



มูลนิธิศึกษาและเผยแพร่พระพุทธศาสนา
Dhamma Study and Support Foundation

แนวทางเจริญวิปัสสนา

เล่ม ๑๔๘ ตอนที่ ๑๔๗๑ – ๑๔๘๐

บรรยายโดย

สุจินต์ บริหารวนเขตต์



แนวทางเจริญวิปัสสนา

๑๔๗๑

ที่ห้องประชุมตึกสภากาการศึกษามหาวิทยาลัย

วันอาทิตย์ที่ ๑๖ ธันวาคม ๒๕๓๓



ผู้ฟัง ลมหายใจเกิดจากจิตเป็นสมุฏฐาน มีลมหายใจแสดงว่ามีจิต แต่บางครั้งมีจิตไม่มีลมหายใจก็ได้ เช่น ผู้ที่เจริญอานาปานสติจนถึงจตุตถฌาน ดับลมหายใจได้ มีจิตแต่ไม่มีลมหายใจ และผู้ที่เข้านิโรธสมบัติ ไม่มีทั้งลมหายใจ ไม่มีทั้งจิต แต่ยังมีชีวิต

ส. ก็เป็นไปตามเหตุ คือ แล้วแต่ว่าในขณะนั้นเป็นจิตประเภทใด แต่ต้องไม่ปนกับลมข้างนอก จุดสำคัญ คือ ไม่ปนกับลมข้างนอก

ผู้ฟัง ผมขอแสดงความคิดเห็นว่า ลมหายใจเป็นอาการของจิต ก็เหมือนรูปต่าง ๆ อาการยกมือก็เกิดจากจิต การหายใจก็เป็นอาการหนึ่งที่จิตทำให้เกิดขึ้น เหมือนอาการเคลื่อนไหวต่าง ๆ แต่เราจะหายใจเอาอากาศอะไรเข้าไปนั่นก็สุดแล้วแต่บรรยากาศรอบ ๆ ที่จะบริสุทธิ์หรือไม่บริสุทธิ์ ถ้าอากาศมีพิษ หายใจเข้าไปก็ตาย ถ้าอากาศบริสุทธิ์ก็สามารถมีชีวิตอยู่ได้ ถึงแม้ดำลงไปใต้น้ำ จิตเราก็กังขาอากาศหายใจนั้นมีแต่เราไม่หายใจ เมื่อพ้นจากน้ำขึ้นมาเราก็กังขาหายใจเข้าไป ก็มีชีวิตอยู่ได้ต่อไป เพราะฉะนั้น คนที่อยู่ใต้น้ำอยู่ได้ไม่นาน จึงต้องมีเครื่องช่วยหายใจ

ส. ถ้าพิจารณาโดยละเอียด ชีวิตของทุกคนมีรูปกับนาม และรูปก็ละเอียดมาก รูปที่เกิดจากกรรมก็มี รูปที่เกิดจากจิตก็มี รูปที่เกิดจากธาตุก็มี รูปที่เกิดจากอาหารก็มี ซึ่งส่วนใหญ่เราจะพิจารณารูปที่เรามองเห็น หรือการเคลื่อนไหวต่าง ๆ ก็รู้ว่าเพราะมีจิต แต่ในขณะที่กำลังเคลื่อนไหวจริง ๆ สามารถรู้รูปซึ่งเกิดจากจิตจริง ๆ หรือเปล่า หรือเพียงแต่นึกและเข้าใจว่า ที่เดิน ที่นั่ง ที่เคลื่อนไหวไป เพราะมีจิตจึงได้มีกายอาการอย่างนั้นได้ แต่สามารถรู้รูปแท้ ๆ ที่เกิดเพราะจิตไหม ถ้าสามารถรู้รูปแท้ ๆ ที่เกิดเพราะจิต จะไม่สงสัยเรื่องลมหายใจซึ่งเป็นรูปที่เกิดเพราะ



จิตเป็นสมุฏฐาน เพราะว่ารูปอื่นที่เกิดเพราะจิตที่ร่างกายนี้ก็มี

ลมหายใจก็เป็นรูป ๘ รูป เกิดเพราะจิตเป็นสมุฏฐาน และมีความสัมพันธ์กับรูปอื่นภายนอกเช่นเดียวกับรูปอื่น ๆ ที่เกิดจากจิต เกิดจากกรรม เกิดจากอุตุ เกิดจากอาหารเหมือนกัน ไม่ได้หมายความว่าจะไม่มีความสัมพันธ์กันเลย

เมื่อลมหายใจเป็นส่วนที่เกิดจากจิต ก็ต้องอาศัยอุตุภายนอกด้วย ไม่ใช่ว่าไม่ต้องอาศัยอุตุภายนอก ทุกอย่างเลย รูปที่ร่างกายทั้งหมด ก็มีธาตุดิน น้ำ ไฟ ลม สี กลิ่น รส โอชา เป็นรูปที่แยกกันไม่ได้ และธาตุไฟที่มีอยู่ก็เป็นอุตุที่ทำให้เกิดรูปภายใน ซึ่งอุตุภายในของแต่ละบุคคลก็ไม่เหมือนกัน ธาตุไฟที่ต่างกันตั้งแต่เกิดคือปฏิสันธิจิตเกิดขึ้นเพราะกรรมเป็นปัจจัย ทำให้วิบากจิตประเภทนั้นเกิดพร้อมกับรูปซึ่งในขณะแรกที่เกิดไม่มีใครมองเห็นรูป ๓ กลุ่มเล็ก ๆ ถ้าเกิดในครรภ์ ไม่มีใครสามารถเห็นรูปร่างว่า จะเป็นรูปคน จะเป็นรูปสัตว์ จะเป็นรูปนก จะเป็นรูปช้าง จะเป็นรูปอะไรก็ไม่ได้เห็นเลย ซึ่งกลุ่มของรูปที่เกิดเพราะกรรมคือกัมมชรูปนั้นมีอุตุคือธาตุไฟรวมอยู่ด้วย และธาตุไฟในรูปนั้นเองทำให้เกิดรูป เพราะธาตุไฟนั้นเป็นอุตุ จึงมีอุตุชรูป คือ รูปที่เกิดเพราะอุตุ ซึ่งทำให้รูปร่างกายของแต่ละบุคคลเมื่อเจริญเติบโตแล้วต่างกัน มีผิวพรรณที่ต่างกัน มีรูปร่างที่ต่างกัน เป็นสัตว์แต่ละชนิดหรือแม้เป็นคนก็มีการปรุงแต่งเพราะกรรมที่ทำให้กัมมชรูปเกิดและอุตุที่เกิดเพราะกรรมด้วย เนื่องจากกัมมชรูปต้องมีธาตุดิน น้ำ ไฟ ลม และธาตุไฟนั้นเป็นอุตุที่ทำให้รูปอื่นเกิดขึ้นตามกรรม แสดงให้เห็นถึงความละเอียดจริง ๆ

สำหรับรูปที่เกิดจากจิตก็ควรจะรู้ว่ามียุขอะไรบ้าง ในขณะที่ยังไม่เคลื่อนไหวเลยก็ต้องมีธาตุดิน น้ำ ไฟ ลม สี กลิ่น รส โอชา เป็นรูปที่เกิดเพราะจิตเป็นสมุฏฐาน ซึ่งลมหายใจก็เป็นส่วนหนึ่งของรูปที่เกิดเพราะจิต เพราะว่ายู่ที่กาย ลมหายใจไม่ได้ออกไปนอกร่างกายเลย แม้ไม่ได้อยู่ข้างในกายจริง ๆ แต่รูปนั้นก็เกิดที่กาย และมีส่วนสัมพันธ์กับรูปอื่น ๆ ภายนอก เช่น อากาศ หรืออุตุ ความเย็นความร้อนภายนอกก็เหมือนกัน และเมื่อได้ส่วนที่เหมาะสมที่ควรก็เป็นปัจจัยทำให้รูปนั้นสะดวกสบาย



นี่เป็นเหตุที่ว่า ถ้าอยู่ในที่อากาศไม่เหมาะ ไม่ดี ไม่ควร ร่างกายก็ไม่สมบูรณ์ ไม่แข็งแรง หรือการหายใจก็ไม่สะดวกเป็นต้น

ต้องแยกลมหายใจออกจากรูปอื่น เพราะลมหายใจจริง ๆ ต้องเป็นส่วนของรูปที่เกิดเพราะจิตเป็นสมุฏฐาน และไม่ได้ลึกอย่างที่เรากำอาการสูดเข้าลึก ๆ หรืออะไร แต่เป็นเพียงส่วนเฉพาะของรูปที่เกิดจากจิตเท่านั้นจริง ๆ ส่วนอาการที่เราจะอาศัยรูปภายนอกโดยการหายใจลึก หรือสั้น หรือยาวต่าง ๆ นั้น เป็นอีกส่วนหนึ่งซึ่งไม่ใช่ส่วนของลมหายใจที่เกิดเพราะจิตเป็นสมุฏฐาน

เพราะฉะนั้น ไม่ว่าจะพูดถึงรูปอะไรก็ตาม ให้ทราบว่า ทรงแสดงไว้โดยละเอียดอย่างนั้น และเราเพียงฟังและเข้าใจว่า ขณะที่กำลังพูดมีการเคลื่อนไหว ซึ่งจิตทำให้อาตุลมเกิดขึ้นและไหวไปกระทบธาตุดินทำให้มีเสียงออกมา แต่เราอยู่ในลักษณะของธาตุลม หรือรู้ในลักษณะของจิตตชรูปจริง ๆ หรือเปล่า หรือรู้ในลักษณะของกัมมชรูป อุดชรูปในร่างกายของเราจริง ๆ หรือเปล่า

พระผู้มีพระภาคทรงตรัสรู้และทรงแสดงไว้ว่า ลมหายใจเป็นรูปที่เกิดเพราะจิต เพราะฉะนั้น การที่จะรู้เฉพาะรูปลมหายใจซึ่งเกิดจากจิตเท่านั้น ก็ต้องต่างหากไปจากการที่เราจะหายใจเข้าออกลึก ๆ หรือสั้น ๆ

ผู้ฟัง เมื่อสักครู่พูดถึงลมหายใจว่าเป็นลมที่เกิดจากจิต ก็คิดถึงเรื่องการเจริญอานาปานสติ ขณะเจริญอานาปานสติ จริง ๆ ไม่ได้รู้ธาตุลม เพราะเราก็เคยพิจารณาไม่มีลมปรากฏเลย แต่ในพยัญชนะบาลีก็ดี หรือในอรรถกถาก็ดี แสดงว่า ให้พิจารณาลมที่เกิดจากจิต แต่ที่พิจารณารู้สึกว่าจะเป็นธาตุดินหรืออย่างอื่นไป ความร้อนบ้าง ความเย็นบ้าง แต่ธาตุลมไม่ปรากฏ จึงเห็นว่า การเจริญอานาปานสติไม่ใช่ของง่าย เป็นของละเอียดมาก

ส. ทำไมจึงเข้าใจว่า อานาปานสติเป็นสิ่งที่ยาก เพราะความจริงแล้วไม่ง่ายเลย

ผู้ฟัง ที่คิดว่าง่าย เพราะอ่านเพียงพยัญชนะในพระไตรปิฎกว่า พิจารณาลมหายใจเข้าบ้าง ออกบ้าง คิดว่าพิจารณาแค่นี้เป็นการเจริญที่ถูกต้อง จนกระทั่ง



ได้ยินได้ฟังธรรมละเอียดขึ้นก็รู้ว่า การศึกษาแบบนั้นไม่ใช่เป็นเรื่องของปัญญาที่เข้าใจว่าง่าย เพราะว่ามันเพ่งลมหายใจรู้สึกง่ายดี มีลมหายใจเข้า หายใจออกเป็นอารมณ์

ส. ถ้าเป็นอานาปานสติจริง ๆ ไม่ง่าย แต่ที่ว่าง่ายดีนั้น ต้องไม่ใช่ อานาปานสติ เพียงแต่ใช้ชื่อว่าอานาปานสติ แต่ไม่ใช่การเจริญอานาปานสติ เพราะหาอานาปานสติไม่ง่าย

ผู้ฟัง ยอมรับ เพราะว่าจริง ๆ แล้วลมหายใจยังไม่เคยปรากฏ และไม่เคยพิจารณาได้เลยว่าธาตุลมอยู่ที่ไหน มีแต่ความตึงความไหวของร่างกายที่ปรากฏชัด ๆ เช่น ขณะที่เดินบ้าง นั่งบ้าง เป็นต้น เท่านั้น ส่วนความละเอียดที่โพรงจมูกไม่เคยปรากฏจริง ๆ

ส. ประการสำคัญที่สุด ทุกท่านที่ใครจะเจริญสมถวิปัสสนา ควรจะพิจารณาให้เข้าใจความหมายและสภาพของจิตในขณะที่เจริญสมถวิปัสสนาจริง ๆ ว่า ต้องเป็นปัญญาที่เห็นโทษของกิเลส และต้องพร้อมด้วยสติสัมปชัญญะจริง ๆ พร้อมด้วยสติที่ระลึกลักษณะของสภาพธรรมด้วยปัญญาที่รู้ตรงตามลักษณะของสภาพธรรม ด้วยจิตที่เป็นกุศล

ก่อนอื่นต้องรู้ว่า จิตที่เป็นกุศลต่างกับจิตที่เป็นอกุศลอย่างไร ซึ่งไม่ใช่โดยตำรา แต่ต้องโดยสติสัมปชัญญะ เช่น ในขณะนี้ที่นั่งฟังพระธรรม พิจารณาจิตหรือเปล่า ถ้าไม่ได้พิจารณาจิตจะรู้ไหมว่า จิตที่เป็นกุศลมีลักษณะอย่างไร ต่างกับขณะที่จิตเป็นอกุศลอย่างไร แสดงให้เห็นว่า ขณะที่ฟัง ไม่ใช่ขณะที่กำลังเจริญสมถภาวนาหรือสติปัฏฐาน เพียงเป็นขั้นการฟังเรื่องของธรรม ซึ่งในขณะนั้นเป็นกุศล และในขณะนั้นถ้ามีความเข้าใจที่ถูกต้องในปรมาตถสัจจะ ขณะนั้นก็เป็นปัญญา ไม่ใช่เรา แต่ที่จะให้รู้จริง ๆ ว่า ปัญญาไม่ใช่เรา หรือขณะนั้นเป็นกุศลไม่ใช่อกุศล จะต้องประกอบพร้อมด้วยสติสัมปชัญญะ

ผู้ที่ชอบรมเจริญสมถภาวนาหรือวิปัสสนาภาวนา ที่จะไม่รู้ว่าสติสัมปชัญญะคืออะไร เป็นไปไม่ได้เลย และถ้าใครไม่สามารถบอกได้ว่า สติสัมปชัญญะคือ



อย่างไร ผู้นั้นก็ไปทำสมาธิและใช้คำว่า เจริญสมณะหรือเจริญสติปัฏฐาน แสดงให้เห็นว่า ถ้าไม่ศึกษาจริง ๆ ไม่พิจารณาจริง ๆ ไม่เป็นปัญญาจริง ๆ แล้ว เจริญสมณภาวนาและวิปัสสนาภาวนาไม่ได้ เพราะฉะนั้น ที่กล่าวว่า อานาปานสติง่าย ไม่ถูกต้อง

เรื่องของอานาปานสติ ยังมีข้อสงสัยอะไรอีกบ้างไหม หรือใครที่คิดว่า ยังทำอานาปานสติ แต่ความจริงขอเรียนให้ทราบว่า ถ้าไม่เป็นปัญญาที่ประกอบด้วย สติสัมปชัญญะแล้ว ไม่ใช่อานาปานสติแน่นอน

ถ. ปัญญากับสัมปชัญญะ สัมปชัญญะนี้ไม่ใช่ปัญญาหรือ

ส. เป็นปัญญาขั้นหนึ่ง เมื่อกล่าวถึงธรรมโดยละเอียด คนที่กุศลจิตเกิดขึ้นนั้นมีสติ ในขณะที่ให้ท่านต้องเป็นสติที่ระลึกเป็นไปในการให้ แต่ขณะนั้น รู้ลักษณะของจิตหรือเปล่า หรือขณะที่กำลังฟังธรรมเดี๋ยวนี้เป็นกุศลจิต โดยการศึกษา ทราบว่า การฟังพระธรรมเป็นกุศลจิต ไม่ใช่ไปเที่ยว แต่สติสัมปชัญญะเกิดรู้ลักษณะของกุศลจิตหรือเปล่า นี่คือความหมายของสติสัมปชัญญะ

ถ. หมายถึงมีสติและปัญญาในขั้นหนึ่งด้วย

ส. แน่นอน ไม่ใช่เพียงขั้นการฟัง เพราะขั้นการฟัง สติมี แต่สัมปชัญญะ จะรู้ลักษณะสภาพของจิตในขณะนี้ไหม

ถ. กุศลที่เป็นสติสัมปชัญญะ คือ มีปัญญาประกอบพร้อมด้วย

ส. ต้องมีลักษณะของสภาพธรรมปรากฏให้รู้ ให้เข้าใจ เพราะว่าเราเรียน เรื่องจิต จิตเห็น จิตได้ยิน ขณะนี้มีจิตเห็น มีจิตได้ยิน มีสภาพธรรมที่ปรากฏให้รู้ ให้เข้าใจ แต่ขึ้นอยู่กับสติสัมปชัญญะว่า มีสติสัมปชัญญะที่ระลึกรู้การเห็นการได้ยิน ในขณะนี้ตามความเป็นจริงหรือเปล่า หรือว่าพูดเรื่องเห็น พูดเรื่องได้ยิน และ กำลังเห็น กำลังได้ยิน แต่ก็ไม่รู้ตามความเป็นจริงว่า เห็นเป็นนามธรรมอย่างที่ได้ฟัง เป็นสภาพรู้ เป็นอาการรู้ นี่ก็แสดงให้เห็นถึงปัญญาที่ต่างชั้นกัน

ไม่ทราบว่า ทั้ง ๆ ที่รู้ว่าเป็นมิจจาสมาธิ ก็ยังทำต่อไปหรือเปล่า เพราะ บางท่านบอกว่า ท่านติดแล้ว และบางคนก็อ้างว่า ยังดีกว่าอกุศลประเภทอื่น แต่



ไม่เห็นโทษของอกุศลแม้เพียงเล็กน้อยซึ่งเป็นมิจฉาสมาธิว่าทำให้ติด เพราะเป็นการทำขึ้น ไม่ใช่เป็นการรู้ลักษณะของโลภะตามธรรมดาซึ่งเกิดแล้วเพราะเหตุปัจจัย

ทุกคนมีโลภะตามธรรมดา อย่างขณะที่บริโภคอาหารที่อร่อยถูกปาก มีความพอใจ ขณะนั้นไม่ต้องไปสร้างหรือไปทำขึ้นเลย แต่เป็นสภาพธรรมที่แสดงให้เห็นการสะสมตามความเป็นจริงตามเหตุตามปัจจัยว่า สภาพธรรมนี้เกิดโดยไม่ได้บังคับหรือไม่ได้ต้องการ แต่ในขณะที่ต้องการทำอย่างหนึ่งอย่างใดขึ้น ให้เห็นลักษณะของความติดความพอใจว่ามากเพียงใด แม้ยังไม่มี ยังไม่เกิด ก็ทำให้เกิดมี เกิดเป็นเพื่อที่จะติด หรือเพื่อที่จะพอใจอีก แต่สภาพธรรมตามปกติตามความเป็นจริงซึ่งเป็นอยู่แล้ว ไม่ว่าจะ เป็นโลภะ หรือโทสะ หรืออกุศล ปัญญาสามารถรู้ตามความเป็นจริงและละคลาย เพราะรู้ความเป็นปัจจัยว่า สภาพธรรมนั้น ๆ เกิดตามเหตุตามปัจจัย ไม่ต้องไปทำอะไรขึ้น

เพราะฉะนั้น ผู้มีปัญญาเพิ่มขึ้น ๆ จากการรู้ลักษณะของสภาพธรรม จะไม่ทำอะไรเลยที่ผิดปกติ หรือที่จะต้องทำขึ้น เพราะระลึกได้ทันทีว่า มีสภาพธรรมที่กำลังเกิดและปรากฏในขณะนี้ตามปกติ ซึ่งไม่ต้องทำอะไรเลย

พระ ก็คือปัญญาที่เจริญเพิ่มขึ้น ๆ จนกระทั่งไม่ต้องทำอะไรเลย อาตมาเองดูเหมือนจะเข้าใจ หลายปีแล้ว ยอมรับว่าก่อนที่อาตมาบวช นานมากได้ทำลมหายใจ ไม่ใช่คำว่า อานาปานสติ แต่ทำลมหายใจมานาน จนกระทั่งเป็นความเคยชินเมื่อไรที่อยู่ในอิริยาบถนั่งหลับตา ก็จะเพ่งอยู่ที่ลมหายใจ ซึ่งเมื่อก่อนก็ไม่รู้ว่าเป็นโลภะและปัญญาก็ไม่รู้เลยว่า เป็นนามธรรมหรือรูปธรรม แม้กระทั่งลมจริง ๆ ก็ไม่รู้เริ่มได้ยินได้ฟังสิ่งที่ถูกต้องเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ จึงเชื่อมั่นว่า จะเล็กทำได้มากขึ้น ๆ ทุกทีไม่คิดว่า อันนี้ก็ถูก อันนั้นก็ถูก อันนี้ก็ทำไปด้วย แต่พยายามถามอยู่เรื่อย บางครั้งก็ไม่กล้าถาม บางครั้งก็กล้าถาม ยอมรับว่าไม่เป็นเรื่องของปัญญา เรื่องของความสงบยังไม่เห็นว่าจะสงบสักเท่าไร แต่ความสงบเท่าที่ผ่านมามีส่วนใหญ่เป็นเรื่องการเจริญเมตตาเป็นต้น มีการช่วยเหลือ หรือสราณียธรรมในหมู่ภิกษุ หรือการให้



ธรรมเป็นทาน สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้สามารถอบรมได้ รู้สึกรู้ว่าเป็นกุศลที่แท้จริง
เท่าที่พิจารณาดู ก็ขออนุโมทนา

ส. เจ้าคะ แสดงว่าขณะใดที่เป็นกุศลจิต ขณะนั้นสติสัมปชัญญะสามารถรู้
ลักษณะของความสงบของจิตที่เป็นกุศล เพราะว่าขณะนั้นเป็นกุศล แต่ขณะที่เพียร
ไปจึงอยู่ที่ยลมหายใจซึ่งไม่ใช่กุศล ความสงบก็ไม่มีปรากฏให้รู้ว่าเป็นความสงบ
เพราะว่าขณะนั้นไม่ใช่กุศลจิต

สำหรับผู้ที่จะอบรมเจริญปัญญาคือสติปัฏฐาน ให้ทราบว่า การอบรมเจริญ
สติปัฏฐานก็เพื่อปัญญารู้ลักษณะของสภาพธรรมตามปกติตามความเป็นจริง
เพราะฉะนั้น เป็นเรื่องละเอียด ไม่ใช่เป็นเรื่องต้องการอะไรเลย เวลาที่สติระลึก ก็รู้ลักษณะ
ของสภาพธรรมที่สติระลึก ไม่ใช่ที่เราเลือก แต่ถ้าเป็นลมหายใจ มีความรู้สึกว่าจะ
ต้องทำลมหายใจ และจะรู้ที่ลมหายใจ ซึ่งไม่มีโอกาสที่ปัญญาจะรู้ทั่ว ทางตา
ที่กำลังเห็นเป็นปกติ ไม่เคยระลึก ทางหูที่กำลังได้ยินเป็นปกติ ไม่ระลึก โลภะเกิดขึ้น
มีความยินดีพอใจตามปกติ ไม่ระลึก แต่มีความต้องการที่จะให้รู้ลมหายใจและจะรู้
ลักษณะของสภาพธรรม

ถ. ผมติดใจคำว่า ติด ไปกำหนดลมหายใจแล้วก็ติด ติดสุขพอกที่จะเข้าใจ
ได้ว่า ไม่เป็นกุศล แต่ผมติดฟังเทพอาจารย์จะเป็นอย่างไร ติดเหมือนกัน

ส. ฟังแล้วได้ประโยชน์ หรือไม่ได้ประโยชน์

ถ. ขอนี้แล้วแต่เครื่องรับของผม หมายความว่าถึงตัวผมเอง ถ้าตั้งใจฟัง
อย่างฟังในห้องนี้ ได้ประโยชน์มาก ฟังวิทยุบางที่ก็ได้ บางที่ก็ไม่ได้ แล้วแต่ว่ามีสติ
ฟังอย่างตั้งใจหรือเปล่านั้น ก็ขอตอบว่า ถ้าตั้งใจฟังเป็นอย่างดี มีประโยชน์มาก

ส. โดยเฉพาะฟังเพื่อรู้สิ่งที่ไม่รู้แล้วละ นี่เป็นจุดประสงค์ที่สำคัญที่สุด
ไม่ได้เพื่ออะไรทั้งหมดนอกจากเพื่อละความไม่รู้ ถ้าไม่ฟังก็ยังคงมีความไม่รู้อยู่
แต่เมื่อฟังแล้วก็ละความไม่รู้ซึ่งเกิดจากการไม่ฟัง และยังไม่พอ ยังจะต้องรู้ขึ้นเพื่อที่จะ
ละมากขึ้น เพราะฉะนั้น ผู้ที่ฟังพระธรรมจริง ๆ เพื่อละคลายอกุศลของตนเอง
ด้วยความรู้ซึ่งเจริญขึ้น นั่นคือประโยชน์ของการฟัง ไม่ใช่การติด



๑๔๗๒

ที่ห้องประชุมตึกสภากาชาดศึกษาฬามกุฏราชวิทยาลัย

วันอาทิตย์ที่ ๑๖ ธันวาคม ๒๕๓๓



ถ. อยากรู้ไม่ติดหรือ

ส. ขณะนั้นเป็นกุศลหรือเป็นอกุศล

ถ. ผมก็เไม่รู้ ผมก็ว่าเป็นกุศล แต่มีบางคนอาจจะว่าเป็นอกุศล

ส. ต้องเป็นสติสัมปชัญญะของบุคคลนั้น จึงจะสามารถแยกลักษณะของ
อกุศลออกจากกุศลได้ เพราะว่ากุศลไม่ทำให้เดือดร้อน กุศลสงบ แต่ถ้าเป็นอกุศล
ขณะนั้นจะเดือดร้อน

ถ้าอยากจะทำพระธรรม และเดินไปหยิบหนังสือมาอ่าน สบาย ๆ
ไม่เดือดร้อน ไข้ไหม แต่ถ้าเกิดความเดือดร้อนวุ่นวายขณะใด ขณะนั้นต้องเป็นอกุศล
เพราะบางคนอาจจะมีความกระวนกระวายอยากจะทำตัวเองต้องรู้ตรงนี้ให้ได้ มิฉะนั้น
ตัวเองจะต้องเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ คือ ถ้าเพื่อความเป็นตัวตนของตนเอง นั้นไม่ใช่การ
ละคลาย แต่ถ้าอยากเข้าใจพระธรรม ก็เดินไปหยิบพระไตรปิฎก พระวินัย พระสูตร
พระอภิธรรมมาอ่านสบาย ๆ ซึ่งขณะนั้นไม่เดือดร้อน เป็นความสงบ เป็นกุศล
ขึ้นอยู่กับสภาพของจิตว่า ต้องการรู้เพื่ออะไร

เรื่องของกวมพิงการหารก็คงเข้าใจแล้ว คือ เพื่อความดำรงอยู่ของสัตว์โลกที่
เกิดมาแล้ว หรือเพื่ออนุเคราะห์แก่เหล่าสัตว์ผู้แสวงหาที่เกิด

อาหารมีถึง ๔ อย่าง คือ กวมพิงการหาร ผัสสาหาร มโนสัญญาเจตนาหาร และ
วิญญาณาหาร เป็นอาหารปัจจัย ซึ่งถ้าศึกษาปัจจัยจะเห็นได้ว่า พระผู้มีพระภาค
ทรงแสดงสภาพธรรมแต่ละอย่างเป็นปัจจัยแต่ละประเภท และไม่ใช่ว่าจะขาดปัจจัย
อื่น ๆ ได้ ปัจจัยอื่นก็ขาดไม่ได้ แต่ทรงแสดงปัจจัยโดยประเภทของสภาพธรรมนั้น ๆ
ว่า ปัจจัยนี้ขาดไม่ได้โดยสภาพที่เป็นอาหาร เพราะฉะนั้นมาซึ่งผล



สำหรับการพิจารณาสภาพธรรมนั้น ขึ้นอยู่กับขณะที่กำลังพิจารณาว่า จะพิจารณาอย่างไร แต่สภาพธรรมก็เกี่ยวเนื่องกันทั้งหมด เช่น ปฏิจจสมุปบาท ซึ่งแสดงโดยอนุโลม คือ อวิชชา ความไม่รู้ เป็นปัจจัยแก่สังขาร ได้แก่ เจตนา ซึ่งเป็นกรรม คือ กุศลบ้าง อกุศลบ้าง และสังขารซึ่งเป็นกรรมนั้นก็ปัจจัย แก่วิญญาณ คือ เมื่อยังมีสังขารคือกรรมอยู่ตราบใดก็เป็นปัจจัยให้เกิดปฏิสนธิ และ เมื่อปฏิสนธิเกิดแล้ว ก็เกิดพร้อมกับเจตสิกและรูปด้วย เพราะฉะนั้น วิญญาณจึงเป็น ปัจจัยแก่นามรูป

อวิชชาเป็นปัจจัยแก่สังขาร สังขารเป็นปัจจัยแก่วิญญาณ วิญญาณเป็นปัจจัย แก่นามรูป ผ่านมาแล้วทั้งหมด ใช้ใหม่ คือ ขณะเกิด ซึ่งก่อนนั้นต้องมีอวิชชา และ ต้องมีกรรมที่ทำให้ปฏิสนธิจิตเกิด คงไม่มีใครต้องไปนั่งทบทวน และเมื่อเกิดมาแล้ว นามรูปเป็นปัจจัยให้เกิดอายตนะ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ซึ่งเป็นทางที่จะรับ กระทบอารมณ์ เพราะถ้าจิตยังเป็นภวังค์อยู่ก็ยังไม่รู้อารมณ์อื่นนอกจากอารมณ์เดียวกับ ปฏิสนธิจิต แต่เมื่อมีนามธรรมและรูปธรรมแล้ว ก็เป็นปัจจัยให้เกิดอายตนะ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ซึ่งกระทบกับอารมณ์ภายนอก

อายตนะเป็นปัจจัยให้เกิดผัสสะ ผัสสะเป็นปัจจัยให้เกิดเวทนา เวทนาเป็น ปัจจัยให้เกิดตัณหา ตัณหาเป็นปัจจัยให้เกิดอุปาทาน การยึดมั่น อุปาทานเป็นปัจจัย ให้เกิดภพ ภพในที่นี้หมายถึงกรรมภพ ภพเป็นปัจจัยให้เกิดชาติ ชาติเป็นปัจจัยให้เกิด ชรา มรณะ นี่เป็นปฏิจจสมุปบาทที่ได้ยินได้ฟังกันบ่อย ๆ แล้วแต่ว่าในขณะนั้น จะระลึกและพิจารณาเข้าใจส่วนหนึ่งส่วนใดในขณะหนึ่งขณะใด ก็ย่อมทำให้เห็นถึง การสืบเนื่องติดต่อกันไปของสภาพธรรมทั้งหลาย

หรืออาจจะพิจารณาอีกนัยหนึ่ง คือ เพราะชาติเป็นปัจจัยจึงมีชรา มรณะ คือ สวาไปจากขณะนั้นว่าอะไรเป็นเหตุ ขณะที่เจ็บไข้ได้ป่วย หรือชรา หรือตาย ขณะนั้นจะย้อนไปพิจารณาได้ว่า เพราะชาติเป็นปัจจัยจึงมีชราและมรณะ และถ้าจะ สืบหาเหตุผลว่าเพราะอะไรจึงมีชาติคือการเกิดขึ้นก็จะรู้ว่า เพราะมีกรรมหรือ กรรมภพนั่นเองเป็นปัจจัย และถ้าจะย้อนกลับไปอีกว่าอะไรเป็นปัจจัยให้เกิดกรรมภพ



ก็จะรู้ว่า อุปาทาน การยึดมั่นนั่นเองที่ทำให้ยังมีภพอยู่ และถ้าย้อนไปว่าอะไรทำให้เกิดการยึดมั่นก็รู้ว่า เพราะมีความยินดีพอใจในความยึดมั่นนั้นเองเป็นปัจจัย และถ้าย้อนกลับไปว่าอะไรเป็นปัจจัยให้เกิดความยินดีคือตัณหาก็คือรู้ว่า เพราะเวทนาความรู้สึกเป็นปัจจัยให้เกิดตัณหา และถ้าย้อนไปว่าอะไรเป็นปัจจัยให้เกิดเวทนามก็รู้ว่า เพราะผัสสะ การกระทบเป็นปัจจัยให้เกิดเวทนา ถ้าย้อนไปว่าอะไรเป็นปัจจัยให้เกิดผัสสะก็จะรู้ว่า เพราะอายตนะเป็นปัจจัยให้เกิดผัสสะ และถ้าย้อนไปว่าอะไรเป็นเหตุให้เกิดอายตนะ ก็นามรูปเป็นปัจจัยให้เกิดอายตนะ ย้อนไปอีก ก็อะไรเป็นปัจจัยให้เกิดนามรูป ก็วิญญาณเป็นปัจจัยให้เกิดนามรูป

เพราะฉะนั้น สามารถย้อนไปทั้งขึ้นทั้งลงได้ ด้วยเหตุนี้ไม่ว่าสภาพธรรมใดกำลังปรากฏ ถ้าปัญญาสะสมพื้นฐานที่มั่นคงก็สามารถเข้าใจในเหตุในผลของธรรมนั้น แม้ในขณะที่กำลังบริโภคอาหาร หรือในเรื่องของอาหาร ๔

มีจดหมายของท่านผู้ฟังท่านหนึ่ง ซึ่งคงจะทำให้ท่านผู้ฟังได้อนุโมทนา ขอเชิญท่านผู้ฟังช่วยอ่านด้วย

๒๓๖/๒ หน้าที่ว่าการอำเภอกปากพนัง

ถนนชายทะเล นครศรีธรรมราช

๓ ธันวาคม ๒๕๓๓

เรียน ท่าน พ.อ. ธงชัย แสงรัตน์ ทราบ

ตั้งแต่ผมได้รับฟังรายการธรรมปฏิบัติในชีวิตประจำวัน ซึ่งบรรยายโดยอาจารย์สุจินต์ บริหารวนเขตต์ มาจนบัดนี้ เป็นเวลา ๓ ปีแล้ว ผมฟังทุกคืน เว้นไว้แต่วันที่ติดธุระและขัดข้องจริง ๆ เท่านั้น บางบทเข้าใจ บางบทก็ยังไม่เข้าใจ ผมคิดว่า บทที่ไม่เข้าใจนั้น เมื่อฟังไป ๆ นาน ๆ ก็คงจะเข้าใจสักวันหนึ่งเป็นแน่ และขอขอบคุณท่านผู้ฟังบางท่านที่เขียนมาถามปัญหาต่าง ๆ ซึ่งท่านอาจารย์สุจินต์ตอบให้ ผมก็พลอยได้ฟังกับท่านด้วยและได้เข้าใจชัดขึ้น รู้สึกว่า ตาหูสว่างขึ้นมาก และผมนึกชมตัวเองว่าเป็นบุญเหลือเกินที่ได้มาพบรายการนี้ เพราะว่าผมพบโดยบังเอิญจริง ๆ คือ ผมรับฟังข่าว ๒๐ นาฬิกา ข่าวใน ข่าวนอก จบแล้วก็เป็นรายการปักษ์ใต้บ้านเรา



ของนายเจริญ ปิ่นทอง ตามปกติเมื่อจบรายการนายเจริญแล้วก็มีเพลง ผมเป็นคนไม่ชอบเพลง ผมก็ปิดเสียทุกคืน แต่คืนที่จะพบนั่น จบรายการนายเจริญก็เป็นรายการธรรมปฏิบัติในชีวิตประจำวันเริ่มขึ้นทันที ในขณะที่ผมยังไม่ได้ทันปิดวิทยุ และได้รับฟังตั้งแต่นั้นเป็นต้นมาจนทุกวันนี้ นับว่าเป็นบุญของผมจริง ๆ มิฉะนั้นแล้วผมคงจะตายเสียเปล่า ไม่ได้พบอาจารย์ที่ดี ๆ อย่างนี้ และความจริงก่อนจะพบรายการนี้ ผมก็ปรารถนาอยู่ก่อนแล้วว่า อยากจะฟังธรรมชั้นสูง เพราะที่เป็นธรรมชั้นต่ำ ฟังซ้ำแล้วซ้ำอีก รู้สึกเบื่อ และบางที่ถูกสอนให้เพิ่มพูนกิเลสขึ้นก็มี เช่น สอนให้ทำบุญให้ทานและอุทิศให้ได้มนุษย์สมบัติ สวรรค์สมบัติ เกิดชาติหน้าให้มั่งมีศรีสุข อย่างนี้เป็นต้น ซึ่งผิดกับที่ท่านอาจารย์บรรยายมากทีเดียว

ธรรมของท่านอาจารย์สุจินต์สอนให้ละ ให้คลายจากรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ และโลก โกรธ หลง ให้เห็นในทุกขัง อนิจจัง อนัตตา ชัดเกลากิเลส อย่างหยาบ อย่างกลาง อย่างละเอียดครบถ้วน ซึ่งผมอธิษฐานว่า ขอให้รายการนี้อยู่ยืนยงนานแสนนาน ผมจึงขออนุโมทนามาเป็นเงิน ๒๐๐ บาทถ้วน เพื่อสมทบในมูลนิธิของรายการนี้ให้อยู่ยืนยาวตลอดไป ได้รับเงินแล้วตอบให้ผมทราบด้วย ผมรับฟังจากสถานีค่ายวชิราวุธ กองทัพภาค ๔ นครศรีธรรมราช

ขอแสดงความนับถือ

ท่านผู้ฟังมีข้อสงสัยอะไรไหม เพราะจากจดหมายฉบับนี้ ผู้ฟังทุกท่านชอบคำถาม ทุกคำถามมีประโยชน์ เพราะช่วยให้ท่านผู้ฟังท่านอื่นทางวิทยุได้รับฟังตรงกับความจริงของท่านด้วย

ธรรมชั้นฟังเข้าใจว่า ตลอดชีวิตตั้งแต่เกิดจนตายเป็นนามธรรมและรูปธรรมทั้งหมด ซึ่งความจริงแต่ละข้อความที่ได้รับฟังจะต้องถึงการพิสูจน์หรือการประจักษ์แจ้ง โดยที่ไม่เปลี่ยนแปลง สภาพธรรมตั้งแต่เกิดจนตายเป็นแต่เพียงนามธรรมและรูปธรรมเท่านั้น นี่ชั้นฟังเข้าใจ เพราะฉะนั้น การที่จะรู้ลักษณะของนามธรรมและรูปธรรมจึงเป็นในขณะไหนก็ได้ทั้งสิ้น เพราะว่าตลอดชีวิตเป็นแต่เพียงนามธรรมและรูปธรรมเท่านั้นจริง ๆ



ในขณะที่กำลังเห็น ไม่เคยรู้ แม้ว่าจะฟังพระธรรมเป็นปี ๆ ทางตากียังคงยากที่จะรู้จริง ๆ ว่า สภาพรู้ คือ ขณะที่กำลังเห็นในขณะนี้ แต่เมื่อฟังไป มีสติระลึกบ้าง และก็ฟังอีก เข้าใจอีก สติก็เกิดขึ้นอีกบ้างแม้ว่าไม่มาก และก็ฟังอีก เข้าใจอีก พิจารณาอีก สติเกิดขึ้นระลึกรู้ ซึ่งพระผู้มีพระภาคตรัสว่า บ่อย ๆ เพราะฉะนั้น ผู้ที่อบรมเจริญปัญญาจะรู้ว่า สภาพธรรมมี แต่ไม่คุ้นเคย ไม่เคยชินกับลักษณะของนามธรรมและรูปธรรมเลย ทั้ง ๆ ที่มีอยู่ตลอดเวลา และทางเดียวที่จะทำให้อารมณ์ลักษณะของสภาพธรรมได้ถูกต้อง คือ ระลึก สติเกิด และค่อย ๆ เข้าใจขึ้นทีละเล็กทีละน้อย เนือง ๆ บ่อย ๆ

การที่จะรู้ว่าเริ่มเข้าใจบ้าง คือ ไม่สงสัยในหนทางประพฤติปฏิบัติ ไม่เข้าใจว่ามีทางอื่นที่จะทำให้รู้เร็ว หรือรู้ชัด เพราะว่าต้องเป็นปัญญาของตนเอง และจะละคลายความกระวนกระวาย ความต้องการ ซึ่งอาจจะเกิดจากการเคยได้ยินได้ฟังว่า ถ้าปฏิบัติสักเดือนหนึ่ง หรือ ๓ เดือน หรืออาจจะถึงปีหนึ่งโดยเข้มข้น จะทำให้ปัญญาสามารถประจักษ์แจ้งลักษณะของสภาพธรรม

บางท่านอาจจะเข้าใจว่า สามารถหมดกิเลสรู้แจ้งอริยสัจธรรมเป็นพระอริยบุคคลขั้นต่าง ๆ บางท่านก็เข้าใจว่า ท่านได้รู้แจ้งอริยสัจธรรมเป็นพระโสดาบันบุคคลบ้าง หรือเป็นพระสกทาคามีบุคคลบ้าง นั่นคือความต้องการ ไม่ใช่การรู้ลักษณะของสภาพธรรมตามปกติตามความเป็นจริง

ไม่ต้องมีการเข้มข้น เพราะขณะนี้สภาพธรรมกำลังปรากฏ ให้รู้ลักษณะที่ต่างกันของขณะที่หลงลืมสติกับขณะที่สติเกิดสลับกันอย่างปกติ ให้เข้าใจว่าการสลับกันของสติสัมปชัญญะที่เป็นสติปัฏฐานที่ระลึกลักษณะของสภาพธรรมซึ่งเกิดแล้วดับ จะต้องเหมือนกับทางอื่น เช่น ทางตาในขณะนี้ เห็นและดับหมดไป ได้ยินชั่วขณะ และดับหมดไป มีอะไรที่ผิดปกติบ้างในขณะที่เห็นและได้ยิน ไม่มีการผิดปกติเลย ฉันทใด เวลาที่ความเข้าใจลักษณะของสภาพธรรมมีมากขึ้นจนเป็นสัญญาความจำที่มั่นคง เป็นเหตุปัจจัยทำให้สติเกิดระลึกลักษณะของ



สภาพธรรม ก็เหมือนกับทางตา กับทางหู ทางตาจิตเกิดขึ้นเห็นและกัณฑ์ ทางหู
เกิดขึ้นต่อ ได้ยินและกัณฑ์

เพราะฉะนั้น สติปัฏฐานที่จะเกิด ก็คือทางตาที่เห็น สติระลึกตามปกติและ
ดับไป สลับกับเสียง สลับกับการได้ยิน สลับกับสภาพธรรมอื่น ๆ เป็นปกติ แต่ใน
ตอนต้นสภาพธรรมย่อมไม่ปรากฏตามความเป็นจริง เพราะต้องถึงขั้นวิปัสสนาญาณ
จึงเป็นขั้นที่ประจักษ์แจ้งลักษณะของสภาพธรรมในขณะนั้นตามความเป็นจริง
ด้วยปัญญาที่สามารถรู้ความต่างกันของนามธรรมและรูปธรรมแต่ละทางตามปกติ
ตามความเป็นจริงได้

ต้องทราบว่าเป็นความปกติ และเป็นเรื่องละความต้องการ ถ้าใครยังมีความ
ต้องการที่จะถึงเร็ว ๆ ู้มาก ๆ แสดงว่าผู้นั้นเป็นไปตามกำลังของโลภะ เพราะไม่ใช่
การรู้ลักษณะของสภาพธรรมในขณะนี้ตามปกติ

ในขณะที่กำลังอยากรู้ชัด กับขณะที่สติระลึก ต่างกัน ใช่มั้ย

ขณะที่สติปัฏฐานเกิดระลึก ขณะนั้นเป็นขณะที่กำลังเข้าใจลักษณะของ
สภาพธรรมนั้น มากน้อยตามกำลังของปัญญา แต่ขณะที่กำลังอยาก แสดงว่า
ขณะนั้นสติไม่ได้ระลึกลักษณะของสภาพธรรมอะไรเลย เพียงแต่อยากและหาหนทาง
ที่จะทำให้รู้ ไม่ได้เข้าใจว่า สภาพธรรมมี และทางที่จะรู้คือสติระลึกเท่านั้น
ถ้าสติไม่ระลึก ก็เป็นแต่เรื่องของความอยาก และอาจจะทำให้ไปแสวงหาทางอื่น
มีการเข้าใจผิด และยึดมั่นในข้อปฏิบัตินั้น ๆ ด้วย

มีผู้ฟังท่านหนึ่งโทรศัพท์มาถามว่า ขณะที่ท่านโกรธและท่านรู้สึกตัวรู้ว่า
ขณะนี้กำลังโกรธ เป็นสติสัมปชัญญะหรือเปล่า

เวลาที่สติสัมปชัญญะเกิด ไม่ใช่ว่าเป็นความเข้าใจขั้นชื่อ แต่ลักษณะของ
สติสัมปชัญญะในขณะนั้นต้องต่างกับในขณะที่เพียงรู้ว่าขณะนี้โกรธ ข้อเทียบเคียง
คือ ถ้าถามเด็ก ๆ ว่าร้อนไหม เด็กคนนั้นก็ตอบได้ว่าร้อน ถามว่าเย็นไหม เด็ก
คนนั้นก็ตอบได้ว่าเย็น ถามว่าหวานไหม ก็ตอบได้ว่าหวาน ถามว่าดีใจไหม ก็ตอบว่า



ดีใจ ถามว่าโกรธไหม เด็กคนนั้นก็ต้องรู้ตัวและตอบว่าโกรธหรือไม่โกรธ แต่ในขณะที่เด็กตอบว่าโกรธ กับเวลาที่ผู้ใหญ่ตอบว่าโกรธ มีความต่างกันหรือเหมือนกัน

ถ้าเป็นผู้ที่ยังไม่ได้ฟังพระธรรม ยังไม่เข้าใจสติสัมปชัญญะ และสติสัมปชัญญะยังไม่เกิด คำตอบอย่างนั้นจะเป็นสติสัมปชัญญะไม่ได้ แต่ผู้ใดก็ตามที่ได้ฟังพระธรรม เข้าใจก็รู้ว่า สภาพธรรมมี เป็นปรมาตถสัจจะ ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน สภาพธรรมแต่ละอย่างเกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัย และมีลักษณะที่ต่าง ๆ กัน เช่น ความต้องการ ความติดข้อง ความเพิดเพลิน เป็นลักษณะหนึ่ง ๆ

เวลาที่ท่านผู้ฟังอยากจะอ่านหนังสือพิมพ์ อยากจะดูโทรทัศน์ ถ้าขณะนั้นโทรทัศน์ยังไม่มีรายการนั้น แต่มีความอยากที่จะดู ขณะนั้นก็จะสังเกตเห็นได้ว่า ลักษณะนั้นเป็นสภาพธรรมอย่างหนึ่ง ซึ่งอาจจะไม่เคยสังเกตมาก่อน

ความอยากที่จะทำอย่างหนึ่งอย่างใด ขณะที่ยังไม่ได้ทำ เห็นความอยากที่เกิดขึ้นว่า ต้องการทำ ซึ่งนั่นไม่ใช่ลักษณะของความโกรธ แต่เป็นสภาพธรรมอย่างหนึ่ง และขณะที่กำลังติดข้อง กำลังทำอย่างนั้น กำลังเพิดเพลินอย่างนั้น ก็เห็นลักษณะของความเพิด ความติดข้อง ความพอใจว่า เป็นสภาพธรรมอย่างหนึ่ง เวลาเห็นสิ่งที่ไม่น่าพอใจ ได้กลืนสิ่งที่ไม่น่าพอใจ ความขุ่นเคือง ความไม่พอใจเกิดขึ้น ขณะนั้นก็เห็นปฏิจจสมุตถา คือ สามารถระลึกในลักษณะของสภาพธรรมนั้น และไม่ใช่เพียงรู้แบบธรรมดาปกติว่าเค็ม ว่าหวาน ว่าร้อน ว่าเย็น ว่าโกรธ ว่าดีใจ ว่าเสียใจ แต่ต้องเป็นการรู้ว่าเป็นสภาพธรรม คือ ต้องรู้ว่าเป็นสิ่งที่มีจริง และเป็นสภาพธรรมแต่ละลักษณะ

การเริ่มต้นอย่างนี้จะทำให้ค่อย ๆ ถอนความเป็นตัวตน ความเป็นสัตว์ เป็นบุคคลออกจากสภาพธรรมนั้น แต่ที่ละเล็กทีละน้อย เหมือนจับด้ามมีด ไม่ผิดปกติ และไม่มีวิธีอื่นเลย ไม่ใช่โลภะเกิดก็ขุ่นเคืองใจ ไม่อยากให้โลภะเกิดจะทำอย่างไร แทนที่จะรู้ตามความเป็นจริงว่า ขณะนั้นลักษณะนั้นกำลังแสดงสภาพของธรรมอย่างหนึ่งซึ่งเกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัย และก็รู้ด้วยว่าสภาพธรรมอื่นก็มี เช่น ในขณะนั้นก็มีเห็น มีได้ยิน มีการกระทบสัมผัสสิ่งที่ยืดหยุ่นหรือแข็ง เพราะฉะนั้น สติปัฏฐานก็จะ



ระลึกลักษณะของสภาพธรรมอื่น ไม่ติดข้องจึงดูอยู่ที่ลักษณะของสภาพธรรมเดียว เพราะอาจจะคิดว่า เพียงจดจำอยู่ที่ลักษณะนั้นก็จะประจักษ์การเกิดดับ ซึ่งเป็นไปไม่ได้เลย





๑๔๗๓

ที่ห้องประชุมตึกสภากาชาดศึกษาฬามกุฎราชวิทยาลัย

วันอาทิตย์ที่ ๒๓ ธันวาคม ๒๕๓๓



ส. การประจักษ์แจ้งการเกิดดับต้องเป็นอุทยัพพญาณ ซึ่งหลังจากที่อบรมเจริญสติปัฏฐานและวิปัสสนาญาณขั้นต้น ๆ คือ นามรูปปริจเฉทญาณเกิดแล้ว ปัจจัยปริคคหญาณเกิดแล้ว สัมมสนญาณเกิดแล้ว สติสัมปชัญญะสลับตามปกติทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เป็นการแสดงว่า ไม่มีความสงสัยในลักษณะของนามธรรมและรูปธรรมทางหนึ่งทางใดใน ๖ ทางเลย อุทยัพพญาณจึงเกิดได้ ไม่ใช่เพียงการไปจ้องด้วยความต้องการ และคิดว่าจะประจักษ์การเกิดดับ เพราะฉะนั้นจึงต้องอาศัยการฟัง การพิจารณาในเหตุผล และการอดทนจริง ๆ

ผู้ฟัง อาจารย์พูดบ่อย ๆ เสมอ ๆ ว่า การรู้ลักษณะสภาพธรรมต้องรู้ให้ทั่ว ๆ ซึ่งเป็นการพิสูจน์ธรรม คือ เมื่อเรารู้ทั่วขึ้น บ่อย ๆ เนือง ๆ ขึ้น เราจะเห็นความแตกต่างของแต่ละทวารมากขึ้น ถ้ายังไม่ทั่วจะไม่เห็นความแตกต่างของแต่ละทวารเลย เพราะฉะนั้น การพูดเรื่องสติปัฏฐาน ตลอดเวลาที่อาจารย์พูดมาตั้งแต่เริ่มก็เกิดประโยชน์ขึ้นมาในระหว่างนั้น ที่ว่ารู้ทั่ว ๆ ทุกทวาร จะทำให้รู้ลักษณะของแต่ละทวารบ่อยขึ้น มากขึ้น เมื่อบ่อยขึ้น มากขึ้น ก็เป็นเหตุ เป็นปัจจัย เป็นสังขารขันธ์ที่จะปรุงแต่งให้เกิดการละ เกิดการที่จะละคลายสภาพธรรมต่าง ๆ เหล่านั้นได้ ไม่ว่าจะเป็น โลภะ โทสะ โมหะ ก็เป็นสังขารขันธ์ที่จะปรุงแต่งที่ละเล็กทีละน้อยอย่างนั้นจริง ๆ

ส. ต้องค่อย ๆ คลาย ไม่ติดข้องในนามธรรมใดรูปธรรมใดทั้งสิ้น ก่อนที่จะประจักษ์การเกิดขึ้นและดับไป เพราะฉะนั้น ต้องเป็นความสมบูรณ์ของปัญญา ถ้าไม่ใช่ความสมบูรณ์ของปัญญา ก็เลิกลคิดเลิกลหวังที่จะไปทำหนทางใด ๆ ที่ทำให้ประจักษ์การเกิดดับของนามธรรมและรูปธรรมซึ่งกำลังเกิดดับอยู่



การที่จะให้สติปัฏฐานเกิด ไม่ใช่การใช้วิธีหนึ่งวิธีใด นอกจากการฟังพระธรรม ความเข้าใจในพระธรรม และการเห็นประโยชน์ในพระธรรม เป็นสังขารขั้นที่ จะปรุงแต่งให้สติปัฏฐานเกิดระลึก แล้วแต่ว่าจะลักษณะของนามธรรมใดรูปธรรมใด

ถ. สติปัฏฐานที่จะเกิดหรือที่จะระลึกรู้สภาพธรรมที่ปรากฏ ท่านอาจารย์ได้พูดถึงว่า เวลาโกรธ หรือเวลาร้อน เวลาหนาว เวลาหิว เวลากระหายอย่างนี้ ที่ไม่เป็นสติปัฏฐานเพราะเราไปคิดว่า เราโกรธ เราหิว เรากระหาย เราเย็น เราเดิน เรานั่ง เรานอน อย่างนั้นใช่ไหม

ส. ธรรมดาเรื่องของความคิด เราคงไม่ไปนั่งคิดว่า เป็นเรา ถูกไหม แต่อนุสัยกิเลสที่ยึดถือสภาพธรรมว่าเป็นเรามีอยู่

ถ. เป็นเราโดยไม่ต้องคิด และที่จะเป็นสติปัฏฐานต้องรู้อย่างไร

ส. หมายความว่า ฟังมา ใช่ไหม เข้าใจว่าลักษณะที่โกรธเป็นสภาพธรรม อย่างหนึ่ง เวลาที่สติปัฏฐานเกิดก็คือขณะนั้นมีลักษณะสภาพธรรมปรากฏให้เข้าใจ ตรงตามนั้น เพราะฉะนั้น ขึ้นอยู่กับปัญญาของบุคคลนั้นว่าจะเข้าใจตรงตามนั้น หรือเปล่าว่า ลักษณะที่โกรธเป็นสภาพธรรมอย่างหนึ่ง ถ้าขณะนั้นมีความเข้าใจว่า ลักษณะที่โกรธเป็นสภาพธรรมอย่างหนึ่ง ขณะนั้นคือสติสัมปชัญญะ เป็นสติปัฏฐาน เพราะว่ามีสติความโกรธกำลังปรากฏให้เข้าใจ ให้รู้ตามความเป็นจริง

ถ. แต่ไม่ได้แยกเลย

ส. ต้องอบรมเจริญไปทุกครั้งที่เราโกรธ ทุกครั้งที่เห็น

ถ. นึกว่าโกรธกับเราอันเดียวกัน ไม่ได้แยกว่าความโกรธเป็นสภาพธรรม อย่างหนึ่ง เวลาโกรธก็เราโกรธ ไม่ได้คิดว่าเป็นนามธรรมชนิดหนึ่ง เพราะฉะนั้น เมื่อไม่แยก โอกาสที่สติปัฏฐานจะเกิดก็คงมีไม่ได้

ส. ด้วยเหตุนี้การฟังพระธรรมจึงต้องละเอียด มิฉะนั้นแล้วถ้ามีคนตอบว่า โกรธไหม บอกว่าโกรธ ก็คล้าย ๆ กับผู้นั้นรู้ตัวว่าโกรธ จึงเข้าใจว่า ขณะนั้นเป็น สติสัมปชัญญะ ซึ่งความจริงทุกคนรู้เวลาที่โกรธ แต่ในขณะนั้นที่ฟังมาว่า โกรธเป็น สภาพธรรมอย่างหนึ่ง เอาไปไว้ที่ไหน ตอนฟังนี้เข้าใจ แต่เวลาโกรธก็เป็นอีกอย่างหนึ่ง



ลักษณะที่โกรธปรากฏให้รู้ ถ้าสติเกิด ขณะนั้นเป็นกุศลจิตที่สามารถเข้าใจและรู้ว่า ลักษณะอาการโกรธในขณะนั้นเป็นสภาพธรรมอย่างหนึ่ง นี่คือการที่จะต้องชินกับลักษณะของสภาพธรรมแต่ละอย่าง ความรู้ความเข้าใจจากการฟังทั้งหมดแต่ละวันจะเป็นสังขารขันธ์ทำให้ขณะที่มีการระลึกได้ เริ่มเข้าใจ ต้องใช้คำว่า เริ่มเข้าใจทีละเล็กทีละน้อยจริง ๆ เพราะว่าสะสมการที่ไม่เคยรู้ลักษณะของสภาพธรรมมานานแสนนาน และความรู้ขึ้นการฟังก็เพียงเข้าใจขึ้นฟังเท่านั้น แต่เวลาที่สภาพธรรมเกิดไม่ได้เข้าใจอย่างนั้นเลย

ด้วยเหตุนี้การอบรม การปฏิบัติ ก็คือ ในขณะที่ฟังแล้วเข้าใจ และเวลาที่สภาพธรรมหนึ่งสภาพธรรมใดเกิดขึ้น สติระลึกในขณะนั้นจึงเข้าใจ แต่ต้องมีพื้นฐานจากความเข้าใจจากขั้นการฟังก่อน

ถ. โดยมากจะอยู่แค่การฟัง เข้าใจแค่การฟัง

ส. ผู้นั้นก็ทราบว่ นั่นคือความเข้าใจขั้นการฟัง แต่ยังไม่เข้าใจจริง ๆ ตอนที่สภาพธรรมปรากฏ

ถ. เวลาธรรมเกิดจริง ๆ ไม่เข้าใจ ถ้าเข้าใจสติต้องระลึกได้ ที่ส่วนใหญ่บอกว่า เข้าใจ ๆ เป็นความเข้าใจตามที่ได้ฟังมาเท่านั้น จำได้เท่านั้น อย่างเดินก็ดี ยืนก็ดี นั่งก็ดี นอนก็ดี กินก็ดี พูดก็ดี คิดก็ดี มีใครบ้างที่ไม่รู้ ทุกคนรู้ทั้งนั้น เดินเขาก็รู้ว่าเขาเดิน นั่งเขาก็รู้ว่าเขานั่ง นอนเขาก็รู้ว่าเขานอน อย่างนี้ท่านบอกว่า เป็นสติปัญญา เป็นความเข้าใจขั้นฟังมาเท่านั้นเองว่า เดินรู้ว่าเดิน นั่งรู้ว่านั่ง เราฟังมาเข้าใจอย่างนี้ แต่ไม่ได้เข้าใจขณะนั้นที่ธรรมเกิดจริง ๆ เพราะฉะนั้นสติปัญญาก็เกิดไม่ได้

ส. ขออนุโมทนาที่เห็นความต่างกันของปัญญาขั้นฟัง กับปัญญาที่จะต้องอบรม ซึ่งต้องอาศัยขั้นการฟังจริง ๆ อย่างมาก

ถ. การอบรมเจริญปัญญาขั้นเข้าใจขณะที่สภาพธรรมปรากฏเป็นเรื่องยากจริง ๆ เป็นเรื่องยากที่จะเข้าใจขณะสภาพธรรมที่ปรากฏ เข้าใจโดยการฟังพอจะเข้าใจ แต่ที่จะเข้าใจในเวลาที่สภาพธรรมปรากฏที่จะเป็นปัจจัยให้สติระลึกได้ ยากมาก



ส. ต้องอาศัยการฟังบ่อย ๆ ถ้าฟังเรื่องนามธรรมรูปธรรมเดือนหนึ่งไม่กี่ครั้ง อาทิตย์หนึ่งไม่กี่ครั้ง และจะทำให้มีความรู้ความเข้าใจในขณะที่กำลังเห็น หรือกำลังได้ยิน เป็นสิ่งที่เป็นไปไม่ได้ ด้วยเหตุนี้ทุกท่านต้องเป็นพหูสูต คือ ฟังมาก ซึ่งบางท่านก็สงสัยว่าจะต้องฟังสักแค่ไหน พระไตรปิฎกก็ปิฎก หรืออรรถกถาอย่างไร

ไม่ต้องนับ แต่ในขณะที่ฟัง มีการพิจารณาอย่างแยบคายที่จะทำให้เข้าใจจริง ๆ ในลักษณะของสภาพธรรม และเมื่อมีความเข้าใจละเอียดขึ้นก็ทำให้มีการระลึกได้ว่า สภาพธรรมเป็นอนัตตา ไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ในขณะที่กำลังเห็น ค่อย ๆ เกิด ค่อย ๆ อบรม ค่อย ๆ เจริญขึ้น นี่คือความหมายของปฏิบัติ หรือภาวนา

ถ. สติปัญญาที่ไม่ก้าวหน้า ไม่เจริญ ติดอยู่ที่แค่ความเข้าใจขั้นการฟัง

ส. ผู้นั้นก็เป็นผู้รู้ตัวตามความเป็นจริงว่า ปัญญาของแต่ละบุคคล หรือของท่านเองขั้นไหน และปัญญาที่ค่อย ๆ ก้าวไปที่ละน้อย ๆ ผู้นั้นก็รู้ดีกว่ามาจากไหน มาจากการฟัง และสติเกิดใหม่ ๆ ระลึก ความเข้าใจก็ยังน้อยเหลือเกินจนเกือบจะสังเกตรู้ไม่ได้ เหมือนกับการจับด้ามมีด และค่อย ๆ อบรมไป เมื่อมีความเข้าใจเพิ่มขึ้น ที่ละน้อย ๆ ก็รู้ว่า นี่เป็นหนทางอบรมเจริญภาวนา ไม่ใช่ทางอื่น ถ้าทำทางอื่น หนทางอื่น ข้อปฏิบัติอื่น ไม่ใช่การอบรมเจริญปัญญาแน่นอน

ถ. คงต้องติดตามจริง ๆ ทำเล่น ๆ ไม่ได้

ส. หมายความว่า ไม่ใช่เป็นผู้ทอดทิ้งหรือละเลย

ถ. ต้องมีวิริยะ แต่ไม่ใช่ไปนั่งเพียร นอนเพียร ต้องสนใจใฝ่ใจจริง ๆ ไม่ใช่ ฟัง ๆ ไป รู้ก็รู้ ไม่รู้ก็ไม่รู้ ตามบุญตามกรรม

ส. เมื่อมีศรัทธาแล้ว ก็อย่าให้ศรัทธานั้นถอย เป็นเรื่องละเอียดที่ท่านผู้ฟัง จะเห็นได้ว่า เป็นเรื่องละเอียดตั้งแต่ต้น ละอย่างไร คือ ไม่ได้กระตุ้นหรือส่งเสริมให้ไปทำอะไรที่ผิดปกติ นี่คือการต้องการที่จะไปสู่การเข้าใจผิดในการปฏิบัติ เพราะสภาพธรรมกำลังปรากฏ เครื่องพิสูจน์ คือ ปัญญาสามารถรู้ถูกต้องตามความเป็นจริงไหม ถ้าไม่รู้ และจะไปทำอะไรเพื่อจะรู้ ไม่มีหนทางเลย เพราะว่าปัญญาเป็นเรื่องเข้าใจถูกในลักษณะของสภาพธรรมซึ่งต้องอาศัยการฟัง เมื่อฟังเข้าใจเรื่อง



สติสัมปชัญญะ จะทำให้รู้ความต่างกันของปัญญาขั้นฟัง กับปัญญาขั้นสติที่ระลึก และเข้าใจลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ และแม้ความเข้าใจมีเพียงเล็กน้อย ก็ไม่มีการกระตุ้นให้ไปแสวงหา หรือไปทำอย่างอื่นขึ้นมาให้มาก เพราะนั่นก็ไม่ใช่นหนทาง

หนทางจริง ๆ คือ อุดทน เริ่มเข้าใจความหมายของขันติคืออดบะอย่างยั่งยืน มีอะไรที่จะอดทนเท่ากับการที่ค่อย ๆ เข้าใจลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ จริง ๆ ไม่ใช่อยากจะเป็นพระโสดาบัน หรืออยากจะมีอริยสัจธรรม อยากจะให้วิปัสสนาญาณเกิด ซึ่งทั้งหมดเป็นเรื่องอยากโดยที่ไม่รู้ว่า เหตุที่จะให้ปัญญาขั้นนั้นเกิดคืออะไร แต่ถ้าเป็นการรู้ถูกต้องตามความเป็นจริง ละความต้องการ เพราะรู้เหตุว่าการที่ปัญญาแต่ละขั้นจะสมบูรณ์ขึ้น ก็เพราะมีความเข้าใจลักษณะของสภาพธรรม และเวลาใดที่สภาพธรรมปรากฏ สติมีการระลึก ก็ค่อย ๆ รู้ลักษณะของสภาพธรรมนั้นตามความเป็นจริง

เพราะฉะนั้น หนทางที่ถูกเป็นหนทางที่ละโลภะไปเรื่อย ๆ ไม่ใช่เป็นการทำให้โลภะเกิดมาก ๆ โดยที่ไม่รู้ ถ้าใครเกิดความต้องการ ให้ทราบได้เลยว่า ขณะนั้นหลงลืมสติแล้ว ไม่มีการระลึก ไม่มีการเข้าใจลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ

ต้องเป็นอย่างนี้ไปทุกชาติ จนกว่าจะเป็นชาติที่เมื่อได้ฟังพระธรรมแม้สั้น แต่ก็สามารถรู้ลักษณะของสภาพธรรมตรงกับที่กำลังได้รับฟังธรรมนั้น

พระ ในชีวิตประจำวันที่เจริญสติปัฏฐาน บางครั้งกิจวัตรประจำวัน เช่น จันทอาหารบิณฑบาต หรือปิดกวาดเช็ดถูก็ดี บางครั้งรีบเร่งที่จะทำเพื่อไปเดินจงกรม เพื่อต้องการเจริญสติปัฏฐาน ขณะนั้นมีรู้สึกว่ามีความผิดปกติ และมีความเป็นตัวตน อย่างนี้เป็นความเข้าใจที่ถูกต้องหรือเปล่า

ส. ในขณะที่กำลังกวาดเช็ดถู ขณะนั้นเป็นนามธรรมและเป็นรูปธรรม ถ้าสามารถรู้ว่า นามธรรมมีลักษณะอย่างไร อย่างไหนเป็นรูปธรรม จะไม่เดือดร้อนที่จะต้องไปจงกรมเลย เพราะบางท่านเข้าใจว่า การจงกรม คือ การเดิน ในขณะที่กำลังปฏิบัติ



แสดงให้เห็นว่า ชีวิตไม่เป็นปกติเลย เพราะว่าแยกเป็นกำลังปฏิบัติ กับไม่ได้กำลังปฏิบัติ ซึ่งไม่ถูกต้อง เพราะว่าการปฏิบัติไม่ใช่เราจะทำ

ขณะที่สติสัมปชัญญะระลึกได้ว่า เคยได้ยินได้ฟังธรรม เคยเข้าใจมาแล้ว และขณะนี้สภาพธรรมกำลังปรากฏ ขณะก่อนหลงลืมสติ แต่ขณะนี้สติเกิด ไม่มีใครไปทำสติเกิด เหมือนกับไม่มีใครทำเห็น ทำได้ยิน ในขณะนี้เลย

สติจะเกิดก็เพราะมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องนามธรรมและรูปธรรม เป็นสังขารขั้นปฐมปรุงแต่งให้มีการระลึก และค่อย ๆ เข้าใจลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ เพราะฉะนั้น ไม่มีการรีบเร่งทำอะไรให้เสร็จและจะไปทำอีกอย่างหนึ่ง ซึ่งเข้าใจว่าขณะนั้นเป็นการปฏิบัติธรรม

สำหรับท่านพระภิกษุท่านคงเข้าใจความหมายของจงกรม หรือ จังกัมมะ แต่สำหรับคุณหัสติที่ได้ยินคำนี้ใหม่ ๆ และยังไม่เข้าใจความหมายนั้นจริง ๆ อาจจะเข้าใจผิดคิดว่า การจงกรมเป็นการเดินลักษณะพิเศษในขณะที่กำลังปฏิบัติ แต่ความหมายของจังกัมมะ หมายความว่า การก้าวไปตามลำดับ

ก้าวไปตามลำดับ ก็คือการเดินนั่นเอง และสำหรับการเดินในชีวิตประจำวันของผู้ที่เข้าใจเรื่องการเจริญสติปัฏฐาน ย่อมเป็นผู้มีปกติที่จะระลึกลักษณะของสภาพนามธรรมและรูปธรรม ไม่ว่าในขณะที่นั่ง ในขณะที่ยืน ในขณะที่ยืน ในขณะที่ยืน และการเดินเป็นอิริยาบถที่มีประโยชน์มาก พระผู้มีพระภาคทรงแสดงอานิสงส์ของการเดิน ซึ่งทุกท่านก็คงจะทราบว่า การเดินเป็นการออกกำลังกาย การเดินมีประโยชน์ต่อร่างกาย คนที่เดินมาก ๆ จะเป็นผู้ที่แข็งแรง และสำหรับผู้นั่งมากก็จำเป็นต้องมีการเปลี่ยนอิริยาบถ ด้วยเหตุนี้จังกัมมะก็คือการเดินเปลี่ยนอิริยาบถ เวลาที่บุคคลหนึ่งบุคคลใดนั่ง หรืออยู่ในอิริยาบถหนึ่งอิริยาบถได้นาน อาจจะนั่งหรือนอนก็ตาม

ถ. หนูเคยไปเดินจงกรม หลวงพ่อท่านสอนให้กำหนดจิตที่เท้าในขณะที่ย่าง ว่า ช้าย่างหนอ ให้สติอยู่ที่เท้าว่า ช้าย่างอย่าง หรือขวาย่างอย่าง ไม่ให้จิตไปกำหนดที่อื่น ถ้าจิตไปกำหนดที่อื่นก็ให้ไปกำหนดตามรู้ทันว่า เวลานี้จิตไปกำหนดที่ไหน และให้ระลึกว่า รู้หนอ เมื่อสภาพนั้นหายไปก็ให้มากำหนดที่เท้าอีกว่า ช้าย



อย่างหนอ ขว้างอย่างหนอ สลับกับนั่งกำหนด พองหนอ ยุบหนอ ในขณะที่นั่งกำหนด ยุบหนอ พองหนอนั้น สภาพธรรมต่าง ๆ เกิดขึ้น คือ มีอาการทรมานทรมาย บางทีขณะที่ กำหนดพองนั้นยุบ กำหนดยุบนั้นพอง เพราะจิตมักจะนึกไปต่าง ๆ บางครั้งได้ยินเสียง หลวงพ่อท่านก็สอนให้กำหนดว่า รู้หนอ หรือได้ยินหนอ

หนูไปรักษาศีล ๘ มา ๗ วัน กำหนดอย่างนั้นอยู่ ๕ วัน มีความทรมานทรมายมาก ในวันที่ ๕ หนูนั่งอยู่เป็นเวลาชั่วโมงเศษ เกิดความทุกข์เจ็บปวดและเหน็บชา ขณะนั้น มีความรู้สึกเหมือนใจจะขาด เพราะไม่กระตุกกระตักร่างกาย คิดว่าจะทนเพื่อต้องการ รู้ว่า จะได้อะไรขึ้นมาหลังจากนั่งมาเป็นเวลาชั่วโมงกว่า และความทุกข์ต่าง ๆ นั้น ปวดมากมาย พอทุกข์ถึงที่สุดเหมือนจะสิ้นชีวิต หนูก็มีความรู้สึกว่า ร่างกายนี้หายไป คือ เบามาก และมีความรู้สึกว่า ชีวิตนี้มีเพียงสิ่งที่ละเอียดมากและเบามาก ขณะนั้น มีความสุข ความทุกข์ต่าง ๆ หายไปหมด อยากถามอาจารย์ว่า สิ่งที่เกิดขึ้นนั้น คืออะไร

ส. ถ้าถามอย่างนี้ หมายความว่าไม่ได้อบรมเจริญปัญญาของตนเอง แน่นนอน เพราะว่าไม่รู้ สิ่งนั้นคืออะไรก็ไม่รู้ ไปทำตั้ง ๗ วัน ผลคือสิ่งนั้นคืออะไรก็ไม่รู้

ถ. ขณะนั้นมีความทุกข์มาก และอยู่ดี ๆ ความทุกข์นั้นก็หายไป

ส. ความทุกข์นั้นเกิดจากอะไร

ถ. นั่งนาน ความทุกข์เกิดจากขาเป็นเหน็บชาและปวดมาก เหมือนกับว่า ทุกข์ถึงที่สุดแล้ว

ส. ทำให้ทุกข์ใหญ่โต จะได้เห็นทุกข์ที่ใหญ่โต แต่ขณะนี้ไตรลักษณ์ของ สังขารธรรมหรือสังขตธรรม ทุกอย่าง อาศัยเหตุปัจจัยเกิดขึ้นชั่วขณะและดับไป อย่างรวดเร็ว ทุกข์นี้ต้องปัญญาจึงจะประจักษ์แจ้งได้ ถ้าเป็นการประจักษ์แจ้งลักษณะ ของทุกข์นี้จะไม่มีความหมายอะไร เพราะว่าปัญญาต้องเริ่มตั้งแต่การรู้ลักษณะของ สภาพธรรมตามปกติที่กำลังเห็นขณะนี้ ไม่ใช่ตัวตนแล้วเป็นอะไร

ลักษณะที่เห็น อาการเห็น มีจริง ๆ และสิ่งที่ปรากฏทางตาก็มีจริง ๆ เมื่อไม่ใช่ เราแล้วเป็นอะไร สิ่งทีปรากฏทางตาก็เคยเห็นเป็นคน เป็นวัตถุสิ่งต่าง ๆ ตั้งหลายสิบปี



ตั้งแต่เกิดมาแล้วจะบอกว่า สิ่งปรากฏทางตาไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน แล้วเป็นอะไร ปัญญาต้องสามารถเข้าใจ รู้ลักษณะที่แท้จริงของสภาพธรรม แต่ละอย่างในขั้นของการฟังให้เข้าใจก่อน ไม่ใช่อยู่ดี ๆ จะไปกำหนดไว้ตรงเท้า ตรงตา ตรงหู ซึ่งไม่มีความรู้ความเข้าใจในเรื่องลักษณะของนามธรรมและรูปธรรม ผลคือไม่รู้ และต้องถามว่า นั่นคืออะไร

ปกติธรรมดาอย่างนี้ ก็มีทุกข์อยู่แล้ว ไม่ต้องไปทำทุกข์ใหญ่ ๆ โต ๆ ทรมานทรมาน แทะบจะขาดใจ และปรากฏว่าเกิดความสุขขึ้นมา พอใจในความสุขนั้น แต่ผลก็คือว่า ไม่รู้อะไร





๑๙๗๔

ที่ห้องประชุมตึกสภากาชาดศึกษาฬามกุฎราชวิทยาลัย

วันอาทิตย์ที่ ๒๓ ธันวาคม ๒๕๓๓



ส. ต้องการความรู้หรือเปล่า

ถ. อาจารย์จะว่าไม่รู้หรือ คือ รู้เหมือนกับว่า ทุกข์นั้นจริง ๆ ไม่มีตัวตน
เกิดแล้วดับ แต่เป็นเพราะหนูไปยึดเอง

ส. เวลาเห็นเป็นทุกข์หรือเปล่า

ถ. เป็น

ส. เป็นอย่างไร ขณะนี้ กำลังเห็นเดี๋ยวนี้ เป็นทุกข์อย่างไร

ถ. เป็นทุกข์เพราะหนูไปเห็นเป็นสิ่งที่ต่าง ๆ ขึ้น

ส. มิได้ ในขณะที่กำลังเห็น ไม่ต้องไปทำทุกข์ใหญ่โตเป็นความปวดเจ็บ
แทบจะขาดใจ ขณะนี้ที่กำลังเห็นเป็นทุกข์หรือเปล่า เป็นทุกข์อย่างแทบจะขาดใจ
หรือเปล่า

ถ. ไม่เป็น

ส. แสดงให้เห็นว่า ไม่ได้เข้าใจเรื่องไตรลักษณ์ หรือทุกข์ลักษณะอย่าง
แท้จริง เข้าใจแต่เพียงทุกข์เวทนา และขณะนี้มีทุกข์เวทนาหรือเปล่า มีความรู้สึกเป็น
ทุกข์ทางกายไหม

ถ. ไม่มี

ส. แต่มีทุกข์ลักษณะ คือ สภาพธรรมที่เกิดแล้วดับ ปัญญาที่ประจักษ์แจ้ง
จึงจะละคลายการยึดถือสภาพธรรมว่าเป็นเรา ไม่ใช่ปวดเจ็บมาก ๆ แล้วหายไปกับอก
ว่า ฐึ้นะว่านี่หายไป นี่ไม่เที่ยง แต่ขณะนี้อง สภาพธรรมกำลังปรากฏตามปกติ
กำลังเกิดดับ ไม่ใช่ทุกข์เวทนาอย่างนั้น แต่เป็นทุกข์เพราะไม่เที่ยง อยากจะรู้ทุกข์
อย่างไรที่จะถอนความเป็นตัวตน ทุกข์ปกติธรรมดาของสภาพธรรมที่เกิดแล้วดับ
หรืออยากรู้ทุกข์เวทนามาก ๆ และกับบอกว่า นี่ไม่เที่ยง



ถ. ทุกข์ธรรมดา

ส. ทุกข์ธรรมดา ก็ต้องอบรมเจริญปัญญาตามปกติ ไม่ใช่ไปทำให้ผิดปกติ และสงสัย และไม่รู้ และต้องถามคนอื่นว่านี่อะไร

ถ. คือ ต้องฟัง ศึกษาพระธรรมก่อน

ส. แน่นนอน สำหรับผู้ที่ไม่ใช่พระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า และไม่ใช่พระปัจเจกพุทธเจ้า เปื้องต้นของปัญญา ต้องฟัง ผู้ที่เป็นสาวกทุกท่านต้องฟังพระธรรม และสำหรับแม้พระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าหรือพระปัจเจกพุทธเจ้าในอดีตชาติก่อน ๆ พระองค์ก็ต้องเป็นพหูสูต ต้องเป็นผู้ที่ฟังพระธรรม มิฉะนั้นแล้วไม่สามารถรู้ลักษณะของสภาพธรรม หรือเข้าใจลักษณะของสภาพธรรมคล้อยไปตามความเป็นจริงของสภาพธรรมได้ เพราะเราก็ได้ฟังบ่อย ๆ เรื่องอนิจจัง ทุกขัง อนัตตานุวัตรไม่ถ้วน อาจจะได้ถึงแสนครั้ง ผลคืออะไร ก็เหมือนเดิม ก็ยังพูดตามธรรมดา ๆ ว่า อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ไม่ได้เห็นมีการละคลายกิเลสอะไรเลย แสดงให้เห็นถึงระดับขั้นที่ต่างกันของเพียงฟังคำว่า อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา กับการรู้แจ้งประจักษ์จริง ๆ ในลักษณะที่ไม่เที่ยง เกิดขึ้นแล้วดับไปตามปกติ

ต้องรู้ว่าอย่างไรเป็นปัญญา อย่างไรไม่ใช่ปัญญาเสียก่อน ไม่ใช่ไม่รู้อะไรเลยก็จะทำ และคิดว่ารู้ทุกข์ เพราะว่ามีทุกข์มาก

ถ. ไม่ใช่ว่ารู้ทุกข์ คือ หนูมีความรู้สึก ว่า หลังจากเกิดความรู้สึกแบบนั้นแล้ว เวลาหนูไปที่ไหนที่จะต้องทนทุกข์นาน ๆ เช่น ยืนนาน ๆ หรือนั่งนาน ๆ หนูจะใช้วิธีกำหนดรู้ว่า ตอนนี้กำลังคิดหนอ หรือปวดหนอ หรือเจ็บหนอ ก็จะไม่เป็น

ส. พอใจที่จะไม่เป็น ใช่ไหม

ถ. ไม่ใช่พอใจ คือ เหมือนกับว่าทุกข์นานแล้วไม่สามารถเปลี่ยนอิริยาบถได้ ถ้าเราไม่ใช่วิธีกำหนดว่า เราทุกข์ตอนนี้หนอ ความทุกข์ก็ยิ่งมาก

ส. แสดงว่าไม่อยากมีความทุกข์มาก หรืออยากมีความสุข ไม่อยากมีความทุกข์นั่นเอง จึงหาทาง วิธีคือทำอย่างไรขณะนั้นจึงไม่ทุกข์มาก และกับบอกว่า



ได้ผล เพราะทำแล้วไม่ทุกข์มากด้วย เพราะฉะนั้น ในชีวิตนี้ต้องการอะไร ต้องการเท่านี้หรือ

ถ. คือ เหมือนกับว่าให้เราทนได้

ส. ทนอะไรได้

ถ. ทนทุกข์ หรือทนสุข คือ ให้รู้ว่าตอนนี้เรามีทุกข์หรือมีสุข

ส. ต้องการเท่านี้ ไซ้ไหม หรือต้องการรู้แจ้งสัจธรรม ความจริงของ

สภาพธรรม

ถ. รู้แจ้งสัจธรรม

ส. ถ้าอย่างนั้น ต้องอบรมเจริญปัญญาตามปกติ

ถ. และขณะที่มีทุกข์ อาจารย์จะให้ทำอย่างไร สมมติว่าขณะที่มีทุกข์หรือมีสุข อาจารย์จะให้ทำอะไร

ส. ไม่ใช่เป็นเรื่องทำ ปัญญาเป็นเรื่องที่ต้องอบรมเจริญขึ้น และทุกข์ที่แท้จริง คือ การเกิดดับ ถ้าละคลายการยึดถือสภาพธรรมว่าเป็นตัวตนได้จริง ๆ ทุกข์จะคลายมากเลย การเกิดซึ่งมีมากมายในสังสารวัฏฏ์ก็เหลือเพียง ๗ ชาติ เสียดายไหม

ถ. ให้กำหนดรู้ว่า ทุกข์ขณะนี้ คือ ไม่มีตัวตน

ส. ถ้าไม่มีการเกิดเลย ดับเหตุปัจจัยหมด จะมีทุกข์อย่างนั้นไหม

ถ. ไม่มี

ส. เพราะฉะนั้น ต้องรู้เหตุของทุกข์ว่า ทุกข์มีเพราะอะไร เพราะมีชาติ คือ การเกิด ถ้าสามารถดับชาติคือการเกิด ทุกข์ทั้งหมดจะไม่มี

ถ. ทำอย่างไรจึงจะดับชาติคือการเกิดได้

ส. ไม่ใช่เรื่องทำ เป็นเรื่องของปัญญาที่จะต้องอบรมเจริญขึ้น อบรมเจริญปัญญาจากขั้นการฟัง ฟังนี้ต้องฟังอย่างพิจารณาให้เข้าใจจริง ๆ ให้ตรงต่อลักษณะของสภาพธรรม ต้องรู้ว่า ปัญญารู้อะไร ปัญญาคืออะไร ปัญญาจะเจริญขึ้นได้อย่างไร คือ เมื่อต้องการปัญญา ก็ต้องรู้เหตุว่าปัญญาจะเจริญขึ้นได้อย่างไรด้วย



ข้อสำคัญต้องรู้ว่า ปัญญาอะไร ปัญญาไม่ใช่ไปรู้ทุกข์ปวดเจ็บแทบขาดใจ ไม่ใช่อย่างนั้น ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ เป็นสภาพธรรมแต่ละอย่างที่เกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัย ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่เป็นเพียงคำพูด แต่เป็นสภาพธรรมที่เป็นสัจจธรรมที่จะอบรมเจริญปัญญาจนสามารถประจักษ์แจ้งได้จริง ๆ และมีผู้ได้ประจักษ์แจ้งแล้วจริง ๆ เป็นจำนวนมากด้วย ซึ่งท่านเหล่านั้นต้องอาศัยการฟัง และเข้าใจ และอบรมเจริญปัญญาไปเรื่อย ๆ

ผู้ฟัง รู้ทุกข์อย่างที่ท่านผู้ถามเมื่อกี้รู้ ผมก็เคยรู้มาแล้ว และมีคนรับรองด้วยว่า นี่เห็นทุกข์แล้ว จวน ๆ แล้ว วิธีเห็นทุกข์ คือ ให้นั่งนาน ๆ จะเห็นทุกข์ได้ เพราะเมื่อนั่งนานต้องปวดขา เป็นเหน็บ นั่งทนไป ถ้าทนไม่ได้ถือว่า ไม่ชนะทุกข์ เรียกว่าแพ้ทุกข์ ต้องทนจนกว่าเวทนาที่เกิดจะหายไป หายได้ ขอให้ทนจริง ๆ คือ เลือดลมจะค่อย ๆ ระบายเอง ค่อย ๆ ไปทีละเล็กทีละน้อย ในที่สุดก็หาย ตอนหายรู้สึกสบาย ดีใจว่า ชนะทุกข์แล้ว วิธีนี้เป็นวิธีชนะทุกข์ที่ไม่ใช่คำสอนของพระพุทธเจ้า เป็นวิธีชนะทุกข์แบบเกจิอาจารย์ทั้งหลายที่ท่านสอน ๆ กันมา ซึ่งผมหลงอยู่นาน

วิธีชนะทุกข์ตามแบบของพระพุทธเจ้าต้องอย่างที่อาจารย์แนะนำ เพราะเอามาจากพระไตรปิฎกและอรรถกถา ต้องฟังให้เข้าใจเสียก่อน เข้าใจขั้นการฟังคือต้องรู้ว่า ขณะที่สภาพธรรมเกิดอย่างที่ได้ยินได้ฟัง เราเห็นว่าเป็นสภาพธรรมหรือเปล่า ถ้ายังไม่เห็น สติก็ไม่สามารถระลึกได้

นี่เป็นขั้นเป็นตอน เบื้องแรกที่สุดคือฟังให้เข้าใจเสียก่อน แคการฟัง ไม่ใช่การปฏิบัติ เมื่อฟังเข้าใจแล้ว ขณะที่สภาพธรรมจริง ๆ ปรากฏ ความเข้าใจจะเป็นอีกขั้นหนึ่ง ความเข้าใจขั้นนี้แหละที่จะเป็นเหตุปัจจัยให้สติระลึกได้ เพราะฉะนั้นผมขอรับรองว่า ถ้าท่านอยากเข้าใจธรรม ขอให้เลิกทำอย่างนั้น เพราะผมเคยทำมาแล้ว ไม่ได้อะไร

ผู้ฟัง ความข้องใจของคุณผู้หญิงที่ออกมาพูดเมื่อครู่นี้ เป็นเหตุการณ์ที่ผมเคยประสบมาแล้ว คือ ตอนนั้นไม่รู้ว่าธรรมคืออะไร แต่ชอบ เขาสอนให้นั่งสมาธิก็นั่งเมื่อนั่งแล้วจะไปถึงจุดหนึ่ง ความเมื่อยหายไปหมด รู้สึกว่าตัวตนไม่มี รู้สึกปีติมาก



ว่า ช่างน่ามหัศจรรย์เหลือเกิน แต่รู้เข้าความทุกข์ก็กลับคืนมาเหมือนเดิม แต่เวลาปฏิบัติมีความสุขอย่างนั้นเกิดขึ้นจริง ๆ โดยเฉพาะบางครั้งนั่งหลับตา รู้สึกเหมือนตาเราไม่ได้หลับ เห็นเหมือนกับลืมตา ต้องถามตัวเองว่า นี่อะไรกัน ก็หาคำตอบไม่ได้

หลังจากนั้นมา ผมก็ได้ฟังวิทยุโดยบังเอิญ ได้ฟังธรรมที่ท่านอาจารย์พูด รู้สึกสะกิดใจ ตอนแรกฟังไม่รู้เรื่อง เรื่องรูป เรื่องนาม ยังไม่รู้ว่าคืออะไร แต่ด้วยความสนใจก็ฟังไปเรื่อย ๆ ในที่สุดเมื่อฟังเข้าใจก็รู้ว่า เรามีที่ฟังแล้ว เมื่อใดก็ตามที่มีความทุกข์ ความทุกข์นั้นก็แปลก ไม่มีตัวตน ความเป็นอยู่สุขสบายทุกอย่าง แต่เราก็คำตอบไม่ได้ว่า ทำไมต้องทุกข์ คือ เป็นความทุกข์ทางใจ ซึ่งไม่มีเหตุอะไร แต่เรารู้ว่าเราทุกข์

กล่าวโดยสรุปว่า เมื่อใดก็ตามที่เราารู้สึกว่าเราประจักษ์แจ้งในเรื่องรูปเรื่องนามแล้ว ความเป็นตัวตนของเราจะไม่มี และเมื่อใดก็ตามที่ความเป็นตัวตนไม่มี นั่นคือความสุข คนเราทุกข์เพราะรู้สึกว่ามีตัวตน ความทุกข์อยู่ตรงนี้

เรื่องราวละเอียดต่าง ๆ ถ้าฟังเรื่องรูปเรื่องนาม คิดว่าทุกท่านก็คงเข้าใจ คือเข้าใจตามความหมายที่พูด แต่เข้าใจจริง ๆ หรือเปล่า นั่นเป็นสิ่งที่ยาก แต่ถ้ารู้แล้วย่างเหลือเกิน

พูดโดยสรุปก็คือว่า เวลาเราศึกษาธรรม อย่างนี้ที่เราต้องเป็นโน่นเป็นนี่ หรือสำเร็จอย่างโน้นอย่างนี้ ให้เอาตัวเราเองเข้าไปพิสูจน์ในธรรมที่อธิบายว่าเราเข้าใจไหม ตัวอย่างเช่น ขณะที่อาจารย์อธิบายเรื่องรูปเรื่องนาม ให้เจริญสติขณะที่เราฟัง เราต้องเจริญสติไปพร้อมกับอาจารย์ และขณะที่อาจารย์พูดนี้ เราต้องติดตามสภาพที่เป็นจริงว่า เราเห็นตามความจริงที่พูดไหม เช่น การเห็น เห็นเป็นคนหรือเห็นเป็นสิ่งที่ต่าง ๆ ให้แยกให้ออกว่า ที่เห็นนี่เห็นสิ่งจริง ๆ แต่ไม่ได้หมายความว่ารู้เพราะอาจารย์พูด แต่ขอให้รู้ด้วยตัวเองว่า ที่เห็นเป็นสิ่งจริง ๆ กับเห็นเป็นคน ต่างกันอย่างไร

ถ้าเรารู้เรื่องตาแล้ว เรื่องหู เรื่องจมูก ก็โดยนัยเดียวกันทั้งหมด และเมื่อเรารู้ถึงจุดนี้แล้ว เราจะรู้ว่า นี่เป็นสิ่งที่เป็นที่ฟังของเราแล้ว ขอขอบคุณครับ



พระ จากการสนทนาเมื่อครู่ก็เห็นว่า การเป็นบุคคลที่ละเอียดในการเข้าใจ ขณะที่ได้ยินได้ฟังธรรมและศึกษาตามอย่างถูกต้อง กับผู้ที่อาจจะยังไม่ได้ยินได้ฟัง ธรรมพอเพียง ก็อาจจะปฏิบัติในสิ่งที่ยังไม่รู้ เช่น การเดินจงกรม เป็นต้น วัดที่ อาตมาอยู่ เมื่อไม่นานมานี้ก็มีการปฏิบัติแบบนั่งสมาธิ เดินจงกรมด้วยท่าทางที่แปลก ไปจากชีวิตตามปกติตามความเป็นจริง ซึ่งอันสงส์ของการเดินจงกรม พระพุทธองค์ ก็ทรงแสดงไว้ว่า เพื่อย่อยอาหาร เพื่อเดินทางไกล เพื่ออดทน เพื่อมีสมาธิตั้งมั่น และนัยอื่น ๆ เช่น แก้วง เป็นต้น

ถ้าพิจารณาดูว่า เพื่อย่อยอาหาร ก็ไม่ต้องไปเดินท่าแปลก ๆ การเดินไป เดินกลับก็เพื่อย่อยอาหาร และยังพิจารณาธรรมได้อีกด้วย ขึ้นอยู่กับความเข้าใจ อย่างท่านผู้ถามเมื่อสักครู่นี้ ถ้าเข้าใจอย่างเมื่อกี้ ฟังให้ดี ขณะที่เดินไปเดินกลับ พิจารณาได้ทั้งรูปและนาม ที่อาตมาออกมาพูด ก็อยากจะฝากเพื่อนภิกษุทั้งหลายที่ยัง ปฏิบัติแบบนี้ เช่น การเดินท่าแปลก ๆ เมื่อใครมาเห็นภิกษุในพระพุทธศาสนาของ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทำสิ่งที่แปลกประหลาดกว่าปกติ เขาจะคิดอย่างไร เพราะว่า ตัวเองก็เคยปฏิบัติแปลก ๆ ยังเคยคิดว่า คนอื่นเขาจะมองเราอย่างไร ต้องแอบเดิน เพราะว่าไม่เป็นปกติ จนกระทั่งได้มาทราบอันสงส์ว่า เดินแล้วผลของการเดินคืออะไร ชี้ให้เห็นว่า จุดประสงค์ของการเดินนั้น ไม่ใช่ไปตั้งท่าปฏิบัติแปลก ๆ แต่ขึ้นอยู่กับ ความเข้าใจธรรม และรู้สภาพธรรมแม้กระทั่งเดินหรือนั่ง หรือทำงานเป็นต้น อาตมาคิดว่า เป็นเรื่องของปัญญามากกว่าไปทำท่าทางต่าง ๆ

ส. ชีวิตปกติประจำวัน ไม่ได้ผิดปกติ แต่ถ้าใครเกิดผิดปกติและเข้าใจว่า จะปฏิบัติธรรมในขณะที่ผิดปกติ ก็ให้ทราบว่า ในขณะนั้นเป็นเพราะอะไร ซึ่งตามปกติ ธรรมดาอาจจะไม่เฉลียวใจเลยว่า โลภะหรือเปเล่ ความเห็นผิดหรือเปเล่ ต้องแยกกัน ปัญญา กับ โลภะ ที่ใดที่มีปัญญา ที่นั้นโลภะจะมีตน ไม่สามารถเกิดขึ้นมาได้เลย

แสดงให้เห็นว่า เรื่องของการฟังเป็นเรื่องที่ละเอียดมากที่จะต้องรู้ว่า ปัญญา จริง ๆ นั้น ต้องเป็นปัญญาที่เข้าใจลักษณะของสภาพธรรมชั้นฟัง และสามารถรู้



ลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏ โดยสติสัมปชัญญะที่ระลึกรู้และค่อย ๆ เจริญความรู้ความเข้าใจในลักษณะของสภาพธรรมตรงกับที่ได้ยินได้ฟังด้วย ไม่ผิดกันเลย

ถ้าได้ยินได้ฟังว่า ทุกขณะเป็นนามธรรมและรูปธรรม จะต้องทำอะไรที่ผิดปกติใหม่ และการทำที่ผิดปกติจะทำให้รู้ลักษณะของนามธรรมและรูปธรรมได้อย่างไร มีเหตุผลอะไรที่ใครสามารถอธิบายหรือสามารถตอบได้ว่า การทำให้ผิดปกตินั้น จะทำให้ปัญญาารู้ลักษณะของสภาพธรรมได้อย่างไร

พระ การปฏิบัติธรรมในชีวิตประจำวัน เป็นภิกษุหรือคฤหัสถ์ที่ดี ย่อมมีกิจการงานที่ต้องกระทำ หรือพบปะผู้คนต่าง ๆ เมื่อเป็นอย่างนั้นบางครั้งจิตใจก็ไม่สงบ เต็มไปด้วยอกุศลต่าง ๆ โลภะบ้าง โทสะบ้าง โมหะบ้าง เมื่อเกิดความไม่สงบอย่างนี้ขึ้นมา ก็มีความคิดว่า การที่เราเป็นอยู่อย่างนี้ทำให้จิตใจไม่สงบ เราควรที่จะหลีกเลี่ยงไปเสีย เพื่อตัดปัญหาอะไรต่าง ๆ อย่างนี้เป็นความเข้าใจที่ไม่ถูกต้อง หรือเปล่า

สุ. เรื่องไป กุศลจิตหรืออกุศลจิตก็ยังมีอยู่ ไม่ใช่ว่าสถานที่ที่จะกันอกุศลได้ แม้ในครั้งที่พระผู้มีพระภาคยังทรงไม่ปรินิพพาน พระภิกษุทั้งหลายท่านได้ฟังพระธรรมบ่อย ๆ และท่านก็เห็นว่า บางสถานที่เป็นที่ที่ควรแก่การที่จะอบรมเจริญปัญญา ท่านก็ไปสู่สถานที่นั้น แต่เมื่อไปแล้วอกุศลจิตก็เกิด ไม่ใช่ไม่เกิด เพราะฉะนั้น แสดงให้เห็นว่า เรื่องของอกุศลจิต แม้จะอยู่ในบางสถานที่ที่คิดว่าจะสงบดี ไม่มีบุคคลอื่นมาทำให้เกิดอกุศล แต่อกุศลจิตก็เกิดได้

นี่ก็แล้วแต่บุคคล แต่ไม่ว่าพระคุณเจ้าจะมีความคิดอย่างไร หรืออุบาสก อุบาสิกาจะมีการรู้จักตนเองว่าเหมาะสมกับสถานที่ไหน ก็ต้องเป็นผู้มีปกติ ระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ ต้องเป็นผู้มีปกติ เพราะว่าแต่ละท่านอยากจะให้ปัญญาารู้ลักษณะของอกุศลจิต แต่เมื่อเป็นผู้ที่มีอกุศลจิต และจะไม่ให้ปัญญาารู้ลักษณะของอกุศลจิต เมื่อไหร่จะดับอกุศลจิตนั้นได้ เพราะปัญญาไม่เคยรู้ลักษณะของอกุศลจิตเลย แต่การเป็นผู้ที่มีปกติระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมจะทำให้รู้ว่า แม้



อกุศลจิตก็เป็นสภาพธรรมอย่างหนึ่ง แทนที่จะทำอย่างอื่น ปัญญาจะต้องเจริญจนกระทั่งสามารถรู้ได้ว่า อกุศลจิตนั้น ๆ เป็นสภาพธรรมแต่ละอย่าง





๑๔๗๕

ที่ห้องประชุมตึกสภากาการศึกษามหาวิทยาลัย

วันอาทิตย์ที่ ๓๐ ธันวาคม ๒๕๓๓



พระ ถ้ามีความคิดว่า การเป็นภิกษุอยู่ในบ้าน จะต้องคลุกคลีด้วยหมู่คณะ และได้รับการคุณต่าง ๆ ที่ประณีต จะทำให้เกิดความประมาทและไม่อดทน จึงคิดว่าการไปอยู่ป่าที่มีภัยอันตรายต่าง ๆ เช่น เสือ ภู จะทำให้เกิดสติสัมปชัญญะดีขึ้น และมีความเพียรที่จะประพฤติธรรม ความเข้าใจอย่างนี้ จะถูกต้องหรือไม่อย่างไร

สุ. สำหรับชีวิตของบรรพชิตซึ่งละอาคารบ้านเรือน เป็นเครื่องแสดงอยู่แล้วว่า ละความติดในวัตถุทุกสิ่งทุกอย่าง ไม่ว่าจะเป็นรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ อย่างชีวิตของคฤหัสถ์ เพราะฉะนั้น จึงเป็นเพศที่ต่างกัน สำหรับบรรพชิตและคฤหัสถ์ ซึ่งก็ต้องอบรมเจริญสติปัฏฐานตามปกติในชีวิตของทั้ง ๒ เพศ

คฤหัสถ์ไม่มีใครที่จะไปอยู่ป่า เพราะเป็นผู้ครองเรือน และบรรพชิตก็เป็นผู้ที่ไม่เห็นโทษของการครองเรือน ละการเกี่ยวข้องกับวัตถุทุกสิ่งทุกอย่าง จึงละอาคารบ้านเรือน แสดงให้เห็นถึงพื้นธมมัยซึ่งเป็นผู้ไม่คลุกคลีอย่างชีวิตของคฤหัสถ์อยู่แล้ว เพราะฉะนั้น ไม่ว่าบรรพชิตจะอยู่ที่ไหน ก็เป็นที่ที่สงบที่เหมาะสมแก่ชีวิตของบรรพชิต สำหรับบรรพชิตซึ่งพักอยู่ที่อารามก็มีในครั้งพุทธกาล และผู้รู้ธมมัยของตนเองว่า ใครจะเป็นผู้ขัดเกลายิ่งขึ้นกว่านั้น ก็เป็นผู้ที่รักษาศีล คือ การอยู่ป่าก็มี แล้วแต่ธมมัย

เพราะฉะนั้น แต่ละบุคคลก็เป็นผู้รู้ธมมัยของตนเอง ถ้าจะให้คฤหัสถ์ไปอยู่ป่า ก็คงจะไม่มีคฤหัสถ์ไปเจริญสติปัฏฐานที่นั่น เว้นแต่ได้รับการบอกเล่าหรือเข้าใจผิดว่า ไปอยู่แล้วจะได้บรรลุธรรมผล

ถ. ก่อนอื่นขออนุโมทนาสาธุอย่างยิ่ง ที่ท่านอาจารย์มีความเมตตาอย่างยิ่งอธิบายธรรม ทำให้ผู้รู้ธรรมเพียงงู ๆ ปลา ๆ นั้น ได้เห็นว่าธรรมนั้นคืออะไร และการประจักษ์สภาพธรรมนั้นเป็นอย่างไร และธรรมเกิดดับนั้นเป็นอย่างไร ผมเองเริ่มฟัง



อาจารย์ตั้งแต่ปี ๒๕๑๖ แต่ไม่มีโอกาสได้มาที่นี่ พังที่บ้าน มีความพอใจที่รู้จักสภาวะธรรมมากยิ่งขึ้น ผมมีข้อสงสัยใคร่จะขอความกรุณาจากท่านอาจารย์ช่วยไขข้อข้องใจให้ด้วย

คือ มีคำหนึ่งที่พูดถึงเรื่องสติ สติเป็นอนัตตา ข้อนี้เข้าใจและเชื่ออย่างแจ่มแจ้งว่า สติเป็นอนัตตานั่นเป็นอย่างไร แต่เมื่อปฏิบัติมา ตอนนี้ ขณะที่เรามีสตินั้น เราสามารถแยกแยะแยกนามได้ ขณะที่รู้รูปรู้นามนั้น ก็รู้ว่ามีสภาวะธรรมใด ๆ เข้ามาบ้าง และรู้ว่า ขณะนั้นจิตของเราเป็นกุศลหรืออกุศล เมื่อปฏิบัติมาอย่างนี้บ่อย ๆ เข้า ก็ถึงจุดที่ว่า เมื่อมีความเศร้าหมองเข้ามา จิตใจจะวิ่งเข้าหาสติ คือ เริ่มตั้งสติปัฏฐานทันที สติเกิดขึ้นทันที ก็เป็นการแย้งในตัวเองว่า สตินี้บังคับบัญชาไม่ได้ แต่เมื่อมีสภาวะธรรมใดที่ทำให้เราเศร้าหมองแล้ว เราไปเจริญสติ เมื่อเจริญสติสมาธิ ความสงบก็เกิดขึ้น ไม่ทราบว่สภาวะธรรมเช่นนี้ถูกต้องไหม คือ ความเข้าใจของตัวเองว่าถูกต้อง เพราะรู้ว่าไม่ใช่เจตนาเจตสิก คือ ไม่ได้คิดให้เป็นอย่างโน้นอย่างนี้ แต่เกิดแล้วเรารู้พอารู้ จิตใจเราก็กว้างเข้าหาสติ และเจริญสติปัฏฐาน ก็เลยเป็นข้อสงสัย สภาวะธรรมอย่างนี้ สภาวะเป็นอย่างไร

ส. สติปัฏฐานยังไม่ทั่ว ถ้าทั่วจริง ๆ ต้องรู้แม้ในขณะนั้นว่า ไม่ใช่ตัวตน

ถ. ตอนนี้สติของผม ผมทราบว่ายังไม่ต่อเนื่อง ซึ่งก็ต้องยอมรับเพราะว่า เรายังไม่มีบุญเพียงพอที่จะเป็นคนที่สติต่อเนื่องได้ แต่การเกิดสตินั้น ซึ่งธรรมดาเวลาหลงลืมสติ จะมองเป็นสัตว์ เป็นบุคคลไปหมด แต่เมื่อมีสติเกิดขึ้น จะมีสังขารธรรมเกิดขึ้นปรากฏในขณะนั้น ขณะที่สังขารธรรมปรากฏนั้น ไม่ว่าจะเป็นทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น หรือทางกายก็แล้วแต่ ที่เรารู้ในขณะนั้นเราสามารถรู้ว่สภาวะธรรมนั้น อันไหนเป็นรูป อันไหนเป็นนาม และมีความยินดีพอใจ มีบัญญัติ มีความยินดีพอใจเกิดขึ้นหรือเปล่า เราติดตาม เรารู้ตลอด แต่นี่หมายความว่า เรามีสติ เรารู้ ขณะที่เรารู้นั้น มีความสงบมาก มีความกล้าหาญ อธิบายยาก คือ หมายความว่ามีความสุข มีความว่าง มีความเบาสบาย แต่เมื่อความเศร้าหมองเข้ามา เราจะระลึกถึงสติ ตรงนี้เป็นความสับสน ที่พูดว่าเราจะระลึกถึงสติ ผมอาจจะพูด



ผิด แต่คล้าย ๆ หัวใจไปไขว่คว้าสติทันที และเราก็ต้องเจริญสติปัฏฐานต่อ ก็เลยคำนึงกับความรู้สึกที่ว่า สติไม่มีตัวตน เป็นอนัตตา หมายความว่าเราจะไปนั่งคว้า ไปนั่งกำหนดไม่ได้ แต่เวลามีความเศร้าหมองเข้ามา เราก็เริ่มเจริญสติ ก็เท่ากับว่า สติเราเกิดตอนนั้น สติก็เห็นความไม่เป็นตัวเป็นตน

ส. แสดงว่า ปัญญายังไม่ทั่ว สติปัฏฐานยังไม่ทั่ว ยังมีความเป็นตัวตนมากที่ว่า ขณะที่เศร้าหมองและเริ่มเจริญสติ แทนที่จะรู้ว่า สติเกิดหรือหลงลืมสติ

ถ. อาจารย์จะชี้แจงได้ไหมว่า ที่ว่าไม่ทั่วนั้น ไม่ทั่วตรงไหน จะได้ปฏิบัติถูก

ส. ท่านผู้ฟังกล่าวในตอนต้นว่า สติของท่านไม่ติดต่อกัน คือ ยอมรับว่า สติไม่ติดต่อกัน

ถ. คืออย่างนี้ เพลอสติ ตอนเพลอนี้ไม่รู้จริง ๆ เห็นเป็นผู้คน เป็นบัญญัติไปหมด แต่เมื่อสติเกิดขึ้น เราก็เจริญสติทันที ในขณะที่เจริญสตินั้น เรารู้ว่าสภาวะรูปสภาวะนามเป็นอย่างไร มีสมาธิเกิด มีความเบาสบายเกิดขึ้น รู้ว่าตัวตนเป็นอย่างไร รู้ว่าไม่ใช่ตัวตนเป็นอย่างไร ในขณะที่นั้นมีสติสัมปชัญญะสมบูรณ์

ส. ข้อสังเกตข้อหนึ่งที่ไม่ควรจะผ่าน คือ ประโยคที่ท่านผู้ฟังบอกว่า เพราะท่านยังมีปัญญาไม่พอ เพราะฉะนั้น สติของท่านไม่ติดต่อกัน ตอนต้นกล่าวอย่างนี้หรือเปล่า

ถ. ถ้าติดต่อก็คงจะเป็นพระอรหันต์

ส. ยังไม่ต้องถึงอย่างนั้นก็ได้ ความจริงแล้วเป็นเรื่องที่ควรพิจารณาเป็นลำดับ เช่น ข้อความที่ว่า สติของท่านไม่เกิดติดต่อกัน ถ้าจะอ้างว่ายังไม่ใช่พระอรหันต์ สติจึงเกิดติดต่อกันไม่ได้ นั่นสำหรับการก้าวไปไกลมากจากความเป็นปุถุชนจะไปสู่ความเป็นพระอรหันต์ เพราะฉะนั้น เราก็ก้าวกลับมาถึงผู้ที่กำลังเจริญสติปัฏฐาน ในขณะที่กำลังเจริญสติปัฏฐาน อวิชชาที่กำลังมาก ต้องเข้าใจว่า อวิชชาของทุกท่านมีกำลังมาก เพราะว่าเราได้ฟังพระธรรมในแต่ละชาติซึ่งค่อย ๆ เก็บเล็กผสมน้อย ทำให้มีโอกาสได้ฟังพระธรรมอีกในเรื่องของนามธรรมและรูปธรรมที่กำลังปรากฏซึ่งสติจะระลึกรู้ และก็เครื่องพิสูจน์ว่า อวิชชาก็ยังมีกำลังมาก



อยู่นั่นเอง เพราะอะไร ถ้าเป็นผู้ที่ตรงต่อตัวเอง ทางตาในขณะนี้ เป็นนามธรรมหรือเป็นรูปธรรม ขึ้นฟังตอบได้ แต่สิ่งที่กำลังเผชิญหน้าเป็นเครื่องทดสอบว่า ขณะนี้ที่เห็นมีความรู้ว่าเป็นเพียงสิ่งที่ปรากฏเท่านั้นจริง ๆ หรือเปล่า นี่ตอนหนึ่ง

และที่กล่าวว่า สติไม่ติดต่อกัน ก็เพราะถ้าสติจะเกิดติดต่อกันได้หมายความว่า เป็นผู้พิจารณาลักษณะของนามธรรมและรูปธรรมทั่วทั้ง ๖ ทวารก่อน แต่ผู้ที่ได้อบรมเจริญปัญญาแล้วจนกระทั่งรู้ลักษณะของนามธรรมและรูปธรรมทั่วทั้ง ๖ ทวารนั้น จะเป็นผู้ที่มีสติปฏิฐานเกิดตลอดเวลาติดต่อกันก็ไม่ใช่ นี่แสดงให้เห็นถึงกำลังของอวิชชาจริง ๆ เพราะฉะนั้น ก่อนอื่น ควรจะตั้งต้นว่า ที่สติเกิดไม่ติดต่อกัน เพราะว่าการระลึกลักษณะของสภาพธรรมทั้ง ๖ ทาง ยังไม่ทั่วจริง ๆ

ถ. ที่ท่านอาจารย์กรุณาสอนเมื่อสักครู่นี้ว่า เมื่อมีสภาพธรรมเกิดขึ้นทางตา ทางหู อาจารย์ช่วยกรุณาพูดอีกครั้งหนึ่ง

ส. หมายความว่า การที่สติจะเกิดติดต่อกันทั้ง ๖ ทวารได้ ก็เมื่อผู้นั้นระลึกลักษณะของนามธรรมและรูปธรรมทั่วทั้ง ๖ ทาง และรู้ในลักษณะที่เป็นนามธรรมและรูปธรรม เพราะฉะนั้น ตามปกติในขณะนี้ ...

ถ. เข้าใจแล้ว ปัญหาของผมอยู่ตรงนี้ คือ ในขณะที่สติเกิดนั้นแน่นอน สัจจธรรมเกิด หมายความว่าถ้าทางตาเห็นสี เรา รู้จากสัจจธรรมว่า นั่นละที่ปรากฏ เมื่อปรากฏ สติจะแยก रूप แยกนามทันที

ส. ไม่ได้

ถ. แต่ผมแยก

ส. ปัญญา ไม่ใช่สติ

ถ. สมมติว่ามีสติเกิดอยู่ เห็นพระพุทธรูปก็รู้ว่า พระพุทธรูปที่เห็นนั้น ไม่ใช่พระพุทธรูปแล้ว ไม่ใช่พระพุทธรูป คำว่า พระพุทธรูปนั้นเป็นบัญญัติ ซึ่งคนไทยพูดกับคนไทยรู้เรื่อง แต่คนไทยพูดกับฝรั่งว่าพระพุทธรูปจะไม่รู้เรื่อง แสดงว่าเป็นบัญญัติ ไม่ใช่ปรมาตถ์ ปรมาตถ์อยู่ตรงไหน ปรมาตถ์ก็อยู่ตรงสภาวะที่เห็น คือ รูปารมณเป็นปรมาตถ์แน่นอน เพราะมันเห็นประจักษ์ชัด และปัญญาก็รู้ต่อไปว่า



ที่เห็นนั้นจะมีสภาวะของบัญญัติปรากฏขึ้นทันที และเมื่อสภาวะของบัญญัติปรากฏขึ้น ทำให้เรารู้ว่าเป็นพระพุทธรูป โทมนัสเวทนา โสมนัสเวทนา คือ ความรู้สึกทางใจก็เกิดต่อให้เราคิดเป็นเรื่องเป็นราวต่อไป เรารู้ทันตลอด จนกระทั่งรู้แล้วก็วาง และก็มีทางตาและทางหูเข้ามา เรารู้อีก สภาวะทางตาดับไปแล้ว สภาวะทางหูก็เกิด ก็รู้ความเกิดดับของอันนั้น ก็เห็นอยู่

ส. รู้ความเกิดดับโดยอย่างไร

ถ. คือ ปรากฏ ประจักษ์ว่าทางตาหายไปแล้ว มีทางหูเกิดขึ้น คือ ทางหูมีเสียงรถเข้ามา โดยเฉพาะอยู่บนถนน เป็นการเจริญสติได้อย่างดีที่สุดตรงที่เราเห็นว่า ทางตา หรือทางหู หรือทางจมูก อะไรก็แล้วแต่ เมื่อสิ่งไหนประจักษ์ก็เจริญสติอันนั้น

ส. ยังไม่ใช้คำว่า ประจักษ์ ได้ไหม เป็นแต่เพียงความรู้ ความเข้าใจ

ถ. ถ้าอย่างนั้น ขอให้อาจารย์อธิบายคำว่า ประจักษ์ อย่างไรจะเรียกว่า ประจักษ์

ส. สภาพธรรมปรากฏโดยไม่มีตัวตน ทั้งโลกไม่มีเหลือ สภาพธรรมปรากฏทีละอย่างโดยไม่ปรากฏว่ามีอย่างอื่นเลย โลกทั้งโลกไม่มีอะไรเหลือ แม้แต่ตัว ...

ถ. สิ่งที่ปรากฏมี

ส. ทีละอย่าง ทางมโนทวาร

ถ. ถูกต้อง ทางมโนทวารก็ทราบ รู้คือประจักษ์ ไม่ใช่ทราบ

ส. การประจักษ์ ต้องเป็นวิปัสสนาญาณ

ถ. ก็ตอนนี้วิปัสสนาอยู่

ส. เป็นวิปัสสนาญาณเมื่อไร

ถ. วิปัสสนาญาณ รู้โดยญาณ คือ รู้ด้วยปัญญาว่า สภาวะนั้นไม่ใช่ตัวตน

ส. เมื่อไร

ถ. ตอนที่มีความรู้เกิดขึ้น ที่ปัญญาญาณเกิดขึ้น

ส. ทุกครั้งที่สติเกิดหรือ



ถ. ทุกครั้งที่สติเกิด

ส. ไม่ใช่ ไม่ใช่ทุกครั้งที่สติเกิด วิปัสสนาญาณจะเป็นทุกครั้งที่สติปฏิฐานเกิดไม่ได้ เพราะว่าวิปัสสนาญาณเป็นผล สติปฏิฐานเป็นเหตุ จากการที่ไม่รู้ลักษณะของสภาพธรรมเลย จากการที่สติสัมปชัญญะไม่ได้เกิดเลย และเมื่อมีการฟังเรื่องของนามธรรมและรูปธรรม เข้าใจ นี่เป็นขั้นเข้าใจ แต่เป็นขั้นที่จะรู้ว่าสติปฏิฐานคือเมื่อไหร่

ถ. ก็เมื่อที่สติเกิด ใช่ไหม

ส. ขณะนั้นสติระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมอะไร ทีละอย่าง นี่คือขั้นต้นนี้เป็นสติปฏิฐาน แต่ไม่ใช่วิปัสสนาญาณ

ถ. อาจารย์ช่วยอธิบายวิปัสสนาญาณหน่อยได้ไหม

ส. เป็นปัญญาที่สมบูรณ์จากการที่ได้อบรมเจริญสติปฏิฐาน ซึ่งเป็นปัจจัยทำให้สภาพธรรมปรากฏกับปัญญาที่ประจักษ์แจ้งแทงตลอดในลักษณะของนามธรรมและรูปธรรม โดยเป็นอนัตตาจริง ๆ คือ ไม่มีใครรู้ว่าเมื่อไหร่วิปัสสนาญาณจะเกิด ไม่ใช่ว่าทุกครั้งที่สติปฏิฐานเกิดก็เป็นวิปัสสนาญาณ ไม่ใช่อย่างนั้น

แสดงให้เห็นความเป็นอนัตตาและความสมบูรณ์ของปัญญาจริง ๆ ซึ่งทำให้ผู้นั้นได้รู้ความจริงว่า ลักษณะของอนัตตาแท้ ๆ คืออย่างนี้ และสิ่งที่ไม่เคยปรากฏก็ปรากฏ เช่น ลักษณะของมโนทวาร ซึ่งในขณะนี้เสมือนว่าเห็นอยู่ตลอดเวลา ทั้ง ๆ ที่พระธรรมได้ทรงแสดงไว้ว่า มีมโนทวารวิถีเกิด คือ หลังจากที่ยกขุทวารวิถีดับ มีภวังคจิตคั่น และมโนทวารวิถีจิตเกิด แต่ลักษณะของมโนทวารเหมือนไม่ได้ปรากฏ เพราะฉะนั้น ไม่ใช่การประจักษ์แจ้งลักษณะของสภาพธรรมตามความเป็นจริง

ถ. ลักษณะของมโนทวารเหมือนไม่ปรากฏนี้ ...

ส. ก็ในขณะที่กำลังเห็นนี้ แสดงให้เห็นว่า ไม่ใช่วิปัสสนาญาณ เพราะฉะนั้น อย่าเพิ่งเข้าใจผิดคิดว่าเป็นวิปัสสนาญาณ และจะเกิดความสงสัย เกิดความไม่รู้ว่าทำไมเป็นตัวตน เวลาจิตเศร้าหมองแล้วก็วิ่งไปหาสติปฏิฐาน หรืออะไรอย่างนั้น



ถ. ข้อสงสัยอยู่ตรงนี้ ตามที่อาจารย์ได้แบ่งออกว่า การรู้วิปัสสนาญาณ อย่างพระอรหันต์บุคคลเริ่มรู้ทีละขั้น ตั้งแต่ขั้นพระโสดาบัน ขึ้น ...

ส. การอบรมเจริญสติปัฏฐาน คือ การสามารถประจักษ์ลักษณะของ สภาพธรรมตามความเป็นจริง ขณะนี้เสมือนว่ามีสภาพธรรมและปัญญาก็รู้ แต่ยังไม่ได้รู้ตรงลักษณะของสภาพนั้น ๆ เพียงแต่เริ่มเข้าใจว่า ปัญญาจะต้องเจริญอย่างนี้ คือ ระลึกอย่างนี้ และปัญญาค่อย ๆ เจริญขึ้นอย่างนี้ จึงจะสามารถถึงความสมบูรณ์ ที่ประจักษ์แจ้งลักษณะของสภาพธรรมได้

ถ. เจริญแล้ว มาถึงจุดที่ผมถาม

ส. แล้วอย่างไร

ถ. เจริญ หมายถึงเท่าที่รู้ ...

ส. ยังไม่แล้ว

ถ. คือ เท่าที่รู้ อาจารย์บอกว่า ยังไม่ถึงวิปัสสนาญาณ ผมเชื่อ แต่ยังไม่เข้าใจว่า ถ้าจะให้ประจักษ์ถึงวิปัสสนาญาณ ในเมื่อสติเกิดดับอยู่ตลอดเวลา และเมื่อใดที่สติเกิดเราก็กู้สภาวะธรรมนั้น แต่ยังไม่พอ ผมเข้าใจ ต้องถึงวิปัสสนาญาณ ลักษณะของวิปัสสนาญาณ คือ ถ้าเห็นแล้ว ไม่เป็นสัตว์ ไม่เป็นบุคคล ไม่เป็นตัวตน หมายความว่า ทุกครั้งที่เห็นจะต้องเป็นอย่างนั้น ใช่มั้ย จึงจะเรียกว่าวิปัสสนาญาณ

ส. ไม่ใช่

ถ. ถ้าอย่างนั้น วิปัสสนาญาณเกิดตอนไหน

ส. ตอนที่ปัญญาถึงความสมบูรณ์ หลังจากทีสติปัฏฐานระลึกบ่อย ๆ เนือง ๆ และการที่วิปัสสนาญาณจะเกิดก็โดยสภาพที่เป็นอนัตตา ไม่ต้องมารอคอยว่า วันไหน เพราะไม่มีใครรู้ เหมือนต้นไม้จะออกผลเมื่อไหร่เราก็ไม่สามารถทราบได้ แต่เรารู้ว่า เมื่อมีต้นไม้มัน ผลไม้ก็มี แต่จะเป็นกิ่งไหน ตรงไหน วันไหน ไม่สามารถทราบได้

เมื่อได้อบรมเจริญเหตุ คือ สภาพธรรมมีแล้วไม่เคยรู้ ไม่เคยรู้แม้ขณะใด หลงลืมสติ ขณะใดมีสติ ความต่างกันโดยสภาพที่เป็นอนัตตา เพราะฉะนั้น จึงไม่ใช่



คำว่า ดู หรือไม่ใช่คำอื่นใดทั้งสิ้น ในพระไตรปิฎกใช้คำว่า มีสติ กับ หลงลืมสติ ซึ่งแสดงให้เห็นความเป็นอนัตตาว่า เลือกรับไม่ได้ ที่จะให้สติเกิดตอนนั้นตอนนี้

ถ. ตรงนี้เข้าใจ เพราะว่าสติบังคับไม่ได้แน่นอน ที่เป็นอยู่ ผมเข้าใจ

ส. เรื่องสติบังคับไม่ได้ นี่เข้าใจ

ถ. ที่สงสัย ที่ถาม อาจจะเสียเวลาท่านผู้ฟังมากไป เอาไว้มาเรียนถาม อาจารย์ใหม่อีกครั้ง คือ ยังไม่เข้าใจว่า เมื่อเราเจริญสติปัฏฐานแล้ว สติเกิดแล้ว ...

ส. ไม่อยากจะใช้คำว่า แล้ว เพราะเหมือนกับไม่ต้องเจริญอีก แต่เมื่อเจริญสติปัฏฐาน ...

ถ. เมื่อสติเกิด อย่างนี้ได้ไหม

ส. เมื่อสติเกิด ขณะนั้นต้องมีลักษณะของสภาพธรรมปรากฏที่สติจะระลึกรู้ และเข้าใจลักษณะของสภาพธรรมนั้นขึ้น โดยสภาพที่ไม่ใช่ตัวตน ที่ละลักษณะ และที่ละทวารด้วย ไม่ใช่ไปนั่งคิดเป็นเรื่องยาว

ถ. ไม่ได้คิดเลย

ส. ที่กล่าวว่า พระพุทธรูปนี้แล้วแต่ใครจะเรียกว่าอะไร ภาษาอะไร อย่างนั้นไม่ใช่

ถ. ไม่ใช่เลย เป็นความสงสัยที่ผมจะถามอย่างไรดี คือ รู้ว่าทางตา ประจักษ์ สภาพธรรมประจักษ์แน่นอน คือ สักจะต้องเกิดก่อน รู้ว่าตอนนี้ตาเห็น ตาดับ หูได้ยิน จมูกได้กลิ่น และรู้ เข้าใจด้วยญาณว่า ไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตนแน่นอน เพราะว่าเที่ยงกับตัวเองอยู่ตลอด สัมผัสญะกับความเคยชินเที่ยงกันตลอด





๑๔๗๖

ที่ห้องประชุมตึกสภากาการศึกษามหาวิทยาลัย

วันอาทิตย์ที่ ๓๐ ธันวาคม ๒๕๓๓



- ส. ตอนที่สติปัฏฐานเกิด ที่ไม่ใช่วิปัสสนาญาณ เป็นตอนไหน
- ถ. เกิดตอนวิปัสสนาญาณเกิด
- ส. มิได้ ตอนที่สติปัฏฐาน ก่อนที่จะถึงวิปัสสนาญาณ ตอนไหน
- ถ. ตอนที่เห็นความเกิดดับว่า ไม่เที่ยง ดับไป
- ส. ยังเห็นไม่ได้เรื่องความเกิดดับ เข้าใจได้ อนุมานได้ เสียดับแล้ว เพราะฉะนั้น จิตได้ย่นกัดับด้วย นี่คืออนุมาน แต่ไม่ใช่การประจักษ์การเกิดขึ้นและดับไป
- ถ. ยังไม่ประจักษ์
- ส. แน่นอน ใช้คำนี้ไม่ได้เลย
- ถ. จะประจักษ์ตอนไหน
- ส. เมื่อปัญญาถึงความสมบุรณ์ หลังจากสติปัฏฐานระลึกลักษณะของสภาพธรรม และไม่ต้องไปรอคอย ไม่ต้องไปหวังว่าเมื่อไหร่หรือว่าวันไหน
- ถ. ต่อไปผมจะทำอย่างไร
- ส. อยากจะทำ หรืออยากจะเข้าใจธรรม
- ถ. เมื่อสติเกิดขึ้นผมมั่นใจว่า ผมประจักษ์ในเรื่องรูปเรื่องนาม เพราะว่าไม่มีข้อข้องใจเลย ก็ปฏิบัติมาอย่างนี้ และปัญหาที่ถามเมื่อสักครู่นี้ ผมไม่ได้มีความเดือดร้อน มีความทุกข์ใจ หรืออะไรก็ไม่ใช่ ทั้ง ๆ ที่ตัวเองก็เปลี่ยนไปมาก สภาวะความเป็นอยู่ แต่สงสัยอยู่ตรงที่ว่า เมื่อประจักษ์สภาพธรรมนั้นแล้ว และสติเกิดอีก คือเมื่อใดก็ตามที่เผลอสติ มีความเศร้าหมองขึ้นมา จิตก็ระลึกถึงสติ สติเกิดขึ้นก็เจริญสติปัฏฐานต่อ เป็นอยู่อย่างนี้ตลอด แต่ไม่ทราบว่าจะไปทางไหน
- ส. มีทางอื่นไหม



ถ. พุทธถึงเรื่องปัญญาญาณ ผมก็อ่าน ผมก็ศึกษา แต่ปัญญาคือสภาวะที่
รู้นั่นเอง จึงเรียกว่าปัญญา ไซ้ไหม

สุ. แต่ปัญญามีหลายระดับ

ถ. แต่ความเกิดดับที่อาจารย์บอกว่า ต้องประจักษ์ ก็มันใจตัวเองเหลือเกิน
ว่าประจักษ์ เพราะว่าถามตัวเองแล้วก็ตอบได้หมด หรือใครจะถามผมก็ตอบได้ว่า
เป็นอย่างไร แต่เข้าไปติด คือ รู้สึกเหมือนกับว่าตัวเราเป็นคนไม่มีทุกข์ สงสัยคำว่า
สติ ที่ว่าไม่มีใครไปบังคับบัญชาได้ ตรึงนี้เข้าใจ เพราะตัวเองก็หลงลืมสติเหมือนกัน
แต่เวลาสติเกิดก็หมดทุกขไปทุกที ก็พูดกันอย่างนี้ แต่ที่ว่าเป็นอนัตตา ยังไม่เข้าใจ
ตรึงนี้แหละว่า ในเมื่อมีสื่อบอกเหตุอย่างนี้แล้ว สติจะไม่เกิดก็ไม่ใช่ จะว่าเจตนาที่ไม่ใช่
สงสัยอยู่อย่างนี้

สุ. สงสัยเฉพาะสติ ไซ้ไหม ที่ว่าเป็นอนัตตา

ถ. สงสัยว่าที่สติเกิดนี้ถูกต้องหรือไม่ และที่บอกว่า สติเป็นอนัตตา
ซึ่งหมายความว่าเราบังคับบัญชาไม่ได้ ก็เข้าใจ เพราะเราบังคับให้เกิดตลอดเวลาไม่ได้
แต่สงสัยตรงสภาวะของผมว่าเป็นอย่างไร คือ เวลาทุกข์เกิดขึ้น สติก็เกิดขึ้นทันที
และเมื่อมีสติเกิด ก็เจริญต่อไปเรื่อย ๆ เป็นอย่างนี้

สุ. ทำไมสงสัย ถ้าเป็นปัญญา

ถ. สงสัยเพราะผมไม่ได้ศึกษาปริยัติเลย แต่ผมอ่านหนังสือธรรมหมวด
อ่านตั้งแต่ต้นจนจบ

สุ. กรุณาบอกได้ไหมว่า หนังสืออะไรบ้าง

ถ. เป็นหนังสือที่รวบรวมมาจากพระไตรปิฎกอีกทีหนึ่ง ผมจำไม่ได้
ความจริงใคร ๆ ก็รู้จักหนังสือเล่มนี้ ขายมากในท้องตลาด หนังสือเกี่ยวกับธรรม
ที่หน้าปกมีรูปพระเยอะ ๆ ออกทุกครั้งก็มีรูปพระที่หน้าปก แต่ผมอ่านเฉพาะที่มาจาก
พระไตรปิฎกเท่านั้น ผมไม่อ่านโวหาร ก่อนนี้ผมอ่านชนิดที่วางไม่ได้เลย ตอนหลัง ๆ
ฟังจากอาจารย์แล้วก็รู้ว่า ที่เราอ่านนี้รู้สึกเป็นโวหารมากกว่าเป็นสัจจะ ผมก็พยายาม
เลือกอ่าน อ่านเรื่องที่มาจากพระไตรปิฎก พุทธวจนะ อ่านมาตลอด อริยสัจจก่อนนี้



ก็ไม่รู้ ตอนนี้นำใจว่า อริยสัจจ์ ทุกข์เป็นอย่างไร สมุทัยเป็นอย่างไร เป็นต้น และมาประกอบกับการเจริญสติปัฏฐาน

ส. ทุกข์เป็นอย่างไร

ถ. ทุกข์ก็คือตัวเรา เราเกิดมาก็เป็นทุกข์ สภาวะทุกข์ก็คือถ้ามีตัวก็มีทุกข์ ถ้าตัวเราไม่มีก็ไม่มีทุกข์ เหตุให้เกิดทุกข์ก็เพราะอายตนะทั้งหลายเป็นตัวให้เกิดทุกข์ เพราะเกิดเป็นมนุษย์ก็ต้องมีหู มีตา มีจมูก

ส. เวลานี้มีทุกข์ไหม

ถ. ไม่มีเลย

ส. ก็ไม่ใช่อริยสัจจ์ ถ้าเวลานี้ไม่มีทุกข์ ไม่ใช่อริยสัจจ์ อริยสัจจ์จะ คือความจริงของสภาพธรรมที่ทำให้ผู้รู้ความจริงนั้นเป็นพระอริยบุคคล เพราะว่าปรมาตตสัจจะ ลักษณะของสภาพธรรมเป็นจริงอย่างไรก็เป็นจริงอย่างนั้น เปลี่ยนแปลงไม่ได้ เช่น ลักษณะของโลภะเป็นจริงอย่างไรก็เป็นอย่างนั้น ลักษณะของโทสะเป็นจริงอย่างไรก็เป็นอย่างนั้น

ถ. รู้ตัวเองตลอดเลย รู้ว่ามีโลภะมากเหลือเกิน หลัง ๆ มารู้ว่าเราไปยึดเพราะความหลง และมองไม่เห็นความจริง คือ ผมศึกษาจนกระทั่งรู้ว่า มารนั่นคืออะไร มารความจริงในพระไตรปิฎก ผมก็เชื่อว่ามีตัวตน แต่ในส่วนของผม ยุคนั้นผ่านมาแล้ว เราคงไม่ถึงขนาดนั้น และไม่คิดว่าตัวเองจะเป็นขนาดนั้น

ส. ขนาดนั้นคืออย่างไร

ถ. สมัยพุทธกาลไม่เหมือนกับปัจจุบันนี้ คนละสภาวะแล้ว สภาวะที่แท้จริงในปัจจุบันที่เราจะต้องยอมรับก็คือว่า เราจะต้องรู้สภาวะทุกข์นั้นเป็นอย่างไร และเรามองเห็นไหม มองเห็นก็ต้องมองด้วยปัญญาว่าเห็นหรือเปล่า มันทะเลาะกันอยู่เรื่อย ๆ

ส. ขอให้กลับไปพิจารณาข้อความที่ว่า ขณะนี้มีทุกข์ไหม ตอบอีกสักครั้ง

ถ. ขณะนี้ผมขอเรียนด้วยสัจจะจริง ๆ ว่า ผมไม่มีทุกข์เลย

ส. เพราะฉะนั้น ไม่ใช่ทุกข์อริยสัจจะ

ถ. เพราะว่าเวลาที่มีทุกข์ ก็มีปัญญาแทรกเข้ามา



ส. นี่ไม่ใช่สติปัฏฐาน เพราะฉะนั้น สติปัฏฐานคืออย่างไรที่จะทำให้ปัญญาสามารถประจักษ์ลักษณะของสภาพธรรมตามความเป็นจริงได้

ถ. สภาพธรรมตามความเป็นจริง ผมคิดว่าผมประจักษ์แล้ว

ส. ยังประจักษ์ไม่ได้ เพราะถ้าประจักษ์ต้องประจักษ์ทุกขลักษณะ หรือทุกขอริยสัจจะ

ถ. อาจารย์ช่วยกรุณาบอกสักนิดเถิด ผมจะได้หายข้องใจว่า สภาพะตามความเป็นจริงเป็นอย่างไร

ส. ขณะนี้ไม่มีตัวตน

ถ. ขณะนี้ตัวตนมี บางทีก็มี แต่เวลาที่เจริญสติปัฏฐานไม่มี

ส. ความจริง เอาความจริงก่อน

ถ. ความจริงตัวตนมี

ส. ความจริงขณะนี้ไม่มีตัวตน

ถ. นั่นคือความจริงตอนเจริญสติปัฏฐาน

ส. มิได้ ความจริงต้องเป็นความจริงเสมอ ไม่ว่าสติจะเกิดหรือไม่เกิดก็ตาม เปลี่ยนแปลงความจริงไม่ได้ ความจริงเป็นอย่างไร ต้องเป็นความจริงอย่างนั้น

ถ. ความจริงมี ๒ อย่าง ประมวลกับบัญญัติ ไม่ทราบจะเอาความจริงอันไหน

ส. ขณะนี้มีตัวตนไหม

ถ. เอาประมวลหรือบัญญัติ

ส. ความจริง

ถ. ความจริงมีตัวตนหรือไม่

ส. เมื่อก็ตอบว่า มี ใช่ไหม แสดงว่ายังไม่ได้ดับการยึดถือสภาพธรรมว่าเป็นตัวตน แสดงว่ายังไม่ได้ประจักษ์แจ้งอริยสัจจะ และแสดงว่ายังไม่ได้ประจักษ์การเกิดดับของสภาพธรรมด้วย เพราะว่ายังไม่รู้ความต่างกันของทุกขที่เป็นทุกขเวทนา



ถ. เมื่อที่ท่านอาจารย์ถาม ผมบอกในสภาวะที่เผลอสติ ตอนนี้เผลอสติ เพราะประหม่า แต่เวลาที่เจริญสติ ไม่มีจริง ๆ ผมยอมรับว่า ผมไม่ได้มีสติต่อเนื่อง ตลอด

สุ. กิเลสที่ดับแล้วจะไม่เกิดอีกเลย ความรู้ที่เจริญแล้วจะไม่เสื่อมลงไป และการประจักษ์แจ้งสภาพธรรมก็จะไม่ย้อนกลับมาเป็นไม่ประจักษ์แจ้งอีก เพราะฉะนั้น ให้ทราบว่า ยังไม่ได้ประจักษ์ เพราะถ้าประจักษ์ จะไม่ย้อนกลับไปเป็นไม่รู้อีก ถ้าเคยรู้แล้วจะกลับไปเป็นไม่รู้อีกไม่ได้

ถ. ผมคงจะเข้าใจผิดมากเลย ถ้าอย่างนั้น ผมมองในแง่ของปัญญาญาณ ตอนนั้นว่า ขณะที่เจริญสตินั้น รู้ด้วยญาณเลยว่าไม่มีตัวตน ...

ที่อาจารย์ถามเมื่อ ก็ ถ้าบอกในแง่ที่ไม่ได้เจริญสติ มีตัวตนอยู่เต็มเปี่ยม ถ้าเผลอมีแน่ แต่เมื่อใดที่ไม่เผลอ ไม่มี แต่มีปัญหว่า มาถึงช่วงนี้แล้ว ผมรู้สึกว่าย ตอนนี้ผมไม่มีทุกข์ เวลาทุกข์มาปั๊บ ผมก็เจริญสติทันที คือ เกิดขึ้นทันทีเลย จึงสงสัย แต่ไม่ได้สงสัยว่าตัวเองเป็นพระอรหันต์หรือยัง ไม่ใช่อย่างนั้น สงสัยในธรรม ว่า แค่นี้พอแล้ว หรืออย่างไร

สุ. ไม่พอ และยังไม่ใช้ปัญญาที่รู้ปรมาตถสัจจะด้วย ต้องค่อย ๆ ฟัง และ ให้ความสนใจเท่า ๆ

ถ. ปรมาตถสัจจะ ผมก็เข้าใจ มองเห็นปรมาตถ์เลยว่าเป็นอย่างไร

สุ. แต่ไม่ใช่ประจักษ์ เพียงเริ่มเข้าใจเรื่องของสภาพธรรม

ถ. ขอบพระคุณมาก

สุ. การที่จะรู้พระพุทธศาสนาจริง ๆ มีหนทางเดียว คือ ต้องศึกษา พระธรรมอย่างละเอียดรอบคอบ โดยที่ไม่ใช่เพียงฟังจากแต่ละบุคคล แต่ต้องศึกษา โดยตรงจากพระไตรปิฎก ผู้ที่ไม่ศึกษาพระธรรมและคิดว่าจะเข้าใจพระธรรมได้โดยไม่ศึกษา ผู้นั้นเป็นผู้ที่ประมาทพระปัญญาคุณของพระผู้มีพระภาคที่ทรงแสดง พระธรรมว่า ไม่ต้องศึกษาก็เข้าใจได้



ที่กล่าวถึงเรื่องนี้ก็เพราะมีบางท่านบอกว่า ควรจะแสดงธรรมขั้นต้น ๆ สำหรับคนทั่ว ๆ ไป ซึ่งท่านก็ทราบว่ายกระดับนั้นก็แสดงกันอยู่แล้ว แต่ผลคืออะไร เราต้องคิดถึงผลว่า ผลคืออะไร ต้องการผลอะไร ผลคือไม่รู้จริงในพระธรรมคำสอนของพระผู้มีพระภาค ซึ่งทำให้มีความสับสนและไม่สามารถแยกได้ว่า ข้อความใดถูก ข้อความใดผิดจากสภาพธรรมตามความเป็นจริง แม้วิชาการอย่างอื่นยังต้องศึกษาหลายปี เพราะฉะนั้น ไม่มีข้ออ้างเลยที่จะกล่าวว่า ไม่ต้องศึกษาพระพุทธศาสนา และคิดว่าจะเข้าใจพระพุทธศาสนาได้

ถ้าบางท่านเห็นว่า ไม่ต้องกล่าวถึงพระธรรมโดยละเอียด ก็จะเหมือนกับเมื่อครั้งที่พระผู้มีพระภาคยังไม่ปรินิพพาน ซึ่งข้อความใน **อรรถกถา สังยุตตนิกาย นิทานวรรค มหาวรรค อภิสมยสังยุตต์ อรรถกถาสุสิมสูตร** กล่าวถึงอาการของผู้ขโมยพระธรรม ผู้ใคร่ลาภสักการะ และเห็นว่าพระธรรมที่พระผู้มีพระภาคทรงแสดงนั้นนำมาซึ่งลาภ สักการะ บูชา สรรเสริญจากมหาชน ผู้ใคร่ลาภสักการะพวกนั้น คือ พวกเดียรถีย์ปริพาชก ก็คิดว่า

ถ้าพวกเราพึงรู้อย่างละหน่อย ๆ จากสิ่งที่พระสมณโคดมรู้ เราพึงไส้ลัทธิของตนในคัมภีร์นั้น กล่าวแก่อุปัฏฐากทั้งหลาย ต่อแต่นั้นเราพึงเป็นผู้มีลาภมากกว่าสาวกเหล่านั้น

สมัยนี้ก็เช่นเดียวกัน ถ้าพุทธบริษัทไม่ศึกษาพระธรรม และนำเอาพระธรรมเพียงเล็กน้อยมาเพิ่มเติมความเห็นของตนเองทั้งปริยัติและปฏิบัติ ก็จะได้เห็นว่าไม่ได้เป็นไปเพื่อความเข้าใจจริง ๆ ในพระธรรม แต่เหตุใดจึงทำอย่างนั้น แสดงให้เห็นว่าการขโมยพระธรรมของพระผู้มีพระภาคนั้นเพื่อใช้สอยลาภสักการะ และการยกย่องสรรเสริญก็มี

ด้วยเหตุนี้ทุกท่านจึงต้องเป็นผู้ที่ตรงต่อพระธรรม และมีความจริงใจต่อการศึกษาพระธรรม เพื่อเข้าใจพระธรรม และละคลายขัดเกลาอกุศลของตนเอง เพราะว่าทุกคนที่ศึกษาพระธรรมย่อมรู้ว่า ตนเองมีอกุศล ถ้าไม่มีอกุศลคงจะไม่ศึกษาพระธรรมเป็นแน่ แต่อกุศลที่คิดว่ารู้แล้ว ความจริงละเอียดมากกว่านั้นมาก ซึ่งถ้า



ไม่พิจารณาโดยรอบคอบ อาจจะไม่เห็นความละเอียด เช่น ดิฉันได้ฟังทางวิทยุ ถ้าพิจารณาเิน ๆ เพียงบางประการก็ดูจะเป็นความจริง คือ ท่านผู้นั้นกล่าวว่า คนเราย่อมมีทั้งดีและชั่ว บางคนตอนแรกเป็นคนดี แต่ตอนหลังบั้นปลายของชีวิตก็ชั่ว ส่วนบางคนนั้นตอนแรกเป็นคนชั่ว แต่ตอนหลังบั้นปลายของชีวิตก็กลับเป็นคนดีได้ เพราะฉะนั้น ท่านผู้นั้นก็กล่าวว่า ตามลัทธิศาสนานั้นก็ตัดสินกันตอนจะตายว่า ก่อนจะตายนั้นคนนั้นเป็นคนดีหรือเป็นคนชั่ว คือ หมายความว่าสามารถกลับตัว ได้ใหม่ แสดงให้เห็นว่า ผู้นั้นเข้าใจว่า ความดีและความชั่วจบลงตอนตาย

แต่ความจริงไม่ใช่อย่างนั้นเลย ตราบใดที่ยังมีเหตุมีปัจจัย ผลก็ยังต้องเกิด ต้องมีตราบนั้น ไม่ใช่ว่าเป็นคนดีตอนตายแล้วก็ไม่ต้องเกิดอีก ถ้าท่านผู้นั้นมีทั้งดี และชั่วอยู่ในใจ แต่ยังไม่แสดงออกทางกาย ทางวาจา คนอื่นจะรู้ได้ไหม เพราะฉะนั้น ไม่พอที่จะกล่าวสิ่งหนึ่งสิ่งใดเพียงเินและกัรบฟัง และก็คิดว่าถูก แต่ต้องพิจารณา ละเอียดกว่านั้นมาก

ท่านผู้ฟังท่านหนึ่งกล่าวว่า เมื่อท่านได้รับฟังพระธรรมแล้ว เวลาที่อกุศลจิตเกิด กับท่าน แม้แต่ใจที่จะน้อมไปไม่ให้คิดถึงเรื่องเก่า ๆ ที่ทำให้กิเลสบุคคลนั้นก็ยังทำไม่ได้ คือ ฟังและเข้าใจทุกอย่างว่า ไม่ควรคิดถึงสิ่งที่ผ่านไปแล้ว ไม่ควรคิดถึงความไม่ดีที่ คนนั้นได้กระทำตอนไปแล้ว ทั้ง ๆ ที่คิดอย่างนี้ แต่ที่จะไม่ให้ใจชุ่นเคื่องนั้น ไม่ได้ และที่จะไม่ให้ไม่คิด ก็ไม่ได้เหมือนกัน

แสดงให้เห็นถึงความเป็นอนัตตาของสภาพธรรมว่า แม้แต่ความจำ แม้แต่การ ที่วิตกจะตรึกนึกถึงเรื่องเก่า ๆ ก็ไม่ใช่สิ่งที่อยู่ในอำนาจบังคับบัญชา และแม้ใน ขณะนั้นเองที่กำลังคิดถึงเรื่องเก่าที่ทำให้ชุ่นใจในบุคคลนั้น ท่านก็รู้สึกลัว จิตใจของ ท่านเร่าร้อน เป็นทุกข์ ไม่สบายเลย และท่านก็ยังคิดขึ้นได้ว่า เพียงกุศลจิตเกิดใน ขณะนั้น ย่อมสงบความทุกข์เร่าร้อนในขณะนั้นได้ แต่แม้กระนั้นกุศลก็ไม่เกิด และ การที่จะไม่ให้คิดอย่างนั้น ก็เป็นไปไม่ได้ ทั้ง ๆ ที่รู้ว่า เพียงกุศลจิตเกิดและไม่คิดถึง เรื่องนั้น ความสงบจากความทุกข์ก็จะเกิดได้



ท่านยังคิดต่อไปอีกว่า ถ้าเพียงกุศลจิตเกิด และขณะที่ความทุกข์เร่าร้อนนั้นสงบไปแม้ชั่วครู่ ก็ยังสบายอย่างนั้น ถ้ากิเลสดับหมดไม่เหลือเลยสักประเภทเดียว ความสุขความสงบจะสักเพียงไหน แต่แม้อย่างนั้น ขณะนั้นก็ยังไม่สามารถเป็นอย่างนั้นได้ แสดงให้เห็นว่า กว่าที่จะรู้สภาพธรรมแต่ละอย่างไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน ย่อมยากกว่าการที่เพียงแต่จะรู้ว่า ขณะนั้นเป็นอกุศลและถ้าอกุศลนั้นสงบลง กุศลจิตเกิดก็就会有ความสงบ

เนื่องจากยังมีความเป็นตัวตน ยังไม่ได้ระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมจนทั่ว เพราะฉะนั้น จึงไม่สามารถระงับแม้แต่ความเร่าร้อน ความทุกข์ที่เกิดขึ้นเพราะนึกถึงเรื่องเก่า ๆ ที่ทำให้ไม่สบายใจได้

นี่คือชีวิตตามปกติตามความเป็นจริง เพราะฉะนั้น พระธรรมที่พระผู้มีพระภาคทรงแสดงเป็นสัจธรรม เป็นความจริงสำหรับทุกท่านที่จะรู้จักตนเองว่า ท่านมีกุศลประเภทใด และมีอกุศลประเภทใด เพราะบางท่านมักจะนึกถึงเรื่องเก่า ๆ และไม่ถ้อย และก็เป็นอย่างนี้บ่อย ๆ บังคับตัวเองก็ไม่ได้ เพราะฉะนั้น มีทางเดียว คืออบรมเจริญปัญญาที่จะรู้ว่า แม้ขณะนั้นไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน จนกว่าจะดับการยึดถือสภาพธรรมว่า เป็นสัตว์ เป็นบุคคล เป็นตัวตนได้จริง ๆ ไม่มีหนทางอื่นเลย นอกจากการประจักษ์แจ้งปรมัตถสัจจะ ซึ่งเป็นสภาพธรรมที่เกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัย ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคลสักลักษณะเดียว

ปรมัตถโชติกา อรรถกถา อูรควรรค สุตตนิบาต อรรถกถาอาฬวกสูตร
มีข้อความว่า

บทว่า สจุเจน ความว่า บุคคลย่อมได้ชื่อเสียงอย่างนี้ คือ ผู้พูดคำสัตย์ พูดคำจริง ย่อมได้ชื่อเสียง ด้วยสัจจะบ้าง พระผู้มีพระภาคอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า พระปัจเจกพุทธเจ้า พระอริยสาวกย่อมได้ชื่อเสียง ด้วยปรมัตถสัจจะบ้าง

เพราะฉะนั้น ปัญญาเท่านั้นที่สามารถรู้สภาพธรรมทุกอย่างได้ตามความเป็นจริง แต่ต้องอาศัยการฟังพระธรรม การพิจารณาพระธรรม การเป็นผู้ที่ละเอียด และการเป็นผู้ที่อบรมเจริญปัญญาเป็นลำดับขั้นด้วย



การฟังพระธรรมจะทำให้เข้าใจเรื่องเหตุปัจจัย และผลซึ่งเกิดจากเหตุปัจจัย นั้น ๆ เพื่อให้ระลึกได้ในชีวิตประจำวันว่า เป็นเพียงสภาพธรรมทั้งหลาย

บางสภาพธรรมก็เป็นเหตุ บางสภาพธรรมก็เป็นผล ซึ่งเกิดเนื่องสืบต่อกันตลอด เช่น ในการเกี่ยวเนื่องสืบต่อกันของอาหาร ๔ ที่ได้กล่าวถึงแล้ว คือ กวฬิงการอาหาร ๑ ผัสสาหาร ๑ มโนสัทธเจตนาหาร ๑ วิญญานาหาร ๑ ซึ่งตราบไต่ที่ยังมีอาหารเป็น ปัจจัย ก็จะทำให้มีผลคือการเกิดดับสืบต่อในสังสารวัฏฏ์ จนกว่าจะดับอาหารได้หมด





๑๔๗๗

ที่ห้องประชุมตึกสภากาชาดศึกษาฬามกุฎราชวิทยาลัย

วันอาทิตย์ที่ ๓๐ ธันวาคม ๒๕๓๓



กวจิงการหาร คือ อาหารที่กลืนกินเป็นคำ ๆ ที่ทำให้ร่างกายดำรงอยู่ได้ และผลคือทำให้เกิดรูป สำหรับอาหารบางอย่างก็ทำให้เกิดทั้งนามและรูป แต่ กวจิงการหาร ผลโดยตรง คือ รูปซึ่งเกิดเพราะการบริโภคกวจิงการหารเป็นปัจจัย

สำหรับอาหารข้างนอกที่ยังไม่ถูกผัสสะกระทบ ย่อมยังไม่เป็นปัจจัยใด ๆ ทั้งสิ้น แต่ขณะที่กำลังบริโภคอาหาร ขณะนั้นผัสสะกระทบสี่ของอาหารทางตา กระทบเสียง ของอาหารทางหู บางท่านก็บอกว่าผักนี้สดดี เคี้ยวก็มีเสียงกรอบ ซึ่งแสดงให้เห็นถึง ความสดของผักนั้น แสดงให้เห็นว่า ในขณะที่กำลังบริโภคนั้นเอง ทางตา ผัสสะก็ กระทบสี่ของอาหาร ทางหูก็ยังได้ยินเสียงของอาหาร ทางจมูกก็ได้กลิ่นของอาหาร ทางลิ้นก็ลิ้มรสของอาหาร ทางกายก็กระทบไณฐรูปพะของอาหาร คือ บางอาหาร ก็แข็ง บางอาหารก็อ่อน ซึ่งผลของผัสสะ คือ ทำให้เกิดเวทนา ความรู้สึก เป็นผล โดยตรงของผัสสะ

ขณะใดก็ตามที่มีการกระทบสิ่งหนึ่งสิ่งใดทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ เวทนาเจตสิกเกิดพร้อมกับผัสสะเจตสิก ไม่แยกกันเลย ผัสสะกระทบ สิ่งใด เวทนายารู้สึกในสิ่งที่ผัสสะกำลังกระทบนั้น เพราะฉะนั้น เวทนาที่เกิดขึ้นเป็น ปัจจัยทำให้เกิดตัณหา ความยินดี ความต้องการที่จะได้เวทนานั้น ๆ ที่น่าพอใจอีก

ในขณะที่มีความยินดีพอใจต้องการสิ่งหนึ่งสิ่งใด ให้ทราบว่ ความยินดี ความต้องการนั้นเป็นเหตุให้เกิดความยึดมั่น คือ อุปาทาน ซึ่งท่านผู้ฟังพิสุจน์การ สืบเนื่องของธรรมได้ เวลาที่มีความพอใจยึดมั่นติดข้องในรูป ในเสียง ในกลิ่น ในรส ในไณฐรูปพะ ย่อมแสดงว่า ต้องมีการกระทบกับอารมณ์นั้น ๆ และมีความรู้สึกที่ พอใจในอารมณ์นั้น เมื่อมีความรู้สึกที่พอใจ จึงต้องการอารมณ์นั้นอีก ต้องการและ ไม่ปล่อย หมายความว่าความต้องการนั้นทำให้มีการยึดถือในอารมณ์นั้น และเมื่อมี



ความต้องการ มีความยึดถือในอารมณ์นั้นเป็นอุปาทานแล้ว ก็ทำให้เกิดภพ คือ มโนสัญเจตนาหาร เพราะฉะนั้น แสดงให้เห็นถึงการเกี่ยวข้อสืบเนื่องกันของอาหาร จากกวจิการาหาร ผัสสาหาร และมโนสัญเจตนาหาร

สังยุตตนิกาย นิทานวรรค มีข้อความเรื่องมโนสัญเจตนาหาร ซึ่ง พระผู้มีพระภาคตรัสกับภิกษุทั้งหลายว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ก็มโนสัญเจตนาหารจะพึงเห็นได้อย่างไร เหมือนอย่างว่า มีหลุมถ่านเพลิงอยู่แห่งหนึ่งลึกมากกว่าหัวบุรุษ เต็มไปด้วยถ่านเพลิง ไม่มีเปลว ไม่มีควัน ครั้งนั้นมีบุรุษคนหนึ่งอยากมีชีวิตอยู่ ไม่อยากตาย รักสุขเกลียดทุกข์ เดินมา บุรุษสองคนมีกำลังจับเขาที่แขนข้างละคน คร่าไปสู่หลุมถ่านเพลิง ทันใดนั้นเอง เขามีเจตนาปรารถนาตั้งใจอยากจะให้ไกลจากหลุมถ่านเพลิง ข้อนั้นเพราะเหตุไร เพราะเขารู้ว่า ถ้าเขาจักตกหลุมถ่านเพลิงนี้ก็จักต้องตาย หรือถึงทุกข์แทบตาย ข้อนั้นฉันใด เรากล่าวว่า พึงเห็นมโนสัญเจตนาหารฉันนั้น เหมือนกัน

เมื่ออริยสาวกกำหนดมโนสัญเจตนาหารได้แล้ว ก็เป็นอันกำหนดรู้ตัวตน ทั้งสามได้แล้ว เมื่ออริยสาวกกำหนดรู้ตัวตนทั้งสามได้แล้ว เรากล่าวว่า ไม่มีสิ่งใดที่ อริยสาวกพึงทำให้ยิ่งขึ้นไปกว่านี้อีกเลย

ไม่ใช่เพียงฟังเท่านั้นและกำหนด และก็รู้ว่า ที่มีผัสสะกระทบทำให้เกิดเวทนา เวทนาเกิดรู้สึกชอบ ไม่ชอบ ยินดี เป็นสุข เป็นทุกข์ ทำให้เกิดความ ต้องการ ความต้องการก็ทำให้เกิดความยึดมั่น ความยึดมั่นก็ทำให้เกิดกรรมซึ่งเป็นการกระทำ ที่จะทำให้เกิดวิบากต่อไป เพียงเท่านั้นไม่พอ เพราะแม้ข้อความจะกล่าวไว้เพียงเท่านี้ แต่ผู้ฟังต้องเข้าใจจริง ๆ รู้จริง ๆ แม้ในมโนสัญเจตนาหาร หรือแม้ในเหตุอื่น ๆ ที่จะ ทำให้ชีวิตดำรงอยู่ต่อไปในสังสารวัฏฏ์

ความจริงแล้วทุกคนก็ทราบ ว่า ปริยัติกับปฏิบัติเป็นเรื่องเดียวกัน ไม่ได้แยกกัน ถ้ามีความเข้าใจธรรมแล้วไม่มีปัญหา เพราะเมื่อมีความเข้าใจที่ถูกต้องก็เป็นปัจจัยทำให้เกิดสติระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ



และการที่จะเข้าใจพระธรรม ถ้าเพียงได้ฟังส่วนของพระสูตรหรือพระอภิธรรม เป็นบางส่วน ก็จะทำให้เข้าใจสภาพธรรมแม้บางส่วนที่ได้ฟังนั้นเพิ่มขึ้น แต่เป็นเรื่องที่ทุกท่านจะต้องอดทน ท่านที่ใคร่จะศึกษาพระธรรมมาก ๆ ก็มีโอกาสดังฟังที่นี้ หรือ รับฟังทางวิทยุ หรืออ่านหนังสือ หรือสนทนาธรรมกับสหายธรรม หรือเมื่อได้ฟังแล้ว ไม่ทิ้งไปเลย มีโอกาสดังระลึกนึกถึงพระธรรมที่ได้ฟัง อาจจะมีใคร่ครวญถึง ปรมัตถธรรม เหตุผล หรือในขณะนั้นเกิดสติปัฏฐานระลึกลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ ซึ่งในตอนแรก ๆ ปัญญายังไม่รู้ชัดในลักษณะของสภาพธรรมเลย แม้ว่า กำลังได้ฟังเรื่องของการเห็นเป็นต้น เช่น ในขณะนี้

ประโยชน์ของพระธรรมที่จะได้รับฟัง คือ ชั่ว เพื่อให้ระลึกรู้ลักษณะของ สภาพธรรมที่ฟังเข้าใจแล้ว ชั่วฟังเข้าใจแล้วนี้ไม่มีปัญหา จะมากหรือน้อย แต่การ อบรมเจริญปัญญาที่จะรู้ลักษณะแท้ ๆ ลักษณะจริง ๆ ของสภาพธรรมที่ได้ฟังแล้ว ในขณะหนึ่งขณะใดก็ตาม นั้นเป็นประโยชน์ที่สำคัญมาก

เพราะฉะนั้น ในขณะนี้ทางตาที่กำลังเห็น เมื่ออาทิตย์ก่อนก็พูด อาทิตย์โน้น ก่อนอาทิตย์ก่อนก็พูดเรื่องการเห็น ก็เพื่อที่จะให้เกิดการระลึกได้ รู้ว่าในขณะนี้ก็เป็น เพียงสิ่งที่กำลังปรากฏทางตา ชั่วแล้ว ชั่วอีก และสภาพรู้ก็เป็นเพียงลักษณะรู้หรือ ภาตรู้ อารมณ์รู้เท่านั้นเอง ชั่วขณะหนึ่ง และสติก็อาจจะเกิดระลึกรู้ลักษณะของ สภาพธรรมในขณะที่กำลังได้ยิน แม้ว่าจะผ่านไปอย่างรวดเร็ว แต่ก็เคยได้ยินได้ฟังมา จนชินว่า อารมณ์รู้ ลักษณะรู้ในขณะที่ได้ยิน เป็นสภาพธรรมที่มีจริง ๆ ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน เกิดขึ้นอย่างรวดเร็วและดับไปแล้ว เพราะฉะนั้น สติปัฏฐาน ก็ต้องระลึกบ่อย ๆ ระลึกแล้ว ระลึกอีก เพื่อที่จะเข้าใจลักษณะของสภาพธรรม

บางท่านแม้จะได้ฟังพระธรรมมานาน แต่ก็มีความรู้สึกว่า สติปัฏฐานยังไม่เกิด เพราะได้ยินบางท่านบอกว่า ฟังพระธรรมมาหลายปี หลายปีของท่านนี้ก็หลายปีจริง ๆ ไม่ใช่เพียง ๑ ปี ๒ ปี ท่านบอกว่า สติปัฏฐานของท่านไม่ค่อยจะเกิด ก็เป็นความจริง ซึ่งก็ควรจะต้องรู้ว่า การที่สติปัฏฐานจะเกิดนั้นเพราะเหตุปัจจัย เมื่อเพราะเหตุปัจจัยแล้ว ก็ต้องฟังต่อไปอีกนั่นเอง จนกว่าการสะสมความเข้าใจพระธรรมที่ละเอียดที่ละน้อย



สิ่งอันพันละน้อย จะค่อย ๆ สะสมปรุงแต่งจนกระทั่งสติปัฏฐานระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ ไม่มีอะไรอื่นในชีวิต นอกจากนามธรรมและรูปธรรมเกิดขึ้น

อกุศลก็เป็นของจริง สติปัฏฐานก็เกิดสลับระลึกรู้ลักษณะของอกุศลขณะนั้นได้ ขณะที่กำลังเห็นเกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัยก็เป็นของจริง สติปัฏฐานสามารถเกิดสลับระลึกรู้ลักษณะของเห็นที่กำลังเห็นได้ และเวลาที่กุศลจิตเกิดก็เป็นของจริง สติปัฏฐานก็สามารถเกิดระลึกรู้ลักษณะของกุศลจิตในขณะนั้นได้

เพราะฉะนั้น การเป็นผู้ที่เข้าใจพระธรรมแล้ว จะทำให้เป็นผู้ที่มีปกติระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ แม้จะไม่ใช้คำว่า สติปัฏฐาน แต่ใช้คำว่า ระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ คนที่เข้าใจแล้วสามารถระลึกรู้ได้ทันที ในขณะนี้ มีสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ ระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ เท่านั้นเอง สลับกันไปเป็นปกติ ซึ่งบุคคลอื่นไม่สามารถรู้ได้ ไม่ใช่พิธีกรรม ไม่ใช่พิธีการ ไม่ใช่แบบแผน ไม่ใช่กฎเกณฑ์อะไรเลย เพียงแต่ชีวิตปกติประจำวันเป็นอย่างไร สติก็สามารถเกิดขึ้นระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมในขณะนั้นตามปกติตามความเป็นจริงได้

ปัญหาอยู่ที่ว่า เมื่อสติไม่ระลึกแล้วจะอย่างไร ซึ่งปัญหานี้อาจจะอยู่ในใจของหลายคน คิดดูดี ๆ เพียงสติไม่ระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ ในขณะนี้ จะอย่างไร

บางคนซึ่งไม่มีความมั่นคงในหนทางปฏิบัติที่ถูกต้อง จะทำอย่างอื่นทันที จะพยายามถาม จะพยายามหาวิธีต่าง ๆ เพื่อให้สติเกิดระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรม แต่ถ้าเป็นผู้ที่เข้าใจสาดถกสัมปชัญญะ คือ การรู้ประโยชน์ของสติปัฏฐาน ซึ่งการรู้ประโยชน์ของสติปัฏฐาน ไม่ใช่ขณะที่อ่านตำราและรู้ว่า สติปัฏฐานจะทำให้ปัญญาเจริญเป็นวิปัสสนาญาณขั้นต่าง ๆ จนรู้แจ้งอริยสัจจธรรม แต่เป็นในขณะที่สติไม่เกิดและจะอย่างไร ถ้ารู้สาดถกสัมปชัญญะ คือ ระลึกทันที เพราะอะไร ก็เพราะเห็นประโยชน์ของสติ

ที่ใช้คำว่า เห็นประโยชน์ของสติ คือรู้ว่า ขณะใดที่หลงลืมสติ ขณะนั้นปัญญาไม่เจริญ เพราะฉะนั้น ไม่ใช่ทำวิธีอื่นที่จะเป็นวิธีลัด เมื่อสติไม่เกิด



สาตถกสัมปชัญญะมี ก็เห็นประโยชน์ของสติ คือ ระลึกทันที ผู้ที่ระลึกลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏทันที ผู้นั้นชื่อว่ารู้สาตถกสัมปชัญญะ คือ รู้ประโยชน์ของสติปฏิฐานว่า ไม่ใช่ไปทำอย่างอื่น ไม่ใช่แสวงหาวิธีอื่น แต่ประโยชน์คือระลึกทันทีเท่านั้นที่จะทำให้ปัญญาค่อย ๆ เจริญขึ้นที่จะรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏในขณะนี้ได้

ผู้ฟัง อาจารย์บอกให้ระลึกทันที และในหลาย ๆ เข้ามานี้ กลางคืนก็ด้วย สติไม่เกิด รู้สึกว่าจะไม่มีหิริโอตตปปะ คือ ไม่เคยละอายเลย สติไม่เกิดก็ไม่เกิด ไม่เคยรู้สึกว่าจะน่าละอายที่ไม่มีสติเกิด ถ้าบอกว่า ให้มีสติเดี๋ยวนี้ แต่ไม่มี แสดงว่าเราฟังอาจารย์แล้วยังไม่ได้เหตุปัจจัยพอที่สติจะระลึกเดี๋ยวนี้ และยังถ้าบอกว่า ให้มีหิริโอตตปปะ ก็ยังไม่เกิด คล้าย ๆ กับว่า เมื่อสติไม่มีก็ไม่เกิด ไม่เกิดหิริโอตตปปะ

ส. เพราะฉะนั้น การฟังพระธรรม ต้องฟังหลาย ๆ เรื่องประกอบกัน ถ้าฟังเรื่องของหิริโอตตปปะแล้วยังไม่มีหิริโอตตปปะเกิดที่สติจะระลึก ก็ฟังเรื่องอื่นหรือทบทวนเรื่องเก่า เช่น สาตถกสัมปชัญญะ ผู้รู้ประโยชน์ของสติปฏิฐาน ขณะนี้ถ้ารู้ประโยชน์สติที่ระลึก ขณะใดที่สติระลึก ขณะนั้นไม่ปราศจากสาตถกสัมปชัญญะ

สัมปชัญญะทั้ง ๔ นี้พร้อมกัน เพราะขณะนั้นเห็นประโยชน์ว่า อย่างอื่นไม่เป็นประโยชน์ จะไปอยู่ปากก็ไม่เป็นประโยชน์ จะไปทำอย่างอื่น จะไปลุกขึ้นเดิน กิริยาอาการต่าง ๆ ก็ไม่ใช่ประโยชน์ แต่ประโยชน์ คือ ขณะที่สติระลึกลักษณะของสภาพธรรม ขณะนั้นจึงจะชื่อว่าเป็นผู้เห็นประโยชน์จริง ๆ

และในขณะนั้นสัปปายะสัมปชัญญะก็มี เพราะว่าสภาพธรรมเกิดและดับ ขณะนี้สภาพธรรมทั้งหลายไม่เที่ยงแน่นอน สภาพธรรมทุกอย่างที่เกิดขึ้นดับ และกิดดับ เพราะฉะนั้น ถ้าสติสัมปชัญญะไม่เกิด ไม่ระลึก สภาพธรรมนั้นก็ดับไป ๆ และการรู้ความจริงของสภาพธรรมที่เกิดขึ้นดับ ก็เพราะสติระลึกที่สภาพธรรมซึ่งเป็นสัปปายะของสติ เพราะว่าอย่างอื่นไม่เป็นสัปปายะ นอกจากลักษณะของสภาพธรรม ถ้าจะลุกขึ้นเดินและพยายามคิดว่า ขณะเดินนั้นไม่ใช่เรา นั่นไม่มี



สัปายสัมปชัญญะเลย เพราะไม่มีลักษณะสภาพที่เกิดดับปรากฏเพื่อให้ปัญญาเจริญขึ้น

ผู้ฟัง ขณะที่ฟังพระธรรมจากอาจารย์ ก็ต้องถือว่าเป็นสัปายะเหมือนกัน เวลาอาจารย์พูดถึงเรื่องสติปัฏฐาน สภาพธรรมก็มี กลิ่นก็มี เสียงก็มี เมื่อก็กระลิกสลับกับที่อาจารย์บรรยาย เพราะฉะนั้น ที่อาจารย์บรรยายก็เป็นสัปายะอย่างหนึ่งเหมือนกัน

ส. สภาพธรรมที่ปรากฏ ทุกขณะเป็นสัปายสัมปชัญญะ เพราะว่า เป็นสภาพธรรมที่มีจริงที่จะทำให้ปัญญาารู้แจ้งชัดได้

ผู้ฟัง พูดถึงหิริโอตตปปะ อย่างสมัยพุทธกาลที่เมืองกุรุ ที่นั่นเขาเจริญสติปัฏฐาน เขาคุยเรื่องสติปัฏฐานกัน ทักทายกันว่า เจริญสติปัฏฐานทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจบ้างหรือยัง ถ้ามีสังคมอย่างนี้มาก ๆ ผมคิดว่าหิริโอตตปปะน่าจะเกิดได้ดีกว่าในสมัยนี้

ส. สังคมนี้นี้ก็เหมือนสังคมของชาวกุรุ คือ ขณะนี้ฟังเรื่องนามธรรมและรูปธรรม และมีการสนทนากันเรื่องธรรมที่กำลังปรากฏเพื่อสติที่จะระลึกรู้ ก็เหมือนสังคมของชาวกุรุ คือ ไม่ปราศจากการสนทนาธรรมเรื่องของสภาพธรรมที่สติจะระลึกเป็นสติปัฏฐานทั้งหมด

พระธรรมเป็นเรื่องที่ละเอียดจริง ๆ ทุกคนเกิดมาเห็น ได้ยิน ได้กลิ่น ลิ้มรส รู้สิ่งที่กระทบสัมผัส คตินึกไปที่ละวัน ๆ โดยที่ถ้าไม่พิจารณาและไม่ได้ฟังพระธรรม จะไม่รู้เลยว่า สภาพธรรมที่ปรากฏตามปกติในชีวิตประจำวันนี้มีความลึกซึ้ง ซึ่งปัญญาจะต้องฟังแล้ว ฟังอีก พิจารณาแล้ว พิจารณาอีก เพื่อที่จะเข้าใจความลึกซึ้ง ความละเอียดของสภาพธรรม และรู้ว่าการที่ปัญญาจะเจริญนั้น ไม่ใช่เจริญจากขณะอื่นเลย นอกจากชีวิตซึ่งแต่ก่อนนี้เข้าใจว่าไม่มีอะไร เกิดมาก็เห็น ได้ยิน ได้กลิ่น ลิ้มรส รู้สิ่งที่กระทบสัมผัส คตินึกไปที่ละวัน และก็ตาย ดูเหมือนว่าไม่มีอะไรเลย เพราะความไม่รู้ แต่ถ้าได้ฟังพระธรรมแล้วจะรู้ว่า มากมายเหลือเกิน ที่จะต้องเข้าใจในสิ่งที่กำลังปรากฏตามปกติในชีวิตประจำวัน เพราะว่าเป็นความ



ละเอียด เป็นความลึกซึ้ง ถ้าพระผู้มีพระภาคอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าไม่ทรงแสดง
ทุกคนก็จะปล่อยไว้วันหนึ่ง ๆ ผ่านไป เหมือนไม่มีอะไรที่จะต้องเข้าใจ ที่จะต้องรู้จาก
ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ

เมื่อได้ฟังพระธรรมแล้ว ก็เริ่มเห็นความลึกซึ้ง ยิ่งฟังก็ยิ่งเข้าใจละเอียดขึ้น
เป็นการสะสมความเข้าใจที่จะทำให้สติปัญญามีการระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรม
จนในที่สุดสามารถรู้แจ้งอริยสัจธรรม ซึ่งนอกจากหนทางนี้ ไม่มีหนทางอื่นเลยที่จะ
ทำให้ประจักษ์ความจริงของสัจธรรมได้ หรือท่านผู้ฟังยังคิดว่ามีหนทางอื่น

ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ วันหนึ่ง ๆ ธรรมดา ๆ แต่เรื่องธรรมดา ๆ ที่จริงแล้ว
ไม่ธรรมดาเลยสำหรับผู้รู้ หรือเริ่มศึกษาให้เข้าใจขึ้น แต่ถ้าไปบอกท่านผู้อื่นที่ยังไม่ได้
ศึกษา ท่านก็คิดว่า ไม่จำเป็นต้องรู้

ถ. หิริโตนัตตปะนี้กล่าวว่า เป็นเหตุใกล้ของศีล เมื่อเข้าใจลักษณะของ
หิริโตนัตตปะ ซึ่งหิริคือความละอายต่อบาปทุจริต โตนัตตปะคือความเกรงกลัวต่อบาป
ทุจริตเป็นต้น ในขณะนี้ที่หิริโตนัตตปะเกิดแล้ว ชื่อว่ามีศีลประกอบด้วยหรือเปล่า

ส. หิริโตนัตตปะเจตสิกเกิดกับโสภณจิตทุกดวง นี่เป็นความละเอียดที่จะต้อง
ทราบ ว่า แม้ขณะที่เกิดกุศลจิตที่จะให้ท่าน ขณะนั้นก็ต้องประกอบด้วยโสภณ-
สาธารณเจตสิกครบทั้ง ๑๙ ดวง จะขาดดวงหนึ่งดวงใดไม่ได้เลย แต่ถ้าลักษณะของ
เจตสิกดวงหนึ่งดวงใดไม่ปรากฏ ซึ่งก็เป็นเหตุที่หลายท่านบอกว่า ไม่เห็นรู้ลักษณะของ
หิริและโตนัตตปะ ขณะที่ให้ท่านไม่เห็นเลยว่า มีหิริ มีโตนัตตปะในขณะไหน

ในขณะนั้นเมื่อเป็นกุศลจิต โสภณสาธารณเจตสิกทั้งหมดต้องเกิดร่วมด้วย
จะปราศจากศรัทธาไม่ได้ ปราศจากหิริ ปราศจากโตนัตตปะ ปราศจากอโลภะ
อโทสะ หรือปราศจากตัณห์ฉณัตตตาไม่ได้เลย ซึ่งเจตสิกที่เป็นโสภณสาธารณะ ๑๙
และมีอัญญสมานาเจตสิกอีก ถ้ารวมกันแล้วก็มากกว่า ๑๙ สำหรับเจตสิกที่เกิดกับ
กุศลจิต ๑ ขณะ แต่จิตสามารถรู้ลักษณะของสภาพธรรมเพียงทีละอย่างเท่านั้น

เพราะฉะนั้น แล้วแต่ว่าสภาพธรรมใดจะปรากฏในขณะนั้นและสติระลึกจึงรู้
แต่ถ้าไม่มีการระลึก แม้เจตสิกจะเกิดตั้ง ๒๐ - ๓๐ กว่าประเภท ก็ไม่รู้เลยว่าในขณะ



กำลังให้ทานนั้น มีหิริเจตสิก มีศรัทธาเจตสิก มีโศตตัปปเจตสิก และมีอัญญสมานา-
เจตสิกอื่น ๆ อีกที่เกิดร่วมด้วย





๑๔๗๘

ที่ห้องประชุมตึกสภากาการศึกษามหาวิทยาลัย

วันอาทิตย์ที่ ๑๓ มกราคม ๒๕๓๔



ส. สิ่งที่เราดูเหมือนเป็นชีวิตประจำวันและไม่มีอะไร แต่ความจริงถ้ารู้
จะเห็นได้ว่า การที่สภาพธรรมแต่ละอย่างที่จะเกิดขึ้นแต่ละขณะนั้น ต้องมีปัจจัย
ปรุงแต่งที่จะให้เกิดขึ้นมาก ทั้งจิต เจตสิก และรูป โดยปัจจัยต่าง ๆ กันด้วย ยิ่งรู้
ก็ยิ่งเห็นความลึกซึ้งของทุกขณะที่เกิดมา

ข้อความสั้น ๆ ตอนท้ายของกถาพิงการอาหาร ผัสสาหาร และมโนสัญญาเจตนาหาร
ใน **ปุตตมั่งสูตร** ซึ่งทุกคนฟังข้อความนี้ผ่านไปแล้วในคราวก่อน ๆ

ข้อความตอนท้ายของกถาพิงการอาหาร พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

เมื่ออริยสาวกกำหนดรู้กถาพิงการอาหารได้แล้ว ก็เป็นอันกำหนดรู้ความยินดี
ซึ่งเกิดแต่เบญจกามคุณ เมื่ออริยสาวกกำหนดรู้ความยินดีซึ่งเกิดแต่เบญจกามคุณ
ได้แล้ว สังโยชนอันเป็นเครื่องชักนำอริยสาวกให้มาสู่โลกนี้อีกก็ไม่มี

ข้อความตอนท้ายของผัสสาหาร พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

เมื่ออริยสาวกกำหนดรู้ผัสสาหารได้แล้ว ก็เป็นอันกำหนดรู้เวทนาทั้ง ๓ ได้
เมื่ออริยสาวกกำหนดรู้เวทนาทั้ง ๓ ได้แล้ว เรากล่าวว่า ไม่มีสิ่งใดที่อริยสาวกพึงทำ
ให้ยิ่งขึ้นไปกว่านี้อีกเลย

ข้อความตอนท้ายของมโนสัญญาเจตนาหาร พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

เมื่ออริยสาวกกำหนดรู้มโนสัญญาเจตนาหารได้แล้ว ก็เป็นอันกำหนดรู้ตัณหาทั้ง ๓
ได้แล้ว เมื่ออริยสาวกกำหนดรู้ตัณหาทั้ง ๓ ได้แล้ว เรากล่าวว่า ไม่มีสิ่งใดที่อริยสาวก
พึงทำให้ยิ่งขึ้นไปกว่านี้อีกแล้ว



ฟังดูสั้นมาก ตั้งแต่กวฬิงการาหารซึ่งบริโภคเป็นประจำ แต่ข้อความสั้น ๆ ที่ว่า เมื่ออริยสาวกกำหนดรู้ความยินดีซึ่งเกิดแต่เบญจกามคุณได้แล้ว สังโยชนอันเป็นเครื่อง ชักนำอริยสาวกให้มาสู่โลกนี้อีกก็ไม่มี นี่ต้องเป็นผู้ที่ฟังและเข้าใจว่า จะเป็นไปได้ อย่างไร หรือแม้ข้อความตอนท้ายของผัสสาหารที่ว่า เมื่ออริยสาวกกำหนดรู้ผัสสาหาร ได้แล้ว เป็นอันกำหนดรู้เวทนาทั้ง ๓ ได้ เมื่ออริยสาวกกำหนดรู้เวทนาทั้ง ๓ ได้แล้ว เรากล่าวว่า ไม่มีสิ่งใดที่อริยสาวกพึงทำให้ยิ่งขึ้นไปกว่านี้อีกแล้ว

และสำหรับมโนสัญญาเจตนาหาร ซึ่งได้แก่ กรรม คือ กุศลจิต อกุศลจิต พระผู้มีพระภาคตรัสว่า เมื่ออริยสาวกกำหนดมโนสัญญาเจตนาหารได้แล้ว ก็เป็นอัน กำหนดรู้ตณหาทั้ง ๓ ได้แล้ว เมื่ออริยสาวกกำหนดรู้ตณหาทั้ง ๓ ได้แล้ว เรากล่าว ว่า ไม่มีสิ่งใดที่อริยสาวกพึงทำให้ยิ่งขึ้นไปกว่านี้อีกแล้ว

ฟังเพียงเท่านี้ ก็ยังต้องพิจารณาไตรตรองให้เข้าใจถึงหนทางที่จะทำให้ สามารถไม่กลับมาสู่โลกนี้อีก หรือไม่มีสิ่งใดที่จะทำให้ยิ่งขึ้นไปกว่านี้อีกแล้ว เมื่อเป็นผู้ที่เข้าใจจริง ๆ ซึ่งจะพิจารณาตั้งแต่กวฬิงการาหารอีกก็ได้ เพราะว่าทุกคน บริโภคทุกวัน เพราะฉะนั้น ถ้าจะพูดถึงเรื่องนี้อีกที่จะทำให้เกิดปัญญา ซึ่งต่อเนื่อง เชื่อมโยงกันทั้งกวฬิงการาหาร ผัสสาหาร มโนสัญญาเจตนาหาร และวิญญาณาหาร ก็จะทำให้ปัญญาเกิด เมื่อเข้าใจการที่จะพิจารณาธรรมว่า ควรพิจารณาอย่างไร

เช่น นาคคิดว่า เกิดมาแล้วทำไมต้องหิวด้วย เคยคิดบ้างไหม หรือว่าหิวก็หิว เกิดมาก็หิว แต่นาคคิดจริง ๆ ว่า เมื่อเกิดมาแล้วทำไมต้องหิว ในเมื่อทุกขอื่น ๆ ก็ยังไม่จรมมา ชีวิตประจำวันก็มีทุกข์ประจำ คือ ความหิว เป็นทุกข์กายอย่างหนึ่งซึ่ง สัตว์โลกมีเป็นประจำ ยังไม่ต้องกล่าวถึงทุกข์ป่วยไข้ได้เจ็บหรือทุกข์อื่น แต่วันหนึ่ง ๆ ทุกคนก็มีความหิว ซึ่งเป็นทุกข์ประจำร่างกาย วันละหลายครั้ง

สำหรับผู้ฟังพระธรรมมานาน ๆ ในชาติก่อน ก็อาจจะเป็นอนุสสติเตือนให้ระลึก ถึงทุกข์ของกายซึ่งมีแล้วประจำ เมื่อเกิดก็ต้องหิวเป็นของธรรมดา แต่ถ้าไม่มีการ พิจารณาเห็นทุกข์เลยแม้ทุกข์อย่างนี้ ก็ไม่มีทางที่จะพิจารณาให้เข้าใจทุกข์ที่ ยิ่งกว่านี้ คือ ทุกข์ที่เป็นอริยสัจจะได้



พระธรรมที่ทรงแสดงไว้ ทรงแสดงไว้โดยละเอียดที่จะทำให้ผู้มีอัธยาศัยต่าง ๆ กันได้ฟังพระธรรมแต่ละตอน แต่ละข้อความต่าง ๆ กัน ได้สะสมความเข้าใจที่ละเอียดที่ละน้อยทั้งในพระไตรปิฎกและอรรถกถา เพื่อให้มีกำลังของปัญญาที่จะทำให้ระลึกได้ และรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่เป็นทุกข์ ไม่ว่าจะในขณะที่กำลังหิว หรือไม่หิวก็ตาม แต่มีข้อที่น่าคิดว่า ทำไมต้องหิว ซึ่งไม่มีใครบังคับที่จะไม่ให้หิวได้

ความหิว ก็ต้องเกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัย เมื่อมีนามธรรมและมีรูปธรรม เป็นสัตว์โลกในภูมิที่มีชั้น ๕ ก็ต้องบริโภคอาหารในภูมิของมนุษย์และเทวดา แต่สำหรับในรูปพรหมภูมิ ดับความยินดีพอใจในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะด้วยกำลังของฌาน เพราะฉะนั้น ในรูปพรหมภูมิไม่มีกวนพิชการาหารที่จะต้องบริโภคเป็นคำ ๆ นี่เป็นความต่างกันของระดับจิตและภูมิต่าง ๆ ซึ่งการที่จะเกิดเป็นรูปพรหม หรือเป็นพรหมบุคคลนั้น ต้องตามเหตุตามปัจจัยด้วย แต่ท่านผู้ฟังในยุคนี้นี้คงไม่มีการเกิดในรูปพรหมและอรุณพรหม เพราะเป็นผู้ที่ยังยินดีอยู่ในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ การทำกุศลใด ๆ ก็เป็นไปเนื่องกับรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ เป็นไปในเรื่องของทาน เป็นไปในเรื่องของศีล เป็นไปในเรื่องของความสงบของจิตในชีวิตประจำวัน ซึ่งยากแสนยากที่จะทำให้บรรลุถึงฌานจิตซึ่งเป็นกุศลที่สงบมั่นคงถึงขั้นอัปปนาสมาธิ พร้อมด้วยสติสัมปชัญญะ ประกอบด้วยปัญญา เพราะฉะนั้น ควรเข้าใจถึงเหตุปัจจัยที่จะทำให้เมื่อเกิดอีกก็เกิดในกามภูมิ และก็ต้องมีความหิวอีก

อัฐรสาลินี อรรถกถาธรรมสังคณีปกรณ์ พรรณนาทุกนิทเทศ ในรูปวิภคติ พระบาลีกวพิชการาหารนิทเทศ ข้อ ๖๔๕ มีข้อความบางตอนว่า

สัตว์ทั้งหลายยังอดภาพให้เป็นไปด้วยโอชาใด รูปทั้งนี้เรียกว่า กวพิชการาหาร อาหารที่เราบริโภคมีโอชาที่ทำให้เกิดรูป ซึ่งอุปถัมภ์ค้ำจุนรูปอื่น ๆ ที่เกิดจากกรรม จิต และอตุ ให้ง่ายอยู่ได้ คือ รูปที่เกิดจากสมุฏฐานอื่น ต้องอาศัยรูปที่เกิดจากอาหารด้วย

อีกอย่างหนึ่ง ชื่อว่าอาหาร ด้วยอรรถว่า นำมาซึ่งรูป



พระผู้มีพระภาคทรงประสงค์จะแสดงกวฬิงการาหารด้วยอำนาจแห่งกิจ
จึงตรัสว่า เป็นของอิมท้อง

จริงอยู่ วัตถุย่อมบำบัดความลำบากแห่งร่างกาย แต่ไม่สามารถจะบำรุง
ร่างกาย โอหารูปย่อมบำรุงร่างกาย แต่ไม่สามารถจะบำบัดความลำบากของร่างกาย
ทั้ง ๒ อย่างรวมกันเข้า ย่อมสามารถแม้เพื่อจะบำรุงร่างกาย แม้เพื่อจะบำบัดความ
ลำบากร่างกาย

นี่คืออาหารซึ่งอยู่ในอาหารที่เป็นคำ ๆ

โอหารูปเป็นรูปที่อยู่ในกลุ่มของอวิณภโกรูป ๘ ซึ่งได้แก่ ธาตุดิน น้ำ ไฟ ลม
สี กลิ่น รส และโอชา โอหารูปเป็นรูปซึ่งทำให้เกิดรูป ส่วนธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ
ธาตุลม สี กลิ่น รส ไม่เป็นรูปที่จะทำให้เกิดรูป แต่ปราศจากกันไม่ได้เลย
และเฉพาะโอหารูปรูปเดียวในกลุ่มของรูป ๘ รูปนั้น ที่ทำให้บำรุงร่างกายหรือทำให้
รูปเกิดได้

ข้อความต่อไปมีว่า

ก็ที่ชื่อว่าความลำบากร่างกายนี้ได้แก่อะไร ได้แก่ เตโชธาตุอันเกิดแต่กรรม
ด้วยว่าเมื่อวัตถุมีข้าวสุกเป็นต้นไม่มีอยู่ภายในท้อง เตโชธาตุอันเกิดแต่กรรมเกิดขึ้น
ที่พื้นท้องทำให้รู้สึกหิว และเมื่อบริโภคอาหารแล้ว เตโชธาตุอันเกิดแต่กรรม
ก็ย่อยอาหาร ทำให้หายหิว รู้สึกสบาย

นี่คือนามธรรมและรูปธรรม เป็นชีวิตปกติประจำวัน ซึ่งขณะใดที่สติระลึก
แม้ในขณะที่กำลังหิว ก็สามารถรู้ลักษณะของนามธรรมที่หิว รู้ลักษณะของรูปธรรม
ส่วนหนึ่งส่วนใด แต่ในขณะที่หิว ความทุกข์กายเกิดที่ท้อง เพราะว่า เตโชธาตุอันเกิด
แต่กรรมเกิดที่พื้นท้องทำให้รู้สึกหิว และเมื่อบริโภคอาหารแล้ว เตโชธาตุอันเกิดแต่
กรรมก็ย่อยอาหาร ทำให้หายหิว รู้สึกสบาย เป็นสิ่งที่บุคคลหนึ่งบุคคลใดไม่สามารถ
บังคับหรือเปลี่ยนแปลงได้ แต่เริ่มเห็นความเป็นอนัตตาของสภาพธรรมทั้งหมด ไม่ว่า
พระธรรมที่พระผู้มีพระภาคจะทรงแสดงเรื่องใดก็ตาม เป็นเรื่องของสังขารธรรม เป็นเรื่อง
ของนามธรรม เป็นเรื่องของรูปธรรม ซึ่งล้วนไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตนทั้งสิ้น



ถ้าเพียงฟังอย่างนี้และเห็นความเป็นอนัตตา ย่อมทำให้เข้าใจที่จะคลายการยึดถือสภาพธรรมว่าเป็นเราในขณะที่หิว และถ้าสติปัฏฐานเกิด ก็สามารถระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรม แล้วแต่ว่าจะเป็นทางตา หรือทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ จนกระทั่งสามารถรู้ได้ว่า ไม่มีสิ่งใดที่อริยสาวกพึงทำให้ยิ่งขึ้นไปกว่านี้อีกแล้ว

ถ. ข้อความที่ว่า ไม่มีอะไรที่จะทำให้ยิ่งขึ้นไปกว่านี้ หมายความว่ากำหนดอาหาร สมมติว่ากวฬิงการอาหาร ท่านจะกำหนดอย่างไร

สุ. ตาเห็นไหม หรือมีกวฬิงการอาหารโดยไม่มีสีปรากฏให้เห็นเลย

สำหรับลักษณะเป็นต้นของกวฬิงการอาหาร ข้อความใน **อัญญสาลินี** มีว่า แม้ว่าโดยลักษณะเป็นต้น กวฬิงการอาหาร พึงทราบว่ามีโอชาเป็นลักษณะ มีการนำมาซึ่งรูปเป็นรส มีการอุปถัมภ์เป็นปัจจุปัฏฐาน มีวัตถุที่พึงทำเป็นคำ แล้วกลืนกินเป็นปทัฏฐาน

คือ จะปราศจากธาตุดิน น้ำ ไฟ ลม สี กลิ่น รสไม่ได้เลย เพราะฉะนั้นในขณะที่กำลังแสวงหาอาหาร กำลังตระเตรียมปรุงอาหาร ต้องมีการเห็นสิ่งที่กำลังปรากฏทางตา ต้องมีเสียงปรากฏ ต้องมีกลิ่นปรากฏ ขณะที่ลิ้มก็มีรสปรากฏ ขณะที่กระทบสัมผัสก็มีโณสุพพะปรากฏ ขณะที่คิดนึก ขณะนั้นมีนามธรรมที่จะรู้ได้ว่าไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล เพราะฉะนั้น ก็ครบทั้ง ๖ ทวาร

ถ. หมายความว่าขณะนั้นมีสติระลึกรู้สภาพธรรมที่ปรากฏตลอดเวลา

สุ. ทั้งหมดเป็นปฏิฐานของสติที่จะระลึกได้ทั้งสิ้น แม้ในขณะที่ต้องบริโภคอาหาร

ถ. หมายความว่าขณะนั้นความเข้าใจในเรื่องการเจริญสติปัฏฐานต้องสมบูรณ์แล้ว ที่จะระลึกรู้สภาพธรรมได้ตลอดเวลา ที่ว่าไม่มีอะไรที่จะกำหนดยิ่งไปกว่านี้ หมายความว่าเมื่อท่านกำหนดอย่างนั้นแล้ว ท่านจะต้องบรรลุมรรคผล

สุ. สำหรับพระอริยสาวก

ถ. ไม่ใช่สำหรับคนธรรมดาทั่วไป



ส. ก่อนที่ท่านจะเป็นพระอริยสาวก สติปัฏฐานของท่านต้องค่อย ๆ อบรมเจริญขึ้นทีละเล็กทีละน้อย จากการไม่รู้ลักษณะของนามธรรมและรูปธรรมทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ จนกระทั่งมีเหตุปัจจัย คือ การฟังพระธรรม ฟังเรื่องปัฏฐานของสติที่สติจะระลึก จนกระทั่งมีความเข้าใจที่มั่นคงว่า ไม่มีหนทางอื่น นอกจากสติเท่านั้นที่ระลึกจึงจะเข้าใจ และเริ่มรู้ลักษณะที่เป็นนามธรรมและรูปธรรม ความเข้าใจที่มั่นคงอย่างนี้จะทำให้สติปัฏฐานเกิดเป็นปกติ สลับกับกุศลจิต หรืออกุศลจิตก็ได้ วิบากจิตก็ได้

ถ. ที่ท่านพูดว่า ไม่มีอะไรที่จะกำหนด ท่านพูดไว้สำหรับท่านผู้รู้แล้ว หรือผู้ที่รู้เป็นพระอริยะ ท่านรู้แล้ว

ส. การที่จะรู้อย่างนี้ได้ ก็คือรู้ชีวิตปกติประจำวัน โดยมากท่านผู้ฟังคิดถึงผลไกล แต่ผลใกล้ คือ ความเข้าใจสภาพธรรม การระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมเท่านั้นเอง ขณะใดที่สติเกิดและเริ่มที่จะเข้าใจ นั่นคือหนทางที่จะทำให้ประจักษ์แจ้งอริยสัจธรรมในวันหนึ่ง

ถ. เป็นความจริง ส่วนใหญ่มุ่งหวังจะให้ได้ผลมากกว่าความเข้าใจ เมื่อ ๒ - ๓ วันก่อน ผมต้องมหาสติปัฏฐาน ความมุ่งหวังก็อยากจะรู้ว่า ในมหาสติปัฏฐานท่านสอนให้เราทำอะไร แต่เวลาทอง ไปมุ่งหวังให้จำได้มากกว่า ไปคิดว่า ท่านพูดว่าเดิน ขณะนี้เรามีเดินไหม ท่านพูดว่านั่ง ขณะนี้เรามีนั่งไหม ท่านพูดว่านอน ขณะนี้เรามีนอนไหม ท่านพูดว่ายืน ขณะนี้เรามียืนไหม ท่านพูดว่าเดิน ยืน นั่ง นอน ขณะนี้เรามีเดิน ยืน นั่ง นอนไหม พูดว่าเหลือว คู้ เขยียด พูดว่าเหลือวซ้ายแลขวา ขณะนี้ในชีวิตประจำวันมีไหม ไปคิดว่าจะจำอย่างเดียว ก็ได้แค่จำ ไม่มีความเข้าใจ สติปัฏฐานท่านพูดถึงเรื่องชีวิตของเราจริง ๆ ผมรู้สึกว่าเป็นจริงอย่างนั้น

ส. ขณะที่กำลังฟังเรื่องนามธรรมและรูปธรรมทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ เข้าใจหรือเปล่า

ถ. ก็เข้าใจ แต่ไม่เข้าใจตลอด



ส. และขณะที่อ่านสติปัฏฐาน มีความต่างกัน หรือเหมือนกันกับที่เข้าใจ เรื่องของนามธรรมและรูปธรรมในขณะที่ฟัง

ถ. ขณะอ่านสติปัฏฐาน มุ่งหวังอยากจะจำได้มากกว่า ที่พูดไว้ในหนังสือ กับของจริง ๆ ที่ปรากฏ มักจะไม่ค่อยยอมเข้ามาจริงจัง ยังเห็นเป็นคนละอย่าง ในหนังสืออย่างหนึ่ง ที่ปรากฏในชีวิตประจำวันก็อย่างหนึ่ง ยังไม่เห็นว่าเป็นปฏิกิริยาปฏิบัติเป็นอันเดียวกัน ยังเห็นแยกแตกต่างกันอยู่

ส. แสดงให้เห็นถึงการที่จะต้องเป็นผู้ที่ละเอียดในการเข้าใจพระธรรม เพราะถ้าเป็นอย่างนั้น พระผู้มีพระภาคไม่ต้องทรงแสดงธรรมอื่นนอกจาก สติปัฏฐานสูตรเดียว แต่เพราะการเข้าใจธรรมไม่ใช่เพราะสติปัฏฐานสูตรเดียว แต่ต้องทั้งพระวินัยปิฎก พระสุตตันตปิฎก พระอภิธรรมปิฎก และอรรถกถา ตามปัญญาของผู้ที่ศึกษา

ถ้าเป็นในครั้งที่พระผู้มีพระภาคยังไม่ปรินิพพาน ท่านพระสารีบุตรท่านฟัง พระธรรมสั้น ๆ ท่านก็รู้แจ้งอริยสัจจธรรม แต่สำหรับคนในยุคนี้สมัยนี้ สติปัฏฐานทั้งสูตรก็ยังไม่เกื้อกูลให้เข้าใจลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ ด้วยเหตุนี้ ๔๕ พรรษาที่พระผู้มีพระภาคทรงแสดงโดยละเอียด ก็เพื่อพวกเราผู้หลัง ที่สติปัญญาน้อย ซึ่งจะต้องอาศัยการฟังมาก การพิจารณามาก การศึกษา การไตร่ตรอง การสนทนาธรรมมาก จนกว่าจะค่อย ๆ เข้าใจขึ้น

เหตุปัจจัยของสติปัฏฐาน คือ ความเข้าใจลักษณะของสภาพธรรมในขณะนี้ ขอให้เข้าใจเรื่องของสภาพธรรมในขณะนี้ และจะถึงสติปัฏฐานเอง เมื่อมีความเข้าใจ ที่มั่นคงจริง ๆ

ถ. ตอนทำข้อความในอาหาร ๔ ที่อาจารย์กล่าว อย่างกวฬิงการาหารนั้น หมายถึงพระอริยสาวกที่ท่านกำหนดได้แล้ว ท่านคงต้องเป็นพระอนาคามี

ส. ไม่กลับมาสู่โลกนี้อีก เพราะว่าละความยินดีในเบญจกามคุณ

ถ. ข้อความอย่างนี้ อ่านแล้วบางทีก็ไม่เข้าใจ ไม่รู้หมายความว่าอย่างไร



ส. ต้องศึกษาส่วนอื่นประกอบด้วยว่า ผู้ที่ละความต้องการยินดีติดข้องในเบญจกามคุณ ก็ต้องเป็นพระอนาคามีบุคคล เมื่อเป็นพระอนาคามีบุคคลแล้วต้องเกิดในพรหมโลก

ถ. ในผัสสสาร มโนสังขเจตนาหาร วิญญาณหาร ก็หมายถึงพระอรหันต์

ส. ก็ละเอียดขึ้น ๆ ข้อสำคัญ คือ เป็นชีวิตประจำวัน

ถ. ข้อความที่ว่า เมื่ออริยสาวกกำหนดรู้ผัสสสารได้แล้ว ก็เป็นอันกำหนดรู้เวทนาทั้ง ๓ ได้ เมื่ออริยสาวกกำหนดรู้เวทนาทั้ง ๓ ได้แล้ว เรากล่าวว่า ไม่มีสิ่งใดที่อริยสาวกพึงทำให้ยิ่งขึ้นไปกว่านี้อีกแล้ว

เมื่อกำหนดรู้ผัสสสาร ท่านต้องมีผัสสเจตสิกเป็นอารมณ์ขณะนั้นหรือเปล่า

ส. ขณะที่กำลังเห็น แม้ว่าผัสสเจตสิกไม่ปรากฏ แต่ปัญญาสามารถรู้ว่าจะมีสภาพใดเป็นนามธรรม ขณะนี้สภาพใดเป็นรูปธรรม และจะรู้ใหม่ว่านามธรรมนี้เกิดได้เพราะอะไร

ถ. เพราะมีผัสสะ





๑๔๗๔

ที่ห้องประชุมตึกสภากาการศึกษามหาวิทยาลัย

วันอาทิตย์ที่ ๑๓ มกราคม ๒๕๓๔



ส. เพราะฉะนั้น ไม่มีการจงใจที่จะไปรู้ผัสสเจตสิก นี่เป็นปัญหามาก เวลาที่ท่านผู้ฟังผ่านพญฺชนะหนึ่งพญฺชนะใด และก็มีอาการข้องใจคล้าย ๆ กับว่า ต้องรู้ผัสสเจตสิกเพราะข้อความกล่าวว่อย่างนี้ แต่ตามความเป็นจริงแล้ว ปัญญาจะข้ามขั้นไม่ได้เลย และไม่มีการจงใจไปรู้นามหนึ่งนามใดด้วย เช่น ผัสสเจตสิก มีแน่ ๆ แต่ถ้าผัสสเจตสิกไม่ปรากฏ เหมือนหิริเจตสิกไม่ปรากฏ โอตตปปเจตสิกไม่ปรากฏ กายชุกตาเจตสิกไม่ปรากฏ หรือชีวิตินทริยเจตสิกไม่ปรากฏ แต่ขณะนี้อะไรปรากฏที่ปัญญาจะต้องรู้ แทนที่จะไปจงใจเจาะจงให้รู้ผัสสาหาร และความเข้าใจก็จะเพิ่มขึ้น ชัดเจนขึ้น สามารถที่จะเข้าใจถึงเหตุปัจจัย แม้โดยไม่ทั่ว แต่ก็ยังรู้ว่าสภาพธรรมที่เกิดขึ้นมีปัจจัยจึงเกิด เพราะว่าละคลายการจดจ้องหรือความต้องการนามธรรมหนึ่งนามธรรมใด รูปธรรมหนึ่งรูปธรรมใด มินั้นแล้วก็เป็นเครื่องกัน ไม่สามารถรู้ความเป็นอนัตตาของสภาพธรรมนั้น ๆ ได้

เช่น ในขณะนี้ได้ยิน อย่างน้อยก็รู้ปัจจัยแล้วว่า ต้องมีเสียง จะมีการได้ยิน โดยไม่มีเสียงไม่ได้ เพราะฉะนั้น ในขณะนี้ที่เสียงปรากฏต้องมีเสียง และเมื่อระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมที่เป็นนามธรรมที่รู้เสียง ก็ย่อมสามารถรู้ต่อไปในขณะนั้น โดยรู้จริง ๆ ในขณะที่กำลังได้ยินเสียงว่า เสียงเป็นปัจจัย เพราะขณะนั้นจิตกำลังรู้เสียง และเมื่อพระผู้มีพระภาคทรงแสดงเรื่องของปัจจัย เช่น อารัมมณปัจจัย ผู้ที่กำลังเจริญสติปัฏฐานจะไม่สงสัยเลยว่า ขณะที่กำลังได้ยิน กำลังรู้นั้น มีเสียงเป็น อารัมมณปัจจัย เพราะถ้าเสียงไม่เป็นอารมณ์ จิตได้ยินเกิดไม่ได้ ด้วยเหตุนี้ จิตได้ยินต้องอาศัยเสียงเป็นปัจจัยจึงเกิดขึ้นได้ และจิตได้ยินก็ไม่ใช่ว่าไปคอยอยู่ที่ไหน ที่พร้อมให้เสียงมากระทบก็ได้ยิน ไม่ใช่อย่างนั้นเลย แต่ยังไม่มีการได้ยิน จิตได้ยินยัง



ไม่เกิด ต่อเมื่อใดเสียงกระทบกับโสตประสาทที่ยังไม่ดับ ทั้งโสตประสาทและเสียงยังไม่ดับ ก็เป็นปัจจัยให้จิตได้ยินเกิดขึ้น

แสดงให้เห็นว่า สภาพธรรมต้องเข้าใจละเอียดขึ้น ๆ ตามลำดับขั้น โดยขั้นต้น ต้องรู้ลักษณะที่เป็นนามธรรมซึ่งต่างกับรูปธรรม ต้องแยกลักษณะของนามธรรมและรูปธรรมออกจากกันในขณะที่สภาพธรรมนั้นกำลังปรากฏ ไม่ใช่ในขณะที่คิด ในขณะที่ฟัง แต่ในขณะที่สภาพธรรมนั้นกำลังปรากฏและสติระลึกที่ลักษณะของสภาพธรรมนั้น จึงจะไม่มีตัวตนในขณะนั้น

เพราะฉะนั้น กว่าตัวตนจะดับหมดไป ต้องอาศัยการรู้ลักษณะของนามธรรม และรูปธรรมทีละเล็กทีละน้อย แม้เพียงชั่วขณะเดียวก็มีประโยชน์จริง ๆ ต้องเห็น สาทถกสัมปชัญญะของการที่สติระลึกที่ลักษณะของปรมัตถธรรมเพียงชั่วขณะเดียวว่า จะเป็นเหตุเป็นปัจจัยทำให้ปัญญาเจริญขึ้นได้จริง ๆ

ถ. เมื่อกำหนดรู้ผัสสะได้แล้ว ก็เป็นอันกำหนดรู้เวทนา ๓ ได้ เพราะผัสสะ ท่านแสดงไว้ในปฏิจาสมุปบาทว่า ผัสสะเป็นปัจจัยให้เกิดเวทนา ไข้ไหม และเมื่อ จิตเกิดก็มีเจตสิกอื่นเกิดขึ้นด้วย อย่างผัสสะเจตสิกเกิดก็ต้องมีจิตด้วย จิตก็เป็นปัจจัย กับผัสสะโดยปัจจัยอื่นด้วย ผมสงสัยว่า ทำไมท่านยกตัวอย่างว่า เมื่อกำหนดรู้ผัสสะ ได้แล้ว จึงชื่อว่ากำหนดรู้เวทนาได้ และอย่างอื่น เช่น กำหนดรู้จิต หรือเจตสิกอื่น ทำไมไม่เป็นอันกำหนดรู้เวทนา ๓

สุ. เพราะนี่เป็นเรื่องราวของปฏิจาสมุปบาท ซึ่งแสดงให้เห็นถึงปัจจัยที่ทำให้ชีวิตเกิดดับสืบต่อวนเวียนในสังสารวัฏฏ์ว่าเนื่องมาจากอะไร เช่น ผัสสะเป็นปัจจัยให้เกิดเวทนา เวทนาเป็นปัจจัยให้เกิดตัณหา ตัณหาเป็นปัจจัยให้เกิดอุปาทาน แสดงให้เห็นจริง ๆ ว่า ในชีวิตประจำวันแท้ ๆ มีอะไรที่เป็นองค์ที่ทำให้สืบเนื่องอยู่เรื่อย ๆ เพราะเวลาที่ผัสสะกระทบอารมณ์ ทุกท่านยึดมั่นในเวทนา มีความรู้สึกเป็นสุข เป็นทุกข์ หรือเฉย ๆ ในสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ และมีความยินดีพอใจยึดมั่น ต้องการในเวทนานั้นด้วย



แสดงให้เห็นถึงปัจจัยของการที่ชีวิตจะดำเนินไปในวันหนึ่ง ๆ ในภพหนึ่ง ๆ สืบเนื่องติดต่อกันไป จึงได้แสดงว่า ผัสสะเป็นปัจจัยแก่เวทนา

ถ. ฟังก็เข้าใจ แต่ชักไปชักมา ชักจะยุ่ง ตอนที่ท่านพูดถึงกวีฬการาหาร บอกว่า รู้อาหาร เห็น ได้กลิ่น รวมทุกสิ่งทุกอย่างก็เป็นผัสสะ และมาถึงผัสสาหาร ก็เน้นเรื่องผัสสะให้เกิดเวทนา ต่อเมื่อเป็นอริยสาวกแล้วไม่พึงต้องระลึกรถึงอะไรยิ่งกว่า ก็เป็นอันจบไป นอกจากจบอย่างนี้แล้ว ยังบอกว่าผัสสาหารทำให้เกิดเจตนา และคุณณรงค์ก็มาพูดตามปฏิจจสมุปบาท กว้นไป ทำให้คิดว่า ที่ท่านพูดทั้งหมด พูดเพื่ออะไร ผมเกิดความสงสัยอย่างที่น่าเวียนหัวว่า พูดทำไม ไม่เกิดประโยชน์แก่เรา ในฐานะที่ยังไม่ได้เป็นพระอริยบุคคล เกินความจำเป็น พูดถึงอาหารอย่างเดียวก็ หลุดพ้นแล้ว ไม่ต้องอะไรอื่นยิ่งกว่า และก็พูดอาหารอีกอย่าง ๆ เฉพาะพระอริยบุคคล ด้วย จึงสงสัยว่า ธรรมข้อนี้จะเกิดประโยชน์แก่ปุถุชนธรรมดาอย่างไร ที่ผมถามนี้เป็นเรื่องสำคัญเพราะต้องมองให้ออกว่า กล่าวอย่างนี้เพื่อประสงค์อะไร

สุ. ก่อนจะเป็นพระอริยบุคคล ปัญญาต้องเจริญขึ้น แล้วแต่ว่าแต่ละบุคคล ได้ฟังธรรมข้อไหน เรื่องไหน และมีความเข้าใจ ปัญญาจะค่อย ๆ เห็นสภาพธรรมว่าเป็นอนัตตา แม้แต่ในเรื่องของอาหารซึ่งทุกคนต้องบริโภค และบางคนอาจจะลืมนึก อย่างที่ถามว่าทำไมถึงต้องหิว เมื่อมีนามธรรมและรูปธรรมก็ต้องหิว และก็รู้ว่า ความหิวนั้นเกิดจากเตโชธาตุซึ่งเกิดจากกรรมในขณะที่ไม่มีอาหารอยู่ในท้อง เพราะฉะนั้น จึงต้องมีการบริโภค และแม้แต่อาหารนั้น ในกลุ่มหนึ่ง ๆ รูปใดเป็น สมุฏฐานที่จะทำให้อาหารชรูปเกิด รูปใดเพียงแต่ทำให้หายหิว เพราะว่าเป็นธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม ซึ่งจะต้องประกอบกัน

แสดงให้เห็นถึงชีวิตประจำวันว่า ที่ชีวิตจะดำรงอยู่ได้ในวันหนึ่ง ๆ ต้องอาศัย ปัจจัยหลายอย่าง ถ้าไม่รู้ก็ไม่รู้ไป คือ เกิดมาก็เห็นไป ได้ยินไป ตายไปก็ไม่รู้ ไปเรื่อย ๆ แต่ถ้าจะรู้ก็ต้องรู้ความจริงตั้งแต่ที่ว่า เมื่อเกิดมาแล้ว ไม่ใช่ตัวตน เป็นนามธรรมและรูปธรรมซึ่งมีปัจจัยเกิดทั้งหมดไม่ว่าจะหิวหรือไม่หิว เพราะฉะนั้น แม้ในขณะที่หิวหรือในขณะที่ต้องบริโภคกวีฬการาหารซึ่งเป็นสิ่งที่จำเป็น ก็จะได้มี



ความรู้ความเข้าใจว่า เป็นสิ่งที่ไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล และแม้ในขณะนั้น ก็ไม่ใช่ว่าไม่เป็นนามเป็นรูป กำลังบริโภคอาหารซึ่งเคยเป็นเราก็จะได้เข้าใจให้ถูกต้องว่า เป็นนามเป็นรูปอย่างไร

ตลอดทั้งพระไตรปิฎกเป็นเรื่องของอนัตตา เป็นเรื่องของปัญญาที่จะต้องเข้าใจ แต่ละตอนมาประกอบกัน เพื่อให้เป็นความรู้ในสิ่งละอันพันละน้อยของธรรมต่าง ๆ ที่จะสะสมเพื่อให้ปัญญามีกำลังที่สติจะเกิด และรู้ตามความเป็นจริงตามที่ได้ฟัง เพราะได้ฟังมาแล้วว่า ไม่มีตัวตน ฟังไปอีกร้อยชาติ พันชาติ ก็ไม่มีตัวตน ก็ยังไม่พอ ที่สติจะระลึกลักษณะของสภาพธรรม เพราะฉะนั้น ไม่ใช่เป็นเรื่องสติ แต่เป็นเรื่อง ความเข้าใจลักษณะของสภาพธรรมก่อน

มีท่านผู้หนึ่งบอกว่า ขอให้แสดงเบื้องต้นของสติปัฏฐาน ดิฉันได้รับเชิญไปที่ สำนักแห่งหนึ่ง ที่นั่นก็ขอให้แสดงเบื้องต้นของสติปัฏฐาน ซึ่งถ้าดิฉันกล่าวถึงนามธรรม และรูปธรรม คนนั้นจะสามารถเข้าใจได้ไหมว่า นี่คือเบื้องต้นของสติปัฏฐาน แต่ถ้ากล่าวมาให้ทำอย่างนั้นอย่างนี้ นั่นไม่ใช่เบื้องต้นของสติปัฏฐานแน่

ถ้ากล่าวถึงสภาพธรรมที่กำลังปรากฏในขณะนี้ให้คนนั้นเริ่มเข้าใจขึ้น ทีละเล็กทีละน้อย แม้จะไม่บอกว่าเป็นเบื้องต้นสติปัฏฐาน แต่ความเข้าใจของ บุคคลนั้นในเรื่องนามธรรมและรูปธรรมนั่นเองเป็นเบื้องต้นที่จะทำให้สติปัฏฐานเกิด ในภายหลังได้ เมื่อเข้าใจเรื่องสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ

เพราะฉะนั้น ทั้งหมดที่กล่าวถึง เป็นเรื่องของผู้ที่อบรมเจริญปัญญาเพื่อให้ สติที่ยังไม่เกิดเกิด และเพื่อให้มีความรู้ความเข้าใจละเอียดขึ้นจากกวจิการอาหาร ผัสสาหาร มโนสสฺยเจตนาหาร และวิญญาณาหาร แต่ต้องเป็นผู้ที่ใจเย็น ๆ อย่างที่ว่า คือ ต้องพิจารณาธรรมโดยละเอียด และค่อย ๆ เข้าใจไป พิจารณาจนเห็นความเป็น อนัตตาทุกแง่มุมของพระธรรม

ถ. ขอบพระคุณมาก ผมขออนุญาตทบทวนสังกนิท ช่วงหลังที่อาจารย์ตอบ ผมเข้าใจ คือ เราได้เข้าไปตามเป็นลำดับในการเจริญสติปัฏฐาน แต่ที่ท่านอาจารย์ กล่าวถึงอาหารทั้ง ๔ อย่าง ก็น่าจะมาต่อตอนท้าย ถ้าเราเจริญสติปัฏฐานถึงขนาดเป็น



พระอริยบุคคลแล้ว ไปจับตรงไหน เจริญตรงไหน แม้แต่ผัสสาหารหรืออาหารเป็นคำ ๆ ก็สามารถดำเนินต่อไปได้ เป็นเหตุเป็นผล เป็นปัจจัยสืบเนื่องจนกระทั่งหลุดพ้นเลย

ส. แต่ก่อนที่จะเป็นอย่างนั้น ช่วงขณะเดียวที่สติเกิดผู้นั้นเห็น สาทถกสัมปชัญญะ ประโยชน์ของสติที่ระลึกลักษณะของสภาพธรรม เพราะฉะนั้น ก็เป็นผู้ที่ไม่หวังที่จะไปทำให้สติเกิดมาก ๆ แต่เป็นผู้ที่มีความรู้เกิดขึ้นว่า สติเป็น อนัตตา ขณะใดที่หลงลืมสติ ขณะใดที่สติเกิด เพราะฉะนั้น ผู้นั้นเองที่จะรู้ประโยชน์ ของสติสัมปชัญญะ ที่จะไม่ทำอย่างอื่น นอกจากเมื่อสติเกิดก็สลับกับสภาพธรรม แต่ละอย่างทีละทีระลึกตามปกติ

ถ. ระลึกโดยทันทีด้วย

ส. ไม่ใช่เรา สติเกิดจึงระลึก ถ้าสติไม่เกิดก็ไม่มีการระลึก

เรื่องของความอดทน เรื่องของธรรมเป็นเรื่องที่ละเอียด ผู้ใดที่อดทนและผู้ใดที่ ละเอียด ผู้นั้นมีโอกาสเข้าใจธรรมลึกซึ้งยิ่งขึ้น และสามารถระลึกรู้ลักษณะของ สภาพธรรมตรงตามความเป็นจริง ซึ่งจะเห็นได้ว่า ข้อความในพระไตรปิฎกและ อรรถกถามากเหลือเกิน มากจริง ๆ ที่จะอ่านกันทั่ว อ่านตลอด หรืออ่านกลับไป กลับมา อ่านแล้วอ่านอีก ก็ต้องด้วยฉันทะ ความพอใจ ด้วยศรัทธา ด้วยสติ ด้วยการเห็นคุณประโยชน์จริง ๆ และไม่ละเลยแม้ข้อความเล็ก ๆ น้อย ๆ เพราะว่า ฟังไปแล้วก็ค่อย ๆ สะสมสิ่งละอันพันละน้อย ประกอบไป ประจุไป จนกว่าสติปัญญาน จะเกิด และเมื่อสติปัญญานเกิดแล้ว จะทำให้ค่อย ๆ เข้าใจธรรม และฟังไป ระลึกไป สะสมไป เข้าใจธรรมไป ก็จะค่อย ๆ คลายการเห็นผิด การยึดถือสภาพธรรมว่า เป็นตัวตน เป็นสัตว์ เป็นบุคคล

ขอแทรกข้อความบางตอนในเรื่องของเวทนา ความรู้สึก ซึ่งเกิดกับจิตทุกขณะ ตั้งแต่เกิดจนตาย พระธรรมนี้ไม่ว่าจับส่วนไหน ตอนไหน เรื่องไหน ก็เป็นชีวิตจริง ทุกขณะ เป็นสัจธรรม ซึ่งผู้ที่ฟังพระธรรมเพื่อประโยชน์ย่อมสามารถเข้าใจและ เห็นคุณประโยชน์ได้ แม้ฟังดูเหมือนเป็นเรื่องธรรมดา แต่ทำให้เห็นความเป็นอนัตตา และทำให้เห็นพระมหากรุณาของพระผู้มีพระภาคที่ทรงแสดงพระธรรมไว้ละเอียดจริง ๆ



สำหรับผู้ที่ไม่ศึกษาปฏิบัติฐานเกิดยาก หรือไม่ได้อบรมมาพอที่จะระลึกถึงลักษณะของนามธรรม และรูปธรรมได้ทั่วทั้ง ๖ ทาง

สารัตถปกาสินี อรรถกถา สังยุตตนิกาย นิทานวรรค อรรถกถา
ปริวิมังสนสูตรที่ ๑ มีข้อความว่า

บรรดาเวทนาทั้งสองนั้น เวทนาที่เป็นไปทางทวาร ๕ เกิดขึ้นทีหลัง แต่ดับก่อน
เวทนาที่เป็นไปทางมโนทวารเกิดขึ้นก่อน แต่ดับทีหลัง

เป็นเรื่องที่ต้องพิจารณาให้เข้าใจ ถ้าไม่อ่านต่อไป ไม่อดทน ไม่มีฉันทะ
ไม่มีศรัทธา ก็จะไม่เข้าใจข้อความตอนนี้ เพราะเข้ามาเป็นเวทนา ๒ อีกแล้ว

นี่คือพระปัญญาคุณของพระผู้มีพระภาค ซึ่งทรงแสดงสภาพธรรมทุกอย่างโดย
หลายหลากนัย ยากที่ผู้หนึ่งผู้ใดจะแสดงได้ แต่ผู้ที่มีศรัทธาจริง ๆ สามารถติดตาม
รับฟัง พิจารณา เข้าใจ และเห็นคุณประโยชน์ของพระธรรมนั้น ๆ คือ เป็นการลับ
ปัญญาให้คม ให้มีกำลัง ให้ไวที่จะรู้ลักษณะของสภาพธรรมได้

สำหรับเวทนาทั้งสองนั้น คือ รวมเวทนาที่เป็นไปทางทวารห้า ๑ และเวทนาที่
เป็นไปทางมโนทวาร ๑ สำหรับเวทนาทั้งสองนั้น เวทนาที่เป็นไปทางทวาร ๕ เกิดขึ้น
ทีหลัง แต่ดับก่อน เวทนาที่เป็นไปทางมโนทวารเกิดขึ้นก่อน แต่ดับทีหลัง
หมายถึงตั้งแต่ขณะเกิด คือ ขณะปฏิสนธิ จนถึงขณะจุติ เพราะว่าทันทีที่ปฏิสนธิจิต
เกิดและดับไป ขณะนั้นลักษณะของเวทนาไม่ได้ปรากฏ เพราะเป็นวิบากจิต แต่
หลังจากที่ปฏิสนธิจิตดับแล้ว ภวังคจิตเกิดขึ้นแล้ว มโนทวารวิถีจิตจะเกิดเป็นวาระแรก

เมื่อภวังคจิตดับไป ภวังคปัจเจกจะเกิดต่อและดับไป มโนทวาราวชชนจิตเกิด
และดับไปแล้ว โภกมุลจิตก็เกิดดับสืบต่อกัน ๗ ขณะทางมโนทวาร ทุกภพชาติ
แสดงให้เห็นถึงปัจจัยว่า โภกมุลจิตเป็นสมุทัยมากสักแค่ไหน เพราะว่าทันทีที่
ปฏิสนธิจิตดับไป วาระแรกของวิถีจิตต้องเป็นมโนทวารวิถี และมีโภกมุลจิตทำชวนกิจ

ถ้าทุกท่านจะคิดถึงชีวิตประจำวัน ก่อนหลับคืนนี้ ชวนจิตของท่านเป็นอะไร
สติปัฏฐาน หรือโลภะ ปกติธรรมดาแล้วถ้าไม่เป็นโทษะ ไม่มีเรื่องชวนใจบุคคลใด จิตก็
ไม่พ้นจากความคิด และเรื่องที่เกิดก็คิดด้วยโภกมุลจิต โดยที่ทุกท่านอาจจะไม่รู้ตัวเลย



ว่า ไม่ว่าจะคิดอะไรสักอย่างหนึ่ง ขณะนั้นถ้าไม่เป็นโทสะซึ่งชวนเคืองใจ ไม่สบายใจ ก็ต้องเป็นโลภมูลจิต

ทุกวันก่อนนอน ก่อนจะหลับ โลกขวัณจะเกิด ไม่พูดถึงวิถิจิตอื่น ๆ ขอพูดแต่เฉพาะขวัณวิถิตเท่านั้น และทันทีที่ตื่นก็เหมือนกัน ตอนหลับก็หลับไปด้วยโลภะก่อนหลับ เวลาตื่นบางคนก็ตื่นพร้อมกับโลภะทันที โดยยังไม่ทันรู้ตัวว่าจะทำอะไรเลย แสดงให้เห็นถึงการเสพคุ้นเคยของการสะสม เพราะฉะนั้น แม้จะเปลี่ยนภพชาติ หลังจากปฏิสนธิจิตดับไป ภวังคจิตเกิดและดับไป วิถิจิตทางมโนทวารเกิดต่อก็ต้องเป็นโลภมูลจิต ๗ ขณะทำขวัณะกิจ

เพราะฉะนั้น เวทนาที่เป็นไปทางมโนทวาร เกิดก่อนวิถิจิตทางปัญจทวาร แต่ดับทีหลังในปวัตติกาล คือ หลังจากปฏิสนธิจิตดับไปแล้วจนกระทั่งถึงจุดนั้นเป็นปวัตติกาล ในปวัตติกาลเวทนาที่เป็นไปในทวาร ๕ เป็นไปอยู่ด้วยอำนาจทวาร ๕ แล้วแต่ว่าทางตาจะเห็น ทางหูจะได้ยิน ทางจมูกจะได้กลิ่น ทางลิ้นจะลิ้มรส ทางกายจะกระทบสัมผัส ก็เกิดหลังมโนทวารวิถิตซึ่งเป็นวาระแรกหลังจากปฏิสนธิจิตดับ เพราะฉะนั้น เวทนาที่เป็นไปทางทวาร ๕ เกิดขึ้นทีหลัง แต่ดับก่อน

... ในเวลาที่คนมีอายุ ๒๐ ปี เป็นต้น ในปฐมวัย ย่อมมีกำลังแรงยิ่งด้วยอำนาจความรัก ความโกรธ และความหลง ในเวลาที่คนมีอายุ ๕๐ ปี ย่อมคงที่จำเดิมแต่เวลาที่คนมีอายุ ๖๐ ปี ก็จะเสื่อมลง ครั้นถึงเวลาที่คนมีอายุได้ ๘๐-๙๐ ปี ก็จะอ่อนลง (ในที่สุด) ในครั้งนั้น (คือในเวลาที่อายุ ๘๐-๙๐ ปี) เมื่อพวกชนกล่าวว่า พวกเรานั่งนอนรวมกันเป็นเวลานาน ท่านเหล่านั้นก็กล่าวว่า พวกเราไม่รู้สึกรู้สีก คือ ย่อมกล่าวถึงอารมณ์มีรูปเป็นต้นแม้มีประมาณยิ่งว่า เราไม่เห็น ไม่ได้ยิน คือไม่รู้สึกรู้สีกลิ่นหอมหรือกลิ่นเหม็น ดีหรือไม่ดี แข็งหรืออ่อน เวทนาอันเป็นไปทางทวาร ๕ ของชนเหล่านั้นย่อมเป็นอันเสื่อมแล้วอย่างนี้ ส่วนเวทนาที่เป็นไปทางมโนทวารยังเป็นไปอยู่ เวทนาเหล่านั้น เมื่อเสื่อมไปโดยลำดับ ย่อมอาศัยที่สุดแห่งหทัยนั้นแหละ เป็นไปในเวลามรณะ





๑๔๘๐

ที่ห้องประชุมตึกสภากาการศึกษามหามกุฏราชวิทยาลัย

วันอาทิตย์ที่ ๑๓ มกราคม ๒๕๓๔



อนึ่ง เวทนานั้นยังเป็นไปอยู่ตราบใด ก็พูดได้ว่า สัตว์ยังมีชีวิตอยู่ตราบนั้น เมื่อใดเวทนานั้นไม่เป็นไป เมื่อนั้นเรียกว่า สัตว์ตาย คือ ดับ

จะเห็นได้ว่า เวทนาเจตสิกเกิดกับจิตทุกดวง จึงกล่าวได้ว่า ตราบใดที่เวทนายัง เป็นไปอยู่ สัตว์นั้นก็ถือว่ายังมีชีวิตอยู่ตราบนั้น เมื่อใดเวทนานั้นไม่เป็นไป เมื่อนั้น เรียกว่า สัตว์ตาย คือ ดับ ไม่มีความรู้สึกอีกต่อไป นั่นคือสิ้นชีวิต แต่ถ้ายังมีเวทนา ความรู้สึกอยู่ ก็ยังไม่สิ้นชีวิต

ความขื่อนี้ ฟังแสดง (เปรียบเทียบ) ด้วยสระน้ำ เหมือนอย่างบุรุษก่อสร้างสระ ให้สมบูรณ์ด้วยทางน้ำ ๕ สาย เมื่อฝนตกลงมาครั้งแรก น้ำพึงไหลไปตามทางน้ำ ทั้ง ๕ สายจนเต็มบ่อภายในสระ ครั้นฝนตกอยู่บ่อย ๆ น้ำพึงขังเต็มทางน้ำ ไหลลงสู่ ทางประมาณคาวุตหนึ่งบ้าง กึ่งโยชน์บ้าง น้ำที่หลากมาแต่ที่นั้น ๆ ครั้นเขาเปิดท่อ สำหรับไขน้ำทำการงานในนา น้ำก็ไหลออกไป ในเวลาที่ข้าวกล้าแก่ น้ำก็ไหลออก น้ำแห่งถึงการที่ควรกล่าวว่า เราจะจับปลา จากนั้นอีก ๒-๓ วัน น้ำก็ขังอยู่ในบ่อ นั้นเอง

น้ำนี้ก็คือเวทนา

และถ้าในบ่อยังมีน้ำขังอยู่ตราบใด ก็ย่อมจะนับได้ว่า ในสระใหญ่มีน้ำอยู่ ตราบนั้น แต่ถ้าในบ่อนั้นแห้งเมื่อใด เมื่อนั้นก็พูดได้ว่า ในสระไม่มีน้ำ ฉะนั้นได้ ฟังทราบข้อเปรียบเทียบ ฉะนั้น

เวลาที่เวทนาอันเป็นไปทางมโนทวาร ตั้งอยู่ใน (หทย) วัตถุรูปในขณะปฏิสนธิ ครั้งแรกนั่นเอง เหมือนเวลาเมื่อฝนตกอยู่ครั้งแรก น้ำไหลเข้าไปตามทาง ๕ สาย



บ่อก็เต็ม เมื่อเวทนาทาง ๕ ทวารเป็นไปแล้ว ก็เหมือนเวลาเมื่อฝนตกอยู่บ่อย ๆ ทาง ๕ สายก็เต็ม

ภาวะที่เวทนาอันเป็นไปทางทวารทั้ง ๕ นั้นมีกำลังมากยิ่ง ด้วยอำนาจความรัก เป็นต้นในเวลาที่มีอายุ ๒๐ ปี ในปฐมวัย เหมือนน้ำที่ท่วมทันทางตั้งคาอุดหนึ่ง หรือกิ่งโยชน น้ำยังไม่ไหลออกจากสระตราบใด เวลาที่เวทนานั้นตั้งอยู่ในเวลาที่มีอายุ ๕๐ ปี เหมือนเวลาที่น้ำยังขังอยู่ในสระเก่าตราบนั้น ความเสื่อมแห่งเวทนานั้น จำเดิมแต่เวลาที่คนมีอายุ ๖๐ ปี เหมือนเวลาที่เขาเปิดท่อสำหรับไขน้ำทำการงานอยู่ น้ำก็ไหลออก เวลาที่เวทนาอันเป็นไปทางทวาร ๕ อ่อนลง ในเวลาที่มีอายุ ๘๐-๙๐ ปี เหมือนเวลาเมื่อฝนตกแล้ว น้ำทรงอยู่โดยรอบในทางน้ำ

... เมื่อในสระมีน้ำอยู่แม้เพียงนิดหน่อย ก็ควรกล่าวว่า ในสระมีน้ำอยู่ ตราบใด เมื่อเวทนาอันเป็นไปทางมโนทวารยังเป็นไปอยู่ ก็ย่อมกล่าวได้ว่า สัตว์ยังมีชีวิตอยู่ตราบนั้น

อนึ่ง เมื่อน้ำในบ่อแห้งขาดไป ย่อมกล่าวได้ว่า ไม่มีน้ำในสระ ฉะนั้น เมื่อเวทนาอันเป็นไปทางมโนทวารไม่เป็นไปอยู่ (คือ ไม่เกิด) สัตว์ก็เรียกว่า ตายแล้ว ฉะนั้น

ในระหว่างที่มีชีวิตอยู่ เวทนาที่เกิดขึ้นเป็นปัจจัยแก่ตัณหา และตัณหาก็คือ ปัจจัยแก่อุปาทาน อุปาทานก็เป็นปัจจัยแก่ภพ คือ มโนสัญญาเจตนาหาร เพราะฉะนั้น ถ้ากำหนดรู้มโนสัญญาเจตนาหาร ย่อมจะต้องเห็นตัณหา ๓ ด้วย

การบรรยายเรื่องแนวทางการเจริญสติปัฏฐาน ท่านผู้ฟังจะเห็นได้ว่า มีพระธรรมใน ๓ ปิฎกเป็นส่วนประกอบ เพราะว่าสติเป็นอนัตตา ถ้าไม่มีความรู้ ความเข้าใจในเรื่องนามธรรมและรูปธรรม คือ จิต เจตสิก รูป ซึ่งเป็นอารมณ์ที่ปรากฏทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ก็ไม่มีปัจจัยทำให้สติระลึกบ่อย ๆ และถึงแม้ว่า จะมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องจิตบ้าง เจตสิกบ้าง รูปบ้าง สติปัฏฐานก็ยังไม่ค่อยจะ ระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ จึงต้องอาศัยการฟังข้อความใน พระไตรปิฎกส่วนหนึ่งส่วนใดเป็นการให้สติระลึก พิจารณา รู้ลักษณะสภาพของจิต เจตสิกที่เกิดขึ้นทำกิจการงานเป็นปกติในชีวิตประจำวัน



แม้ว่าพระสูตรจะแสดงข้อความต่าง ๆ โดยนัยต่าง ๆ ผู้ที่ได้ศึกษาพระอภิธรรมแล้วก็เข้าใจได้ว่า เป็นสภาพธรรมแต่ละอย่างซึ่งไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตนทั้งสิ้น เพราะฉะนั้น ไม่ว่าจะกล่าวถึงเรื่องของอาหาร ๔ เช่น เรื่องของ กวฬิงการาหาร ผัสสาหาร มโนสัญญาเจตนาหาร วิญญาณาหาร หรือข้อความอื่นใดในพระไตรปิฎกทั้งหมด ก็เพื่อเป็นการเตือนให้ระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏในขณะนี้ เช่น เวทนา ความรู้สึก ถ้ากล่าวถึงความรู้สึกในขณะนี้ อาจจะเตือนให้สติเกิดระลึกถึงลักษณะของเวทนาในขณะนี้ได้ สำหรับผู้ที่เข้าใจเรื่องของเวทนา คือ ความรู้สึก แต่อาจจะกล่าวถึงเวทนาซึ่งในขณะนี้ก็มี สติก็ยังไม่วะระลึกถึงลักษณะของเวทนาอีก จึงต้องฟังเรื่องของเวทนาตามที่พระผู้มีพระภาคทรงแสดงไว้ และตามข้อความในอรรถกถาที่ได้กล่าวถึงเวทนาโดยนัยต่าง ๆ

เวทนาเจตสิกเกิดกับจิตทุกดวงตั้งแต่เกิดจนตาย เป็นการเตือนอีกแล้วให้ระลึกไว้ว่า ในขณะนี้ไม่ได้ปราศจากเวทนาเลย และเมื่อเวทนาเป็นปัจจัยให้เกิดตัณหา ก็ควรจะได้พิจารณาความเป็นไปของเวทนา ให้เห็นความเป็นอนัตตาของเวทนาตั้งแต่เกิดจนตายด้วย

ถ้าแยกจิตเป็น ๒ ประเภทใหญ่ ก็ได้แก่ จิตที่เป็นวิถิจิต อาศัยตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เกิดขึ้นรู้อารมณ์ต่าง ๆ กับจิตที่ไม่ใช่วิถิจิต และสำหรับเวทนานั้นอาจจะแยกเป็นประเภทใหญ่ ๆ ได้ ๒ ประเภทเหมือนกัน คือ เวทนาที่เป็นไปทางปัญจทวาร รวมเป็น ๑ และเวทนาที่ไม่ใช่ทางปัญจทวาร ๑

นี่เป็นการทบทวนความรู้ความเข้าใจในเรื่องของสภาพธรรม คือ จิต เจตสิก รูปนั้นเอง และให้ทราบว่า สามารถกล่าวถึงธรรมต่าง ๆ โดยนัยต่าง ๆ ได้ เพราะเคยทราบว่า เวทนาที่เป็นไปทางอารมณ์ ๖ คือ ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ เพราะฉะนั้น ถ้าจะจัดใหม่ ก็แยกเป็นเวทนาที่เป็นไปทางปัญจทวารรวมเป็น ๑ และเวทนาที่ไม่ใช่ทางปัญจทวารอีก ๑

สำหรับเวทนาที่ไม่ใช่ทางปัญจทวาร ก็ได้แก่เวทนาที่เกิดขึ้นกับจิตที่เป็นไปทางมโนทวาร และจิตที่ไม่ใช่การรู้อารมณ์ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ซึ่งใน **สารัตถกปาณินิ อรรถกถา สังยุตตนิกาย นิทานวรรค อรรถกถา**



ปรีวิมังสนสูตร แสดงว่า บรรดาเวทนาทั้ง ๒ นั้น คือ เวทนาที่เป็นไปทางทวาร ๕ เกิดขึ้นทีหลัง แต่ดับก่อน เวทนาที่ไม่ใช่ทางทวาร ๕ เกิดขึ้นก่อน แต่ดับทีหลัง แสดงให้เห็นถึงความเป็นไปของเวทนาตั้งแต่ปฏิสนธิ คือ ในขณะปฏิสนธิ เวทนาต้องเกิดกับปฏิสนธิจิต ซึ่งเป็นอกุศลวิบากจิต หรืออกุศลวิบากจิต เป็นผลของกรรมหนึ่ง กรรมใด แล้วแต่ว่าจะเป็นอกุศลกรรมทำให้อกุศลวิบากจิตปฏิสนธิ หรือเป็นกุศลกรรมทำให้อกุศลวิบากปฏิสนธิ เพราะฉะนั้น ในขณะทีปฏิสนธิจิตเกิด ต้องมีเวทนาเจตสิกเกิดร่วมด้วย และเวทนาที่เกิดร่วมกับวิบากจิตที่ทำปฏิสนธิจิตในขณะนั้น ไม่ได้เป็นไปทางทวารหนึ่งทวารใดเลย จึงอยู่ในประเภทเวทนาที่ ๒ เพราะถ้าแยกเวทนาเป็น ๒ ก็รวมเวทนาทางปัญจทวารเป็น ๑ และเวทนาที่ไม่เป็นไปทางปัญจทวารอีก ๑

ในขณะปฏิสนธิ ขณะนั้นเวทนาไม่ได้เป็นไปทางปัญจทวาร หรือแม้ทาง มโนทวาร เพราะขณะนั้นจิตไม่รู้อารมณ์ทางใจ เพราะฉะนั้น เวทนาที่เกิดกับ ปฏิสนธิจิตจึงเกิดก่อนเวทนาที่เกิดกับวิญญูณ ๕ คือ เวทนาที่เกิดกับจักขุวิญญูณ โสทวิญญูณ ฆานวิญญูณ ชิวหาวิญญูณ และกายวิญญูณ

นี่เป็นการลำดับเวทนาเท่านั้นเองว่า ตั้งแต่เริ่มเกิด เวทนาประเภทไหนจะเกิด ก่อน และเวทนาที่เกิดก่อนนั้นเองจะดับทีหลัง ส่วนเวทนาที่เกิดทีหลังจะดับก่อน คือ เมื่อเกิดแล้วภายหลังก็มีการเห็น มีการได้ยิน มีการได้กลิ่น มีการลิ้มรส มีการรู้สิ่งที่ กระทบสัมผัส เวทนาที่เกิดกับวิญญูณทั้ง ๕ เกิดภายหลังปฏิสนธิ แต่จะดับก่อน จุตติจิต

แสดงให้เห็นถึงเวทนาในภพหนึ่งชาติหนึ่ง ซึ่งเมื่อเกิดมาแล้ว เวทนาจะเกิดกับ จิตทุกขณะ ดับพร้อมจิตทุกขณะ ค่อย ๆ สะสมเพิ่มกำลังขึ้น ซึ่งจะเห็นได้ตั้งแต่เกิด ก็เริ่มเจริญเติบโต มีการเห็น มีการได้ยิน มีการได้กลิ่น มีการลิ้มรส มีการรู้สิ่งที่ กระทบสัมผัส ค่อย ๆ สะสมเพิ่มกำลังของเวทนาขึ้น

ข้อความในอรรถกถาอุปมาเหมือนฝนตก ซึ่งเมื่อฝนตกแล้วน้ำก็ไหลเข้าไป ในสระตามทาง ๕ สาย ทำให้สระนั้นค่อย ๆ เพิ่มน้ำจนกระทั่งเต็มสระจนล้น เมื่อเวลาที่คนอายุ ๒๐ ปีเป็นต้น ในปฐมวัย ย่อมมีกำลังแรงยิ่ง ด้วยอำนาจความรัก



ความโกรธ และความหลง ในเวลาอายุ ๕๐ ปี คงที่ และเริ่มเสื่อมลงเมื่ออายุ ๖๐ ปี และอ่อนลงไปเรื่อย ๆ จนถึงอายุ ๘๐-๙๐ ปี ความรู้สึกทางทวาร ๕ จะค่อย ๆ เสื่อมลง คือ เกิดทีหลังจริง ความรู้สึกที่เกิดกับวิญญาณ ๕ แต่จะดับก่อน คือ ทางตาก็ไม่ค่อยจะเห็น หรือการเห็นไม่ค่อยจะไวเหมือนเดิม ทางหูที่เคยได้ยินชัด ก็ไม่ค่อยจะได้ยิน ทางจมูกก็ไม่ค่อยจะได้กลิ่น ทางลิ้น รสจะเปรี้ยว จะหวาน จะเค็ม ความรู้สึกก็ไม่ไว ทางกายที่กระทบสัมผัสเย็น ร้อน อ่อน แข็ง บางครั้งบางท่านอาจไม่รู้สึก หรือมีความรู้สึกน้อยลง แต่ตราบใดที่เวทนายังเป็นไปอยู่ ตราบนั้นก็กล่าวได้ว่า สัตว์ยังมีชีวิตอยู่ตราบนั้น เมื่อใดเวทนานั้นไม่เป็นไป เมื่อนั้นเรียกว่า สัตว์ตาย คือ ดับ

เพราะฉะนั้น ความรู้สึกมีอยู่ตลอด จนกว่าจะถึงจุติจิต และความรู้สึกคือ เวทนานั้นก็เป็นที่ตั้งของความยึดถือ เป็นสิ่งที่ยึดมั่นสำคัญว่าเป็นเรา จนกระทั่งบางขณะยังลืมจิต แต่ไม่ลืมความรู้สึกที่เป็นสุขต่าง ๆ ทำให้ในวันหนึ่ง ๆ คิดแสวงหาแต่เรื่องของสุขเวทนา ซึ่งในขณะที่เวทนาเกิดเป็นเวทนาต่าง ๆ เป็นปัจจัยให้เกิดตัณหา คือ ความพอใจ ความยินดี ความต้องการในความรู้สึกที่เป็นสุขนั้น ต่างกับพระอรหันต์ผู้ดับความยินดี แม้ในความรู้สึก ในเวทนาต่าง ๆ ไม่มีความเพลิดเพลิน ไม่มีความพอใจ ไม่มีความต้องการในเวทนานั้น ๆ อีก แต่ผู้ที่ยังมีกิเลส ยังไม่รู้แจ้ง อริยสัจธรรม มีแต่ความปรารถนา มีแต่ความติดข้อง มีแต่ความยินดีพอใจในเวทนา ถึงแม้ว่าเป็นทุกข์เวทณาก็ยังไม่รู้สึกหน่าย เพราะผู้ที่เพลิดเพลินอยู่ในความสุขชื่อว่า แม้ว่ามีทุกข์ก็ยังเพลิดเพลินได้ คือ ไม่ได้เป็นผู้ที่ไม่ปรารถนาเวทนาอีกต่อไป แม้ว่าจะมีความสุขหรือกว่าจะได้ความรู้สึกที่เป็นสุข จะต้องผ่านความรู้สึกที่เป็นทุกข์มากมายก็ยังยอม เพราะมีความยึดมั่นในความรู้สึกที่เป็นสุขนั้น

ด้วยเหตุนี้จึงเห็นตัณหา ความต้องการ ความยินดี ความพอใจ ความติดข้อง ความเพลิดเพลินในเวทนา วันนี้มีมาก แต่จะเห็นหรือไม่เห็น เพราะว่าสภาพธรรม แม้มีจริงแต่เป็นสภาพธรรมที่เห็นยาก เพราะว่าลึกลับซึ้ง อย่างเวทนา ความรู้สึก ในวันหนึ่ง ๆ ซึ่งมีอยู่ตลอด และความยินดีพอใจก็พอใจในความรู้สึกเป็นสุขเป็นทุกข์นั่นเอง แต่แม้กระนั้น วันนี้ก็ไม่ได้เห็นตัณหา



ด้วยเหตุนี้ธรรมจึงเป็นเรื่องของการประพฤติปฏิบัติ ไม่ใช่เพียงฟัง และเมื่อฟังแล้วก็ต้องเพิ่มความรู้ ความเข้าใจ รวมทั้งการที่จะรู้แจ้งสภาพธรรมตามความเป็นจริงด้วย เพราะเมื่อได้ฟังว่า สภาพธรรมเป็นสิ่งที่จริง กำลังมีอยู่ในขณะนี้ ก็ต้องฟังหนทางที่จะทำให้สามารถระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมนั้นได้ด้วย ซึ่งข้อความตอนท้ายของ **ปุตตมั่งสูตร** ตอนท้ายของกถาพิกการาหาร มีว่า

เมื่ออริยสาวกกำหนดรู้กถาพิกการาหารได้แล้ว ก็เป็นอันกำหนดรู้ความยินดีซึ่งเกิดแต่เบญจกามคุณ เมื่ออริยสาวกกำหนดรู้ความยินดีซึ่งเกิดแต่เบญจกามคุณได้แล้ว สังโยชนอันเป็นเครื่องชักนำอริยสาวกให้มาสู่โลกนี้อีกก็ไม่มี

เพราะฉะนั้น เมื่อยังไม่ถึงความเป็นพระอริยสาวก ยังไม่ได้กำหนดรู้ความยินดีในเบญจกามคุณ ในรูป ในเสียง ในกลิ่น ในรส ในโผฏฐัพพะ ก็ต้องกลับมาสู่โลกนี้อีก เมื่อตายแล้ว ไม่ไปไหน ต้องมาสู่ภูมิที่มีชั้น ๕ ซึ่งเป็นกามภูมิ แล้วแต่ว่าจะไปสู่สุคติภูมิ เกิดเป็นมนุษย์หรือเกิดเป็นเทพบนสวรรค์ หรือเกิดในอบายภูมิ แต่ไม่พ้นจากกามภูมิ

ข้อความตอนท้ายของผัสสาหาร พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

เมื่ออริยสาวกกำหนดรู้ผัสสาหารได้แล้ว ก็เป็นอันกำหนดรู้เวทนาทั้ง ๓ ได้ เมื่ออริยสาวกกำหนดรู้เวทนาทั้ง ๓ ได้แล้ว เรากล่าวว่า ไม่มีสิ่งใดที่อริยสาวกพึงทำให้ยิ่งขึ้นไปกว่านี้อีกแล้ว

เป็นเรื่องที่แสดงให้เห็นการอบรมเจริญปัญญา เวทนามี กำลังมี ไม่พิจารณา ไม่ระลึก ไม่รู้ ไม่มีทางที่จะรู้แจ้งอริยสัจธรรมเป็นพระอริยสาวก ต่อเมื่อใด อริยสาวกกำหนดรู้เวทนาทั้ง ๓ ได้แล้ว เรากล่าวว่า ไม่มีสิ่งใดที่อริยสาวกพึงทำให้ยิ่งขึ้นไปกว่านี้อีกแล้ว ซึ่งทางเดียวที่จะทำให้รู้เวทนาในขณะนี้ได้ คือ เมื่อรู้ว่าเวทนามี สติระลึก หรือจะไม่ใช้คำว่าสติก็ได้ ขณะนี้ระลึกลักษณะของเวทนา แต่ถ้าไม่ระลึกลักษณะของเวทนา สติจะระลึกลักษณะของสภาพธรรมอย่างอื่นก็ได้ เพราะในขณะที่กำลังระลึกลักษณะของสภาพธรรมอื่น จะทำให้ระลึกลักษณะของเวทนาได้ เช่น ในขณะที่กำลังกระทบสิ่งที่ร้อน สติระลึกลักษณะที่ร้อน หรือจะระลึกลักษณะของความรู้สึกไม่สบาย



ความรู้สึกที่เป็นทุกข์ขณะที่กระทบกับธาตุร้อน หรือสภาพที่ร้อนในขณะนั้น ไม่ใช่เป็นเรื่องผิดปกติ แต่เป็นเรื่องที่แม้กระทบกับลักษณะที่ร้อน สภาพร้อนปรากฏ สติจะเกิดหรือไม่เกิดเท่านั้นเอง

ถ้าหลงลืมสติ ก็เป็นปกติ แต่ถ้าสติเกิด ก็ไม่ใช่ขณะอื่น นอกจากระลึก ลักษณะความรู้สึกที่กำลังร้อนในขณะนั้น ไม่ใช่ระลึกเท่านั้น ยังรู้ว่าเป็นสภาพธรรมอย่างหนึ่งซึ่งมีจริง ๆ ค่อย ๆ ระลึกไป บ่อย ๆ เนื่อง ๆ พังพระธรรมไปแล้วก็ระลึกไป ไม่ว่าจะเป็นสภาพธรรมหนึ่งสภาพธรรมใด เป็นปกติในชีวิตประจำวัน และจะทำให้รู้ถึงต้นเหตุ ความยินดีที่ติดข้องในลักษณะของเวทนานั้นด้วย

ข้อความตอนท้ายของมโนสัจเจตนาหาร พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

เมื่ออริยสาวกกำหนดรู้มโนสัจเจตนาหารได้แล้ว ก็เป็นอันกำหนดรู้ต้นเหตุทั้ง ๓ ได้แล้ว เมื่ออริยสาวกกำหนดรู้ต้นเหตุทั้ง ๓ ได้แล้ว เรากล่าวว่า ไม่มีสิ่งใดที่อริยสาวกพึงทำให้ยิ่งขึ้นไปกว่านี้อีกแล้ว

ถ. ขอให้ทบทวนเรื่องเวทนาที่เกิดก่อนดับที่หลัง และเวทนาที่เกิดทีหลังดับก่อน ผมยังไม่เข้าใจ

สุ. เวทนาที่เกิดก่อน คือ ปฏิสนธิจิต เป็นวิบากจิต มีเวทนาเจตสิกเกิดร่วมด้วย ขณะนั้นไม่ใช่เวทนาที่เกิดกับจักขุวิญญาณ โสทวิญญูณ ฆานวิญญูณ ชิวหาวิญญูณ กายวิญญูณ เพราะว่าโดยนัยนี้แบ่งเวทนาเป็น ๒ ประเภท คือ เวทนาที่เป็นไปกับจิตที่รู้อารมณ์ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ทางปัญจทวาร & รวมเป็น ๑ และเวทนาที่เกิดกับจิตอื่นที่ไม่ใช่เป็นไปทางทวาร ๕ เพราะฉะนั้น ก็ได้แก่จิตที่รู้อารมณ์ทางมโนทวาร และจิตที่รู้อารมณ์โดยไม่อาศัยทวารเลย

ปฏิสนธิจิตเกิดขึ้นขณะแรก ไม่ได้อาศัยทวารหนึ่งทวารใดเลย แต่มีเวทนาเจตสิกเกิดแล้ว เพราะฉะนั้น ความรู้สึกที่เกิดพร้อมปฏิสนธิจิตเหมือนฝนเริ่มตก และภายหลังเมื่อมีการรู้อารมณ์ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ก็เป็นการสะสมความรู้สึกเหมือนกับฝนที่ตกและไหลเข้าสู่สระโดยทาง ๕ ทาง ซึ่งได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ทำให้มีความยินดี ความพอใจ จนกระทั่งล้น ถ้ามากในวัยที่ยังเป็นวัยต้นก็จะทำให้



มีความรู้สึกที่รุนแรง และภายหลังค่อย ๆ ลดลง เสื่อมลง จนกระทั่งในที่สุดถึงวัย
ที่เสื่อม ทำให้เห็นก็ไม่ค่อยจะเห็น ได้ยินก็ไม่ค่อยจะได้ยิน ค่อย ๆ ลดไป

เป็นแต่เพียงการเปรียบเทียบให้เห็นความเป็นไปของเวทนาในชาติหนึ่ง
แต่เป็นความจริง เพราะว่าเมื่อจุติจิตเกิดและดับ จุติจิตนั้นไม่ใช่จิตที่เห็น จิตที่ได้ยิน
จิตที่ได้กลิ่น จิตที่ลิ้มรส จิตที่รู้สิ่งที่กระทบกาย เพราะฉะนั้น จึงกล่าวรวมว่า
เวทนา ๕ เกิดทีหลัง และดับก่อน

