



มูลนิธิศึกษาและเผยแพร่พระพุทธศาสนา  
Dhamma Study and Support Foundation

# แนวทางเจริญวิปัสสนา

เล่ม ๑๗๕ ตอนที่ ๑๗๔๑ – ๑๗๕๐

บรรยายโดย

สุจินต์ บริหารวนเขตต์



## แนวทางเจริญวิปัสสนา

๑๗๔๑

ที่ห้องประชุมตึกสภากาการศึกษามหาวิทยาลัย

วันอาทิตย์ที่ ๑๓ ธันวาคม ๒๕๓๐



ในวันหนึ่ง ๆ เห็นความไม่มีสาระของความคิดบ้างแล้วหรือยัง

ถ้าเริ่มเห็นความไม่มีสาระของความคิด ขณะที่เห็นว่าความคิดไม่มีสาระ  
ขณะนั้นสติจะระลึกลักษณะของปรมัตถธรรมที่ปรากฏ

การที่มีสภาพธรรมปรากฏแล้วสติไม่ระลึก ก็เพราะยังไม่สามารถรู้ชัดว่า  
ความคิดทางใจเป็นเรื่องราวของสิ่งที่ปรากฏเท่านั้นเอง ทั้ง ๆ ที่สิ่งที่ปรากฏทางตานั้น  
ก็ดับหมดไปแล้ว

ความทุกข์ยากต่าง ๆ ที่ปรากฏในพระไตรปิฎก จะเห็นได้ว่า  
แม้ท่านพระอานนทะท่านก็มีทุกสิ่งทุกอย่าง มีอาหารที่สะดวกสบาย มีผู้อุปัฏฐากที่  
สะดวกสบาย มียารักษาโรคที่สะดวกสบาย แต่ถึงกระนั้นทุกข์จริง ๆ ของท่าน  
ก็คือความป่วยไข้ ฉันทใด ทุกข์ของคฤหัสถ์หรือคนทั้งหลายในโลก ทุกข์จริง ๆ  
ก็คือความป่วยไข้เท่านั้นเอง นอกจากความป่วยไข้แล้วก็เป็นเรื่องของทุกข์ใจทั้งหมด  
ซึ่งไม่ถึงกายเลย ไม่เจ็บ ไม่ปวด แต่ความคิดก็ทำให้เกิดความเร่าร้อนเดือดร้อนได้

ถ้าสามารถรู้แหล่งของความทุกข์ คือ ความคิด และเห็นความไม่มีสาระของ  
ความคิด จะทำให้ละคลายการหลงยึดถือความคิดว่า เป็นสิ่งที่ควรจะต้องร้อน

สำหรับผู้ที่ยากไร้จริง ๆ ที่คิดว่าตนเองกำลังมีความทุกข์ ความเดือดร้อนมาก  
ก็ยังเป็นผู้ที่มีสมบัติมากกว่าบรรพชิต เพราะบรรพชิตมีผ้าห่มห่มเพียง ๓ ผืน  
แต่ผู้ที่ยากไร้จริง ๆ ก็คงมีมากกว่า ๓ ผืนหรือมีพอใช้ และบรรพชิตก็มีบาตรเพียง ๑ ใบ  
แต่ผู้ที่มีความทุกข์ ความเดือดร้อน ความยากไร้ คงจะมีสมบัติมากกว่าบาตรเพียง  
๑ ใบ และสำหรับผู้ที่มีความทุกข์ยากเรื่องที่อยู่อาศัย บรรพชิตก็มีที่อยู่อาศัย



น้อยกว่าผู้ที่กำลังมีความทุกข์ยาก เพราะที่อยู่อาศัยของบรรพชิตนั้น เป็นร่มไม้บ้าง เป็นถ้ำ เป็นป่า

ถ้าพิจารณาจริง ๆ ถึงความทุกข์จะเห็นได้ว่า เป็นเรื่องของทุกข์กาย ถ้าเป็น ความทุกข์จริง ๆ ต้องเป็นกายวิญญูณที่ประสบกับโณฏฐัพพะที่ไม่เป็นที่สบาย เพราะฉะนั้น ทุกคนจะสบายใจขึ้นในวันหนึ่ง ๆ ก็ด้วยการรู้ความจริงว่า ธรรมใดจะทำให้เป็นที่สบาย

**สังยุตตนิกาย สฬายตนวรรค ปฐมสัปพายสูตร** มีข้อความว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย เราจักแสดงข้อปฏิบัติอันเป็นที่สบายแก่การเพิกถอน ซึ่งความสำคัญสิ่งทั้งปวงด้วยตัณหามานะและทิฏฐิแก่เธอทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงฟัง จงใส่ใจให้ดี

พูดเท่านั้นก็พอจะทราบแล้วใช่ไหมว่า ต่อไปจะเป็นอย่างไร ถ้ายังมีตัณหา มีมานะ มีทิฏฐิ สบายไม่ได้ เพราะฉะนั้น ที่จะละคลายตัณหา มานะ และทิฏฐิ ต้องเป็นข้อปฏิบัติที่ทำให้ปัญญาแจ่มชัดในลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏเท่านั้น มิฉะนั้นแล้ววันหนึ่ง ๆ แม้วันนี้หลังจากที่ได้ฟังพระธรรมแล้ว ถ้าอกุศลวิตกเกิด ก็เป็นทุกข์อีก จนกว่าสติปัญญานจะเกิดและระลึกได้ว่า ถ้าจะสบายพ้นจากอกุศลวิตก ก็ต่อเมื่อรู้ว่า ธรรมที่เป็นข้อปฏิบัติที่สบายคืออย่างไร

พระผู้มีพระภาคตรัสต่อไปว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ก็ข้อปฏิบัติอันเป็นที่สบายแก่การเพิกถอนซึ่งความสำคัญ สิ่งทั้งปวงด้วยตัณหามานะและทิฏฐิเป็นไฉน ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในศาสนานี้ ย่อมไม่สำคัญซึ่งจักขุ ในจักขุ แต่จักขุว่า จักขุของเรา ย่อมไม่สำคัญรูป ย่อม ไม่สำคัญจักขุวิญญูณ ย่อมไม่สำคัญซึ่งจักขุสัมผัส ย่อมไม่สำคัญซึ่งสุขเวทนา ทุกขเวทนา หรืออทุกขมสุขเวทนาที่เกิดขึ้นเพราะจักขุสัมผัสเป็นปัจจัย ในเวทนานั้น แต่เวทนานั้นว่า เวทนานั้นเป็นของเรา



เท่านั้นจึงจะเป็นผู้สบายจริง ๆ เพราะรู้ความจริงว่าไม่มีของเราเลย ไม่ว่าจะ เป็น จักขุ หรือรูป หรือจักขุสัมผัส หรือทุกข์เวทนา หรือสุขเวทนา ที่เกิดเพราะการเห็น ยากหรือง่าย แต่สบายจริง ๆ ถ้าสามารถระลึกได้จริง ๆ

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย เพราะสิ่งใดที่ตนสำคัญไว้ เป็นที่ให้สำคัญ เป็นแดนให้ สำคัญ เป็นเหตุให้สำคัญว่า เป็นของเรา สิ่งนั้นล้วนเปลี่ยนแปลงออกไปจาก ที่สำคัญนั้น คือ สัตว์ในภพก็มีความเปลี่ยนแปลงไปเป็นอย่างอื่น สัตว์โลกย่อม เพลิดเพลินเฉพาะภพเท่านั้น

ข้อความต่อไป ก็ตลอดไปจนถึงตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ คือ

ย่อมไม่สำคัญซึ่งใจ ในใจ แต่ใจว่า ใจของเรา ย่อมไม่สำคัญซึ่งธรรมารมณ ในธรรมารมณ แต่ธรรมารมณว่า ธรรมารมณของเรา ย่อมไม่สำคัญซึ่งมโนวิญญาณ ในมโนวิญญาณ แต่มโนวิญญาณว่า มโนวิญญาณของเรา ย่อมไม่สำคัญซึ่ง มโนสัมผัส ในมโนสัมผัส แต่มโนสัมผัสว่า มโนสัมผัสของเรา ย่อมไม่สำคัญซึ่ง สุขเวทนา ทุกขเวทนา หรืออทุกขมสุขเวทนาที่เกิดขึ้นเพราะมโนสัมผัสเป็นปัจจัย ในเวทนานั้น แต่เวทนานั้นว่า เวทนานั้นเป็นของเรา

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย บุคคลนั้นย่อมไม่สำคัญซึ่งขันธ ธาตุ และอายตนะ ในขันธ ธาตุ และอายตนะ แต่ขันธ ธาตุ และอายตนะว่า ขันธ ธาตุ และอายตนะ เป็นของเรา บุคคลผู้ไม่สำคัญอยู่อย่างนี้ ย่อมไม่ถือมั่นอะไร ๆ ในโลก เมื่อไม่ถือมั่น ย่อมไม่สะดุ้งกลัว เมื่อไม่สะดุ้งกลัว ย่อมดับสนิทได้เฉพาะตนที่เดียว รู้ชัดว่า ขาติสิ้นแล้ว พรหมจรรย์อยู่จบแล้ว กิจที่ควรทำ ทำเสร็จแล้ว กิจอื่นเพื่อความ เป็นอย่างนี้มีได้มี ดังนี้

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย อันนี้แลคือข้อปฏิบัติอันเป็นที่สบายแก่การเพิกถอน ซึ่งความสำคัญสิ่งทั้งปวงด้วยตณหา มานะ และทิฏฐิ ฯ

มีสถานที่ใหม่ ไม่มีเลย ไม่ต้องทำอะไรนอกจากรู้ชัดในลักษณะของสภาพธรรม ที่กำลังปรากฏตามความเป็นจริง



สบายจริง ๆ ถ้าสติจะเกิดระลึกได้แบบนี้ ถ้าได้ยินแล้วเหมือนไม่ได้ยิน เดือดร้อนไหม ไม่ว่าใครจะแสดงกิริยาอาการอย่างไร ซึ่งคนอื่นอาจจะชุ่นเคืองใจ หรือไม่เป็นที่พอใจ แต่ถ้าเห็นแล้วเหมือนไม่เห็นก็สบาย และถ้าสติสามารถระลึก ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏในขณะนั้นตามปกติตามความเป็นจริง ก็ยิ่งเบาสบายขึ้น โดยเฉพาะเมื่อมีโสภณเจตสิกเกิดร่วมด้วย เช่น พรหมวิหาร

มีบางท่านรู้สึกรังเกียจอกุศลของคนอื่น พิจารณา ดู รังเกียจอกุศล ดีหรือไม่ดี แต่ว่ารังเกียจอกุศลของคนอื่น จะดีหรือไม่ดี

นี่เป็นความละเอียดของธรรม ถ้าไม่ใช่เป็นผู้ที่มีปกติเจริญสติปัฏฐานอาจจะเข้าใจว่าเป็นกุศลแล้ว หรือว่าดีแล้ว แต่ตามความเป็นจริง ถ้าเกิดการรังเกียจหรือ หิรัจจริง ๆ ต้องเป็นความรังเกียจหรือหิรัในอกุศลของตนเอง ไม่ใช่รังเกียจอกุศลของคนอื่น เพราะบางคนเห็นกายวาจาของคนอื่นที่ไม่ดีงาม ที่น่ารังเกียจ แต่ขณะที่คิด รังเกียจอกุศลของคนอื่นที่จะไม่เกื้อกูล ไม่เมตตา ไม่สงเคราะห์ ไม่กรุณา ขณะนั้น พิจารณาว่า การรังเกียจอกุศลของคนอื่น เป็นกุศลหรือเป็นอกุศล

ดีหรือไม่ดี รังเกียจอกุศลของคนอื่น

ถ้าไม่มีเมตตาเป็นเครื่องเทียบ ไม่มีกรุณาเป็นเครื่องเทียบ ไม่มีมุทิตาเป็น เครื่องเทียบ ไม่มีอุเบกขาเป็นเครื่องเทียบ อาจจะเข้าใจว่าในขณะที่รังเกียจอกุศล ของคนอื่นนั้นดีแล้ว แต่ถ้าคิดถึงว่า ไม่จำเป็นต้องรังเกียจอกุศลของคนอื่น เพราะในขณะที่รังเกียจอกุศลของคนอื่นนั้น ลืม ไม่รังเกียจอกุศลของตนเองที่กำลัง รังเกียจอกุศลของคนอื่น เพราะฉะนั้น ธรรมเป็นเรื่องที่ละเอียดจริง ๆ

ผลของการฟังพระธรรมในครั้งหนึ่ง ๆ ยังไม่ต้องคิดถึงสติปัฏฐานที่จะเกิดอย่าง มากมายและปัญญารู้แจ้งชัดในลักษณะของนามธรรมและรูปธรรม เพียงแต่ แต่ละท่านจะพิจารณาเห็นโทษของอกุศล มีความตั้งใจมั่นที่จะเจริญกุศลขึ้น และ ละคลายอกุศลลง นั่นก็เป็นการปฏิบัติซึ่งพระผู้มีพระภาคทรงแสดงว่า เป็นการ เจริญสมณะและวิปัสสนา เพราะเวลาที่บางท่านคิดถึงสมณะก็คิดถึงแต่การที่จะต้องไป นั่งหลับตาและระลึกถึงอารมณ์ที่ทำให้จิตสงบตั้งมั่นจนกระทั่งอุปจารสมาธิเกิด



อัปนาสมาธิเกิดเป็นฌานจิต แต่ลืมไปว่า ขณะนั้นกุศลจิตจะตั้งมั่นคงอย่างนั้นไม่ได้เลย ถ้าปกติไม่ได้เป็นผู้ที่มีจิตสงบจากอกุศล

แม้แต่คำว่า สมถะและวิปัสสนา ถ้าพิจารณาจริง ๆ สำหรับผู้มีปกติเจริญสติปัฏฐานจะรู้ว่า หมายความว่า การเจริญกุศล เพราะถ้ากุศลจิตไม่เกิด สงบไม่ได้ เพราะฉะนั้น แทนที่จะรังเกียจอกุศลของคนอื่นและไม่รู้ตัวว่าขณะนั้นจิตไม่สงบ ก็จะมี ความละเอียดยิ่งที่จะพิจารณาเห็นว่า ขณะใดเป็นกุศล ขณะใดเป็นอกุศล และเจริญกุศล ยิ่งขึ้น พร้อมกับการระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรม ซึ่งนั่นเป็นการเจริญคู่กันไป ของสมถะและวิปัสสนา เพราะขณะใดที่กุศลจิตเกิด ขณะนั้นสงบ มิฉะนั้นแล้ว วันหนึ่ง ๆ จะไม่เห็นความละเอียดของอกุศล และไม่เข้าใจว่าที่กล่าวถึงสมถะและ วิปัสสนาหมายความว่าชีวิตประจำวันอย่างไร ถ้ามุ่งหวังเพียงแต่ให้อุปจารสมาธิเกิด โดยที่ชีวิตประจำวันไม่เป็นกุศล ก็ยากที่ความสงบของจิตจะมั่นคงขึ้น

มีท่านผู้ฟังที่รู้สึกชีวิตประจำวันของท่านสงบขึ้นบ้างไหม เวลาที่อ่าน พระธรรมแล้วซาบซึ้งและเข้าใจพร้อมสติปัฏฐานที่เกิดระลึกในขณะนั้น ก็อาจจะ มีปัจจัยทำให้ความสงบนั้นมั่นคงขึ้นได้

ถ้าเป็นผู้ที่สังเกตชีวิตประจำวันว่าเป็นผู้ที่ไม่หวั่นไหว ไม่เดือดร้อนในกายวาจา ของคนอื่น นั่นก็พอที่จะส่องไปถึงความสงบของใจได้ว่า ท่านเป็นผู้ที่มีความสงบ ของใจเพิ่มขึ้น มิฉะนั้นแล้วย่อมหวั่นไหวไปตามกายวาจาของบุคคลอื่น เพราะฉะนั้น ตัวเองเป็นเครื่องพิสูจน์ได้ เมื่อได้รับกระทบกับกายวาจาที่ไม่น่าพอใจแล้วหวั่นไหวไหม ถ้าหวั่นไหว ก็หมายความว่าไม่ได้เจริญความสงบด้วย หรือว่าใจยังไม่สงบพอ แต่ถ้าไม่หวั่นไหว ก็หมายความว่าเป็นผู้ที่เจริญสมถวิปัสสนาในชีวิตประจำวัน

เรื่องของวิปัสสนาญาณ จะกล่าวถึงต่อไปเรื่อย ๆ แต่เป็นข้อความสั้น ๆ ในพระไตรปิฎก เพราะว่าเป็นเรื่องที่จะต้องอบรมจนกว่าจะถึงวิปัสสนาญาณแต่ละขั้น จริง ๆ ข้อสำคัญ คือ ชีวิตประจำวันที่จะต้องเจริญกุศลขึ้น



สำหรับผู้ที่ไม่หวั่นไหวในกายวาจาของบุคคลอื่น ต้องเป็นผู้ที่บรรลุดุคคุณธรรม เป็นพระอรหันต์ ตามข้อความในพระไตรปิฎก แต่ก่อนที่จะถึงความ เป็นพระอรหันต์ จริง ๆ การอบรมเจริญกุศลจะทำให้จิตใจสงบขึ้น ๆ ได้

ข้อความใน **สังยุตตนิกาย สฬายตนวรรค เวรหัญจนีสสูตร ข้อ ๒๑๐** แสดงลักษณะของผู้ที่มั่นคงในกุศลธรรม เพราะฉะนั้น ก็ไม่หวั่นไหวในกายวาจาของ บุคคลอื่น

ข้อความในพระสูตรมีว่า

สมัยหนึ่ง ท่านพระอุทายีอยู่ ณ สวนมะม่วงของโตทยยพราหมณ์ ใกล้กามกันทรนคร ครั้นนั้น มาณพผู้เป็นศิษย์ของนางพราหมณีผู้เป็นเวรหัญจนีโคตร ได้เข้าไปหาท่านพระอุทายีถึงที่อยู่ ได้ปราศรัยกับท่านพระอุทายี ครั้นผ่านการปราศรัย พอให้ระลึกถึงกันไปแล้ว จึงนั่ง ณ ที่ควรส่วนข้างหนึ่ง ครั้นแล้วท่านพระอุทายี ยังมาณพนั้นให้เห็นแจ้ง ให้สมาทาน ให้आจหาญ ให้รื่นเริงด้วยธรรมีกถา

ครั้งนั้นแล มาณพผู้เฝ้าท่านพระอุทายีให้เห็นแจ้ง ให้สมาทาน ให้आจหาญ ให้รื่นเริงด้วยธรรมีกถาแล้ว ลุกขึ้นจากอาสนะเข้าไปหานางพราหมณีเวรหัญจนีโคตร ถึงที่อยู่ ครั้นแล้วได้กล่าวกะนางพราหมณีเวรหัญจนีโคตรว่า

ขอแม่เจ้าผู้เจริญพึงทราบเถิด พระสมณะอุทายีแสดงธรรมงามในเบื้องต้น งามในท่ามกลาง งามในที่สุด ประกาศพรหมจรรย์พร้อมทั้งอรรถ พร้อมทั้งพยัญชนะ บริสุทธิบริบูรณ์สิ้นเชิง ดังนี้

นางพราหมณีเวรหัญจนีโคตรก็สนใจที่จะได้ฟัง ก็ได้กล่าวกะมาณพว่า

ถ้าอย่างนั้นเธอจงนิมนต์พระสมณะอุทายีตามคำของเรา เพื่อฉันอาหารอันจะมี ในวันพรุ่งนี้ด้วยเถิด

มาณพนั้นรับคำของนางพราหมณีเวรหัญจนีโคตรแล้ว เข้าไปหาท่าน พระอุทายี และได้กล่าวกะท่านพระอุทายีว่า

ขอท่านพระอุทายีโปรดรับอาหารเพื่อฉันอันจะมีในวันพรุ่งนี้ของนางพราหมณี- เวรหัญจนีโคตรผู้เป็นอาจารย์ของข้าพเจ้าด้วยเถิด



ท่านพระอุทายีได้รับนิมนต์ด้วยดุชนิภาพ ครั้งนั้น โดยราตรีนั้นล่วงไปในเวลาเช้า ท่านพระอุทายีนั่งแล้วถือบาตรและจีวรเข้าไปยังนิเวศน์ของนางพราหมณี-  
เวรหัญจานิโคตร แล้วนั่งบนอาสนะที่เขาปูลาดไว้แล้ว

ครั้งนั้น นางพราหมณีเวรหัญจานิโคตรเลี้ยงดูท่านพระอุทายีให้อิ่มหนำสำราญ  
ด้วยขาทนียโภชนาหารอันประณีตด้วยมือของตนเอง นางพราหมณีเวรหัญจานิโคตร  
ทราบที่ท่านพระอุทายีผู้ฉันแล้ว ลมมือจากบาตรแล้ว ได้สวมเชียงเท้านั่งบนอาสนะ  
อันสูง คลุมศีรษะแล้ว ได้กล่าวกะท่านพระอุทายีว่า

ท่านสมณะ ขอท่านจงกล่าวธรรม

ท่านพระอุทายีกล่าวว่า

น้องหญิง เวลาจักมี ดังนี้แล้ว ลูกขึ้นจากอาสนะแล้วหลีกไป

ไม่ได้แสดงธรรม เพราะนางพราหมณีเป็นผู้ที่ถือตนว่าเป็นอาจารย์ และยังไม่  
คุณธรรมที่จะประพจน์เหมือนผ้าเช็ดธุลี เพราะฉะนั้น แม้จะนิมนต์ให้ท่านพระอุทายี  
แสดงธรรม ก็สวมเชียงเท้า นั่งบนอาสนะอันสูง คลุมศีรษะ ท่านพระอุทายีเป็นผู้ที่  
เคารพพระธรรม เพราะฉะนั้น ท่านก็ไม่ได้กล่าวว่าจะไรเลย เพียงแต่กล่าวว่า  
น้องหญิง เวลาจักมี ดังนี้แล้ว ลูกขึ้นจากอาสนะแล้วหลีกไป

แม้ครั้งที่สอง มาณพนั้นได้เข้าไปหาท่านพระอุทายีถึงที่อยู่ ได้ปราศรัยกับ  
ท่านพระอุทายี และเมื่อท่านพระอุทายีได้แสดงธรรมแล้ว มาณพนั้นก็เข้าไปหา  
นางพราหมณีเวรหัญจานิโคตรถึงที่อยู่ และได้กล่าวกะนางพราหมณีเวรหัญจานิโคตร  
ว่า ท่านพระอุทายีแสดงธรรมงามในเบื้องต้น งามในท่ามกลาง งามในที่สุด

นางพราหมณีเวรหัญจานิโคตรก็กล่าวว่า

ก็เธอกล่าวคุณของพระสมณะอุทายีอย่างนี้ ๆ ท่านพระสมณะอุทายีถูกฉัน  
ขอให้ท่านกล่าวธรรมนี้กลับกล่าวว่า น้องหญิง เวลาจักมี ดังนี้แล้ว ก็ลูกขึ้นจาก  
อาสนะหลีกไปเสีย





มาณพนั้นก็กล่าวว่า ที่เป็นอย่างนั้นเพราะเหตุว่านางพราหมณีสวมเขี้ยวทำ  
นั่งบนอาสนะสูง คลุมศิระษะ เพราะฉะนั้น ท่านพระอุทายีเป็นผู้ที่หนักในธรรม  
เป็นผู้เคารพธรรม จึงไม่กล่าวธรรมกับนาง

นางพราหมณีเฝ้าทูลละอองธุลีพระบาทได้ให้มาณพนั้นไปนิมนต์ท่านพระอุทายีมารับ  
ภัตตาหารในวันรุ่งขึ้น เมื่อเห็นท่านพระอุทายีฉันแล้ว ลดมือจากบาตรแล้ว นางก็ได้  
ถอดเขี้ยวทำ นั่งบนอาสนะต่ำ เปิดศิระษะ แล้วได้นิมนต์ให้ท่านพระอุทายีแสดงธรรม  
โดยกล่าวกับท่านพระอุทายีว่า

ท่านเจ้าข้า เมื่ออะไรหนอมืออยู่ พระอรหันต์ทั้งหลายจึงบัญญัติสุขและทุกข์  
เมื่ออะไรไม่มี พระอรหันต์ทั้งหลายจึงไม่บัญญัติสุขและทุกข์

ท่านพระอุทายีตอบว่า

ดูก่อน น้องหญิง เมื่อจักขุมืออยู่ พระอรหันต์ทั้งหลายจึงบัญญัติสุขและทุกข์  
เมื่อจักขุไม่มี พระอรหันต์ทั้งหลายจึงไม่บัญญัติสุขและทุกข์

ตลอดไปจนถึง หู จมูก ลิ้น กาย ใจ

ถ้าไม่มีอะไรเกิดขึ้นจะมีสุขมีทุกข์ไม่ได้เลย แต่เพราะเมื่อมีตาเกิดขึ้นก็มีสุขทุกข์  
ที่เกิดเพราะตาเห็น เมื่อมีหูก็มีสุขทุกข์เกิดขึ้นเพราะการได้ยิน เมื่อมีจมูกก็มีสุขทุกข์  
เกิดขึ้นเพราะการได้กลิ่น เมื่อมีลิ้นก็มีสุขทุกข์เกิดขึ้นเพราะการลิ้มรส เมื่อมีกาย  
ก็มีสุขทุกข์เกิดขึ้นเพราะการกระทบสัมผัส เมื่อมีใจก็มีสุขทุกข์เกิดขึ้นเพราะการคิดนึก





๑๗๔๒

ที่ห้องประชุมตึกสภากาการศึกษามหาวิทยาลัย

วันอาทิตย์ที่ ๑๓ ธันวาคม ๒๕๓๐



เมื่อท่านพระอุทายีกล่าวอย่างนี้แล้ว นางพราหมณีเวรหัญจานิโคตรได้กล่าวกะ  
ท่านพระอุทายีว่า

ข้าแต่ท่านผู้เจริญ ภาชิตของท่านแจ่มแจ้งนัก ข้าแต่ท่านผู้เจริญ ภาชิตของ  
ท่านแจ่มแจ้งนัก ข้าแต่ท่านอุทายีผู้เจริญ ดิฉันนี้ขอถึงพระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้น  
กับทั้งพระธรรมและพระภิกษุสงฆ์เป็นสรณะ ขอ  
พระคุณเจ้าอุทายีโปรดจำดิฉันไว้ว่าเป็นอุบาสิกาผู้ถึงพระรัตนตรัยเป็นสรณะตลอดชีวิต  
ตั้งแต่นี้เป็นต้นไป

นางพราหมณีเวรหัญจานิโคตรไม่ได้แสดงความวิตกกังวลเลยว่า สติปัฏฐาน  
จะเกิดเมื่อไร มากน้อยแค่ไหน และวิปัสสนาญาณจะเกิดเมื่อไร แต่เป็นผู้ที่เข้าใจ  
พระธรรม และรู้ว่าจะต้องรู้แจ้งลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ

ข้อความโดยตรงจากพระไตรปิฎกเป็นเรื่องของกุศล อกุศล และเหตุการณ์  
ต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันของบุคคลในครั้งนั้น ซึ่งไม่ต่างกับบุคคลในครั้ง  
และการได้ฟังพระธรรมส่วนละเอียดในเรื่องของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏที่เป็น  
พระอภิธรรม จะต้องฟังพระสูตรต่าง ๆ ประกอบกันด้วย มิฉะนั้นแล้วไม่มีทางที่จะ  
เกื้อกูลให้สติปัฏฐานเกิดระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ

ถ. อุบาสิกาได้ฟังท่านพระอุทายีพูดว่า เมื่อมีจักขุก็มีทุกข์ เพียงเท่านั้น  
นางก็สามารถเข้าใจได้ แต่ส่วนใหญ่ท่องจำได้แล้วก็ยังไม่เข้าใจ ผมได้สนทนากัน  
เมื่อวานนี้ มีอยู่ข้อหนึ่งว่า ทุกขสังขกับสมุทัยสังข ลึกซึ้ง และรู้ได้ยาก เห็นได้ยาก  
ผมก็คิดว่า ชีวิตประจำวันที่ประสบอยู่ทุกวันนี้ ที่เราสุข เราทุกข์ เราเดือดร้อน  
ต่าง ๆ นานา ก็เพราะเราไม่เข้าใจทุกขสังข ไม่เข้าใจสมุทัยสังข จึงเห็นเป็นเรื่องราว



เป็นสิ่งของต่าง ๆ และที่กล่าวว่า ทุกขสัจจ์ สมุทัยสัจจ์ ลึกซึ้งและเห็นได้ยาก ส่วนมรรคสัจจ์กับนิโรธสัจจ์ เห็นได้ยากเพราะลึกซึ้ง ฟังแล้วรู้สึกเหมือนกัน ท่านอาจารย์โปรดให้ความกระจ่างด้วย

ส. ขณะนี้มีทุกข์เพราะว่ามีสภาพธรรมที่เกิดดับ แต่เห็นได้ยาก ไม่ใช่ใครจะเห็นได้ง่าย ๆ เลย เพียงแต่เข้าใจได้ว่า ขณะนี้สิ่งที่กำลังปรากฏปรากฏทางตาต้องดับ ในขณะที่เสียงกำลังปรากฏทางหู

ถ. ไม่ได้เห็นว่าเป็นธรรม เห็นเป็นเสียงคน เสียงสัตว์ไปเลย

ส. เพราะฉะนั้น ไม่สามารถเห็นสภาพธรรมตามความเป็นจริงได้ ถ้าไม่เข้าใจจริง ๆ ว่า ปัญญาต้องรู้อะไร โลกุตตรปัญญาต้องรู้อะไร หรือว่า วิปัสสนาญาณต้องรู้อะไร ต้องอาศัยการฟังเรื่องลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ จนกว่าจะเข้าใจจริง ๆ เข้าใจอย่างลึกซึ้ง เข้าใจอย่างละเอียดถี่ถ้วน เข้าใจลักษณะอาการของสภาพธรรมนั้น พร้อมทั้งสติที่เริ่มระลึกรู้ ไม่ใช่เพียงแค่ฟัง

ถ. เข้าใจจริง ๆ นี่ ไม่ใช่เข้าใจเพราะว่าจำได้

ส. แน่แน่นอน

ถ. เข้าใจเพราะจำได้ เพราะได้ยินได้ฟัง ได้ศึกษา กับความเข้าใจจริง ๆ หมายความว่า เข้าใจโดยประจักษ์สภาวะลักษณะที่ปรากฏอย่างนั้นใช่ไหม

ส. แม้แต่ขั้นของการฟัง จะต้องอาศัยการพิจารณาและการฟังด้วยดี และรู้ว่าจะต้องฟังเรื่องของสิ่งที่กำลังปรากฏทางตาโดยนัยต่าง ๆ เพื่อให้เห็นในความเป็นอนัตตา แต่บางท่านจะให้อธิบายว่าปฏิบัติอย่างไร รู้สึกว่าต้องการปฏิบัติมาก และคิดว่ามีวิธีที่จะปฏิบัติด้วย เพราะฉะนั้น จึงอยากให้อธิบายว่า ตอนปฏิบัติจะปฏิบัติอย่างไร ซึ่งความจริงไม่ใช่อย่างนั้นเลย

ถ. ถ้าถามในลักษณะนี้ แสดงว่ายังไม่เข้าใจจริง ๆ

ส. ไม่ใช่ว่ามีวิธี หรือไม่ใช่มีการอธิบายว่า ให้สตรระลึกอย่างนั้น พิจารณาอย่างนั้น แต่ต้องฟังพระธรรมจนเข้าใจเรื่องของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏจริง ๆ ก่อน



เช่น สิ่งที่กำลังปรากฏทางตา พุดแค่นี้ แต่สติก็ไม่ได้ระลึกถึงที่ จนกว่าจะรู้ว่า สิ่งที่กำลังปรากฏทางตาไม่ใช่ขณะที่กำลังคิดนี้ถูกร่างสังขาร

ถ. สมัยก่อน อย่างนางพราหมณ์อุบาสิกา ท่านฟังพระอุทายีเทศน์แค่นั้น ๆ ท่านก็เข้าใจแจ่มแจ้ง อาจหาญว่าเริงในธรรม และขอถึงพระรัตนตรัยเป็นสรณะ สมัยนี้ฟังแล้วก็ขอถึงพระรัตนตรัยเป็นฟังเหมือนกัน แต่ไม่เข้าใจ

ส. นี่เป็นความต่างกันของการอบรมปัญญา เพราะฉะนั้น ถ้าคิดย้อนไป เมื่อ ๒,๕๐๐ กว่าปี ซึ่งจริง ๆ แล้วก็ไม่นาน ถ้าเกิดในภพภูมิบางภูมิก็อาจจะเพียงชาติเดียวก็มาเกิดในโลกนี้ก็ได้อีก หรือถ้าเกิดเป็นสัตว์เล็กสัตว์น้อย หรือเป็นมนุษย์ นับไปถ้าอายุไม่เกิน ๑๐๐ ปี ก็อาจจะ ๒๐๐ กว่าชาติ บางชาติอายุสั้น อายุสั้น แต่ก็ไม่ได้ใกล้กับ ๑ กัป เพราะฉะนั้น จะเห็นได้ว่า ระยะเวลาเพียง ๒,๕๐๐ กว่าปีที่ผ่านมา ถ้ามีผู้ที่เคยฟังพระธรรม แม้ว่าในครั้งกระนั้นยังไม่ได้อบรมเจริญปัญญาไว้มาก แต่ก็ยังมีปัจจัยทำให้มีความสนใจที่จะไม่เข้าใจผิดที่จะพิจารณาพระธรรมโดยถูกต้อง และสะสมอบรมต่อไป

บางท่านกล่าวว่า พระอภิธรรมละเอียดนัก ท่านจึงชอบพระสูตร อ่านแล้วจิตใจสบาย เพราะแสดงให้เห็นถึงชีวิตประจำวัน และมีความไพเราะซาบซึ้ง แต่อย่าลืมว่า ปัญญาต้องละคลายการยึดถือสภาพธรรมว่าเป็นตัวตนด้วย ไม่ใช่เพียงแต่อ่านพระสูตร มีความไพเราะ มีความซาบซึ้งแล้วสบายใจ แต่การอบรมเจริญปัญญาที่จะละคลายการยึดถือสภาพธรรม แม้ในขณะนั้นก็ต้องอบรมเจริญด้วย

ด้วยเหตุนี้จะขาดปัญญาหนึ่งปัญญาใดไม่ได้ และจะเห็นความสอดคล้องของการเกื้อกูลกันของทั้ง ๓ ปัญญา เพราะถ้าไม่ศึกษาธรรมโดยละเอียดซึ่งเป็นพระอภิธรรม ก็ไม่มีการแยกให้เห็นแต่ละขณะจิตซึ่งเกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัย และทำกิจสืบต่อกันตามวาระหนึ่ง ๆ ที่มีการเห็น มีการได้ยิน มีการได้กลิ่น มีการลิ้มรส มีการรู้สิ่งที่กระทบสัมผัส มีการคิดนึก ซึ่งแสดงให้เห็นความเป็นอนัตตา ความเป็นอนิจจัง ความไม่มีสาระของแต่ละขณะ และการที่จะเกิดได้ต้องมีเหตุปัจจัยจึงเกิด



ซึ่งเหตุปัจจัยนั้นก็ไม่ได้อยู่ในอำนาจบังคับบัญชาของใครเลย แล้วแต่ว่าจะอาศัยธาตุชนิดใดเจตสิกชนิดใดเกิดขึ้นในกาลไหน กระทำกิจไหน และกัณฑ์ไป ๆ อยู่เรื่อย ๆ

เพราะฉะนั้น การฟังพระธรรมจะต้องศึกษาความละเอียดของธรรมที่เป็นส่วนของพระอภิธรรมด้วย พร้อมกันนั้นต้องศึกษาพระสูตรเพื่อเห็นโทษของอกุศล และเห็นประโยชน์ของกุศลเพื่อจะได้พิจารณาตนเองด้วย

สำหรับประโยชน์ของพระวินัย จะทำให้เห็นความแตกต่างกันของระดับจิตใจของเพศคฤหัสถ์กับเพศบรรพชิต สำหรับผู้ที่เป็นบรรพชิตได้นั้นต้องเป็นผู้ที่ปฏิบัติตามพระวินัย ซึ่งมีอาจารย์เสมอกับอาจารย์ของพระอรหันต์ผู้ดับกิเลสหมดสิ้นเป็นสมุจเฉท เพราะถ้าเพียงประพฤติปฏิบัติตามพระวินัยโดยสมบูรณ์จะไม่มีใครรู้เลยว่า ภิกษุรูปใดเป็นพระอรหันต์ ภิกษุรูปใดไม่ใช่พระอรหันต์ เพราะฉะนั้น การศึกษาพระวินัยจะทำให้เห็นความละเอียดของจิตของแต่ละบุคคลที่สะสมมา ที่มีระดับความสามารถในการอบรมเจริญปัญญาในเพศที่ต่างกัน ซึ่งแต่ละคนจะละกิเลสได้ก็ต่อเมื่อรู้จักตัวเองตามความเป็นจริง ไม่ใช่รู้จักคนอื่น เพราะถ้าคิดถึงคนอื่นขณะใด ขณะนั้นเป็นเรื่องเป็นสมมติ เป็นบัญญัติ ไม่ได้รู้ลักษณะของปรมัตถธรรมที่กำลังคิดเรื่องนั้น ซึ่งมีเหตุปัจจัยจึงคิดและกัณฑ์ไป

นี่คือชั่วขณะจิตที่คิด ซึ่งเป็นไปตลอดตั้งแต่เช้าจนถึงค่ำ ทุกวัน ๆ จะต้องมียบัญญัติเป็นอารมณ์บ้าง มีปรมัตถธรรมเป็นอารมณ์บ้าง แต่ถ้าไม่สามารถแยกว่าขณะใดมีบัญญัติเป็นอารมณ์ ขณะใดมีปรมัตถ์เป็นอารมณ์ ย่อมไม่สามารถประจักษ์ลักษณะของสภาพธรรมตามความเป็นจริง

เพราะฉะนั้น ต้องเข้าใจให้ถูกต้องว่า บัญญัติคือขณะที่กำลังคิดเรื่องราวต่าง ๆ ขณะนั้นปรมัตถธรรมคือจิตเกิดขึ้นคิดนึกมีบัญญัติเป็นอารมณ์ ซึ่งไม่สามารถรู้แจ้งอริยสัจธรรมในขณะที่มีบัญญัติเป็นอารมณ์ นอกจากขณะนั้นสติปัญญาจะเกิดระลึกลักษณะสภาพของจิตที่คิด และรู้ว่าขณะที่ยกคิดนั้นเป็นสภาพธรรมที่เป็นปรมัตถธรรมที่เกิดขึ้นคิดและดับไป จึงจะเห็นความไม่มีสาระของความคิดได้



ถ. ปัญหาเรื่องข้อปฏิบัติเกี่ยวกับสมถกัมมัฏฐาน ตามที่ได้อ่านวิสุทธิมรรค เรื่องสมาธินิเทศ ท่านแสดงผลของสมาธิเอาไว้ในลักษณะของกสิณต่าง ๆ คือ ถ้าเจริญสมถะจะต้องมีกสิณเป็นอารมณ์ จะต้องเพ่งอารมณ์ต่าง ๆ จนกว่ากสิณนั้นจะกลม เช่น ปฐวีกสิณ ต้องมีลักษณะของดินเป็นสีอรุณต่าง ๆ ก็สนทนากันว่าการปฏิบัติแบบนี้จะให้ผู้ปฏิบัติสนใจที่ผล เมื่อไรผลปรากฏตามที่แสดงไว้ในวิสุทธิมรรค อย่างนั้นจะเป็นสมถะได้ไหม

สุ. คนนั้นจะต้องทราบ ว่า สงบคืออะไร ไม่ใช่อ่านวิสุทธิมรรคแล้วต้องการที่จะเพ่งดินสีอรุณ โดยไม่รู้เลยว่า ดินสีอรุณจะทำให้กุศลจิตเกิดได้อย่างไร ข้อสำคัญที่สุด คือ ต้องทราบจุดประสงค์ว่า ในขณะที่จะทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดนั้นเพื่ออะไร

ถ้าในวิสุทธิมรรคกล่าวถึงเรื่องกสิณต่าง ๆ เช่น ปฐวีกสิณ เป็นต้น และมีการกล่าวถึงการบริกรรมโดยใช้กสิณที่เป็นดินสีอรุณ ก็ควรที่จะเข้าใจว่า กสิณที่เป็นดินสีอรุณที่กลมเกลี้ยงนั้นจะทำให้กุศลจิตเกิดได้อย่างไร ถ้าไม่เข้าใจ ไม่มีทางเลยที่ใครก็ตามจะไปจ้องดูกสิณที่เป็นดินสีอรุณกลมเกลี้ยงแล้วกุศลจิตก็เกิด

คิดว่าจะเป็นไปได้ไหม ที่ใครจะเห็นกสิณที่เป็นวงกลมสีอรุณกลมเกลี้ยงแล้ว กุศลจิตจะเกิด

ถ. คิดว่าไม่ได้

สุ. ถ้าไม่ได้ ก็หมายความว่าไม่ใช่การอบรมเจริญสมถภาวนา เพียงแต่อ่านวิสุทธิมรรคและคิดว่าจะทำ ไม่ได้เข้าใจเลยว่า ขณะนั้นต้องเป็นมหากุศลญาณสัมปยุตต์ ในการเจริญสมถภาวนาก็ดี วิปัสสนาภาวนาก็ดี ไม่ใช่เพียงแต่อ่านแล้วก็ทำ โดยไม่รู้ว่าจะขณะนั้นเป็นกุศลหรือเป็นอกุศล

ถ้าเป็นผู้ที่พิจารณาก็จะรู้ว่า ดินกลมเกลี้ยงสีอรุณจะทำให้กุศลจิตเกิดได้อย่างไร มีเหตุผลอะไรที่ทำให้กุศลจิตเกิดเมื่อเห็น ถ้าไม่มีเหตุผล จิตในขณะนั้นเป็นกุศลไม่ได้ เมื่อเป็นกุศลไม่ได้ ก็ไม่ต้องกล่าวถึงกุศลญาณสัมปยุตต์ที่ต้องประกอบด้วยปัญญาที่จะทำให้จิตสงบมั่นคงเป็นกุศลยิ่งขึ้น



ถ. หมายความว่า ต้องมีปัญญารู้ว่า ถ้าเกลี้ยงอย่างนั้น กลมอย่างนั้น กุศลจะเกิดได้อย่างไร เพราะฉะนั้น ต้องรู้ลักษณะของกุศล อกุศลด้วย

ส. ต้องประกอบด้วยสติสัมปชัญญะที่รู้สภาพของจิต

ถ. ถ้าพูดถึงแต่ผลอย่างเดียว

ส. ไม่ได้เลย ผลต้องมาจากเหตุ และเหตุต้องเป็นมหากุศลญาณ-สัมปยุตต์ด้วย

ถ. เป็นไปได้ไหม ถ้าอกุศลจะมีดินสีอรุณเป็นอารมณ์

ส. ถ้าขณะนี้ไม่มีดินสีอรุณกลมเกลี้ยงวางอยู่ และขณะที่เห็นกุศลจิตจะเกิดได้อย่างไร เพียงแต่เห็นดินกลมเกลี้ยงสีอรุณ

ถ. เห็น ชอบก็ได้

ส. ขณะนั้นก็เป็นโลภมูลจิต ไม่ใช่มหากุศล

ถ. เพราะฉะนั้น ไม่ใช่การเจริญสมณะ

ส. ไม่ใช่ การเจริญสมณภาวนา หรือการเจริญวิปัสสนาภาวนา ต้องประกอบด้วยปัญญา ถ้าปราศจากปัญญาแล้วเจริญไม่ได้เลย

ถ. ผู้ที่ไม่มีปัญญา ไม่ได้ฟังเรื่องการอบรมเจริญสติปัฏฐาน เขาจะรู้ลักษณะของกุศล อกุศลได้ไหม

ส. ผู้ที่ไม่มีปัญญา เจริญสมณภาวนาและวิปัสสนาภาวนาไม่ได้

ถ. เพราะฉะนั้น ปัญญาต้องอบรมจากขั้นไม่มีก่อน เช่น ได้ยินได้ฟัง หรือเป็นผู้ที่พิจารณาลักษณะของโทษของอกุศล ใช่ไหม

ส. นี่คือจุดประสงค์ของการที่ทุกท่านกำลังฟังพระธรรมและศึกษาพระธรรม เพื่อรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ เมื่อฟังแล้วเข้าใจก็ยังไม่ใช่การดับกิเลสเพียงขั้นเข้าใจ ต้องรู้ว่า จะต้องอบรมเจริญปัญญาระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏจนประจักษ์จริง ๆ ตามที่ได้ยินได้ฟัง ไม่ผิดกันเลยทีเดียวที่ได้ยินได้ฟัง



ถ้าฟังเรื่องของนามธรรมและรูปธรรม เข้าใจเรื่องนามธรรมและรูปธรรมที่กำลังปรากฏ แต่ขณะที่กำลังเพียงเข้าใจเรื่องของนามธรรมที่กำลังปรากฏ ขณะนั้นดับกิเลสไม่ได้ จะต้องเป็นสติปัญญาที่เกิดระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏไปเรื่อย ๆ และปัญญาต้องพิจารณาศึกษาจนกระทั่งรู้ชัดประจักษ์แจ้งลักษณะของนามธรรมและรูปธรรมตามลำดับขั้น

ถ. ที่เห็นโทษของความเป็นตัวตน ต้องรู้ลักษณะโทษของอกุศลก่อน หรือเปล่า

ส. อกุศลอะไร มีอกุศลมากมาย ทุกท่านก็เข้าใจเรื่องของโลภะ เรื่องของโทสะ เรื่องของโมหะ

ถ. ส่วนใหญ่ไม่ชอบความโกรธ ความไม่พอใจ

ส. ไม่ว่าจะด้วยความโกรธหรือความรักก็ตาม ทั้งหมดมาจากความไม่รู้ เพราะฉะนั้น การอบรมเจริญปัญญาเพื่อละความไม่รู้ถึงลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏที่หลงยึดถือสภาพธรรมนั้นว่าเป็นสัตว์ เป็นบุคคล เป็นตัวตน จนกว่าจะละความยึดถือสภาพธรรมว่าเป็นตัวตน สัตว์ บุคคล ดับสัkkายทิฏฐีก่อน จึงจะคลายการยึดถือสภาพธรรม และโลภะ โทสะ

ถ. ธรรมดาในชีวิตประจำวัน ถ้ามีอารมณ์ที่สบาย มีความพอใจ หรือไม่ชวนเคือง ส่วนใหญ่ไม่อยากจะพิจารณาลักษณะของสภาพธรรม คือ มีสิ่งจูงใจมาก ทำให้พอใจยินดีในชีวิตประจำวัน แทนที่จะพิจารณาลักษณะของสภาพธรรมต่าง ๆ ซึ่งมีโทษ แต่ก็ยินดีพอใจไป จนกว่าสติเกิดขึ้น สติเกิดขึ้นเนื่องจากเห็นโทษ เช่น ความชวนเคืองใจที่เกิดขึ้นในวันหนึ่ง ๆ แต่เวลาสบายแล้ว สติก็ไม่เกิดอีก อะไรจะเป็นปัจจัย

ส. หมายความว่า สติปัญญาเกิดเวลาที่จิตใจชวนเคือง และเกิดระลึกได้

ถ. ส่วนใหญ่เมื่อมีอกุศลต่าง ๆ สติก็เกิดขึ้นเห็นโทษเห็นภัยในลักษณะของอกุศลที่เกิดขึ้น แต่ถ้าเป็นโลภะ คือ ความพอใจยินดี ส่วนใหญ่แล้วสติไม่ค่อยเกิดขึ้น





เพราะว่าเพลิดเพลินอยู่ ถ้าผู้ที่เจริญสติจะต้องได้ยินได้ฟังและเห็นโทษของอกุศล แม้เพียงเล็กน้อย จะมนสิการอย่างไร

ส. ก็ต้องเห็นโทษของอกุศล คือ ความไม่รู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ ขณะนี้กำลังเห็นก็ยังไม่รู้ลักษณะของเห็นกับสิ่งที่ปรากฏทางตา ขณะที่กำลังได้ยินเสียงก็ยังไม่รู้ลักษณะของได้ยินกับเสียงตามความเป็นจริง

ถ้าเห็นโทษอย่างนี้จริง ๆ ว่า วันหนึ่ง ๆ อยู่กับความไม่รู้ และชีวิตวันหนึ่ง ๆ ก็มีแต่เห็น ยินดีพอใจบ้าง ไม่พอใจบ้างในสิ่งที่เห็น ได้ยิน พอใจบ้าง ไม่พอใจบ้าง ในเสียงที่ได้ยิน แต่ทั้งพอใจและไม่พอใจก็ไม่เที่ยง เกิดขึ้นและดับไป เป็นอย่างนี้ทุกวัน ๆ ทั้งทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ เมื่อไรปัญญาจะรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏตามความเป็นจริงเสียที

ถ้ารู้อย่างนี้ว่า ไม่ใช่แต่เฉพาะชาตินี้ชาติเดียวที่ทุกข์ทุกข์จากการเห็น การได้ยิน การได้กลิ่น การลิ้มรส การรู้สิ่งที่กระทบสัมผัส การคิดนึก ดูเหมือนมีเรื่องประจำวันในชีวิตของแต่ละคนมากมายเหลือเกิน แต่ถ้าสรุปย่อลงมาแล้วก็แค่ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจเท่านั้นเอง ถ้ารู้แหล่งอย่างนี้จริง ๆ ก็สามารถรู้ได้ว่า เรื่องทั้งหลายจะต้องมีมากมาย ตราบใดที่ไม่รู้ลักษณะของนามธรรมและรูปธรรมที่กำลังปรากฏในขณะนี้

เพราะฉะนั้น การรู้อย่างนี้จะทำให้สติปัฏฐานเกิดระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ ซึ่งมีหลายอย่างในขณะนี้ แล้วแต่ว่าสติจะเกิดขึ้นระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมอย่างหนึ่งอย่างใดแม้เพียงชั่วขณะ ขอให้ทราบว่า ในขณะนี้ แม้เพียงชั่วขณะที่สติเกิดระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ ก็เป็นประโยชน์มากทีเดียว





๑๗๔๓

ที่ห้องประชุมตึกสภากาการศึกษามหาวิทยาลัย

วันอาทิตย์ที่ ๒๐ ธันวาคม ๒๕๓๐



ถ. แต่สติต้องเกิดขึ้นรู้ในขณะที่สภาพธรรมกำลังปรากฏ และพิจารณา

สุ. ใช่ เพราะฉะนั้น การฟังพระธรรมไม่ว่าจะเป็นทางวิทยุหรือที่นี้ ก็เหมือนกับการเตือนให้สติเกิด แล้วแต่ว่าสติจะเกิดหรือไม่เกิด แต่ก็ฟังบ่อย ๆ เรื่องของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ

ถ. ส่วนใหญ่ต้องมีสิ่งที่ทำให้เกิดความเพียร เช่น อ่านพระสูตร หรือได้ยิน พระธรรม หรือฟังจากวิทยุก็ดี เทปก็ดี ขณะนั้นช่วยเตือนได้มาก ซึ่งวันหนึ่ง ๆ เพลิดเพลินแน่นอน เพราะสติมีกำลังน้อย

สุ. บางท่านก็บอกว่า ทั้ง ๆ ที่ท่านฟังพระธรรมและเข้าใจเรื่องการเจริญ สติปัฏฐาน เป็นผู้ที่มีปกติเจริญสติปัฏฐาน แต่ท่านก็ยังรู้สึกตัวว่ามีโลภะมาก คือ ยังชอบสิ่งที่สวຍ ๆ งาม ๆ ยังชอบการเพลิดเพลิน การรื่นเริงสนุกสนาน ดูโทรทัศน์ เทียวเตร่ ซึ่งนั่นก็เป็นชีวิตประจำวันจริง ๆ เพราะฉะนั้น เมื่อมีเหตุปัจจัยที่โลภะจะเกิด ไม่มีใครยับยั้งได้ โลภะก็ต้องเกิดไปตามปกติ แต่ในขณะที่เดียวกันปัญญาก็เกิดด้วย ไม่ใช่เป็นผู้ที่ละเลย มีการฟังพระธรรม พิจารณาพระธรรม ศึกษาในเหตุในผล เป็นอาหารที่จะทำให้สติเกิดระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ

เพราะฉะนั้น เรื่องของโลภะ เรื่องของอกุศล ก็เป็นเรื่องอกุศลที่มีปัจจัยเกิดขึ้น เรื่องของกุศล เรื่องของสติ เรื่องของปัญญา ก็เป็นเรื่องการค่อย ๆ สะสมอบรมไป จนกว่าปัญญาที่กำลังคมกล้าเมื่อไร ก็สามารถละลายและดับอกุศลที่ยึดถือ สภาพธรรมว่าเป็นเรา เป็นตัวตน เป็นสัตว์ เป็นบุคคล

แต่ปัญญาที่จะเกิดขึ้นมีกำลังพอที่จะดับการยึดถือสภาพธรรมว่าเป็นตัวตน เป็นสัตว์ เป็นบุคคลนั้นมาจากไหน นี่เป็นสิ่งที่จะต้องพิจารณาให้ถูกต้อง ถ้าไม่เคย



ได้ยินได้ฟังเรื่องของสภาพธรรม เรื่องของสติปัฏฐาน เรื่องของหนทางเจริญปัญญา ปัญญาก็เจริญไม่ได้ แต่เมื่อฟังแล้ว ไม่สูญหาย ถ้าฟังน้อยความรู้ก็ยังไม่เพิ่มขึ้น เมื่อมีการฟังมากขึ้น สติเริ่มเกิด สติปัฏฐานนั้นก็ค่อย ๆ สะสมอบรมไป ทีละเล็กทีละน้อยตามกำลัง แล้วแต่ว่าจะมีปัจจัยของสภาพธรรมใดเกิดในวันหนึ่ง อย่างไรก็เป็นไปอย่างนั้น ตามปกติ ตามความเป็นจริง

เพราะฉะนั้น สำหรับพระโสดาบัน แม้ว่าท่านดับสังกายทิฏฐิและความเห็นผิดทั้งหมด ไม่มีการยึดถือสภาพธรรมว่าเป็นตัวตน เป็นสัตว์ เป็นบุคคล แต่พระโสดาบันยังมีโลภะมีโทสะเหมือนคนธรรมดา ต่างกันที่ไม่มีสังกายทิฏฐิและความเห็นผิด ซึ่งเป็นผลของการอบรมเจริญปัญญา รู้ลักษณะของสภาพธรรมจนประจักษ์แจ้ง อริยสัจจธรรม เพราะฉะนั้น ไม่มีการข้ามขั้น หรือไม่มีการเข้าใจผิด

อย่างผู้ที่เห็นโทษของโทสะ พระโสดาบันท่านก็ยังมีโทสะ เพราะฉะนั้น ผู้ที่ยังไม่ใช่พระโสดาบันก็เป็นของธรรมดาที่จะต้องมีโทสะ แต่สติปัฏฐานเกิดระลึก รู้บ้างหรือยัง นี่ก็เป็นปัจจัยตั้ง คือ แต่ละท่านจะรู้ขณะที่สติเกิด

ถ. เท่าที่ฟังมา รู้สึกว่า อาจารย์สนับสนุนด้านวิปัสสนา อยากทราบว่า ทำไมอาจารย์ไม่สนับสนุนด้านสมาธิ

ส. เรื่องนี้เป็นเรื่องละเอียด ขอให้เป็นการสนทนากันจริง ๆ เพื่อเป็นประโยชน์กับท่านผู้ฟังท่านอื่นด้วย ก่อนอื่นคิดอย่างไรที่ว่า ดิฉันไม่สนับสนุน

ถ. เพราะที่อาจารย์ตอบคำถามมา อาจารย์ให้เจริญแต่วิปัสสนา ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ทางด้านรูปนามแค่นั้น

ส. จึงคิดว่าดิฉันไม่สนับสนุนเรื่องการเจริญสมาธิ ถ้าทราบว่าสมาธิมี ๒ อย่าง คือ มิจชาสมาธิกับสัมมาสมาธิ ถ้าทราบอย่างนี้ คิดว่าดิฉันไม่สนับสนุน ฝ่ายไหน หรือทั้งสองฝ่าย

ถ. ก็คงไม่สนับสนุนมิจชาสมาธิ



ส. ถ้าเป็นอย่างนี้ก็ถูกต้อง เพราะว่ามิจฉาสมาธิ คือ ความต้องการจดจ้องที่จะให้จิตรู้อารมณ์เดียวโดยไม่ให้อารมณ์อื่นเลย และในขณะนั้นไม่ได้ประกอบด้วยสติสัมปชัญญะที่จะรู้ว่า ขณะนั้นเป็นมหากุศลญาณสัมปยุตต์หรือเปล่า

ถ. พระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่ท่านตรัสรู้ ตอนที่ท่านจะตรัสรู้ท่านก็ใช้สมาธิใช่ไหม

ส. คำว่า ใช้สมาธิ หมายความว่าอย่างไร ก็หมายความว่าพระองค์ทรงศึกษาเรื่องของสมถภาวนาจนกระทั่งจิตสงบถึงขั้นฌานจิตที่เป็นรูปฌานกุศลทั้ง ๕ และอรูปฌานกุศลทั้ง ๔ ซึ่งเป็นขั้นสูงสุดของสมถภาวนา เพราะฉะนั้น พระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงพิจารณาอะไรที่ทำให้เป็นพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า ทรงตรัสรู้อะไร จึงทำให้เป็นพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า

เรื่องของสมถภาวนาเป็นเรื่องที่พระองค์ทรงศึกษาแล้ว และได้บรรลุถึงฌานขั้นสูงสุด คือ อรูปฌานที่ ๔ เนวสัญญานาสัญญายตนฌาน จบหมดแล้วเรื่องของฌาน ไม่มีสูงไปกว่านี้อีก เพราะฉะนั้น การที่พระองค์เป็นพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า พระองค์ทรงพิจารณาอะไร และปัญญาของพระองค์ทรงตรัสรู้อะไรจึงได้เป็นพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า เพราะขณะที่ทรงบรรลุรูปฌาน ยังเป็นพระโริชัสถ์ ยังไม่ใช่พระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า

เพราะฉะนั้น ทรงตรัสรู้อะไร นี่เป็นสิ่งที่เราจะต้องพิจารณาก่อนที่จะคิดว่า สนับสนุนหรือไม่สนับสนุนอะไร

ถ. ถ้าอาจารย์สนับสนุนสัมมาสมาธิ ก็หมายความว่าให้ปฏิบัติสมาธิได้ใช่ไหม หมายถึงควบคู่กันไปกับที่อาจารย์ให้เจริญวิปัสสนา ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ

ส. ขอทราบว่า ถ้าจะปฏิบัติสัมมาสมาธิ จะปฏิบัติอย่างไร

พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาที่สมบูรณ์พร้อมด้วยเหตุผล เป็นศาสนาที่จะทำให้พุทธบริษัทเกิดปัญญามีความเห็นที่ถูกต้อง แต่ต้องเป็นผู้ที่รอบคอบ ละเอียด และพิจารณาธรรมโดยถี่ถ้วนจริง ๆ อย่างลึกซึ้ง เพราะฉะนั้น ถ้าจะทำสมาธิที่เป็นสัมมาสมาธิ ทำอย่างไรจึงจะเป็นสัมมาสมาธิ เพราะถ้าไม่รู้วิธีก็ทำไม่ได้ และ



ถ้าไม่รู้ว่าอะไรเป็นมิจจาสมาธิ อะไรเป็นสัมมาสมาธิ ก็ไม่สามารถปฏิบัติสัมมาสมาธิได้ สิ่งที่กำลังปฏิบัติอยู่อาจจะเป็นมิจจาสมาธิก็ได้ เพราะไม่สามารถรู้ว่าสัมมาสมาธินั้นเป็นอย่างไร เพราะฉะนั้น ถ้าจะปฏิบัติสัมมาสมาธิ จะทำอย่างไร

ถ. ในหนังสือเคยอ่านว่า เมื่อถึงอัปปนาสมาธิแล้วก็ลดมานลงมา

ส. ยังไม่ต้องพูดถึงผล พูดถึงการที่จะลงมือปฏิบัติ จะเจริญสัมมาสมาธินั้นจะเจริญอย่างไร

ถ. ตอนแรกให้จิตสงบก่อน

ส. ตอนแรกให้จิตสงบ เราบังคับได้ไหม เดียวนี้จะให้จิตสงบได้ไหม

ถ. เดียวนี้ไม่ได้ แต่เมื่อนั่งสมาธิ บางที ...

ส. คิดว่าไปนั่งสมาธิแล้วจิตจะสงบ ใช่ไหม จิตที่สงบเป็นจิตประเภทไหน นี่ต้องทราบก่อน กำลังเห็นอย่างนี้ จิตจะสงบได้ไหม และถ้าสงบได้ เป็นจิตประเภทไหน ไม่ใช่ว่าสงบไม่ได้ เพราะสมถภาวนาหมายความว่า การอบรมเจริญความสงบ ซึ่งต้องเป็นกุศล เพราะฉะนั้น ถ้ายังไม่รู้เรื่องของกุศลจิตและอกุศลจิตโดยละเอียดจะไม่รู้เลยว่า ขณะที่กำลังต้องการจะทำ เพียงคิดว่าต้องการจะสงบ ขณะนั้นสงบหรือเปล่า ในขณะที่อยากจะสงบ กำลังอยากจะสงบ ในขณะนั้นสงบไหม

ถ. บางทีก็ไม่สงบ

ส. ไม่ใช่บางที จริง ๆ เลย อย่างเดี๋ยวนี้ ถ้าอยากจะสงบ ขณะนี้กำลังอยาก อยากมาก ๆ เลย ขณะที่กำลังอยากนั้นสงบไหม สงบหรือยัง

ถ. สงบได้

ส. มิได้ ขณะที่กำลังอยากจะสงบ ขณะที่อยากนั้นสงบหรือยัง

ถ. ยัง

ส. เพราะฉะนั้น จะสงบได้อย่างไร เวลานี้กำลังอยากสงบ ซึ่งในขณะที่อยากสงบนั้นไม่สงบ เพราะฉะนั้น จะสงบได้อย่างไร

ถ. ไม่ทราบ



ส. นี่เป็นเรื่องของการที่ว่า เพราะเหตุใดจึงคิดว่าดิฉันไม่สนับสนุนหรือส่งเสริม เพราะถ้าเป็นสัมมาสมาธิ ไม่มีที่ดิฉันจะไม่ส่งเสริมหรือสนับสนุนบุคคลทุกประการ แต่ถ้าเป็นอกุศล ไม่ส่งเสริม ถ้าเป็นความไม่รู้ ก็ไม่ส่งเสริม ถ้าเป็นความเข้าใจผิด การปฏิบัติผิด ก็ไม่ส่งเสริม

การที่จะปฏิบัติถูกได้ ต้องเป็นปัญญา และปัญญาต้องพิจารณาละเอียดจริง ๆ ไม่ใช่เพียงได้ยินได้ฟังเรื่องของสมาธิก็จะทำ โดยที่ยังไม่รู้เลยว่า ความสงบที่เป็นสัมมาสมาธิเป็นอย่างไร ถ้าไม่รู้ ควรจะเป็นมิจฉาสมาธิหรือสัมมาสมาธิ

ถ. มิจฉาสมาธิ

ส. และจะทำใหม่ หรือยังอยากจะทำอยู่

ถ. ก็คงศึกษาด้านสัมมาสมาธิก่อน เมื่อทราบแน่ชัดก็อาจจะทำ อาจจะช่วยให้การเจริญวิปัสสนาเร็วขึ้นได้ไหม

ส. ไม่มีทาง ต้องเข้าใจว่าวิปัสสนาคืออะไร วิปัสสนา คือ ปัญญาที่ประจักษ์แจ้งในลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏตามปกติในขณะนี้ ตามความเป็นจริง เพราะฉะนั้น เหตุต้องตรงกับผล การที่ผลคือปัญญาอย่างนี้จะเกิดขึ้นได้มีหนทางเดียว คือ สติปัฏฐานเกิดขึ้นระลึกตรงลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ

ในขณะนี้ทางตา มีสภาพธรรมกำลังปรากฏ การที่จะรู้ชัดในลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏมีหนทางเดียว คือ เมื่อสติเกิดระลึกได้ว่าไม่รู้ จึงระลึกศึกษาเพื่อที่จะเริ่มเข้าใจลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏขึ้นทีละเล็กทีละน้อย ไม่ใช่วิธีอื่นไม่ใช่ปะปนกัน การที่จะประจักษ์ลักษณะของสภาพธรรมก็เพราะสติเกิดระลึก

ถ. ถ้าสัมมาสมาธิไม่ได้ประโยชน์ พระพุทธเจ้าท่านสอนให้ทำเพื่ออะไร

ส. พระผู้มีพระภาคทรงแสดงเรื่องของมิจฉาสมาธิและสัมมาสมาธิ และทรงแสดงว่ามิจฉาสมาธิเป็นอกุศล ไม่ใช่หนทางที่จะทำให้รู้แจ้งอริยสัจธรรม ทรงแสดงว่ามีมิจจามรรค ๘ และมีมิจจญาณด้วย มีมิจจวิมุตติด้วย รวมเป็น ๑๐ ซึ่งก็มีจริง ๆ ความเห็นผิดมี ความดำริผิดมี ความเพียรผิดมี

ถ. ส่วนสัมมาสมาธิที่ท่านสอน ท่านสอนเพื่ออะไร



ส. พระผู้มีพระภาคทรงแสดงพระธรรมเพื่อให้เจริญกุศลทุกประการ จนกว่าจะดับกิเลสได้เป็นสมุจเฉท

ถ. กราบขอบพระคุณ

ส. คงพอจะเข้าใจแล้วว่า ดิฉันไม่สนับสนุนฝ่ายผิด ธรรมที่ผิด

ถ. ก่อนจะถามปัญหาท่านอาจารย์ ต้องขอภัยท่านผู้ฟังด้วย เพราะผม อาจจะถามปัญหาที่ท่านเคยฟังมาแล้วจนเบื่อ ผมอยู่บ้านนอก นาน ๆ จะเข้ามาที่หนึ่ง อาจจะมีคำถามที่อาจไม่น่าถามก็ได้

ข้อแรกเรื่องการปฏิบัติวิปัสสนา กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน อริยาปถบรพ ควรจะปฏิบัติอย่างไร

ส. ก่อนอื่นขอทบทวนความเข้าใจตั้งแต่ต้น เพื่อความเข้าใจแจ่มแจ้ง ซึ่งเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุด

มหาสติปัฏฐานมี ๔ คือ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ทั้ง ๔ รวมสภาพธรรมทั้งหมด ไม่เว้นเลย ไม่ว่าจะเป็นจิตที่ประเภท เจตสิกที่ประเภท รูปที่ประเภทก็ตาม รวมอยู่ในมหาสติปัฏฐานทั้งสิ้น ชั้น ๕ ไม่เว้นเลยสักชั้นเดียว รวมอยู่ในมหาสติปัฏฐานทั้งสิ้น

เพราะฉะนั้น ต้องทราบแม้แต่พระพุทธประสงค์ที่ทรงแสดงสติปัฏฐาน เช่น คำถามเรื่องของกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน อย่างอานาปานบรพ การระลึกรู้ลมหายใจ กิติ หรืออริยาปถบรพ การระลึกรู้ลักษณะสภาพของกายที่นิ่ง นอน ยืน เดิน กิติ การระลึกรู้ลักษณะของสัมผัสัญญบรพ ไม่ว่าจะเป็นเคลื่อนไหวเหยียดคู้ กิติ การระลึกรู้ส่วนต่าง ๆ ของกาย เช่น ผม ขน เล็บ ฟัน หนังต่าง ๆ ซึ่งเป็นปฏิภูมณสิการบรพ กิติ หรือการระลึกลักษณะที่อ่อนหรือแข็ง เย็นหรือร้อน ตึงหรือไหวที่กาย กิติ ซึ่งเป็นจตุธาตววัตถาน หรือการระลึกลักษณะของซากศพอาการต่าง ๆ กิติ เพื่ออะไร เพราะอะไร

ก่อนที่สติปัฏฐานจะเกิด ทุกคนยึดถือกายว่าเป็นเรา ถูกไหม ลมหายใจก็ยึดถือ ผม ขน เล็บ ฟัน หนังก็ยึดถือ กำลังนั่งอยู่ก็ยึดถือว่าเรา



ถ้าถามเฉพาะเจาะจงเรื่องอิริยาบถ ที่ทรงแสดงอิริยาปถบรรพก็เพราะว่า ก่อนที่สติปัฏฐานจะเกิด กำลังนั่งก็เป็นเรานั่ง กำลังยืนก็เป็นเรายืน กำลังเดินก็เป็นเราเดิน กำลังนอนก็เป็นเรานอน นี่ก่อนสติปัฏฐานจะเกิด แต่เมื่อสภาพธรรมไม่ใช่เรา แต่ยึดถือขณะที่กำลังนั่ง นอน ยืน เดินว่าเป็นเรา เพราะฉะนั้น สติปัฏฐานก็ต้องเกิด เพื่อที่จะระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมที่กายในขณะทีนั้น ที่นอน ที่ยืน ที่เดิน เพื่อจะได้ศึกษารู้ว่า ลักษณะนั้น ๆ ไม่ใช่ตัวตนเพราะเป็นรูปอย่างไร

กายานุปัสสนาสติปัฏฐานเป็นรูป ใช่ไหม

เมื่อเป็นรูป จึงไม่ใช่เรา ยังมีข้อสงสัยอะไรอีกสำหรับกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ในเมื่อก่อนสติจะเกิดยึดถือว่าเป็นเรา พระผู้มีพระภาคจึงทรงแสดงอิริยาปถบรรพ เพื่อให้รู้ในขณะที่กำลังนั่งก็รู้ว่าเป็นรูปอย่างไร กำลังนอนเป็นรูปอะไรที่ปรากฏ

พอที่จะเห็นด้วยหรือยัง พุทธประสงค์ที่ทรงแสดงเรื่องของกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เพราะก่อนที่สติจะเกิดเคยยึดถือว่าเป็นเรา หรือเป็นของเรา เป็นตัวตนของเรา ด้วยเหตุนี้ปัญญาที่จะเกิดความรู้ที่ถูกต้อง จึงต้องเมื่อสติเกิดระลึกได้ว่า พระผู้มีพระภาคทรงแสดงว่า ธรรมทั้งหลายเป็นอนัตตา เพราะเหตุว่านามธรรมเป็นสภาพรู้ และรูปธรรมไม่ใช่สภาพรู้

ที่จะรู้ว่าเป็นอนัตตาได้ ก็ต่อเมื่อรู้ลักษณะของนามธรรมว่าเป็นสภาพรู้ และรู้ลักษณะของรูปธรรมว่าไม่ใช่สภาพรู้ และรูปธรรมไหน ก็คือรูปธรรมตลอดสี่ระชาจรตัพพซึ่งเคยยึดถือว่าเป็นตัวตน ไม่ใช่สภาพรู้

เพราะฉะนั้น เมื่อสติเกิด จะต้องศึกษาลักษณะของรูป อย่าลืม ต้องศึกษาลักษณะของรูป เพราะรูปแต่ละรูปมีลักษณะเฉพาะของรูปนั้น ๆ ที่จะปรากฏได้ ที่จะให้ประจักษ์แจ้งได้ว่าเป็นรูป ไม่ใช่ตัวตน

ถ้าเข้าใจอย่างนี้แล้ว ยังมีปัญหาเรื่องอิริยาปถบรรพไหม







๑๗๔๔

ที่ห้องประชุมตึกสภากาการศึกษามหาวิทยาลัย

วันอาทิตย์ที่ ๒๐ ธันวาคม ๒๕๓๐



ถ. หมายความว่า เรื่องกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ไม่ว่าจะอยู่ในอิริยาบถไหน ก็เป็นแต่เพียงรูปที่เกิดขึ้น และให้เราเข้าใจว่า รูปที่เกิดขึ้นไม่ใช่ตัวตนของเราใช่ไหม

ส. เข้าใจแล้ว แต่ยังไม่ประจักษ์แจ้ง จนกว่าสติปัฏฐานจะเกิดระลึกลงตรงลักษณะของรูปที่ปรากฏ

ขณะนี้ก็มีรูป ขณะนี้รูปก็ปรากฏ ถ้าสติปัฏฐานเกิด ก็ระลึกลักษณะของรูปอย่าลืมคำว่า ลักษณะของรูป ไม่ใช่ไปนึกเอา แต่มีลักษณะปรากฏจริง ๆ ให้ศึกษาให้เข้าใจได้

ลักษณะที่แข็งเป็นรูป ลักษณะที่เย็นเป็นรูป ลักษณะที่ไหวเป็นรูป ขณะที่กำลังพูด รูปอ่อนก็มี แข็งก็มี ขณะที่กระทบสัมผัสสัมผัสปากหรือส่วนหนึ่งส่วนใดของกายอ่อนก็มี แข็งก็มี นั่นคือลักษณะของรูปที่ไม่ใช่เรา ไม่ใช่ตัวตน

ถ. อย่างยี่นนี่ ก็เป็นรูปยี่น

ส. รู้ได้ทางไหน ลักษณะของรูปรู้ได้ทางไหน

ถ. รู้จากรูปร่างลักษณะที่เรากำหนดกันขึ้นว่า อย่างนี้เย็น อย่างนี้นั่งเป็นรูป หรืออาจารย์ว่ามีอีกความหมายหนึ่ง

ส. โดยมากท่านผู้ฟังเข้าใจว่า สติปัฏฐานคือการระลึกรู้ได้ และทำอย่างอื่นใช่ไหม แต่เมื่อได้ยินได้ฟังว่า ที่กายประกอบด้วยมหาภูตรูป มหาภูตรูปมี ๔ คือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม แต่มหาภูตรูปที่จะปรากฏให้รู้ได้มี ๓ ซึ่งเรียกว่า โผฏฐัพพะ และจะรู้ได้ก็ต่อเมื่อกระทบกับกายปสาท ถ้ารูปนั้นไม่กระทบกับกายปสาท แม้มีก็ไม่รู้ ขณะนี้ที่ศีรษะมีธาตุดิน น้ำ ไฟ ลมไหม

ถ. มี



ส. รู้ได้ไหม

ถ. มีลักษณะแข็งก็เป็นดิน

ส. กระบอบอะไรที่แข็ง

ถ. ถ้าเอาส่วนใดส่วนหนึ่งไปกระทบ ก็รู้สึกว่ายืด

ส. ถ้า ไซ้ใหม่ แต่เดี๋ยวนี้รู้ว่ามันมีสีระระ จำได้ว่ามี แต่รูปแข็งที่สีระระปรากฏหรือเปล่า

ถ. ไม่ปรากฏ

ส. ไม่ปรากฏ จะรู้ได้ไหม ทั้ง ๆ ที่เข้าใจว่ามี ทุกคนกำลังยึดถือว่ามีสีระระอยู่ทุกคน เพราะฉะนั้น ก็ยังมีสีระระของเราในความทรงจำ แต่การที่จะละการยึดถือสภาพธรรมว่าเป็นตัวตน ต้องไม่มีอะไรเลยนอกจากรูปที่เกิดและดับอย่างรวดเร็ว ไม่ใช่ว่ายังคงสภาพอยู่เป็นรูปสีระระที่แข็ง แต่ความจริงลักษณะของรูปแข็งที่จะปรากฏเมื่อกระทบกายปสาทดับทันที เร็วมาก ที่ใช้คำว่า ทันที เพราะมีอายุเพียง ๑๗ ขณะของจิต ซึ่งเร็วกวาระหว่างทางตาเห็นกับทางหูได้ยิน เพราะว่าจิตเห็นกับจิตได้ยินเกิดห่างกันเกิน ๑๗ ขณะ

เพราะฉะนั้น คิดดู รูปแข็งที่ปรากฏเมื่อกระทบจะเล็กน้อยรวดเร็วสักแค่ไหน ไม่ใช่ว่ามีสีระระทั้งก้อนที่แข็ง ที่ยังจำไว้ได้ว่าเป็นสีระระของเรา ถ้ายังเป็นอย่างนั้นอยู่ ก็ยังเป็นตัวตน โลกยังไม่ได้กระจัดกระจาย ยังไม่ได้แตกย่อย ยังไม่หมดสิ้นไปเหลือแต่เฉพาะสิ่งที่กำลังปรากฏทีละอย่างอย่างรวดเร็วและสั้น ๆ ด้วย จึงจะประจักษ์ว่าไม่มีเรา

การอบรมเจริญปัญญาเพื่อรู้อย่างนี้ หรือเพื่อจะไปรู้อย่างอื่น ถ้ารู้อย่างอื่น ก็ยังเป็นเรานั้น แต่ว่าเราไม่มี มีแต่ลักษณะของรูปแต่ละรูปที่ปรากฏให้รู้ได้แต่ละทาง

ถ. สีระระที่ว่าเป็นรูป ถ้าไม่มีอะไรไปกระทบ ก็ไม่รู้สึกละตอนนั้นเป็นรูป

ส. ก็ไม่มี เกิดแล้วดับแล้ว เร็วมาก จำเอาไว้เท่านั้นเองว่ามีเรา มีรูปทั้งร่างกายตั้งแต่สีระระตลอดเท่า นี่คือก่อนที่จะระลึกลักษณะของรูป นี่เป็นเหตุที่ทรงแสดงกายนุปัสสนาสติปัฏฐาน และทุกบรรพหมด เพราะก่อนที่จะระลึกยึดถือว่ามีเรา กำลังนี้ยึดถือว่ามีเรา เพราะฉะนั้น เมื่อยึดถืออย่างนี้ สติปัฏฐานจึง



ระลึกลักษณะของรูปที่ปรากฏ และดับไปอย่างรวดเร็ว เพียงรูปเดียวที่ปรากฏ จะไม่ปรากฏพร้อม ๆ กันเลย เพราะว่ารูปทุกรูปกำลังเกิดและกัดับไป เกิดและกัดับไป ทวยอยกันเกิดทยอยกันดับไปอย่างรวดเร็วที่สุด รูปใดที่ไม่ปรากฏ รูปนั้นเกิดแล้วดับแล้ว ไม่มีรูปไหนที่ยั่งยืน ที่จะให้ทรงจำไว้ว่าเป็นของเราได้เลย

รูปสี่ระที่เข้าใจว่ามีเมื่อกัหมดไปแล้ว คือ เกิดแล้วดับแล้ว เกิดแล้วดับแล้ว ทุกกลุ่ม ทุกกลาป

ถ. หมายความว่า เราจะนั่ง จะนอน จะยืน จะเดิน อะไรกัแล้วแต่ ถ้าหากยังไม่มีการกระทบกระทั่งเกิดขึ้น ความรู้สึกที่ว่าเป็นตัวกัไม่เกิดขึ้น

ส. นั้นทรงจำไว้ เป็นอตัตตัสัญญา เคยเห็นเราในกระจก เคยแตะสี่ระ เคยแตะเท้า มีแขน มีมือ ทุกสิ่งทุกอย่าง ใช้ได้ตลอดเวลากัคิดว่าเรายังมี หรือว่า รูปของเรายังมี ไม่ปรากฏการดับไปเลย เพราะสติไม่เกิด ไม่ระลึกลักษณะของ รูปหนึ่งรูปใดที่เกิดแล้วดับแล้ว

ถ. อย่างนั้นที่ว่า พิจารณารูปเดิน รูปยืน รูปนั่ง กัไม่สำคัญอะไร ใช่ไหม

ส. ไม่ใช่สติปัฏฐาน การฟังเรื่องสติปัฏฐานเป็นเรื่องที่ละเอียดจริง ๆ ต้องตรงกับพระธรรมที่ทรงแสดง และพระธรรมที่ทรงแสดงทั้งหมดต้องสอดคล้องกัน ทั้ง ๓ ปิฎกด้วย

ถ. ตรงไหนจึงจะเป็นสติปัฏฐาน ในเมื่อเรายืน เดิน นั่ง นอน ...

ส. สติปัฏฐานคืออะไร ไม่ใช่ถามว่าตรงไหนเป็นสติปัฏฐาน แต่ต้องเข้าใจ ว่า สติปัฏฐานคืออะไร ขอประทานโทษ เคยปฏิบัติไหม

ถ. ไม่เคย

ส. เคยฟังเรื่องการปฏิบัติหรือยัง

ถ. เคยฟัง

ส. เข้าใจว่าอย่างไร สติปัฏฐานคืออะไร

ถ. คือ การตั้งสติพิจารณาส่วนใดส่วนหนึ่ง



ส. ตั้งสติได้หรือ ถ้าตั้งได้ก็ตั้งเสีย ถ้าอย่างนั้นสติก็ไม่ใช่อนัตตา ไปเอาสติที่ไหนมาตั้ง และใครตั้งสติ ถ้าสติไม่เกิดจะมีสติไหม

ถ. ก็ไม่มี

ส. ขณะนั้นหลงลืมสติ ถ้าสติเกิดขณะนั้นสติทำหน้าที่ของสติ ไม่มีใครไปตั้งสติ ไซ้ใหม่ เพราะฉะนั้น ที่ฟังเรื่องการเจริญสติปัฏฐานแล้วบอกว่า ตั้งสติถูกหรือผิด

ถ. ไม่ถูก

ส. ตั้งไม่ได้

ถ. หมายความว่าเมื่ออะไรเกิดขึ้น สติเราเกิดขึ้นรู้สภาพอันนั้น จึงจะเรียกว่าสติเกิด ไซ้ใหม่

ส. เมื่อสติเกิด สติทำหน้าที่ของสติ สติมีหลายชั้น สติเกิดกับโสภณจิต ทุกดวง ไม่ว่าจะเป็นกุศลชั้นทานก็มีสติเกิดร่วมด้วย มีฉะนั้นแล้วกุศลจิตเกิดไม่ได้เลย ขณะที่วิริยเหตุจริต ขณะนั้นก็มีสติเกิดร่วมด้วย มีฉะนั้นแล้วกุศลจิตก็เกิดไม่ได้ ขณะที่จิตสงบจากอกุศลมีเมตตาเกิดขึ้น ขณะนั้นก็มีสติเกิดร่วมด้วย

มีสติหลายชั้น แต่สติปัฏฐาน คือ สติที่ระลึกลักษณะของนามธรรมหรือรูปธรรมที่กำลังปรากฏ นี่คือความต่างกันของสติชั้นอื่น ๆ

ถ. การที่จะพิจารณากายคตาสติ โดยเฉพาะในเรื่องอิริยาปถบรรพ จะทำอะไร คิดอย่างไร

ส. ไม่ใช่จะทำอะไร และไม่ใช่ว่าจะคิดอย่างไร แต่ต้องเข้าใจให้ถูกต้องว่า สติปัฏฐานคืออะไร เมื่อเข้าใจว่า สติปัฏฐาน คือ สติที่ระลึกลักษณะของนามธรรมหรือลักษณะของรูปธรรม ฉะนั้น ต้องมีลักษณะของรูปธรรมที่กาย ปรากฏให้รู้ จึงเป็นกายนุปัสสนาสติปัฏฐาน

ถ. หมายความว่า รูปหรือนามที่ทำให้กายเกิดความรู้สึกเกิดขึ้น จึงจะถือว่าเป็นสติ ไซ้ใหม่



ส. เวลานี้มีกาย หลงลืมสติ คือ ขณะนั้นไม่ได้ระลึกรู้อย่างชัดเจนของรูปที่กาย ไม่ได้ระลึกลักษณะของนามธรรมอย่างหนึ่งอย่างใดที่กำลังปรากฏ นั่นคือ หลงลืมสติ

ถ. ถ้ามีสติ หมายความว่า ผมยืน เมื่อมีสิ่งใดสิ่งหนึ่งมากระทบร่างกาย และเกิดรูปขึ้นมา มีความรู้สึก สติรู้เท่าทันว่านั่นเกิดเป็นรูป อย่างนี้จึงจะเป็น สติปัฏฐาน ไซ้ไหม

ส. ขณะนี้มีกายแล้ว และมีรูปประชุมรวมกันเป็นกาย ไม่ได้มีรูปเพียงรูปเดียวหรือกลุ่มเดียว แต่ที่กายประกอบด้วยรูปมากมาย และกำลังทยอยกันเกิด ทยอยกันดับในขณะนี้ เพราะฉะนั้น เวลาที่สติปัฏฐานเกิด คือ ขณะไหน

ถ. บอกไม่ถูก คือ รูปเกิดอยู่ตลอดเวลา เราก็ไม่ประจักษ์ ผมก็อธิบายไม่ได้ว่า ...

ส. ยังไม่ต้องประจักษ์ เพียงแต่ว่าสติปัฏฐานระลึกรู้ที่กายขณะไหน เวลานี้มีกาย กำลังยืน นี่สติปัฏฐานยังไม่เกิด ไซ้ไหม

ถ. รู้ว่ากำลังยืนเท่านั้นเอง

ส. ที่รู้ที่กำลังยืน สติปัฏฐานยังไม่เกิด ไซ้ไหม

ถ. คงไม่เกิด ยังไม่แน่ใจ

ส. อย่างนั้นก็ยังไม่ได้เจริญอะไร เพราะว่ายังไม่แน่ใจ อย่าเพิ่งรีบร้อนที่จะเจริญหรือทำอะไร เพราะว่าสติปัฏฐานต้องเกิดจากความเข้าใจข้อปฏิบัติ เข้าใจลักษณะของนามธรรมและรูปธรรมที่กำลังปรากฏ เป็นปัจจัยทำให้สติปัฏฐานระลึกรู้เพื่อที่จะศึกษาให้รู้ตามความเป็นจริงตามที่ได้เข้าใจ ขณะนี้เข้าใจว่ามีรูปทยอยกันเกิดดับหรือเปล่า

ถ. เข้าใจโดยปริยัติ

ส. ขณะที่ยืน และรู้ว่ายืน ขณะนี้สติปัฏฐานยังไม่เกิด ไซ้ไหม

ถ. ใช่

ส. ยังไม่เกิด แน่ใจนะ



ถ. ตามสติปัญญาของผมเวลานี้แน่ใจ

ส. เมื่อสติปัฏฐานเกิดระลึกที่กาย ระลึกรู้อะไร อย่าเพิ่งไปปฏิบัติ ขอให้ฟังให้เข้าใจจริง ๆ และไม่ต้องห่วงเรื่องการปฏิบัติ เพราะเมื่อเข้าใจแล้วจึงจะมีปัจจัยทำให้สติปัฏฐานเกิดได้ ถ้ายังไม่เข้าใจก็ไม่มีปัจจัยให้สติปัฏฐานเกิด

เพราะฉะนั้น ขอเรียนถามว่า เมื่อสติปัฏฐานเกิด ระลึกรู้อะไรที่กาย

ถ. ที่กาย ก็คงจะเป็นเย็น ร้อน อ่อน แข็ง

ส. ที่ปรากฏ เท่านั้น ไม่ใช่ที่คิดนึกเอาเองว่ามี

ถ. อย่างเวลานี้ผมเย็น รู้สึกเท้าหนัก เจ็บ อย่างนี้ก็เป็นรูปเจ็บเกิดขึ้นใช่ไหม

ส. ถ้าระลึกรู้ลักษณะนั้น ไม่ต้องใช้ชื่อก็มีจริง ๆ ใช่ไหม สภาพธรรมที่มีจริงไม่ต้องเรียกชื่อก็มีจริง ๆ ใช่ไหม

ถ. ใช่

ส. ระลึกตรงลักษณะนั้น

ถ. ว่าแข็ง ใช่ไหม

ส. ต้องพูดไหม

ถ. ไม่ต้องพูดก็รู้

ส. ไม่ต้องพูด ขณะนั้นที่แข็ง ต้องมีสภาพที่รู้แข็งด้วย แข็งจึงปรากฏว่าแข็งตรงนั้น

เพราะฉะนั้น สติปัฏฐานจะระลึกลักษณะของแข็ง หรือจะระลึกลักษณะของสภาพรู้แข็งก็ได้ เพราะก่อนที่สติปัฏฐานจะเกิดเป็นเรา แต่เมื่อสติปัฏฐานเกิดก็คือสภาพธรรมตามปกติที่เคยยึดถือว่าเป็นเรานั้นเอง แต่สติปัฏฐานระลึกลักษณะของรูปซึ่งมีลักษณะจริง ๆ ปรากฏ หรือระลึกลักษณะของนามที่เป็นสภาพรู้ ซึ่งมีจริง ๆ เพราะว่าขณะนั้นกำลังรู้แข็ง จึงไม่มีเรา เพราะว่ารู้ก็เป็นนามธรรม เป็นสภาพธรรมอย่างหนึ่ง และแข็งก็เป็นรูปธรรม เพราะไม่ใช่สภาพรู้

ถ. นี่ก็พอเข้าใจ อีกอย่างหนึ่งที่ว่า กายในกาย กายนอกกาย เป็นอย่างไร



ส. มีกายของตัวเอง และมีกายของคนอื่นหรือเปล่า

ถ. ถ้ามีกายของคนอื่น เราจะไปรู้ถึงความรู้สึกของเขาได้อย่างไร

ส. ยังไม่พูดถึงเรื่องรู้สึก เพียงแต่ว่ามีกายของเราที่กำลังยึดถือ และกายของคนอื่นก็มี เคยกระทบสัมผัสกายของคนอื่นไหม

ถ. เคย

ส. เคย ซึ่งที่จริงแล้วก็คือรูป ถ้าสติปัฏฐานเกิด แต่ก่อนที่จะเป็นสติปัฏฐานก็เป็นคนอื่น เป็นกายของคนอื่น ยังยึดถือว่าเป็นกาย และยังยึดถือด้วยว่าเป็นกายของคนอื่น นี่คือก่อนสติปัฏฐานเกิด แต่เวลาที่สติปัฏฐานเกิด อย่างว่าแต่คนอื่นเลยเรามีไหม เมื่อเราไม่มี ตัวตนไม่มี ก็มีแต่สภาพธรรม

เพราะฉะนั้น ที่เคยคิดเรื่องคนอื่น ลักษณะของปรมาัตถธรรมจริง ๆ เป็นรูปธรรมที่กระทบสัมผัสเท่านั้นและดับไป เพราะฉะนั้น ไม่ว่าเราหรือเขา รูปของใครก็ตามเกิดขึ้นแล้วดับไป จึงจะไม่มีทั้งเราและคนอื่นได้ แต่ก่อนที่จะเป็นอย่างนี้ เพราะเคยยึดถือว่ามีคนอื่น และมีกายของคนอื่น สติปัฏฐานจึงระลึกเพื่อรู้ว่าไม่มีอะไรทั้งนั้น นอกจากนามธรรมและรูปธรรมซึ่งเกิดและดับไป ไม่ได้เป็นของใครเลย

ถ. ถ้าเช่นนั้นจะตรงกับความหมายในหนังสือใหม่ที่ว่า พิจารณากายในกายของตัวเองบ้าง กายภายนอกบ้างอย่างนี้

ส. เวลาที่กระทบสัมผัสกายคนอื่นก็มี จะให้หลงลืมสติ หรือจะให้สติเกิด

ถ. การกระทบนี้ ไม่จำเป็นต้องเป็นกายของใคร จะเป็นกายของผู้อื่นก็ได้ อาจจะเป็นวัตถุสิ่งของก็ได้

ส. แต่เมื่อก็ไม่ได้ถามอย่างนี้ ถามเรื่องกายคนอื่น เมื่อถามเรื่องกายคนอื่นก็ต้องพิจารณาเรื่องที่เคยยึดถือว่าเป็นกายคนอื่น ซึ่งแท้ที่จริงก็เป็นรูปธรรมที่ปรากฏเมื่อกระทบกับกายประสาท และรูปนั้นก็ดับด้วย เหมือนกัน ไม่ว่าจะเป็นของใคร เพราะว่าสภาพธรรมตามความเป็นจริงนั้น ไม่มีตัวตน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล

ถ. พอเข้าใจแล้ว ที่ผมถามนี้ไปโยงกับเรื่องเวทนาของตัวเองกับเวทนาของคนอื่น เราจะไปรู้เวทนาของผู้อื่นได้อย่างไร นี่เป็นปัญหาที่ผมถาม



ส. ก่อนเจริญสติปัฏฐาน เคยคิดถึงใจเขาใจเรา ออกเขาออกเราบ้างหรือเปล่า หรือมีแต่ใจเราคนเดียว มีแต่ความรู้สึกของเราคนเดียว ความรู้สึกของคนอื่นไม่มี เป็นก้อนอิฐ เป็นหิน เป็นไม้

ถ. ถึงจะคิดอย่างไร ความรู้สึกก็ไม่ใช่ความรู้สึกที่แท้จริง ความรู้สึกที่เกิดกับเขา เราไม่รู้ว่ที่แท้จริงเป็นอย่างไร

ส. ก่อนสติปัฏฐานเกิด มีคนอื่นไหม

ถ. มี

ส. มีใจคนอื่นไหม

ถ. มี

ส. มีความรู้สึกคนอื่นไหม

ถ. มี

ส. เพราะฉะนั้น เมื่อสติปัฏฐานเกิดก็จะได้ว่า ไม่มีทั้งนั้น ไม่มีคนอื่นเลย มีแต่ลักษณะของความรู้สึกของตนเองที่กำลังคิดเรื่องของคนอื่น ถ้ายังไม่สามารถแยก ความคิดออกจากปรมัตถธรรม เจริญสติปัฏฐานไม่ได้

ถ. หมายความว่า ที่เราถือว่เป็นเวทนาของผู้อื่นนั้น ความจริงไม่ใช่อะไรของใครทั้งนั้น เป็นแต่ธรรมที่เกิดขึ้น

ส. เป็นเรื่อง เป็นความคิดเรื่องความรู้สึกของคนอื่น สำหรับผู้ที่ไม่มีเจโตปริยญาณ

ถ. ขอให้อธิบายคำว่า ไหว ตึง เป็นอย่างไร

ส. ไม่เคยรู้สึกเลยหรือ

ถ. บอกไม่ถูกว่ ตอนไหนไหว หรือตึง เวลาที่เราปวดเมื่อย ตึง ไข้ไหม

ส. ก็ถูกแล้ว เวลานั้นถ้าสติปัฏฐานเกิดก็จะลึกลงตรงลักษณะที่กำลังตึง กำลังไหว ไม่ใช่ให้ไปทำ ส่วนมากท่านผู้ฟังที่จะไม่เข้าใจเรื่องสติปัฏฐาน เพราะคิดว่ เมื่ออ่านเรื่องสติปัฏฐานแล้ว สติที่เกิดขึ้นจะต้องไปทำอย่างอื่น คิดว่ต้องไปทำอะไร ๆ





ขึ้น ความจริงสติปัฏฐานไม่ใช่ระลึกแล้วทำอย่างอื่น แต่สติระลึกลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏตามปกติ ตามความเป็นจริง เคยตึงแน่นๆ

ถ. ปวดเมื่อยแน่นอน

ส. สติระลึกขณะใด ขณะนั้นก็รู้ลักษณะนั้นว่า เป็นสภาพธรรมอย่างหนึ่ง

ถ. และไหวละ

ส. เคยไหวไหม

ถ. ไหว หมายถึงการโคลงตัวไปมา แกว่งแขน แกว่งอวัยวะอย่างนั้นหรือ

ส. นั้นนึกไหว ลักษณะของธาตุลมจริง ๆ อาจจะยังไม่ละเอียดพอ แต่จะพิจารณาอย่างหยาบ ๆ ไปก่อนก็ได้ กระพริบตาเมื่อกี้ไหวหรือเปล่า

ถ. ไหว

ส. สติปัฏฐานเกิด ระลึกได้ ที่จริงแล้วขณะนั้นธาตุลมเป็นประธาน แต่ไม่ต้องใช้ชื่อเสียงเรียงนามอะไรทั้งสิ้น ไม่จำเป็นต้องอยากรู้ลักษณะของธาตุลม ในขณะที่กำลังกระพริบตา หรืออะไรก็ตามแต่ แต่สิ่งใดก็ตามที่สติเกิดระลึก ลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏแม้เล็กน้อย ขณะนั้นเป็นของจริง แต่ปัญญาในขั้นต้น ยังไม่สามารถรู้ลักษณะที่เป็นนามธรรมแยกขาดจากรูปธรรมได้ สติจะต้องเกิดอีกบ่อย ๆ เอง ๆ ซึ่งใช้คำว่า อนุปัสสนา คือ สติระลึกบ่อย ๆ เอง ๆ นี่เป็นความจริง เพราะว่าสภาพธรรมทุกอย่างดับเร็ว ทันทีที่สติระลึก สิ่งนั้นก็ดับแล้ว แต่ก็ยังมีปัจจัย ทำให้สิ่งนั้นเกิดปรากฏอีก อย่างแข็งก็มีปัจจัยให้ปรากฏอยู่ยังไม่ประจักษ์การดับไป ต่อเมื่อใดปัญญาสมบูรณ์ถึงขั้นประจักษ์แจ้งลักษณะที่เกิดดับ ไม่มีอะไรจะปิดกั้นการประจักษ์แจ้งของปัญญาได้เลย แต่ต้องเกิดจากการที่สติเริ่มระลึกก่อน โดยไม่เลือก โดยไม่เจาะจงว่า จะรู้ลักษณะของรูปใด หรือนามใด





๑๗๔๕

ที่ห้องประชุมตึกสภากาการศึกษามหามกุฏราชวิทยาลัย

วันอาทิตย์ที่ ๒๐ ธันวาคม ๒๕๓๐



ถ. อาการไหว หมายความว่า การเคลื่อนไหวเป็นอาการไหวหรือ

ส. ยังไม่ต้องไประลึกรู้ถึงอาการไหว ถ้าอาการไหวไม่ปรากฏ ถ้าแข็งปรากฏ ไม่ต้องระลึกรู้ถึงอาการไหว ถ้าเย็นปรากฏ ไม่ต้องระลึกรู้ถึงอาการไหว แล้วแต่ว่า ลักษณะใดสติดระลึกรู้ ก็ศึกษาพิจารณาเพื่อรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ

ถ. ที่ผมถามเพราะอยากรู้ว่า ลักษณะอย่างนั้นเป็นอย่างไร เพื่อจะนำไป ประกอบกับเวลาที่พิจารณาเรื่องสติปัฏฐาน

ส. ไม่ต้องแกว่งมือก็มีธาตุลม ถ้าไม่ปรากฏก็ไม่ต้องไปรู้

ถ. ที่ว่าท่านพระสารีบุตรเวลาเดินไป ๑ ก้าว มีความรู้สึกถึง ๖ ขณะ หมายความว่าอย่างไร

ส. ท่านรู้ ก็เป็นเรื่องของท่านรู้ ท่านก็รู้ลักษณะของนามธรรมและรูปธรรม ท่านสามารถรู้ถึงการเกิดขึ้นและดับไปของวิตกเจตสิกบ้าง วิचारเจตสิกบ้าง นามธรรมบ้าง รูปธรรมบ้าง อย่างรวดเร็วเหลือเกิน

ถ. ในขณะก้าวไป ๑ ก้าวนี้หรือ

ส. ท่านจะรู้อะไร ท่านก็รู้ได้อย่างรวดเร็วมาก สงสัยอะไร

ถ. ก็เพราะมีพระ หรือมีสำนัก ที่ท่านเดินยกหนอ ย่างหนอ ก้าวไปช้า ๆ เพื่อให้มีความรู้สึก ๖ ขณะ เหมือนกับท่านพระสารีบุตรอย่างนี้ ผมก็สงสัยว่า ที่ท่านพระสารีบุตรมีความรู้สึกถึง ๖ ขณะนั้น ท่านรู้สึกอย่างไร และที่พยายามทำ เหมือนท่าน จะได้หรือ

ส. ท่านอนาถปิณฑิกะเป็นคฤหบดี ไม่ใช่เป็นบรรพชิต และท่านก็เป็น พระโสดาบัน จะเอาอย่างท่านพระสารีบุตร หรือพระโสดาบันที่เป็นคฤหัสถ์ ในเมื่อ ชีวิตจริง ๆ ของท่านผู้ฟังเป็นเพศไหน



ถ. ไม่ได้พูดถึงขนาดนั้น แต่ที่เขาทำอย่างนี้ ถ้าทำแล้วจะเกิดประโยชน์อะไรขึ้นมา

ส. ท่านผู้ฟังยกตัวอย่างท่านพระสารีบุตร จะเอาอย่างท่าน ไช้ไหม

ถ. ไม่ใช่ แต่ทำไมเขาถึงคิดอย่างนั้น

ส. ท่านผู้ฟังเอง สนใจอะไร จะอบรมเจริญปัญญา หรือจะสะสมความสงสัย ความไม่รู้

ถ. อยากจะทราบว่า ท่านทราบได้อย่างไร ที่เขาปฏิบัติกันนั้นเป็นอย่างไรมันแปลก ๆ อยากรู้ที่ไม่รู้

ส. มิได้ ท่านผู้ฟังจะต้องพิจารณาว่า ท่านผู้ฟังจะอบรมเจริญปัญญา ซึ่งสมบูรณ์พร้อมด้วยเหตุผล และเป็นสภาพธรรมที่ปรากฏให้พิสูจน์ว่าเป็นความจริง ทุกกาลสมัย หรือท่านผู้ฟังจะสะสมความสงสัย ความไม่รู้ไปเรื่อย ๆ

ถ. ก็ไม่อยากจะสะสม จึงได้ถามอาจารย์

ส. เมื่อไม่อยากจะสะสม ก็ต้องฟังเรื่องของข้อปฏิบัติที่ทำให้ปัญญาเกิด เพราะทราบแล้วว่าปัญญาต้องรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏตามปกติ ซึ่งกำลังเกิดดับอย่างรวดเร็ว สงสัยว่า เดี๋ยวอย่างนั้นแล้วเกิดปัญญาอย่างไร ไช้ไหม

ถ. ก็ไม่เกิดอะไร

ส. ไม่เกิด ก็ไม่ต้องปฏิบัติ

ถ. อย่างอานาปานสติ จะเอามาเป็นอารมณ์ของวิปัสสนา จะมนสิการ หรือจะคิดอย่างไร

ส. คำถามนี้ คือ เมื่อสติเกิดก็จะทำอย่างอื่น คือ จะปฏิบัติอย่างไร ไม่ใช่เป็นการระลึกลักษณะของรูป หรือลักษณะของนามที่เกิดเพราะเหตุปัจจัย และพิจารณาเพื่อจะรู้ว่า ลักษณะนั้นเป็นนามธรรมหรือเป็นรูปธรรม

นี่คือความต่างกัน ถ้ายังเข้าใจว่า สติเกิดแล้วจะทำอย่างอื่น เช่น จะต้องทำอานาปานสติ หรืออะไร ๆ อย่างนั้น ขณะนั้นไม่ใช่สติปฏิฐาน



ถ้าเป็นสติปัฏฐานเกิด คือ ระลึกตรองลมหายใจ และพิจารณาลักษณะที่กำลังปรากฏซึ่งเป็นรูปธรรม หรือลักษณะของสภาพรู้ซึ่งเป็นนามธรรม นั่นคือสติปัฏฐาน แต่ไม่ใช่ให้ไปทำอะไรอย่างอื่น ซึ่งส่วนมากมักจะคิดว่าต้องทำอย่างอื่นขึ้นมา ใช้ไหม

ถ. อย่างลมหายใจ ก็ไม่ต้องไปทำ

ส. ไม่ต้องไปทำ มีเหตุปัจจัยก็เกิด สติปัฏฐานเกิดคืออย่างไร ระลึกที่ไหน ถ้าเป็นลมหายใจ ไม่ใช่สั่งให้ไประลึกที่ลมหายใจ นี่ผิด ไม่ใช่สติปัฏฐาน ถ้ามีใครสั่งให้ระลึกที่ลมหายใจ นั่นไม่ใช่สติปัฏฐาน เพราะว่าพยายามด้วยความเป็นตัวตน ไม่ได้มีความรู้ ว่า ลมหายใจที่เกิดก็ดับ เป็นสภาพธรรมที่เกิดเพราะเหตุปัจจัย ไม่ใช่ต้องไประลึกที่ลมหายใจ ไม่ใช่บังคับให้ไปที่นั่น และไม่มีวิธีว่าต้องทำอย่างนั้น ๆ ถ้าเป็นวิธีอย่างนั้น ๆ ไม่ใช่สติปัฏฐาน เพราะว่าสติปัฏฐานระลึกตรองรูปลมที่ปรากฏ และศึกษาพิจารณารู้ว่าเป็นรูปธรรม เพราะไม่ใช่สภาพรู้

ถ. เวลาเราหายใจออก พอสุดแล้วก็ป็นหายใจออกดับ เวลาหายใจเข้า สุดแล้วก็ป็นหายใจเข้าดับ

ส. เวลาเจริญสติปัฏฐานจริง ๆ ไม่มีการจำกัดว่าจะหายใจออกหรือจะหายใจเข้า เพราะว่าสติจะระลึกลักษณะของลมขณะไหนได้ทุกขณะ ถ้าสติปัฏฐานไม่ระลึก ก็ไม่ต้องไปสนใจทำอะไรขึ้นมา ถ้าสนใจจะทำอะไรขึ้น นั่นไม่ใช่สติปัฏฐาน

ขณะนี้กำลังยืนอย่างนี้ ลมหายใจก็มี ผม ขน เล็บ ฟัน หนังก็มี ธาตุอ่อน แข็ง เย็น ร้อนก็มี เพราะฉะนั้น แล้วแต่ว่าสติปัฏฐานจะเกิดระลึกลักษณะของรูปอะไร ไม่ใช่ให้ทำ ต้องเข้าใจให้ถูกว่า ไม่ใช่ทำ

ถ. อย่างลมหายใจนี้เราก็ไม่ได้ทำ ถ้าเรารู้สึกว่าลมหายใจมันออกมา จนสุดแล้ว ก็ถือว่ามันดับ

ส. ยังถือไม่ได้ ไม่ได้รู้ว่าเป็นรูปนาม ตราบใดที่ยังไม่ประจักษ์แจ้งลักษณะของนามธรรมและรูปธรรมโดยแยกขาดจากกันที่เป็นนามรูปปริจเฉทญาณ และวิปัสสนาญาณขั้นอื่น ๆ ยังไม่เกิด จะประจักษ์การเกิดขึ้นและดับไปของนามธรรมและรูปธรรมไม่ได้



คำว่า ประจักษ์ หมายความว่าถึงปัญญา ขณะนี้เสียงดับไป ทุกคนรู้ว่าเสียงดับ เป็นปัญญาหรือเปล่า เห็น ไม่ใช่ได้ยิน ทุกคนก็รู้โดยการฟังว่า เห็นก็ดับ และได้ยิน ในขณะนี้ก็ดับจึงเห็นอีก ไม่ใช่เห็นเกิดสืบต่อไปเรื่อย ๆ แต่มีได้ยินเกิดสลับ และมี จิตอื่นเกิดสลับ ขณะนั้นเป็นปัญญาหรือยัง ถ้าไม่เป็น จะใช้คำว่า ประจักษ์ ไม่ได้ เพราะว่าประจักษ์หมายความว่าถึงปัญญาที่รู้ชัด

ลักษณะของสภาพธรรมนั้นเป็นอย่างนั้นอยู่แล้ว แต่ยังไม่ได้อบรมเจริญปัญญา ที่จะประจักษ์ในสภาพที่ไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ต่อเมื่อใดปัญญาเจริญขึ้น รู้ชัดในลักษณะของสภาพธรรม สภาพธรรมปรากฏตามความเป็นจริง ปัญญาขั้นนั้น จึงประจักษ์ เพราะว่าสภาพธรรมปรากฏแก่ปัญญาที่อบรมเจริญแล้ว

เรื่องการปฏิบัติธรรมเป็นเรื่องละเอียด เป็นเรื่องที่จะต้องฟังจริง ๆ และเข้าใจ จริง ๆ ไม่ว่าจะเป็นเรื่องของสมถภาวนาหรือวิปัสสนาภาวนา และไม่สับสนปะปนกัน เรื่องของมิจฉาสมาธิ เรื่องของสัมมาสมาธิ เรื่องของสมถภาวนาต่างกับ วิปัสสนาภาวนาอย่างไร ในชีวิตประจำวันซึ่งเป็นการอบรมเจริญกุศลทุกประการ ก็เป็นทั้งสมถะและวิปัสสนาด้วย ถ้าสติปัฏฐานเกิดระลึกลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ

สำหรับความสัมพันธ์กันของทั้ง ๓ ปิฎก จะเห็นได้ว่า เพื่อให้ปัญญาอบรม รู้สภาพธรรมตามเพศของคฤหัสถ์และบรรพชิต ซึ่งบางท่านสับสน เป็นคฤหัสถ์แต่อยากจะทำ คือ อยากจะปฏิบัติธรรมยิ่งกว่าเพศบรรพชิต เพราะฉะนั้น ไม่สามารถ บรรลุผลได้ หรือเป็นบรรพชิตที่ยังมีการประพฤติดอย่างคฤหัสถ์ ก็ไม่สามารถบรรลุผล ที่ประสงค์ได้ เพราะชีวิตของบรรพชิตกับชีวิตของคฤหัสถ์ต่างกันมาก ผู้ที่อบรม เจริญสติปัฏฐานเป็นผู้ที่ตรงตามความเป็นจริงว่า ถ้าเป็นคฤหัสถ์ก็อบรมเจริญปัญญา ในเพศของคฤหัสถ์ ไม่ใช่ไปทำอย่างบรรพชิต คือ ต้องไปสู่สถานที่หนึ่งที่ใด และไม่ทำ กิจการงานใด ๆ เพราะแม้บรรพชิตท่านก็ยังมียกิจที่จะต้องกระทำตามเพศของบรรพชิต แต่ต้องเข้าใจว่า ก่อนที่สติปัฏฐานจะเกิด เพราะเคยยึด เคยคิดว่าเป็นเรา



เพราะฉะนั้น ทุกบรรพของสติปัฏฐาน เพื่อให้พิจารณาลักษณะของรูปและนามที่ปรากฏ

ขอเรียนถามท่านผู้ฟังที่ยังอาจจะไม่แจ่มแจ้ง หรืออาจจะสงสัยไม่แน่ใจ เช่นถามว่า เจริญสติปัฏฐานเพื่ออะไร ซึ่งได้กล่าวไปแล้ว ขอกล่าวทบทวนอีกครั้งหนึ่งก็อาจจะทำให้เพิ่มความแจ่มแจ้งขึ้นได้

เจริญสติปัฏฐานเพื่ออะไร

การกระทำทุกอย่างต้องมีจุดประสงค์ ถ้าไม่รู้จุดประสงค์ไม่สามารถบรรลุความสำเร็จได้ เพราะฉะนั้น ท่านที่จะเจริญสติปัฏฐาน จะเจริญสติปัฏฐานเพื่ออะไร

คำตอบเปลี่ยนได้ แต่ต้องถูก จะตอบอย่างไรก็ได้

ถ. เพื่อรู้สภาพธรรมทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ

ส. ตอบอย่างนี้ก็ได้ จะตอบอย่างอื่นอีกได้ไหม เรื่องเดียวกันสัมพันธ์กันทั้งหมด แล้วแต่ว่าจะตอบแ่งไหน ถ้าจะตอบว่าเพื่อละความไม่รู้ ได้ไหม ก็ได้อีก ละความไม่รู้อะไร ไม่รู้ลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏในขณะนี้

เพราะฉะนั้น ต้องเป็นผู้ที่รู้จักตัวเองตามความเป็นจริงว่า ไม่รู้ลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏในขณะนี้แค่ไหน แต่ก็ยังไม่รู้เลยว่า เป็นนามธรรมและรูปธรรมอย่างไร หรือว่าแค่นี้ยังไม่ประจักษ์การเกิดขึ้นและดับไปของนามธรรมและรูปธรรม

วิปัสสนาญาณทุกวิปัสสนาญาณประจักษ์แจ้งอะไร

คำตอบจะเหมือนเดิมไหม

ประจักษ์ลักษณะของนามธรรมและรูปธรรม จะประจักษ์อย่างอื่นนอกจากลักษณะของนามธรรมและรูปธรรมได้ไหม

ชีวิตตามความเป็นจริงในวันหนึ่ง ๆ ของผู้ที่เจริญสติปัฏฐาน จะเห็นความสัมพันธ์กันของสภาพปรมัตถธรรมที่ปรากฏกับความคิดนึก และการเจริญสติปัฏฐาน เพราะว่าสติปัฏฐานจะเกิดสลับกับปรมัตถธรรมที่ปรากฏ

ขณะนี้ทางตาเป็นสิ่งที่จริง กำลังเห็น สติปัฏฐานเกิดสลับกับปรมัตถธรรมที่ปรากฏ เพราะว่าสติปัฏฐานจะระลึกลักษณะของธาตุรู้ที่กำลังเห็นในขณะนี้ หรือว่า



ระลึกศึกษาลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏทางตาจนรู้ชัด ละคลายการยึดถือสิ่งที่เคยยึดถือว่าเป็นคน เป็นสัตว์ เป็นวัตถุ เป็นผี เป็นน้อง เป็นเพื่อน เป็นบุคคลต่าง ๆ โดยการเรียนรู้ว่า คตินี้เกิดสืบต่อจากทางตา

นี่คือการที่สติปัฏฐานเกิดสลับกับปรมัตถธรรมที่ปรากฏในวันหนึ่ง ๆ เพราะว่า มีสภาพปรมัตถธรรมปรากฏให้ศึกษา เพราะฉะนั้น สติปัฏฐานก็ศึกษาโดยระลึกลักษณะของปรมัตถธรรมที่ปรากฏ สติปัฏฐานจึงเกิดสลับกับปรมัตถธรรมที่ปรากฏทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ซึ่งผลก็คือว่า เมื่อปัญญาเจริญขึ้น ก็จะรู้ลักษณะของสภาพธรรมตามความเป็นจริง และปัญญาจะค่อย ๆ ไน้มไปสู่การละคลายการยึดถือสภาพธรรม เช่น ถ้าสิ่งที่ปรากฏทางตาเป็นเพียงสิ่งที่ปรากฏทางตาเท่านั้น ไม่ใช่ใครเลยทั้งสิ้น จะรักจะชังสิ่งที่ปรากฏทางตาและกีดดับไปอย่างนั้นหรือ

แสดงให้เห็นว่า ปัญญาที่จะเจริญจากการเป็นปุถุชนจนกระทั่งถึงความเป็นพระอรหันต์ดับกิเลสได้ก็คือการรู้สัจจธรรม ของจริงที่กำลังปรากฏทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ โดยแยกออกได้ว่า สิ่งที่กำลังปรากฏทางตาเป็นอย่างไร และหลังจากนั้นคตินี้เรื่องสิ่งที่ปรากฏทางตาเป็นรูปร่างสัญญาณอย่างไร เพราะฉะนั้น วันหนึ่ง ๆ จะอยู่กับความคิดเรื่องของสิ่งที่ปรากฏทางตา ซึ่งทั้งหมดเป็นเพียงชั่วขณะเดียวที่เกิดและดับไป

ถ. การเจริญสติปัฏฐานเท่าที่ได้ฟังได้ศึกษามาน่า ต้องมีปัจจุบันอารมณ์ คือ ต้องมีอารมณ์ปัจจุบัน เพื่อระลึกถึงปรมัตถธรรมที่ปรากฏในขณะนั้น ในการสนทนาธรรมเมื่อวันเสาร์ก่อน มีผู้หนึ่งบอกว่า ได้ค้นคว้าในพระไตรปิฎกแล้วว่าการเจริญสติปัฏฐาน ใครนะเป็นคนพูดว่าต้องมีปัจจุบันเป็นอารมณ์ เพราะในพระไตรปิฎกก็ไม่ได้บอกว่าต้องมีปัจจุบันเป็นอารมณ์ อติตักได้ อนาคตกได้ มีตั้ง ๗ อารมณ์ มีหลักฐานอย่างไรที่แสดงให้เห็นว่า อารมณ์ปัจจุบันนั้นถูกต้อง

สุ. ก่อนอื่นต้องเข้าใจว่า ปัญญาที่จะประจักษ์แจ้งทุกขอริยสัจจนั้น คือรู้อะไร เพราะว่าอริยสัจจธรรมมี ๔ อริยสัจที่ ๑ คือ ทุกขอริยสัจ ได้แก่



การเกิดดับของสภาพธรรมตามปกติที่กำลังเกิดดับในขณะนี้ ถ้ายังไม่ประจักษ์แจ้ง การเกิดขึ้นและดับไปของสภาพธรรมที่กำลังเกิดดับในขณะนี้ จะชื่อว่า รู้ทุกขอริยสัจไม่ได้ เพราะฉะนั้น ในขณะนี้ ทางตาเกิดแล้วก็ดับไปอย่างรวดเร็ว ถ้าสติปัฏฐานไม่เกิด ไม่ศึกษา ไม่พิจารณารู้ลักษณะของนามธรรมและรูปธรรมที่กำลังปรากฏ ย่อมไม่สามารถประจักษ์การเกิดดับของสภาพธรรมได้ จึงไม่ประจักษ์แจ้ง ลักษณะของทุกขอริยสัจ

ถ. ที่อาจารย์ตอบมาก็เป็นเหตุผล ผมเองได้ตอบไปด้วยเหตุผลอีกอันหนึ่ง ว่า ถ้ายังนำอดีตมาเป็นอารมณ์ เอาอนาคตมาเป็นอารมณ์ หรือเอาอารมณ์ทั้ง ๗ ที่ เขาไปค้นคว้ามาอย่างไรก็แล้วแต่ จะเป็นอารมณ์อดีต หรือเป็นอารมณ์อนาคต ถ้ามาสู่ปัจจุบันในขณะนั้นแล้ว จะไม่มีเรื่องราว จะไม่มีสัตว์ จะไม่มีบุคคล ถ้ายังเป็นสัตว์ เป็นบุคคล เป็นเรื่องราวอยู่ จะตัดวิภวูจะได้อย่างไร ขณะนั้นจิตก็ยังเป็นจิตที่ปรุงแต่งเป็นเรื่องราวอยู่ ไม่มีทางที่จะรู้แจ้งอริยสัจธรรมได้ คำตอบของผมที่ตอบไป จะเป็นเหตุผลใหม่

ส. ไม่ทราบว่าจะเจริญปัญญาหรือเจริญสติปัฏฐานเพื่ออะไร

ถ. เพื่อตัดวิภวูจะ

ส. ถ้ายังไม่รู้จุดประสงค์ของการเจริญสติปัฏฐาน จะเจริญสติปัฏฐานทำไม หรือจะเจริญสติปัฏฐานเพื่ออะไร เพราะฉะนั้น การศึกษาพระอภิธรรม หรือการฟังพระธรรม จะต้องรู้ว่า จุดประสงค์คือเพื่ออะไร







๑๗๔๖

ที่ห้องประชุมตึกสภากาการศึกษามหาวิทยาลัย

วันอาทิตย์ที่ ๒๗ ธันวาคม ๒๕๓๐



การฟังพระธรรม เพื่อให้เข้าใจลักษณะของสภาพธรรมที่มีจริงที่กำลังปรากฏ  
 ในขณะนี้ และที่ชื่อว่าอภิธรรม ก็เพราะเป็นธรรมส่วนละเอียดที่จะทำให้เห็นจริงว่า  
 สภาพธรรมเหล่านี้ไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ซึ่งก่อนฟังพระธรรมก็ยึดถือ  
 สภาพธรรมทั้งหมดว่าเป็นเรา เป็นตัวตนที่กำลังเห็นก็เป็นเราเห็น กำลังได้ยิน  
 ก็เป็นเราได้ยิน กำลังคิดนึกก็เป็นเราคิดนึก กำลังเป็นสุขเป็นทุกข์ก็เป็นเรา  
 นี่เป็นความเห็นผิด จึงศึกษาพระธรรมส่วนละเอียดที่เป็นพระอภิธรรมเพื่อให้เข้าใจ  
 จริง ๆ ว่า ไม่มีลักษณะเดียวที่เป็นตัวตน เป็นแต่เพียงสภาพธรรมที่เกิดขึ้นเพราะ  
 เหตุปัจจัย

นี่คือขั้นฟัง ขั้นศึกษาให้เข้าใจจริง ๆ แต่ไม่ใช่ขั้นประจักษ์แจ้ง

สำหรับการประจักษ์แจ้ง เป็นปัญญาที่ไม่ใช่เพียงขั้นการฟัง แต่เป็นปัญญาที่  
 เจริญขึ้นจนสามารถแทงตลอดลักษณะเกิดดับของสภาพธรรมในขณะนี้ได้ ซึ่งจะต้อง  
 อาศัยสติปัฏฐานที่เกิดขึ้นเพราะอาศัยการฟังและเข้าใจจุดประสงค์ของการศึกษา  
 พระธรรมว่า ศึกษาเพื่อประจักษ์แจ้งลักษณะของสภาพธรรม

เมื่อเข้าใจอย่างนี้สติปัฏฐานจึงจะเกิดได้ มิฉะนั้นแล้วสติปัฏฐานก็เกิดไม่ได้  
 ถ้าไม่เข้าใจจุดประสงค์ของการศึกษาและจุดประสงค์ของสติปัฏฐาน ด้วยเหตุนี้  
 สติปัฏฐานจึงเป็นขณะที่สติเกิดระลึกได้ตามที่ได้ยินได้ฟัง โดยระลึกตรงลักษณะของ  
 สภาพที่กำลังเป็นนามธรรมชนิดหนึ่งชนิดใด หรือรูปธรรมชนิดหนึ่งชนิดใด

จะตรงไหมกับการศึกษา ถ้าเป็นโดยลักษณะนี้

มิฉะนั้นแล้วการศึกษาเรื่องของสภาพธรรมทั้งหมดจะมีประโยชน์อะไร  
 ศึกษาเรื่องจิตจะมีประโยชน์อะไรถ้าไม่รู้ลักษณะของจิต ศึกษาเรื่องรูปจะมีประโยชน์



อะไรถ้าจะไม่รู้ลักษณะของรูป การศึกษาทั้งหมดก็จะเป็นประโยชน์เกื้อกูลในการที่จะประจักษ์ลักษณะของสภาพธรรม

ในขณะนี้ที่ทุกท่านกำลังฟังเรื่องของสภาพธรรม ก็เพื่อเป็นปัจจัยให้สติปัญญาเกิดระลึกถึงลักษณะของของนามธรรมและรูปธรรมที่กำลังปรากฏ จนกว่าปัญญาจะรู้ชัดประจักษ์แจ้งได้ในสภาพธรรมที่กำลังเกิดดับในขณะนี้ นี่คือจุดประสงค์ของการศึกษา

หรือจะมีท่านผู้ใดศึกษาโดยที่ไม่มีจุดประสงค์ คือ ศึกษาไปเฉย ๆ เรื่อย ๆ เพื่อเป็นความรอบรู้เท่านั้น หรือศึกษาเพื่อที่จะได้พิจารณาลักษณะของสภาพธรรมตรงตามที่ได้ยินได้ฟัง แม้ในขณะนี้เองถ้าจะพูดเรื่องจิต แต่ละท่านก็เข้าใจความหมายลักษณะ อรรถของจิตว่า คือ สภาพที่รู้อารมณ์ที่กำลังปรากฏ เพื่อจะได้รู้ว่าขณะนี้ที่กำลังเห็นเป็นจิต นี่คือจุดประสงค์ของการศึกษา จนกว่าจะประจักษ์แจ้งว่าขณะที่กำลังเห็นก็ไม่เที่ยง เกิดขึ้นและดับไป

ถ. การศึกษาก็เพื่อรู้แล้วละ รู้แล้วพยายามละให้ได้ เมื่อกี้ท่านที่มาถามว่าเวลาไปเจริญสติปัฏฐาน ใช้อารมณ์ปัจจุบัน อนาคต อดีตก็ได้ ใช่ไหม ซึ่งคำตอบก็คล้าย ๆ กับว่า ต้องเป็นปัจจุบัน ผมมีความเห็นว่า เวลาเราไปเจริญสติปัฏฐานตัวอารมณ์คือนามรูปนั้นไม่เปลี่ยนแปลงแน่ เวลาไปเจริญสติปัฏฐานต้องมีทั้งอดีตและอนาคต คือ มีนามรูปที่เป็นอดีตและอนาคตเป็นอารมณ์ของการเจริญสติปัฏฐานก่อน และเรามีหน้าที่พยายามจับอารมณ์ที่เป็นปัจจุบันให้ได้ ต้องจับให้ได้

ถ้าถามถึงตัวอารมณ์ ตัวอารมณ์คือนามรูปแน่นอน เวลาที่เราเจริญสติปัฏฐานเราไม่เห็นอารมณ์ปัจจุบันแน่นอน อยู่ ๆ จะเอาอารมณ์ปัจจุบันมาเจริญได้ก็ดี แต่อารมณ์คือนามรูปทั้งอดีตและอนาคตมันมั่วกันอยู่เป็นอารมณ์ของสติปัฏฐานซึ่งขณะที่เราเจริญไปนั้น เรามีหน้าที่พยายามให้เป็นปัจจุบันเท่านั้น

ถ้าจะบอกว่าเวลาเราไปเจริญสติปัฏฐานต้องปัจจุบันเท่านั้น ผมว่าไม่ถูก เพราะอยู่ ๆ จะเป็นปัจจุบันได้อย่างไร เราก็ต้องเอาทั้งอดีตและอนาคตเป็นอารมณ์ก่อน และเราก็เจริญให้เป็นปัจจุบัน ถอยมาเป็นปัจจุบันให้ได้



นี่เป็นการแสดงความคิดเห็น แต่การแสดงความคิดเห็นอีกอย่างหนึ่งซึ่งน่าจะเป็นคำถามได้ คือ สมมติว่าผมกำลังนึกถึงบัญญัติ ผมอยากทราบว่าบัญญัตินั้นเป็นปัจจุบันอารมณ์ได้หรือไม่

ส. เวลาที่รู้สึก ว่า เรื่องของการเจริญสติปัฏฐานที่กำลังสนทนากันอยู่ในขณะนี้ไม่ได้เป็นไปตามลำดับ เพราะฉะนั้น เราควรจะพิจารณาเป็นลำดับดีไหม คือ ก่อนอื่นที่กล่าวเมื่อที่ว่า เวลาจะไปเจริญสติปัฏฐาน ควรพิจารณาว่าถูกหรือผิด ถ้าถูกต้องถูกต้องตั้งแต่ต้น ถ้าผิดก็ต้องผิดตั้งแต่ต้น เพราะฉะนั้น ขอทราบความเห็น ที่กล่าวว่า เวลาจะไปเจริญสติปัฏฐาน ถูกหรือผิด

ถ. คงเป็นเรื่องของคำพูดมากกว่า เวลาจะไปเจริญสติปัฏฐาน ทำไมต้องกำลังจะไป ความจริงก็เจริญได้ทุกขณะ

ส. เพราะฉะนั้น ที่กล่าวว่า เวลาจะไปเจริญสติปัฏฐาน ไม่ถูก ใช่ไหม

ถ. ประเด็นนั้นผมยอมรับ สมมติว่าเราเจริญสติปัฏฐานในตอนนั้น เช่น ผมกำลังพูด ผมได้ยินเสียงผมพูด เสียงเป็นรูป ตัวรู้ก็เป็นนาม เจตนาที่จะพูดก็เป็นนาม พูดออกไปแล้วก็ยังเป็นรูป จะเป็นอารมณ์ปัจจุบันได้อย่างไร แต่ผมก็รู้ว่า ผมกำลังพิจารณารูปนั้นแหละ คงจะเป็นทั้งอดีตและปัจจุบัน

ส. เรายังไม่ไปไกลถึงขั้นนั้น ขอความกรุณาพิจารณาไปตามลำดับ คือ ถ้ากล่าวว่า จะไปเจริญสติปัฏฐาน ไม่ถูก เพราะวาสติเป็นอนัตตา เช่นเดียวกับได้ยิน ได้ยินจะเกิดเมื่อไรไม่มีใครรู้ อันใด สติปัฏฐานจะเกิดเมื่อไรก็มีเหตุปัจจัยที่สติปัฏฐานจะเกิดเมื่อนั้น โดยไม่ใช่ต้องไปเจริญสติปัฏฐาน นี่ถูกต้อง ใช่ไหม ที่ว่าสติปัฏฐานจะเกิดในขณะไหนก็แล้วแต่เหตุปัจจัย

และเมื่อสติปัฏฐานเกิด มีอะไรเป็นอารมณ์ นี่สำคัญที่สุด เพราะว่าปัญญาต้องรู้ลักษณะของสภาพธรรมตามความเป็นจริง ยังไม่ต้องพูดถึงอดีต ปัจจุบัน อนาคต เพียงแต่ว่าเวลาที่สติปัฏฐานเกิด สติปัฏฐานมีอะไรเป็นอารมณ์ จะได้ทราบว่า ขณะใดเป็นความเห็นถูก ขณะใดเป็นความเห็นผิด

มีท่านผู้ใดจะให้ข้อคิดเห็นบ้างไหมในเรื่องนี้



ถ. ก็คงจะมีนามรูปเป็นอารมณ์  
 ส. คงจะ หรือว่ามีนามรูปเป็นอารมณ์  
 ถ. ถ้าจะตอบให้ชัด ก็ต้องมีนามรูปเป็นอารมณ์เท่านั้น  
 ส. มีนามธรรมหรือรูปธรรมเป็นอารมณ์ ทำไมต้องมีนามธรรมและรูปธรรมเป็นอารมณ์ เพราะอะไร

ถ. เพราะเป็นปรมาตมที่มีจริง  
 ส. เป็นสิ่งที่มีจริง ๆ ที่เคยยึดถือว่าเป็นตัวตน เป็นสัตว์ เป็นบุคคล  
 ถ. นอกนั้นไม่มี  
 ส. เพราะฉะนั้น ถึงแม้จะได้ยินได้ฟังเรื่องนามธรรมมานานหรือรูปธรรมมานาน เป็นเรื่องของนามธรรมและรูปธรรมทั้งนั้น จนกว่าสติปัญญาจะเกิดระลึกตรงลักษณะของนามธรรม แต่ความรู้ก็ยังไม่ได้เจริญพอที่จะรู้ว่าเป็นนามธรรมถูกไหม

ถ. ถ้าจะรู้ว่าเป็นนามธรรม ต้องเป็นปัจจุบัน  
 ส. เพียงแต่สติเกิดครั้งเดียวจะทำให้รู้ว่าคุณลักษณะนั้นเป็นสภาพรู้ เป็นธาตุรู้ เป็นอาการรู้ ไม่ใช่ตัวตน เป็นสิ่งที่เป็นไปไม่ได้เลย ต้องอาศัยสติเกิดระลึกรู้ลักษณะของสภาพนามธรรมเนื่อง ๆ บ่อย ๆ เช่น ขณะนี้ ไม่ต้องเป็นขณะอื่นเลย ในขณะนี้ ปัญญาชัดหรือยังว่าขณะที่กำลังเห็นเป็นสภาพรู้ เป็นธาตุรู้ ขณะที่กำลังได้ยินเป็นสภาพรู้ เป็นธาตุรู้ ทั้ง ๆ ที่เวลาศึกษาก็ทราบว่าเป็นวิถิจิตทางจักขุทวาร ได้แก่ ปัญจวาราวชชนจิต จักขุวิญญาณ สัมปฏิจฉนจิต สันตிரณจิต โวภูัพพนจิต ชวนจิต ตทาลัมพนจิต ล้วนแล้วแต่เป็นจิตที่กำลังมีสิ่งที่ปรากฏทางตาเป็นอารมณ์ฉันใด ทางหู วิถิจิตต่าง ๆ ก็มีเสียงเป็นอารมณ์ฉันนั้น

เพราะฉะนั้น เมื่อยังไม่ประจักษ์แจ้ง และการที่จะประจักษ์ได้ ก็โดยการที่สติระลึกตรงลักษณะนั้นและพิจารณาน้อมไปรู้ว่าคุณลักษณะนั้นที่เป็นสภาพรู้ คือ อาการรู้ นี่คือสติปัญญาที่ระลึกลักษณะของนามธรรม จนกว่าลักษณะของนามธรรมจะปรากฏ โดยสภาพที่ไม่ใช่เรา ไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ฉันใด



รูปแต่ละรูปที่กำลังปรากฏ ไม่ว่าจะเป็นทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ก็ฉันนั้น

นี่คือการอบรมเจริญสติปัฏฐาน เพราะฉะนั้น สติปัฏฐานต้องมีนามธรรมหรือ รูปธรรมเป็นอารมณ์ จนกว่าจะประจักษ์ชัดในลักษณะของนามธรรมและรูปธรรม

ถ. อาจารย์กำลังพูดถึงตัวอารมณ์ คือ ขณะที่ผัสสะระลึกเราก็มียามรูปเป็นอารมณ์ แต่เรายังหาปัจจุบันไม่ได้ เพราะถ้าพูดถึงอารมณ์ บอกว่านามรูปเป็นทั้งปัจจุบัน อนาคตที่เรานึกถึงมัน แต่ยังไม่เป็นปัจจุบัน

ส. ไม่ใช่ึก การเจริญสติปัฏฐานไม่ใช่ึก แต่มีลักษณะของปรมาัตถธรรม กำลังปรากฏให้พิจารณา เช่น แข็ง ไม่ใช่ไปนึกถึงความแข็ง แต่มีลักษณะที่แข็งกำลังปรากฏให้พิจารณาว่า ไม่ใช่สิ่งหนึ่งสิ่งใดเลย นอกจากรูปแข็ง และเมื่อปัญญา สมบูรณ์ขึ้น จะประจักษ์การเกิดขึ้นและดับไปของรูป ของนาม ตามความสมบูรณ์ของปัญญา ซึ่งเป็นวิปัสสนาญาณแต่ละขั้น

ถ. เราต้องพยายามจับเป็นปัจจุบันอารมณ์ เพื่อที่จะเป็นปรมาัตถธรรม

ส. ไม่ใช่พยายามจับ ต้องพยายามฟังให้ละเอียด และให้เข้าใจด้วยว่า ไม่ใช่พยายามจับ เมื่อสติเกิด คือ ระลึกรู้ลักษณะของสภาพปรมาัตถธรรมที่กำลังปรากฏ และไม่ใช่ทำอย่างอื่น แต่พิจารณาเพื่อที่จะรู้ว่า ลักษณะรู้คืออย่างนี้ที่กำลังรู้แข็ง ลักษณะที่รู้แข็งเป็นลักษณะของสภาพรู้ชนิดหนึ่ง ลักษณะของสภาพที่กำลังเห็น ทางตาก็เป็นลักษณะรู้ สภาพรู้อย่างหนึ่ง ไม่ใช่ไปพยายามจับปัจจุบัน แต่เป็นการพิจารณา

ถ. ผมพูดถึงความเพียร

ส. ความเพียร คือ เพียรที่จะรู้ลักษณะของรูปธรรม และเพียรที่จะรู้ลักษณะของนามธรรม แต่ไม่ใช่ไปเพียรจับปัจจุบัน

ถ. ผมกำลังได้ยินเสียงอาจารย์พูด ผมก็ทราบว่า เสียงอาจารย์เป็นรูป ตัวรู้ที่รู้เสียงที่เกิดครั้งแรกเป็นนาม ผมอยากทราบว่า ตอนนี้เป็นปัจจุบันแล้ว ใช่ไหม



ส. ปกติก่อนที่จะเจริญสติปัฏฐาน เข้าใจความหมายของปัจจุบันว่าอย่างไร เข้าใจความหมายของอดีตว่าอย่างไร เข้าใจความหมายของอนาคตว่าอย่างไร ก่อนที่จะเจริญสติปัฏฐาน

ถ. ปัจจุบันหมายความว่า สติระลึกได้ว่า รูปเกิดขึ้นและดับไป หรืออย่างไร

ส. ไม่ใช่ ก่อนที่จะเจริญสติปัฏฐาน เข้าใจคำว่าอดีตว่าอย่างไร เข้าใจคำว่าปัจจุบันว่าอย่างไร เข้าใจอนาคตว่าอย่างไร

ถ. อดีต คือ สิ่งที่ผ่านมาไปแล้ว

ส. ผ่านไปแล้ว ไม่ปรากฏแล้ว ไซ้ใหม่ และอนาคต

ถ. ก็ยังไม่เกิดขึ้น

ส. เพราะฉะนั้น ปัจจุบันคืออะไร

ถ. ขณะที่ตั้งอยู่

ส. ปัจจุบัน คือ ขณะที่กำลังปรากฏ เพราะฉะนั้น ขณะนี้กำลังเห็น เป็นปัจจุบัน หรือเป็นอดีต หรือเป็นอนาคต

ถ. ถ้าไม่ใช่การรู้สติปัฏฐาน ก็ไม่ใช่เป็นปัจจุบัน

ส. เมื่อก็บอกแล้วว่า อดีตเป็นสิ่งที่ผ่านไปแล้ว ล่วงไปแล้ว ไม่ปรากฏแล้ว ดับไปแล้ว และอนาคตคือสิ่งที่ยังไม่เกิดขึ้น ยังไม่ปรากฏ เพราะฉะนั้น ในขณะที่กำลังได้ยินเสียงก็ดี กำลังเห็นก็ดี กำลังคิดนึกก็ดี กำลังรู้ว่าเย็นหรือร้อน อ่อนหรือแข็งก็ดี กำลังเป็นสุขหรือเป็นทุกข์ก็ดี ขณะนั้นเป็นอะไร

ถ. พุคโดยทั่ว ๆ ไป ก็เป็นปัจจุบัน

ส. ก็เป็นปัจจุบันที่สติจะต้องระลึกรู้เท่านั้นเอง ก่อนที่จะเจริญสติปัฏฐาน เข้าใจว่าอดีตคืออะไร อนาคตคืออะไร ปัจจุบันคืออะไร เวลาที่สติปัฏฐานเกิด ก็คือเมื่อสิ่งใดกำลังปรากฏ ก็ระลึกรู้ลักษณะนั้น

ถ. สนใจลักษณะของสภาพรู้ อยากจะศึกษาเข้าถึงอรรถ คือ ขณะใดที่อารมณ์ทุก ๆ อารมณ์ปรากฏขึ้น เช่น เสียงก็ดี หรือคิดนึกก็ดี ขณะที่สติเกิดขึ้นระลึกรู้ ศึกษา ขณะนั้นบางครั้งเป็นความคิดเกิดขึ้นว่า อะไรเป็นรูป อะไรเป็นนาม ขณะนั้น



รู้สึกว่าเป็นเรื่องของความคิดซึ่งไม่ใช่สติที่ระลึกรวมสภาวะ แต่บางครั้งสติเกิดขึ้นและ  
น้อมที่จะศึกษาว่า อะไรก็ตามแต่กำลังปรากฏขึ้น ขณะนั้นต้องมีลักษณะของสภาพรู้  
กำลังรู้อยู่ จะเป็นเสียงก็ดี หรือจะเป็นเรื่องราวคิดนึกถึงอะไรก็ตาม จะเป็นลักษณะ  
ของสภาพหนึ่งที่กำลังคิดเรื่องอยู่ ฉะนั้น ลักษณะของสภาพรู้ คือ การรู้เรื่องต่าง ๆ  
ใช่ไหม

ส. ถูกต้อง

ถ. บางครั้งมีความอยากที่จะระลึกรวม เป็นเรื่องคิดถึงนามธรรมก็มี คิดว่า  
ตลอดเวลาจะเป็นสติทุกครั้งก็ไม่ใช่

ส. ไม่มีใครมีสติปฏิฐานอยู่ตลอดเวลาโดยไม่หลงลืมสติ นอกจาก  
พระอรหันต์

ถ. แต่ต้องรู้ว่าขณะใดเป็นสติ ขณะใดเป็นคิดนึก

ส. ขณะที่เป็นสติปฏิฐาน คือ กำลังมีลักษณะของปรมัตถธรรมปรากฏ  
และสติระลึกรวมที่ลักษณะที่เป็นนามธรรมหรือรูปธรรม แม้ปัญญายังไม่รู้ชัดว่า  
ลักษณะนั้นเป็นนามธรรม แต่ขณะนั้นเมื่อนามธรรมกำลังรู้สิ่งใดก็รู้ว่า ลักษณะรู้  
สภาพรู้ นั้นเป็นนามธรรมที่ไม่ใช่ตัวตน เช่น เสียงเมื่อรู้ ถ้าสติปฏิฐานของใครจะเกิด  
จะรู้ได้จริง ๆ ว่า ขณะนั้นเป็นสภาพรู้เสียงยาว ๆ หรือเป็นสภาพที่กำลังรู้เสียงที่เกิด

ลักษณะรู้ หรืออาการรู้ กำลังรู้เสียงนั้น ซึ่งขณะนี้ลักษณะรู้เสียงนั้นดับไปแล้ว  
แต่มีสภาพรู้ทางตา คือ กำลังเห็น

ถ. ถ้ารู้ได้อย่างนั้นก็ไม่ใช่เรา สิ่งนั้นเป็นสภาพอย่างหนึ่งเกิดขึ้นรู้ และ  
หมดหน้าที่ในสภาพนั้นที่เกิดขึ้นรู้อารมณ์เช่นเสียงเมื่อที่ตอนนั้นไม่มีแล้ว

ส. ความเป็นเรานี้ยึดถือนามธรรมและรูปธรรมมานานแสนนาน  
เพราะฉะนั้น การที่สติปฏิฐานเกิดเพียงเล็กน้อย และกำลังศึกษาลักษณะของอาการรู้  
หรือสภาพรู้ ยังดับการยึดถือสภาพธรรมว่าเป็นเราไม่ได้ แต่ขณะนั้นเป็น  
มหากุศลญาณสัมปยุตต์ที่กำลังศึกษา และกำลังเริ่มเข้าใจลักษณะของสภาพรู้



จนกว่าวันหนึ่งจะละการยึดถือสภาพนั้นว่าเป็นตัวตนได้ แต่ต้องอาศัยสติปัญญาที่เกิดขึ้นที่  
ระลึกรู้ลักษณะของนามธรรมและรูปธรรมนั่นเอง

ถ. อีกเรื่องหนึ่ง ขณะนี้เห็นเป็นคน ถ้าสติไม่เกิดระลึกศึกษาลักษณะที่  
ปรากฏทางตา จิตที่คิดนึกถึงรูปร่างสัณฐานก็มีด้วยในขณะนั้น

สุ. แน่นนอน เพราะฉะนั้น จะทิ้งรูปที่ปรากฏทางตาที่เคยเห็นว่าเป็นคน  
ออกไปทันทีเป็นสิ่งที่เป็นไปได้ แต่เพราะอาศัยการฟังแล้วฟังอีกเรื่องของรูปารมณ  
จนกระทั่งเข้าใจเพิ่มขึ้น และสติปัญญาระลึกเพิ่มขึ้น การละคลายการยึดถือสิ่งที่  
ปรากฏทางตาว่าเป็นตัวตนก็จะค่อย ๆ ละคลายไป แต่ไม่ใช่ว่าจะหมดไปทีเดียว

เช่น ทุกท่านลองหลับตา ไม่ทราบว่าจะมีอะไรปรากฏบ้างหรือเปล่า







๑๗๔๗

ที่ห้องประชุมตึกสภากาการศึกษามหาวิทยาลัย

วันอาทิตย์ที่ ๒๗ ธันวาคม ๒๕๓๐



ถ. หลับตา มีสี

ส. สีอะไร

ถ. อาจจะเป็นมืดก็ได้ ที่เราบัญญัติไปว่าเป็นมืด

ส. แล้วแต่ว่าจะอยู่กลางแจ้ง หรือในร่มมากน้อยแค่ไหน แต่ก็มีสีหนึ่งที่  
กำลังปรากฏ ใช่มั้ย

ถ. ใช่

ส. เพราะฉะนั้น นั่นคือรูปารมณฺเณน ซึ่งคนตาบอดไม่เห็น แม้ว่า  
หลับตาแล้วคนที่มีจักขุปสาทก็ยังมีสีปรากฏ และไม่มีการยึดถือสีในขณะที่ปรากฏ  
กลาง ๆ ในขณะทีหลับตาว่าเป็นสิ่งหนึ่งสิ่งใดเลย

ทั้ง ๆ ที่กำลังอยู่ในห้องนี้ มีผู้ฟังมากมายหลายท่าน แต่เวลาหลับตาลง  
มีเพียงสีเดียวที่ปรากฏ ไม่มีรูปร่างสัณฐานปรากฏเลย เพราะฉะนั้น ทั้ง ๆ ที่ยังอยู่  
ในห้องนี้ก็เหมือนไม่มีใครอยู่ในที่นี้เลย เมื่อปรากฏเพียงสีเดียว จันใด เมื่อลืมตาขึ้น  
ทำไมไม่เข้าใจให้ถูกว่า เพียงแต่เปลี่ยนสีเท่านั้นเอง จากสีเดียวก็เพิ่มเป็นหลาย ๆ สี  
แต่ก็ยังคงเป็นสีเท่านั้น

ถ้ารู้อย่างนั้นจริง ๆ จะเข้าใจธรรมชาติของรูปารมณฺเณนว่า เป็นอย่างนั้นจริง ๆ และจะ  
มองเห็นได้ว่า ทำไมถึงช่างไปคิดถึงสีสัณฐานขณะที่เป็นสีต่าง ๆ เปลี่ยนจากสีเดียวเป็น  
หลาย ๆ สี ทำให้เกิดรูปร่างสัณฐาน และยังยึดถือในรูปร่างสัณฐานนั้นว่า เป็นเพื่อน  
เป็นญาติ เป็นสิ่งนั้นสิ่งนี้ ทั้ง ๆ ที่ตามความเป็นจริงก็เปลี่ยนจากสีเดียวเป็นหลายสี  
เพราะฉะนั้น สีก็คือสี ไม่ว่าจะ เป็นสีเดียวหรือหลายสี จันใด ถ้าปัญญาารู้แจ้งจริง ๆ  
พิจารณาบ่อย ๆ จะรู้ชัดว่า สิ่งที่ปรากฏทางตานั่นไม่พ้นจากสี ไม่ว่าจะสีเดียวหรือ  
หลายสี ก็คือสิ่งที่ปรากฏทางตาเท่านั้น



การฟังเรื่องของรูปารมณบ่อ ย่อย ๆ อย่างนี้ จะเป็นปัจจัยทำให้สติปัฏฐานระลึกตามปกติในขณะที่เราเห็น เพราะฉะนั้น การที่จะละคลายการยึดถือสภาพธรรมว่าเป็นสัตว์ เป็นบุคคล เป็นตัวตน ต้องเป็นปัญญาที่พิจารณาลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏตามปกติในชีวิตประจำวัน อาจหาญว่าเรารู้ความจริง เพราะว่าผู้ที่ประจักษ์ความจริงก็เข้าใจว่า เป็นแต่เพียงสิ่งที่ปรากฏทางตา ไม่ว่าจะเป็นที่ระลึกตามจนกว่าจะถ่ายถอนการยึดถือรูปารมณว่าเป็นสัตว์ เป็นบุคคล เป็นตัวตนได้

นี่คือการที่สติปัฏฐานจะค่อย ๆ เกิดระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏในชีวิตประจำวัน ไม่ใช่จะไปที่หนึ่งทีใด ไปรู้อะไรก็ไม่ทราบ และกลับมาก็เจริญสติปัฏฐานไม่ได้ แม้แต่สิ่งที่กำลังปรากฏทางตาก็คงไม่เคยละคลายว่า แท้ที่จริงแล้วก็คือสีต่าง ๆ ขอให้ทราบความจริงว่า คือ สีต่าง ๆ เท่านั้นที่ปรากฏ

ถ. ส่วนต่าง ๆ นั้น คือ จิตที่กำลังคิดถึงเรื่องสัญญาณ

สุ. หลังจากเห็นแล้ว มโนทวารวิถีจิตก็เกิด คิดถึงรูปร่างสัญญาณพร้อมทั้งความทรงจำในเรื่องของสิ่งที่ปรากฏเป็นสีต่าง ๆ เพราะฉะนั้น ผู้ที่อบรมเจริญสติปัฏฐานจึงรู้ว่า ปรมาตมธรรมปรากฏสั้นมากให้คิดเรื่องของปรมาตมธรรมเป็นเรื่องยาว ๆ และทรงจำยึดถือว่าเป็นสัตว์ เป็นบุคคล เป็นตัวตน

ผู้ที่สามารถระลึกถึงลักษณะของนามธรรมและรูปธรรมทั่วทั้ง ๖ ทาง จะรู้ว่าสติปัฏฐานเกิดสลับกับปรมาตมธรรมที่กำลังปรากฏ เพราะวาก่อนนั้นปรมาตมธรรมปรากฏเพื่อให้เกิดเป็นเรื่อง เป็นสัตว์ เป็นบุคคล เป็นตัวตน แต่เวลาที่สติปัฏฐานมีกำลัง มีปัญญาเพิ่มขึ้น ปรมาตมธรรมที่ปรากฏนั้นก็ปรากฏให้สติระลึกถึงความจริงของแต่ละทวารได้ถูกต้อง และผ่านไปอย่างรวดเร็ว เพราะฉะนั้น ก็รู้ว่าสิ่งใดที่ล่วงไปแล้ว คือ ดับไป และสิ่งที่กำลังปรากฏก็ปรากฏเพียงชั่วระยะที่สั้นมาก เพราะทางตาที่เห็นต้องดับในขณะที่ทางหูได้ยิน จึงเป็นผู้ที่เบาสบายด้วยข้อปฏิบัติที่สามารถรู้การเกิดดับของสภาพนามธรรมและรูปธรรมโดยความเป็นปรมาตมธรรม ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตนจริง ๆ

ถ. เพราะสติระลึกตรงลักษณะ



ส. และศึกษาจนกระทั่งรู้จริง ๆ

ถ. ซึ่งต่างกับไม่มีสติที่คิดถึงเรื่องราว จำเนื้อเรื่อง ขณะนั้นไม่รู้ของจริง

ส. ขณะใดที่มีบัญญัติเป็นอารมณ์ และสติปัฏฐานไม่เกิดขึ้นระลึกรู้ว่า แท้ที่จริงขณะนั้นเป็นนามธรรมที่คิด ขณะนั้นจะยึดถือบัญญัติว่าเป็นตัวตน และยึดถือ จิตที่คิดด้วยว่าเป็นเราที่คิด ไม่มีทางดับกิเลสได้ เพราะไม่สามารถประจักษ์การเกิดขึ้น และดับไปของปรมัตถธรรมที่กำลังเกิดดับ

ถ. ต้องอบรม ฟัง และต้องเข้าใจมาก ๆ ไม่อย่างนั้นสติเกิดขึ้นครั้งหนึ่ง ไม่สามารถรู้ได้เลยว่า สิ่งที่กำลังเผชิญหน้าอยู่คืออะไร

ส. ต้องอาศัยการฟัง และการพิจารณาจริง ๆ

ถ. ขณะที่สภาวะธรรมอย่างใดอย่างหนึ่งปรากฏและสติระลึก รู้ เช่น ขณะที่ยินดีหรือดีใจ ขณะที่เสียใจ ขณะที่โกรธ และมีสติระลึก รู้ในขณะนั้น แต่ความดีใจก็ดี ความเสียใจก็ดี ความโกรธก็ดี ก็ยังไม่หาย อย่างนี้แสดงว่า เรายังไม่รู้ตรึงลักษณะ ของสภาวะธรรมจริง ๆ ใช่มั้ย

ส. จุดประสงค์ต้องการอะไร ต้องการให้หมดความโกรธ ความโลภ หรือ ต้องการรู้ว่า แม้แต่ความยินดีที่เกิดขึ้นก็เป็นสภาวะธรรมอย่างหนึ่ง ซึ่งถ้าปัญญา ยังไม่ได้ดับการยึดถือสภาวะธรรมนั้นว่าเป็นตัวตน เป็นสัตว์ เป็นบุคคล จะดับโลภะ จะดับโทสะ จะดับกิเลสทั้งหลายไม่ได้เลย

เพราะฉะนั้น แม้ว่าโลภะจะเกิด ลักษณะของโลภะก็เป็นสภาวะธรรมอย่างหนึ่ง มีเหตุปัจจัยก็เกิด ใครบ้างไม่มีโลภะ พระโสดาบันก็ยังมี และผู้ที่สติกำลังระลึก ลักษณะของสภาพของโลภะนั้นเป็นใคร

ถ. แต่ก็ยังไม่เบาบาง ควรจะเบาบางบ้าง ถ้าเรารู้ว่าเป็นลักษณะของ ความดีใจไม่ใช่เรา ซึ่งเรารู้ แต่ก็ยังเท่าเท่าอยู่ ความเสียใจเกิดขึ้น บอกว่านี่ไม่ใช่เรา เป็นสภาวะธรรมอย่างหนึ่ง ก็ยังเท่าเท่าอยู่ ขณะที่ความโกรธเกิดขึ้น บอกว่านี่เป็น สภาวะธรรมอย่างหนึ่ง ไม่ใช่เรา ก็ยังเท่าเท่าอยู่



ส. นั่นคือนั่งบอก บอกว่าไม่ใช่เรา นั่นไม่ใช่การศึกษาลักษณะของนามธรรม

ถ. แสดงว่ายังไม่ได้ศึกษาลักษณะของสภาวะธรรมนั้น ๆ ให้ตรงจริง ๆ

ส. ด้วยเหตุนี้ต้องเป็นผู้ที่มีปกติเจริญสติปัฏฐาน จึงจะเข้าใจความหมายว่า สติปัฏฐานคืออะไร ไม่ใช่เพียงบอกเอาเฉย ๆ ว่า นี่ไม่ใช่เรา ไม่ใช่เรา

ผู้ฟัง ผมขอตอบว่า สติยังไม่มีกำลังพอ เพราะแม้ขณะที่เจริญสติปัฏฐานจะระลึกรู้และศึกษา ระลึกในนามธรรมรูปธรรมแล้ว ก็ไม่ใช่ว่าจะดับได้เดี๋ยวนั้น แต่จะพิสูจน์ได้อย่างไรว่า ได้ละ ได้คลายแล้ว ที่บอกว่ายังเท่าเดิม เอาอะไรเป็นเครื่องวัด ไม่เท่าเดิมแล้วละ แต่เราไม่รู้ เหมือนอย่างจับด้ามมีดจนลึกลงก็ยังไม่รู้ แต่จะรู้เมื่อไรมองไม่เห็นหอก ลึกลงก็ยังไม่รู้ กว่าที่รู้ เมื่อไร มองไม่เห็นหอก จะเปล่งวาจาว่า ภาชิตของพระองค์แจ่มแจ้งนัก ก็ยังไม่เปล่งไม่ได้ เปล่งได้เมื่อไร เมื่อนั้นด้ามมีดลึกลง ก็จะเห็น

ผมก็ได้เจริญสติปัฏฐานมาเป็นเวลาพอสมควร ในระยะนี้ได้พิสูจน์ธรรมอยู่บ่อย ๆ หลายครั้ง เมื่อสัก ๒ - ๓ วันมานี้ได้โต้เถียงกับภรรยาที่บ้าน ตอนนั้นอาจารย์ก็กำลังบรรยายธรรมอยู่ เขาโต้เถียงกับผม ผมก็โต้เถียงกับเขา สติระลึกได้ซึ่งเป็นช่วงที่สั้นมาก เราฟังธรรมไม่รู้เรื่อง ยังเป็นตัวเป็นตน มีเขา มีเรา ก็ขัดกับเขาเต็มที่ จะให้เขาหยุดให้ได้ ในตอนนั้นมีความรู้สึกที่ เราทั้งหยาบ ทั้งกระด้าง นี่คือโทสะ และเสียงที่เราโต้เถียงกับเขาก็หยุดไป หยุดแล้วก็ระลึกได้ว่า นี่แหละโทสะ ดุร้าย หยาบกระด้าง ขณะนั้นคิดนึกถึงสภาพธรรมเป็นนามธรรมบ้าง รูปธรรมบ้าง หรือไม่เป็นบ้าง ผมก็ไม่ได้โต้ตอบอีก ฟังธรรมไปจนกระทั่งจบ ตอนเช้าผมก็ไม่ได้โต้เถียงอะไรกับเขาอีก รู้สึกว่าเรียบร้อยดี ถ้าเป็นแต่ก่อนคงจะเลยเถิดไปกว่านี้

นี่คือการพิสูจน์ธรรม ก่อนนี้ไม่มีทาง ผมต้องเอาชนะจนเขาไม่ได้ตั้งตัวเลย นี่เป็นการพิสูจน์ธรรมทีละเล็กทีละน้อย เพราะฉะนั้น ขอโทษ มันละแล้ว แต่ท่านยังไม่เห็น

ส. นี่คือชีวิตประจำวันจริง ๆ



ถ. อย่าเพิ่งภูมิใจ ที่หลังจะมากอีก ความโกรธเกิดขึ้นเป็นสิ่งที่น่าเกลียด และกระด้างหยาบคายจริง ๆ เพราะขณะนั้นทั้ง ๆ ที่เราก็กเรียนธรรมพอสมควรจนเขา ดุถูกดูหมิ่นเราได้ว่า เป็นอย่างไรให้ความโกรธเกิดขึ้นได้ จนกระทั่งกล่าววาทจาหยาบ ออกไป ไม่สามารถจะยับยั้งได้ ไม่มีขันติเลย กล่าววาทจาหยาบออกไปแล้วก็ตกใจว่า เราศึกษาธรรมแค่ไหน นี่ไม่ถึงว่าเราจะพูดออกไปได้อย่างนั้น พูดไปแล้วก็เสียใจ

ที่ผมพูดว่า ความโกรธเป็นสภาวะธรรมอย่างหนึ่ง คงจะรู้ไม่จริง แค่จำ สภาวะนั้นจริง ๆ ไม่ปรากฏ คือ สติยังระลึกไม่ได้จริง ๆ ถ้าระลึกได้จริง ๆ ขณะนั้น ควรจะจางหายไป ที่ว่าค่อยเบาบางไป ไม่ทราบว่าจะตอนหลังจะกลับแข็งแรงขึ้นอีกไหม ก็เลสหมกลัwmันจริง ๆ เพราะมันทำท่าจะอ่อนแอ แต่ไป ๆ กลับแข็งแรงขึ้นกว่าเก่าอีก บางทีแข็งแรงยิ่งกว่าตอนยังไม่ได้ศึกษาธรรมอีก ผมเห็นว่าอย่างนี้ ทำอย่างไรจะ เบาบางลงได้บ้าง ไม่ต้องถึงขนาดละได้ เอาแค่เบาบาง

ฐ. เป็นชีวิตประจำวันจริง ๆ ซึ่งจะเห็นได้ว่า ธรรมคือชีวิตประจำวัน และทุกท่านดูจะรังเกียจอกุศลเวลาที่เกิดขึ้น แต่แม้จะมีการรังเกียจอกุศล ไม่ว่าจะเป็น ในขณะที่สภาวะธรรมนั้นกำลังปรากฏ หรือแม้สติจะเกิดระลึกลักษณะที่เป็นนามธรรม ที่หยาบกระด้าง ก็ไม่ใช่ว่าขณะนั้นจะดับความโกรธไม่ให้เกิดอีก หรือไม่ให้รุนแรงอีก เพราะฉะนั้น ใครก็ตามที่คิดว่าเพียงแต่จะละเสีย ละเสีย โดยไม่อบรมเจริญปัญญา ให้รู้ลักษณะของนามธรรมและรูปธรรมยิ่งขึ้น เป็นสิ่งที่เป็นไปได้เลย

เพราะฉะนั้น จุดประสงค์ คือ การดับกิเลสทั้งหมด แน่นอนที่สุด สำหรับ ผู้ที่ศึกษาธรรม แต่การบรรลุจุดประสงค์นี้ได้ ต้องเริ่มจากการยึดถือสภาวะธรรมว่า เป็นตัวตน เป็นสัตว์ เป็นบุคคล โดยปัญญาเจริญขึ้น เพราะฉะนั้น ทั้งปัญญาไม่ได้

ใครที่มีความโกรธ และสติปัญญาระลึกตรงลักษณะของนามธรรม และ ประจักษ์แจ้งในสภาพที่ไม่ใช่ตัวตน กับคนที่ไม่ค่อยจะโกรธ แต่ปัญญาก็ไม่เกิด ไม่มีทางที่จะรู้ว่า กำลังเห็นก็เป็นนามธรรมชนิดหนึ่ง กำลังโกรธก็เป็นนามธรรม ชนิดหนึ่ง กำลังยินดีก็เป็นนามธรรมชนิดหนึ่ง อย่างไหนจะเป็นเหตุทำให้ดับกิเลสได้ เป็นสมุจเฉท



เพราะฉะนั้น ยังไม่ต้องคิดถึงเรื่องความโกรธน้อยลง มากขึ้น หรือเดี๋ยวมาก เด็วน้อย เด็วละ เด็วเพิ่ม แต่ให้คิดถึงว่า ในขณะนี้เองเป็นผู้ที่ตรงต่อตัวเองว่า ปัญญารู้ลักษณะของนามธรรมรูปธรรมเพิ่มขึ้นหรือยัง

แต่ไม่ควรจะหวังให้โทสะไม่เกิด หรือว่าโลภะไม่เกิด เพราะเป็นสิ่งที่เป็นไปได้ ควรที่จะคิดถึงพระอริยบุคคลชั้นพระโสดาบัน ท่านยังมีโลภะ ยังมีโทสะ ยังมีโมหะ แต่ปัญญาของท่านเจริญถึงขั้นประจักษ์แจ้งลักษณะของสภาพนามธรรมและรูปธรรม จนกระทั่งรู้แจ้งอริยสัจธรรม ซึ่งท่านไม่ได้เป็นห่วงกังวลเรื่องโลภะของท่าน เรื่องโทสะของท่าน ที่จะต้องเป็นไปตามขั้นของปัญญาที่ดับกิเลส

ถ้ายังเป็นปุถุชนอยู่ ก็เต็มไปด้วยกิเลสทุกประการ ถ้าเป็นพระโสดาบัน ก็ดับมิจฉาทิฏฐิ การยึดถือสภาพธรรมว่าเป็นสัตว์ เป็นบุคคล เป็นตัวตน เมื่อเป็นพระสกทาคามีก็ดับโลภะโทสะอย่างหยาบ เมื่อเป็นพระอนาคามีก็ดับความยินดีพอใจ ในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ และโทสะเป็นสมุจเฉท เหลืออีกขั้นเดียว คือ เป็นพระอรหันต์ ซึ่งจะต้องดับความยินดีในภพชาติด้วยอรหัตตมรรค เพราะฉะนั้น ปัญญาต้องอบรมเจริญไปตามลำดับขั้น

มีปัญหที่น่าคิด ถ้าพิจารณาแล้วจะเห็นได้ว่า ชีวิตผ่านความตายไปทุกวัน แต่ละวัน ๆ หรือจะกล่าวอีกอย่างหนึ่งก็ได้ว่า ผ่านความตายไปแต่ละขณะ ๆ เพราะฉะนั้น การสิ้นสุดสภาพความเป็นบุคคลนี้ในชาตินี้ก็คงจะใกล้เข้ามาทุกขณะที่แต่ละขณะผ่านไป และการเกิดในภพภูมิต่อไปนั้น ก็แล้วแต่กรรมหนึ่งเป็นปัจจัยที่จะทำให้ปฏิสนธิจิตเกิดขึ้นในภพใหม่ ซึ่งเลือกไม่ได้ว่าจะจะเป็นกุศลกรรมหรืออกุศลกรรมอะไรที่จะทำให้ปฏิสนธิจิตเกิด แต่ไม่ว่าจะเกิดในภพภูมิไหนก็ตาม สภาพของจิตย่อมเป็นไปตามการสะสม

ถ้าปัจจุบันชาตินี้ยังรัก ยังโลภ ยังโกรธ ยังหลง ยังพยายาบท ยังริษยา ยังสำคัญตนมากน้อยอย่างไร ชาติหน้าเปลี่ยนไปได้ไหม ก็จะต้องเหมือนอย่างนี้ แต่จะมากขึ้น หรือจะน้อยลง ก็ตามการสะสมของปัจจุบันชาติในแต่ละขณะนั่นเอง



เพราะฉะนั้น จะเห็นความสำคัญของแต่ละขณะในชีวิตว่า จะเป็นประโยชน์เมื่อกุศลจิตเกิด และจะเป็นประโยชน์มากขึ้นเมื่อสามารถรู้ว่า เป็นนามธรรมหรือเป็นรูปธรรม

สำหรับในชาตินี้ ก่อนที่จะตาย ก็น่าจะคิดว่า อยากเป็นคนดี หรืออยากเป็นพระโสดาบัน คิดดูว่าต้องการอย่างไหน ขอเชิญท่านผู้ฟังแสดงความคิดเห็น อยากเป็นคนดีทุก ๆ วันเพิ่มขึ้นด้วยการเจริญกุศลทุกประการ หรืออยากเป็นพระโสดาบัน

ทุกท่านมีสิทธิ์ที่จะคิดได้ ถ้าคิดถูกก็เป็นปัญญา ถ้าคิดผิดก็ไม่ใช่ปัญญา

**ผู้ฟัง** สำหรับผม ชาตินี้คงไม่ได้เป็นพระโสดาบัน เพราะพยายามมานานแล้ว ตั้งแต่บวช เนื่องจากความเข้าใจมีน้อย ถ้าความเข้าใจมีอยู่แค่นี้ ชาตินี้คงไม่ได้เป็นพระโสดาบันแน่ ๆ แต่ก็พยายามเป็นคนดี ซึ่งความดีก็รู้สึกว่ามันเหนื่อยเกินไป โดยมากมักจะนึกถึงสิ่งใหญ่ ๆ ในการทำความดี เช่น ทำบุญบวชนาคบ้าง ทอดกฐินบ้าง ทอดผ้าป่าบ้าง ที่ถือว่าเป็นบุญใหญ่ แต่บุญเล็กบุญน้อยที่เรียกว่า บุญกิริยาวัตถุ อย่างเวรยาวัจจมัย ปัตตานุโมทนามัย ปัตติทานมัย พวกนี้มักจะมองข้ามไป ซึ่งผมคิดว่า ตราบใดที่เรายังดูถูกบุญเล็กบุญน้อยประจำวันที่เราควรจะทำได้ทุกขณะ ตราบนั้นบารมีหรือสติปัญญาของเราที่จะเป็นเครื่องอบรมให้เกิดสติปัญญานั้นก็คงจะยาก ไม่ฉับพลันทันทีที่จะเห็นแจ้งในสัจธรรมได้

เพราะฉะนั้น จะต้องบำเพ็ญบุญกุศลเล็ก ๆ น้อย ๆ อย่าดูถูกดูหมิ่น ผมจำได้ที่ พ.อ.ธงชัยเคยพูดว่า ทานนี้อย่าประมาณ ทำไปเถอะ บาทหนึ่ง สองบาท เห็นคนขอทานข้างถนนอย่าไปดูถูกดูหมิ่นคิดไปในทางอกุศลว่า ได้เงินไปคงเอาไปซื้อเหล้า อย่าไปคิดอย่างนั้น ถ้าจิตเราเป็นกุศลทุก ๆ ขณะที่เราสามารถจะทำได้ ผมคิดว่า จะเป็นประโยชน์สำหรับชีวิตของเรา ในฐานะที่เป็นพุทธศาสนิกชน ส่วนที่หวังผลขั้นสูง จนถึงมรรคผลนิพพานยังอยู่ห่างมาก เพราะสติปัญญา ความเข้าใจในพระธรรมยังน้อยเกินไป





๑๗๔๘

ที่ห้องประชุมตึกสภากาการศึกษามหาวิทยาลัย

วันอาทิตย์ที่ ๒๗ ธันวาคม ๒๕๓๐



**ผู้ฟัง(ต่อ)** การเป็นคนดีหรือเป็นพระโสดาบัน ไม่ได้ขึ้นอยู่กับความอยาก แต่ขึ้นอยู่กับ การเจริญเหตุให้ตรงกับผล คือ มีความเห็นถูกนั่นเอง ลักษณะไหนจะเป็น คนดี ลักษณะไหนจะเป็นพระโสดาบัน คิดว่าสำคัญที่เหตุและความเข้าใจ ซึ่งต้องใช้ ปัญญา เป็นความเห็นถูกมากกว่า

**ส.** ถ้าไม่เป็นอกุศล แต่เป็นฉันทะ คือ เป็นผู้ใคร่ที่จะกระทำ ไม่ทราบ ว่า ในชาตินี้อยากจะเป็นคนดี คือ ใคร่ที่จะเป็นคนดี มีฉันทะที่จะเป็นคนดี หรือจะเป็น พระโสดาบัน

**ผู้ฟัง** ถ้าเป็นฉันทะที่เกิดจากกุศล คิดว่าเป็นพระโสดาบันดีกว่า เพราะว่า ขณะนั้นไม่มีความเห็นผิดที่ยึดถือสภาพธรรมว่าเป็นตัวตน คือ ทำลายสัkkายทิฐิ ได้แล้ว ขึ้นต้น

**ส.** แต่ถ้ารู้อย่างอีกไกลมาก ในชาตินี้ที่มีชีวิตอยู่ทุกวัน ๆ นี้ ฉันทะจะ เป็นอย่างไร

**ผู้ฟัง** เจริญกุศลทุกขั้นเท่าที่เจริญได้

**ส.** เพราะฉะนั้น แม้แต่การที่จะเป็นคนดีจริง ๆ ก็ต้องประกอบด้วยปัญญา จึงจะได้ ไม่ใช่ใคร่ที่จะเป็นคนดีหรืออยากเป็นคนดีโดยปัญญาไม่เกิดและจะเป็นได้ เพราะคนที่จะเป็นคนดีได้จริง ๆ ต้องเป็นผู้ที่รู้จักตัวเองว่า ไม่ดีอย่างไร ถูกไหม เพราะว่าเป็นผู้ที่มีกิเลสจะดีได้อย่างไร เพราะฉะนั้น ถ้าไม่รู้ และคิดว่าดีแล้ว ขณะนั้น เป็นคนดีจริง ๆ ไม่ได้

การเป็นคนดีได้จริง ๆ คือ ต้องดีถึงกับหมดกิเลส แต่เมื่อไม่สามารถจะดับกิเลส หรือหมดกิเลสได้ ก็ต้องอบรมเจริญเหตุ คือ ความดี ที่จะให้หมดกิเลสไปเรื่อย ๆ จนกว่าปัญญาจะดับกิเลสได้ เพราะการเป็นคนดีจริง ๆ ต้องเป็นผู้ที่มีปัญญาและ





ดับกิเลส มิฉะนั้นจะชื่อว่าดีจริง ๆ ไม่ได้ หรือสำหรับผู้รู้เหตุและผลก็เข้าใจได้ว่าการเป็นพระโสดาบันบุคคลนั้นเป็นผล ไม่ใช่เป็นเหตุ เพราะฉะนั้น ถ้าปราศจากเหตุ คือ บารมีต่าง ๆ คุณความดีต่าง ๆ ทั้งทาน ทั้งศีล ทั้งขันติ สัจจะ วิริยะ อธิษฐาน ปัญญา เมตตา อุเบกขา เนกขัมมะ จะเป็นพระโสดาบันได้อย่างไร

การเป็นพระโสดาบัน เป็นผลของการอบรมเจริญความดีในชีวิตประจำวัน จนกว่าจะสมบูรณ์พร้อมด้วยปัญญาเมื่อไร ก็จะบรรลุผลคือเป็นพระโสดาบันเมื่อนั้น เพราะฉะนั้น ชีวิตที่ยังเหลืออยู่ ก็เจริญเหตุที่จะทำให้บรรลุการเป็นพระโสดาบัน ข้างหน้า โดยเป็นผู้ที่มีปัญญาที่จะรู้จักตัวเองตามความเป็นจริง

เรื่องของความดีมีมากมายหลายประการ ควรจะทราบว่า ความดีมีอะไรบ้างที่เป็นหลักใหญ่ ๆ ซึ่งท่านพระเถระในอดีตได้กล่าวไว้ แม้ว่าท่านได้บรรลุพระอรหันต์แล้ว เพราะฉะนั้น ควรจะเห็นประโยชน์ของคาถาที่พระอรหันต์ในอดีตได้กล่าวไว้

**อรรถกถา กุมาปุตตเถรคาถา ข้อ ๑๗๓** มีข้อความว่า

ได้ยินว่า ท่านกุมาบุตรเถระได้ภาสิตคาถานี้ไว้อย่างนี้ว่า

การฟังเป็นความดี ความประพฤติมักน้อยเป็นความดี การอยู่โดยไม่หวังใยเป็นความดีทุกเมื่อ การถามสิ่งที่เป็นประโยชน์เป็นความดี การทำตามโอวาทโดยเคารพเป็นความดี ก็จะมีการฟังเป็นต้นนี้เป็นเครื่องสงบของผู้ไม่มีกังวล

นี่คือจากชีวิตประจำวันไปสู่การดับกิเลสเป็นสมุจเฉท เริ่มจาก การฟังเป็นความดี

ความประพฤติมักน้อยเป็นความดี การอยู่โดยไม่หวังใยเป็นความดีทุกเมื่อ

ถ้าไม่เป็นผู้มีปกติเจริญสติปัฏฐาน ชีวิตประจำวันมีใครบ้างที่ไม่หวังใยไม่ว่าคุณุศลหรือบรรพชิต เพราะฉะนั้น การที่จะเข้าใจอรรถของพระอรหันต์ต้องรู้ด้วยว่า คาถาที่ท่านกล่าว ไม่ใช่เพียงแต่อ่านและคิดว่าไม่มีอะไร และวันหนึ่งก็จะเป็นพระอรหันต์ แต่ต้องเข้าใจถึงอรรถ ถึงเหตุที่ทำให้บรรลุผลนั้น ๆ ด้วย แม้แต่การที่จะอยู่โดยไม่หวังใยเป็นความดีทุกเมื่อ



ถ้ายังเป็นตัวตน เป็นเรา ไม่ใช่เป็นชั่วขณะจิตเดียวที่เกิดขึ้นเห็นและดับไป  
เกิดขึ้นได้ยินและดับไป เกิดขึ้นคิดนึกและดับไป เกิดขึ้นเป็นสุขเป็นทุกข์และดับไป  
ถ้าไม่รู้อย่างนี้ ทุกคนยังห่วงใย ตั้งแต่เข้าจนคำก็มีเรื่องที่จะต้องห่วงใย  
ขณะที่จะไม่ห่วงใยคือขณะที่สติปัฏฐานเกิด และระลึกลักษณะของสภาพธรรม  
พิจารณาจนรู้ชัดว่า ไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล

การถามสิ่งที่เป็นประโยชน์เป็นความดี การทำตามโอวาทโดยเคารพเป็น  
ความดี ก็จะมีการฟังเป็นต้นนี้เป็นเครื่องสงบของผู้ไม่มีกังวล

เพราะฉะนั้น เริ่มจากการฟังพระธรรม ซึ่งจะนำมาซึ่งความสงบอันแท้จริง  
ด้วยการอบรมเจริญปัญญา

และวันหนึ่ง ๆ จะอยู่ไปอย่างไรก่อนที่จะตายจากโลกนี้ คือ ทุกคนเกิดมาแล้ว  
ยังตายไม่ได้ถ้าไม่ถึงเวลาที่จะตาย ใครจะทำให้ตายก็ตายไม่ได้ เพราะว่าจุติจิตเป็นผล  
ของกรรม จุติจิตเป็นวิบากจิต เพราะฉะนั้น คนที่เกิดมาแล้วก็ต้องอยู่ไป แต่การอยู่ไป  
แต่ละวัน ๆ จะอยู่ไปอย่างไรก่อนที่จะตายจากโลกนี้

**อรรถกถา ขุททกนิกาย นิทานกถาวรรค** มีข้อความว่า

ด้วยศัพท์ว่า ธรรมวิหาร ในบทว่า ยถาธมฺมวิหาริโน นี้ ท่านแสดงถึง  
การถึงพร้อมด้วยการฟังพระสัทธรรม เพราะเว้นจากการฟังธรรมเสียแล้ว จะไม่มี  
ธรรมเป็นเครื่องอยู่นั้นได้เลย

ทุกท่านที่ได้ฟังพระธรรม ก็เพื่อประโยชน์ที่จะได้มีพระธรรมเป็นเครื่องอยู่  
ถ้าไม่ฟังพระธรรม เว้นจากการฟังธรรมเสียแล้ว จะไม่มีธรรมเป็นเครื่องอยู่นั้นได้เลย  
ซึ่งก็น่าจะพิจารณาว่า ก่อนได้ฟังพระธรรม มีธรรมเป็นเครื่องอยู่หรือยัง และเมื่อ  
ได้ฟังแล้ว มีธรรมเป็นเครื่องอยู่หรือยัง

เพราะฉะนั้น ขณะใดที่อบรมเจริญปัญญาและเจริญกุศล ขณะนั้นมีธรรมเป็น  
เครื่องอยู่ ซึ่งอาศัยจากการฟัง และเข้าใจ และเห็นประโยชน์

ข้อความอีกตอนหนึ่งมีว่า



เมื่ออยู่ในประเทศที่ไม่สมควรก็ดี เว้นจากการคบหากับสัตบุรุษก็ดี คุณพิเศษเหล่านั้นจะมีไม่ได้เลย แสดงถึงการประกอบด้วยสมบัติ คือ การฟังพระสัทธรรม

ไม่ทราบว่าคุณท่านเห็นสมบัติของตัวเองจากการฟังพระสัทธรรมหรือยังเป็นสมบัติที่แท้จริง ประเสริฐยิ่งกว่าสมบัติทั้งหลายที่มี

สมบัติทั้งหลายที่มี ไม่ว่าจะเป็นแก้วแหวนเงินทอง เพชรนิลจินดา บ้านช่อง เครื่องอุปโภคบริโภคทั้งหลาย สมบัติที่ประเสริฐที่สุดในบรรดาสมบัติทั้งหลายที่มีจะได้แก่อะไร

เพราะเว้นจากการฟังพระธรรมเสียแล้ว การแสวงหาซึ่งสัจธรรมของพระสาวกทั้งหลายจะมีไม่ได้เลย

ทรัพย์สมบัติแก้วแหวนเงินทองจะทำให้รู้แจ้งอริยสัจธรรมไม่ได้ แต่การฟังพระธรรม การเข้าใจพระธรรม เป็นเหตุทำให้แสวงหาสัจธรรมได้

เมื่อฟังพระธรรมแล้วก็เข้าใจเรื่องของสภาพธรรม จิต เจตสิก รูป หรือนามธรรม รูปธรรมที่กำลังปรากฏ

มีใครอยากจะแลกสมบัตินี้กับสมบัติอื่นไหม หรือไม่ปรารถนาที่จะแลก

การฟังจะทำให้เข้าใจเหตุผลที่ถูกต้อง ซึ่งจะต้องพิจารณาโดยละเอียด โดยเฉพาะในการอบรมเจริญปัญญาที่เป็นสติปัฏฐานที่จะทำให้รู้แจ้งอริยสัจธรรม เพราะถ้าไม่พิจารณาเหตุผลจริง ๆ จะทำให้เข้าใจผิดและปฏิบัติผิดได้

หลายท่านอยากจะปฏิบัติ ไม่ว่าทราบทำไม ทำไมไม่อยากจะเข้าใจลักษณะของสภาพธรรม ซึ่งการเข้าใจนั้นคือปัญญาที่ค่อย ๆ เจริญขึ้นจนถึงขั้นที่เป็นสติปัฏฐาน ถ้าไม่มีความเข้าใจเลยจะปฏิบัติได้อย่างไร และบางท่านก็บอกว่า ปฏิบัติเพื่อให้ถึงพระนิพพาน โดยที่ไม่มีความเข้าใจอะไรเลย จะถึงพระนิพพานได้อย่างไร

ถ้าถามว่าพระนิพพานคืออะไร ก็ตอบไม่ได้ แต่คิดว่า ถ้าไปนั่งสงบแล้วปัญญาจะเกิดและจะรู้แจ้งนิพพานได้ นั่นเป็นเพราะไม่ได้เข้าใจว่า ปัญญาที่จะรู้แจ้งอริยสัจธรรมนั้นคืออะไร



อรรถกถา สังยุตตนิกาย สฬายตนวรรค ปฐมรูปารามสูตรที่ ๓  
มีข้อความว่า

เจ้าลัทธิทั้งหมดมีความสำคัญว่า พวกเราจะบรรลุพระนิพพาน แต่พวกเขา  
ย่อมไม่รู้แม้ว่า ชื่อว่านิพพานคือสิ่งนี้

ซึ่งข้อความตอนท้ายของพระสูตรนี้พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

เธอจงรู้ธรรมที่รู้ได้ยาก คนพาลผู้หลงไม่รู้แจ้งในนิพพานนี้ ความมีดย่อมมีแก่  
บุคคลผู้ไม่เห็น นิพพานย่อมมีแก่สัตบุรุษ เหมือนแสงสว่างย่อมมีแก่บุคคลผู้เห็น  
ชนทั้งหลายผู้แสวงหาไม่ฉลาดในธรรม ถึงอยู่ใกล้ก็ไม่รู้แจ้งธรรมนี้

ผู้ที่ฟังพระธรรมเข้าใจแล้วก็ทราบได้ใช่ไหมว่า ขณะนี้อะไรอยู่ใกล้ที่จะรู้แจ้ง  
ที่จะประจักษ์อริยสัจธรรม กำลังเห็น ใกล้หรือไกล กำลังเห็นด้วยตัวเอง กำลังได้ยิน  
ในขณะนี้ ใกล้หรือไกล กำลังคิดนึกในขณะนี้ ใกล้หรือไกล

เพราะฉะนั้น ถ้าไม่รู้แจ้งธรรมที่อยู่ใกล้ คือ กำลังเห็น กำลังได้ยิน กำลังคิดนึก  
กำลังเป็นสุข กำลังเป็นทุกข์ ที่จะบรรลุพระนิพพานก็เป็นไปไม่ได้

ข้อความในอรรถกถาอธิบายต่อไปว่า

ความมีดมนย่อมมีแก่ผู้ไม่เห็น เพราะถูกเครื่องกางกั้น คือ กิเลส หุ้มห่อ  
ร้อยรัดไว้

ไม่ใช่คนอื่นเลย ขณะใดที่สติปัฏฐานไม่เกิด ก็คือ ความมีดมนย่อมมีแก่ผู้  
ไม่เห็น สภาพธรรมกำลังเกิดดับก็ไม่เห็น เพราะ ถูกเครื่องกางกั้น คือ กิเลส  
(ความไม่รู้) หุ้มห่อ ร้อยรัดไว้

เพราะฉะนั้น กว่าสติปัฏฐานจะเกิดระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมที่กำลัง  
ปรากฏในขณะนี้ ก็ต้องอาศัยการฟัง และยังต้องเห็นโทษของความไม่รู้ถึงลักษณะของ  
สภาพธรรมด้วย ไม่ใช่เพียงแต่อยากจะได้ถึงนิพพาน หรืออยากจะได้หมดกิเลส แต่ต้องรู้ว่า  
โทษของความไม่รู้ถึงลักษณะของสภาพธรรมในขณะนี้ ทำให้ไม่ประจักษ์แจ้งสภาพธรรม  
ที่กำลังเกิดดับ



ถ. ที่อาจารย์กล่าวว่า เห็นมีจริง กำลังปรากฏ ทำไมอาจารย์ไม่บอกว่า เห็นได้ะ เห็นแก้อั เห็นทั่วไปในห้องนี้ ทำไมอาจารย์กล่าวว่า เห็นมีจริง กำลังปรากฏ

ส. ก่อนฟังพระธรรม อะไรปรากฏ

ถ. สัตว์ บุคคล ตัวตน คิดเรื่องราว

ส. เมื่อฟังพระธรรมแล้ว อะไรกำลังปรากฏทางตา

ถ. จักขุวิญญาณ สภาพเห็น

ส. จักขุวิญญาณเป็นสภาพรู้ คือ เห็น และอะไรกำลังปรากฏทางตา  
หลาย ๆ สี ถูกไหม ถ้าพูดอย่างนี้ หลาย ๆ สีกำลังปรากฏทางตา

ถ. เป็นรูป

ส. ต้องเข้าใจว่ารูปคืออะไร รูป คือ สิ่งที่ไม่ใช่สภาพรู้ เพราะฉะนั้น  
ในขณะที่กำลังเห็น นามธรรม คือ กำลังเห็น เห็นอะไรทางตา เห็นสี หลาย ๆ สี

ถ. บางที่ผมเพลิน ฟังธรรม ได้ยินเสียงอาจารย์บอกว่า เห็นมีจริงไหม  
ตอนที่ไม่ได้ยินว่าเห็น ผมก็มองไปเรื่อย เมื่อได้ยินคำว่าเห็น สายตาก็ดับบัญชา  
ไม่ได้เลย แบบว่าเห็นอะไรนะ ๆ สายตาเลื่อนไปมา ทำให้เกิดสติขึ้นมาว่า  
ที่เห็นเฉพาะหน้า กับที่อาจารย์บอกว่าเห็นมีจริง และสายตาที่เลื่อนไปมานั้น ต่างกัน

ส. ทำไมต้องเลื่อนด้วย

ถ. บังคับบัญชาไม่ได้

ส. บังคับบัญชาไม่ได้ ก่อนจะเลื่อน มีเห็นไหม

ถ. อาจารย์บอกว่า เห็นอะไร ผมก็เห็นอะไร

ส. ยังไม่เลื่อน เห็นไหม

ถ. เห็น

ส. เห็นก็ต้องเห็น เห็นก็คือเห็น จะเป็นอย่างอื่นไม่ได้

ถ. คือ ไม่เลื่อนมาก นิดเดียว



ส. ทำไมจะต้องนิดหรือมาก ไม่ต้องทำอะไรเลย อย่าลืมว่า สติปัฏฐานเกิด ไม่ใช่ให้ทำอะไร สติปัฏฐาน คือ ระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ ไม่ใช่ให้ทำอะไร แม้แต่จะเลื่อนตาก็ไม่ต้องเลื่อน

ข้อความต่อไปมีว่า

บทว่า อนนฺทกาโร อปสฺสสตํ ได้แก่ ความมีตนหม่อมมีแก่ผู้ไม่เห็น  
ถามว่า ข้อนั้นทำไมจึงเป็นอย่างนั้น

แก้ว่า คนเขลาหม่อมไม่ประสบพระนิพพานหรือการเห็นพระนิพพาน พระนิพพานก็ดี การเห็นพระนิพพานก็ดี ของคนพาลผู้ไม่เห็นอยู่ หม่อมเป็นเหมือน มณฑลพระจันทร์ที่ถูกเมฆดำปิดไว้

บทว่า สนฺตฺติเก น วิชานนฺติ มคฺคา ธมฺมสฺส อโกวิทฺตา ความว่า พระนิพพาน ได้ชื่อว่าอยู่ไกล เพราะผู้แสวงหากำหนดส่วนในผมหรือขนเป็นต้นอย่างใดอย่างหนึ่งในร่างกายของตนเป็นอารมณ์ ฟังบรรลุได้โดยลำดับ หรือเพราะแสวงหาความดับ ขันธ์ทั้งหลายของตน พระนิพพานนั้นนั่นแหละแม้อยู่ใกล้ ๆ เหล่าชนผู้แสวงหา ผู้ไม่ฉลาดในธรรม ก็ไม่รู้ซึ่งทางและมีใช้ทางหรือสัจจธรรม ๔

เป็นอย่างไร จะทำตามนี้หรือเปล่า คือ ผู้แสวงหากำหนดส่วนในผมหรือขน เป็นต้นอย่างใดอย่างหนึ่งในร่างกายของตนเป็นอารมณ์ ฟังบรรลุได้โดยลำดับ

ดูเหมือนกับว่า ไม่ต้องอบรมเจริญปัญญาอะไรเลย เพียงแต่อ่านอย่างนี้ เข้าใจอย่างนี้ก็จะบรรลุพระนิพพาน โดยไม่ได้พิจารณาข้อความต่อไปที่ว่า หรือเพราะ แสวงหาความดับขันธ์ทั้งหลายของตน

มีขันธ์ ซึ่งแสดงให้เห็นว่า ไม่ใช่เรา เพราะใช้คำว่า ขันธ์ เพราะฉะนั้น ไม่ว่าจะ พิจารณาลักษณะรู้ลักษณะของรูปใดที่กาย ก็ต้องรู้ว่า ไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล เพราะเป็นขันธ์แต่ละขันธ์ที่เกิดและดับไป และควรพิจารณาข้อความในพระไตรปิฎก และอรรถกถาให้สอดคล้องกันด้วย เช่น ข้อความใน **สัมโมหวิโนทนี อรรถกถา พระวิภังคปกรณัม สัจจวิภังคนิทเทส** ที่ว่า



ขันธทั้งหลายนั้นเองย่อมปรากฏโดยปรมาตม์ ไม่ใช่สัตว์

นี่คือผู้ที่รู้จักลักษณะของขันธจริง ๆ เข้าใจขันธ ไม่ใช่เห็นขันธเป็นตัวตน แต่เพราะไม่เข้าใจขันธว่าเป็นขันธ จึงยึดถือขันธว่าเป็นตัวตน ทั้ง ๆ ที่ขันธโดยสภาพ ย่อมปรากฏโดยปรมาตม์ เช่น สิ่งปรากฏทางตาเป็นรูป เป็นสิ่งที่มีจริง ที่เป็นรูป เพราะไม่ใช่สภาพรู้ สีสันต่าง ๆ ที่กำลังปรากฏทางตาไม่ใช่สภาพรู้ เพราะฉะนั้น ขันธนั้นเองย่อมปรากฏโดยปรมาตม์

ไม่ได้ปรากฏว่าเป็นอย่างอื่นเลย เป็นเพียงสีหลาย ๆ สี แต่เมื่อไม่รู้ว่าเป็นขันธ ที่ปรากฏโดยความเป็นปรมาตม์ก็ยึดถือขันธนั้นว่า เป็นตัวตน เป็นสัตว์ เป็นบุคคล เป็นสิ่งต่าง ๆ

สำหรับการแสดงหนทางข้อปฏิบัติของพระผู้มีพระภาคในการอบรมเจริญปัญญาเพื่อดับกิเลสเป็นสมุจเฉท ย่อมต่างกับหนทางข้อปฏิบัติของเดียรถีย์ ซึ่งเป็นคำสอนของลัทธิอื่น

**ปรมาตม์ทีปนี อรรถกถา ขุททกนิกาย นิทานกถาวรรคณา** มีข้อความว่า

วาทะของอัญญเดียรถีย์ทั้งหลาย จะทนวาทะของพระเถระทั้งหลายไม่ได้ ที่ไหนจะทนการครอบงำได้ ที่แท้วาทะของพระเถระนั้นแหละจะครอบงำวาทะของเดียรถีย์เหล่านั้น

ข้อนั้นเพราะเหตุไร เพราะว่าเถรวาทะเป็นไปตามพระไตรลักษณ์ และหลักธรรมว่า สังขารทั้งหลายทั้งปวงไม่เที่ยง สังขารทั้งหลายทั้งปวงเป็นทุกข์ ธรรมทั้งปวงเป็นอนัตตา





๑๗๔๙

ที่ห้องประชุมตึกสภากาการศึกษามหามกุฏราชวิทยาลัย

วันอาทิตย์ที่ ๒๗ ธันวาคม ๒๕๓๐



สัมโมหวิโนทนี อรรถกถา พระวิภังคปกรณ ธาตุวิภังคนิทเทศ  
มีข้อความว่า

ขึ้นชื่อว่าอัสสาของพวกเดียรถีย่อมไม่มีภาวะของตนฉันใด ธาตุเหล่านั้น  
ย่อมเป็นฉันนั้นหามิได้ ก็ที่เรียกว่าธาตุเพราะอรรถว่าย่อมทรงไว้ซึ่งสภาวะของตน  
ธาตุอันวิจิตรเหล่านั้นเป็นอวยวะพึงรู้ได้ด้วยญาณเท่านั้น

ถ้าปัญญาไม่เจริญขึ้น วิปัสสนาญาณไม่เกิด ที่จะรู้ว่า ธาตุย่อมเป็น  
สภาพธรรมที่ทรงไว้ซึ่งสภาวะของตน ก็ย่อมไม่สามารถประจักษ์แจ้งได้ เพราะว่า  
ลักษณะของธาตุอันวิจิตรเหล่านี้พึงรู้ได้ด้วยญาณเท่านั้น แม้แต่สิ่งที่ปรากฏทางตา  
ก็เป็นธาตุชนิดหนึ่งซึ่งเกิดดับ สภาพรู้ที่กำลังเห็นก็เป็นธาตุชนิดหนึ่งซึ่งเกิดดับ  
เพราะฉะนั้น วิปัสสนาญาณเท่านั้นที่จะประจักษ์ลักษณะของสภาพธรรมทั้งหลายว่า  
เป็นแต่เพียงธาตุแต่ละอย่างซึ่งเกิดขึ้นและดับไป

พระผู้มีพระภาคตรัสธาตุ ๑๘ ไว้เท่านั้น เพื่อจะถอนความสำคัญว่า มีชีวะ  
ของสัตว์ผู้มีความสำคัญว่ามีชีวะในวิญญานซึ่งมีการรู้อารมณ์เป็นสภาวะ  
และทรงประกาศความที่ธาตุเหล่านั้นเป็นของไม่เที่ยงเพราะต้องเป็นไปเนื่องด้วยปัจจัย  
มีจักขุและรูปเป็นต้น

ขณะนี้ เป็นเครื่องพิสูจน์ว่า ได้ฟังเรื่องของธาตุต่าง ๆ รู้ว่าไม่ใช่ตัวตน  
เป็นสภาพธรรมที่เกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัย แต่อวิชชาที่ยังมีอยู่ก็ทำให้ไม่ประจักษ์  
ลักษณะของธาตุเหล่านั้นได้ เพราะว่าต้องเป็นญาณเท่านั้นจึงจะประจักษ์ได้

ข้อความต่อไปมีว่า





จริงอยู่ ความมืดในหทัยของเวไนยสัตว์จะถึงความย่อยยับไปโดยพลัน อันขจัดได้ด้วยเดชแห่งพระสัทธรรมของพระองค์ได้โดยประการใด ๆ พระองค์ก็ทรงประกาศธรรมโดยนัยอันย่อและพิสดาร

นี่คือพระมหากรุณาที่ทรงรู้แจ้งว่า ผู้ที่เป็นเนยยบุคคลสามารถเกิดปัญญาแทงตลอดอริยสัจธรรมได้ด้วยพระธรรมเทศนาอย่างย่อหรืออย่างละเอียดพิสดารประการใด ก็ทรงแสดงโดยประการนั้น ๆ

ถ. มโนกรรมล่วงได้ ๓ ทวาร ไซ้ใหม่ คือ ทางมโนทวารล่วงเป็นกรรมบถได้ ทางกายทวารก็ล่วงเป็นกรรมบถได้ และทางวจีทวารก็ล่วงกรรมบถได้ สงสัยว่า พยาบาท มีจิตคิดจะฆ่า มีความพยาบาทวางแผนฆ่าเขาทางใจ แต่ยังไม่ถึงฆ่าเขาให้ตาย ขณะนั้นล่วงมโนกรรมครบองค์แล้วหรือยัง

สุ. ถ้าเป็นเจตนาฆ่า กรรมจะสำเร็จเมื่อการฆ่าเกิดขึ้น เพราะเป็นเจตนาที่จะฆ่า แสดงให้เห็นความต่างกันของกายกรรมกับมโนกรรม เพราะว่ากายกรรมมีปาณาติบาตโดยไม่ใช้มโนกรรม หรือพยาบาทนั่นเองสำเร็จทางกาย โดยกายทวาร

ถ. พยาบาทสำเร็จทางกายทวาร เป็น ...

สุ. เป็นมโนกรรม เพราะว่าเป็นพยาบาท เป็นมโนกรรมที่สำเร็จทางกาย

ถ. แต่ไม่เป็นปาณาติบาต

สุ. เป็นปาณาติบาต เพราะเจตนาฆ่าต้องเป็นปาณาติบาต

ถ. เป็นปาณาติบาตทางมโนกรรม

สุ. เป็นปาณาติบาตซึ่งเป็นมโนกรรมทางกายทวาร

ถ. แต่ไม่ใช่ปาณาติบาตที่เป็นกายกรรม เพราะฉะนั้น ต่างกันตรงมีจิตพยายามที่จะฆ่า ซึ่งปาณาติบาตทางกายกรรมนั้นคิดแล้วฆ่าเลยโดยไม่มีการคิดวางแผนไว้ล่วงหน้า

สุ. จึงไม่ใช่มโนกรรม



ถ. อีกปัญหาหนึ่งเป็นเรื่องความเข้าใจ คิดว่า ผู้ที่เจริญสติปัฏฐาน ต้องมีสมถภาวนาเกิดขึ้นสลับกับวิปัสสนาภาวนา แต่ไม่ใช่ทุกครั้ง เป็นความเห็นที่ถูกต้องไหม

ส. ถ้าเข้าใจคำว่า ภาวนา หมายถึงการอบรมให้เกิดขึ้น ให้เจริญขึ้น ซึ่งแยกเป็น ๒ อย่าง ได้แก่ สมถภาวนา การอบรมเจริญให้ความสงบมั่นคงขึ้น แต่ไม่ใช่เพียงความสงบที่เป็นขณิกสมาธิ เช่น เวลาที่กุศลจิตเกิดขึ้นครั้งหนึ่ง ๆ ก็เป็นความสงบที่เป็นขณิกสมาธิชั่วขณะ ๆ ไม่ได้ปรากฏความสงบมั่นคงจนกระทั่งเป็นอุปจารสมาธิ หรืออัปปนาสมาธิ เพราะฉะนั้น ถ้ากล่าวถึงสมถภาวนา หมายความว่า เป็นการอบรมเจริญความสงบจากขณิกสมาธิให้มั่นคงขึ้นจนกระทั่งเป็นอุปจารสมาธิ และอัปปนาสมาธิ

สำหรับวิปัสสนาภาวนา คือ การอบรมเจริญปัญญาเพื่อบรรลุแจ้งแทงตลอด สัจธรรม ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏตามความเป็นจริง

สมถะ หมายความว่าขณะที่เป็นกุศลจิต ปราศจากโลภะ โทสะ โมหะ และอกุศลทั้งหมดไม่ได้เกิดขึ้นกระทำกิจการงานในขณะนั้นจึงสงบ

เพราะฉะนั้น การอบรมเจริญสติปัฏฐาน ซึ่งเป็นวิปัสสนาภาวนา เป็นทั้งสมถะและวิปัสสนา คือ จะกล่าวว่าไม่สงบในขณะนั้นไม่ได้ เพราะว่าเป็นกุศล แต่ในขณะที่จิตเป็นกุศลสงบนั้น ปัญญาที่อบรมเจริญเพื่อบรรลุลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ นี่เป็นความต่างกันของสมถภาวนาและวิปัสสนาภาวนา เพราะว่าสมถภาวนาไม่ได้รู้ลักษณะของสภาพธรรมที่ไม่ใช่ตัวตน เพียงแต่กุศลจิตเกิด ประกอบด้วยปัญญาที่จะรู้ว่า มนสิการหรือวิตกคือตรึงถึงอารมณ์ใดที่จะทำให้จิตสงบมั่นคงได้นาน ๆ ไม่ใช่เกิดขึ้นเพียงชั่วครั้งชั่วคราวซึ่งเป็นขณิกสมาธิ

ถ. เพราะฉะนั้น การเจริญสมถะที่เป็นขณิกสมาธิเกิดขึ้นสลับกับสติปัฏฐาน เช่น ในชีวิตประจำวันมีความโกรธเกิดขึ้น สติปัฏฐานอาจจะไม่เกิดก็ได้ โดยไม่ได้ตั้งใจเจริญเมตตา แต่ปัญญาก็พิจารณาให้เกิดกุศลจิตเพื่อละโทสะในขณะนั้น



เกิดขึ้น และสติปัฏฐานอาจจะมึจิตที่สงบเป็นอารมณ์ก็ได้ อย่างนี้เรียกว่า สมถวิปัสสนา ไซ้ใหม่

ส. เวลาที่กุศลจิตเกิด ไม่ว่าจะเป็นไปในทานก็สงบ เป็นไปในศีลก็สงบ ไม่จำเป็นต้องเรียกว่า สมถภาวนา เพราะขณะนั้นเป็นไปในการให้วัตถุเพื่อเป็น ประโยชน์แก่บุคคลอื่น จิตสงบจากความตระหนี่ จากโลภะ กุศลนั้นจึงเกิดขึ้น เป็นไปได้ แต่ไม่ใช่การอบรมเจริญให้ความสงบนั้นมั่นคงในขณะที่ให้ทาน เพราะว่า ทุกวัน ๆ ทุกคนก็ให้ทานเป็นปกติธรรมดา และสติสัมปชัญญะก็ไม่ได้เกิดขึ้นรู้ลักษณะ สภาพของจิตในขณะที่ให้ และสำหรับบางท่านจะเห็นได้ว่า อกุศลมากกว่ากุศล ในขณะที่ให้ เพราะว่าจิตอาจจะระแวงระวัง กระสับกระส่าย กระวนกระวาย เป็นห่วงกังวลในขณะนั้นก็ได้ ซึ่งแท้จริงแล้วในการให้ครั้งหนึ่ง ๆ กุศลจิตต้องเกิดด้วย แต่เมื่อสภาพลักษณะของอกุศลปรากฏมาก จึงทำให้ไม่ได้สังเกตลักษณะของจิตที่สงบ ที่ให้ในขณะนั้น เช่น บางคนให้ด้วยความรำคาญ อาจจะไม่เห็นว่าจิตสงบในขณะที่ให้ ในขณะที่เป็นกุศล เพราะฉะนั้น ในขณะนั้นไม่ถือว่าเป็นการเจริญสมถภาวนา เพราะว่าความสงบจากอกุศลในขณะนั้นเป็นเรื่องของการให้ เฉพาะเรื่องของการให้ ในขณะที่วิริตฺตจิต จิตนั้นก็สงบจากการเบียดเบียน จากการประทุษร้าย เพราะว่า วิริตฺตจิต ในขณะนั้นก็ไม่ถือว่าเป็นเจริญสมถภาวนา แต่ไม่ใช่ว่าไม่สงบ

เพราะฉะนั้น ต้องแยกว่า สงบ คือ ขณะที่เป็นกุศล และจะเป็นสมถภาวนา ต่อเมื่ออบรมเจริญความสงบซึ่งเป็นกุศลนั้นให้มั่นคงขึ้น จนกระทั่งความสงบนั้น เพิ่มขึ้นที่ปรากฏเป็นสมาธิขั้นต่าง ๆ เช่น อุปจารสมาธิและอัปปนาสมาธิ นั่นคือ สมถภาวนา

ในชีวิตประจำวันจริง ๆ ไม่มีใครเลือกได้ แล้วแต่เหตุปัจจัยว่า ขณะใดเป็น โอกาสของกุศลขึ้นทานกุศลจิตจะเกิดใหม่ ถ้ากุศลจิตไม่เกิด ทานนั้นก็เกินไปไม่ได้ ถ้าวันหนึ่งมีกุศลขึ้นทานเกิดขึ้นขณะใด ก็มีการให้ในขณะนั้น เพราะฉะนั้น วันหนึ่ง ๆ ก็ทราบได้ว่า มีกุศลขึ้นทานมากหรือน้อย และบ่อยไหมในวันนี้ คือ ดูไปที่ละวัน พิจารณาไปที่ละวัน สังเกตไปที่ละวันก็ได้



นอกจากกุศลชั้นทาน ในวันนี้มีกุศลชั้นศีลมากหรือน้อย เพราะว่าจริง ๆ แล้วทุกคนที่เกิดมาอยู่เฉย ๆ ไม่ได้ มีใครบ้างที่เกิดมามีรูปร่างกายแล้วอยู่เฉย ๆ ไม่มีการเคลื่อนไหวใด ๆ เลยทางกาย ทางวาจา เป็นไปไม่ได้เลย

ตั้งแต่เกิดก็เคลื่อนไหวแล้ว โดยที่ไม่รู้ความจริงว่า เพราะอะไรจึงเคลื่อนไหว แต่เมื่อได้ศึกษาพระธรรม ก็พิจารณาธรรมได้ละเอียดขึ้น แม้แต่ในวันหนึ่ง ๆ ซึ่งเคยเดิน เคยทำกิจการงานต่าง ๆ เคยพูดต่าง ๆ ก็ไม่เคยสังเกตว่า ขณะนั้นวิริยเหตุหรือเปล่า ถ้าจะเกิดวิริยเหตุขึ้นในขณะนั้น ก็เป็นไปตามการสะสม โดยที่ปัญญาไม่ได้รู้ว่า แท้ที่จริงแล้วไม่ใช่เราที่วิริย เช่น ท่านที่ไม่กล่าวคำเท็จ ในขณะนั้นเป็นโดยการสะสม แต่ไม่ใช่สติสัมปชัญญะที่จะรู้ว่า ในขณะนั้นไม่ใช่เราที่วิริย

วันหนึ่ง ๆ ตั้งแต่เกิดมามีรูปร่างกาย คนไม่ช่างคิดก็ปล่อยไปวันหนึ่ง ๆ คือไม่รู้เหตุปัจจัยของแม้การพูด แม้การเดิน แม้การเคลื่อนไหวซึ่งมีอยู่ตลอดเวลาว่า เพราะอะไร และมีอะไรเป็นปัจจัย แต่ถ้าศึกษาพระธรรมแล้วจะเริ่มเห็น และจะเจริญกุศลเป็นลำดับขึ้น เพราะว่ากุศลชั้นทานก็เป็นไปได้แม้ไม่ศึกษาพระธรรม กุศลชั้นศีลก็เป็นไปได้แม้ไม่ศึกษาพระธรรม แต่กุศลชั้นสูงกว่านั้น คือ สมถภาวนาและวิปัสสนาภาวนา จะเป็นไปไม่ได้เลยถ้าไม่ศึกษาพระธรรม เพราะฉะนั้น ที่จะเจริญสมถภาวนาโดยไม่รู้อะไรเลย ไม่เข้าใจอะไรเลย ไม่ได้ฟังพระธรรม ไม่ได้พิจารณาในเหตุในผล ย่อมเป็นไปไม่ได้ เช่นเดียวกับการเจริญสติปัฏฐาน

เพราะฉะนั้น ชีวิตในวันหนึ่ง ๆ เมื่อได้ฟังพระธรรมแล้ว กุศลประเภทไหนจะเพิ่มขึ้น เรื่องของท่านที่เคยมีมาแล้ว เรื่องของศีลก็จะมีมาแล้ว ส่วนเรื่องความสงบของจิตจะเพิ่มขึ้นไหมในชีวิตประจำวัน ซึ่งเป็นกุศลที่ควรเจริญ ควรอบรม ไม่ใช่ว่าควรจะเจริญอบรมแต่เฉพาะสติปัฏฐาน เพราะถ้าไม่ใช่กาลที่สติปัฏฐานจะเกิด ก็ควรจะให้กุศลชั้นอื่นเกิด ไม่ใช่ไปตั้งหน้าตั้งตาคอยกุศลประเภทเดียว คือ สติปัฏฐาน

สำหรับสมถภาวนา คือ ความสงบของจิต เป็นสิ่งที่น่าสนใจมาก เพราะว่า เป็นชีวิตประจำวัน ซึ่งบางคนอาจจะละเลยเพราะไม่เข้าใจ หรือเมื่อไม่เข้าใจเรื่องสมถภาวนาและวิปัสสนาภาวนา ก็เลยทำให้ไม่อยากเจริญสมถภาวนา คิดแต่จะเจริญ



วิปัสสนากาวนา แต่ถ้าเข้าใจเรื่องของสมถกาวนาและรู้ว่าควรเจริญกุศลทุกประการ แม้ในขณะที่นั่งอยู่ โกรธใครบ้างหรือเปล่า เท่านั้นเอง ก็เจริญสมถกาวนาได้ คือ ถ้ารู้ว่ายังกุ่นเคือง ยังไม่พอใจบุคคลใดอยู่ ขณะนั้นเป็นอกุศล เรื่องโกรธจะมีได้บ่อย ๆ ในวันหนึ่ง ๆ แต่ถ้าสติเกิดก็รู้ได้เลยว่า แม้แต่ความุ่นเคืองใจสักเล็กน้อยก็เป็นอกุศล

ถ้าปัญญาเกิดอย่างนี้จริง ๆ และรู้ว่าโกรธบุคคลนั้นเพราะอะไร และถ้ามีเมตตาต่อบุคคลนั้นจะโกรธบุคคลนั้นไม่ได้เลย และถ้าประกอบด้วยปัญญาที่รู้ว่าเป็นวันหนึ่ง ๆ เอาชื่อออกให้หมด ไม่ว่าจะคิดอะไรก็ตาม เคยคิดว่าเป็นคนนี้ เรื่องของคนนี้น่าโกรธ เพราะว่ากำลังมีคนนี้และมีเรื่องของคนนี้น่าโกรธ แต่ถ้าปัญญาจริง ๆ ว่า เอาชื่อออก ก็มีแต่สภาพของนามธรรมที่เป็นอกุศลที่ไม่มีใครชอบ เช่น คนที่ริษยา หรือคนที่สำคัญตน คนที่ดูหมิ่นดูถูกคนอื่น คนที่แข่งดี ซึ่งตามความเป็นจริงแล้ว เป็นแต่เพียงสภาพธรรมเท่านั้น

เมื่อเอาชื่อออกแล้วจะโกรธสภาพธรรมนั้น ๆ หรือ ในเมื่อเป็นแต่เพียงสภาพธรรมที่เกิดปรากฏ สะสมมาอย่างไร กายวาจาก็เป็นอย่างนั้น แต่ไม่มีชื่อ ไม่มีบุคคล เพราะฉะนั้น จะทำให้เกิดจิตที่สงบเป็นกุศล ขณะนั้นก็ชื่อว่าสมถะในชีวิตประจำวัน แม้จะไม่ทำให้สงบจนกระทั่งถึงขั้นที่ดื่มด่ำปรากฏความเย็น ความสงบที่เป็นขั้นอุปจารสมาธิที่ใกล้ต่อการที่จะถึงอัปปนาสมาธิที่เป็นฌานจิต

แต่ถ้าขณะใดที่อกุศลจิตเกิด และสติเกิดรู้สึกตัว ขณะนั้นกุศลจิตก็มีปัจจัยที่จะเกิดได้ แม้ไม่ใช่สติปัฏฐาน แต่ถ้าเป็นผู้ที่ฟังเรื่องสติปัฏฐานแล้ว ย่อมมีโอกาสมีปัจจัยที่สติปัฏฐานจะเกิดระลึกลักษณะของปรมัตถธรรม เพื่อศึกษาลักษณะที่ไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล แม้ในขณะที่นั่ง หรือที่นอน ที่ยืน ที่เดิน ที่พูด ที่นิ่ง ที่คิด ซึ่งเป็นชีวิตประจำวันจริง ๆ

ถ. เพราะฉะนั้น การเจริญสมถะ หรือทาน ศีลก็ได้ หรือการทำงาน หรืออกุศล ก็เป็นชีวิตประจำวันที่ดำเนินไปเป็นปกติ ถ้าเข้าใจการเจริญสติปัฏฐาน สติก็เกิดขึ้นระลึกรู้สภาพธรรมเหล่านั้นได้ทั้งหมด



ส. เป็นนามธรรมและรูปธรรมในชีวิตประจำวันทั้งหมด ตั้งแต่เกิดจนตาย ไม่ว่าขณะไหน ขณะที่เห็นผิดก็เป็นอกุศลธรรม ขณะที่เห็นถูกก็เป็นกุศลธรรม ขณะที่ปฏิบัติผิดก็เป็นอกุศล ขณะที่ปฏิบัติถูกก็เป็นกุศล ไม่ว่าจะเป็นขณะไหนทั้งหมด คือ นามธรรมและรูปธรรมซึ่งไม่มีตัวเราเลย

ถ. ไม่มีหน้าที่ที่จะไปตั้งใจอยากให้สงบก่อน หรือเร่งเจริญสมณะอย่างเดียว หรือวิปัสสนาอย่างเดียว ซึ่งก่อนจะได้ฟังเรื่องการเจริญสติปัฏฐาน พยายามเจริญสมณะอย่างเดียว พยายามทำบ่อยๆ แต่เมื่อเริ่มฟังการเจริญสติปัฏฐาน สังเกตจิต ไม่ใช่สงบ เป็นความต้องการตลอด หรือเป็นความสงบที่ไม่มั่นคง ตลอดเวลา สลับกันไป เมื่อเริ่มฟังเข้าใจขึ้น เป้าหมายของการเข้าใจสภาพธรรม ไม่ใช่เพื่อให้สงบอย่างเดียว แต่ต้องละคลายความไม่รู้ของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏอยู่นั้น เพราะฉะนั้น ตัวอย่างในพระไตรปิฎกที่ท่านได้บรรลุความสงบถึงรูปฌานกัตติ ท่านก็เจริญจากอย่างนี้ คือ เข้าใจการเจริญวิปัสสนา และมีปัจจัยที่จะให้สมณะเกิดขึ้น สมณะก็เกิด แล้วแต่ว่าจะเกิดมากเกิดน้อย แต่การเจริญสติปัฏฐานก็ดำเนินไป จนอาจจะถึงแสนกัป หรือกี่แสนกัป สมณะนี้เจริญเป็นอรุณก็ได้ โดยไม่ได้ตั้งใจว่า ในชาตินี้หรือชาติไหนจะต้องถึงฌาน ใช่ไหม

ส. โดยมากไม่ทราบว่าจะเข้าใจจุดประสงค์ของการกระทำหรือเปล่า อย่างที่ท่านกล่าวว่า ก่อนที่จะฟังเรื่องสติปัฏฐานท่านเจริญสมณะ ไม่ทราบว่าท่านมีจุดประสงค์อะไรในการเจริญสมณะ เพราะว่าการกระทำทุกอย่างต้องประกอบด้วยปัญญา แม้แต่การที่จะทำอย่างหนึ่งอย่างใดก็ต้องรู้ว่าเพราะเหตุใด เพื่ออะไร ถ้าไม่รู้ว่าเพราะเหตุใด ไม่รู้ว่าเพื่ออะไร ขณะที่ทำนั้นจะถูกได้อย่างไร

ถ. เพราะฉะนั้น ก่อนเจริญสติปัฏฐาน เป็นการเจริญอกุศลก็ได้ ไม่ได้เจริญปัญญา หลังจากเริ่มเข้าใจตอนนั้นจึงจะเป็นปัญญา ค่อยๆ พิจารณาว่า ลักษณะไหนเป็นกุศล แต่ก็ไม่สงบโดยทันที ค่อยๆ รู้จักไปก่อน

ส. อย่างเวลาที่มีการให้หรือทานกุศลเกิด ขณะนั้นจิตสงบแล้ว จะรู้ลักษณะของจิตที่สงบในขณะนั้นได้ไหม ถ้าสติสัมปชัญญะไม่เกิดไม่รู้ลักษณะของ



จิตที่สงบในขณะที่ให้ เจริญสมถภาวนาไม่ได้ คือ ไม่สามารถแยกรู้ลักษณะที่ต่างกัน ของกุศลจิตและอกุศลจิต ถ้าสติสัมปชัญญะไม่เกิด

ขณะนี้เองกุศลจิตก็มี อกุศลจิตก็มี แล้วแต่ว่ากุศลจิตจะเกิดมาก หรืออกุศลจิต จะเกิดมาก มีทั้งอกุศลและกุศล และขณะไหนบ้างที่สติสัมปชัญญะเกิด สามารถรู้ ตรงลักษณะของอกุศลว่าขณะนี้ต่างกับขณะที่เป็นกุศล

ถ้าไม่สามารถจะรู้อย่างนี้ เจริญสมถภาวนาหรือวิปัสสนาภาวนาไม่ได้ ก็ยังคง เป็นเรื่องของกุศลจิตและอกุศลจิตในตำรา คือ ฟังเรื่องของอกุศลจิตรู้ว่า มีโลภมูลจิต มีโทสมูลจิต มีโมหมูลจิต และฟังเรื่องของกุศลจิตก็รู้ว่า มีมหากุศลจิต เป็นไปใน ทานบ้าง เป็นไปในศีลบ้าง เป็นไปในความสงบบ้าง แต่ขณะนี้เอง ขณะที่กำลังนั่ง ขณะนี้นั่ง และมีเห็น มีได้ยิน

เรื่องของปรมัตถธรรมทั้งหมดที่ศึกษา จะต้องมีความรู้ขั้นหนึ่ง คือ ไม่ใช่ขั้น เพียงฟังเรื่องของจิต เจตสิก รูป แต่เป็นขั้นที่รู้ว่า ในขณะที่กำลังนั่งอาจจะ ลืมตาบ้าง หลับตาบ้าง มีการเคลื่อนไหวส่วนหนึ่งส่วนใดของร่างกายบ้าง ไม่ได้อยู่เฉยเลย เพราะอะไร

ถ้าเป็นคนที่ไม่พิจารณาคิดพิจารณาในเหตุในผล ประกอบกับการได้ฟัง จะรู้ได้ว่า เพราะไม่ใช่มีแต่รูปร่างกาย แต่มีนามธรรมคือมีจิตด้วย





๑๗๕๐

ที่ห้องประชุมตึกสภากาการศึกษามหาวิทยาลัย

วันอาทิตย์ที่ ๑๐ มกราคม ๒๕๓๑



ถ้าเพียงรู้ว่ามีจิตใจ มีนามธรรม และมีรูปร่างกาย เท่านั้นยังไม่พอสำหรับปัญญาที่รู้เพียงเท่านี้ รู้เพียงเท่านี้เองดับกิเลสไม่ได้ แต่ขณะนี้พร้อมทั้งรูปที่ประชุมรวมกันเป็นร่างกาย และมีทั้งนามธรรม คือ จิต เจตสิกด้วย เพราะฉะนั้นผู้ที่ละเอียดจะเริ่มศึกษาลักษณะของนามธรรมซึ่งทำให้รูปเคลื่อนไหวต่าง ๆ หรือแม้รูปจะไม่เคลื่อนไหว แต่จิตเคลื่อนไหว คือ คตินึกอยู่ตลอดเวลา ไม่มีจิตของใครอยู่เฉย เห็นแล้วก็คตินึก แต่ไม่รู้สึกรู้สักตัว บางทีไม่รู้ด้วยซ้ำว่าคิดอะไร เวลาที่ได้ยินก็ไม่มีใครอยู่เฉย มีการคตินึก เวลาได้กลิ่น เวลาลิ้มรส เวลารู้สิ่งที่กระทบสัมผัส มีจิตที่คตินึกอยู่ตลอดเวลา

เพราะฉะนั้น เวลาที่สามารถรู้ลักษณะของนามธรรมซึ่งเป็นสภาพรู้ เป็นธาตุรู้ เป็นอาการรู้ ก็จะตรงกับการศึกษาพระธรรมที่พระผู้มีพระภาคได้ทรงแสดงไว้ซึ่งพิสูจน์ได้ คือ ไม่ใช่เพียงพอใจว่า รู้ว่ามีนามธรรมกับรูปธรรมเท่านั้น หรือรู้ว่ามีจิต เจตสิก รูป กิเลส กิชนิด ก็ประเภทในตำรา แต่ต้องรู้ในขณะที่กำลังเห็น กำลังได้ยิน หรือว่ากำลังคตินึกในขณะนี้

เมื่อได้ฟังพระธรรมแล้ว ก็ขึ้นอยู่กับความเป็นผู้ละเอียดที่จะสังเกต ศึกษาพิจารณาสภาพธรรมที่ได้ยินได้ฟัง และสภาพธรรมเหล่านั้นก็มีให้พิสูจน์ทุกขณะในชีวิตประจำวัน เพียงแต่ว่าเมื่อการฟังยังไม่พอ ก็ไม่เป็นปัจจัยให้สติเกิดระลึกได้ว่า จะต้องศึกษาลักษณะของนามธรรมซึ่งไม่ใช่รูปธรรม แม้ขณะที่กำลังนั่งอยู่ในขณะนี้

๓. สนทนารวมกันเกิดปัญหาว่า วิปัสสนาญาณ ๓ ขั้นแรกเป็นเรื่องของจินตาคือ เข้าใจกันว่า ขณะที่สภาพธรรมซึ่งเป็นปรมาตมธรรมปรากฏ เช่น เสียง สติเกิดขึ้นระลึกลักษณะของเสียง หลังจากนั้นก็นึกและรู้ตามปริยัติว่า นั่นแหละคือลักษณะของรูปธรรม





ส. ขอบพระทานโทษ ถ้าอย่างนั้นนามรูปปริจเฉทญาณก็เกิดเดี๋ยวนี้นี้ ไม่ต้องทำอะไรเลย เพียงแต่นึกเขาก็เป็นนามรูปปริจเฉทญาณแล้ว นี่คือการเข้าใจผิด ไม่ได้พิจารณาว่า วิปัสสนาญาณไม่ใช่เป็นการคิดตาม

ขณะนี้ทุกคนเห็นและนึกขึ้นได้ว่า กำลังเห็นนี้เป็นอาการรู้ เป็นลักษณะรู้ เป็นธาตุรู้ กำลังนั่งอยู่ขณะนี้ก็เป็นรูป เท่านั้นเป็นนามรูปปริจเฉทญาณแล้ว ไม่ต้องเจริญอะไรเลย

สติปัฏฐานเพื่ออะไร สติปัฏฐานมีลักษณะอย่างไร สติปัฏฐานระลึกอะไร ก็ไม่มีประโยชน์ทั้งนั้นถ้าเข้าใจผิดอย่างนี้ เพียงคำว่า จินตาทิณญาณ ไม่ได้เข้าใจว่า วิปัสสนาญาณทุกญาณรู้อะไร ทำไมจึงเป็นนามรูปปริจเฉทญาณ

ถ. ปัญญาต้องรู้ขณะที่ธรรมกำลังปรากฏ และเข้าใจในสภาพธรรมที่ยังปรากฏอยู่ ไม่ใช่ธรรมดับไปแล้วและมานั่งคิดขึ้นมา ไซ้ไหม

ส. ได้เคยกล่าวถึงเรื่องตรุนวิปัสสนาญาณ ๓ คือ นามรูปปริจเฉทญาณ ปัจจยปริคคหญาณ และสัมมสนญาณว่า ที่ใช้คำว่าจินตาทิณญาณเพราะเหตุใด ไม่ใช่เพียงการคิด ขณะนี้เองเป็นวิปัสสนาญาณทั้ง ๓ ญาณถ้ากล่าวว่ ทั้ง ๓ ญาณนี้เป็นจินตาทิณญาณ แต่ไม่ใช่อย่างนั้นเลย ต้องเป็นผู้ละเอียดที่จะรู้ว่า คำว่าวิปัสสนาคืออะไร ญาณคืออะไร

ญาณ คือ ความรู้ชัด ความรู้

วิปัสสนา คือ เห็น

ความรู้ซึ่งเกิดจากการเห็น คือ การประจักษ์แจ้ง ขณะที่วิปัสสนาญาณแต่ละญาณเกิด ไม่มีอดีต ไม่มีโลก ไม่มีตัวตน มีแต่ลักษณะของสภาพธรรมซึ่งเป็นธาตุรู้ ในขณะที่วิปัสสนาญาณซึ่งได้แก่มหากุศลญาณสัมปยุตต์เกิดทางมโนทวาร จึงสามารถรู้เฉพาะลักษณะของธาตุรู้ได้

ถ. แต่ต้องเข้าใจถึงการทำลายอดีตที่เคยยึด เคยเห็นผิด หรือเคยรวมกัน เป็นกลุ่มก้อนอยู่



ส. และเมื่อกล่าวว่าเป็นผล จะต้องมีความด้วยว่า วิปัสสนาญาณที่จะเกิด ประจักษ์แจ้งอย่างนั้นเหตุมาจากไหน ถ้าไม่รู้ถึงเหตุจะกล่าวว่าเป็นผลแล้วนั้น ไม่ถูกต้อง เพราะฉะนั้น เหตุ คือ สติปัฏฐาน จากการฟังที่รู้ว่า นามธรรมเป็นสภาพรู้ เป็นธาตุรู้ และสติระลึกที่ลักษณะของนามธรรม แล้วแต่ว่าจะเป็นนามธรรมประเภทใด และรู้ในอาการรู้นั้นเพิ่มขึ้น จนกว่าจะประจักษ์แจ้งเป็นวิปัสสนาญาณที่สามารถ แยกขาดลักษณะของนามธรรมออกจากรูปธรรมทางมโนทวาร

ต้องมีเหตุ ไม่ใช่ไม่มีเหตุ ใครก็ตามที่คิดว่า ฟังแล้วคิด เพราะกล่าวว่า จินตญาณ เพราะฉะนั้น เพียงแต่ได้ยินและบอกว่า เสียงเป็นรูป ได้ยินขณะนี้เป็นนาม แล้วก็เป็นนามรูปปริจเฉทญาณ ปัจจัยปริคคหญาณ สัมมสนญาณ เพราะว่าดับไปหมดแล้ว เท่านั้นไม่ได้

อีกประการหนึ่งที่กล่าวว่า จินตญาณ เพราะว่าแม้ในขณะนั้นมีปัจจัยที่จะ ให้ตรึงถึงลักษณะของสภาพธรรม แต่สภาพที่ตรึงนั้นเป็นนามธรรม นี่คือความต่างกัน ของวิปัสสนาญาณและไม่ใช่วิปัสสนาญาณ

ถ. ตรึงในขณะที่สภาพธรรมยังปรากฏ

ส. ในขณะที่กำลังเป็นวิปัสสนาญาณได้ จึงเป็นจินตญาณ

ถ. ถ้าไม่เป็นจินตญาณ ไม่มีลักษณะของการตรึง

ส. แน่นนอน เป็นแต่เพียงคิด แต่แม้ขณะที่กำลังคิด เช่น ในขณะนั้นคิดก็เป็น นามธรรมชนิดหนึ่งซึ่งต่างกับเห็น เพราะฉะนั้น ลักษณะนั้นปรากฏความต่างกัน ทางมโนทวาร เมื่อยังมีปัจจัยที่จะให้ตรึงหรือนึกถึงอารมณ์ที่กำลังปรากฏ ลักษณะของ นามธรรมที่คิดก็เกิดได้ในขณะที่สภาพธรรมกำลังปรากฏที่เป็นวิปัสสนาญาณ ด้วยเหตุนี้จึงกล่าวว่าเป็นจินตญาณ เพราะว่ายังไม่สมบูรณ์ถึงขั้นของอุทยัพพญาณ ซึ่งประจักษ์การแยกขาดจากกันที่ชัดเจนและละเอียดกว่าสัมมสนญาณ

ถ. เพราะฉะนั้น ที่ไม่เกิดการตรึงก็เพราะเห็นชัดและแยกขาดแล้ว ลักษณะของการตรึงที่ต้องเกิดขึ้นคิดอีกจึงไม่เกิดขึ้น ต่างกันตรงนี้



ส. สภาพคตินี้จะติดตามไปอยู่เสมอ ท่านผู้ฟังจะสังเกตได้ว่า ไม่มีใครยับยั้งความคิดได้ แม้แต่เวลาที่สติปัฏฐานเริ่มเกิดระลอกลักษณะของแข็งที่กำลังปรากฏบางคนก็คิดว่า แข็งเป็นรูป แต่เมื่อเป็นวิปัสสนาญาณ ลักษณะของนามธรรมทั้ง ๒ อย่าง ที่รู้แข็งก็เป็นผู้รู้แข็ง ที่คิดก็เป็นคิด แยกขาดจากกัน

ถ. ละเอียดขึ้นทำให้เข้าใจได้ว่า ขณะที่คิดและตรีกวิปัสสนาญาณยังไม่เกิด เคยคิดอย่างนี้มาก่อนเหมือนกันว่า คงจะใช่แล้ว หลังจากนั้นคิดและก็ทำตามปริยัติหมด

ส. ตามปริยัติ แต่ไม่ใช่เป็นการประจักษ์แจ้ง คือ คิดตามที่ได้ศึกษาและเข้าใจเอาเองว่า ขณะนั้นเป็นวิปัสสนาญาณ

นิภัทร สมานิติที่เป็นบาทของวิปัสสนา คือ มีพระบาลีว่า ดูก่อน ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงเจริญสมานิติ เพราะว่าผู้ที่มีจิตตั้งมั่นแล้ว ย่อมสามารถรู้เห็นตามความเป็นจริงได้ คำว่า จิตตั้งมั่น หรือว่าจิตเป็นสมานิติ ที่จะทำให้รู้แจ้งตามความเป็นจริงนั้น หมายถึงสมานิติแค่ไหน

ส. ในมรรคมืองค์ ๘ มีสัมมาสมานิติด้วย แต่ที่จะเป็นสัมมาสมานิติในมรรคมืองค์ ๘ ได้ จะต้องเกิดร่วมกับสัมมาทิฐิและสัมมาสติ ถ้าไม่เกิดร่วมกับสัมมาทิฐิ สัมมาสติและองค์อื่น ๆ ก็ไม่ชื่อว่าสัมมาสมานิติในมรรคมืองค์ ๘

เพราะฉะนั้น สัมมาสมานิติที่จะทำให้รู้แจ้งลักษณะของอริยสัจจธรรม ต้องเป็นสัมมาสมานิติในมรรคมืองค์ ๘ ไม่ใช่สัมมาสมานิติอื่น ๆ ในขั้นของทาน ในขั้นของศีล หรือในขั้นของการเจริญสมณภาวนา

นิ. ไม่ใช่จะไปเจริญสมานิติจนจิตสงบและสติปัญญาจะรู้เองเห็นเอง โดยไม่ต้องไปทำอย่างอื่น คือ อาศัยสมานิตินั้นแหละ เมื่อจิตมีสมานิติแล้วจะรู้แจ้งตามความเป็นจริงเอง

ส. โดยมากท่านผู้ฟังจะได้ยินคำพูดอย่างนี้บ่อย ๆ และจะมีการปฏิบัติอย่างนี้ตามคำพูดอย่างนี้ด้วยว่า ทำสมานิติไปปัญญาาก็จะเกิด แต่ต้องเป็นผู้ที่ละเอียดจริง ๆ แม้แต่ที่กล่าวว่า ทำสมานิติไปก่อนและปัญญาจะเกิดทีหลัง ก็ควรจะถามผู้ที่



แนะนำนั้นว่า ทำสมาธิอย่างไร ไม่ใช่ว่าบอกโดยที่ไม่เกิดปัญญาอะไรเลย และก็นั่งทำและไม่รู้ว่าทำอะไร และก็หวังว่าปัญญาจะเกิดขึ้น

ถ้าถามบุคคลที่ไปทำสมาธิเสียก่อนแล้วปัญญาจะเกิด ถ้าถามท่านผู้นั้นว่า ปัญญาที่จะเกิดนั้น ปัญญารู้อะไร ท่านผู้นั้นจะตอบได้ไหมว่า ปัญญานั้นจะรู้อะไร

นิ. ก็คงรู้แบบนึกคิดเอาเอง เพราะเท่าที่สังเกตผู้บรรยายในทำนองนี้ คือ เมื่อทำสมาธิไป เมื่อจิตเข้าที่ หรือจิตรวม จิตตกวงค์ตามที่เขาพูดกัน ก็จะใช้จิตนั้น คิดถึงสภาวะธรรมต่าง ๆ เช่น ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ ไม่ใช่ตัว ไม่ใช่ตน ไม่ใช่เรา ไม่ใช่เขา เป็นแต่ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม ผมเข้าใจว่าเป็นการคิดเอา โดยไม่ได้เข้าใจสภาวะธรรมที่ปรากฏจริง ๆ

สุ. ขออนุโมทนาท่านผู้ฟังที่ท่านช่วยกรุณาเป็นตัวแทน หรือไม่ทราบว่าเป็นท่านมีความคิดอย่างนี้หรือเปล่า แต่ท่านจะช่วยท่านผู้ฟังอีกหลายท่านหรือท่านที่ชอบปฏิบัติที่เคยทำสมาธิมาและยังไม่ได้สนทนาธรรมพูดกันถึงเรื่องเหตุผล เป็นโอกาสที่จะให้ดิฉันได้ซักถาม สำหรับเป็นตัวแทนของท่านที่อาจจะเคยทำสมาธิและคิดว่าปัญญาจะเกิด

ถ้าดิฉันจะทำอย่างที่ว่า จะให้ดิฉันทำสมาธิอย่างไร เริ่มสอนให้ทำสมาธิจะให้ดิฉันทำอย่างไร คือ ทุกอย่างที่ต้องทำ เมื่อคิดอย่างไร เข้าใจอย่างไร พูดอย่างไร ก็ทำอย่างนั้น ถ้าคิดถูก เข้าใจถูก ก็ทำถูก ถ้าคิดผิด พูดผิด เข้าใจผิด ก็ทำผิด เพราะฉะนั้น ถ้าพูดว่า ทำสมาธิเสียก่อน และปัญญาจะเกิดทีหลัง ก็ขอเรียนถามว่า จะให้ดิฉันทำสมาธิอย่างไร

นิ. เท่าที่ได้เคยสัมผัสมาพอสมควร สมมติว่า ให้เจริญพุทโธ กับกรรมภาวนาว่า พุทโธ พุทโธ พุทโธ

สุ. ในขณะที่พูดคำว่า พุทโธ จิตเป็นกุศลหรือเปล่า

นิ. จิตอาจจะเป็นกุศลก็ได้ ไม่เป็นกุศลก็ได้

สุ. ถ้าไม่เป็น

นิ. ถ้าไม่เป็น ขณะนั้นก็หวังจะให้จิตสงบ



ส. แต่ไม่เป็น ทำอย่างไรก็ไม่เป็น จะสอนอย่างไรให้เป็น ถ้าเอาเด็ก ๆ มาพูดว่า พุทโธ และเอาผู้ใหญ่มาพูดว่า พุทโธ จะรู้ได้ใหม่ว่า ทั้งสองคนจิตเป็นกุศลหรือเปล่า

นิ. ผมสังเกตดู แม้จะท่องคำว่า พุทโธ หรือคำว่า อรหันต์ ก็ไม่ได้เข้าใจความหมายของคำว่า พุทโธ ไม่ได้เข้าใจความหมายของคำว่า อรหันต์ ว่าหมายถึงอะไร ก็ท่อง ๆ ไป ถ้าเปลี่ยนคำว่าพุทโธหรืออรหันต์เป็นคำอื่น อย่างศาสดาอื่นที่ไม่ใช่ศาสดาในศาสนาพุทธของเรา ผมว่ามีค่าเท่ากันกับใช้คำว่า พุทโธ หรืออรหันต์

ส. และยังอยากจะให้ดิฉันทำสมาธิอย่างนี้หรือ คือ ท่องเฉย ๆ พุดเฉย ๆ เป็นอกุศลหรือเป็นกุศลก็ไม่ทราบ หรือจะใช้คำอื่นแทนก็ได้ ไม่มีเหตุผลพอ และปัญญาจะรู้อะไรถ้าท่องอย่างนี้ เมื่อถึงขั้นของปัญญาที่หวังว่าเป็นสมาธิแล้วปัญญาจะเกิดนั้น ปัญญาจะรู้อะไร กำลังท่อง ๆ อยู่อย่างนี้ ปัญญาจะรู้อะไร

นิ. เท่าที่ฟังดู ปัญญาก็รู้ว่า ตัวเราไม่มีอะไร นอกจากดิน น้ำ ไฟ ลม

ส. ขอประทานโทษ ก็กำลังท่องพุทโธอยู่ จะรู้ได้อย่างไรว่าไม่มีอะไร นอกจากดิน น้ำ ไฟ ลม

นิ. คือ หลังจากท่องแล้วเข้าใจว่าจิตสงบ หลังจากพยายามทนทรมาน นั่งจนเหนื่อย รู้สึกว่าจิตสงบ ก็คิดไปว่า ร่างกายประกอบด้วยธาตุ ๔ คือ ดิน น้ำ ไฟ ลม ถ้าเป็นดินก็เป็นผม ขน เล็บ ฟัน หนัง

ส. ถ้าอย่างนั้นก็คิดเสียทีแรก ไม่ต้องไปนั่งท่องพุทโธไม่ได้หรือ

นิ. คิดแต่ทีแรก คิดไม่ออก

ส. ทำไมไม่สอนให้เข้าใจแทนที่จะไปท่อง ให้รู้ว่าพุทโธนั้นตรัสรู้อะไรที่จะให้ผู้ฟังเกิดปัญญาของตัวเองที่จะรู้ว่า พระผู้มีพระภาคอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงพระนามว่า พุทโธ เป็นผู้ตื่น เป็นผู้ตรัสรู้ เป็นผู้เบิกบานนั้น เพราะตรัสรู้อะไรให้เข้าใจอย่างนี้ไม่ดีกว่าหรือ

นิ. ที่ผมว่ามาทั้งหมด เป็นความเข้าใจที่ผมมารู้ตอนหลังว่า เป็นความเข้าใจที่สอนกันผิด ไม่ทราบว่าผิดกันมาตั้งแต่เมื่อไร และยังจะผิดต่อไปอีกเท่าไร



ก็ยังไม่ทราบ และเท่าที่สนทนากับผู้ที่เคยทำอย่างนี้มาแล้ว เขาไม่มีทางมาเชื่อ  
มาเข้าใจในทางที่ถูกต้องได้ เพราะเขาเห็นว่าถูกต้องแล้ว เขายึดถือคำว่า ถ้าจิตไม่เป็น  
สมาธิแล้ว ปัญญาเกิดไม่ได้ เขาเถียงเราอย่างนี้เสมอ เพราะฉะนั้น ผมจึงบอกว่า  
สมาธิที่ว่าจะต้องเจริญนั้น อยากให้เข้าใจให้แน่ชัดว่า ไม่ใช่สมาธิที่ไปสงบนิ่งอยู่เฉย ๆ  
ต้องเป็นสมาธิที่ประกอบด้วยปัญญาที่เกิดกับองค์มรรค ไม่ใช่สมาธิที่ไปนั่งนิ่ง ๆ และ  
เห็นอะไรต่ออะไร และนี่กว่าตัวเองได้เห็นในสิ่งที่ถูกต้อง ซึ่งผมเห็นว่า เป็นลัทธิของ  
อาจารย์ คือ เชื่อตามอาจารย์สอน ไม่คำนึงถึงหลักฐาน ไม่คำนึงถึงว่าถูกหรือผิด

การเชื่ออย่างนี้ ผมก็เชื่อมากแล้ว ซึ่งไม่เกิดความรู้ความเข้าใจในทางที่  
ถูกต้องขึ้นมาได้ นอกจากมาศึกษาตามแนวทางที่อาจารย์บรรยายนี้ ก็ปรากฏว่า  
ถึงแม้กิเลสยังมีอยู่ แต่ความเข้าใจถูกในข้อปฏิบัติ ก็ก้าวหน้าขึ้นได้พอสมควร  
ไม่เหมือนอย่างที่เป็นไปเพื่อให้เป็นสมาธิและให้ปัญญาเกิดขึ้นเอง สรุปแล้วไม่มีทาง  
ที่จะเป็นไปได้

ส. ในขณะที่ท่องพุทโธจะรู้ใหม่ว่า มีนามธรรมและรูปธรรม แม้ในขณะที่  
กำลังนั่งนึกคำว่า พุท คำว่า โธ จะรู้ลักษณะของนามธรรมใหม่ จะรู้ว่าไม่ใช่ตัวตน  
เป็นแต่เพียงนามธรรมชนิดหนึ่งที่กำลังคิดใหม่ ถ้าไม่รู้ลักษณะของนามธรรมและ  
รูปธรรม จะเจริญอะไร เพื่อประโยชน์อะไรไม่ทราบ

ปัญญาจะต้องรู้ลักษณะของนามธรรมและรูปธรรม จึงจะละการยึดถือ  
นามธรรมและรูปธรรมในขณะนี้ว่าเป็นเรา นี่คือการประโยชน์และจุดประสงค์ของการ  
เจริญปัญญา ซึ่งเกิดจากการอบรมเจริญสติปัญญา เพื่อรู้แล้วละ รู้อะไร ก็รู้ลักษณะ  
ของนามธรรมและรูปธรรม วิปัสสนาญาณทุกญาณเป็นการประจักษ์แจ้งลักษณะของ  
นามธรรมและรูปธรรมซึ่งเป็นผล

เพราะฉะนั้น เหตุ คือ สติจะต้องระลึกลักษณะของนามธรรม และพิจารณา  
ศึกษาจนรู้ชัดในลักษณะที่เป็นสภาพรู้ และสติจะต้องระลึกลักษณะของรูปธรรม  
จนรู้ชัดว่าเป็นลักษณะของสภาพที่ไม่ใช่สภาพรู้ ไม่มีเราเลย มีแต่ลักษณะของ



นามธรรมและรูปธรรมชนิดต่าง ๆ ประเภทต่าง ๆ นั่นคือประโยชน์ที่จะทำให้ละคลาย  
การยึดถือนามธรรมและรูปธรรมว่า เป็นตัวตน เป็นเรา

