะ พิจารณาเห็นโทษ โดยความไม่ให้อึดอัดออก นี้ชื่อว่า ติริณปริญญา

เหนียวแน่นสักแค่ไหนกว่าที่ละลายแล้วก็จะประจักษ์การเกิดดับ ความไม่ เที่ยงของสภาพธรรมตามความเป็นจริงได้ พระผู้มีพระภาคจึงได้ทรงแสดงถึงขั้นต่าง ๆ ของปริญญาต่าง ๆ ว่า ถึงแม้จะมีญาตปริญญาที่รู้ลักษณะของนามของรูปแล้ว ก็ยังไม่ พอ ยังจะต้องพิจารณาอีกเรื่อยไป บ่อย ๆ เนื่อง ๆ เพื่อการรู้ชัดขึ้น ละลายมากขึ้น เป็นติริณปริญญา และไม่ใช่ว่าจะบอญเพียงแค่นั้น ถึงแม้จะประจักษ์การเกิดขึ้นและดับไป แล้ว ก็เลสก็มีกำลังมากที่จะต้องอาศัยปัญญาที่คมกล้าจริง ๆ จึงจะละได้เป็นสมุจเฉท

ข้อความต่อไปเป็นเรื่องของปหานปริญญา ซึ่งถึงแม้ว่าจะประจักษ์การเกิดขึ้น และดับไปแล้ว ก็ยังจะต้องมีปัญญาที่รู้ชัดขึ้นอีก



ปหานปริยญาเป็นไฉน นรชนพิจารณาอย่างนี้แล้ว ละ บรรเทา ทำให้สิ้นสุด  
ให้ถึงความไม่มีซึ่งตัณหา สมจริงตามพระพุทธพจน์ที่พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ฉันทราคะในตัณหาใด ท่านทั้งหลายจงละฉันทราคะนั้น  
เสีย เมื่อเป็นอย่างนี้ ตัณหานั้นจักเป็นของอันท่านทั้งหลายละแล้ว ตัณหาขาดแล้ว  
ทำไมให้มีที่ตั้งดังตาลยอดด้วน ถึงความไม่มี มีความไม่เกิดขึ้นต่อไป เป็นธรรมดา  
ดังนี้ นี้ชื่อว่า ปหานปริยญา

กำหนดรู้แล้วซึ่งตัณหาด้วยปริยญา ๓ นี้ เพราะฉะนั้น จึงชื่อว่า กำหนดรู้ซึ่ง  
ตัณหา

ที่จะให้สติไม่รู้ นั่นไม่รู้นี้ แล้วก็จะให้รู้แจ้งอริยสัจธรรม ไม่ระลึกรู้โลภมูลจิตเลย  
อย่างนั้นไม่มีวันถึง ไม่ว่าขณะใดที่สติระลึกกาย ไม่พอ ระลึกรู้รูปอย่างเดียวไม่ได้  
จะต้องระลึกรู้นามด้วยซึ่งแล้วแต่ว่าจะเป็นเวทนา หรือว่าจะเป็นจิต หรือว่าจะเป็นธรรม

การเจริญสติปัฏฐาน ต้องเจริญมากตลอดชีวิต แล้วแต่ว่าจะศึกษาดีสำหรับแต่  
ละบุคคล





๑๒๗



เพื่อที่จะให้ผู้ที่ยังไม่ได้ระลึกถึงลักษณะของโลกหรือตัณหาได้ทราบว่า โลกหรือตัณหานั้นมีเป็นประจำ ถ้าท่านระลึกเมื่อไรก็สามารถที่จะรู้ว่าขณะนั้น ลักษณะนั้นเป็นสภาพของตัณหา เป็นสภาพของโลก ซึ่งถ้าท่านรู้เพียงพยานะเดียว ท่านก็อาจจะไม่ทราบว่า ในขณะที่นั้นก็เป็นลักษณะของโลกด้วย

**ขุททกนิกาย จุฬนิตเทส อชิตมาณวกปัญหานิทเทส** พระผู้มีพระภาคตรัสกับท่านอชิตะซึ่งทูลถามว่า

*อะไรเล่าเป็นเครื่องฉาบทาโลก*

เครื่องฉาบทาโลกนี้ หมายความว่าทำให้ไม่เห็นโลก คือ นามรูปตามความเป็นจริง นามรูปก็เป็นแต่เพียงนาม เป็นแต่เพียงรูป มีเหตุปัจจัยทำให้เกิดขึ้นแล้วก็ดับไป แต่เพราะว่ามีเครื่องฉาบทาไว้จึงทำให้ไม่ประจักษ์ลักษณะของโลก คือ นามรูปตามความเป็นจริง

ผู้ที่ต้องการจะประจักษ์ลักษณะของโลกตามความเป็นจริง คือ ท่านอชิตะก็ได้ไปกราบทูลถามว่า

*อะไรเล่าเป็นเครื่องฉาบทาโลก*

พระผู้มีพระภาคตรัสตอบว่า

เรากล่าวว่า ตัณหาเป็นเครื่องฉาบทาโลก ความเป็น ตัณหาเรียกว่า ชัปปา ความกำหนัด ความกำหนัดนัก ความยินดี ความพลอยยินดี ความเพลิดเพลิน ความกำหนัดด้วยความเพลิดเพลิน ความกำหนัดนักแห่งจิต ความปรารถนา ความหลง ความติดใจ ความอยาก ความพัวพัน ความข้อง ความจม คือ ไม่สามารถที่จะถอนขึ้นจากความพอใจนั้นได้เลย ความหวั่นไหว



เวลาที่หวั่นไหว มีความพอใจอย่างหนึ่งอย่างใด ก็อาจจะกลัวว่าจะไม่ได้สิ่งนั้น ก็ทำให้จิตใจหวั่นไหวไป

ความหลง ได้แก่ การหลอกทั้งตัวเองและคนอื่นด้วย

อย่างบางคนอยากจะได้ญาณเสียเหลือเกิน อะไร ๆ ก็ได้เป็นญาณแล้ว หลอกตัวเอง และยังจะไปหลอกคนอื่นอีกว่า คนอื่นได้เหมือนกันแล้ว มีความรู้สึกอย่างเดียวกัน หรืออะไร ๆ อย่างนั้น เป็นญาณนั้นญาณนี้

ความอยากต่าง ๆ ทำให้ถึงกับหลอกตัวเองได้ และยังหลอกคนอื่นก็ได้ นี่เพราะอะไร ถ้าไม่ใช่เพราะความอยาก แต่การเจริญสติปัฏฐานจะความจริง ละความคิด ไม่ใช่ที่ท่านปรารถนาเสียจนกระทั่งว่าอะไร ๆ ก็เป็นญาณทั้งนั้น

ลักษณะของตัณหาอีกหลายประการมีว่า

ธรรมชาติอันให้สัตว์เกิด ธรรมชาติอันให้สัตว์เกิดกับทุกข์

ถ้าบอกว่า ธรรมชาติอันให้สัตว์เกิด ก็ยังรู้สึกว่าไม่เป็นไร ยังชอบจะเกิด อยากจะเกิด พญานชนะต่อไปก็ใช้คำที่ถ้าเป็นภาษาทางโลกก็อาจจะว่า ช่มชู้ไว้ทีเดียวว่า ธรรมชาติอันให้สัตว์เกิดกับทุกข์

ธรรมชาติอันเย็บไว้ ธรรมชาติเพียงดั่งข้าย ธรรมชาติอันไหลไป ธรรมชาติอันชานไปในอารมณ์ต่าง ๆ ความเป็นผู้หวั่นไหว

ถ้าขณะใดที่ไม่ได้เจริญสติปัฏฐาน ก็ไม่มีโอกาสที่จะตื่นรู้จักโลก คือ นามรูปตามความเป็นจริง ก็จะต้องถูกตัณหาฉาบทำให้ชานไป ให้ไหลไปอยู่เรื่อย ๆ

ความกว้างขวาง ธรรมชาติอันให้อายุเสื่อม

เกิดแล้วก็ต้องตาย เกิดแล้วก็ต้องตายไม่มีที่สิ้นสุด

ความเป็นเพื่อน

ลักษณะของตัณหา คือ ความเป็นเพื่อนให้ทนอยู่ได้ต่อไปในวัฏฏะ ถ้าไม่มีเพื่อนจะทนไหวไหม ถ้าไม่มีตัณหาจะอยู่ต่อไปในวัฏฏะไหวไหม มีแต่นามรูปที่เกิดขึ้น



แล้วก็ดับไป ไม่ใช่ตัวตน สัตว์ บุคคลทั้งนั้น แต่เพราะเหตุว่าตัณหานี้เหมือนกับเพื่อนสนิท ทำให้พอใจในสิ่งนั้น ทำให้พอใจเพลิดเพลินไปอยู่ได้เรื่อย ๆ ตัณหานี้ก็เป็นเพื่อน คือ ให้ทนอยู่ต่อไปได้ในวิภวະ

### ความตั้งใจไว้

ถ้าขณะใดที่ท่านเกิดความตั้งใจที่จะทำสิ่งหนึ่งสิ่งใด นั่นก็เป็นลักษณะของตัณหาอย่างหนึ่ง

เพราะฉะนั้น การที่จะระลึกถึงลักษณะของโลกะ ของตัณหา ก็จะมีลักษณะเป็นปกติประจำวันที่สามารถจะระลึกได้ แม้แต่ในขณะใดที่มีความตั้งใจ สติก็สามารถที่จะระลึกถึงในขณะนั้นได้ว่า เป็นสภาพลักษณะของโลกะหรือตัณหา

เป็นธรรมชาติอันนำไปสู่ภพ ธรรมชาติเพียงดั่งว่าป่า ธรรมชาติเพียงดั่งว่าหมู่ไม้ในป่า ความสนิทสนม ความมีเชื้อใย ความเพ่ง ความพัวพัน ความหวัง กิริยาที่หวัง ความเป็นผู้หวัง ความหวังในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ความหวังในลาภ ในทรัพย์ ในบุตร ในชีวิต

นอกจากนั้นลักษณะของโลกะยังมีความกระชับ

ความกระชับทั่ว ความกระชับยิ่ง กิริยาที่กระชับ ความเป็นผู้กระชับ

อยู่คนเดียวแท้ ๆ จะเป็นอย่างนั้น จะเป็นอย่างนี้ คิดไปพอใจไป นั่นใครมากระชับ ลักษณะที่ทำให้เป็นอย่างนั้น ให้ความหวังอย่างนี้ ให้ทำอย่างโน้น ให้คิดอย่างนั้น ก็ไม่ใช่ลักษณะของใครอื่นนอกจากนามธรรมชนิดหนึ่งซึ่งเป็นลักษณะของโลกะหรือตัณหานั่นเอง

นอกจากนั้นสิ่งที่เข้าใจกันอยู่แล้วก็คือ ลักษณะที่เป็นความโลภ

กิริยาที่โลภ ความเป็นผู้โลภ ความที่ตัณหาหวนไหว

ความเป็นผู้ต้องการให้สำเร็จ

ทำอะไรก็อยากจะได้รับความสำเร็จ นั่นก็เป็นลักษณะของตัณหา



ความใคร่ ความปรารถนา ความทะเยอทะยาน ความประสงค์ ธรรมชาติ เป็นเครื่องผูก เป็นมูลแห่งทุกข์ เป็นแดนเกิดแห่งทุกข์

วันหนึ่ง ๆ ก็หลงลืมสติไป พอกพูนเพิ่มพูนเครื่องฉาบทาของโลก ของนาม ของรูปมากขึ้น การที่จะระลึกรู้และสามารถบรรลุอริยสัจธรรมจึงเนิ่นช้า เพราะเหตุว่า ไม่รู้ลักษณะของโลภะที่มีมากในวันหนึ่ง ๆ

ทรงแสดงไว้ว่า

ค้นหาเพียงดั่งว่าแม่น้ำ เพียงดั่งว่าชาย เพียงดั่งว่าสายโซ่ เพียงดั่งว่าทะเล อภิชฌา โลภะ อกุศลมูล นี้เรียกว่า ชัปปา คือ ค้นหา

ค้นหานี้เป็นเครื่องทา คือ เป็นเครื่องฉาบไว้ไม่ให้เห็นความจริง เป็นเครื่อง ข้อง เป็นเครื่องผูก

โลกอันค้นหานี้ไฉ่ทา ฉาบทาให้หมอง ให้มัวหมอง ให้เปื้อน ระคนไว้ ข้องไว้ คล้องไว้ พันไว้ เราย่อมกล่าว บอก แสดง บัญญัติ แต่งตั้ง เปิดเผย จำแนก ทำให้ตื่น ประกาศ

เพราะฉะนั้น จึงชื่อว่า เรากล่าวว่า ค้นหาเป็นเครื่องฉาบทาโลก

ซึ่งท่านอชิตะ ก็ได้กราบทูลถามต่อไปว่า

จะมีกรรมใด เป็นกรรมที่เป็นเครื่องกั้นกระแสของค้นหาและกิเลสทั้งหลาย

ซึ่งพระผู้มีพระภาคก็ได้ตรัสว่า

มีสติเป็นเครื่องกั้น มีปัญญาเป็นเครื่องปิดกั้น

เพราะเหตุว่าถ้าสติไม่เกิดขึ้นระลึกรู้ลักษณะของนามรูปแล้ว ค้นหาที่ย่อม เกิดขึ้น ไหลไปตามอารมณ์ต่าง ๆ

พระผู้มีพระภาคตรัสกับท่านอชิตะต่อไปว่า

บทว่า สโต ในอุเทศว่า สโตภิกขุบริพฺพเช ความว่า ภิกษุมีสติด้วยเหตุ ๔ ประการ คือ มีสติเจริญกายานุปัสสนาสติปัฏฐานในกาย ๑ มีสติเจริญเวทนานุปัสสนา



นาสติปฏิฐานในเวทนาทั้งหลาย ๑ มีสติเจริญจิตตานุปัสสนาสติปฏิฐานในจิต ๑ มีสติเจริญธัมมานุปัสสนาสติปฏิฐานในธรรมทั้งหลาย ๑

ไม่เคยทรงแสดงจำกัดเจาะจงว่า ให้เจริญสติปฏิฐานหนึ่งสติปฏิฐานใด เพราะจะต้องรู้ชัดทั้งนามและรูป ไม่ใช่จะรู้แต่เพียงรูป หรือว่าไม่ใช่จะรู้แต่เพียงนาม จะต้องรู้ชัด รู้ทั่วจึงจะละคลายได้ เพราะฉะนั้น จะต้องเจริญทั้งกายานุปัสสนาสติปฏิฐาน เวทนานุปัสสนาสติปฏิฐาน จิตตานุปัสสนาสติปฏิฐาน และธัมมานุปัสสนาสติปฏิฐาน

ข้อความต่อไป พระผู้มีพระภาคได้ทรงแสดงถึง ภิกษุมีสติด้วยเหตุ ๔ ประการ แม้คนอื่นอีก คือ ที่จะให้ระลึกเป็นไปในกาย ในเวทนา ในจิต ในธรรมได้นั้น จะต้องเป็นผู้ที่

ภิกษุมีสติด้วยเหตุ ๔ ประการ แม้คนอื่นอีก คือ มีสติ เพราะเว้นความเป็นผู้ไม่มีสติ ๑ เพราะนำธรรมเป็นที่ตั้งแห่งความทำสติ ๑ เพราะละธรรมเป็นข้าศึกแก่สติ ๑ เพราะไม่หลงลืมธรรมอันเป็นนิमितแห่งสติ ๑

ธรรมอันเป็นนิमितแห่งสติ คือ สิ่งที่ทำให้สติระลึก ไม่หลงลืมในธรรมนั้น อย่างเรื่องของกายมีอะไรบ้าง ลมหายใจก็เป็นกาย เวลาใดที่ลมหายใจปรากฏ วิ่งเหนือๆ หรือกระทบลมหายใจของบุคคลหนึ่งบุคคลใด ก็เป็นสิ่งที่ทำให้สติระลึกได้ ถ้าเป็นผู้ที่ไม่หลงลืมในธรรมที่เป็นนิमित หรือว่าเป็นสิ่งที่ทำให้สติระลึกได้ คือกาย คือเวทนา คือจิต คือธรรมแล้ว ในขณะนั้นก็จะทำให้เป็นผู้ที่ไม่หลงลืมสติได้

พระผู้มีพระภาคทรงแสดงต่อไปว่า

ภิกษุมีสติด้วยเหตุ ๔ ประการ แม้คนอื่นอีก คือ มีสติ เพราะความเป็นผู้ประกอบด้วยสติ ๑ เพราะถึงความชำนาญด้วยสติ ๑ เพราะความเป็นผู้คล่องแคล่วด้วยสติ ๑ เพราะไม่กลับลงจากสติ ๑

ไม่คิดที่จะออก หรือไม่คิดที่จะเลิกเจริญสติ เข้าไปแล้วไม่มีออกมา คือ ไม่กลับลงจากสติ ไม่ใช่เป็นผู้ที่เข้าแล้วก็ออก ลงเสียทีหนึ่งไม่เจริญสติ ไม่คิดที่จะเลิก





เจริญสติ ความหมายของคำที่ว่า เพราะไม่กลับลงจากสติ คือ เป็นผู้ที่เจริญสติไปเรื่อย ๆ

พระผู้มีพระภาคตรัสต่อไปว่า

ภิกษุมีสติด้วยเหตุ ๔ ประการ แม้อื่นอีก คือ มีสติ เพราะความเป็นผู้มีสติ  
เสมอ ๑ เพราะความเป็นผู้สงบ ๑ เพราะความเป็นผู้ระงับ ๑ เพราะความเป็นผู้  
ประกอบด้วยธรรมของผู้สงบ ๑

เพราะฉะนั้น ที่ว่าภิกษุมีสติด้วยเหตุ ๔ ประการ แม้อื่นอีก คือ มีสติเพราะ  
ความเป็นผู้มีสติเสมอ ๑ มีเข้ามื่อออกอะไรไหม มีสติเพราะความเป็นผู้มีสติเสมอ ๑  
เพราะความเป็นผู้สงบ สงบจากกายทุจริต วจีทุจริต มโนทุจริต อกุศลกรรมต่าง ๆ  
เพราะความเป็นผู้ระงับจากกายทุจริต วจีทุจริต มโนทุจริต แล้วแต่ว่าจะระงับด้วยการ  
ที่จิตสงบเป็นสมาธิ หรือว่าระงับด้วยการที่เป็นผู้ที่ระลึกรู้ลักษณะของนามและรูป และ  
เพราะความเป็นผู้ประกอบด้วยธรรมของผู้สงบ

ข้อความต่อไปมีว่า

มีสติ เพราะพุทธานุสติ เพราะธัมมานุสติ เพราะสังฆานุสติ เพราะศีลानุสติ  
เพราะจาคานุสติ เพราะเทวदानุสติ เพราะอานาปานสติ เพราะมรณานุสติ เพราะ  
กายคตานุสติ เพราะอุปสมานุสติ

และอื่น ๆ ต่อไป

จำกัดอะไรหรือไม่ ไม่ว่าผู้ใดจะมีสติระลึกในพระพุทธานุคุณ ในพระธรรมคุณ ก็  
เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัย และสติก็ระลึกถึงลักษณะของนามของรูปในขณะนั้น  
เป็นสติปัฏฐานได้ ไม่ใช่จำกัดว่าอย่าระลึกถึงพระพุทธานุคุณ อย่าระลึกถึงศีล อย่าระลึก  
ถึงอานาปาน คือ ลมหายใจ หรืออะไรอย่างนั้น

ไม่มีสิ่งใดที่เป็นกฎเกณฑ์ที่จะห้ามอย่างนั้นอย่างนี้ แต่เมื่อผู้ใดมีปกติ มีปัจจัยที่  
จะให้เป็นอย่างใด มีสติเกิดขึ้นแล้ว ถึงแม้ว่าในขณะนั้นไม่ใช่สติปัฏฐาน แต่เป็นผู้ที่



สะสมให้พุทธานุสติเกิดขึ้น และเป็นผู้ที่มีปกติเจริญสติปัฏฐานด้วย ถึงแม้ว่าในขณะที่กำลังระลึกถึงพระพุทธรูป สติก็จะลึกลงว่าเป็นนามธรรมชนิดหนึ่งได้

ที่กล่าวถึงสติ ก็เพราะเหตุว่ามักจะมีผู้ที่ปนเรื่องของสมาธิกับสติ ในมหาสติปัฏฐานได้กล่าวถึงสติเป็นประธานว่า ถ้าไม่ระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏแล้ว ปัญญาที่รู้ชัดในสภาพธรรมนั้นไม่ได้ และสติก็เป็นมรรคองค์หนึ่งในมรรคมีองค์ ๘ ไม่ใช่จะมีเพียงองค์เดียว

ในขณะที่สติระลึกถึงลักษณะของนามและรูป ก็มีสัมมาวายามะ มีความเพียรชอบ ไม่ใช่ไปเพียรทำอย่างอื่น ขณะที่ระลึกก็เป็นเพียรรู้ลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏ มีสัมมาวายามะเกิดร่วมด้วย มีสัมมาสมาธิซึ่งได้แก่เอกัคคตาเจตสิกที่เกิดกับจิตทุกดวง แต่ในขณะที่สติระลึกถึงลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏ สมาธิที่ตั้งมั่นในอารมณ์นั้นเป็นสัมมาสมาธิ

ข้อความต่อไปมีว่า

คำว่า ภิกขุ คือชื่อว่า ภิกษุ เพราะเป็นผู้ทำลายธรรม ๗ ประการ คือ เป็นผู้ทำลายสังกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สีลพทปราคาส ราคะ โทสะ โมหะ มานะ

ภิกษุนั้นเป็นผู้ทำลายอกุศลธรรมอันลามก อันทำให้เศร้าหมอง ให้เกิดในภพใหม่ มีความกระวนกระวาย มีวิบากเป็นทุกข์ เป็นที่ตั้งแห่งชาติ ชรา และมรณะ

พระผู้มีพระภาคจึงตรัสว่า

ดูกร สกียะ ภิกษุนั้นบรรลุถึงปรินิพพานแล้ว เพราะธรรมเป็นหนทางที่ตนทำ คือ ดำเนินแล้ว ข้ามพ้นความสงสัยได้แล้ว ละแล้วซึ่งความเลื่อมและความเจริญ อยู่จบพรหมจรรย์แล้ว มีภพใหม่สิ้นแล้ว

ข้อความต่อไปมีว่า คำว่า ภิกษุพึงมีสติเฝ้ารอบ พยัญชนะนี้คงจะได้ยินบ่อย ๆ และข้อความตอนนี้ก็อธิบายความหมายของพยัญชนะนี้ว่า หมายความว่าอย่างไร

คำว่า ภิกษุพึงมีสติเฝ้ารอบ หมายความว่า ภิกษุพึงมีสติเฝ้ารอบ คือ พึงมีสติเดิน พึงมีสติยืน พึงมีสตินั่ง พึงมีสตินอน พึงมีสติก้าวไปข้างหน้า พึงมีสติถอยกลับ พึงมีสติแลดู พึงมีสติเหลียวดู พึงมีสติคู้เข้า พึงมีสติเหยียดออก พึงมีสติทรงผ้าสังฆาฏิ



บาตร และจีวร ฟุ้งมีสติเที่ยวไป ฟุ้งมีสติอยู่ คือ เป็นไป เปลี่ยนแปลง รักษา บำรุง  
เยียวยา ให้เยียวยา

เพราะฉะนั้น จึงชื่อว่า ภิกษุฟุ้งมีสติวันรอบ

เพราะเหตุนี้พระผู้มีพระภาคจึงตรัสว่า

ภิกษุไม่ฟุ้งติดใจในกามทั้งหลาย มีใจไม่ขุ่นมัว ฉลาดในธรรมทั้งปวง ฟุ้งมีสติ  
วันรอบ

ขอให้สังเกตพยัญชนะที่ว่า ฟุ้งมีสติเดิน ฟุ้งมีสติยืน กำหนดให้พิจารณาบรรพ  
ไหนในมหาสติปัฏฐานหรือไม่

ในบางสูตรทรงอุปมาว่า สติปัฏฐานทั้ง ๔ เหมือนกับกองดินในทาง ๔ แพร่ง  
ซึ่งเมื่อรถผ่านไปก็ย่อมจะกระทบกองดินที่กองอยู่ในหนทางนั้นทั้ง ๔ ได้ เหมือนกับเวลา  
ที่มีสติ เป็นผู้ที่ไม่หลงลืมสติ สติก็ย่อมจะระลึกที่กายบ้าง แต่ไม่นาน ระลึกที่เวทนา  
บ้างได้ไหม ห้ามหรือเปล่า หรือว่าระลึกที่จิตได้ไหม ระลึกที่ธรรมหนึ่งธรรมใดได้ไหม  
ก็เป็นของที่มีจริง แล้วเป็นผู้ที่มีสติ ไม่ใช่หลงลืมสติ เมื่อสิ่งที่มีจริงมีต่าง ๆ ทางตาบ้าง  
ทางหูบ้าง ทางจมูกบ้าง ลิ้นบ้าง กายบ้าง ใจบ้าง เมื่อเป็นผู้ที่มีสติแล้ว สิ่งใดปรากฏ  
สติก็ย่อมระลึกลักษณะของสิ่งที่ปรากฏได้

เพราะฉะนั้น ผู้ที่มีสติวันรอบ คือ ฟุ้งมีสติเดิน ฟุ้งมีสติยืน ฟุ้งมีสตินั่ง ฟุ้งมี  
สตินอน ฟุ้งมีสติก้าวไปข้างหน้า ฟุ้งมีสติถอยกลับ ฟุ้งมีสติแลดู ฟุ้งมีสติเหลียวดู ฟุ้ง  
มีสติคู้เข้า ฟุ้งมีสติเหยียดออก ฟุ้งมีสติทรงผ้าสังฆาฏิ บาตร และจีวร ฟุ้งมีสติเที่ยว  
ไป ไม่ว่าจะไปที่ไหน ฟุ้งมีสติอยู่ คือ เป็นไป เปลี่ยนแปลง รักษา บำรุง เยียวยา  
ให้เยียวยา

ในธรรมวินัย ไม่ใช่ให้ไม่รู้ว่าสิ่งที่เห็นเป็นอะไร การเจริญสติไม่ใช่ให้เกิดความไม่  
รู้ จะรับประทานอาหารก็ไม่ได้ นอนก็ไม่ถูก ทำอะไรก็ได้ทั้งนั้น ถ้าเป็นการที่ไม่รู้  
อย่างนั้น แต่ในพระธรรมวินัยกล่าวว่า ฟุ้งมีสติเที่ยวไป ฟุ้งมีสติอยู่ คือ เป็นไป  
เปลี่ยนแปลง รักษา บำรุง เยียวยา ให้เยียวยา เพราะฉะนั้น จึงชื่อว่า ภิกษุฟุ้งมีสติ



เว้นรอบ เว้นจากความไม่รู้ เว้นจากการที่จะไม่ระลึกรู้ลักษณะของนามของรูป เว้นจากการที่เคยยึดถือสภาพธรรมทั้งหลายว่าเป็นตัวตน





## ๑๒๘



ข้อความสุดท้ายมีว่า

พร้อมด้วยเวลาจบพระคาถา อัมมจักขุ คือ โสตาปัตติมรรคจิต ปราศจากธุลี ปราศจากมลทินเกิดขึ้นแล้วแก่เทวดาและมนุษย์หลายพัน ผู้มีฉันทะร่วมกัน มีประโยชน์ร่วมกัน มีความประสงค์ร่วมกัน มีความอบรมวาทสนาร่วมกันกับ อชิตพราหมณ์นั้นว่า สิ่งใดสิ่งหนึ่งมีความเกิดขึ้นเป็นธรรมดา สิ่งนั้นทั้งมวลล้วนมีความดับไปเป็นธรรมดา และจิตของอชิตพราหมณ์นั้นพ้นแล้วจากอาสวะทั้งหลาย เพราะไม่ถือมั่น คือ บรรลุความเป็นพระอรหันต์

เป็นไปได้ไหมที่จะเป็นพระโสดาบันบุคคลในขณะนั้น และเป็นพระอรหันต์ในขณะนั้น ปกติธรรมดาอย่างนี้ เหมือนกับที่กำลังนั่งฟังอย่างนี้ และข้อความอย่างที่ได้อรรถาธิบายไว้ พยัญชนะเดียวกัน เรื่องเดียวกัน แต่มีเทวดาและมนุษย์หลายพันที่บรรลุธรรมเป็นพระอริยบุคคล เป็นพระโสดาบัน ส่วนอชิตพราหมณ์นั้นก็สิ้นอาสวะกิเลส เป็นพระอรหันต์

ทำไมเป็นได้ ก็เพราะสภาพธรรมเป็นปกติทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ สำคัญที่สติระลึกรู้ได้ไหม ปัญญารู้ชัดไหม ละคลายการยึดถือว่าเป็นตัวตน หมดความสงสัยได้จริง ๆ ไหม

ถ้าผู้ใดระลึกรู้ แล้วสามารถที่จะละคลายกิเลสได้ ก็เป็นพระอริยบุคคลได้แม้ในขณะนั้น และบุคคลในครั้งพุทธกาล ตาก็มี หูก็มี จมูกก็มี ลิ้นก็มี กายก็มี ใจก็มี โลภะก็มี โทสะก็มี โมหะก็มี แต่เป็นผู้ที่เข้าใจถูกต้องในธรรมวินัย และเป็นผู้ที่ได้เจริญกุศลอธิศีลปฏิบัติ มีการที่จะละคลายไม่ยึดถือสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ เพียงได้ฟัง สติก็ระลึกรู้สภาพธรรมนั้นถูกต้องตามความเป็นจริง ก็สามารถที่จะเป็นพระอริยบุคคลได้

เพราะฉะนั้น สมัยนี้ไม่ควรจะท้อถอย ตามีเหมือนกัน หูมีเหมือนกัน จมูกมีเหมือนกัน ลิ้นมีเหมือนกัน กายมีเหมือนกัน ใจมีเหมือนกัน โลภะมีเหมือนกัน โทสะ



มีเหมือนกัน โหมะมีเหมือนกัน บรรลุได้ไหมถ้าเข้าใจถูก และสติก็ระลึกถึงถูกต้องตามความเป็นจริง บางที่ท่านอาจจะคิดว่า ท่านจะต่างอะไรไหมกับบุคคลในครั้งพุทธกาล และอาจจะคิดเปรียบเทียบว่า ท่านไม่เหมือนกับบุคคลโน้น ไม่เหมือนกับบุคคลนี้

ขอกล่าวถึงพระสูตรที่จะทำให้ท่านไม่ท้อถอยที่จะเจริญสติ เมื่อท่านเจริญเหตุสมควรแก่ผลเมื่อไร ผลย่อมเกิดขึ้น ซึ่งไม่มีผู้หนึ่งผู้ใดจะยับยั้งได้

**ขุททกนิกาย อุทาน สุปปพุทธภูมิจสูตร** มีข้อความว่า

ข้าพเจ้า ฯ ได้สดับมาแล้วอย่างนี้ว่า

สมัยหนึ่งพระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ พระวิหารเวฬุวัน กลันทกนิวาปสถาน ใกล้พระนครราชคฤห์ ก็สมัยนั้นแล ในพระนครราชคฤห์ มีบุรุษเป็นโรคเรื้อนชื่อว่า สุปปพุทธะ เป็นมนุษย์ขี้ดสน กำพร้า ยากไร้

ก็สมัยนั้นแล พระผู้มีพระภาคแวดล้อมไปด้วยบริษัทหมู่ใหญ่ ประทับนั่งแสดงธรรมอยู่ สุปปพุทธภูมิจได้เห็นหมู่มหาชนประชุมกันแต่ที่ไกลเทียว ครั้นแล้วได้มีความดำริว่า หมู่มหาชนจะแบ่งของควรเคี้ยวหรือของควรบริโภคอะไร ๆ ให้ในที่นี้แน่แท้

เห็นคนมาก ๆ และสุปปพุทธะนี้ก็เป็นคนโรคเรื้อนด้วย เวลาที่ไปนี้คิดอะไรต้องการอะไร เป็นโง่โง่จิตโง่โง่ อยากระยะไรของที่ควรเคี้ยว ของที่เขาจะแบ่งให้ สุปปพุทธะคิดในใจว่า ไฉนหนอเราพึงเข้าไปหาหมู่ชน เราพึงได้ของควรเคี้ยว หรือของควรบริโภคในหมู่ชาชนนี้เป็นแน่

ลำดับนั้นแล สุปปพุทธภูมิจได้เข้าไปหาหมู่ชาชนนั้นแล้ว ได้เห็นพระผู้มีพระภาคแวดล้อมด้วยบริษัทหมู่ใหญ่ ประทับนั่งแสดงธรรมอยู่ ครั้นแล้วได้มีความดำริว่า หมู่ชาชนคงไม่แบ่งของควรเคี้ยวหรือของควรบริโภคอะไร ๆ ให้ในที่นี้ พระสมณโคดมนี้ทรงแสดงธรรมอยู่ในบริษัท ถ้ากระไรแม้เราก็จึงฟังธรรม เขานั่งอยู่ ณ ที่ควรส่วนข้างหนึ่งในบริษัทนั่นเอง ด้วยคิดว่า แม้เราก็จักฟังธรรม

ลำดับนั้นแล พระผู้มีพระภาคทรงกำหนดใจของบริษัทหมู่เหล่าด้วยพระทัยแล้ว ได้ทรงกระทำไว้ในพระทัยว่า ในบริษัทนี้ ใครหนอแลควรจรรู้แจ้งธรรม พระผู้มีพระภาคได้ทรงเห็นสุปปพุทธภูมิจนั่งอยู่ในบริษัทนั้น ครั้นแล้ว ได้ทรงพระดำริว่า ใน



บริษัทนี้ บุรุษนี้แลควรจะรู้แจ้งธรรม พระองค์ทรงปรารภสุปปพุทธภูมิ ตรัสอนุพุทฺธิกถา คือ ทานกถา ศีลกถา สัคคกถา โทษแห่งกามอันต่ำทรามเศร้าหมอง แล้วทรงประกาศอานิสงส์ในเนกขัมมะ เมื่อใดพระผู้มีพระภาคได้ทรงทราบว่ สุปปพุทธภูมิมีจิตควร อ่อน ปราศจากนิวรณ์ เพียงพู่ ผ่องใส เมื่อนั้นพระองค์ทรงประกาศพระธรรมเทศนาที่พระพุทธเจ้าทั้งหลายทรงยกขึ้นแสดงด้วยพระองค์เอง คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค ธรรมจักขุปราศจากธุลี ปราศจากมลทิน ได้เกิดขึ้นแก่สุปปพุทธภูมิในที่นั้นนั้นแลว่า สิ่งใดสิ่งหนึ่งมีความเกิดขึ้นเป็นธรรมดา สิ่งนั้นทั้งมวลล้วนมีความดับเป็นธรรมดา เหมือนผ้าที่สะอาดปราศจากมลทิน ควรรับน้ำย้อมฉะนั้น

ลำดับนั้นแล สุปปพุทธภูมิมีธรรมอันเห็นแล้ว มีธรรมอันบรรลุแล้ว มีธรรมอันรู้แจ้งแล้ว มีธรรมอันหยั่งถึงแล้ว ข้ามความสงสัยได้แล้ว ปราศจากความเคลือบแคลง บรรลุถึงความเป็นผู้แก้แล้วกล้า ไม่เชื่อต่อผู้อื่นในศาสนาของพระศาสดา ลุกจากอาสนะเข้าไปเฝ้าพระผู้มีพระภาคถึงที่ประทับ ถวายบังคม แล้วนั่ง ณ ที่ควรส่วนข้างหนึ่ง ครั้นแล้วได้กราบทูลพระผู้มีพระภาคว่า

ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ภาสิตของพระองค์แจ่มแจ้งนัก ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ภาสิตของพระองค์แจ่มแจ้งนัก พระผู้มีพระภาคทรงประกาศโดยอเนกปริยาย เปรียบเหมือนนายของทีคว่า เปิดของที่ปิด บอกทางแก่คนหลงทาง หรือตามประทีปไว้ในที่มืด ด้วยหวังว่าผู้มีจักขุจะเห็นรูปได้ ฉะนั้น

ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ข้าพระองค์นี้ขอถึงพระผู้มีพระภาคกับทั้งพระธรรมและพระภิกษุสงฆ์ว่าเป็นสรณะ ขอพระผู้มีพระภาคโปรดทรงจำข้าพระองค์ว่า เป็นอุบาสกผู้ถึงสรณะตลอดชีวิต ตั้งแต่วันนี้เป็นต้นไป

ลำดับนั้นแล สุปปพุทธภูมิอันพระผู้มีพระภาคทรงชี้แจงให้เห็นแจ้ง ให้สมาทาน อาจหาญ ร่าเริง ด้วยธัมมิกถา ขึ้นชมยินดีพระภาสิตของพระผู้มีพระภาค ลุกจากอาสนะ ถวายบังคมพระผู้มีพระภาค กระทำปทักษิณ แล้วหลีกไป

ครั้งนั้นแล แม่โคลูกอ่อนชนสุปปพุทธภูมิผู้หลีกไปไม่นานให้ล้มลง ปลงเสียจากชีวิต





ลำดับนั้นแล ภิกษุมากด้วยกันเข้าไปเฝ้าพระผู้มีพระภาคถึงที่ประทับ ถวายบังคม แล้วนั่ง ณ ที่ควรส่วนข้างหนึ่ง ครั้นแล้วได้กราบทูลถามพระผู้มีพระภาคว่า

ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ สุปปพุทธกุญฺฐิอันพระผู้มีพระภาคทรงชี้แจงให้เห็นแจ้งให้สมาทาน อาจหาญ ว่าเรงด้วยธัมมิกถาแล้ว กระทำกาลละ คติของเขาเป็นอย่างไร ภาพหน้าของเขาเป็นอย่างไร พระเจ้าข้า

ฟังด้วยกันทุกคน มีใครรู้บ้างว่าสุปปพุทธกุญฺฐิเป็นพระโสดาบันบุคคล ต้องทูลถาม คนอื่นรู้ได้ไหมว่า ใครกำลังเจริญสติ หรือว่าญาณขั้นไหนเกิดกับคนนั้นคนนี้ หรือว่าขณะที่ได้ฟังแล้วใครบรรลุอุรียสังกรรมเป็นพระอุรียบุคคล คนอื่นไม่สามารถที่จะรู้ได้เลย

พระผู้มีพระภาคทรงพยากรณ์ว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย สุปปพุทธกุญฺฐิเป็นบัณฑิต ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม

ในขณะนั้นสติจะต้องระลึกถึงลักษณะสภาพธรรมที่กำลังปรากฏด้วย ไม่ใช่ว่าอยู่ดี ๆ พอฟังก็เป็นพระอุรียบุคคลได้

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย สุปปพุทธกุญฺฐิเป็นบัณฑิต ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม และไม่เบียดเบียนเราให้ลำบากเพราะธรรมเป็นเหตุ

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย สุปปพุทธกุญฺฐิเป็นพระโสดาบัน เพราะความสิ้นไปแห่งสังโยชน์ทั้ง ๓ มีความไม่ตกต่ำเป็นธรรมดา เป็นผู้เที่ยงที่จะตรัสรู้ในเบื้องหน้า

เมื่อพระผู้มีพระภาคตรัสอย่างนี้แล้ว ภิกษุรูปหนึ่งได้ทูลถามพระผู้มีพระภาคว่า ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ อะไรหนอแล เป็นเหตุเป็นปัจจัยเครื่องให้สุปปพุทธกุญฺฐิเป็นมนุษยชาติสน กำพรว้า ยากไร้

พระผู้มีพระภาคทรงพยากรณ์ว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย เรื่องเคยมีแล้ว สุปปพุทธกุญฺฐิเป็นเศรษฐีบุตร อยู่ในกรุงราชคฤห์นี้แล เขาออกไปยังในภูมิเป็นที่เล่นในสวน ได้เห็นพระปัจเจกพุทธเจ้านาม



ว่าตรัสชี้ กำลังเที่ยวบิณฑบาตไปในพระนคร ครั้นแล้วเขาดำริว่า ใครนี้เป็นโรคเรื้อน  
เที่ยวไปอยู่ เขาถ่มน้ำลาย แล้วหลีกไปข้างเบื้องซ้าย

เขาหมกหม้ออยู่ในนรก สิ้นปีเป็นอันมาก สิ้น ๑๐๐ ปี สิ้น ๑,๐๐๐ ปี สิ้น  
๑๐๐,๐๐๐ ปี เป็นอันมาก เพราะผลแห่งกรรมนั้นยังเหลืออยู่ เขาจึงได้เป็นมนุษย์ชาติ  
สน กำพรว้า ยากไร้ อยู่ในกรุงราชคฤห์นี้แล เขาอาศัยกรรมวินัยที่พระตถาคตประกาศ  
แล้ว สมาทาน ศรัทธา ศีล สุตตะ จาคะ ปัญญา ครั้นอาศัยกรรมวินัยที่พระ  
ตถาคตประกาศแล้ว สมาทาน ศรัทธา ศีล สุตตะ จาคะ ปัญญา เมื่อตายไป เขา  
เข้าถึงสุคติโลกสวรรค์ เป็นผู้เข้าถึงความเป็นสหายของเหล่าเทวดาชั้นดาวดึงส์ เขา  
ย่อมไพโรจน์ลวงเทวดาเหล่าอื่นในชั้นดาวดึงส์นั้น ด้วยวรรณะ และด้วยยศ

ลำดับนั้นแล พระผู้มีพระภาคทรงทราบเนื้อความนี้แล้ว ได้ทรงเปล่งอุทานนี้  
ในเวลานั้นว่า

บุรุษผู้เป็นบัณฑิต พึงละเว้นบาปทั้งหลายในสัตว์โลก เหมือนบุรุษผู้มีจักขุ  
เมื่อทางอื่นที่จะก้าวไปมีอยู่ ย่อมหลีกที่อันไม่ราบเรียบเสีย ฉะนั้น

แม้ในขณะที่ฟังธรรม สติระลึกได้ไหม แต่ผู้ใดจะบรรลุหรือไม่ คนอื่นรู้หรือ  
ตัวเองรู้ สุปปพุทธภูมิจึงรู้ใหม่ว่า ได้ประจักษ์สภาพธรรมตามความเป็นจริง ต้องรู้  
แน่นอน และที่จะประจักษ์สภาพธรรมตามความเป็นจริงได้นั้น ก็หมายความว่าสติ  
จะต้องเกิดขึ้น แม้ในขณะที่ฟังธรรม และก็มีคำถามหาญ ว่าจริง ด้วยธัมมิกถา

ทุกคนก็ต้องตาย แม้ว่าจะไม่ถูกโคแม่ลูกอ่อนชน หรือจะถูกโคแม่ลูกอ่อนชน  
แต่ถ้าได้รู้แจ้งอริยสัจธรรม หรือได้เข้าใจการเจริญสติปัฏฐานถูกต้อง ก็มีโอกาที่จะ  
เจริญสติต่อไป และมีโอกาสที่จะรู้แจ้งสภาพธรรมในวันหนึ่งเหมือนอย่างสุปปพุทธภูมิจึง  
ซึ่งรู้แจ้งอริยสัจธรรมในชาติที่เป็นคนโรคเรื้อน ชาติสน กำพรว้า ไร้ทรัพย์

ถ. ในชีวิตประจำวันของคนทั่วไป ย่อมหลีกไม่พ้นความตั้งใจก่อนที่จะทำ  
อะไร อาจารย์คิดว่าผู้ที่เริ่มต้นเจริญสติปัฏฐานจะหนีพ้นความตั้งใจ จงใจที่จะเจริญ  
สติปัฏฐานได้หรือไม่

ส. ผู้ที่เริ่มเจริญสติปัฏฐาน หมายความว่า ผู้ที่เข้าใจการเจริญสติปัฏฐาน  
ถูกต้องว่า สติเป็นอนัตตา เป็นสภาพที่ระลึกถึงลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏ ความ



ตั้งใจในวันหนึ่ง ๆ นี้มีมากมายเรื่อง แต่ขณะใดที่สติไม่ระลึกถึงว่า แม้ลักษณะที่ตั้งใจนั้น ก็เป็นเพียงนามธรรมชนิดหนึ่ง ถ้าไม่ระลึกถึงอย่างนี้ก็เป็นเรา เป็นสัตว์ เป็นบุคคลเป็นตัวตน

แต่สติเป็นสภาพที่ระลึกถึงลักษณะของนามธรรมของรูปธรรมถูกต้องตามความเป็นจริง เมื่อความตั้งใจเป็นสภาพธรรมที่มีจริงเกิดขึ้น สติก็ระลึกถึงได้แม้ในขณะนั้นว่าเป็นนามธรรมชนิดหนึ่ง

เพราะฉะนั้น ผู้ที่จะเจริญสติเป็นผู้ที่เข้าใจลักษณะของสติว่า เป็นสภาพที่ระลึกถึงลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏ ซึ่งมีอยู่เพียง ๒ อย่างที่ต่างกันโดยประเภท คือ ที่เป็นสภาพรู้กับสภาพที่ไม่ใช่สภาพรู้

ถ้าเป็นสภาพรู้ก็เป็นความคิดนึก เป็นความต้องการ เป็นความตั้งใจ เป็นความสุข เป็นความทุกข์ เป็นความจำ เหล่านี้เป็นต้น นั่นเป็นลักษณะของนามธรรมที่มีลักษณะแต่ละอย่าง ๆ เกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัยต่างกัน

ในวันหนึ่ง ๆ มีนามธรรมมากมาย มีรูปธรรมมากมาย สติจะต้องระลึกถึงว่าไม่ใช่ตัวตน และก็รู้ถูกต้องตรงลักษณะของสภาพของนามธรรมรูปธรรมนั้นด้วย

ถ. การที่เราเจริญสติปัฏฐานเพื่อเป็นแนวทางแห่งความหลุดพ้น จะจัดเป็นโลกมุขจิตได้หรือไม่ เพราะเป็นความต้องการที่จะหลุดพ้นจากกองทุกข์ และดูจะหวังความสุขสมบูรณ์กว่าคนส่วนใหญ่

ส. ต้องแยกขณะจิต ขณะที่ต้องการจะหลุดพ้น แต่สติไม่ได้ระลึกถึงลักษณะของนามและรูป คนละขณะกัน เพียงแต่ต้องการที่จะหลุดพ้น ในขณะนั้นไม่ได้ระลึกถึงลักษณะของนามหรือรูป เพื่อละความไม่รู้ ละการที่เคยยึดถือนามรูปว่าเป็นตัวตน เพราะฉะนั้น สติเป็นโสภณเจตสิก เกิดขึ้นขณะใดจิตในขณะนั้นเป็นโสภณจิต เป็นกุศลจิต ไม่ใช่โลกมุขจิต

ในขณะที่มีความต้องการ แต่ไม่ได้ระลึกถึงลักษณะของนามและรูป เป็นคนละขณะแล้ว เพราะฉะนั้น สติระลึกถึงลักษณะของนามหรือรูปที่กำลังปรากฏทันที ถ้ามีความต้องการ หรือความคิดเกิดขึ้น สติก็ระลึกถึงว่าเป็นนามธรรมชนิดหนึ่ง แล้วก็ดับไป



แต่ให้ทราบว่า ขณะที่สติกำลังระลึกถึงลักษณะของนามหรือรูป ในขณะนั้นไม่ใช่โลกมุลจิต

ถ. คนเราจะตั้งสติ เจริญวิปัสสนา ขั้นแรกควรตั้งใจอย่างไรจึงจะถูก

ส. มักจะติดว่าทำวิปัสสนา อยากจะทำมากกว่าที่สติจะระลึกถึงลักษณะของนามและรูปตามปกติ เป็นปกติ ถ้ามีความต้องการที่พาท่านเอื้อมไป ไม่ระลึกถึงสิ่งที่กำลังปรากฏเป็นปกติ จะไม่มีการรู้แจ้งอริยสัจธรรมได้เลย เพราะว่าเอื้อมไปทุกขณะ ไม่ระลึกในสิ่งที่เกิดแล้วปรากฏในขณะนี้ ก็ไม่มีโอกาสที่จะละคลายการยึดถือนามรูปว่าเป็นตัวตนได้

ถ. ไม่มีโอกาสอย่างไร

ส. ขณะที่ยังมีชีวิตอยู่ กำลังอยู่ที่นี้เป็นปัจจุบัน ก็มีโอกาส คิดถึงทำไมกับสิ่งที่ยังไม่ได้เกิด หรือสิ่งที่ผ่านไปแล้ว แต่ระลึกทันที การเจริญสติปัฏฐานเป็นเรื่องที่เตือนให้ระลึกทันที โดยที่ไม่ต้องห่วง ไม่ต้องกังวลกับวิปัสสนาหรือญาณเลย เพราะเหตุว่าถ้าเจริญสติแล้ว ปัญญาถึงลักษณะของนามและรูปมากขึ้นแล้ว มีเหตุแล้ว ผลต้องเกิด

ถ. การเกิดดับของนามรูป คือ รูปนามเกิดดับ นามดับก่อน หรือรูปดับก่อน อย่างไหนดับช้า อย่างไหนดับเร็ว

ส. นามรูปเกิดดับทุกขณะ นามใดเกิดก่อน นามนั้นก็ดับก่อน รูปใดเกิดก่อน รูปนั้นก็ดับก่อน แต่ธรรมดาแล้ว รูปมีอายุมากกว่าจิต คือ รูปหนึ่งที่เกิดขึ้นจะเท่ากับอายุของจิต ๑๗ ขณะ รูปนั้นถึงจะดับไป ทำไมถึงได้สงสัยว่าจะอะไรเกิดก่อนอะไรดับก่อน

ถ. เพราะเกิดดับเร็ว ระลึกไม่ทัน

ส. ไม่ใช่เรื่องทัน หรือไม่ทัน แต่เป็นเรื่องที่สติระลึกถึงที่กำลังปรากฏ เมื่อสักครู่นี้ก็ดับไปแล้ว ขึ้นต้นนั้นเพียงระลึกถึงลักษณะที่เป็นนาม เพื่อที่จะได้ไม่ปนกับลักษณะที่เป็นรูปก่อน เพราะว่าสิ่งที่ปรากฏมีทั้งนามมีทั้งรูป ถ้าไม่รู้ชัดในลักษณะที่ต่างกัน ก็จะยึดถือว่าเป็นตัวตน เป็นสัตว์ เป็นบุคคลได้



ถ. สิ่งทั้งปวงก็ไม่พ้นรูปนาม รูปนามนี้เป็นของเหลวไหล เหมือนคนเรา หลอกล้อเล่นกันเท่านั้น ที่เห็นว่าเป็นแก่นสารนั้นมีอะไรบ้าง โดยมากรูปนามก็เกิดดับ เรื่อย ๆ หลอกล้อเราอยู่เรื่อย ๆ เหมือนเราดูภาพยนตร์ สิ่งที่เป็นแก่นสารนั้นมีอะไรบ้าง ก็ไม่รู้

ส. ทุกคนมีอัตภาพ ขณะนี้คือ นามรูป ซึ่งใช้ต่างกันแล้วแต่บุคคล คน พาลก็ใช้ไปในทางทุจริต ถ้าไม่ใช้อย่างนั้น ก็ใช้ในทางที่เป็นประโยชน์ยิ่งขึ้น เป็นขั้น ๆ ตั้งแต่ชั้นทาน ชั้นศีล ชั้นสมาธิ ชั้นวิปัสสนา

เหมือนอย่างสุปปพุทธภูมิ ถ้าไม่เคยเจริญสติเลยในอดีต เวลาที่สติระลึก รู้ลักษณะของนามที่กำลังปรากฏในขณะนั้น ระลึกรู้ลักษณะของรูปในขณะนั้น จะละ คลายการยึดถือว่าเป็นตัวตนได้ไหม เหมือนกับคนที่ยังไม่เคยเจริญสติมาก่อน แล้วสติ จะเริ่มระลึกรู้ลักษณะของนาม ระลึกลักษณะของรูป ทำไมไม่ประจักษ์การเกิดขึ้นและ ดับไป ก็เพราะเหตุว่าเยื่อใยยังยึดถืออยู่ แต่ถ้าท่านเคยเจริญสติ ปัญญาที่รู้ชัดที่จะละ เยื่อใยของการยึดถือ ก็ย่อมทำให้บรรลุอุรยัสจธรรมได้





๑๒๙



ในครั้งก่อนก็ได้พูดถึงข้อความใน **มหาสติปัฏฐานสูตร จิตตานุปัสสนา** ที่ว่า  
ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่อย่างไรเล่า  
ภิกษุในธรรมวินัยนี้ จิตมีราคะก็รู้ว่า จิตมีราคะ หรือว่า จิตปราศจากราคะก็รู้  
ว่า จิตปราศจากราคะ

ซึ่งถ้าท่านผู้ฟังไม่ได้ศึกษาเรื่องของจิตโดยละเอียด ก็ยากที่จะทราบว่าใน  
ขณะนั้นเป็นจิตประเภทใด แต่ข้อสำคัญที่ควรจะต้องระลึกถึงก็คือว่า จิตซึ่งเป็น  
นามธรรมนั้นเป็นสิ่งที่ควรจะต้องรู้ใหม่ เพราะเหตุว่าเวลาที่พูดถึงการเจริญสติปัฏฐาน  
ท่านผู้ฟังอาจจะคิดว่ามีถึง ๔ บรรพ คือ มีกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เวทนานุปัสสนา-  
สติปัฏฐาน จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน รัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน และบางท่านอาจจะ  
เคยคิด หรือเคยสงสัยว่า เมื่อสติปัฏฐานมี ๔ ท่านก็อาจจะเลือกเจริญสติปัฏฐานหนึ่ง  
เพียงสติปัฏฐานเดียวก็ได้

ถ้าเข้าใจอย่างนั้น ก็ไม่ถูกต้อง เพราะเหตุว่าผู้ที่เจริญสติจะต้องระลึกถึงลักษณะ  
ของสติปัฏฐานทั้ง ๔ จึงจะละการยึดถือการที่เคยเข้าใจผิด หรือว่าการไม่รู้ถึงลักษณะของ  
นามและรูปได้ เพราะ เหตุว่าในกายานุปัสสนาสติปัฏฐานนั้น ทุกท่านมีกาย แต่จะ  
ระลึกเพียงที่กายอย่างเดียวก็รู้ถึงลักษณะของรูป แต่สติก็เป็นธรรมชาติที่เป็นอนัตตา ไม่  
เที่ยง เพราะฉะนั้น เมื่อสติระลึกถึงลักษณะของรูปขณะหนึ่ง ก็ย่อมจะระลึกถึงลักษณะ  
ของสิ่งอื่นที่เป็นของจริงที่ปรากฏต่อไปได้ ไม่ใช่จะไปบังคับให้สติระลึกอยู่ที่รูป ซึ่ง  
เป็นสิ่งที่เป็นไปไม่ได้ ทุกคนพิสูจน์ได้ เมื่อธรรมปรากฏ แต่ไม่รู้ถึงลักษณะของสภาพธรรม  
นั้น จะละความสงสัย จะละความไม่รู้ในสภาพธรรมนั้น ๆ ไม่ได้

เพราะฉะนั้น ไม่ใช่ไปเลือกด้วยความต้องการว่า ท่านจะเจริญสติปัฏฐานบรรพ  
นั้น บรรพนี้เท่านั้น ถ้าสติไม่ระลึกถึงลักษณะของจิตจะทราบได้ใหม่ว่า มีจิตหลายอย่าง  
มีจิตหลายประเภท และวันหนึ่ง ๆ ระลึกถึงจิตอะไรบ้าง



ถ้าท่านระลึกกาย ระลึกเวทนา คือ ความรู้สึกต่าง ๆ ก็ไม่ใช่ว่ามีแต่เวทนา โดยที่ไม่มีจิต กำลังเห็นเป็นจิต ได้ยินเป็นจิต คิดนึกเป็นจิต อกุศล โสกะ โทสะ โมหะเกิดขึ้นปรากฏ เป็นสภาพของจิตที่ประกอบด้วยโลภะ ประกอบด้วยโทสะ ประกอบด้วยโมหะ หรือขณะใดจิตเป็นไปในทาน ในศีล ประกอบด้วยเมตตา กรุณา มุทิตาเหล่านั้น ก็เป็นสภาพลักษณะของจิตประเภทอื่น ๆ ซึ่งมีจริง ๆ และก็เกิดขึ้นเป็นปกติในชีวิตประจำวัน แต่ถ้าไม่ระลึก ก็ย่อมยังคงยึดถือสภาพของจิตนั้นว่าเป็นสัตว์ เป็นบุคคล เป็นตัวตนอยู่

เพราะฉะนั้น ที่กล่าวว่าเจริญแต่เพียงกายานุปัสสนาสติปัฏฐานเท่านั้น ย่อมไม่ได้ เพราะแม้แต่เวทณาก็จะต้องระลึก แม้แต่จิตก็ต้องระลึกด้วย คงจะไม่มีท่านผู้ใดกล่าวว่า ท่านไม่มีโลภมูลจิต ท่านไม่มีโทสมูลจิต ท่านไม่มีโมหมูลจิต ทุกท่านก็ต้องยอมรับว่ามี

สภาพธรรมที่เป็นโลภมูลจิตก็เกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัย สภาพธรรมที่เป็นโทสมูลจิต โมหมูลจิตก็เกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัย กันไว้ได้ไหมว่าไม่ให้เกิด เวลาที่สติจะเกิด มีตัวตนที่จะไปกันไหม ไม่ให้โลภมูลจิตเกิดได้ไหม ให้รู้เพียงแค่ทางตาเห็นสี ทางหูได้ยินเสียง ทางจมูกได้กลิ่น ทางลิ้นรู้รส ทางกายรู้สิ่งที่กระทบสัมผัสโดยที่ไม่ให้โลภมูลจิตเกิด โทสมูลจิตเกิด โมหมูลจิตเกิด กันได้ไหม

มีผู้ถามว่า เวลาที่เริ่มเจริญสติปัฏฐานเห็นที่ไรก็เป็นคน เป็นสัตว์ เป็นวัตถุ สิ่งของต่าง ๆ ทุกที ไม่ได้เห็นว่าเป็นสีเท่านั้นที่ปรากฏ แต่รู้ความหมายของสิ่งที่เห็นด้วยว่าสิ่งที่เห็นนั้นเป็นอะไร ระลึกในขณะที่รู้ว่าเป็นคน เป็นสัตว์ได้ไหมว่า ขณะนั้นก็เห็นแต่เพียงนามชนิดหนึ่ง แล้วแต่ว่าจะเป็นนามธรรมชนิดใดที่เป็นจริง มีจริงในขณะนั้น สติสามารถจะระลึกได้

ถ้าขณะที่เห็นแล้วรู้ว่าเป็นอะไร ก็ระลึกได้ว่า แม้ขณะนั้นก็เป็นนามธรรมชนิดหนึ่ง ให้สติเริ่มระลึกลักษณะของสิ่งที่ปรากฏโดยไม่เลือก ไม่ใช่ตั้งใจเจาะจงกันไว้เพียงแค่เห็นกับสี หรือว่าเสียงกับได้ยิน





แม้แต่ขณะที่เห็น แล้วรู้ว่าสิ่งที่เห็นเป็นอะไร ก็ขอให้ระลึกได้ว่า การรู้นั้นก็เห็น แต่เพียงนามธรรมชนิดหนึ่ง หรือถึงแม้ว่าจะเกิดโลภะ ความพอใจในสิ่งที่เห็น ในสิ่งที่ได้ยิน ก็ไม่ใช่ว่าต้องเปลี่ยนย้าย ไปกัน ระลึกรู้แต่เฉพาะตาที่มีการเห็นสี ถ้าเกิด ความชอบใจขึ้นแล้ว เกิดแล้วปรากฏในขณะนั้น สติระลึกได้ว่า แม้แต่ความชอบใจ ในขณะนั้นก็เป็นนามธรรมชนิดหนึ่ง

เวลาที่สติเริ่มเกิด และเริ่มระลึกได้ที่ละเล็กทีละน้อย ผู้ที่เจริญสติจะทราบว่า ยังไม่พอ ยังน้อย ความรู้ไม่ได้รู้เรื่องสีกับเห็น ไม่ได้รู้เรื่องเสียงกับได้ยิน ที่แรกท่าน อาจจะเริ่มระลึกถึงลักษณะของความชอบ หรือว่าการคิดนึก หรือที่รู้ว่าเป็นคน เป็นสัตว์ เป็นวัตถุสิ่งของต่าง ๆ นี้ ท่านเริ่มระลึกได้ว่า ที่รู้นั้นก็เห็นนามธรรมชนิดหนึ่ง แต่ยังมี นามธรรมอีกมากทีเดียวที่สติจะต้องเจริญขึ้น และก็จะระลึกมากขึ้น ข้อสำคัญที่สุด คือ การเจริญสติปัญญานั้นเป็นปกติในชีวิตประจำวันจริง ๆ

ไม่ว่าจะเป็นชีวิตของฆราวาส หรือชีวิตของบรรพชิตก็ตาม ต้องดำเนินไปด้วย การเข้าใจประโยชน์ของสติ และระลึกถึงลักษณะของนามและรูปตามปกติบ่อย ๆ เอง ๆ ไม่ว่าจะเป็นโลกะ หรือไม่ว่าจะรู้ว่าสิ่งที่เห็นเป็นอะไร ก็ควรจะเริ่มระลึกถึง ลักษณะของนามของรูปให้มากขึ้น แล้วก็ทวนขึ้น โดยไม่เจาะจง

ขอกล่าวถึงพระพุทธโฆสาวาทต่าง ๆ ที่ได้ทรงโอวาทท่านพระราหุล ให้ทราบว่า ท่านพระราหุลนั้นท่านไม่ใช่อุคฆฏิตัญญู ไม่ใช่วิปจิตัญญู ท่านเป็นเนยยบุคคล และ สำหรับเนยยบุคคลนั้นต้องเจริญสติมากที่สุดทีเดียว เพราะเหตุว่าต้องละอนุสัยกิเลสที่เคย ไม่รู้ลักษณะของนามและรูปที่เคยยึดถือือนามรูปว่าเป็นตัวตน เป็นสัตว์ เป็นบุคคล เพราะฉะนั้น การละ ก็จะต้องเจริญสติมากจนกระทั่งรู้ทั่ว แล้วก็รู้ชัดจริง ๆ

**มัชฌิมนิกาย มัชฌิมปัณณาสก์ จูฬราหุโลวาทสูตร** มีข้อความว่า

ครั้งนั้น พระผู้มีพระภาคประทับ ณ พระวิหารเวฬุวัน ท่านพระราหุลอยู่ ณ ปราสาทชื่อว่า อัมพลัญญิกา เวลาเย็น พระผู้มีพระภาคเสด็จไปที่ปราสาทที่ท่านพระราหุลอยู่ ทรงโอวาทท่านพระราหุลว่า



จักไม่กล่าวมุสา แม้เพราะหวัหระกันเล่น และควรพิจารณาก่อนจึงกระทำกรรมด้วยกาย ด้วยวาจา ด้วยใจ

คือ พิจารณาว่าการกระทำสิ่งนั้น ๆ จะไม่เบียดเบียน จะไม่ก่อให้เกิดทุกข์ทั้งตนเองและกับผู้อื่นด้วย

ขณะนั้นท่านพระราहुลไม่ใช่ฆราวาส เป็นบรรพชิต แต่ก็มีชีวิตเป็นปกติ และชีวิตของผู้ที่เป็นพุทธบริษัทที่ได้ฟังธรรม ก็ย่อมเจริญสติปัฏฐานเพื่อรู้สภาพธรรมตามความเป็นจริง เพื่อรู้แจ้งอริยสัจธรรม

เพราะฉะนั้น ถึงแม้จะเป็นท่านพระราहुล พระผู้มีพระภาคก็ยังได้ทรงโอวาทท่านในเรื่องของชีวิตที่เป็นปกติธรรมดาจริง ๆ

**มัชฌิมนิกาย มัชฌิมปัณณาสก์ มหाराหุลโวลาทสูตร** มีข้อความว่า

ครั้งนั้น พระผู้มีพระภาคประทับ ณ พระวิหารเชตวัน พระผู้มีพระภาคเสด็จไปบิณฑบาต มีท่านพระราहुลตามไป ณ เบื้องพระปฤษฎางค์ พระผู้มีพระภาครับสั่งกับท่านพระราहुล เรื่องรูปไม่เที่ยง

ท่านพระราहुลได้กราบทูลถามว่า

รูปเท่านั้นหรือพระเจ้าข้า ที่ไม่เที่ยง

ซึ่งพระผู้มีพระภาคก็ได้ตรัสต่อไปถึง

ทั้งเวทนา ทั้งสัญญา ทั้งสังขาร ทั้งวิญญาณว่า ไม่เที่ยง

เมื่อท่านพระราहुลได้รับพระโอวาท ได้กลับไปเจริญสมณธรรม ท่านพระสารีบุตรก็ได้บอกให้ท่านเจริญอานาปานสติ ก็เป็นชีวิตปกติธรรมดา ซึ่งตอนเย็นท่านได้ไปเฝ้าพระผู้มีพระภาค แล้วกราบทูลถามว่า

อานาปานสติเจริญอย่างไร ทำให้มากแล้วอย่างไร จึงจะมีผล มีอานิสงส์

ซึ่งพระผู้มีพระภาคได้ให้ท่านพระราहुลพิจารณารู้ลักษณะของธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม นอกจากนั้นก็ยังให้ท่านพระราहुลเจริญเมตตาภาวนาเพื่อละพยาบาท เจริญกรุณาภาวนาเพื่อละวิหิงสา เจริญมุทิตาภาวนาเพื่อละอริติ เจริญอุเบกขาภาวนา



เพื่อละปฏิฆะ เจริญอุสุภกาวนาเพื่อละราคะ เจริญอนิจจสัญญาภาวนาเพื่อละ  
อัสมีมานะ และตอนสุดท้ายก็ได้ให้ท่านพระราหุลเจริญอานาปานสติ

เจาะจงหรือไม่ว่า จะต้องเป็นบรรพนั้น บรรพนี้ เฉพาะแค่ทางตา หรือทางหู  
เท่านั้น ไม่ให้เลยไปถึงพยาบาท ไม่ให้เลยไปถึงอริติ ซึ่งเป็นเรื่องชีวิตปกติธรรมดา ซึ่ง  
ใครก็กั้นไม่ได้ ห้ามไม่ได้ เพราะเหตุว่าแม้ในขณะที่เจริญเมตตา ผู้ที่มีปกติเจริญสติ  
สติก็สามารถที่จะระลึกถึงลักษณะของนามและรูปที่เกิดปรากฏในขณะนั้น และสามารถ  
รู้ชัด และละคลายการยึดถือนามรูปว่าเป็นตัวตนได้

นอกจากนั้นใน **สังยุตตนิกาย นิทานวรรค ราหุลสังยุต** ซึ่งครั้งนั้นพระผู้มี-  
พระภาคประทับ ณ พระวิหารเชตวัน พระองค์ได้ทรงโอวาทท่านพระราหุล

ใน **จักขุสูตร** เป็นเรื่องของตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ไม่เที่ยง

ใน **รูปสูตร** เป็นเรื่องของสี เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ไม่เที่ยง

ใน **วิญญานสูตร สัมผัสสูตร เวทนาสูตร สัญญาสูตร เจตนาสูตร**  
**ตัณหาสูตร ธาตุสูตร** ธาตุสูตรนี้ก็ได้อีก ธาตุดิน น้ำ ไฟ ลม อากาศ วิญญาน  
นั่นเอง

ทุกสูตรนั้นได้ทรงแสดงว่า สภาพธรรมทุกอย่างล้วนไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็น  
อนัตตา ที่ต้องรู้ทั่วจริง ๆ ไม่ว่าจะเป็นนามรูปทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทาง  
กาย ทางใจ ก็จะต้องประจักษ์ว่า สภาพนั้นไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

**มัชฌิมนิกาย อุปริปัณณาสก์ จุฬาราลูโฆวาทสูตร** มีข้อความว่า

ครั้งนั้นพระผู้มีพระภาคประทับ ณ พระวิหารเชตวัน ทรงพระดำริว่า ท่านพระ  
ราหุลมีธรรมที่บ่มวิมุตติแก่กล้าแล้ว พึงแนะนำท่านพระราหุลในธรรมที่สิ้นอาสวะยิ่งขึ้น  
เถิด เมื่อเสด็จกลับจากบิณฑบาต ภายหลังพระกระยาหารแล้ว ได้ตรัสให้ท่านพระ  
ราหุลถือผ้ารองนั่งเข้าไปยังป่าอันธวัณ เพื่อพักผ่อนกลางวันกัน

ทรงแสดงธรรมเรื่องตา รูป จักขุวิญญาน เป็นต้น ไม่เที่ยง ทั้ง ๖ ทวาร  
นอกจากนั้น ทรงแสดงทั้งเวทนา สัญญา สังขาร วิญญานที่เกิดเพราะผัสสะนั้น ๆ ว่า  
ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา



เมื่อท่านพระราहुลได้ฟังพระธรรมที่พระผู้มีพระภาคทรงแสดง ท่านก็บรรลุเป็นพระอรหันต์

จะเห็นได้ว่า ผู้ที่เป็นเนยยบุคคลนั้นต้องเจริญสติมาก ที่จะไม่รู้นาม ไม่รู้เวทนานุปัสสนา หรือว่า จิตตานุปัสสนานั้น เป็นสิ่งที่เป็นไปได้

ถ. ที่ท่านห้ามพระราहुลไม่ให้หัวเราะ จะเป็นมุส่านั้น

ส. ไม่ใช่ห้ามหัวเราะ การขัดเกลตาต้องขัดเกลตาอย่างละเอียดทีเดียว พระผู้มีพระภาคตรัสกับท่านพระราहुลว่า ท่านพระราहुลจักไม่กล่าวมุสา ไม่พูดปด แม้เพราะหัวเราะกันเล่น ชีวิตจริง ๆ ของเราเคยหลอกใครเล่นบ้างไหม เคยล้อใครบ้างไหม ทั้ง ๆ ที่ไม่จริง แต่เพื่อหัวเราะกันเล่นสนุก ๆ ตามวิสัยของผู้ที่ยังมีโลภะ ยังมีกิเลสอยู่ ยังไม่หมดกิเลส เพราะฉะนั้น ผู้ที่เพียรละกิเลส ควรจะพิจารณาการกระทำทางกาย ทางวาจา ทางใจ พระผู้มีพระภาคทรงอุปมาว่า เหมือนกับกระจก หรือแวนซึ่งมีไว้สำหรับส่อง

เพราะฉะนั้น การที่จะพิจารณาธรรม ก็เป็นสิ่งที่ควรพิจารณาการกระทำว่า การกระทำนั้นจะเบียดเบียนให้ผู้อื่นเดือดร้อนไหม จะก่อทุกข์ให้กับผู้อื่น หรือว่าจะก่อทุกข์ให้แก่ตนเองหรือไม่ บางคนก็ตั้งใจจะล้อคนอื่นสนุก ๆ แต่คนที่ถูกล้อเป็นอย่างไร สนุกไหม หรือว่าเป็นทุกข์เดือดร้อน ทำให้คนอื่นเป็นทุกข์เดือดร้อนได้ โดยที่ตัวเองสนุกสนาน

ไม่ได้ทรงแสดงไว้ถึงที่มาของเรื่องนี้ว่า เพราะเหตุใดพระผู้มีพระภาคจึงได้ทรงโอวาทท่านพระราहुลเช่นนี้ แต่ข้อความในพระสูตรมีว่า

ครั้งนั้น พระผู้มีพระภาคประทับ ณ พระวิหารเวฬุวัน เขตพระนครราชคฤห์ ส่วนท่านพระราहुลอยู่ ณ ปราสาทชื่อว่า อัมพลัญจิกา พระผู้มีพระภาคก็ได้เสด็จออกจากที่หลีกเร้นในเวลาเย็น แล้วได้เสด็จไปหาท่านพระราहुลที่ปราสาท ที่ท่านพระราहुลอยู่ แล้วก็ทรงโอวาทท่านพระราहुลว่า

จักไม่กล่าวมุสา แม้เพราะหัวเราะกันเล่น



เพราะฉะนั้น คงจะมีเหตุการณ์ที่ทำให้พระผู้มีพระภาคเสด็จไปหาท่านพระราहुล แล้วก็ทรงโอวาท นี่เป็นการแสดงให้เห็นถึงชีวิตจริง ๆ ที่การเจริญสติปัฏฐานจะต้องระลึกรู้ แม้ในขณะที่หัวเราะ หรือว่าในขณะที่จิตเป็นโลภะ เป็นโทสะ เป็นโมหะ ตามความเป็นจริง ไม่ใช่ไปกันไว้ไม่ให้รู้ แล้วก็กลายเป็นอีกบุคคลหนึ่งโดยที่ไม่รู้จักตนเองจริง ๆ

อย่างบางคนก็มีโลภะมากทั้งทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ จะเปลี่ยนแปลงการสะสมของบุคคลนั้นได้ไหม ในเมื่อเขาสะสมมาที่จะมีโลภะทางตา มาก หรือว่าบางคนก็อาจจะมีโลภะทางหูมาก แต่ผู้นั้นก็เจริญสติปัฏฐานได้ ผู้ที่มีโลภะทางตามาก เวลาที่โลภะเกิดก็ระลึกได้ รู้ว่าลักษณะของโลภะมูลจิตนั้นก็เพียงนามธรรมชนิดหนึ่งเกิดขึ้นบ่อย ๆ เนือง ๆ สติก็ระลึกบ่อย ๆ เนือง ๆ ผู้นั้นก็รู้ชัดตามความเป็นจริงของตนเองว่า ตนเองเป็นผู้ที่มีโลภะทางตามาก ส่วนผู้ที่มีโลภะทางหูมาก เวลาที่โลภะเกิดขึ้น ก็ระลึกได้รู้ว่าเป็นนามธรรมชนิดหนึ่งบ่อย ๆ เนือง ๆ ก็รู้จักตนเองดีว่ามีโลภะทางหูมาก ซึ่งเกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัย

การระลึกรู้ลักษณะของโลภะของตนเองบ่อย ๆ เนือง ๆ ไม่ว่าจะเป็นผู้ที่หนักในทางตา หรือทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกายนั้น ย่อมทำให้ผู้นั้นละสมุทัยสังขะ คือ อนุสัยกิเลสที่ยึดถือสภาพของโลภะนั้นว่าเป็นตัวตน เพราะระลึกขณะใดก็เป็นนามธรรมชนิดหนึ่ง สภาพของโลภะเกิดอีกแล้ว บ่อย ๆ เนือง ๆ ก็ขึ้น รู้ถึงเหตุปัจจัยว่าสภาพนั้นก็เป็นแต่เพียงนามธรรม ไม่ใช่ตัวตน เมื่อสะสมมามากอย่างไร ก็มีปัจจัยให้เกิดขึ้นเป็นไปอย่างนั้น เพราะฉะนั้น ก็ละคลายอนุสัยที่ไม่รู้ลักษณะของโลภะ หรือว่าที่เคยยึดถือสภาพของโลภะนั้นว่าเป็นตัวตนออกได้ที่ละเล็กทีละน้อย ความจริงเป็นอย่างใด สติก็ต้องระลึกอย่างนั้น

เพราะฉะนั้น ไม่ว่าจะเป็นโลภะ ไม่ว่าจะเป็นโทสะ ไม่ว่าจะเป็นโมหะ เป็นสภาพที่จะต้องระลึกรู้ ไม่ใช่กันไว้ไม่ให้รู้ แล้วก็คิดว่าขณะนั้นเป็นการเจริญสติปัฏฐาน





๑๓๐



มีข้อความในพระสูตรหนึ่ง ซึ่งแสดงให้เห็นชัดเจนถึงการเจริญสติปัฏฐานเป็นปกติในชีวิตประจำวัน ซึ่งไม่มีวิธีอื่นที่จะไปกล่าวอ้างว่าจะต้องทำอย่างนั้น จะต้องทำอย่างนี้ ให้ผิดไปจากชีวิตปกติประจำวัน

**มัชฌิมนิกาย อุปริปัณณาสก์ อินทริยภาวนาสูต** มีข้อความว่า

ครั้งนั้น พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ที่ป่าไผ่ ในนิคมชื่อกัชชังกลา ครั้งนั้น อุตตรมาณพ ศิษย์พราหมณ์ปาราสิริยะ เข้าไปเฝ้าพระผู้มีพระภาคถึงที่ประทับ พระผู้มีพระภาคตรัสถามอุตตรมาณพว่า

ปาราสิริยะพราหมณ์ แสดงการเจริญอินทริย์แก่สาวกหรือเปล่า

การเจริญอินทริย์นี้ หมายความว่าถึงศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา ซึ่งจะต้องอบรมให้แก่กล้า เพื่อจะได้รู้สภาพธรรมตามความเป็นจริง เมื่อมีเจ้าสำนักมากมายหลายแห่ง และอุตตรมาณพซึ่งเป็นศิษย์ของพราหมณ์ปาราสิริยะได้ไปเฝ้าพระผู้มีพระภาค พระผู้มีพระภาคก็ได้ทรงอนุเคราะห์ถือฤกษ์ด้วยการถามว่า ปาราสิริยะพราหมณ์แสดงการเจริญอินทริย์แก่สาวกหรือไม่

อุตตรมาณพก็กราบทูลว่า

ปาราสิริยะพราหมณ์แสดงการเจริญอินทริย์แก่สาวก

พระผู้มีพระภาคตรัสถามว่า

ปาราสิริยะพราหมณ์แสดงการเจริญอินทริย์อย่างไร ด้วยประการใด

อุตตรมาณพก็ได้กราบทูลว่า

ปาราสิริยะพราหมณ์แสดงการเจริญอินทริย์แก่สาวกทั้งหลายอย่างนี้ว่า อย่าเห็นรูปด้วยจักขุ อย่าได้ยินเสียงด้วยโสต

กัณโฬอีกแล้ว ไม่ให้เห็น ไม่ให้ได้ยิน คิดว่าเป็นวิธีหนึ่งซึ่งจะอบรมอินทริย์



พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

ดูกร อุตตระ เมื่อเป็นเช่นนี้ คนที่เจริญอินทรีย์แล้วตามคำของปาราสิริย-  
พราหมณ์ ต้องเป็นคนตาบอด ต้องเป็นคนหูหนวก เพราะคนตาบอดไม่เห็นรูปด้วย  
จักขุ คนหูหนวกไม่ได้ยินเสียงด้วยโสต

เมื่อพระผู้มีพระภาคตรัสแล้วอย่างนี้ อุตตรมาณพศิษย์ปาราสิริยพราหมณ์นั่ง  
นิ่ง เก้อเขิน คอดก ก้มหน้า ชบเซา หมดปฏิกาณ

แสดงให้เห็นว่า ถึงแม้ในครั้งพุทธกาลซึ่งพระผู้มีพระภาคยังไม่ปรินิพพาน ก็ยัง  
มีคนที่ไม่เข้าใจการอบรมอินทรีย์ผิด ถ้าเป็นผู้ที่สนใจในการอบรมศรัทธา วิริยะ สติ  
สมาธิ ปัญญาจริง ๆ ก็กราบทูลถามได้ เพื่อจะได้ประพจน์ให้สมควรแก่ผลที่จะได้รู้แจ้ง  
อริยสัจธรรม

ครั้นแล้วพระผู้มีพระภาคได้รับสั่งกับท่านพระอานนท์ว่า

ปาราสิริยพราหมณ์ย่อมแสดงการเจริญอินทรีย์แก่สาวกทั้งหลายอย่างหนึ่ง  
ส่วนการเจริญอินทรีย์อันไม่มีวิธีอื่นยิ่งกว่าในวินัยของพระอริยะ ย่อมเป็นอีกอย่างหนึ่ง

ขอให้ท่านพิจารณาข้อความที่พระผู้มีพระภาคตรัสว่า ส่วนการเจริญอินทรีย์อัน  
ไม่มีวิธีอื่นยิ่งกว่าในวินัยของพระอริยะ ย่อมเป็นอีกอย่างหนึ่ง

แสดงว่า ถ้าเป็นวิธีอื่นแล้วไม่สามารถที่จะทำให้รู้แจ้งอริยสัจธรรมได้ พระองค์  
ได้ทรงแสดงการเจริญอินทรีย์อันไม่มีวิธีอื่นยิ่งกว่า ถ้าจะมีบุคคลหนึ่งบุคคลใดกล่าว  
ค้านการเจริญสติปัฏฐาน ไม่ตรงตามที่ได้ทรงแสดงไว้ ผู้นั้นย่อมเข้าใจว่า มีการเจริญ  
อบรมวิธีอื่นยิ่งกว่าวิธีที่พระผู้มีพระภาคได้ทรงแสดงไว้แล้ว

ท่านพระอานนท์ทูลว่า

ข้าแต่พระผู้มีพระภาคผู้สุคต เป็นกาลสมควรแล้วที่พระผู้มีพระภาคจะทรง  
แสดงการเจริญอินทรีย์อันไม่มีวิธีอื่นยิ่งกว่าในวินัยของพระอริยะ ภิกษุทั้งหลายฟังต่อ  
พระผู้มีพระภาคแล้ว จักทรงจำไว้

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

ดูกร อานนท์ ถ้าเช่นนั้นเธอจงฟัง จงใส่ใจให้ดี เราจักกล่าวต่อไป





ท่านพระอานนท์ทูลรับพระผู้มีพระภาคว่า

ขอบแล้ว พระพุทธเจ้าข้า

พระผู้มีพระภาคจึงได้ตรัสดังนี้ว่า

ดูกร อานนท์ ก็การเจริญอินทรีย์อันไม่มีวิธีอื่นยิ่งกว่าในวินัยของพระอริยะ เป็นอย่างไร

ดูกร อานนท์ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ เกิดความชอบใจ ความไม่ชอบใจ ทั้ง ความชอบใจและความไม่ชอบใจขึ้น เพราะเห็นรูปด้วยจักขุ เธอรู้ชัดอย่างนี้ว่า เรา เกิดความชอบใจ ความไม่ชอบใจ ทั้งความชอบใจและไม่ชอบใจขึ้นแล้วเช่นนี้ ก็สิ่ง นั้นแล เป็นสังขตะหยาบ อาศัยกันเกิดขึ้น ยังมีสิ่งซึ่งละเอียดประณีต นั่นคือ อุเบกขา เธอจึงดับความชอบใจ ความไม่ชอบใจ ทั้งความชอบใจและไม่ชอบใจ อัน เกิดขึ้นแล้วนั้นเสีย อุเบกขาจึงดำรงมั่น

ดูกร อานนท์ ภิกษุรูปใดรูปหนึ่ง ดับความชอบใจ ความไม่ชอบใจ ทั้ง ความชอบใจและไม่ชอบใจอันเกิดขึ้นแล้วอย่างนี้ ได้เร็วพลันทันทีโดยไม่ลำบาก เหมือนอย่างบุรุษมีตาดีกระพริบตา ฉะนั้น อุเบกขาย่อมดำรงมั่น

ดูกร อานนท์ นี้เราเรียกว่า การเจริญอินทรีย์ในรูปที่รู้ได้ด้วยจักขุอย่างไม่มีวิธีอื่นยิ่งกว่าในวินัยของพระอริยะ

ถ้าท่านสังเกตข้อความว่า ภิกษุรูปใดรูปหนึ่งดับความชอบใจ ความไม่ชอบใจ ทั้งความชอบใจและไม่ชอบใจอันเกิดขึ้นแล้วอย่างนี้ ได้เร็วพลันทันทีโดยไม่ลำบาก เกิดขึ้นแล้ว ไม่ใช่ไปพยายามไม่ให้เกิด ถ้าไปพยายามไม่ให้เกิด ไม่ใช่การเจริญสติ ไม่ใช่การเจริญปัญญา

และที่พระผู้มีพระภาคตรัสว่า นี้เราเรียกว่า การเจริญอินทรีย์ในรูปที่รู้ได้ด้วย จักขุอย่างไม่มีวิธีอื่นยิ่งกว่าในวินัยของพระอริยะ เพราะฉะนั้น ถ้าใครจะให้กันไว้ ก็ไม่ ตรงตามที่ได้ทรงแสดงไว้ ทั้งความชอบใจ ทั้งความไม่ชอบใจ ไม่ใช่ให้เจาะจงเลือก ว่า จะระลึกรู้เฉพาะความชอบใจ คือ โลภะ ถึงแม้ความไม่ชอบใจเป็นของจริงเกิดขึ้น สติ ก็ระลึกรู้ด้วย จึงจะสามารถดับความชอบใจ ความไม่ชอบใจได้โดยเร็วพลันทันทีโดยไม่ ลำบากเพราะสติเกิดขึ้น ถ้าสติไม่เกิดขึ้น ความชอบใจก็ต่อไปอีกนาน ความไม่ชอบใจ



ก็ต่อไปอีกนาน แต่เพราะเหตุว่าสติเกิดขึ้น ก็สามารถที่จะดับความชอบใจ ความไม่ชอบใจได้เร็วพลันทันทีโดยไม่ลำบาก

สำหรับทางตาเป็นการเห็น พระผู้มีพระภาคก็ได้ทรงอุปมาว่า เหมือนอย่างบุรุษมีตาดีกระพริบตาฉะนั้น

สติไวไหม เร็วไหมที่จะต้องระลึกรู้ เพราะความชำนาญ ถ้าไม่ชำนาญก็มีความพอใจ ความชอบใจ ความไม่ชอบใจ วันหนึ่ง ๆ ไหลไปมากขึ้นเรื่อย ๆ โดยที่สติไม่ระลึกรู้ แต่ผู้ใดที่อบรมเจริญสติเป็นปกติ จนกระทั่งมีความชำนาญ เวลาที่ความชอบใจเกิดขึ้น ก็สามารถระลึกรู้ได้โดยเร็วพลันทันทีโดยไม่ลำบาก อุปมาเหมือนคนตาดีที่กระพริบตาฉะนั้น

ถ. ความชอบใจเกิด สติเกิดขึ้นทันที

สุ. รวดเร็ว เป็นความไวของสติ ทำไมโลภะ โทสะ โมหะยังเกิดขึ้นได้ รวดเร็วนัก เพราะเหตุว่าชำนาญ ฉันทะ เวลาที่ผู้ที่อบรมเจริญสติระลึกรู้ลักษณะของนามของรูปทั้งทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ทั้งกาย เวทนา จิต ธรรม เวลาที่ความชอบใจเกิดขึ้น สติก็ระลึกได้เร็วพลันทันทีฉะนั้น

ถ. (ไม่ได้ยิน)

สุ. ลักษณะของสติก็เหมือนโลภะที่มีปัจจัยก็เกิดขึ้นได้ไม่ต้องรื้อ สติก็ไม่รื้อเหมือนกัน เวลาที่อบรมแล้วเจริญแล้ว สติก็สามารถจะเกิดขึ้นได้อย่างรวดเร็ว

ถ. อุเบกขา คืออย่างไร

สุ. อุเบกขา หมายความว่า การไม่หวั่นไหวไปด้วยความชอบใจและไม่ชอบใจ ซึ่งอุเบกขาต้องเป็นกุศล เป็นสติ เป็นปัญญาที่ทำให้ตั้งมั่นได้

ในพยานุชณะหลายแห่งจะมีคำว่า กุศลธรรมอันยิ่งอาศัยอุเบกขา คือ ความมั่นคง ไม่หวั่นไหวไปด้วยกำลังของปัญญาที่เกิดพร้อมสติ และในบางแห่งก็มีคำอธิบายว่า หมายความว่า วิปัสสนาญาณ

เพราะฉะนั้น บางทีพยานุชณะก็ดูเหมือนกับเป็นสมาธิ แต่ถ้าเป็นการเจริญสติ-ปัฏฐานย่อมหมายความว่า การละเป็นสมุจเฉท ไม่ใช่เพียงชั่วครู่ชั่วคราว การละ



นิรอรณก็เหมือนกัน ถ้ามีปัญญารู้ว่า ละนิรอรณ ไม่ใช่หมายความว่า ให้ละอย่างสมาธิ คือ ขั้วครูที่สงบเป็นสมาธิ แต่หมายความว่าด้วยการเจริญปัญญา รู้ชัด แล้วก็ดับ นิรอรณเป็นสมุจเฉท เป็นประเภท ๆ ไป

ถ. หมายถึงอุเบกขาเวทนาหรือเปล่า

ส. ไม่ได้หมายความว่าถึงอุเบกขาเวทนา หมายความว่าถึงกุศลที่เป็นสติปัญญา ที่ทำให้ไม่หวั่นไหวไปด้วยความชอบความไม่ชอบ หรือการยึดถือว่าเป็นตัวตน

ถ. ทำอย่างไรจึงเป็นอุเบกขา

ส. เจริญสติ ไม่ใช่มีตัวตนไปทำอย่างนั้น ไปทำอย่างนี้ ไม่ใช่มีตัวตนไป เป็นอุเบกขาได้ตามใจชอบ เป็นสติที่มั่นคง ปัญญา รู้ชัด ไม่หวั่นไหวไป

ถ. ขณะที่จิตเป็นอุเบกขา มันคงอย่างไร

ส. เจริญสติแล้วจะทราบ ถ้าไม่มีสติ ก็ไม่มีทางที่จะมันคงอย่างนั้นได้ รู้ ลักษณะของนามของรูป รู้ชัด ในขณะนั้นก็ได้ยึดถือว่าเป็นตัวตน เป็นสัตว์ เป็นบุคคล เพราะรู้ว่าสภาพธรรมทั้งหลายล้วนแต่เกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัย เมื่อระลึก รู้ ลักษณะของสภาพธรรมใด สภาพธรรมนั้นก็ดับ ไม่เที่ยง ไม่ใช่ตัวตน

สำหรับทางหู ก็โดยนัยเดียวกัน พระผู้มีพระภาคทรงอุปมาว่า

ภิกษุรูปใดรูปหนึ่ง ดับความชอบใจ ความไม่ชอบใจ ทั้งความชอบใจและความไม่ชอบใจอันเกิดขึ้นแล้วอย่างนี้ ได้เร็วพลันทันทีโดยไม่ลำบาก เหมือนอย่างบุรุษ มีกำลัง ดัดนิ้วมือโดยไม่ลำบากฉะนั้น

สำหรับทางจมูกทรงอุปมาว่า

ภิกษุรูปใดรูปหนึ่ง ดับความชอบใจ ความไม่ชอบใจ ทั้งความชอบใจและไม่ชอบใจอันเกิดขึ้นแล้วอย่างนี้ ได้เร็วพลันทันทีโดยไม่ลำบาก ทรงอุปมาเหมือนอย่างหยาดน้ำกลิ้งไปบนใบบัว ย่อมไม่ติดในที่ ๆ กลิ้งไปสักน้อยหนึ่งฉะนั้น

สำหรับทางลิ้น พระผู้มีพระภาคทรงอุปมาว่า



ภิกขุรูปใดรูปหนึ่ง ดับความชอบใจ ความไม่ชอบใจ ทั้งความชอบใจและไม่ชอบใจอันเกิดขึ้นแล้วอย่างนี้ ได้เร็วพลันทันทีโดยไม่ลำบาก เหมือนอย่างบุรุษมีกำลัง ตะล่อมก้อนเขฬะไว้ตรงปลายลื่น แล้วถ่มไปโดยไม่ลำบากเช่นนั้น

ถ้าเป็นพระดำรัสโดยตรง จะไม่มีเลยที่จะให้กันไว้ คือ ทั้งความชอบใจและไม่ชอบใจอันเกิดขึ้นแล้ว ก็ให้สติระลึกรู้ แล้วก็ดับได้โดยเร็วพลันทันทีโดยไม่ลำบาก

สำหรับทางกาย พระผู้มีพระภาคทรงอุปมาว่า

เหมือนอย่างบุรุษมีกำลัง เขี่ยดแกนที่คู้ หรือคู้แกนที่เหยียด โดยไม่ลำบาก ฉะนั้น

สำหรับทางใจ ทรงอุปมาว่า

เหมือนบุรุษมีกำลัง หยัดหรือสบัดหยาดน้ำ ๒ หรือ ๓ หยาด ลงในกระทะ เหล็กที่ร้อนจัดตลอดวัน ความหยัดลง คือ ความตกลงแห่งหยาดน้ำยังช้า ทันทีนั้น หยาดน้ำนั้นจะถึงความสิ้นไป แห่งไปเร็วทีเดียวฉะนั้น

ข้อความที่ได้กล่าวถึงเป็นตอนต้นใน อินทริยภาวนาสูต

ข้อความต่อไปมีว่า

พระเสขะผู้ยังปฏิบัติอยู่ เมื่อเกิดความชอบใจ ไม่ชอบใจ ย่อมยึดอัดเบื้อหนาย เกลียดชังความชอบใจความไม่ชอบใจนั้น แต่พระอริยะผู้เจริญอินทริย์แล้ว ย่อมเป็นผู้วางเฉยในสิ่งนั้น ๆ อยู่อย่างมีสติสัมปชัญญะได้

แสดงให้เห็นว่า การเจริญสติปัฏฐานจะต้องเจริญมากมายสักเพียงใด จะต้องรู้ทั่วจริง ๆ ปกติจริง ๆ ไม่ว่าจะเป็นกาย เป็นเวทนา เป็นจิต ก็ข้ามไม่ได้ ถ้าไม่ระลึก ไม่มีทางที่จะรู้ชัด

ก่อนที่จะกล่าวถึงจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานประการต่อไป เพื่อไม่ข้ามการพิจารณาจิต บางท่านคิดว่า การเจริญสติปัฏฐานนั้น บิณฑบาตไม่ได้ ถ้าเข้าใจอย่างนั้นจะไม่ตรงกับพระธรรมวินัยเลย ซึ่งตามพระธรรมวินัยแล้ว การเจริญสติปัฏฐานเป็นการรู้สภาพธรรมทุกอย่างตามปกติในชีวิตประจำวัน



มัชฌิมนิกาย อุปริปัณณาสก์ ปิณฑปาตปาริสุทธิสูตร ข้อ ๘๓๗  
มีข้อความว่า

ครั้งนั้น พระผู้มีพระภาคประทับ ณ พระวิหารเวฬุวัน เขตพระนครราชคฤห์  
พระผู้มีพระภาคทรงแสดงธรรมแก่ท่านพระสารีบุตร ซึ่งมีข้อความว่า

ภิกษุทั้งหลายพึงพิจารณาดังนี้ว่า เราเข้าไปบิณฑบาตยังบ้านทางใด เทียบ  
บิณฑบาตไปในประเทศใด และกลับจากบิณฑบาตแต่บ้านทางใด ในทางและประเทศ  
นั้น ๆ เรามีความพอใจ หรือความกำหนด หรือความขัดเคือง หรือความลุ่มหลง  
หรือแม้ความกระทบกระทั่งทางใจในรูปที่รู้ได้ด้วยจักขุบ้างไหม ในเสียงที่รู้ได้ด้วยโสต  
ในกลิ่นที่รู้ได้ด้วยฆานะ ในรสที่รู้ได้ด้วยชีวนา ในโณภูมิจิตที่รู้ได้ด้วยกาย ใน  
ธรรมารมณ์ที่รู้ได้ด้วยมโนบ้างไหม

ถ้าพิจารณาอยู่ รู้อยู่อย่างนี้ว่า มีความพอใจ หรือความกำหนด หรือความขัด  
เคือง หรือความลุ่มหลง หรือแม้ความกระทบกระทั่งทางใจในรูป เสียง กลิ่น รส  
โณภูมิจิต ธรรมารมณ์ ภิกษุทั้งหลายพึงพยายามละอกุศลธรรมอันลามกนั้นเสีย แต่ถ้า  
ภิกษุพิจารณาอยู่ รู้อย่างนี้ว่า ไม่มีความพอใจ หรือความกำหนด หรือความขัดเคือง  
หรือความลุ่มหลง หรือแม้ความกระทบกระทั่งทางใจในรูป เสียง กลิ่น รส  
โณภูมิจิต ธรรมารมณ์ ภิกษุทั้งหลายพึงเป็นผู้ศึกษาเนื่อง ๆ ทั้งกลางวันและกลางคืนใน  
กุศลธรรมทั้งหลาย อยู่ได้ด้วยปีติ และปราโมทย์นั้น นั่นแล

ไม่ว่าพระภิกษุจะบิณฑบาตในทางใด ในประเทศใด ย่อมเป็นผู้พิจารณาอยู่ รู้  
อย่างนี้ว่า มีความพอใจ หรือความไม่พอใจ หรือความขัดเคืองที่เกิดจากทางตา ทาง  
หู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจหรือไม่ ถ้ามี ก็เป็นผู้ที่เพียรพยายามละด้วยการ  
เจริญสติ ถ้าไม่เจริญสติก็ละไม่ได้ หรือถ้าไม่มี ภิกษุทั้งหลายพึงเป็นผู้ศึกษาเนื่อง ๆ ทั้ง  
กลางวันและกลางคืนในกุศลธรรมทั้งหลาย อยู่ได้ด้วยปีติ และปราโมทย์นั้น นั่นแล

ในกุศลธรรมทั้งหลาย แสดงให้เห็นว่า แล้วแต่อัธยาศัยจริง ๆ ไม่มีการกะ  
เกณฑ์เป็นกฎว่า จะต้องให้ทำอย่างนั้น หรือจะต้องทำอย่างนี้ เป็นผู้ศึกษาเนื่อง ๆ  
ทั้งกลางวันและกลางคืนในกุศลธรรมทั้งหลาย



ข้อความต่อไปพระผู้มีพระภาคตรัสว่า

ดูกร สารีบุตร ประการอื่นยังมีอีก ภิกษุพึงพิจารณาดังนี้ว่า เราละกามคุณ ๕ ได้แล้วหรือหนอ

ดูกร สารีบุตร ถ้าภิกษุพิจารณาอยู่อย่างนี้ว่า เรายังละกามคุณ ๕ ไม่ได้เลย ภิกษุนั้นพึงพยายามละกามคุณ ๕

ดูกร สารีบุตร แต่ถ้าภิกษุพิจารณาอยู่อย่างนี้ว่า เราละกามคุณ ๕ ได้แล้ว ภิกษุนั้นพึงเป็นผู้ศึกษาเนื่อง ๆ ทั้งกลางวันและกลางคืนในกุศลธรรมทั้งหลาย อยู่ด้วยปีติ และปราโมทย์นั้น นั่นแล

การเจริญสติปัฏฐานต้องพิจารณามาก เมื่อสตรระลึกรู้ลักษณะของนามของรูป แล้ว ยังเป็นผู้ที่รู้จักตัวเองถูกต้องชัดเจนตามความเป็นจริงว่า เป็นผู้ทีละกามคุณ ๕ ได้แล้วหรือยัง เมื่อเป็นผู้ที่ยังไม่ละ ก็จะต้องพยายามละกามคุณ ๕ แต่ถ้าภิกษุพิจารณาอยู่อย่างนี้ว่า เราละกามคุณ ๕ ได้แล้ว ภิกษุนั้นพึงเป็นผู้ศึกษาเนื่อง ๆ ทั้งกลางวันและกลางคืนในกุศลธรรมทั้งหลาย อยู่ด้วยปีติ และปราโมทย์นั้น นั่นแล

ข้อความต่อไปมีว่า

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

ภิกษุพึงพิจารณาดังนี้ว่า เราละนิรอรณ ๕ ได้แล้วหรือหนอ

การละในพระพุทธศาสนานั้น ไม่ใช่ละเพียงแค่ชั่วคราวช่วยยาม แต่ละเป็นสมุจเฉท เพราะเหตุว่านิรอรณคืออกุศลธรรม อกุศลจิตที่จะหมดยืนหรือดับได้จริง ๆ ก็ด้วยการเจริญสติปัฏฐาน ไม่ใช่เพียงระงับยับยั้งไว้ด้วยการเจริญสมาธิเท่านั้น

ต่อไป พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

ภิกษุพึงพิจารณาดังนี้ว่า เรากำหนดรู้อุปาทานขันธ ๕ ได้แล้วหรือหนอ

ทรงเตือนอยู่ตลอดเวลาให้รู้จักความจริง ไม่ใช่ให้หลงเข้าใจผิด เพราะเหตุว่าต้องระลึกเนื่อง ๆ ว่า ละกามคุณ ๕ ได้แล้วหรือยัง เมื่อยังละไม่ได้ก็ต้องรู้ และนิรอรณ ๕ ละได้แล้วหรือยัง ก็ต้องรู้ตามความเป็นจริง และที่จะละนิรอรณ ๕ ได้นั้น โดยไม่รู้



อุปาทานขันธ ๕ ละไม่ได้แน่ จึงได้ตรัสว่า ภิกษุพึงพิจารณาดังนี้ว่า เรากำหนดรู้  
อุปาทานขันธ ๕ ได้แล้วหรือหนอ

ทรงโอวาทมาถึงพุทธบริษัทสมัยนี้ด้วย ที่จะให้รู้ตามความเป็นจริงว่า รู้  
อุปาทานขันธ ๕ แล้วหรือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณที่มีอยู่เป็นประจำ รู้  
หรือยัง ถ้ายังไม่รู้ ก็เพียรพยายามที่จะรู้

