



มูลนิธิศึกษาและเผยแพร่พระพุทธศาสนา  
Dhamma Study and Support Foundation

## แนวทางเจริญวิปัสสนา

เล่ม ๗๖ ตอนที่ ๗๕๑ – ๗๖๐

บรรยายโดย

สุจินต์ บริหารวนเขตต์



## แนวทางเจริญวิปัสสนา

๗๕๑



ส ถ้าพิจารณา จะเห็นได้ว่า แม้ในครั้งที่พระผู้มีพระภาคยังไม่ปรินิพพาน พระอรหันต์ผู้ได้อภิญญาซึ่งเป็นผลของสมถภาวนาชั้นฌาน ก็ยังมีน้อยกว่าพระอรหันต์ที่เป็นสุกขาวิปัสสกะ

และก่อนที่จะเป็นพระอรหันต์ พระอริยเจ้าทั้งหลายท่านก็เป็นพระโสดาบันก่อน เมื่อท่านเป็นพระโสดาบันท่านก็รู้ว่า กิเลสของท่านยังมีเหลือ เพราะฉะนั้น กิจของท่านที่ยังเหลืออยู่ คือ จะต้องศึกษาธรรมที่กำลังปรากฏด้วยสติสัมปชัญญะ และอบรมเจริญปัญญาให้ถึงการที่จะสามารถละกิเลสขั้นต่อไปได้เป็นสมุจเฉทตามลำดับขั้น โดยบรรลุคุณธรรมเป็นพระสกทาคามี พระอนาคามี และพระอรหันต์

นี่เป็นกิจของผู้ที่รู้ว่าตนเองยังมีกิเลสเหลืออยู่ ย่อมจะไม่ทำกิจอื่น หรือแม้พุทธบริษัทที่เข้าใจเรื่องการอบรมเจริญสติปัฏฐานแล้วก็รู้ว่า กิเลสยังมีมากเหลือเกิน ถ้ายังไม่บรรลุคุณธรรมเป็นพระโสดาบัน ไม่มีหนทางที่จะดับกิเลสทั้งหลายได้เป็นสมุจเฉท ซึ่งผู้ที่เข้าใจถูกอย่างนี้รู้ว่า มีหนทางเดียวเท่านั้นที่ปัญญาจะเจริญขึ้นถึงขั้นที่สามารถจะดับกิเลสได้ โดยการเป็นผู้ที่อบรมเจริญสติระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏในขณะนี้เอง

เพราะฉะนั้น ผู้ที่เข้าใจอย่างนี้จะไปเจริญฌานใหม่ หรือว่าจะระลึกศึกษารู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏตามปกติตามความเป็นจริง จนกว่าปัญญาจะคมกล้าสามารถที่จะดับกิเลสได้เป็นสมุจเฉท และแม้ผู้ที่ยังไม่ได้เป็นพระอริยะ ก็ศึกษาไตรสิกขา รู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏเพื่อบรรลุคุณธรรมเป็นพระโสดาบัน ผู้ที่เป็นพระโสดาบันแล้ว ก็อบรมเจริญปัญญาต่อไปจนสามารถดับกิเลสถึงความเป็นพระสกทาคามี พระอนาคามี และพระอรหันต์ โดยที่จะไปทำฌานใหม่ ลองพิจารณา

ถ. พระโสดาบันยังไม่หมดโลกะ โทสะ โมหะ เมื่อพระโสดาบันรู้ว่า การทำฌานนี้จะต้องไปเกิดในพรหมโลก อายุก็ยาวกว่า รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส



ก็ประณีตกว่า เพราะฉะนั้น ท่านสบายใจแล้ว วัฏฏะจะยืดยาวสักเท่าไร ท่านก็ไม่ต้องไปอบาย อยู่ในสุคติอย่างเดียว ถ้าทำฌานก็มีโอกาสเกิดในพรหมโลก วัฏฏะของท่านไม่เป็นทุกข์แล้ว มีแต่สบาย

ส. ท่านจะเป็นพรหมบุคคลในพรหมโลกดี หรือท่านจะเป็นพระอรหันต์ดีกว่า

ถ. แล้วแต่บุคคล ผู้ที่ไม่ยอมเจริญสติปัฏฐาน กลัวนิพพานก็มี คำว่าไม่เกิดนี้ ผมคิดว่าปุถุชนส่วนใหญ่ไม่ชอบ ถ้าไปเกิดในสวรรค์ ชอบ

ส. ขณะที่กลัวนิพพาน ขณะนั้นเป็นปัญญา เป็นกุศล หรือว่าเป็นอกุศล ขณะที่เห็นผิด เกิดความกลัวนิพพาน ขณะนั้นเป็นกุศลหรืออกุศล กลัวปัญญาที่จะรู้แจ้งอริยสัจธรรม ไม่อยากให้อปัญญาเกิด เป็นกุศลหรืออกุศล

ถ้าปฏิบัติผิด จะกลัวบรรลุนิพพาน อย่างท่านผู้ฟังท่านหนึ่งที่ท่านเจริญสมาธิ และท่านยังไม่เข้าใจว่า ไม่ใช่ความสงบในขณะนั้น เพราะว่าท่านมีแต่เพียงจดจ้องต้องการที่จะให้จิตอยู่ที่ลมหายใจและเข้าใจว่า ขณะนั้นท่านกำลังปฏิบัติอานาปานสติ ซึ่งท่านกล่าวว่า ถ้าสติจะเกิดขึ้นระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมในขณะนั้น ท่านก็ไม่อยากจะให้เกิด กลัวว่าจะเป็นวิปัสสนา กลัวว่าจะเป็นปัญญา เพราะว่าท่านกำลังต้องการให้จิตสงบเป็นสมณะเพื่อที่จะได้ถึงฌาน ท่านกลัวแม้แต่สติที่จะเกิดระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ ถ้าเป็นอย่างนี้ เข้าใจได้เลยว่า ข้อปฏิบัติผิด

อะไรจะดีกว่ากัน ฌานจิต หรือว่าปัญญาที่รู้ลักษณะสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ จนสามารถที่จะดับกิเลสได้เป็นสมุจเฉท

ถ. ถ้าตอบตามตำรา ปัญญาที่รู้แจ้งแทงตลอดอริยสัจ ๔ ย่อมดีกว่า แต่ความพอใจไม่แน่ อาจจะไม่พอใจก็ได้ อาจจะไม่พอใจในความสงบก็ได้ ถ้าพูดถึงความพอใจกับความเป็นจริง ก็เป็นคนละอย่างกัน

ส. เพราะฉะนั้น ถ้าไม่รู้ลักษณะของความพอใจอย่างละเอียด ปัญญาจะไม่เกิดขึ้นเห็นสมุทัยสัจ ความพอใจนี้ ไม่ว่าจะพอใจในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ หรือในความสงบ ก็ต้องละ เป็นสิ่งที่จะต้องรู้ เป็นสิ่งที่จะต้องดับเป็นสมุจเฉท



เพราะฉะนั้น ถ้าไม่รู้ว่า ขณะนั้นเป็นความพอใจ เป็นอกุศลธรรม เป็นสมุทัยสังขาร ขณะนั้นจะปิดกั้นไม่ให้ปัญญาเจริญที่จะเห็นอริยสังขารได้

ถ. มีกล่าวไว้ในตำราว่า เมื่อได้พระอรหันต์แล้ว จะได้ปฏิสัมภิทา ๔

สุ ไม่ใช่สำหรับทุกคน บางคนเท่านั้นที่พร้อมด้วยปฏิสัมภิทา ๔ คือ อัมมปฏิสัมภิทา ปฏิสัมภิทาในเหตุ อตถปฏิสัมภิทา ปฏิสัมภิทาในผล นิรุตติ-ปฏิสัมภิทา และปฏิภาณปฏิสัมภิทา

เพราะฉะนั้น ขอให้เห็นตัวโลภะให้ชัดเจน มิฉะนั้นแล้วไม่มีวันที่จะรู้จัก หรือว่าจะชนะ หรือว่าจะดับโลภะได้ เพราะเป็นไปกับการความต้องการ แม้สติจะเกิดก็ไม่เอา จะให้จิตสงบเป็นขั้นอุปนาสมาริที่จะให้ถึงฌาน อย่างนี้ก็ยอมไม่สามารถที่จะรู้แจ้งอริยสังขารได้

การที่จะอบรมสมาธิ ความสงบที่มั่นคงถึงขั้นอุปนาสมาริไม่ใช่ของง่าย และต้องเป็นเหตุที่ถูกต้อตั้งแต่ในขั้นต้น หรือในเบื้องต้นจริง ๆ ที่จะต้องรู้ว่า ขณะนี้จิตสงบไหม ต้องเป็นผู้ที่มีปัญญารู้ลักษณะความสงบของกุศลจิต และความไม่สงบของอกุศลจิต ทุกคนรู้ว่าจิตอยู่ในขณะนี้ แต่ถ้าไม่ใช่ปัญญาก็ไม่สามารถจะรู้ได้ว่า ในขณะนี้ เดี่ยวนี้ จิตสงบหรือไม่สงบ แต่ถ้าเป็นผู้ที่มีสติสัมปชัญญะสามารถจะรู้ได้ เพราะพิจารณาด้วยปัญญาในลักษณะที่สงบ ถ้าสงบ เป็นกุศล และลักษณะที่ไม่สงบเมื่อขณะนั้นจิตเป็นอกุศล ซึ่งทั้งกุศลจิตและอกุศลจิตเกิดดับสลับกันรวดเร็วเหลือเกิน ถ้าไม่อบรมปัญญาจริง ๆ ไม่ใช่ผู้ฉลาดจริง ๆ ไม่สามารถที่จะรู้ได้ว่า สงบหรือไม่สงบ และถ้าผู้ใดไม่สามารถรู้ได้ ก็อบรมเจริญความสงบไม่ได้ เป็นสิ่งที่ยากมาก

ผู้ฟัง ผู้ที่มาฟังอาจารย์บรรยาย เขาถามดิฉันว่า มาฟังอาจารย์บรรยายนาน หรือยัง ส่วนเขาเพิ่งมาวันนี้เป็นวันแรก เขาสนใจการปฏิบัติธรรม ได้ไปหาพระภิกษุ ได้รับคำแนะนำว่า เขาเป็นคฤหัสถ์ต้องฝึกนั่งสมาธิจนกว่าจิตเป็นอุปนาสมาริ เมื่อจิตเป็นอุปนาสมาริแล้ว ก็ถอนจิตมาสู่อารมณ์อุปัชฌายะสมาธิ และพิจารณารูปนาม ซึ่งไม่ตรงกับที่อาจารย์บรรยาย เพราะว่าอาจารย์ให้เจริญสติระลึกรู้ตามปกติที่ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เป็นการเจริญวิปัสสนา ดิฉันก็บอกเขาว่า สำหรับดิฉันได้เจริญสมถะมา



บ้างเป็นเวลานานพอสมควร จนกระทั่งได้มาฟังอาจารย์ ดิฉันจึงได้เจริญวิปัสสนาที่ตาคู จมูก ลิ้น กาย ใจ ๖ ทวาร

ถ้าหากจะทำสมถะเพื่อความสงบจนถึงขั้นอัปปนาแล้วจึงพิจารณารูปนาม ไม่ทราบว่าจะมีโอกาสได้พิจารณาไหม เพราะเราเป็นคฤหัสถ์ผู้ครองเรือน อาจจะตายไปเสียก่อน หรืออีกหลายชาติก็ 모르 แต่ว่าสำหรับพระภิกษุที่ท่านเป็นผู้ถืออุคคังค์ปฏิบัติอย่างอุกฤษฏ์นั้น ดิฉันไม่ขอพูดถึง เพราะดิฉันไม่เข้าใจ แต่ดิฉันบอกเขาว่า ถ้าเจริญปัญญาทางตา จมูก ลิ้น กาย ใจ อย่างนี้ ก็มีโอกาที่จะได้เจริญปัญญาในชาตินี้ จะได้ประโยชน์สักเท่าไรก็แล้วแต่ปัจจัยนิสัยที่ได้สะสมมา ดิฉันก็ได้แนะนำเขาอย่างนี้ และเขาให้มาฟังอาจารย์อีกจะได้เข้าใจยิ่งขึ้น

**ส** ท่านใดที่กล่าวถึงการเจริญสมถภาวนาจนกระทั่งถึงอุปจารสมาธิและอัปปนาสมาธิ ท่านผู้ฟังก็ควรจะถามท่านผู้กล่าวว่า ปฏิบัติแล้วหรือยัง ถึงแล้วหรือยัง อัปปนาสมาธิและอุปจารสมาธิ ถ้าท่านผู้นั้นกล่าวว่าถึงแล้ว ก็ควรที่จะได้ซักถามเพื่อความแจ่มแจ้งว่า อบรมเจริญอย่างไร ความสงบเกิดขึ้นอย่างไรจึงจะถึงอุปจารสมาธิและอัปปนาสมาธิ และในขณะที่ท่านผู้นั้นกล่าวถึงข้อปฏิบัตินี้ ท่านผู้ฟังก็ย่อมจะทราบได้ว่า จิตของผู้ที่เข้าใจว่าตนเองอบรมเจริญสมถภาวนาจนกระทั่งถึงอุปจารสมาธิและอัปปนาสมาธินั้น แท้ที่จริงแล้วสงบหรือไม่ นี่เป็นทางที่จะทำให้เกิดความรู้ความเข้าใจ

**ผู้ฟัง** ดิฉันเคยเจริญแบบลมหายใจ คือ อานาปานสมาธิบ้าง และเจริญพุทโธบ้าง ดิฉันรู้ที่หลังเมื่อเจริญสติแล้วว่า ขณะใดที่จิตสงบก็ชอบ พอวันหลังนั่งก็ต้องการอีก มีความต้องการขึ้นทีเดียว เหมือนกับติดใจในอารมณ์ที่ผ่านมา และพยายามนั่งอีกจะให้ได้อย่างเก่า นี่ก็เป็นโรคะ เมื่อเจริญปัญญาแล้วจึงจะรู้

**ส** เวลาที่กล่าวว่า จิตสงบ หมายความว่า กำลังเป็นสมาธิ หรือว่ากำลังสงบ

**ผู้ฟัง** เป็นสมาธิ



สุ เพราะฉะนั้น ไม่ใช่ความสงบ ต้องแยกกัน เวลาที่จิตจดจ้องอยู่ที่อารมณ์หนึ่งอารมณ์ใด ลักษณะของสมาธิ การจดจ้องอยู่ที่อารมณ์นั้นปรากฏ แต่จิตที่สงบนี้ ไม่ใช่ลักษณะของสมาธิขณะนั้น

ผู้ฟัง แต่สำหรับผู้ที่ไม่ได้เจริญปัญญา ไม่ได้เจริญวิปัสสนาอย่างที่อาจารย์สอน คือ เจริญวิปัสสนาที่ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ จะไม่รู้เลยว่า ขณะนั้นสงบหรือว่าเป็นสมาธิ

สุ เพราะเหตุว่าการที่จะเป็นผู้ที่สามารถได้ทั้งวิปัสสนา และสมถะ คือ ความสงบของจิตจนกระทั่งถึงฌานจิตนั้น ย่อมยากและน้อยกว่าผู้ที่บรรลุนิพพานโดยที่ไม่มีความสงบถึงขั้นฌานจิต นี่เป็นของธรรมดา แม้ในครั้งที่พระผู้มีพระภาคยังไม่ปรินิพพาน และแม้ในครั้งต่อๆ มา ที่กล่าวว่า ในพินปีแรกเป็นสมัยของพระอรหันต์ที่ประกอบด้วยอภิญญาหรือว่าปฏิสัมภิทา ซึ่งเป็นผลของสมถภาวนาที่สงบถึงขั้นอัปปนาสมาธิ แต่ว่าในยุคต่อมา คือ พินปีที่สอง ก็จะเป็นยุคของพระอรหันต์ซึ่งเป็นผู้ที่ไม่ถึงพร้อมด้วยคุณสมบัติของฌานจิตด้วย และในพินปีที่สาม ก็เป็นยุคหรือสมัยของผู้ที่บรรลุนิพพานถึงความเป็นพระอนาคามีบุคคล

เพราะฉะนั้น เป็นการยากเหลือเกินที่จะมีผู้ที่บรรลุนิพพานทั้งสมถะและวิปัสสนา และสำหรับผู้ที่เป็นพระโสดาบันก็เช่นเดียวกัน และแม้ผู้ที่เป็นปุถุชนอยู่ซึ่งเข้าใจเรื่องการอบรมเจริญสติปัฏฐาน ปัญญาย่อมระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมของแต่ละท่านที่ได้สะสมมาตามความเป็นจริง ท่านอาจจะสะสมสมถะ คือ ความสงบเล็กน้อยๆ ในชีวิตประจำวัน เพราะว่าวันหนึ่งๆ ไม่มีใครสามารถที่จะบังคับให้สติปัฏฐานเกิดขึ้นตลอดเวลาขณะที่เป็นกุศล เพราะบางครั้ง บางขณะ กุศลจิตที่เป็นไปในทานก็เกิดขึ้นโดยที่สติไม่ได้ระลึกถึงลักษณะที่ไม่ใช่ตัวตน สัตว์ บุคคลในขณะที่ทำให้ทาน แต่ว่าบางครั้งก็กระทำทานกุศล สติปัฏฐานก็เกิดขึ้นระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมที่เป็นนามธรรมและรูปธรรม เพราะฉะนั้น เลือกไม่ได้ บังคับไม่ได้ ที่จะให้เป็นสติปัฏฐานทุกขณะ



บางครั้งก็เป็นกุศลที่เป็นไปในทาน บางครั้งเป็นกุศลที่เป็นไปในศีล บางครั้งความสงบก็เกิดขึ้น แต่การอบรมเจริญสติปัฏฐานที่ได้อบรมเจริญแล้ว สติย่อมมีโอกาที่จะเกิดขึ้น ระลึกรู้ลักษณะความสงบในขณะนั้นว่า ไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคลด้วย

ด้วยเหตุนี้ ถ้าบุคคลนั้นไม่ได้เป็นผู้ที่ชำนาญจริง ๆ คล่องแคล่วจริง ๆ สะสมความสามารถในการที่จิตจะสงบอย่างรวดเร็วถึงขั้นอุปจารสมาธิและอัปปนาสมาธิ สติย่อมจะไม่เกิดขึ้นระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่เป็นความสงบขั้นอุปจารสมาธิหรืออัปปนาสมาธิ เพราะผู้นั้นเป็นผู้ที่มีปกติระลึกรู้ทานบ้าง ศีลบ้าง ความสงบบ้าง

เพราะฉะนั้น ถ้าความสงบยังไม่คล่องแคล่ว ไม่ชำนาญที่จะเกิดขึ้นรวดเร็วเป็นอัปปนาสมาธิ สติก็จะตามระลึกรู้เพียงความสงบขั้นต้นที่ยังไม่ถึงอุปจารสมาธิและอัปปนาสมาธิ และปัญญาก็สามารถที่จะแทงตลอดอริยสัจธรรมในขณะนั้น บรรลुकุณธรรมเป็นพระโสดาบันโดยที่ไม่ประกอบด้วยองค์ของฌานที่เป็นปฐมฌาน หรือทุติยฌาน ตติยฌาน และจตุตถฌาน เพราะว่าเป็นผู้ที่มีปกติอบรมเจริญสติปัฏฐาน ไม่ใช่เป็นผู้ที่อยากหรือต้องการที่จะไปทำฌานโดยที่ไม่ระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏตามปกติตามความเป็นจริง

ท่านผู้ฟังเคยท่องคาถาได้ไหม บางท่านอาจจะเคยท่องคาถาอะไรต่าง ๆ ตั้งแต่เป็นเด็ก ๆ ก็ได้รับคำบอกเล่า คำสั่งสอนให้ท่องคาถาต่าง ๆ จนชำนาญ พออายุมากขึ้น โตขึ้น ไม่ได้ท่องบ่อย ๆ ก็หลงลืมไป นึกเท่าไรก็นึกไม่ออก แต่สักครูหนึ่งอาจจะระลึกขึ้นได้ทันทีถึงคาถาที่เคยท่องได้ ฉันทใด การเป็นผู้ที่อบรมเจริญสติปัฏฐานเนื่อง ๆ บ่อย ๆ ระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ ศึกษารู้ลักษณะที่เป็นนามธรรม รู้ลักษณะที่เป็นรูปธรรม ถึงแม้ว่าสติปัฏฐานจะขาดตอนไปบ้าง แต่ก็ยังมีปัจจัยที่ได้สะสมมาที่สติสามารถจะเกิดขึ้นระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏได้ เหมือนกับคาถาที่เคยท่องตอนเป็นเด็ก ที่ท่องจนคล่องจนชำนาญแล้วก็หลงลืมไป เพราะว่าขาดการท่อง การสาธยาย แต่ก็ยังมีปัจจัย คือ การที่เคยท่องอย่างชำนาญนั้น เป็นปัจจัยให้เกิดระลึกขึ้นได้



เพราะฉะนั้น การเป็นผู้ที่มีปกติอบรมเจริญสติ ระลึกรู้ลักษณะของนามธรรม และรูปธรรมไปเรื่อย ๆ นี้ ถึงแม้ว่าบางวัน บางครั้ง บางยามสติจะไม่เกิดระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรม แต่ก็มีปัจจัยที่ได้สะสมมาแล้ว ที่สติจะมีโอกาสเกิดขึ้นระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏได้ แต่ถ้าไม่เคยฟัง ไม่เคยอบรม สติก็ไม่มีโอกาสที่จะเกิด







๗๕๒



ขอกล่าวถึงข้อความในพระไตรปิฎก ซึ่งท่านผู้ฟังจะเห็นได้ถึงความเจริญของผู้ที่เป็นพระอริยสาวกทั้งทางโลกและทางธรรม ไม่ใช่ว่าแยกกัน

**อังกุตตรนิกาย ทสกนิบาต วัฑฒิสุตต ๗๔ มีข้อความว่า**

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย อริยสาวกเมื่อเจริญด้วยความเจริญ ๑๐ ประการ ย่อมเจริญด้วยความเจริญอันประเสริฐ และเป็นผู้ถือเอาสิ่งที่เป็นสาระ สิ่งทีประเสริฐแห่งกาย ความเจริญ ๑๐ ประการเป็นไฉน คือ อริยสาวกย่อมเจริญด้วยนาและสวน ๑ ย่อมเจริญด้วยทรัพย์และข้าวเปลือก ๑ ย่อมเจริญด้วยบุตรและภรรยา ๑ ย่อมเจริญด้วยทาส กรรมกร และคนใช้ ๑ ย่อมเจริญด้วยสัตว์สี่เท้า ๑ ย่อมเจริญด้วยศรัทธา ๑ ย่อมเจริญด้วยศีล ๑ ย่อมเจริญด้วยสุตะ ๑ ย่อมเจริญด้วยจาคะ ๑ ย่อมเจริญด้วยปัญญา ๑

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย อริยสาวกเมื่อเจริญด้วยความเจริญ ๑๐ ประการนี้ ย่อมเจริญด้วยความเจริญอันประเสริฐ และเป็นผู้ถือเอาสิ่งที่เป็นสาระ สิ่งทีประเสริฐแห่งกาย ๕

บุคคลใดในโลกนี้ ย่อมเจริญด้วยทรัพย์ ข้าวเปลือก บุตร ภรรยา และสัตว์สี่เท้า บุคคลนั้นย่อมเป็นผู้มีโชค มียศ เป็นผู้อันญาติมิตรและพระราชานุชาแล้ว

บุคคลใดในโลกนี้ ย่อมเจริญด้วยศรัทธา ศีล สุตะ จาคะ และปัญญา บุคคลเช่นนั้นเป็นสัปบุรุษ มีปัญญาเครื่องพิจารณา ย่อมเจริญด้วยความเจริญทั้งสองประการ ในปัจจุบัน ๕

จบ สุตตที่ ๔

เป็นชีวิตจริง ๆ ของผู้ที่เป็นอริยสาวก ต้องไปทำฉานอะไรไหม ถ้าเป็นผู้ที่เจริญด้วยนาและสวน ๑ ทรัพย์และข้าวเปลือก ๑ บุตรและภรรยา ๑ ทาส กรรมกร และคนใช้ ๑ สัตว์สี่เท้า ๑



ยังไม่ใช่ผู้ที่เป็นพระอรหันต์ สำหรับผู้ที่เป็นอริยสาวกขั้นต้น คือ พระโสดาบัน พระสกทาคามี หรือพระอนาคามี ถ้ามีความเจริญอย่างนี้ เป็นความเจริญในทางโลก ซึ่งไม่ขัดกับทางธรรมเลย เพราะก่อนที่จะเป็นพระอริยสาวก เห็นแต่โลก แต่ว่าตามความเป็นจริง สิ่งที่เราเห็นเป็นโลกนั้น ลักษณะที่แท้จริง คือ ธรรมทั้งหมด ที่เคยเห็นเป็นวัตถุ ทรัพย์สมบัติสิ่งของต่าง ๆ นั้นเป็นการเห็นทางโลก แต่เมื่อเกิดปัญญารู้ลักษณะของสภาพธรรมที่เคยเห็น เหมือนเดิม แต่ว่าเห็นอีกด้านหนึ่ง คือ เห็นตามความเป็นจริงว่า ทั้งหมดนั้นเป็นธรรมทั้งสิ้น เป็นสภาพธรรมที่ปรากฏตามความเป็นจริงทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ

เพราะฉะนั้น ผู้ที่เจริญในทางโลกด้วยทรัพย์สมบัติต่าง ๆ เมื่อมีความรู้ มีความเข้าใจในสภาพธรรมทั้งหลายเกิดขึ้น ก็เป็นผู้ที่เจริญในธรรม คือ ในความเข้าใจถูกในลักษณะของสภาพธรรมทั้งหลายที่ปรากฏตามปกติตามความเป็นจริง เห็นความเป็นธรรมของสิ่งที่เคยยึดถือว่าเป็นโลก เคยเห็นว่าเป็นคนนั้นคนนี้ เป็นสัตว์ เป็นบุคคล เป็นตัวตน แต่เมื่อเจริญในทางธรรมขึ้น ย่อมเห็นตรงตามความเป็นจริงว่า สิ่งปรากฏทางตาเป็นเพียงสิ่งที่ปรากฏทางตา สิ่งปรากฏทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ล้วนเป็นสภาพธรรมทั้งหมด เป็นสภาพธรรมแต่ละลักษณะ ซึ่งปรากฏให้รู้ความจริงได้แต่ละทาง

สิ่งที่กำลังปรากฏทางตาในขณะนี้ เป็นสภาพธรรม เป็นของจริงที่ปรากฏให้ปัญญาารู้ได้ เสียงที่ปรากฏทางหู เป็นสภาพธรรม เป็นของจริงที่ปรากฏให้ปัญญาารู้ได้ เพราะฉะนั้น สิ่งที่เคยปรากฏเป็นโลกของสัตว์ บุคคล ตัวตนต่าง ๆ ผู้ที่อบรมเจริญในธรรม ก็เพิ่มความรู้ความจริงของสิ่งที่เคยยึดถือว่าเป็นโลก และเปลี่ยนความรู้นั้นให้เป็นความรู้ในทางธรรม โดยเห็นว่า สิ่งที่เคยยึดถือว่าเป็นวัตถุ บุคคล สัตว์ สิ่งของต่าง ๆ แท้ที่จริงแล้ว ล้วนแต่เป็นธรรมทั้งสิ้น

ถ้าไม่มีธรรมเกิดขึ้นปรากฏเพราะเหตุปัจจัย โลกจะมีไม่ได้เลย แต่เมื่อมีความไม่รู้ลักษณะที่แท้จริงซึ่งเป็นธรรม ก็มองเห็นเพียงด้านเดียว มีความเจริญในทางโลกเพียงด้านเดียว โดยที่ไม่เกิดปัญญารู้ลักษณะที่ลึกซึ้งของสิ่งที่เคยยึดถือว่าเป็นโลกนั้น



ว่า แท้ที่จริงแล้วก็เป็นสภาพธรรมแต่ละชนิด ซึ่งปรากฏแต่ละทางตามเหตุตามปัจจัย เกิดขึ้นแล้วก็ดับไป

เพราะฉะนั้น สำหรับพระอริยเจ้าทั้งหลาย ท่านมีความเจริญทั้งทางโลกและธรรม คือ ความเจริญ ๑๐ ประการ

ในทางโลกนั้น พระผู้มีพระภาคตรัสว่า บุคคลใดในโลกนี้ ย่อมเจริญด้วยทรัพย์ ข้าวเปลือก บุตรภรรยา และสัตว์สี่เท้า บุคคลนั้นย่อมเป็นผู้มีโชค มียศ เป็นผู้อันญาติมิตรและพระราชานุชาแล้ว

บุคคลใดในโลกนี้ ย่อมเจริญด้วยศรัทธา ศีล สุตะ จาคะ และปัญญา บุคคลเช่นนั้นเป็นสัปบุรุษ มีปัญญาเครื่องพิจารณา ย่อมเจริญด้วยความเจริญทั้งสองประการ ในปัจจุบัน ฯ

เป็นความเจริญใหม่ ถ้ามีทรัพย์ ข้าวเปลือก บุตร ภรรยา สัตว์ ๔ เท้า

ถ. ... (ได้ยินไม่ชัด)

สุ. ท่านอนาถปิณฑิกเศรษฐี มหาอุบาสิกาวีสาขา เคารพบูชาในคุณธรรม ได้ใหม่ แทนที่จะเห็นเป็นตัวบุคคลเป็นท่านอนาถปิณฑิกะ ก็เห็นคุณธรรมในความเป็นพระอริยสาวกของท่านอนาถปิณฑิกะ และเคารพบูชาในคุณธรรมนั้นได้ใหม่ ก็ย่อมได้ใช้ใหม่

ถ .... (ได้ยินไม่ชัด)

สุ. พระเจ้าพิมพิสาร ท่านก็เป็นพระอริยสาวก เพราะฉะนั้น ท่านก็ต้องมีความเคารพในคุณธรรม ในธรรม โดยมากท่านผู้ฟังถ้าเป็นทางโลก ท่านจะเห็นเป็นบุคคลที่มีชั้นวรรณะต่าง ๆ กันไป ทำให้ท่านเคารพในบุคคลนั้นบ้าง ไม่เคารพในบุคคลนี้บ้าง แต่ถ้าท่านเห็นธรรมเป็นธรรม ท่านจะเคารพในกุศลธรรม ในคุณธรรม โดยที่ไม่ มีชื่อหรือมีบุคคลนั้น เพราะว่าท่านเห็นเป็นธรรมทั้งหมด ไม่ว่าจะเป็นกุศลธรรมของใคร เกิดขึ้น ก็น่าเคารพ ซึ่งท่านบูชาและเคารพในคุณธรรมนั้นได้ ไม่ว่าจะเป็นใคร

ไม่ใช่ว่าท่านจะต้องแบ่ง เมื่อเป็นบุคคลนี้แม้เป็นกุศลธรรมก็ไม่เคารพบูชา นั่นไม่เห็นธรรม แต่ผู้ที่เจริญในธรรม ย่อมเห็นธรรมตามความเป็นจริงยิ่งขึ้น แม้ในสิ่งที่



เคยเห็นเป็นโลก ก็เห็นว่าล้วนเป็นธรรมทั้งหมด นั่นคือ ผู้ที่เจริญในศีล สุตะ จาคะ ปัญญา และยังเป็นผู้ที่เห็นธรรม ย่อมเคารพในธรรม

จาก **วัฑฒินสูตร** ท่านผู้ฟังก็จะเห็นได้ว่า พระผู้พระภาคไม่ได้ทรงแสดงธรรมให้พระอริยเจ้าทั้งหลายไปเจริญฉะฉาน แต่ว่าเป็นผู้ที่เจริญทั้งโลกและธรรมได้ตามควร ข้อสำคัญที่สุด คือ ต้องเป็นผู้ที่เจริญในศรัทธา ในศีล ในสุตะ ในจาคะ ในปัญญา ยิ่งขึ้น โดยไม่หวั่นไหว ไม่ว่าจะเป็นอย่างใด ยศ ทรัพย์ต่าง ๆ เพราะถ้าเป็นผู้ที่ไม่เจริญในศรัทธา ศีล สุตะ จาคะ และในปัญญา ย่อมหลงในลาภ ในยศ ในทรัพย์ต่าง ๆ

แต่ผู้ที่เป็นพระอริยบุคคล ไม่ใช่จะทำให้ท่านเหล่านั้น เช่น ท่านอนาถปิณฑิก-เศรษฐี หรือมหาอุบาลิกาวินทวาทิน ไปทนทุกข์ทรมาน แต่ที่ท่านสามารถที่จะรู้ลักษณะของธรรมทั้งหลายซึ่งเกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัยที่ได้สะสมมาที่เกิดกับท่านตามความเป็นจริง และเจริญธรรม โดยเห็นสิ่งที่เคยยึดถือว่าเป็นโลกนั้น เป็นธรรมยิ่งขึ้น

การบรรลุคุณธรรมขั้นสูงยิ่งขึ้นจากความเป็นพระโสดาบันบุคคล ที่จะเป็นพระสกทาคามี พระอนาคามี และพระอรหันต์ได้ เป็นสิ่งที่ไม่ง่าย เป็นสิ่งที่เป็นไปได้ยาก เพราะว่ากิเลสที่ได้สะสมมา มากมายและเหนียวแน่นจริง ๆ ถึงแม้ว่าจะบรรลุคุณธรรมเป็นพระโสดาบันบุคคลแล้ว ก็ไม่ใช่ว่าพระโสดาบันทั้งหมดจะบรรลุคุณธรรมเป็นพระอรหันต์โดยรวดเร็ว

เพราะฉะนั้น พระผู้มีพระภาคทรงอุปการะเกื้อกูล แสดงธรรมอนุเคราะห์แม้พระโสดาบัน เพื่อที่จะให้บรรลุคุณธรรมเป็นพระสกทาคามี เป็นพระอนาคามี และเป็นพระอรหันต์ แต่ว่าไม่ใช่ให้กระทำอย่างอื่น เพราะว่าจุดประสงค์ที่สุด คือ เพื่อที่จะให้ดับกิเลสถึงความเป็นพระอรหันต์โดยเร็ว ไม่ต้องเกิดอีกให้ลำบาก ไม่ใช่ทำให้เกิดอีกให้สลายในพรหมโลก

ถ้าเป็นผู้ที่ยังมีกิเลสมาก ก็มีความเห็นว่า ในภพอื่นนั้นคงสุขสบายมาก แต่ผู้ที่เป็นพระอรหันต์สัมผัสสัมพุทธเจ้าและพระอรหันต์ทั้งหลายย่อมเห็นว่า การเกิดทั้งหมดไม่ว่าจะเกิดที่ไหน ก็เป็นทุกข์



มีข้อความในพระไตรปิฎกที่แสดงว่า พระโสดาบันมีมากกว่าพระอรหันต์ เพราะว่าการที่จะบรรลุคุณธรรมเป็นพระอรหันต์นั้นยากมาก

**สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค สัปตปัญจวรรคที่ ๖ วัสสุตถสูตร**  
**ข้อ ๑๖๒๓** มีข้อความว่า

สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ พระวิหารเชตวัน อารามของท่าน อนาถบิณฑิกเศรษฐี ใกล้พระนครสาวัตถี

เคารพท่านอนาถบิณฑิกเศรษฐีใหม่ เวลาที่กล่าวถึงท่านบ่อย ๆ หรือว่าไม่ต้อง กล่าวถึง เคารพก็เคารพไป แต่การที่กล่าวถึงบ่อย ๆ นี้ คือ การเคารพในคุณธรรมของ ท่านที่ได้สร้างพระวิหารเชตวัน

ก็สมัยนั้น ภิกษุรูปหนึ่งอยู่จำพรรษาในพระนครสาวัตถีแล้ว ไปโดยลำดับถึง พระนครกบิลพัสดุ์ด้วยกรณีบางอย่าง พวกเจ้าศากยะชาวพระนครกบิลพัสดุ์ได้ทราบ ข่าวว่า ภิกษุรูปหนึ่งอยู่จำพรรษาในพระนครสาวัตถีมาถึงพระนครกบิลพัสดุ์แล้ว จึง เสด็จเข้าไปหาภิกษุนั้นถึงที่อยู่ ทรงแสดงอภิวาทภิกษุนั้น แล้วประทับนั่ง ณ ที่ควรส่วนข้างหนึ่ง ครั้นแล้ว ได้ตรัสถามภิกษุนั้นว่า

ข้าแต่ท่านผู้เจริญ พระผู้มีพระภาคไม่ประชวร และยังมีพระกำลังหรือ

ภิกษุนั้นทูลว่า

พระผู้มีพระภาคไม่ประชวร และยังมีพระกำลัง ขอถวายพระพร.

พวกเจ้าศากยะตรัสถามว่า

ข้าแต่ท่านผู้เจริญ ท่านพระสารีบุตรและท่านพระมหาโมคคัลลานะ ไม่ป่วยไข้ และยังมีกำลังหรือ

ภิกษุนั้นกราบทูลว่า

แม้ท่านพระสารีบุตรและท่านพระมหาโมคคัลลานะก็ไม่ป่วยไข้ และยังมีกำลัง ขอถวายพระพร.

นี่เป็นการเคารพหรือเปล่า ที่เจ้าศากยะถามถึงแม้ท่านพระสารีบุตรและ ท่านพระมหาโมคคัลลานะด้วย



พวกเจ้าศากยะตรัสถามว่า

ข้าแต่ท่านผู้เจริญ ภิกษุสงฆ์ไม่ป่วยไข้ และยังมีกำลังหรือ

ภิกษุรูปนั้นกราบทูลว่า

แม้ภิกษุสงฆ์ก็ไม่ป่วยไข้ และยังมีกำลัง ขอถวายพระพร.

พวกเจ้าศากยะตรัสถามว่า

ข้าแต่ท่านผู้เจริญ ระหว่างพรรษานี้ อะไร ๆ ที่ท่านได้ฟังมา ได้รับมาเฉพาะ  
พระพักตร์พระผู้มีพระภาค มีอยู่หรือ

ภิกษุรูปนั้นกราบทูลว่า

ขอถวายพระพร เรื่องนี้อาตมภาพได้ฟังมา ได้รับมาเฉพาะพระพักตร์พระผู้มี-  
พระภาคว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุผู้กระทำให้แจ้งซึ่งเจโตวิมุตติ ปัญญาวิมุตติ อันหา  
อาสวะมิได้ เพราะอาสวะทั้งหลายสิ้นไป ด้วยปัญญาอันยิ่งเองในปัจจุบันเข้าถึงอยู่  
มีน้อย ที่แท้ภิกษุผู้เป็นอุปปาติกะเพราะสังโยชน์อันเป็นส่วนเบื้องต้น ๕ สิ้นไป  
จักนิพพานในภพที่เกิดนั้น มีอันไม่กลับมาจากโลกนั้นเป็นธรรมดา มีมากกว่า

หมายความว่า พระอนาคามีมีมากกว่าพระอรหันต์

อีกประการหนึ่ง อาตมภาพได้ฟังมา ได้รับมาเฉพาะพระพักตร์พระผู้มีพระภาค  
ว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุผู้เป็นอุปปาติกะ เพราะสังโยชน์อันเป็นส่วนเบื้องต้น  
๕ สิ้นไป จักนิพพานในภพที่เกิดนั้น มีอันไม่กลับมาจากโลกนั้นเป็นธรรมดา มีน้อย  
ที่แท้ภิกษุผู้เป็นสกทาคามี เพราะสังโยชน์ ๓ สิ้นไป และเพราะราคะ โทสะ โมหะ  
เบาบาง กลับมาสู่โลกนี้อีกคราวเดียวเท่านั้น จักกระทำที่สุดแห่งทุกข์ได้ มีมากกว่า

อีกประการหนึ่ง อาตมภาพได้ฟังมา ได้รับมาเฉพาะพระพักตร์พระผู้มีพระภาค  
ว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุผู้เป็นสกทาคามี เพราะสังโยชน์ ๓ สิ้นไป และ  
เพราะราคะ โทสะ โมหะเบาบาง กลับมาสู่โลกนี้อีกคราวเดียวเท่านั้น แล้วจักกระทำ



ที่สุดแห่งทุกขได้ มีน้อย ที่แท้ภิกษุผู้เป็นพระโสดาบัน เพราะสังโยชน์ ๓ ลั่นไป มีความไม่ตกต่ำเป็นธรรมดา เป็นผู้เที่ยงที่จะตรัสรู้ในเบื้องต้น มีมากกว่า.

จบ สูตรที่ ๒

ขอกล่าวถึงพระสูตรอื่น ซึ่งท่านผู้ฟังจะได้เห็นว่า พระผู้มีพระภาคทรงให้อริยสาวกทั้งหลายอยู่ด้วยธรรมอะไร ถ้าท่านผู้ฟังพิจารณา จะเห็นว่าไม่มีข้อความที่นำไปเจริญฉนวน

**ธรรมทินนสูตร ข้อ ๑๖๒๕** มีข้อความว่า

สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ ป่าอิสิปตนมฤคทายวัน ใกล้พระนครพาราณสี ครั้นนั้น อุบาสกชื่อว่าธรรมทินนะ พร้อมด้วยอุบาสก ๕๐๐ คน เข้าไปเฝ้าพระผู้มีพระภาคถึงที่ประทับ ถวายบังคมพระผู้มีพระภาคแล้ว นั่ง ณ ที่ควรส่วนข้างหนึ่ง ครั้นแล้วได้กราบทูลว่า

ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ข้อใดจะพึงมีเพื่อประโยชน์เกื้อกูล เพื่อความสุขแก่ข้าพระองค์ทั้งหลาย ขอพระผู้มีพระภาคโปรดทรงตรัสสอน โปรดทรงพรา้สอนข้อนั้นแก่ข้าพระองค์ทั้งหลายเถิด

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

ดูกร ธรรมทินนะ เพราะฉะนั้นแหละ ท่านทั้งหลายพึงศึกษาอย่างนี้ว่า พระสูตรเหล่าใดที่พระตถาคตตรัสแล้ว อันลึกซึ้ง มีเนื้อความอันลึก เป็นโลกุตตระ ประกอบด้วยความว่าง เราจักเข้าถึงพระสูตรเหล่านั้นตลอดกาลเป็นนิตย์อยู่ ดูกร ธรรมทินนะ ท่านทั้งหลายพึงศึกษาอย่างนี้แหละ.

มีไหมที่จะไปให้ทำฉนวน มีไหม ตรงไหน







๗๕๓



ข้อความต่อไป

ธรรมทินะกราบทูลว่า

ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ข้าพระองค์ทั้งหลายยังครองเรือน นอนกกลูกอยู่ ยังทาจันทน์แคว้นกาสี ยังใช้มาลาของหอมและเครื่องลูบไล้ ยังยินดีทองและเงินอยู่ จะเข้าถึงพระสูตรที่พระตถาคตตรัสแล้ว อันลึกซึ้ง มีเนื้อความอันลึก เป็นโลกุตตระ ประกอบด้วยความว่าง ตลอดจนนิยกาลอยู่ มิใช่กระทำทำได้โดยง่าย ขอพระผู้มีพระภาคโปรดทรงแสดงธรรมอันยิ่งแก่ข้าพระองค์ทั้งหลายผู้ตั้งอยู่แล้วในสิกขาบท ๕ เถิด

ท่านเป็นอุบาสกซึ่งเป็นพระอริยบุคคล เพราะฉะนั้น ท่านเป็นผู้ที่มั่นคงในศีล ๕ และท่านเป็นผู้ที่ใคร่ต่อการเจริญในธรรม จึงได้กราบทูลถามข้อปฏิบัติที่ท่านจะปฏิบัติต่อไป และไม่ใช่ว่าพระผู้มีพระภาคเจ้าจะไม่ทรงทราบถึงอุปนิสัยของเหล่าอุบาสกทั้งหลายที่ยังครองเรือน พระผู้มีพระภาคจึงตรัสต่อไปว่า

ดูกร ธรรมทินะ เพราะฉะนั้นแหละ ท่านทั้งหลายพึงศึกษาอย่างนี้ว่า เราทั้งหลายจักเป็นผู้ประกอบด้วยความเลื่อมใสอันไม่หวั่นไหวในพระพุทธรเจ้า ... ในพระธรรม ... ในพระสงฆ์ ... จักเป็นผู้ประกอบด้วยศีลที่พระอริยเจ้าใคร่แล้ว ไม่ขาด ฯลฯ เป็นไปเพื่อสมาธิ ดูกร ธรรมทินะ ท่านทั้งหลายพึงศึกษาอย่างนี้แหละ

ธรรมทินะกราบทูลว่า

ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ โสตาปัตติยังคะ ๔ ประการเหล่าใดที่พระผู้มีพระภาคทรงแสดงแล้ว ธรรมเหล่านั้นมีอยู่ในข้าพระองค์ทั้งหลาย และข้าพระองค์ทั้งหลายเห็นชัดในธรรมเหล่านั้น เพราะว่าข้าพระองค์ทั้งหลายประกอบด้วยความเลื่อมใสอันไม่หวั่นไหวในพระพุทธรเจ้า ... ในพระธรรม ... ในพระสงฆ์ ... ประกอบด้วยศีลที่พระอริยเจ้าใคร่แล้ว ไม่ขาด ฯลฯ เป็นไปเพื่อสมาธิ.

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า





ดูกร ธรรมทินนะ เป็นลาภของท่านทั้งหลาย ท่านทั้งหลายได้ดีแล้ว  
โสดาปัตติผลอันท่านทั้งหลายพยากรณ์แล้ว.

จบ สูตรที่ ๓

สงสัยไหมที่ว่า เป็นไปเพื่อสมาธิ เพื่อความตั้งมั่นคงขึ้นของกุศลธรรมทั้งหลาย  
เพราะถ้าไม่ใช่เป็นผู้ที่เจริญสติปัฏฐานแล้ว จะประกอบด้วยความเลื่อมใส ไม่หวั่นไหว  
ในพระพุทธเจ้า ในพระธรรม ในพระสงฆ์ได้ไหม นี่คือ โสดาปัตติยังคะ คุณธรรมของ  
ผู้ที่เป็นพระโสดาบันบุคคล

พระอริยเจ้าทั้งหลายเป็นผู้ที่เลื่อมใสโดยไม่หวั่นไหว ในพระพุทธเจ้า ใน  
พระธรรม ในพระสงฆ์ และในศีลของพระอริยเจ้า คือ ศีลที่สมบุรณ์ ศีล ๕ ไม่ขาดเลย  
ไม่ใช่ทำอย่างอื่น แต่ว่าอบรมเจริญสติปัฏฐานต่อไป

ข้อความบางตอนในพระสูตร อาจทำให้ท่านผู้ฟังเข้าใจผิดคิดว่า เป็นเรื่องของ  
การเจริญฌาน แต่ถ้าศึกษาโดยละเอียดในหลาย ๆ สูตรจะเห็นได้ว่า สำหรับอริยสาวก  
ซึ่งเป็นคฤหัสถ์และพระอริยเจ้าทั้งหลาย ท่านจะต้องเป็นผู้ที่ศึกษา คือ อบรมเจริญ  
ปัญญาต่อไปให้บรรลุคุณธรรมยิ่งขึ้นถึงความเป็นพระสกทาคามี พระอนาคามี และ  
พระอรหันต์

ข้อความใน **สังยุตตนิกาย มหาวรรค นันทียสูตร** พระผู้มีพระภาคทรง  
แสดงพระอริยสาวกผู้อยู่ด้วยความประมาท เพราะอริยสาวกทั้งหลายย่อมต่างกันตาม  
เหตุปัจจัยที่ได้สะสมมา หรือแม้ปุถุชนที่ยังไม่ได้เป็นพระอริยสาวกเลย ความเลื่อมใส  
ความศรัทธา การอบรมเจริญสติปัฏฐานของแต่ละท่านนั้น ย่อมระลึกถึงลักษณะของ  
สภาพธรรมตามความเป็นจริงที่แต่ละท่านสะสมมาต่าง ๆ กัน

บางท่านเป็นผู้ที่มีเมตตามาก สติปัฏฐานก็เกิดขึ้นระลึกถึงลักษณะของเมตตาได้  
บ่อย ๆ บางท่านก็เป็นผู้ที่มีความโกรธแรงกล้า มีมานะมาก มีมัจฉริยะมาก มีโลภะ  
มาก ซึ่งก็แล้วแต่แต่ละท่านสะสมมาอย่างไร ท่านก็จะเป็นพระอริยบุคคลได้โดย  
ปัญญาชัดในสภาพธรรมเหล่านั้นที่เกิดขึ้นกับท่านตามความเป็นจริงว่า ไม่ใช่สัตว์  
ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน



ถ. พระโสดาบัน ในพระสูตรท่านบอกว่ามี ๓ จำพวก ขอความกรุณาท่านอาจารย์อธิบาย

สุ. พระโสดาบัน พวกหนึ่งเป็นเอกพีธี คือ จะเกิดอีกเพียงครั้งเดียว อีกจำพวกหนึ่ง คือ โกลังโกละ คือ จะเกิดอีก ๒ – ๓ ครั้งเท่านั้น อีกพวกหนึ่งจะเกิดอีก ๗ ชาติ ก่อนที่จะได้บรรลุเป็นพระอรหันต์

ถ. ความต่างกันของพระโสดาบัน ๓ จำพวก เป็นเพราะเหตุใด ทั้ง ๆ ที่ละสังโยชน์เบื้องต้น ๓ ได้เป็นสมุจเฉตเหมือนกัน

สุ. ต่างกันที่จะบรรลุเป็นพระอรหันต์ช้าหรือเร็ว ตามการสะสม

ถ. หมายความว่า คุณธรรมส่วนละเอียดทางด้านจิตใจอาจจะสูงกว่ากัน

สุ. มิได้ กิเลสประเภทใดที่ดับเป็นสมุจเฉต ก็ดับไปแล้ว แต่ธรรมที่ได้สะสมมาต่างกันมาก ก็แล้วแต่ว่าพระโสดาบันท่านใดสามารถที่จะบรรลุคุณธรรมเป็นพระอรหันต์ในชาตินั้น เช่น ท่านพระสารีบุตร ท่านไม่ต้องเกิดอีกเลย หลังจากที่ได้บรรลุพระโสดาบันบุคคลแล้ว อีก ๑๕ วันท่านก็ได้บรรลุคุณธรรมเป็นพระอรหันต์ และหลังจากที่ท่านพระมหาโมคคัลลานะเป็นพระโสดาบันแล้ว อีก ๗ วัน ท่านก็ได้บรรลุคุณธรรมเป็นพระอรหันต์

ถ. ผู้ที่เป็นพระโสดาบันบุคคล จะกลับมาสู่โลกมนุษย์ใหม่ หรือไม่ได้จำกัดว่าจะต้องอยู่ในภูมิไหน แต่ต้องในสุคติภูมิเท่านั้น

สุ. ใช้คำว่า กามโลก ซึ่งรวมถึงมนุษย์และสวรรค์ เพราะว่าท่านจะไม่เกิดในอบายภูมิอีกเลย

ถ. ถ้าท่านเกิดเป็นมนุษย์ แต่ไม่มีโอกาสได้ฟังธรรม มีกล่าวไว้ใหม่ว่า ท่านก็จะเจริญสติของท่านต่อไปอีกได้

สุ. ไม่จำเป็นต้องฟังอีกแล้ว รู้หนทางข้อปฏิบัติแล้ว เพราะเป็นพระอริยสาวกแล้ว ฟังมากแล้ว อบรมแล้ว จนกระทั่งเข้าใจแจ่มแจ้ง ประจักษ์แจ้งถ่องแท้ในธรรม สติปัฏฐานเกิดขึ้นระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรม และปัญญาจะเจริญขึ้นจนถึงการรู้แจ้งอริยสัจธรรมครั้งที่ ๒ เป็นพระสกทาคามีบุคคล



ถ. เหตุใดพระอรหันต์ที่ไม่ได้ฌานมีมากกว่าผู้ที่ได้ฌาน

สุ เพราะการที่จะให้จิตสงบถึงขั้นอัปปนาสมาธิ ไม่ใช่เป็นสิ่งที่ง่ายเลย กระทำได้ยาก ต้องเป็นปัญญาจริง ๆ ที่มั่นคงจริง ๆ และสงบยิ่งขั้นจนเป็นสมาธิที่มั่นคงขึ้นตามลำดับ เพราะฉะนั้น ลักษณะของความสงบไม่ใช่เรื่องที่จะเป็นสมาธิ จดจำโดยปราศจากปัญญา

ถ. ทำไมพระองค์ไม่ทรงสั่งสอนเวไนยสัตว์ พระภิกษุสงฆ์ว่า อย่าเสียเวลาทำฌาน ให้มาเจริญสติปัฏฐานดีกว่า

สุ พระผู้มีพระภาคทรงแสดงธรรมไพเราะในเบื้องต้น ในท่ามกลาง ในที่สุด ไม่อย่างนั้นก็ให้เจริญแต่สติปัฏฐาน ท่านอย่าทำ ศีลอย่ามี ความสงบไม่ต้องเจริญ แต่ว่าสิ่งใดที่เป็นกุศลควรเจริญ และที่ต้องเจริญที่สุด ที่สำคัญที่สุด ที่จะดับกิเลสได้จริง ๆ นั้น มีทางเดียว คือ สติปัฏฐาน

เมื่อเป็นผู้ที่มีปกติอบรมเจริญสติปัฏฐานแล้ว กุศลธรรมประการอื่นย่อมเจริญขึ้นด้วย เพราะปัญญารู้ว่า ขณะใดเป็นกุศล ขณะใดเป็นอกุศล เมื่อรู้ว่าขณะใดเป็นอกุศล ก็ละอกุศล เมื่อรู้ว่าขณะใดเป็นกุศล ก็เจริญกุศลยิ่งขึ้น ไม่ใช่เฉพาะแต่สติปัฏฐาน ท่านก็เจริญขึ้น ศีลก็เจริญขึ้น ความสงบก็เจริญขึ้นด้วย

ถ. ต้องเจริญฌานด้วยอย่างนั้นหรือ

สุ ความสงบไม่จำเป็นต้องถึงกับขั้นอัปปนาสมาธิที่เป็นฌาน ในพระไตรปิฎกพระผู้มีพระภาคทรงแสดงธรรมให้ภิกษุเจริญเมตตาพรหมวิหาร ไม่ต้องถึงฌาน ดีไหมเมตตาวันหนึ่ง ๆ เป็นกุศลใช้ไหม ท่านก็ดีใช้ไหม ศีลก็ดี ทุกอย่างที่เป็นกุศลดีทั้งนั้น เมื่อเป็นสิ่งที่ดี ก็ควรเจริญทั้งหมด ทำไมจะเว้น แต่ว่าที่ควรเจริญที่สุด คือ สติปัฏฐาน

ใน **อังคุตตรนิกาย นวกนิบาต เวลามาสูตร** ข้อความตอนท้าย ซึ่งท่านผู้ฟังก็คงเคยทราบมาแล้ว ที่พระผู้มีพระภาคตรัสกับท่านอนาถปิณฑิกเศรษฐี เริ่มด้วยคุณประโยชน์ของท่าน ซึ่งทรงแสดงว่าสังฆทานย่อมมีผลมากกว่า แต่การสร้างวิหารถวายสงฆ์ย่อมมีผลมากกว่าสังฆทาน การที่มีจิตเลื่อมใสพระรัตนตรัยเป็นสรณะก็มีผล



มากกว่าการสร้างวิหาร การสมาทานสิกขาบท คือ การรักษาศีล มีผลมากกว่าการเลื่อมใสถึงพระรัตนตรัยเป็นสรณะ การเจริญเมตตาแม้เพียงเวลาสุดคมของหอม คือ เพียงอดีตใจเดียว ก็มีผลมากกว่าการสมาทานสิกขาบท และการที่บุคคลเจริญอนิจสัญญาแม้เพียงเวลาลัดนิ้วมือ ก็มีผลมากกว่าการที่บุคคลเจริญเมตตาจิตโดยที่สุดแม้เพียงเวลาสุดคมของหอม

เป็นกุศลทั้งนั้น แต่ว่าเป็นกุศลที่ยิ่งขึ้น ถ้ากุศลจิตไม่เกิด ก็จะเต็มไปด้วยโลภะ โทสะ โมหะ มานะ มัจฉริยะ อิสสา ซึ่งอกุศลธรรมทั้งหลายจะถูกขัดเกล่าได้อย่างไร ถ้าไม่อบรมเจริญกุศลทุกประการ

ไม่ได้กล่าวว่า ให้เจริญเมตตาถึงขั้นฌาน เพราะเพียงเวลาสุดคมของหอม เพียงชั่วเวลาสุดคมของหอม เพียงอดีตใจเดียว เพียงชั่วขณะที่จะเกิดได้ ก็เป็นกุศลแล้ว แต่ว่าการเจริญอนิจสัญญา การที่ประจักษ์ลักษณะที่ไม่เที่ยงของสภาพธรรมทั้งหลายที่ไม่ใช่ตัวตนที่เกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัยนั้น มีผลมากกว่าการเจริญเมตตา

บังคับใจใครให้เป็นสติปัฏฐานตลอดเวลาได้ไหม ทั้ง ๆ ที่รู้ว่าเป็นประโยชน์ มหาศาล แต่สติปัฏฐานก็ไม่เกิด เพราะอกุศลยังมีกำลังมากมาย เพราะฉะนั้น กุศลทั้งหลายจะบรรเทาอกุศลให้เบาบาง และสติปัฏฐานก็อบรมเจริญขึ้น เพราะการเจริญกุศลประการอื่นเป็นปัจจัย ถ้าไม่เจริญกุศลเสียเลย คิดแต่เพียงที่จะเจริญสติปัฏฐาน ย่อมเป็นสิ่งที่เป็นไปได้

**ผู้ฟัง** การปฏิบัติ ระลึกถึงสภาพธรรมที่ปรากฏตามความเป็นจริงนั้นมีประโยชน์มาก แต่ว่าโมหะก็มีกำลังมากเหลือเกินเหมือนกัน

**สุ** ต้องรู้ตามความเป็นจริง โมหะมากก็มาก และโมหะคืออะไร นั่นก็คือ กำลังเห็นแล้วไม่รู้ว่า สิ่งที่กำลังปรากฏนี้ไม่ใช่ตัวตน สัตว์ บุคคล เป็นแต่เพียงสภาพของจริง เป็นธรรมชนิดหนึ่งซึ่งปรากฏทางตา เมื่อใดปัญญาเจริญขึ้น โมหะหรืออวิชชา น้อยลง และปัญญาที่คมกล้าประจักษ์แจ้งในความเกิดดับของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏทางตาซึ่งไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน เมื่อนั้นก็จะรู้ได้ว่า โมหะหรืออวิชชา น้อยลงไปตามขั้นของปัญญาที่เกิดขึ้น



เพราะฉะนั้น ทุกคนต้องตรงต่อตัวเองตามความเป็นจริง ปัญญาที่รู้ตามความเป็นจริงสำหรับผู้ที่มีโมหะมากยังน้อยอยู่ ก็รู้ตามความเป็นจริง ไม่เข้าใจผิดว่ามีปัญญามากแล้ว ไม่มีโมหะเลย นั่นผิด ซึ่งถ้าเข้าใจอย่างนั้น ก็ไม่อบรมเจริญปัญญาที่จะละโมหะ ขณะนี้กำลังเห็น รู้ว่าเป็นโมหะที่ไม่รู้ลักษณะสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ การรู้อย่างนี้จะเป็นปัจจัยให้ระลึกศึกษาจนกว่าปัญญาจะคมกล้า

การที่จะรู้สังขารธรรม ไม่ใช่รู้สิ่งอื่นนอกจากสิ่งที่กำลังปรากฏทางตาในขณะนี้ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ตามความเป็นจริง ตามปกติอย่างนี้เอง และปัญญาที่คมกล้าก็จะประจักษ์ในสภาพที่เป็นธรรม ธรรมทั้งหมดที่ปรากฏ ปัญญาสามารถที่จะรู้แจ้งตามความเป็นจริงของสภาพธรรมได้

สำหรับข้อความในพระไตรปิฎกบางตอน ซึ่งท่านผู้ฟังอาจจะเข้าใจผิดคิดว่า พระผู้มีพระภาคให้พระอริยสาวกเจริญฌาน แต่ถ้าอ่านโดยละเอียด โดยตลอด ประกอบกับพระสูตรอื่น ๆ ก็เห็นว่า พระผู้มีพระภาคทรงเกื้อกูลอนุเคราะห์ให้พระอริยสาวกทั้งหลายบรรลุดุคคุณธรรมขั้นสูงขึ้น จนถึงความเป็นพระอรหันต์

ใน **สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค นันทียสูตร ข้อ ๑๕๙๙** ที่พระผู้มีพระภาคทรงแสดงพระอริยสาวกผู้อยู่ด้วยความประมาท มีข้อความว่า

สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ นิโครธาราม ใกล้พระนครกบิลพัสดุ์ แคว้นสักกะ ครั้งนั้น เจ้าศากยะพระนามว่านันทียะ เสด็จเข้าไปเฝ้าพระผู้มีพระภาคถึงที่ประทับ ทรงถวายบังคมพระผู้มีพระภาคแล้ว ประทับนั่ง ณ ที่ควรส่วนข้างหนึ่ง ครั้นแล้วได้กราบทูลพระผู้มีพระภาคว่า

ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ อริยสาวกใดไม่มีโศดาปัตตียังคะ ๔ ประการ โดยประการทั้งปวง ในกาลทุกเมื่อ อริยสาวกนั้นหรือหนอที่พระองค์ตรัสเรียกว่าอยู่ด้วยความประมาท

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

ดูกร นันทียะ อริยสาวกใดไม่มีโศดาปัตตียังคะ ๔ ประการ เราเรียกอริยสาวกนั้นว่า เป็นคนภายนอก ตั้งอยู่ในฝ่ายปุถุชน หนึ่ง อริยสาวกเป็นผู้อยู่ด้วยความ



ประมาท และอยู่ด้วยความไม่ประมาทโดยวิธีใด ท่านจงฟังวิธีนั้น จงใส่ใจให้ดี  
เราจักกล่าว

นันทิยสากยะทูลรับพระผู้มีพระภาคแล้ว พระผู้มีพระภาคได้ตรัสว่า

ดูกร นันทิยะ ก็อริยสาวกเป็นผู้อยู่ด้วยความประมาทอย่างไร อริยสาวกใน  
ธรรมวินัยนี้ ประกอบด้วยความเลื่อมใสอันไม่หวั่นไหวในพระพุทธเจ้าว่า  
แม้เพราะเหตุนี้ ฯ พระผู้มีพระภาคพระองค์นั้น ... เป็นผู้จำแนกกรรม และคุณธรรม  
ประการอื่น ๆ

อริยสาวกนั้นพอใจแล้วด้วยความเลื่อมใสอันไม่หวั่นไหวในพระพุทธเจ้านั้น  
ไม่พยายามให้ยิ่งขึ้นไป เพื่อความสงบในกลางวัน เพื่อหลีกเร้นในกลางคืน เมื่อ  
อริยสาวกนั้นเป็นผู้ประมาทอยู่อย่างนี้ ย่อมไม่มีปราโมทย์ เมื่อไม่มีปราโมทย์ก็ไม่มีปีติ  
เมื่อไม่มีปีติก็ไม่มีปัสสัทธิ เมื่อไม่มีปัสสัทธิย่อมอยู่เป็นทุกข์ จิตของผู้มีความทุกข์ย่อม  
ไม่เป็นสมาธิ เมื่อจิตไม่เป็นสมาธิ ธรรมทั้งหลายย่อมไม่ปรากฏ เพราะธรรมทั้งหลาย  
ไม่ปรากฏ อริยสาวกนั้นย่อมถึงความนับว่า อยู่ด้วยความประมาท

อีกประการหนึ่ง อริยสาวกประกอบด้วยเลื่อมใสอันไม่หวั่นไหวในพระธรรม ...  
ในพระสงฆ์ ... ประกอบด้วยศีลที่พระอริยเจ้าใคร่แล้ว ไม่ขาด ฯลฯ ... โดยนัยเดียวกัน

ฟังดูเฝื่อน ๆ คิดถึงสมาธิแล้ว ไข่มใหม่ แต่ตามความเป็นจริงของผู้ที่เป็นพระอริย-  
สาวกที่พระผู้มีพระภาคตรัสว่า อริยสาวกนั้นพอใจแล้วด้วยความเลื่อมใสอันไม่หวั่นไหว  
ในพระพุทธเจ้านั้น ไม่พยายามให้ยิ่งขึ้นไป เพื่อความสงบในกลางวัน เพื่อหลีกเร้นใน  
กลางคืน ความสงบในกลางวันจะทำอย่างไร ความหลีกเร้นในกลางคืนจะทำอย่างไร

ตอนท้ายของพระสูตร ทรงแสดงถึงพระอริยสาวกผู้อยู่ด้วยความไม่ประมาท ซึ่ง  
มีข้อความว่า

ดูกร นันทิยะ ก็อริยสาวกผู้เป็นผู้อยู่ด้วยความไม่ประมาทอย่างไร อริยสาวก  
ในธรรมวินัยนี้ ประกอบด้วยความเลื่อมใสอันไม่หวั่นไหวในพระพุทธเจ้าว่า  
แม้เพราะเหตุนี้ ฯ พระผู้มีพระภาคพระองค์นั้น ฯลฯ เป็นผู้จำแนกกรรม อริยสาวก  
นั้นยังไม่พอใจด้วยความเลื่อมใสอันไม่หวั่นไหวในพระพุทธเจ้านั้น พยายามให้ยิ่งขึ้นไป



เพื่อความสงบในกลางวัน เพื่อหลีกเร้นในกลางคืน เมื่ออริยสาวกนั้นเป็นผู้ไม่ประมาท อยู่อย่างนี้ย่อมเกิดปราโมทย์ เมื่อเกิดปราโมทย์ย่อมเกิดปีติ เมื่อมีใจกปรด้วยปีติ กายย่อมสงบ ผู้มีกายสงบย่อมได้เสวยสุข จิตของผู้มีความสุขย่อมเป็นสมาธิ เมื่อจิตเป็นสมาธิ ธรรมทั้งหลายย่อมปรากฏ เพราะธรรมทั้งหลายปรากฏ อริยสาวกนั้นย่อมถึงความนับว่า อยู่ด้วยความไม่ประมาท

อีกประการหนึ่ง อริยสาวกประกอบด้วยความเลื่อมใสอันไม่หวั่นไหวใน พระธรรม ... ในพระสงฆ์ ... ประกอบด้วยศีลที่พระอริยเจ้าใคร่แล้ว ไม่ขาด ฯลฯ เป็นไปเพื่อสมาธิ อริยสาวกนั้นยังไม่พอใจด้วยศีลที่พระอริยเจ้าใคร่แล้ว พยายามให้ ยิ่งขึ้นไปเพื่อความสงบในกลางวัน เพื่อหลีกเร้นในกลางคืน เมื่ออริยสาวกนั้นเป็นผู้ไม่ ประมาทอยู่อย่างนี้ย่อมเกิดปราโมทย์ เมื่อเกิดปราโมทย์ย่อมเกิดปีติ เมื่อมีใจกปร ด้วยปีติกายย่อมสงบ ผู้มีกายสงบย่อมได้เสวยสุข จิตของผู้มีความสุขย่อมเป็นสมาธิ เมื่อจิตเป็นสมาธิ ธรรมทั้งหลายย่อมปรากฏ อริยสาวกนั้นย่อมถึงความนับว่า อยู่ ด้วยความไม่ประมาท

ดูกร นันทิยะ อริยสาวกเป็นผู้อยู่ด้วยความไม่ประมาทอย่างนี้แล.

จบ สูตรที่ ๑๐







๗๕๔



สำหรับผู้ที่อยู่ด้วยความประมาท พอใจแล้วด้วยความเลื่อมใสอันไม่หวั่นไหวในพระพุทธเจ้านั้น ก็ไม่พยายามให้ยิ่งๆ ขึ้นไป เพื่อความสงบในกลางวัน เพื่อหลีกเลี่ยงในกลางคืน ขอให้พิจารณาพยานะที่ว่า **เพื่อความสงบในกลางวัน ทำอย่างไรที่จะสงบในกลางวัน** ออกไปอยู่ในที่เปลี่ยวๆ ไม่สงบเลย อย่างนั้นจะชื่อว่าสงบไหม

เพราะฉะนั้น ในกลางวันชีวิตของอริยสาวกทั้งหลายก็เป็นปกติ ซึ่งคนอื่นไม่สามารถจะรู้ว่า ใครเป็นพระอริยสาวก ใครเป็นพระโสดาบัน ไม่มีทางที่จะรู้เลย เพราะว่าท่านไม่ประกาศคุณธรรมของท่าน ถ้าท่านยังเป็นผู้ที่ครองเรือนอยู่ ท่านก็มีชีวิตปกติธรรมดา แต่ว่าเป็นผู้สงบในเวลากลางวัน คือ เป็นผู้สงบจากกิเลส

เวลาที่ท่านพบบุคคลหนึ่งบุคคลใดในชีวิตประจำวันของท่าน สำหรับปุถุชนย่อมเต็มไปด้วยความรักหรือความชัง ความโลภหรือความโกรธ หรือมีมานะ หรือมีความริษยา หรือมีความตระหนี่ แล้วแต่ว่าจะอะไรจะเกิดขึ้น ทำให้เป็นผู้ที่ไม่สงบในเวลากลางวัน เพราะไม่สงบจากกิเลส แต่ผู้ที่เป็นพระอริยสาวกผู้ไม่ประมาท เป็นผู้ที่มีปกติเจริญสติปัฏฐาน เช่นก่อนที่ท่านจะเป็นพระอริยเจ้า เพราะฉะนั้น เมื่อศึกษาในพระไตรปิฎกจะเห็นได้ว่า ชีวิตของพระอริยเจ้าซึ่งเป็นคฤหัสถ์ ผู้ครองเรือน ไม่ต่างกับผู้ที่เป็นปุถุชนในอาการที่ปรากฏภายนอก แต่ท่านเป็นผู้ที่ไม่ล่องลอย แม้ว่าจะมีโลภะหรือโทสะในรูป ในเสียง ในกลิ่น ในรส ในโณภูมัพพะ แต่ว่าสติที่เกิดขึ้นระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมที่เป็นกุศลและอกุศล ทำให้ท่านสงบมากกว่าบุคคลอื่นที่ไม่ใช่พระอริยสาวก เพราะฉะนั้น ก็เป็นผู้ที่สงบในเวลากลางวัน แต่ก็ไม่ได้หมายความว่า ทุกขณะไป

เพราะฉะนั้น พระผู้มีพระภาคจึงตรัสว่า สำหรับพระอริยสาวกซึ่งเป็นผู้ที่อยู่ด้วยความประมาทนั้น พอใจแล้วด้วยความเลื่อมใสอันไม่หวั่นไหวในพระพุทธเจ้า เพราะท่านรู้ว่าคุณธรรมนี้ของท่านมี ไม่มีใครสามารถที่จะทำให้ความเลื่อมใสในพระพุทธเจ้าของท่านคลอนแคลนได้เลย เพราะท่านได้รู้แจ้งอริยสัจธรรมที่พระผู้มีพระภาคทรงตรัสรู้





และทรงแสดงด้วยตัวของท่านเอง แต่ว่าชีวิตของพระอริยสาวกบางท่านก็สะสมมาที่จะอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่เต็มไปด้วยความรื่นเริง ความยินดี ความสนุกสนาน ความเพลิดเพลินต่าง ๆ ซึ่งถ้าสติไม่เกิดขึ้น ไม่ระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏนั้นบ่อย ๆ เนือง ๆ อริยสาวกท่านนั้นก็เป็นผู้ที่ไม่พยายามให้ยิ่งขึ้นไป เพื่อความสงบในกลางวัน เพราะความสงบนั้น คือ ความสงบ

เวลากลางวันที่ท่านจะต้องรับประทานอาหาร จะต้องพบบุคคลมากหน้าหลายตา วิสาขามหาอุบาสิกาท่านก็มีธุรกิจของท่าน ท่านอนาถปิณฑิกเศรษฐีท่านก็เป็นคฤหบดี พ่อค้า ซึ่งจะต้องทำกิจการงาน มีการขาดทุนอย่างมาก หรือว่าได้กำไรก็แล้วแต่ เพราะฉะนั้น ถ้าชีวิตของท่านขณะนั้นเกี่ยวข้องกับบุคคลต่าง ๆ ตามวิถีชีวิตของท่าน และไม่พยายามให้ยิ่งขึ้น คือ สงบ เพราะสติระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมพระอริยสาวกท่านนั้นก็เป็นผู้ที่อยู่ด้วยความประมาท นี่ก็เป็นชีวิตจริง ๆ ประจำวันในกลางวัน

เพื่อหลีกเร้นในกลางคืน

ตอนกลางคืน มีใครรบกวนอย่างนี้บ้างไหม ไปรับประทานอาหารกับเพื่อนฝูง กับญาติมิตร สังคมต่าง ๆ ในวิถีชีวิตของแต่ละคนตามปกติ กลางวันกับกลางคืนเหมือนกันไหม ตอนกลางคืนพักผ่อนหลับนอน หมดธุรกิจ หมดเรื่องสังคม หมดเรื่อง การติดต่อ ฉะนั้น วิถีชีวิตกลางวันกับกลางคืนย่อมต่างกัน

เพราะฉะนั้น ถึงแม้ว่าจะยังไม่ใช้พระอริยสาวก ชีวิตตามความเป็นจริงของทุกท่าน กลางวัน วิถีชีวิตเป็นอย่างหนึ่ง สงบได้ถ้ากุศลจิตเกิด กลางคืน วิถีชีวิตก็เป็นอีกอย่างหนึ่ง หลีกเร้นได้ หมายความว่าอย่างไร กลางคืนแล้ว จะต้องหลีกเร้นอะไรอีก ซึ่งความจริงก็ดูเหมือนกับว่าจะหลีกเร้นอยู่แล้วใช่ไหม ช่วงเวลาของกลางคืน เป็นเวลาพักผ่อนหลับนอนบ้าง หรือว่าอยู่ในบ้านบ้างเป็นส่วนใหญ่ แต่ถึงอย่างนั้นพระผู้มีพระภาคก็ยังตรัสว่า ไม่พยายามให้ยิ่งขึ้นไป เพื่อความสงบในกลางวัน เพื่อหลีกเร้นในกลางคืน สำหรับผู้ที่เป็นอริยสาวกซึ่งอยู่ด้วยความประมาท

ความหมายของหลีกเร้น มีอธิบายไว้ในพระสูตร ใน **อังคุตตรนิกาย จตุกกนิบาต ปฏิสินสูตร** มีข้อความที่กล่าวถึง การหลีกออกเร้นอยู่ ว่า



อรรถ คือ ความหมาย ของหลักออกเร้นอยู่ คือ การละกิเลสเป็นลำดับจนถึง  
พระอรหันต์ ซึ่งพระผู้มีพระภาคตรัสว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ก็ภิกษุเป็นผู้หลักออกเร้นอยู่อย่างไร ภิกษุในธรรมวินัยนี้  
เป็นผู้ละอัสมิมานะได้แล้ว ตัดรากขาดแล้ว ทำให้เป็นดังตาลยอดด้วน กระทำไม่ให้มี  
ไม่ให้เกิดขึ้นอีกต่อไปเป็นธรรมดา ภิกษุเป็นผู้หลักออกเร้นอยู่อย่างนี้แล

เพราะฉะนั้น ความหมายของหลัก หรือหลักออกเร้นอยู่ คือ หลักออกจากโลก  
ของความไม่รู้ โลกของตัวตน หรือว่าโลกที่คลุกเคล้าด้วยกิเลส

หลักออกจากความไม่รู้นี้ ท่านผู้ฟังจะเห็นได้ว่า สติปัฏฐานที่เกิดขึ้นเวลา  
กลางวัน ระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมแต่ละอย่างตามปกติตามความเป็นจริง ถ้า  
เป็นธุระกิจการงาน ก็เป็นสภาพธรรมซึ่งเป็นนามธรรมและรูปธรรม ซึ่งสติตามระลึกรู้ได้  
ในลักษณะของสภาพธรรมในแต่ละวัน แต่พอถึงตอนกลางคืน สภาพธรรมที่เกิด  
ปรากฏในขณะนั้นพร้อมด้วยความมั่นคง ปรากฏลักษณะของความสงบซึ่งเป็นสมาธิ  
ขณะนั้นออกจากโลกของความไม่รู้สภาพธรรมยิ่งขึ้น

**ผู้ฟัง** สำหรับการเจริญสติปัฏฐาน ตอนเจริญใหม่ ๆ จะมีสติระลึกได้น้อยครั้ง  
เหลือเกินสำหรับเวลากลางวัน เมื่อหมดธุระกิจแล้วจริง ๆ เวลากลางคืนก็รู้สึกว่ามีสติ  
เพิ่มขึ้น

**ส** แต่ไม่ได้มุ่งหมายที่จะให้เป็นผู้ที่เจริญสติปัฏฐานเฉพาะในเวลากลางคืน  
ต้องประกอบกัน ทั้งกลางวันและกลางคืน ซึ่งจะเห็นได้ว่า เวลาที่หลักออกเร้นอยู่จาก  
โลกของตัวตน จากโลกของอวิชชา ความไม่รู้สภาพธรรมในตอนกลางคืน ปัญญาที่  
ปรากฏในขณะนั้น จะทำให้เห็นชัดว่า เป็นการหลักออกจากความไม่รู้และโลกของ  
ตัวตน

**ผู้ฟัง** ขณะที่เจริญสติปัฏฐานใหม่ ๆ สติยังอ่อน ปัญญาก็ยังไม่คมกล้า  
กลางวันขณะที่ทำธุระกิจการงาน หรือเกี่ยวข้องกับใครมากมาย สติก็ไม่ค่อยมีกำลัง คือ  
ไม่เป็นอิสระ ไม่เป็นสปปายะกับสติ แต่เวลากลางคืนรู้สึกว่าเป็นอิสระ ไม่มีธุระกิจอะไร  
มาก รู้สึกมีสติเพิ่มขึ้น



ส ในพระสูตรนี้ พระผู้มีพระภาคทรงแสดงธรรมให้อริยสาวกทั้งหลาย เจริญกุศลทั้งกลางวันและกลางคืน จุดประสงค์ คือ ทั้งกลางวันและกลางคืน แม้ว่า กลางวันจะมีธุรกิจวุ่นวายมากมายในชีวิตประจำวัน ก็เป็นผู้สงบได้ คือ เป็นผู้สงบใน กลางวัน และเป็นผู้ที่หลีกออกเร้นอยู่ หรือว่าหลีกเร้นในเวลากลางคืน

ข้อสำคัญคือ อย่าเข้าใจผิดคิดว่า การรู้แจ้งอริยสัจธรรมจะมีได้แต่เฉพาะใน เวลากลางคืน ซึ่งท่านผู้ฟังจะพิจารณาได้ตามความเป็นจริงในชีวิตของท่าน ในเวลากลางวัน สติที่เกิดขึ้นไปในเรื่องของความสงบในกลางวัน คือ สงบด้วย กุศลพร้อมสติที่ระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรม แต่ในเวลากลางคืน ที่สงบนั้น ก็สงบ แล้ว เพราะฉะนั้น เวลาที่สติเกิดในขณะนั้น ก็หลีกเร้นออกจากโลกของความรู้ยิ่งขึ้น แต่ว่าต้องเจริญทั้งกลางวันและกลางคืน เพื่อการรู้แจ้งอริยสัจธรรม ซึ่งไม่มีใครจะ สามารถรู้ได้ว่า จะรู้แจ้งอริยสัจธรรมในเวลากลางวัน หรือว่ากลางคืน หรือว่า ในขณะหนึ่งขณะใด

ถ. อย่างท่านอนาถปิณฑิกะและท่านวิสาขา ท่านวิสาขาไปอยูนิมมานรดี ท่านอนาถปิณฑิกะไปอยู่ดุสิต ถ้าพูดถึงการกระทำ ท่านอนาถปิณฑิกะท่านสร้าง พระวิหารเชตวัน และให้ท่านจนกระทั่งหมดเนื้อหมดตัวจนต้องให้ข้าวปลายเกวียนใส่ บาตร ส่วนท่านวิสาขาไม่ปรากฏว่ายากจน แต่พอตายไปได้ไปนิมมานรดี สูงกว่า ส่วนท่านอนาถปิณฑิกะอยู่ที่ดุสิต

ส ท่านผู้ฟังลองเลือก อยากจะอยู่ในภูมิไหน นิมมานรดี หรือดุสิต ก็มี ผู้ฟังบางท่านเลือกดุสิต ถึงแม้ว่าจะรู้ว่านิมมานรดีนั้นสูงกว่า เพียบพร้อมด้วยสุขของ กามคุณยิ่งกว่าดุสิต แต่ถึงกระนั้นท่านก็ไม่มีฉันทะในการที่จะเกิดในนิมมานรดี

ผู้ฟัง พูดถึงตัวผม เกิดเป็นมนุษย์พอมีพอกินก็ดีแล้ว ไม่ต้องไปไหน แต่อยู่ แล้วไม่ค่อยจะพอกิน นี่สำคัญ มนุษย์นี้ดีแล้ว มีอะไร ๆ หลายอย่างที่น่าอยู่ คือ ยังไม่ เจ็บไข้ก็ไม่อยากถึงนิพพาน แต่ถ้าไม่สบาย อยากไปนิพพาน

ส สัมสรวรรคแล้วหรือว่า ในสรวรรคไม่มีทุกข์กายวิญญาณ ไม่มีการป่วยไข้ ไม่มีการเจ็บกาย ทำไมไปนึกถึงแต่นิพพานเวลาเจ็บไข้ ทำไมไม่นึกถึงสรวรรค



**ผู้ฟัง** ขึ้นไปแล้ว เดียวต้องกลับมาเจ็บป่วยอีก

**ถ.** อย่างพระยามารที่คอยประทุษร้ายพระพุทธเจ้า อยู่ปรนนิมิตวสวัตติ เป็นเทวดาต้องเป็นผลของบุญกุศลไม่ใช่หรือ

**ส** ต้องเป็นผลของบุญแน่ ใครจะรู้ว่า ผู้ใดทำบุญไว้มากมายสำหรับชาติต่อไปจะไปเกิดในดาวดึงส์ หรือยามา หรือดุสิต หรือนิมมานรดี หรือปรนนิมิตวสวัตติ หรือว่าในอบายภูมิ

**ถ.** ในอรรถกถากล่าวว่า ต่อไปพระยามารจะเป็นพระพุทธเจ้า

**ส** ไม่มีใครรู้แน่ในผลบุญที่ได้กระทำไว้แล้วว่า กรรมใดจะให้ผล ถ้าเป็นกุศลกรรมที่มีกำลังมาก ก็เป็นปัจจัยที่จะให้เกิดในสวรรค์ชั้นต่าง ๆ ได้

เมื่อสักครู๋ท่านผู้ฟังกล่าวถึงว่า ตอนกลางวันสติไม่ค่อยมีกำลังใช่ไหม

**ผู้ฟัง** ดิฉันหมายถึงตอนเจริญสติใหม่ ๆ แต่เมื่อเจริญสติมานานพอสมควรแล้ว ก็เจริญได้ทั้งกลางวันและกลางคืน

**ส** ท่านผู้ฟังควรจะเข้าใจความหมายของปัญญาพละ และสติพละให้ถูกต้องด้วย ที่ท่านกล่าวว่า สติมีกำลัง ปัญญามีกำลัง หรือว่าสติไม่มีกำลัง ปัญญาไม่มีกำลังนั้น หมายถึงอะไร หมายความว่าอย่างไร

โดยมากท่านจะนึกถึงขณะที่สติกำลังระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมแน่วแน่มั่นคง จึงกล่าวว่า เป็นสติที่มีกำลัง

แต่ตามความเป็นจริงของสภาพธรรมในการอบรมเจริญสติปัฏฐาน จะมีคำว่า อินทรีย์ และพละ ซึ่งเป็นธรรมในหมวดของโพธิปักขิยธรรม เป็นธรรมที่เป็นไปในการตรัสรู้หรือวิมุตติธรรม

สำหรับลักษณะของอินทรีย์นั้น คือ สภาพความเป็นใหญ่ เวลาที่สติเกิดขึ้นเป็นอินทรีย์ คือ เป็นใหญ่กว่าอกุศล เพราะถ้าไม่มีลักษณะของความเป็นใหญ่ สติย่อมเกิดไม่ได้ ในวันหนึ่ง ๆ อกุศลมีกำลังมาก เกิดบ่อย ๆ เพราะว่ามีปัจจัยสะสมมาที่จะเป็นโลภะบ้าง โทสะบ้าง โมหะบ้างอยู่เรื่อย ๆ เพราะฉะนั้น เวลาที่สติเกิดขึ้นสภาพลักษณะของสติเป็นอินทรีย์ คือ เป็นใหญ่ จึงเกิดระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรม



ที่เป็นสติปัฏฐาน เป็นอารมณ์ในขณะนั้น และก็ศึกษาเพื่อที่จะรู้ลักษณะของสภาพธรรมนั้นยิ่งขึ้นตามความเป็นจริง นั่นคือ สตินทรีย์ ลักษณะที่เป็นอินทรีย์ของสติ

แต่เมื่อเจริญขึ้น ๆ สติและปัญญาเป็นพละ เพราะว่ามี ความชำนาญ สามารถที่จะมีกำลัง ไม่ว่าจะ เป็นสภาพธรรมละเอียดอย่างไร ทั้งที่เป็นกุศลและอกุศล สติก็สามารถที่จะระลึกได้ ตามความเป็นจริง ซึ่งแสดงถึงการอบรมสติและปัญญาที่ทำให้ สติและปัญญานี้มีกำลังขึ้น โดยที่ไม่่ว่าขณะนั้นเห็นอะไร สติก็จะระลึกได้ ปัญญารู้ได้ใน ลักษณะของนามธรรมและรูปธรรมที่กำลังปรากฏ เกิดความพอใจหรือไม่พอใจอย่างไร สติซึ่งมีกำลังและปัญญาซึ่งมีกำลังเป็นพละ สามารถที่จะมีกำลังเกิดขึ้นได้ ไม่ว่าจะ เป็นนามธรรมและรูปธรรมที่ละเอียดทั้งฝ่ายกุศลและอกุศลอย่างไร สติพละและปัญญาพละที่ได้อบรมแล้ว ก็สามารถเกิดขึ้นรู้ลักษณะของสภาพธรรมนั้นได้ตามความเป็นจริง

มีท่านผู้ฟังท่านหนึ่ง มีความสนใจในคำว่า คณะศึกษาธรรม คือ ไม่ทราบ ว่าหมายความว่าอย่างไร และหมายความว่าถึงใคร

ขอเรียนให้ทราบว่า ที่ใช้คำว่า คณะศึกษาธรรม เพราะว่าไม่ประสงค์ที่จะให้เป็นบุคคลหนึ่งบุคคลใด แต่ว่าเป็นทุกท่านที่มีความสนใจศึกษาและปฏิบัติธรรม และส่งเสริมในการเผยแผ่พระธรรม ซึ่งคณะศึกษานี้ไม่ได้มีแต่เฉพาะคนไทย แต่มีชาวต่างประเทศด้วย สำหรับชาวต่างประเทศดิฉันจะสนทนาธรรมด้วยทุกวันพุธ ที่วัดบวร ตั้งแต่เวลาบ่ายสองโมงจนถึงเวลาห้าโมงเย็น

ท่านเหล่านี้เป็นผู้ที่สนใจจริง ๆ ในการศึกษาประพฤติปฏิบัติธรรม มีทั้งอุบาสก อุบาสิกา และพระภิกษุ ท่านเหล่านี้ได้กระทำการกิจเผยแผ่พระพุทธศาสนาที่ประเทศของท่าน เช่น ในประเทศออสเตรเลียก็มีคณะศึกษาธรรม ซึ่งใช้คำภาษาอังกฤษว่า Dhamma Study Group และเมื่อปีก่อนได้จัดพิมพ์การตอบปัญหาธรรมที่ศิริราช ที่เคยพิมพ์เป็นภาษาไทยกับภาษาอังกฤษ ทางออสเตรเลียก็ขอพิมพ์เฉพาะภาษาอังกฤษ นอกจากนี้ก็มีอุบาสก อุบาสิกา พระภิกษุ สามเณรชาวต่างประเทศที่ได้สนใจและได้เผยแผ่ธรรม ไม่เฉพาะแต่ที่เมืองไทย แม้แต่ประเทศอื่น เช่น ที่ประเทศศรีลังกา



เมื่อปีก่อนท่านผู้ฟังคงจำได้ว่า ดิฉันได้รับเชิญไปร่วมสัมมนาธรรมที่ประเทศศรีลังกา ซึ่งการที่ศรีลังกาเชิญมานี้ ในขณะนั้นทางศรีลังกาก็ยังไม่รู้จักดิฉันเลยว่าเป็นผู้ที่มีความสนใจและได้กระทำกิจของพระพุทธศาสนาอยู่ที่เมืองไทย แต่ท่านพระภิกษุธัมมโร ซึ่งเป็นชาวออสเตรเลีย ซึ่งคณะศึกษารธรรมได้นิมนต์ให้ไปที่ศรีลังกาด้วย และเวลาที่ดิฉันกลับมาที่เมืองไทย ท่านก็ยังกระทำกิจเผยแผ่พระพุทธศาสนาอยู่ที่ประเทศศรีลังกาต่อไป ท่านเป็นผู้ที่แนะนำชาวศรีลังกาให้เห็นว่า ควรจะได้มีการสัมมนาธรรมที่ประเทศศรีลังกา ซึ่งทางโน้นก็เห็นด้วย และได้เชิญมาโดยตรง เพราะเห็นว่าเป็นบุคคลที่จะร่วมในการสัมมนาธรรมให้ได้ประโยชน์ผู้หนึ่ง

ขณะนี้ท่านธัมมโรซึ่งเป็นชาวออสเตรเลีย ได้กลับจากประเทศศรีลังกาแล้ว และขณะนี้ท่านสนใจศึกษาภาษาบาลี การศึกษาภาษาบาลีมี ๒ อย่าง คือ ศึกษาภาษาบาลีไวยากรณ์ใหญ่ อีกอย่างหนึ่งไม่ทราบว่าเป็นอะไร เรียกไวยากรณ์น้อย โดยทั่วไปการศึกษภาษาบาลีในยุคนี้สมัยนี้ เปลี่ยนแปลงไปจากสมัยเดิม ซึ่งสมัยเดิมศึกษาโดยบาลีไวยากรณ์ใหญ่ การศึกษาก็นานกว่า กว้างขวางกว่า มีหลักที่แน่นมาก เวลานี้เท่าที่ทราบ มีการศึกษาบาลีไวยากรณ์ใหญ่ที่วัดท่ามะโอ จังหวัดลำปาง โดยพระภิกษุพม่า ซึ่งท่านผู้ฟังคงจะจำได้ว่า คณะศึกษารธรรมท่านหนึ่งที่ท่านเป็นผู้ที่มักจะถามปัญหาเพื่อประโยชน์แก่ท่านผู้ฟังที่บ้านบ่อย ๆ

ขอเล่าถึงเรื่องส่วนตัวนิดหน่อย เพื่อที่จะได้ทราบถึงชีวิตความเป็นมาของคณะศึกษารธรรม หรือว่าอุบาสก อุบาสิกาที่มีความสนใจในธรรม

วันหนึ่งในขณะที่ท่านกำลังนั่งฟังแนวทางเจริญวิปัสสนาอยู่ที่นี่ บุตรชายของท่านได้รับอุบัติเหตุเสียชีวิต ซึ่งเป็นเหตุการณ์ที่ทำให้ท่านเกิดความเศร้าใจอย่างมาก เพราะฉะนั้น ท่านก็ใคร่ที่จะกระทำบุญอุทิศส่วนกุศลให้แก่บุตรชาย ท่านก็ไปที่จังหวัดลำปาง คิดว่าท่านผู้ฟังคงเคยได้ยินจากคำบอกเล่าของท่านเองแล้วว่า ท่านไปแสวงหาวัด ซึ่งท่านอยากจะได้อวัดที่มีทั้งการศึกษาและปฏิบัติธรรมด้วย เพื่อที่จะได้สร้างกุฏิถวาย และอุทิศส่วนกุศลให้แก่บุตรชายของท่าน ขอเชิญท่านเล่าเองตอนนี้





๗๕๕



**ผู้ฟัง** เมื่อลูกชายผมถูกรถชนตาย ลูกสาวไปหาทนายเรียกค่าเสียหายได้มาห้าหมื่นบาท เงินห้าหมื่นบาทนี้เป็นชีวิตของลูก ก็อยากจะสร้างวัดถาวรเพื่อเป็นประโยชน์แก่พระศาสนา ผมจึงเลือกวัดที่จะสร้างถาวรวัตถุ ผมพยายามเลือกวัดที่มีทั้งการปฏิบัติธรรมและศึกษาธรรมด้วย มีพระรูปหนึ่งท่านแนะนำว่า วัดท่ามะโอ จังหวัดลำปาง มีพระอาจารย์ชาวมอญ ชื่อธัมมานันทมหาเถระ เป็นผู้สอนธรรมได้ดีมาก และสอนละเอียดมาก ผมก็เอาเงินนี้ไปสร้างกุฏิได้ ๓ หลัง เมื่อสร้างเสร็จแล้ว ท่านก็เขียนจดหมายมาให้ผมไปฉลองกุฏิ ผมก็ขึ้นไปฉลอง พบท่านธัมมธโร (Alan Driver) และท่านพระศุภกร (กัลยาณมิตร) อยู่ที่กุฏิที่ผมสร้าง ผมดีใจมาก เพราะรู้จักพระทั้งสองรูปนี้ดีว่า ท่านเข้าใจเรื่องการเจริญสติปัฏฐานอย่างถูกต้อง และท่านได้มาอนุเคราะห์อยู่ในกุฏิที่ผมสร้าง ทำให้ผมเกิดปีติยินดีมากเหลือเกิน

**ส** เป็นเรื่องบังเอิญที่น่าอนุโมทนาอย่างยิ่ง ซึ่งก็สมความปรารถนาของผู้ที่ตั้งใจจะสร้างกุฏิสำหรับผู้ศึกษาและปฏิบัติธรรม และท่านธัมมธโรก็ได้อยู่กุฏิที่ท่านผู้นี้สร้างไว้ เข้าใจว่าเคยพบท่านก่อนแล้วใช่ไหม ก็เป็นการพบกันของคณะนักศึกษาวรรณที่จังหวัดลำปาง

สำหรับท่านธัมมธโรภิกขุซึ่งเป็นชาวออสเตรเลีย มีความรู้มากในปริยัติและในการเจริญสติปัฏฐาน ซึ่งขณะนี้ท่านกำลังศึกษาภาษาบาลี

เพื่อที่จะให้ท่านผู้ฟังได้อนุโมทนา เกิดศรัทธาเห็นประโยชน์ของการศึกษาธรรมที่ชาวต่างประเทศที่ได้มาศึกษาที่เมืองไทย ดิฉันขอกราบอาราธนาท่านธัมมธโร เพื่อที่ว่าถ้าท่านผู้ฟังใครที่จะทราบเรื่องเกี่ยวกับการเผยแพร่พระศาสนาที่ประเทศศรีลังกา ก็ดี หรือที่ประเทศออสเตรเลีย หรือว่าการเจริญสติปัฏฐาน ก็ขอเชิญท่านผู้ฟังถามได้ขออาราธนาเจ้าค่ะ

**ธัม.** เรื่องการพูดภาษาไทย อาตมาไม่ค่อยถนัดเท่าไร ถ้าพูดไม่ถูก ก็ขออภัย





ถ. ท่านเป็นฝรั่งชาวออสเตรเลีย ซึ่งส่วนใหญ่ไม่นับถือพุทธศาสนา มีเหตุปัจจัยอะไรที่ทำให้ท่านหันมาสนใจในคำสอนของพระพุทธศาสนา และมีเหตุปัจจัยอะไรที่ทำให้ท่านบวชเป็นภิกษุในพระพุทธศาสนาด้วย

ธัม. ในตอนแรก ไม่นับถือพระพุทธศาสนาโดยซื่อๆจริง แต่นับถือความจริง หมายความว่า พอได้มีโอกาสฟังเรื่องความจริงซึ่งเป็นเรื่องพุทธศาสนา ก็นับถือทันที เพราะเป็นเรื่องจริง เรื่องตรง เรื่องที่มีประโยชน์มากในชีวิตประจำวัน

ถ. ท่านไปเผยแพร่พุทธศาสนาที่ศรีลังกานานเท่าไร เขาสนใจพุทธศาสนามากไหม และการสนใจของเขาต่างกันหรือเหมือนกันกับของคนไทย

ธัม. ปีกว่า ชาวศรีลังกาสนใจพุทธศาสนาพอสมควร ซึ่งการสนใจของชาวศรีลังกาและของคนไทยก็เหมือนกันบ้าง ต่างกันบ้าง

รู้สึกว่าคุณไทยกับคนศรีลังกาเป็นชาวพุทธด้วยกัน ก็เป็นคนที่มีเมตตา รู้คุณของการให้ทาน เป็นต้น แน่นอนที่สุด เป็นช่วยบุคคลอื่นด้วย แต่สำหรับภาวนา ก็ลำบาก เพราะถ้าไม่มีโอกาสฟังเรื่องการเจริญภาวนาที่ถูกต้อง ที่ละเอียด และต้องฟังบ่อยด้วย ก็ยากที่จะเจริญได้ และทั้งสองประเทศเท่าที่ทราบ ไม่ค่อยได้มีโอกาสฟังมากเท่าไร

ที่ต่างกัน คือ ชาวศรีลังกายังไม่มีโทรทัศน์ รู้สึกว่าข้อนี้สำคัญมาก เห็นว่ามีเวลาที่จะอยู่ด้วยกัน เข้าวัดบ่อยๆ อาจจะไปหาพระบ้าง อาจจะไปสวดมนต์บ้าง ไปทำวัตรต่อหน้าเจดีย์ ไปกราบไหว้ต้นโพธิ์ และบางคนก็ใช้เวลาในการศึกษาธรรม เก่งในภาษาบาลี ชาวบ้านมีเวลาและมีศรัทธาที่จะเรียนด้วย และบางที่ชอบนั่งสนทนาธรรมกันเป็นหลาย ๆ ชม แต่ที่เมืองไทยรู้สึกว่า ศรัทธาไปคนละทาง คือ อาจจะสร้างวัดมากกว่า อย่างนี้ต่างกัน ชาวลังกาชอบศึกษา คนไทยชอบสร้าง คือ คนศรีลังกาขาดปัจจัยที่จะสร้างวัด คนไทยขาดเวลาที่จะศึกษาธรรม

ถ. ที่ท่านอยู่ศรีลังกาปีกว่า อยากจะทราบว่า มีลูกศิษย์มากน้อยอย่างไร





ธัม. คนที่ฟังเรื่องการเจริญสติปัฏฐานเป็นปกติในชีวิตประจำวัน และเกิดปัญญาเข้าใจ สนใจมากขึ้น รู้สึกว่าที่สนใจจริง ๆ มีราว ๆ ๓๐ กว่าคน ที่เข้าใจว่ามีประโยชน์ เป็นเรื่องที่ควรฟังอีกต่อไปถ้ามีโอกาส

บางคนฟังครั้งหนึ่ง สองครั้ง และไม่สนใจที่จะฟังอีก ก็มีมาก หรือว่าบางทีเข้าใจผิดไปเลย บางทีไม่ใส่ใจฟัง คือ ฟังเพื่อจะจับผิดก็ได้ วิธีฟังธรรมมีหลาย ๆ อย่าง

คนที่ฟังเพื่อเรียน เพื่อเข้าใจ และเกิดปัญญาเข้าใจได้บ้าง และเห็นประโยชน์ อยากจะฟังต่อไป ปฏิบัติตามที่เข้าใจ ก็มี ๓๐ กว่าคน ซึ่งในจำนวนนี้ บางคนเข้าใจมากก็มี บางคนเข้าใจบ้างนิดหน่อยก็มี แต่ศรัทธาที่จะฟังต่อไป มี

ถ. อุปนิสัยของคนศรีลังกากับคนไทยต่างกันไหม เช่น ชอบการศึกษา มากกว่า หรือชอบการปฏิบัติมากกว่า

ธัม. คนที่ชอบปฏิบัติจริง ๆ ก็ต้องเข้าใจถูกต้องเสียก่อน ต้องศึกษาถูกต้องเสียก่อน ไม่อย่างนั้นอาจจะชอบปฏิบัติ แต่ชอบปฏิบัติถูก หรือชอบปฏิบัติผิด เพราะบางคนชอบปฏิบัติมาก แต่ปฏิบัติอย่างไร ต้องศึกษาถูกต้องเสียก่อน

ถ. คนที่จะเจริญสมถภาวนา ก่อนอื่นจะต้องมีความรู้อะไรบ้าง

ธัม. ก็จำเป็นที่เดียวที่จะต้องเข้าใจลักษณะของความสงบว่า ต่างกับจิตที่ไม่สงบอย่างไร เพราะว่าสมถะ หมายถึงความสงบ สงบจากโลภะ โทสะ โมหะ สงบจากกิเลส ไม่ใช่สงบจากกิเลสอย่างหยาบ ๆ อย่างเดียว แต่สงบจากกิเลสทั้งหยาบ ทั้งกลาง แต่ถ้ายังไม่เข้าใจว่า ตัวเองยังมีกิเลสอย่างกลางและอย่างละเอียด ก็ยากที่จะรู้ลักษณะของความสงบ จะปนกันเรื่อย

ถ. เมื่อรู้ลักษณะของความสงบแล้ว จะปฏิบัติอย่างไรต่อไป

ธัม. ก็แล้วแต่ ทุกคนไม่เหมือนกัน วิธีที่จะเกิดกุศลจิตก็มีหลายวิธี ที่จะคิดดี ๆ เพราะว่าความจริงสมถะก็คล้าย ๆ กับว่า คิดดี ในขณะที่คิดดีเป็นกุศลจิต จิตสงบ ในขณะนั้น บางคนสะสมมาที่จะคิดดีได้เนื่องจากเห็นซากศพก็ได้ แต่บางคนเห็น



ซากศพก็เกิดโทสมูลจิตง่ายที่สุด สำหรับคนนั้นซากศพไม่ช่วยให้จิตสงบเลย เพราะฉะนั้น เป็นเรื่องที่ละเอียดมาก ซึ่งต้องใช้เวลา

และเมื่อเข้าใจละเอียดดีแล้ว จิตสงบบ้าง แต่จะละกิเลสได้อย่างไร

ถ. ข้อนี้ยังไม่ได้ถาม

ธัม. ทำไมไม่ถาม

ถ. ก็ถามเป็นขั้นตอน ตอนนี้ถามเรื่องการปฏิบัติสมถภาวนา และจะถามวิปัสสนาภาวนาต่อไป

ธัม. คุณโยม อาตมาเห็นใจ เรื่องสมถะเป็นเรื่องสำคัญ เรื่องละเอียด น่าฟังด้วย แต่วันนี้วันเดียวที่อาตมาจะพูด และจะไม่พูดตลอดจนหมดเวลาด้วย เห็นว่ามีโยมสงสัย มีคำถามเกี่ยวกับสติปัฏฐาน คือ อาตมาติดในเรื่องสติปัฏฐาน เพราะถ้าอาตมาไม่เจอเรื่องนี้ อาตมาคงสืกไปนานแล้ว และอะไรที่จะเกิดต่อ ไม่รู้ เพราะว่าถ้าไม่เจอวิสุทธิสติปัฏฐานไม่รู้ตัวเอง ไม่รู้ตัวเองก็ทำอะไรก็ได้





๗๕๖



ถ. ทำไมหลวงพี่สามารถฟังอาจารย์สุจินต์เข้าใจ และปฏิบัติได้ถูกต้อง ก่อนฟังอาจารย์สุจินต์เคยฟังของสำนักอื่นบ้างหรือเปล่า ปฏิบัติมาแล้วหรือยัง

ธัม. ไม่ได้ฟังคุณสุจินต์ ไม่ได้ฟังคน แต่ฟังเหตุผล ถ้าไม่ประกอบด้วย เหตุผลก็ไม่น่าฟัง เมื่อฟังแล้ว พิจารณาแล้ว ประกอบด้วยเหตุผลมากน้อยเท่าไร นี่สำคัญ

ถ. การปฏิบัติ ครั้งแรกท่านพิสุจน์ได้ทางทวารไหน ที่ว่าเป็นนามเป็นรูป เข้าใจว่าไม่ใช่เรื่องง่าย

ธัม. สติจะเกิดขึ้นทางไหน ก็แล้วแต่เหตุปัจจัย ไม่มีใครรู้ ตอนต้น ๆ สติเกิด แต่อ่อนมาก ปัญญาก็ยิ่งอ่อน ตอนต้น ๆ ทุกคนที่เริ่มต้น ทั้งสติและปัญญาต้องอ่อนมาก เกิดเป็นครั้งเป็นคราว อาทิตยหนึ่งอาจไม่เกิด เดือนหนึ่งอาจไม่เกิด เพราะเป็นผู้เริ่มต้น และเกิดแล้วก็ขณะก็ไม่รู้ อารมณ์อะไรที่สติรู้ในขณะนั้นก็เข้าใจยาก ถ้าเป็น ตอนเริ่มต้น นามรูปไม่ชัด แต่จะค่อย ๆ ชัดด้วยขันติ ด้วยความไม่เบื่อกับจะเจริญต่อไป

ถ. ผู้ที่ปฏิบัติได้ถูกต้อง สำหรับชาวต่างประเทศแล้วไม่ใช่่ง่าย เป็นเรื่อง ธรรมดาจริง แต่แสนยาก หนังสือที่อาจารย์แจก คำพูดธรรมดาเหลือเกิน แต่ว่าทุกคำ นั้นลึกซึ้งและเป็นเรื่องของปรมัตถธรรมทั้งนั้น

ธัม. อาตมาเกิดศรัทธาที่จะฟังเรื่องแนวทางเจริญวิปัสสนามากที่สุด เท่าที่จะมากได้

ถ. ที่ท่านปฏิบัติวิปัสสนานี้ ท่านเริ่มด้วยสมณะก่อนหรือไม่

ธัม. คำถามดี สมณะมีหลายชั้น ทุกครั้งที่กุศลจิตเกิดขึ้น ไม่เป็นไปในทาน ไม่เป็นไปในศีล มักจะเป็นสมณะ ถ้าไม่ใช้การเจริญสติปัฏฐาน เพราะจิตสงบใน ขณะนั้น

ถ. สมณกัมมัฏฐานมี ๔๐ ท่านได้ใช้วิธีอานาปานสติหรือไม่



ธัม. อาตมาสะสมมาที่จะสนใจในเรื่องการละกิเลสมากกว่าเรื่องอื่น ๆ เรื่องสมถะไม่ใช่เรื่องการละกิเลส เพราะฉะนั้น ตั้งแต่อาตมาพบพระธรรม ไม่ค่อยสนใจในเรื่องสมถะเท่ากับเรื่องวิปัสสนา สมถะกับวิปัสสนาเป็นคนละเรื่องทีเดียว อารมณ์ต่างกัน จุดประสงค์ต่างกัน วิธีเจริญต่างกัน

ถ. ท่านเริ่มต้นฝึกสติอย่างไร

ธัม. จุดประสงค์ของวิปัสสนากัมมัฏฐาน คือ ปัญญา ในขณะที่ปัญญาเกิดขึ้น จิตสงบในขณะนั้น

ถ. ปัญญาที่เกิดขึ้น ถ้าหากว่าสติเกิดไม่ทัน บางครั้งทุกขเวทนาก็เกิดขึ้น ขอเรียนถามว่า การฝึกสติให้ระลึกไว้ในปัจจุบันธรรมนั้น ท่านทำอย่างไร

ธัม. โยมสนใจในเรื่องทุกขเวทนาใช่ไหม ที่ถามว่าสติเกิดไม่ทันทุกขเวทนา

ถ. ตอนแรกที่สนใจพระพุทธศาสนา คือ สนใจคำสอนที่เป็นเหตุเป็นผล และฉลาดก็สนใจ ที่นี้ก็เริ่มปฏิบัติในเรื่องสมถะ ก็ได้รับความสงบจริงตามที่ได้บอกไว้เป็นขั้นตอน เมื่อมาพิจารณาเรื่องวิปัสสนา พบว่าสติเกิดไม่ทัน

ธัม. สติไม่ทัน หมายความว่าอย่างไร ไม่ทัน

ถ. ไม่ทันในปัจจุบันธรรมที่เกิดขึ้น ที่มากระทบ

ธัม. จุดประสงค์เป็นอย่างไร ที่สติไม่ทัน

ถ. สมมติว่า ขณะที่เราเดิน แรก ๆ ยังไม่ได้ทำวิปัสสนา ฝึกสติก่อนว่า ขณะนี้กำลังเดินอยู่ ก้าวเท้าซ้าย ขวา เท้านี้ก่อน

ธัม. เท้านี้ไม่ใช่การเจริญสติปัฏฐาน

ถ. ยังไม่เป็น หมายความว่ายังไม่ได้พิจารณาสติปัฏฐาน ยังไม่ได้เห็นกายในกาย ได้เคยทดลองจากอาปานสติ ไม่ได้จับอยู่ที่ลมกระทบ แต่พิจารณาลมว่า รูปนาม นั้นเป็นกายในกายใช่ไหม

ธัม. ลมมีอยู่ในขณะนี้ใช่ไหม อาจจะปรากฏ หรือไม่ปรากฏก็ได้ แต่อย่างอื่นที่กายปรากฏบ้างไหม เย็นบ้างไหม หรือร้อนบ้างไหม หรือว่าแข็งหรืออ่อนบ้างไหม

ถ. ไปพิจารณาธาตุ ๔ หรือ



ธัม. แต่ปรากฏที่กายหรือเปล่า

ถ. ปรากฏ แต่ยังไม่ได้อธิษฐานในวิปัสสนา ต้องเริ่มด้วยการฝึกสติ  
ถูกต้องใหม่ ให้สติเกิดขึ้น

ธัม. ลักษณะของสติ ยากที่จะรู้ ทุกครั้งที่กุศลจิตเกิด สติเกิดในขณะนั้น  
เป็นสติแต่ละขั้น

ถ. กรุณาเล่าว่า ท่านปฏิบัติอย่างไร

ธัม. เรื่องที่อาตมากำลังเล่า เป็นเรื่องของการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน

ถ. ท่านทำอย่างไร

ธัม. ไม่ใช่เรื่องท่าน ไม่ใช่เรื่องการทำ แต่เป็นเรื่องของธรรมซึ่งไม่ใช่อาตมา  
ไม่ใช่ท่าน ไม่ใช่ใคร ไม่ใช่เรื่องการทำ ไม่ใช่เรื่องการว่า ไม่ใช่เรื่องการคิด แต่เป็นเรื่อง  
การพิจารณาศึกษาธรรมที่ปรากฏเพราะสติระลึกในขณะนั้น จึงมีโอกาสดูจะศึกษา  
ธรรมที่ปรากฏในขณะนั้นได้

ถ้าสติไม่เกิด ก็ลืม เป็นธรรมดา ลืมที่จะพิจารณา หรืออาจจะเข้าใจว่า ไม่ลืม  
ก็ได้ แต่ถ้าในขณะนั้นไม่พิจารณาก็เท่ากับลืม เพราะว่าต้องเป็นสติปัฏฐาน  
หมายความว่าต้องพิจารณาลักษณะของสภาพธรรมอย่างหนึ่งอย่างใดที่ปรากฏใน  
ขณะนั้น ไม่ใช่พิจารณาการเดิน เพราะว่าการเดินนั้นตามความเป็นจริงไม่มีเลย  
ลักษณะการเดินไม่ได้ปรากฏที่กาย ที่จะปรากฏทางกายได้ มีแต่แข้งกับข้อเท้า เป็นต้น  
ไม่ใช่ว่ามีอีกลักษณะหนึ่งที่เราเรียกว่าการเดิน และที่ปรากฏทางใจได้ก็มีหลายอย่าง  
แต่การเดินก็ไม่มีอยู่ในลักษณะนั้น

เพราะฉะนั้น ต้องศึกษาเรื่องสภาพธรรมว่ามีอยู่กี่ชนิด มีลักษณะอย่างไรบ้าง  
ไม่ใช่พิจารณาตามใจอย่างไรก็ได้ คิดอย่างนี้ คิดอย่างนั้น

ถ. ต้องเริ่มด้วยปริยัติ

ธัม. แน่นนอนที่สุด คุณโยม เพราะคนที่ไม่เข้าใจปริยัติถูกต้อง หมายความว่า  
เข้าใจปริยัติผิดพลาด ซึ่งการเข้าใจปริยัติที่ผิดพลาด จะเป็นบาทของการปฏิบัติถูกต้อง  
ไม่ได้เลย



ถ. ก่อนที่จะเริ่มพิจารณาตามปริยัติที่เล่าเรียนหรือศึกษามา มีวิธีการ  
อย่างไรที่สติจะเกิดขึ้นกับปัญญา มิฉะนั้นแล้ว ถ้าสติไม่เกิด ปัญญาก็พิจารณาไม่ทัน

ธัม. ถ้าสติเกิดขึ้นขณะนี้ ทันใหม่ คุณโยม ทันหรือเปล่า หรือว่าคิดถึง  
เฉพาะเวลาที่ทุกข์เวทนาเกิด อยากให้ทันเฉพาะทุกข์เวทนา หรือว่าอยากให้ทันเฉพาะ  
บางรูปบางนามที่ไม่ค่อยพอใจ เพราะถ้าเป็นอย่างนี้ไม่ใช่เรื่องของการเจริญวิปัสสนา  
แต่แสดงว่า จุดประสงค์ คือ ความสงบ ไม่ใช่ความรู้ ถ้าจะเลือกอารมณ์เฉพาะบาง  
อารมณ์

ถ. สงบผ่านไปแล้ว แต่ถ้าทำวิปัสสนา ไม่สงบ

ธัม. โยมอาจจะเข้าใจว่า เรื่องสมถะผ่านไปแล้ว แต่ว่าตลอดชีวิตยังไม่จบ  
เรื่องนี้ทุกคนสนใจมาก อยากจะสงบ แต่อยากจะสงบจากโทษะมากกว่า

ถ. การทำวิปัสสนา จุดประสงค์เพื่อมุ่งละกิเลสที่ละตัวให้เบาบางลง

ธัม. นั่นเป็นขณะที่ปัญญาเกิด ขณะที่ปัญญาเกิดขึ้นก็เข้าใจอย่างนั้น และ  
ขณะต่อไปที่ปัญญาไม่เกิด ก็เข้าใจอย่างอื่นไป เข้าใจว่าอยากจะพ้นจาก...

ถ. ยังพ้นไม่ได้

ธัม. แต่อยากจะพ้น จะพ้นเร็วไม่ได้ก็อีกเรื่องหนึ่ง แต่ทุกคนไม่ชอบ  
ทุกข์เวทนา โทมนัสเวทนา หาวิธีที่จะแก้ เป็นเรื่องปกติ คนที่เจริญวิปัสสนา  
ก็มีพื้นฐานก็ไม่ต่างกับคนอื่น คนที่เจริญวิปัสสนาก็มีพื้นฐานก็สนใจในเรื่องความสงบ  
มากด้วย และโดยมากอยากจะให้จิตสงบเกิดขึ้นมากกว่า เพราะเป็นผู้เริ่มต้น ยังไม่  
ค่อยเข้าใจค่าของสติ อาจจะเข้าใจว่าเข้าใจดีแล้ว แต่ความจริงเข้าใจจริง ๆ หรือเปล่า  
ค่าของสติ หรือสนใจในเรื่องความสงบมากกว่า

ถ. ก็เข้าใจอยู่แล้วว่าคนละอย่าง สมถะกับวิปัสสนา

ธัม. ถ้าเข้าใจถูกต้องก็ไม่มีปัญหา

ถ. คนละวิธี สมถะตัดทิ้งไป พูดถึงวิปัสสนา วิปัสสนานี้สิ่งที่ได้รับ คือ  
ญาณ หรือปัญญา ที่เกิดขึ้นจากการพิจารณาธรรมนั้น เรียนถามว่า แรก ๆ รู้รู้รู้  
ถ้าสติเกิดไม่ทันจะให้ทำอย่างไร บางทีผ่านไปแล้ว เช่น ปัจจุบันธรรมนั้นผ่านไป



ธัม. ไม่ค่อยเข้าใจคำว่า สติเกิดไม่ทัน หมายความว่าอย่างไร ไม่ทันอะไร

ถ. ไม่ทันในนามรูปปัจจุบันที่เกิดขึ้น ที่เกิดอยู่ตลอดเวลา แต่ว่าบางครั้งเผลอสติ ไม่สามารถที่จะรับได้ บางที่ผ่านไปแล้ว เราจึงระลึกได้ว่า ที่จริงตอนนั้นก็เกิดอยู่ แต่เราก็รับอารมณ์นั้นไม่ทัน

ธัม. คิดว่าคำถามของโยมเท่ากับคำถามว่า สติเกิดไม่บ่อย ทำไมเกิดไม่บ่อย คุณโยมอาจจะคิดว่า จะเจริญสติปัฏฐานอย่างเดียว เพราะสติปัฏฐานเป็นกุศลที่สูงที่สุด ซึ่งถ้าเจริญสติปัฏฐานได้สำเร็จ ในที่สุดก็ต้องละกิเลสแน่ บางทีอาจจะเข้าใจถูกบ้าง เข้าใจผิดบ้างว่า จะเจริญสติปัฏฐาน แต่เรื่องอื่น ๆ ไม่สำคัญเท่าไร เพราะว่าสติปัฏฐานมีกำลังมาก อาจจะเข้าใจว่า ปล่อยชีวิตให้เป็นไปเหมือนเดิมทุกอย่าง ๆ จะเจริญสติปัฏฐานอย่างเดียว กุศลอย่างอื่นไม่เป็นไร ไม่สนใจ

ซึ่งการคิดอย่างนี้ เป็นความเข้าใจผิด เพราะว่าการที่จะเจริญสตินั้น ในขณะที่สติไม่เกิด ก็สะสมกิเลสไปมากมาย ไม่เป็นเหตุปัจจัยอุปการะให้สติและปัญญาเจริญขึ้นมีกำลังที่จะละกิเลสได้ เพราะทุกขณะอื่น ๆ ไม่สนใจ ไม่มีฉันทะที่จะเจริญกุศล เพราะฉะนั้น คนที่ค่อย ๆ รู้สึกตัวด้วยการเจริญสติปัฏฐาน จะเห็นกิเลสมากมาย น่ากลัวจริง ๆ หลากประเภท

เดี๋ยวนี้มีไหม อาจจะไม่พอใจในคำตอบของอาตมาก็ได้ เป็นกิเลสอย่างหนึ่ง อาจจะร้อนเกินไป ไม่ชอบ นิดหน่อยไม่มาก แต่ก็ยังเป็นกิเลสอย่างหนึ่ง รู้สึกอย่างไรในขณะนี้ มีโทมนัสนิดหน่อยไหม นิด ๆ หน่อย ๆ ก็ยังเป็นกิเลส ไม่ต้องพูดถึงโลภมูลจิต หรือโมหมูลจิตที่เกิดขึ้นตลอดเวลา แม้กิเลสที่ยาบบางที่ยังไม่เห็นเลย พุดไม่ดี สติไม่เกิด ไม่ต้องพูดถึงสติปัฏฐาน คือ ไม่รู้สึกตัวเลย ไม่เห็นว่าทำอะไรผิด ไม่เห็นว่าทำคนอื่นเจ็บ

เพราะฉะนั้น ผลของสติ คือ ค่อย ๆ รู้ตัว เห็นกิเลส นี่เป็นผลอย่างหนึ่ง และเมื่อเห็นกิเลสว่ามีมาก ๆ ก็เห็นว่าจำเป็นที่จะต้องเจริญกุศลทุกประเภทให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ ไม่ละโอกาส รู้ตัวดีแล้วว่าสติเกิดไม่บ่อย ขณะที่สติไม่เกิด ทำอย่างไร



ดี ก็น่าจะเจริญกุศลประเภทอื่น ๆ ไม่ให้เสียเวลาไปเปล่า ๆ เพราะขณะที่กุศลไม่เกิด อกุศลต้องเกิดสะสมไปเรื่อย ๆ

การเจริญกุศลมีหลายอย่าง และที่สำคัญมาก คือ การศึกษาธรรม ฟังธรรม คุณโยมที่นั่งฟังที่วันอาทิตย์ ไม่ทราบว่ามีวันอื่น ๆ หาโอกาสที่จะฟังธรรม หรือว่าศึกษา พระไตรปิฎกบ้างไหม เรื่องที่มีอยู่ในพระไตรปิฎกมีประโยชน์มาก ๆ แต่ต้องเก่งในการ อ่าน ไม่ใช่ว่าอ่านผ่าน ๆ หาข้อความที่ประทับใจ ตรงนี้เคยอ่านมาแล้ว หาอะไรที่ไม่ เคยอ่าน ที่ใหม่ ๆ ที่แปลก ๆ อย่างนี้ไม่มีประโยชน์

ต้องพิจารณาข้อความที่มีอยู่ในพระไตรปิฎก พิจารณาจริง ๆ เพราะถ้า พระพุทธเจ้าพูดถึงความโกรธ และเราคิดว่า เราไม่เป็นคนโกรธ ไม่อ่านข้อความนี้ และไปหาข้อความอื่น ๆ ซึ่งก็น่าคิดว่า ความโกรธเราไม่มีเลยจริงหรือ เพราะเรา อาจจะเข้าใจว่า ความโกรธเป็นกิเลสอย่างหายาก ๆ เราไม่มีถึงขั้นที่จะเรียกว่าความ โกรธ ไม่แค้นขึ้นก็มี แต่ไม่ใช่ที่เราเป็นคนโกรธ

ข้อความนี้น่าพิจารณาจริง ๆ ต้องคิดดี ๆ พิจารณาชีวิตของตนเอง ความโกรธ มีลักษณะอย่างไรรู้ไหม ความโกรธต่างกับโทสมูลจิตลักษณะอื่น ๆ อย่างไร เช่น ที่เรียกว่าความไม่แค้นขึ้น เป็นต้น

ภาษาไทยอาจตามาอยู่น้อย แต่ถ้าเหมือนกับภาษาอังกฤษ สำหรับลักษณะของ โทสะคงมีหลายคำมากมายทีเดียว แต่ละขั้นแต่ละอย่างว่าเป็นลักษณะความโกรธ อย่างไร ต้องคิด ถ้าอ่านแล้วพิจารณาข้อความ ที่นี้ ที่ตัวเรา ชีวิตของเรา จะค่อย ๆ เห็นประโยชน์ของข้อความในพระไตรปิฎกทุก ๆ ข้อ ไม่เว้น ไม่ใช่คิดว่า คำบางคำไม่ ค่อยมีประโยชน์ เพราะว่าทุกคำเป็นคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ไม่ใช่เป็นคำ สอนของคนธรรมดา ที่ถูกบ้าง ผิดบ้าง

ถ้าศึกษาธรรมจริง ๆ ไม่ใช่อ่านเฉิน ๆ แต่อ่านดี ๆ อ่านบ่อย ๆ สนทนากับ เพื่อนที่สนใจ อย่างนี้จะมีประโยชน์มาก และก็จะเกิดอุปการะแก่การเจริญสติ ขี้เกียจไม่ได้ในกุศล ต้องเอาใจใส่จริง ๆ





รู้สึกว่าการที่สติเกิดไม่บ่อย เพราะขี้เกียจก็ได้ ขี้เกียจที่จะเจริญกุศลทุก ๆ  
ประเภท ไม่เลือก





๗๕๗



ถ. คำว่า จ้อง สำเนียง สังกต ต่างกันอย่างไร ถ้าผู้ใดเข้าใจแล้ว จะเข้าใจสภาพของสติได้ถูกต้อง

ธัม. คำว่า จ้อง ในภาษาไทยอธิบายไว้อย่างไร

ถ. สมมติว่าเขาให้อารมณ์อะไร จะเป็นนามใด หรือรูปใด ก็นั่งจ้องอยู่ที่อารมณ์นั้น เรียกว่า จ้อง

ธัม. จ้องอย่างไร ยังไม่เข้าใจลักษณะของการจ้อง

ถ. ลักษณะที่เห็นนี้ได้ จะให้เป็นนาม เป็นรูป ถ้าเป็นนามก็จ้องว่า นาม ที่เห็นเป็นอย่างไร

ธัม. ผู้ฟังท่านอื่นช่วยให้ความเห็นคำว่า จ้อง จะเป็นประโยชน์

ผู้ฟัง จ้องในที่นี้ หมายถึงจดจ้องอยู่ในนามเดียว หรือรูปเดียว รูปอื่นนามอื่น ไม่เอา เอาเฉพาะนามเดียวรูปเดียว คือความหมายของคำว่า จ้อง

ธัม. ขณะที่จ้อง สังกตหรือเปล่า อยากทราบว่าขณะที่จ้อง จะมีการสังกต หรือเปล่า

ผู้ฟัง ผมจะเปรียบเทียบให้ฟัง จ้องก็เหมือนกับเพ่งกลืน เพ่งไฟ อะไรอย่างนี้ เรียกว่าจ้อง ส่วนสังกต ไม่เฉพาะไฟอย่างเดียว สังกต หมายความว่าถึงอารมณ์อะไร ๆ จะมากระทบก็ได้ ก็สังกต ต่างกันอย่างนี้

ธัม. รู้สึกว่า อาตมาเข้าใจดีแล้ว

ผู้ฟัง จ้อง หมายความว่า มองดู เพ่งเฉพาะ ภาษาอังกฤษจะตรงกับคำว่า look หมายความว่า เตรียมดูสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ไม่อย่างนั้น ไม่ใช่จ้อง

ธัม. ถ้าเป็นเรื่องการเจริญสติ สติจะเกิดขณะไหน จะรู้ล่วงหน้าได้ไหม

ถ. ไม่รู้

ธัม. ถูก ไม่รู้ และสติจะระลึกรู้อารมณ์ไหน รู้ล่วงหน้าได้ไหม



ถ. ไม่ได้

ธัม. สติจะเกิดขึ้นระลึกที่ขณะรู้ใหม่

ถ. ไม่รู้ จะรู้ล่วงหน้าได้อย่างไร

ธัม. ถ้าเข้าใจได้อย่างนี้ รู้ไม่ได้ว่าสติจะเกิดขึ้นเมื่อไร จะระลึกอารมณ์ไหน ในขณะไหน ก็ขณะก็ไม่รู้ที่จะเกิดมีสติ ไม่มีใครรู้ เข้าใจอย่างนี้ได้ จะเป็นเหตุให้เจริญ สติต่อไปได้ จะไม่สงสัยเกี่ยวกับเรื่องการจ้อง เพราะว่าไม่เลือกอารมณ์ เข้าใจดีแล้วว่า เลือกอารมณ์ไม่ได้ ต้องรู้ทั่ว สิ่งที่กำลังปรากฏมีอยู่แล้ว ไม่ใช่ว่าบางอารมณ์ไม่เอา ไม่ใช่ว่ามีอารมณ์พิเศษที่จะต้องศึกษา ทุกสิ่งสำคัญ และสิ่งที่ปรากฏสำคัญที่สุด เพราะอย่างอื่นศึกษาไม่ได้

เช่น ลมหายใจที่โยมบอกว่าสนใจ ถ้าลมหายใจไม่ปรากฏ สติก็ไม่เกิดใน ขณะนั้น จะต้องไปหาลมหายใจ แต่ในขณะที่ลมหายใจไม่ปรากฏ อย่างอื่นต้อง ปรากฏในขณะนั้นใช่ไหม และขณะที่อย่างอื่นปรากฏแต่ลมหายใจไม่ปรากฏ สติไม่ เกิด เพราะว่าไปสนใจที่จะหาอย่างอื่นที่ยังไม่ปรากฏ เสียเวลาที่จะเจริญสติในขณะนั้น เพราะว่าไม่สนใจในสิ่งที่ปรากฏจริง ๆ

ถ. ยาก ยากอยู่ตรงนี้

ธัม. แต่ถูก

ถ. ทุกคนปรารถนามีสติมาก ๆ เจริญสติมาก ๆ และถูกต้อง ซึ่งยาก

ธัม. จะเอาง่ายแต่ผิด หรือจะเอายากและถูก

ถ. ยากหรือง่าย อีกเรื่องหนึ่ง แต่ปรารถนาให้ถูกต้องตามความเป็นจริง

ธัม. เรื่องการเจริญสติพื้นฐานเป็นเรื่องอนัตตาจริง ๆ เพราะจุดประสงค์ของ การเจริญสติก็เพื่อที่จะพิสูจน์อนัตตา จะเอาอัตโนมัติพิสูจน์อนัตตา ก็เป็นเรื่องที่ไม่มี สาระ ต้องเข้าใจว่า สติเป็นอนัตตา ไม่ใช่ตัวตนที่จะไปบังคับเลือกอารมณ์นั้นอารมณ์ นี้ ให้จ้องอยู่ที่อารมณ์นี้ที่น่าที่ หรือที่วินาที หรืออะไรอย่างนี้ ไม่ต้องคิดเลย ในขณะที่ สังเกต ไม่คิด ไม่สนใจ



ถ. แต่สำเนียงก สังกต ในอารมณ์ของปรมาตมทางนามและรูปได้ แต่ถ้า  
จ้อง ไม่มีทางเลย

ธัม. ในขณะนี้ นอกจากนามธรรมและรูปธรรม มีอย่างอื่นปรากฏไหม

ถ. รอบด้าน เป็นนาม เป็นรูป สภาวะมีอยู่ตลอดเวลา

ธัม. ที่ปรากฏ มีลักษณะที่กำลังปรากฏในขณะนี้ มีอย่างอื่นนอกจาก  
นามธรรมและรูปธรรมไหม

ถ. ไม่มี มีแต่นามกับรูป ๒ อย่างเท่านั้นเอง

ถ. ที่ท่านปฏิบัติเจริญกัมมัฏฐานนี้ เจริญแนวไหน เจริญวิปัสสนาล้วน ๆ  
หรือท่านเจริญสมถวิปัสสนา

ธัม. ที่อาตมาสนใจมากที่สุด คือ การเจริญสติปัฏฐาน

ถ. ที่ระลึกถึงสิ่งที่ปรากฏตามความเป็นจริงอย่างนี้ ใช่ไหม

ธัม. เจริญพร

ถ. ท่านเริ่มสนใจในแนวทางเจริญวิปัสสนาแบบเจริญสติปัฏฐานนี้ ท่านเริ่ม  
สนใจในแนวนี้ตั้งแต่เมื่อไร ประมาณสักกี่ปีมาแล้ว

ธัม. สนใจตั้งแต่ฟังเรื่องนี้ครั้งแรก ราว ๆ ๕ - ๖ ปีที่แล้ว

ถ. ขณะนั้นท่านได้ศึกษาปริยัติด้วยหรือเปล่า

ธัม. ที่สนใจ หมายความว่า สนใจในปริยัติเรื่องการปฏิบัติ

ถ. ก่อนที่ท่านจะมาเจริญสติปัฏฐานในแนวทางนี้ ท่านได้เจริญสมาธิมา  
ก่อนหรือเปล่า

ธัม. ตั้งแต่อาตมาสนใจในพระพุทธศาสนา ได้ยินคนพูดถึงเรื่องหนทางหลาย  
อย่าง แต่ไม่เกิดความสนใจในเรื่องอื่น ๆ นอกจากเรื่องการเจริญสติปัฏฐานเป็นปกติ  
เพราะว่าเรื่องอื่น ๆ เห็นว่า น่าสงสัยมากเหลือเกิน เหตุผลไม่ค่อยตรงกัน

ถ. ก่อนที่ท่านจะเจริญ ท่านจะต้องตรวจสอบทำความเข้าใจกับขั้นการฟัง  
ว่า จะเจริญวิปัสสนาไปในแนวทางนี้ ซึ่งตรงกับปริยัติ อย่างนี้ใช่หรือเปล่า



ธัม. ตรง คุณโยม เท่าที่ศึกษามายังไม่เห็นว่ามันตรง ต้องเข้าใจก่อน ต้องพิจารณาสิ่งที่เคยฟังมา

ถ. และก็เทียบเคียงว่า ข้อไหนถูกกับอริยาศัย หรือว่าตรงกับเหตุผลที่พระผู้มีพระภาคทรงแสดงไว้ในพระไตรปิฎก

ธัม. โดยมากพิจารณาสิ่งที่น่าพิจารณา บางอย่างไม่น่าพิจารณาเลย ก็ไม่ต้องเสียเวลา

ถ. ดิฉันไม่เข้าใจคำว่า ไม่น่าพิจารณา

ธัม. คล้าย ๆ กับว่า ตั้งแต่แรกเห็นแล้วว่า เหตุผลไม่ตรงกัน ไม่ต้องนำมาพิจารณานาน ๆ คือ ถ้าใครพูดเรื่องอะไรที่ไม่ค่อยมีสาระ เรื่องนั้นจะไม่เก็บไว้และค่อย ๆ พิจารณาไป เพราะว่าตัดสินใจแล้วว่าไม่เกี่ยว เช่น สมมติว่ามีคนเข้ามาที่นี้แล้วบอกคุณโยมว่า ถ้าอยากจะเจริญสติปัฏฐาน ต้องรับประทานไอศกรีมวันละ ๖ ถ้วย

ถ. อย่างนี้ไม่มีเหตุผล

ธัม. เจริญพร เป็นอย่างนี้ คุณโยม

ถ. ฟังคำบรรยายแล้วนำไปเทียบเคียงกับเหตุผลที่ได้เรียนมา อย่างนี้ใช่ไหม

ธัม. ต้องเทียบเคียงกับความจริงที่มีอยู่ในขณะนี้ ถ้าได้ยินเรื่องการเห็นจะไปเทียบเคียงกับอะไร สิ่งที่เคยเรียนมาเรื่องการเห็น อาจจะไม่มีอะไรสักอย่างหนึ่ง เพราะโดยมากคนทั่วไปไม่ค่อยสนใจที่จะพูดถึงเรื่องการเห็น แม้ชาวพุทธ แม้คนที่ศึกษาปริยัติ การเห็นไม่ค่อยสนใจ เคยสังเกตไหม

ถ. ไม่เคยได้ยิน ก็ไม่รู้จัก ไม่สนใจ ผ่านไปเลย

ธัม. คิดว่าถ้าได้ยินเรื่องการเห็น น่าเทียบเคียงกับสภาพที่กำลังเห็นในขณะนี้ นี่เป็นการพิจารณาที่มีประโยชน์ที่สุด ไม่ใช่คิดถึงเรื่องที่ผ่านมาแล้ว สมมติว่าอาตมาซึ่งเป็นชาวต่างประเทศ อาจจะเคยศึกษาเรื่องวิทยาศาสตร์ หรือจิตวิทยา ซึ่งเรื่องของการเห็นก็มีรายละเอียดมาก เกี่ยวกับอะไร ๆ ที่มีภายในและมีอะไรมากระทบต่าง ๆ ถ้านำเรื่องนี้มาพิจารณา เสียเวลามาก เพราะไม่ใช่สภาพธรรมที่เกิดขึ้นและ



ปรากฏทางหนึ่งทางใด หรือว่าเรื่องอะไรที่เป็นรถ เป็นคน เป็นอะไรต่าง ๆ ก็ไม่ใช่สภาพธรรมเหมือนกัน แต่การเห็นนี้เองกำลังเกิดขึ้นทำหน้าที่ในขณะนี้ ทำให้รูปารมณฺ์ปรากฏในขณะนี้ได้ ถ้าขาดการเห็นขณะนี้ สีส้มไม่ปรากฏเลย

แต่ที่เรายึดถือว่า เรากำลังเห็นในขณะนี้ ก็หันไปหาสภาพการเห็นที่อื่น เพราะเข้าใจว่าการเห็นนี้ไม่ใช่เราที่กำลังเห็นในขณะนี้ เพราะฉะนั้น สภาพการเห็นมักจะอยู่ที่อื่น แต่ที่อื่นที่ไหนไม่รู้ คิดมากกว่าอยู่ที่ไหนการเห็นนี้ แต่ไม่พิจารณาสภาพธรรม

การเห็นมีอยู่ตลอดเวลา ที่บ้าน หรืออยู่ที่นี้ เดียวนี้ ที่ไหนก็ตาม อาจจะไม่มีความเห็น เพื่อน ขาดเพื่อนได้ ขาดหนังสือได้ แต่ไม่ขาดการเห็น ไม่ขาดนามธรรมและรูปธรรม แต่ละชนิดที่กำลังพุดถึงวันนี้ และทุกวันอาทิตย์

ถ้าเราสะสมมาที่จะมีสติเกิดน้อย จะให้มีสติเกิดมากไม่ได้ ต้องรู้ตัวว่า ยังไม่มีเหตุปัจจัยพอที่จะข้ามจากคนที่มีสติน้อยเป็นคนที่มีสติมาก แทนที่จะหวังผลจากการเจริญสติ ก็ขอให้เจริญสติ เพราะมักจะลืม อยากได้ผลมากกว่าอยากได้เจริญเหตุ

ถึงบัดนี้รู้สึกว่าคุณพูดมามากแล้ว การฟังแม้จะยาก แต่ก็ไม่ง่ายเท่ากับการบรรยาย เพราะฉะนั้น จะขอนั่งฟังคำบรรยายสักหน่อย

ถ. ในเมื่อคิดที่จะเจริญสติปัฏฐาน ก่อนอื่นจะต้องทำอย่างไร

ธัม. เรื่องการเจริญสติปัฏฐาน ไม่มีก่อน ไม่มีหลัง คือ ไม่ใช่เมื่อตัดสินใจว่าจะเจริญ เพราะฉะนั้น จะทำอะไรก่อน วันนั้น ที่นั้น จะเริ่ม จะต้องเตรียมเสียก่อน

แต่คนที่ฟังและค่อย ๆ เข้าใจว่า สติปัฏฐานเป็นอะไร สติมีลักษณะอย่างไร อารมณ์ของสติเป็นอย่างไร จุดประสงค์ของการเจริญสติเป็นอย่างไร เจริญเพื่ออะไร ค่อย ๆ ฟังและเข้าใจ นี่เป็นเหตุที่จะให้สติเกิดได้เพราะเข้าใจ เข้าใจเรื่องของสติ เข้าใจจุดประสงค์ เข้าใจอารมณ์ของสติ

แต่ว่าสติจะเกิดเมื่อไร ขณะไหน ไม่มีใครรู้ จะเริ่มต้นด้วยอารมณ์ไหน ไม่รู้ และความจริงไม่น่าสนใจด้วย เพราะว่าบังคับให้เป็นตามที่ต้องการไม่ได้

ถ. หมายความว่า ก่อนที่จะเจริญสติปัฏฐาน ต้องศึกษาเรื่องของสติ เรื่องของอารมณ์เสียก่อน ใช่ไหม



ธัม. ต้องศึกษา คือ เมื่อคิดที่จะเจริญ แต่จะเจริญอะไร ก็ต้องศึกษาทางโลก ถ้าคิดที่จะเป็นสถาปนิก ก็ไม่ใช่ว่าคิดแล้วประเดี๋ยวจะเป็น อาจจะต้องใช้เวลาเป็นหลาย ๆ ปี คนที่เก่ง ๆ อาจจะต้องใช้เวลา ๒๐ กว่าปี จึงจะเรียกว่าเก่งได้ บางคน ๕๐ ปีก็ยังไม่ถึงความเป็นคนเก่ง เพราะฉะนั้น เราอยากจะเก่งในเรื่องของสติปัฏฐาน ก็ไม่ใช่วันเดียว ปีเดียว หรือ ๕ ปี แต่เป็นเรื่องที่ต้องเจริญเป็นชาติ ๆ และไม่รู้ว่าจะถึงจุดประสงค์เมื่อไร เพราะฉะนั้น ต้องมีขันติจริง ๆ

ถ. ในเมื่อศึกษา รู้จักลักษณะของสติ ลักษณะของอารมณ์ต่าง ๆ แล้ว ครั้นเมื่อสติเกิดขึ้น จะพิจารณาอารมณ์ จะพิจารณาอย่างไร

ธัม. ในขณะที่สติเกิด ต้องระลึกไว้ในลักษณะของนามธรรม หรือในลักษณะของรูปธรรม ๒ อย่างนี้ อย่างอื่นไม่มี ถ้านามธรรมปรากฏในขณะนั้น ต้องเข้าใจว่านามธรรมเป็นอย่างไร ที่เรียกว่าเป็นนามธรรม ไม่ใช่ตัวตน หรือว่าการเห็นที่ทำหน้าที่เห็นในขณะนั้น ไม่ใช่เราเห็นอย่างไร เป็นต้น

ถ. นามธรรมกับรูปธรรมมีลักษณะต่างกันอย่างไร

ธัม. พุตสนั่น ๆ ที่เคยได้ยินมานานแล้ว แต่ถูก รูปธรรมเป็นสภาพที่ไม่รู้อะไร และนามธรรมเป็นสภาพรู้ ง่าย ๆ แต่ยากด้วย





๗๕๘



ถ. โดยการศึกษารู้ว่า รูปธรรมเป็นสภาพที่ไม่รู้ นามธรรมเป็นสภาพที่รู้ ขณะที่สติเกิดขึ้น รูปก็ดี นามก็ดี ก็เกิดพร้อมกัน เราจะพิจารณานามหรือพิจารณารูป

ธัม. เกิดพร้อมกัน แต่ปรากฏไม่พร้อมกัน ปรากฏพร้อมกันไม่ได้

ถ. รูปปรากฏก่อน หรือว่านามปรากฏก่อน

ธัม. ในขณะที่รูปปรากฏ ไม่มีก่อน ไม่มีหลังแน่นอน และขณะที่นามปรากฏ ไม่มีก่อน ไม่มีหลังในขณะนั้น และจะนับตั้งแต่เมื่อไร ตั้งแต่ที่ไหนไม่ทราบ ถ้าขณะนี้ มีเหตุปัจจัยให้รูปปรากฏ จะเรียกว่าก่อนนามที่ยังไม่ปรากฏ หรือว่าหลังนามที่ปรากฏ แล้วเมื่อครูนี

ถ. หมายความว่า รูปจะปรากฏก็ดี หรือนามจะปรากฏก็ดี ก็แล้วแต่สติ น้อมระลึกไป

ธัม. แล้วแต่สติของแต่ละบุคคลที่สะสมมา ที่จะระลึกไว้ในอารมณ์นี้ หรือ ในอารมณ์นั้น ที่สำคัญที่สุด คือ บังคับบัญชาไม่ได้ เนื่องจากเราบังคับบัญชาไม่ได้ ก็ไม่เป็นไร อะไรจะเกิดก็ดี อะไรจะปรากฏก็ดี สติก็เกิดขึ้น ระลึกรู้ในสภาพธรรมที่ ปรากฏ โดยไม่ต้องทำให้ปรากฏ ปรากฏเอง

ถ. ในเมื่อสภาพธรรมปรากฏอยู่แล้ว เราจะพิจารณาอย่างไร จึงจะชื่อว่าการเจริญวิปัสสนา

ธัม. ที่จะรู้ว่าสิ่งที่ปรากฏในขณะนี้ไม่ใช่ตัวตน ก็จะต้องรู้ว่าเป็นอะไร ถ้าไม่ใช่ตัวตน ถ้าไม่ใช่ไมโครโฟน ไม่ใช่หนังสือ ไม่ใช่คน แล้วเป็นอะไร

เข้าใจว่าเป็นรูปหรือเป็นนาม แต่ว่าลักษณะเป็นอย่างไร ที่เราเข้าใจกันว่าเป็น รูป หรือเข้าใจกันว่าเป็นนาม เพราะว่าลักษณะต่างกัน ลักษณะของนามเป็นสภาพรู้ ไม่เหมือนสิ่งที่ปรากฏเดี๋ยวนี้ ที่ปรากฏทางตา เพราะว่ารูปารมณที่ปรากฏทางตาใน ขณะนี้ไม่รู้อะไร ที่เราเข้าใจกันว่ามีคนกำลังนั่ง และเราเห็นได้ ความจริงที่กำลัง





ปรากฏทางตาเป็นสิ่งที่ปรากฏทางตาอย่างเดียว ไม่ปรากฏทางอื่น ไม่มีลักษณะอย่างอื่นอยู่ในสิ่งที่ปรากฏทางตา แม้รูปอื่น ๆ ก็ไม่ปรากฏในสิ่งที่ปรากฏทางตา เพราะสิ่งที่กำลังปรากฏเดี๋ยวนี้ทางตา แท้จริงก็ไม่มีอยู่ในสิ่งนั้น ต้องสังเกตว่า แท้จริงไม่มีอยู่ อ่อนก็ไม่มี และเสียงก็ไม่มีอยู่ในรูปารมณ์ที่ปรากฏขณะนี้ทางตา และนามธรรมที่รู้อย่างต่าง ๆ ที่ปรากฏทางต่าง ๆ นามธรรมก็ไม่มีอยู่ในสิ่งที่ปรากฏทางตา นี่จะทำให้รู้ลักษณะของสดีขึ้น เพราะที่เราเข้าใจว่าเป็นหนังสือ เพราะเราเอาสีบ้าง เอาบัญญัติบ้าง เอาทุกอย่างมาผสมกันเป็นหนังสือ

ถ. เรื่องของการพิจารณา ในสติปัฏฐาน ๔ มีกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน และธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ในสติปัฏฐานทั้ง ๔ นี้ พระผู้มีพระภาคทรงยกเอากายานุปัสสนาสติปัฏฐานขึ้นมากล่าวก่อน เพราะฉะนั้น จะต้องพิจารณากายานุปัสสนาสติปัฏฐานก่อนหรือไม่

ธัม. จะเลือกอีกใช้ไหม โยม

ถ. ใช่

ธัม. ก็ไม่ใช่สติปัฏฐาน

ถ. หมายความว่าอย่างไร

ธัม. เลือกไม่ได้ ถ้ากายไม่ปรากฏในขณะนี้ ก็ต้องไปหากาย กว่าที่จะเจริญสติปัฏฐานได้

ถ. ก็กายมีอยู่ในขณะนี้

ธัม. แต่ถ้าไม่ปรากฏ ไม่ใช่ว่าปรากฏทุกขณะ ถ้ากายไม่ปรากฏในขณะนี้ แต่จิตใจที่รู้เฉพาะกาย เพราะเข้าใจว่า พระผู้มีพระภาคให้รู้กายก่อน ถ้าจะเจริญก็ต้องไปหา อย่างนั้นไม่ใช่การเจริญสติ เพราะสติต้องเกิดในขณะที่มีสิ่งที่กำลังปรากฏอยู่ ไม่ใช่ว่าจะไปหาสิ่งอื่นที่ยังไม่ปรากฏ ถ้าจิตปรากฏก็ต้องศึกษาจิต เพราะอย่างอื่นไม่ปรากฏ ไม่มีทางที่จะศึกษาอย่างอื่นที่ยังไม่ปรากฏ



ถ้าเวทนาปรากฏขณะนี้ แทนที่จะเจริญสติระลึกรู้ลักษณะของเวทนาที่ปรากฏ ในขณะนี้ คิดว่าจะต้องทำอย่างอื่น ไม่ใช่สติปัฏฐาน เป็นความคิด และคิดไม่ถูกต้องด้วย เป็นอกุศล

ถ. หมายความว่า การเจริญสติปัฏฐานจะจดจ้องเลือกกายอย่างเดียวไม่ได้

ธัม. เลือกอะไรสักอย่างหนึ่งไม่ได้ เพราะว่าธรรมเกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัย เป็นอนัตตา

ถ. เลือกกายไม่ได้ เลือกเวทณาก็ไม่ได้

ธัม. ระลึกรู้ได้ แทนที่จะเลือก ขอให้ระลึก ระลึกดีกว่าเลือก

สุ ขออนุโมทนาพระคุณเจ้าผู้ตอบ ท่านผู้ถาม และท่านผู้ฟัง ที่ท่านมีความสนใจในคณะศึกษารวมท่านหนึ่ง ซึ่งความจริงคณะศึกษารวมชาวต่างประเทศ นอกจากท่านธัมมธโรแล้ว ยังมีท่านผู้อื่นด้วย ซึ่งดำเนินงานในการโต้ตอบจดหมาย และในการจัดพิมพ์หนังสือธรรมภาษาอังกฤษด้วย แต่วันนี้ไม่ได้นำมา เป็นหนังสือที่คุณนี้ว่า วัน กอรัคคอม ได้เขียนไว้ และมีประโยชน์ เป็นที่สนใจของชาวต่างประเทศ มาก

สำหรับคนไทยเอง ก็พอจะทราบได้ใช่ไหมว่า ในจำนวนท่านที่เข้าใจ สนใจ และเจริญสติปัฏฐานเป็นปกติในชีวิตประจำวันนั้นมีมากหรือน้อย สำหรับชาวต่างประเทศน่าจะสนใจใหม่ว่า ขณะนี้จะมีการศึกษา และเข้าใจเรื่องการเจริญสติปัฏฐาน และเป็นผู้ที่มีปกติเจริญสติปัฏฐานมากเท่าไร

สำหรับชาวต่างประเทศที่เมืองไทย ขอเชิญคณะศึกษารวมชาวต่างประเทศ ท่านหนึ่ง คุณโจนาธาน

ถ. การเจริญสติปัฏฐานของท่าน ท่านได้ศึกษามานานแล้วหรือยัง

โจ. ตั้งแต่มาอยู่เมืองไทย ๔ ปีกว่ามาแล้ว

ถ. ทางออสเตรเลีย มีผู้ที่สนใจพระพุทธศาสนาไหม

โจ. น้อย ไม่มาก

ถ. ท่านเห็นชาวต่างประเทศชาติไหนที่อบรมเจริญสติปัฏฐานบ้าง



โจ. ที่ศรีลังกา มาเลเซีย และออสเตรเลียมี อังกฤษมีแต่ไม่มาก

ถ. ท่านรู้สึกปริมาณจะเพิ่มขึ้นมากไหมจากเดิม

โจ. ถ้าคนที่อยู่ต่างประเทศมีโอกาสได้ฟังเรื่องการเจริญสติปัฏฐาน ก็คงมากขึ้น แต่ส่วนมากไม่ค่อยมีโอกาสที่จะได้ฟัง

ถ. ถ้าไม่มีโอกาสที่จะได้ฟัง มีตำราอ่านไหม

โจ. มีหนังสือภาษาอังกฤษที่พิมพ์ที่กรุงเทพ และส่งไปที่ต่างประเทศหลายเล่ม ตั้งแต่ ๓ ปีมาแล้ว ส่งไปประมาณ ๓,๐๐๐ - ๔,๐๐๐ เล่ม ส่งไปต่างประเทศและคนที่ได้รับอ่าน บางคนอ่านแล้วก็เข้าใจดีขึ้น แต่ไม่ใช่ทุกคน

มีหนังสือเรื่องการเจริญสติปัฏฐาน และเรื่องพระอภิรกรรมในชีวิตประจำวัน นอกจากนั้นเป็นแบบ sheet ที่พิมพ์ดีด โรเนียว จัดเป็นเล่มด้วย เรื่องเจตสิก เรื่องอภิรกรรม และอีกอย่างหนึ่ง เป็นแบบจดหมายตอบปัญหาที่คุณนี่นำ วัน กอร์คคอมเขียน นอกจากนั้นก็มีเทปคาสเซ็ทที่อัดทุกวันพุธที่มีสนทนาธรรมภาษาอังกฤษกับอาจารย์สุจินต์ เราอัดเทปไป อัดแล้วก็ทำเป็นม้วนใหญ่ ต่อไปถ้ามีใครเขียนมาขอเทป เราจะอัดชุดหนึ่งส่งไปให้ด้วย

ถ. นับว่าอาจารย์สุจินต์เป็นกำลังสำคัญที่ช่วยเผยแพร่ต่อ ๆ ไป

โจ. สำคัญมาก

ถ. คุณปฏิบัติธรรมมาได้กี่ปีแล้ว และเพราะด้วยความเข้าใจอย่างไรในเรื่องเกี่ยวกับศาสนาจึงได้หันมาสู่การปฏิบัติธรรม

โจ. ผมปฏิบัติมาประมาณ ๔ ปี เพราะมาเมืองไทยได้ฟังเรื่องการเจริญสติปัฏฐาน ฟังแล้วก็สนใจ เห็นว่ามีประโยชน์ ก็เลยฟังอีก และศึกษา สนทนา

ถ. ก่อนที่จะศึกษาจนเข้าใจ และนำไปปฏิบัติได้นี้ ใช้เวลานานไหม

โจ. ไม่ใช่ว่าได้แล้ว จบเลยอย่างนี้ แต่ยิ่งฟังยิ่งได้

ถ. ใช้เวลานานเป็นปีไหม

โจ. ต้องเป็นปี ๆ



ถ. ก่อนที่คุณจะเจริญสติปัฏฐาน เคยปฏิบัติอย่างอื่นมาก่อนไหม อย่างสมถะ

โจ. ก่อนที่จะมาฟังเรื่องสติปัฏฐานที่เมืองไทย ไม่เคยปฏิบัติแบบสมาธิ เพราะไม่เคยได้ยิน ไม่เคยฟัง

ถ. ที่เมืองไทย บางคนเคยฟังเรื่องสมาธิมาก อย่างดิฉันก็เหมือนกัน เคยฟังเรื่องสมาธิ และไม่ค่อยเข้าใจเรื่องสติปัฏฐาน ทั้ง ๆ ที่อยู่ในเมืองไทย และทั้ง ๆ ที่อาจารย์ผู้บรรยายก็บรรยายเป็นภาษาไทย นับว่าเป็นความประเสริฐอย่างยิ่งทีเดียว สำหรับคนที่ฟังภาษาไทยก็ลำบาก อาจารย์ก็ต้องพูดเป็นภาษาอังกฤษ ต้องใช้ความพยายามทั้งสองฝ่าย ดิฉันขออนุโมทนา

สุ. ขอบคุณ คุณโจนาธาน ที่ได้กรุณาให้ความเข้าใจในเรื่องของชาวต่างประเทศที่สนใจในการศึกษาธรรม และการเจริญสติปัฏฐาน

ขอเล่าเรื่องชีวิตส่วนตัวของคุณโจนาธาน ที่เกี่ยวกับการมาเมืองไทย และการได้พบพระพุทธศาสนา เพื่อท่านผู้ฟังจะได้เห็นปัจจัยของแต่ละบุคคลที่ได้สะสมมา เพราะว่าพระธรรมที่พระผู้มีพระภาคทรงตรัสรู้และทรงแสดงเมื่อ ๒,๕๐๐ กว่าปี ใครจะได้รับฟัง เกิดศรัทธา และประพฤติดุติปฏิบัติธรรมมากน้อยอย่างไร จะรู้ได้ในชีวิตนี้ ซึ่งอาจจะเกิดมาเป็นบุคคลชาติต่าง ๆ อยู่ในประเทศต่าง ๆ แต่ก็มีปัจจัยที่จะได้มีโอกาสฟังพระธรรม ได้เข้าใจ และได้ศึกษาพระธรรม

เข้าใจว่าคุณโจนาธานมาเมืองไทยโดยไม่ได้ตั้งใจ เพราะทราบว่ายานบินแรกออกจากออสเตรเลียและก็ไปอินโดนีเซีย ได้พบกับท่านธัมมโร ซึ่งตอนนั้นท่านกับวชแล้ว ท่านธัมมโรเริ่มเผยแผ่พระธรรมตั้งแต่ที่ท่านบวช โดยมีหนังสือที่คณะศึกษาศาสตร์ได้พิมพ์ภาษาอังกฤษและภาษาไทย ซึ่งคุณนีน่า วัน กอร์คคอม เป็นคนเขียน หนังสือเล่มนั้นมีประโยชน์มากสำหรับทั้งคนไทยและชาวต่างประเทศ โดยเฉพาะผู้ที่ยังไม่เข้าใจพระพุทธศาสนาว่าสอนอย่างไร และชีวิตประจำวันของฆราวาสและบรรพชิตที่เป็นชาวพุทธนั้น เป็นการประพฤติปฏิบัติตามคำสอนอย่างไร



ท่านธัมมชโรมีหนังสือหลายเล่มที่จะให้คุณใจนาธานเลือกเอากลับไป ซึ่งคุณใจนาธานก็เลือกหนังสือของคุณนี้น่า วัน กอรัคคอม เรื่องธรรมทัศนะในชีวิตประจำวัน เป็นภาษาอังกฤษ และเดินทางต่อจากประเทศอินโดนีเซียมาที่เมืองไทย แต่ว่าในครั้งนั้นคิดว่าจะพักอยู่ประมาณ ๑๕ วันเท่านั้น ไม่คิดว่าจะอยู่เมืองไทยถึง ๔ ปี เพราะระหว่างนั้นหนังสือเดินทางหาย จึงมีความจำเป็นที่จะต้องติดต่อขอหนังสือเดินทางใหม่ ทำให้เกินกำหนดเวลาที่คิดว่าจะอยู่เมืองไทยเพียงช่วงเวลาเล็กน้อย คือ หนึ่งหรือสองอาทิตย์ และเมื่อได้รับหนังสือเดินทางฉบับใหม่แล้ว ก็เป็นที่น่าแปลกว่า พบหนังสือเดินทางเล่มเก่าที่เข้าใจว่าหายไปอยู่ในกระเป๋าเดินทาง โดยที่ไม่น่าจะหาไม่พบเลย และไม่น่าที่จะต้องลำบากถึงกับต้องไปติดต่อขอหนังสือเดินทางเล่มใหม่

แต่ใน ๒ อาทิตย์นั้น มีโอกาสได้ฟังธรรม และมีความสนใจถึงกับบวชเป็นสามเณร แต่ก็ต้องเดินทางกลับไปประเทศก่อน และจะกลับมาอีกครั้งหนึ่ง เพราะว่ามี ความตั้งใจที่จะศึกษาพระธรรมอยู่ที่เมืองไทย และได้เป็นอาจารย์สอนที่มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

ถ. เรื่องการปฏิบัติธรรมรู้สึกว่าจะพูดว่าง่าย ฟังก็ง่าย แต่เวลาคิดถึง ความยาก ก็ยากเหมือนกัน อย่างคำว่า สติ เจริญสติ เป็นผู้ที่มีการปฏิบัติ บางครั้งคิดว่ามีสติอยู่บ่อย ๆ เหนื่อย ๆ แล้ว คือ มีรู้สึกตัวอยู่ ทำไมปัญญาจึงไม่เกิด คือ ระลึกรู้ที่ เสี่ยง ที่สี่ กลิ่น เย็นร้อน อ่อนแข็งอยู่เหมือนกัน แต่ว่าปัญญาไม่เกิด มีบางคนพูดว่า อย่างนี้จริง ๆ

สุ ความรู้ทั้งหมดจะมีได้โดยไม่ต้องศึกษาหรือเปล่า ถ้าขาดการศึกษาจะมีความรู้ได้ไหม นี่เป็นสิ่งที่สำคัญมาก แม้แต่ในโลก เพราะฉะนั้น ความรู้ทั้งหมดที่จะเกิดมีขึ้นได้นั้น ก็โดยมีการศึกษา

ในพระพุทธศาสนาใช้คำว่า ศึกษา เพราะฉะนั้น ที่จะให้รู้แน่ ๆ สติเกิดหรือเปล่า มีสติหรือเปล่า คือ กำลังศึกษา พิจารณา เพื่อรู้ลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏ หรือเปล่า นี่เป็นเครื่องวัดว่า ขณะนั้นสติที่เกิดเป็นสติปฏิฐานหรือเปล่า



เพราะขณะใดก็ตามที่มีการศึกษา เริ่มรู้ น้อมไปที่จะรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ ขณะนั้นไม่ต้องห่วงหรือกังวลว่ามีสติหรือเปล่า เพราะขณะนั้นสติเกิดแล้ว จึงมีการศึกษาพิจารณาลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ

อย่างในขณะนี้ สติเกิด คือ กำลังน้อมไปที่จะรู้ว่า สิ่งที่กำลังปรากฏทางตาเป็นสภาพธรรมอย่างหนึ่ง การน้อมไปในขณะนี้ คือ ไม่หลงลืมแล้ว เมื่อครุ่นลืมนไปก็เห็นเป็นคน เป็นสัตว์ เป็นวัตถุ แต่ขณะที่น้อมไปที่จะรู้ว่าเป็นเพียงสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ ขณะนั้นสติเกิด

หรือขณะที่กำลังได้ยิน เมื่อครุ่นก็ได้ยินมากมายหลายขณะ ผ่านไปแล้ว แต่ขณะใดที่กำลังน้อมไปที่จะรู้ว่า เสียงปรากฏ ขณะนั้นอย่างอื่นไม่ปรากฏในขณะที่เสียงปรากฏ ขณะนั้นสติกำลังระลึกที่เสียง แม้กำลังลืมนตา ทั้งเห็น ทั้งได้ยิน แต่ว่าขณะใดที่น้อมไปที่เสียง รู้ว่ามีแต่เสียงเท่านั้นที่กำลังปรากฏ ขณะนั้นเป็นสติที่ระลึกที่เสียง

และสำหรับนามธรรมที่ได้ยิน ไม่ใช่ชื่อ เป็นสภาพธรรมที่มีจริง ปัญญาสามารถที่จะรู้ลักษณะของสภาพธรรมนั้นได้ แต่ว่าโดยการที่จะต้องน้อมไปเพื่อที่จะสังเกต หรือเพื่อที่จะรู้ว่า ที่เสียงปรากฏขณะนั้นต้องมีสภาพรู้เสียง ลักษณะรู้เป็นลักษณะที่ไม่ขาดเลยในชีวิตตั้งแต่เกิดมา ลืมนตาขึ้นมาถึงรู้สิ่งที่ปรากฏ คือ เห็น เวลาที่เสียงปรากฏสภาพรู้นั้นก็รู้เสียง ถ้าไม่มีสภาพที่กำลังรู้เสียง เสียงนั้นจะปรากฏไม่ได้

แต่สภาพรู้นี้เกิดดับสืบต่อจนกระทั่งไม่ประจักษ์ว่า เป็นสภาพรู้แต่ละชนิดแต่ละลักษณะ ซึ่งตามความเป็นจริงแล้ว สภาพรู้อื คือ รู้สิ่งที่ปรากฏทางตา ในขณะที่กำลังเห็นเดี๋ยวนี้เอง เป็นสภาพรู้ชนิดหนึ่ง ต่างกับขณะที่เสียงปรากฏ เวลาที่เสียงปรากฏ ต้องมีสภาพที่กำลังรู้เฉพาะเสียงที่กำลังปรากฏเท่านั้น

เพราะฉะนั้น ลักษณะของสภาพรู้ที่ปรากฏในวันหนึ่ง ๆ เปลี่ยนไปตามอารมณ์ที่ปรากฏ เวลาที่สิ่งที่ปรากฏทางตาปรากฏ ก็มีสภาพรู้นั้น เวลาที่เสียงปรากฏทางหู ก็มีสภาพรู้เสียงนั้น





๗๕๙



ถ. ดิฉันได้ยินพระต่างประเทศกล่าวว่า ทำไมท่านอาจารย์ถึงได้อดทนพูดเรื่องเก่าซ้ำแล้วซ้ำอีก แต่ขนาดพูดซ้ำแล้วซ้ำอีก คนที่ไม่เข้าใจก็ยังมีอยู่

สุ เป็นเรื่องของการอบรม ก็กับ ไม่ใช่วันนี้นั้นวันเดียว หรือว่าเดือนนี้เดือนเดียว หรือว่าปีนี้เป็นปีเดียว หรือว่าชาตินี้ชาติเดียว เพราะฉะนั้น ความอดทนคือตบะอย่างยิ่ง ซึ่งพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าทุกพระองค์ทรงสรรเสริญ เพราะว่าจะต้องอดทนจริง ๆ อดทนที่จะไม่หวังในผลที่ว่าจะต้องการในชาตินี้ หรือว่าในปีนี้ ในเดือนนี้ หรือว่าในวันนี้ แต่ว่าขณะใดก็ตามที่สติเกิด เป็นโอกาสที่จะได้ศึกษาจนกระทั่งปัญญาเจริญขึ้นทีละเล็กทีละน้อย และเป็นปัจจัยให้สามารถบรรลุคุณธรรมเป็นพระโสดาบันได้

ขณะแรก ๆ ที่สติเกิด ยังไม่รู้อะไร แต่ความรู้ก็ไม่ได้เกิดที่อื่น เกิดในขณะที่สติกำลังระลึกรู้ลักษณะสภาพธรรมหนึ่งสภาพธรรมใดนั่นเอง

อย่างเช่นทางตาในขณะนี้ ระลึกรู้ทันที่ว่าเป็นสิ่งที่เพียงปรากฏ นั่นคือจุดเริ่มที่ปัญญาจะเกิด คือ ในขณะที่สติระลึกรู้ลักษณะของสิ่งที่ปรากฏ หรือสภาพรู้ที่กำลังเห็น ปัญญาเกิดตรงนั้น ไม่ได้เกิดที่อื่น ปัญญาเกิดที่นั่น ปัญญาเจริญที่นั่น ปัญญาคมกล้าที่นั่น

วันหนึ่ง ๆ ท่านเป็นผู้ที่ประมาทมากหรือน้อย ถ้าสติไม่เกิด ประมาทแค่ไหนตลอดเวลาไม่รู้ลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏตามความเป็นจริง จึงหลงยึดถือสภาพธรรมนั้นเป็นตัวตน เพราะฉะนั้น ผู้ที่อบรมเจริญสติปัญญาแล้ว จะรู้ความหมายของคำว่า ประมาท

ถ. กว่าจะรู้ว่าตัวเองประมาท เห็นจะต้องใช้เวลานานมาก

สุ เวลานี้ประมาทหรือเปล่า กำลังฟังธรรม กำลังเข้าใจ เป็นมหากุศลญาณสัมปยุตต์ แต่มีตลอดเวลาหรือเปล่า ซึ่งจิตนี้ก็เกิดดับอย่างรวดเร็วและกลับกลอกตามเหตุตามปัจจัยด้วย ถ้าทุกท่านเป็นผู้ที่มีกุศลตลอดเวลา ก็ใกล้ต่อการเป็น



พระอริยเจ้า หรือพระอรหันต์ เพราะว่าท่านเป็นผู้ที่ไม่ปราศจากสติ และเวลาที่กุศลจิตเกิดแต่ละครั้ง สติจะต้องเกิดด้วย ถ้าสติและกุศลธรรมทั้งหลายไม่เกิดขึ้นในขณะนั้น ก็ไม่มีใครสามารถบังคับให้กุศลธรรมเหล่านั้นเกิดได้ ซึ่งท่านผู้ฟังก็จะทราบได้ว่า กุศลจิตของท่านเกิดมากหรือน้อยกว่าอกุศล

ถ. มีบุคคลคนหนึ่งถามว่า เวลาโกรธทำอย่างไรจะให้หายโกรธ ดิฉันบอกว่า ไม่ต้องทำอะไร ก็ระลึกรู้ เขาก็ถามว่า ไม่ชอบให้มีความโกรธ ทำไมต้องระลึกอีก อาจารย์ช่วยกรุณาอธิบาย

สุ. ไม่ชอบ และจะไม่ให้โกรธได้ไหม จะมีประโยชน์อะไรกับการชอบ การไม่ชอบ เพราะจะชอบหรือไม่ชอบ ความโกรธก็ต้องเกิดเพราะเหตุปัจจัย

ถ. ดิฉันบอกว่า ที่โทสะกำลังเกิดอยู่อย่างนั้น และมีสติไประลึกรู้สภาพของโทสะนั้น ก็เป็นการละโทสะ เขาบอกว่า ระลึกรู้แล้วจะละได้อย่างไร ดิฉันบอกว่า ไม่มีตัวตนที่จะไปละ ผู้ละนั้นคือปัญญาเจตสิกที่ทำกิจจะคล้าย และในคราวต่อไป ก็จะน้อยลงได้ อย่างนี้ถูกไหม

สุ. ต้องเจริญปัญญา เพราะว่าทราบใดที่ปัญญายังไม่เกิด อกุศลไม่สามารถที่จะดับไปได้

ขอพูดถึงเรื่องการเจริญสมถภาวนา ความสงบของจิต ต่อจากคราวก่อน

โดยศัพท์ที่จะให้เข้าใจได้ สมถะ คือ ความสงบ แต่ไม่ใช่ด้วยความพอใจของคนหนึ่งคนใด ต้องเป็นลักษณะที่สงบจริง ๆ จากทั้งโลภะ ทั้งโทสะ และทั้งโมหะ

ถ้าท่านชอบอยู่คนเดียว ชอบ อยู่ลำพัง ชอบอยู่คนเดียว เป็นความสงบใหม่ ท่านอาจจะคิดว่า ชีวิตของท่านสงบมาก ไม่มีใครมาวุ่นวาย ท่านชอบ ท่านพอใจ เพราะฉะนั้น ไม่ใช่สมถะ ไม่ใช่ความสงบ แต่เป็นโลภมูลจิต

ความสงบที่แท้จริง อยู่ลำพัง สงบจากโลภะ โทสะ และโมหะ เพราะฉะนั้น ผู้ที่จะสงบได้ต้องเป็นผู้ที่มีปัญญา แม้ท่านจะพากเพียรทำอะไรก็ตาม แต่ปัญญาไม่เกิดขึ้นที่รู้ว่าขณะนั้นสงบหรือเปล่า หรือว่ากำลังพอใจ กำลังแสวงหา กำลังต้องการ





กำลังติดในสิ่งที่ท่านกำลังพากเพียรกระทำอยู่ เพราะฉะนั้น ขณะนั้นก็ไม่ใช้ความสงบ ไม่ใช่สมถะ

ผู้ที่จะสงบได้ และเจริญความสงบให้ยิ่งขึ้น ต้องเป็นผู้ที่มีปัญญารู้ลักษณะของจิตในขณะนั้นว่า จิตที่สงบจริง ๆ ต่างกับจิตที่ไม่สงบอย่างไร จิตที่เป็นกุศลสงบไหม จิตที่เป็นอกุศลสงบหรือไม่สงบ เช่น โลภะ แม้ว่าจะไม่ใช่โลภะอย่างแรงที่จะปรากฏให้เห็นเป็นความเดือดร้อน ความกระสับกระส่าย ความกระวนกระวาย แต่ว่าลักษณะนั้นก็ไม่ใช้ความสงบ

เพราะฉะนั้น ขณะนี้กุศลขึ้นไหนเกิด ธรรมสำหรับปฏิบัติ พระธรรมทั้งหมดที่ทรงแสดงน้อมนำมาประพฤติกปฏิบัติได้ กำลังระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ สงบหรือไม่สงบ ต้องตรง ต้องจริงต่อสภาพธรรม เมื่อเข้าใจแล้วว่า สมถะหมายความว่าถึงความสงบจากโลภะ โทสะ โมหะ เวลาที่สติเกิด และเป็นสติปัฏฐาน เพราะกำลังระลึกและศึกษา น้อมไปสู่ความเข้าใจในการรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏตามความเป็นจริงของสภาพธรรมนั้น ขณะนั้นสงบไหม สงบ เป็นสมถะไหม เป็น เพราะฉะนั้น ในมรรคมีองค์ ๘ จึงมีทั้งสมถะและวิปัสสนา

ถ. อาจารย์ช่วยอธิบายสมถะและวิปัสสนา ผมยังแยกไม่ออก ยังไม่เข้าใจชัดแจ้ง

สุ ความสงบต่างกันเป็น ๒ ประการ คือ ความสงบที่ไม่ใช่สติปัฏฐาน เป็นเพียงขั้นอบรมจิตให้สงบจากโลภะ โทสะ โมหะ และก็มีกำลังมั่นคงขึ้น คือ ความสงบมีกำลังขึ้น เป็นสมถภาวนา

ส่วนสติปัฏฐาน ไม่ต้องห่วงเรื่องของความสงบ เพราะขณะใดที่สติเกิดขึ้น ศึกษาลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ ในขณะนั้นก็มี ความสงบด้วย เพราะว่าขณะนั้นเป็นกุศล ปราศจากโลภะ โทสะ โมหะ

เพราะฉะนั้น ความสงบจึงมี ๒ อย่าง คือ ความสงบของสมถภาวนา ระวังอกุศลทั้งหลายไม่ให้เกิดขึ้น และสมถะที่เกิดกับการเจริญสติปัฏฐาน เพราะในมรรคมีองค์ ๘ นั้น มีทั้งสมถะและวิปัสสนา



สำหรับวิปัสสนาในมรรคมืด ๘ ได้แก่ สัมมาทิฏฐิกับสัมมาสังกัปปะ ๒ องค์ ส่วนองค์ที่เหลืออีก ๖ นั้น เป็นสมณะทั้งสิ้น

ถ. สมมติว่า โมโหเกิดขึ้น พอเรามีสติรู้ว่าความโกรธเกิดขึ้น โมโหนั้นหายไป และก็มีเรื่องราวอะไรต่าง ๆ เกิดขึ้นมาอีก แต่ปัญญายังไม่ถึง ยังมีกิเลสมาพัวพันอยู่ อย่างนี้เรียกว่าเป็นลักษณะของพุทธานุสสติ คือ เราปฏิบัติธรรมตามคำสั่งสอนของพระพุทธองค์ จะเรียกว่า เป็นสมณะได้หรือเปล่าในขณะนั้น

สุ เป็นสมณะแน่นอนในขณะนั้น แล้วแต่ว่าขณะนั้นมโนการพุทธานุสสติ หรือว่าธัมมานุสสติ หรือสังฆานุสสติ หรืออนุสสติอื่น ๆ แล้วแต่

ถ. วิปัสสนาหมายความว่า เกิดพร้อมด้วยปัญญา รู้ว่าอะไรดับ

สุ ยังไม่ประจักษ์การเกิดดับของอะไร เพียงแต่ขณะใดที่สติเกิด ไม่หลงลืม คือ ศึกษา พิจารณา น้อมไปรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏ

ถ. บางครั้งเมื่อขาดสติ อกุศลก็จะรุ่มขึ้นมา พอเกิดสติจะรู้ว่าเรากำลังโกรธอยู่ เรากำลังชอบอยู่ พอสติเกิดขึ้น ความรู้สึกที่เป็นเรื่องเป็นราวก็หยุดทันที ผมก็ยังสงสัยว่า เป็นสมณะหรือวิปัสสนา เพราะปัญญายังไม่เกิด

สุ ลักษณะของความสงบปรากฏได้ใช่ไหม เพราะฉะนั้น ความเป็นตัวตนยังไม่หมด ในขณะนั้นก็เป็นลักษณะของความสงบ ซึ่งสติจะต้องศึกษา รู้ว่าขณะที่สงบนั้นไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน ต้องศึกษาอยู่ตลอดเวลา

การเจริญสติปัฏฐาน ขณะที่ความสงบเกิดขึ้น สติจะต้องระลึกถึงลักษณะที่สงบ เพื่อที่จะรู้ว่าเป็นสภาพธรรมชนิดหนึ่ง ซึ่งถ้ายังไม่ระลึก ยังไม่ศึกษา ยังไม่รู้ ก็ยังไม่สามารถที่จะดับความยึดถือว่าเป็นตัวตนได้

แต่สำหรับเรื่องสมณะ ก็เป็นเรื่องที่จะต้องพิจารณาอย่างรอบคอบ เพราะว่าธรรมทั้งหมดสำหรับปฏิบัติ อย่าลืม แม้แต่สมณะ ความสงบ ปฏิบัติได้จริง ๆ ถ้ารู้ว่าจะไหนเป็นสมณะ เพราะส่วนมากมักจะเข้าใจสับสนในเรื่องของสมณภาพว่า อย่างเช่นในขณะนี้ จะสงบไหม มีใครจะสงบบ้าง



ผู้ฟัง ตามความเข้าใจ สมถภาวนามีถึง ๔๐ วิธี เท่าที่ทราบคือ เจริญอนุสสติ ๑๐ อสุภกัมมัฏฐาน ๑๐ จตุธาตุววัฏฐาน อาหาเร ปฏิภูมัลลัญญา และกสิณอีก ๑๐ สุตแล้วแต่เราจะปฏิบัติอย่างไร

สุ เดียวนี้ ขณะที่กำลังฟังอยู่นี้

ผู้ฟัง ถ้าจะทำจริง ๆ ก็ทำอานาปานสติได้

สุ ทำอย่างไร

ผู้ฟัง กำหนดลมหายใจ โดยใช้สติจับไว้ที่จุดลมกระทบ

สุ ขอให้พิจารณาให้ละเอียดว่า ขณะที่คิดว่าสงบนี้ ต่างกันหรือเหมือนกัน กับขณะที่ก่อนจะทำ

ผู้ฟัง ไม่เหมือนกัน คือ ความสงบนี้มีขั้นตอน

สุ. แต่ดิฉันอยากจะให้พิจารณาศึกษาสภาพของจิตโดยละเอียดว่า ขณะที่ จะจดจ้องที่ลมหายใจ จะทำอานาปา ความรู้สึกในขณะนั้น ความคิดหรือลักษณะของ จิตในขณะนั้น ต่างกับขณะที่ก่อนที่จะคิดอย่างนี้หรือเปล่า

ผู้ฟัง ต่างกัน

สุ ต่างกันอย่างไร

ผู้ฟัง แต่เดิมจิตมีปกติชัดส่าย อาจจะไปคิดไปในอารมณ์ต่าง ๆ

สุ ก่อนที่คิดจะทำอานาปา มีโลภะไหม ธรรมดาปกติมีโลภะบ้างไหม

ผู้ฟัง ควรจะมี

สุ ควรจะมี หรือนี่ก็แสดงให้เห็นแล้วว่า การที่จะรู้ลักษณะของจิตนี้แสนยาก อาจจะเข้าใจคาดคะเนได้ว่า คงจะเป็นอย่างนี้ หรือว่าคงจะเป็นอย่างนั้น แต่เรื่องของ ปัญญาไม่ใช่เรื่องคงจะ เรื่องของปัญญาเป็นเรื่องที่รู้ชัดจริง ๆ เพราะฉะนั้น จะเห็นได้ว่า จิตเป็นสภาพธรรมที่แสนจะรู้ยาก อาจจะศึกษาเข้าใจว่า จิตมี ๘๙ ดวง หรือว่า ๘๙ ประเภท แต่เวลานี้จิตชนิดไหนกำลังเกิด ยากที่จะรู้ เพราะเกิดดับอย่างรวดเร็ว



ลักษณะของสภาพธรรมที่เป็นโลกมูลจิตดับไปแล้ว อาจจะมีลักษณะของสภาพธรรมอื่นเกิด แต่ถ้าสติไม่เกิดพร้อมสัมปชัญญะที่จะระลึกศึกษารู้ลักษณะสภาพของจิตในขณะนั้นจริง ๆ ก็ยังคงเป็นการคาดคะเนอยู่นั่นเอง ไม่ใช่เป็นการรู้ลักษณะของจิตจริง ๆ

แม้แต่โลกมูลจิต ก็คิดว่าคงจะมี หรือว่าควรจะมี แต่ไม่ได้รู้ลักษณะโลกมูลจิตจริง ๆ ที่กำลังมีว่ามีลักษณะอย่างไร เพราะฉะนั้น ที่เรียนถามให้พิจารณาว่า เวลาที่คิดจะจดจ้องที่ลมหายใจ ต่างกับขณะที่จะคิดจดจ้องที่ลมหายใจอย่างไรหรือไม่ เพราะว่าลักษณะของโลภะอย่างที่ไม่เคยรู้สึกมาก่อน จะย้ายจากอารมณ์หนึ่งไปสู่อีกอารมณ์หนึ่งได้ไหม

นี่ต้องเป็นปัญญาพร้อมกับสัมปชัญญะ ที่จะระลึกรู้ลักษณะสภาพของจิตว่าเป็นจิตที่สงบหรือไม่สงบ ความต่างกันของจิตต้องมีในจิตที่สงบและในจิตที่ไม่สงบ และถ้าไม่รู้ความจริงอย่างนี้ เจริญสมถภาวนาไม่ได้

เพราะฉะนั้น การเจริญสมถภาวนาจริง ๆ จะยาก หรือจะง่าย เพราะว่าต้องเป็นปัญญาที่สามารถรู้ลักษณะของจิตในขณะนี้เอง เพื่อที่จะได้รู้ว่า ขณะใดเป็นโลภะ ขณะใดสงบ แต่ถ้ายังไม่สามารถรู้ได้ ก็เป็นโลภะทั้งหมด แต่ก็เข้าใจว่าสงบ เพราะว่าไม่รู้แม้ลักษณะของโลกมูลจิตที่กำลังมีในขณะนี้ เนื่องจากไม่มีอาการที่ต่างกันเลย เพียงแต่เปลี่ยนอารมณ์

ด้วยเหตุนี้ในพระไตรปิฎก เมื่อเจ้าศากยะพระนามว่ามหานามะ ได้ไปเฝ้าพระผู้มีพระภาคถึงที่ประทับที่นิโครธาราม ใกล้กรุงกบิลพัสดุ์ ทูลถามว่า พระอริยสาวกส่วนมากอยู่ด้วยวิหารธรรมอะไร พระผู้มีพระภาคไม่ได้ทรงกล่าวถึงอานาปาเลย แต่กล่าวถึงพุทธานุสสติ ธัมมานุสสติ สังฆานุสสติ สीलानุสสติ จาคานุสสติ และเทวตานุสสติ

เพราะฉะนั้น สำหรับผู้ที่ยังไม่เป็นพระอริยเจ้า ควรจะอยู่ด้วยวิหารธรรมอะไรที่จะสงบ นี่เป็นสิ่งที่น่าคิด เพราะจะต้องรู้ลักษณะของจิตที่สงบจริง ๆ ว่า ขณะใดที่จิตผ่องใสเป็นกุศล เวลาที่มีการศึกษาธรรม เข้าใจธรรม ระลึกถึงพระพุทธคุณ ไม่ใช่เพียงแต่ว่าตามว่า อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ หรือว่า นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต เพราะ



ถึงแม้ว่าจะกล่าวอย่างนั้น แต่ขาดสัมปชัญญะที่จะพิจารณาลักษณะของจิต ขณะนั้นจิตไม่สงบก็ได้ จะกล่าวคำพูดอะไรด้วยโลภมูลจิตก็ได้ ไม่มีความต่างกัน แต่ว่าขณะใดที่ความสงบเกิดขึ้น แม้ไม่ได้กล่าวอย่างนั้น สติสัมปชัญญะที่รู้ลักษณะของความสงบก็มีได้ นั่นก็เป็นพุทธานุสสติ

ในคราวก่อนได้กล่าวถึง **สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค นันทียสูตร** ที่แสดงถึงพระอริยสาวกผู้อยู่ด้วยความไม่ประมาทว่าเป็นอย่างไร และพระอริยสาวกผู้อยู่ด้วยความประมาทเป็นอย่างไร ซึ่งข้อความมีว่า

อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ประกอบด้วยความเลื่อมใสอันไม่หวั่นไหวในพระพุทธเจ้าว่า แม้เพราะเหตุนี้ ๆ พระผู้มีพระภาคพระองค์นั้น ... ตลอดไปตามบทของพระพุทธคุณจนกระทั่งถึง เป็นผู้จำแนกธรรม

อริยสาวกนั้นพอใจแล้วด้วยความเลื่อมใสอันไม่หวั่นไหวในพระพุทธเจ้านั้น ไม่พยายามให้ยิ่งขึ้นไป เพื่อความสงบในกลางวัน เพื่อหลีกเร้นในกลางคืน เมื่ออริยสาวกนั้นเป็นผู้ประมาทอยู่อย่างนี้ ย่อมไม่มีปราโมทย์ เมื่อไม่มีปราโมทย์ก็ไม่มีปีติ เมื่อไม่มีปีติก็ไม่มีปลัสสทธิ เมื่อไม่มีปลัสสทธิย่อมอยู่เป็นทุกข์ จิตของผู้มีความทุกข์ย่อมไม่เป็นสมาธิ เมื่อจิตไม่เป็นสมาธิ ธรรมทั้งหลายย่อมไม่ปรากฏ เพราะธรรมทั้งหลายไม่ปรากฏ อริยสาวกนั้นย่อมถึงความนับว่า อยู่ด้วยความประมาท

ที่ว่า สงัดในกลางวันนั้น คือ สงบจากกิเลส

วันนี้รู้สึกว่าสงบจากกิเลสอะไรบ้างไหม ถ้ากุศลจิตไม่เกิด จะไม่ปรากฏความสงบ หรือความสงบจากกิเลส แต่ขณะที่ไม่ว่าสภาพธรรมใด ๆ จะเกิดขึ้นปรากฏ หรือว่าจะมีความยินดียินร้ายในอารมณ์ใด ๆ ที่ปรากฏ สติเกิดขึ้นระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมในขณะนั้น ขณะนั้นสงบจากอกุศล ขณะนั้นคือสงัดจากกิเลส

ในกลางวัน คือ ในชีวิตประจำวันจริง ๆ ชีวิตประจำวันจริง ๆ มีโลภะมาก มีโทสะมาก ถ้าสติไม่เกิด ขณะนั้นไม่สามารถที่จะสงัดหรือสงบจากกิเลสได้

ชีวิตประจำวันของทุกท่าน ก็ต้องมีการพบปะกับบุคคลต่าง ๆ อยู่เสมอ มีการคิดนึกตรึกตรองในเรื่องกิจการงาน ในธุรกิจต่าง ๆ แต่สติก็สามารถที่จะเกิดได้ ขณะใด



ที่สติเกิด ขณะนั้นสงบแล้ว สงัดในเวลากลางวัน แต่ถ้าอยู่ในที่หลับใหลไม่มีใคร แต่  
เต็มไปด้วยกิเลสมาก แม้ในเวลากลางคืน ก็ไม่ชื่อว่าหลับใหล หรือไม่ชื่อว่าสงัด เพราะ  
ขณะนั้นจิตเป็นอกุศล





๗๖๐



สำหรับผู้ที่อยู่ด้วยความประมาท ใน **อังคุตตรนิกาย ทสกนิบาต ข้อ ๕๓**  
**ฐิติสูตร** มีข้อความว่า

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย เราไม่สรรเสริญแม้ซึ่งความตั้งอยู่ในกุศลธรรมทั้งหลาย  
ไหนจะสรรเสริญความเสื่อมรอบในกุศลธรรมทั้งหลายเล่า ดูกร ภิกษุทั้งหลาย แต่เรา  
สรรเสริญความเจริญในกุศลธรรมทั้งหลาย มิใช่ความตั้งอยู่ มิใช่ความเสื่อมในกุศล  
ธรรมทั้งหลาย ฯ

ซึ่งท่านผู้ฟังจะพิจารณากับชีวิตของท่านได้ว่า ขณะนี้ท่านเสื่อมในกุศลธรรม  
หรือว่าตั้งอยู่ในกุศลธรรม หรือว่าเจริญในกุศลธรรม

ข้อความต่อไป

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ความเสื่อมในกุศลธรรมทั้งหลายมิใช่ความตั้งอยู่ มิใช่  
ความเจริญอย่างไร ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้เป็นผู้มีศรัทธา ศีล  
สุตะ จาคะ ปัญญา ปฏิภาณเท่าไร ธรรมเหล่านั้นของภิกษุนั้นย่อมไม่ตั้งอยู่ ย่อมไม่  
เจริญขึ้น ดูกร ภิกษุทั้งหลาย เรากล่าวข้อนี้ว่า เป็นความเสื่อมในกุศลธรรมทั้งหลาย  
มิใช่ความตั้งอยู่ มิใช่ความเจริญ

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ความเสื่อมในกุศลธรรมทั้งหลายมีอยู่ มิใช่ความตั้งอยู่  
มิใช่ความเจริญ อย่างนี้แล ฯ

บางท่านต้องการเจริญกุศลอย่างมาก พยายามเจริญ และในที่สุดก็เกิดท้อถอย  
เพราะไม่เห็นผลของกุศล เคยรู้สึกอย่างนี้บ้างไหม มีท่านผู้ฟังท่านหนึ่งก็เป็นผู้ที่  
พากเพียรในการฟังธรรม ในการเจริญกุศลทั้งทานและศีล แต่ว่าท่านคงเป็นผู้ที่ละ  
ความปรารถนาไม่ได้ เพราะฉะนั้น เวลาที่เป็นผู้ที่มีความปรารถนามาก ปกติก็ย่อมจะ



ปรารถนาในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ แต่เวลาที่เปลี่ยนเป็นความพอใจในกุศล ท่านก็ปรารถนากุศลอย่างมากจนกระทั่งชวนชวายเป็นการกุศล แต่เพราะอกุศลทั้งหลาย ยังไม่ได้ดับเป็นสมุจเฉท จึงเกิดความท้อถอยและเบื่อหน่าย แม้ในกุศลชั้นทาน สำหรับการฟังธรรมก็ท้อถอยเบื่อหน่ายไปด้วย

ท่านผู้ฟังจะสังเกตได้ว่า ถึงแม้บางครั้ง บางขณะ ท่านจะรู้สึกท้อถอยและรู้สึกเบื่อหน่าย แต่เพราะการฟังธรรมที่ได้สะสมมาแล้ว และการพิจารณาในเหตุผลว่า ธรรมประการใดเป็นธรรมที่ควรเว้น ควรละ ธรรมประการใดเป็นธรรมที่ควรเจริญ เวลาที่ได้ฟังธรรมอีกครั้งหนึ่ง ก็ย่อมจะมีปัจจัยที่ทำให้พิจารณาได้ถูกต้องโดยเร็วว่า ธรรมใดเป็นกุศล ธรรมใดเป็นอกุศล แต่ถ้าเป็นผู้ที่ไม่ได้ฟังธรรมมาก่อน เวลาที่เกิดความท้อถอยเบื่อหน่าย ก็คงจะท้อถอยเบื่อหน่ายนานทีเดียว เคยเป็นอย่างนี้บ้างไหม ที่มีความท้อถอย หรือว่าไม่เห็นผลของกุศลก็เกิดความเบื่อหน่าย

สำหรับผู้ที่ถูกอกุศลไม่ตั้งอยู่และไม่เจริญ ย่อมเป็นผู้ที่เสื่อมในกุศลธรรม เพราะฉะนั้น แต่ละท่านก็ควรพิจารณาเพื่อที่จะได้แก้ไข ถ้าท่านเป็นผู้ที่เสื่อมในกุศลธรรม

ข้อความต่อไป

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ความตั้งอยู่ในกุศลธรรมทั้งหลาย มิใช่ความเสื่อม มิใช่ความเจริญอย่างไร ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้เป็นผู้มีศรัทธา ศีล สุตะ จาคะ ปัญญา ปฏิภาณเท่าไร ธรรมเหล่านั้นของภิกษุนั้นย่อมไม่เสื่อม ย่อมไม่เจริญขึ้น ดูกร ภิกษุทั้งหลาย เรากล่าวข้อนี้ว่า เป็นความตั้งอยู่ในกุศลธรรมทั้งหลาย มิใช่ความเสื่อม มิใช่ความเจริญ

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ความตั้งอยู่ในกุศลธรรมทั้งหลาย มิใช่ความเสื่อม มิใช่ความเจริญ อย่างนี้แล ฯ

นี่เป็นปกติชีวิตของบุคคลทั้งหลายตามความเป็นจริง พระผู้มีพระภาคจึงทรงแสดงประเภทของบุคคลทั้งหลายว่า แต่ละบุคคลจะอยู่ในประเภทใด สำหรับบางท่าน





นั้นไม่เสื่อมและไม่เจริญ มีเท่าไรก็อยู่เท่านั้น ซึ่งข้อความต่อไปพระผู้มีพระภาคจะทรงแสดงหนทางที่จะทำให้กุศลเจริญขึ้น

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ความเจริญในกุศลธรรมทั้งหลาย มิใช่ความตั้งอยู่ มิใช่ความเสื่อมอย่างไร ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้เป็นผู้มีศรัทธา ศีล สุตะ จาคะ ปัญญา ปฏิภาณเท่าไร ธรรมเหล่านั้นของภิกษุย่อมไม่ตั้งอยู่ ย่อมไม่เสื่อม ดูกร ภิกษุทั้งหลาย เรากล่าวข้อนี้ว่า เป็นความเจริญในกุศลธรรมทั้งหลาย มิใช่ความตั้งอยู่ มิใช่ความเสื่อม

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ความเจริญในกุศลธรรมทั้งหลาย มิใช่ความตั้งอยู่ มิใช่ความเสื่อม อย่างนี้แล

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย หากว่าภิกษุไม่เป็นผู้ฉลาดในวาระจิตของผู้อื่นไซ้ร้ เมื่อเป็นอย่างนั้น ภิกษุนั้นพึงศึกษาว่า เราจักเป็นผู้ฉลาดในวาระจิตของตน ดูกร ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายพึงศึกษาอย่างนี้แล ฯ

เป็นจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานหรือเปล่า การที่จะรู้วาระจิตของตนเพื่อที่ว่ากุศลจะได้เจริญขึ้น เพราะถ้าไม่มีการระลึกถึงลักษณะสภาขจิต ย่อมไม่ทราบว่าเป็นกุศล หรือว่าเป็นอกุศลอย่างไร ขณะนี้ท่านผู้ฟังที่กำลังฟัง ศึกษาวาระจิตของตน ยากไหม ขณะนี้กุศลหรืออกุศล ที่ยากเพราะว่าจิตเกิดดับสืบต่อกันอย่างรวดเร็วมาก เพราะฉะนั้น ถ้าไม่เป็นผู้ที่มีปกติเจริญสติ ระลึกถึงลักษณะของสภาขธรรมที่กำลังปรากฏ ย่อมไม่ทราบวาระจิตว่า ขณะนี้เป็นอกุศล หรือเป็นกุศล

เพราะฉะนั้น จะเห็นได้ว่า การรู้วาระจิตมีประโยชน์มากที่จะทำให้กุศลธรรมเจริญขึ้น พระผู้มีพระภาคจึงตรัสว่า หากว่าภิกษุไม่เป็นผู้ฉลาดในวาระจิตของผู้อื่นไซ้ร้ เมื่อเป็นเช่นนั้น ภิกษุนั้นพึงศึกษาว่า เราจะเป็นผู้ฉลาดในวาระจิตของตน ดูกร ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายพึงศึกษาอย่างนี้แล

ข้อความต่อไป พระผู้มีพระภาคทรงอุปมาเพื่อที่จะให้เห็นประโยชน์ของการศึกษาวาระจิตของตน



พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ฉลาดในวาระจิตของตนอย่างไร ดูกร ภิกษุทั้งหลาย เปรียบเหมือนสตรีหรือบุรุษที่เป็นหนุ่มสาว มีปกติชอบแต่งตัว ส่องดูเงาหน้าของตนในคันท้องอันบริสุทธิหมดจด หรือในภาชนะน้ำอันใส ถ้าเห็นธุลีหรือจุดดำที่หน้านั้น ก็พยายามเพื่อขจัดธุลีหรือจุดดำนั้นเสีย ถ้าไม่เห็นธุลีหรือจุดดำที่หน้านั้น ก็ย่อมดีใจ มีความดำริอันบริบูรณ์ด้วยเหตุนี้แลว่า เป็นลาภของเราหนอ หน้าของเราบริสุทธิแล้วหนอ แม้ฉันใด ดูกร ภิกษุทั้งหลาย การพิจารณาของภิกษุว่า เราเป็นผู้มีอภิขมาอยู่โดยมากหรือหนอ หรือว่าเราเป็นผู้ไม่มีอภิขมาอยู่โดยมาก

ทุกท่านซึ่งเป็นผู้ที่ระลึกถึงลักษณะของจิตตอบได้

ข้อความต่อไป

เราเป็นผู้มีจิตพยาบาทอยู่โดยมากหรือหนอ หรือว่าเราเป็นผู้มีจิตไม่พยาบาทอยู่โดยมาก เราเป็นผู้อันถิ่นะมิทธะ (ความหดหู่ ความทอดถอย) กลุ่มรวมอยู่โดยมากหรือหนอ หรือว่าเราเป็นผู้ปราศจากถิ่นะมิทธะอยู่โดยมาก เราเป็นผู้ฟุ้งซ่านอยู่โดยมากหรือหนอ หรือว่าเราเป็นผู้ไม่ฟุ้งซ่านอยู่โดยมาก เราเป็นผู้มีความสงสัยอยู่โดยมากหรือหนอ หรือว่าเราเป็นผู้ข้ามพ้นความสงสัยอยู่โดยมาก เราเป็นผู้มีความโกรธอยู่โดยมากหรือหนอ หรือว่าเราเป็นผู้ไม่มีความโกรธอยู่โดยมาก เราเป็นผู้มีจิตเศร้าหมองอยู่โดยมากหรือหนอ หรือว่าเราเป็นผู้มีจิตไม่เศร้าหมองอยู่โดยมาก เราเป็นผู้มีกายอันปรารภแรงกล้าอยู่โดยมากหรือหนอ หรือว่าเราเป็นผู้มีกายอันมิได้ปรารภแรงกล้าอยู่โดยมาก เราเป็นผู้เกียจคร้านอยู่โดยมากหรือหนอ หรือว่าเราเป็นผู้ปรารถนาความเพียรอยู่โดยมาก เราเป็นผู้มีจิตไม่ตั้งมั่นอยู่โดยมากหรือหนอ หรือว่าเราเป็นผู้มีจิตตั้งมั่นอยู่โดยมาก ดังนี้ ย่อมเป็นอุปการะมากในกุศลธรรมทั้งหลาย ฉะนั้นเหมือนกันแล ฯ

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ถ้าว่าภิกษุเมื่อพิจารณาอยู่ ย่อมรู้อย่างนี้ว่า เราเป็นผู้มีอภิขมาอยู่โดยมาก ... เป็นผู้มีจิตไม่ตั้งมั่นอยู่โดยมาก ดังนี้ไซ้ ภิกษุนั้นควรทำความ



พอใจ ความพยายาม ความอดุทธาหะ ความขะมักเขม้น ความไม่ทอดอ้อย สติและสัมปชัญญะให้มีประมาณยิ่ง เพื่อละธรรมทั้งหลายที่เป็นบาปอกุศลเหล่านั้น

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย เปรียบเหมือนบุคคลผู้มีผ้าอันไฟไหม้หรือมีศีรษะอันไฟไหม้ พึงทำความพอใจ ความพยายาม ความอดุทธาหะ ความขะมักเขม้น ความไม่ทอดอ้อย สติและสัมปชัญญะให้มีประมาณยิ่ง เพื่อดับไฟไหม้ผ้าหรือไฟไหม้ศีรษะนั้น ฉะนั้นใด ภิกษุทั้งหลาย พึงทำความพอใจ ความพยายาม ความอดุทธาหะ ความขะมักเขม้น ความไม่ทอดอ้อย สติและสัมปชัญญะให้มีประมาณยิ่ง เพื่อละธรรมทั้งหลายที่เป็นบาปอกุศลเหล่านั้น ฉะนั้นเหมือนกัน ฯ

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ก็ถ้าภิกษุเมื่อพิจารณาอยู่ย่อมรู้อย่างนี้ว่า เราเป็นผู้ไม่มีอภิขมาอยู่โดยมาก ... เป็นผู้มั่งคั่งตั้งมั่นอยู่โดยมาก ดังนี้ไซ้ ภิกษุเหล่านั้นควรตั้งอยู่ในกุศลธรรมเหล่านั้นแล้ว พึงทำความเพียรเพื่อความสิ้นไปแห่งอาสวะทั้งหลายให้ยิ่งขึ้นไป ฯ

### จบสูตรที่ ๓

แม้ว่าจะทรงเตือนให้ระลึกได้ว่า ขณะนี้ถ้าสติไม่เกิดขึ้น ไม่ระลึก รู้ลักษณะของสภาพธรรม ก็เหมือนบุคคลที่มีผ้าอันไฟไหม้หรือมีศีรษะอันไฟไหม้ ไม่ใช่ในขณะอื่น แต่ในขณะที่สติไม่เกิดขึ้น ไม่ระลึก รู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ เพราะฉะนั้น พระธรรมทั้งหมดที่ทรงแสดง ก็เพื่อที่จะอุปการะเกื้อกูลให้เป็นผู้ที่เจริญกุศลธรรม จึงจะเป็นผู้ที่ไม่ประมาท

๓. มีข้อความในอรรถกถาที่คิดว่าอาจจะจะเป็นประโยชน์แก่ท่านผู้ฟัง จึงขอนำมาพูดในที่นี้ บางคนที่ยังไม่รู้จักรู้ลักษณะของสติ ฟังแล้วอาจจะรู้จักลักษณะของสติก็ได้ ในอรรถกถากล่าวว่า สติสัมโพชฌงค์ มีลักษณะปรากฏ ธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ มีลักษณะคั่นคว่ำ วิริยสัมโพชฌงค์ มีลักษณะประคอง ปิติสัมโพชฌงค์ มีลักษณะแผ่ไป ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ มีลักษณะเข้าไปสงบ สมามิสัมโพชฌงค์ มีลักษณะไม่ฟุ้งซ่าน อุเบกขาสัมโพชฌงค์ มีลักษณะพิจารณา

เพราะฉะนั้น ขณะใดที่มีสภาพธรรมปรากฏ ขณะนั้นชื่อว่ามีสติ ท่านทั้งหลาย นั่งอยู่เวลานี้ แท้ที่เก่านั้นปรากฏหรือเปล่า หมายความว่า ถ้าสภาพธรรมปรากฏ



ทางทวารหนึ่งทวารใด ขณะนั้นก็ชื่อว่า มีสติ ถ้าไม่ได้ปรากฏทั้ง ๖ ทวาร ขณะนั้นก็ชื่อว่า หลงลืมสติ

ขออาจารย์ช่วยขยายความให้ละเอียดขึ้นอีก ที่ท่านว่า สติสัมโพชฌงค์ มีลักษณะปรากฏ หมายความว่าอย่างไร

ส. เวลาที่สติเกิด มีการระลึกรู้ลักษณะของอารมณ์หนึ่งอารมณ์ใดที่กำลังปรากฏ

ถ. ผมเข้าใจว่า อารมณ์หนึ่งอารมณ์ใดปรากฏขณะนั้นก็ชื่อว่า มีสติ ไม่ใช่ ว่า ระลึกรู้

ส. ขณะนี้ทุกท่านกำลังเห็น เวลาที่สติไม่เกิด ก็เห็นเป็นคน เห็นเป็นวัตถุ เห็นเป็นสิ่งที่ต่าง ๆ ฎกใหม่

ถ. ใช่

ส. ไม่ใช่รู้ลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏตามความเป็นจริงว่า เป็นเพียงสิ่งที่ปรากฏทางตา เพราะฉะนั้น การที่จะรู้ว่า รูปารมณ์ คือ สภาพธรรมที่ปรากฏทางตานี้มีลักษณะอย่างไร อาจจะใช้คำว่า รูปารมณ์ และเข้าใจว่าเป็นสิ่งที่จิตกำลังเห็น แต่ว่าต้องไม่ใช่เห็นเป็นคน เห็นเป็นสัตว์ เห็นเป็นวัตถุสิ่งต่าง ๆ จึงจะเป็นการรู้ลักษณะของรูปารมณ์ คือ สิ่งที่ปรากฏทางตา ซึ่งหาใช่สัตว์ บุคคล ตัวตนใด ๆ ไม่

เพราะฉะนั้น การที่จะรู้อย่างนี้ได้ สติจะต้องโน้มไปรู้จริง ๆ ว่า ที่กำลังปรากฏนั้น เป็นแต่เพียงสิ่งที่ปรากฏจริง ๆ

ถ้าไม่มีการตรึก ไม่มีการนึกถึงรูปร่างสัณฐานของสิ่งหนึ่งสิ่งใด สิ่งนั้นจะปรากฏไม่ได้ ถ้าท่านมองออกไป ถามว่าท่านเห็นอะไร ถ้าตอบว่าเห็นต้นไม้ หมายความว่าท่านตรึกนึกถึงสัณฐานของต้นไม้ ถ้าตอบว่าท่านเห็นฟ้า ก็หมายความว่ามีการตรึกนึกถึงสัณฐานของฟ้า ไม่ใช่ตรึกนึกถึงสัณฐานของต้นไม้ เพราะฉะนั้น สิ่งใด ๆ ก็ตามที่ปรากฏทางตา เป็นเพียงสภาพธรรมที่ปรากฏทางตาก่อนมีการตรึกหรือนึกถึงสัณฐานนั้นจึงจะเป็นการรู้ลักษณะของรูปารมณ์



เพราะฉะนั้น รูปารมณฺ์ปรากฏ หลงลืมสติ คือ ไม่ได้คำนึงไปรู้ว่า เป็นเพียงสิ่งที่ปรากฏทางตา ก่อนการตรึกนึกถึงรูปร่างสัณฐานใด ๆ ทั้งสิ้น

ถ. หมายความว่า เห็นครั้งหนึ่ง และนึกในใจว่า เป็นสภาพธรรมที่ปรากฏทางตา ขณะนั้นก็ชื่อว่ามีสติแล้ว

ส. นั่นเป็นการนึก ขณะนั้นเป็นสภาพธรรมที่กำลังรู้คำ รู้เรื่อง เป็นลักษณะของจิตเจตสิกที่ตรึกโดยสัญญา ความจำ ในคำ หรือในเรื่อง แต่ไม่ใช่การสังเกต สำเนียงคำนึงไปรู้จริง ๆ ว่า สภาพธรรมที่กำลังปรากฏนั้นเป็นเพียงสิ่งที่ปรากฏ ไม่ใช่การคิด แต่คำนึงไปที่จะรู้ เพราะฉะนั้น อย่าคิดว่าทุกท่านกำลังศึกษาหรือพิจารณาลักษณะของรูปารมณฺ์ เพราะถ้าไม่คำนึงไปรู้ในลักษณะที่เพียงปรากฏ ก่อนที่จะตรึกถึงสัณฐาน ขณะนั้นยังไม่ใช่การระลึกถึงลักษณะของรูปารมณฺ์

ถ. ข้างต่อไป ธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ มีลักษณะคั่นคำว่า

ส. แน่นนอน เพราะขณะที่กำลังเห็น ระลึกลักษณะของธาตุรู้ที่กำลังเห็น หรือว่าระลึกลักษณะของรูปารมณฺ์ที่ปรากฏ หรือในขณะที่ได้ยิน ระลึกศึกษาคั่นคำว่าที่จะรู้ลักษณะของธาตุที่รู้เสียง เสียงจึงปรากฏ หรือว่ารู้ลักษณะของเสียงที่ปรากฏ นี่คือธัมมวิจยะ

ถ. หมายความว่า พยายามที่จะรู้เสียง พยายามที่จะรู้สี ขณะนั้นก็ชื่อว่าคั่นคำว่า

ส. ศึกษาถึงความต่างกัน เพราะเป็นสภาพธรรมที่ต่างกัน เสียงปรากฏไม่ได้ ถ้าไม่มีสภาพที่กำลังได้ยินเสียงในขณะนั้น นี่เป็นเพียงขั้นการฟัง ยังไม่ใช่ขั้นที่รู้จริง ๆ ว่า ธาตุรู้หรือสภาพรู้ซึ่งรู้ทางตาก็คืออย่างหนึ่ง แต่ก็ยังเป็นธาตุรู้นั่นเอง รู้ทางหูก็อีกอย่างหนึ่ง เป็นธาตุที่รู้ เป็นสภาพรู้ แต่เป็นธาตุที่รู้เสียง

ถ. ต่อไปวิริยสัมโพชฌงค์ มีลักษณะประคอง

ส. ประคองในขณะที่กำลังศึกษา กำลังสังเกต กำลังสำเนียงที่จะรู้ในลักษณะที่ต่างกันของนามธรรมและรูปธรรม ไม่ใช่ให้ทำอย่างอื่น

ถ. ประคองอะไร



ส. สติที่กำลังระลึก ปัญญาที่กำลังพิจารณาและเริ่มรู้ ไม่ใช่ให้ทำอย่างอื่น ไม่ใช่ให้ไปชวนขวยทำอย่างอื่น แต่ขณะที่กำลังเห็นเดี๋ยวนี้ ขณะที่โน้มไปที่จะรู้ มีวิริยะที่จะประคองไปพิจารณาศึกษา เพื่อที่จะให้รู้ชัด

ถ. หมายความว่า ประคองสติและปัญญาในขณะนั้น

ส. สภาพธรรมที่เกิดขึ้นร่วมกันในขณะนั้น

ถ. ผมคิดว่า เป็นการประคองจิตไม่ให้ตกไปในนิรณัน ไช้หรือไม่

ส. ในขณะที่กำลังศึกษาพิจารณาสภาพธรรมนั้น นิรณันย่อมเกิดไม่ได้ แต่ไม่ใช่ให้ไปทำการยื้อยุดขัดแย้งกับนิรณันต่าง ๆ ไม่ให้เกิดขึ้น ให้กดไว้ ให้ระงับไว้ ให้ยับยั้งไว้ ไม่ใช่กระทำกิจอย่างที่ย่อมเห็นทางกาย แต่ว่าขณะใดที่สติเกิดย่อมมีวิริยะ คือ ความเพียร ประคองสติในการที่จะระลึก ประคองปัญญาในการที่จะศึกษาสังเกต พิจารณารู้อย่างขึ้นในลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏ

ถ. ข้อความต่อไป ปิติสัมโพชฌงค์ มีลักษณะแผ่ไป

ส. เป็นลักษณะของปิติ

ถ. หมายความว่า แผ่ชานไปทั่วร่างกาย นี่เป็นลักษณะของปิติ

ส. ขณะนั้นไม่มีความพยายาม ก็ย่อมมีลักษณะสภาพธรรมที่ผ่องใส ปิติเกิดขึ้นได้แม้ว่าจะเพียงเล็กน้อย ขณะใดที่มีความรู้ จะมีความโสมนัสยินดีไหม ขณะนั้น

ถ. มี

ส. นั้นย่อมเป็นลักษณะของปิติ ซึ่งเกิดกับโสมนัสเวทนา

ถ. ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ มีลักษณะเข้าไปสงบ

ส. จากอกุศล ขณะนั้นอกุศลจะไม่เกิดขึ้น

ถ. สมามิสัมโพชฌงค์ มีลักษณะไม่ฟุ้งชาน โพชฌงค์ทั้งสองนี้ ผมคิดว่า ขณะที่สงบ ขณะนั้นก็ไม่ฟุ้งชาน และขณะที่ไม่ฟุ้งชาน ขณะนั้นก็สงบ ก็น่าจะเหมือนกัน ทำไมพระผู้มีพระภาคแยกเป็น ๒ โพชฌงค์ คือ ปัสสัทธิ มีความเข้าไปสงบ และสมามิ ไม่ฟุ้งชาน



ส. ไม่ฟังชาน คือ ตั้งมั่นในอารมณ์ในขณะนั้น

ถ. เหมือนกันหรือต่างกัน

ส. ลักษณะของสมาธิ ต้องเป็นลักษณะที่ตั้งมั่นเสมอ ไม่ว่าจะเป็นอกุศลสมาธิหรือกุศลสมาธิ หรือสมาธิสัมโพชฌงค์ ลักษณะของสมาธิ คือ ลักษณะที่ตั้งมั่นในอารมณ์ที่ปรากฏ เป็นเจตสิกแต่ละประเภท ไม่ใช่ชนิดเดียวกัน ปัสสัทธิเจตสิกไม่ใช่สมาธิ หรือเอกัคคตาเจตสิก

ถ. คิดว่าเหมือนกัน ไม่ฟังชานก็สงบ ไม่สงบก็ฟังชาน ถ้าไม่ศึกษาก็คิดว่าเหมือนกัน ที่จริงต่างกัน

ต่อไป อุเบกขาสัมโพชฌงค์ มีลักษณะพิจารณา หมายความว่า พิจารณาครั้งใด เวทนาก็ต้องเป็นอุเบกขาทุกครั้งหรือ

ส. อุเบกขาสัมโพชฌงค์ ได้แก่ สภาพของเจตสิกปรมาัตถ์ประเภทหนึ่ง คือ ตัตตมัชฌัตตตา ได้แก่ สภาพที่เป็นกลาง ถ้าจะรู้สภาพธรรมตามความเป็นจริงจะขาด ตัตตมัชฌัตตตาเจตสิกไม่ได้ เพราะถ้าไม่มีการเอียงไปด้วยความไม่รู้ หรือด้วยความหวั่นไหว ด้วยความยินดีและยินร้ายในขณะนั้น ต้องตรงต่อลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ โดยที่ว่า ถ้าเป็นอกุศลเกิดขึ้นปรากฏเป็นอารมณ์ ปัญญารู้ชัดเพราะ ตัตตมัชฌัตตตาไม่ได้เห็นว่า อกุศลนั้นเป็นสิ่งที่ดี หรือว่าเป็นกุศล

ตัตตมัชฌัตตตาเป็นกลาง เมื่อเป็นอกุศลก็เป็นอกุศล เพราะฉะนั้น ปัญญารู้ตามความเป็นจริงในลักษณะของอกุศลธรรมที่ปรากฏนั้น ไม่เห็นผิดว่าเป็นกุศล

ถ. หมายความว่า อุเบกขาสัมโพชฌงค์นั้น ได้แก่ ตัตตมัชฌัตตตา ไม่ใช่เวทนาเจตสิก

ส. แน่นนอน ไม่ใช่เวทนาเจตสิก

