



มูลนิธิศึกษาและเผยแพร่พระพุทธศาสนา
Dhamma Study and Support Foundation

แนวทางเจริญวิปัสสนา

เล่ม ๘๗ ตอนที่ ๘๖๑ – ๘๗๐

บรรยายโดย

สุจินต์ บริหารวนเขตต์



แนวทางเจริญวิปัสสนา

๘๖๑



สำหรับอาการต่อไปของกาย คือ หนัง ภาษาบาลีว่า ตโจ มีคำอธิบายว่า

คำว่า ตโจ ได้แก่ หนังหุ้มสรีระทั้งสิ้น อธิบายว่า เบื้องบน (คือ ข้างบนของผิวหนัง) มีสีดำ สีคล้ำ และสีเหลืองที่ปรากฏ ชื่อว่าผิวหนังทั้งนั้น (ไม่ว่าจะเป็นสีดำ หรือว่าสีเหลือง หรือว่าสีคล้ำ) ผิวหนังนั้นเมื่อลอกออกแม้จากสรีระทั้งสิ้น ย่อมมีประมาณเท่าเมล็ดพุทรา แต่เมื่อว่าโดยสีหนัง มีสีขาวอย่างเดียว ความที่หนังนั้นเป็นสีขาวนั้นย่อมปรากฏเพราะผิวถลอก ด้วยการกระทบเปลวไฟ และประหารด้วยเครื่องประหารเป็นต้น โดยสัณฐาน มีสัณฐานเหมือนสรีระเทียว (คือ หนังนี้หุ้มร่างกายอยู่ เพราะฉะนั้น โดยสัณฐานของหนัง ก็ย่อมมีรูปร่างสัณฐานเหมือนกับร่างกายของแต่ละคน) นี่เป็นเนื้อความย่อ ในคำว่าโดยสัณฐานนั้น

แต่เมื่อว่าโดยพิสดาร (พึงทราบ ว่า หนังแต่ละส่วน ก็มีสัณฐานต่าง ๆ ที่จะทำให้เกิดความรู้สึกเป็นปฏิกุล หรือว่าเป็นความไม่งาม) หนังนิ้วเท้ามีสัณฐานเหมือนรังไหม หนังหลังเท้ามีสัณฐานเหมือนรองเท้าหุ้มเท้า หนังแข้งมีสัณฐานเหมือนใบตาลห่อภัตร (คือ ใบตาลห่ออาหาร) หนังขาอ่อนมีสัณฐานเหมือนไถ่ยาวเต็มด้วยข้าวสาร หนังตะโพกมีสัณฐานเหมือนแผ่นผ้ากรองน้ำเต็มด้วยน้ำ หนังหลังมีสัณฐานเหมือนหนังหุ้มโล่ หนังท้องมีสัณฐานเหมือนหนังหุ้มรางพิณ หนังอกโดยมากมีสัณฐานสีเหลืองม่นหนังแขนทั้งสองมีสัณฐานเหมือนหนังหุ้มแล่งธนู หนังหลังมือมีสัณฐานเหมือนผักมีด หรือมีสัณฐานเหมือนถุงโล่ หนังนิ้วมือมีสัณฐานเหมือนผักกูดแจหนังค้อมีสัณฐานเหมือนเสื้อปิดคอ หนังหน้ามีช่องน้อยช่องใหญ่มีสัณฐานเหมือนรังตักแตน หนังศีรษะมีสัณฐานเหมือนถลกบาตร

นี่เรื่องของสมถภาวนา ซึ่งเป็นเรื่องยาก เพราะฉะนั้น ถ้าใครอยากจะบรรลุถึงฌานจิต หรือว่าอยากจะให้จิตสงบ แล้วก็จะพิจารณาถึงส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย



โดยไม่ต้องไปแสวงหากลิณ หรือไม่ต้องไปแสวงหาสุภาะ ก็จะได้ทราบว่า การที่จะให้จิตสงบโดยพิจารณาหนึ่ง ท่านปฏิบัติกันอย่างไร

อนึ่ง พระโยคาวจรผู้กำหนดหนึ่งเป็นอารมณ์ พึงส่งญาณไปที่หน้า ตั้งแต่ริมฝีปากบนขึ้นไป แล้วกำหนดหนึ่งหุ้มหน้าก่อนเป็นครั้งแรก ถัดจากนั้นพึงกำหนดหนึ่งที่กระดูกหน้าผาก จากนั้นพึงส่งญาณไปในระหว่างกะโหลกศีรษะ

ขณะนี้ ถ้าท่านผู้ใดจะระลึกตามไปด้วย

แล้วกำหนดหนึ่งศีรษะ โดยการแยกหนึ่งกับกะโหลกศีรษะที่เป็นอันเดียวกัน ออก เหมือนสอดมือเข้าไปในระหว่างบาตรกับถลกบาตร แต่นั่นพึงกำหนดหนึ่งคอ จากนั้นก็พึงกำหนดหนึ่งมือขวาโดยอนุโลมและปฏิโลม ลำดับนั้น ก็พึงกำหนดหนึ่งมือซ้ายโดยนัยนั้นนั่นแหละ แต่นั่นก็พึงกำหนดหนึ่งหลัง ครั้นกำหนดหนึ่งนั้น ๆ แล้วก็กำหนดหนึ่งเท้าขวาโดยปฏิโลมและอนุโลม ลำดับนั้น ก็พึงกำหนดหนึ่งเท้าซ้ายโดยนัยนั้นนั่นแหละ แต่นั่นพึงกำหนดหนึ่งท้องน้อย หน้าท้อง ทรวงอก และที่คอ โดยลำดับนั้นเทียว ที่นั่นพึงกำหนดหนึ่งใต้คาง ถัดจากหนึ่งคอขึ้นมาถึงหนึ่งริมฝีปากล่างเป็นที่สุด

ตั้งแต่เบื่องบนริมฝีปากขึ้นไปตลอดจนถึงศีรษะ ลงไปตลอดจนกระทั่งถึงเท้า และก็ขึ้นมาข้างหน้าจนกระทั่งถึงหน้าท้อง ทรวงอก ที่คอ ใต้คาง ริมฝีปากล่างเป็นที่สุด จึงสำเร็จ

เมื่อพระโยคาวจรกำหนดหนึ่งใหญ่ ๆ อยู่อย่างนี้ แม้หนึ่งเล็ก ๆ ก็ย่อมปรากฏโดยทิศ เกิดแล้วในทิศทั้งสอง โดยโอกาส หุ้มศีรษะทั้งสิ้นอยู่ โดยปริจเฉท เบื่องล่างกำหนดด้วยพื้นที่ตั้งอยู่ เบื่องบนกำหนดด้วยอากาศ

ที่ทำอย่างนี้เพื่อที่จะถอดออกทั้งหมด ให้เป็นการพิจารณาหนึ่งจริง ๆ ว่า ถ้าจะลอกหนึ่งออก ก็ต้องตั้งต้นจากเบื่องบนริมฝีปาก และค่อย ๆ ถลอกออกไปทางข้างหลัง และย้อนกลับมาข้างหน้าจนถึงเบื่องล่างของริมฝีปาก ก็จะเห็นความเป็นปฏิภาณของหนึ่งโดยตลอด



จะมีใครเจริญอย่างนี้ไหม

เรื่องของสมถภาวนาเป็นเรื่องยาก สติระลึกลับที่ที่ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจที่กำลังคิด หรือที่กำลังฟัง หรือแล้วแต่จิตขณะนั้นจะเป็นอย่างไร ก็รู้ว่าขณะนั้นเป็นสภาพธรรมที่ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน นั่นคือจุดประสงค์สูงสุด

เพราะถึงแม้ว่าจะได้ปฐมนิเทศจากการระลึกถึงส่วนต่าง ๆ ของกาย ก็ไม่รู้ลักษณะที่ไม่ใช่ตัวตนในขณะที่เป็นปฐมนิเทศ หรือในขณะที่เห็น ในขณะที่ได้ยิน ในขณะที่ได้กลิ่น ในขณะที่ลิ้มรส ในขณะที่รู้สิ่งที่กระทบสัมผัสกายตามปกติ

ลองคิดดู กว่าฉันทจิตจะเกิด ถึงแม้ว่าจะคิดอย่างนี้ พิจารณาอย่างนี้ โดยอนุโลมและปฏิโลม ความสงบของจิตจะเกิดขึ้นหรือไม่ และจะสงบได้ถึงแค่ไหน ก็ยังไม่ถึงฉันทจิต เพราะฉะนั้น ผู้ที่ต้องการจะอบรมเจริญสมถภาวนาก่อนเพื่อที่จะให้สงบ และคิดว่าจะเจริญสติปัฏฐานภายหลัง ก็ลองคิดดูว่า เมื่อไหร่จิตจะสงบและเมื่อไหร่ความสงบจะมั่นคงขึ้นถึงอุปปาสนาสมาธิ และอัปปนาสมาธิที่จะเป็นฉันทจิต ซึ่งบางท่านตลอดชีวิตก็ไม่ถึงฉันทจิต

และถ้าท่านมีความฝักใฝ่ตั้งใจเจริญเพียงสมถภาวนาที่จะให้สงบยิ่งขึ้น ขณะนั้นจะไม่มีระลึกได้ที่จะรู้ลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจตามปกติเลย เพราะเหตุใด เพราะเมื่อตื่นขึ้นใจของท่านก็มุ่งไปที่ความสงบ ลืมที่กำลังเห็น กำลังได้ยิน กำลังได้กลิ่น กำลังลิ้มรส กำลังรู้สิ่งที่กระทบสัมผัส กำลังคิดนึกตามปกติ และเมื่อไรสติปัฏฐานจะเกิดขึ้นพิจารณารู้ลักษณะของสภาพธรรมที่ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคลที่ปรากฏทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ตามความเป็นจริง

เพราะฉะนั้น ในชาตินี้มีโอกาสได้เข้าใจเรื่องการเจริญสติปัฏฐาน แต่จะยังไม่รู้ลักษณะสภาพที่ไม่ใช่ตัวตนทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ควรจะทำอย่างไร



ถ้าเป็นในชาติที่ไม่มีโอกาสได้ฟัง หรือได้มีโอกาสที่จะอบรมเจริญความเข้าใจในการเจริญสติปัฏฐานให้ยิ่งขึ้น ในชาตินั้นก็ควรจะเป็นโอกาสของการเจริญกุศลขั้นอื่น ๆ รวมทั้งกุศลที่เป็นความสงบของจิตด้วย แต่ถ้าเป็นในภพชาติที่มีโอกาสที่จะได้ฟังเรื่องของการเจริญสติปัฏฐาน และเข้าใจ ซึ่งเป็นเรื่องที่จะต้องอบรมอีกมาก แต่ว่าไปเสียเวลา เสียโอกาส โดยไปฝักใฝ่ในการเจริญความสงบ ซึ่งไม่อาจจะถึงฉานจิตในชาตินั้นก็เป็นได้ ทำให้จิตฝักใฝ่อยู่เฉพาะในเรื่องของความสงบ ลืมพิจารณาสิ่งที่กำลังปรากฏทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ

จริงไหม สำหรับท่านที่เคยติดในเรื่องของสมาธิ จะเห็นได้ว่า มีความต้องการที่จะให้จิตจดจ้องอยู่ที่อารมณ์เดียว เพราะเข้าใจว่าขณะนั้นสงบ และไม่สนใจที่จะให้เกิดสติระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏแล้วตามความเป็นจริงทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ซึ่งรู้ยาก และควรจะอบรมในภพชาติที่สามารถจะกระทำได้

สำหรับอาการที่กาย อาการที่ ๖ คือ ชื่นเนื้อ ภาษาบาลีว่า มังสัง

คำว่า มังสั ได้แก่ ชื่นเนื้อ ๙๐๐ เนื้อนั้นแม้ทั้งปวงโดยสี มีสีแดงเช่นกับดอกทองกวาว โดยสีฐาน เนื้อปลีช่อง (คือ แข้ง) มีสีฐานเหมือนข้าวห่อด้วยใบตาล เนื้อขาอ่อนมีสีฐานเหมือนลูกหินบด เนื้อสะโพกมีสีฐานเหมือนขอบเตา เนื้อหลังมีสีฐานเหมือนแผ่นบตาล เนื้อสีข้างทั้งสองมีสีฐานเหมือนการฉาบทาด้วยดินเหนียวบาง ๆ ในท้องยุงข้าว เนื้อถันทั้งสองมีสีฐานเหมือนก้อนดินเหนียวอันเขาผูกแขวนไว้ เนื้อแขนทั้งสองมีสีฐานเหมือนหนูใหญ่ที่อันเขาถลกหนังกระทำให้เป็น ๒ ตอนตั้งไว้แล้ว

เมื่อพระโยคาวจรกำหนดเนื้อหยาบ ๆ อย่างนี้ แม้เนื้อละเอียดก็ย่อมปรากฏว่าโดยทิศ เกิดแล้วในทิศทั้งสอง ว่าโดยโอกาส ตั้งฉาบทากระดูกมีประมาณ ๓๑๐ ท่อน ว่าโดยปริจเฉท เบื้องล่างกำหนดด้วยพื้นที่ตั้งอยู่ที่ร่างแห่งกระดูก เบื้องบนกำหนดด้วยหนัง เบื้องขวางกำหนดซึ่งกันและกันแต่ละชิ้น นี่เป็นสภาคปริจเฉทของเนื้อนั้น



ต่อไป อาการของกาย อาการที่ ๗ คือ เอ็น ภาษาบาลีว่า นหารู

คำว่า นหารู ได้แก่ เอ็น ๙๐๐ เอ็นแม่มดทั้งหมดเมื่อว่าโดยสี มีสีขาว ว่าโดยสีฐาน มีสีฐานต่าง ๆ ก็บรรดาเอ็น ๙๐๐ เหล่านี้ เอ็นใหญ่ 60 ที่รัดร่างกาย หยั่งลงแล้วอย่างนี้ คือ เอ็นใหญ่รัดสรีระตั้งแต่ส่วนเบี่ยงบนแห่งคอ หยั่งลงแล้วข้างหน้าหทัย ๕ เส้น หยั่งลงแล้วข้างหลังหทัย ๕ เส้น ข้างขวา ๕ เส้น ข้างซ้าย ๕ เส้น แม้รัดมือข้างขวา หยั่งลงแล้วข้างหน้ามือ ๕ เส้น ข้างหลังมือ ๕ เส้น แม้รัดมือข้างซ้าย ก็ฉนั้นนั้น แม้รัดเท้าข้างขวา หยั่งลงแล้วข้างหน้าเท้า ๕ เส้น ข้างหลังเท้า ๕ เส้น แม้รัดเท้าข้างซ้าย ก็ฉนั้นนั้น เอ็นทั้งหมดนี้ชื่อว่า ทรงไว้ซึ่งสรีระ

ถ้าไม่มีเอ็นผูกไว้จะเป็นอย่างไร ร่างกายนี้ก็ต้องไม่เป็นรูปเป็นร่างอะไรเลย แต่ที่เห็นว่าทรงอยู่เป็นปกติดี ก็เพราะมีเอ็นรัดเนื้อและกระดูกไว้ ซึ่งจะขาดแตกทำลายลงเมื่อไรได้ทั้งสิ้น ซึ่งเมื่อนั้นร่างกายนี้ย่อมกระจัดกระจายเป็นส่วนต่าง ๆ ไม่ควบคุมประชุมรวมกันที่จะให้เห็นว่างาม หรือว่าเพียง หรือว่าเป็นสุข

เพราะฉะนั้น ต้องอาศัยการประชุมของส่วนต่าง ๆ ของกายจริง ๆ จึงจะให้เห็นว่า เป็นสภาพซึ่งเป็นตัวตน หรือว่าเป็นเรา

เอ็นเหล่านั้นแม่มดทั้งหมด มีสีฐานเหมือนหมุดตันคล้า (ลักษณะเหมือนต้นกก) ก็เอ็นเหล่านี้ปกครองสรีรรูปเทศนั้น ๆ ตั้งอยู่ คือ เอ็นนี้ก็แบ่งเป็นพวก ๆ พวกใหญ่เรียกว่า กัณฐรา คือ เอ็นใหญ่ซึ่งเป็นราก และเอ็นเหล่านี้ที่เล็กกว่านั้นมีสีฐานเหมือนเส้นด้ายหยาบ และที่เล็กลงไปกว่านั้นก็มีสีฐานเหมือนดินนาก หรือว่าเอ็นที่ศีรษะก็มีสีฐานเหมือนตาข่ายร่างแหคลุมศีรษะทารก เอ็นหลังมีสีฐานเหมือนอวนเปียกที่เขาดากไว้ในแดด เอ็นทั้งหลายที่เหลืตามอวัยวะใหญ่่น้อยนั้นมีสีฐานเหมือนเส้นตาข่ายที่เขาใส่ในสรีระ ว่าโดยทิศ คือ เกิดแล้วในทิศทั้ง ๒ ว่าโดยโอกาส ตั้งติดกระดูกทั้งหลายในสรีระทั้งสิ้น เบื้องล่างกำหนดโดยพื้นที่ตั้ง เบื้องบนกำหนดกระดูก ๓๐๐ ท่อน เบื้องบนกำหนดโดยประเทศที่ตั้งอยู่จรดเนื้อและหนังเบี่ยงบน เบี่ยงขวาง กำหนดซึ่งกันและกัน แต่ละอย่างก็เป็นสภาพปัจเจกแห่งเอ็นเหล่านั้น

ประการที่ ๘ ส่วนของกาย อาการที่ ๘ คือ กระดูก ภาษาบาลีว่า อัญญิ



สงบบ้างไหม ตอนนี่ถึงกระดูก สงบบ้างหรือเปล่า หรือว่ายังไม่สงบเลย ยากไหม สมถภาวนา อย่าลืมถึงความยาก เพราะว่าหลายท่านคิดว่า เมื่อไม่ใช่ วิปัสสนา ก็เป็นสมถะ แต่ไม่จริง ขึ้นอยู่กับกุศลจิตที่เกิดขึ้นในขณะนั้น พร้อมสัมปชัญญะ ที่จะรู้ว่า พิจารณาถูกต้องไหม พิจารณาโดยนัยอย่างไร ถ้าเพียงพอ คือ บริกรรมว่า ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง จะโดยภาษาไทยหรือภาษาบาลีก็ตาม ซึ่งการที่จะให้จิตสงบนี้ ท่านต้องเริ่มจากการท่องเป็นวัน ๆ เป็นเดือน ๆ จนกว่าจะคล่อง ไม่ลืมอาการ ๓๒ นี้ โดยลำดับ พร้อมกันนั้นก็จะต้องนึกถึงส่วนต่าง ๆ อาการต่าง ๆ แต่จะลักษณะโดย ลำดับ จนกว่าจะคล่องจริง ๆ

และการที่จะระลึกนี้ ไม่ใช่เพียงแต่จะท่องเฉย ๆ และก็คิดว่า คล่องแล้ว แต่ เวลาที่ระลึกถึงสภาพอาการที่ปรากฏจริง ๆ ของส่วนต่าง ๆ จะต้องรู้ด้วยว่า ขณะนั้น ระลึกด้วยจิตที่สงบหรือเปล่า ซึ่งจะต้องเป็นปัญญาขั้นสัมปชัญญะในขั้นของสมถะ ที่สามารถจะรู้ความต่างกันของจิตที่สงบและจิตที่ไม่สงบ นี่เป็นแต่เพียงเบื้องต้น

ถ. การเจริญสมถภาวนานี้ มีนิมิตอยู่ ๓ นิมิต คือ บริกรรมนิมิต อุกคหนิมิต และปฏิภาคนิมิต การเจริญกายคตาสตินี้ บริกรรมนิมิต คือ การคิดถึง ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง และก็คิดถึงลักษณะของผม โดยกลิ่น โดยสี โดยสัณฐาน ต่าง ๆ นี้ ชื่อว่า บริกรรมนิมิต ใช่ไหม

ส. ขอล่าวถึงวิธีที่ท่านใช้ปฏิบัติในครั้งก่อน ใน **อรรถกถา** มีข้อความว่า

ต้องทำการสาธยายก่อนโดยการท่องในหมวด ๕ แรก คือ ใน ตจปัญจกัมมัฏฐาน คือ การบริกรรมเพียงเฉพาะ ๕ เริ่มด้วยผม ขน เล็บ ฟัน หนัง นั่งทำการสาธยายตลอดทั้งเดือนทีเดียวเฉพาะ ๕ อย่างนี้ โดยอนุโลมตลอด ๕ วัน และโดยปฏิโลมตลอด ๕ วัน คือ หนัง และทวนกลับไปจนถึงผมตลอด ๕ วัน และโดยอนุโลมและปฏิโลมตลอด ๕ วัน ต่อจากนั้นจะต้องไปถึงวัฏกปัญจกัมมัฏฐาน คือ หมวด ๕ ต่อ ๆ ไป จนครบทั้ง ๑๐ ตลอดทั้งเดือน และต่อไปอีกเรื่อย ๆ ซึ่งขณะนั้นก็แม้แต่เพียงการสาธยายเท่านั้นเอง



ในการทำการสาธยายตลอด ๖ เดือนนั้น โกฎฐาส คือ ส่วนต่าง ๆ ย่อมปรากฏแก่ภิกษุผู้มีอุปนิสัยถึงพร้อมแล้ว ผู้มีปัญญา ผู้กำลังเรียนกัมมัฏฐานนั้นนั้นแหละ แต่ว่าย่อมปรากฏแก่ภิกษุบางพวก

ไม่ใช่ว่าทุกคนจะต้องเหมือนกัน เพราะฉะนั้น ไม่ได้หมายความว่า พอนึกถึงก็จะมีนิมิตเกิดขึ้นทันที

ถ. การสาธยายที่ท่อง ๆ นั้น เมื่อท่องไป ๆ นิมิตอย่างใดอย่างหนึ่งที่เกิดขึ้นเรียกว่า อุกคหนิมิต ใช่ไหม

ส. สำหรับส่วนต่าง ๆ จะปรากฏทีละอย่าง ที่จะเป็นอุคคหนิมิต ไม่ใช่ทั้ง ๕ อย่าง

ถ. ที่ปรากฏขึ้นมาอย่างหนึ่งอย่างใด ที่ปรากฏนั้นชื่อว่า อุกคหนิมิต ใช่ไหม

ส. ถ้าปรากฏพร้อมกับจิตที่สงบมั่นคงแล้ว เป็นอุคคหนิมิต แต่ถ้ายังไม่มั่นคง ก็เป็นปริกรรมนิมิต เพราะปรากฏบ้าง ไม่ปรากฏบ้าง

ถ. ปริกรรมนิมิต หมายถึงขณะที่สาธยาย ขณะนั้นเรียกว่า ปริกรรมนิมิต ใช่ไหม

ส. และน้อมนึกถึงส่วนต่าง ๆ ด้วย แต่ตัวนิมิตจริง ๆ ยังไม่ปรากฏ เพราะบางทีแทนที่จะปรากฏเป็นนิมิต กลับปรากฏเป็นวรรณะ คือ เป็นสี ไม่ใช่หมายความว่า พอปริกรรมถึงผม ขน เล็บ ฟัน หนังแล้ว ลักษณะของส่วนหนึ่งส่วนใดจะปรากฏ บางทีไม่ปรากฏเลย มีแต่วรรณะ คือ สี ปรากฏ

เพราะฉะนั้น สำหรับท่านผู้นั้น ท่านมีการสะสมมาที่จะสงบโดยการระลึกถึง วัตถุกสิณ ซึ่งคำว่า วัตถุกสิณ ไม่ได้หมายความว่าเฉพาะเอาสีต่าง ๆ มาทำเป็นวง และให้ระลึกโดยความสงบ แต่แม้ในขณะที่ระลึกถึงส่วนต่าง ๆ ของกาย น้อมไปที่จะให้เกิดนิมิตในอาการหนึ่งอาการใด แต่ว่าอาการหนึ่งอาการใดไม่ปรากฏเป็นนิมิตขึ้นมา มีแต่เพียงสีเท่านั้นปรากฏ เพราะฉะนั้น สำหรับท่านผู้นั้นต้องเปลี่ยนเป็นวัตถุกสิณ เพราะจิตสงบ ซึ่งเป็นเพราะอภยาศัยที่ได้สะสมมาที่จะสงบด้วยการระลึกถึงสี



ถ. เมื่อท่องไปจนกระทั่งคล่องปาก ชำนาญแล้ว พิจารณาเห็นว่า หน้าข้างเหมือนอะไร หน้าหน้าท้องเหมือนอะไร ขณะที่คิด ขณะนั้นยังเป็นปริกขณนิมิตหรือเปล่า

ส. เป็นปริกขณนิมิต

ถ. ขณะที่คิดทั้งหมดเป็นปริกขณนิมิต ส่วนเมตตาพรหมวิหาร คือ ขณะที่คิดถึงว่า สัตว์ทั้งหลายทั้งปวงจงมีความสุข ไม่มีทุกข์ อะไรพวกนี้ ก็เป็นปริกขณนิมิตด้วย ใช่ไหม

ส. ขณะนั้นต้องเป็นปริกขณ และสำหรับพรหมวิหาร ๔ เป็นกัมมัฏฐานที่ไม่มีนิมิต

ถ. แต่ก็มีเครื่องหมายที่ว่า จะต้องมียุทธนิมิต ถ้าไม่มียุทธนิมิตแล้ว ปฐมณานเกิดขึ้นไม่ได้

ส. ไม่ได้หมายความว่า ทุกกัมมัฏฐานต้องมียุทธนิมิต กัมมัฏฐานที่เป็นสมถะภาวนา ๔๐ บางกัมมัฏฐานไม่มีนิมิต เพราะฉะนั้น ยุทธนิมิตก็ไม่มี





๘๖๒



ถ. แต่ว่าพรหมวิหาร เจริญสูงสุดได้ถึงปัญจมณาน
 ส. สำหรับอุเบกขาพรหมวิหารเท่านั้นที่ถึงปัญจมณาน
 ถ. อย่างไรก็ตามแล้วแต่ พรหมวิหารทั้ง ๔ จะต้องถึงปฐมมณานทั้งหมด เพราะฉะนั้น ผู้ที่ได้ปฐมมณานก็ต้องผ่านปฏิภาคนิมิต ถ้าไม่มีปฏิภาคนิมิตจะถึงปฐมมณานไม่ได้

ส. ปฏิภาคนิมิตของพรหมวิหารเป็นอย่างไร ในเมื่อพรหมวิหารไม่มีนิมิต

ถ. ผู้ที่เจริญพรหมวิหาร มีเมตตา เป็นต้น ท่านก็เจริญไป แผ่เมตตาไป จนกระทั่งถึงขีดสุด ซึ่งตอนนั้นเรียกว่า สัมผัสสัมปะท คือ เจริญไปถึงสัมผัสสัมปะท

สัมผัสสัมปะทท่านอุปมาเหมือนบุคคล ๔ คน มีตัวเองคนหนึ่ง ศัตรูคนหนึ่ง คนที่รักคนหนึ่ง และมีคนที่ไม่รักไม่ชังคนหนึ่ง บุคคลทั้ง ๔ ท่านสมมติว่า มีโจรมาขอคนใดคนหนึ่งจะเอาไปบูชาญ ถ้าผู้เจริญเมตตาพรหมวิหาร ชี้คนใดคนหนึ่งแม้กระทั่งตัวเองให้โจรนำไปบูชาญ ขณะนั้นก็ยังไม่ถึงสัมผัสสัมปะท ขณะนั้นยังไม่ได้ปฏิภาคนิมิต ต้องวางเฉย ถ้าโจรมาขอคนใดคนหนึ่ง ไม่ออกปากให้ โจรจะเอาใครไปก็เอาไป ขณะนั้นชื่อว่า ได้สัมผัสสัมปะท ก็สังเคราะห์เข้าเป็นปฏิภาคนิมิต

ส. สงเคราะห์ ใช่มั้ย ไม่ใช่ว่ามีปฏิภาคนิมิตจริง ๆ เหมือนอย่างกัมมัฏฐานอื่น ๆ เพราะกัมมัฏฐานที่มีปฏิภาคนิมิตเป็นอารมณ์ในกัมมัฏฐาน ๔๐ มีเพียง ๒๒ กัมมัฏฐานเท่านั้น คือ กสิณ ๑๐ อสุภะ ๑๐ อานาปานสติ ๑ กายคตาสติ ๑ รวมเป็น ๒๒ กัมมัฏฐานที่มีปฏิภาคนิมิตเป็นอารมณ์ ซึ่งเป็นเรื่องยากสำหรับการที่จะให้จิตสงบ

ถ. ท่านกล่าวว่า พระโยคาวจรเจริญปฐวิกกสิณ เห็นว่าปฐวิกกสิณกับตนเป็นอันเดียวกัน แต่สักกายทิฐิรู้ส่วนใหญ่ยึดถือร่างกายชั้น ๕ ภายในนี้ว่าเป็นตน กสิณต่าง ๆ นี่เป็นของภายนอก ผมคิดว่าไม่มีใครยึดถือว่าเป็นตน

ส. แข็งนี้ไม่ใช่เราหรือ อ่อนนี้ไม่ใช่เราหรือ เย็นนี้ไม่ใช่เราหรือ



ถ. ก็เฉพาะแข็งในตัวเท่านั้นว่า เป็นเรา

สุ. คำว่า กสิณ ไม่ได้หมายความว่าถึงดวงกลม ๆ ที่ไปนั่งเพ่งจ้อง แต่คำว่า กสิณ หมายความว่าถึง ทั้งปวง เพราะฉะนั้น ปฐวีกสิณ หมายถึงถึงดินทั้งปวง หรือจะเป็นวัณณกสิณ เช่น สีเขียว ก็เขียวทั้งปวง สีแดง โลหิตกสิณ ก็แดงทั้งปวงที่มีอยู่ที่กาย เวลานั้น ถ้าจิตสงบและเกิดนิมิต เป็นการเห็นสีที่ส่วนหนึ่งส่วนใดของกาย ขณะนั้นก็ชื่อว่า วัณณกสิณ หรือว่าโลหิตกสิณ

เรื่องของการเจริญปัญญาเป็นเรื่องที่ละเอียด และกว้างขวางมากสำหรับบุคคลที่มีอัธยาศัยต่าง ๆ กัน เพราะบางท่านเวลาที่พิจารณาปริกรรมด้วยกสิณประเภทหนึ่งประเภทใด แต่เวลาที่จิตเกิดสงบมีความมั่นคงขึ้น จะมีนิมิตของสี อาจจะเป็นภายในหรือว่าอาจจะเป็นภายนอกก็ได้ อย่างที่ร่างกายก็มีสีต่าง ๆ ที่จะไม่มียึดมั่นวัณณะปรากฏทางตานั้นเป็นไปไม่ได้ ไม่ว่าจะเป็นภายนอกที่มีผิวหนัง หรือว่าเป็นภายในที่ร่างกาย เพราะฉะนั้น ก็แล้วแต่ว่าจะเห็นสีของไต ของตับ ของเลือด เห็นสีของทหะคือ หัวใจ หรืออะไรก็ตามแต่ ในขณะนั้นถ้าจิตสงบ นิมิตก็ต้องเป็นวัณณกสิณ เพราะในขณะนั้นสีปรากฏเป็นเหตุให้จิตสงบ ไม่ใช่จำกัด แต่กว้างขวางมาก

การใช้ดินทำให้เป็นวง เพื่อจะเตือนให้ระลึกถึงดินทั้งปวง การใช้สีหนึ่งสีใดทำให้เป็นวงกลม เพื่อจะเตือนให้ระลึกถึงสีหนึ่งสีใด และสงบ เพราะตามความเป็นจริงถ้าระลึกที่เพียงสีนั้นเท่านั้น ย่อมไม่เป็นสัตว์ เป็นบุคคล เป็นใคร ๆ ในโลกนี้ นอกจากเป็นเพียงสี เมื่อเป็นเพียงสีเท่านั้น จิตย่อมสงบได้ ถ้ามั่นสิการด้วยความแยบคาย

แต่ที่ไม่สงบ เพราะไม่ใช่เป็นเพียงสี ยังเป็นสีโดยสณฐานต่าง ๆ รูปร่างต่าง ๆ ความพอใจนี้ พิจารณาในสณฐานแห่งสีที่ปรากฏ ถ้าเป็นเพียงสีเดียวเท่านั้น ไม่เป็นอะไรไปได้เลย เพราะว่าไม่มีสณฐานของอะไรเลย ไม่มีสณฐานของวัตถุซึ่งเป็นที่ตั้งของความยินดีพอใจ ไม่มีสณฐานของสัตว์บุคคลซึ่งเป็นที่ตั้งของความยินดีพอใจ เพราะฉะนั้น ความยินดีพอใจย่อมเกิดไม่ได้ เวลาที่ปรากฏเป็นแต่เพียงสี

ถ. ประสบการณ์ของผมในเรื่องการพิจารณาหาเรปฏิกุศล ปกติผมขับรถ ผมมักจะเจอสุนัขหรือแมวถูกรถทับ เนื้อแดง ๆ ก็มักจะนึกถึงถ้วยเตี๋ยเนื้อสด ๆ ที่เรา



ชอบ เคยรับประทาน ก็เหมือน ๆ กัน หรือว่าเราไปทางน้ำ เราเจอซากศพสุนัขที่ลอยเหมือนเนื้อเปื่อยจริง ๆ ผมก็คิดพิจารณาตัวเองรู้สึกว่ ไม่น่าจะเป็นกุศลจิตเกิดขึ้น และถ้าพิจารณาในเรื่องความสงบในแง่ของการเจริญสมณะ รู้สึกว่ ยิ่งห่างไกลมากจะเป็นไปได้หรือเปล่า

ส. ขออนุโมทนา ที่เป็นผู้ที่รู้ลักษณะสภาพของจิตตามความเป็นจริง ซึ่งจะต้องประกอบด้วยสัมปชัญญะ เพราะว่าจิตจะสงบหรือไม่สงบ ต้องแล้วแต่ปัจจัยที่จะเกิดขึ้นในขณะนั้น เนื่องจากบางครั้งเห็นแล้วรังเกียจ ในขณะนั้นไม่ใช่สงบแน่นอน หรือถ้าจะใช้คำว่า ปฏิฆูล หรืออสุภะ ความไม่งามของสิ่งที่ปรากฏ เช่น ซากศพของสุนัขเน่าลอยอยู่ในแม่น้ำ ในขณะที่เห็นทันทีจะมีความรู้สึกเป็นอสุภะ คือ ไม่งาม และในขณะที่เห็นว่าไม่งามขณะนั้น ไม่ใช่หมายความว่าต้องเป็นกุศลจิต อาจจะเกิดโทสะ ความไม่พอใจ ความขุ่นเคืองใจในขณะนั้น หรือว่าอาจจะเป็นการระลึกถึงสภาพของกาย ซึ่งตามความเป็นจริงแล้วเป็นปฏิฆูล หรือไม่งามอย่างนั้น และจึงสงบ

เพราะฉะนั้น เรื่องของความสงบเป็นเรื่องละเอียด เป็นเรื่องที่จะต้องประกอบด้วยสัมปชัญญะจริง ๆ และถ้าไม่สงบ ก็อย่าไปหลอกตัวเองว่าสงบ อย่างเช่น เวลาเห็นกระดูกกะโหลกศีรษะ ถ้าเกิดกลัว ก็อย่าหลอกตัวเองว่า นี่เป็นอสุภกัมมัฏฐาน เพราะฉะนั้น สงบ นั้นไม่ใช่ ต้องเป็นผู้ที่ตรงต่อลักษณะสภาพนั้นตามความเป็นจริง

ถ้ารังเกียจก็เป็นอกุศล ถ้ากลัวก็เป็นอกุศล ต่อเมื่อใดที่ระลึกถึงบ่อย ๆ และความสงบค่อย ๆ เกิดขึ้น เมื่อนั้นจึงจะรู้ว่า มนสิการอย่างไร พิจารณาอย่างไรจึงสงบ แต่ถ้ายังไม่สงบ ก็ต้องยังไม่สงบ หรือว่จะเป็นเรื่องของชน ผม เล็บ ฟัน หนัง รวมทั้งเนื้อ เอ็น กระดูกต่าง ๆ ที่กล่าวถึงแล้ว ก็เหมือนกัน ในขณะที่ยัง ฟัง หรือว่ในขณะที่ยัง เห็น และเกิดความไม่สงบ หรือเกิดความรังเกียจขึ้น ในขณะนั้นก็ต้องรู้ว่า ไม่ใช่กุศลจิต ยังไม่ใช่เป็นการมนสิการด้วยปัญญาที่จะทำให้เกิดความสงบขึ้นได้ เพราะว่ใกล้ชิดกันมาก ใช้ไหม โดยศัพท์ที่ใช้ คำว่า ปฏิฆูลก็ดี หรือคำว่า อสุภะก็ดี



ไม่ใช่สิ่งใดใคร ๆ จะพอใจเลย อะไรที่เป็นปฏิฏูล รังเกียจทันที หรือว่าอะไรที่ไม่งาม เป็นอสุภะ ก็รังเกียจ ไม่ชอบใจทันที นี่เป็นอภิชฌาที่คุ้นเคย ที่สะสมมาเป็นอย่างนั้น

เพราะฉะนั้น กว่าที่จะเปลี่ยนจากการที่ระลึกรังเกียจในสิ่งที่เป็นปฏิฏูล และเกิดความสงบด้วยปัญญา นั้น ก็จะต้องทราบว่า การที่จะละทั้ง ๒ คือ ความยินดีในสิ่งที่น่ายินดี และความยินร้ายในสิ่งที่น่ารังเกียจ ก็โดยการเจริญสติปัฏฐาน สามารถที่จะละได้ทั้ง ๒ ประการ

บางท่านอาจจะมี ความชำนาญ เพียงละความยินดี ด้วยการระลึกรังเกียจถึงความไม่น่ายินดี แต่ว่าไม่สามารถที่จะละความรังเกียจได้ หรือบางท่านก็อาจพิจารณาละความรังเกียจได้ แต่ยังไม่สามารถที่จะละความยินดีได้ในสิ่งที่น่ายินดีได้ เพราะฉะนั้น หนทางเดียวที่สามารถจะละได้ทั้ง ๒ คือ ด้วยการเจริญสติปัฏฐาน

ถ. ข้อความในพระไตรปิฎก ใน **ขุททกนิกาย อานาปานกถา** ท่านกล่าวว่า ผู้เจริญอานาปานสติ มีลมหายใจออกยาวก็รู้ หายใจเข้ายาวก็รู้ เรื่อยไปจนกระทั่ง หายใจออกสั้น หายใจเข้าสั้นก็รู้ ตอนสุดท้าย ท่านสรุปว่า กายปราภว ไม่ใช่สติ สติปราภวด้วย เป็นตัวสติด้วย บุคคลผู้พิจารณากายนั้นด้วยสตินั้น ด้วยญาณนั้น ชื่อว่า พิจารณาภายในกาย และในหมวดเวทนาก็ว่า ถ้าเวทนาปราภว ไม่ใช่สติ ในหมวดจิต ถ้าจิตปราภว ไม่ใช่สติ ในหมวดธรรม ก็ธรรมทั้งหลายปราภว ไม่ใช่สติ สติปราภวด้วย เป็นตัวสติด้วย บุคคลผู้พิจารณาธรรมทั้งหลายด้วยสตินั้น ด้วยญาณนั้น บุคคลนั้นชื่อว่า พิจารณาธรรมในธรรม

ข้อความมีอยู่อย่างนี้ ทำให้มีความสงสัยอยู่หลายประการ คือ ทำไมท่านต้องบอกว่า กายปราภว ไม่ใช่สติ ถ้าท่านไม่บอกว่า กายไม่ใช่สติ ผู้ที่เจริญอานาปานสติ อาจจะเข้าใจผิดได้ว่า เห็นกายนั้นเป็นสติ เห็นสติเป็นกาย อย่างนั้น ใช่ไหม

สุ. นี่เป็นความละเอียดสำหรับปัญญาที่จะต้องรู้สภาพธรรมที่ปรากฏตามความเป็นจริง โดยที่รู้ว่า รู้ว่าขณะใดหลงลืมสติ ต่างกับขณะที่มีสติ นั่นคือ สติปราภว



ถ. ถ้ากายปรากฏ ในนี้เขาบอกว่า กายปรากฏ กายในที่นี้ หมายถึง ลมหายใจ ลมหายใจปรากฏ ไม่ใช่สติ ก็แน่นอน ลมหายใจต้องไม่ใช่สติ สติก็ไม่ใช่ ลมหายใจ ทำไมท่านจึงต้องย้ำอย่างนี้ด้วย

ส. ไม่ใช่ย้ำ แต่เป็นความจริงอย่างนั้น ในขณะนั้น ความจริงมีอย่างไร ทรงแสดงตามความจริงอย่างนั้น ในขณะนั้น

ถ. ก็ความจริงนั้นแน่นอน

ส. พระธรรมวินัยทั้งหมด เป็นการแสดงธรรมตามความเป็นจริง เพราะฉะนั้น เวลาที่ผู้ใดรู้ความจริง ก็รู้จริงตามที่ทรงแสดง ไม่ผิดกัน

ถ. ขณะที่ลมหายใจปรากฏ ผู้เจริญสติปัฏฐานก็ต้องรู้ว่า เป็นลมหายใจ ไม่ใช่สติ

ส. ขอประทานโทษ คนที่ยังไม่ได้เจริญสติปัฏฐาน ก็รู้ว่าหายใจ ใช่ไหม

ถ. ใช่

ส. สติเกิดหรือยัง

ถ. ผู้ที่ไม่ได้เจริญสติปัฏฐาน สติไม่เกิด

ส. ทั้ง ๆ ที่รู้ว่าหายใจ ทั้ง ๆ ที่รู้ว่าเป็นลมหายใจ ทั้ง ๆ ที่รู้าลมหายใจ กระทบ แต่ขณะนั้นสติไม่ได้ระลึกรู้ในสภาพที่เป็นกายว่า เป็นแต่เพียงรูปของลมหายใจที่กำลังปรากฏ เพราะฉะนั้น แม้ในขณะนั้นหลงลืมสติก็ได้

ขณะที่เย็นหรือร้อน อ่อนหรือแข็งกระทบ และไม่รู้ว่าเป็นแต่เพียงสภาพธรรมชนิดหนึ่ง ก็หมายความว่า ขณะนั้นหลงลืมสติ ไม่รู้ว่าเย็น ร้อน อ่อน แข็งนั้นไม่ใช่ตัวตน ฉะนั้น เวลาที่หายใจ ใครหายใจเข้ายาว สั้น หรือว่าเบา หนักอย่างไร คนที่ทำโยคะ ก็มีการกำหนดพิจารณารู้ลมหายใจ แต่ไม่ใช่การอบรมเจริญปัญญาที่จะรู้สภาพนั้นไม่ใช่ตัวตน เป็นสภาพธรรมที่มีลักษณะปรากฏ และสติระลึกรู้ในสภาพที่ไม่ใช่ตัวตนของลักษณะสภาพธรรมที่กำลังปรากฏในขณะนั้น

นี่เป็นความต่างกันของข้อปฏิบัติอื่น หรือว่าการเจริญสมาธิแบบอื่น ซึ่งไม่ใช่การเจริญสติปัฏฐาน



ถ. ข้อความต่อไปมีว่า บุคคลผู้พิจารณาภายในด้วยสตินั้น บุคคลนั้นชื่อว่า พิจารณาภายในกาย

ส. นี่เป็นการเจริญสติปัฏฐานแน่นอน ไม่ใช่เป็นการปฏิบัติสมาธิแบบโยคะ หรือว่าแบบอื่น ๆ เพราะรู้ความต่างกันของขณะที่สติเกิดระลึกถึงลักษณะของรูปที่กาย ที่เป็นลมหายใจตามความเป็นจริง

ถ. คำว่า กายนั้นกับด้วยสตินั้น กายนั้นหมายถึงลมหายใจ

ส. ที่ปรากฏ ที่เป็นอารมณ์ของสติ ที่สติกำลังระลึก

ถ. ด้วยสตินั้น ขณะที่สติเกิดพร้อมกับปัญญาในขณะนั้น อย่างนั้นหรือ

ส. ใช่ เป็นเรื่องของสติปัฏฐานตามปกติตามความเป็นจริง ซึ่งตรงกับข้อความในพระไตรปิฎก ขณะใดที่สติเกิดจะต้องมีสิ่งที่ปรากฏ ซึ่งสติกำลังระลึก ถ้าเป็นลมหายใจ ไม่ใช่ขณะที่หลงลืมสติ หรือไม่ใช่ขณะที่เพียงแต่รู้ว่ามีลมหายใจ ซึ่งไม่ใช่ลักษณะของสติปัฏฐาน แต่เวลาที่เป็นสติปัฏฐาน ต้องเป็นขณะที่ไม่หลงลืมที่จะรู้สภาพของลมหายใจที่กระทบ ที่ปรากฏ และรู้ว่าขณะนั้นสติกำลังระลึกในสภาพนั้น ในอาการนั้น และพิจารณาเห็นว่า สภาพนั้นไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล

ขอกล่าวถึงกายคตาสติ โภจณาสติ หรืออาการต่อ ๆ ไป ซึ่งท่านผู้ฟังควรจะได้พิจารณาถึงประโยชน์ของการฟังกายคตาสติ คือ การระลึกถึงส่วนต่าง ๆ ของกายที่มีอยู่ในขณะนี้ว่า สภาพที่เป็นปฏิรูปของส่วนที่เป็นร่างกายที่แบ่งแยกอาการออกเป็นอาการของธาตุดิน ๒๐ อาการ หรือ ๒๐ ส่วน และเป็นอาการของธาตุน้ำ ๑๒ ส่วนนั้นก็เพื่อที่จะให้เห็นความเป็นปฏิรูปของแต่ละส่วน เพราะถ้าไม่แบ่งแยกการจัดกระจายตัดออกเป็นชิ้นส่วนต่าง ๆ ย่อมไม่เห็นความเป็นปฏิรูป ซึ่งเวลาที่กำลังควบคุมรวมกันอยู่ และมีหนังหุ้มไว้โดยรอบ ย่อมไม่มีใครสามารถที่จะเห็นความเป็นปฏิรูปจริง ๆ ของกายที่อยู่ตัวของทุกท่านในขณะนี้ตามความเป็นจริง

เพราะฉะนั้น การที่จะตัดส่วนต่าง ๆ ของกายให้เห็นสภาพที่เป็นปฏิรูป ย่อมเป็นประโยชน์ในการที่จะระลึกถึงความจริง ความเป็นปฏิรูปจริง ๆ ของกายของแต่ละบุคคล ซึ่ง



ท่านผู้ฟังจะเห็นได้ว่า กายคตาสติ การระลึกถึงความเป็นปฏิภูลของส่วนต่าง ๆ ของกาย ไม่เหมือนกับบอสุภกัมมัฏฐาน ๑๐ ที่เป็นการระลึกถึงความเป็นอสุภะ ความไม่งามของซากศพซึ่งเป็นร่างกายที่ปราศจากจิตใจ ปราศจากชีวิตแล้ว แต่ปฏิภูลมนสิการ การระลึกถึงส่วนต่าง ๆ ของกายที่เป็นอาการ ๓๒ นี้ เป็นการระลึกถึงส่วนต่าง ๆ ของกายของผู้ที่ยังมีชีวิตอยู่ ไม่ใช่การระลึกถึงส่วนต่าง ๆ ความไม่งามของซากศพ เพราะฉะนั้น จำเป็นต้องระลึกถึงส่วนต่าง ๆ เป็นแต่ละส่วนจริง ๆ

ซึ่งในครั้งก่อน ๆ ตั้งแต่ในครั้งที่พระผู้มีพระภาคยังไม่ปรินิพพาน และเมื่อปรินิพพานแล้ว ก็มีผู้ที่สามารถบรรลุถึงความเป็นพระอรหันต์โดยการฟัง หรือว่าโดยการสาธยายส่วนต่าง ๆ ของกาย ซึ่งเป็นอาการ ๓๒ เพราะฉะนั้น ผู้ที่มีความเข้าใจที่ถูกต้องในเรื่องของการเจริญสติปัฏฐาน จะเข้าใจได้ว่า ไม่ว่าจะเป็นการฟังเรื่องอะไร สติสามารถที่จะเกิดขึ้นระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมในขณะนั้นที่ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน และสามารถที่จะรู้แจ้งแทงตลอดในสภาพธรรมที่ไม่ใช่ตัวตน จนกระทั่งสามารถที่จะดับกิเลสได้เป็นสมุจเฉท





๘๖๓



เมื่อไม่ว่าจะเป็นการฟังเรื่องอะไร สติก็สามารถที่จะเกิดระลึกสภาพธรรมที่ไม่ใช่ตัวตน ซึ่งเป็นสภาพรู้เสียง และเป็นสภาพรู้เรื่องซึ่งเป็นนามธรรม หรือว่าเป็นเสียงที่ปรากฏกับสภาพที่รู้เสียง หรือว่าในขณะที่กำลังคิดนึกถึงเรื่องที่ได้ยินได้ฟัง สติก็ยังเกิดขึ้นระลึกได้ว่า แม้ขณะนั้นไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน ไม่ว่าจะฟังเรื่องอะไร สติก็ยังเกิดระลึกได้ เพราะฉะนั้น การฟังเรื่องส่วนต่าง ๆ ของกายของทุกคนที่มีจริง ๆ ซึ่งเป็นปฏิรูป ก็ย่อมเป็นเหตุหนึ่งที่จะเป็นปัจจัยปรุงแต่งให้มีการน้อมระลึกถึงส่วนต่าง ๆ ของกายโดยนัยของสมถภาวนาซึ่งจิตสงบ และโดยนัยของสติปัฏฐานซึ่งสามารถมีปัจจัยที่จะเกิดขึ้นระลึกถึงลักษณะของนามธรรมและรูปธรรมที่กำลังปรากฏในขณะนั้น จนกระทั่งบุคคลนั้นสามารถที่จะบรรลุคุณธรรมถึงความเป็นพระอรหันต์ก็ได้

นี่คือประโยชน์ของการฟัง โดยเฉพาะเรื่องของสภาพธรรมที่ประชุมรวมกันที่เป็นกาย และอีกประการหนึ่ง การที่กายคตาสติเป็นบรรพหนึ่งในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน โดยเป็นปฏิรูปมโนการนั้น ก็เพราะว่ากายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เป็นบรรพที่แสดงอาการต่าง ๆ ของมหาภูตรูปที่เป็นธาตุ ๔ โดยสังเขป และโดยละเอียด โดยประการต่าง ๆ ซึ่งจะเห็นได้ว่า การระลึกถึงส่วนต่าง ๆ ของกาย ไม่พ้นจากอาการของธาตุทั้ง ๔ เพราะฉะนั้น ก็เป็นอาการซึ่งปฏิรูปของธาตุดินและธาตุน้ำ

โกฐฐาสต่อไป หรือส่วน อาการต่อไปของกาย อาการที่ ๘ คือ อัญญิ กระดูกทั้งหลาย มีข้อความว่า

คำว่า อัญญิ ได้แก่ เว้นกระดูกพื้น ๓๒ ชี ที่เหลือเป็นกระดูกมีประมาณ ๓๐๐ ท่อน อย่างนี้คือ กระดูกมือ ๖๔ กระดูกเท้า ๖๔ กระดูกอ่อนติดเนื้อ ๖๔ กระดูกสันเท้า ๒ กระดูกข้อเท้า ๒ กระดูกแข้ง ๒ กระดูกเข่า ๒ กระดูกขาอ่อน ๒ กระดูกสะเอว ๒ กระดูกสันหลัง ๑๘ กระดูกซี่โครง ๒๔ กระดูกอก ๑๔ กระดูกใกล้หทัย (หัวใจ) ๑ กระดูกไหปลาร้า (หรือที่เรียกว่า รากขวัญ) ๒



กระดูกสะบัก ๒ กระดูกแขน ๒ กระดูกแขนท่อนปลายข้างละ ๒ รวมเป็น ๔
กระดูกข้อมือ กระดูกหลังมือ กระดูกนิ้วมือ กระดูกคอ ๗ กระดูกขากรรไกร ๒
(คือ ขากรรไกรบนและขากรรไกรล่าง) กระดูกจมูก ๑ กระดูกตา ๒ กระดูกหู ๒
กระดูกหน้าผาก ๑ กระดูกกระหม่อม ๑ กระดูก(กะโหลก)ศีรษะ ๙

ทั้งหมดนี้เป็นชิ้นส่วนต่าง ๆ เวลาที่เกิดอุบัติเหตุ หรือว่าแตกทำลายไป ย่อม
เห็นความเปราะ ความแตก ความทำลายของสรีระร่างกาย ซึ่งเป็นไปอย่างง่าย
เหลือเกิน แต่ตราบดีที่ยังประชุมควบคุมรวมกันอยู่และไม่ได้พิจารณา ก็ดูเหมือนว่า
ร่างกายนี้คงทน มั่นคง แข็งแรง เป็นไปได้อีกนาน แต่สิ่งที่มองเห็นว่า เป็นไปได้อีก
นานนี้ ก็เป็นแต่เพียงสิ่งที่เป็นชิ้นส่วนต่าง ๆ ควบคุมกันไว้ คงอยู่เพียงชั่วที่ยังไม่กระจัด
กระจายออกจากกัน

สำหรับสี่ของกระดูกทั้งหมดเหล่านี้มีสีขาว โดยสัญญาณ มีสัญญาณต่าง ๆ กัน
จริงอยู่ บรรดากระดูกเหล่านั้น กระดูกปลายนิ้วเท้ามีสัญญาณเหมือนเมล็ดบัว
กระดูกท่อนกลางถัดจากนั้นมีสัญญาณเหมือนเมล็ดขนุน กระดูกท่อนโคนมีสัญญาณ
เหมือนบันฑะวะ กระดูกหลังเท้ามีสัญญาณเหมือนกองหัวค้ำอันเขาทุบแล้ว กระดูก
สันเท้ามีสัญญาณเหมือนจาวตาลลอนเดียว กระดูกข้อเท้ามีสัญญาณเหมือนลูกสะบ้าที่
เขาผูกติดกันไว้ที่เป็นที่ตั้งอยู่เฉพาะแห่ง กระดูกแข้งที่เข้านั้นมีสัญญาณเหมือนเขาโค
ปลายทื่อ กระดูกขาอ่อนมีสัญญาณเหมือนด้ามพร้า หรือด้ามขวานที่เขาถากหยาบ ๆ
กระดูกสะเอวกับกระดูกขาอ่อนนั้น มีสัญญาณเหมือนผลมะงั่วใหญ่มีปลายปาดออก
กระดูกสะเอวแม้มองเป็นของเนื่องเป็นอันเดียวกัน มีสัญญาณเหมือนเตาของนายช่าง
หม้อ แยกออกจากกันเหมือนคิมของนายช่างทอง กระดูกสะโพกตั้งอยู่ที่ปลาย
มีสัญญาณเหมือนพังพานงูที่เขาจับคว่ำหน้า มีช่องน้อยช่องใหญ่ในที่ทั้ง ๗ แห่ง
กระดูกหลังข้างในมีสัญญาณเหมือนห่วงแผ่นตะกั่วที่เขาตั้งซ้อนกันไว้ ภายนอกมี
สัญญาณเหมือนลูกประคำในระหว่าง และระหว่างแห่งกระดูกสันหลังเหล่านั้น
เป็นหนาม ๒ - ๓ อัน เช่นกับฟันเลื่อย



บรรดากระดูกซี่โครง ๒๔ ซี่ กระดูกซี่โครงที่ไม่เต็มมีฐานดังเคียวไม่เต็มเล่ม ที่เต็มมีฐานดังเคียวเต็มเล่ม แม้ทั้งหมดมีฐานดังปีกกางของไก่ กระดูกอก ๑๔ ซี่ มีฐานเหมือนซี่กรงเรือนคานหามเก่า กระดูกหทัยมีฐานเหมือนแผ่นทัพพี กระดูกไหปลาร้า (ที่เรียกว่ารากขวัญ) มีฐานเหมือนด้ามมีดเล่มเล็ก กระดูกสะบัก มีฐานดังจอบของชาวสิงหลอันแหวกไปข้างหนึ่ง กระดูกแขนมีฐานเหมือนด้ามแว่น (คือ ด้ามกระจง) กระดูกแขนท่อนปลายมีฐานดังรากตาลคู่ กระดูกข้อมือมีฐานดังหวงแผ่นตะกั่วที่เขาเชื่อมติดกันตั้งไว้ กระดูกหลังมือมีฐานดังกองหัวคล้าอันเขาทุบแล้วเหมือนกับหลังเท้า

บรรดากระดูกนิ้วมือทั้งหลาย กระดูกท่อนโคนมีฐานดังบันฑะวรี กระดูกท่อนกลางมีฐานดังเมล็ดขนุนไม่เต็ม กระดูกท่อนปลายมีฐานเหมือนเมล็ดตุ้มกา กระดูกคอ ๗ มีฐานดังแว่นหน่อไม้ไผ่ที่เขาเอาไม้เสียบตั้งไว้โดยลำดับ กระดูกขากรรไกรอันล่างมีฐานดังคีมเหล็กของนายช่างเหล็ก อันบนมีฐานดังเหล็กสำหรับขุด กระดูกหลุมตาและหลุมจมูกมีฐานดังเต้าตาลอ่อนมีจาวตาลอันควักออกแล้ว กระดูกหน้าผากมีฐานดังเปลือกสังข์ที่ตั้งคว่ำหน้า กระดูกจอนหูมีฐานดังฝักมีดโกนของนายช่างกลบกระดุกที่หน้าผากและจอนหูติดกันเป็นแผ่น เบื้องบนมีฐานดังท่อนแผ่นผ้าอันยับยู่ยี่เต็มหม้อ กระดูกกระหม่อมมีฐานดังกะลามะพร้าวเปียกอันเขาปาดหน้าแล้ว กระดูก(กะโหลก)ศีรษะทั้งหลายมีฐานดังกะลาหรือกะโหลกของน้ำเต้าเก่าอันเขาเย็บติดกันตั้งไว้

ว่าโดยทิศของกระดูกทั้งหลาย เกิดแล้วในทิศทั้งสอง คือ ทั้งเบื้องบน และเบื้องล่าง ว่าโดยโอกาส คือที่ตั้ง ตั้งอยู่ทั่วสี่ทิศทั้งสี่ โดยไม่แปลกกัน แต่เมื่อว่าโดยแปลกกันในที่นี้ กระดูก(กะโหลก)ศีรษะทั้งหลายตั้งอยู่เฉพาะที่กระดูกคอทั้งหลาย กระดูกคอทั้งหลายตั้งอยู่ที่กระดูกสันหลังทั้งหลาย กระดูกสันหลังทั้งหลายตั้งอยู่ที่กระดูกสะเอวทั้งหลาย กระดูกสะเอวทั้งหลายตั้งอยู่ที่กระดูกขาอ่อนทั้งหลาย กระดูกขาทั้งหลายตั้งบนกระดูกเข้าทั้งหลาย กระดูกเข้าทั้งหลายตั้งอยู่บนกระดูกแข้งทั้งหลาย กระดูกแข้งทั้งหลายตั้งอยู่บนกระดูกข้อเท้าทั้งหลาย กระดูกข้อเท้าตั้งอยู่บนกระดูกหลังเท้าทั้งหลาย



ว่าโดยปริเฉท คือ กำหนดส่วนจากไหนถึงไหน ภายในกำหนดด้วยเหื่อใน
กระดูก ข้างบนกำหนดด้วยเหื่อ เบื้องปลายและที่โคนกำหนดซึ่งกันและกัน คือ
แต่ละอัน

นี่โดยความเป็นปฏิภูม คือ แทนที่จะเห็นเป็นรูปร่างที่สวยงามเป็นอันเดียว
ก็กระจัดกระจายออกเป็นแต่ละส่วน และเห็นลักษณะที่ไม่งามของแต่ละชิ้น แต่ถ้าจะ
พิจารณาโดยความเป็นธาตุโดยนัยของสมถภาวนาก็ทราบว่า กระดูกทั้งหลายเหล่านี้
เป็นธาตุดินซึ่งไม่ใช่สภาพรู้ เพราะฉะนั้น กระดูกกะโหลกศีรษะที่ตั้งอยู่เฉพาะที่กระดูก
คอ ก็ไม่รู้ว่าตนเองนั้นตั้งอยู่ที่กระดูกคอ หรือว่ากระดูกคอก็ไม่รู้ว่าเป็นที่ตั้งของกระดูก
กะโหลกศีรษะ และกระดูกคอทั้งหลายตั้งอยู่ที่กระดูกสันหลังทั้งหลาย ซึ่งโดยความ
เป็นรูปธาตุ ไม่ใช่สภาพรู้ กระดูกคอทั้งหลายก็ไม่รู้ว่าเป็นที่ตั้งของกระดูกสันหลัง
ทั้งหลาย และกระดูกสันหลังทั้งหลายก็ไม่รู้ว่าเป็นที่ตั้งของกระดูกคอทั้งหลาย
นี่โดยนัยของสมถภาวนา ซึ่งพิจารณาโดยความเป็นธาตุ

แต่ถ้าโดยนัยของสติปัฏฐาน แม้ในขณะที่ฟัง ก็แล้วแต่ว่าสภาพใดปรากฏ
ซึ่งขณะนั้นจะไม่มีลักษณะของความเป็นกระดูกรูปร่างสัญญาณต่าง ๆ แต่จะเป็นอาการ
ปรากฏ คือ เป็นสภาพที่อ่อนหรือแข็ง และขณะนั้นสามารถที่จะรู้ว่า เป็นแต่เพียง
สภาพธรรมที่เกิดขึ้นและดับไป ไม่ใช่สภาพรู้ ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน

การฟังธรรม แล้วแต่ว่าจะมีปัจจัยในขณะไหนที่สติขั้นไหนจะเกิดขึ้น ขั้นที่ฟัง
และเข้าใจ เห็นความเป็นปฏิภูม และละความยินดีพอใจ ขณะนั้นเป็นความสงบ
เป็นขั้นสมถะไม่ใช่สติปัฏฐาน หรือว่าในขณะนั้นสติปัฏฐานจะเกิดขึ้นระลึกรู้ลักษณะ
ของสภาพธรรมที่เป็นธาตุ ที่ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่สภาพรู้ ไม่ใช่ตัวตน
ก็แล้วแต่เหตุปัจจัย

เพราะฉะนั้น แม้ว่าโดยนัยของสมถภาวนา จะเห็นได้ว่า ไม่มีการเลือก ไม่มี
การเจาะจง แล้วแต่ว่าขณะนั้นจะมีปัจจัยให้จิตเกิดขึ้นระลึกเป็นไปอย่างไร ก็เป็นไป
อย่างนั้น อาจจะเป็นขั้นสงบ และก็อาจจะเป็นสติปัฏฐานที่ระลึกรู้ลักษณะของสภาพ
ธรรมที่ปรากฏในขณะนั้นตามความเป็นจริงก็ได้



ไม่ว่าจะเป็นกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน หรือเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน หรือจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน หรือธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ไม่ใช่ให้เลือก และไม่ใช่ให้เจาะจง เมื่อมีความเข้าใจโดยตลอด โดยทั่ว ขณะที่กำลังสงบเพราะระลึกถึงส่วนของกระดูก ขณะนั้นสติอาจจะเกิดขึ้นพิจารณาเวทนา ความรู้สึกที่ปรากฏในขณะนั้นก็ได้ หรือว่าพิจารณาจิตในขณะนั้นก็ได้ ไม่มีการที่จะตั้งกฎเกณฑ์ว่า ต้องเป็นอย่างนั้น หรือว่าต้องเป็นกัมมฐานนั้นเท่านั้น

แม้การเจริญสมถภาวนา ไม่ว่าจะเป็นการระลึกถึงความไม่งามของซากศพ ซึ่งเป็นอสุภะ ถ้าผู้นั้นอบรมเจริญมาที่จะสงบโดยการระลึกถึงสี ไม่ว่าจะเป็นการระลึกถึงซากศพ หรือว่ากายคตาสติ การระลึกถึงส่วนต่าง ๆ ของกาย แต่วัณณะ คือ สีหนึ่งสีใดปรากฏ บุคคลนั้นก็เป็นผู้ที่จิตสงบเพราะวัณณกสิณ ไม่ใช่ว่าต้องเลือก ต้องเจาะจง หรือว่าต้องบังคับ แล้วแต่ว่าขณะนั้นมีปัจจัยที่จะให้จิตสงบอย่างไร จิตนั้นก็เกิดขึ้นเป็นไปอย่างนั้น โดยสมถภาวนา หรือว่าโดยสติปัฏฐานก็ได้

อาการต่อไป คือ อัญญิมิณฺหัง อาการที่ ๙ ข้างในกระดูกก็ยังมีรูปธาตุ ซึ่งเป็นเยื่อในกระดูก เป็นอาการของธาตุดิน

คำว่า อัญญิมิณฺหัง ได้แก่ เยื่อในกระดูก ว่าโดยสี มีสีขาว ว่าโดยสังขารฐาน เยื่อที่อยู่ภายในแห่งกระดูกใหญ่ ๆ มีสังขารฐานดั่งยอดหวายใหญ่ที่เขาลนไฟไล่เข้าไปในลำไม้ไผ่ เยื่อที่อยู่ภายในแห่งกระดูกเล็ก ๆ มีสังขารฐานดั่งยอดหวายเล็กที่เขาลนไฟไล่เข้าไปในปล้องแห่งข้อไม้ไผ่ ว่าโดยทิส เกิดแล้วในทิสทั้งสอง ว่าโดยโอกาส ตั้งอยู่เฉพาะในภายในแห่งกระดูก ว่าโดยปริเจต กำหนดด้วยพื้นภายในแห่งกระดูกทั้งหลาย

อาการของธาตุดินอาการต่อไป คือ อาการที่ ๑๐ วักกัง ไต

คำว่า วักกัง คือ ไต ได้แก่ ก้อนเนื้อ ๒ ก้อน มีขั้วเดียวกัน ว่าโดยสี มีสีแดง อ่อนดั่งสีเม็ดทองเหลือง ว่าโดยสังขารฐาน มีสังขารฐานดั่งสะบ้าของเด็ก ๆ ทั้งหลาย หรือว่ามีสังขารฐานดั่งผลมะม่วงแปดที่มีขั้วเดียวกัน ว่าโดยทิส เกิดแล้วในทิสเบื้องบน ว่าโดยโอกาส เป็นของติดกับเอ็นใหญ่อันมีรากเดียว ออกไปจากหลุมคอกน้อยหนึ่ง



แล้วแยกเป็น ๒ เส้น โอบรอบเนื้อหัวใจตั้งอยู่ ว่าโดยปริเฉท วักกะกำหนดโดยส่วนที่เป็นวักกะ นี่เป็นสภาคปริเฉทของวักกะนั้น แต่วิสภาคปริเฉท ก็เช่นเดียวกับเกสานั้นแล

สภาคปริเฉท หมายความว่า กำหนดโดยได้ด้วยกัน เป็นอาการเดียวกัน วิสภาคปริเฉท คือ กำหนดโดยต่างกันว่า ไตไม่ใช่หัวใจ ไม่ใช่ผม ไม่ใช่ขน เป็นต้น

นี่เป็นส่วนที่ยากที่จะเห็น เพราะฉะนั้น ก็ยากที่จะระลึก แต่พระผู้มีพระภาคก็ทรงแสดงไว้สำหรับบุคคลผู้มีศรัทธาที่จะระลึกถึงสิ่งที่ทำให้จิตสงบจากโลภะ หรือความยินดีพอใจในกายของตน ซึ่งยังมีชีวิตอยู่

อาการต่อไป เป็นอาการของธาตุดิน อาการที่ ๑๑ หทัย ปฏิภูณใหม่ หัวใจ

คำว่า หทัย ได้แก่ เนื้อหัวใจ เนื้อหทัยนั้น ว่าโดยสี มีสีแดงดังสีหลังกลีบปทุม ว่าโดยสัณฐาน มีสัณฐานดังดอกบัวตูมที่เขาน้ำกลีบข้างในออกกว่าไว้ เนื้อหทัยนั้น กายนอกเกลี้ยง แต่ภายในเช่นเดียวกับภายในแห่งลูกบวบขม เนื้อหทัยของผู้มีปัญญาทั้งหลายเป็นดังดอกบัวแย้มบานน้อยหนึ่ง ของคนมีปัญญาก่อนทั้งหลาย ดั่งเช่นดอกบัวตูมนั้นเทียว

อนึ่ง ภายในของเนื้อหัวใจนั้นเป็นหลุมมีประมาณจุเม็ดบุณนาค โลหิตมีประมาณกึ่งพายมือข้งอยู่ มโนธาตุและมโนวิญญาณธาตุอาศัยวัตถุนั้นย่อมเป็นไปก็เลือดนั้น ๆ ในที่นั้นของคนมีราคะจริตมีสีแดง ของคนมีโทสจริตมีสีดำ ของคนมีโมหะจริตเป็นเช่นกับสีน้ำล้างเนื้อ ของคนมีวิตกจริตมีสีเหมือนดังน้ำต้มผักกั่วพู ของคนมีสัทธาจริตมีสีเหมือนดังดอกกรรณิการิ ของคนมีปัญญาจริตสะอาดผ่องใสไม่ขุ่นมัว ชาวบริสุทธิ มีสีรุ่งเรือง ย่อมปรากฏเหมือนมณีมีค่าที่เขาชำระมลทินออกแล้ว

ว่าโดยทิศ เกิดแล้วในทิศเบื้องบน ว่าโดยโอกาส ตั้งอยู่เฉพาะใกล้ท่ามกลางแห่งถันทั้งสองในภายในแห่งสรีระ ว่าโดยปริเฉท กำหนดโดยส่วนที่เป็นเนื้อหัวใจ นี่เป็นสภาคปริเฉทของเนื้อหัวใจนั้น แต่วิสภาคปริเฉท เป็นเช่นเดียวกับเกสานั้นแหละ



ถ. ยุคนี้วิทยาศาสตร์ก้าวหน้า ผ่าตัดเปลี่ยนหัวใจ เขาตัดหัวใจเก่าออกมา นำของใหม่ใส่เข้าไป ก็ยังอยู่ได้ ถ้าเป็นอย่างที่อาจารย์อ่าน ก็คงจะตัดมโนทวารทิ้งไป น่าจะตาย ไซ้ไหม

ส. นั้นโดยบัญญัติ แต่ว่าโดยปรมาต্ম เวลาที่เกิด โดยเฉพาะที่เป็นมนุษย์ เกิดในครรภ์ ในขณะที่ปฏิสนธิจิตเกิดพร้อมกับรูปที่เกิดเพราะกรรมเป็นปัจจัย ๓ กลาป หรือ ๓ กลุ่ม ในขณะนั้น รูปเล็กมาก ยังไม่ปรากฏส่วนของมันสมอง ยังไม่ปรากฏ ก้อนของหัวใจ ไซ้ไหม เพราะว่าเล็กนิดเดียว ซึ่งในขณะนั้นก็มีจิตเกิดดับ

ถ. เคยเห็นในข่าว เขาตัดหัวใจออกไป

ส. ตอนแรกที่เพิ่งเกิด มีรูปหัวใจหรือยัง

ถ. หัวใจถูกตัดออกและเปลี่ยนใหม่ ผมยังแคลงใจสงสัยว่า ทำไม่จึงเป็น อย่างนั้นได้ คนไม่ตายด้วย อาการยังเป็นปกติทุกอย่าง





๘๖๔



ส. ตามความเป็นจริงแล้ว หทยวัตถุซึ่งเป็นที่เกิดของจิตจริง ๆ มองไม่เห็นด้วยตา เช่นเดียวกับจักขุปสาท ซึ่งเป็นรูปที่สามารถรับกระทบสีสังวณณะต่าง ๆ เป็นรูปที่ไม่สามารถที่จะมองเห็นได้ หรือเช่นเดียวกับโสตปสาท ซึ่งเป็นรูปที่มีคุณลักษณะพิเศษที่สามารถรับกระทบเสียง เป็นรูปที่ไม่มีใครสามารถจะเห็นได้เลย

รูปที่ปรากฏให้เห็นได้ มีเพียงรูปเดียวในรูป ๒๔ รูป คือ สีสังวณณะต่าง ๆ แต่สีสังวณณะไม่ใช่หัวใจ ไม่ใช่หทยวัตถุที่เกิดดับและเป็นที่เกิดของจิตตั้งแต่ปฏิสนธิ

ทันทีที่จิตเกิดขึ้น มีหทยรูปเกิดขึ้นเพราะกรรม เกิดกับกลุ่มของรูปซึ่งประกอบด้วยธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม สี กลิ่น รส โอชา รวม ๘ รูป และมีหทยรูปอีก ๑ ชีวิตินทริยรูปอีก ๑ รวมกลุ่มนั้นมี ๑๐ รูป เรียกว่า วัตถุทสกะ คือ หทยวัตถุซึ่งเป็นที่เกิดของจิต ประกอบด้วยรูป ๑๐ รูป ในขณะนั้นยังไม่มีรูปร่าง สันฐานเป็นหัวใจ หรือว่าดอกบัวตูม ไซ้ไหม แต่รูปนั้นมีกรรมเป็นปัจจัยทำให้เกิดขึ้นพร้อมกับปฏิสนธิจิตแล้ว และรูปนั้นไม่ใช่ว่าเพียง แต่เกิดดับโดยที่ไม่มีใครเห็นเลย ขณะใดเห็น ขณะนั้นเห็นสีสังวณณะ ไม่ใช่เห็นหทยวัตถุซึ่งเป็นที่เกิดของจิต เพราะฉะนั้น ขณะที่มีการเจริญเติบโตขึ้น ส่วนต่าง ๆ ของร่างกายครบถ้วนขึ้น ในขณะนั้นจะมีกลุ่มของรูปซึ่งมีรูปร่างสันฐานเหมือนดอกบัวตูม เป็นรูปร่างของเนื้อหัวใจ แต่ไม่ใช่รูปซึ่งเป็นที่เกิดของจิตจริง ๆ

รูปซึ่งเป็นที่เกิดของจิตที่เรียกว่า หทยวัตถุ เป็นรูปซึ่งมองไม่เห็น และปกติเมื่อมีการเจริญเติบโตขึ้น รูปนั้นจะอยู่กลางหัวใจ ซึ่งรูปนั้นเกิดดับโดยกรรมเป็นปัจจัยทำให้รูปนั้นเกิดขึ้นและดับไป เพราะฉะนั้น เวลาที่ผ่าตัดหัวใจออกไป ไม่มีใครยับยั้งกรรมที่จะทำให้หทยวัตถุเกิดได้ เช่นเดียวกับตอนที่ปฏิสนธิจิตเกิด ก็ไม่มีรูปร่างของหัวใจ เพราะยังไม่ได้เจริญเติบโต แต่มีกลุ่มของรูปซึ่งประกอบด้วยรูป ๑๐ รูป คือ ดิน น้ำ



ไฟ ลม สี กลิ่น รส โอชา และหทยะซึ่งเป็นที่ตั้งที่เกิดของจิตในภุมิที่มีชั้น ๕ และชีวิตินทริยรูป

ในกลุ่มที่เล็กที่สุดนี้ กรรมเป็นปัจจัยทำให้เกิดขึ้น ประกอบด้วยรูป ๑๐ รูป ซึ่งมองไม่เห็น ๙ รูป มีรูปเดียวที่มองเห็นได้ คือ สี เพราะฉะนั้น หทยวัตถุจริง ๆ มองไม่เห็น กระทบสัมผัสไม่ได้ ถ้ากระทบสัมผัส ก็กระทบสัมผัสกับอ่อนหรือแข็ง ซึ่งเป็นธาตุดิน

ถ. การเจริญสติปัฏฐาน โดยเฉพาะปฏิกุศลบรรพนี้ มีบางสำนักหรือบางคน พูดว่า เป็นสมณะเท่านั้น เจริญวิปัสสนาไม่ได้ ขอให้ท่านอาจารย์ช่วยชี้แจงการเจริญสติปัฏฐาน โดยนัยที่ใช้ปฏิกุศลบรรพ

ส. สำหรับผู้ที่มีความเข้าใจเรื่องของการเจริญสมถภาวนา ก็จะพิจารณาส่วนต่าง ๆ ของกาย กายคตาสติ โดยนัยของสมณะที่ทำให้จิตสงบเท่านั้น แต่สำหรับผู้ที่ย่อบรมเจริญสติปัฏฐาน ไม่ว่าจะคิดอะไร ฟังอะไร ขณะนั้นสติสามารถที่จะเกิดตามระลึกภูมิจิตที่กำลั้งปรากฏในขณะนั้น เพราะฉะนั้น จุดประสงค์ของผู้ที่ย่อบรมเจริญสติปัฏฐานไม่ได้ต้องการที่จะระลึกถึงส่วนต่าง ๆ ของกายแล้วสงบเท่านั้น แต่ไม่ว่าจะเป็นในขณะใดที่จิตจะโน้มไปถึงสภาพธรรมที่ได้ยิน หรือได้ฟัง หรือพิจารณา และมีปัจจัยที่สติจะเกิดตาม ระลึกภูมิจิต นั้นเป็นจุดประสงค์ของสติปัฏฐาน

ผู้ที่เข้าใจเรื่องของการเจริญสติปัฏฐาน จะเข้าใจคำว่า กายคตาสติ เช่น ในกายคตาสติสูตร ไม่ได้หมายความว่าระลึกถึงส่วนต่าง ๆ อาการต่าง ๆ ของธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุน้ำ ที่กายเท่านั้น แต่หมายความว่า กายานุปัสสนาสติปัฏฐานทั้งหมด ๑๔ บรรพ แต่ทรงใช้คำว่า กายคตาสติ เพราะเป็นสติที่ระลึกเป็นไปในกาย

เพราะฉะนั้น คำว่า กายคตาสติ ไม่ได้หมายความว่าสมณะอย่างเดียว แต่เป็นกายานุปัสสนาสติปัฏฐานทั้งหมด ซึ่งแสดงลักษณะของธาตุทั้ง ๔ คือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม โดยอาการต่าง ๆ เช่น โดยอาการที่เป็นลมหายใจ โดยอาการที่ทรงอยู่ตั้งอยู่เป็นอริยาบถต่าง ๆ โดยอาการที่ทรงอยู่ตั้งอยู่เคลื่อนไป เหยียดคู้ต่าง ๆ โดยอาการที่เป็นส่วนต่าง ๆ ของกาย ซึ่งโดยนัยของสมถภาวนาใช้คำว่า กายคตาสติ



แต่ว่าโดยนัยของวิปัสสนา กายคตาสติ หมายถึง กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ทั้งหมด เพราะเป็นการระลึกถึงอาการของกายซึ่งเป็นธาตุทั้ง ๔ โดยสังเขป หรือว่าโดยละเอียด โดยประการทั้งปวง

ถ. สมมติว่า เราระลึกถึงในขณะที่ร้อน มีเหงื่อออก หรือขณะอยู่ในที่แออัด มีเหงื่อไหล ขณะที่จิตเรานึกถึงความร้อนหรือเหงื่อ ความคิดของเราที่เกิดขึ้นโดยมีเหงื่อ หรือความร้อนเป็นอารมณ์ ในขณะนั้นจะเรียกว่า เจริญสติปัฏฐานได้ไหม

ส. สำหรับเรื่องเหงื่อ เป็นอาการของธาตุน้ำ ซึ่งปฏิรูป จะระลึกอย่างไร สำหรับผู้ที่เจริญสมถภาวนา ก็ต้องระลึกถึงเหงื่อที่เต็มซุ่มซน ซึ่งเกิดขึ้นในขณะนั้นโดยความเปลี่ยนแปลงของธาตุ หรือธาตุ คือ อากาศ ทำให้เกิดเหงื่อ เพราะไม่ใช่ว่าทุกคนจะมีเหงื่อท่วมตัวอยู่ตลอดเวลา แต่เวลาที่ร้อนจัด หรือว่ามีการเปลี่ยนแปลงทางอากาศ ก็ทำให้เหงื่อเกิดขึ้น ผู้นั้นก็ระลึกถึงเหงื่อ ขณะนั้นเห็นในความเป็นปฏิรูปของเหงื่อซึ่งมีอยู่ เป็นสมณะ แต่ถ้าในขณะนั้น อาการของธาตุซึ่งสติระลึกรู้โดยความเป็นธาตุ ไม่ได้นึกถึงเหงื่อ ขณะนั้นก็เป็นสติปัฏฐาน

เพราะฉะนั้น ในชีวิตประจำวัน ไม่มีใครจะไปจัดแจงได้ว่า อย่าระลึกถึงผม อย่าระลึกถึงเหงื่อ อย่าระลึกถึงอาหารเก่า อย่าระลึกถึงอาหารใหม่ จิตใจของคนไม่สามารถจะบังคับได้ แล้วแต่ว่าจิตนั้นจะโน้มหนักเป็นกุศลหรือเป็นอกุศล หรือนึกถึงอะไร แต่วันหนึ่ง ๆ ก็อาจจะมีหลายครั้งที่ระลึกถึงส่วนต่าง ๆ ที่กาย ถ้าระลึกด้วยความยินดีพอใจก็เป็นอกุศล แต่เวลาที่เข้าใจถึงการที่จะโน้มถึงความ เป็นปฏิรูปของส่วนต่าง ๆ ที่ปรากฏออกมาให้เห็น ขณะนั้นจิตสงบได้เป็นสมณะ เพราะสมณะหมายความว่าถึงสงบ แต่ในขณะใดที่ไม่ได้นึกถึงเหงื่อเลย ร้อน แต่ไม่ได้นึกถึงส่วนที่เป็นเหงื่อ ลักษณะที่เป็นเหงื่อ ในขณะนั้นสติระลึกถึงสภาพที่ไม่ใช่ตัวตน เป็นแต่เพียงลักษณะที่ร้อน ขณะนั้นก็เป็นสติปัฏฐาน

ถ. ทำนองเดียวกัน ขณะที่ฟังคำบรรยายของท่านอาจารย์ เช่น พูดถึงเรื่องเกี่ยวกับหัวใจ เรานึกถึงคำว่า หัวใจ ตามที่ท่านอาจารย์บรรยาย โดยที่ความรู้สึก



เกิดขึ้นคิดถึงหัวใจเป็นอารมณ์ ส่วนจิตใจที่เรานึกนี้ จะนำมาเป็นอารมณ์ของสติปัฏฐานได้ไหม

ส. ได้แน่นอน ไม่ว่าจะนึกถึงอะไร สติเกิดตามระลึกไว้ในขณะนั้นว่าเป็นสภาพรู้ นี่เป็นสิ่งสำคัญที่สุด เพราะสติปัฏฐานเป็นอารมณ์ของภิกษุทั้งหลาย เพราะฉะนั้น ไม่ว่าจะฟังเรื่องอะไร หรือฟังเรื่องกายคตาสติ ในขณะนั้นสามารถที่จะบรรลุถึงความเป็นพระอรหันต์ได้ แต่ไม่ใช่เพราะสมณะหรือสงฆ์เท่านั้นในขณะที่ฟัง แต่เพราะอบรมเจริญปัญญา จนกระทั่งสติระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังได้ยิน หรือที่กำลังเข้าใจ กำลังนึกถึง โดยความเป็นสภาพรู้แต่ละลักษณะ ซึ่งไม่ใช่ตัวตน

ถ. เวลานอนอยู่ บางครั้งลมพัด รูปไหวปรากฏ ตอนนั้นยังไม่ได้หลับสนิท พิจารณาลักษณะรูปไหว จะเป็นสติปัฏฐานหรือเปล่า

ส. สติเกิด ต่างกับขณะที่หลงลืมสติ ใครรู้ ต้องผู้นั้นรู้ และขณะที่สติปัฏฐานเกิด จะต้องมีการของรูปหรือนาม คือ มีลักษณะของรูปนั้น ๆ หรือนามนั้น ๆ ปรากฏ เป็นเครื่องให้สติระลึก

ถ. ใช่หรือเปล่า

ส. ใช่หรือเปล่า ใครรู้

ถ. เวลานอนหลับ ผันว่าเสียใจ และพิจารณาลักษณะของนามธรรมเป็นสติปัฏฐานหรือเปล่า

ส. เป็นหรือเปล่า ใครรู้ ถ้าสติเกิด ไม่หลงลืม และก็รู้ลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏในขณะนั้นตามความเป็นจริง ขณะนั้นเป็นสติปัฏฐาน

ถ. ในฝันก็เห็นว่า เจริญสติว่าดี ตอนนั้นฝันไปเรื่อย ๆ ก็เกิดความเสียใจขึ้นมา

ส. สติปัฏฐานเกิดในขณะที่ฝันได้ไหม ใครจะตอบได้ นอกจากคนนั้นตอบใช่ไหม คนที่สติปัฏฐานเกิดก็รู้ ขณะใดที่สติปัฏฐานเกิดก็รู้ ขณะใดที่สติปัฏฐานไม่เกิด



ก็รู้ นั่นจึงจะเป็นการเจริญสติปัฏฐาน แต่ถ้าสติปัฏฐานเกิดก็ไม่ว่า อย่างนั้นจะเรียกว่าเจริญสติปัฏฐานไม่ได้

ถ. ที่อาจารย์กล่าวว่า เวลาคนอื่นเกิดความโมโห หรืออะไรอย่างนี้ ให้เราพิจารณาสภาพธรรมตามความเป็นจริงของลักษณะที่ปรากฏ ก็เหมือนกับว่าจะให้ไปพิจารณาลักษณะของคนอื่น ก็เป็นการนึก

ส. มิได้ ตัวเองเป็นอย่างไร

ถ. อาจารย์กล่าวว่า เห็นคนอื่นโกรธ สติก็สามารถจะเกิดได้ ให้พิจารณาสภาพตามความเป็นจริง

ส. แล้วแต่ว่าขณะนั้นอะไรจะปรากฏ เป็นสภาพธรรมที่มีจริง สติสามารถที่จะเกิดรู้ลักษณะของสภาพนั้น และถ้าปัญญาคมกล้าก็ประจักษ์ความเกิดดับ เพราะทุกอย่างที่เกิดขึ้นต้องดับ

ถ. แต่ส่วนมากสติไม่ค่อยเกิด

ส. เป็นของธรรมดา ต้องอบรม ต้องเจริญนาน อยากที่จะให้โลกุตตรจิต คือ มรรคจิต ผลจิตเกิด รู้แจ้งนิพพานใหม่

ถ. อยาก

ส. พร้อมหรือยัง

ถ. ยัง

ส. ยัง ถูกต้อง เพราะฉะนั้น เรื่องอยาก กับเรื่องพร้อม ผู้ที่มีปัญญาจะต้องรู้ตามความเป็นจริง เป็นผู้ตรง ยังไม่ได้รู้อะไรเลย

ทางตาที่กำลังเห็น ซึ่งความจริงทุกคนอยู่ในโลกของสมมติสัจจะ คือ เห็นเป็นคน เห็นเป็นสัตว์ เห็นเป็นวัตถุสิ่งต่าง ๆ ไม่ใช่รู้ว่า สิ่งปรากฏทางตาเป็นแต่เพียงสิ่งที่ปรากฏทางตา นั่นเป็นโลกของปรมาตมสัจจะ ยังไม่สามารถที่จะแยกโลกทั้งสองในชีวิตประจำวัน จะรู้แจ้งนิพพานได้อย่างไร

เพราะฉะนั้น เรื่องอยากเป็นเรื่องอยาก แต่เรื่องตรงต้องเป็นเรื่องตรง ว่าพร้อมที่จะรู้แจ้งนิพพาน พร้อมที่จะรู้แจ้งอริยสัจจริงหรือเปล่า ถ้ายังไม่พร้อม ก็รู้ว่า



ไม่จำเป็นต้องอยาก เสียเวลา และแม้ว่าอยากจะเกิดขึ้น อยากนั้นก็หมดไป แต่หน้าที่คือ อบรมเจริญปัญญาที่จะรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏตามความเป็นจริงตามปกติ ก่อนที่จะรู้แจ้งอริยสัจ ๔ ได้

เพราะฉะนั้น คนที่ไม่รู้ความจริง ก็มีแต่ความอยาก และบางครั้งก็ถูกความอยากนำไป พาไป จนหลอกตัวเองว่า ใกล้ที่จะรู้แจ้งนิพพาน หรือว่าอาจจะกำลังรู้แจ้งนิพพาน หรือคิดว่าเดี๋ยวก็คงจะรู้แจ้งนิพพานภายในเย็นนี้ หรืออาทิตย์นี้ หรือเดือนนี้ หรือปีนี้ โดยที่ไม่ได้รู้ตามความเป็นจริงเลยว่า ทางตา รู้ความต่างกันของขณะที่เป็นปรมาณูสัจจะและสมมติสัจจะจริง ๆ หรือยัง ถ้ายังไม่รู้ ก็ยังไม่สามารถที่จะละคลายการยึดถือสมมติสัจจะว่าเป็นของจริงแท้

คนที่กำลังนั่ง จริงเหลือเกิน นั่นคือโลกของสมมติ ไม่ใช่โลกของปรมาณู แต่ผู้ที่อบรมเจริญเจริญปัญญาจะรู้ตามความเป็นจริงว่า ปัญญาจะต้องเกิดขึ้น ตามรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ รู้ชัดในความต่างกันของปรมาณูสัจจะและสมมติสัจจะโดยสติปัญญา เพราะปรมาณูสัจจะปรากฏทางตา ไม่ใช่คิดนึกเรื่องราวของสิ่งที่ปรากฏเป็นคน เป็นสัตว์

ปรมาณูสัจจะปรากฏทางหู เสียงปรากฏทางหู ไม่ใช่ขณะที่นึกถึงเรื่องราวต่าง ๆ ของเสียง ซึ่งเป็นสมมติสัจจะ กลิ่นปรากฏทางจมูก ไม่ใช่ขณะที่กำลังนึกถึงเรื่องกลิ่นต่าง ๆ ซึ่งเป็นสมมติสัจจะ รสปรากฏที่ลิ้น เป็นปรมาณูสัจจะ ไม่ใช่ขณะที่กำลังนึกชอบในรสต่าง ๆ ซึ่งสมมติเป็นรสนั้น รสนี้ หรือในขณะที่กำลังคิดถึงรสนั้นรสนี้ต่าง ๆ

ทางกายก็เช่นเดียวกัน ไม่ว่ากระทบสัมผัสอะไร ต้องรู้ขณะที่ต่างกันของปรมาณูสัจจะ และสมมติสัจจะ ซึ่งเกิดทางมโนทวารต่อจากทางกายทวาร

นี่เป็นการละคลายการยึดถือตัวตนในโลกของสมมติสัจจะ เพราะขณะที่ปัญญารู้ปรมาณูสัจจะ จะเห็นปรมาณูธรรมนั้นเป็นตัวตนไม่ได้ เป็นแต่เพียงสภาพธรรมแต่ละลักษณะที่ปรากฏแต่ละทาง เพราะฉะนั้น เมื่อเข้าใจในสภาพที่เป็นปรมาณู จึงไม่มีตัวตนในสภาพธรรมที่เป็นปรมาณูเลย แต่เวลาที่คิดนึกทางใจถึงปรมาณู ไม่ว่าจะเป็นเรื่องราวอะไรก็ตาม ขณะนั้น ผู้นั้นซึ่งเป็นผู้ที่เจริญสติปัญญารู้ว่า ขณะนั้นเป็น



สมมติสังขจะ เป็นเพียงความจริงของความคิดนึก ในขณะที่คิดนึกเท่านั้น ไม่ใช่ในขณะที่เป็นปรมาตตสังขจะ จึงจะรู้ชัดตามความเป็นจริงว่า ขณะใดเป็นสภาพธรรมที่ปรากฏทางตา ขณะใดเป็นสภาพธรรมที่ปรากฏทางใจ ขณะใดเป็นสภาพธรรมที่ปรากฏทางหู และต่อจากนั้นเป็นสภาพธรรมที่ปรากฏทางใจ จึงจะละคลายความสำคัญตน ซึ่งเป็นโลกของสมมติสังขจะทางมโนทวาร จนกระทั่งแม้ปกติธรรมดาอย่างนี้ ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ สติก็สามารถที่จะเกิดต่อกันอย่างมั่นคง ทางตา และทางใจ ทางหูและทางใจ ปรากฏความไม่ใช่ตัวตน ไม่ว่าจะเป็นทางตาหรือทางใจ ทางหูหรือทางใจ ทางจมูกหรือทางใจ ทางลิ้นหรือทางใจ ทางกายหรือทางใจ จึงจะละคลายความยึดมั่นในนามรูป จนกว่าปัญญาจะคมกล้าขึ้นพร้อมที่จะประจักษ์แจ้งรู้ชัดในอริยสัจธรรมได้ แต่ไม่ใช่ว่าอยาก ต้องถามตัวเองว่า พร้อมหรือยัง ถ้ายังไม่พร้อม ก็อบรมเจริญปัญญาที่จะรู้ชัดในสภาพธรรมที่ปรากฏ เท่านั้นเอง

ถ. การมาฟังธรรม หรือการฝึกหัดเจริญสติปัฏฐานนี้ เทียบเท่ากับการฝึก ละสมมติสังขจะ และฝึกให้ปัญญาเกิดขึ้นรู้ตรงต่อสัจธรรมจริง ๆ เมื่อฝึกอย่างนี้ต่อไป แล้ว อย่างเช่นพระอริยะ ท่านจะรับอารมณ์ต่าง ๆ ไม่เหมือนธรรมดาอย่างปุถุชน คงจะเป็นสภาวะธรรมมากกว่าสมมติสังขจะ หรืออย่างไร

ส. สติเกิด ชำนาญมากกว่าผู้ที่เพิ่งเริ่มจะอบรม

ถ. การรับอารมณ์คงจะเป็นไปตามปกติ แต่ที่พิเศษ คือ ละสมมติสังขจะ เท่านั้นเองใช่ไหม

ส. ความรู้ รู้ในสภาพธรรมที่ไม่ใช่ตัวตน และรู้ว่า ขณะนั้นเป็นการรู้ อารมณ์ทางไหน

ถ. แต่ว่าเป็นการรับอารมณ์อย่างธรรมดาทั่วไป เป็นปกติ

ส. แน่นนอน เป็นปกติ เพราะฉะนั้น ผู้ที่อบรมเจริญสติปัฏฐานที่เริ่มรู้ว่าการที่จะรู้แจ้งอริยสัจธรรมได้นั้น ต้องรู้ในสภาพธรรมที่กำลังปรากฏตามปกติตามความเป็นจริงในขณะนี้ จึงได้รู้ความต่างกันว่า ตอนที่เริ่มเจริญสติปัฏฐานไม่สามารถจะเป็นปกติอย่างนี้ได้เพราะยังไม่ชำนาญพอ แต่ว่าเมื่ออบรมจนชำนาญ ยิ่งชำนาญขึ้นเท่าไร



ก็ยังเป็นปกติเท่านั้น การรู้แจ้งอริยสัจธรรมจึงไม่ใช่การรู้ในขณะอื่น แต่เป็นการรู้ในขณะที่กำลังเป็นปกติอย่างขณะนี้นั่นเอง

ถ. ปกติตามธรรมชาติ ก็อยู่ในสภาวะธรรมทั้งนั้น ไม่มีสมมติสัจจะ แต่เรามายึดในสมมติสัจจะ และที่เรามาฟัง มาอบรม หรือภาวนานี้ ก็เพื่อละสมมติสัจจะ ให้รู้ความเป็นจริงที่เป็นสัจธรรม

ส. และรู้ว่าขณะใดเป็นสมมติสัจจะ คือ ขณะที่คิดนึกทางมโนทวาร

ถ. ที่ฝึก ๆ อยู่ทุกวันนี้ วิปัสสนา

ส. ใช่

มีท่านผู้ฟังท่านหนึ่ง ท่านคาตหมายการที่จะประจักษ์ลักษณะที่เป็นอนัตตาของสภาพธรรม ว่าจะเป็นอย่างอื่น แต่ว่าแท้ที่จริงแล้ว คือ ปัญญาที่รู้ในสภาพธรรมที่กำลังปรากฏซึ่งเป็นอนัตตา

ขณะนี้สภาพธรรมเป็นอนัตตาอยู่แล้ว ไม่ใช่เป็นอื่น แต่ปัญญายังไม่รู้ความเป็นอนัตตาของสภาพธรรมที่ปรากฏ เพราะฉะนั้น ก็คิดว่า ขณะที่ประจักษ์แจ้งในลักษณะของอนัตตานั้น ต้องเป็นอย่างอื่น ไม่ใช่ขณะนี้ แต่แท้ที่จริงแล้ว สภาพธรรมที่กำลังปรากฏขณะนี้แน่นอนเป็นอนัตตา ไม่ใช่เป็นอื่น เป็นอนัตตาในขณะนี้

เพราะฉะนั้น ปัญญาจะต้องพิจารณาจนกระทั่งประจักษ์แจ้งในความเป็นอนัตตาของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏในขณะนี้นั่นเอง





๘๖๕



ถ. สภาธรรม เราก้าวไปก้าวหนึ่ง หมายความว่าขั้นที่ ๕ ดับไป ไซ้ใหม่
สังขารขั้นที่ ไซ้ใหม่

ส. ขั้นที่ ๕ เกิดดับเร็วมากแม้ในขณะที่ยังไม่ได้ก้าวไป ทุก ๆ ขณะ
นามธรรมและรูปธรรมเกิดดับเร็วจนดูเหมือนไม่เกิดและไม่ดับ นั่นคือความเร็วอย่างยิ่ง
ของความเกิดดับของนามธรรมและรูปธรรม

ถ. ต้องฟังมาก ๆ จึงจะเข้าใจ วันหนึ่ง ๆ ผ่านไป ดับไปเรื่อย กำหนดไม่ทัน

ส. สวาททั้งหลายขาดการฟังไม่ได้เลย สวาทโก คือ ผู้ฟัง สวณะ คือ
การฟัง สุตัง คือ เรื่องที่ฟัง

อบรมเจริญสติ ไม่ได้หมายความว่า จะบังคับสติ หรือหวังจะให้สติเกิดใน
ขณะหนึ่งขณะใด แต่เป็นผู้ที่รู้ตามความเป็นจริงว่า สติเป็นอนัตตา และขณะไหน
สติเกิด ขณะไหนหลงลืมสติ และอบรมเจริญปัญญาที่จะรู้ลักษณะของสภาพธรรมใน
ขณะที่สติเกิดขึ้นระลึกถึงลักษณะของรูปธรรมหรือนามธรรมตามความเป็นจริง เป็นเรื่อง
ที่ไม่ง่ายและไม่เร็ว แต่เป็นเรื่องที่จะต้องอบรมเจริญขึ้น และปัญญาจะค่อย ๆ รู้ขึ้น

ถ. ธรรมที่เป็นโลกียธรรม กับธรรมที่เป็นโลกุตตรธรรม แยกกันได้ไหม
อย่างตาเห็นรูป ธรรมที่เป็นโลกียธรรมเป็นอย่างไร

ส. คำว่า โลก หรือโลกียะ หมายความว่าถึงสภาพธรรมที่เกิดดับ

ถ. สภาพะทุกอย่าง เกิดดับอยู่ในตัวหรือเปล่า

ส. นิพพานเท่านั้นเป็นสภาพธรรมที่ไม่เกิดดับ เพราะฉะนั้น ขณะที่ไม่ได้มี
นิพพานเป็นอารมณ์ ขณะที่นิพพานไม่ได้ปรากฏ สิ่งอื่นปรากฏ สิ่งอื่นทั้งหมดนอกจาก
นิพพาน เกิดขึ้นแล้วดับไป เป็นโลกียะ

ถ. สังขารของพระอรหันต์ เกิดดับอยู่หรือเปล่า



ส. สังขารของพระอรหันต์ ได้แก่ รูปขันธ์ เวทนาขันธ์ สัญญาขันธ์ สังขารขันธ์ วิญญาณขันธ์ ไขไหม เพราะหมายความว่าถึงสังขารธรรม ถ้าใช้คำว่า สังขาร ที่จะไม่เกิดดับนั้นไม่มีเลย ถ้าใช้คำว่า สังขาร หรือว่าเป็นลักษณะของสังขารธรรมแล้ว ต้องเกิดดับทั้งนั้น มิฉะนั้นก็ไม่ชื่อว่า สังขารธรรม

ถ. สภาพะที่เกิดดับของพระอรหันต์ ไม่มีกิเลสไขไหม

ส. ไม่มี เพราะดับกิเลสหมด

ถ. จิตเกิดดับอยู่หรือเปล่า ของพระอรหันต์

ส. จิตเป็นสภาพรู้ ไม่ใช่เตรียมพร้อมไว้ที่ไหน แต่เมื่อมีปัจจัยจึงเกิดขึ้น และกดับไป เป็นสังขารธรรม นิพพานเท่านั้นไม่ใช่สังขารธรรม เพราะฉะนั้น นิพพานเท่านั้นที่ไม่เกิดดับ เมื่อทราบว่า นิพพานเท่านั้นที่ไม่ใช่สังขารธรรม นิพพานเท่านั้นที่ไม่เกิดดับ ฉะนั้น อย่างอื่นทั้งหมดนอกจากนิพพานก็ต้องเกิดดับ ไม่ว่าจะเป็นจิต หรือเจตสิก หรือรูป

ถ. อตตะ กับอนัตตา นี่ต่างกันไขไหม

ส. สภาพธรรมทั้งหลาย ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน อตตะเป็นความเห็นผิดที่เข้าใจว่า สภาพธรรมเป็นตัวตน

ถ. สภาพที่เป็นอตตะ ก็เป็นอนัตตาด้วยไขไหม

ส. มิจฉาทิฏฐิ เป็นเจตสิกที่เป็นอกุศล เป็นอกุศลเจตสิก มีความเห็นผิดว่า อนัตตาเป็นอตตะ เพราะฉะนั้น ก็ต้องเป็นสภาพธรรมที่เกิดดับ เพราะไม่ใช่นิพพาน

ถ. ถึงแม้ว่าสภาวะนั้นไม่ทราบตามความเป็นจริงว่า เป็นอนัตตา แต่สิ่งเหล่านั้นก็เป็นอนัตตา ไขไหม

ส. ธรรมทั้งหลายเป็นอนัตตา ไม่มีธรรมสักอย่างเดียวซึ่งเป็นอตตะ

ถ. การเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน ที่ว่าเป็นอตตะนี้ เป็นกรรมไขไหม

ส. หมายความว่า เป็นความเห็นผิด อกุศลเจตสิก มิจฉาทิฏฐิเกิดขึ้น เห็นอนัตตาเป็นอตตะ



ถ. อย่างการตั้งใจเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานนี้ เป็นกรรม เป็นอิตตาหรือเปล่า

ส. แล้วแต่ว่าขณะนั้นมีความเห็นผิดหรือเปล่า สภาพธรรมเกิดขึ้นและดับไปอย่างรวดเร็ว ถ้าสติไม่เกิดตาม ไม่พิจารณา ย่อมไม่รู้ตามความเป็นจริง นอกจากเดา ขณะเมื่อครู่นี้เป็นกุศลหรืออกุศล ถ้าสติไม่เกิดตามรู้ลักษณะของสภาพที่ปรากฏ จะไม่รู้เลยว่าเป็นกุศลหรืออกุศล เพราะดับไปอย่างรวดเร็ว

นี่เป็นประโยชน์ของการเจริญสติปัฏฐาน เพราะจะรู้ชัดในลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏจริง ๆ ไม่ใช่เพียงเดา หรือว่าคาดคะเน

ถ. การพินิจ กับพินธุ ต่างกันอย่างไร

ส. ต่างกัน เพราะการพินิจไม่ใช่การพินที่สามารถดับกิเลส หรือพินจากกิเลสได้จริง ๆ

ถ. แต่ทุกข์นั้นหมดไปไหม

ส. จะหมดได้อย่างไรในเมื่อยังมีเหตุของทุกข์ คือ กิเลสอยู่

ถ. มิจชาทิภูสฺสูสามารถที่จะพินได้ไหม

ส. ได้ ถ้าเจริญปัญญา ปัญญาสามารถที่จะดับมิจชาทิภูสฺสูได้ ถ้าดับไม่ได้ ก็ไม่มีพระพุทธรเจ้า

ถ. ปัญญาที่เห็นผิด

ส. ปัญญาที่เห็นผิด เป็นอย่างไร

ถ. พินผิด

ส. พินผิดเป็นความเห็นผิด เข้าใจว่าพิน ในขณะที่ไม่พินแต่เข้าใจว่าพิน

ถ. แต่สภาวะจริงไม่พิน ใช่ไหม

ส. ไม่พิน เป็นความเห็นผิด เป็นมิจชาวิมุตติ เนื่องมาจากมิจชาทิภูสฺสูน่ากลัว ไม่พินก็คิดว่าพิน

สำหรับการที่จะพิจารณาส่วนต่าง ๆ ของกาย โดยอาการของกายคตาสติ อาการ ๓๒ จิตจะสงบได้เมื่อระลึกถึงส่วนต่าง ๆ ของกายของตน โดยนัยของ



สมถภาวนาสามารถที่จะถึงอุปรามาสมาธิและอัปปนาสมาธิได้ แต่ไม่ใช่การระลึกรถึงอาการของกายของบุคคลอื่น

จุดประสงค์ที่สูงสุด คือ สติปัฏฐาน ที่จะรู้สภาพธรรมว่า ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน จึงสามารถบรรลุความเป็นพระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี หรือแม้พระอรหันต์ได้ ในขณะที่ได้ยิน ได้ฟัง ไม่ว่าจะเป็นเรื่องกายคตาสติ หรือว่าเรื่องอะไรก็ตาม

อาการต่อไปของกาย ซึ่งเป็นอาการของธาตุดิน อาการที่ ๑๒ คือ

คำว่า ยกนํ ได้แก่ แผ่นเนื้อปลายเป็นแฉก คือ ตับ ตับนั้นโดยสี มีสีไม่แดงจัด สีมีแดงปนเหลืองเป็นพื้น ดังสีหลังกลีบดอกบัวโกมุท ว่าโดยสังฐาน ที่โคนเป็นอันเดียวกัน ที่ปลายเป็นคู้ มีสังฐานดังใบทองหลาง อนึ่ง ตับของคนมีปัญญาอ่อนเป็นแผ่นใหญ่แผ่นเดียวเท่านั้น ตับของคนมีปัญญาเป็นแผ่นเล็ก ๆ ๒ หรือ ๓ แผ่น ว่าโดยทิส เกิดแล้วในทิสเบื้องบน ว่าโดยโอกาส คือที่ตั้ง อาศัยข้างขวาตั้งอยู่ภายใน ถันทั้งสอง ว่าโดยปริจเฉท ตับกำหนดโดยส่วนที่เป็นตับ นี่เป็นสภาคปริจเฉทของตับนั้น แต่วิสภาคปริจเฉทเป็นเช่นกับเกสานั้นแหละ คือ โดยความต่างกันว่า ตับไม่ใช่ชน ไม่ใช่ผม ไม่ใช่เล็บ ไม่ใช่ส่วนอื่น ๆ เป็นต้น

อาการต่อไป ซึ่งเป็นอาการของธาตุดิน อาการที่ ๑๓ คือ

คำว่า กิโณมกํ คือ พังพืด อยู่ในตัวทั้งหมด ได้แก่ เนื้อหุ้ม ๒ ชนิด โดยแยกเป็นพังพืดที่ปกปิดและไม่ปกปิด พังพืดแม้ทั้ง ๒ ว่าโดยสี มีสีขาวดังสีท่อนผ้าทำด้วยเปลือกไม้ ว่าโดยสังฐาน มีสังฐานตามที่ตั้งอยู่ของตน ว่าโดยทิส พังพืดที่ปกปิดเกิดในทิสเบื้องบน พังพืดที่ไม่ปกปิด เกิดในทิสทั้ง ๒ ว่าโดยโอกาส พังพืดที่ปกปิดตั้งคลุมหทัยและไต พังพืดที่ไม่ปกปิด ตั้งคลุมเนื้อภายใต้หนังในสรีระทั้งสิ้น ว่าโดยปริจเฉท คือ กำหนดว่าจากไหนถึงไหน ภายใต้กำหนดด้วยเนื้อ เบื้องบนกำหนดด้วยหนัง เบื้องขวางกำหนดด้วยส่วนที่เป็นพังพืด

อาการที่เป็นธาตุดินอาการต่อไป อาการที่ ๑๔ คือ



คำว่า ปิหกัม คือ ม้าม ม้ามนั้น ว่าโดยสี มีสีเขียวคล้ำ

ในตัวมีหลายสี สีต่าง ๆ แต่ว่าปฏิภูมิตลอด ไม่เหมือนสีของแก้วมณี เพชรนิลจินดา ไข่มุก

ว่าโดยสัณฐาน มีสัณฐานดั่งลั่นลูกโคดำ มีขั้วยาวประมาณ ๗ นิ้ว ว่าโดยทิสเกิดแล้วในทิสเบื้องบน ว่าโดยโอกาส อาศัยตั้งอยู่ข้างบนแผ่นท้องข้างขวาแห่งหัวใจ เมื่อม้ามออกไปภายนอกโดยการประหารด้วยเครื่องประหาร ความสิ้นไปแห่งชีวิตของสัตว์ย่อมจะมี ว่าโดยปริจเฉท กำหนดแล้วโดยส่วนที่เป็นม้าม

อาการของธาตุดิน อาการที่ ๑๕ คือ

คำว่า ปปฺผาสัม คือ ปอด เนื้อปอดแยกออกจะเป็นท่อนเนื้อ ๓๒ ปอดนั้นว่าโดยสี มีสีแดงดั่งสีมละเม็ดที่ไม่สุกเกินไป ว่าโดยสัณฐาน มีสัณฐานดั่งท่อนขนมหนาที่เขียดัดไม่เสมอกัน สีซีดเผือก เพราะความที่ปอดนั้นกระทบกับเตโชธาตุอันเกิดจากกรรมพองขึ้นไป ว่าโดยทิส เกิดแล้วในทิสเบื้องบน ว่าโดยโอกาส คือที่ตั้ง ตั้งห้อยคลุมหัวใจและตับในระหว่างแห่งถันทั้งสอง ในภายในสรีระ ว่าโดยปริจเฉท กำหนดโดยส่วนที่เป็นปอด นี่เป็นสภาคปริจเฉทของปอดนั้น

อาการของธาตุดินอาการที่ ๑๖ คือ

คำว่า อนฺตัม คือ ไส้ใหญ่ ได้แก่ ลำไส้ที่หักทบไปมาในที่ ๒ แห่ง สำหรับของบุรุษยาว ๓๒ ศอก ของสตรียาว ๒๘ ศอก ไส้ใหญ่นั้น ๆ ว่าโดยสี มีสีขาวดั่งสีน้ำตาลกรวดหรือปูนขาว ว่าโดยสัณฐาน มีสัณฐานดั่งงู มีศีรษะอันขาดแล้วที่เขาวางขดไว้ในรางเลือด ว่าโดยทิส เกิดแล้วในทิสทั้ง ๒ โดยโอกาส ตั้งอยู่ภายในสรีระอันเป็นที่สุดแห่งคอกหอยและทวารหนัก เพราะความที่ลำไส้ใหญ่นั้น ในเบื้องต้นที่คอกหอยและเบื้องล่างที่ทวารหนักเนื่องเป็นอันเดียวกัน โดยปริจเฉท กำหนดโดยส่วนที่เป็นไส้ใหญ่ นี่เป็นสภาคปริจเฉทของไส้ใหญ่นั้น แต่วิสภาคปริจเฉท เป็นเช่นกับเกส้านั้นแหละ

อาการต่อไปของธาตุดินอาการต่อไป คือ อาการที่ ๑๗



คำว่า อนุตตคุณ คือ ใส่น้อย ได้แก่ ใสที่พ้นในที่ชนดใสใหญ่ทั้งหลาย ใส่น้อย นั้น โดยสี มีสีขาวดังสีรากจกกลนี้ โดยสัณฐาน มีสัณฐานดังรากจกกลนี้นั้นแหละ โดยทิส เกิดในทิสทั้ง ๒ โดยโอกาส ใส่น้อยนั้นพ้นชนดใสใหญ่ยึดกันไว้โดยความเป็นอันเดียวกัน เหมือนสายพานของเครื่องยนต์ยึดตัวเครื่องยนต์ไว้ ในเวลาเป็นที่ดึงไปแห่งเครื่องยนต์ของนายช่างผู้กระทำการงานทั้งหลาย มีการเจาะและตัดเป็นต้น ตั้งอยู่ในระหว่างชนดใสใหญ่ในที่ ๒ แห่ง รวากะเชือกเส้นเล็ก ๆ ที่เขาเย็บติดชนดเชือกสำหรับ เช็ดเท้าฉะนั้น โดยปริเฉท กำหนดโดยส่วนที่เป็นใสใหญ่ นี่เป็นสภาพปริเฉทของ ใสเล็กน้อย แต่วิสภาพริเฉท เป็นเช่นกับเกส้านั้นแหละ

อาการต่อไปของธาตุดิน คือ อาการที่ ๑๔

คำว่า อุทรีย คือ อาหารใหม่

ทุกท่านรับประทานอาหารเสมอ และไม่คอยจะเห็นความเป็นปฏิกุลของอาหาร แต่ว่าอาหารที่รับประทานนั้น เมื่อเข้าไปข้างในแล้วปฏิกุลมาก ถ้าได้พิจารณาแล้ว จะเห็นจริง

อาหารใหม่ ได้แก่ อาหารที่กินแล้ว ดื่มแล้ว เคี้ยวแล้ว ลืมแล้ว มีอยู่ในท้อง อาหารใหม่นั้น โดยสี มีสีดังอาหารที่กลืนกินเข้าไปภายใน โดยสัณฐาน มีสัณฐานดัง ข้าวสารที่เขาใส่ไว้หย่อน ๆ ในผ้ากรองน้ำ ที่เรียกว่าไถ่ โดยทิส เกิดแล้วในทิสเบื้องบน โดยโอกาส ตั้งอยู่ในท้อง ซึ่งมีคำอธิบายว่า เป็นอวัยวะที่ปิดลำไส้ เป็นเช่นกับโป่งที่เกิดตรงกลางฝ่าเปือกที่เขารวบชายรวมกันไว้ ชื่อว่าท้อง อุทร ภายนอกเกลี้ยง ภายในเป็นของปฏิกุล เช่นกับผ้าห่อเศษเนื้อ และผ้าซับระดูที่เปื้อนแล้ว แม้การกล่าวว่า ในภายในแห่งอุทรนั้น เป็นเช่นกับในภายในของขนุนละมุดก็ควร กิมิชาติ คือ หนอนทั้งหลาย แยกเป็น ๓๒ ตระกูล มีพยาธิไส้เดือน พยาธิตัวกลม พยาธิเส้นด้าย ด้วง ด้ว ด้ว ด้ว พยาธิปากแหลม พยาธิตัวแบน พยาธิเส้นด้าย ดังนี้ ด้วยประการฉะนี้ เป็นต้น

ถ้าไม่มีอาหารใหม่ที่ไปรวม ๆ กันอยู่ในท้องซึ่งปฏิกุล พยาธิทั้งหลายเหล่านี้ คงไม่มีที่ที่เกิด แต่เพราะอาหารที่เข้าไปสู่ลำไส้และไปสู่ท้องแล้ว ก็เป็นปฏิกุล เป็นปัจจัย ให้พยาธิต่าง ๆ เหล่านี้เกิดขึ้น



เคลื่อนไหวมากมายนั่นแหละ เที่ยงไปเป็นหมู่ อาศัยอยู่ในอุทร พยาธิเหล่าใด ครั้นเมื่ออาหารมีน้ำและข้าวเป็นต้น ไม่มีอยู่ ก็จะกระวนกระวาย กระเสือกกระสนไป ย่อมทำลายเนื้อที่อาศัยอยู่ แต่ในเวลาทีกลืนกินอาหารมีน้ำและข้าวเป็นต้น ก็จะพากันอำปากตะลิตะลาน ยื้อแย่งคำข้าวที่กลืนเข้าไป ครั้งแรก ๆ ๒ - ๓ ครั้ง อุทรใดเป็นเรือนเกิด เป็นวัจจุฎฐิ (เป็นที่ถ่าย เป็นลัวม) เป็นโรงป่วย เป็นสุสานของกัมมิชาติ เหล่านั้น มีอยู่ในอุทรนั้น

อาหารมีน้ำและข้าวเป็นต้น มีประการต่าง ๆ เป็นของแหลกละเอียดแล้ว ด้วยสาก คือ ฟัน พลิกกลับไปมาด้วยมือ คือ ลิ้น เกือกกลั้วผสมด้วยน้ำลาย ในขณะนั้นก็มีคุณสมบัติแห่งสี่ กลืน และรส เป็นต้น ไปปราศแล้ว

คือ หมดความน่าดู เวลาที่บดแล้วด้วยฟัน กลับไปกลับมาด้วยมือ คือ ลิ้น ในปาก และเกือกกลั้วผสมด้วยน้ำลาย ในขณะนั้น ทั้งสี่ กลืน และรส ก็เป็นอันปราศไปจากความเป็นสิ่งที่น่าพอใจ

เป็นเช่นกับรากสุนัข ตกไปในลำคอแล้ว ก็เป็นของเกือกกลั้วด้วยน้ำดี เสมหะ และลม เดือดขึ้นแล้วด้วยกำลังแห่งความร้อนของไฟในท้อง

ไม่ว่าอาหารนั้นจะแข็ง หรือว่าจะเป็นสิ่งที่เคี้ยวยากสักเท่าไรก็ตาม แต่ไฟ คือ เตโชธาตุในท้อง สามารถที่จะย่อย ที่จะบด จนกระทั่งละเอียดได้

เป็นของเคลื่อนไหวด้วยกัมมิชาติ ปล่อยอยู่ซึ่งต่อมและฟองในเบื้องบนเรื่อย ๆ

เวลาที่ธาตุไฟเผาย่อยอาหารที่อยู่ในท้อง จะทำให้มีต่อมเป็นฟองเกิดขึ้นข้างบนอยู่เรื่อย ๆ มีท่านผู้ใดเคยฟังเสียงท้องร้องบ้างไหม ขณะนี้ลองเอาหูของท่านไปแนบอยู่ที่ท้องของใครก็ได้ เพราะท่านไม่สามารถแนบที่ท้องของตนเองได้ จะเป็นท้องของบุตรหลาน เพื่อนฝูงมิตรสหาย ก็ลองดู มีเสียงอยู่ตลอดเวลา มีธาตุไฟซึ่งเผาย่อยอาหารต่าง ๆ ทำให้มีต่อมและฟองในเบื้องบนอยู่เรื่อย ๆ

ถึงซึ่งความเป็นขยะ และความเป็นของน่ารังเกียจด้วยกลิ่นเหม็นอย่างยิ่ง ตั้งอยู่ เปรียบเหมือนเมื่อฝนเม็ดหนาดกอยู่ในฤดูแล้ง (ฤดูร้อน) กลุ่มของซากศพชนิด



ต่าง ๆ จำเดิมแต่ปัสสาวะ อุจจาระ ท่อนหนึ่ง ท่อนกระดูก เอ็น น้ำลาย น้ำมูก โลหิต อันน้ำพัดไปตกลงในแอ่งน้ำครำ (น้ำโสโครก) ที่ประตูบ้านของคนจันทาล ผสมกับน้ำตมและโคลน โดยกาลล่วงไป ๒ – ๓ วัน ก็มีกิมิชาติ (หนอน) เกิดแล้ว เตือดขึ้น เตือดขึ้นแล้วด้วยความร้อน ด้วยกำลังแห่งแสงแดด ปล่อยอยู่ซึ่งตอมและ ฟองในเบื้องบน มีสีเขียวคล้ำ เป็นของน่ารังเกียจด้วยกลิ่นเหม็นอย่างยิ่ง ถึงซึ่งความเป็นรูปไม่ควรเข้าไปใกล้ ไม่ควรเข้าไปใกล้ ไม่ควรเพื่อเห็น

มีใครอยากดูบ้างไหม ฝนตก และในที่ที่ฝนตก มีทั้งอุจจาระ ปัสสาวะ ท่อนกระดูก เอ็น น้ำลาย น้ำมูก โลหิต ซึ่งน้ำพัดตกลงไปในแอ่งน้ำครำ และที่ประตูบ้านของคนจันทาล ซึ่งก็คงจะมีของที่เป็นปฏิกุลมากมาย เป็นขยะมากมาย ผสมกับ น้ำตม โคลน และถูกแดดเผา มีฟองขึ้นข้างบน มีสีเขียวคล้ำ เป็นของน่ารังเกียจ ด้วยกลิ่นเหม็นอย่างยิ่ง ถึงซึ่งความเป็นรูปไม่ควรเข้าไปใกล้

ช่างนอกมีไหม ตามถนนหนทาง ชอกเล็กตรอกน้อย ซึ่งเป็นสิ่งที่ไม่มีใครอยากเข้าไปใกล้ ไม่ควรเพื่อเห็น ไม่มีใครอยากจะดู ที่ไม่อยากจะเข้าไปใกล้ คือ ไม่อยากกระทบ ไม่อยากสัมผัสแตะต้อง และไม่อยากเห็นด้วย แม้ฟังก็ไม่อยากฟัง ไซ้ไหม ไม่อยากได้ยินได้ฟังเรื่องอย่างนี้ ที่ทำให้มีความรู้สึกรังเกียจเกิดขึ้น





๘๖๖



ข้อความต่อไป

ซึ่งอุทรใดเล่า ความไม่ชอบใจในอาหารทั้งหลายมีข้าวและน้ำเป็นต้น ย่อมเกิดได้ จะป่วยกล่าวไปไปถึงความไม่ชอบใจเพราะการแลดูด้วยปัญญาจักจุเล่

อนึ่ง ในอุทรใดเล่า อาหารมีข้าวและน้ำเป็นต้น ที่ตกไปแล้ว (คือ กลืนเข้าไปแล้ว) ย่อมถึงซึ่งการจำแนกเป็น ๕ อย่าง

อาหารที่รับประทานเข้าไปแล้ว จะจำแนกออกได้เป็น ๕ ส่วน คือ

ส่วนหนึ่ง สัตว์ทั้งหลายย่อมเคี้ยวกิน ส่วนหนึ่งไฟในท้องย่อมเผาผลาญ ส่วนหนึ่งเป็นมูล (ปัสสาวะ) ส่วนหนึ่งเป็นอุจ (อุจจาระ) ส่วนหนึ่งถึงซึ่งความเป็นอาหารเหลว ย่อมเข้าไปพอกพูนเลือดเนื้อให้เจริญ เป็นต้น

เพราะฉะนั้น ส่วนที่เหลือแล้วจากการใช้ ออกมาทางตาเป็นขี้ตา ทางหูเป็นขี้หู เป็นต้น นอกจากจะเป็นอุจจาระ ปัสสาวะ นี่คือนอกจากอาหารที่เหลือจากการใช้เป็นส่วนต่าง ๆ แล้ว

ว่าโดยปริเฉท กำหนดด้วยเยื่อหุ้มอุทร และส่วนที่เป็นอาหารใหม่ นี่เป็นสภาพปริเฉทของอาหารใหม่ แต่วิสภาพปริเฉท เป็นเช่นกับเกสานั้นแหละ

นี่เป็นเรื่องจริงในร่างกาย ซึ่งเป็นปฏิภูมิตลอดเวลา สำหรับเรื่องของอาหารใหม่ ท่านผู้ฟังอาจจะพิจารณา และรู้สึกถึงความเป็นปฏิภูมของอาหารได้ โดยนัยของอาหารปฏิภูมสัญญา เพราะฉะนั้น การเจริญสมถภาวนาก็ไม่ได้จำกัดว่า จะต้องให้เป็นเฉพาะในอารมณ์นั้นอย่างเดียว แล้วแต่ว่าเมื่อน้อมนึกแล้วจะมีสัญญา ความจำในความเป็นปฏิภูมของอาหาร และเกิดความสงบ ขณะนั้นก็เป็นนัยของอาหารปฏิภูมสัญญา หรือว่าจะโดยนัยของการเป็นอาหารใหม่ก็ได้



สำหรับข้อความใน **สัมโมหวิโนทนี อรรถกถาพระอภิธรรม วิภังคปกรณ์ สติปัฏฐานวิภังค์** ได้แสดงถึงการบริโภค ตั้งแต่การกลืนกิน จนถึงการถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะซึ่งเป็นอาหารเก่า คือ จากการเป็นอาหารใหม่ในขณะที่กลืนกิน จนกระทั่งไปถึงการเป็นอุจจาระ คือ อาหารเก่า

ใน **สัมโมหวิโนทนี อรรถกถาพระอภิธรรม วิภังคปกรณ์ ฌานวิภังค์** มีข้อความเรื่องการบริโภคอาหาร ซึ่งท่านผู้ฟังที่บริโภคอยู่ทุกวัน อาจจะได้ยังไม่ได้รับรู้ถึงการบริโภคดีที่ท่านพระอรรถกถาจารย์ได้แสดงไว้ แต่เมื่อได้ทราบ ก็ให้เห็นจริง และอาจจะเกิดระลึกอย่างนั้นบ้างด้วยกุศลจิต

ข้อความใน **สัมโมหวิโนทนี** มีว่า

เวลาที่บริโภคอาหารนั้น ควรจะระลึกถึงความจริงว่า เปรียบตัวเองผู้บริโภค เหมือนคนอนาถา การบริโภคอาหารนี้เป็นสิ่งที่จำเป็น ไม่บริโภคไม่ได้ คนอนาถาต้องมีสิ่งที่จำเป็นหลายอย่างที่ต้องการในการที่จะดำรงชีวิต ฉันทใด ในขณะที่ท่านผู้ใดก็ตามที่กำลังจะบริโภคอาหาร ในขณะนั้นก็เป็นความจำเป็นที่จะต้องบริโภค ขณะที่บริโภคนั้น ก็เปรียบตัวท่านที่กำลังจะบริโภคเหมือนคนอนาถา ซึ่งก็ไม่ใช่คนอนาถาที่ไม่น่าสงสาร แต่ความจริงแล้ว เป็นคนอนาถาที่แสนจะน่าสงสาร เพราะกายมีความเป็นปฏิภูมิต่าง ๆ ยังไม่พอ ยังจะต้องมาจุนเจือ มาค้ำจุนร่างกายซึ่งเป็นปฏิภูม เพื่อที่จะให้ดำรงต่อไป เหมือนกับคนอนาถาที่มีน้ำเลือด น้ำหนอง และหนองไหลออก แล้วจากปากแผลทั้งหลาย เคลื่อนกล่นแล้วด้วยแมลงวันหัวเขียว บางครั้งคนที่ใจดี ก็ให้ผ้าพันแผลชนิดดี บางครั้งก็ให้ชนิดไม่ดี บางครั้งก็ได้กระเบื้องสำหรับใส่เภสัชชนิดดี บางครั้งก็ได้ชนิดไม่ดี

ลองคิดถึงภาพของคนอนาถาซึ่งมีน้ำเลือด น้ำหนอง และหนองไหลออกจากปากแผลทั้งหลาย เคลื่อนกล่นด้วยแมลงวันหัวเขียวตอม และบางครั้งก็มีผู้มีใจดีให้ผ้าพันแผลชนิดดี ซึ่งเสื้อผ้าที่กำลังสวมใส่อยู่ในขณะนี้ ก็ไม่ต่างอะไรกับผ้าพันแผลแล้วแต่ว่ากรรมจะจำแนกให้มีผ้าพันแผลชนิดใด ในบางครั้งก็ได้สวมใส่ผ้าพันแผลชนิด



ดี บางครั้งก็ได้ชนิดไม่ดี แล้วแต่ว่ากรรมจะจัดสรรให้สิ่งใด และสำหรับในการรับประทานอาหาร บางครั้งก็ได้กระเบื้องสำหรับใส่เภสัชชนิดดี

อาหารเปรียบเหมือนยาจริง ๆ ใครไม่บริโภคไม่ได้ จะต้องมีความทุกข์ มีความกระวนกระวาย มีความเดือดร้อน เพราะฉะนั้น ทุกครั้งที่รับประทานอาหาร ไม่ต่างกับการรับประทานยา ซึ่งจำเป็นต่อร่างกาย แต่แม้กระนั้น ดูความวิจิตรของชีวิตของแต่ละบุคคลที่จะต้องเป็นไปตามกรรม

สำหรับคนอนาถา บางครั้งก็ได้กระเบื้องสำหรับใส่เภสัช คือ ยา ชนิดดี แล้วแต่ใครจะให้ บางครั้งก็ได้ชนิดไม่ดี แต่ท่านที่รู้สึกว่าคุณยังไม่ใช่คนอนาถา ลองคิดถึงการบริโภคของท่านแต่ละครั้ง ลองดูภาชนะที่ใส่อาหารที่บริโภคแต่ละวัน บางครั้งก็ประณีต บางครั้งก็ไม่ประณีต บางครั้งอาจจะเป็นจานแตก จานบิ่นก็ได้ แล้วแต่สภาพการณ์ในแต่ละขณะ ในแต่ละวัน และถ้าจะพิจารณาละเอียด ไม่ใช่แต่เฉพาะจานที่ใส่อาหาร แก้วใส่น้ำ ทุกสิ่งทุกประการที่เป็นเครื่องบริโภค ก็แล้วแต่ว่าแต่ละขณะจิตจะมีการเห็น มีการได้ยิน มีการได้กลิ่น มีการลิ้มรส มีการกระทบสิ่งที่ เป็นโณภูมิจิตอย่างใด ซึ่งคนอนาถาไม่เป็นผู้ดีใจหรือเสียใจในวัตถุเหล่านั้น เพราะว่ามีความต้องการท่อนผ้า สักว่าเป็นเครื่องปกปิดแผลเท่านั้น

รู้สึกอย่างนี้หรือเปล่า ในวันหนึ่ง ๆ ถ้าไม่ฟัง ไม่ระลึกถึงความจริง จิตก็จะเพลิดเพลนไปในรูป ในเสียง ในกลิ่น ในรส ในโณภูมิจิต ในเครื่องแต่งกาย ในภาชนะ ในเครื่องใช้ ในทุกสิ่งทุกอย่าง แต่ถ้าระลึกถึงคนอนาถาซึ่งกำลังป่วยหนัก และสิ่งที่ต้องการที่สุด คือ เภสัช หรือยา หรือสำหรับท่อนผ้า นั้น ก็มีความต้องการเพียงว่านำมาปกปิดแผลเท่านั้นจริง ๆ

คนอนาถานั้น ย่อมไม่เป็นผู้ดีใจหรือเสียใจในวัตถุเหล่านั้น เพราะว่าต้องการประโยชน์เพียงท่อนผ้าสำหรับปกปิดแผล หรือว่ายาสำหรับรักษาโรค

แต่ถ้าเมื่อไรจะรู้สึกอย่างนี้จริง ๆ ในแต่ละวันที่บริโภคปัจจัยต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นเรื่องเครื่องนุ่งห่ม หรือว่าเรื่องอาหารการบริโภค



และสำหรับกระเบื้องนั้น คนอนาถานั้นไม่ใช่ผู้ดีใจหรือเสียใจ เพราะมีความต้องการสักว่าเป็นเครื่องใส่เกสรแทนนั้น และอาหารที่ได้แล้วในบาตร ก็ราวกะเกสร คือ เป็นเพียงยาเท่านั้น

ถ้าเป็นอย่างนี้ได้จริง ๆ จิตจะสงบจากโลภะ โทสะ และถ้าสติเกิดระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมที่ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคลในขณะนั้นตามความเป็นจริง ก็ย่อมสามารถที่จะละการยึดถือสภาพธรรมที่ปรากฏทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจว่า ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตนด้วย

เพราะฉะนั้น เรื่องอาหารเป็นเรื่องสำคัญเรื่องหนึ่ง ซึ่งท่านผู้ฟังก็จะพิจารณาได้ว่า อาหารที่เป็นสัปปายะจริง ๆ ที่สบาย ไม่ว่าจะเป็นอาหารที่ประณีต หรือมีรสประการใดก็ตาม ความสำคัญอยู่ที่ว่า ขณะนั้นกุศลจิตที่บริโภคนั้นเกิด หรือว่า อกุศลจิตเกิด

ความสำคัญอยู่ที่จิต ไม่ใช่อยู่ที่อาหาร ถ้าท่านบริโภคน้ำหรืออาหารอร่อย และเกิดความยินดีพอใจ เป็นโลภะ ขณะนั้นอาหารนั้นเป็นสัปปายะไหม ถ้าจะเป็นก็เป็นสำหรับกายเท่านั้น แต่ไม่ใช่สัปปายะสำหรับใจ ซึ่งที่ถูกแล้ว ควรจะเป็นทั้ง ๒ ประการ เพราะเมื่อร่างกายได้อาหารที่เหมาะสมที่ควร ทำให้ไม่กระวนกระวาย ไม่เดือดร้อน ไม่เจ็บไข้ ก็ควรจะรู้ประโยชน์ของอาหาร คือ บริโภคเพื่อที่จะได้อบรมเจริญปัญญาที่จะรู้สภาพธรรมที่ปรากฏตามความเป็นจริง

เรื่องของการบริโภคอาหาร ใน **สัมโมหวิโนทนี สติปัฏฐานวิภังคินิทเทศ** **วิริยสัมโพชฌงค์** มีข้อความว่า

แม้พระศาสดาได้ทรงอนุญาตปัจจัยทั้งหลายแก่ท่าน (คือ แก่ภิกษุทั้งหลาย) ด้วยทรงเห็นว่า ภิกษุนี้บริโภคปัจจัยอย่างนี้แล้วจะอยู่เป็นสุข มีร่างกายแข็งแรง ที่แท้ทรงอนุญาตปัจจัยเหล่านั้นด้วยทรงเห็นว่า ภิกษุนี้บริโภคปัจจัยเหล่านี้แล้ว ทำสมณธรรม จักพ้นจากวัฏฏทุกข์

เพราะฉะนั้น ประโยชน์ของอาหาร ไม่ควรจะเป็นเฉพาะสัปปายะสำหรับร่างกายเท่านั้น แต่ควรจะเป็นสัปปายะสำหรับให้กุศลธรรมเจริญขึ้น



ข้อความต่อไปมีว่า

ใคร ๆ ชื่อว่า เป็นอตฺตาผู้บริโภคนภายใน ย่อมไม่มี

ในขณะที่บริโภคอาหาร ควรที่จะได้ระลึกด้วยว่า ใคร ๆ ชื่อว่า เป็นอตฺตา คือ ตัวตน ซึ่งกำลังบริโภคอาหารนั้น ไม่มี

ตามความเป็นจริงนั้น ก็แต่ว่า ด้วยการแผ่ไปแห่งวาโยธาตุอันเกิดจากจิต มีประการดังที่กล่าวแล้ว

คือ ข้อความในตอนต้นกล่าวถึงในขณะที่ครองผ้า ได้แก่ ทรงผ้าสังฆาฏิ บาตร จีวร เป็นต้น ว่าไม่มีสัตว์บุคคลในขณะนั้น เป็นแต่เพียงวาโยธาตุซึ่งเกิดจากจิตซึ่งแผ่ไป ทำให้เกิดการเคลื่อนไหวเป็นอิริยาบถต่าง ๆ ขณะที่ทรงผ้าสังฆาฏิ บาตร จีวร ฉนั้นใด ใคร ๆ ชื่อว่า เป็นอตฺตาผู้บริโภคนภายใน ย่อมไม่มี

ก็แต่ว่า ด้วยการแผ่ไปแห่งวาโยธาตุอันเกิดจากจิต ชื่อว่าการถือบาตร ย่อมมี ด้วยสามารถแห่งการแผ่ไปแห่งวาโยธาตุอันเกิดจากจิตนั้นแหละ

แม้แต่ในขณะที่ถือบาตร ถือจาน ถือช้อน ถือส้อม ในขณะที่กำลังบริโภค ในขณะนั้นก็ด้วยการแผ่แห่งวาโยธาตุอันเกิดจากจิตนั่นเอง ที่ทำให้มีกิริยาอาการอย่าง นั้นในขณะนั้นได้

ถ้าไม่มีรูปที่เกิดจากจิต ในขณะนั้นเคลื่อนไหวไม่ได้ จะไม่มีการบริโภค จะไม่มีการรับประทานอีกต่อไป เพราะฉะนั้น ตั้งแต่ขณะที่ถือช้อนส้อม หรือว่าเครื่องใช้ในการบริโภค ก็ควรที่จะระลึกถึงสภาพที่เป็นรูปธรรมในขณะนั้น ซึ่งไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน หรือสภาพของนามธรรมที่กำลังรู้ลักษณะของรูปธรรมในขณะนั้น

แม้การหยังมือลงในบาตร ย่อมมีด้วยการแผ่ไปของวาโยธาตุ อันเกิดจากจิต นั้นแหละ

เวลาที่พระภิกษุท่านจะฉันอาหาร มีตั้งแต่การถือบาตร และการหยังมือลงในบาตร นี่คือผู้ที่สติเกิดระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏในขณะนั้นตามความเป็นจริง



ผู้พิจารณาธาตุ ย่อมมีแต่อาการของธาตุเท่านั้นที่ปรากฏ

ต่อจากนั้น ก็เป็นขณะที่ กระทำคำข้าว อาโลปกรรม การยกคำข้าว อาโลปอุทธรณ์ การอ้าปากรับ मुखिवรรณ ย่อมมี

ในขณะที่รับประทานอาหาร มีตั้งแต่การถือ การหยั่งมือลง การกระทำคำข้าว การยกคำข้าว การอ้าปากรับ ถ้าสติเกิดจะรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน

ใคร ๆ ย่อมไม่เปิดซึ่งกระดูกคางทั้งหลายด้วยกุญแจ ด้วยเครื่องยนต์

เวลาจะอ้าปาก มีใครจะใช้เครื่องมืออื่นใหม่ เช่น กุญแจ หรือเครื่องยนต์ต่าง ๆ

แต่ว่าด้วยการแผ่ไปแห่งวาโยธาตุ อันเกิดจากจิตนั้นแหละ ที่ทำให้กระดูกคาง ก็อ้าขึ้น และการวางคำข้าวในปาก ย่อมมี

เลือกได้ใหม่ว่า จะให้สติเกิดในขณะไหน ถ้าเป็นผู้ที่อบรมเจริญสติจนกระทั่ง เป็นปกติ ชำนาญ คล่องแคล่วจริง ๆ มีปัจจัยที่จะให้สติเกิดในขณะที่กำลังบริโภค อาหาร ในขณะนั้นสติสามารถที่จะเกิดดับสลับต่อกัน ทางตาถึงทางใจ ทางหูถึงทางใจ ทางจมูกถึงทางใจ ทางลิ้นถึงทางใจ ทางกายถึงทางใจ ให้ทราบว่า สติที่ได้เกิดขึ้น จนกระทั่งชำนาญคล่องแคล่ว สามารถที่จะรู้ลักษณะของสภาพธรรมตามปกติตาม ความเป็นจริงได้

ขณะที่บริโภค ฟันทั้งหลายเบียดบนกระทำหน้าที่เป็นสาก มุสล ฟันทั้งหลาย เบียดล่างทำหน้าที่เป็นครก อุทกุขล และลิ้นทำหน้าที่เป็นมือ มีน้ำลายจาง ตนกเขไฟ ที่ปลายลิ้น น้ำลายข้น พหุลเขไฟ ที่โคนลิ้น ย่อมเบียดอาหารนั้นในที่นั้น ด้วยประการฉะนี้

ไม่มีสัตว์ ไม่มีบุคคลใด ๆ ทั้งสิ้น เป็นสภาพธรรมที่เกิดขึ้นเพราะการปรุงแต่ง เป็นสังขารธรรม เกิดขึ้นแล้วก็ดับไป ๆ ตลอดเวลา

อาหารนั้นพลิกกลับไปมาด้วยมือ คือ ลิ้น ในครก คือ ฟันเบียดล่าง เปียกชุ่ม แล้วด้วยน้ำเขพะ คือ น้ำลาย แหกละเอียดแล้วด้วยสาก คือ ฟันเบียดบน



มีใครบ้างไหม เวลารับประทานอาหารแล้วไม่เป็นแบบนี้ อาหารที่จะไม่พลิกกลับไปกลับมา มีไหมในขณะที่บริโภค ไม่มีมือ แต่ในปากนั้นมีลิ้น เพราะฉะนั้นอาหารที่อยู่ในปากก็เหมือนกับอยู่ในครก คือ ฟันเป็องล่าง แล้วก็เป็ยกชุ่มด้วยน้ำลาย แหกละเอียดแล้วด้วยสาก คือ ฟันเป็องบน

ใคร ๆ ชื่อว่า ใส่อาหารเข้าไปภายในด้วยช้อนหรือด้วยทัพพี ย่อมไม่มี

บางท่านอาจจะบอกว่า ไม่มีใครรับประทานอาหารด้วยทัพพี แต่คนที่กำลังหิวมาก บางทีเห็นแล้วจะตกใจ อาจจะหาช้อนไม่ได้ สิ่งไหนที่อยู่ใกล้ ก็อาจจะบริโภคด้วยความหิวกระหายจริง ๆ ในขณะนั้น ถ้าเห็นอย่างนั้นแล้ว จะเห็นได้จริง ๆ ว่า จิตขณะนั้นเต็มไปด้วยโลภะ ความต้องการ ซึ่งไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน และในชีวิต ในสังสารวัฏฏ์ ก็ไม่มีใครรู้ว่า ใครจะกระทำอาการอย่างไร ในวันไหน ในขณะไหน

อาหารนั้นย่อมเข้าไปด้วยวาโยธาตุเดียว

ไม่มีคน ไม่มีสัตว์ ไม่มีใครที่ใส่อาหารนั้นเข้าไป แต่ต้องมีธาตุซึ่งเคลื่อนไหว คือ ธาตุลม เป็นผู้ทำกิจ คือ อาหารนั้นย่อมเข้าไปด้วยวาโยธาตุเดียว

อาหารที่เข้าไปแล้ว ๆ ใคร ๆ ชื่อว่า ทรงอยู่ เพราะกระทำภาชนะเครื่องรองรับ ย่อมไม่มี

อาหารไปที่ไหน ไม่มีตัวตนอีกเหมือนกัน ซึ่งเป็นผู้ที่จะรับอาหารเข้าไปสู่ข้างใน

อาหารนั้นย่อมตั้งอยู่ด้วยสามารถแห่งวาโยธาตุนั้นแหละ แล้วก็ตั้งอยู่ข้างในกระเพาะอาหาร เพราะธาตุลมนั่นเอง อาหารที่ตั้งอยู่แล้ว อยู่แล้ว ไม่ได้ไปไหน ใคร ๆ ชื่อว่า หุงอยู่ เพราะกระทำเตา หรือก่อไฟสำหรับหุง ย่อมไม่มี อาหารนั้นย่อมสุกด้วยเตโชธาตุเดียว

ในท้อง ในกระเพาะอาหาร มีธาตุไฟซึ่งทำหน้าที่ย่อยอาหารซึ่งตั้งอยู่ในที่นั้น ให้ละเอียด ไม่ใช่ว่ามีใครเอาเตาเข้าไปตั้ง หรือว่าไปก่อไฟ ไปหุงอาหารที่มีอยู่ให้สุก ในขณะนั้น แต่ว่าธาตุไฟซึ่งเกิดเพราะกรรม มีในที่นั้น กระทำกิจของธาตุไฟ ซึ่งธาตุไฟ



ก็ไม่ได้มีเจตนาที่จะเผา หรือจะทำให้อาหารนั้นสุก เพราะธาตุไฟไม่ใช่สภาพรู้ แต่ที่ใดที่มีไฟ ที่นั่นก็มีสภาพธรรมซึ่งกระทำกิจเผาไหม้ และสำหรับธาตุไฟในท้องก็เกิดขึ้น เพราะกรรมเป็นสมุฏฐาน นี่เป็นเหตุที่ท่านผู้ใดมีกรรมดี การย่อยอาหารของท่านก็เป็นไปด้วยดี ท่านผู้ใดมีกรรมที่ไม่ดี ไม่สมบุญญ์ ก็ทำให้การย่อยอาหารนั้นไม่เป็นไปด้วยดี

อาหารที่สุกแล้ว ๆ ใคร ๆ ชื่อว่า นำออกภายนอกด้วยท่อนไม้ หรือไม้ทำย้อมไม้มี อาหารนั้นย่อมออกไปด้วยวาโยธาตุนั้นแหละ





๘๖๗



อาหารที่รับประทานเข้าไป ต้องออกจากร่างกาย อยู่ไม่ได้ จะอยู่หมักหมม สะสมอยู่เรื่อย ๆ ไม่ได้ เป็นโทษแก่ร่างกาย เพราะฉะนั้น อาหารที่รับประทานเข้าไป จะต้องออกจากร่างกาย ซึ่งในการที่ต้องออกจากร่างกาย ไม่มีใครที่จะเอาออกไปด้วย พอนไม้ หรือไม้เท้า

ทุกวัน ๆ นี้ อาหารนั้นซึ่งเป็นอาหารเก่า ย่อมออกไปด้วยวาโยธาตุนั้นแหละ ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตนจริง ๆ เป็นธาตุแต่ละชนิดซึ่งกระทำกิจของธาตุนั้น ๆ

วาโยธาตุย่อมนำเข้าไปด้วย เวลาที่บริโภคอาหาร อาหารเข้าไปสู่ร่างกายด้วย วาโยธาตุ ย่อมทรงอยู่ด้วย เมื่อเอาอาหารเข้าไปแล้ว อาหารนั้นก็อยู่ในที่นั้นด้วยวาโยธาตุนั่นเอง ย่อมพลิกกลับไปมาด้วย ย่อมแหลกละเอียดด้วย ย่อมให้แห้งด้วย ย่อมนำออกด้วย ด้วยประการฉะนี้

นี่คือสภาพธรรมที่ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน ทุก ๆ ขณะ ในทุก ๆ วัน ตามความเป็นจริง

ข้อความต่อไปมีว่า

สำหรับธาตุทั้ง ๔ ก็ย่อมกระทำกิจต่าง ๆ กันในขณะนั้นด้วย คือ ปฐวีธาตุ ย่อมทรงไว้ด้วย ย่อมพลิกไปมาด้วย ย่อมแหลกละเอียดด้วย ย่อมให้แห้งด้วย ย่อมนำออกด้วย อาโปธาตุย่อมทำให้เป็นยางด้วย ย่อมอนุบาล คือ ช่วย ให้เปียกด้วย เตโชธาตุย่อมยังอาหารที่เข้าไปแล้วในภายในให้สุกทั่ว อากาสธาตุย่อมเป็นทาง อณูขโส แห่งอาหาร



ถ้าไม่มีช่อง ไม่มีทางอากาศในร่างกาย อาหารก็เข้าไปไม่ได้ เพราะฉะนั้น ในร่างกาย ทุกอย่าง ไม่ว่าจะเป็นปฐวีธาตุ อาโปธาตุ เตโชธาตุ วาโยธาตุ อากาศธาตุ ย่อมปรุงแต่งให้รูปธาตุ คือ กาย เป็นไปด้วยดีจนกว่าจะสิ้นชีวิต

วิญญาณธาตุ ซึ่งเป็นธาตุรู้ ย่อมใช้อาหารนั้นเพื่อประกอบโดยชอบในที่นั้น ๆ ด้วยประการฉะนี้

คือ รู้ว่าขณะใดจะบริโภคะไร

และยังรูปธาตุทั้งหลายให้เป็นไปโดยชอบในที่นั้น ๆ ด้วยประการฉะนี้ บัณฑิต พึงทราบว่า เป็นอสมัมโหสมัมปชัญญะ ในคำว่า กลิ่นกิน เป็นต้นนี้ ด้วยสามารถแห่ง การพิจารณาความเป็นไปอย่างนี้

เป็นอย่างนี้หรือเปล่าในขณะที่บริโภคะ คือ อสมัมโหหะสมัมปชัญญะ ประกอบด้วยปัญญาที่รู้ลักษณะของสภาพธรรมที่ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน เป็นแต่เพียงรูปธรรมหรือนามธรรมเท่านั้น

ข้อความต่อไปมีว่า

อีกอย่างหนึ่ง ในคำว่า กลิ่นกิน เป็นต้นนั้น พึงทราบว่า เป็นอสมัมโหหะสมัมปชัญญะ โดยความพิจารณาความเป็นปฏิภูม ๑๐ อย่าง อย่างนี้ คือ ปฏิภูมโดยการไป โดยการแสวงหา โดยการบริโภคะ โดยที่อยู่ โดยการหมักหมม โดยการยังไม่ย่อย โดยการย่อยแล้ว โดยผล คือ กาก โดยการไหลออก โดยการแปดเปื้อน

อนึ่ง พึงถือเอาคำอธิบายโดยละเอียดในคำว่า กลิ่นกินนี้ จากอาหาเรปฏิภูม-สัจญานิทเทศ ใน **วิสุทธิมรรค**

นี่เป็นชีวิตปกติตามความเป็นจริงในเรื่องอาหาร ซึ่งทุกท่านต้องบริโภคะ แต่ว่า ส่วนใหญ่เวลาที่สติไม่เกิด บริโภคะด้วยโลภะ ด้วยความยินดี ด้วยความต้องการ แม้เพียงเริ่มนึกว่าจะบริโภคะอะไร ในขณะนั้นก็ต้องคิดถึงแต่สิ่งที่ท่านมีความพอใจในรส นั้นหวังที่จะได้ในรสนั้น เพราะฉะนั้น ถ้าสติไม่เกิด การบริโภคะตั้งแต่เกิดจนตายย่อมจะเป็นไปด้วยอกุศลจิต



ถ. เวลาที่มีสำนักปฏิบัติที่ดูรูปนั่ง รูปเดิน ซึ่งรูปนั่ง รูปเดินนี้ไม่มีในพระไตรปิฎก เขาบอกว่า รูปนั่งเป็นจิตตชวาโยธาตุ เพราะฉะนั้น ขณะที่นั่งอยู่ และพิจารณาจิตตชวาโยธาตุ ขณะนั้นเป็นวิปัสสนาหรือเปล่า

ส. ต้องใช้คำว่า จิตตชวาโยธาตุหรือเปล่า

ถ. ก็จิตตชวาโยธาตุในขณะนั้นก็มี ขณะที่เดิน

ส. แต่ต้องใช้คำนั้นหรือเปล่า

ถ. ไม่ต้อง

ส. ไม่ต้อง เพียงแต่สภาพธรรมใดปรากฏ อาการของธาตุใดปรากฏ สติระลึกในสภาพธรรมที่ปรากฏในขณะนั้นตามความเป็นจริง

ถ. แล้วถ้าผู้ที่กำลังนั่งอยู่ และดูรูปนั่ง ขณะนั้นเขาก็ไม่ได้ใช้คำว่า ดูรูปนั่ง เขาก็พิจารณาสังเกตของเขาอย่างนั้น จะชื่อว่า พิจารณาโดยความเป็นธาตุหรือเปล่า

ส. ไม่ควรจะติดที่คำว่าจะใช้คำไหน แต่ต้องเป็นผู้ที่รู้ความต่างกันของขณะที่มีสติ กับขณะที่หลงลืมสติ แต่ถ้าใช้คำที่ทำให้ไม่สามารถเข้าใจขณะที่มีสติว่าต่างกับขณะที่หลงลืมสติ ขณะนั้นก็ไม่ใช่ปัญญาที่จะรู้ว่า แม้สติไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล

ขณะที่คิดว่าจะดู ไม่ว่าจะดูอะไรก็ตาม ขณะนั้นไม่รู้รู้ลักษณะของสติว่าสติเป็นสภาพที่เมื่อเกิดขึ้นจึงระลึกรู้ลักษณะของสิ่งซึ่งกำลังปรากฏ ไม่ใช่ว่ามีใครจะดูอะไรได้

ขณะที่กำลังเห็นนี้ แล้วแต่ว่าสติจะเกิดหรือไม่เกิด เพราะฉะนั้น ผู้ที่อบรมเจริญปัญญารู้ว่า ขณะใดมีสติ ขณะใดหลงลืมสติ ซึ่งเป็นอนัตตา ขณะใดที่สติเกิดก็รู้ว่า มีสติ แต่ขณะใดที่สติไม่เกิด ขณะนั้นจะชื่อว่ามีสติไม่ได้

เพราะฉะนั้น สติไม่ใช่จะดู สติเป็นสภาพธรรมที่เป็นอนัตตา เมื่อมีปัจจัยก็เกิดขึ้นกระทำกิจระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมหนึ่งสภาพธรรมใดที่ปรากฏ แล้วแต่สติซึ่งเป็นอนัตตา



ขณะนี้อะไรกำลังปรากฏ สติที่เกิดขึ้นจะระลึกถึงในสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ ไม่ใช่ว่าจะดู ต่อไปสภาพธรรมอะไรจะเกิดขึ้นก็ไม่มีใครรู้ เพราะสภาพธรรมเกิดปรากฏและหมดไปอย่างรวดเร็ว เมื่อไม่รู้ว่าสภาพธรรมอะไรจะเกิดต่อไป จะไปดูอะไรได้ ในเมื่อไม่รู้ว่าต่อไปอะไรจะเกิดขึ้น อะไรจะปรากฏ

แต่เมื่ออะไรปรากฏแล้ว สติเกิดตามระลึกถึงในสภาพธรรมที่ปรากฏนั้นตามความเป็นจริงว่า ลักษณะนั้นเป็นรูปธรรม หรือว่าลักษณะนั้นเป็นนามธรรม เป็นสภาพรู้ที่ละลักษณะ

ไม่ใช่มีความต้องการจดจำ หรือเลือกได้ตามใจชอบว่าจะดูอะไร ถ้าจะดูอะไรได้ตามใจชอบ ก็ไม่ใช่สติที่เกิดขึ้นระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏทางหนึ่งทางใดตามความเป็นจริง โดยความเป็นอนัตตา เพราะสติจะระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมใด ใครจะรู้ ไม่มีใครรู้ ไม่มีใครเลือกอารมณ์ให้สติได้ เพราะสติยังไม่เกิด และเมื่อใดสติเกิด สติระลึกเองทันทีในสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ โดยที่ไม่มีใครไปเลือกอารมณ์ให้สติได้

ถ. การเคลื่อนไหว ที่ว่าเป็นการแผ่ไปของวาโยธาตุอันเนื่องด้วยจิต คือ ก่อนที่เราจะลงมือรับประทานอาหาร ต้องเคลื่อนไหวมือ จับช้อน จับส้อม ขอคำอธิบายในการเคลื่อนไหว ที่ว่าเป็นวาโยธาตุ

สุ. รูปที่มีชีวิตเป็นที่อาศัยเกิดของจิต ต่างกับรูปซึ่งปราศจากชีวิต ปราศจากจิต ไม่เป็นที่อาศัยเกิดของจิตอีกต่อไป เช่น รูปของคนที่ยืนมีชีวิตแล้ว เคลื่อนไหวไม่ได้ เพราะฉะนั้น การอบรมเจริญสติปัฏฐาน สติจะระลึกถึงลักษณะของรูป ถ้าวาโยธาตุไม่ปรากฏ อย่าเพียรไปต้องการที่จะรู้วาโยธาตุ แล้วแต่อะไรจะปรากฏ สติระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏ

ขณะที่กำลังนั่ง จะดูท่าทางเป็นรูปนั่งไม่ได้ แล้วแต่สภาพของรูปใดปรากฏ ทางตา หรือทางหู หรือทางจมูก หรือทางลิ้น หรือทางกาย หรือทางใจ สติระลึกถึงในลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏในขณะนั้น ฉะนั้น เวลาที่รับประทานอาหารก็เหมือนกัน มีลักษณะของรูปที่ละอย่าง ที่ละอาการ ที่ละลักษณะปรากฏ



ถ้าวาโยธาตุไม่ปรากฏ แต่แข็งหรืออ่อน ร้อนหรือเย็น รสหรือเสียงปรากฏ สติเกิดขึ้นระลึกถึงลักษณะของสภาพที่ปรากฏในขณะนั้นตามความเป็นจริง ไม่ใช่จะต้องไปหาวาโยธาตุมารู้ในขณะนั้น หรือในขณะที่รับประทานอาหาร ไม่ใช่อย่างนั้น

การที่ทรงแสดงไว้โดยละเอียดว่า ธาตุทั้ง ๔ ย่อมกระทำกิจของตน ๆ ทุกขณะ แม้ในขณะที่รับประทานอาหาร แต่ละธาตุก็ทำกิจของตน เช่น อาหารที่จะเข้าไปในร่างกายได้ เข้าไปในปากได้ ต้องอาศัยวาโยธาตุ ถ้าไม่มีวาโยธาตุซึ่งเป็นรูปซึ่งเกิดเพราะจิตกระทำให้เคลื่อนไหวไป อาหารที่อยู่ในจานก็เข้ามาอยู่ในปากไม่ได้ ไม่มีหนทางเลย หรือแม้แต่การที่จะเคี้ยว ก็ย่อมเป็นไปไม่ได้ ถ้าวาโยธาตุไม่ทำให้ฟันบนฟันล่างขยับ ไม่ใช่จะทำให้ไปรู้วาโยธาตุ แต่ว่าทรงแสดงเหตุของการบริโภคว่า เป็นเพราะธาตุใดที่ทำให้อาหารเข้าไปสู่ร่างกาย หรือว่าเมื่ออาหารเข้าไปสู่กระเพาะอาหารแล้ว ธาตุใดทำให้อาหารนั้นสุกย่อยละเอียดได้

เพราะฉะนั้น เวลาที่สติเกิด ไม่ใช่เจาะจงที่จะรู้วาโยธาตุ ในขณะที่บริโภคอาหาร หรือนั่ง หรือนอน หรือยืน หรือเดินเคลื่อนไหว เขี่ยดัก กระทบกิจต่าง ๆ แล้วแต่สภาพธรรมใดจะปรากฏ สติก็จะระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏในขณะนั้นตามความเป็นจริง

ถ. พุดถึงเรื่องการเจริญมรรคมีองค์ ๘ ผมมีความสนใจมากเป็นพิเศษในข้อสัมมาสังกัปปะ คือ การตรึกชอบ อ่านในพระไตรปิฎกพบแต่ข้อความที่ว่า การตรึกชอบ คือ ดำริออกจากกาม ดำริที่จะไม่พยายาบท ดำริที่จะไม่เบียดเบียนผู้อื่น แต่อาจารย์เคยกล่าวว่า ให้ดำริตรงลักษณะ เพราะฉะนั้น ผมขอให้อาจารย์ช่วยกรุณาอธิบายสัมมาสังกัปปะอย่างละเอียด

และข้อความที่ว่า ตาเป็นสิ่งที่ควรรู้อย่างยิ่ง รูปเป็นสิ่งที่ควรรู้อย่างยิ่ง จักขุสัมผัสเป็นสิ่งที่ควรรู้อย่างยิ่ง หรือโสตสัมผัส หรือสัมผัสทั้งหลายควรรู้อย่างยิ่ง เป็นอย่างไร

ส. มีสิ่งที่ควรรู้อย่างยิ่งทั้งนั้น ที่จะทำให้สามารถดับกิเลสได้ เพราะถ้าไม่รู้ยิ่งแล้วดับกิเลสไม่ได้ เพราะฉะนั้น จะเห็นความห่างไกลของขณะที่เริ่มอบรมเจริญสติปัฏฐาน เพราะสภาพธรรมปรากฏทั้งทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ แต่ยัง



ไม่รู้ยิ่ง จึงต้องเจริญสติ คือ ระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมไปเรื่อย ๆ ไม่ว่าจะเป็นทางตา หรือทางหู หรือทางจมูก หรือทางลิ้น หรือทางกาย หรือทางใจ

ถ. สัมผัส ผมมีความเข้าใจว่า อย่างจักขุสัมผัสนี้ จะต้องมีการอุปาทาน มีรูปารมณฺ์ มีจักขุวิญญาณ ทั้ง ๓ อย่าง เรียกว่า ผัสสะ

สุ. เวลานี้เห็น ยังไม่ดับเลย ผัสสะต้องมี ถ้าไม่มี ไม่เห็น ใช่ไหม ขณะที่เสียงปรากฏ ได้ยินเสียง เสียงจึงปรากฏ ถ้าไม่มีสภาพที่รู้เสียง เสียงปรากฏไม่ได้ เพราะฉะนั้น ในขณะที่เสียงปรากฏ ผัสสะต้องมี ใช่ไหม

และไม่ใช่ว่าเฉพาะผัสสะ วิตกเจตสิกซึ่งเมื่อเป็นมรรคมีองค์ ๘ ก็เป็นสัมมาสังกัปปไป ต้องมี จิตที่ไม่มีวิตกเจตสิกเกิดร่วมด้วย ได้แก่ ทวิปัญญวิญญาณ ๑๐ ดวง คือ จักขุวิญญาณที่ทำกิจเห็น ๒ ดวง โสตวิญญาณที่ทำกิจได้ยิน ๒ ดวง ฆานวิญญาณที่ทำกิจจู้กลิ่น ๒ ดวง ชิวหาวิญญาณที่ทำกิจลิ้มรส ๒ ดวง กายวิญญาณที่ทำกิจรู้สภาพธรรมที่กำลังปรากฏอ่อนหรือแข็ง เย็นหรือร้อน ตึงหรือไหวทางกาย ๒ ดวง จิต ๑๐ ดวงนี้เท่านั้น ที่ไม่มีวิตกเจตสิก

หลังจากนั้นแล้ว หลังจากเห็น ได้ยิน เป็นต้นไป วิตกเจตสิกมี แต่รู้ใหม่ รู้ยิ่ง หรือยัง รู้ยากใช่ไหม รู้ว่ามี เข้าใจว่าต้องมี เพราะถ้าไม่มีผัสสะเจตสิกซึ่งเป็นนามธรรม ที่กระทบอารมณ์ จิตจะเห็นไม่ได้ หรือว่ารู้อารมณ์ใด ๆ ไม่ได้เลย

ขณะที่จิตเกิดรู้อารมณ์ใด ผัสสะกระทบอารมณ์นั้น จิตจึงเกิดขึ้นรู้อารมณ์นั้นทันทีกับที่ผัสสะกระทบอารมณ์นั้น ไม่ใช่หลัง และไม่ไวก่อน ถ้าผัสสะกระทบอารมณ์ใด จิตเกิดขึ้นรู้อารมณ์นั้นทันที ถ้าผัสสะเกิดแล้วดับไป จิตจะเกิดขึ้นรู้อารมณ์ที่จิตกระทบได้อย่างไร เพราะฉะนั้น ในขณะที่กำลังเห็นนี้ มีผัสสะเจตสิก สภาพธรรม ซึ่งเป็นนามธรรม กระทบสิ่งที่ปรากฏทางตา จักขุวิญญาณจึงเกิดขึ้นเห็นสิ่งที่กำลังปรากฏทางตา

สัมโมหวิโนทนิ สติปัญฐานวิภังค์ เวทนนานุปัสสนานิทเทส มีข้อความว่า

เวลาที่พระผู้มีพระภาคทรงแสดงอุปกัมมัฏฐาน ต่อจากกายนุปัสสนาสติปัญฐาน ทรงแสดงด้วยสามารถเวทนา คือ ความรู้สึก เพราะว่า จริงอยู่



กัมมัฏฐานที่ตรัสด้วยสามารถผัสสะก็ตาม วิญญูณก็ตาม ย่อมไม่ปรากฏ คือ ปรากฏเหมือนอัมมการ คือ ความมืด

จริงไหม ขณะนี้ที่เห็น ต้องมีผัสสะเจตสิกแน่นอน แต่ผัสสะไม่ปรากฏ คือ ปรากฏเหมือนความมืด รู้ใช่ไหมว่า มีผัสสะเจตสิกแน่นอนที่กระทบสิ่งที่ปรากฏทางตา จึงเห็น ขณะที่ได้ยิน ขณะนี้รู้ว่ามีผัสสะเจตสิกกระทบเสียงจึงได้ยิน แต่ไม่เห็นผัสสะ ปรากฏ ทั้ง ๆ ที่รู้ ทั้ง ๆ ที่เข้าใจว่าต้องมีผัสสะ เมื่อผัสสะไม่ได้ปรากฏเหมือนอย่าง เวทนา คือ ความรู้สึกว่าดีใจ หรือว่าเสียใจ หรือเฉย ๆ เพราะฉะนั้น ผัสสะจึงปรากฏ เหมือนอัมมการ คือ ความมืด

เวลานี้สว่างอยู่ แต่ถ้ามืดหมด ความมืดนั้นปรากฏ ใช่ไหม แต่ไม่รู้ว่าเป็นอะไร ไม่เห็นอะไร อย่างท่านที่อยู่ให้ห้องมืด ในบ้านของท่านเอง ท่านรู้ว่ามီးอะไรบ้างอยู่ในห้อง แต่มืด ไม่เห็นสิ่งที่มีทั้งหมดในห้อง ฉันทใด เวลานี้ ขณะหนึ่ง ๆ ที่จิตเกิดขึ้นจะมี เจตสิกเกิดร่วมด้วย แต่ไม่ปรากฏ หรือว่าปรากฏเหมือนอัมมการ คือ ความมืด ไม่ได้ ปรากฏกับปัญญา จนกว่าความรู้ยิ่ง ความรู้ชัดในผัสสะนั้นเกิดขึ้น ผัสสะจึงจะปรากฏ

เพราะฉะนั้น ก่อนที่จะเจริญสติปัฏฐาน ทุกท่านเกิดมาในโลก มีตา มีหู มีจมูก มีลิ้น มีกาย เห็นสิ่งต่าง ๆ มากมายเหลือเกิน ได้ยินเสียงต่าง ๆ ได้กลิ่นต่าง ๆ ลิ้มรสต่าง ๆ กระทบสัมผัสสิ่งต่าง ๆ แต่เมื่อไม่รู้ลักษณะของรูปตามความเป็นจริง ไม่รู้ ลักษณะของเห็น ไม่รู้ลักษณะของได้ยิน ไม่รู้ลักษณะของผัสสะ ไม่รู้ลักษณะของวิตก ไม่รู้ลักษณะของเวทนา ไม่รู้ลักษณะของสภาพธรรมทั้งหลายตามความเป็นจริง ก็เหมือนอัมมการ คือ ปรากฏเหมือนความมืด ซึ่งไม่สามารถที่จะจำแนกออกได้ว่า นี่เป็นผัสสะ นั่นเป็นเวทนา นี่เป็นวิตก นั่นเป็นโลภะ นั่นเป็นโทสะ

คนที่อยู่ในความมืด หรือเมื่อความมืดปรากฏ ย่อมไม่สามารถที่จะจำแนกสิ่งที่ เห็นได้ ฉันทใด เวลาที่สติและปัญญาไม่ได้ระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมตามความเป็นจริง ทุกสิ่งที่ปรากฏ ก็ย่อมปรากฏเหมือนความมืด คือ ไม่รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า ผัสสะเป็นอย่างไร วิตกเป็นอย่างไร จักขุวิญญูณ เห็นเป็นอย่างไร โสทวิญญูณ



ได้ยินเป็นอย่างไร สุขเวทนาเป็นอย่างไร ทุกขเวทนาเป็นอย่างไร อทุกขมสุขเวทนาเป็นอย่างไร ตามความเป็นจริง

เพราะฉะนั้น ต้องอบรมเจริญปัญญาโดยไม่เลือก ไม่ใช่ว่าอยากจะรู้สัมผัสมา-
ลังกับไป หรือว่าลักษณะของวิตกเจตสิก ไม่ต้องเลือก อบรมเจริญปัญญาไป
เมื่อปัญญาเพิ่มขึ้น คมกล้าขึ้น ย่อมสามารถที่จะรู้ลักษณะของสภาพธรรมตามความ
เป็นจริงได้ มากน้อยตามควรแก่ปัญญาบารมีของแต่ละท่าน แต่สามารถที่จะรู้ลักษณะ
ของสภาพธรรมตามความเป็นจริง จนดับความยึดถือสภาพธรรมว่า เป็นสัตว์
เป็นบุคคล เป็นตัวตนได้

ถ. ในเมื่อผัสสะไม่ปรากฏแก่ผู้เจริญสติปัฏฐานใหม่ ๆ เพราะฉะนั้น ผู้ที่
เจริญสติปัฏฐานก็พิจารณาผัสสะไม่ได้ ใช่ไหม

ส. แน่นนอน ผู้ที่อบรมเจริญสติปัฏฐานจะเริ่มระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรม
ที่กำลังปรากฏเท่านั้นไปเรื่อย ๆ จนกว่าปัญญาจะคมกล้า และสภาพธรรมใดปรากฏ
สติก็มีความชำนาญสามารถที่จะระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมนั้น ๆ ได้ยิ่งขึ้น





๘๖๘



ถ. เมื่อเป็นอย่างนั้น ผู้ที่เจริญสติปัฏฐานใหม่ ๆ ผัสสะต้องยกไว้ก่อน ไม่ต้องรู้ ไม่ต้องพิจารณา ใช่มั้ย

สุ. ระลึกรู้สิ่งที่ปรากฏ อย่าลืม ผัสสะปรากฏกับท่านผู้ใด ท่านผู้นั้นคงจะเคยอบรมเจริญปัญญาบารมีในอดีตชาติมาพอ ที่จะให้สติระลึกรู้ลักษณะของผัสสะได้

ถ. ในปัจจุสมุปบาทท่านว่าไว้ด้วยองค์ ๓ ประการ ดังที่ผมเล่ามาแล้วว่ามี ๓ ตัว แต่เราจะระลึกจักขุสัมผัสผัสสะอันไหน อย่างไร คือ องค์ประกอบจะต้องมีรูปารมณฺ์ มีจักขุปสาท มีจักขุวิญญาณ

สุ. ผัสสะกระทบอะไร ไม่ใช่ว่าผัสสะเฉย ๆ เกิดขึ้นมาไม่กระทบอะไร ขณะที่เห็น ผัสสะกระทบรูปารมณฺ์ จักขุวิญญาณรู้ คือ เห็นสิ่งที่ปรากฏทางตา เพราะฉะนั้น ผัสสะนั้นเป็นจักขุสัมผัสผัสสะ

เวลาได้ยินเสียง ไม่ใช่ว่าผัสสะจะเกิดขึ้นลอย ๆ โดยไม่กระทบเสียง เพราะฉะนั้น ที่จะรู้ว่ามีผัสสะ ก็คือ ขณะที่ได้ยินเสียงนั่นเอง เมื่อเสียงปรากฏแสดงว่า ผัสสะกระทบเสียง เป็นโสตสัมผัสผัสสะ และโสตวิญญาณรู้ในเสียงที่ปรากฏนั้น ไม่ใช่ว่า ผัสสะกระทบเสียงแต่โสตวิญญาณไม่เกิดขึ้นรู้เสียง หรือไม่ใช่ว่าโสตวิญญาณเกิดขึ้นรู้เสียงโดยผัสสะไม่กระทบเสียง หรือไม่ใช่ว่าโสตวิญญาณเกิดขึ้นผัสสะเกิดขึ้นโดยไม่มีเสียง ไม่ใช่อย่างนั้น เวลาที่มีการได้ยินเสียง ผัสสะกระทบเสียง โสตวิญญาณได้ยินเสียง เสียงจึงปรากฏ

ถ. ที่กล่าวว่า พระผู้มีพระภาคตรัสอุปกัมมัญฐานแล้วแสดงธรรมด้วยสามารถแห่งเวทนา ขอให้อาจารย์ย้ำคำพูดนี้อีกครั้ง

สุ. พระผู้มีพระภาคทรงแสดงกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน และต่อจากนั้น ทรงแสดงเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน ข้อความใน **สัมโมหวิโนทนี อรรถกถาสติปัฏฐานวิภังค์ เวทนานุปัสสนานิทเทศ** มีว่า



ก็ในที่นี้ พระผู้มีพระภาคเมื่อจะตรัสอุปกัมมัญฐาน ต่อจากกายนุปัสสนาสติปัฏฐาน จึงตรัสด้วยสามารถเวทนา

เพราะเหตุใดพระผู้มีพระภาคจึงทรงแสดงเวทนานุปัสสนาต่อจากกายนุปัสสนาสติปัฏฐาน เหตุผลมีว่า

จริงอยู่กัมมัญฐานที่ตรัสด้วยสามารถผัสสะก็ตาม วิญญาณก็ตาม ย่อมไม่ปรากฏ คือ ปรากฏเหมือนอันธการ ความมืด แต่กัมมัญฐานที่ตรัสด้วยสามารถเวทนา ย่อมปรากฏ เพราะเหตุใด เพราะความเกิดขึ้นแห่งเวทนาทั้งหลายปรากฏ

มีใครไม่สุข ไม่ทุกข์ ไม่เฉย ๆ บ้างไหม ไม่มีใช่ไหม เพราะฉะนั้น เมื่อความสุขเกิดขึ้นปรากฏ ความทุกข์เกิดขึ้นปรากฏ จึงตรัสกัมมัญฐานด้วยสามารถเวทนาต่อจากกายนุปัสสนาสติปัฏฐาน เพราะเวทนาย่อมปรากฏ เพราะความเกิดขึ้นแห่งเวทนาทั้งหลายปรากฏ

จริงอยู่ ความเกิดขึ้นแห่งเวทนาที่เป็นสุขและทุกข์เป็นสิ่งที่ปรากฏ คือ ในเวลาใดความสุขเกิดขึ้น ทำให้สรีระทั้งสิ้นกระเพื่อมเหมือนเมื่อปีบνωด

ขอให้ระลึกถึงความจริง เวลาที่ท่านกำลังมีความสุข ท่านที่ชอบνωด ชอบปีบ จะรู้สึกว่าร่างกายสบายขึ้น คล่องแคล่วขึ้น ฉะนั้น เวลาที่สุขเวทนาเกิดขึ้นก็เช่นเดียวกัน คือ ความรู้สึกในขณะนั้น สรีระทั้งสิ้นกระเพื่อมเหมือนเมื่อปีบνωด

คลายความตึงเครียด แผ่ซึ่มซาบไปทั่วสรีระเหมือนกับเขาให้ดื่มเนยใสที่เขาชำระกรองแล้วถึง ๑๐๐ ครั้ง เหมือนเขาให้ทาน้ำมันที่หุงแล้วตั้ง ๑๐๐ ครั้ง เหมือนกับดับความร้าวร้อนด้วยน้ำตั้ง ๑,๐๐๐ หม้อ

ร้อน ๆ อย่างนี้เห็นชัด น้ำหม้อเดียวคงจะไม่พอดับความร้อน แต่เวลาที่ความสุขเกิดขึ้น เหมือนกับดับความร้าวร้อนด้วยน้ำตั้ง ๑,๐๐๐ หม้อ

ความสุขย่อมเกิดขึ้นให้เปล่งวาจาว่า สุขจริง สุขจริง

เคยมีใครพูดอย่างนี้ไหม



ถ. พระผู้มีพระภาคตรัสกายานุปัสสนาสติปัฏฐานแล้ว ต่อจากนั้นจึงทรงแสดงเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน

ส. ท่านผู้ฟังอย่าลืม ไม่มีกฎเกณฑ์ เดียวจะเห็นว่า กายานุปัสสนาสติปัฏฐานก่อน และก็จะเป็นเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน อัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ท่านก็จะไปเรียงลำดับให้สติเกิดขึ้นอย่างนั้น

สติเป็นอนัตตา อย่าเจาะจง แต่ที่ทรงแสดงโดยลำดับของการเทศนา เพื่อที่จะให้เกิดความเข้าใจในลักษณะของรูปธรรมและนามธรรม แต่สติจะเกิดขึ้นระลึก รู้ลักษณะของรูปธรรมใด นามธรรมใด ไม่มีกฎเกณฑ์

ถ. แต่สภาพของเวทนา รู้สึกจะเข้าใจง่ายกว่าผัสสะ ใช่ไหม

ส. สภาพของเวทนาปรากฏให้กล่าววาทาว่า สุขจริง ๆ ขณะใด ขณะนั้นทุกคนก็เข้าใจได้ในลักษณะของสุขเวทนานั้น หรือว่าสภาพที่เป็นทุกข์ ซึ่งมีข้อความว่า

ในเวลาใดความทุกข์เกิดขึ้น ทำให้ร่างกายทั้งสิ้นกระเพื่อมแผ่ไหวไป เหมือนถูกนาบด้วยกระบือร้อน เหมือนกับถูกรดด้วยโลหะแดง เหมือนกำแหงคบเพลิงไม้ที่ใส่เข้าไปที่ต้นไม้มที่มีหน้ำในป่า ย่อมเกิดขึ้นให้รำพันว่า ทุกข์จริง ๆ

ขณะที่ใครประสบกับความทุกข์ถึงกับรำพันว่า ทุกข์จริง ๆ ในขณะนั้นลักษณะของทุกข์เวทนามีปรากฏ

ที่ทรงแสดงเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐานต่อจากกายานุปัสสนาสติปัฏฐานอย่าลืม เพราะว่าลักษณะของเวทนาปรากฏ ในขณะที่สภาพธรรมอื่นเกิดขึ้นกระทำกิจการงานของตนในขณะนั้น เช่น ผัสสะ เจตนา สัญญา เอกัคคตา ชีวิตินทรีย์ะ มนสิการ ซึ่งเป็นเจตสิกแต่ละประเภทที่ต้องเกิดขึ้นในขณะนั้น แต่ไม่ปรากฏอย่างการปรากฏของเวทนา จึงทรงแสดงเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐานต่อจากกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

ถ. เมื่อเจริญสติไปนาน ๆ พอสมควร มีสักครั้งหนึ่งที่สัญญาปรากฏชัดเป็นไปได้ ใช่ไหม



ส. ไม่เลือก และไม่ตื่นเต้น ต้องเป็นปกติยิ่งขึ้น ในขณะนี้เองที่กำลังจำ เห็นว่าเป็นใคร เห็นว่าเป็นวัตถุสิ่งใด ขณะนั้นก็แค่เพียงสภาพธรรมที่จำ

ถ. หรือว่าลักษณะของเจตนาปรากฏชัดให้สติระลึก ก็เป็นไปได้ ใช่ไหม

ส. ทุกอย่างมีลักษณะ มีกิจการงานที่เกิดขึ้นปรากฏในขณะนั้น ที่สติจะระลึกได้ แต่ไม่เลือก

ถ. การที่จำว่าเป็นใคร เป็นอะไรนั้น ก็จำกันเป็นธรรมดา แต่รูปสัญญา ใสตสัญญาอะไรนี้ จะเกิดไหม

ส. ทันทีที่จักขุวิญญาณเกิด สัญญาเจตสิกเกิด กระทำกิจจำอารมณ์ที่จิต เห็น อารมณ์เดียวกัน

ถ. แต่ไม่เคยประจักษ์ ใช่ไหม

ส. ถ้าสติไม่ระลึก รู้ลักษณะของสภาพธรรมที่จำว่า เป็นจริง มีจริง เป็นแต่เพียงสภาพจำ ก็จะไม่รู้ เพราะฉะนั้น อากาของสัญญาที่ปรากฏ ก็เหมือนอาการ ปรากฏของความมืด เหมือนการปรากฏของอันธการ

ถ. จำว่าเป็นคน เคยรู้บ่อย ๆ แต่ถ้าจำว่าเป็นรูปเฉย ๆ หรือจำว่าเป็นเสียง เฉย ๆ เราไม่รู้ ใช่ไหม

ส. จำว่าเป็นเสียงเฉย ๆ ไม่ใช่การรู้ทั่วว่าใครจำ ซึ่งถ้าเป็นปัญญาที่รู้จริง ๆ จะรู้ว่า ไม่มีใครคือตัวตนที่จำ แต่ว่าเป็นสภาพธรรมชนิดหนึ่งซึ่งกระทำกิจจำเท่านั้น ไม่ใช่เห็น ไม่ใช่ได้ยิน แต่จำ และกดดับไป เพราะฉะนั้น อย่าลืม ไม่ใช่ใครจำ

แต่เวลาที่จำ จำอย่างนี้ เราจำได้ ใช่ไหม เพราะฉะนั้น ไม่ใช่การรู้ทั่วใน ลักษณะของสภาพธรรมที่เป็นสัญญา ที่เป็นเวทนา ที่เป็นเจตนา หรือว่าที่เป็น วิญญาณขันธ์ ซึ่งการอบรมเจริญปัญญาไม่ใช่รู้อย่างสามัญ เช่น รู้สิ่งที่ปรากฏ จำสิ่งที่ ปรากฏ แต่เป็นการรู้ทั่วถึงสภาพธรรมที่จำ รู้ในลักษณะที่แท้จริงว่า ไม่ใช่ใครจำ เป็น แต่เพียงสภาพจำ ที่มีจริง ไม่ใช่สภาพเห็น ไม่ใช่สภาพได้ยิน จึงจะไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน

ถ. ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ไม่เข้าใจคำว่า ธรรม หมายถึงอะไร



ส. ธรรม หมายความว่า สิ่งที่มีจริง ซึ่งไม่ได้จำแนกเป็นกาย หรือเวทนา หรือจิต เพราะฉะนั้น ก็เป็นธรรมแต่ละประเภท รวมเป็นบรรพของธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ถ้าเข้าใจความหมายของธรรม จะหมดความสงสัย ยังไม่ต้องคิดถึง กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน หรือเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน หรือจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน แต่เข้าใจสภาพธรรม คือ สิ่งที่มีจริง มีลักษณะจริง ๆ ปรากฏ เห็นมีจริง ใหม่

ถ. แต่คำว่า ธรรม ในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ผมไม่เข้าใจ

ส. ก่อนที่จะเข้าใจธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ต้องเข้าใจคำว่า ธรรม โดยรู้ว่า ธรรม หมายความว่า สภาพธรรมที่มีจริง ๆ ไม่ใช่เป็นคำ ไม่ใช่เป็นพยัญชนะ แต่มุ่งหมายถึงการรู้ การพิจารณาลักษณะของสิ่งที่มีจริง เพราะฉะนั้น ก่อนอื่นต้องเข้าใจว่า อะไรมีจริงสิ่งนั้นเป็นธรรม ซึ่งจะเป็นธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

เช่น การเห็น มีจริงใหม่ เห็นเดี๋ยวนี้ มีจริงใหม่ จริง จริงเป็นธรรม ทุกอย่างที่มีจริงเป็นธรรม ได้ยินมีจริงใหม่ จริง เพราะฉะนั้น ได้ยินเป็นธรรม เป็นธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การที่สติเกิดระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏ และพิจารณาจนรู้ชัดในสภาพซึ่งเป็นธรรมที่ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน

ทุกอย่างที่มีจริงเป็นธรรม แต่ทำไมทรงจำแนกการระลึกถึงธรรมออกเป็น ๔ บรรพ หรือว่าเป็น ๔ หมวด ๔ พวก ทั้ง ๆ ที่ทุกอย่างเป็นธรรม กายก็เป็นธรรม เวทนามีเป็นธรรม จิตก็เป็นธรรม สภาพธรรมอื่น ๆ ก็เป็นธรรม แต่ที่ทรงจำแนกธรรมออกเป็นบรรพต่าง ๆ คือ เป็นกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน การระลึกถึงธรรมที่ปรากฏที่กาย หรือที่ปรากฏที่รูปซึ่งเคยยึดถือว่าเป็นร่างกายของเรา ธรรมมีมาก มีทั้งภายในและภายนอก เพราะฉะนั้น ในขณะที่มีรูปซึ่งเป็นที่ยึดถือว่าเป็นเรา แท้ที่จริงแล้วเป็นสภาพธรรมที่ไม่ใช่เรา แต่เพราะเคยยึดถือว่าเป็นเรา สติระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏที่กาย จึงเป็นกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เพราะฉะนั้น สติระลึกถึงสภาพธรรมที่ปรากฏที่กาย



อย่าลืม สติระลึกรู้สภาพธรรม คือ ธรรมนั่นเอง แต่ว่าเป็นธรรมที่กาย จึงเป็น กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เพราะฉะนั้น คือ ธรรมทั้งหมด จะไม่จำแนกออกเป็น กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน หรือเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน หรือจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานก็ได้ แต่เมื่อมีการยึดถือสิ่งที่ปรากฏที่กายว่าเป็นรูปร่างกายของเรา และสติระลึกรู้สภาพธรรม อย่าลืม ระลึกรู้สภาพธรรมที่กาย จึงเป็นกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

ความรู้สึก ก็เหมือนกัน สุขเวทนาเกิดขึ้น เป็นใคร ไม่ใช่ใครเลย เป็นสภาพที่เป็นสุขเท่านั้นเอง เกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัย เพราะเห็น หรือเพราะได้ยิน หรือเพราะได้กลิ่น หรือเพราะลิ้มรส หรือเพราะรู้สิ่งที่กระทบสัมผัส หรือคิดนึกเรื่องที่ชอบใจ ไม่ใช่คิดถึงเรื่องที่โกรธที่ขุ่นเคือง เพราะฉะนั้น เมื่อมีการคิดถึงเรื่องที่พอใจ สุขเวทนาจึงเกิดขึ้นเสวยสุข เป็นสุขในขณะที่คิดถึงเรื่องนั้น หรือในขณะที่เห็น ได้ยิน ได้กลิ่น ลิ้มรส รู้สิ่งที่กระทบสัมผัสกายที่พอใจ ความรู้สึกไม่ใช่เรา ไม่ใช่ตัวตน เป็นแต่เพียงสภาพธรรม อย่าลืม เป็นสภาพธรรมที่เป็นความรู้สึก เพราะฉะนั้น ไม่ใช่เรา เวลาที่ระลึกรู้ลักษณะสภาพความรู้สึกซึ่งไม่ใช่เรา เป็นเพียงลักษณะที่เป็นสุข หรือเป็นทุกข์ หรือเฉย ๆ สติในขณะนั้นจึงเป็นเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน แต่อย่าลืมนะว่า รู้สภาพธรรมซึ่งเคยยึดถือว่า เราเป็นสุข หรือว่าเราเป็นทุกข์ หรือว่าเราเฉย ๆ

จิตก็เป็นธรรม แต่ในชีวิตประจำวันยึดถือว่าเป็นจิตของเรา ใช่ไหม วันนี้จิตของเราดีหรือชั่ว มากหรือน้อย ขณะนั้นจิตของเราทั้งนั้น เป็นของเราเสียเหลือเกิน เพราะฉะนั้น เมื่อระลึกที่สภาพของจิตซึ่งยึดถือว่าเป็นจิตของเรา หรือเป็นจิตเรา หรือจิตนั้นเป็นเรา ขณะนั้นก็เป็นจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน เพราะระลึกรู้สภาพธรรมที่เป็นจิตที่เคยยึดถือว่าเป็นจิตของเรา

เพราะฉะนั้น ที่ทรงแสดงไว้ ๔ บรรพ ก็ทรงแสดงให้เห็นว่า ทุกบรรพเป็นธรรม แต่ที่จำแนกเป็นสติที่เป็นไปในกาย หรือเป็นไปในเวทนา หรือเป็นไปในจิต ก็เพราะมีการยึดถือกาย ยึดถือเวทนา ยึดถือจิตนั้นว่าเป็นเรา เช่นเดียวกับการยึดถือสภาพธรรมทั้งหลายว่าเป็นเรา



สำหรับคำอุปมาที่ชัดเจนมาก คือ อุปมาเหมือนไม้ไผ่ซึ่งจักตอกเป็นเส้น และเอาไปสานเป็นกระบุง ตะกร้ารูปร่างต่าง ๆ ซึ่งโดยสภาพจริง ๆ ของกระบุง ตะกร้านั้น คือ ไม้ไผ่นั้นเอง แต่เพราะเอาไปจัก ตอกให้เป็นเส้น และนำไปสานเป็นรูปร่างต่าง ๆ เกิดความยึดถือขึ้นเป็นสิ่งที่ต่าง ๆ เป็นตะกร้าบ้าง เป็นกระบุง เป็นกระจาดบ้าง ฉะนั้นใด การยึดถือสภาพธรรมทั้งหลาย และการจำแนกสติที่ระลึกรู้ลักษณะสภาพธรรมทั้งหลายตามการยึดถือ ก็เป็นกายนุปัสสนาสติปัฏฐานบ้าง เป็นเวทนानุปัสสนาสติปัฏฐานบ้าง เป็นจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานบ้าง เป็นธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานบ้าง

เพราะฉะนั้น ธรรมอื่นซึ่งไม่ใช่ธาตุ ๓ (ธาตุดิน ธาตุไฟ ธาตุลม) ที่ปรากฏที่กาย ไม่ใช่เวทนา ความรู้สึกต่าง ๆ และไม่ใช่จิตประเภทต่าง ๆ ธรรมอื่น ๆ แต่ละลักษณะเป็นธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน หรือแม้แต่ธาตุ ๓ นั้นเอง เวทนานั้นเอง จิตต่าง ๆ นั้นเอง ก็เป็นธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานด้วย โดยนัยที่เป็นขั้น เป็นอายตนะ เป็นธาตุ เป็นต้น

เมื่อสติระลึกจะเห็นว่า ไม่ว่าจะเป็นธรรมใดก็ตาม ที่เป็นธรรม เพราะไม่ใช่ตัวตน เกิดขึ้นและดับไป สภาพธรรมที่เกิดดับเป็นขั้น เป็นปัจจุัน เป็นอนาคต เพราะฉะนั้น ไม่ว่าจะกายที่ปรากฏ อากาของธาตุต่าง ๆ ที่ปรากฏที่กาย ก็เกิดดับ ไม่เที่ยง เป็นอนาคต เป็นปัจจุัน เป็นอนาคต ก็เป็นธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

ผู้ฟัง ดิฉันเคยอ่าน โดยนัยของพยัญชนะ ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานมีทั้งรูป และนาม ธรรมทั้งหมดเป็นธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน แต่ที่แยกไปเป็นหมวด ก็เหมือนกับไม้ไผ่ที่เอามาสานเป็นชนิดนั้นชนิดนี้ ดิฉันก็เพิ่งเข้าใจ

ส. โภจนาต่อไป อากาของธาตุดินอากาที่ ๑๙ คือ

คำว่า กรีส ได้แก่ อุจจาระ อุจจาระนั้น ว่าโดยสี โดยมากมีสีดังอาหารที่กลืนเข้าไปนั่นแหละ ว่าโดยสัณฐาน มีสัณฐานตามที่ตั้งอยู่ ว่าโดยทิศ เกิดแล้วในทิศ เบื้องต่ำ ว่าโดยโอกาส ตั้งอยู่ในกระเพาะอุจจาระ ชื่อว่ากระเพาะอุจจาระ เป็นเช่นกับกระบอกไม้ไผ่ สูงประมาณ ๘ องคุลี ต่อจากไส้ใหญ่ ในระหว่างไส้สะดือ



และโคนกระดุกสันหลัง ในที่ที่ได้อาหารอะไร ๆ มีน้ำและข้าวเป็นต้น ตกไปแล้วใน
กระเพาะอาหาร เดือดเป็นฟองด้วยไฟในท้อง เป็นของสุกแล้ว และสุกแล้ว คือ
ย่อยแล้ว ถึงความเป็นของละเอียดราวกะบดแล้วด้วยหินบดนั้นแหละ เคลื่อนไป ๆ
ตามโพรงลำไส้ใหญ่ ตกไปทับถมกันอยู่ราวกะเป็นสีเหลืองที่เขาบดขี้ใส่เข้าไปใน
ปล้องไม้ไผ่ เปรียบเหมือนน้ำฝนตกลงไป ๆ ที่ภูมิภาคเบื้องบน ๆ แล้วไหลไปยัง
ภูมิภาคเบื้องต่ำ เต็มซึ่งอยู่ฉนั้นนั้นแหละ โดยปริเฉท กำหนดด้วยเยื่อของกระเพาะ
อุจจาระ ด้วยส่วนที่เป็นกิริสะด้วย นี่เป็นสภาคปริเฉทของกิริสะนั้น แต่วิสภาค-
ปริเฉท เป็นเช่นเดียวกับเกสานั้นแหละ





๘๖๙



สำหรับการที่จะพิจารณาอาหารเก่า คือ อุจจาระ ก็คงไม่ใช่ขณะอื่น นอกจาก
ขณะที่เห็นหรือถ่ายอุจจาระนั้นเอง ซึ่งข้อความใน **สัมโมหวิโนทนี อรรถกถา**
วิภังคปกรณ์ อธิบายรวมทั้งการถ่ายอุจจาระและปัสสาวะ มีข้อความว่า

คำว่า อุจจารปัสสาวกมฺเม ได้แก่ การถ่ายอุจจาระและปัสสาวะ

ปฏิภูลใหม่ น่าจะเห็นความเป็นปฏิภูล หรือว่าระลึกถึงสภาพความเป็นปฏิภูล
เพื่อสติจะเกิดระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏในขณะนั้นตามความเป็นจริงว่า
ไม่มีตัวตนที่ถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะ

ในข้อนี้ ในการที่อาหารย่อยแล้ว เมื่อภิกษุไม่กระทำการถ่ายอุจจาระ
ปัสสาวะ เหงื่อทั้งหลายย่อมไหลออกจากศีรษะทั้งสิ้น คือ หัวตัว

เป็นทุกข์ใหม่ รับประทานอาหาร อาหารย่อยแล้ว แต่ไม่กระทำการถ่าย
อุจจาระ ปัสสาวะ ผลก็คือ เหงื่อท่วมตัว เป็นความทุกข์อย่างยิ่ง

นัยน์ตาทั้งหลายย่อมมีดมัว จิตย่อมไม่เป็นเอกัคคตา โรคทั้งหลายเหล่านี้
ย่อมเกิดขึ้น

คือ ถ้าเป็นบ่อย ๆ ก็เป็นเหตุให้เกิดโรค

ก็แต่ว่าเมื่อภิกษุกระทำการถ่ายอุจจาระและปัสสาวะ เหตุทั้งปวงนั้นย่อมไม่มี

คือ เป็นผู้มีปกติ สบาย ไม่มีเหงื่อท่วมตัว หรือว่าเดือดร้อนกระสับกระส่าย

เพราะฉะนั้น ในการถ่ายอุจจาระและปัสสาวะนี้ ชื่อว่าเป็นประโยชน์ ฟังทราบ
ว่า เป็นสาตถกสัมปชัญญะ ด้วยสามารถแห่งประโยชน์นั้น

สาตถกสัมปชัญญะ ไม่พ้นจากการรู้สิ่งที่เป็นประโยชน์ในการดำรงชีวิต
เพื่อที่จะได้อบรมเจริญปัญญา



อนึ่ง เมื่อภิกษุนั้นกระทำการถ่ายอุจจาระและปัสสาวะในที่อันไม่สมควร ย่อมต้องอาบัติ

เห็นชีวิตประจำวันตามความเป็นจริงไหมว่า แม้แต่สถานที่ ก็ต้องเป็นที่ที่สมควรด้วย ทั้งเพื่อไม่เป็นการถูกติเตียน ทั้งเพื่อสุขภาพอนามัยด้วย

ความเสื่อมยศย่อมเจริญ ถ้ากระทำการถ่ายอุจจาระปัสสาวะในที่อันไม่สมควร อันตรายของชีวิตย่อมมี เมื่อภิกษุนั้นกระทำการถ่ายอุจจาระปัสสาวะในที่อันสมควร เหตุการณ์เหล่านั้นทั้งหมดย่อมไม่เกิด เพราะฉะนั้น คำนี้ ในคำว่า อุจจารปัสสาวกมุเม นี้ เป็นสัปปายะ พึงทราบว่าเป็นสัปปายะสัมปชัญญะ ด้วยสามารถแห่งสัปปายะนั้น

ให้ไปที่อื่นเพื่อเจริญสติปัฏฐานหรือเปล่า หรือว่าเป็นปกติในชีวิตประจำวันนั่นเอง ไม่ว่าจะเป็นสัปปายะสัมปชัญญะ หรือสาตกสัมปชัญญะ

ในการถ่ายอุจจาระปัสสาวะนั้น พึงทราบว่าเป็นโคจรสัมปชัญญะ ด้วยสามารถแห่งการไม่เว้นจากกัมมฐาน คือ สติปัฏฐานนั้นแหละ

สติย่อมจะเกิดขึ้นระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตนในขณะใดได้ทั้งสิ้น

ชื่อว่า อตตะ ผู้กระทำอยู่ซึ่งการถ่ายอุจจาระปัสสาวะในภายใน ย่อมไม่มีก็แต่ว่าด้วยการแผ่ไปแห่งวาโยธาตุอันเกิดจากจิต การถ่ายอุจจาระปัสสาวะย่อมมีเหมือนอย่างว่า ฝัอันสุกแล้ว เพราะการแตกออกแห่งฝั น้ำเลือด น้ำหนองย่อมไหลออก โดยความที่ไม่มีใครต้องการให้ออก ฉันทิ ภาชนะสำหรับใส่น้ำอันบุคคลใส่จนเต็มล้น น้ำย่อมไหลออก โดยความที่ไม่มีใครต้องการให้ไหลออก ฉันทิ อุจจาระและปัสสาวะอันสั่งสมไว้แล้วในกระเพาะอุจจาระ ปุฏกาสย และกระเพาะปัสสาวะ วตฺถิมุตฺติ ครั้นกำลังแห่งลมตั้งขึ้นแล้วย่อมออกไป ไม่มีใครทำให้ออกนอกจากวาโยธาตุซึ่งมีกำลังตั้งขึ้น แม้โดยความที่ไม่ต้องการให้ออก ก็อุจจาระและปัสสาวะนี้



ได้ออกอยู่อย่างนี้ ย่อมไม่เป็นของภิกษุ นั้น ไม่เป็นของตน และไม่เป็นของบุคคลอื่น ก็แต่ว่าอุจจาระและปัสสาวะนั้น ย่อมเป็นการไหลออกจากสรีระอย่างเดียวนั่น

ถามว่า เหมือนอะไร

ตอบว่า เหมือนน้ำเก่า เมื่อบุคคลเทออกจากหม้อน้ำ น้ำนั้นย่อมไม่เป็นของตน ย่อมไม่เป็นของคนอื่น ย่อมเป็นสักว่าการปฏิบัติอย่างเดียวนั่น ฟังทราบว่าเป็นอสังขโมหสัมปชัญญะในการถ่ายอุจจาระปัสสาวะนี้ ด้วยสามารถการพิจารณาความเป็นไปด้วยประการดังนี้

ไม่มีตัวตน สัตว์ บุคคลเลยจริง ๆ ทั้งเมื่ออยู่ภายในและเมื่อออกมาภายนอก และเมื่อพิจารณาร่างกาย ไม่ว่าจะเป็นในขณะนี้หรือขณะไหน ถ้าสตรียะลึกลักษณะของรูป จะไม่พ้นจากอาการของมหาภูตรูปเลย แต่ถ้าไม่ใช่เป็นการอบรมเจริญสติปัฏฐานที่จะรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน บางท่านก็อาจจะคิดว่า ในระหว่างที่ฟังนี้ท่านก็เข้าใจว่าไม่ใช่ตัวตน เป็นลักษณะอาการของธาตุต่าง ๆ เหมือนกับรู้แล้วว่า สภาพธรรมที่เคยยึดถือว่าเป็นรูปนั้น แท้ที่จริงก็ได้แก่มหาภูตรูป ๔ เวลาที่ฟังก็รู้สึกเข้าใจ รู้แล้ว แต่ว่าในขณะที่ท่านบริโภคอาหารจริง ๆ เคยมีบ้างไหม ที่สติจะเกิดระลึกในขณะที่อ้าปากว่า ขณะนั้นไม่ใช่ตัวตน และรูปที่เคลื่อนไหวไปนั้น เป็นไปได้เพราะวาโยธาตุที่เกิดเพราะจิต

เริ่มตั้งแต่เคี้ยว กลืน จนกระทั่งแม้ในขณะที่ถ่ายอุจจาระปัสสาวะก็ตาม ในขณะที่ถ้าปราศจากวาโยธาตุ อาหารเก่าที่อยู่ข้างในก็ไม่สามารถที่จะออกมาข้างนอกได้ และอาหารที่บริโภคเข้าไปที่เป็นอาหารใหม่ ลักษณะความเป็นปฏิภาณก็อย่างหนึ่ง แต่เวลาที่เป็นอาหารเก่า อาหารใหม่นั้นก็ถูกธาตุไฟเผา บดจนละเอียด และออกมาเป็นรูปลักษณะของกิริสัง คือ อาหารเก่า ซึ่งก็ต้องไม่มีสัตว์ ไม่มีบุคคล ไม่มีตัวตน ที่จะทำให้อาหารเก่านั้นออกมาได้ แต่ต้องเป็นวาโยธาตุภายในกายนั่นเอง ที่ทำให้อาหารเก่าออกมาได้

เพราะฉะนั้น การฟังธรรม มีสัญญา ความทรงจำ ที่จะเห็นเหตุให้ระลึกได้ในขณะที่บริโภคอาหาร ในขณะที่ถ่ายปัสสาวะ ในขณะที่ถ่ายอุจจาระ ซึ่งเป็นปกติใน



ชีวิตประจำวัน ก็จะทำให้จิตสงบโดยสมถภาวนา หรือสติปัฏฐานเกิดขึ้นระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน เป็นแต่เพียงสภาพของธาตุดิน น้ำ ไฟ ลม เท่านั้นเอง

เพราะฉะนั้น การฟังธรรมทั้งหมด ก็เพื่อให้เกิดพิจารณาตาม เกิดความเข้าใจ และไม่หลงลืมในขณะที่ร่างกายมีการเคลื่อนไหว และดำเนินชีวิตเป็นปกติในชีวิตประจำวัน

อาการต่อไปของปฐวีธาตุ ธาตุดิน อาการที่ ๒๐ คือ

คำว่า มตฺถลฺลํคํ คือ มั่นสมอง ได้แก่ กองเยื่อที่ตั้งอยู่ภายในกะโหลกศีรษะ

มั่นสมองนั้นทุกคนกำลังมี ไม่เคยเห็นว่าเป็นปฏิภูม ถ้าไม่ระลึกพิจารณาตามไปถึงมั่นสมองที่กำลังมีอยู่ในขณะนี้ว่า

มั่นสมองนั้น ว่าโดยสี มีสีขาวดังสีกลุ่มดอกเห็ด แม้การกล่าวว่า มีสีดังสีนมสดที่ยังไม่แปรเป็นนมส้มก็ย่อมควร ว่าโดยสัณฐาน มีสัณฐานตามที่ตั้งอยู่ว่าโดยทิศ เกิดแล้วในทิศเบื้องบน ว่าโดยโอกาส อาศัยรอยประสาน ๔ รอย ในระหว่างกะโหลกศีรษะตั้งรวมกันอยู่ รววกะก้นแียง ๔ ก้อนที่เขาตั้งรวมกันไว้ว่าโดยปริจเฉท กำหนดด้วยพื้นภายในแห่งกะโหลกศีรษะด้วย โดยส่วนที่เป็นเยื่อในสมองด้วย นี่เป็นสภาคปริจเฉทของเยื่อในสมองนั้น แต่วิสภาคปริจเฉท ก็เป็นเช่นกับเกสา คือ ผม นั่นแหละ

จบอาการของธาตุดิน ๒๐ อาการ ที่มีอยู่ในร่างกาย

ขณะนี้ท่านผู้ฟังคงจะไม่สามารถเห็นมั่นสมอง หรือว่ากะโหลกศีรษะ อวัยวะส่วนต่าง ๆ ในร่างกายได้ แต่เคยเห็นรูปภาพใช่ไหม โดยเฉพาะในวงการแพทย์ แต่ว่าจิตใจในขณะที่กำลังดูรูปอย่างนั้น ต่างกับขณะที่กำลังพิจารณาตามโดยความเป็นปฏิภูม

ถ้าเป็นในขณะที่กำลังตั้งใจที่จะศึกษา แม้ว่าจะปฐพีรูปสี่ต่าง ๆ ซึ่งก็เป็นสี่ที่เป็นปฏิภูมนั่นเอง เมื่อลอกผิวออกไปแล้วจะเห็นจริง ๆ ว่า สิ่งที่อยู่ในข้างในนั้นทั้งหมดเป็น



ปฏิญญา แต่เวลาที่ไม่ได้พิจารณาโดยสภาพธรรม มีความต้งอกต้งใจที่จะเข้าใจใน วิชาการทางโลก ขณะนั้นสังเกตจิตหรือแปลว่าไม่สงบ ไม่ได้หมายความว่า เมื่อมี รูปภาพอย่างนั้นให้จิตเกิดขึ้นพิจารณาส่วนต่าง ๆ แล้วจะสงบ แต่การที่จะสงบหรือไม่ นั้น สติที่เกิดขึ้นระลึกเป็นไปในความเป็นปฏิญญาจึงสงบ ถ้าไม่ระลึกเป็นไปในความเป็น ปฏิญญา ก็ไม่สงบ

เพราะฉะนั้น สภาพของจิตที่จะเป็นสมถภาวนาหรือว่าสติปัฏฐานนั้น ไม่ได้ ขึ้นอยู่กับสิ่งที่ปรากฏข้างนอก แต่ขึ้นอยู่กับสภาพของจิตในขณะนั้นว่า ประกอบด้วย ปัญญา และสติที่เกิดขึ้นพิจารณาลักษณะของสิ่งที่ปรากฏในขณะนั้นอย่างไร โดย นัยของสมถะ หรือว่าโดยนัยของสติปัฏฐาน

ถ. ทางวิทยาศาสตร์บอกว่า การคิดนึกเกิดจากสมอง แต่ทางพุทธศาสนา พระผู้มีพระภาคตรัสว่า การคิดนึกเป็นจิตและเจตสิก เพราะฉะนั้น เราจะพิสูจน์ได้ อย่างไรว่า การคิดนึกเกิดจากจิต หรือเกิดจากสมองกันแน่

สุ. จิตเป็นสภาพรู้ ที่ใช้คำว่า จิต หมายความว่าถึงสภาพที่เป็นใหญ่ เป็นประธานในการรู้อารมณ์ที่ปรากฏทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ พระธรรมที่พระผู้มีพระภาคทรงแสดง แสดงถึงลักษณะของสภาพธรรมที่มีจริง ที่ปรากฏ เป็นปรมาตถ์ จะใช้คำว่า จิต หรือจะใช้คำว่า มโน จะใช้คำว่าอะไรก็ตามแต่ แต่ว่าเป็นธรรมซึ่งพิสูจน์ได้

สภาพธรรมที่เป็นสภาพรู้ มีหรือไม่มีในขณะนี้ ขณะที่เห็น ไม่ได้มีการนึกถึงคำ ว่ามันสมอง ไซ้ไหม ขณะนี้ที่กำลังเห็น มีสภาพเห็น ไม่ได้นึกถึงคำว่ามันสมอง ขณะนี้กำลังได้ยิน คือ กำลังรู้เสียง เสียงปรากฏเพราะมีสภาพที่รู้เสียง เพราะฉะนั้น เสียงปรากฏกับสภาพที่รู้เสียง ไม่มีคำว่ามันสมอง มีแต่เสียงซึ่งปรากฏแล้วกับสภาพที่รู้ เสียง แต่เรื่องที่ว่า เพราะมันสมอง หรือเพราะอะไรทั้งหมด เป็นเรื่องการคิด การนึก แต่ไม่ใช่การรู้ชัดในลักษณะของสภาพธรรมซึ่งเป็นสภาพรู้ เป็นใหญ่ เป็นประธานใน การรู้



ทางตากำลังเห็น ไม่ได้คิดเรื่องมันสมองก็เห็น ทางหูได้ยิน ไม่ต้องคิดถึงเรื่องมันสมองก็ได้ยิน เพราะฉะนั้น อะไรจะเป็นของจริงกว่ากันที่ว่า จิตเป็นสภาพที่รู้ อารมณ์ขณะนี้ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย และทางใจ แม้คำว่า มันสมอง ขณะนั้นก็เป็นจิตที่รู้คำที่คิด เพราะฉะนั้น มันสมองจะรู้อารมณ์ได้ไหม ในเมื่อมันสมองเป็นรูป ไม่ใช่เป็นนาม

ถ. ได้ยินว่า มีนักวิทยาศาสตร์บางคนใช้ไฟฟ้าจี้มันสมองของคนตาย ถ้าจี้จุดนี้ นิ้วมือจะกระดิก จี้จุดนั้นเท้าจะกระดิก เป็นต้น ฉะนั้น การเคลื่อนไหวต่าง ๆ ก็เกิดจากมันสมองสั่งงาน เป็นอย่างนั้นใช่ไหม

สุ. ถ้าเอาไฟนไฟใส่เข้าไป ก็กระดิกได้เหมือนกัน บางทีถึงกับลุกขึ้นนั่งได้ โดยนักวิทยาศาสตร์ไม่จำเป็นจะต้องบอกว่า ตอนนั้นไปจี้จุดอะไรของร่างกาย

สภาพรู้เป็นนามธรรม ในขณะที่มันสมองไม่ใช่นามธรรม

สภาพที่ปรากฏทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ให้รู้ได้ในลักษณะอาการนั้น ๆ เป็นรูปธรรม ถ้ากระทบสัมผัสมันสมอง จะอ่อนหรือจะแข็ง ถ้าดูด้วยตาที่เป็นสี เพราะฉะนั้น มันสมองไม่ใช่สภาพรู้แน่นอน

อย่าลืม ธรรมพิสุจน์ได้ ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ แต่พิสุจน์จริง ๆ หรือยัง

เวลานี้การเห็นมี ได้ยินก็มี กำลังได้ยิน เสียงก็มี เสียงไม่ใช่ได้ยิน ได้ยินเป็นสภาพที่รู้เสียง ไม่ใช่เสียง พิสุจน์จริง ๆ แล้วหรือยังที่จะรู้ว่า สภาพรู้มีจริง สภาพรู้ทางตา สภาพรู้ทางหู สภาพรู้ทางจมูก สภาพรู้ทางลิ้น สภาพรู้ทางกาย สภาพรู้ทางใจ แต่โดยมากมักจะคิดถึงเรื่องอื่น

คิดเรื่องมันสมอง คิดเรื่องอื่น ๆ โดยที่ไม่ได้พิสุจน์ลักษณะของการเห็นที่กำลังเห็นในขณะนี้ หรือการได้ยิน การได้กลิ่น การลิ้มรส การรู้สิ่งที่กระทบสัมผัส การคิดนึก ซึ่งอะไรควรจะพิสุจน์มากกว่ากัน อะไรเป็นสภาพที่พิสุจน์ได้จริงกว่ากัน ไม่ใช่เป็นแต่เพียงความคิดนึกต่าง ๆ หรือเรื่องหน้าที่กิจการงานของมันสมอง หรืออวัยวะต่าง ๆ ในร่างกาย นั่นเป็นเรื่องที่จิตกำลังคิดนึก กำลังเป็นสภาพรู้ที่รู้เรื่อง รู้คำ



อาการต่อไป อาการของธาตุน้ำ ซึ่งเป็นอาการที่ ๒๑ ของอาการ ๓๒ คือ

คำว่า ปิตุคฺคํ ได้แก่ น้ำดี ๒ อย่าง น้ำดีที่อยู่ในฝัก คือ อยู่ในถุงอย่างหนึ่ง และน้ำดีที่ไม่อยู่ในถุงอย่างหนึ่ง บรรดาน้ำดีทั้ง ๒ นั้น น้ำดีที่อยู่ในถุง โดยสี มีสีแดง น้ำมันมะขางขึ้น น้ำดีที่ไม่อยู่ในถุง มีสีแดงดอกพิกุลแห้ง น้ำดีแม่ทั้ง ๒ นั้น โดยสัญญาณ มีสัญญาณตามที่ตั้งอยู่ โดยทิส น้ำดีที่อยู่ในถุงเกิดในทิสเบื้องบน น้ำดีนอกจากนี้เกิดในทิสทั้ง ๒ โดยโอกาส น้ำดีที่ไม่อยู่ในถุง เว้นที่เป็นที่เว้นจากเนื้อของ เกสา โลมา นขา ทันตา และหนังที่แข็งและแห้ง ซึมซาบแล้วในสรีระที่เหลือ เหมือนหยาดน้ำมันตกลงในน้ำแม่ไปฉะนั้น เมื่อน้ำดีกำเริบแล้ว นัยน์ตาทั้งหลายย่อม เหลือง ย่อมหมุนไป คือ เวียนศีรษะ ด้วยย่อมหวั่นไหว คือ กระสับกระส่าย ดีที่อยู่ในถุง อาศัยเนื้อดับในระหว่างหทัยและปอด ตั้งอยู่ในฝักน้ำดี น้ำดีนี้เมื่อกำเริบแล้ว สัตว์ทั้งหลายย่อมเป็นบ้า ย่อมมีจิตวิปลาส ละทิ้งหิริโอตตปปะ กระทำสิ่งที่ไม่ควร กระทำ กล่าวสิ่งที่ไม่ควรกล่าว และย่อมคิดสิ่งที่ไม่ควรคิด โดยปริจเฉท กำหนดโดย ส่วนที่เป็นน้ำดี นี่เป็นสภาคปริจเฉทของน้ำดีนั้น แต่วิสภาคปริจเฉท เป็นเช่นกับเกสา นั้นแหละ

มีใครรู้จักน้ำดีบ้างไหม หรือว่ารู้จักแต่ชื่อ ซึ่งตามที่ได้ทรงแสดงไว้มี ๒ ชนิด และที่ไม่อยู่ในถุง คือ ไม่อยู่ในฝัก ก็ซึมซาบอยู่ทั่วสรีระ เว้นส่วนที่เป็นเกสา โลมา นขา ทันตา และหนังที่แข็งและแห้ง

ถ้าเจริญสติปัฏฐานต้องรู้จักน้ำดีไหม

เป็นแต่เพียงธาตุที่ปรากฏเมื่อกระทบกาย ถ้าปรากฏจะไม่พ้นจากลักษณะของ ธาตุดิน ธาตุไฟ ธาตุลม แต่ไม่ใช่ธาตุน้ำ

โดยนัยที่ทรงแสดงการเจริญสมถภาวนา แสดงลักษณะของธาตุดินและธาตุน้ำ แต่โดยนัยของการเจริญสติปัฏฐาน ธาตุน้ำไม่ปรากฏเมื่อกระทบกาย นี่เป็นความ ต่างกัน เพราะเรื่องของสมถภาวนานั้นเป็นเรื่องของความคิด การตรึก การพิจารณา ยังเป็นเรื่องของสมมติบัญญัติ ว่าเป็นผม เป็นขน เป็นเล็บ เป็นฟัน เป็นหนัง



เป็นเลือด เป็นเนื้อ เป็นกระดูก เป็นน้ำดี หรือว่าเป็นอาการของธาตุน้ำที่ปรากฏ โดยการที่สามารถจะเห็นได้ว่าเป็นลักษณะของธาตุน้ำ

แต่ธาตุน้ำจริง ๆ ไม่ปรากฏทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย เพราะทางตา สีสันวิณะต่าง ๆ กำลังปรากฏ ไม่ใช่ธาตุน้ำ ทางหู เสียงปรากฏ ไม่ใช่ธาตุน้ำ ทางจมูก กลิ่นปรากฏ ทางลิ้น รสเท่านั้นที่ปรากฏ





๘๗๐



ที่ในอาหารบางอย่างจะเห็นว่าเป็นของเหลว แต่เวลาที่กระทบจริง ๆ ไม่ใช่ลักษณะอาการของธาตุน้ำ ซึ่งเป็นสภาวะธรรมที่เอิบอาบเกาะกุมรูปที่เกิดร่วมกัน เพราะฉะนั้น เวลาที่รูปกระทบกับกาย จะปรากฏเพียงลักษณะที่อ่อนหรือแข็ง เป็นอาการของธาตุดิน เย็นหรือร้อน เป็นอาการของธาตุไฟ ไหวหรือเคร่งตึง เป็นอาการของธาตุลม แต่ลักษณะของสภาวะรูปอีกอย่างหนึ่งซึ่งเอิบอาบซึมซาบ เกาะกุมรูปที่เกิดร่วมกันในขณะนั้น จะไม่ปรากฏเมื่อกระทบกาย

แต่โดยนัยของการเจริญสมถภาวนา เพื่อที่จะให้เห็นความเป็นปฏิปักษ์ของธาตุ ซึ่งประชุมรวมกันที่กาย แม้ว่ารูปที่ประชุมรวมกันที่กายมี ๔ ธาตุ คือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม ความเป็นปฏิปักษ์ของธาตุไฟกับธาตุนั้นไม่ปรากฏ แต่อาการของ ธาตุดินและธาตุน้ำปรากฏ เพราะฉะนั้น ส่วนที่เป็นอาการของธาตุดิน เช่น ขน ผม เล็บ ฟัน หนัง เป็นต้น เป็นส่วนที่แข็งแข็ง ประชุมควบคุมรวมกัน มีลักษณะ มีสณฐานที่ปฏิปักษ์ ที่สามารถจะเห็นความเป็นปฏิปักษ์ได้

ส่วนของธาตุน้ำ มีมาก ปรากฏโดยอาการที่ไหล ซึ่งแท้ที่จริงเวลาที่กระทบ ต้องเป็นธาตุดินหรือธาตุไฟ ไม่ใช่ธาตุน้ำ มีเพียง ๑๒ อาการ และลักษณะที่เป็น ปรมัตถธรรมจริง ๆ ของธาตุน้ำจะไม่ปรากฏเวลาที่กระทบกับกาย เพราะฉะนั้น ต้อง เข้าใจความหมายของอาการของธาตุน้ำโดยนัยของสมถะว่า ต่างกับสภาวะ ปรมัตถธรรมที่เป็นธาตุน้ำโดยนัยของสติปัญญา

ดื่มน้ำ โดยสมมติ เพราะเห็นความไหล เกาะกุม เอิบอาบ แต่นั่นไม่ใช่ธาตุน้ำ เพราะว่าธาตุน้ำจริง ๆ เป็นสุขุมรูป ซึ่งอยู่ภายในรูปที่กระทบสัมผัสทางกาย

ธาตุดิน น้ำ ไฟ ลม ในกลาปหนึ่ง ๆ แยกออกจากกันไม่ได้เลย แต่ธาตุดินก็เป็นธาตุดิน ธาตุน้ำก็เป็นธาตุน้ำ ธาตุไฟก็เป็นธาตุไฟ ธาตุลมก็เป็นธาตุลม อาศัยกัน เกิดขึ้น เป็นสหชาติะ หมายความว่าเกิดพร้อมกัน ดับพร้อมกัน ที่ใดที่มีธาตุดิน



- ส. เวลาปรากฏ ก็ปรากฏตรงลักษณะ ซึ่งเป็นสภาพที่เกาะกุมซึมซาบ
 เอิบอาบ อยากรู้ใหม่ ไม่ต้องอยาก เพราะรูปที่กำลังปรากฏควรจะรู้ก่อน ถ้าอยากรู้
 ก็ไม่รู้สิ่งที่กำลังปรากฏ

เพราะฉะนั้น สิ่งใดที่กำลังปรากฏ สติควรจะระลึกรู้ชัดในลักษณะ
สภาพของสิ่งนั้น โดยไม่ต้องคิดถึงสิ่งที่ยังไม่ปรากฏ

ลมหายใจปรากฏที่ช่องจมูก ไซ้ใหม่ อยากจะรู้ชานปสาท หรือกลิ่นใหม่ เพราะว่าถ้ากลิ่นจะปรากฏ ก็ปรากฏที่นั่น ที่ชานปสาท เพราะฉะนั้น ไม่ใช่เลือกว่า พอสิ่งนี้ปรากฏ ก็อยากจะไปรู้สิ่งโน้นซึ่งไม่ปรากฏ แล้วแต่อะไรปรากฏ ถ้าลมหายใจ ไม่ปรากฏที่ช่องจมูก ก็ไม่ต้องอยากรู้ลักษณะของลมหายใจ ซึ่งปรากฏโดยอาการของ ธาตุดิน หรือธาตุไฟ หรือธาตุลม แต่ไม่ใช่ธาตุน้ำ สิ่งที่ปรากฏทางกายตามความเป็นจริง จะไม่ใช่ลักษณะอาการของธาตุน้ำ

อาการต่อไปของธาตุน้ำ อาการที่ ๒๒ คือ

คำว่า เสมุหิ คือ เสดด เสดดนั้น โดยสี มีสีขาว โดยสังฐาน มีสังฐาน ตามที่ตั้งอยู่ โดยทิศ เกิดในทิศเบื้องบน โดยโอกาส ตั้งอยู่ที่เยื่อของอุทร คือ กระเพาะอาหาร ในเวลาที่กลืนกินกับน้ำและข้าวเป็นต้น ซึ่งครั้งเมื่อน้ำและข้าวเป็น



ต้นตอไปอยู่ เสดดแยกช่องออก แล้วก็ปิด เหมือนจอกแห่น้ำ ครั้นเมื่อไม้หรือกระเบื้องตกไป ก็แยกช่อง แล้วกลับปิดตามเดิม ฉะนั้นนั่นแหละ

อนึ่ง ครั้นเมื่อเสดดมีน้อย อุทรย่อมเป็นของน่ารังเกียจอย่างยิ่ง ย่อมเป็นกลิ่นของซากศพ ราวกะหัวผีที่แตกแล้ว หรือราวกะฟองไข่น้ำ เพราะกลิ่นที่พุ่งขึ้นไปจากอุทรนั้น เรากดี ปากก็ดี เป็นกลิ่นเหม็นเช่นกับศพเน่า ก็บุรุษนั้นย่อมถึงซึ่งคำอันบุคคลพึงขับไล่ว่า ไป เจ้าส่งกลิ่นเหม็น ก็เมื่อเสดดเจริญมากขึ้นแล้ว ปกปิดกลิ่นซากศพภายในแห่งเยื่อของอุทร รวากะแผ่นกระดานปิดวัจจุกฏี โดยปริจเฉท กำหนดโดยส่วนที่เป็นเสดด แต่วิสภาคปริจเฉท ก็เช่นกับเกส้านั้นแหละ

จะเกิดมาจากไหน จะเป็นอย่างไร ก็ไม่ปรากฏ แต่มาปรากฏเฉพาะในเวลาที่ย่อมเห็น ก็เป็นสภาพที่เป็นปฏิกุล น่ารังเกียจสภาพหนึ่ง

อาการที่ ๒๓ คือ

คำว่า ปุพฺพโง ได้แก่ น้ำเหลือง หรือน้ำหนอง ว่าโดยสี มีสีเหมือนขี้ไต้ไหมเหลือง แต่ในสรีระของผู้ตายมีสีดังแผ่นข้าวตังบูด คือ มีสีเหมือนน้ำข้าวบูด ๆ ขึ้น ๆ

ปฏิกุลใหม่ เวลานั้นเห็นชัด แต่เวลานี้ยังไม่ถึงอย่างนั้น ก็ยังไม่เห็นว่าเป็นปฏิกุลอย่างนั้น

โดยสัณฐาน มีสัณฐานตามที่ตั้งอยู่ โดยทิศ เกิดแล้วในทิศทั้ง ๒ แต่โดยโอกาส ชื่อว่า โอกาสของน้ำเหลืองตั้งอยู่กับที่เป็นนิจ ย่อมไม่มี ครั้นเมื่อส่วนแห่งสรีระอันต่อไม้ หนาม เครื่องประหาร และเปลวไฟ เป็นต้น กระทบแล้ว โลหิตห่อขึ้น หรือว่าต่อมหัวผี เป็นต้น เกิดขึ้นในที่ใด ๆ น้ำเหลืองก็พึงก่อตัวตั้งขึ้นในที่นั้น ๆ โดยปริจเฉท กำหนดโดยส่วนที่เป็นน้ำเหลือง นี่เป็นสภาคปริจเฉทของน้ำเหลืองนั้น แต่วิสภาคปริจเฉท เป็นเช่นกับเกส้านั้นแหละ

น้ำเหลืองไม่ได้มีอยู่ตลอดเวลา นอกจากเวลาที่เป็นแผล หรือว่ามีการกระทบกับหนาม เครื่องประหาร หรือว่าเปลวไฟ เป็นต้น

อาการต่อไป อาการที่ ๒๔



คำว่า โลหิต คือ เลือด อธิบายว่า โลหิต มี ๒ อย่าง คือ โลหิตที่ขังอยู่ และโลหิตที่ไหลวนเวียน บรรดาโลหิตเหล่านั้น โลหิตที่ขังอยู่ ว่าโดยสี มีสีแดงน้ำตาล ครั่ง ขันที่แก่ไฟ โลหิตที่ไหลวนเวียน มีสีแดงน้ำตาลใส โดยสัญญาณ แม้ทั้ง ๒ มีสัญญาณ ตามที่ตั้งอยู่ โดยทิส โลหิตที่ขังอยู่เกิดในทิสเบื้องบน โลหิตนอกนี้เกิดในทิสทั้ง ๒ โดยโอกาส โลหิตที่ไหลวนเวียน เว้นที่นอกจากเนื้อของเกสา โลมา นขา ทันตา และหนังที่แข็งและแห้ง ตั้งแผ่ไปสู่สรีระที่มีใจครอง ตามชาย คือ เส้นเลือด โลหิตที่ ขังอยู่ตั้งอยู่เต็มส่วนเบื้องล่างแห่งที่ของตับ ค่อย ๆ ไหลไปเบื้องบน ซึมไต่ หัวใจ ตับ และปอด ยังไต่ หัวใจ ตับ และปอดให้ชุ่มอยู่ ก็ครั้นเมื่อโลหิตที่ขังอยู่ไม่ยังไต่และ หทัยเป็นต้นให้ชุ่มอยู่ สัตว์ทั้งหลายย่อมเป็นผู้กระหาย ว่าโดยปริเฉท กำหนดโดย ส่วนที่เป็นโลหิต นี่เป็นสภาพปริเฉทของโลหิตนั้น แต่โดยวิสภาพปริเฉท ก็เช่นกับ เกสานั้นแหละ

อาการต่อไป คือ อาการที่ ๒๕

คำว่า เสโท คือ เหงื่อ ได้แก่ อาโปธาตุที่ไหลออกไปจากชุมชน เป็นต้น

นี่เป็นอาการธรรมดาที่ปรากฏ ซึ่งทุกคนรู้จักดี

เสโทนั้น ว่าโดยสี มีสีแดงน้ำตาลใส โดยสัญญาณ มีสัญญาณตามที่ตั้งอยู่ โดยทิส เกิดในทิสทั้ง ๒ โดยโอกาส ชื่อว่า โอกาสของเสโทนั้นเป็นของตั้งอยู่ เนื่องนิตย์ทุกเมื่อเหมือนโลหิตหาได้

คือ ไม่ได้มีเหงื่อประจำตลอดเวลา

แต่เมื่อใดร่างกายอบอุ่นด้วยไฟ แสงแดด และความเปลี่ยนของฤดู เป็นต้น เมื่อนั้นเสโทย่อมไหลออกจากช่องเกสา โลมา ทั้งปวง

ที่ศีรษะก็เปียกชุ่มไปด้วยเหงื่อเหมือนกัน เวลาที่ร้อนจัด ๆ

ราวกะกาดอกบัวที่บุคคลดึงออกแล้วจากน้ำ มีรากเหง้าขาดไม่เสมอกัน น้ำก็จะไหลออกไป ฉะนั้น เพราะฉะนั้น แม้สัญญาณของเสโทนั้น ก็พึงทราบด้วยสามารถ แห่งช่องชุมเกสา โลมา นั้นแหละ อนึ่ง อันพระโยคี ผู้กำหนดเสโทเป็นอารมณ์



พึงมนสิการเสโทด้วยสามารถแห่งการที่เสโทนั้นตั้งอยู่เต็มช่องขุมเกสา โลมา นั้นแหละ โดยปริจเฉท กำหนดส่วนที่เป็นเสโท นี่เป็นสภาคปริจเฉทของเสโทนั้น แต่วิสภาค- ปริจเฉท เป็นเช่นกับเกสานั้นแหละ

อาการที่ ๒๖ อาการของธาตุน้ำ

คำว่า เมโท คือ มั่นชื้น มั่นชื้นนั้น ว่าโดยสี มีสีดังขมิ้นที่ผาแล้ว

เวลาไปซื้อเนื้อที่ตลาด จะเห็นมันส่วนต่าง ๆ ของสัตว์ ฉนได ในร่างกายของ เราเองก็มี ฉนนัน และเป็นปฏิภูมด้วย

โดยสณฐานของคนอ้วนก่อน มีสณฐานดั่งผ้าทุกุลเก่า คือ ผ้าที่ทำด้วยเปลือก เนื้อไม้ยางดี มีสีขมมันติดอยู่แล้วในระหว่างหนังกับเนื้อ ของคนผอมมีสณฐานดั่ง ผ้าทุกุลเก่า มีสีขมมันที่เขาทำเป็น ๒ ชั้น ๓ ชั้น ติดอยู่ โดยทิส เกิดในทิสทั้ง ๒ มั่นชื้นนี้ แม้ถึงซึ่งการนับว่าเป็นน้ำมัน เพราะความที่เป็นของนารังเกียจอย่างยิ่ง จนทั้งหลายยอมไม่ถือเอาเพื่อต้องการให้เป็นน้ำมันทาสิระชะ (ไม่มีใครต้องการเอาไปใช้ ประโยชน์ เพราะเป็นของปฏิภูม จะทาผม จะใส่สิระชะก็ได้) และเพื่อเป็นน้ำมันทา จมูก (ก็ไม่มีใครสนใจที่จะใช้อย่างนั้นด้วย) โดยปริจเฉท เบื้องต่ำกำหนดด้วยเนื้อ เบื้องบนกำหนดด้วยหนัง มีมันชื้นอยู่ระหว่างกลางเนื้อกับหนัง เบื้องขวางกำหนดด้วย ส่วนที่เป็นมันชื้น นี่เป็นสภาคปริจเฉทของมันชื้นนั้น แต่วิสภาคปริจเฉท ก็เป็นเช่นกับ เกสานั้นแหละ

ต่อไปเป็นอาการที่ ๒๗

คำว่า อสุสุ คือ น้ำตา ได้แก่ อาโปธาตุที่ไหลออกไปจากดวงตาทั้งหลาย น้ำตานัน ว่าโดยสี มีสีดั่งน้ำมันงาใส โดยสณฐาน มีสณฐานตามที่ตั้งอยู่ โดยทิส เกิดในทิสเบื้องบน โดยโอกาส ตั้งอยู่ในเบ้าตาทั้งหลาย แต่น้ำตานันไม่ขังอยู่ใน เบ้าตาทุกเมื่อ แต่เมื่อใดสัตว์ทั้งหลายเป็นผู้มีโสมนัสเกิดแล้ว ย่อมหัวเราะมาก เป็น ผู้ที่มีโสมนัสเกิดแล้ว ย่อมร้องไห้ ย่อมคร่ำครวญ โดยทำนองเดียวกัน ย่อมกลืนกิน อาหารอันเป็นพิษ หรือเมื่อใดดวงตาทั้งหลายเหล่านั้นย่อมกระทบกับควันไฟ ธุลี หรือ



ฝุ่น เป็นต้น เมื่อนั้นน้ำตาตั้งขึ้นจากโสมนัส โทมนัส อาหารอันเป็นพิษ และฤดู คือ ฤดูหรือความร้อนทั้งหลาย แล้วยังเบ้าตาให้เต็มอยู่ หรือว่าย่อมไหลออกไป ก็พระโยคีผู้กำหนดน้ำตาเป็นอารมณ์ พึงกำหนดด้วยสามารถแห่งน้ำตาตั้งอยู่เต็มเบ้า โดยปริจเฉท กำหนดส่วนที่เป็นน้ำตา นี่เป็นสภาคปริจเฉทของน้ำตานั่น แต่วิสภาค-ปริจเฉท เป็นเช่นกับเกส้านั้นแหละ

ควรจะใช้ น้ำตาให้เป็นประโยชน์ได้แล้ว แทนที่จะให้หมดไปเปล่า ๆ หรือว่าเวลา มีน้ำตาเกิดขึ้นเต็มเบ้า ถ้าไม่เคยฟัง น้ำตานั่นก็จะไหลออกไปโดยเปล่าประโยชน์ แต่เวลาที่ฟังแล้ว ไม่ลืม จำได้ รู้ว่าเป็นลักษณะของความเป็นปฏิภูลส่วนหนึ่งของกาย หรือว่าสติจะระลึกในสภาพที่ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน ในขณะที่กำลัง ปรากฏที่กระทบกายก็ได้ แล้วแต่ว่าจะมีปัจจัยที่จะให้สติเกิดระลึกเป็นไปโดยนัยของ สมถภาวนา หรือว่าโดยนัยของสติปัฏฐาน ต่อไปจะได้ไม่ต้องเสียคายน้ำตาไปเปล่า ๆ เพราะมีประโยชน์สำหรับการที่จะให้พิจารณาว่า เป็นปฏิภูล หรือว่าไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล

ถ. ไม่เห็นว่าน้ำตาเป็นปฏิภูล

ส. ชอบหรือ

ถ. ไม่ชอบ

ส. แสดงแล้วว่าเป็นอย่างไร ปากบอกว่าไม่เป็นปฏิภูล แต่ในขณะที่นั้นก็ไม่ชอบน้ำตา ถ้าไม่เป็นปฏิภูลก็ควรจะชอบ ก็ต้องเป็นของดี ของที่ทุกคนต้องปรารถนาอยากจะได้ แต่ถ้าให้ก็ไม่เอา น้ำยังจะเอา แต่ว่า น้ำตาไม่เอา เพราะอะไร ถ้าไม่ใช่เพราะปฏิภูล ปฏิภูลหรือยัง เหนือปฏิภูลหรือยัง มองไม่เห็นว่าน้ำตาเป็นปฏิภูล โดยกลิ่น โดยสี แต่ความจริงต้องมีอาการที่เป็นปฏิภูล แต่น้อย และไม่ได้พิจารณา ถ้าพิจารณาน้อย ๆ ก็จะเห็นความเป็นปฏิภูลมากขึ้น แต่ที่กล่าวว่า ไม่เอา หรือว่า ไม่ชอบ ก็แสดงลักษณะอาการที่เป็นปฏิภูลแล้ว

อาการต่อไป อาการที่ ๒๘



คำว่า วสา คือ มันเหลว มันเหลวนั้น โดยสี มีสีดั่งน้ำมันมะพร้าว แม้การกล่าวว่า มีสีดั่งน้ำมันที่ราดในข้าวตังก็ควร โดยสัจฐาน มีสัจฐานดังการแผ่ไปแห่งหยาดน้ำมันที่ลอยอยู่เบื้องบนน้ำใสในการแม่เป็นที่ชำระล้าง

เวลาล้างอะไรที่ไม่สะอาด มีน้ำมันที่ลอยอยู่ข้างบน ก็เป็นลักษณะอาการของมันเหลว ซึ่งมีอยู่ในร่างกาย

โดยทิส เกิดในทิสทั้ง ๒ โดยโอกาส โดยมากตั้งอยู่ที่ฝ่ามือ หลังมือ ฝ่าเท้า หลังเท้า โพรงจมูก หน้าผาก และจะงอยปาก

อนึ่ง น้ำมันเหลวนั้น ไม่เป็นมันเหลวตั้งอยู่ทุกเมื่อในโอกาสเหล่านั้น แต่เมื่อใดประเทศ คือ ที่ที่มีฝ่ามือเป็นต้นเหล่านั้น เกิดความร้อนขึ้นจากไฟ แสงแดด อุด คือ ฤดู อากาศไม่เสมอกัน และธาตุไม่เสมอกัน เมื่อนั้นน้ำมันเหลวนั้นย่อมชานไปข้างโน้นและข้างนี้ รวากะการแผ่ไปของหยาดน้ำมันเบื้องบนน้ำใสในการที่เป็นที่ชำระล้างนั้น ว่าโดยปริจเฉท กำหนดในส่วนที่เป็นมันเหลว นี่เป็นสภาคปริจเฉทของมันเหลวนั้น แต่วิสภาคปริจเฉท ก็เป็นกับเกสานั้นแหละ

อาการต่อไป อาการที่ ๒๙

คำว่า เชไฟ คือ น้ำลาย ได้แก่ อาโปธาตุที่เจือกันเป็นฟองภายในปาก น้ำลายนั้น โดยสี มีสีขาวดั่งสีฟองน้ำ โดยสัจฐาน มีสัจฐานตามที่ตั้งอยู่ แม้การกล่าวว่า มีสัจฐานดังฟองน้ำก็ควร โดยทิส เกิดในทิสเบื้องบน โดยโอกาส หยั่งลงที่กระพุ้งแก้มทั้งสอง แล้วก็ตั้งอยู่ที่ลิ้น

อนึ่ง น้ำลายนั้นไม่ชังอยู่ทุกเมื่อในที่นั้น แต่เมื่อใดสัตว์ทั้งหลายย่อมเห็นอาหาร หรือว่าย่อมระลึกถึงอาหารนั้น หรือว่าย่อมวางอะไร ๆ สิ่งที่ร้อน สิ่งที่มีรสขม รสเผ็ดเปรี้ยว เค็มในปาก หรือว่าหทัยของสัตว์ทั้งหลายเหล่านั้น ย่อมอ่อนเพลีย หรือความรังเกียจในสิ่งอะไร ๆ เกิดขึ้น เมื่อนั้นน้ำลายเกิดขึ้นแล้ว จึงหยั่งลงที่กระพุ้งแก้มทั้งสอง แล้วชังอยู่ที่ลิ้น อนึ่ง ที่ปลายลิ้นย่อมมีน้ำลายจาง คือ มีน้อย ที่โคนลิ้นมีน้ำลายหนา คือ มีมาก น้ำลายนั้นย่อมไม่ถึงซึ่งความสิ้นไป คือ ไม่รู้หมด สามารถเพื่อยังข้าวเม่า ซึ่งใส่เข้าไปในปาก หรือว่าข้าวสาร หรือว่าของที่ควรเคี้ยวอย่างใดอย่างหนึ่งให้ชุ่มอยู่



ราวกะบ่อน้ำที่เขาซุดแล้วในทรายใกล้ๆ โดยปริเฉท กำหนดส่วนที่เป็นน้ำลาย
นี้เป็นสภาพปริเฉทของน้ำลายนั้น แต่วิสภาพปริเฉท ก็เป็นเช่นกับเกสานั้นแหละ

จริงไหม น้ำลายไม่ได้มีอยู่ตลอดเวลา เวลาใดที่มีบ้าง ถ้ามี ทราบไหมว่า
เพราะอะไรจึงมี เวลาที่เห็นอาหาร หรือว่าระลึกถึงอาหาร หรือว่าวางอะไรๆ ที่มีรสชม
รสเผ็ด รสเปรี้ยว เค็มในปาก หรือว่าเวลาที่อ่อนเพลีย ไม่สบาย หรือในขณะที่มีความ
รังเกียจในสิ่งหนึ่งสิ่งใดเกิดขึ้น ในขณะนั้นจะเป็นสมุฏฐานทำให้เกิดน้ำลายขึ้น และขัง
อยู่ที่ลิ้น ที่ปลายลิ้น ตลอดเวลาที่รับประทานอาหาร น้ำลายก็ออกมาเรื่อย ๆ ไม่รู้หมด
สามารถที่จะยังข้าวที่ใส่เข้าไปในปาก หรือว่าของที่ควรเคี้ยวอย่างใดอย่างหนึ่งให้ชุ่มอยู่
ราวกะบ่อน้ำที่เขาซุดแล้วในทรายใกล้ๆ

ขณะนี้ไม่มีใครซุด แต่ก็มีน้ำลายเกิดขึ้นตามควร ปฏิภาณ นารังเกียจ

