



มูลนิธิศึกษาและเผยแพร่พระพุทธศาสนา
Dhamma Study and Support Foundation

แนวทางเจริญวิปัสสนา

เล่ม ๔ ตอนที่ ๓๑ – ๔๐

บรรยายโดย

สุจินต์ บริหารวนเขตต์



แนวทางเจริญวิปัสสนา

๓๑



ท่านเป็นพระอัครคันตุกะมาจากที่ไกลซึ่งเป็นทีหกลึกเร้น แต่มีความกังวลมาก เพราะเพียงวันเดียวก็มีสิ่งของที่เป็นห่วงวางไว้ แต่พระเถระซึ่งอยู่ที่พระวิหารอุปารามนั้น เมื่อได้ฟังสหายของท่านกล่าวชวนไปปาจิณชัณทราสีท่านก็ตรงไปได้เลย ไม่กังวลไม่ห่วงใยสิ่งใด ๆ ทั้งสิ้น

พระอัครคันตุกะมีจิตเลื่อมใส ให้อาหารพระเถระแล้วพูดว่า ข้าแต่ท่านผู้เจริญ สำหรับพระเถระเช่นท่าน ณ ที่ทุกสถานย่อมเป็นเช่นอรัญวาส พระวิหารอุปาราม เป็นที่เก็บพระบรมสารีริกธาตุ เป็นที่ฟังธรรม เป็นที่สบายในโลหะปราสาท เป็นที่ได้เห็นมหาเจดีย์ เป็นที่ได้สนทนาปราศรัยกับท่านพระเถระทั้งหลายเช่นในครั้งพุทธกาล ณ สถานที่เช่นนี้เป็นที่อันท่านควรอยู่ และในวันรุ่งขึ้น ท่านพระอัครคันตุกะก็ได้เดินทางกลับไปปาจิณชัณทราสี

เห็นได้ว่า อาวาสหรือที่อยู่ นั้นเป็นความห่วงใย เป็นความกังวลสำหรับบางท่าน แต่ว่าไม่ใช่สำหรับทุกท่าน สำหรับคฤหัสถ์ก็คงห่วงใยในบ้านเรือนไม่มากนักน้อย การที่จะรักษาสถานที่ซึ่งเป็นที่อยู่อาศัยให้สะอาดเรียบร้อย ไม่มีเชื้อโรค ไม่เป็นภัยไม่เป็นอันตรายนั้น เป็นสิ่งที่จะต้องกระทำ ไม่ใช่เป็นสิ่งที่ผู้เจริญสติปัฏฐานกระทำไม่ได้ ถึงแม้ว่าจะกังวลเกี่ยวกับเรื่องของอาคารบ้านเรือน ในขณะนั้นก็เจริญสติปัฏฐานได้ โดยเฉพาะบางท่านที่กังวลในเรื่องที่อยู่อาศัยมาก ก็ควรที่จะได้พิจารณาความจริงว่า ถึงจะกังวลเป็นห่วงสักเท่าไร ที่อยู่ที่อาศัยนั้นก็แค่เพียงที่พักชั่วคราวในโลกนี้เท่านั้น และไม่ใช่แต่เฉพาะที่อยู่อาศัยอาคารบ้านเรือน แม้แต่โลกทั้งโลก ไม่ว่าจะเป็นสุคติหรือเป็นทุคติก็ตาม ก็เป็นที่พักเพียงชั่วคราวเท่านั้น ไม่มีใครจะอยู่ในโลกนี้ตลอดไป จึงไม่ควรห่วงกังวลมากนัก เพียงแต่ว่าเมื่อยังจำเป็นในการดำรงชีวิตเลี้ยงชีพ บริหารชีวิตให้ดำเนินไปด้วยดี จำเป็นต้อง



ซ่อมแซมรักษาอาคารบ้านเรือนให้อยู่ในสภาพที่ไม่เป็นอันตราย นั่นก็เป็นสิ่งที่ทำได้ โดยไม่จำเป็นต้องกังวล ห่วงใย ติดขัดมาก เพราะเป็นแต่เพียงที่พักเพียงชั่วคราวเท่านั้น หหมดชีวิตในโลกนี้แล้วก็ไปสู่โลกอื่น มีที่พักอาศัยเปลี่ยนไปเรื่อย ๆ ไม่ว่าจะเป็นทุกข์ หรือสุขก็ก็ตาม

สำหรับที่อยู่อาศัยก็ไม่สามารถเลือกได้ ย่อมเป็นไปตามวิบากกรรม ซึ่งบางท่านก็พอใจที่จะอยู่ในที่สงบ ไม่วุ่นวาย แต่เพราะเหตุว่าวิสัยของฆราวาสนั้น ไม่ได้สะสมบารมีที่จะเป็นผู้ละอาคารบ้านเรือน ถึงแม้ว่าจะเป็นผู้ที่ใครต่อความสงบ ต้องการที่จะอยู่ในที่เงียบสงบ แต่เพราะสิ่งที่เคยสะสมไม่เป็นปัจจัยให้ได้อยู่ในสถานที่เช่นนั้น ก็ควรเจริญสติ รู้ลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏ ไม่ว่าจะเป็นอยู่ ณ สถานที่ใด หรือถึงแม้ว่าจะเป็นบรรพชิตก็ตาม ก็ไม่มีผู้ใดสามารถที่จะเลือกที่อยู่ได้ตามอัธยาศัย ซึ่งจะได้ฟังคาถาของพระเถระท่านหนึ่งซึ่งกล่าวว่า ท่านใดต่อภาระที่จะได้อยู่อย่างสงบวิเวกเพียงใด

ขุททกนิกาย เถรคาถา เอกวิหาริยเถรคาถา มีข้อความว่า

ถ้าไม่มีผู้อื่นอยู่ข้างหน้า หรือข้างหลังเรา ความสบายใจอย่างยิ่งคงจะมีแก่เราผู้อยู่ในป่าผู้เดียว

อยู่ในป่าแล้วก็ยังไม่ต้องการใครทั้งนั้น เพราะท่านกล่าวว่า ถ้าไม่มีผู้อื่นอยู่ข้างหน้าหรือข้างหลังเรา ความสบายใจอย่างยิ่งคงจะมีแก่เราผู้อยู่ในป่าผู้เดียว

เราผู้เดียวจักไปสู่ป่า อันพระพุทธรเจ้าทรงสรรเสริญว่า ความผาสุกย่อมมีแก่ภิกษุผู้อยู่แต่ผู้เดียว มีใจเด็ดเดี่ยว เราผู้เดียวเป็นผู้ชำนาญในสิ่งที่เป็นประโยชน์ จักเข้าไปสู่ป่าใหญ่ อันทำให้เกิดปิติแก่พระโยคาวจร นารีนรมย์ เป็นที่อยู่ของหมู่ช้างตกมันโดยเร็วพลัน

เราผู้เดียวจักอาบน้ำในชอกเขาอันเยือกเย็น ในป่าอันเย็น มีดอกไม้บานสะพรั่ง จักจงกรมให้เป็นทีสำราญใจ เมื่อไรเราจึงจะได้อยู่ในป่าใหญ่อันนารีนรมย์แต่ผู้เดียว ไม่มีเพื่อนสอง จักเป็นผู้ทำกิจสำเร็จ หาอาสวะมิได้



ขอความประสงค์ของเราผู้ปรารถนาจะทำอย่างนี้จึงสำเร็จเกิด เราจักยัง
ความประสงค์ของเราให้สำเร็จได้ ผู้อื่นไม่อาจทำให้ผู้อื่นสำเร็จได้ เราจักผูก
เกาะคือความเพียร จักเข้าไปสู่ป่าใหญ่ เรายังไม่บรรลุถึงความสิ้นอาสวะแล้ว
จักไม่ออกไปจากป่านั้น เมื่อลมพัดเย็นมา กลิ่นดอกไม้ก็หอมฟุ้งมา เราจักนั่งบน
ยอดเขา ทำลายอวิชชา เราจักได้รับความสุขรื่นรมย์ อยู่ด้วยวิมุตติสุข ในถ้าที่
เงื้อมเขาซึ่งดาราตาชไปด้วยดอกโกสุม มีภาคพื้นเยือกเย็นอันมีอยู่ในป่าใหญ่เป็นแน่
เรามีความดำรงอันเต็มเปี่ยม เหมือนพระจันทร์ในวันเพ็ญ เป็นผู้สิ้นอาสวะ
ทั้งปวงแล้ว บัดนี้ภพใหม่มิได้มี

เป็นอริยาศัยของผู้ที่ต้องการจะอยู่อย่างสงบจริง ๆ คนเดียวก็คนเดียวจริง ๆ
ในป่า ไม่ใช่ในป่าแล้วยังมีการคลุกคลี หรือว่าอยู่กันมากมาย

นี่คือคาถาของท่านพระเถระผู้ใคร่ต่อความสงบ ท่านได้รับความสงบจากป่า
นั้นมาก และอริยาศัยตามการสะสมมาของท่าน ก็ทำให้สามารถอยู่ได้อย่างสงบ
อย่างนั้น และสิ้นอาสวะกิเลสในที่นั้นด้วย แต่ว่าบางท่านไม่ได้เป็นอย่างนั้น

ขุททกนิกาย เถรคาถา วนวัจจสามเณรคาถา มีข้อความกล่าวว่า

พระอุปัชฌาย์ของเรา ได้กล่าวกะเราว่า ดูกร สีวกะ เราจะไปจากที่นี่ กาย
ของเราอยู่ในบ้าน แต่ใจของเราไปอยู่ในป่า แม้เรานอนอยู่ก็จักไป ความเกี้ยวข้อง
ด้วยหมู่ ย่อมไม่มีแก่เราผู้รู้แจ้งชัด

เป็นเรื่องของคนที่อยู่ในบ้าน แต่ใจไม่ได้อยู่ที่บ้าน ใจอยู่ที่ป่า ใจอยู่ที่ความ
สงบ ใจไม่คลุกคลี ถึงแม้ว่าจะมีผู้คนหรือว่ามีบริษัทมากมายอยู่ในบริเวณนั้น หรือ
ว่าอยู่ในอาวาสนั้น เพราะฉะนั้น ทุกท่านควรรู้จักตัวเองจริง ๆ ถึงจะเป็นผู้ที่ใคร่
พอใจในความสงบ แต่เมื่อไม่ได้ความสงบ โดยไม่สามารถจะปลีกออกจากอาวาส
ที่อยู่อาคารบ้านเรือนของท่านก็ตาม แต่ก็ปลีกใจได้โดยไม่คลุกคลีหรือไม่ติดข้อง
ผูกพันกับบุคคลอื่น ซึ่งพระผู้มีพระภาคได้ทรงแสดง อย่างในเรื่องของการเจริญ
สติปัฏฐานนั้น ถ้าขณะใดที่ท่านมีสติ รู้ลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏ ทางตา



อย่างหนึ่ง ทางหูก็อย่างหนึ่ง ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจก็อย่างหนึ่ง รู้ชัดตามความเป็นจริง ในขณะที่นั้นตัวตน บุคคลก็ย่อมไม่มี

เพราะฉะนั้น ท่านก็สงบอยู่กับสิ่งที่กำลังปรากฏ รู้แจ้งชัดในลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏได้ ไม่จำเป็นจะต้องปลีกไปสู่ป่า แต่ใจของท่านปลีกไปได้ แล้วแต่ว่าในขณะที่ใดจะมีสติระลึกถึงลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏได้หรือไม่ ถ้าในขณะที่นั้นไม่มีสติ ท่านก็ย่อมจะต้องเป็นไปกับโลกะ โทสะ โมหะ เมื่อไม่รู้ลักษณะของนาม และรูปในขณะที่ใด ขณะนั้นก็ย่อมจะเป็นตัวตน เป็นสัตว์ บุคคล

สำหรับเรื่องอวาสปลิโพธ บางท่านก็อาจจะมีความเข้าใจว่า พระภิกษุคงจะมีน้อยกว่าฆราวาส แต่ปัญจนถึงแม้เป็นพระภิกษุผู้สะสมมาที่จะละอาคารบ้านเรือน แต่ถ้ายังไม่บรรลุมรรคผล ก็เลสที่เหนียวแน่นหนาแน่นของความเป็นปัญชนก็ย่อมมีอยู่แล้ว จะเห็นได้จากพระวินัยปิฎกที่ว่า ถึงแม้ท่านจะละอาคารบ้านเรือน ไม่ผูกพัน ไม่พัวพันกับญาติมิตรกับวงศ์ตระกูล แต่ยังห่วงใยกังวลกับที่อยู่อาศัยซึ่งเป็นอวาสปลิโพธก็ยังมี

จุฬวรรค ภาค ๒ มีข้อความว่า

สมัยนั้นชาวบ้านตบแต่งมณฑป จัดแจงเครื่องลาด ผัวนางสถานที่ไว้เฉพาะสงฆ์ ภิกษุอันเตวาลิกของพระฉัพพัคคีย์กล่าวว่า

พระผู้มีพระภาคทรงอนุญาตเสนาสนะตามลำดับผู้แก่กว่า เฉพาะของสงฆ์เท่านั้น ของเหล่านี้เขาไม่ได้ทำเจาะจงไว้ พระฉัพพัคคีย์ก็รีบไปก่อนพระภิกษุสงฆ์ ซึ่งมีพระผู้มีพระภาคเป็นประมุข แล้วพระฉัพพัคคีย์ก็ไปจองมณฑป จองเครื่องลาด จองสถานที่ไว้ว่า นี่สำหรับอุปัชฌาย์ของพวกเรา นี่สำหรับอาจารย์ของพวกเรา นี่สำหรับพวกเรา

ครั้นท่านพระสารีบุตรไปล้าหลังพระภิกษุสงฆ์ ซึ่งมีพระผู้มีพระภาคเป็นประมุข เมื่อภิกษุเหล่านั้นจองมณฑป จองเครื่องลาด จองสถานที่หมดแล้ว หาที่ว่างไม่ได้เลย ท่านพระสารีบุตรจึงนั่งอยู่ ณ โคนไม้แห่งหนึ่ง ครั้นเวลาปัจจุสมัย



แห่งราตรี พระผู้มีพระภาคเสด็จลุกขึ้น ทรงพระภาสะ แม้ท่านพระสารีบุตรก็
กระแอมไอ

พระผู้มีพระภาคตรัสถามว่า "ใครที่นั่น"

ท่านพระสารีบุตรกราบทูลว่า "ข้าพระพุทธเจ้า สารีบุตร พระพุทธเจ้าข้า"

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า "สารีบุตร ทำไมเธอจึงมานั่งที่โคนไม้ที่นี่เล่า"

ท่านพระสารีบุตรก็ได้กราบทูลเรื่องให้พระผู้มีพระภาคทรงทราบ ซึ่งพระผู้-
มีพระภาคก็รับสั่งให้ประชุมภิกษุสงฆ์ ในเพราะเหตุเป็นเค้ามูลนั้น ในเพราะเหตุ
แรกเกิดนั้น แล้วทรงสอบถาม ทรงติเตียน แล้วทรงรับสั่งว่า ภิกษุรูปใดเกียดกัน
ต้องอาบัติทุกกฏ

นี่เป็นเรื่องสถานที่ เป็นความห่วงใย ความกังวลในที่อยู่ ถึงแม้ว่าจะละ
อาคารบ้านเรือนไปแล้ว เพราะฉะนั้น เรื่องของปติโพธิ์ควรจะเข้าใจว่า เป็นกิเลส
เป็นความกังวล เป็นความห่วงใย ซึ่งยังมีอยู่ตามวิสัยผู้ที่ยังละกิเลสประเภทนั้น ๆ
ไม่หมด เพราะโดยมากจะเข้าใจว่า ปติโพธิ์นั้นเป็นความกังวลเฉพาะของฆราวาส
ที่ทำให้ท่านไม่สามารถจะประพฤติปฏิบัติเจริญสติปัฏฐานได้ เพราะเหตุว่ามี
ปติโพธิ์มากมาย แต่ถ้าเข้าใจว่า ปติโพธิ์เป็นลักษณะของกิเลส เป็นความห่วงใย
ซึ่งทุกคนมี ไม่ว่าจะเป็นฆราวาสหรือเป็นภิกษุแล้วก็ตาม แล้วปติโพธิ์ประเภทใด
เป็นเครื่องขัดขวางการเจริญวิปัสสนา ประเภทใดไม่เป็นเครื่องขัดขวางการเจริญ
วิปัสสนานั้น ก็ควรเข้าใจให้ถูกต้องด้วย

สำหรับสถานที่นั้นไม่เป็นเครื่องขัดขวางการเจริญวิปัสสนาเลย เพราะเห็นได้
จากตัวอย่าง แม้ในพระสูตร แม้ในพระวินัยว่า ถึงแม้ว่าจะเป็นภิกษุละอาคาร
บ้านเรือนแล้ว ก็ยังมีอาวาสปติโพธิ์

อีกเรื่องหนึ่งในพระวินัย เป็นเรื่องของท่านพระอุปนันทหองกันเสนาสนะไว้
๒ แห่ง คือ

ท่านอุปนันทถือเสนาสนะไว้ในเขตพระนครสาวตถิ แล้วได้ไปสู่อาวาสใกล้
ตำบลบ้านแห่งหนึ่ง แล้วได้ถือเสนาสนะในอาวาสบ้านนั้นอีก ภิกษุผู้มักน้อย



สันโดษก็ดีเตียน แล้วได้กราบทูลให้พระผู้มีพระภาคทรงทราบ พระผู้มีพระภาคทรงดีเตียนว่า

การกระทำเช่นนั้น ไม่เป็นไปเพื่อความเลื่อมใสของชุมชนที่ยังไม่เลื่อมใส แล้วพระผู้มีพระภาคก็รับสั่งกับภิกษุทั้งหลายว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุรูปเดียวไม่พึงหวังกันเสนาสนะไว้ ๒ แห่ง รูปใดหวังกัน ต้องอาบัติทุกกฏ

คงหมดความสงสัยในเรื่องของอาวาสปติโพธว่า ไม่ใช่แต่เฉพาะฆราวาสที่มีต่อไปเป็นเหตุผลว่า เพราะเหตุใดสถานที่หรืออาวาสปติโพธจึงไม่เป็นเครื่องกั้นการเจริญสติปัฏฐาน เพราะกิเลสอยู่ที่ใจ ไม่ใช่อยู่ที่อื่น แล้วอาวาสสถานที่นั้นก็ไม่สามารถเลือกอยู่ได้ ท่านที่เดินทางบ่อย ๆ คงจะทราบว่า ที่พักแต่ละคืนนั้นเปลี่ยนไปเรื่อย ๆ เป็นเพียงที่พักชั่วคราวเท่านั้น ถ้าเข้าใจการเจริญสติปัฏฐานและระลึกได้เสมอ ๆ เนื่อง ๆ ว่า นามรูปทั้งหลายไม่ใช่ตัวตน นามรูปทุกประเภทกำลังเกิดขึ้นแล้วดับไป ถ้าไม่มีสติรู้ลักษณะของนามชนิดหนึ่งชนิดใด รู้ลักษณะของรูปชนิดหนึ่งชนิดใด ที่จะประจักษ์การเกิดขึ้นและดับไปของนามและรูปแต่ละชนิดนั้น เป็นสิ่งที่เป็นไปได้เลย นามรูปเกิดดับก็จริง แต่จะรู้ได้ก็เฉพาะในขณะที่มีสติ ทุกคนก็ทราบแล้วว่า การเจริญสติปัฏฐานนั้นเป็นการเจริญปัญญา ไม่ใช่การเจริญสมณะ ต้องแยกกัน ถ้าเจริญปัญญาแล้ว ปัญญาจะต้องรู้ลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏ ไม่ว่าจะเป็นทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ

ผู้ที่ไม่รู้จักโลกในวินัยของพระอริยเจ้า ก็จำแนกโลกออกเป็นหลายอย่าง อย่างนักวิทยาศาสตร์ก็จำแนกธาตุออกมามากมาย แต่ผู้ที่ศึกษาธรรมย่อมรู้ได้ว่า ในพระไตรปิฎกนั้นกล่าวถึงโลกในวินัยของพระอริยะ ๖ โลก คือ โลกทางตา โลกทางหู โลกทางจมูก โลกทางลิ้น โลกทางกาย โลกทางใจ

ผู้ใดไม่รู้ชัดในโลกทั้ง ๖ โลกนี้ตามความเป็นจริง ผู้นั้นไม่ได้ละความไม่รู้ ไม่ได้ละความสงสัย ไม่ได้ละความเห็นผิดที่ยึดถือโลกทั้ง ๖ นี้ว่า เป็นตัวตน ในพระไตรปิฎกไม่มีเลยที่พระผู้มีพระภาคจะตรัสให้ละเว้นการเจริญสติปัฏฐาน



ท่านก็คงจะเคยได้ยินได้ฟังว่า การเจริญสติปัฏฐานนั้นต้องมีผู้ควบคุมใช้ใหม่ แต่การเจริญสติปัฏฐานในพระไตรปิฎก ขอให้ดูว่า มีใครควบคุมใครบ้าง ต้องมีใครควบคุมใหม่ เรื่องของสติ ถ้าเป็นปกติแล้วไม่ต้องมีใครควบคุมเลย เพราะว่าไม่เป็นโทษ ไม่เป็นภัย

ขณะนี้ทุกคนมีนาม มีรูป ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ บางคนเป็นโง่เงา เวลาเห็น บางคนเป็นโง่เงา ไม่ชอบ ไม่พอใจ เพราะฉะนั้น การเจริญสติไม่ใช่ให้ทำอะไรขึ้นเลย เพียงแต่ระลึกได้ รู้ลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏ ผู้เริ่มเจริญสติยังไม่รู้อะไรทางไหน ทางตายังไม่ได้พิจารณา ยังไม่ได้รู้นาม เห็นกับสี ทางหูยังไม่ได้พิจารณา ยังไม่ได้รู้ความต่างกันของได้ยินกับเสียง ยังเป็นความไม่รู้อยู่ เพราะฉะนั้น ผู้เจริญสติเริ่มรู้ เริ่มใส่ใจที่ลักษณะของนามและรูปตามปกติ

พระผู้มีพระภาคตรัสเทศนา ๔๕ พรรษา วิริยารัมภกถาก็ดี สีสลกกถาก็ดี ปัญญาภาณกถาก็ดี ก็เพื่อที่จะให้ผู้ฟังระลึกได้เนือง ๆ บ่อย ๆ





๓๒



ผู้ที่เจริญสติปัฏฐานเป็นปกติทุกอย่างโดยที่คนอื่นไม่รู้เลยว่า ขณะนี้ใครกำลังเจริญสติปัฏฐาน หรือว่าใครไม่ได้เจริญสติปัฏฐาน นี่จึงจะเป็นการเจริญสติปัฏฐาน แต่ถ้าการเจริญสติปัฏฐานไม่เป็นปกติอย่างนี้ ไปจดจ้อง ไปเลือกเฟ้นนามชนิดนั้นรูปชนิดนี้เท่านั้น นามอื่นรูปอื่นไม่ได้ ผลคืออะไร ทั้งท่านที่ผ่านการปฏิบัติมาแล้ว ทั้งท่านที่ได้ยินได้ฟัง ผลคือการติดปกติ ต้องมีผู้ควบคุมเพื่อแก้กลับคืนมาสู่ความเป็นปกติ เคยได้ยินได้ฟังอย่างนี้ไหม

ไม่ควรจะใช้คำว่าคุม แนะนำก็เป็นเรื่องแนะนำ ให้เข้าใจถูก ให้ละ ให้คลาย ไม่ใช่ให้จดจ้องเพื่อความต้องการหรือไม่ใช่ให้ไม่ให้อะไร สัญญาณไฟก็ไม่รู้ คนก็ไม่รู้ อะไรก็ไม่รู้ นั่นเป็นไปไม่ได้หรือ เป็นปกติหรือว่าติดปกติ ปกติเวลาไม่เจริญสติปัฏฐานรู้ทุกอย่างว่า อะไรเป็นอันตรายก็หลบหลีก ที่หลบหลีกนั้นก็ป็นนามเป็นรูป การถอยหลัง การก้าวไป การเคลื่อนไหว การเคลื่อนไป การเหยียดคู้ ก็เป็นปกติ เพราะฉะนั้น ผู้ที่ขบธรรมมีสติระลึกได้ รู้ลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏ การเจริญสติปัฏฐานไม่ติดปกติเลย ทางตา นามเห็นเป็นสภาพรู้ทางตา สีเป็นสิ่งที่ปรากฏ เป็นของจริงที่ปรากฏชั่วขณะที่ตาเห็นเท่านั้น การรู้ว่าเป็นคนเป็นสัตว์ก็เป็นเพียงนามชนิดหนึ่ง แล้วไม่ยั่งยืน เดียวก็มีนามอื่นรูปอื่นเกิดปรากฏอีก

เพราะฉะนั้น แทนที่จะเป็นโลกะ โทสะ โมหะ ตริกไปในเรื่องอื่น สติก็ใส่ใจในลักษณะที่กำลังปรากฏ ไม่ว่าจะกระทบคันเร่ง หรือเกียร์ หรือพวงมาลัย ก็รู้ลักษณะของสิ่งที่ปรากฏ ผู้นั้นเป็นปกติเหมือนในขณะนี้ ถ้าสงสัยเรื่องการขบธรรมทุกอย่างก็ต้องสงสัยหมด ทำอะไรไม่ได้สักอย่างเดียว เพราะว่าชีวิตมีอันตรายรอบข้าง ต้องหลบหลีกอันตรายอยู่ตลอดเวลา แม้ในเวลาที่หลบหลีกนั้น เป็นเพียงนาม เป็นเพียงรูป ขณะที่รู้สภาพนั้นเป็นแต่เพียงของจริงชนิดหนึ่งเท่านั้น ขณะนั้นเป็นปัญญา



ต่อไปเป็นเรื่องของอาวาสปัลลิกะ คือ ความกังวลในที่อยู่ ซึ่งบางท่านก็มีมาก บางท่านก็มีน้อย ไม่จำกัดว่าเป็นบรรพชิตหรือฆราวาส สำหรับอาวาสปัลลิกะนั้นเป็นเครื่องกังวลของการเจริญสมณะ ไม่ใช่เป็นเครื่องกังวลของการเจริญวิปัสสนา แต่เพื่อที่จะให้ท่านได้เข้าใจว่า เพราะเหตุใดอาวาสที่อยู่นั้นก็จึงเป็นเครื่องกังวลของการเจริญสมณะ และอาวาสใดในลักษณะใดประเภทใดบ้างที่ไม่สมควรแก่การเจริญสมณะ ก็ขอกล่าวถึงลักษณะของวิหารที่ไม่สมควรแก่การเจริญสมณะ ๑๘ อย่าง

วิสุทธิมรรค มีข้อความว่า

วิหารที่ไม่สมควรแก่การเจริญสมณะ ๑๘ อย่างนั้น ก็คือ

๑. วิหารใหญ่ ๒. วิหารใหม่ ๓. วิหารเก่า ๔. วิหารใกล้ทาง ๕. วิหารใกล้บ่อน้ำ ๖. วิหารมีใบไม้ ๗. วิหารมีดอกไม้ ๘. วิหารมีผลไม้ ๙. วิหารที่มีชื่อเสียง ๑๐. วิหารใกล้เมือง ๑๑. วิหารใกล้ป่า ๑๒. วิหารใกล้น้ำ ๑๓. วิหารมีคนไม่ถูกกัน ๑๔. วิหารใกล้ทำน้ำ ๑๕. วิหารสุดแดน ๑๖. วิหารอยู่ระหว่างพรมแดน ๑๗. วิหารไม่สบาย ไม่สะดวก ๑๘. วิหารที่ไม่มีกัลยาณมิตร

นี่เป็นลักษณะของวิหารที่ไม่สมควรแก่การเจริญสมณะ เพราะเหตุว่าสมาธินั้นเป็นการเจริญความสงบ ความสงบในที่นี้คือ สงบจากรูป จากเสียง จากกลิ่น จากรส จากโณภูมิจิตตารมณ์ เพราะเหตุว่าถ้ามีรูป มีเสียง มีกลิ่น มีรส มีโณภูมิจิตตารมณ์ ก็ย่อมจะทำให้จิตใจเพรียกเพรียกยินดีในรูป เสียง กลิ่น รส โณภูมิจิตตารมณ์ที่น่าพอใจ และเกิดความไม่ยินดีในรูป เสียง กลิ่น รส โณภูมิจิตตารมณ์ที่น่าพอใจ

เพราะฉะนั้น ไม่ทำให้จิตสงบ แต่จิตที่สงบถึงขั้นที่ไม่เกี่ยวข้อง ไม่พัวพันกับรูป เสียง กลิ่น รส โณภูมิจิตตารมณ์ นั้น จะต้องอาศัยการเจริญความสงบ

เครื่องที่เป็นปัจจัยให้จิตสงบนั้นจึงต้องมีหลายประการ ซึ่งประการสำคัญที่ ๑ เป็นเรื่องวิหารที่อยู่ ถ้าเป็นวิหารที่ไม่เหมาะ ไม่สมควรแก่การเจริญสมณะ จิตใจก็ย่อมจะไม่สงบระงับจากโลกะ โทสะ โมหะ ไม่สามารถที่จะทำให้สมาธิจิตเกิดได้



เพราะฉะนั้น ต้องทราบว่า เรื่องเจริญสมณะ ไม่ใช่เรื่องเจริญวิปัสสนา ต้องแยกกัน ผู้ที่ฉลาดในการเจริญสมณภาวนา ผู้ที่ฉลาดในการเจริญวิปัสสนา ก็จะต้องรู้ทั้งส่วนที่เป็นปัจจัยของการเจริญสมณะ และส่วนซึ่งไม่เป็นอุปสรรค ไม่ขัดขวางต่อการเจริญวิปัสสนาด้วย มิฉะนั้นถ้าท่านไม่เข้าใจ ท่านคิดว่า เมื่อขัดขวางการเจริญสมณะก็ขัดขวางการเจริญสติปัฏฐานด้วย นี่เป็นความเข้าใจผิด เพราะเหตุว่าการเจริญสติปัฏฐานนั้น คือ การรู้ลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏ ไม่ว่าท่านจะอยู่ ณ สถานที่ใด ในวิหาร ในอาวาส หรือในที่อยู่ใดก็ตาม

ขอให้ทราบด้วยว่า วิหารที่ไม่สมควรแก่การเจริญสมณะ ทั้ง ๑๘ ประการนี้ ไม่ใช่เครื่องขัดขวางการเจริญสติปัฏฐาน ไม่ขัดขวางการเจริญวิปัสสนาเลย แต่จะขัดขวางการเจริญสมณะอย่างไร และไม่ขัดขวางการเจริญวิปัสสนาอย่างไร

วิหารประการที่ ๑ ที่ไม่สมควรแก่การเจริญสมณะนั้น ก็คือ **วิหารใหญ่** เพราะเหตุใด เพราะเหตุว่าวิหารใหญ่นั้นก็ย่อมมีภิกษุมาก มีกิจการงานต่าง ๆ มาก และถ้าภิกษุผู้ใดต่อการที่จะเจริญสมณะอยู่ในสถานที่นั้น ก็ย่อมจะต้องประพฤติตามพระวินัยบัญญัติ ถ้าท่านเห็นว่าสิ่งใดยังไม่ได้กระทำ ท่านก็ต้องกระทำ เพราะเหตุว่ามีบัญญัติไว้ มิฉะนั้นท่านก็ต้องอาบัติทุกกฏ ถ้าท่านไม่ได้กระทำกิจที่ท่านยังไม่ได้กระทำ เพราะฉะนั้น ถ้าท่านกระทำกิจเหล่านั้น ท่านก็ย่อมจะไปบิณฑบาตสาย แล้วท่านก็ไม่ได้อะไร หรือว่าในสถานที่ซึ่งเป็นวิหารใหญ่นั้นอาจจะมีเสียงดัง เพราะเหตุว่ามีเรื่องของบุคคลซึ่งมีความเห็นความคิดต่าง ๆ กัน เป็นถ้อยคำที่แก่งแย่งกัน ไม่เป็นเหตุให้เกิดความสงบ

เพราะฉะนั้น เรื่องของวิหารใหญ่ ผู้ที่จะเจริญสมณะจึงไม่ควรจะอยู่ เพราะเหตุว่ามีเรื่องไม่สงบมาก มีภิกษุมาก มีกิจมาก แต่มีข้อแม้ว่า ถ้าวิหารใหญ่นั้น ภิกษุช่วยกันทำวัตร คือ ทำหน้าที่ ทำกิจของพระภิกษุเรียบร้อย ไม่มีถ้อยคำแก่งแย่ง เป็นที่ ๆ สงบ ไม่วุ่นวาย เป็นที่ควรอยู่ได้สำหรับการเจริญสมณะ เพราะเหตุว่าเรื่องของสมณะนั้นต้องการความสงบ ไม่ใช่การเจริญปัญญาที่จะรู้ลักษณะของนามรูปที่ปรากฏตามความเป็นจริง แต่ถึงจะเป็นวิหารใหญ่ก็เจริญสติ



ได้ เพราะเหตุว่าเมื่อมีการระลึกได้ รู้สึกตัวเมื่อไร ก็รู้ลักษณะของนามและรูปที่ปรากฏทันที

ข้อสำคัญของการเจริญสติปัฏฐานนั้น คือ ปัญญาพิจารณารู้ลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏ เพราะฉะนั้น ไม่ว่าจะอยู่ในสถานที่ใด วิหารใหญ่หรือไม่ใหญ่ก็ตาม ระลึกได้เมื่อไรก็รู้ลักษณะของนามหรือรูปที่กำลังปรากฏในขณะนั้น

ประการที่ ๒ คือ **วิหารใหม่** ไม่เป็นวิหารที่สมควรแก่การเจริญสมณะ เพราะเหตุว่าวิหารใหม่นั้นก็ย่อมมีการก่อสร้าง มีงานมาก ซึ่งถ้าภิกษุรูปนั้นไม่ช่วยทำ ก็ย่อมจะถูกติ

นี่คือชีวิตของการที่ไม่ได้อยู่คนเดียวในโลก ไม่ว่าจะเป็เพศใดก็ตาม เป็นภิกษุก็ต้องมีกิจการงาน ไม่ใช่ไม่มีกิจ ถ้ามีการงานซึ่งภิกษุทั้งหลายกำลังกระทำแล้ว ภิกษุที่ต้องการเจริญสมณะ ต้องการเจริญความสงบ ไม่ช่วยทำก็ย่อมจะถูกติ ซึ่งถ้าท่านช่วยทำแล้ว ท่านก็ไม่สามารถจะทำได้ให้เป็นสมาธิได้

แต่มีข้อแม้ว่า ถ้าภิกษุทั้งหลายในวิหารใหม่นั้นอนุญาตให้ทำสมณธรรม คือ เจริญสมณะได้ตามสะดวกสบาย ไม่ต้องช่วยกระทำกิจ ท่านก็ควรอยู่ในที่นั้นได้ เพราะเหตุว่าได้รับอนุญาตไม่ต้องกระทำกิจการงาน ท่านปรารถนาที่จะเจริญความสงบเมื่อไรท่านก็เจริญได้ตามสะดวกสบาย

ประการที่ ๓ คือ **วิหารเก่า** ที่วิหารเก่าไม่สมควรแก่การเจริญสมณะนั้น ก็เพราะเหตุว่าเมื่อเป็นที่อยู่ที่เก่าก็ต้องมีการซ่อมแซม ถึงแม้ว่าจะไม่ซ่อมแซมที่อื่น ท่านก็จำเป็นที่จะต้องซ่อมแซมเสนาสนะที่อยู่ของท่าน ซึ่งถ้าท่านไม่ซ่อมแซม ก็ย่อมจะถูกติเตียน เพราะฉะนั้น ถ้าท่านใช้เวลาไปในการซ่อมแซมเสนาสนะที่อยู่ของท่าน การเจริญสมณกัมมัฏฐานก็ย่อมไม่สะดวก เพราะเหตุว่ากัมมัฏฐานนั้นก็ย่อมเสื่อมในขณะที่ท่านซ่อมแซม หรือกระทำกิจการงาน

ประการที่ ๔ คือ **วิหารใกล้ทาง** ที่วิหารใกล้ทางไม่สมควรแก่การเจริญสมณะนั้น ก็เพราะเหตุว่ามีภิกษุอาศัยมาที่วิหารใกล้ทางนั้น ทั้งกลางวัน กลางคืน ภิกษุที่อยู่ในที่นั้นก็จำเป็นที่จะต้องให้เสนาสนะภิกษุอาศัยมาพักแล้วตัว



ท่านเองก็ต้องอยู่ที่โคนไม้ หรือว่าบนก้อนหินบ้าง ซึ่งความจริงน่าจะเหมาะสำหรับการเจริญสมณะ แต่ต้องย้ายสถานที่ จัดสถานที่ต้อนรับอาคันตุกะทั้งกลางวัน กลางคืนนั้น ทำให้ไม่มีเวลาว่างสำหรับการเจริญสมณกัมมัฐาน

แต่มีข้อแม้ว่า ถ้าเป็นวิหารใกล้ทางที่ไม่ยุ่งยากเกี่ยวกับอาคันตุกะ เมื่อเป็นวิหารเช่นนั้นก็สามารถเจริญสมณะได้

ประการที่ ๕ **วิหารใกล้บ่อน้ำ** ไม่เป็นที่สมควรแก่การเจริญสมณภาวนา เพราะเหตุว่ามีผู้ต้องการน้ำพากันมาตักน้ำอยู่เสมอ บางทีพวกอันเตวาลิกของ พระเถระ ผู้เข้าสู่สกุลของพระราชานั้นก็ย่อมจะทำการข้อมผ้า ข้อมสบงจีวร ซึ่ง ภิกษุซึ่งอยู่ในที่นั้นจำเป็นต้องตอบ เมื่อถูกถามถึงภาชนะ ฟืน หรือกิจกรงาน เหล่านั้น ซึ่งไม่สงบ ทำให้วุ่นวาย ไม่สามารถที่จะเจริญสมณะได้ แต่ให้ทราบว่ามี ข้อขัดขวางต่อการเจริญวิปัสสนา

ประการที่ ๖ **วิหารมีใบไม้** ไม่สมควรแก่การเจริญสมณภาวนา เพราะ เหตุว่า ในสถานที่ที่มีผักที่เป็นอาหารใช้บริโภคได้นั้น เวลาที่ท่านนั่งพักกลางวัน เจริญกัมมัฐานอยู่ ก็อาจจะมีพวกผู้หญิงมาเก็บผักและขั้วร้องพลางเก็บผักพลาง ซึ่งก็ย่อมเป็นอันตรายแก่กัมมัฐาน เพราะเสียงย่อมเป็นอันตรายของสมาธิ

อังคตตรนิกาย ทสกนิบาต กัณฐกสูตร มีข้อความว่า

สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ ภูฏาคารศาลา ป่ามหารัน ใกล้ พระนครเวสาลี พร้อมด้วยพระเถระผู้เป็นสาวกซึ่งมีชื่อเสียงหลายรูป คือ ท่านพระ ปาละ ท่านพระอุปปาละ ท่านพระกักกภูชะ ท่านพระกพิมภะ และท่านพระนิกภูชะ ท่านพระกวิสสหา และพร้อมทั้งด้วยพระเถระผู้เป็นสาวกซึ่งมีชื่อเสียงเหล่านั้น

สมัยนั้น พวกเจ้าลิจฉวีที่มีชื่อเสียงเป็นอันมากก็ได้ขึ้นยานขึ้นดี มีเสียงอื้อ อึงต่อกันเข้ามายังป่ามหารันเพื่อเฝ้าพระผู้มีพระภาค ท่านพระภิกษุเถระเหล่านั้นก็ได้มีความปริวิตกว่า



ก็พระผู้มีพระภาคตรัสถามว่า มีเสียงเป็นปฏิปักษ์ ไฉนหนอ เราทั้งหลาย
พึงเข้าไปยังโคสิงคสาลทายวัน คือ เข้าไปที่ป่าโคสิงคสาลทายวัน ณ ที่นั้นเรา
ทั้งหลายพึงเป็นผู้มีเสียงน้อย ไม่เกื่อนกล่น อยู่ได้ผาสุก และท่านผู้มีอายุ
เหล่านั้นได้พากันเข้าไปยังโคสิงคสาลทายวัน หลบหลีกพวกเจ้าลิจฉวีซึ่งมีเสียง
อึกทึกอื้ออึง พากันเข้าไปเฝ้าพระผู้มีพระภาค

ครั้งนั้น พระผู้มีพระภาคตรัสถามภิกษุทั้งหลายว่า ดูกร ภิกษุทั้งหลาย
पालภิกษุไปไหน อุปपालภิกษุไปไหน กักกภิกษุไปไหน กพิมพ์ภิกษุไปไหน
นิกฎภิกษุไปไหน กภูสสภิกษุไปไหน ซึ่งภิกษุทั้งหลายก็ได้กราบทูลว่า เจ้าลิจฉวี
ผู้อันมีชื่อเสียงเป็นอันมากขึ้นยานขึ้นดีเข้ามายังป่ามหายวันเพื่อเฝ้าพระผู้มีพระภาค
ภิกษุเหล่านั้นก็คิดว่าพระผู้มีพระภาคตรัสว่า ฌานมีเสียงเป็นปฏิปักษ์ เพราะฉะนั้น
ท่านก็พากันไปยังโคสิงคสาลทายวัน

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ดีละ ดีละ จริงดั่งที่มหาสาวก
เหล่านั้นเมื่อพยากรณ์โดยชอบ พึงพยากรณ์ดังนี้ ดูกร ภิกษุทั้งหลาย เรากล่าว
ฌานว่ามีเสียงเป็นปฏิปักษ์ ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ปฏิปักษ์ ๑๐ ประการนี้
๑๐ ประการเป็นไฉน คือ

ความเป็นผู้ยินดีในการคลุกคลีด้วยหมู่คณะ เป็นปฏิปักษ์ต่อความเป็นผู้
ยินดีในที่สงัด ๑

การประกอบสุภณิมิต เป็นปฏิปักษ์ต่อผู้ประกอบอสุภณิมิต ๑

การดมหรสพที่เป็นข้าศึก เป็นปฏิปักษ์ต่อผู้คุมครองทวารในอินทรีย์
ทั้งหลาย ๑

การติดต่อกับมาตุคาม เป็นปฏิปักษ์ต่อพรหมจรรย์ ๑

เสียง เป็นปฏิปักษ์ต่อปฐมฌาน ๑

วิตก วิचार เป็นปฏิปักษ์ต่อทุติยฌาน ๑

ปีติ เป็นปฏิปักษ์ต่อตติยฌาน ๑

ลมอัสสาสะ ปัสสาสะ เป็นปฏิปักษ์ต่อจตุตถฌาน ๑

สัญญาและเวทนา เป็นปฏิปักษ์ต่อสัญญาเวทยิตนิโรธสมาบัติ ๑



วาคะ เป็นปฏิบัติ

โทสะ เป็นปฏิบัติ

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงเป็นผู้ไม่มีปฏิบัติอยู่เกิด

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงเป็นผู้ไม่มีปฏิบัติ จงเป็นผู้หมด
ปฏิบัติอยู่เกิด

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย พระอรหันต์ทั้งหลายเป็นผู้ไม่มีปฏิบัติ พระอรหันต์
ทั้งหลายไม่มีปฏิบัติ เป็นผู้หมดปฏิบัติ

นี่เป็นข้อความในกัณฐกสูตร ซึ่งแสดงให้เห็นว่าอะไรเป็นปฏิบัติต่ออะไร
ซึ่งท่านจะต้องให้ชัดเจนเข้าใจให้ถูกต้อง อย่าสับสนอย่างที่ว่า เสี่ยงเป็นปฏิบัติ
ต่อปฐมฌาน ก็อย่าเอาเสี่ยงมาเป็นปฏิบัติต่อการเจริญวิปัสสนา เพราะเหตุว่า
ปฐมฌานเป็นสมถภาวนา ไม่ใช่การเจริญสติปัฏฐาน

เพราะฉะนั้น บางท่านคิดว่าในขณะที่ท่านเจริญสติปัฏฐานนั้น ไม่ควรจะได้
ยินอะไรเลย ไม่ควรจะได้ฟังอะไรเลย แต่ขอให้พิจารณาดูว่า การเจริญสติปัฏฐาน
นั้นเป็นการรู้ลักษณะของนามและรูปที่เกิดขึ้น เพราะเหตุปัจจัยตามความเป็นจริง
ไม่ว่าจะอยู่ ณ ที่ใดก็ตาม เป็นกรู้แจ้ง เป็นกรู้ชัด เพราะฉะนั้น ท่านจะต้อง
ทราบเรื่องปฏิบัติทั้ง ๑๐ ประการนี้ให้ถูกต้อง อย่างที่ว่า ความเป็นผู้ยินดีในการ
คลุกคลีด้วยหมู่คณะ เป็นปฏิบัติต่อความเป็นผู้ยินดีในที่สงัด

บางคนสถานที่เงียบ ๆ อยู่ไม่ได้ ต้องอยู่ในสถานที่มีคนมาก ๆ แวดล้อม
ด้วยหมู่คณะ แต่อีกบุคคลหนึ่งไม่ชอบที่จะอยู่ในสถานที่เหล่านั้น แต่มีความยินดีที่
จะอยู่เงียบ ๆ ตามลำพัง เพราะฉะนั้น ความเป็นผู้ยินดีในการคลุกคลีในหมู่คณะ
นั้นเป็นปฏิบัติต่อความเป็นผู้ยินดีในที่สงัด

การประกอบสุกนิมิต เป็นปฏิบัติต่อผู้ประกอบสุกนิมิต

การคุมหระสพที่เป็นข้าศึก เป็นปฏิบัติต่อผู้คุมครองทวารในอินทรี
ทั้งหลาย คุมครองไม่คู่สิ่งที่จะทำให้จิตเป็นโลภะหรือว่าเป็นโทสะตามพระวินัย-
บัญญัตินั้นก็ประการหนึ่ง แต่ว่าไม่ว่าสิ่งหนึ่งสิ่งใดเกิดขึ้นปรากฏเพราะเหตุปัจจัย



นั้น จะเป็นสิ่งที่น่าเพลิดเพลินยินดีพอใจ หรือไม่น่าเพลิดเพลิน ไม่น่ายินดีพอใจก็ตาม มีสติระลึกได้ รู้ลักษณะของสภาพนั้นได้ตามความเป็นจริง

นั่นก็เป็นการคุ้มครองอินทรีย์ด้วยสติอีกชั้นหนึ่ง ถ้ามีสติสามารถรู้สึกตัวรู้ลักษณะของนามและรูปในขณะนั้นได้ก็ดี แต่ถ้าไม่มี ก็ควรเว้นตามควรแก่โอกาส หรือในขณะที่เว้น หลีกมหรสพที่เป็นข้าศึกนั้น ก็เป็นแต่เพียงนามเป็นแต่เพียงรูปเท่านั้นเอง นี่เป็นการเจริญสติที่จะต้องรู้ลักษณะของนามและรูปละเอียดขึ้น ไม่ว่าจะเว้นหรือว่าจะพิจารณานามและรูปชนิดใด ก็รู้ลักษณะของนามและรูปนั้นตามความเป็นจริง

การติดต่อกับมาตุคามเป็นปฏิบัติต่อพรหมจรรย์ โดยเฉพาะในการเจริญสมณะ เพราะเหตุว่าถ้าวิหารนั้นอยู่ใกล้บ่อน้ำหรือว่าอยู่ใกล้กับสถานที่ ๆ มีผู้คนพลุกพล่าน เป็นวิหารที่มีใบไม้ มีผักที่ใช้บริโภค เวลาที่พวกหญิงเก็บผักขั้วร้องเพลงพลางเก็บผักพลาง อย่างนั้นก็เป็นอันตรายแก่กัมมัฏฐาน เพราะเสี่ยงเป็นปฏิบัติต่อปฐมณาน





๓๓



จะเห็นได้ว่า พระผู้มีพระภาคทรงพระมหากรุณาแยกให้เห็นถึงปฏิบัติของแต่ละสิ่ง เพราะเหตุว่าเสียงนั้นเป็นปฏิบัติต่อปฐมฌาน วิตก วิจาร์ เป็นปฏิบัติต่อทุติยฌาน ปีติ เป็นปฏิบัติต่อตติยฌาน ลมอัสสาสะ ปัสสาสะ เป็นปฏิบัติต่อจตุตถฌาน คือ ถ้าเป็นทุติยฌานจะมีวิตก วิจาร์ไม่ได้ หรือว่าผู้ที่กำลังเจริญทุติยฌานมีความชำนาญแคล่วคล่องในปฐมฌาน ก็จะต้องทราบว่าอะไรเป็นปฏิบัติของทุติยฌาน ถ้าไม่ทราบก็คงได้แต่เพียงปฐมฌาน เพราะเหตุว่าไม่ได้ละวิตก วิจาร์ แต่ถ้าทราบว่า การที่จิตสงบเพียงขั้นปฐมฌานนั้น ถ้าจะให้สงบระงับมากกว่านั้นก็ต้องละวิตก หรือโดยจตุตถฌานก็ต้องละวิตก วิจาร์ทั้งสอง จิตจึงจะสงบยิ่งขึ้นถึงขั้นทุติยฌานได้ เพราะฉะนั้น เมื่อทราบว่าอะไรเป็นปฏิบัติก็จะปฏิบัติได้

สำหรับปีตินั้นก็เป็นปฏิบัติของตติยฌาน ลมหายใจเข้าออก คือ ลมอัสสาสะ ปัสสาสะนั้นเป็นปฏิบัติของจตุตถฌาน ส่วนสัญญาและเวทนานั้นเป็นปฏิบัติของสัญญาเวทยิตนิโรธสมาบัติ ภาวจะเป็นปฏิบัติไม่ได้กล่าวจำกัดว่าของอะไร โทสะเป็นปฏิบัติแน่นอน ไม่ได้กล่าวจำกัดลงไปว่าของอะไรด้วย พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงเป็นผู้ไม่มีปฏิบัติอยู่เกิด เธอทั้งหลายจงเป็นผู้หมดปฏิบัติอยู่เกิด

นี่ก็เป็นพระมหากรุณาที่แสดงให้เห็นว่า สิ่งที่ไม่ดีที่เป็นศัตรูนั้นควรละ และควรให้หมดสิ้นจริง ๆ ภาวก็ดี โทสะก็ดี โมหะก็ดี กิเลสทั้งหลายควรหมดสิ้นไปเป็นสมุจเฉท ไม่ใช่เพียงแต่ระงับไว้ชั่วคราวเท่านั้น

ข้อต่อไป กล่าวถึงวิหารที่ไม่สมควรแก่การเจริญสมาธิ



ประการที่ ๗ คือ **วิหารที่มีดอกไม้** วิหารที่มีกอดอกไม้หลายอย่างบานสะพรั่งอยู่ ก็ย่อมเป็นวิหารที่ไม่ควรแก่การเจริญสมถภาวนา โดยนัยเดียวกับวิหารที่มีผักที่ใช้บริโภค เพราะเหตุว่าผู้คนที่ต้องการดอกไม้ นั้น ก็จะทำให้ความวุ่นวายเก็บดอกไม้ ร้องเพลง ซึ่งทำให้ไม่สงบ เป็นปฏิปักษ์ต่อการเจริญสมาธิ

ประการที่ ๘ **วิหารมีผลไม้** เช่น มะม่วง ชมพู่ ขนุน เวลาที่ออกผล ผู้คนก็ย่อมมาขอ ซึ่งถ้าไม่ให้ คนเหล่านั้นก็โกรธ หรือว่านอกจากโกรธแล้ว ก็ยังถือเอาไปโดยพลการ ถ้ามีพระภิกษุถามหรือทักท้วง คนเหล่านั้นก็ย่อมจะโกรธ ตัดพ้อต่อว่า หรือว่าพยายามหาทางที่จะไม่ให้ภิกษุอยู่ในวิหารนั้นต่อไป เพราะเหตุว่าเป็นปฏิปักษ์ต่อกัน

ประการที่ ๙ **วิหารที่มีชื่อเสียง** ในวิสุทธิมรรคยกตัวอย่าง ทักขิณาคีรี-วิหาร หัตถิคุจฉิวิหาร เจตียคีรีวิหาร และจิตตบรรพตวิหารว่า เป็นวิหารที่มีชื่อเสียง เพราะเหตุว่าย่อมมีผู้คนมานมัสการยกย่องว่า ท่านผู้นั้นผู้นี้เป็นพระอรหันต์ เพราะฉะนั้น ถ้ามีคนมามากตลอดเวลา ก็ย่อมเป็นสถานที่ที่วุ่นวายไม่สงบ แต่ก็มีข้อแม้ว่า แต่ถ้าวิหารนั้น เป็นที่สะดวกสบายแก่ท่าน ก็พึงอยู่เฉพาะในเวลากลางคืน ส่วนกลางวันนั้นให้ไปที่อื่น

ประการที่ ๑๐ **วิหารใกล้เมือง** สำหรับวิหารใกล้เมืองนั้น ก็ย่อมจะเป็นอุปสรรคไม่สมควรแก่การเจริญสมถะ เพราะเหตุว่าภิกษุย่อมประสบกับเพศตรงข้ามเนื่อง ๆ หรือถึงแม้ว่าท่านจะเดินบิณฑบาต เมื่อมีคนมากเพราะว่าเป็นวิหารใกล้เมือง นางกุมภทาสีอาจจะชน อาจจะเดินเฉียด หรือว่าไม่หลีกทางให้ การได้พบกิริยามารยาทต่าง ๆ ที่ไม่น่าพอใจ ย่อมจะทำให้จิตไม่สงบได้

ประการที่ ๑๑ **วิหารใกล้ป่า** ไม่สมควรแก่การเจริญสมถะ เพราะเหตุว่า ย่อมมีผู้คนพากันมาเก็บฟืน หรือว่าตัดต้นไม้ไปทำบ้านเรือนซึ่งทำความวุ่นวายให้

ประการที่ ๑๒ **วิหารใกล้นา** ไม่สมควรแก่การเจริญสมถภาวนา เพราะเหตุว่าพวกมนุษย์ก็ย่อมจะทำลานนวดข้าว ตากข้าวในบริเวณวิหาร ส่วนฝูงโคเดิน



กันจนวาย และอาจจะต้องมีคดีไปถึงพระราชาหรือมหาอำมาตย์ของพระราชา ซึ่งไม่ความสงบทำให้กัมมัฏฐานเสื่อมไป

ประการที่ ๑๓ **วิหารมีคนไม่ถูกกัน** แม้แต่ภิกษุก็มีอัธยาศัยต่างกัน เพราะฉะนั้น ในวิหารใดก็ตามซึ่งมีคนไม่ถูกกัน มีคนผูกเวรกัน หรือว่าพุดแก่งแย่งกันนั้น ไม่สามารถเจริญสมณภาวนาให้จิตใจสงบระงับได้

ประการที่ ๑๔ **วิหารใกล้ทำน้ำ** ไม่สมควรแก่การเจริญสมณภาวนา เพราะว่าเป็นที่ ๆ ใกล้ทำน้ำ คนที่มาก็อาจจะมาขอน้ำดื่มหรือขอเกลือ ก็แล้วแต่ อัธยาศัยของชาวบ้านซึ่งวนวายเป็นอยู่เสมอ หรือมีเรื่องต้องติดต่อ มีเรื่องต้องขอความช่วยเหลืออุปการะ ซึ่งก็ทำให้วิหารที่ใกล้ทำน้ำนั้นไม่เป็นวิหารที่สงบ

ประการที่ ๑๕ **วิหารสุดแดน** ย่อมมีภัย เพราะเหตุว่าผู้คนไม่เลื่อมใสในพระรัตนตรัย อาจจะทำร้าย ไม่เป็นที่สมควรแก่การเจริญสมณภาวนา

ประการที่ ๑๖ **วิหารอยู่ระหว่างพรมแดน** ไม่เหมาะอีกเหมือนกัน เพราะเหตุว่าถ้ามีสงคราม พระราชาประเทศนี้รบกับประเทศโน้น พระภิกษุท่านเที่ยวไปในแคว้นของพระราชาองค์นี้บ้าง องค์โน้นบ้าง ก็ย่อมจะถูกกล่าวหาว่าเป็นจารบุรุษ ซึ่งขัดขวางแก่การเจริญสมณะ

ประการที่ ๑๗ คือ **วิหารไม่สบาย ไม่สะดวก** ข้อนี้ท่านกล่าวว่ามีหญิงหรือว่ามีอมมนุษย์ เป็นวิหารซึ่งทำให้จิตใจไม่ระงับจากโลภะ โทสะ โมหะ

ประการที่ ๑๘ **วิหารที่ไม่ได้กัลยาณมิตร** ไม่มีเพื่อนที่ดี ท่านกล่าวว่า เป็นโทษอย่างยิ่ง เพราะเหตุว่าไม่ทำให้สมณธรรมเจริญ ทั้งความสงบและปัญญา

ส่วนวิหารที่ควรแก่การที่จะอยู่เจริญสมณธรรมนั้น ก็ได้แก่ **อนุรูปวิหาร ๕** ซึ่งในข้อนี้พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

ภิกษุทั้งหลาย ก็เสนาสนะเป็นเสนาสนะประกอบด้วยองค์ ๕ เป็นไฉน



๑. ไม่ไถ่ลัก ไม่ไถ่ลัก มีทางไปมาสะดวก
๒. กลางวันไม่พลุกพลา้น กลางคืนก็เฝ้าบเสียง ไม่อึกทัก
๓. มีสัมผัสเกิดแต่เหลือบ ยุง ลม แดด และสัตว์เลื้อยคลานเบาบาง
๔. เมื่อภิกษุอยู่ในเสนาสนะเช่นนั้น จีวร ปิณฑบาต เสนาสนะ เครื่องค้ำจุน คือ ยาแก้ไข้ ย่อมไม่ผิดเคือง

๕. และในเสนาสนะนั้น มีภิกษุผู้เป็นเถระ เป็นพหูสูต เป็นผู้แตกฉานในปริยัติ เป็นผู้ทรงธรรม ทรงวินัย เป็นผู้ทรงไว้ซึ่งมาติกา คือ หัวข้อแห่งพระธรรมวินัยท่านอยู่ด้วย ท่านย่อมเข้าไปหาตามกาลอันควร ไถ่ถามสอบสวนอรรถ ท่านเหล่านั้นก็จะเปิดเผยข้อที่ไม่กระจ่างให้กระจ่าง บรรเทาความสงสัยในธรรมเป็นที่ตั้งแห่งความสงสัย

ภิกษุทั้งหลาย เสนาสนะอย่างนี้แล เป็นเสนาสนะที่ประกอบด้วยองค์ ๕

แสดงให้เห็นว่า ไม่ว่าจะต้องการผลอย่างไร ก็ต้องทราบเหตุปัจจัยที่จะให้เกิดผลอย่างนั้น

ถ้าต้องการเจริญความสงบ คือ สมถภาวนา ก็จะต้องทราบว่า อยู่ในสถานที่ใดความสงบจึงเกิดขึ้นได้ หรือว่าอยู่ ณ สถานที่ใดความสงบไม่เกิด ซึ่งนอกจากวิหารที่เป็นที่อยู่จะเป็นเรื่องสำคัญ ถ้าท่านได้อยู่ในวิหารที่เหมาะสมแล้ว ผู้ที่จะเจริญสมถภาวนานั้นก็ต้องตัดปณิธานเล็กน้อย เช่น ตัดเล็บ หรือตัดผม ถ้าจีวรเก่าจีวรขาด ก็ต้องซุนก็ต้องยอมให้เรียบร้อย หรือว่าถ้าบาตรแตกก็ต้องระบมบาตร หรือว่าทำความสะอาด ขำระเตียงตั้ง

นี่ก็แสดงให้เห็นว่า ท่านต้องพร้อมที่จะตัดปณิธาน เครื่องกังวลต่าง ๆ เพื่อให้จิตดำเนินไปในความสงบ ถ้าไม่อย่างนั้นแล้วก็เจริญสมถกัมมัฏฐานไม่ได้

เทียบตัวอย่างเหล่านี้แทรกเข้ามาในเรื่องของการเจริญวิปัสสนานั้น ก็เพื่อที่จะให้ทราบความต่างกันระหว่างการเจริญสมถภาวนากับการเจริญวิปัสสนา ถ้าท่านพบเรื่องวิหารที่ไม่สมควรแก่การเจริญสมถะ ๑๘ ประการนี้ ท่านก็จะได้ทราบว่า ใน ๑๘ ประการซึ่งเป็นวิหารที่ไม่สมควรนั้น เป็นปณิธานของการเจริญ



สมณะ แต่ว่าไม่ใช่เป็นเครื่องขัดขวางการเจริญวิปัสสนา มิฉะนั้นแล้วบางท่าน อาจจะคิดว่าถ้าไม่กล่าวไว้ในที่นี้เลย แล้วไปพบที่อื่น ก็อาจจะเข้าใจเองว่า คงจะเป็นเครื่องขัดขวางการเจริญวิปัสสนาด้วย แต่ความจริงไม่ใช่

ถ. ที่ได้กล่าวถึงเรื่องของสมณภวณานาเมื่อครู่นี้ คุณคล้าย ๆ กับว่า จิตเป็นสภาพที่บังคับได้ ทำให้สงบระงับได้

ส. แต่ความจริงถึงแม้การเจริญสมณภวณานาให้จิตสงบนั้น ก็ต้องอาศัยเหตุปัจจัยด้วย ถ้าไม่เข้าใจ ไม่มีความรู้เรื่องการเจริญสมณภวณานาที่จะให้มานจิต เกิดนั้นเป็นไปไม่ได้เลย แม้แต่ในเรื่องของที่อยู่ ก็ยังจะต้องรู้ลักษณะว่า อาวาสหรือวิหารใดเป็นที่สมควรแก่การเจริญสมณะ อาวาสหรือวิหารใดไม่สมควรแก่การเจริญสมณะ

แสดงให้เห็นความเป็นอนัตตาว่า แม้แต่การเจริญสมณภวณานาให้จิตสงบก็ต้องอาศัยเหตุปัจจัย เพราะเหตุว่าไม่ใช่ตัวตน บังคับบัญชาไม่ได้ ซึ่งความจริงการเจริญสติปัฏฐานขึ้นอยู่กับความเข้าใจถูก แต่ถ้าความเข้าใจคลาดเคลื่อนหรือผิดไป วาจาที่กล่าวเรื่องของการเจริญสติปัฏฐานก็ผิด ความดำริในเรื่องของการเจริญสติปัฏฐานก็ผิด การงานการกระทำต่าง ๆ ก็ผิด ความเพียรก็ผิด ถ้าเข้าใจแล้วก็มีหน้าที่ประการเดียว คือ ระวังได้เนื่อง ๆ บ่อย ๆ

ขออ่านจดหมายจากท่านผู้ฟัง บ้านเลขที่ ๗๔๐/๒ ซอยเกษตรจำเริญ วัดท่าพระ บางกอกใหญ่ ธนบุรี

สำหรับข้อความในจดหมายนี้มีว่า ไม่ได้มาฟังบรรยายเสียนานเพราะป่วย ด้วยวิงเวียนศีรษะ อาจเป็นเพราะตรากตรำเรียนพระอภิธรรมในรอบคำ และใกล้สอบด้วย ประกอบกับร่างกายไม่ค่อยแข็งแรงจึงป่วย แล้วพลอยทำให้พลาดหลายอย่าง ทั้งในเรื่องการเรียน การสอบและการฟังธรรม เพราะรู้สึกว่าร่างกายอยากจะพักผ่อนทุกอย่าง แต่ก็ยังเคราะห์ดีที่ไม่เสียเวลาไปหมด ในระหว่างที่พักอยู่นั้นยังมีเวลาที่สติจะเกิดขึ้นบ้าง



ต่อจากนี้ก็จะขออ่านจดหมายของท่านผู้ฟัง ที่เป็นข้อความโดยตรงมีว่า

...แต่สติที่ดิฉันว่านี้ คงไม่ใช่สติตามความหมายของอาจารย์ อาจจะเป็นเพียงการรู้สึกตัวขั้นหนึ่งกระมัง อย่างเช่น ตอนป่วยนี้ด้วยความเสียใจเล야ลาหยุดงานและได้ไปต่างจังหวัด พอดีที่ข้างบ้านเขาเก็บนละครชาตรี ก็เลยประชดวิบากของตัวด้วยการดูละคร ดูไป ๆ พอรู้สึกตัวก็ใจหาย เคยท่่องพระอิริยวรรมอยู่หยก ๆ กลับต้องมานั่งดูละคร

สุ. ชีวิตจริง ๆ เป็นอย่างนี้ ขณะที่คิดจะประชดก็เป็นชีวิตจริง ๆ เป็นนาม เป็นความรู้สึกชนิดหนึ่ง เป็นความรู้สึกจริง ๆ ในขณะนั้นอาศัยเหตุปัจจัยเกิดขึ้น ไม่ว่าใครจะคิดอะไร ไม่ว่าจะคิดประชด ไม่ประชดอย่างไรก็ตาม ให้ทราบว่าเป็นสภาพตัวของท่านจริง ๆ เป็นนามเป็นรูปที่อาศัยเหตุปัจจัยเกิดขึ้น ทำไมบางวันไม่ประชด แต่ว่าบางวันประชด บังคับให้ประชดทุก ๆ วันได้ไหม หรือว่าไม่ให้ประชดสักวันเดียว จะบังคับได้ไหม ไม่ได้เลย ไม่ว่าจะ เป็นความรู้สึกชนิดใดก็ตาม

เพราะฉะนั้น ผู้ที่เจริญสติปัฏฐาน ไม่ใช่เจริญสติบางเวลาหรือว่าบางโอกาส หรือว่าเวลาที่ไม่ประชดจึงจะเจริญได้ หมายความว่าผู้ที่เจริญสติปัฏฐานนั้น ไม่เว้นเลย จะต้องรู้จักตัวเอง นามและรูปที่เกิดกับตนเพราะเหตุปัจจัยตามความเป็นจริง ไม่ว่าจะ เป็นความรู้สึกชนิดใดก็ตาม ไม่ว่าจะ เป็นมานะ ความถือตน ความสำคัญตน ไม่ว่าจะ เป็นความรู้สึกน้อยใจ เสียใจ โทมนัส แล้วทำสิ่งซึ่งไม่อยากจะทำ ที่ใช้คำว่าประชดนี้ก็คงจะหมายความว่า ทำสิ่งซึ่งไม่คิดจะทำ หรือว่าไม่อยากจะทำ แต่เพราะไม่สบาย เพราะเป็นวิบากที่ได้รับ ก็เลยประชดเสียโดยการที่ไปดูละครชาตรี

ผู้ที่เจริญสติต้องรู้จักตัวเองมากขึ้น เพราะฉะนั้น สติชัดเกลากุศลใด ๆ ก็ตาม ซึ่งมีตั้งแต่อย่างหยาบไปจนกระทั่งถึงอย่างกลาง และปัญญาที่เกิดกับสติปัฏฐานนั้นก็ละกิเลสละเอียดทุกขณะที่รู้สภาพลักษณะของสิ่งนั้นตามความเป็นจริงด้วย



เพราะฉะนั้น ท่านผู้ฟังท่านอื่นจะเคยประชดหรือว่าไม่เคยประชดก็ตาม ขอให้ทราบว่ ขณะนั้นเป็นนามชนิดหนึ่ง แล้วเป็นใจของท่านจริง ๆ ที่ยังไม่หมดความต้องการความเพลิตเพลินทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจเป็นสมุจเฉท ท่านอาจจะสนใจในพระอภิธรรม ประพฤติปฏิบัติตามคร่ำเคร่ง แต่ถ้ากิเลสยังไม่หมดเป็นสมุจเฉท ยังมีเชื้ออยู่ ก็ย่อมมีโอกาสจะเกิดได้

เพราะฉะนั้น ไม่ใช่ในขณะนั้นประชดอะไร แต่ว่าเป็นเรื่องที่ท่านไม่เคยสำรวจจิตใจของตัวเองว่า ยังมีโลภะ ยังมีโทสะ ยังมีโมหะ ยังเพลิตเพลินพอใจทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจตามความเป็นจริงตามปกติ ไม่ว่าจะทำหน้าลับหลังใครอยู่ที่ไหนก็เป็นจิตของท่านเอง ความล้าลึกของจิตที่สะสมอกุศลมาากมายนั้น ไม่มีผู้หนึ่งผู้ใดจะรู้ดียิ่งกว่าตัวท่าน

เพราะฉะนั้น เมื่อยังเพลิตเพลินไปทางตาก็เป็นเหตุที่ทำให้ท่านรู้สึกเหมือนกับว่าท่านประชด แต่ว่าความจริงเป็นเพราะโลภะยังต้องการความเพลิตเพลินอยู่

เพราะฉะนั้น ผู้ที่เจริญสติปัฏฐานไม่ใช่บังคับให้เป็นอีกบุคคลหนึ่ง คร่ำเคร่งเสียจนกระทั่งไม่รู้จักตัวเอง ท่านรู้จักนามรูปอะไรที่จะละความที่เคยยึดถือว่าเป็นตัวตน ไม่ใช่ว่าโลภะ โทสะ โมหะที่เกิดขึ้นเพราะมีเหตุปัจจัย เพราะเหตุว่าท่านพยายามบังคับ พยายามคร่ำเคร่ง ซึ่งไม่เป็นสัมมาสติ ไม่ได้เกิดขึ้นรู้ลักษณะของนามและรูปที่ปรากฏทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ไม่ใช่บังคับไม่ให้ไปดู่อะไรเลย ดู่หนึ่งไม่ได้ ดู่ละครชาติรีไม่ได้

โลภะเกิดขึ้นแล้วดับไหม หรือว่ามีโลภะตลอดเวลา โทสะเกิดขึ้นแล้วดับไหม ไม่ใช่ว่ามีโลภะที่เป็นตัวตนที่ตั้งอยู่ แต่ไม่ว่าจะเป็นโลภะความต้องการความชอบหรือความพอใจ ทางตา หรือทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจเกิดขึ้นแล้วก็ดับไป รู้สภาพความเป็นจริงของแม้โลภะความชอบใจที่เกิดขึ้น แล้วก็ประจักษ์ความไม่เที่ยง ที่โลภะนั้นเกิดขึ้นแล้วดับไป ไม่ใช่ตัวตน จึงจะละความที่เคยยึดถือสภาพธรรมทั้งหลายว่าเป็นตัวตนได้



คำว่า ไตรลักษณ์ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ถ้าไม่ประจักษ์ความเป็นอนิจจัง ความไม่เที่ยงของโลภะ ของโทสะ ของนาม ของรูป ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจแล้ว จะถือว่ารู้ทุกข์ใหม่ อะไรเป็นทุกข์ ความไม่เที่ยง สภาพที่ไม่เที่ยงของนามและรูปเป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่ทุกข์ อย่างอื่นที่จะต้องไปทรมานตัวให้ลำบาก แต่จะต้องเจริญปัญญารู้ลักษณะของนามและรูปทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจตามปกติมากขึ้น ละคลายความไม่รู้ความสงสัยมากขึ้นจนกว่าจะประจักษ์การเกิดขึ้นและดับไป หหมดความสงสัยในลักษณะที่ไม่เที่ยง จึงจะชื่อว่าท่านประจักษ์สภาพที่เป็นทุกข์

การเจริญสติปัฏฐานเป็นการเจริญปัญญา รู้ลักษณะของนามและรูปตามปกติที่สุด ถ้าท่านยังมีปัญญา ปัญญานั้นจะต้องรู้ลักษณะที่เป็นปกติธรรมดา ธรรมดา ไม่มีความต้องการแอบแฝงให้ทำสิ่งผิดปกตินั้น นั่นจึงจะเป็นปัญญาที่เรียกว่า รู้จริง รู้แจ้ง รอบรู้ รู้ทั่ว แล้วจึงจะละได้





๓๔



ได้รับฟังคำปรารภจากท่านผู้ฟังที่รู้สึกท้อใจว่า วันไหนหนอจึงจะได้รู้ลักษณะของนามและรูปตามความเป็นจริง ชีวิตนี้สั้นไม่เกิน ๑๐๐ ปี และอยู่กันมานานแล้ว ภพชาติในอดีตก็มากมายเหลือเกิน ถ้าไม่รู้ลักษณะของนามและรูปตามความเป็นจริงในปัจจุบันชาตินี้แล้ว ชาติข้างหน้าก็คงจะอีกยืดยาวต่อไปอีกนาน เพราะฉะนั้น ก็รู้สึกว่เมื่อไรหนอจึงจะได้รู้ลักษณะของนามและรูปตามความเป็นจริง

ไม่มีอะไรที่จะให้เหตุผลดียิ่งกว่าพระธรรมวินัยที่ได้ทรงแสดงไว้ เป็นความจริงที่ว่า จะช้าหรือจะเร็วขึ้นอยู่กับเหตุปัจจัย ไม่ใช่ปลอบใจให้เร่งและให้บรรลุในชาตินี้ได้โดยที่เหตุไม่สมควรแก่ผล ทุกอย่างต้องเป็นไปตามเหตุผล พระผู้มีพระภาคไม่ได้ทรงแสดงธรรมอะไรที่จะปลอบใจคน ชักชวนให้มาหาพระธรรมวินัยของพระองค์ แต่ว่าทรงแสดงธรรมตามความเป็นจริงด้วยเหตุผล

เพราะฉะนั้น ถ้าท่านผู้ใดมีความรู้สึกในทำนองนี้ ขอกล่าวถึง **สังยุตตนิกาย** **ขันธวารวรรค นาวาสุต** มีข้อความว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย เมื่อภิกษุไม่ประกอบภาวนานุโยคอยู่ จะพึงเกิดความปรารถนาอย่างนี้ว่า ไฉนหนอ ขอจิตของเราพึงพ้นจากอาสวะเพราะไม่ถือมั่น ดังนี้ ก็จริงอยู่ ถึงอย่างนั้นจิตของเธอย่อมไม่พ้นไปจากอาสวะเพราะไม่ถือมั่นได้โดยข้อนั้นเพราะเหตุไร ข้อนั้นพึงกล่าวได้ว่า เพราะเธอไม่อบรม เพราะไม่อบรมอะไร เพราะไม่อบรมสติปัฏฐาน ๔ เพราะไม่อบรมสัมมัปปธาน ๔ เพราะไม่อบรมอิทธิบาท ๔ เพราะไม่อบรมอินทริย์ ๕ เพราะไม่อบรมพละ ๕ เพราะไม่อบรมโพชฌงค์ ๗ เพราะไม่อบรมมรรคมีองค์ ๘

และมีข้อความต่อไปว่า



ดูกร ภิกษุทั้งหลาย รอยนิ้วมื้อม่อปรากฏ หรือรอยนิ้วหัวแม่มื้อม่อปรากฏที่ด้ามมีดของนายช่างไม้ หรือลูกมือของนายช่างไม้ แต่นายช่างไม้ หรือลูกมือของนายช่างไม้นั้นหาว่าวันนี้ด้ามมีดของเราสึกไปประมาณเท่านี้ วานนี้สึกไปประมาณเท่านี้ วันก่อน ๆ สึกไปประมาณเท่านี้ นายช่างไม้ หรือลูกมือของนายช่างไม้นั้น มีความรู้แต่ว่าสึกไปแล้ว ๆ โดยแท้แล แม้ฉันใด

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย เมื่อภิกษุประกอบภาวนานุโยคอยู่ หาว่าวันนี้ อาสวะทั้งหลายของเราสิ้นไปแล้วประมาณเท่านี้ วานนี้สิ้นไปแล้วประมาณเท่านี้ หรือวันก่อน ๆ สิ้นไปแล้วประมาณเท่านี้ก็จริง ถึงอย่างนั้น เมื่ออาสวะสิ้นไปแล้ว เธอก็มีความรู้แต่ว่า สิ้นไปแล้ว ๆ ฉันนั้น เหมือนกันแล

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย เมื่อเรือที่เขาผูกด้วยตรวนแล่นไปในสมุทร จมลงในน้ำ สิ้น ๖ เดือนโดยเหมันตสมัย เขาเข็นขึ้นบก ตรวนเหล่านั้นถูกลมและแดดกระทบ แล้ว ถูกฝนตรวดแล้ว ย่อมผุและเปื่อยโดยไม่ยากเลย ฉันนั้น เหมือนกันแล

เคยทำอะไรไหม ถ้าเคยทำอะไรก็ลองจับด้ามมีดดู ด้ามไม้ใหญ่ ๆ แล้วก็จับไว้ทั้งวัน กำไว้ทั้งวันก็ยังไม่เห็นเลยว่าสึก พຼ່ງนี้จับอีกก็ยังไม่เหมือนเดิม จะอยู่ที่ไหนก็ตาม จะระลึกได้มากหรือน้อยก็เป็นนิสัยที่จะเป็นผู้สมบูรณ์ด้วยสติและรู้ลักษณะของนามและรูปมากขึ้น ซึ่งมีแต่ประโยชน์ไม่เป็นโทษเลย

เพราะฉะนั้น ก็เป็นหนทางเดียวจริง ๆ ต้องอบรมเจริญสติปัญญาจนปรารถนาสักเท่าไร หวังไป คอยไปก็ภพ ก็ชาติ ถ้าผู้นั้นไม่เจริญสติปัญญาแล้ว ก็ไม่มีหนทางที่จะได้รู้แจ้งสภาพธรรมตามความเป็นจริงเลย เพราะฉะนั้น ขณะใดที่มีสติรู้ลักษณะของสิ่งที่ปรากฏ จะเป็นนามหรือจะเป็นรูปก็ตาม ขอให้ทราบว่ายานามีศรัทธาในพระรัตนตรัย เพราะได้ฟังเรื่องของการเจริญสติปัญญา เพราะได้ฟังน้อมใจเชื่อสภาพธรรมตามความเป็นจริงว่า สิ่งใดก็ตามเกิดขึ้นปรากฏเพราะเหตุปัจจัย เป็นอนัตตา เมื่อเกิดขึ้นแล้วก็ดับไป

เพราะฉะนั้น ถ้าศรัทธาในพระรัตนตรัย บูชาด้วยการปฏิบัติ หมายความว่าอะไร หมายความว่า ขณะใดที่มีสติระลึกได้ รู้ลักษณะของนามและรูปที่ปรากฏในขณะใด ในขณะนั้นเป็นปฏิบัติบูชา เป็นการบูชาด้วยการเจริญสติ เป็นการบูชา



ด้วยศรัทธา เชื่อในการตรัสรู้ของพระผู้มีพระภาคว่า หนทางนี้เป็นทางเดียวที่จะทำ
ให้รู้แจ้งอริยสัจธรรมได้ เพราะเหตุว่าพระผู้มีพระภาคก็ตาม สาวกของพระผู้มีพระ-
ภาคก็ตาม ไม่ได้ปรารถนาอะไรจากผู้ฟังเลย นอกจากประโยชน์ของผู้ฟัง

ทรงสอนเรื่องการเจริญสติปัฏฐานเพื่อประโยชน์ของใคร เพื่ออุปการะ
เกื้อกูลแก่การเจริญสติ และถ้าผู้หนึ่งผู้ใดมีศรัทธาก็หมายความว่า มีศรัทธาเกิดขึ้น
พิจารณาสภาพของสิ่งที่ปรากฏ จึงจะชื่อว่าเชื่อในการตรัสรู้ของพระผู้มีพระภาคว่า
พระผู้มีพระภาคตรัสรู้จริง ๆ ว่า กำลังเห็นขณะนี้ก็เกิดดับ สิ่งที่ปรากฏขณะนี้ก็เกิด
ดับ เพราะตรัสรู้อย่างไรก็แสดงธรรมอย่างนั้น จักขุวิญญานไม่เที่ยง รูปารมณ์ไม่
เที่ยง ไม่ใช่พระผู้มีพระภาคและพระอริยสาวกไม่รู้ แต่เพราะรู้อย่างไรก็แสดงอย่าง
นั้น จึงทรงแสดงว่า สภาพธรรมทั้งหลายที่เกิดขึ้นปรากฏทางตา หู จมูก ลิ้น กาย
ใจนั้น เป็นสภาพที่เกิดขึ้นและดับไป ไม่ใช่ตัวตน ถ้าเข้าใจและเชื่อในการตรัสรู้
เมื่อมีสติระลึกรู้ ขณะนั้นก็มีศรัทธาในพระรัตนตรัย แล้วก็เป็นปฏิบัติบูชาด้วย

ขุททกนิกาย เถรคาถา อานันทเถรคาถา ภาสิตหรือคาถาของท่านพระ
อานนท์ ซึ่งมีข้อความว่า

ผู้ใดเล่าเรียนมามาก ดูหมิ่นผู้ที่ศึกษาเล่าเรียนมาน้อย ด้วยการสดับ แต่
เขาไม่ได้ปฏิบัติตามที่ได้เล่าเรียนมา ย่อมปรากฏแก่เรา เหมือนคนตาบอดถือดวง
ไฟไป ฉะนั้น

นี่เป็นความไพเราะของภาสิตของท่านที่ได้รู้แจ้งธรรมว่า เมื่อศึกษาธรรม
แล้วก็ควรที่จะปฏิบัติธรรมด้วย เป็นผู้ที่เล่าเรียนมามาก และอาจจะดูหมิ่นผู้ที่
ศึกษาเล่าเรียนมาน้อย แต่ถ้าผู้นั้นไม่ได้ปฏิบัติตามที่ได้เล่าเรียนมา ย่อมปรากฏแก่
ท่านพระอานนท์ เหมือนคนตาบอดถือดวงไฟไป ฉะนั้น

ไม่ประจักษ์ลักษณะของนามและรูปตามความเป็นจริง แต่รู้ลักษณะของ
นามและรูปตามที่ได้สดับหรือตามที่ได้ฟัง ก็เหมือนกับคนตาบอดถือดวงไฟ แต่ไม่
เห็นแสงไฟ



นี่เป็นภาสิตของท่านพระเถระที่อุปการะเกื้อกูลให้ท่านมีศรัทธาในการเจริญสติ หรือทำให้สติของท่านเกิดขึ้นบ่อย ๆ เอง ๆ แม้เพียงขณะเดียวก็มีประโยชน์ สติขณะเดียว จะมีสติขณะนี้ที่กำลังเห็น หรือขณะที่กำลังได้ยิน ขณะที่เย็นกระทบ ขณะที่เป็นสุข เป็นทุกข์ ขณะที่กำลังคิดนึก แต่ละขณะนั้นมีประโยชน์ทั้งสิ้น อย่าเป็นผู้ประมาทกุศล เพราะเหตุว่ากุศลแต่ละขณะที่ได้บำเพ็ญนั้น วันหนึ่งก็ย่อมจะมีปริมาณมาก ทำให้ละคลายกิเลสได้

ถ. ดิฉันสงสัยที่ท่านอาจารย์บอกว่า ให้เจริญวิปัสสนาทางตา หรือทางลิ้น ทางตาก็พอจะทราบ เพราะว่าได้มองเห็นอะไร ๆ แล้วจะได้เอามาพิจารณาได้ ทางลิ้นนั้นนอกจากจะรับประทาน ก็จะทราบเอามาพิจารณาได้ ดิฉันสงสัยตอนนี้

ส. การเจริญสติปัฏฐานไม่ใช่ต้องคอย ถ้าทางลิ้นไม่มีในขณะนี้ อะไรกำลังปรากฏ ก็มีสติ รู้ลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏในขณะนี้ ทางลิ้นเวลานี้มีไหม ไม่มี ทางตามีไหม มี เจริญสติปัฏฐานได้ไหม ได้ แล้วแต่ว่าอะไรปรากฏ

นอกจากแล้วแต่อะไรปรากฏแล้ว ก็ยังแล้วแต่ว่าสติจะรู้อะไร การเจริญสติปัฏฐานเป็นอนัตตาจริง ๆ มีสิ่งที่กำลังปรากฏทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ แล้วแต่สติจะพิจารณา ได้ยินหรือเสียง หรือว่าจะพิจารณาเย็นที่กำลังกระทบ หรือว่าจะพิจารณาสภาพที่กำลังคิด หรือกำลังเป็นสุขเป็นทุกข์ในขณะนี้ ไม่บังคับ

ถ. ดิฉันเข้าใจว่า ไม่รวมหมดทุกคนไป โดยเฉพาะตัวดิฉันเอง ทำได้ โดยเฉพาะบางกรณี อยู่บ้านเห็นอะไร สติมันก็เกิด แต่จะให้สงบจริง ๆ ต้องไปที่ปฏิบัติจริง ๆ สติของเรามันจะเกิดได้ทุกขณะอย่างอาจารย์ว่า ก็ใช่

ส. ดิฉันเรียนถามถึงปัญญา ดิฉันไม่ได้ถามถึงเรื่องความสงบ

ถ. ปัญญาเกิดได้ทางตาเห็น หรืออะไรอย่างนี้ ก็พิจารณาได้เหมือนกัน แต่จะให้สงบจริง ๆ ก็ต้องไปที่ปฏิบัติ นี่เกิดจากตัวดิฉันเอง คือจะทำก็อาย จะไปนั่งหลับตา เด็ก ๆ เห็น เด็กจะว่าบ้าหรือโง่ นี่คือมีอคติในตัวเองอย่างนี้

ส. ทำไมถึงว่าอายอายขายหน้า



ถ. ไม่ใช่อาย คือ กลัวเด็กจะว่าไปนั่งทำอะไร คล้าย ๆ กับมี
หิริโอตตปปะในตัวเอง กลัวเด็ก ๆ จะว่าแม่เป็นบ้า หรือเป็นอะไรทำนองนั้น คือคิด
ไปเอง แต่ถ้าไปอยู่ในหมู่ผู้ปฏิบัติด้วยกัน ทำก็ทำเหมือนกัน รู้สึกว่าจิตมันสงบดี

ส. ขอความรู้ให้ท่านผู้ฟังได้ทราบโดยละเอียดอีกครั้งหนึ่ง ดิฉันก็ยัง
เข้าใจตามที่ได้กล่าวนี้อันนี้ รู้สึกว่าการเจริญสติปัฏฐานไม่ได้เป็นปกติเลย เพราะเหตุว่า
กลัวเด็กหรือว่ากลัวคนอื่นจะมาเห็น ยังไม่เข้าใจ ปกติขณะนี้ของการเจริญสติปัฏ-
ฐานเป็นธรรมดา ไม่มีอะไรพิเศษที่จะต้องไปทำอะไรให้ผู้อื่นคิดว่าเป็นบ้า หรือว่า
ไม่ต้องไปทำอะไรให้คนอื่นมาหัวเราะเยาะ หรือขบขัน ไม่ใช่อย่างนั้นเลย

ถ้าเป็นการเจริญสติปัฏฐานแบบนี้ พระผู้มีพระภาคไม่ทราบว่าจะใช้คำ
อย่างไร คงจะแยที่เดียวที่ทำให้ผู้เจริญสติปัฏฐานแล้ว คนอื่นเห็นว่าเป็นบ้า หรือ
ว่าเป็นคนที่ผิดปกติ ไม่ใช่เป็นคนที่มีรู้แจ้งตามปกติ แต่การเจริญสติปัฏฐานไม่มีผู้ใด
ตำหนิเลย ทั้งกายวาจาของภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกาที่เจริญสติปัฏฐาน
ไม่เป็นช่องทางให้ใครขบขัน หัวเราะเยาะ หรือคิดว่าเป็นคนที่แปลกผิดปกติไปได้

ถ. ที่ดิฉันทำ มีการยกมืออะไรทำนองนี้ ที่นี้อาจารย์ปฏิบัติอย่างนี้คือ
จับให้รู้เฉพาะที่เหตุมันเกิด ก็ไม่มีใครสามารถจะหยั่งรู้จิตใจ จับอะไรก็ไม่มีใครรู้
แต่อันนี้มีการยกมือ อะไรทำนองนี้ มีกิริยาเกิด ที่ดิฉันปฏิบัติมีการแสดงออก
อย่างของที่อาจารย์สอน ให้จับรู้เฉพาะเหตุที่เห็นที่เกิด อย่างนี้ก็ไม่มีใครมาทราบ
จิตใจของเราได้ เราเห็นอะไรก็ไม่มีใครทราบ แต่อันนี้มีการแสดงออก และมีคนเขา
เห็น ถ้าไปทำประเจิดประเจ้อรู้สึกว่าไม่ดี จะต้องไปสู่สถานที่เฉพาะพวกเดียวกัน

ผู้ฟัง ผมสนับสนุนคุณพี่ คือ ผู้ที่เจริญสติปัฏฐานใหม่ ๆ ยังไม่รู้อะไร
ความไม่รู้ทำให้ใจกังวล เพราะอยากจะดูรูปร่าง อยากดูรูปร่างเพราะไม่รู้ เมื่อไม่รู้ก็
เกิดความกังวล อยากจะยืนดูรูปอื่น นั่ง ๆ อยู่เดี๋ยวจะลุกขึ้นยืน ที่นี้คนอื่นนั้นจริง
อย่างคุณพี่ว่า ยายคนนี้นั่งเสียบ ๆ เดียวลุก อยากจะดูรูปเหยียดแขนบ้าง เดียวจะ
ดูรูปอื่นบ้าง แต่เรื่องนี้เปรียบเหมือนเด็กสอนเดิน กับคนเดินเป็น คนเจริญสติปัฏ-
ฐานใหม่ ๆ นี่เหมือนเด็กเริ่มเดินเตาะแตะ อย่างอาจารย์นี้เดินเก่งแล้วนี่ครับ ทำ



แล้ว รู้แล้ว หรืออย่างใครก็ตามที่มีภูมิปัญญาเพียงพอแล้ว นั่งเฉย ๆ ในขณะนี้
เกิดความรู้สึกว่าไม่พอใจ กำหนดรู้เดี๋ยวนี้มันได้เลย หรือเห็นกำหนดเห็นได้เลย ไม่มี
อิริยาบถติดปกติ เพราะรู้เสียแล้วว่า เพียงแต่เรายกอุปนิสัยนี้ คือรูป เราพูดอย่างนี้
เป็นวจีวิญญูติ ปากพูดในขณะที่ได้ยิน หรือคนเห็นนี่จะเป็นนามเห็น กิริยา
ละเมียดละมัยไปแล้ว เป็นไปโดยอัตโนมัติ เพราะอะไร เพราะตัวมีภูมิรู้อยู่แล้ว
แต่ผู้เข้าใจใหม่เหมือนเด็กหัดเดิน การทำกิริยาจะให้แนบเนียนเหมือนผู้ที่เป็นไปเดิน
ย่อมเป็นไปไม่ได้ อยากดูเพราะมีเจตนา เพราะอยากจรรู้ธรรมคำสอนของพระองค์
ว่า รูปเป็นอย่างไร รูปเดินเป็นอย่างไร ก็เดินย่อง ๆ นี่ผิด ๆ ทั้งนั้น นี่แหละ
ครับที่ผมบอกว่า อย่างที่คุณพี่ว่านี่แหละใช่ คนอื่นเขาจะหาว่าบ้าจริง ๆ ครับ แต่
เมื่อทำไปแล้ว รู้จักวางใจ รู้จักสติ เวลาอารมณ์เกิดขึ้น ก็ไว ฉียบแหลม จับทัน
แล้ว ที่นี้ความเก้งก้าง ความไม่น่าดูก็ค่อย ๆ ลดลงไป ความละเมียดละมัย ความ
ไวของจิตดีขึ้น

ส. อยากให้ผู้ฟังพิจารณาพระภิกษุ กิจวัตรของท่านมีอะไรที่เก้ ๆ กัง ๆ
หรือว่าทำให้คนอื่นรู้สึกว่ามีผิดปกติไหม เพราะพระภิกษุนั้นท่านเป็นผู้ที่เจริญสติ
ถ้าอย่างนั้นต้องทำเก้ ๆ กัง ๆ เสียก่อนหรือ

ไม่ทราบว่าคุณใดจะมีศรัทธาทำเก้ ๆ กัง ๆ บ้างไหม เพราะเหตุว่าผู้ฟังก็มีสิทธิ
ที่จะเลือกสรรธรรมที่จะพิจารณา แล้วแต่ชั้นระดับของแต่ละท่าน ถ้าท่านผู้ใด
อยากจะเก้ ๆ กัง ๆ หรือว่าทำอะไรที่ทำให้คนอื่นรู้สึกว่ามีผิดปกติ ไม่ใช่คนธรรมดา
นั่นก็เป็นฉันท์ หรือความพอใจของท่าน แต่ท่านที่เข้าใจเรื่องของการเจริญสติ-
ปัฏฐานถูกต้อง ท่านจะทิ้งสิ่งที่ผิดปกติอย่างนั้น

ไม่ได้เคยพบที่ไหนเลยจะให้เจริญเก้ ๆ กัง ๆ

ตามที่ท่านผู้ฟังกล่าวว่า เหมือนกันหมด เพราะฉะนั้นเหมือน ๆ กัน ไปอยู่
รวม ๆ กัน คนอื่นไม่ว่า แต่ว่าถ้าคนที่อื่น ๆ ที่เห็นเข้า ก็จะเป็นพวกที่แปลกพวก
หนึ่ง แต่พวกที่อยู่ด้วยกันบอกว่าไม่แปลกเพราะว่าเหมือนกัน



มีท่านผู้ฟังท่านใดที่มีความคิดเห็นอะไรบ้างไหม เพราะว่านี่เป็นเรื่องของ เหตุผล เป็นเรื่องของความรู้ เป็นเรื่องของความถูกต้อง แต่เป็นเรื่องอนัตตาด้วย คือ ไม่มีใครบังคับเปลี่ยนแปลงความคิดเห็นของท่านได้ แล้วแต่ฉันทะความพอใจ ของท่าน

ถ. ผู้ที่จะรู้ว่า สติและปัญญาจะเกิดได้ ก็อย่างเสียงนี้ก็มี ก็เคยเรียน อาจารย์แล้ว ก็มีอยู่ รู้กันอยู่ทุกคน ไปถามเขาก็เล่าให้ฟังอย่างนี้ เขาบอกว่าฟัง อาจารย์มานี้ เสียงก็มี เย็น ร้อน อ่อน แข็งอะไรก็มี ก็มีทั้งนั้น แต่คำว่าขึ้น ปัญญาเมื่อรู้อย่างนี้แล้ว จะทำอย่างไรต่อไปอีก นี่อีกอย่างหนึ่ง เพียงรู้อยู่อย่าง เดียวเท่านั้น โลภะก็มี โทสะก็มี บางครั้งก็มี บางครั้งก็เฉย ๆ แต่หยุดเพียงแค่นี้ เท่านั้น คำว่าปัญญาที่จะรู้ซึ่งขึ้นไปอีก เขาบอกว่าเขายังรู้ไม่ได้ ไม่รู้ว่าจะแปลว่า อย่างไร

สุ. เขายังรู้ไม่ได้ เพราะว่าเขาเจริญเหตุถูกต้องกับผลหรือไม่ ผลทุกอย่าง ที่จะเกิดก็ต้องเกิดเพราะเหตุ ถ้าเหตุผิดผลก็ผิด ๒๐ ปี ๓๐ ปี ก็ไม่ได้รู้อะไร ถ้าเหตุถูกต้องก็เป็นทางที่จะให้ผลที่ถูกต้องเกิดขึ้นได้

สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค รโหคตสูตร ที่ ๑

ครั้งนั้น ท่านพระอนรุทธะ อยู่ ณ พระวิหารเชตวัน ครั้งนั้น ท่านหลีกเร้น อยู่ในที่ลับ ได้เกิดความรู้สึกขึ้นในใจอย่างนี้ว่า

สติปัฏฐาน ๔ อันชนเหล่าใดเหล่าหนึ่ง เป็แล้ว ชนเหล่านั้นชื่อว่า เป็ อริยมรรค ที่จะให้ถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบ

สติปัฏฐาน ๔ อันชนเหล่าใดเหล่าหนึ่ง ปราภแล้ว ชนเหล่านั้นชื่อว่า ปราภอริยมรรค ที่จะให้ถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบ

ลำดับนั้น ท่านพระมหาโมคคัลลานะ รู้ความรู้สึกในใจของท่านพระ อนรุทธะด้วยใจ จึงไปปรากฏในที่เฉพาะหน้าท่านพระอนรุทธะเหมือนบุรุษมีกำลัง เหยียดแขนที่คู้ หรือคู้แขนที่เหยียด ฉะนั้น

ครั้งนั้น ท่านพระมหาโมคคัลลานะได้ถามท่านพระอนรุทธะว่า



ดูกร ท่านอนรุทธะ ด้วยเหตุเพียงเท่าไรหนอ ภิกษุจึงจะชื่อว่าปรารภ
สติปัฏฐาน

ไม่น่าที่ท่านพระมหาโมคคัลลานะจะถามท่านพระอนรุทธะ แต่ท่านถาม
เพื่อให้เห็นว่า เป็นพระอรหันต์ที่ถามพระอรหันต์ เป็นคำตอบที่พระอรหันต์ตอบ
พระอรหันต์ ซึ่งไม่น่าจะถามเลย แต่เพื่อให้ผู้ฟังในภายหลังไม่เข้าใจผิด ไม่
คลาดเคลื่อน เพราะฉะนั้น ท่านพระมหาโมคคัลลานะ ก็ได้ถามพระอนรุทธะว่า
ดูกร ท่านอนรุทธะ ด้วยเหตุเพียงเท่าไรหนอ ภิกษุจึงจะชื่อว่า ปรารภสติปัฏฐาน

ดีใช่ไหม เพราะว่าจะได้ทราบ ว่า ใครเจริญสติปัฏฐาน ใครไม่เจริญสติปัฏ-
ฐานผู้ใดปรารภสติปัฏฐาน ผู้ใดไม่ปรารภสติปัฏฐาน

ท่านพระอนรุทธะตอบว่า

ดูกร ผู้มีอายุ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ย่อมพิจารณาเห็นธรรม คือ ความ
เกิดขึ้นในกาย ในภายในอยู่ พิจารณาเห็นธรรม คือ ความเสื่อมไปในกาย ใน
ภายในอยู่ พิจารณาเห็นธรรม คือ ความเกิดขึ้นและเสื่อมไปในกาย ในภายใน
อยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ พึงกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้





๓๕



ข้อความต่อไปมีว่า

ภิกษุ นั้น ถ้าหวังอยู่ว่า ขอเราพึงเป็นผู้มีความสำคัญว่า ปฏิกุศลในสิ่งไม่
ปฏิกุศลอยู่เกิด ก็ย่อมเป็นผู้มีความสำคัญว่า ปฏิกุศลในสิ่งที่ไม่ปฏิกุศลนั้นอยู่

ถ้าหวังอยู่ว่า ขอเราพึงเป็นผู้มีความสำคัญว่า ไม่ปฏิกุศลในสิ่งปฏิกุศลอยู่เกิด
ก็ย่อมเป็นผู้มีความสำคัญว่า ไม่ปฏิกุศลในสิ่งปฏิกุศลนั้นอยู่

ถ้าหวังอยู่ว่า ขอเราพึงเป็นผู้เว้นขาดสิ่งไม่ปฏิกุศลและสิ่งปฏิกุศลทั้งสองนั้น
แล้วมีอุเบกขา มีสติสัมปชัญญะอยู่เกิด ก็ย่อมเป็นผู้มีอุเบกขา มีสติสัมปชัญญะ
ในสิ่งทั้งสองนั้นอยู่

แล้วต่อนั้นท่านกล่าวถึง

ภิกษุ ย่อมพิจารณาเห็นธรรม คือ ความเกิดขึ้นในเวทนา ในภายในอยู่
พิจารณาเห็นธรรม คือ ความเสื่อมไปในเวทนา ในภายในอยู่

พิจารณาเห็นธรรม คือ ความเกิดขึ้นและความเสื่อมไปในเวทนา ใน
ภายในอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ พึงกำจัดอภิชฌาและโทมนัสใน
โลกเสียได้

ย่อมพิจารณาเห็นธรรม คือ ความเกิดขึ้นในเวทนา ในภายนอกอยู่ ฯลฯ
ต่อไปเรื่อย ๆ รวมทั้ง เป็นผู้มีความสำคัญว่า ปฏิกุศลในสิ่งไม่ปฏิกุศล และไม่ปฏิกุศลใน
สิ่งปฏิกุศลด้วย

และต่อนั้น ก็เป็นข้อความที่ว่า

ภิกษุ ย่อมพิจารณาเห็นธรรม คือ ความเกิดขึ้นในจิต ในภายใน ฯลฯ
ต่อไปเรื่อย ๆ ในภายนอก รวมทั้งสิ่งปฏิกุศลว่าไม่ปฏิกุศล และสิ่งที่ไม่ปฏิกุศลว่าปฏิกุศล



แล้วต่อจากนั้นก็ป็นข้อความว่า

ภิกษุยอมพิจารณาเห็นธรรม คือ ความเกิดขึ้นในธรรมทั้งหลาย ในภายในต่อไปถึงในภายนอก

พิจารณาเห็นธรรม คือ ความเกิดขึ้นและความเสื่อมไปในธรรมทั้งหลาย ทั้งภายในและภายนอกอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ พึงกำจัดอภิชฌา และโทมนัสในโลกเสียได้

และต่อจากนั้นก็ป็นข้อความเรื่อง สำคัญว่าปฏิภาณในสิ่งไม่ปฏิภาณ และ สำคัญในสิ่งไม่ปฏิภาณว่าเป็นปฏิภาณ ก็ยอมเป็นผู้มีอุเบกขา มีสติสัมปชัญญะในสิ่ง ทั้งสองนั้นอยู่

ดูกร ท่านผู้มีอายุ ด้วยเหตุเพียงเท่านี้แล ภิกษุจึงชื่อว่า ปรรวณสติปัฏฐาน ๔

ให้เว้นอะไรหรือไม่ แล้วท่านจะเว้นเองได้ไหม ไม่พิจารณาสิ่งโน้นสิ่งนี้ พิจารณาแต่เฉพาะสิ่งนั้นสิ่งนี้ แล้วจะละได้ไหม ในเมื่อผู้ที่ปรรวณสติปัฏฐานนั้น พิจารณากาย พิจารณาเวทนา พิจารณาจิต พิจารณาธรรม เจริญความรู้ เพื่อละ ความไม่รู้ และได้มีข้อความเรื่องสถานที่เลย

ผู้ที่ชื่อว่าปรรวณสติปัฏฐาน คือ พิจารณากายในกาย เวทนาในเวทนา จิตในจิต ธรรมในธรรม ไม่ได้มีข้อความที่ท่านพระอนูรุธะกล่าวเรื่องของสถานที่

แต่ผู้ใดก็ตามเป็นผู้ปรรวณสติปัฏฐาน เมื่อพิจารณากายในกาย พิจารณา เวทนาในเวทนา พิจารณาจิตในจิต พิจารณาธรรมในธรรมขณะไหนก็ได้ ถ้าท่าน เป็นบรรพชิตอยู่ ณ สถานที่ใด มีเห็น มีได้ยิน มีสี มีเสียง มีกลิ่น มีรส มี โผฏฐัพพะ มีัมมมารมณฺ์ ท่านก็พิจารณาในขณะที่นั้น ถ้าท่านเป็นฆราวาส ไม่ว่าจะ อยู่ ที่ไหนก็ตาม ไม่ใช่หลอกตัวเอง ไม่ใช่ไปสร้างอะไรขึ้นมา รู้ แต่เวลาที่ท่านมีชีวิต ปกติธรรมดาแล้วไม่มีปัญญา ไม่รู้ลักษณะของนามและรูปที่เป็นตัวท่านจริง ๆ ก็ไม่มีทางที่จะละได้ เพราะเหตุว่าท่านยังผูกพันในบ้านเรือน ในวงศ์ญาติญาติญาติ ท่าน ไม่ใช่บรรพชิตผู้ละโลกสมบัติน้อยบ้างมากบ้าง ละวงศ์ญาติเล็กบ้างใหญ่บ้าง



ปลงผมและหนวด นุ่งห่มผ้ากาสาวพัสตร์ ออกจากเรือนบวชเป็นบรรพชิต แต่ท่านไม่ใช่อย่างนั้น

ในพระไตรปิฎกมีข้อความที่จะทำให้ได้ฟังพระดำริของพระโพธิสัตว์ ในชาติที่เป็นพระมหาชนก จะเห็นความคิดของพระโพธิสัตว์ที่มีความหน่ายในชีวิตของฆราวาส

ขุททกนิกาย ชาดก มหาชนกชาดก (มหานิบาตชาดก) มีข้อความว่า

เมื่อไรเราจึงจักละพระนครมิถิลาอันบริบูรณ์ ซึ่งนายช่างผู้ฉลาดจัดการสร้างแบ่งไว้เป็นส่วน ๆ ออกบวชได้

ทั้งที่เป็นพระนครอันบริบูรณ์ จัดสร้างไว้เป็นส่วน ๆ มีความเพียบพร้อมสมบูรณ์ มีปราสาทราชมนเฑียรต่าง ๆ แต่พระโพธิสัตว์ก็ยังมีพระดำริว่า เมื่อไรเราจึงจักละพระนครมิถิลาอันบริบูรณ์ออกบวชได้

เมื่อไรเราจึงจักละวิเทหรัฐอันบริบูรณ์ มีการสะสมธัญญาหาร เป็นต้น ไว้พร้อมมูล อันพระเจ้าวิเทหราชทรงปกครองโดยธรรมออกบวชได้

เมื่อไรเราจึงจักละพระราชมนเฑียรอันรื่นรมย์ มีกลิ่นหอมจรงใจ ออกบวชได้

เมื่อไรเราจึงจักละบัลลังก์ทอง อันลาดด้วยผ้าโกเชาว์อย่างวิจิตร ออกบวชได้

เมื่อไรเราจึงจักละผ้าฝ้าย ผ้าไหม ผ้าไหมพัสตร์ ผ้าโกทุมพรพัสตร์ ออกบวชได้

เมื่อไรเราจึงจักละสระโบกขรณี อันน่านรื่นรมย์ มีนกจากพรากมาส่งเสียงพริ้วเพรียกอยู่ ดารดาษด้วยดอกมณฑา ดอกปทุม และดอกอุบล ออกบวชได้

เมื่อไรเราจึงจักละรถทอง มีเครื่องครบครัน ติดธงประจำ หุ้มด้วยหนังเสือ เหลืองและเสือโคร่ง ประดับด้วยเครื่องอลังการทั้งปวง อันนายสารถีสวมเกราะถือธนู ขึ้นขี่ประจำ ออกบวชได้



เมื่อไรเราจึงจักละพวงราชบุตร ผู้ประดับด้วยเครื่องอลังการทั้งปวง สวม
เกราะอันวิจิตร กล้าหาญ ถืออกุชทอง ออกบวชได้

เมื่อไรเราจึงจักละหมู่พราหมณ์ผู้ครองผ้า ประดับประดาอัญมณีด้วย
จूरณจันทน์เหลือง ทรงผ้าเนื้อดี อันมาแต่แคว้นกาสิ ออกบวชได้

เมื่อไรเราจึงจักละหมู่อำมาตย์ ผู้ประดับด้วยเครื่องอลังการทั้งปวง สวม
เกราะเหลือง กล้าหาญ เดินไปข้างหน้า เป็นระเบียบเรียบร้อย ออกบวชได้

เมื่อไรเราจึงจักละนางสนมกำนัล ประมาณ ๗๐๐ คน ผู้ละมุนละไม
สะอิด สะออง ออกบวชได้

เมื่อไรเราจึงจักละนางสนมกำนัล ประมาณ ๗๐๐ คน ผู้ว่านอนสอนง่าย
เจรจาไพเราะน่ารัก ออกบวชได้

เมื่อไรเราจึงจักละภคินีของค่านัก ๑๐๐ ปีละ จำหลักลอยตายตั้ง ๑๐๐
ออกบวชได้

เมื่อไรผู้ซึ่งเคยติดตามเรา จึงจะไม่ติดตามเรา

เมื่อไรเราจึงจักได้ปลงผม ห่มผ้าสังฆาฏิ อุ้มบาตร เทียวบิณฑบาตไป

เมื่อไรเราจึงจักทรงผ้าสังฆาฏิ อันทำด้วยผ้าบังสุกุลซึ่งเขาทิ้งไว้ที่หนทาง
ใหญ่

เมื่อไรเมื่อฝนตกตลอด ๗ วัน เราจึงจักมีจีวรเปียกชุ่ม เทียวบิณฑบาต

เมื่อไรเราจึงจักได้จาริกไปตามต้นไม้ ตามราวป่า ตลอดทั้งกลางวัน
กลางคืน เทียวไปโดยไม่ต้องห่วงหลัง

เมื่อไรเราจึงจักละความกลัวและความขลาดได้เด็ดขาด เทียวไปผู้เดียว
ไม่มีเพื่อนสอง ตามซอกเขาและลำธาร

เมื่อไรเราจึงจักได้ทำจิตให้ตรง ดังคนตีพิณ ดีดสายพิณทั้ง ๗ สาย ให้
เป็นเสียงรื่นรมย์ใจ ความดำรินนั้นจักสำเร็จได้เมื่อไรหนอ

เมื่อไรเราจึงจักตัดเสียได้ซึ่งกามสังโยชน์ ทั้งที่เป็นของทิพย์ ทั้งที่เป็นของ
มนุษย์ เหมือนช่างหนังตัดรองเท้าโดยรอบ ฉะนั้น



เคยคิดอย่างนี้ไหม ไม่ใช่ว่าปกติก็ผูกพัน ชอบไว้เต็มเลย แต่แล้วก็จะไปละชั่วคราวด้วยความต้องการ แต่ใจจริง ๆ นั้นไม่เคยหน่ายเลย ผูกไว้แน่นทีเดียว แต่จะไปทำ ได้แล้วจะกลับมา นี่ไม่ตรง ไม่ถูกตามเหตุผลเลย

ต่อไปเป็นคำถามของท่านผู้ฟังที่เขียนจดหมายมา มีข้อความว่า

ถ. กระผมมีความเห็นในการเจริญสติปัฏฐาน ในอิริยาบถนั่ง มีรูปนามดังนี้ คือ ขณะที่ยืนอยู่นั้นสภาพธรรมเคร่งตึงของกายก็มี ขณะที่หย่อนกายลงนั่ง สภาพธรรมที่ไหวของกายก็มี ขณะผัดสะกับที่นั่งนั้น สภาพธรรมที่แข็งก็มี ที่อ่อนก็มี ขณะที่นั่งอยู่นั้น สภาพธรรมที่เย็นและร้อนมาผัดสะกายก็มี ขณะนั่งอยู่นั้น สภาพธรรมที่เห็นก็มี ขณะที่นั่งอยู่นั้นสภาพธรรมที่ได้ยินก็มี ขณะนั่งอยู่นั้นสภาพธรรมที่รู้กลิ่นก็มี ขณะนั่งอยู่นั้นสภาพธรรมที่คิดนึกก็มี ขณะที่นั่งอยู่นั้นสภาพธรรมที่คันก็มี ขณะที่นั่งอยู่นั้นสภาพธรรมที่ปวดเมื่อยก็มี

ฉะนั้น สภาพธรรมที่กระผมกล่าวมานี้ เป็นอารมณ์ของสติปัฏฐานใช่ไหม ส่วนอิริยาบถต่าง ๆ เหล่านี้ เช่น นั่งขัดสมาธิบ้าง นั่งพับเพียบบ้าง นั่งยอง ๆ บ้าง นั่งชันเข่าบ้าง นั่งไขว่ห้างบ้าง นั่งห้อยเท้าบ้าง นั่งเหยียดเท้าบ้าง นั่งคุกเข่าบ้าง เหล่านี้เป็นต้น กระผมมีความเห็น เรียกว่าอิริยาบถใช่ไหม ฉะนั้น มีบางอาจารย์กล่าวว่ารูปนั่ง กระผมไม่ทราบว่าคุณรูปนั่งนั้นมีอยู่ตรงไหน ขอท่านอาจารย์ช่วยให้ความสว่างแก่กระผมด้วย จะเป็นพระคุณอย่างยิ่งครับ

ส. นั่ง นอน ยืน เดิน เป็นบัญญัติให้รู้อาการลักษณะของรูปว่า ทรงอยู่ในลักษณะอย่างไร แต่ถ้าเป็นสภาพปรมาณูธรรม ต้องเป็นรูปใน ๒๘ รูป แล้วการเจริญสติปัฏฐานไม่ใช่ไปรู้สิ่งที่ไม่ปรากฏ กำลังเห็น อะไรปรากฏ กำลังได้ยิน อะไรปรากฏ ขณะนี้ นั่ง อะไรกำลังปรากฏ ตามปกติธรรมดา ต้องรู้ลักษณะทางหนึ่งทางใด อย่าไปสร้างสิ่งที่ไม่ปรากฏในขณะนั้นขึ้น อย่าไปจงใจจดจ้องจะรู้สิ่งที่ไม่ปรากฏในขณะนั้น ถ้ากำลังนั่งอยู่ในขณะนี้ มีอะไรปรากฏ มีอาตาปี เพียรใส่ใจรู้ลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏ ไม่ใช่เพียรรู้อย่างอื่น ไม่ใช่ไปเพียรทำอย่างอื่นขึ้นด้วย แต่หมายความว่าสิ่งที่กำลังมีในขณะนี้ ก็มีอาตาปี เพียรใส่ใจรู้ลักษณะของ



สิ่งที่ปรากฏ เพราะเหตุว่าสิ่งที่ปรากฏจะปรากฏทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ทุกภูมิ ทุกภพ เหมือนกันหมด บนสวรรค์ รูปพรหม ก็ยังคงเห็น ได้ยิน การที่จะรู้แจ้ง ละความเห็นผิด ละความไม่รู้ ละความสงสัย ก็ด้วยการเจริญความรู้ลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏ อย่าข้ามสิ่งที่กำลังปรากฏไปหาสิ่งอื่น ได้ยินก็มี ทำไมไม่มีสติระลึก รู้ลักษณะของได้ยินหรือเสียง ทำไมไปจดจ้อง ต้องการรู้สิ่งอื่น ถ้าท่านไม่เคยรู้รูปนั้น ก็ไม่ต้องไปรู้ ในเมื่อเห็นกำลังเห็น ได้ยิน กำลังได้ยิน ถ้ามีกลิ่นปรากฏ กลิ่นนั้นเป็นสิ่งที่ควรรู้ ทำไมจะต้องไปรู้สิ่งที่ไม่ปรากฏให้รู้

ทางตาเห็นสี สีเป็นสิ่งที่ปรากฏให้รู้ได้ แล้วรูปนั้นอยู่ที่ไหน จิตที่รู้สีทางตา ดับไปแล้ว จิตที่รู้สีทางใจก็รู้สีนั้นต่อ เมื่อจิตรู้เสียงทางหูดับไปแล้ว จิตก็รู้เสียงนั้น ทางใจต่อ เพราะฉะนั้น รูปที่รู้ได้ทางใจ ก็เป็นสี เป็นเสียง เป็นกลิ่น เป็นรส เป็นเย็น ร้อน อ่อน แข็ง แกร่ง ตึง ไหว ที่รู้ทางตา หู จมูก ลิ้น กายนั้นเอง ตรงตาม ปริยัติหรือไม่ตรง

ดิฉันขอให้ท่านพิจารณา เพราะว่าการพิจารณาเป็นเหตุให้เกิดปัญญา ขณะที่กำลังนั่งอยู่นี้ ท่านจะพิจารณาหรือว่าจะรู้อะไร สิ่งที่กำลังปรากฏหรือไม่ปรากฏ ปกติไหม แล้วท่านจะเจริญสติปัฏฐานเพื่อละความไม่รู้ หรือยังต้องการเก็บความไม่รู้นั้นไว้มาก ๆ ถ้าไม่เก็บก็ต้องเจริญสติ เพื่อให้ปัญญารู้ลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏตามความเป็นจริง ที่บางท่านกล่าวว่า ฟังเรื่องของการเจริญสติปัฏฐานมานานแล้วแต่ไม่เข้าใจลักษณะของนามและรูป จนกระทั่งท่านต้องไปสู่สถานที่เงียบสงบ แล้วก็ได้เข้าใจลักษณะว่า อะไรเป็นนาม อะไรเป็นรูป

ใครที่จะถามท่านผู้นั้นว่า สติ คือการรู้ลักษณะของนามและรูป ในขณะที่ท่านอยู่ในสถานที่ ๆ สงบเงียบนั้น ต่างกับสติ การระลึกได้ตามปกติอย่างไร เพราะว่าลักษณะของสติแล้ว ต้องเป็นสภาพที่ระลึกได้ จะระลึกได้ในเรื่องของทาน หรือว่าจะระลึกได้ในเรื่องของศีล จะระลึกได้ในเรื่องของการทำให้จิตสงบจากโลกะ



จากโทสะ จากโมหะ หรือว่าจะระลึกได้ในเรื่องปัญญาที่รู้ลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏตามความเป็นจริง เพื่อละความไม่รู้

นี่เป็นสิ่งที่ท่านจะต้องทราบ ว่า ลักษณะของสติเป็นสภาพที่ระลึกได้ แต่ว่าจะระลึกได้ขณะใด ขึ้นไฉนนั้น เป็นเรื่องที่ผู้เจริญสติปฏิฐานเป็นผู้ทราบลักษณะของสติ

สมมติว่า ท่านไปสู่สถานที่ ๆ สงบและบอกว่า รู้ลักษณะของนามและรูป ในขณะที่ท่านอยู่ในสถานที่นั้น สติในขณะที่กำลังรู้ลักษณะของนามและรูปในสถานที่ที่สงบ กับสติขณะที่ท่านกำลังรู้ลักษณะของนามและรูปที่กำลังปรากฏทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจในขณะนี้ ไม่ใช่อยู่ในสถานที่ ๆ จำกัดอย่างนั้น ลักษณะของสติต่างกันหรือเหมือนกันอย่างไร ท่านจะตอบได้ไหม ต้องไตร่ตรองและต้องคิดให้ถูกต้องด้วยเพื่อจะได้เข้าใจเรื่องของสติปฏิฐานที่ตั้งของการระลึก

ท่านก็ทราบว่า นามรูปทั้งหลายเป็นอนัตตา ไม่มีสัตว์ ไม่มีบุคคล สำหรับผู้ที่รู้แจ้งลักษณะของนามและรูปแล้ว เพราะฉะนั้น ชีวิตประจำวันก็คือ นามและรูปเท่านั้นเอง กำลังเห็นในขณะนี้เห็นของจริง ถ้าไม่ระลึกได้ ก็เห็นเราเห็น ซึ่งเป็นความเห็นผิด

เพราะฉะนั้น เมื่อระลึกได้ จะระลึกได้เมื่อไร ก็ควรจะระลึกได้ในขณะที่กำลังเห็น ในขณะที่กำลังได้ยินเช่นเดียวกัน ถ้าระลึกไม่ได้ ก็เห็นเราได้ยิน ก็เป็นเสียงเรา หรือเสียงคนนั้นคนนี้ แต่ว่าถ้าระลึกได้ ก็รู้ลักษณะของได้ยิน หรือว่ารู้ลักษณะของเสียงที่ปรากฏให้รู้ได้ทางหู ตามปกติธรรมดา

เพราะฉะนั้น อะไรที่เป็นสติปฏิฐาน นี่เป็นสิ่งที่ต้องคิด กำลังกระทบสัมผัส เย็นบ้าง ร้อนบ้าง หรือว่าอ่อนบ้าง แข็งบ้าง ท่านอาจจะคิดว่าไม่มีประโยชน์ที่จะระลึกรู้ลักษณะที่อ่อน ที่แข็ง ที่เย็น ที่ร้อน บางท่านอาจจะคิดอย่างนี้ แต่ขอให้ท่านทราบว่า ที่ท่านยึดถือว่า เป็นตัวตน อ่อนไหม แข็งไหม ถ้าไม่รู้ขณะใด อ่อนนั้นเป็นตัวท่าน แข็งนั้นก็ตัวท่าน หรือว่าเป็นวัตถุสิ่งของต่าง ๆ ที่มาประชุมรวมกัน ทำให้ยึดถือว่า เป็นสิ่งนั้นสิ่งนี้



นี่เป็นสิ่งที่จะต้องรู้ว่า เพราะเหตุใดจึงต้องรู้ตามปกติ เป็นหนทางที่จะประจักษ์สภาพความจริงที่ปรากฏ และรู้ว่าสภาพนั้นเป็นแต่เพียงลักษณะหนึ่ง ถ้าเป็นอ่อนหรือแข็งก็ไม่ใช่สภาพรู้ เป็นเพียงลักษณะของอ่อนหรือแข็งเท่านั้นเอง แต่ถ้าไม่พิจารณาเนื่อง ๆ จะรู้ได้อย่างไรว่า อ่อนหรือแข็งนั้นไม่ใช่ตัวตน จะรู้ได้อย่างไรว่า อ่อนหรือแข็งนั้นเกิดดับ ถ้าท่านไม่ได้ศึกษาเรื่องของที่ตั้งของการระลึกรู้ คือ สติ โดยถูกต้อง

เพราะฉะนั้น ท่านข้ามสิ่งที่ปรากฏเป็นปกติธรรมดา จริงหรือไม่ ท่านข้ามปกติธรรมดาทุก ๆ ครั้งที่เห็น ทุก ๆ ครั้งที่ได้ยิน ที่รู้เย็น ร้อน อ่อน แข็ง แล้วก็ต้องการจะไปดูสิ่งอื่น นั่นเป็นความต้องการที่จะดู ไม่รู้สิ่งที่มีปรากฏเลย เรื่องของตาไม่รู้เลย เรื่องของหูไม่รู้ เรื่องจมูก เรื่องลิ้น เรื่องกาย เรื่องใจก็ไม่รู้ แต่จะไปดูสิ่งซึ่งท่านไม่เคยเห็น โดยทุกสิ่งที่มีตามปกติมีอยู่แล้ว แต่ท่านไม่รู้เลย เมื่อไม่รู้จะชื่อว่า เจริญสติปฏิฐานได้อย่างไร

จิตก็มีทั้งโลกะ มีทั้งโทสะ มีทั้งโมหะ ถ้าไม่ระลึกรู้จิตที่เป็นโลกะบ้าง เป็นโทสะบ้าง เป็นโมหะบ้าง แล้วปัญญาจะรู้อะไร จิตมีตลอดเวลา ความรู้สึกเป็นสุขเป็นทุกข์ เฉย ๆ มีอยู่ตลอดเวลา เห็นมี ได้ยินมี เสียงมี สัมผัสมี กลิ่นมี รสมีตลอดเวลา แต่ไม่เคยรู้เลย และก็ไม่มีเจริญสติ ไม่ระลึก ไม่ใส่ใจรู้ลักษณะของสิ่งต่าง ๆ ที่กำลังปรากฏ แล้วท่านจะรู้อะไร ในเมื่อที่ท่านคิดว่าท่านรู้นี้ ท่านไม่ได้รู้ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจตามปกติ จะชื่อว่าเจริญสติปฏิฐานได้ไหม ละคลายอะไรบ้าง ถ้าเจริญโดยไม่รู้สิ่งที่กำลังปรากฏตามปกติ แต่พอใจ ต้องการที่จะไปดูสิ่งซึ่งไม่ใช่ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจตามปกติ

ถ้าท่านระลึกรู้สิ่งที่กำลังปรากฏทุกขณะจะตรงกับมหาสติปฏิฐานใหม่ ในมหาสติปฏิฐานมีกายานุปัสสนาสติปฏิฐาน ไม่ว่าสิ่งใดกระทบปรากฏที่กายก็รู้ลักษณะของสิ่งนั้นตามความเป็นจริงปกติธรรมดาทุก ๆ ขณะ เพื่อจะละความไม่รู้ ความรู้สึกใด ๆ จะเป็นความเข้มข้น ไม่เข้มข้นเกิดขึ้นขณะใด เป็นของจริงที่สติ



ควรระลึกไว้ เป็นเวทนนานุสสนาสติปัฏฐาน ถ้ารู้แล้วก็ละความไม่รู้ ละความเห็น
ผิดในความรู้สึกที่กำลังปรากฏ หรือว่า รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะต่าง ๆ ที่กำลัง
ปรากฏก็เป็นของจริง ผู้ที่ระลึกได้ ย่อมพิจารณาแล้วก็จะ





๓๖



นี่คือมหาสติปัฏฐาน ตามปกติ ตามธรรมดาทุกอย่าง ไม่ควรข้าม แล้วต้องการดู พยายามไปดูให้เห็นสิ่งซึ่งไม่เห็นตามปกติ ซึ่งที่ถูกต้องแล้วควรเจริญสติระลึกได้เมื่อกำลังดำเนินชีวิตตามปกติ รู้ลักษณะของสิ่งที่ปรากฏตามปกติ ขอให้เลิกละความต้องการที่จะไปดูสิ่งที่ไม่ใช่ปกติ เพราะขณะนั้นมีความพอใจ มีความต้องการอาศัยอยู่แล้ว จึงไม่ใช่การรู้ลักษณะของตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจที่กำลังปรากฏตามปกติเลย

ก็ยังมีปัญหาต่อไปอีกสำหรับท่านที่ได้ฟังเรื่องของนามและรูปแล้ว ท่านกล่าวว่าปัญญาขั้นต่อไปนั้นเป็นอะไร เหมือนกับเป็นธรรมดาเสียเหลือเกินที่ท่านรู้แล้ว แต่ไม่ใช่รู้แล้วเลย เพราะเพียงทราบว่าจะอะไรเป็นนามอะไรเป็นรูปโดยการฟังว่า กำลังเห็นเป็นสภาพรู้ และสิ่งที่ปรากฏทางตานั้นเป็นรูป เป็นสภาพที่ไม่รู้อะไร ไม่ใช่สภาพรู้

หรือว่ากำลังได้ยินทางหู สภาพที่ได้ยินเป็นสภาพรู้ ส่วนเสียงไม่ใช่สภาพรู้ ท่านเข้าใจอย่างนี้แล้วโดยปริยัติ แต่ไม่ใช่พอ อย่าคิดว่าแค่นี้พอแล้ว แค่นี้รู้แล้ว ความรู้ขั้นนี้เป็นแต่เพียงความรู้ขั้นปริยัติเท่านั้นเอง ไม่ใช่ขั้นญาณ ไม่ใช่ผลของการเจริญสติปัฏฐาน เพราะเหตุว่าขณะนั้นไม่ใช่ความรู้ที่เกิดพร้อมกับสติ ระลึกได้ รู้ลักษณะของสิ่งที่ปรากฏที่ละลักษณะ จนกระทั่งชิน จนกระทั่งหมดความสงสัยในลักษณะของนามและรูปที่ต่างกันทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ปัญญายังเจริญอีกเรื่อย ๆ ละคลายมากขึ้น และประจักษ์การเกิดดับของนามและรูปที่มีอยู่ตามปกติธรรมดานั่นเอง ไม่ว่าจะเป็นทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจก็ตาม แต่ให้ทราบว่า ไม่ใช่รู้แล้วโดยขั้นการฟัง แต่หมายความว่า จะต้องมึสติระลึกได้ และรู้ชัดจริง ๆ ในลักษณะของนามและรูป



ถ้าท่านกระทบกับเย็นหรือร้อน อ่อนหรือแข็ง ระลึกสิ่งที่กำลังปรากฏ กำลังเห็นระลึกได้ พิจารณาว่าเป็นสภาพรู้ หรือว่าเป็นสิ่งที่ปรากฏทางตา ต้องให้ชัดเจนทั้งสองอย่าง อย่างรวบ ๆ ว่ารู้แล้ว เพราะเหตุว่าถ้าเป็นอย่างนั้นแล้วไม่ใช่ความรู้ที่แท้จริงเลย

สำหรับในตอนนี้มีท่านผู้ใดสงสัยไหม เพราะว่าความจริงก็เป็นเรื่องธรรมดา แต่อยากให้เห็นของท่านระลึกรู้เนื่อง ๆ ในสิ่งที่ปรากฏตามปกติ ไม่ต้องการที่จะไปดู สิ่งซึ่งไม่ใช่เป็นปกติ เพราะเหตุว่าสภาพรู้ทั้งหมดเป็นนามธรรม ไม่ใช่ท่านจะไปดู นามได้ แต่ท่านรู้นามได้ ท่านรู้รูปได้

เพราะฉะนั้น ให้ทราบว่า การเจริญสติปัฏฐานนั้นความรู้เจริญขึ้น ไม่ใช่จะไปดูจนกระทั่งเห็นอะไร ถ้าปัญญาไม่รู้แล้ว ไม่เห็นการเกิดของนาม ซึ่งเห็น ไม่ได้ เพราะเหตุว่าเป็นนามธรรม ที่จะรู้ลักษณะของนามได้ต้องเป็นนาม สภาพรู้ก็เป็นนาม ไม่ใช่จะไปดู แต่ว่ารู้ เจริญความรู้ให้มากขึ้น

ถ. ถ้าไม่ดู ทำไมจึงจะรู้

ส. คำถามว่า ถ้าไม่ดูทำไมจึงจะรู้ ขณะที่กำลังเห็น ดูอย่างไรถึงจะรู้ว่า เป็นนาม ที่ว่าถ้าไม่ดูก็ไม่รู้ เพราะฉะนั้น ทุกท่านกำลังเห็น ดูอย่างไรจึงจะรู้ว่าเห็น นี้เป็นนาม กำลังได้ยิน ดูอย่างไรจึงจะรู้ได้ว่าได้ยินนี้เป็นนาม

แต่เวลาที่ระลึกได้ รู้ว่าสภาพนี้เป็นสภาพรู้ ทางหูรู้ได้ไหม รู้ได้ถ้ามีสติ เมื่อระลึกได้แล้วก็ใส่ใจว่า สภาพที่กำลังปรากฏนี้เป็นลักษณะรู้ ปัญญาารู้ได้ ถ้าท่านจะไปดู ท่านไม่ได้ละความไม่รู้ แต่ว่าเวลาที่ท่านรู้ขณะใด ท่านละความไม่รู้ใน ลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏ เพราะเหตุว่าบางที่ท่านผู้ฟังก็บอกว่า เห็นก็มี ใครบ้างที่ไม่รู้ว่า กำลังเห็น ได้ยินก็มี ใครบ้างที่ไม่รู้ ดูเหมือนกับว่าทุกท่านนั้นมี สติสัมปชัญญะทุก ๆ ขณะที่เราเห็น ที่ได้ยิน เป็นผู้สมบูรณ์ด้วยสติสัมปชัญญะ แต่ไม่ใช่การเจริญสติปัฏฐานก็เพราะเหตุว่า เห็นจริง แต่ไม่รู้ที่กำลังเห็นเดี๋ยวนี้เป็น สภาพรู้ ถ้าไม่รู้อย่างนี้ ไม่ใช่การเจริญสติปัฏฐาน ท่านที่มีจักขุปสาทก็เห็น ท่านที่มีโสตปสาทก็ได้ยิน ท่านเห็น ท่านได้ยินตามปกติ แต่ไม่รู้ลักษณะของเห็น ไม่รู้



ลักษณะของไฉยิน แต่ผู้เจริญสติระลึกได้ พิจารณารู้ลักษณะของสภาพรู้ว่า ต่างกับสิ่งที่ปรากฏทางตา ทางหูอย่างไร

นี่เป็นความต่างกัน เพราะส่วนมากท่านบอกว่ามีสติรู้ กำลังเห็นก็รู้ว่าเห็น กำลังไฉยก็รู้ว่าไฉยิน ไม่มีความหลงลืม หรือเป็นผู้ขาดสติ แต่ในขณะนั้นถ้าไม่ได้พิจารณาว่า สภาพนั้นเป็นสภาพรู้ ขณะนั้นก็ไม่ใช่ว่าไม่รู้ เป็นความไม่รู้

เพราะฉะนั้น ท่านก็จะเห็นความเป็นปกติของสติว่า สติไม่ระลึกที่อื่น แต่ระลึกที่สิ่งที่กำลังปรากฏตามปกติธรรมดา ผู้เจริญสติปัฏฐานเป็นผู้ที่ปัญญาเจริญทุกขั้นที่เดียวตั้งแต่ขั้นต้น แม้แต่รู้ว่าอะไรเป็นนาม อะไรเป็นรูป ผู้เจริญสติปัฏฐานก็รู้เหตุถูกต้องตามความเป็นจริงว่า การที่ท่านเริ่มรู้ว่า สิ่งใดเป็นรูป สิ่งใดเป็นนามนั้น เพราะท่านพิจารณาอย่างไร ไม่ใช่เพียงแต่ท่านกระทบ เย็นก็เย็น ร้อนก็ร้อน แต่จะต้องใส่ใจลักษณะที่กำลังปรากฏ และก็มีความรู้ว่า ขณะนั้นสภาพนั้นเป็นสภาพรู้ หรือว่าไม่ใช่สภาพรู้ ที่ละเล็กทีละน้อยจนกว่าจะขึ้นตามปกติธรรมดา แต่ให้ทราบว่าสติปัฏฐานนั้นไม่ใช่อย่างอื่น เป็นชีวิตปกติธรรมดา ไม่ว่าจะขยับรอกยนต์ ไม่ว่าจะกำลังรับประทานอาหารหรืออะไร ก็มีสิ่งที่ทำให้สติระลึกได้ เป็นกายานุปัสสนาสติปัฏฐานบ้าง เป็นเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐานบ้าง เป็นจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานบ้าง เป็นธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานบ้าง จะต้องอยู่ในมหาสติปัฏฐานหมวดหนึ่งหมวดใดเสมอ เพราะเหตุว่าลักษณะนั้นเป็นลักษณะที่ปรากฏ เป็นของจริง

ข้อสำคัญอีกข้อหนึ่งไม่ให้สติเกิด เพราะเข้าใจว่าขณะนั้นสติเกิดไม่ได้ อย่างปุณณผู้ไม่เคยเจริญสติก็คิดว่า กำลังทำงานสติเกิดไม่ได้ เพราะไม่เคยเจริญสติ แต่ถ้าเจริญสติจะเห็นได้จริง ๆ ว่า ไม่มีอะไรจะบังคับหรือกั้นไม่ให้สติเกิดเลย แล้วแต่สติจะเกิดเมื่อไรก็ได้ สติเป็นอนัตตา เป็นสภาพที่ระลึกได้ แล้วก็พิจารณารู้ลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏ

ถ. ที่ว่าเจริญสติปัฏฐานนั้น ขณะรูปปรากฏ นามรู้ ตัวเราสามารถจะอธิบายได้หรือไม่



ส. อธิบายหรือรู้ ผู้ที่มีสติรู้ได้ เพราะในขณะนั้นสติระลึกสิ่งที่กำลังปรากฏ แล้วปัญญาพิจารณาลักษณะนั้นก่อนที่จะรู้ว่า ลักษณะนั้นเป็นสภาพรู้หรือไม่ใช่สภาพรู้ เพราะเหตุว่าขณะนี้ทั้งนามและรูปปรากฏทั้งสองอย่าง ทางตาก็มีทั้งนามและรูป ทางหู ก็มีทั้งนามและรูป ถ้าได้กลิ่นทางจมูก ก็มีทั้งนามทั้งรูป ถ้าทางลิ้นกำลังรู้รส ก็มีทั้งนามทั้งรูป จะมีแต่รสปรากฏโดยที่ไม่รู้รสไม่ได้ ทางกายก็เหมือนกัน เวลาที่เย็น ร้อน อ่อน แข็ง แกร่ง ตึง ไหวปรากฏ ก็จะต้องมีนามที่รู้ลักษณะที่เย็นหรือร้อน อ่อน ไหว แกร่ง ตึงนั้นด้วย

เพราะฉะนั้น เวลาที่มีสติระลึกรู้ที่ลักษณะหนึ่งลักษณะใด ปัญญาจึงต้องพิจารณาให้รู้ชัดว่า สภาพนั้นเป็นสภาพรู้หรือไม่ใช่สภาพรู้ เพื่อละความที่เคยยึดถือว่าเป็นตัวตน เพราะเหตุว่าถ้าไม่รู้ชัดจริง ๆ ยังสงสัยอยู่ ก็ยังยึดถือสภาพนั้นว่าเป็นตัวตน การที่จะหมดความเห็นผิดยึดถือว่าเป็นตัวตนได้จะต้องมีปัญญาที่รู้ชัดจริง ๆ ถ้าพิจารณารูป ก็รู้ว่าลักษณะนั้นเป็นสภาพที่ปรากฏทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย หรือทางใจ แล้วแต่ลักษณะของรูปนั้น อย่าปนกันระหว่างสภาพรู้กับสภาพที่ไม่รู้ ซึ่งจะขาดปัญญาไม่ได้เลย ต้องพิจารณาให้รู้ชัด จึงจะชื่อว่าเป็นการเจริญสติปัฏฐาน ไม่ใช่แค่รู้สึกตัวเท่านั้น เพียงรู้สึกตัวไม่พอ แต่ต้องพิจารณามากขึ้นด้วย

ถ. แล้วต่อไปจะพิจารณาอย่างไร

ส. ปัญญาที่จะรู้นี้ รู้ชัดในลักษณะเพียง ๒ อย่าง คือ ลักษณะที่เป็นสภาพรู้ อย่างหนึ่ง กับสภาพที่ไม่ใช่สภาพรู้ อีกอย่างหนึ่ง ๒ อย่างเท่านั้นเอง ไม่ว่าในขณะไหนก็ตาม ถ้าจะคิดนึกต่อจากที่เย็นบ้าง ร้อนบ้าง ก็มีสติระลึกได้ รู้ว่าที่คิดนั้นก็เป็นสภาพรู้ คือ สภาพคิดเท่านั้นเอง เพราะรูปคิดไม่ได้

ถ. (ไม่ได้ยิน)

ส. ก็ไม่เป็นไร เพราะเหตุว่าปัจจุบันธรรมนี้ปรากฏเพียงชนิดเดียวแล้วก็หมดไป แต่อย่าเผลอความที่เคยยึดถือว่าเป็นตัวตนต่างหากที่พยายามจะย้อนกลับไปกลับมา ขณะใดที่มีสติระลึกได้ รู้ลักษณะของรูปใด ทั้งสติและรูปนั้นก็ดับ แล้ว



แนวทางเจริญวิปัสสนา เล่ม ๔ ตอนที่ ๓๑-๔๐

เวลาที่ลักษณะอื่นปรากฏ สติอีกขณะหนึ่งก็เกิดรู้ลักษณะของรูปนั้น หรือว่ารู้
ลักษณะของนามต่อไป

ข้อสำคัญคือ จะต้องเข้าใจลักษณะของสติว่า ระลึกเมื่อไรก็ได้ จะเป็นทางตา หรือทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ อย่าไฝหาหรืออย่าพอใจที่จะไปดูสิ่งที่ไม่ปกติ เพราะเหตุว่าสิ่งที่เกิดดับก็คือสิ่งที่กำลังปรากฏตามปกตินั่นเอง

เสียงที่ปรากฏให้รู้ทางหูเมื่อสักครู่นี้ เกิดขึ้นปรากฏแล้วกัดับ อย่าไปหวังอย่างอื่นเลย ถ้าจะรู้ความเกิดดับ ก็รู้ความเกิดดับของเห็น ของได้ยิน ของได้กลิ่น ของรส ของเสียง ของกลิ่น ของรส ของเย็น ร้อน อ่อน แข็งตามปกติธรรมดา นี่เอง และก็เป็นการละคลายความต้องการของท่านด้วย เพราะเหตุว่าถ้าไม่รู้อย่างนี้ ก็ต้องการจะไปดู ต้องการสงบ แต่ปัญญาไม่ได้ละความไม่รู้ในขณะที่เห็น ที่ได้ยินตามปกติเลย แล้วการที่จะรู้จักกาย เวทนา จิต ธรรม ตามปกติที่เป็นตัวเองจริง ๆ ดีหรือไม่ดี จิตของเราจะให้คนอื่นรู้ดีไหม หรือว่าเราควรจะรู้ของเราเอง

ขณะใดเป็นโลภะมากหรือน้อยทางตา หรือทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย หรือทางใจ ขณะใดเป็นความไม่แช่มชื่น เป็นโทสะ จะให้คนอื่นรู้ หรือว่าเราเองควรจะเป็นผู้รู้จักมัน เพราะเหตุว่าถ้าลักษณะของจิตอย่างนั้นเกิดขึ้นแล้วระลึกได้ เป็นการละความไม่รู้ เป็นการละความที่เคยยึดถือสภาพนั้นว่าเป็นตัวตนเพราะเหตุว่าโลภะกักตบ โทสะกักตบ ผู้ที่เจริญสติระลึกได้ตามปกติธรรมดา ไม่ว่ากำลังหิว อด กำลังใส่รองเท้า กำลังทำงาน กำลังใส่น้ำตาล น้ำปลา ท่านจะเห็นจริง ๆ เท่านั้นเอง จะใส่เพราะพอใจในรส ก็หมดแล้ว ได้ยินอีกแล้ว เห็นอีกแล้ว พิจารณาเนื่อง ๆ บ่อย ๆ จะไม่หวั่นไหว แม้ในโลภะหรือโทสะที่เกิดขึ้นปรากฏเพราะเหตุปัจจัยนั้น ท่านก็ได้ยึดถือว่าเป็นตัวตน เพราะเคยสะสมมาอย่างนั้นแล้วก็หมด ถ้าพิจารณาอย่างนี้ ก็รู้จักตัวเองมากขึ้น และจะรู้ว่าเป็นแต่เพียงนามและรูปเท่านั้นเองจริง ๆ แต่ถ้าไม่รู้อย่างนี้ ก็ไม่มีโอกาสละความไม่รู้ที่เคยยึดถือว่าเป็นตัวตนได้



เพราะฉะนั้น เป็นเรื่องของ การระลึกได้เนือง ๆ บ่อย ๆ ไม่ว่าจะอยู่ที่ไหนทำอะไร เป็นสิ่งที่สำคัญที่สุดที่จะละความต้องการสิ่งอื่นที่ยังไม่เกิด ยังไม่ปรากฏ

ถ. สติควบคุมได้ไหม

ส. ธรรมทั้งหลายเป็นอนัตตา เกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัย เวลาเมื่อสติอาจจะคิดว่าบังคับให้สติเกิดได้ แต่ความจริงบังคับไม่ได้ เพราะไม่มีตัวตน หมายความว่า รู้ปัจจัยว่าสติจะเกิดได้อย่างไร ถ้าทราบว่าเป็นอนัตตา เป็นธรรมชาติที่มีคุณ ไม่ควรให้จิตเป็นไปในโลกะ ในโทสะ ในโมหะ และการที่สติระลึกถึงลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏ ทำให้ปัญญาพิจารณาและรู้ชัดในลักษณะของสิ่งนั้นเพื่อละความไม่รู้ ถ้ารู้อย่างนี้สติก็มีโอกาสเกิดขึ้นได้ จนกว่าจะมีกำลังแล้วในขณะที่สติเกิดก็ไม่ยึดถือว่าสตินั้นเป็นตัวตนและไม่คิดว่าบังคับสติได้ เพราะเหตุว่าปัญญาจะต้องรู้ชัดตามความเป็นจริงในลักษณะทั้ง ๓ ของสังขารธรรม คือสภาพที่ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา เพราะเหตุว่าถ้ามีสติระลึกถึงลักษณะของสิ่งหนึ่งสิ่งใดแล้ว ก็จะต้องรู้ถึงสิ่งนั้นดับแล้วจึงเป็นทุกข์ เพราะไม่เที่ยงไม่ใช่ตัวตนและบังคับบัญชาไม่ได้ เช่น ต้องการพิจารณานามได้ยินกับเสียง แต่นามได้ยินกับเสียงปรากฏชั่วขณะก็ดับไป หรือต้องการให้สติระลึกได้ในขณะนั้นขณะนี้ สติก็ไม่เป็นไปอย่างที่ต้องการ หรือยังไม่ทันเตรียมตัวว่าจะเจริญสติ สติก็ระลึกถึงลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏแล้ว สติจึงเป็นอนัตตาบังคับบัญชาไม่ได้ นี่เป็นสิ่งที่จะต้องเข้าใจ

ถ. ขอให้อธิบายเรื่องพิจารณาเห็นอีกครั้งหนึ่ง ไม่ทราบว่าจะพิจารณาอย่างไร เพราะเหตุว่าพอเห็นก็รู้ว่าเป็นนาม

ส. อย่างปนกันระหว่าง การนี้รู้ด้วยความคิดว่ากำลังเห็นเป็นนาม กับ การรู้ลักษณะจริง ๆ ที่กำลังเห็นว่าเป็นสภาพรู้ เพราะเหตุว่าเป็นปัญญาคนละขั้น ถ้าขณะที่กำลังเห็นนี้รู้ว่าเป็นนามเป็นสภาพรู้ นั่นเป็นปัญญาขั้นการคิด ซึ่งอาจจะเกิดโดยไม่มีใครบังคับได้ จะห้ามไม่ให้คิดอย่างนั้นก็ได้ เพราะเหตุว่าการคิดเรื่องอะไรนั้นก็เป็นอนัตตา ไม่อยู่ในอำนาจบังคับบัญชา เพราะฉะนั้น



ขณะที่คิดให้ทราบว่าเป็นสภาพคิด เป็นนามอีกชนิดหนึ่ง ไม่ใช่เห็น ไม่ใช่ได้ยิน ไม่ใช่สุข ไม่ใช่ทุกข์ ขณะที่กำลังคิดอย่างนั้นไม่ใช่ขณะที่รู้ลักษณะที่กำลังเห็นว่าเป็นนาม แต่ว่าเป็นการคิด เป็นปัญญาขั้นคิดที่เกิดขึ้น

เพราะฉะนั้น ท่านอาจจะคิดหลาย ๆ ครั้ง ขณะที่กำลังนั่งแล้วเห็น ก็อาจจะนั่งคิดว่า ที่กำลังเห็นนี้เป็นนาม กำลังเห็นเดี๋ยวนี้เป็นนาม ๆ อาจจะคิดสัก ๓ ครั้ง ๔ ครั้ง ๕ ครั้ง ๑๐ ครั้ง แต่ถึงแม้ไม่คิด เห็นก็มี การพิจารณาธรรมให้เกิดปัญญา ต้องเป็นผู้ละเอียด ต้องรู้ว่าขณะที่คิดนั้นอย่างหนึ่ง และถึงแม้ไม่คิด เห็นก็มี กำลังเห็นเดี๋ยวนี้ก็เป็นสภาพรู้ ไม่ใช่เย็น ไม่ใช่ร้อน ไม่ใช่สุข ไม่ใช่ทุกข์ ไม่ใช่ดีใจ ไม่ใช่เสียใจ แต่เป็นสภาพรู้ทางตา กำลังเห็นขณะนี้ก็เป็นสภาพรู้ ระลึกได้ แล้วก็รู้ว่ากำลังเห็นนี้เป็นสภาพรู้ที่ละเอียดที่ละน้อยจนกว่าจะชินเนื่อง ๆ บ่อย ๆ เพราะเหตุว่าการเจริญสตินั้น เพื่อกันกระแสของโลภะบ้าง โทสะบ้าง โมหะบ้าง ถ้าไม่ระลึกไว้ในขณะที่เห็น ก็เป็นโลภะบ้าง เป็นโทสะบ้าง เป็นโมหะบ้าง แต่ถ้าระลึกได้ พิจารณาเห็น หรือได้ยิน หรือสี หรือเสียง หรือกลิ่น หรือรส หรือคิดนึกที่กำลังปรากฏ เพราะเหตุว่าคิดนึกก็บังคับไม่ได้ สติรู้ที่ลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏเพิ่มขึ้นมากขึ้น แล้วปัญญาก็ค่อย ๆ เพิ่มขึ้นที่ละเอียดที่ละน้อย จนกว่าปัญญานั้นจะรู้ชัด

เพราะฉะนั้น ขณะที่เห็น เห็นไม่ใช่สี เห็นเป็นสภาพรู้ซึ่งไม่มีรูปร่างลักษณะเลย แต่ปัญญาระลึกรู้ได้ว่า กำลังเห็นนี้เป็นสภาพรู้ แล้วก็ไม่ต้องทำอะไรให้ผิดปกติ ไม่ต้องจงหรือไม่ต้องทำอะไรที่จะดูนามที่เห็น แต่รู้ว่าการกำลังเห็นนี้เป็นสภาพรู้ ละความไม่รู้ เพราะเหตุว่าถ้าไม่รู้ สติก็ไม่ได้ระลึก เมื่อสติไม่ได้ระลึก ปัญญาก็ไม่รู้ว่า กำลังเห็นนี้เป็นสภาพรู้ แต่ที่จะรู้อย่างนี้ได้หมายความว่า ต้องระลึกได้ และปัญญาก็รู้ว่าที่กำลังเห็นนี้ก็เป็นสภาพรู้เท่านั้น

เพราะฉะนั้น อย่าไปจ้างตรงจักขุปสาท เพราะเหตุว่านั่นไม่ใช่การรู้สภาพรู้ การรู้สภาพรู้เป็นแต่เพียงรู้ว่าเป็นสภาพรู้เท่านั้น



ถ้าเข้าใจเรื่องของการเจริญสติปัฏฐานถูกต้องแล้ว ก็ไม่มีอะไรเป็นเครื่องกั้น แต่โดยมากท่านไม่ได้แยกลักษณะของสติกับสมาธิเลยว่า สตินั้นเป็นสภาพที่ระลึกได้ตามปกติธรรมดา และก็รู้ลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏที่เป็นปกติธรรมดาด้วย เห็นก็เห็นตามปกติ ได้ยินก็เป็นได้ยินตามปกติ แต่ระลึกรู้ลักษณะที่กำลังปรากฏนั้น

จะถึงนามรูปปริจเฉทญาณหรือยัง ไม่ต้องสนใจเลย เป็นเรื่องของผลซึ่งต้องอาศัยเหตุ ถ้าเหตุคือสติที่ระลึกได้ และปัญญารู้ลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏเนือง ๆ บ่อย ๆ แล้ว ทำไมจะต้องหวังถึงผล คือ นามรูปปริจเฉทญาณ





๓๗



มีท่านผู้ใดยังต้องการที่จะดูอะไรไหม แน่ใจหรือยังว่า ไม่ได้ต้องการดูอะไร แต่เจริญปัญญาเพื่อที่จะรู้ลักษณะของสิ่งที่ปรากฏ

ถ. ความสงบกับปัญญาที่รู้ลักษณะของสิ่งที่ปรากฏนั้น อะไรจะมีประโยชน์มากกว่ากัน

สุ. ถ้ามีความสงบแล้วสามารถระงับโลภะ โทสะ โมหะได้ชั่วคราว แต่ถ้ามีปัญญารู้ลักษณะของสิ่งที่ปรากฏตามความเป็นจริงแล้ว ละความเห็นผิด ความไม่รู้ ความสงสัยในสิ่งที่ปรากฏตลอดเวลาทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ทำให้หมดความยึดถือความเห็นผิดว่าเป็นตัวตน

ถ. ชั่วคราว

สุ. ชั่วขณะที่สงบนั้นไม่มีอกุศล แต่อกุศลก็เป็นอนัตตาไม่มีใครบังคับบัญชาได้ ถ้าตราบใดที่ปัญญา还不知道ที่ลักษณะของนามและรูป ยังไม่ได้หมดกิเลส เป็นสมุจเฉตตามลำดับแล้ว อกุศลก็ต้องเกิด อยากจะระงับกิเลสหรืออยากจะดับกิเลส ถ้าอยากจะดับกิเลสเป็นสมุจเฉตด้วยการเจริญปัญญารู้ลักษณะของสิ่งที่ปรากฏตามความเป็นจริง ก็ต้องเจริญสติ แต่ความสงสัยนี้มีมากก็เลยทำให้มีความงใจ และก็ทำให้ลักษณะของธรรมไม่ปรากฏตามปกติ แต่ถ้าเจริญสติปัฏฐานตามปกติและระลึกได้ คือ ไม่ว่าลักษณะใดทั้งสี่ที่กำลังปรากฏ เช่น ความสงสัย ปัญญาจะต้องรู้ในลักษณะที่สงสัย เพราะเหตุว่าในขณะที่นั้นลักษณะที่สงสัยกำลังปรากฏ ไม่งใจ ไม่มีการเตรียม ไม่มีการจัดไว้ก่อน แล้วแต่ว่าจะอะไรจะเกิดขึ้นปรากฏ สติก็รู้ลักษณะนั้นตามความเป็นจริง การเจริญสติปัฏฐานอย่างหวังจะไปดูไปเห็นอะไร เพราะเหตุว่าถ้าเป็นความรู้แล้ว รู้ตามความเป็นจริง



ที่ท่านใช้คำว่า **เห็น** หมายความว่ารู้ตามความเป็นจริง นามเกิดนาม
ดับเป็นของธรรมดา แต่ว่าปัญญาจะรู้ลักษณะของนามและรูปมากขึ้น ไม่ต้องจง
ใจที่จะไปดูนามดับ ไม่ต้องจงใจที่จะไปดูรูปดับ เพราะว่าการที่จะรู้ชื่อนามดับรูป
ดับ ไม่ใช่ด้วยการจงใจ ไม่ใช่ด้วยการจดจำ แต่ด้วยปัญญาที่รู้เพิ่มขึ้นแล้วละ
คลายมากขึ้น จึงจะประจักษ์สภาพที่เป็นปกติของนามและรูปที่เกิดดับอยู่
ตลอดเวลา

ในเรื่องอาวาสปติโพธ ขอดอบจดหมายของท่านผู้ฟังท่านหนึ่ง จาก
บ้านเลขที่ ๖๔/๓ ตำบล ๔๐๐ อำเภอวิเศษชัยชาญ จังหวัดอ่างทอง

ท่านผู้ฟังท่านนี้เป็นนักศึกษา ต้องการจะบวชชี่ เขียนมาว่า ใจเต็มไปด้วย
ศรัทธา ต้องการบวชเหลือเกิน ต้องการที่จะบวชมาตั้งแต่ที่กำลังศึกษาอยู่ และ
ในตอนนั้นก็สำเร็จการศึกษาในทางโลกมาพอสมควรแล้ว คือ จบ ม.ศ. ๓ คุณแม่ซึ่ง
เป็นผู้ปกครอง ก็อยากจะให้เรียนต่อ ๗-๘ แต่ท่านผู้ฟังท่านนี้ก็ค้านทันทีว่า
อยากจะบวช เมื่อคุณแม่เห็นว่า ไม่ชอบทางโลกแน่ จึงให้โอกาสบวช แล้วคุณแม่
ก็ว่าการบวชต้องมีเงินติดตัวเป็นประจำ และถามว่าจะเงินไปได้อย่างไร ถ้ามีศรัทธา
แต่ขาดปัจจัย จะบวชฝากตัวในพระพุทธศาสนาได้อย่างไร

สำหรับคำตอบเรื่องในการบวชและปัจจัยที่ต้องใช้ คิดว่าคงจะต้อง
ปรึกษาหารืออุบาสิกหลาย ๆ ท่าน ซึ่งได้ผ่านชีวิตอย่างนี้และก็เป็นผู้ที่ทราบ
รายละเอียดว่า ชีวิตของการเป็นอุบาสิกนั้น จำเป็นที่จะต้องเงินติดตัวหรือไม่

ก็ใครที่จะตอบจดหมายท่านผู้ฟังท่านนี้ ด้วยการย้อนกล่าวถึงชีวิตของ
อุบาสก อุบาสิกาในครั้งพุทธกาล เพราะเหตุว่าอุบาสิกก็มีหลายแบบ แต่ข้อ
สำคัญของการเป็นอุบาสิกนั้นคืออะไร เพราะว่าทุกคนก็มีหลักพระธรรมที่จะ
ประพฤติปฏิบัติตาม ไม่ว่าจะเป็นภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา ก็ต้องมีหน้าที่
หรือว่ามีกิจที่จะต้องกระทำ ในฐานะของการเป็นอุบาสิกด้วย

เพราะฉะนั้น ถ้าทราบถึงเรื่องชีวิตของอุบาสก อุบาสิกาว่าควรเป็นอย่างไร
ก็อาจจะช่วยทำให้ท่านตัดสินใจได้ในเรื่องของการบวช เพราะเหตุว่าบุคคลหนึ่ง



บุคคลใดก็ตามที่จะเจริญในทางฝ่ายกุศล ย่อมจะเป็นที่อนุโมทนา แต่การที่ผู้ปกครองยังไม่อยากจะให้บวชนั้น ก็คงเป็นเพราะเหตุว่าท่านเป็นผู้ใหญ่ที่ผ่านวัยมามากกว่า ก็อาจจะเป็นห่วงถึงเรื่องจิตใจที่อาจจะยังไม่มั่นคงของผู้ที่ต้องการจะบวช แต่ถ้าได้เรียนจนกระทั่งจบแล้ว คงจะไม่มีอุปสรรคอะไร คุณพ่อคุณแม่ก็จะไม่ต้องห่วงในเรื่องของการดำเนินชีวิต กรณีที่บวชแล้วอาจมีศรัทธาที่ไม่มั่นคงในภายหลัง

เพราะฉะนั้น ปัญหานี้เข้าใจว่าเป็นแต่เพียงเรื่องการศึกษาว่า ท่านผู้ใหญ่อยากจะให้ศึกษาสำเร็จเสียก่อน เพราะฉะนั้น ถ้าได้ทราบชีวิตของอุบาสก อุบาสิกาในครั้งพุทธกาลก็ย่อมจะทำให้ทุกท่านพิจารณาตัวเองแล้วตัดสินใจได้ว่าควรจะดำเนินชีวิตอย่างไร เพราะเหตุว่าเรื่องของความสงบ เรื่องของความเจริญในธรรม เรื่องของการสมบูรณ์ด้วยศีลยิ่ง ๆ ขึ้นนั้น เป็นที่น่าอนุโมทนา ไม่ว่าจะเป็นศีลในชั้นของบรรพชิตที่เป็นภิกษุ ภิกษุณี หรือว่าอุบาสกที่ไม่ครองเรือน ที่รักษาศีลอุโบสถมากกว่านิจศีลซึ่งเป็นศีล ๕

ขุททกนิกาย สุตตันตปิฎก ธรรมิกสูตรที่ ๑๔

ครั้งนั้น พระผู้มีพระภาคประทับ ณ พระวิหารเชตวัน ธรรมิกอุบาสกพร้อมด้วยอุบาสก ๕๐๐ ไปเฝ้า กราบทูลถามถึงอุบาสกผู้ออกบวชเป็นบรรพชิตก็ดี อุบาสกผู้ยังครองเรือนอีกก็ดี บรรดาสาวกทั้งสองพวกนี้ สาวกกระทำอย่างไร จึงจะเป็นผู้ยังประโยชน์ให้สำเร็จ

ซึ่งพระผู้มีพระภาคก็ได้ทรงแสดงปฏิบัติของบรรพชิตก่อน แล้วก็ทรงแสดงวัตรแห่งคฤหัสถ์ คือ ศีล ๕ และศีล ๘

สำหรับเรื่องของศีล ๕ ก็ได้แก่ ไม่พึงฆ่าสัตว์ ไม่พึงถือเอาสิ่งของที่เจ้าของเขาไม่ได้ให้ ไม่พึงประพฤติดิฉินในกาม ไม่พึงพุดมฺสา ไม่พึงดื่มน้ำเมา

สำหรับศีล ๘ เปลี่ยนจากศีลข้อที่ ๓ คือ แทนที่จะเป็นไม่ประพฤติดิฉินในกาม ก็เป็น พึงเว้นอพรหมจรรย์ อันเป็นความประพฤติไม่ประเสริฐ นอกจากศีล ๕ ข้อนั้นแล้ว ก็ ไม่พึงบริโภคนิเวศนาในเวลาวิกาลในราตรี เป็นข้อไม่พึง



ฟอนรำ ขับริ้องประโคมคณตรี ดูการเล่นอันเป็นข้าศึกแก่กุศลไม่พึงตัดทรง
ประดับตกแต่งกายด้วยดอกไม้ ของหอมและอีกข้อหนึ่ง ไม่พินนอนบนเตียง
หรือบนพื้นดินที่เขาลาดแล้ว เป็นสิกขาบทที่ ๘

พระผู้มีพระภาคตรัสต่อไปว่า

บัณฑิตทั้งหลายกล่าวอุโบสถอันประกอบด้วยองค์ ๘ ประการนี้แล ว่า
อันพระพุทธเจ้าผู้ถึงที่สุดแห่งทุกข์ ทรงประกาศไว้แล้ว แต่นั้นสาวกผู้มีใจเลื่อมใส
พึงเข้าจำอุโบสถอันประกอบด้วยองค์ ๘ ประการ ให้บริบูรณ์ดี ตลอดวัน ๑๔ ค่ำ
๑๕ ค่ำ และ ๘ ค่ำแห่งปักข์ และตลอดปาฏิหาริกปักข์

แต่นั้นสาวกผู้รู้แจ้งเข้าจำอุโบสถอยู่แต่เช้าแล้ว มีจิตเลื่อมใส ชื่นชมอยู่
เนื่อง ๆ พึงแจกจ่ายภิกษุสงฆ์ ด้วยข้าวและน้ำตามควร พึงเลี้ยงมารดาและบิดา
ด้วยโภคทรัพย์ที่ได้มาโดยชอบธรรม พึงประกอบการค้าขายอันชอบธรรม ไม่
ประมาท ประพฤติวัตรแห่งคฤหัสถ์นี้อยู่ ย่อมเข้าถึงเหล่าเทวดา ชื่อว่า สยัมปภา
ผู้มีรัศมีในตน

คงจะทราบถึงกิจของอุบาสก ว่า แม้อุบาสก อุบาสิกาจะไม่ใช้บรรพชิต
แต่ย่อมขัดเกลามากขึ้นได้ คือ นอกจากจะมีศีล ๕ แล้ว ในวันอุโบสถก็ยังมีการ
รักษาศีลอุโบสถ ด้วยจิตที่เลื่อมใสได้ แต่การรักษาศีลอุโบสถของอุบาสก อุบาสิกา
นั้น ก็ไม่ใช่ว่ามีชีวิตที่ผิดปกติ แต่ว่ากิจวัตรอย่างใดที่เป็นกุศล ก็พึงกระทำ เช่น
เข้าจำอุโบสถอยู่แต่เช้าแล้ว มีจิตเลื่อมใส ชื่นชมเนื่อง ๆ พึงแจกจ่ายภิกษุสงฆ์
ด้วยข้าวและน้ำตามควร พึงเลี้ยงมารดาและบิดาด้วยโภคทรัพย์ที่ได้มาโดยชอบ
ธรรม พึงประกอบการค้าขายอันชอบธรรม ไม่ประมาท ประพฤติวัตรแห่งคฤหัสถ์
นี้อยู่

เมื่ออุบาสก อุบาสิกาเหล่านั้นไม่สามารถละอาศรัยบ้านเรือน แต่ต้องการ
ขัดเกลากิเลส และเจริญธรรมฝ่ายกุศลให้มากขึ้น นอกจากจะรักษาศีล ๕ ก็ยัง
รักษาศีล ๘ แล้วก็ประพฤติวัตรของคฤหัสถ์ที่เป็นกุศล มีการเลี้ยงดูมารดาบิดา



ด้วยโรคทรัพย์ที่ได้มาโดยชอบ หรือว่าแจกจ่ายภิกษุสงฆ์ด้วยข้าวและน้ำตามควร เป็นผู้ที่ไม่ประมาท

แต่ถ้าอุบาสก อุบาสิกา ที่รักษาศีลอุโบสถ และสามารถละกิจทางโลก มีการฟังธรรม ไคร่ครวญธรรม เจริญสติพิจารณาธรรม นั้นก็ยังเป็นประโยชน์มากขึ้น

เพราะฉะนั้น ชีวิตของแต่ละคนไม่ได้จำกัดการเจริญกุศล ไม่ว่าท่านจะเป็นบุคคลใด มีกิจที่จะต้องกระทำ แต่ให้เป็นไปในกุศลได้ ถ้าท่านยังมีมารดาบิดาที่จะต้องอุปการะ ท่านก็เป็นอุบาสก อุบาสิกาที่ขัดเกลาจิตใจของท่านด้วย แล้วก็เจริญกุศลด้วยการอุปการะตอบแทนพระคุณของมารดาบิดาด้วย แต่ต้องทราบด้วยว่า เมื่อท่านเป็นอุบาสก อุบาสิกาแล้ว มีศีลแล้ว หรือรักษาศีลอุโบสถแล้ว ท่านควรทำอย่างไร เพราะเหตุว่าชีวิตวันหนึ่ง ๆ ก็ผ่านไปเรื่อย ๆ แล้วแต่ใครจะได้รับประโยชน์มากที่สุดจากเวลาที่ผ่านไป

เพราะฉะนั้น ถึงแม้เป็นอุบาสก อุบาสิกา ที่มีจิตศรัทธารักษาศีล ๘ ในวันอุโบสถ ก็ควรทราบข้อประพจน์ที่จะขัดเกลาให้ยิ่งขึ้นว่า เมื่อรักษาศีลอุโบสถนั้น ไม่ใช่เพียงแต่รับอุโบสถ แล้วจิตใจเปลือยไปเป็นรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพารมณ์ แต่ควรทราบว่า ควรรักษาศีลอุโบสถอย่างไร

อังคุตตรนิกาย ติกนิบาต อุโปสถสูตร

ครั้งนั้น พระผู้มีพระภาคประทับ ณ ปราสาทของอุบาสิกา วิชาขามิคาร มารดา ใกล้พระนครสาวัตถี วิชาขากุบาสิกาไปเฝ้าพระผู้มีพระภาค พระผู้มีพระภาคตรัสถามว่า ท่านมาแต่ไหน ยังวันอยู่ วิชาขากุบาสิกาก็ได้กราบทูลว่า วันนี้เข้าจำอุโบสถ ซึ่งพระผู้มีพระภาคก็ได้ทรงแสดงอุโบสถ มี ๓ อย่าง ให้วิชาขากุบาสิกาฟัง อุโบสถ ๓ ประการนั้นคือ

โคปาลกอุโบสถ ๑ นิคัณฐอุโบสถ ๑ อริยอุโบสถ ๑

ท่านที่รักษากุโบสถควรทราบว่าอุโบสถของท่านเป็นอุโบสถประเภทไหน และอุโบสถประเภทไหนเป็นอุโบสถที่มีประโยชน์มาก



โคपालกอุโบสถ เปรียบเหมือนนายโคบาล เวลาเย็นมอบโคให้เจ้าของ แล้ว ก็พิจารณาว่า วันนี้โคไปไหน กินน้ำที่ไหน พรุ่งนี้โคจะไปไหน โคจะกินน้ำที่ไหน แม้ฉันใด คนรักษาอุโบสถบางคนในโลกนี้ พิจารณาดังนี้ว่า วันนี้เราเคี้ยวของเคี้ยวชนิดนี้ ชนิดนี้ กินของชนิดนี้ ชนิดนี้ พรุ่งนี้เราจะเคี้ยวของเคี้ยวชนิดนี้ ชนิดนี้ กินของชนิดนี้ ชนิดนี้ ทำวันให้ล่วงไปด้วยความโลภนั้น

อุโบสถนี้ไม่มีผลมาก ไม่รุ่งเรืองมาก ไม่แผ่ไพศาลมาก

เพราะฉะนั้น ถึงแม้จะไม่ใช่อุบาสิกาที่ละอาศารบ้านเรือน แต่เป็นอุบาสิกาที่รักษาอุโบสถ ก็ควรที่จะพิจารณาว่า จิตตกไป เป็นไปเหมือนอย่างโคपालกอุโบสถนี้หรือไม่

อุโบสถประการที่ ๒ คือ **นิคัณฐอุโบสถ** เป็นการปฏิบัติอย่างสมณะนิกายหนึ่ง ซึ่งมีนามว่านิครนถ์ สมณะนิกายนี้มีกฎเกณฑ์ ให้มีภรรยาในขอบเขตของทิศเลย ๑๐๐ โยชน์ไป ไม่ครองผ้า แล้วพูดอย่างนี้ว่า

เราไม่เป็นที่กังวลของใคร ๆ ในที่ไหน ๆ และตัวเราก็ไม่มีความกังวลในบุคคลและสิ่งของใด ๆ ในที่ไหน ๆ

พอล่วงราตรีนั้นไป ก็บริโภคโภคะเหล่านั้น ที่เจ้าของไม่ได้ให้ อุโบสถนี้ไม่มีผลมาก

ถ้าเป็นอุโบสถของสมณะนิกายหนึ่งที่ชื่อว่า นิครนถ์ มีกฎเกณฑ์แม้แต่ความภรรยาก็ต้องอยู่ในขอบเขตของทิศที่เลย ๑๐๐ โยชน์ไป เป็นผู้ที่ไม่ครองผ้า แล้วก็กล่าวว่า ไม่เป็นที่กังวลของใคร ๆ และตัวเขาก็ไม่มีความกังวลในบุคคลและในสิ่งของใด ๆ แต่พอหมดราตรีนั้นแล้ว ก็กลับบริโภคโภคะที่เจ้าของไม่ได้ให้

นี่ไม่ใช่ลักษณะของผู้ที่มีศีล เพราะฉะนั้นก็จะเห็นได้ว่า ถ้าศาสดาไม่ใช่พระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าแล้ว ธรรมนั้นควรดี ไม่ใช่เป็นไปเพื่อขัดเกลาร่างแท้จริง

สำหรับอุโบสถประการที่ ๓ คือ



อริยอุโบสถ พระผู้มีพระภาคตรัสว่า จิตที่เศร้าหมอง ย่อมทำให้ผ่องแผ้วได้ ด้วยความเพียรอย่างไร

อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ ย่อมระลึกถึงพระตถาคต ว่าเป็นพระอรหันต-สัมมาสัมพุทธเจ้า แล้วก็ระลึกถึงพระคุณประการอื่น ๆ เมื่อระลึกแล้วก็เกิดปราโมทย์ เปรียบเหมือนศิระที่เปื้อน ทำให้สะอาดได้ ด้วยความเพียร เพราะอาศัยขี้ตะก้น ดินเหนียว น้ำ และความเพียรอันควรแก่เหตุ

อริยสาวกนี้เรียกว่า เข้าจำ**พรหมอุโบสถ** อยู่ร่วมกับพรหม เพราะเหตุว่าลักษณะของพรหมนั้น ก็เป็นผู้ที่ประเสริฐ

พญานชนะนี้ไม่ใช่คำว่า เข้าจำพุทธอุโบสถอยู่ร่วมกับพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แต่กล่าวว่า เข้าจำพรหมอุโบสถอยู่ร่วมกับพรหม ซึ่งเป็นผู้ประเสริฐ

ประการที่ ๒ อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ ระลึกถึงพระธรรมด้วยประการต่าง ๆ ซึ่งก็เปรียบเหมือนกายที่เปื้อน จะทำให้สะอาดได้ ด้วยความเพียร เพราะอาศัยเชือก จุลสำหรับอาบน้ำ น้ำ และความเพียรอันควรแก่เหตุ

อริยสาวกนี้เรียกว่า เข้าจำ**ธรรมอุโบสถ** อยู่ร่วมกับธรรม

เพราะฉะนั้น ไม่ใช่ว่ารักษาอุโบสถเฉย ๆ แล้วคิดเรื่องต่าง ๆ แต่เป็นผู้รักษาอุโบสถ ก็ย่อมจะได้รับประโยชน์ด้วยการระลึกถึงพระผู้มีพระภาค ระลึกถึงพระธรรม ถ้าบางท่านไม่ได้ระลึกถึงพระผู้มีพระภาค พระคุณต่าง ๆ ของพระองค์ และก็ไม่ได้ระลึกถึงพระธรรมอยู่เนืองนิจ ก็จะได้ระลึกถึงสิ่งอื่นประการอื่นได้อีก

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ ระลึกถึงพระสงฆ์สาวก เปรียบเหมือนผ้าที่เปื้อน จะทำให้สะอาดได้ ด้วยความเพียร เพราะอาศัยเกลือ น้ำด่าง ใค้มัย น้ำ กับความเพียรอันควรแก่เหตุ อริยสาวกนี้เรียกว่า เข้าจำ**สังฆอุโบสถ** อยู่ร่วมกับสงฆ์



สงฆ์ที่กล่าวนี้ ก็หมายถึงพระอริยสาวก ซึ่งเป็นผู้สะอาดเป็นผู้ประพฤติดี ประพฤติชอบ ประพฤติตรง เพราะฉะนั้น ถ้าระลึกถึงคุณของพระสงฆ์ ก็เป็นการเข้าจำสังฆอุโบสถ อยู่ร่วมกับสงฆ์

อริยอุโบสถประการที่ ๔ พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ ระลึกถึงศีลของตน อันไม่ขาด ไม่ทะลุ ไม่ต่าง ไม่พร้อย เป็นไทแก่ตัว ท่านผู้รู้สรรเสริญ ไม่ถูกต้อนหาทิลุบลาคำ เป็นไปเพื่อสมาธิ เปรียบเหมือนกระจกเงาที่มัว กระทำให้ใสได้ ด้วยความเพียร เพราะอาศัยน้ำมัน ข้าว แปรง กับความพยายามอันควรแก่เหตุ

อริยสาวกนี้เรียกว่า เข้าจำศีลอุโบสถ อยู่ร่วมกับศีล

คุณธรรมทุกอย่างที่เป็นความดี เมื่อระลึกถึงย่อมทำให้จิตผ่องใส ไม่เหมือนขณะที่ระลึกถึงอกุศลแล้ว จิตไม่ผ่องใส ระลึกถึงการกระทำที่ไม่ดีทางกาย ทางวาจา หรือว่าทางใจที่เคยเกิดขึ้น ขณะนั้นทำให้จิตใจเศร้าหมอง หรือว่าเดือดร้อนใจ แต่ตรงกันข้าม ไม่ว่าท่านจะเคยวิริยอุตสาหะ เว้นการฆ่า มีการช่วยชีวิตสัตว์เล็ก สัตว์น้อย เว้นการพูดเท็จทุจริต เว้นการกระทำทุจริตใด ๆ ทั้งปวง เวลาที่ท่านระลึกขึ้นได้ครั้งใด ก็ย่อมจะทำให้จิตใจสงบ ขณะนั้นก็ชื่อว่า เข้าจำศีลอุโบสถ อยู่ร่วมกับศีล

อริยอุโบสถประการที่ ๕ พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ ระลึกถึงเทวดาว่า ประกอบด้วยศรัทธา ศีล สุตตะ จาคะ ปัญญาเช่นใด ตนก็มีเช่นนั้น เปรียบเหมือนทองที่หมอง จะทำให้สุกได้ เพราะอาศัยเบ้าหลอมทอง กล้อน ย่างไม้ คีม กับความพยายามอันควรแก่เหตุ

อริยสาวกนี้เรียกว่า เข้าจำเทวดาอุโบสถ อยู่ร่วมกับเทวดา





๓๘



นี่ก็เป็นเรื่องขัดเถลาทั้งนั้น บางท่านก็อาจจะสงสัยว่า จะเกี่ยวข้องกับการเจริญสติปัฏฐานอย่างไร ให้ทราบว่ชีวิตปกติเป็นอย่างไร ทุก ๆ ขณะนั้นเป็นที่ตั้งของการระลึกรู้ เพื่อให้ปัญญาพิจารณารู้สภาพธรรมที่ปรากฏในขณะนั้นตามความเป็นจริง ถึงแม้ในขณะที่ระลึกถึงพระพุทธรูป ระลึกถึงพระธรรม ระลึกถึงพระสงฆ์ หรือระลึกถึงศีลก็ตาม ในขณะที่จิตกำลังโน้มไป ระลึกไป ผู้ที่เจริญสติปัฏฐานเป็นปกติ ย่อมจะทราบว่า ขณะนั้นเป็นนาม หรือเป็นรูป

สำหรับอริยอุโบสถประการที่ ๖ พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

ดูกร วิสาขา พระอริยสาวก ย่อมพิจารณาเห็นดังนี้ว่า พระอรหันต์ทั้งหลาย ละการฆ่าสัตว์ มีความละอาย มีความเอ็นดู มีความกรุณา หวังประโยชน์แก่สัตว์ทั้งปวงจนตลอดชีวิต แม้เราก็ได้ละการฆ่าสัตว์ มีความละอาย มีความเอ็นดู มีความกรุณา หวังประโยชน์แก่สัตว์ทั้งปวงอยู่ตลอดคืนหนึ่ง กับวันหนึ่งในวันนี้

แม้ด้วยองค์อันนี้ เราก็ชื่อว่า ได้ทำตามพระอรหันต์ทั้งหลาย ทั้งอุโบสถก็จักเป็นอันเราเข้าจำแล้ว

เพราะเหตุว่าพระอรหันต์เป็นผู้ที่เว้นแล้วจากกิเลสทั้งปวง จากการฆ่าสัตว์ จากการเบียดเบียนผู้อื่น จากอกุศลจิต จากอกุศลธรรม เพราะฉะนั้น ถ้าผู้ใดระลึกถึงพระอริยะ และเห็นว่าพระอรหันต์ทั้งหลายละเว้นทุจริตกรรม ตัวท่านเองที่เข้าจำอุโบสถตลอดคืนหนึ่งกับวันหนึ่งนั้น ก็ได้ชื่อว่า ทำตามพระอรหันต์ทั้งหลาย

แม้ไม่สามารถทำตามพระอรหันต์ได้ตลอดชีวิตก็จริง แต่ถ้ามีโอกาส จะกระทำตามพระอรหันต์ได้สักคืนหนึ่งวันหนึ่ง ก็เป็นประโยชน์ในการสะสมบารมีต่อไปข้างหน้า เพราะจะเห็นได้ว่า ผู้ที่ยังมีกิเลสนั้นจะต้องอาศัยการขัดเถลามากมาย ถ้าเป็นวัตถุ พระองค์ก็อุปมาว่า จะต้องใช้ขี้ตะกรัน ดินเหนียว หรือ



อาศัยเกลือ น้ำต่าง โคมัย น้ำ อาศัยน้ำมัน อาศัยเถ้า นั้นเป็นวัตถุ แต่กิเลสนี้ ต้องอาศัยการเจริญกุศลที่ละเอียดละน้อย ท่านยังไม่ได้เจริญสติปัฏฐานมากพอที่จะเป็นพระอริยบุคคลในเร็ววันถึงจะไม่ใช่เป็นอย่างนั้น แต่ขณะใดมีโอกาสเจริญกุศล ขัดเกลากิเลส ก็ไม่ควรละเว้นโอกาสนั้น

เพราะฉะนั้น พระธรรมของพระผู้มีพระภาคนั้นไม่ใช่ให้หมดจดจากความเห็นผิด บรรลุคุณธรรมเพียงขั้นพระโสดาบัน แต่วันใดในเดือนหนึ่ง อาทิตย์หนึ่ง มีโอกาสเพียรพยายามเจริญกุศลให้มากขึ้นด้วยการรักษาศีลอุโบสถ สะสมอุปนิสัยของพระอรหันต์ พระผู้มีพระภาคทรงแสดงว่า เป็นสิ่งที่ควรเจริญ และต่อจากนั้น สำหรับผู้ที่เข้าจำศีลอุโบสถ ก็ตามระลึกต่อไปว่า

อุโบสถมีองค์ ๘ คือ ละการฆ่าสัตว์ ละการลักทรัพย์ ละการประพฤติดพรหมจรรย์ ละการพูดเท็จ ละการดื่มน้ำเมา ละการบริโภคในเวลาวิกาล เว้นจากการผ่อนรำ ขับร้อง ประโคมดนตรี ดูการเล่นอันเป็นข้าศึกแก่กุศล เว้นจากตัดทรงประดับตกแต่งกายด้วยดอกไม้ของหอม เว้นการนั่งนอนบนที่นอนสูงใหญ่นอนบนที่นอนอันต่ำ คือ บนเตียงหรือบนเครื่องปูลาดที่ทำด้วยหญ้า

พระอรหันต์ท่านละแล้ว แม้ผู้รักษาอุโบสถก็ได้ชื่อว่า ทำตามพระอรหันต์ทั้งหลาย อริยอุโบสถเป็นเช่นนี้ มีผลมาก มีอานิสงส์มาก

จะเห็นได้ว่า การรักษาอุโบสถ ตั้งแต่เข้าจนกระทั่งถึงนอน เป็นเรื่องละเอียดเกลากิเลสทั้งสิ้น เพราะเหตุว่าถึงแม้จะนอน ก็เว้นการนั่งนอนบนที่นอนสูงใหญ่ ท่านคงสงสัยว่า ทำไมเวลานอนก็ต้องเว้นที่นอนสูงใหญ่ เพราะเหตุว่าในเวลากลางวันก็เว้นการประดับตกแต่งร่างกาย การตัดทรงดอกไม้ ซึ่งเป็นเรื่องของรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพารมณ์ ที่ทำให้จิตใจเป็นไปในอกุศลทั้งสิ้น แม้แต่นอนก็ยังคงเว้นการนั่งนอนบนที่นอนสูงใหญ่ นอนบนที่นอนอันต่ำ คือ บนเตียง หรือบนเครื่องปูลาดที่ทำด้วยหญ้า ที่นอนสูงใหญ่รวมความหมายว่า ที่นอนที่สวย ๆ งาม ๆ ประดับประดาตกแต่งอย่างวิจิตร เพราะเหตุว่าสิ่งหนึ่งสิ่งใดก็ตามที่เป็นไปในเรื่องของรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ไม่ได้ขัดเกลากิเลสเพราะเมื่อนอนบนที่



นอนสูงใหญ่ วิจิตร ประดับประดา ย่อมพอใจในที่นอนเช่นนั้น อย่างน้อยที่สุด บางท่านยังคงสำคัญตน ถือตนในความเป็นเจ้าของ หรือการได้นอนบนที่นั่น ที่นอนที่สวยงาม ที่สูงใหญ่ ที่วิจิตรต่าง ๆ

เพราะฉะนั้น ในการรักษาอุโบสถ เวลานอนก็ยังเว้นจากที่นอนที่นั่นอันสูงใหญ่ ที่สวยงามต่าง ๆ เพื่อให้หมดความคิดที่สำคัญตน พอใจแม้ในที่นอนวิจิตรสวยงามนั้น

นี่เป็นการขัดเกลากิเลส สำหรับความดีนั้นไม่จำกัด ยิ่งเจริญมากเท่าไร ก็ยิ่งดี ยิ่งเจริญบ่อยเท่าไร ก็ยิ่งดี ฉะนั้น อุโบสถก็เช่นเดียวกัน เวลาที่ท่านเจริญกุศล ไม่ควรจำกัดเวลาว่าเฉพาะวันอุโบสถเท่านั้นที่จะวิริยอุตสาหะต่าง ๆ แต่ว่าควรเจริญกุศลทุกประการโดยไม่จำกัดเวลา

เพราะฉะนั้น ก็น่าสงสัยว่า อุบาสก อุบาสิกาควรรักษาศีลอุโบสถเฉพาะในวันอุโบสถเท่านั้นหรือ หรือถ้ามีโอกาสรักษาได้มากยิ่งขึ้นกว่านั้นก็ควรที่จะรักษา ซึ่งอันนี้ก็คงจะเป็นต้นเหตุของอุบาสิกาที่ละการครองเรือน และภริยาศีล ๘ เป็นประจำ เป็นอีกประเภทหนึ่งของอุบาสิกา เพราะอุบาสิกาไม่น่าใช้ภิกษุณี แต่อุบาสิกาที่มีศรัทธา มีความเลื่อมใสที่จะขัดเกลากิเลสนั้น ไม่ได้จำกัดว่าให้รักษาอุโบสถ หรือว่ารักษาศีล ๘ เพียงเฉพาะในวันอุโบสถ กุศลทุกประเภทเจริญได้มากเท่าไร ก็ยิ่งดีเท่านั้น

เพราะฉะนั้น เมื่อภิกษุณีหมดสิ้นไปแล้ว อุบาสิกาทั้งหลายที่มีศรัทธาในพระพุทธศาสนานั้น ปราศจากจะเจริญกุศลยิ่งขึ้น ด้วยการที่รักษาศีล ๘ เป็นประจำ ในพระไตรปิฎกก็มีข้อความกล่าวถึงการรักษาศีลนั้นไม่จำกัดกาลเวลา

อังคุตตรนิกาย ทสกนิบาต สักกสูตร

ครั้งนั้น พระผู้มีพระภาคประทับที่พระวิหารนิโครธาราม ใกล้กรุงกบิลพัสดุ์ สักกชนบท อุบาสกชาวสักกชนบทเป็นอันมากได้ไปเฝ้าในวันอุโบสถ พระผู้มีพระภาคตรัสถามว่า



ดูกร อุบาสกชาวสัkkชนบททั้งหลาย ท่านทั้งหลายย่อมรักษาอุโบสถ อันประกอบด้วยองค์ ๘ แลหรือ

อุบาสกชาวสัkkชนบทเหล่านั้นกราบทูลว่า บางคราวย่อมรักษา บางคราวไม่ได้รักษา

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า ไม่เป็นลาภของท่านทั้งหลายเสียแล้ว เพราะเมื่อชีวิตมีภัยเพราะความโศก เพราะความตายอยู่อย่างนี้ บางคราวก็รักษาอุโบสถอันประกอบด้วยองค์ ๘ บางคราวก็ไม่ได้รักษา

ดูกร อุบาสกชาวสัkkชนบททั้งหลาย ท่านทั้งหลายจะสำคัญความข้อนั้นเป็นไฉน บุรุษในโลกนี้พึงยังทรัพย์กึ่งกหาปณะให้เกิดขึ้นทุก ๆ วันด้วยการงานอันชอบ โดยไม่แต่ละต้องอกุศลเลย สมควรจะกล่าวได้หรือไม่ว่า เป็นบุรุษฉลาดสมบูรณ์ด้วยความหมั่น

อุบาสกชาวสัkkชนบทกราบทูลว่า สมควรกล่าวได้อย่างนั้น พระพุทธเจ้าข้า
พระผู้มีพระภาคตรัสต่อไปว่า

พึงยังทรัพย์ ๑ กหาปณะ ๒ กหาปณะ ๓ กหาปณะ ๔ กหาปณะ ๕ กหาปณะ ๖ กหาปณะ ๗-๘-๙-๑๐-๒๐-๓๐-๔๐-๕๐-๑๐๐ กหาปณะ ให้เกิดขึ้นทุก ๆ วัน เก็บทรัพย์ที่ตนได้แล้ว ๆ ไว้ เป็นผู้มีชีวิต ๑๐๐ ปี จะพึงประสบกองโภคสมบัติเป็นอันมากบ้างหรือหนอ

อุบาสกชาวสัkkชนบทกราบทูลว่า พึงเป็นอย่างนั้นได้ พระพุทธเจ้าข้า

แทนที่จะเพียงกึ่งกหาปณะทุก ๆ วัน ก็พึงยังกหาปณะ ๒ กหาปณะ ๓ กหาปณะ ให้มากขึ้นไปจนกระทั่งถึง ๑๐๐ กหาปณะ ให้เกิดขึ้นทุกวัน ๆ แล้วเก็บทรัพย์ที่ตนได้แล้ว ๆ ไว้ เป็นผู้มีชีวิตร้อยปี จะพึงประสบกองโภคสมบัติเป็นอันมากบ้างหรือหนอ

ซึ่งทุกท่านก็คงจะตอบเหมือนอุบาสกชาวสัkkชนบทคือว่า สมควรกล่าวได้อย่างนั้น พึงเป็นอย่างนั้นได้

พระผู้มีพระภาคตรัสต่อไปว่า



ดูกร อุบาสกชาวสักระทั้งหลาย ท่านทั้งหลายจะสำคัญความข้อนั้นเป็นไฉน บุรุษนั้นจะพึงเสวยความสุขโดยส่วนเดียวอยู่ ๑ ค่ำ ๑ วัน หรือถึงวัน อันมีโรคสมบัติเป็นเหตุ มีโรคสมบัติเป็นแดนเกิด มีโรคสมบัติเป็นที่ตั้งบ่วงหรือหนอ

ท่านผู้ฟังจะตอบว่าอย่างไร ลองคิดดูว่าจะเหมือนกับอุบาสกชาวสักระทั้งตอบใหม่ ขอให้ฟังพระดำรัสของพระผู้มีพระภาคอีกครั้งหนึ่ง

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า ดูกร อุบาสกชาวสักระทั้งหลาย ท่านทั้งหลายจะสำคัญความข้อนั้นเป็นไฉน บุรุษนั้นจะพึงเสวยความสุขโดยส่วนเดียวอยู่ ๑ ค่ำ ๑ วัน หรือถึงวัน อันมีโรคสมบัติเป็นเหตุ มีโรคสมบัติเป็นแดนเกิด มีโรคสมบัติเป็นที่ตั้ง บ่วงหรือหนอ

เป็นผู้มีโรคสมบัติที่ได้เก็บไว้แล้ว โดยการสะสมกหาปณะ กิ่งกหาปณะถึง ๑๐๐ กหาปณะ แล้วก็มีชีวิตอยู่ถึง ๑๐๐ ปี เป็นผู้ที่ประสบกองโรคสมบัติ แต่ว่า บุรุษนั้นจะพึงเสวยความสุขโดยส่วนเดียว มีแต่ความสุขเท่านั้นตลอด ๑ ค่ำ ๑ วัน หรือถึงวัน อันมีโรคสมบัติเป็นเหตุ มีโรคสมบัติเป็นแดนเกิด มีโรคสมบัติเป็นที่ตั้ง ได้ใหม่

อุบาสกชาวสักระทั้งถามว่า มิได้เป็นอย่างนั้นเลย พระพุทธเจ้าข้า

ใครจะมีความสุข ถึงแม้จะมีโรคสมบัติมากมาย แต่ว่าจะมีความสุขโดยส่วนเดียว หมายความว่าไม่มีความสุขทุกข์เลย ๑ ค่ำ ๑ วัน หรือถึงวัน หิวใหม่ มีทุกข์เวทนาบ้างใหม่ เพราะฉะนั้น ถึงแม้ว่าจะมีโรคสมบัติมาก แต่ที่จะให้ผู้นั้นเสวยความสุขโดยส่วนเดียวอยู่ ๑ ค่ำ ๑ วัน หรือถึงวัน เป็นไปไม่ได้ ซึ่งอุบาสกชาวสักระทั้งก็ได้ถามว่า มิได้เป็นอย่างนั้นเลย พระพุทธเจ้าข้า

พระผู้มีพระภาคตรัสต่อไปว่า

ข้อนั้นเป็นเพราะเหตุไร

ซึ่งอุบาสกชาวสักระทั้งก็ได้ถามว่า



ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ เพราะกามทั้งหลายเป็นของไม่เที่ยง เป็นของว่างเปล่า เป็นของหลอกลวง เป็นของมีความทำลายไปเป็นธรรมดา

เมื่อยังพอใจในกาม โภคสมบัติทั้งหลายก็ต้องเป็นทุกข์ เพราะกามซึ่งไม่เที่ยง เป็นของว่างเปล่า เป็นของหลอกลวง เป็นของที่มีความทำลายไปเป็นธรรมดา

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

ดูกร อุบาสกชาวสักระทั้งหลาย ส่วนสาวกของเราในธรรมวินัยนี้ เป็นผู้ไม่ประมาท มีความเพียร มีใจเด็ดเดี่ยว ปฏิบัติตามที่เราพร่ำสอนอยู่ ๑๐ ปี ฟังเป็นผู้สวดยสุขโดยส่วนเดียวตลอด ๑๐๐ ปี ก็มี ๑๐,๐๐๐ ปี ก็มี ๑๐๐,๐๐๐ ปี ก็มี และสาวกของเรานั้นแล ฟังเป็นสกทาคามี ก็มี เป็นอนาคามี ก็มี เป็นโสดาบัน ปฏิบัติไม่ผิด ก็มี

ดูกร อุบาสกชาวสักระทั้งหลาย ๑๐ ปีจยกไว้ สาวกของเราในธรรมวินัยนี้ เป็นผู้ไม่ประมาท มีความเพียร มีใจเด็ดเดี่ยว ปฏิบัติตามที่เราพร่ำสอนตลอด ๙ ปี ๘ ปี ๗ ปี ๖ ปี ๕ ปี ๔ ปี ๓ ปี ๒ ปี ๑ ปี ฟังเป็นผู้สวดยสุขโดยส่วนเดียวตลอด ๑๐๐ ปี ก็มี ๑๐,๐๐๐ ปี ก็มี ๑๐๐,๐๐๐ ปี ก็มี และสาวกของเรานั้นแล ฟังเป็นสกทาคามี ก็มี ฟังเป็นอนาคามี ก็มี เป็นโสดาบันปฏิบัติไม่ผิด ก็มี

ดูกร อุบาสกชาวสักระทั้งหลาย ๑ ปีจยกไว้ สาวกของเราในธรรมวินัยนี้ เป็นผู้ไม่ประมาท มีความเพียร มีใจเด็ดเดี่ยว ปฏิบัติตามที่เราพร่ำสอนตลอด ๑๐ เดือน ๙ เดือน ๘ เดือน ๗ เดือน ๖ เดือน ๕ เดือน ๔ เดือน ๓ เดือน ๒ เดือน ๑ เดือน กึ่งเดือน ฟังเป็นสกทาคามี ก็มี ฟังเป็นอนาคามี ก็มี เป็นโสดาบัน ปฏิบัติไม่ผิด ก็มี

ดูกร อุบาสกชาวสักระทั้งหลาย กึ่งเดือนจยกไว้ สาวกของเราในธรรมวินัยนี้ เป็นผู้ไม่ประมาท มีความเพียร มีใจเด็ดเดี่ยว ปฏิบัติตามที่เราพร่ำสอนตลอด ๑๐ ค่ำ ๑๐ วัน ๙ ค่ำ ๙ วัน ๘ ค่ำ ๘ วัน ๗ ค่ำ ๗ วัน ๖ ค่ำ ๖ วัน



๕ คืบ ๕ วัน ๔ คืบ ๔ วัน ๓ คืบ ๓ วัน ๒ คืบ ๒ วัน ๑ คืบ ๑ วัน ฟังเป็น
สกทาคามี ก็มี ฟังเป็นอนาคามี ก็มี เป็นโสดาบัน ปฏิบัติไม่ผิด ก็มี

ดูกร อุบาสกชาวสักระทั้งหลาย ไม่เป็นลาภของท่านทั้งหลายเสียแล้ว
ท่านทั้งหลายไม่ได้ดีแล้ว ที่ท่านทั้งหลายเมื่อชีวิตมีภัย เพราะความโศก มีภัย
เพราะความตายอย่างนี้ บางคราวก็รักษาอุโบสถอันมีองค์ ๘ บางครั้งก็ไม่รักษา

ซึ่งอุบาสกชาวสักระทั้งก็ได้กราบทูลว่า

ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ข้าพระองค์เหล่านี้ จักรักษาอุโบสถอันประกอบด้วย
องค์ ๘ ตั้งแต่วันนี้เป็นต้นไป

ถ. พระสูตรนี้หมายความว่าอย่างไร

ส. หมายความว่า การปฏิบัติตามที่พระผู้มีพระภาคพร่ำสอน และผู้
เป็นสาวกปฏิบัติตาม ๑๐ ปี ๙ ปี ๘ ปี ไปจนกระทั่งถึง ๑ คืบ ๑ วัน ก็สามารถจะ
เป็นพระสกทาคามี ก็มี พระอนาคามี ก็มี พระโสดาบันผู้ปฏิบัติไม่ผิด ก็มี เมื่อเป็น
แล้วไม่มีทางตกไปสู่อบายภูมิ เพราะฉะนั้น ก็เป็นผู้ที่เสวยสุข ๑๐๐ ปี ๑๐,๐๐๐ ปี
๑๐๐,๐๐๐ ปี แล้วแต่ภพภูมิที่จะไปสู่

ถ. แต่ก็ยังเป็นทุกข์

ส. ทุกข์โดยลักษณะไหน ไม่ใช่อย่างของปุถุชนเป็นแน่นอน คือ ปุถุชน
ทุกข์หลายอย่าง กายก็ทุกข์ ใจก็ทุกข์ กายก็หิว ยังจะทำให้ใจให้เดือดร้อน เพิ่มทุกข์
เข้าไปอีก โดยไม่จำเป็นเลย จะเจ็บไข้ได้ป่วย หรือจะเป็นอะไรก็ตามแต่ ก็ทุกข์อยู่
แล้ว และใจก็ยังเป็นทุกข์เพิ่มเติมทับถมไปอีก เป็นผู้ที่มีความทุกข์มากมายหลาย
ประการ แต่ว่าผู้ที่เป็นอริยบุคคลนั้น ท่านก็ละทุกข์ได้เป็นลำดับยิ่งขึ้น ๆ
เพราะฉะนั้น ความทุกข์ของท่านก็ลดน้อยลง ส่วนที่ท่านจะเสวยสุขโดยส่วนเดียว

ถ. (ไม่ได้ยิน)

ส. แล้วแต่พยัญชนะ คือ ถ้าพยัญชนะที่จะชี้ให้เห็นโทษของกามว่า
ถึงแม้จะมีกาม บริบูรณ์พร้อมสรรพสักเท่าไรก็ตาม แต่ก็ไม่ได้ให้ความสุข ถ้ายังมี
กิเลส



ถ. (ไม่ได้ยิน)

ส. ถ้าประพฤติปฏิบัติตามธรรมที่พระผู้มีพระภาคทรงแสดงโดยไม่ประมาท จุดมุ่งหมายของพระสูตรนี้ก็คือ ให้เป็นผู้ไม่ประมาท ให้มีสติเจริญกุศลเนื่อง ๆ และให้เป็นกิจวัตรเนื่องนี้จดด้วย ตลอด ๑๐ ปี ๙ ปี ๘ ปี ๗ ปี ๖ ปี ใช้จำนวนสูงไว้ก่อน ให้เห็นว่าเป็นเรื่องที่จะต้องใช้เวลาเพียรมาก ไม่เริ่มต้นด้วย ๑ วัน ๑ คืน ๒ วัน ๒ คืน แต่ว่า ๑๐ ปี แม้พระผู้มีพระภาคเอง ก็ทรงแสดงไว้ ลดลงมาจาก ๑๐ ปี เป็น ๙ ปี ๘ ปี ๗ ปี ๖ ปี ๕ ปี เรื่อยไป ตามกำลังของอินทรีย์ ของปัญญาที่ผู้นั้นได้อบรมมา

ถ. การเจริญวิปัสสนาทำให้เสียเวลาและเสียสุขภาพ จริงหรือไม่

ส. ใครกล่าว ในพระไตรปิฎกไม่มีแน่ ปัญญาจะทำให้เสียเวลาเสียสุขภาพได้อย่างไร วิปัสสนาแปลว่าปัญญา การเจริญปัญญาที่ทำให้ประจักษ์ลักษณะของสิ่งที่ปรากฏตามความเป็นจริง ปัญญาไม่ทำให้เสียสุขภาพ เจริญอย่างไรจึงจะให้เสียสุขภาพ ไม่ใช่เจริญปัญญาแน่ แต่เจริญอกุศล

ถ. การเจริญวิปัสสนา ทำอื่นได้ไหม หรือว่าทำนั่งทำเดียว

ส. สติปัฏฐานหมายความว่าถึง ที่ตั้งของสติ ที่ทำให้สติระลึกรู้ลักษณะของสิ่งนั้นตามความเป็นจริงเพื่อละความเห็นผิด การยึดถือสิ่งนั้นว่าเป็นตัวตน ก็ไม่ต้องเป็นห่วงเลยว่า จะนั่งหรือจะนอน หรือจะยืนหรือจะเดิน แต่ต้องเข้าใจ เรื่องของการเจริญสติปัฏฐานให้ถูกต้อง ถ้าไม่เข้าใจแล้ว ไม่มีโอกาสเลยที่ปัญญาจะเจริญขึ้น ก็เป็นการจำกัดปัญญาอยู่เรื่อย ๆ แล้วไม่มีโอกาสละความไม่รู้ ถ้าคิดเว้นแล้ว ไม่ใช่การเจริญปัญญาแน่นอน





๓๙



สำหรับเรื่องของอุโบสถก็ยังมีประการอื่นอีกที่แสดงให้เห็นว่า ความดีนั้นไม่ควรจำกัด เจริญมากเท่าไรก็เป็นประโยชน์มากเท่านั้น และไม่ใช่จำกัดแต่เฉพาะอุโบสถเพียง ๘ ประการเท่านั้น

อังคุตตรนิกาย นวกนิบาต สัตตสูตรมีข้อความว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย อุโบสถประกอบด้วยองค์ ๙ ประการ อันบุคคลเข้าอยู่แล้ว ย่อมมีผลมาก มีอานิสงส์มาก มีความรุ่งเรืองมาก มีความแพร่หลายมาก

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ก็อุโบสถประกอบด้วยองค์ ๙ ประการ อันบุคคลเข้าอยู่แล้วอย่างไร จึงมีผลมาก มีอานิสงส์มาก มีความรุ่งเรืองมาก มีความแพร่หลายมาก

อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ ย่อมตระหนักชัดดังนี้ว่า พระอรหันต์ทั้งหลาย ละปาณาติบาต อทินนาทาน อพรหมจรรย์ มุสาวาท ... แม้เราก็ละการนั่ง การนอน บนที่นั่งที่นอนสูงใหญ่ งดเว้นจากการนั่ง การนอน สูงใหญ่ สำเร็จการนั่ง การนอน บนที่นั่งที่นอนต่ำ ตลอดคืนและวันนี้

เราชื่อว่ากระทำตามพระอรหันต์ แม้ด้วยองค์นี้ และอุโบสถจักเป็นอันเรา เข้าอยู่แล้ว อุโบสถประกอบด้วยองค์ที่ ๘ นี้ บุคคลมีใจประกอบด้วยเมตตา แม้ไปตลอดทิศ ๑ อยู่ ทิศที่ ๒ ทิศที่ ๓ และที่ ๔ เหมือนกันโดยนัยนี้ ทั้งเบื้องบน เบื้องล่าง เบื้องขวาง แม้ไปตลอดโลก ทั่วสัตว์ทุกเหล่า ในที่ทุกสถาน ด้วยใจประกอบด้วยเมตตาอันไพบุลย์ ถึงความเป็นใหญ่หาประมาณมิได้ ไม่มีเวร ไม่มี ความเบียดเบียนอยู่

อุโบสถ ชื่อว่าประกอบด้วยองค์ที่ ๙ นี้ ด้วยประการดังนี้



ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ก็อุโบสถประกอบด้วยองค์ ๙ ประการ อันบุคคลเข้า
อยู่แล้ว อย่างนี้แล จึงมีผลมาก มีอานิสงส์มาก มีความรุ่งเรืองมาก มีความ
แพร่หลายมาก

พระสูตรนี้แสดงให้เห็นว่า อย่าจำกัดความดี ถึงอุโบสถมีองค์ ๘ แล้ว ก็ยัง
มีอุโบสถมีองค์ ๙ คือ เจริญความดีได้ทุกประการเท่าที่สามารถจะเป็นไปได้ ท่าน
ที่รักษาอุโบสถไม่เฉพาะในวันอุโบสถ แต่รักษาตลอดไป อย่างอุบาสิกาในปัจจุบัน
นี้ที่ไม่ครองเรือน บวชเป็นชี ก็ควรที่จะได้ทราบว่า การรักษาศีลอุโบสถของท่านนั้น
เพื่อจุดประสงค์อะไรที่สำคัญที่สุด คือ เพื่อการขัดเกลายิ่งขึ้น ศีล ๕ ก็ขัดเกลามาก
แล้ว แต่ว่าผู้ใดที่มีศรัทธาที่จะรักษาศีล ๘ ก็ยิ่งขัดเกลาคิดใจยิ่งขึ้นอีก

เพราะฉะนั้น ไม่ใช่เพื่อหวังอย่างอื่น แต่เพื่อละรูป เสียง กลิ่น รส
โผฏฐัพพะมากขึ้น ถ้าอ่านในพระสูตรอื่น ๆ อีก จะมีเรื่องของอุบาสกอุบาสิกา
ละเอียดยิ่งขึ้น ให้ทราบว่าชีวิตของอุบาสก อุบาสิกา นั้นมีหลายแบบ มีทั้งที่ครอง
เรือน มีทั้งที่ไม่ครองเรือน มีทั้งที่รักษาเฉพาะศีล ๕ มีทั้งที่รักษาศีล ๘ ด้วย
เป็นบางครั้ง และมีทั้งรักษาศีล ๘ เป็นประจำ ซึ่งแล้วแต่การสะสม บางท่านสะสม
มาในเรื่องของเนกขัมมะ บางท่านก็สะสมมาในเรื่องของปัญญา และบางท่านก็
สะสมมาในเรื่องของจาคะเพื่อเป็นบารมีต่อไป

แต่ถึงแม้ว่า จะเป็นบารมีประการหนึ่งประการใดก็ตาม ถ้าตรวปใดยังมี
กิเลส ก็ยังไม่แน่นอน ถ้ามีศรัทธาที่จะออกจากเรือนแล้วประพฤติปฏิบัติธรรม
ประกอบกันด้วย ก็ย่อมเป็นเครื่องประกันที่มั่นคง เพราะถึงแม้ในอดีตชาติของ
พระโพธิสัตว์ได้สะสมเนกขัมมะบารมีและบารมีอื่น ๆ อย่างเพียบพร้อมแล้วก็ตาม
แต่ขณะที่ยังไม่ได้ตรัสรู้เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า กิเลสทั้งหลายก็ยังมีโอกาสเกิดได้
เพราะในขณะนั้นยังไม่ได้ดับกิเลสเป็นสมุจเฉท เพียงแต่ว่าเจริญบารมีประการ
ต่าง ๆ เพื่อการตรัสรู้

เพราะฉะนั้น อุบาสก อุบาสิกา มีฉันทะต่าง ๆ กัน บางท่านมีฉันทะในจาคะ
บางท่านมีฉันทะในเนกขัมมะ บางท่านมีฉันทะในการเจริญปัญญา ก็พึงเป็นผู้ไม่



ประมาณเลย ถึงแม้จะละอาคารบ้านเรือนไปแล้ว มีศีลเป็นเครื่องรักษา แต่ถ้าไม่มีธรรมเป็นเครื่องประกอบด้วย ศรัทธาอันนั้นก็ยังคงคลอนแคลน ยังไม่มั่นคง

เพราะฉะนั้น ผู้ถามที่เป็นนักศึกษาและต้องการบวชชี ก็คงจะไม่มีผู้ใดขัดขวาง แต่อยากให้เข้าใจชีวิตของอุบาสิกาอย่างถูกต้องแท้จริง จะได้ตัดสินใจได้ด้วยตนเองว่า จะเป็นอุบาสิกาแบบไหน เพราะเหตุว่าความล้าลึกของจิตที่ได้สะสมมา มีทั้งฝ่ายกุศลและมีทั้งฝ่ายอกุศล เพราะฉะนั้น ผู้ที่ขัดเกลากิจใจของตัวเองแต่ละท่านไม่เหมือนกันว่า อะไรเป็นเหตุให้ขัดเกลาก็ได้

ตัวอย่างในพระสูตรเป็นแต่ละชีวิตจริง ๆ ซึ่งมีเหตุทำให้ขัดเกลากิเลส หรือเจริญกุศลตามวิถีชีวิตของแต่ละบุคคลต่าง ๆ กัน

ขุททกนิภาย ปกิณณกนิบาตชาดก (ขุททกนิภายชาดกเล่ม ๓ ภาคี) ปัญจอุปสถิกชาดก

พระโพธิสัตว์ถามนกพิราบว่า

ดูกร นกพิราบ เพราะเหตุไร บัดนี้เจ้าจึงมีความขวนขวายน้อย ไม่ต้องการอาหาร อุดกั้นความหิวกระหาย มารักษาอุโบสถ

นกพิราบก็ตอบว่า แต่ก่อนนี้ข้าพเจ้าบินไปกับนางนกพิราบ เราทั้งสองขึ้นชมยินดีกันอยู่ในป่าประเทศนั้น ทันใดนั้น เหยี่ยวได้โฉบเอานางนกพิราบไปเสีย ข้าพเจ้าไม่ปรารถนาจะพลัดพรากจากนางไป แต่จำต้องพลัดพรากจากนาง เพราะพลัดพรากจากนาง ข้าพเจ้าได้เสวยเวทนาทางใจ เพราะเหตุนี้ข้าพเจ้าจึงรักษาอุโบสถ ด้วยคิดว่า ความรักอย่าได้กลับมาหาเราอีกเลย

นี่ก็เป็นมูลเหตุที่นกพิราบรักษาอุโบสถ ต่อจากนั้นพระโพธิสัตว์ก็ได้ถามผู้ถามสุนัขจิ้งจอก ถามหมี ซึ่งต่างก็รักษาอุโบสถด้วยเหตุต่าง ๆ กัน แล้วสัตว์เหล่านั้นก็ย้อนถามพระโพธิสัตว์บ้างว่า

ข้าแต่ท่านผู้เจริญ ข้อความอันใดที่ท่านก็ได้ถามพวกข้าพเจ้าแล้ว ข้าพเจ้าทั้งหมดก็ได้พยากรณ์ข้อความอันนั้นตามที่ได้รู้เห็นมา ข้าแต่ท่านผู้เป็นวงศ์พรหมผู้เจริญ พวกข้าพเจ้าจะขอลาถามท่านบ้างละ เพราะเหตุไร ท่านจึงรักษาอุโบสถเล่า



ตอนนี้คนอื่นตอบไม่ได้แน่นอน เพราะว่าแต่ละคนก็มีเหตุเฉพาะของตน ๆ
พระโพธิสัตว์ตอบว่า

พระปัจเจกพุทธเจ้ารูปหนึ่ง ผู้ไม่แปดเปื้อนด้วยกิเลส นั่งอยู่ในอาศรมของ
ฉันครูหนึ่ง ท่านได้บอกให้ฉันทราบถึงที่ไป ที่มา นาม โคตร และจรณะทุกอย่าง
แต่ถึงอย่างนั้น ฉันก็ไม่ได้ถามถึงนามและโคตรของท่านเลย เพราะเหตุนั้น
ฉันจึงรักษาอุโบสถ ด้วยคิดว่า มานะอย่าได้มาถึงฉันอีกเลย

ในที่นี่ไม่มีใครหมดกิเลสแล้ว กิเลสก็มากจริง ๆ มีทั้งความเห็นผิด ทั้งความ
สงสัยในลักษณะของอริยสัจจะ ทั้งโลภะ ทั้งโทสะ บางคนมีทั้งริษยา ทั้งมานะ
ทั้งมัจฉริยะ

เพราะฉะนั้น ผู้ที่รู้จักตัวเอง แม้พระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี
ก็ยังละมานะไม่ได้ แต่มานะก็ไม่ใช่ว่าสิ่งไม่ควรเจริญ ถ้าผู้ใดรู้สึกตัวว่า มีความสำคัญ
ตน แล้วรู้ว่าเป็นกิเลส เป็นอกุศล ท่านคงต้องการที่จะละ เพราะฉะนั้น สติมี
ประโยชน์มากที่ทำให้รู้ว่า มีกิเลสมากน้อยเท่าไร ไม่ว่าจะเป็นไปในทางกาย หรือ
ว่าทางวาจา หรือว่าเพียงเกิดกับใจเท่านั้น คนอื่นไม่สามารถจะรู้ได้เลย และท่านที่
ขัดเกลากิเลสอยู่เรื่อย ๆ โลภะอาจจะน้อยลง โทสะอาจจะเบาบาง ริษยาก็น้อย
มัจฉริยะก็คงจะเบาบาง แต่แม้มานะ เพียงความสำคัญตน ท่านที่ประสงค์จะละ
กิเลสให้หมดเป็นสมุจเฉท ไม่ต้องการจะเก็บสิ่งที่เป็นอกุศล หรือเป็นกิเลสทั้งหลาย
ไว้ เมื่อมีทางใดที่ละ ขัดเกลากิเลสได้ ท่านไม่เว้น เพราะฉะนั้น ในชาตินั้นพระ
โพธิสัตว์จึงรักษาอุโบสถ เพราะมีสติรู้ว่า ท่านมีมานะ ดังข้อความที่ว่า

ถึงแม้ว่าพระปัจเจกพุทธเจ้า จะได้นั่งอยู่ในอาศรมของท่าน และได้บอกถึง
นาม ถึงโคตร ถึงจรณะ ถึงที่มา ถึงที่ไป แต่ถึงอย่างนั้น ฉันก็ไม่ได้ถามถึงนาม
และโคตรของท่านเลย

พระโพธิสัตว์รู้ตัวว่า มีมานะที่ไม่ถาม แต่คนอื่นอาจไม่ได้สังเกตจิตใจของ
ตนเอง ถ้าสังเกต ก็อาจจะเจริญกุศลทุก ๆ ประการเพิ่มขึ้น



และสำหรับอุบาสก อุบาสิกาก็มีการสะสมทำให้เป็นบุคคลที่มีชีวิตต่าง ๆ กันนั้น

สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค มหานามสูตร มีข้อความว่า

ครั้งนั้น พระผู้มีพระภาคประทับ ณ พระวิหารนิโครธาราม ใกล้พระนคร กบิลพัสดุ์ แคว้นสักกะ ครั้งนั้นพระเจ้ามahanamasakayarajaseḍḍhī ไปเฝ้าพระผู้มีพระภาคถึงที่ประทับ ทรงอภิวัตแล้วประทับนั่ง ณ ที่ควรส่วนข้างหนึ่ง ครั้นแล้วได้ทูลถามพระผู้มีพระภาคว่า

ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ด้วยเหตุเพียงเท่าไร บุคคลจึงชื่อว่าอุบาสก

พระผู้มีพระภาคตรัสตอบว่า

ดูกร มหาบพิตร บุคคลผู้ถึงพระพุทธเจ้าเป็นสรณะ ถึงพระธรรมเป็นสรณะ ถึงพระสงฆ์เป็นสรณะ ด้วยเหตุเพียงเท่านั้นแล บุคคลจึงชื่อว่าอุบาสก

พระเจ้ามahanamasakayarajaseḍḍhī ก็ได้ทูลถามต่อไปว่า

ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ด้วยเหตุเพียงเท่าไร อุบาสกจึงชื่อว่า เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยศีล

นี่ก็เป็นอีกแบบหนึ่งของอุบาสก พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

ดูกร มหาบพิตร อุบาสกเป็นผู้งดเว้นจากปาณาติบาต เป็นผู้งดเว้นจากอทินนาทาน เป็นผู้งดเว้นจากกาเมสุมิฉฉาจาร เป็นผู้งดเว้นจากมุสาวาท เป็นผู้งดเว้นจากสุราเมรัยมัชชปมาทัฏฐฐาน ด้วยเหตุเพียงเท่านั้นแล อุบาสกจึงจะชื่อว่า เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยศีล

อุบาสกที่ไม่ถึงพร้อมด้วยศีลก็มี แต่ว่าอุบาสกเช่นไรจึงจะชื่อว่า เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยศีล คือ เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยศีลของอุบาสก ได้แก่ศีล ๕

พระเจ้ามahanamasakayarajaseḍḍhī ก็ได้กราบทูลถามต่อไปว่า

ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ด้วยเหตุเพียงเท่าไร อุบาสกจึงชื่อว่า เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยศรัทธา



นี่เป็นการตรวจตัวของท่านเองว่า เป็นอุบาสกแบบไหน เป็นอุบาสกผู้ถึงพร้อมด้วยศีล หรือว่าเป็นอุบาสกผู้ถึงพร้อมด้วยศรัทธา

พระผู้มีพระภาค ตรัสว่า

ดูกร มหาบพิตร อุบาสกในธรรมวินัยนี้ เป็นผู้ที่มีศรัทธา คือ เชื่อพระปัญญาตรัสรู้ของพระตถาคตว่า แม้เพราะเหตุนี้ ๆ พระผู้มีพระภาคอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์นั้น เป็นผู้จำแนกธรรม และพระคุณธรรมอื่น ๆ ด้วยเหตุเพียงเท่านี้แล อุบาสกจึงจะชื่อว่า เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยศรัทธา

ฟังพยานะเพียงเฝิน ๆ ก็อาจจะคิดว่า ท่านเชื่อในพระปัญญาตรัสรู้ของพระผู้มีพระภาคแล้ว แต่ผู้ใดเชื่อจริง ๆ คือเชื่อว่า กำลังเห็นนี้เกิดดับ ไม่ใช่ตัวตน ไม่ว่าจะเป็นนามเป็นรูปชนิดหนึ่งชนิดใดก็ตาม เกิดขึ้นแล้วก็ดับไป ไม่ใช่ตัวตน

เพราะฉะนั้น ผู้ที่ยังไม่ได้เจริญสติปัฏฐาน ยังไม่มีความสมบูรณ์ของญาณเป็นขั้น ๆ ยังไม่รู้แจ้งอริยสัจ ท่านมีศรัทธาโดยการฟัง โดยการพิจารณา แต่ว่ายังไม่ได้ประจักษ์แจ้งว่า พระผู้มีพระภาคก็ดี พระอรหันต์ พระอริยสาวกท่านได้ประจักษ์อริยสัจข้อนี้แล้ว เพราะฉะนั้น ถ้าไม่ศึกษาโดยละเอียด การเจริญปัญญาเพื่อรู้แจ้งอย่างทีพระผู้มีพระภาคก็ดี หรือว่าพระสาวกของพระผู้มีพระภาคก็ดี ได้รู้แล้ว ย่อมจะเป็นไปไม่ได้ถ้าไม่ศึกษาและไม่พิจารณาโดยละเอียด แล้วก็ปฏิบัติตามให้ตรงตามเหตุผลนั้นด้วย

พระเจ้ามหานามสากยราช ทูลถามต่อไปว่า

ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ด้วยเหตุเพียงเท่าไร อุบาสกจึงจะชื่อว่า เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยจาคะ

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

ดูกร มหาบพิตร อุบาสกในธรรมวินัยนี้ มีใจปราศจากความตระหนี่ อันเป็นมลทิน มีจาคะอันปล่อยแล้ว มีฝ่ามืออันชุ่ม ยินดีในการสละ ควรแก่การขอยินดีในการจำแนกทาน อยู่ครอบครองเรือน ด้วยเหตุเพียงเท่านี้แล อุบาสกจึงชื่อว่า เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยจาคะ



พระเจ้ามหานามสากยราช ทูลถามต่อไปว่า

ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ก็ด้วยเหตุเพียงเท่าไร อุบาสกจึงเชื่อว่าเป็นผู้ถึงพร้อมด้วยปัญญา

พระผู้มีพระภาค ตรัสว่า

ดูกร มหาบพิตร อุบาสกในธรรมวินัยนี้ เป็นผู้มียปัญญา คือ ประกอบด้วยปัญญา เป็นเหตุให้ถึง ให้เห็นความเกิด ความดับ เป็นอริยะ เป็นไปเพื่อฆ่าแรกกิเลส ให้ถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบ ด้วยเหตุเพียงเท่านี้แล อุบาสกจึงเชื่อว่าเป็นผู้ถึงพร้อมด้วยปัญญา

เดี๋ยวนี้เป็นอุบาสกประเภทไหน ควรให้ถึงพร้อมหรือสมบูรณ์เท่าที่จะทำได้ เพราะฉะนั้น ผู้ต้องการละอาการบ้านเรือน ก็ควรจะทราบ ว่า การมีชีวิตที่ขัดเกลา ยิ่งขึ้นนั้นจะต้องขัดเกลาทั้งในเรื่องของศีล และก็ในเรื่องของธรรมด้วย

ถ. เรื่องของธรรมหมายความว่าอย่างไร เพราะเรื่องของศีลก็ทราบ แต่เรื่องของธรรม คือ เรื่องจะเป็นอุบาสก อุบาสิกา ซึ่งเป็นผู้ถึงพร้อมด้วยปัญญา และผู้ที่ถึงพร้อมด้วยปัญญานั้นก็คือ ประกอบด้วยปัญญาเป็นเหตุให้ถึง หรือให้เห็นความเกิด ความดับ เป็นอริยะ เป็นไปเพื่อฆ่าแรกกิเลส ให้ถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบ ไม่ใช่ปัญญาเพียงชั้นการฟัง หรือไม่ใช่ปัญญาเพียงชั้นพิจารณาเท่านั้น

สุ. แต่ความจริงคำว่าธรรมนั้น มีความหมายที่ลึกซึ้งยิ่งกว่านั้น เพราะเหตุว่าเรื่องศีลเป็นการขัดเกลาชั้นกาย วาจา แต่ถ้าผู้ใดก็ตามไม่เจริญปัญญาด้วย ก็ยากเหลือเกินที่จะรักษาศีล ๕ หรือศีล ๘ หรือศีล ๒๒๗ ให้บริสุทธิ์ได้ เพราะเหตุว่าการลวงศีลนั้น เป็นไปด้วยอำนาจของกิเลส

เพราะฉะนั้น ตราบใดที่ยังมีกิเลสอยู่ ก็ย่อมจะลวงศีลนั้นได้ แต่ผู้ใดก็ตามที่นอกจากมีศีลแล้ว ก็ยังเจริญธรรม ประกอบกันไปด้วย ผู้นั้นก็ย่อมจะมั่นคงในเพศของตน ถ้าเป็นอุบาสิกาที่สละอาการบ้านเรือน มีศรัทธามากกว่าอุบาสิกาที่รักษาเพียงศีล ๕ แต่ว่าถ้าจะให้มั่นคงแล้ว ก็จะต้องมีการเจริญธรรมคู่กันไปด้วย มิฉะนั้นก็ไม่แน่นอน



ถ. เมื่อสักครู่นานอาจารย์บอกว่า การเจริญสติปัฏฐาน คือ เป็นเรื่องของความจริง ผมไปปฏิบัติเข้า คล้าย ๆ กับว่า ความจริงกลับตาลปัตรกัน ธรรมดาเราดูรูป เราต้องใช้ตามองเห็น เวลาเราได้ยินเสียง เราต้องใช้หูฟัง แต่เวลาเราเจริญสติปัฏฐานคล้าย ๆ กับว่าเรากลับกัน เวลาได้ยินเสียงกับรูป เวลาเราจะรู้ซึ่งเข้าไปอีกว่า จะให้รู้ว่าเป็นใคร คนไหน เสียงนั้นเป็นของใคร ทำไมกลับเป็นนาม คล้าย ๆ ตามปกติเราไม่ได้เจริญสติปัฏฐาน ดูรูปเราก็ต้องใช้ตามองรูปเป็นเช่นนั้น รูปเป็นเช่นนั้น เวลาใช้เสียง จึงรู้ว่าเป็นนามไป ผมสงสัยเท่านี้แหละครับ

ส. เรื่องนี้เข้าใจว่ายังสับสนอยู่ระหว่างนามกับรูป คือ มีนามมีรูป ตลอดเวลาจริง ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ แต่ผู้เจริญสติ จะต้องระลึกถึงลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏ แล้วมีอสังขโมหสัมปชัญญะ คือ ไม่หลงเข้าใจผิดในสภาพลักษณะของสิ่งที่ปรากฏ คือ ไม่คิดว่านามเป็นรูป และรูปเป็นนาม





๔๐



ส. อย่างเวลานี้ มีทั้งนามและรูป ไม่ใช่มีแต่รูป พอจะบอกได้ไหมว่ามีรูปอะไรบ้าง ต้องค่อย ๆ พิจารณาศึกษาไปเป็นประเภท ๆ ไม่ใช่ว่ารูปเป็นสิ่งที่เห็นได้ทางตาอย่างเดียว ถึงรูปที่ไม่ปรากฏทางตา ถ้าสภาพนั้นไม่ใช่สภาพรู้ ก็ไม่ใช่นาม เพราะคำว่า รูปนั้น หมายความว่า สภาพที่ปรากฏนั้นเป็นสภาพไม่รู้ อย่างเสียงปรากฏให้รู้ได้ทางหู เสียงไม่ใช่สภาพรู้ ไม่ใช่ได้ยิน นี่ต้องแยกกัน เสียงกับได้ยินจะมารวมกันเป็นลักษณะเดียวไม่ได้

ถ. ถ้าไม่ได้ยิน ก็ไม่มีเสียง

ส. นี่เป็นเครื่องยืนยันว่า มีเสียงด้วย มีได้ยินด้วย มีทั้งสองอย่าง เพราะฉะนั้น เวลาเจริญสติ สติระลึกที่ไหน รู้อะไร

ถ. ตอนแรกไม่ได้เห็น เราได้ยินแต่เสียง เสียงนี้เป็นรูปใช่ไหม

ส. แต่ว่าเสียงมีลักษณะอย่างไร ไม่ใช่รู้โดยการฟังว่าเสียงเป็นรูป แต่ผู้เจริญสติต้องรู้ลักษณะของเสียงว่าต่างกับได้ยิน ก่อนอื่นโดยขั้นปริยัติต้องทราบว่า เสียงมี ได้ยินมี มีทั้งสองอย่าง แต่ว่าสติจะระลึกรู้ลักษณะของเสียง หรือของได้ยิน ปัญญาต้องเกิดขึ้นเจริญขึ้น รู้ชัดตามความเป็นจริงทั้งสองลักษณะ ถึงจะละความเห็นผิด ความสงสัย ความไม่รู้ได้

ถ. รูปเป็นสิ่งที่ปรากฏให้รู้ได้ทางตา เพราะฉะนั้น สิ่งที่ไม่ปรากฏให้รู้ได้ทางตา จะเป็นรูปได้อย่างไร

ส. มีรูปมากมายหลายอย่างซึ่งไม่ได้ปรากฏให้รู้ได้ทางตา รูปที่ปรากฏให้รู้ได้ทางตามีรูปเดียวเท่านั้น คือ สิ่งที่กำลังปรากฏในขณะนี้ จะเรียกว่าสี จะเรียกว่ารูปารมณฺ์ จะเรียกว่าอะไรก็ได้แล้วแต่ ลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏให้รู้ได้ทางตา เป็นของจริงอย่างหนึ่งเท่านั้นเอง นี่เป็นรูปเดียวที่รู้ได้ทางตา แต่ถ้าลอง



กระทบสัมผัสอะไร หลับตาแล้วยังรู้ว่าแข็ง สภาพแข็งไม่ใช่สภาพรู้ เป็นลักษณะแข็งเท่านั้น

เพราะฉะนั้น ลักษณะแข็งนั้นก็ป็นรูปชนิดหนึ่ง ไม่จำเป็นต้องเห็นด้วยตา

ถ. เวลาที่เราเจริญสติปัฏฐาน มีเสียงภายนอก เป็นเสียงนก เสียงสัตว์ หรือเสียงอะไรก็ตามมากกระทบให้เราได้ยิน เมื่อเราได้ยิน แต่ไม่ได้เห็นรูป แต่ในความสำนึก สติของเราคิดว่าเสียงนั้นต้องเป็นรูป เพราะว่ามีรูปสัตว์เช่นนั้น จึงมีเสียงออกมาใช่ไหม ทีนี้ในใจของเรา พอเราเลิกจากการนั่งสติปัฏฐานออกมา เราจึงจะเห็นว่า นี่เป็นตัวตน เป็นรูปจริง ๆ เป็นอย่างนี้ กลับกัน

สุ. จะได้เห็นว่า ความเข้าใจของผู้ที่เริ่มเจริญสติปัฏฐานมีหลาย ๆ ลักษณะ เป็นต้นว่า เวลาเสียงปรากฏ ท่านรู้ว่าเป็นรูป เพราะว่ามีรูปนก หรือว่ามีรูปของเสียงนั้น เพราะเหตุว่าถ้าไม่มีนกที่เป็นตัว เป็นรูปให้เห็นแล้วเสียงนั้นก็ไม่มี เพราะฉะนั้น เวลาที่ได้ยินเสียง รู้ว่าเป็นรูป ก็เพราะเหตุว่ามีรูปของสัตว์นั้น ทำให้รู้ว่าเสียงนั้นเป็นรูปด้วย ใช่ไหม แล้วเคยมีบางเสียงไหม ที่ไม่ทราบว่าเป็นเสียงอะไร ทราบจากเสียงหรือเปล่า หรือว่ามีเสียงที่ไม่ทราบก็มี

ถ. ก็มีครับ

สุ. ก็มี เพราะฉะนั้น ลักษณะของเสียงที่ปรากฏเป็นสภาพที่ปรากฏทางหู ไม่ใช่ नाम นามจะไม่ปรากฏทางตา ทางหู ถ้ามีสติรู้ว่า เสียงเป็นแต่เพียงของจริงที่ปรากฏให้รู้ได้ทางหูเท่านั้น แล้วเสียงนั้นก็ดับ ถูกต้องตามความเป็นจริงว่าสังขารทั้งหลายไม่เที่ยง สิ่งที่เกิดขึ้นก็ดับไป แม้เสียงนั้นเกิดขึ้นแล้วก็ดับไป เป็นแต่เพียงของจริงชนิดหนึ่ง ก็จะทำให้ละคลายความไม่รู้ลักษณะของเสียง ยังไม่ต้องไปคิดถึงรูปนก กา ไก่ อะไรเลย แต่ว่าขณะที่มีเสียงปรากฏ ก็มีสติรู้เสียงที่กำลังปรากฏ รู้ลักษณะนั้นเท่านั้น

ในครั้งก่อนได้กล่าวถึงชีวิตของพุทธบริษัท และในครั้งที่แล้วก็ตอบปัญหาของท่านผู้ฟังที่ต้องการจะบวชเป็นอุบาสิก และได้กล่าวถึงชีวิตของอุบาสิกซึ่งมีหลายประเภท เพราะเหตุว่าพุทธบริษัทนั้นก็ทราบแล้วว่า ถ้าเป็นกุลบุตรที่ได้ฟัง



พระธรรม เห็นว่าชีวิตของฆราวาสนั้นคับแคบ จึงออกจากเรือน บวชเป็นบรรพชิต ติดตามพระผู้มีพระภาค นั่นก็เป็นชีวิตของกุลบุตรผู้เห็นว่า ชีวิตของการเพียงเป็น อุบาสกนั้นไม่สามารถที่จะเจริญกุศลได้เต็มที่ และสำหรับในครั้งพุทธกาลมีสตรีที่ เห็นว่า ชีวิตของฆราวาสนั้นคับแคบ ก็ใคร่ที่จะสละอาศรัยบ้านเรือน ออกบวชเป็น ภิกษุณี เพราะเหตุว่าชีวิตนั้นก็หลากหลาย ถ้าผู้ใดได้ฟังธรรมแล้วเกิดศรัทธา แต่ ไม่ได้สะสมอบรมมา ที่จะได้บรรลุเป็นพระอรหันต์ ผู้นั้นก็อาจจะปฏิบัติธรรม และ สามารถที่จะได้บรรลุธรรม เป็นพระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามีในเพศ ของฆราวาสได้ แต่ถ้าผู้นั้นได้อบรมจนบรรลุคุณธรรมเป็นพระอรหันต์เหมือนในครั้ง พุทธกาลแล้ว ผู้นั้นจะไม่ครองบ้านเรือน แต่ออกบวชเป็นภิกษุณี

แต่ในกาลต่อมา ไม่ใช่กาลสมัยที่บุคคลใดจะได้บรรลุพระอรหันต์ได้ มากมายเหมือนอย่างในครั้งพุทธกาลที่พระผู้มีพระภาคยังไม่ได้ปรินิพพาน เพราะฉะนั้น ผู้ที่สามารถบรรลุคุณธรรมเป็นพระอรหันต์ได้ ก็ย่อมลดน้อยลง นี่ก็ เป็นเหตุที่ในกาลภายหลังสตรีที่ต้องการละอาศรัยบ้านเรือนบวชเป็นพระภิกษุณีนั่น ก็เสื่อมลงไป เพราะเหตุว่าถึงแม้ว่าจะไม่ได้บวชเป็นพระภิกษุณี ก็สามารถจะ บรรลุคุณธรรมเป็นพระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามีได้

เพราะฉะนั้น ก็คงจะได้ทราบว่า จุดประสงค์ที่พระผู้มีพระภาคทรงอนุญาต ให้สตรีบวชเป็นภิกษุณีได้ เพราะเหตุว่าในกาลครั้งนั้นมีผู้ที่ได้บำเพ็ญบารมี มี คุณธรรมพร้อมจะบรรลุเป็นพระอรหันต์ได้ แต่ก็ทรงเห็นว่า ในกาลต่อ ๆ มานั้นก็ ยากที่ผู้ใดจะบรรลุคุณธรรมเป็นพระอรหันต์ เพราะฉะนั้น อุบาสิกาก็ย่อมมีทั้งที่ ศึกษาธรรม ปฏิบัติธรรมด้วยความสนใจที่จะประพฤติปฏิบัติตามมากเท่าที่จะทำได้ ด้วยการรักษาศีล ๕ บ้าง รักษาศีล ๘ บ้าง

นี่เป็นสิ่งที่ยังคงมีอยู่ในปัจจุบัน แต่ที่จะสละอาศรัยบ้านเรือนมาเป็นเพศ ภิกษุณีสักเช่นฝ่ายกุลบุตรนั้น ในสมัยนี้ไม่ใช่กาล เพราะฉะนั้น ผู้ที่สนใจในการที่จะ ประพฤติปฏิบัติตามธรรมของพระผู้มีพระภาคจริง ๆ นั้น ก็ควรศึกษาธรรมให้เข้าใจ ละเอียดชัดเจนยิ่งขึ้น เพื่อที่จะได้น้อมนำธรรมที่ได้ศึกษาและได้เข้าใจแล้วนั้น มา



เป็นประโยชน์แก่ตน เพราะเหตุว่าพระธรรมทั้งหมดที่ทรงแสดงไว้นั้น ไม่ใช่เพียงเพื่อให้ศึกษา แต่ว่าให้ประพฤติปฏิบัติตามเท่าที่จะกระทำตามได้ แล้วการประพฤติปฏิบัติตามธรรมนั้นก็เป็นการขัดเกลาจิตใจของตนเอง ไม่ว่าขั้นศีล หรือขั้นสมาธิ ขั้นปัญญาก็ตาม ผู้นั้นย่อมทำให้จิตใจของตน เบาบางจากอกุศล แล้วก็เพิ่มพูนกุศлыิ่งขึ้น

เพราะฉะนั้น ก็ต้องทราบชัดเจนและรู้จักตัวเองดีด้วย ไม่ฝืนหรือไม่เพียงศรัทธา เมื่อเห็นเพศหนึ่งเพศใดมีความสงบ และมีได้พิจารณาจิตใจของตนเองว่ามีความมั่นคงที่จะสละอาคารบ้านเรือนไปบำเพ็ญชีวิตอย่างนั้นได้ ก็อาจจะทำให้เดือดร้อนใจได้ เพราะเหตุว่าเรื่องระเบียบ กฎ วินัย ข้อบังคับต่าง ๆ นั้น ถ้าบางท่านไม่สามารถประพฤติปฏิบัติตามได้แล้ว ก็ย่อมทำให้จิตเดือดร้อนมากกว่าที่จะทำให้จิตสงบ

เพราะฉะนั้น ข้อสำคัญที่สุดก็คือว่า จะต้องทราบหน้าที่ของอุบาสิกาและอุบาสกว่า ต้องเป็นผู้ที่ศึกษาธรรม เพื่อที่จะได้ประพฤติปฏิบัติตามยิ่งขึ้น บางท่านก็วิตกว่า ถ้าเป็นอุบาสิกาแล้วคงต้องศึกษาธรรมมากมาย แล้วแต่อัธยาศัยอีกเหมือนกันว่า ท่านจะสนใจศึกษาได้มากเท่าไร ประพฤติปฏิบัติตามได้มากเท่าไร เพราะเหตุว่าผู้ใดก็ตามที่เป็นพุทธศาสนิกชนควรเข้าใจพระธรรมของพระผู้มีพระภาคมากขึ้น แล้วประพฤติปฏิบัติตามมากขึ้นด้วย

สำหรับกิจของอุบาสิกาที่สนใจและศรัทธาในการศึกษาพระธรรม หรือรักษาศีล ๘ เป็นนิจนั้น ก็ย่อมมีโอกาสรักษาพระธรรมได้มากทีเดียว และจะเห็นได้ว่าแม้ในครั้งที่พระผู้มีพระภาคยังไม่ได้ปรินิพพานนั้น พระองค์ก็ได้ทรงเห็นความสำคัญของพุทธบริษัททั้ง ๔ โดยไม่เว้น และไม่ได้ทรงมอบหมายพระธรรมไว้กับพุทธบริษัทส่วนหนึ่งส่วนใดโดยเฉพาะ

สิ่งที่น่าคิดอีกประการหนึ่งสำหรับในสมัยนี้ก็คือ พุทธบริษัทซึ่งรวมทั้งอุบาสิกาด้วยนั้นสนใจศึกษาธรรมมาน้อยเพียงใด เพราะโดยมากท่านจะศึกษาเพียงง่าย ๆ บ้าง โดยรวดเร็วบ้าง หรือว่าผิวเผินบ้าง แต่ส่วนละเอียดและลึกซึ้ง



ของธรรมนั้น ก็ควรช่วยกันศึกษา ตรวจสอบ ค้นคว้าให้มากขึ้นด้วย เพราะเหตุว่า บางท่านก็กล่าวว่า เข้าใจธรรมหมดแล้ว บางท่านก็กล่าวว่า ธรรมสูงเหลือเกิน ยากที่จะเข้าใจ ซึ่งก็เป็นเรื่องที่น่าคิดว่า ถ้าในสมัยนี้พระผู้มีพระภาคยังไม่ปรินิพพาน สมมติว่าประทับอยู่ ณ ที่ใดที่หนึ่งในเขตนี้ ไม่ทราบว่าจะมีพุทธบริษัท ไปฟังธรรมใหม่ หรือจะเห็นว่าธรรมยากเหลือเกิน ฟังก็คงไม่เข้าใจเหมือนกับเวลาที่อ่านพระไตรปิฎก และมีข้อความในพระไตรปิฎกส่วนมากที่ต้องศึกษาโดยละเอียด

เพราะฉะนั้น ลองสำรวจดูจิตใจของท่านเอง ท่านที่เห็นว่า ธรรมยากเกินไป ก็ดี หรือท่านคิดว่า รู้ธรรมแล้วนั้น ถ้าพระผู้มีพระภาคประทับอยู่ในเขตนี้ ท่านจะไปฟังธรรมใหม่ ถ้าไปฟังธรรม ไม่มีอะไรที่ผิดกับพระไตรปิฎกทั้ง ๓ ปิฎก ไม่ว่าจะเป็นพระวินัยบัญญัติที่ได้ทรงแสดงแล้ว พระสุตตันตปิฎก พระอภิธรรมปิฎกได้ทรงแสดงแล้ว เนื้อความไม่ผิดกัน ถ้าจะไปฟังธรรมในบัดนี้ก็จะได้ฟังเหมือนอย่างบุคคลในครั้งอดีตได้ฟัง ส่วนความยากและลึกซึ้งของธรรมนั้นก็เป็นเรื่องที่ว่า บุคคลในครั้งโน้นฟังและเข้าใจ ถ้าบุคคลในครั้งนี้เปิดพระไตรปิฎกอ่าน และยังมีข้อความที่สงสัย ยังไม่เข้าใจชัดเจน ก็เป็นเรื่องที่บุคคลในครั้งนี้จะต้องพากเพียรศึกษา พยายามเข้าใจให้ถูกต้องชัดเจนเท่าที่จะกระทำได้ แล้วก็ต้องช่วยกันหลาย ๆ ฝ่ายด้วย

สำหรับอุบาสิกาก็ไม่ควรจะท้อใจ คือถ้าสนใจ ก็ศึกษาเท่าที่จะกระทำได้ ข้อสำคัญก็คือว่า อย่าท้อใจ อย่าคิดว่า ยากนัก เพราะเหตุว่าถ้าคิดอย่างนี้แล้วถึงพระผู้มีพระภาคจะประทับอยู่ ณ ที่แห่งหนึ่งแห่งใดในสมัยนี้ ท่านก็ไม่ไปฟังพระธรรมของพระองค์ เพราะมีความเห็นว่า พระธรรมของพระผู้มีพระภาคนั้นสูงนัก ยากนัก

เรื่องหน้าที่ของอุบาสิกา ไม่ใช่ไม่มีหน้าที่ เป็นพุทธบริษัทแล้วต้องมีหน้าที่ทั้งนั้น แต่ไม่ต้องกลัวว่า จะต้องเสียสละเวลามาก ๆ หรืออะไรอย่างนั้น ทำตามความสามารถเท่าที่จะทำได้ ข้อสำคัญคือ อย่าประมาทว่า ธรรมนั้นเป็นเรื่องง่าย แต่ว่าธรรมนั้นเป็นเรื่องลึก เป็นเรื่องละเอียด



ขอตอบจดหมายของท่านผู้ฟังที่เขียนมาจากบ้านเลขที่ ๒๑๖/๙ ต.ดำเนินสะดวก อ.ดำเนินสะดวก จ.ราชบุรี

ท่านผู้ฟังเขียนมาว่า ได้ฟังธรรมบรรยายของท่านอาจารย์ตอนเช้า ผมมีความเลื่อมใสและเกิดศรัทธาอยากจะเรียน และปฏิบัติทางวิปัสสนาบ้าง แต่ผมไม่เคยบวชและไม่มีความรู้ในทางธรรมเลย คำบรรยายของท่านอาจารย์ บางครั้งผมฟังไม่เข้าใจ หรือไม่รู้ความหมายเลย ผมอยากจะเรียนถามท่านอาจารย์ดังต่อไปนี้คือ

๑. ผมไม่มีความรู้ทางธรรมเลย จะเรียนและปฏิบัติวิปัสสนาได้ไหม
๒. ผมมีเวลาว่างเฉพาะวันอาทิตย์เท่านั้น จะขัดกับการเรียนวิปัสสนาหรือไม่
๓. การเรียนวิปัสสนาจะไปสมัครได้ที่ไหน และจะต้องเตรียมสิ่งของอะไรบ้าง
๔. ท่านอาจารย์ช่วยแนะนำหนังสือคู่มือเรียนวิปัสสนาให้ผมสัก ๑ เล่ม ผมขอเรียนถามท่านอาจารย์เพียงเท่านี้ ท่านอาจารย์ช่วยกรุณาชี้แนวทางให้ผมทราบด้วย จะขอขอบพระคุณอย่างสูง

ส. ข้อ ๑ ที่ว่าไม่รู้ทางธรรมเลย จะเรียนและปฏิบัติวิปัสสนาได้ไหม วิปัสสนาเป็นเรื่องของการเจริญปัญญา ถ้าไม่ศึกษาไม่เรียน ไม่เข้าใจเลย เจริญวิปัสสนาไม่ได้ เพราะเหตุว่าเรื่องศีลเป็นการรักษากาย วาจา ไม่ให้เป็นทุจริต เรื่องสมาธิเป็นการระงับโลภะ โทสะ โมหะ และอกุศลธรรม แต่การเจริญวิปัสสนานั้นเป็นการเจริญปัญญา เพื่อละอนุสัยกิเลส

การเจริญวิปัสสนานั้น เป็นการเจริญปัญญา เพื่อให้เกิดความรู้ที่จะละกิเลสอย่างละเอียด ไม่ใช่กิเลสที่ละได้สงบระงับได้เพียงขั้นการเจริญสมถะ ผู้ที่ต้องการจะเจริญวิปัสสนานั้น ต้องเจริญสมาธิปฏิภาณ ความเห็นชอบ ตามลักษณะของสิ่งที่ปรากฏ ไม่ว่าสิ่งใดจะปรากฏทางตา หรือทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทาง



กาย ทางใจก็ตาม เจริญความเห็นถูกต้องตามลักษณะของสิ่งที่ปรากฏ จึงจะชื่อว่า สัมมาทิฐิ หรือความเห็นชอบ

เพราะฉะนั้น สำหรับท่านที่ไม่มีความรู้ทางธรรมเลย จะเรียนแล้วปฏิบัติวิปัสสนาได้ไหม จะได้ คือ จะเรียนก็ได้ จะปฏิบัติก็ได้ เมื่อเข้าใจในข้อประพจน์ ปฏิบัตินั้นแล้ว ไม่ใช่เมื่อยังไม่เข้าใจในข้อประพจน์ปฏิบัติเลย ก็ปฏิบัติวิปัสสนาได้ การเจริญสติปัฏฐานเป็นการเจริญปัญญา จึงต้องศึกษาให้เข้าใจเหตุผลและความละเอียดของข้อประพจน์ปฏิบัติให้ถูกต้อง ไม่ให้ผิด ไม่ให้คลาดเคลื่อน ปัญญาจึงจะเจริญได้

ถ้าความเข้าใจขั้นฟังยังไม่มี ไม่ว่าท่านจะเจริญอย่างไร ปัญญาไม่เกิดทั้งนั้น

ประการที่ ๒ ที่ว่า มีเวลาว่างเฉพาะวันอาทิตย์เท่านั้น จะขัดกับการเรียนวิปัสสนาหรือไม่

ปัญญาเป็นเรื่องละเอียดความไม่รู้ ถ้ายังไม่รู้ในขณะใด แล้วเข้าใจข้อประพจน์ปฏิบัติที่ละความไม่รู้นั้น ก็ย่อมเจริญปัญญา ละความไม่รู้ได้ทุกขณะ

ที่ถามว่า มีเวลาว่างเฉพาะวันอาทิตย์นั้น จะเรียนวิปัสสนาได้หรือไม่

วิปัสสนาไม่ใช่ปฏิบัติเฉพาะวันอาทิตย์ แต่ไม่จำกัดเวลาและสถานที่ ถ้าเข้าใจแล้ว สามารถเจริญวิปัสสนาได้เนือง ๆ บ่อย ๆ

ข้อ ๓ การเรียนวิปัสสนา จะไปสมัครได้ที่ไหน และต้องเตรียมสิ่งของอะไรบ้าง

ไม่ว่าท่านจะอยู่ที่ไหนก็ตาม ถ้าเข้าใจการเจริญวิปัสสนาแล้ว สามารถเจริญวิปัสสนาหรือเจริญสติปัฏฐานได้ทันที และถ้าตรวจสอบดูในพระธรรมวินัย อุบาสกอุบาสิกาไม่ต้องเตรียมสิ่งใดเลย นี่เป็นสิ่งที่ควรเข้าใจว่า การเจริญสติปัฏฐานนั้นไม่ใช่ต้องไปอยู่ในสถานที่หนึ่งที่ใดโดยเฉพาะ

ข้อ ๔ ขอให้ช่วยแนะนำหนังสือคู่มือเรียนวิปัสสนาให้สัก ๑ เล่ม



จะแนะนำหนังสืออะไรดี คงจะตอบกันคนละอย่างตามชั้นตะ แต่ถ้าจะให้ตอบตรงกัน หนังสือที่จะแนะนำก็คือ มหาสติปัฏฐานสูตรและพระสูตรอื่น ๆ ที่เกี่ยวกับการเจริญสติ ที่อุปการะในการเจริญสติ ทุกสูตรมีประโยชน์มาก เพราะเหตุว่าท่านที่สนใจการเจริญวิปัสสนา ถ้าไม่สอบทาน ไม่เทียบเคียงกับมหาสติปัฏฐานสูตร อาจจะเข้าใจคลาดเคลื่อนไปได้

ปัญหาที่ข้องใจมีประการเดียว คือ เมื่อไรจะบรรลุมรรคผลเสียที เท่าที่ฟังรู้สึก ว่า ผู้ที่เจริญสติปัฏฐานไม่ค่อยเห็นประโยชน์ของสติ เพราะเหตุว่าต้องการที่จะรู้แจ้งอริยสัจธรรมเป็นพระอริยบุคคล แต่ท่านไม่เข้าใจว่า อะไรที่รู้แจ้งอริยสัจ

โดยมากท่านอยากจะรู้แจ้งอริยสัจด้วยความไม่รู้อะไร แม้ยังไม่รู้อะไรเลย แต่ก็อยากจะรู้แจ้งอริยสัจ อยากจะบรรลุมรรคผล ซึ่งเป็นสิ่งที่เป็นไปได้เลย ถ้าขณะนี้ไม่รู้ลักษณะของนามและรูปที่กำลังปรากฏทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ยังเคลือบแคลงสงสัย ยังเป็นตัวท่าน ยังไม่ประจักษ์ลักษณะที่ต่างกันของนามและรูป ยังไม่มีปัญญาที่สมมุนรขึ้นเป็นขั้น ๆ แล้วท่านหวังแต่เพียงว่า เจริญสตินิดเดียว รู้ลักษณะของเสียงบ้าง ของได้ยินบ้าง ของเย็นบ้าง ของอ่อนบ้าง ของคิดนึกบ้าง เพียงแค่นี้สติเล็กน้อย ก็อยากรู้แจ้งอริยสัจเสียแล้ว โดยที่ยังไม่รู้ทั้งทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจอีกมาก

เพราะฉะนั้น แทนที่จะหวังรู้แจ้งอริยสัจโดยรวดเร็ว หรือแม้ในชาตินี้ ท่านควรเปลี่ยนเป็นเพิ่มความรู้จักลักษณะของนามและรูปที่กำลังปรากฏ ไม่ว่าท่านจะอยู่ ณ ที่ใดก็ตาม

