



มูลนิธิศึกษาและเผยแพร่พระพุทธศาสนา
Dhamma Study and Support Foundation

แนวทางเจริญวิปัสสนา

เล่ม ๗๗ ตอนที่ ๗๖๑ – ๗๗๐

บรรยายโดย

สุจินต์ บริหารวนเขตต์



แนวทางเจริญวิปัสสนา

๗๖๑



ถ. มรรคมีองค์ ๘ ท่านกล่าวไว้ว่า สัมมาทิฏฐิ มีลักษณะเห็น สัมมาสังกัปปะ มีลักษณะยกขึ้นในอารมณ์ สัมมาวาจา มีลักษณะถือเอา สัมมากัมมันตะ มีลักษณะเป็นสมุฏฐาน สัมมาอาชีวะ มีลักษณะผ่องแผ้ว สัมมาวายามะ มีลักษณะระคอง สัมมาสติ มีลักษณะปรากฏ สัมมาสมาธิ มีลักษณะไม่ฟุ้งซ่าน

ขอให้อาจารย์อธิบาย สัมมาทิฏฐิ มีลักษณะเห็น คือ เห็นอะไรบ้าง

สุ. เห็นตามความเป็นจริง เห็นด้วยปัญญา เวลานี้เสียงปรากฏ ไม่ใช่เห็นด้วยตา แต่เห็น คือ รู้ในลักษณะของสิ่งที่ปรากฏ เมื่อเป็นสิ่งที่กำลังปรากฏและรู้จึงเป็นเห็น ซึ่งไม่ใช่เห็นอย่างจักขุวิญญาณ แต่เห็นสัททารมณ์เป็นสัททารมณ์ เห็นเสียงเป็นเสียง เห็นโสตวิญญาณ คือ สภาพที่ได้ยินเสียง เป็นสภาพที่ได้ยิน ไม่ใช่เสียง

ถ. เห็นอกุศลเป็นอกุศล เห็นกุศลเป็นกุศล

สุ. เห็นสภาพธรรมทุกอย่างตรงตามความเป็นจริง ไม่เห็นผิด

ถ. สัมมาสังกัปปะ มีลักษณะยกขึ้นในอารมณ์

สุ. สัมมาสังกัปปะมีมือสำหรับจะยกไหม

ถ. ไม่เข้าใจว่า ยกขึ้นในอารมณ์นี้ จะยกอย่างไร

สุ. การศึกษาปรมัตถธรรมจะแจ่มแจ้งชัดเจนขึ้น พร้อมการเจริญสติปัฏฐาน จะเข้าใจอรรถของพยัญชนะ ซึ่งอาจจะใช้พยัญชนะหลายอย่างเพื่อที่จะช่วยให้ผู้ฟังหรือผู้อ่าน หรือผู้ศึกษามีความเข้าใจขึ้น แต่ถ้าเจริญสติปัฏฐานด้วย จะทำให้เข้าใจลักษณะของสภาพธรรมแต่ละอย่างชัดเจนขึ้น



จิตเป็นสภาพรู้ เป็นใหญ่เป็นประธานในการรู้ เป็นนามธรรม เพราะฉะนั้น จึงไม่ใช่สี ไม่ใช่เสียง ไม่ใช่กลิ่น ไม่ใช่รส ไม่ใช่แข็งหรืออ่อน ไม่มีอาการของรูปธรรมใด ๆ ปรากฏเลย เพราะรูปธรรมนั้นไม่ใช่สภาพรู้

จิตเป็นสภาพธรรมที่มีจริง เป็นธาตุชนิดหนึ่ง เป็นธรรมชนิดหนึ่ง ซึ่งมีลักษณะรู้ อารมณ์ จิตเป็นใหญ่เป็นประธานในการรู้ แต่ว่าสภาพธรรมแต่ละชนิดที่เกิดขึ้นนั้นไม่สามารถที่จะเกิดขึ้นโดยปราศจากปัจจัยทั้งหลายได้ ในขณะที่จิตแต่ละประเภท แต่ละดวง หรือแต่ละขณะที่เกิดนั้นจะมีปัจจัย คือ นามธรรมอีกประเภทหนึ่ง ซึ่งได้แก่ เจตสิก เป็นสภาพธรรมที่เกิดกับจิต ดับพร้อมจิต แต่ไม่ใช่เป็นใหญ่ในการรู้ อารมณ์ อย่างจิต ซึ่งเจตสิกนี้มีต่างประเภทออกไปแต่ละชนิด แต่ประเภท รวมทั้งสิ้นมี ๕๒ ประเภท หรือที่ทางธรรมใช้คำว่า ๕๒ ดวง

วิตกเจตสิกเป็นเจตสิกประเภทหนึ่ง ซึ่งไม่มีมือที่จะไปยกจิตขึ้นสู่อารมณ์ แต่ว่าเป็นปัจจัยที่เกิดพร้อมกับจิต จิตแต่ละดวงมีขณะย่อย คือ อนุขณะ ๓ อนุขณะ ได้แก่ ขณะที่เกิดขึ้นเป็นอุปาทานขณะ ขณะที่ยังไม่ดับไปเป็นฐิตีขณะ และขณะที่ดับเป็นภังคขณะ เจตสิกจะเป็นก็ดวงก็ตามที่เป็นปัจจัยให้เกิดจิต จะเกิดพร้อมกับจิตในอุปาทานขณะ และดับไปพร้อมกับจิตในภังคขณะ เพราะฉะนั้น วิตกเจตสิกที่เกิดกับจิต มีลักษณะหรือมีกิจ คือ จรดในอารมณ์ที่จิตกำลังรู้ เพราะว่าจิตเป็นใหญ่เป็นประธานในการรู้

ถ. ยกขึ้นในอารมณ์ หมายความว่า วิตกเจตสิกยกจิตขึ้นใช่ไหม

ส. ไม่ใช่ จิตเป็นใหญ่เป็นประธานในการรู้ อารมณ์ แต่วิตกเจตสิกเป็นสภาพธรรมที่จรดในอารมณ์ที่จิตกำลังรู้ เวทนาเจตสิกที่เกิดร่วมด้วยก็เป็นสภาพธรรมที่รู้สึกในอารมณ์ เป็นสุข หรือเป็นทุกข์ในอารมณ์ สัญญาเจตสิกที่เกิดร่วมด้วยก็กระทำการจำอารมณ์ หมายรู้ จดจำลักษณะของอารมณ์ที่ปรากฏ เจตนาเจตสิกก็เป็นสภาพธรรมที่ตั้งใจ หรือว่าชวนชวนในการกระทำการ

ถ. มรรคองค์ต่อไป คือ สัมมาวาจา มีลักษณะถือเอา การถือก็ต้องใช้มือ วาจา คือ ปาก ถือกันอย่างไร



ส. ถือเอาฝ่ายกุศล ถือเอาธรรมที่เป็นกุศล และวิริยธรรมที่เป็นอกุศล

ถ. นั่นเป็นสัมมาวาจา ลักษณะของสัมมาวาจา ต่อไปสัมมาสัมมัตตะ มีลักษณะเป็นสมุฏฐาน สัมมาสัมมัตตะ มีลักษณะเป็นสมุฏฐานของกุศล หรือของอกุศล

ส. สัมมาต้องเป็นกุศลทั้งหมด

ถ. หมายความว่า สัมมาสัมมัตตะ เป็นสมุฏฐานของฝ่ายกุศลเหมือนกัน

ส. การงานชอบ การกระทำทางกายชอบ วิริยอกุศลทั้งหลายที่เกิดจากการกระทำทางกาย

ถ. สัมมาอาชีวะ มีลักษณะผ่องแผ้ว ผ่องแผ้วในที่นี้หมายถึงจิตใจใหม่

ส. บริสุทธิ์จากมิจฉาอาชีวะ มีอาชีพที่บริสุทธิ์

ถ. มีอาชีพที่บริสุทธิ์ ไม่ใช่จิตใจหรือ มรรคต่อไปอีก ๓ องค์ ก็เหมือนกับโพชฌงค์

ส. โดยปรมาตถ์ สัมมาอาชีวะได้แก่เจตสิกปรมาตถ์ สัมมาวาจาได้แก่เจตสิกปรมาตถ์ สัมมาสัมมัตตะก็ได้แก่เจตสิกปรมาตถ์

เพราะฉะนั้น ไม่มีเราเลย ขณะใดที่มีการวิริยอุตสาหะทางกาย ในขณะที่ไม่เกี่ยวกับการอาชีพ ขณะนั้นก็คือ สัมมาสัมมัตตะเจตสิกเกิดขึ้นกระทำกิจในขณะนั้น หรือขณะที่กำลังวิริยอุตสาหะจากก็ไม่ใช่เรา แต่ว่าเพราะสัมมาวาจาเกิดขึ้นจึงกระทำกิจวิริยอุตสาหะที่เป็นวิริยอุตสาหะ

ถ. สัมมาทิฐิ ความเห็นชอบ ตามสติปัฏฐานบอกว่า เห็นอริยสัจ ๔ ใจใหม่ หลักรู้เท่านี้ สัมมาสังกัปปो ความดำริชอบ ดำริที่จะออกจากกาม นี่ในสติปัฏฐาน

ส. เพราะฉะนั้น เวลาที่ศึกษาแล้ว ขอให้พิจารณาถึงอรรถ ความหมายของพยางค์นั้น ๆ ด้วย เช่น สัมมาสังกัปปะที่ว่า ดำริชอบ โดยศัพท์ และอธิบายว่าคือการดำริออกจากกาม แต่อย่าลืม สัมมาสติจะต้องเกิดพร้อมกับมรรคองค์อื่น ๆ เพราะการตรึก การนึก การคิด ซึ่งเป็นกิจของจิตเจตสิก ท่านผู้ฟังจะเห็นได้ว่า ถ้าไม่



เจริญสติปัฏฐาน ก็อาจจะเข้าใจวิตกเจตสิกว่า เป็นแต่เพียงขณะใดที่มีการนึกคิด ถ้าเป็นกุศล ก็เป็นกุศลวิตก หรือถ้าเป็นฝ่ายอกุศล ก็เป็นอกุศลวิตก คือ นึกไปด้วย โลภะ ด้วยโทสะ ด้วยโมหะ แต่ถ้าเจริญสติปัฏฐานแล้ว จะเข้าใจลักษณะของ วิตกเจตสิกละเอียดขึ้น เช่น ในขณะนี้ยังไม่มีความคิดเป็นคำหรือเป็นเรื่องเลย แต่ว่า วิตกเจตสิกเกิดร่วมกับจิต หลังจากที่จักขุวิญญาณดับไปแล้ว

เวลาที่จักขุวิญญาณเกิดขึ้นทำกิจเพียงเห็น จะมีเจตสิกเกิดร่วมด้วยเพียง ๗ ดวง ไม่มีวิตกเจตสิกเกิดร่วมด้วย แต่ว่าเวลาที่จักขุวิญญาณ หรือโสตวิญญาณ จิตที่ได้ยินดับไป ฆานวิญญาณ จิตที่ได้กลิ่นดับไป ชิวหาวิญญาณ จิตที่ลิ้มรสดับไป กายวิญญาณ จิตที่รู้ารมณ์ที่กระทบทางกายดับไป วิตกเจตสิกเกิดกับสัมปฏิจฉันท-จิตที่เกิดต่อจากปัญจวิญญาณทันที เพราะฉะนั้น จะเห็นได้ว่า การจรดในอารมณ์ หรือการตรึกในอารมณ์นี้ แม้ว่าจะไม่คิดเป็นเรื่อง ไม่คิดเป็นคำ วิตกเจตสิกก็กระทำกิจจรดในอารมณ์นั้นแล้ว เช่น ในขณะที่เห็นดอกกล้วยไม้ จักขุวิญญาณเห็น ดับไป สัมปฏิจฉันทจะต้องมีวิตกเจตสิกเกิดร่วมด้วยทันทีเพราะไม่ใช่จิตเห็น คือ เมื่อเห็นดับไปแล้ว จิตที่จะรับรู้หรือรู้ารมณ์นั้นต่อจากจักขุวิญญาณย่อมเกิดขึ้นไม่ได้ ถ้าปราศจาก วิตกเจตสิกซึ่งจรดในอารมณ์นั้น เพราะอารมณ์นั้นยังไม่ดับไป

เพราะฉะนั้น ถ้าเพียงศึกษาว่า สัมมาสังกัปปะได้แก่ความดำรงชอบ คือ ดำริออกจากกาม ดำริออกจากพยาบาท ดำริออกจากความเบียดเบียน ย่อมเป็นกุศลธรรมซึ่งเกิดกับมหากุศลจิต แต่ไม่ใช่มรรคมีองค์ ๘ ได้ เพราะไม่ได้เกิดร่วมกับสัมมาสติที่ระลึกได้ในอารมณ์ที่กำลังปรากฏ

และในขณะที่สติระลึกลักษณะของอารมณ์ที่ปรากฏ ขณะนั้นจะดำริออกจากกามอย่างไร จะดำริออกจากพยาบาทอย่างไร จะดำริออกจากความเบียดเบียนอย่างไร ถ้าเป็นมรรคมีองค์ ๘ ซึ่งตามปกติมรรค ๕ องค์จะเกิดร่วมกัน ไม่ครบทั้ง ๘ องค์ คือ ขาดวิริตีเจตสิก ๓ ดวง ซึ่งได้แก่ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ และสัมมาอาชีวะ เพราะฉะนั้น ในขณะที่สัมมาสติระลึกได้ สัมมาสังกัปปะที่จรดในอารมณ์นั้น กระทำกิจจรดในอารมณ์นั้นในขณะที่เป็นกุศล ในขณะที่เป็นสัมมาสติ ในขณะที่ระลึกรู้



ลักษณะของสิ่งที่ปรากฏ ในขณะนั้นเอง คือ ออกจากกาม ออกจากพยาบาท ออกจากวิหิงสา คือ ความเบียดเบียน เพราะระลึกและจรดในอารมณ์ของสติปัฏฐาน

แต่ถ้าไม่ใช่มรรคมงคล ๘ การดำริที่เป็นกุศล เช่น การให้ทาน การรักษาศีล ก็มีสัมมาสังกัปปะเกิดร่วมด้วย เพราะขณะนั้นวิตกตรึก ดำริออกจากกาม จึงมีการสละวัตถุให้เพื่อประโยชน์แก่ผู้อื่น ดำริออกจากพยาบาท จึงมีการรักษาศีล วิริตฺตฺวจริต ดำริออกจากความเบียดเบียน แม้ความคิดทางใจที่จะเบียดเบียนก็ไม่มีในขณะที่ถูกสติเกิด แต่เวลาที่เป็นมรรคมงคล ๘ สัมมาสังกัปปะ หรือวิตกเจตสิกนั้นจรดในอารมณ์ที่สติกำลังระลึก รู้ ในขณะนั้นก็คือออกจากกาม การออกจากพยาบาท และออกจากวิหิงสา แต่ไม่ใช่เป็นการนึกเป็นคำหรือเป็นเรื่อง

ถ. สัมมาสังกัปปะ คือ การดำริออกจากกาม ฟังอย่างนี้คล้าย ๆ กับว่า จะต้องคิด คิดเป็นเวลานาน

สุ. เพราะฉะนั้น การเจริญสติปัฏฐานจะทำให้รู้ลักษณะของสภาพธรรมในขณะนั้น แม้แต่สภาพของวิตกเจตสิกที่จรดในอารมณ์นั้นก็รู้ได้ ว่าไม่ใช่การคิดเป็นคำ หรือไม่ใช่เป็นการคิดว่า กำลังเห็นเป็นนามธรรม สติที่ปรากฏเป็นรูปธรรม ขณะนั้นก็เป็นวิตกเจตสิก แต่ไม่ใช่สัมมาสังกัปปะในมรรคมงคล ๘ เวลาที่กำลังระลึก รู้ ลักษณะของเห็น และรูปารมณฺ์ สิ่งที่เคยปรากฏทางตา ก่อนจะมีการตรึกถึงรูปร่างลักษณะ

เพราะฉะนั้น เวลาที่มีการตรึก หรือรู้ว่าสิ่งที่ปรากฏเป็นอะไร นั้นก็แสดงว่ามีวิตกเจตสิกกระทำกิจตรึกในฐานฐานนั้นแล้ว เพราะฉะนั้น จึงมีการรู้ความต่างกันว่า รูปารมณฺ์จริง ๆ ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล เพราะยังไม่มีมีการตรึกถึงรูปร่างลักษณะ จึงรู้ในลักษณะที่เป็นรูปารมณฺ์

เวลานี้ถึงแม้ว่ารูปารมณฺ์ คือ สิ่งที่เคยปรากฏทางตา กำลังปรากฏจริง แต่เพราะว่าหลงลืมสติจึงไม่มีการระลึกศึกษาที่จะรู้ความต่างกันว่า ขณะที่เราเห็น ไม่ใช่ขณะที่รู้ว่าสิ่งที่ปรากฏนั้นเป็นอะไร เพราะที่จะรู้ว่าสิ่งที่ปรากฏนั้นเป็นอะไรต้องมีการตรึกถึงรูปร่างลักษณะ แต่ว่าสติเกิดแทนโมหะโดยระลึกได้และรู้ว่า ขณะนั้นหรือขณะนี้ที่กำลังเห็น เป็นเพียงสภาพธรรมที่ปรากฏทางตาเท่านั้น เอาความเป็นวัตถุ เอาความ



เป็นสิ่งที่ของ เอาความเป็นตัวตนออกได้ เพราะรู้ว่า ถ้าไม่ตรึงถึงรูปร่างสัณฐานจะไม่มีอะไรเลยนอกจากสิ่งที่ปรากฏทางตา แต่เพราะมีการตรึง คือ นึกถึงรูปร่างสัณฐาน จึงมีวัตถุมากมายหลายอย่าง เพราะความคิดนึก

ถ. ขณะที่จักขุวิญญาณเกิดมีเจตสิกเกิดร่วม ๗ ดวง แต่ขณะที่มีสติระลึกรู้เจตสิกที่เกิดร่วมด้วยต้องมีเพิ่มใช้ใหม่

สุ. ใช่ เพราะว่าคนละดวงกับจักขุวิญญาณ ต้องเป็นมหากุศลจิตที่ระลึกไม่ใช่จักขุวิญญาณ

ถ. ระลึกรูปภาพเห็น ขณะนั้นวิตกเจตสิกจรดลงสู่อารมณ์นั้น

สุ. เกิดกับมหากุศลด้วย แต่เป็นวิตกที่ไม่ได้ตรึงถึงรูปร่างสัณฐาน เพราะฉะนั้น ลักษณะของวิตกเจตสิก คือ การจรดในอารมณ์ มีตั้งแต่อย่างละเอียดจนถึงอย่างหยาบ

ถ. ถ้าหากว่าไม่ได้จรดถึงรูปร่างสัณฐาน วิตกเจตสิกดวงที่ต่อจากจักขุ-
วิญญาณ ก็เป็นการจรดลักษณะใช้หรือเปล่า

สุ. แน่นนอน ลักษณะของวิตกเจตสิกต้องจรดในอารมณ์ ผัสสะกระทบอารมณ์ไม่ใช่จรด จิตจะเกิดขึ้นไม่ได้เลยถ้าปราศจากผัสสะเจตสิก แต่ว่าผัสสะเจตสิกเป็นนามธรรมที่กระทบอารมณ์ ไม่ใช่การจรดในอารมณ์

เพราะฉะนั้น พระผู้มีพระภาคจึงได้ทรงแสดงสภาพของจิตแต่ละดวงตามความเป็นจริงว่าประกอบด้วยเจตสิกอะไรบ้าง ตามที่เป็นเหตุปัจจัยให้เกิดจิตประเภทนั้น ๆ เช่น จักขุวิญญาณ มีผัสสะเจตสิกแต่ไม่มีวิตกเจตสิก ขณะที่กำลังเห็นเป็นจักขุ-
วิญญาณ มีผัสสะที่กระทบอารมณ์ กระทบรูปารมณ์ ผัสสะรู้อารมณ์โดยกระทบจิตเห็นโดยเป็นประธานในการรู้ คือ เห็น เวทนารู้อารมณ์โดยรู้สึกเป็นสุขหรือเป็นทุกข์ แต่ถ้าเกิดกับจักขุวิญญาณก็ต้องเป็นอุเบกขา จะเป็นอื่นไม่ได้

ถ. หมายความว่า ถ้ามีการเห็นเกิดขึ้น และมีสติระลึกรู้สภาพเห็นนั้น หรือว่ามีเสียงเกิดขึ้น และระลึกรู้สภาพรู้เสียงนั้น นี่เป็นการเจริญสติปัฏฐาน และมีวิตก-
เจตสิกเกิดร่วมด้วย



ส. เป็นสัมมาสังกัปปะ คือ จรดในอารมณ์ที่สติระลึก หน้าที่ของวิตก-
เจตสิกที่เป็นมรรคมืด ๘ นี้ คือ จรดในอารมณ์ที่เป็นสติปัฏฐานที่สติกำลังระลึกรู้
จึงเป็นองค์หนึ่งในมรรคมืด ๘ ขาดสัมมาสังกัปปะ คือ การจรดในอารมณ์นั้นไม่ได้





๗๖๒



สุ. เห็นเปล่า ๆ ยังไม่ตรีนึกถึงรูปร่างสัณฐานในวันหนึ่ง ๆ มีไหม ตามความเป็นจริง แม้ว่าสติจะไม่เกิด แต่ในวันหนึ่ง ๆ ไม่ใช่ว่าเห็นแล้วตรีนึกถึงทุกอย่าง ขณะที่กำลังเห็นเดี๋ยวนี้ บางอย่างอาจจะไม่ได้นึกถึงเลยแม้ว่าจะเห็น

กลอนประตุนี้มีใครนึกถึงบ้างไหม เห็น แต่บางทีก็เห็นไปเฉย ๆ โดยไม่ได้ตรีนึกถึง เพราะฉะนั้น ในวันหนึ่ง ๆ เดินไปที่ไหนบ้าง หรือว่ากำลังนั่ง มีเห็น แต่ไม่ใช่ว่ามีตรีนึกถึงทุกสิ่งทุกอย่าง มีการตรีนึกถึงเพียงบางสิ่งบางอย่างเท่านั้น เห็น มี เห็นทุกสิ่งทุกอย่างเพราะว่าเป็นรูปารมณฺ์ แต่จะมีการตรีนึกถึงเพียงบางสิ่งบางอย่างเท่านั้น

เพราะฉะนั้น จะเห็นได้ว่า วิตกเจตสิก เวลาที่เห็น และหลังจากจักขุวิญญาณดับไปแล้ว พระผู้มีพระภาคทรงแสดงว่า แม้สัมปฏิจฉนจิตซึ่งรับ คือ ฐาเนตฺตํต่อจากจักขุวิญญาณ ก็มีวิตกเจตสิกเกิดร่วมด้วย แต่ยังไม่ตรีนึกถึงสัณฐาน เพราะฉะนั้น ในวันหนึ่ง ๆ เห็นแล้วไม่ได้คิดถึงสิ่งที่เห็นก็มี หรือว่าหลังจากเห็นแล้วยังคิดถึงรูปร่างสัณฐานของสิ่งที่เห็นจึงรู้ว่าสิ่งที่เห็นเป็นอะไรก็มี หรือว่าเวลาเห็นแล้วเกิดสติระลึกได้ และนึกขึ้นมาว่า ขณะที่เห็นนี้เป็นนามธรรม เป็นสภาพรู้ ขณะนั้นก็เห็น วิตกเจตสิก แต่นึกถึงคำ นึกถึงเรื่อง เพราะฉะนั้น ก็จะเห็นลักษณะของวิตกเจตสิกนี้ต่างกันไป เพราะไม่ว่าจะเห็นอะไร จะได้ยินอะไรก็ตาม สัญญาเจตสิกนี้ทำกิจจำทุกสิ่งทุกอย่าง แต่ว่าแล้วแต่วิตกเจตสิกจะตรีนึกถึงอะไร ขณะนี้ถ้าใครจะนึกคิดอะไร นั่นคือวิตกเจตสิกทำกิจตรีนึกคิดถึงเรื่องนั้น

และเรื่องนั้นตามความเป็นจริงก็ไม่ใช่ปรมาตมธรรม เพราะเรื่องนั้นมีเพราะจิตนึก ถ้าจิตไม่นึก เรื่องนั้นก็ไม่มี

แต่ว่าสิ่งที่ปรากฏทางตา เกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัย ถึงไม่นึก มีปัจจัยให้เห็น การเห็นก็เกิดขึ้น ถึงไม่นึก มีปัจจัยให้ได้ยิน การได้ยินเสียงก็เกิดปรากฏ เสียงเป็น



สภาพปรมาัตถธรรมที่มีจริง ได้ยินเป็นสภาพปรมาัตถธรรมที่มีจริง แต่ขณะที่ตรึกนึกคิดถึงเรื่องราวต่าง ๆ เรื่องต่าง ๆ ไม่ใช่ปรมาัตถธรรม ไม่มีจริง แต่จิตที่ตรึกหรือนึกคตินั้นมีจริง เพราะวิตกเจตสิกตรึกนึกถึงสิ่งที่เคยเห็นบ้าง ได้ยินบ้าง และก็จดจำไว้ ทุกคนจำไว้มากมายหลายเรื่อง แต่ว่าแล้วแต่วิตกเจตสิกจะตรึกถึงเรื่องอะไร

สำหรับสมณภวานาในชีวิตประจำวัน สำหรับผู้ที่มีปกติเจริญสติปัฏฐาน ใน **อังกุตตรนิกาย จักกนิบาต มหานามสูตร** มีข้อความว่า

สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ นิโครธาราม ใกล้กรุงกบิลพัสดุ์ แคว้นสักกะ เจ้าศากยะพระนามว่ามหานามะ ได้เสด็จเข้าไปเฝ้าได้ทูลถามว่า

ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ อริยสาวกผู้ได้บรรลุผลทราบชัดพระศาสนาแล้ว ย่อมอยู่ด้วยวิหารธรรมชนิดไหนเป็นส่วนมาก พระเจ้าข้า

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

ดูกร มหานามะ อริยสาวกผู้ได้บรรลุผลทราบชัดพระศาสนาแล้ว ย่อมอยู่ด้วยวิหารธรรมนี้เป็นส่วนมาก คือ อริยสาวกในพระศาสนา นี้ ย่อมระลึกถึงพระตถาคตเนื่อง ๆ ว่า แม้เพราะเหตุนี้ ๆ พระผู้มีพระภาคพระองค์นั้นเป็นพระอรหันต์ (อิติปิ โส ภาคะวา อะระหัง) ตรัสรู้เองโดยชอบ (สัมมาสัมพุทโธ) ทรงถึงพร้อมด้วยวิชาและจรณะ (วิชาจะระณะสัมปันโน) เสด็จไปได้แล้ว (สุคะโต) ทรงรู้แจ้งโลก (โลกะวิทู) เป็นสารถิฝักบุรุษที่ควรฝัก ไม่มีผู้อื่นยิ่งกว่า (อะนุตตะโร ปุริสสะทัมมะสาระถิ) เป็นศาสดาของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย (สัตถา เทวะมนุสสานัง) เป็นผู้เบิกบานแล้ว (พุทโธ) เป็นผู้จำแนกธรรม (ภาคะวา)

ท่านผู้ฟังระลึกอย่างนี้หรือเปล่า หรือสวดเท่านั้น

ข้อความต่อไป

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

ดูกร มหานามะ สมัยใด อริยสาวกย่อมระลึกถึงพระตถาคตเนื่อง ๆ สมัยนั้น จิตของอริยสาวกนั้นย่อมไม่ถูกราคะกัณฺหมรุม ไม่ถูกโทสะกัณฺหมรุม ไม่ถูกโมหะกัณฺหมรุม ย่อมเป็นจิตดำเนินไปตรงทีเดียว ก็อริยสาวกผู้มีจิตดำเนินไปตรงเพราะปรารภ



พระตถาคต ย่อมได้ความซาบซึ่งอรรถ ย่อมได้ความซาบซึ่งธรรม ย่อมได้ความปราโมทย์อันประกอบด้วยธรรม เมื่อปราโมทย์แล้วย่อมเกิดปีติ เมื่อมีใจประกอบด้วยปีติ กายย่อมสงบ ผู้มีกายสงบแล้วย่อมเสวยสุข เมื่อมีสุข จิตย่อมตั้งมั่น

ดูกร มหานามะ นี้อาตมภาพกล่าวว่า อริยสาวกเป็นผู้ถึงความสงบเรียบร้อยอยู่ ในเมื่อหมู่สัตว์ยังไม่สงบเรียบร้อย เป็นผู้ไม่มีความพยายาทอยู่ ในเมื่อหมู่สัตว์ยังมีความพยายาท เป็นผู้ถึงพร้อมกระแสธรรม ย่อมเจริญพุทธานุสสติ ฯ

ต่อไปเป็นการระลึกถึงพระธรรม เป็นธัมมานุสสติ พระสงฆ์ เป็นสังฆานุสสติ ศील เป็นศีลानุสสติ จาคะ เป็นจาคานุสสติ และเทวดา คือ เทวตานุสสติ

ตอนท้ายของพระสูตรนี้ พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

ดูกร มหานามะ อริยสาวกผู้ได้บรรลุผลทราบชัดพระศาสนาแล้ว ย่อมอยู่ด้วยวิหารธรรมนี้เป็นส่วนมาก ฯ

จบ สูตรที่ ๑๐

นี่เป็นปกติในชีวิตประจำวันของผู้ที่เป็นพระอริยสาวก

สมถภาวนา คือ การอบรมเจริญความสงบ เป็นเรื่องที่ต้องเจริญ แต่ว่าต้องถูกต้องด้วย มิฉะนั้นแล้วก็ไม่ใช่ความสงบ แต่อาจจะคิดว่าสงบ

เพราะฉะนั้น สำหรับผู้ที่เป็น พระอริยสาวก ผู้ที่ทราบชัดพระศาสนาแล้ว ย่อมอยู่ด้วยวิหารธรรมนี้เป็นส่วนมาก ฯ สำหรับท่านผู้ฟังที่ต้องการจะสงบ หรือต้องการที่จะเจริญสมถภาวนา จะปฏิบัติอย่างไร เพราะแม้แต่พระอริยสาวกท่านก็เป็นผู้ที่เจริญความสงบโดยการระลึกถึงพุทธานุสสติ ธัมมานุสสติ สังฆานุสสติ ศีลानุสสติ จาคานุสสติ เทวตานุสสติ

ถ. มีบางท่านที่ไม่เข้าใจความหมายของคำว่า อิติปิ โส ภะคะวา เป็นต้น และก็สวดมนต์โดยที่ไม่ได้ระลึกว่า พระผู้มีพระภาคเป็นผู้ตรัสรู้เองโดยชอบ อะไรต่าง ๆ เหล่านี้ จะถือว่าเป็นผู้ที่อยู่ในวิหารธรรมข้อนี้ไหม

สุ. เพียงสวดใช้ไหม มีใครสามารถจะรู้ถึงจิตในขณะที่กำลังสวดของผู้คนอื่นได้ไหม เมื่อไม่ได้ จึงควรศึกษาอาระจิตของตน เพราะไม่สามารถที่จะรู้วาระจิตของ



บุคคลอื่น เพราะฉะนั้น แต่ละท่านควรที่จะเกิดสติ คือ การระลึกได้ว่า ในขณะที่ท่องเที่ยวหรือในขณะที่สวดเป็นกุศลหรือเป็นอกุศล แต่ว่าจิตเป็นสภาพธรรมที่ละเอียดมากและเกิดดับสลับต่อกันอย่างรวดเร็ว เพราะฉะนั้น ในการอบรมเจริญแม้สมถะ คือ ความสงบ ก็จะต้องประกอบด้วยสติสัมปชัญญะและปัญญาที่รู้ลักษณะของจิตในขณะนั้นว่าเป็นกุศลหรือเป็นอกุศล

ลองพูด อิติปิ โส ภควา พอดีที่จะรู้ลักษณะของจิตในขณะนั้นใหม่ว่า เป็นกุศลหรือเปล่า แต่ว่าเวลาที่ศึกษาพระธรรมและเกิดความรู้ความเข้าใจในสภาพธรรม มีความซาบซึ้งในพระพุทธานุคุณที่พระผู้มีพระภาคทรงตรัสรู้และทรงแสดงธรรม ในขณะนั้นลักษณะของจิตผ่องใส เพราะระลึกถึงพระคุณของพระผู้มีพระภาค ในขณะนั้นไม่ได้เอ่ยคำว่า อิติปิ โส ภควา แต่ว่าความรู้สึกนี้เป็น อิติปิ โส ภควา

ถ. ถ้าเป็นในลักษณะนี้ ก็เท่ากับว่าอยู่ในวิหารธรรม

ส. ขณะใดที่เข้าใจธรรม ศึกษาโดยการอ่าน โดยการฟัง เกิดความซาบซึ้งปีติ ผ่องใส ระลึกพระพุทธานุคุณ ในขณะนั้นเป็นพุทธานุสสติ เป็นความสงบ แต่ว่าไม่ใช่ต้องท่อง เป็นความเข้าใจ ถ้าไม่เข้าใจธรรมจะเห็นพระคุณของพระผู้มีพระภาคได้ไหม อาจจะทำให้เกิดความเลื่อมใสเล็กๆ น้อยๆ ได้ว่า เป็นผู้ที่ปราศจากกิเลส หรือเป็นผู้ที่ควรเคารพ

ผู้ฟัง มีการเจริญสมาธิ หายใจเข้า พุท หายใจออก โอ อะไรต่างๆ เหล่านี้ ไม่ได้อยู่ในวิหารธรรมที่พระผู้มีพระภาคตรัสไว้ตามที่อาจารย์ได้บรรยายเลย เพียงแต่เป็นสมาธิแต่ละขณะๆ ที่คิดคำว่า พุท คำหนึ่ง คำว่า โอ คำหนึ่ง

ส. ใช่ เพราะฉะนั้น การที่เจริญความสงบ อย่าลืมว่า ถ้าปราศจากสติสัมปชัญญะ คือ รู้สภาพของจิตในขณะนั้นว่า เป็นกุศลหรือเป็นอกุศลแล้วไม่สามารถสงบได้

ธรรมดาของบุคคลที่มีความยินดีพอใจในรูป ในเสียง ในกลิ่น ในรส ในโณภูมิจึงเป็นชีวิตประจำวัน ไม่มีใครที่ไม่ปรารถนาในรูป เสียง กลิ่น รส โณภูมิจึงเพราะฉะนั้น เมื่อมีความต้องการในรูป เสียง กลิ่น รส โณภูมิจึงยัง



ไม่ได้ลดลงไปด้วยปัญญาที่รู้สภาพธรรมยิ่งขึ้นตามความเป็นจริง เพราะฉะนั้น เวลาที่มีความปรารถนา แทนที่จะเป็นรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ อาจจะปรารถนาการจดจ้องที่ลมหายใจ ซึ่งลักษณะที่แท้จริง คือ ปรมาัตถธรรมของลมหายใจนั้น ก็คือ โผฏฐัพพะธรรมดา ๆ นั่นเอง เวลาที่กระทบสัมผัสสิ่งหนึ่งสิ่งใดรู้สึกได้ว่า อ่อนหรือแข็ง เย็นหรือร้อน เป็นสภาพธรรมที่ปรากฏให้รู้ได้ทางกาย ฉันท ไฉส ลมหายใจ คือ โผฏฐัพพะ ลักษณะที่อ่อน ที่เบา ที่แรง ที่อุ่น ที่ร้อน หรือที่เย็น ที่ปรากฏให้รู้ได้ทางกาย ก็ฉันทนั้น

เพราะฉะนั้น ความปรารถนาธรรมดาซึ่งทุกคนมีอยู่ในเย็น ร้อน อ่อน แข็ง ที่ปรากฏทางกาย กับความต้องการที่จะให้จิตจดจ้อง คือ ปรารถนาโผฏฐัพพะที่กระทบปรากฏที่จมูกนั้น ก็ไม่ต่างกันสำหรับผู้ที่ยึดจากสติสัมปชัญญะ ซึ่งปัญญาไม่เกิดรู้ความต่างกันของจิต เพราะขณะที่กำลังนั่งอยู่อย่างนี้ เวลาที่อกุศลจิตเกิดขึ้น มีโลภะ ความต้องการอารมณ์หนึ่งอารมณ์ใด และก็เปลี่ยนเป็นลมหายใจ ลักษณะของจิตไม่ต่างกันเลย เป็นความต้องการนั่นเอง แต่เปลี่ยนจากที่นั่งธรรมดาไปหา โผฏฐัพพะที่กระทบที่จมูก ที่เป็นลมหายใจ ไม่มีลักษณะของปัญญาที่รู้เหตุผลว่า เพราะอะไรจึงสงบเมื่อระลึกที่ลมหายใจ เมื่อปัญญาไม่เกิด ก็คือโลภมูลจิตนั่นเอง

ผู้ฟัง สาเหตุที่แท้จริงของผู้ที่ปฏิบัติอย่างนั้น เกิดจากความไม่เข้าใจเป็นอันดับแรก

ส. พระผู้มีพระภาคทรงแสดงว่า สำหรับการอบรมเจริญภาวนา ไม่ว่าจะ เป็นสมณะหรือวิปัสสนาก็ตาม ย่อมไม่สามารถจะกระทำได้ถ้าปราศจากปัญญา

ผู้ฟัง ปัญญาคือความเข้าใจ ได้ยินเขาว่า หายใจเข้า พุท หายใจออก โอ และจะเป็นกุศล ก็เข้าใจตามเขา โดยที่อาจจะเป็นความเข้าใจผิด

ส. เขาบอกว่า การฟังธรรมเป็นกุศล แต่เวลาที่ฟังแล้วไม่รู้เรื่องเลย จิตคิด นึกไปต่าง ๆ นานา เรื่องนั้น เรื่องนี้ เป็นกุศลได้ไหม ในเมื่อจิตของคนฟังต่างกัน



ถ. จะเป็นกุศลหรือไม่ใช่กุศล มีตัวอย่าง ค้างคาวที่ฟังพระสวดมนต์ หลังจากค้างคาวนั้นก็ตาย ได้ไปเกิดในสวรรค์ ก็หมายความว่า จิตจะต้องเป็นกุศล ฟังพระสวดมนต์ไม่รู้เรื่องอะไรเลย แต่จิตก็เป็นกุศลได้ใช่ไหม

ส. ใครจะรู้วาระจิตของค้างคาวทุกตัว คนทุกคนที่ฟังธรรม ลักษณะของ กุศลจิตของใครคนนั้นก็รู้ ไม่ใช่คนอื่นรู้ เพราะฉะนั้น ต่อไปนี้เห็นค้างคาวอยู่ในวัด ก็ เข้าใจว่าเป็นกุศลทั้งหมดหรือ

ผู้ฟัง ผมจำบาปได้ ค้างคาวนี้ไม่ได้รู้อะไร แต่ว่าสัตตทัญญา ในบาลีว่าอย่าง นั้น สำคัญในเสียง คล้าย ๆ กับเราฟังดนตรีเพราะ จิตอื่นไม่ได้พูดถึง ถ้าอยากจะรู้ ไปดูในธรรมบท

ส. ยาก ที่จะรู้ว่าเป็นกุศลหรือเป็นอกุศล

ถ. ขอเรียนถามเรื่องความเพียร พระผู้มีพระภาคตรัสไว้ว่า บุคคลพึงล่วง พ้นความทุกข์ได้ด้วยความเพียร ความเพียรในที่นี้ หมายถึงความเพียรที่น้อมสติมา ระลึกรู้ที่นามธรรมหรือรูปธรรม หรือเป็นความเพียรที่ต้องไปเพ่ง ไปเดินจงกรม ไปนั่ง กัมมัฏฐาน

ส. ความเพียรเกิดพร้อมกับสติ ไม่ต้องห่วงเรื่องความเพียร ในขณะใดที่สติ เกิด ขณะนั้นมีวิริยเจตสิกเกิดร่วมด้วย

ถ. แสดงว่าแค่นี้ก็เป็นลักษณะของความเพียรแล้ว แต่ในพระสูตรต้นตปิฎก ลักษณะของความเพียรมีความมุ่งหมายในด้านที่ว่า ต้องมีความเพียรอย่างแรงกล้า เช่น เดินจงกรม นั่งกัมมัฏฐาน อย่างท่านพระโสณเถระ เป็นต้น ท่านเดินจนสิ้นเท้า แตก ทำให้เห็นว่า ที่จะเพียรไปสู่พระนิพพานได้นั้น ต้องทำอย่างพระโสณเถระหรือ

ส. และผลเป็นอย่างไร จะทำอย่างท่านพระโสณะ นั่นเป็นความปรารถนา ความต้องการที่จะทำ ผลคืออย่างไร

ถ. ถ้าไม่ก่อให้เกิดปัญญา ผมเข้าใจว่าคงไม่เป็นประโยชน์แต่อย่างใดเลย

ส. เพราะฉะนั้น สำคัญที่สุด คือ ปัญญา ใครจะทำอย่างไหนนั้นเป็นเรื่อง การสะสมของแต่ละบุคคล พระอริยเจ้าทั้งหลายที่เป็นบรรพชิตก็มี ที่เป็นคฤหัสถ์ก็มี



ท่านก็บรรลุมรรคผลตามโอกาสอันควรของท่าน แต่ว่าผู้ที่ยังไม่ได้อบรมเจริญปัญญา พอที่จะมีกำลังที่จะให้รู้แจ้งอริยสัจธรรม และไปพยายามทำอย่างท่านพระโสณะบ้าง ผลย่อมไม่เกิด

ถ. ผมเคยประสบมากับตัวเอง เคยเข้าห้องกัมมัฏฐานประมาณ ๓ เดือน ปฏิบัติไป ๆ เข้าใจว่าตัวเองสำเร็จเป็นพระโสดาบันบุคคลแล้ว คือ หลอกตัวเองว่า สำเร็จแล้ว ผมไปสอบถามกับอาจารย์ อาจารย์บอกว่า ยัง ให้ปฏิบัติต่อ ผมก็ ปฏิบัติ ขณะที่ทำความเพียร เติบจนครบ นั่งกัมมัฏฐาน ๒ วัน กับ ๑ คืน ไม่ได้นอน เดินแล้วก็ล้มลงหัวแตก ไม่ก่อให้เกิดปัญญา ไม่สามารถตัดกิเลสให้เป็นสมุจเฉทได้ ที่เล่าให้ฟังนี้ ก็เพียงให้เป็นข้อคิดสำหรับคนหมกมุ่นที่ได้ฟังอยู่ในที่นี้ เพื่อจะได้นำไป พิจารณาว่า ก่อให้เกิดประโยชน์ไหม หรือว่าเป็นประโยชน์ต่อตัวเองอย่างไร และขอ ถามว่า เรารู้สึกตื่นเต้นมาก ๆ เราไม่ต้องการให้ตื่นเต้น เราสามารถจะบังคับได้ไหม

สุ. จะบังคับ หรือว่าจะระลึกถึงลักษณะของความตื่นเต้นซึ่งมีจริง เกิดขึ้น เพราะเหตุปัจจัย

โดยมากทุกท่านไม่ชอบอกุศล แน่นอนที่สุด แต่พอระลึกถึงลักษณะของสภาพ ธรรม ยากนักที่จะไม่ระลึกถึงลักษณะของอกุศลตามความเป็นจริงที่กำลังปรากฏ

โลกมุลจิตมีอยู่เป็นประจำจนไม่รู้สึกรู้สีก ถ้าสติไม่เกิดระลึกถึงลักษณะของสภาพ ธรรมจะบอกได้ไหมว่า เมื่อก่อนที่สติจะเกิดนั้นเป็นกุศลหรือเป็นอกุศล ถ้าสติไม่เกิด และอกุศลที่มีมากจนกระทั่งครอบงำ อกุศลนั้นก็ย่อมไม่สามารถที่จะรู้ลักษณะของ นามธรรมและรูปธรรมใด ๆ ได้เลย

เพราะฉะนั้น ขออนุโมทนาท่านผู้ฟังที่ท่านทราบว่า ไม่ใช่พระโสดาบัน และเมื่อ ปฏิบัติต่อไปก็ยังมีอาการพลอดตัวหกล้มจนศีรษะกระแทก ศีรษะแตก ซึ่งนั่นไม่ใช่ลักษณะ ของปัญญา ถ้าท่านมีความสงสัยว่า ลักษณะนั้นเป็นลักษณะของอะไร สภาพธรรม อะไร เวลาที่พลอดตัวย่อมจะมีเหตุการณ์ต่าง ๆ เกิดขึ้นได้ ถ้านั่งอยู่ไม่พลอด ก็คงจะไม่ ล้มลงไป แต่เมื่อพลอดจะมีอาการที่ผิดปกติ ซึ่งไม่ใช่สติสัมปชัญญะ เพราะฉะนั้น



ในขณะนั้น เกิดขึ้นเพราะการปฏิบัติที่ทำให้เกิดการเผลอขึ้นที่ละเล็กทีละน้อยจนกระทั่งสามารถที่จะทำให้ล้มและมีอันตรายเกิดขึ้นได้ ซึ่งนั่นไม่ใช่สติสัมปชัญญะ

ขณะนี้กำลังเห็น กำลังได้ยิน ถ้าจะเกิดความตื่นเต้นตกใจ ก็เป็นสภาพธรรมที่มีจริง เป็นของจริง ไม่ใช่ตัวตน แต่ความที่ยึดติดในเรา ก็ไม่ชอบที่จะให้เราตื่นเต้นตกใจอย่างนั้น ไม่มีใครชอบให้ตัวเองรู้สึกอับอาย รู้สึกขายหน้า รู้สึกตื่นเต้น รู้สึกตกใจ แต่ว่าสภาพธรรมเหล่านี้เกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัย เพราะฉะนั้น ถ้าไม่อบรมเจริญสติปัฏฐาน ก็มีความคิดที่อยากจะบังคับไม่ให้สภาพธรรมนั้นเกิดขึ้น แต่ว่าไม่สามารถจะบังคับได้ เพราะว่าตราบใดที่อกุศลธรรมยังไม่ได้ดับเป็นสมุจเฉท ต้องมีปัจจัยให้เกิด





๗๖๓



ส. ความโกรธมีลักษณะหลายอย่าง ตั้งแต่ความขุ่นใจเล็กน้อย แม้แต่ความรู้สึกอับอาย ไม่พอใจ หรือว่ากระดากอายต่าง ๆ เหล่านี้ ก็เป็นสภาพธรรมที่มีจริง และก็ไม่ชอบ เพราะฉะนั้น ขณะนั้นไม่ใช่โลกมุลจิต แต่เป็นสภาพธรรมที่เกิดขึ้น ซึ่งถ้าระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมนั้นจะเห็นว่า เป็นเพียงสภาพธรรมที่เกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัย และก็มี การระลึกรู้ลักษณะของนามธรรมและรูปธรรมอื่นต่อ ๆ ไปได้ แทนที่จะคิดบังคับ เพราะไม่สามารถที่จะบังคับได้ อาจจะมีความรู้สึกว่าบังคับได้ชั่วคราว แต่ตราบได้ที่ยังไม่ได้ดับเป็นสมุจเฉต สภาพธรรมที่ไม่ชอบใจทั้งหลาย คือ อกุศลธรรมทั้งหลาย ก็ย่อมจะเกิดขึ้นได้

ในชีวิตของแต่ละคนต้องมีสิ่งที่ไม่พอใจมากมาย หลายครั้ง หลายขณะ หลายเหตุการณ์ ซึ่งก็ควรรู้ลักษณะของกาย หรือเวทนา หรือจิต หรือธรรมที่กำลังปรากฏ และละคลายการยึดถือว่าเป็นตัวตนที่ละเล็กทีละน้อย จนในที่สุดก็สามารถที่จะดับได้ เป็นสมุจเฉตเป็นลำดับขั้น แต่อย่าคิดที่จะบังคับ เพราะว่าไม่สามารถที่จะดับกิเลสได้ด้วยความเป็นตัวตน

สำหรับพุทธานุสสติ ท่านผู้ฟังไม่สงสัยหรือว่า สมณภวณานันมีถึง ๔๐ อารมณ ทำไมพระผู้มีพระภาคจึงตรัสว่า พระอริยสาวกทั้งหลายอยู่ด้วยการระลึกถึงพุทธานุสสติ ัมมานุสสติ สังขานุสสติ สีลानุสสติ จาคานุสสติ และเทวตานุสสติมากกว่าวิหารธรรมอื่น นี่เป็นชีวิตจริง ๆ ซึ่งถ้าท่านผู้ฟังไม่เข้าใจในเหตุผล ก็ไม่ทราบว่ ทำไมพระอริยสาวกท่านจึงไม่อยู่ด้วยวิหารธรรมอื่น แต่ว่าอยู่ด้วยอนุสสติเป็นส่วนมาก

การอบรมเจริญภาวนา เป็นการอบรมเจริญปัญญา ไม่ว่าจะเป็นขั้นสมณะหรือขั้นวิปัสสนาก็ตาม เพราะว่าธรรมที่เป็นกุศล ได้แก่ ทาน ศีล และภาวนา หรือว่าศีล สมาธิ ปัญญา ชีวิตของทุกท่านนี้มีการให้ทาน มีการสละวัตถุเพื่อประโยชน์สุขแก่บุคคลอื่นตามควรแก่โอกาส และท่านก็มีการอบรมเจริญศีล แต่แม้กระนั้นท่านที่มีการ



ปริจาค มีการให้ทาน มีการรักษาศีลแล้ว ก็รู้สึกว่ายังไม่สามารถดับกิเลสได้เป็นสมุจเฉท เพราะฉะนั้น จึงมีการอบรมเจริญภาวนา ซึ่งการอบรมเจริญภาวนานี้เป็นเรื่องของการอบรมเจริญปัญญา ไม่ว่าจะเป็นขั้นสมถะหรือขั้นวิปัสสนาก็ตาม

เพราะฉะนั้น ท่านผู้ฟังจะเห็นได้ว่า จุดประสงค์ คือ การอบรมเจริญปัญญา ซึ่งผู้ที่ระลึกถึงพระพุทธคุณ ระลึกถึงพระพุทธานุภาพ ก็เป็นเพราะว่า ได้เข้าใจพระธรรมที่พระผู้มีพระภาคทรงแสดงและประพฤติปฏิบัติตามจนกระทั่งประจักษ์แจ้งในอริยสัจธรรม รู้ว่าเป็นธรรมที่ดับกิเลสได้ เพราะฉะนั้น ท่านเหล่านั้นย่อมจะระลึกถึงคุณของพระผู้มีพระภาคอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า และปฏิบัติธรรมพร้อมกันด้วย

การระลึกถึงพระคุณของพระผู้มีพระภาคนั้น ไม่ใช่เพียงระลึก แต่ไม่ประพฤติปฏิบัติตาม โดยเฉพาะสำหรับผู้ที่เป็นพระอริยเจ้า ท่านระลึกถึงพระธรรมและท่านประพฤติปฏิบัติตามจนกระทั่งดับกิเลสได้เป็นสมุจเฉท เพราะฉะนั้น การระลึกถึงคุณของพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าของท่าน จึงเป็นการปฏิบัติธรรม อบรมเจริญปัญญาที่จะรู้แจ้งอริยสัจธรรมต่อไป

ข้อความใน **ขุททกนิกาย จุฬนิกาย ข้อ ๖๒๗** มีว่า

คำว่า นมัสการอยู่ ความว่า นมัสการ สักการะ เคารพ นับถือ บูชาอยู่ ด้วยกายบ้าง ด้วยวาจาบ้าง ด้วยจิตบ้าง ด้วยการปฏิบัติเป็นไปตามประโยชน์บ้าง ด้วยการปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรมบ้าง ย่อมอยู่ คือ ยับยั้งอยู่ตลอดคืนและวัน เพราะฉะนั้น จึงชื่อว่า นมัสการอยู่ตลอดคืนและวัน

ถ้าใครจะนมัสการพระผู้มีพระภาคอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า อย่าลืมว่า ความว่า นมัสการ สักการะ เคารพ นับถือ บูชาอยู่ ด้วยกายบ้าง ด้วยวาจาบ้าง ด้วยจิตบ้าง ด้วยการปฏิบัติเป็นไปตามประโยชน์บ้าง ด้วยการปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรมบ้าง ย่อมอยู่ คือ ยับยั้งอยู่ตลอดคืนและวัน

นี่เป็นชีวิตจริง ๆ ตลอดคืนและวัน คือ นมัสการ สักการะ เคารพ นับถือ บูชาอยู่ ด้วยกายบ้าง กายวันนี้นมัสการ สักการะ บูชา เคารพ นับถือ บอญใหม่ พอใหม่เพียงชั่วที่จะกราบ อัญชลี หรือว่านมัสการด้วยการไหว้เท่านั้น แต่ว่ากาย



ทั้งหมดนี้ที่จะละเว้นทุจริต เว้นจากกายทุจริตขณะใด ขณะนั้นย่อมชื่อว่า นมัสการ สักการะ เคารพ บูชาพระผู้มีพระภาค เพราะฉะนั้น ผู้ที่ระลึกถึงพระผู้มีพระภาค บ่อย ๆ ย่อมเสมือนกับพระผู้มีพระภาคประทับอยู่เฉพาะหน้า ไม่สามารถที่จะล่วงกาย ทุจริตได้ เพราะวาระระลึกถึงพระผู้มีพระภาคที่ได้ทรงแสดงธรรมให้เห็นว่า ธรรมใดเป็น อกุศลที่ควรเว้น ธรรมใดเป็นกุศลที่ควรเจริญ

สำหรับวากย์เช่นเดียวกัน ในวันหนึ่ง ๆ ผู้ที่ยังไม่ได้ดับกิเลสเป็นสมุจเฉท ลอง พิจารณาวากย์ของตนว่า เป็นไปในทางที่จะทำให้คนอื่นเดือดร้อนบ้างไหม บางทีลืม คิดถึงคนฟัง หรืออาจจะคิดว่าเขาคงไม่เดือดร้อนใจ พูดอย่างนี้คงไม่เป็นไร แต่ถ้าท่าน เป็นคนฟัง ท่านจะรู้สึกอย่างไร เพราะวากย์บางคำแม้ว่าจะไม่ใช่คำหยาบ คายที่เป็นผรุสวาท ไม่ใช่คำที่รุนแรง แต่แม้กระนั้นก็เป็นคำที่อาจทำคนฟังเกิดความ น้อยใจ หรือเสียใจ แม้เพียงเล็กน้อย ถ้าสติเกิดจะเห็นความเป็นวิจจริต แต่ถ้าสติไม่ เกิด ก็ไม่รู้สึกรู้ว่าเป็นอกุศล เพราะฉะนั้น สติที่เกิดขึ้นจะทำให้พิจารณาสภาพธรรมใน ขณะนั้น เห็นอกุศลเป็นอกุศล และเห็นกุศลเป็นกุศล

เพราะฉะนั้น ผู้ที่ระลึกถึงพระพุทธรูปจะอยู่เฉย ๆ ไหม หรือว่าจะเตือนตัวเองที่ จะประพฤติปฏิบัติตามพระธรรม เป็นการนมัสการ เคารพ นอบน้อม แม้ด้วยวากย์ สุจริต ไม่ใช่วากย์ทุจริต

นอกจากที่จะประพฤติเป็นไปทางกาย ทางวาจา ก็ยังมีการนมัสการ สักการะ เคารพ นบถือ บูชาอยู่ด้วยจิตบ้าง ซึ่งธรรมดาของการเห็น การได้ยินที่มีเป็นปกติใน ชีวิตประจำวัน ย่อมเป็นปัจจัยที่จะให้จิตโน้มไปสู่อารมณ์ที่ปรากฏทางตาด้วยโลหะ บ้าง ด้วยโศระบ้าง เพราะฉะนั้น การที่จะนมัสการ สักการะ นอบน้อมพระผู้มีพระ- ภาคด้วยจิต คือ การระลึกถึงพระพุทธรูป แทนที่จะระลึกถึงรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะต่าง ๆ ซึ่งจะรู้ได้ว่า ขณะใดที่จิตระลึกนึกถึงพระพุทธรูป ขณะนั้นเป็นกุศล

เพราะฉะนั้น วันหนึ่ง ๆ ตลอดคืนและวัน การระลึกถึงพระผู้มีพระภาคด้วย ความนอบน้อม สักการะ เป็นไปในลักษณะใด ด้วยการเว้นกายทุจริต วิจจริต และ ยังมีจิตที่โน้มระลึกถึงพระคุณ หรือว่าปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม คือ ระลึกรู้ลักษณะ



ของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏตามลำดับขั้น ตั้งแต่กายสุจริต วจีสุจริต จนกระทั่งถึงความสงบ จนกระทั่งถึงปัญญาที่รู้ลักษณะของสภาพธรรม ด้วยการเจริญสติปัฏฐาน ซึ่งเป็นการปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม

นี่เป็นการระลึกถึงพระคุณของพระผู้มีพระภาค ถึงแม้ว่าจะกล่าวอย่างนี้ ก็ย่อมจะพิจารณาได้ว่า ระลึกถึงคุณของพระผู้มีพระภาคมากหรือน้อยในวันหนึ่ง ๆ

สำหรับผู้ที่ไม่เข้าใจพุทธานุสสติ ก็อาจจะให้บุคคลหนึ่งบุคคลใดกราบไหว้บูชา พระพุทธรูป แต่นั่นไม่ใช่เป็นการระลึกถึงพระคุณ

ในทางโลกอาจจะมีการสร้าง มีการแจก หรือมีการมอบสิ่งที่เป็นเครื่องเตือนใจ ให้เกิดกุศล เช่น พระพุทธรูป แต่ว่าไม่ได้ระลึกถึงพระคุณของพระผู้มีพระภาค ซึ่งผู้นั้น ก็ย่อมรู้ได้ว่า จิตของตนเป็นกุศลหรือเป็นอกุศล หรือว่าเป็นโลภะ หรือเป็นความสงบ และบางท่านอาจจะกล่าวว่า ถ้ากราบไหว้ นมัสการพระพุทธรูปปางนั้นบ้าง ปางนี้บ้าง ก็ย่อมที่จะให้เกิดลาภผลต่าง ๆ นี่เป็นคำสั่งสอนในทางโลก

แต่ในทางธรรมไม่ใช่อย่างนั้น การระลึกถึงพระพุทธรูป ถึงแม้จะมีพระพุทธรูป ให้ นมัสการกราบไหว้ ก็เพื่อให้ น้อมระลึกถึงพระพุทธรูป แต่ตรงกันข้าม ถ้าขณะใดที่ไม่ระลึกถึงพระพุทธรูป อาจจะหวังในลาภบ้าง ในสักการะต่าง ๆ บ้างในขณะที่กราบไหว้พระพุทธรูป ขณะนั้นไม่ใช่ในทางธรรม ถ้าในทางธรรมแล้ว เพื่อละคลายกิเลส และให้เกิดความสงบ ซึ่งขณะนั้นไม่มีโลภะ ไม่มีโทสะ ไม่มีโมหะ

สำหรับพุทธานุสสติ ท่านผู้ฟังจะเห็นได้ว่า ถ้าบุคคลนั้นไม่เข้าใจในพระธรรม แล้ว การระลึกถึงคุณของพระผู้มีพระภาคย่อมเป็นการยาก

สำหรับอนุสสติ ๑๐ มี พุทธานุสสติ ธัมมานุสสติ สังฆานุสสติ สีลานุสสติ จาคานุสสติ เทวตานุสสติ มรณสติ กายคตาสติ อานาปานสติ อุปสมานุสสติ ซึ่งท่านผู้ฟังควรที่จะทราบความเกี่ยวเนื่องกันของอารมณ์กัมมัฏฐานทั้งหมดด้วยโดยนัยของการเจริญสติปัฏฐาน เพราะว่าสมถกัมมัฏฐานทั้งหมด ถ้าท่านผู้ฟังจะศึกษาเองโดยตรงจาก **พระไตรปิฎก** หรือจาก **คัมภีร์วิสุทธิมรรค** เป็นต้น ท่านผู้ฟังก็จะเห็นได้ว่า สมถกัมมัฏฐานทั้งหมดทุกประการ จบลงด้วยเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย



เพราะฉะนั้น จุดประสงค์ของการอบรมความสงบ ไม่ใช่ให้เพียงสงบ แต่ต้อง
พร้อมกับการเป็นผู้ที่มีปกติอบรมเจริญสติปัฏฐานด้วย

สำหรับพุทธานุสสติก็ดี ธัมมานุสสติ ซึ่งเป็นการระลึกถึงพระธรรม สังฆานุสสติ
ซึ่งเป็นการระลึกถึงคุณของพระอริยสาวก สीलานุสสติ การระลึกถึงศีล แต่ถ้าเป็นผู้ที่
ทุศีล จะนึกถึงศีลได้อย่างไร ไม่เห็นคุณของศีล ไม่รู้ถึงความปิติผ่องใสของจิตที่เป็น
กุศลที่สามารถละเว้นจากทุจริตกรรมได้ เพราะฉะนั้น ผู้ที่มีปกติรักษาศีลเท่านั้นจึงจะ
สามารถระลึกถึงคุณของศีลของตนได้

สำหรับจาคานุสสติ ก็เช่นเดียวกัน เป็นผู้ที่เห็นคุณของการที่สามารถจะบริจาค
ได้ ในเมื่อสัตว์โลกทั้งหลายยากที่จะบริจาค เพราะว่าส่วนใหญ่เป็นผู้ที่ติดในรูป ใน
เสียง ในกลิ่น ในรส ในโผฏฐัพพะ เพราะฉะนั้น ถ้าเป็นผู้ที่มีการบริจาคเนื่อง ๆ
มีความสามารถที่จะบริจาคบ่อย ๆ การที่จะระลึกถึงจาคะ คือ การบริจาคของตน
ย่อมทำให้จิตผ่องใสได้ ที่ตนสามารถปลื้มตนเองจากความตระหนี่ซึ่งละยาก

และสำหรับเทวตานุสสติ การระลึกถึงคุณของเทวดา ผู้ที่เป็นอริยสาวกเท่านั้นที่
จะระลึกได้ เพราะว่าการทำงานบุคคลใดจะได้เกิดในเทวโลกนั้น ต้องเป็นผลของกุศล
เพราะฉะนั้น ถ้าผู้นั้นยังไม่ได้ดับอกุศลเป็นสมุจเฉท มีอกุศลจิตเกิดมากกว่ากุศลจิต
มีอกุศลกรรมที่ได้กระทำแล้ว และยังไม่ได้ดับกิเลส กรรมนั้นย่อมสามารถเป็นเหตุให้
เกิดในอบายภูมิได้ เพราะฉะนั้น ผู้ที่ยังไม่ได้เป็นพระอริยะจะระลึกถึงคุณของเทวดา
ทั้งหลายที่เกิดในเทวโลกด้วยกุศลกรรมต่าง ๆ ได้ไหม ระลึกได้ แต่ว่าไม่มีปัจจัยพอที่จะ
ให้เกิดความสงบ

สำหรับพุทธานุสสติ ธัมมานุสสติ สังฆานุสสติ สीलานุสสติ จาคานุสสติ
เทวตานุสสติ เฉพาะผู้ที่เป็นอริยสาวกเท่านั้นที่สามารถให้จิตสงบเมื่อระลึกถึง สำหรับ
ปุถุชน ไม่สามารถที่จะถึงอุปปจารสมาธิ อย่างไรก็ตาม การระลึกถึงพระพุทธคุณก็ดี
จนกระทั่งถึงการระลึกถึงคุณของเทวดาก็ดี ไม่สามารถที่จะให้จิตตั้งมั่นในอารมณ์เดียว
ถึงขั้นอัปปนาสมาธิที่เป็นฌานจิตได้ แต่ว่าจุดประสงค์ของสมถกัมมัฏฐานทุกบรพ
สำหรับผู้ที่มีปกติเจริญสติปัฏฐานนั้น เพื่อการเห็นธรรมในธรรม



เพราะฉะนั้น แม้แต่อนุสติอื่น ๆ อีก ๔ คือ มรณสติก็ตาม กายคตาสติก็ตาม อานาปานสติก็ตาม อุปสมานุสติก็ตาม เป็นเพียงเครื่องระลึก และปัญญาที่ควรที่จะเกิดขึ้นระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏ เพื่อที่จะได้ประจักษ์แจ้งในสภาพธรรมที่ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน

ขอล่าวถึงมรณสติ การระลึกถึงความตาย ถ้าวะลึกโดยไม่แยบคาย กุศลจิตไม่เกิด แม้ว่าเป็นสมถกัมมัฏฐาน ต้องมีปัญญาจึงจะเจริญได้ทุกกัมมัฏฐาน ถ้าไม่มีปัญญา จิตไม่สงบ เช่น ถ้าวะลึกถึงความตายของคนที่ยรัก เป็นอย่างไร โศกเศร้า เสียใจ เพราะขาดสติและปัญญา เวลาที่ระลึกถึงคนที่ไม่เป็นที่รัก หรือว่าคนที่เกลียดชัง หรือว่าคนที่เป็นศัตรู ความตายของบุคคลเหล่านั้นอาจจะก่อให้เกิดความยินดีใช่ไหม นั่นเป็นการระลึกถึงความตายที่ปราศจากสติและปัญญา เพราะฉะนั้น ไม่สามารถทำให้เกิดความสงบได้ หรือถ้าวะลึกถึงคนซึ่งไม่เป็นที่รัก ไม่เป็นที่ชัง จิตก็ไม่สงบ เพราะว่าขณะนั้นไม่ใช่ปัญญาที่ระลึกถึงด้วยความแยบคาย

อย่างวันหนึ่ง ๆ ที่ได้ข่าวของคนที่ยะชีวิตด้วยอุบัติเหตุต่าง ๆ หรือว่าผู้ที่กระทำการเกี่ยวข้องกับคนที่สิ้นชีวิตไปแล้ว เช่น สับเห่ทั้งหลาย ไม่มีความรัก ความชังในบุคคลที่ตาย แต่ไม่ใช่หมายความว่าขณะนั้นเป็นกุศลจิต เพราะฉะนั้น การระลึกถึงความตายโดยไม่แยบคาย ไม่ทำให้จิตสงบ

ระลึกอย่างไรจิตจึงจะสงบ ต้องน้อมมาระลึกถึงความตายของตนเอง และจะเห็นว่า ชีวิตนี้สั้นมาก สมบัติทั้งหลายที่มียอมถึงความวิบัติ พร้อมกับการขาดสูญของชีวิตนี้ ซึ่งไม่มีใครรู้ว่าเกิดขึ้นเมื่อไร

มีข้อความที่กล่าวถึงการระลึกถึงความตายที่จะให้เกิดความแยบคายนั้น เช่น ระลึกถึงว่า ชีวิตทั้งหลายไม่มีนิมิต คือ ไม่มีเครื่องหมายให้รู้เลยว่า จะเสียชีวิตลงไปเมื่อไร อาจจะตั้งแต่อยู่นครรภ์ของมารดาก็ได้ หรือว่าเกิดมาแล้วมีอายุจนถึง ๒๐ ปี ๓๐ ปี ๖๐ ปี ๑๐๐ ปีก็ได้ ไม่มีใครสามารถที่จะรู้นิมิตของชีวิตได้เลยว่า จะมากหรือน้อย หรือว่าจะยาวนานสักเท่าไร



ทุกท่านที่นั่งอยู่ในขณะนี้ มีนิมิตที่จะบอกได้ใหม่ว่า ชีวิตของใครจะสิ้นสุดลงเมื่อไร เพราะฉะนั้น ก็เป็นของที่ไม่แน่นอนเลย

ถ้าคิดถึงความไม่แน่นอน จนกระทั่งสามารถระลึกถึงความตายให้สั้นเข้า ๆ เช่น ที่พระผู้มีพระภาคได้ทรงแสดงกับพระภิกษุทั้งหลายว่า การระลึกถึงความตายชั่ววันหนึ่งคืนหนึ่งที่มีชีวิตอยู่ ก็ยังประมาท จนกระทั่งระลึกถึงในขณะที่มีชีวิตอยู่พอที่จะเคี้ยวอาหาร ๔ - ๕ คำแล้วกลืน นั่นก็ยังประมาท แต่ผู้ที่จะไม่ประมาท คือ ผู้ที่ระลึกถึงความตายชั่วขณะที่เคี้ยวข้าวคำหนึ่งแล้วกลืน หรือว่าหายใจเข้าแล้วออก หายใจออกแล้วเข้า แต่ไม่ใช่หมายความว่า ให้ระลึกถึงความตายอย่างนั้นเท่านั้น อย่าลืมว่า สมถกัมมัฏฐานทั้งหมด ควรที่จะจบลงด้วยเห็นธรรมในธรรม

เพราะฉะนั้น แม้แต่สมถกัมมัฏฐาน เช่น มรณสติ ก็ไม่ใช่ให้ระลึกถึงความตายและสงบเท่านั้น แต่ต้องไม่ประมาท โดยสติระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏเมื่อระลึกถึงความตายแล้ว อย่างเวลานี้ ถ้าท่านระลึกถึงความตาย กับสติระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏทันที อย่างไหนไม่ประมาท

ระลึกถึงความตาย แต่สติไม่ระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏที่เป็นนามธรรม ที่เป็นรูปธรรมทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ถ้าไม่ระลึก มรณสตินั้นก็ไม่สามารถที่จะถึงเห็นธรรมในธรรมได้ และถึงแม้ว่าพระผู้มีพระภาคจะให้ระลึกถึงความตาย คือ มรณสติเนื่อง ๆ ก็เพื่อประโยชน์อย่างเดียว คือ การที่จะให้เกิดสติระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรม เพื่อที่จะดับกิเลสเป็นสมุจเฉท





๗๖๔



สำหรับการระลึกถึงความตาย บางท่านอาจจะยังไม่ค่อยระลึก ซึ่งการที่จะให้ระลึกถึงความตายที่จะให้เกิดความสลด นอกจากที่จะไม่เห็นนิมิตของชีวิตว่าจะสิ้นสุดลงในขณะที่ไหนแล้ว ยังมีการระลึกถึงความมีโรคที่ไม่มีนิมิต ซึ่งความตายนี้ย่อมจะตายด้วยโรค แต่ไม่มีใครสามารถที่จะรู้ได้ว่า ท่านจะตายด้วยโรคอะไร

มีโรคมามากมายหลายอย่าง แต่ไม่มีใครรู้ได้เลยว่า จะสิ้นชีวิตลงด้วยโรคอะไร นอกจากนั้นแล้ว กาลของความตายก็ยังไม่มิตินิมิต เช่น ไม่มีใครรู้ว่าท่านจะสิ้นชีวิตลงตอนเช้า หรือตอนสาย หรือตอนบ่าย หรือตอนเที่ยง หรือตอนเย็น หรือตอนค่ำ นอกจากนั้นที่ทอดกายในขณะที่จะตาย ก็ยังไม่มิตินิมิต คือ ไม่สามารถที่จะรู้ได้ว่า จะตายในบ้าน หรือว่าจะตายนอกบ้าน จะตายบนบก หรือว่าจะตายในน้ำ เพราะแม้สัตว์ที่อยู่ในน้ำ ก็ยังตายบนบก สัตว์หรือมนุษย์ทั้งหลายที่อยู่บนบก ก็ยังตายในน้ำได้ เพราะฉะนั้น ก็จะเห็นได้ว่า ที่ทอดกายในขณะที่ตายนั้น ก็ไม่มีนิมิต

นอกจากนั้นก็ควรที่จะระลึกถึงคติที่ไม่มีนิมิต ถ้าท่านผู้หนึ่งผู้ใดจะสิ้นชีวิตลง ไม่มีใครสามารถที่จะรู้ได้เลยว่า จะเกิดที่ไหน กรรมอะไรจะทำให้ปฏิสนธิที่ไหน ถ้าคิดอย่างนี้ เกิดความสลด ไม่เป็นโลกะ โทสะ โมหะในขณะนั้น แต่ก็ยังไม่พอ เพราะจุดประสงค์ที่ระลึกอย่างนี้แล้ว ก็ควรที่จะเกิดสติซึ่งเป็นสติปัฏฐาน ระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ โดยนัยของการเจริญสติปัฏฐาน

เพราะฉะนั้น ท่านผู้ฟังจะเห็นได้ว่า การที่จะระลึกถึงอารมณ์ต่าง ๆ ที่จะทำให้เกิดสงบ ไม่ใช่เพื่อให้ถึงอุปจารสมาธิ หรืออัปปนาสมาธิ สำหรับผู้ที่เข้าใจมรรคมรรค ๘ ซึ่งก่อนการตรัสรู้ของพระผู้มีพระภาค ไม่มีการเจริญมรรคมรรค ๘ เพราะฉะนั้น สงบเพียงชั่วคราว เล็กน้อย ก็ยังใกล้ต่ออกุศล จึงควรมีวิธีที่จะทำให้สงบจนกระทั่งเป็นสมาธิขั้นอุปจารสมาธิ ซึ่งยังไม่แนบแน่นในอารมณ์ ยังไม่ใช่อัปปนาสมาธิ



เพราะฉะนั้น ผู้ที่ยังไม่เข้าใจการเจริญมรรคมีองค์ ๘ ก็เห็นว่า แม้อุปจารสมาธินั้นก็ยังไม่พอ ก็เจริญความสงบให้มั่นคงยิ่งขึ้นจนกระทั่งถึงอัปปนาสมาธิ ซึ่งเป็นฌานจิตขั้นต่าง ๆ จนกระทั่งถึงอรุพฌาน แต่นั่นไม่ใช่จุดประสงค์ของผู้ที่อบรมเจริญสติปัฏฐาน เพราะว่าประโยชน์อะไรจะมากกว่ากัน การเจริญสมถภาวนาต้องประกอบด้วยปัญญา และเป็นปัญญาที่พร้อมด้วยสติสัมปชัญญะ รู้ลักษณะของกุศลจิตที่สงบในขณะนั้นที่จะให้สงบยิ่งขึ้น แต่ว่าการเจริญสติปัฏฐานนั้น เพื่อรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน

เพราะฉะนั้น ผู้ที่อบรมเจริญสติปัฏฐาน ถึงแม้ว่าจิตจะสงบโน้มไปในอารมณ์ของสมถกัมมัฏฐานอารมณ์หนึ่งอารมณ์ใดบ้าง ก็ยังมีการฟัง ซึ่งเป็นสัญญาที่มั่นคงที่จะทำให้สติเกิดระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ โดยไม่ใช่เป็นการไปพากเพียรให้เกิดอุปจารสมาธิหรืออัปปนาสมาธิ

ถ. ขอให้อาจารย์ช่วยอธิบายอุปจารสมาธิเพิ่มขึ้นอีกสักครั้ง

สุ. อุปจารสมาธิ หมายความว่าถึงความสงบของจิตมีกำลังขึ้น และนิรณธรรมทั้งหลายสงบลง เป็นเรื่องยากที่จะกล่าวถึงอุปจารสมาธิโดยไม่กล่าวถึงการเจริญสมถกัมมัฏฐานหนึ่งกัมมัฏฐานใด เพราะฉะนั้น ขอกล่าวถึงการเจริญกสิณซึ่งจะเป็นปฐวิกสิณ หรือว่าอาโปกสิณ เตโชกสิณ วาโยกสิณก็ได้

ปฐวี ได้แก่ ดิน ถ้าระลึกเป็นรูปร่างสี่สัณฐานต่าง ๆ ย่อมเกิดความยินดี ยินร้าย แต่ถ้าระลึกถึงธาตุดิน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่วัตถุที่น่าเพลิดเพลินยินดีพอใจเลย เป็นแต่เพียงธาตุชนิดหนึ่งซึ่งมีจริง และวัตถุทั้งหลายไม่ว่าคน ไม่ว่าสัตว์ ก็ประกอบขึ้นด้วยธาตุดิน เพราะฉะนั้น การที่จะให้จิตตั้งมั่นคงที่ธาตุดิน จะต้องอาศัยปฐวิกสิณ คือ การเอาดินมาทำให้เป็นวงกลม ซึ่งความละเอียดมีกล่าวไว้ใน **วิสุทธิมรรค** ว่า ต้องเป็นดินสีอรุณ เป็นดินที่เกลี้ยง และวงกลมนั้นต้องมีขนาดที่ไม่ให้เล็กเกินไป เพราะถ้าเล็กเกินไปจะต้องใช้การจ้องทำให้จิตขาดความสงบ หรือว่าไม่ให้สูงนัก ไม่ให้ต่ำนัก นั่นก็เป็นความละเอียดของการที่จะให้จิตตั้งมั่นคงที่ปฐวิกสิณ



การที่จะให้จิตสงบจะต้องใช้ตา คือ ดูปฐวีกสิณ และนึกถึงปฐวีกสิณที่เห็น ลืมตา หลับตาอยู่บ่อย ๆ ในระยะนี้ ขณะนี้ ที่จะให้จิตนึกถึงปฐวีกสิณที่มองเห็นนั้น คือ บริกรรมสมาธิ เพราะว่าต้องอาศัยปฐวีกสิณเป็นเครื่องระลึก

ถ. หมายความว่า ขณะนั้นมีจิตตั้งมั่นอยู่กับอารมณ์เดียว

สุ. กำลังน้อมไปที่จะไม่ให้จิตตกไปในอารมณ์อื่น แต่เพื่อให้นึกถึงปฐวีกสิณ นั้นบ่อย ๆ

ธรรมสำหรับปฏิบัติ ซึ่งท่านผู้ฟังพิสูจน์ได้ในขณะนี้ จะนึกถึงดิน นึกอย่างไรที่จะให้สงบในขณะนี้ ย่อมยาก ใช่มั้ย

แต่ถ้ามีปฐวีกสิณให้เห็น ให้มอง คือ ให้ดูที่ปฐวีกสิณนั้นบ่อย ๆ โดยให้น้อมนึกถึงดิน จึงจะสงบ ไม่ใช่จ้องโดยที่ไม่เกิดปัญญา หรือว่าไม่มีความแยบคายในการที่จะมองหรือเพ่งจ้องที่ปฐวีกสิณเลย ซึ่งท่านผู้ฟังจะเห็นได้ว่า ในการอบรมเจริญสมถภาวนาทั้งหมด ที่จิตจะสงบถึงขั้นอุปปจารสมาธิ หรือว่าที่จะเป็นบริกรรมสมาธินั้น ในขั้นต้นจะต้องมีคำอธิบายว่าทำอย่างไร มนสิการอย่างไร จิตจึงสงบก่อนที่จะถึงบริกรรม ไม่ใช่ว่าอยู่เฉย ๆ ก็ไปเพ่ง แต่จะต้องมีการระลึกถึงสภาพธรรมโดยนัยต่าง ๆ ที่จะให้จิตสงบ เช่น ระลึกถึงความเป็นธาตุดิน และในขณะที่กำลังบริกรรม คือ การที่มองดูกสิณนั้น ก็หลับตาบ้าง ลืมตาบ้าง และจะต้องอาศัยสถานที่ที่สงบ เพราะฉะนั้น การเจริญสมถภาวนาที่จะให้จิตตั้งมั่นคงยิ่งขึ้น ต้องอาศัยสถานที่

ถ้าเป็นวิหาร ก็ต้องเป็นวิหารที่เหมาะสมที่ควร ไม่ใกล้นัก ไม่ไกลนัก เว้นวิหารที่มีโทษต่าง ๆ ซึ่งท่านผู้ฟังจะศึกษาได้ใน **วิสุทธิมรรค**

ความที่จิตสงบขึ้นทีละเล็กทีละน้อย เริ่มตั้งแต่บริกรรม โดยการที่เพ่งดูปฐวีกสิณในที่เสียบสัจด์ ลองคิดดู นึกถึงการที่เพ่งจ้องที่กสิณ และหลับตาบ้าง ลืมตาบ้าง เพื่ออะไร เพื่อให้จิตไม่นึกถึงอารมณ์อื่นนอกจากปฐวีกสิณเท่านั้น จนกว่าจะเกิดอุคคหนิมิตขึ้น



คำว่า อุกคหนิมิต หมายความว่าถึงนิมิตที่ปรากฏโดยไม่ต้องดูกลืน คือว่า ใจจดจำลักษณะของปฐวีกสิณ จนแม้ไม่ลืมตา หรือไม่ได้มอง ไม่ได้ดู ไม่ได้เพ่งที่ ปฐวีกสิณ ก็สามารถที่จะเห็นปฐวีกสิณเป็นนิมิต ชื่อว่า อุกคหนิมิต

ในขณะที่อุคคหนิมิตเกิด กำลังบริกรรมอยู่ หมายความว่า กำลังเพ่งดู ปฐวีกสิณโดยการลืมตาบ้าง หลับตาบ้าง และกัตรึกนึกถึงแต่ปฐวีกสิณ จนอุคคหนิมิตเกิดขึ้น ก็ยังไม่ใช่อุปจารสมาธิ เป็นแต่เพียงบริกรรมสมาธิ

เห็นความต่างกันหรือยัง บริกรรมกสิณ คือ รูปของกสิณ เวลาที่เพ่งจ้อง จนกระทั่งจิตสงบ มั่นคง ไม่ตรึกถึงรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ปรากฏลักษณะของปฐวีกสิณแม้ไม่มองดูด้วยตา ขณะนั้นเป็นอุคคหนิมิต แต่ยังเป็นบริกรรมสมาธิ หลังจากนั้นแล้ว จะต้องพยายามอย่างยิ่งที่จะประคองอุคคหนิมิตซึ่งปรากฏแล้วให้ปรากฏอยู่เรื่อย ๆ

เพราะฉะนั้น ลองคิดว่า ชีวิตประจำวัน วันหนึ่ง ๆ นั้นจะทำได้ยากง่ายสักแค่ไหน เวลาที่อุคคหนิมิตเกิดขึ้นแล้ว จะต้องกลับไปที่พัก เพื่อที่จะให้จิตตั้งมั่นคง สงบที่อุคคหนิมิตที่ปรากฏ เพราะว่าอุคคหนิมิตนั้นเป็นเครื่องหมายว่า จิตสงบจากอารมณ์อื่นจนกระทั่งปฐวีกสิณนิมิตนั้นปรากฏได้ทางใจ แม้จะไม่มองดู

และการที่จะให้อุคคหนิมิตนั้นมั่นคงยิ่งขึ้น ก็คือ แม้ไปสู่ที่อื่น ไม่ได้อยู่ต่อหน้า ปฐวีกสิณนั้นอีกต่อไป แต่ว่ากลับไปสู่อาวาสที่อยู่ หรือว่าที่พัก ก็ยังสามารถที่จะให้เห็นอุคคหนิมิตนั้นอยู่ได้ นี่เป็นสิ่งที่ยาก เพียงแต่จะเดินทางกลับไปที่พัก ก็จะต้องมีอารมณ์อื่นเข้ามาแทรก ซึ่งจะทำให้อุคคหนิมิตนั้นหายไป เพราะฉะนั้น การอบรมเจริญสมถภาวนาที่จะให้ถึงอุปจารสมาธินั้นจะยิ่งยากสักแค่ไหน แม้แต่เพียงขั้นเริ่มต้นที่จะต้องตรึกด้วยความแยบคาย และจะต้องมีปฐวีกสิณที่จะทำให้เกิดอุคคหนิมิต ซึ่งยังไม่ใช่อุปจารสมาธิ ยังจะต้องประคองทำให้จิตตรึกนึกถึงแต่อุคคหนิมิตนั้นจนกว่าจิตจะมั่งคั่ง โดยที่วณิมิตนั้นผ่องใสบริสุทธิ์ร้อยเท่าพันทวีของอุคคหนิมิตที่เกิด ขณะนั้นจึงเป็นอุปจารสมาธิ



ขณะนี้ยังไม่ใช่อุปปาสมาธิ ยังไม่ใช่ฌานจิต เป็นเพียงอุปจารสมาธิเท่านั้นที่มี
ปฏิภาคนิมิตปรากฏ ผู้ที่สามารถจะให้ปฏิภาคนิมิตไม่เสื่อมไปจนกระทั่งองค์ของฌาน
ทั้ง ๕ ปรากฏ จึงจะเป็นปฐมฌาน

ในขณะที่เป็นอุปจารสมาธิ นิสสณธรรมทั้งหลายเกิดไม่ได้ก็จริง แต่ว่าองค์ของ
ฌานทั้ง ๕ คือ วิตก วิจาร ปีติ สุข เอกัคคตา ยังไม่ปรากฏทราบใด ตรานั้นก็ยัง
ไม่ใช่อุปปาสมาธิ คือ ยังไม่ใช่ฌานจิต

การอบรมเจริญสมถภาวนา ความสงบ และสมาธิที่สงบมั่นคงขึ้น ต้องคู่กันกับ
ปัญญา มิฉะนั้นแล้วก็จะไม่สามารถที่จะพิจารณาองค์ของฌานได้ ไม่สามารถที่จะ
พิจารณาว่า วิตกไม่ใช่วิจาร และวิตกนั้นยังหยาบ เพราะฉะนั้น ผู้ที่จะอบรมเจริญ
ความสงบมั่นคงขึ้นต่อไปจนกระทั่งถึงทุติยฌาน ต้องเห็นโทษของวิตกเจตสิก ซึ่งหยาบ
หยาบกว่าวิจารเจตสิก เมื่อเห็นโทษแล้ว จึงเพียรที่จะระลึกลึกลงไปถึงปฐวี คือ กสิณ
จนกระทั่งปฏิภาคนิมิตปรากฏพร้อมกับวิจาร โดยที่ขณะนั้นปราศจากวิตก จึงจะเป็น
ทุติยฌาน

เพราะฉะนั้น การอบรมเจริญสมถภาวนาไม่ใช่ของง่าย แต่ว่าผู้ที่อบรมเจริญ
สติปัญญา ถึงแม้ว่าความสงบจะไม่มั่นคงขึ้นถึงขั้นอุปจารสมาธิ หรืออุปปาสมาธิ
ก็สามารถที่จะรู้แจ้งอริยสัจธรรมเป็นพระอริยเจ้าได้

และในชีวิตรัตน์ ๆ อย่างนี้ จะเจริญอะไร ถ้าจะเจริญสมถภาวนา ก็ไม่แน่ว่าจะ
ถึงอุปปาสมาธิหรือไม่ถึง เพราะว่าในบรรดาผู้ที่เจริญสมถภาวนาที่เป็นปริกรรมสมาธิ
ในหมิ่นท่าน แสนท่านที่จะได้ถึงอุปจารสมาธิ ก็สักหนึ่งท่าน และในบรรดาผู้ที่ได้
ปฏิภาคนิมิตแล้ว ในพันท่าน หมิ่นท่าน แสนท่านที่จะได้ถึงอุปปาสมาธิ ก็สักหนึ่งท่าน

เพราะฉะนั้น การอบรมเจริญสติปัญญาโดยไม่บรรลุถึงฌานจิต ย่อมเป็นสิ่งที่
กระทำได้

ผู้ฟัง กสิณนี้ ผมก็เคยปฏิบัติมาก่อนที่จะได้ฟังอาจารย์ ประมาณสัก ๒๐ ปี
ได้ คือ เริ่มต้นผมทำเตโชกสิณ เผ่งเทียน และให้นิมิตนั้นมาอยู่ในอารมณ์ ก็ทำได้ผล
บ้าง คือไปนั่งที่ไหนก็ได้ ผมทำถึงขนาดว่า ไม่ต้องไปเห็นเทียน หรือเห็นไฟ ไปนั่งที่



ไหน หลับตา นิமிตต์นั้นก็เกิดขึ้น แต่ว่าทำไป ๆ รู้สึกว่าหนักหัวสมอง ทำ ๆ ไปก็ต้องเลิก และในระหว่างที่นิมิตต์เกิดขึ้น ถ้าพิจารณาให้ละเอียดด้วยปัญญาแล้ว ไม่มีความสงบ สมมติว่า เฟ่งเทียน พอนิมิตต์นั้นขยายเป็นรูปใหญ่ มีสีสวย เราก็เกิดปีติ ผมว่าเป็นความโลภ โลภะเล็ก ๆ เกิดขึ้นแล้ว

ส. ขอประทานโทษ ท่านจะเห็นความสับสนของผู้ปฏิบัติโดยที่ขาด การศึกษาลักษณะของจิตอย่างละเอียดจริง ๆ ที่ดูคล้าย ๆ กับว่าจะขยายนิมิตต์ได้ ไซ้ใหม่ แต่ตามความเป็นจริงแล้ว ต้องถึงปฏิกาณนิมิตก่อนจึงจะขยายได้ และต้อง กำหนดขนาดนิมิตต์ที่จะขยายด้วย จึงควรขยาย ไม่ใช่อยู่ดี ๆ ก็ขยายออกไปได้

เพราะฉะนั้น ถ้าขาดการศึกษาโดยละเอียด อะไร ๆ ก็เป็นนิมิตต์ ไซ้ใหม่ แต่จิต สงบหรือเปล่า ต้องเป็นผู้ที่มีปกติระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรม และพิจารณาโดย ละเอียด ซึ่งท่านผู้ฟังก็กล่าวว่า ไม่สงบ แต่มีความต้องการ

สมาธิ คือ ความจดจ้องตั้งอยู่ที่อารมณ์เดียว ไม่ได้หมายความว่า ในขณะที่นั้น จิตจะสงบ เพราะฉะนั้น ถ้าไม่ศึกษาเรื่องสมถภาวนาก็มักมีพื้นฐานพร้อมสติสัมปชัญญะ ที่สามารถระลึกถึงในลักษณะของความสงบแล้ว การเจริญสมาธิไม่ได้ทำให้จิตสงบเลย แต่สามารถที่จะมีอารมณ์ปรากฏตามที่ต้องการ

ผู้ฟัง สมัยก่อนผมไม่รู้ เข้าใจว่าเป็นนิมิตต์ เมื่อฟังอาจารย์แล้วจึงรู้ว่า ระหว่าง นั้นไม่มีสติ เพราะหลงอยู่อย่างนั้น พอนิมิตต์ขยายกว้างก็ดี ใจก็แจ่มใส พอนิมิตต์เล็ก หรือมีอะไร มีสีเขียว มีสีดำ เกิดเป็นจุดในนิมิตต์นั้น ก็ชักโกรธ ที่แรกผมก็ไม่รู้ แต่พอ มาฟังอาจารย์ให้เจริญสติบ่อย ๆ จึงได้เข้าใจว่า ที่เราว่าสงบ ๆ นั้น ไม่มีเลย ที่ร้าย ที่สุดนั้น คือ ตอนนั้นนึกว่าตัวเองเป็นผู้วิเศษ คิดดูถูกเหยียดหยามคนอื่น

ส. เพราะฉะนั้น สำคัญที่สุด คือ ต้องพิจารณาความต่างกันของความสงบ กับสมาธิ เพียงแต่อ่าน **วิสุทธิมรรค** และก็จดจ้องที่อารมณ์ ซึ่งเข้าใจว่าเป็นสมถ- กัมมัฐาน แต่ขณะนั้นสติไม่ได้ระลึกพร้อมสัมปชัญญะ คือ ปัญญา ที่จะรู้ลักษณะ ของจิตในขณะนั้นว่า สงบหรือไม่สงบ นี่เป็นสิ่งที่สำคัญ



เพราะฉะนั้น พระอริยเจ้าทั้งหลายซึ่งเป็นผู้ที่รู้แจ้งอริยสัจธรรมแล้ว ท่านสามารถที่จะระลึกถึงลักษณะของจิตที่สงบที่เป็นกุศล เมื่อมีอารมณ์ที่ทำให้สงบ เช่น พุทธานุสสติ สำหรับท่าน สงบ เพราะระลึกถึงพระคุณของพระผู้มีพระภาค ถึงแม้จะไม่กล่าวคำว่า อิติปิ โส ภะคะวา มีการระลึกถึงพระธรรมที่พระผู้มีพระภาคได้ทรงแสดงแล้ว แม้ว่าจะไม่เคยเห็นองค์ของพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า แต่เมื่อได้ศึกษาพระธรรมแล้วก็เห็นว่า ไม่มีบุคคลอื่นใดในโลกนอกจากพระผู้มีพระภาคอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าที่จะทรงแสดงธรรมได้ละเอียดตามความเป็นจริง ถ้าระลึกอย่างนั้นสติจะรู้ถึงความสงบของจิต เพราะระลึกถึงพระพุทธานุสสติ

แทนที่จะไปเพ่งจ้องที่ปฐวิกสิณ สำหรับผู้ที่เป็นอริยสาวกมีปัจจัยที่จะให้ระลึกถึงพระคุณของพระผู้มีพระภาค และปัญญาสามารถรู้ชัดในลักษณะของสภาพธรรมในขณะนั้นตามความเป็นจริงด้วย ไม่ใช่เพียงระลึก แต่ว่าเคารพ นมัสการ สักการะ ด้วยกาย ด้วยวาจา ด้วยจิต ด้วยการปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม คือ เจริญสติปัฏฐาน

เพราะฉะนั้น สมถภาวนาเกี่ยวข้องกับการเจริญสติปัฏฐานโดยที่ว่าเป็นอารมณ์ที่ทำให้จิตสงบ แต่ว่าไม่ใช่สงบเพื่อที่จะให้ถึงอุปปจารสมาธิหรืออัปปนาสมาธิ แต่ไม่ว่าจะเป็นจิตขณะใดก็ตามที่สงบ สติควรที่จะระลึกถึงลักษณะที่ไม่ใช่ตัวตนของจิตในขณะนั้น

ใน **พระไตรปิฎก** ถ้าท่านผู้ฟังอ่านหลาย ๆ พระสูตร จะเห็นได้ว่า ผู้ที่อบรมเจริญสมถภาวนาและได้บรรลุถึงฌานจิตแล้ว สติก็ระลึกถึงลักษณะของจิตที่เป็นมหัคคตะ หรือที่มีกสิณเป็นอารมณ์ได้ เพราะว่าขณะนั้นเป็นกุศลจิตที่สงบ แต่ไม่ได้หมายความว่า ทุกคนจะทำอย่างนั้น ทุกท่านมีการสะสมมา ซึ่งแล้วแต่ว่าสติจะระลึกถึงลักษณะของนามธรรมใด รูปธรรมใดที่เกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัยตามความเป็นจริง





๗๖๕



ถ. ปฐวีก็สถิตไม่ใช่พระพุทธรูปคุณ เอาดินเฉย ๆ มาทำ ขอข้อแนะจากอาจารย์ว่า ปฐวีก็สถิตไม่มีคุณ จะพิจารณาอย่างไรให้จิตสงบ

ส. ปฐวีคือดิน ดินเท่านั้น สงบไหม ไม่มีคน ไม่มีสัตว์ ไม่มีวัตถุสิ่งต่าง ๆ ซึ่งถ้าปราศจากธาตุดินแล้ว จะไม่มีรูปร่างกาย วัตถุต่าง ๆ เลย แต่ว่าที่พอใจเกิดโลภะบ้าง โทสะบ้าง เพราะเห็นรูปต่าง ๆ สันฐานต่าง ๆ ของธาตุดิน โดยลืมนึกถึงธาตุที่แท้จริงว่า เป็นแต่เพียงธาตุดินเท่านั้น

ในวันหนึ่ง ๆ นี้ อกุศลจิตมีปัจจัยที่จะเกิดมากมายเหลือเกิน แต่ถ้าเกิดระลึกได้ถึงธาตุดิน ดินทั้งนั้นเลย ไม่ว่าจะเป็นสิ่งที่น่าพอใจ ดอกไม้สวย ๆ หรือวัตถุต่าง ๆ สวย ๆ งาม ๆ ก็ไม่พ้นจากธาตุดิน เป็นแต่เพียงดินเท่านั้นเอง จะสงบขึ้นบ้างไหม ถ้าระลึกอย่างนี้

ถ. คิดเองเท่านั้น

ส. คิดถึงสิ่งที่จริงหรือเปล่า ถ้าเอาสี่ส้นออกให้หมด กระบะส้มผัสดู อ่อนหรือแข็ง นั่นคือความหมายของดิน มีแต่ดิน ดินเต็มไปหมด ดินทั้งนั้น แค่ดินเท่านั้นเอง ยังจะเกิดความยินดียินร้ายอะไรไหมในดินนั้น

เพราะฉะนั้น ไม่ใช่มีกัมมฐานเดียวสำหรับทุกคน อธิยาศัยสะสมมามากมายเหลือเกิน แม้ว่าพระผู้มีพระภาคจะทรงแสดงการเจริญสติปัฏฐาน แต่ว่าทำอย่างไรสติจึงจะเกิด จึงจะระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมได้บ่อย ๆ เอง ๆ เพราะว่าเดี๋ยวก็โลภะ เดี่ยวก็โทสะ และบางคนเดี๋ยวสงบก็มีเหมือนกัน แล้วแต่จิตที่สะสมมาที่จะระลึกถึงลักษณะของสมณะ อารมณ์ที่ทำให้จิตสงบ หรือว่าลักษณะของสภาพธรรม

โดยนัยของสติปัฏฐานก็มีดิน โดยนัยของสมถภาวนา เป็นการระลึกถึงดินเพื่อให้จิตสงบ แต่ว่าโดยนัยของสติปัฏฐาน ระลึกถึงอารมณ์ที่ปรากฏเฉพาะหน้า อย่าลืม อะไรกำลังปรากฏ ไม่ใช่ถึงดินอย่างสมณะโดยที่ว่าได้กระทบสัมผัส นั่นนึก



และสงบเป็นสมณะ แต่วิปัสสนา อารมณ์ที่ปรากฏเฉพาะหน้า ดินต้องกระทบ อ่อนหรือแข็งปรากฏเฉพาะหน้าในขณะที่กระทบ เพราะฉะนั้น การอบรมเจริญสติปัฏฐานไม่เว้นว่า ขณะนี้ไม่ได้ อารมณ์นี้ไม่ได้ หรือสถานที่นี้ไม่ได้ แต่ขณะนี้อารมณ์อะไรกำลังปรากฏเฉพาะหน้า ทางตากำลังเห็น ทางหูกำลังได้ยิน ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ล้วนเป็นสติปัฏฐานทั้งสิ้น เพราะฉะนั้น ถ้าเป็นดินโดยนัยของวิปัสสนา ต้องกระทบสัมผัส

ผู้ฟัง อาจารย์เคยพูดถึงพิจารณาสุกัมมัญฐาน แต่อสุกบางครั้งไม่มี มีแต่เห็นสิ่งที่สวຍ ๆ งาม ๆ ซึ่งก็เคยพิจารณาแล้วทำให้คล้ายกำหนด ทำให้จิตนี้สงบ แต่สิ่งที่สกปรกน่าเกลียด บางทีกลัว กลับทำให้ไม่สงบ แต่ถ้าเห็นของที่สวຍ ๆ งาม ๆ พิจารณาแล้วว่าอย่างนี้ใช้ไม่ได้ ไม่เอา จิตของเราก็สงบได้ แต่ไม่ได้เห็นเป็นนามรูป ปัญญาไม่เกิดเห็นเป็นนามรูป เห็นแต่ความเปลี่ยนแปลงและความน่ารังเกียจที่แท้จริง ทำให้ความยินดียินร้ายในขณะนั้นหายไป เกิดความสงบ

ส. เพราะฉะนั้น จะเห็นได้ว่า อารมณ์ที่จะทำให้สงบสำหรับแต่ละคน ไม่ใช่มีเฉพาะอย่างเดียว ทางตากำลังเห็น ลืมไปแล้ว สติไม่เกิด แต่ว่าทำอย่างไรจึงจะสงบได้ ไม่ว่าจะเป็นในขณะใดทั้งสิ้น ด้วยเหตุนี้จึงมีทั้งสมถกัมมัญฐานสำหรับสมถภาวนาให้จิตสงบ และวิปัสสนากัมมัญฐานเพื่อให้เกิดปัญญา ตอนนี้อย่างสงสัยเรื่องระลึกถึงดิน และสงบได้ไหม

ถ. พอมีความเข้าใจบ้าง แต่ยังไม่เต็มร้อย

ส. สำหรับการพูดถึงเรื่องสมถภาวนา จะพูดโดยนัยของการเจริญสติปัฏฐานเท่านั้น สำหรับรายละเอียดของการเจริญสมถภาวนา ท่านที่สนใจจะศึกษาได้ใน **วิสุทธิมรรค** แต่การอบรมเจริญสมถภาวนานั้น เป็นธรรมที่ควรประพฤติปฏิบัติในชีวิตประจำวัน ถ้าเข้าใจเหตุผลและเข้าใจจุดประสงค์ เช่น ดินนี้มีจริง ๆ ไหม ดินเป็นสิ่งที่จริง ถ้าเป็นดินเปล่า ๆ ยังไม่เกิดเป็นตึกรามบ้านช่อง หรือว่าวัตถุสิ่งต่าง ๆ เพียงแต่เห็นความเป็นดินเท่านั้น ย่อมไม่เกิดความยินดีพอใจแสวงหาขวนขวายในดินนั้น แต่เวลาที่ดินนั้นมีการกระทำให้เป็นวัตถุสิ่งต่าง ๆ ความยินดี



ต้องการในวัตถุนั้นก็เกิดขึ้น โดยลืมนสภาพที่แท้จริงของสิ่งนั้นว่า ก็เป็นแต่เพียงดิน เพราะฉะนั้น ไม่มีอะไรเลยซึ่งเป็นรูปและจะปราศจากดิน แต่เมื่อลืมนึกถึงสภาพความเป็นดิน ก็เกิดความยินดียินร้ายขึ้นได้ในวัตถุที่ปรากฏ แต่แม้ร่างกายที่กำลังมีอยู่ในขณะนี้ ก็ไม่พ้นจากสภาพของความเป็นดินเช่นเดียวกัน เพราะฉะนั้น การน้อมระลึกถึงดินด้วยความเข้าใจที่ถูกต้อง จะทำให้จิตสงบได้ แต่ก็ยาก

ธรรมทั้งหลายเป็นจริงในชีวิตประจำวัน ในขณะนี้หรือในขณะไหนก็ตามที่จิตจะระลึกถึงดิน เป็นไปได้ไหม อาจจะเป็นได้บ้างชั่วครั้งชั่วคราว แต่ไม่ใช่ว่าบ่อย ๆ เนื่องจาก เพราะฉะนั้น ท่านผู้ฟังจะเห็นได้ว่า การที่จะให้จิตสงบยากไหม เมื่อเทียบกับการที่จะอบรมระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมที่ปรากฏ ซึ่งเป็นสติปัฏฐานตามปกติตามความเป็นจริง

สำหรับการระลึกถึงสมณภาพนาก็มีมาตรฐานอื่น ๆ นอกจากอนุสสติ คือ พุธานุสสติ ธัมมานุสสติ สังฆานุสสติ สีลานุสสติ จาคานุสสติ และเทวตานุสสติ ท่านผู้ฟังจะเห็นได้ว่า ถึงแม้ว่าจะระลึกถึงอารมณ์ของสมณภาพอื่น ๆ และจิตสงบ แต่ไม่ได้ขัดเกลาคใจ และไม่ปจจัยให้ประกอบกรรมดีเพิ่มขึ้นเหมือนอย่างการที่จะระลึกถึงพระพุทธคุณ พระธรรมคุณ และพระสังฆคุณ เป็นต้น

ตามที่ท่านผู้ฟังท่านหนึ่งเล่าว่า ท่านเจริญเตโชกสิณ ซึ่งทั้ง ๆ ที่พอจะเห็นนิมิต แต่ก็ไม่ได้ทำให้จิตใจของท่านละความทะนงตน หรือว่าลบหลู่บุคคลอื่นได้ และไม่สามารถขัดเกลากุศลอื่น ๆ ด้วย แต่การระลึกถึงพุทธานุสสติ พระคุณของพระผู้มีพระภาค จะทำให้ผู้ที่ระลึกประพฤติปฏิบัติตามยิ่งขึ้น

ข้อความใน **มัชฌิมนิกาย มูลปัณณาสก์ สัลเลขสูตร** มีข้อความว่า

ข้าพเจ้าได้สดับมาแล้วอย่างนี้

สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ พระวิหารเชตวัน อารามของท่านอนาถปิณฑิกเศรษฐี เขตพระนครสาวัตถี ครั้นนั้น เวลาเย็น ท่านพระมหาจุณฑะออกจากที่พักผ่อน แล้วเข้าไปเฝ้าพระผู้มีพระภาค ถวายบังคมแล้ว นั่ง ณ ที่ควรส่วนข้างหนึ่ง ท่านพระมหาจุณฑะนั่งเรียบร้อยแล้วได้ทูลถามพระผู้มีพระภาคดังนี้ว่า



ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ทิฏฐิเหล่านี้มีประการต่าง ๆ ประกอบด้วยการกล่าว
ปรารภอรรถาธิบาย ประกอบด้วยการกล่าวปรารภโลกบ้าง ย่อมเกิดขึ้นในโลก เมื่อภิกษุ
มนสิการธรรมเบื้องต้นเท่านั้นหรือ การละทิฏฐิเหล่านั้น การสละคืนทิฏฐิเหล่านั้น
ย่อมจะมีได้ด้วยอุบายอย่างนี้หรือ พระเจ้าข้า

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

ดูกร จุนทะ ทิฏฐิเหล่านี้มีหลายประการ ประกอบด้วยการกล่าวปรารภอรรถาธิบาย
บ้าง ประกอบด้วยการกล่าวปรารภโลกบ้าง ย่อมเกิดขึ้นในโลก ก็ทิฏฐิเหล่านั้นย่อม
เกิดขึ้นในอารมณ์ใด ตามนอนอยู่ในอารมณ์ใด และขึ้นเที่ยวอยู่ทั่วในอารมณ์ใด เมื่อ
ภิกษุพิจารณาเห็นอารมณ์นั้นด้วยปัญญาอันชอบตามความเป็นจริงอย่างนี้ว่า นั่นมิใช่
ของเรา เรามิใช่ นั่นมิใช่ตัวตนของเรา ดังนี้ การละทิฏฐิเหล่านั้น การสละ
คืนทิฏฐิเหล่านั้น ย่อมมีได้ด้วยอุบายอย่างนี้

ข้อความที่พระผู้มีพระภาคตรัสว่า ก็ทิฏฐิเหล่านั้นย่อมเกิดขึ้นในอารมณ์ใด
ตามนอนอยู่ในอารมณ์ใด และขึ้นเที่ยวอยู่ทั่วในอารมณ์ใด ขณะนี้หรือเปล่า
ความเห็นผิดซึ่งมีอยู่ในนามและรูปทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า ก็ทิฏฐิเหล่านั้นย่อมเกิดขึ้นในอารมณ์ใด ถ้าเป็นผู้ที่มี
ปกติเจริญสติปัฏฐาน ระลึกรู้ได้ทันทีที่ไหม้ไหมไหม ขณะนี้ทิฏฐิเกิดขึ้นในอารมณ์ใดที่กำลัง
ปรากฏ ทางตา กำลังเห็นถูกหรือเห็นผิด ทางหู กำลังเห็นถูกหรือกลเห็นผิด

นอกจากนั้น ทิฏฐิ ตามนอนอยู่ในอารมณ์ใด บางทีในขณะนั้นไม่มีความเห็น
ผิดเกิดร่วมด้วยกับจิตซึ่งเป็นโลกมุขจิต แต่ว่าความเห็นผิดซึ่งยังไม่ได้ดับเป็นสมุจเฉท
ตามนอนอยู่ในอารมณ์ใด

ที่จะรู้ว่าขณะนี้ ทิฏฐิซึ่งเป็นความเห็นผิดตามนอนอยู่ในอารมณ์ใด ต้องเป็นผู้ที่
เจริญสติระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรม เพราะว่าในตอนต้น ๆ คงจะไม่มีท่านผู้ใด
สามารถที่จะระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมได้ตลอดทั่วทั้ง ๖ ทวาร ทั้ง ๖ อารมณ์
เพราะฉะนั้น บางท่านที่เริ่มเจริญสติปัฏฐาน อย่างที่ชาวเมืองกุรุทามกันว่า วันนี้มี
สติปัฏฐานใดเป็นอารมณ์



เพราะฉะนั้น แต่ละคนนี้จะทราบได้ว่า บางท่านอาจจะไม่ได้ระลึกถึงลักษณะของรูปารมณ คือ สิ่งที่ปรากฏทางตา แต่กำลังเริ่มระลึกถึงลักษณะของโณรูปพะ คือ รูปธรรมที่กำลังปรากฏทางกาย ซึ่งบุคคลนั้นย่อมรู้ว่า ในขณะที่กำลังระลึกและก็เพิ่มความรู้อื่น ทิฏฐิที่ตามนอนอยู่ในอารมณ์นั้นย่อมน้อยกว่าทิฏฐิที่ตามนอนอยู่ในอารมณ์อื่น

ท่านอาจจะระลึกถึงลักษณะของรูปธรรมทางหู คือ เสียง แต่ว่าทางตายังไม่ค่อยจะได้ระลึก หรือว่าบางท่านอาจจะยังไม่ได้ระลึกเลย เพราะฉะนั้น ทิฏฐิที่ตามนอนอยู่ในอารมณ์คือเสียงที่ปรากฏทางหู ย่อมน้อยกว่าทิฏฐิที่ตามนอนอยู่ในรูปารมณที่ปรากฏทางตา หรือว่าเวทนา ความรู้สึก ถ้าสติยังไม่ระลึกถึงลักษณะของความรู้สึกเลย เวลาที่มีความรู้สึกยินดีหรือยินร้าย ทิฏฐิย่อมตามนอนอยู่ในเวทนาคือความรู้สึกนั้นมากกว่าในอารมณ์ซึ่งสติเริ่มระลึกบ้าง

ข้อความต่อไป

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

ดูกร จุนทะ ก็ข้อนี้เป็นฐานะที่จะมีได้แล ที่ภิกษุบางรูปในพระธรรมวินัยนี้ สงัดจากกาม สงัดจากอกุศลธรรม บรรลุปฐมฌาน มีวิตก มีวิจาร มีปีติ และสุข เกิดแต่วิเวกอยู่ ภิกษุนั้นจะพึงมีความคิดอย่างนี้ว่า เราย่อมอยู่ด้วยธรรมเครื่องขัดเกลา กิเลส ดูกร จุนทะ แต่ธรรมคือปฐมฌานนี้ เราไม่กล่าวว่า เป็นธรรมเครื่องขัดเกลาในวินัยของพระอริยะ เรากล่าวว่า เป็นธรรมเครื่องอยู่เป็นสุขในอัตภาพนี้ในวินัยของพระอริยะ

เพราะฉะนั้น ท่านผู้ฟังจะเห็นได้ว่า แม้แต่ปฐมฌานซึ่งยากเหลือเกินที่จะถึงได้ กว่าจิตจะสงบ เวลาที่ระลึกถึงอารมณ์ที่เป็นสมถกัมมัฏฐานจนกระทั่งนิรณาสง และเวลาที่อุคคหนิมิตเกิดขึ้นแล้วสำหรับผู้ที่จะเจริญกสิณ ขณะนั้นก็ยังไม่ได้ถึงอุปจารสมาธิ แม้ว่าอุคคหนิมิต คือ นิमितที่ติดตา จะปรากฏแล้ว จะต้องพยายามให้จิตสงบที่อุคคหนิมิตนั้นไม่ว่าจะอยู่ในสถานที่ใด จนกระทั่งนิมิตนั้นปรากฏเป็นความผ่องใสร้อยเท่าพันทวีเป็นปฏิภาคนิมิต ขณะนั้นจิตจึงจะเป็นอุปจารสมาธิ และเวลาที่เป็นอุปจาร-



สมาธิแล้ว ก็ยังจะต้องพยายามระลึกถึงปฏิภาคนิมิตนั้นจนกระทั่งองค์ของฌาน คือ วิตก วิचार ปีติ สุข เอกัคคตาปรากฏ ขณะนั้นจึงจะเป็นปฐมฌาน

ซึ่งก่อนนั้นก็ไม่ใช่ว่าจะไม่มีวิตก วิचार ปีติ สุข เอกัคคตา แม้ในอุปปจารสมาธิ ก็มี แต่ว่าไม่มีกำลัง เมื่อไม่มีกำลังจึงไม่ปรากฏเป็นองค์ของฌาน เพราะฉะนั้น เวลาที่ปรากฏเป็นองค์ของฌานเมื่อใด เมื่อนั้นจึงเป็นปฐมฌาน เพราะผู้ที่ได้ปฐมฌานแล้ว ประกอบด้วยปัญญาที่สามารถที่จะรู้ความต่างกันของวิตกและวิचार

ในขณะนี้ วิตกเจตสิก วิचारเจตสิก ก็กำลังเกิดอยู่ วิตกเจตสิก วิचारเจตสิก จะไม่เกิดกับทวิปัญจวิญญาณ ๑๐ ดวงเท่านั้น คือ ไม่เกิดกับจิตที่กำลังทำกิจเห็น ทำกิจได้ยิน ทำกิจได้กลิ่น ทำกิจลิ้มรส ทำกิจรู้โผฏฐัพพะที่ปรากฏ นอกจากนั้นแล้ว วิตกเจตสิกและวิचारเจตสิกเกิดร่วมกับจิตแม้ในขณะนี้ เพราะฉะนั้น ผู้ที่อบรม จนกระทั่งองค์ของฌาน คือ วิตกเจตสิก วิचारเจตสิก ปีติเจตสิก สุข คือ โสมนัส-เวทนาซึ่งประกอบด้วยปีติ และเอกัคคตาเจตสิกปรากฏ ผู้นั้นจึงจะเห็นโทษของ วิตกเจตสิกว่า ยังหยาบ ยังใกล้ชิดต่อจิตซึ่งเป็นไปในกาม คือ ในรูป ในเสียง ในกลิ่น ในรส ในโผฏฐัพพะ

และเมื่อบุคคลนั้นมีความชำนาญมากขึ้นในการที่จะระลึกถึงกสิณซึ่งเป็น อารมณ์ของฌาน จนกระทั่งขณะใดที่จิตมีปฏิภาคนิมิตเป็นอารมณ์ และปราศจาก วิตก ขณะนั้นจึงจะเป็นทุติยฌาน เพราะว่ามีแต่วิचार แม้ไม่มีวิตกก็สามารถจะมี ปฏิภาคนิมิตเป็นอารมณ์ได้

นี่เป็นการอบรมเจริญความสงบที่ถูกต้อง เป็นความสงบจริง ๆ ประกอบด้วย ปัญญาคู่กันไปกับความสงบ และสมาธิที่มั่นคงมาก





๗๖๖



ส. สำหรับพระภิกษุที่ได้อบรมจนปฐมฌานเกิดแล้ว พระผู้มีพระภาคตรัสว่า ภิกษุนั้นจะพึงมีความคิดอย่างนี้ว่า เราย่อมอยู่ด้วยธรรมเครื่องขัดเกลาภิเลส ดูกร จุนทะ แต่ธรรมคือปฐมฌานนี้ เราไม่กล่าวว่า เป็นธรรมเครื่องขัดเกลาในวินัยของพระอริยะ เรากล่าวว่า เป็นธรรมเครื่องอยู่เป็นสุขในอรรถภาพนี้ในวินัยของพระอริยะ เพราะว่าปัญญาไม่ได้เกิดขึ้นรู้ลักษณะของสภาพธรรมซึ่งไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตนที่เป็นวิปัสสนาญาณ เป็นแต่เพียงปัญญาขั้นที่รู้ลักษณะความสงบของจิต และมีปัญญาที่รู้จะว่าจิตจะสงบยิ่งขึ้นอย่างไรเท่านั้นเอง

ข้อความต่อไป ก็เป็นโดยนัยเดียวกัน สำหรับภิกษุผู้บรรลุทุติยฌาน ตติยฌาน จตุตถฌาน ซึ่งท่านผู้ฟังจะเห็นความมั่นคงของสติที่เพิ่มขึ้นตามลำดับ และสมาธิก็มีกำลังมั่นคงขึ้นตามลำดับ สำหรับทุติยฌานนั้น เป็นสมาธิที่มั่นคงซึ่งวิตกไม่เกิดเลย สำหรับตติยฌานก็เป็นสมาธิที่มั่นคงขึ้น จนวิจารณ์เจตสิกไม่เกิดขึ้น

สำหรับตติยฌาน โดยจตุกกนัย คือ โดยนัยของฌาน ๔ ก็เป็นสมาธิที่มั่นคงขึ้นจนปีติไม่เกิด คิดดู ปีติเป็นความปลื้มใจ เป็นความปีติอย่างยิ่งในความสงบนั้น แต่เวลาที่สมาธิและสติมั่นคงมีกำลังขึ้นก็สามารถที่จะละปีติ เพราะเห็นว่า ถ้ายังมีปีติอยู่ก็ยังมีวันไหวเอนต่อการที่จะพอใจในฌานขั้นต่ำ ๆ จนกระทั่งถึงรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะได้

พระผู้มีพระภาคตรัสต่อไปว่า

อนึ่ง ข้อนี้เป็นฐานะที่จะมีได้ ที่ภิกษุบางรูปในพระธรรมวินัยนี้ พึงบรรลุจตุตถฌาน ไม่มีทุกข์ ไม่มีสุข เพราะละสุขละทุกข์ และดับโสมนัสโทมนัสในก่อนเสียได้ มีอุเบกขาเป็นเหตุให้สติบริสุทธิ์อยู่ ภิกษุนั้นจะพึงมีความคิดอย่างนี้ว่า เราย่อมอยู่ด้วยธรรมเครื่องขัดเกลาภิเลส ดูกร จุนทะ แต่ธรรมคือจตุตถฌานนี้ เราไม่กล่าวว่า



เป็นกรรมเครื่องขัดเกลาในวินัยของพระอริยะ เรากล่าวว่า เป็นกรรมเครื่องอยู่เป็นสุขในอรรถภาพนี้ในวินัยของพระอริยะ

ต่อจากนั้นพระผู้มีพระภาคก็ตรัสถึง การบรรลุอุปमानตามลำดับ คือ การบรรลุถึงอุปमानที่ ๑ อากาสาณัญญาตนณาน อุปमानที่ ๒ วิญญูณัญญาตนณาน อุปमानที่ ๓ อากิญจัญญายตนณาน อุปमानที่ ๔ เนวสัญญานาสัญญายตนณาน

ซึ่งพระผู้มีพระภาคตรัสว่า

ดูกร จุนทะ แต่กรรมคือเนวสัญญานาสัญญายตนณานนี้ เราไม่กล่าวว่า เป็นกรรมเครื่องขัดเกลาในวินัยของพระอริยะ เรากล่าวว่า เป็นกรรมเครื่องอยู่สงบระงับในวินัยของพระอริยะ

ดูกร จุนทะ เธอทั้งหลายพึงทำความเข้าใจในข้อเหล่านี้แล คือ เธอทั้งหลายพึงทำความเข้าใจว่า ชนเหล่าอื่นจักเป็นผู้เบียดเบียนกัน ในข้อนี้เราทั้งหลายจักเป็นผู้ไม่เบียดเบียนกัน

แม้เจริญฌานจนกระทั่งถึงเนวสัญญานาสัญญายตนะ แต่ก็ยังไม่ใช้กรรมเครื่องขัดเกลา ซึ่งเวลาที่จะขัดเกลา นี้ พระผู้มีพระภาคตรัสว่า เธอทั้งหลายพึงทำความเข้าใจว่า ชนเหล่าอื่นจักเป็นผู้เบียดเบียนกัน ในข้อนี้เราทั้งหลายจักเป็นผู้ไม่เบียดเบียนกัน เพราะแม้เจริญสมถภาวนาบรรลุฌานแล้ว ก็ยังมีความคิดที่จะเบียดเบียนได้ เนื่องจากไม่ได้ดับกิเลสเป็นสมุจเฉท

แต่ผู้ที่มีปกติอบรมเจริญสติปัฏฐาน จะมีความซาบซึ้งในพระพุทธานุภาพ ในพระธรรมคุณ ในพระสังฆคุณ และไม่ลืมที่จะขัดเกลาตนเองโดยเห็นว่า พระธรรมที่พระผู้มีพระภาคได้ทรงแสดง เพื่ออนุเคราะห์กับผู้ที่ยังมีกิเลสให้เป็นผู้ที่กิเลสเบาบาง และผู้ที่เป็นพระสงฆ์ คือ พระอริยสงฆ์นั้น ก็สามารถที่จะดับกิเลสได้เป็นสมุจเฉท เพราะฉะนั้น ผู้ที่ระลึกถึงพระรัตนตรัย ย่อมประพฤติปฏิบัติตามแต่แต่ความคิดที่เบียดเบียน เช่น ในกาลก่อนอาจจะเป็นผู้ที่เบียดเบียนบุคคลอื่น ซึ่งการเบียดเบียนบุคคลอื่นนี้ไม่ใช่แต่เฉพาะทางกาย แม้ทางวาจา หรือใจ เวลาที่ระลึกถึงพระรัตนตรัย



ได้ ก็คงจะมีความอดุทธาหะที่จะขัดเกลากิเลสยิ่งขึ้น โดยเป็นผู้ไม่เบียดเบียน เคยตั้งใจ
อย่างนี้ใหม่ หรือยังไม่เคย แต่ถ้าระลึกถึงการขัดเกลากิเลสจริง ๆ ย่อมจะเห็นได้ว่า
เวลาที่เบียดเบียนนั้น เป็นอกุศลอย่างแรงทีเดียว

ข้อความต่อไป

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

เธอทั้งหลายพึงทำความเข้าใจว่า ชนเหล่าอื่นจักเป็นผู้ฆ่าสัตว์ ในข้อนี้เรา
ทั้งหลายจักงดเว้นจากปาณาติบาต

เธอทั้งหลายพึงทำความเข้าใจว่า ชนเหล่าอื่นจักเป็นผู้ลักทรัพย์ ในข้อนี้เรา
ทั้งหลายจักงดเว้นจากอทินนาทาน

เธอทั้งหลายพึงทำความเข้าใจว่า ชนเหล่าอื่นจักเสพเมถุนธรรม ในข้อนี้เรา
ทั้งหลายจักประพฤติพรหมจรรย์

เธอทั้งหลายพึงทำความเข้าใจว่า ชนเหล่าอื่นจักกล่าวเท็จ ในข้อนี้เรา
ทั้งหลายจักงดเว้นจากมุสาวาท

เธอทั้งหลายพึงทำความเข้าใจว่า ชนเหล่าอื่นจักกล่าวส่อเสียด ในข้อนี้เรา
ทั้งหลายจักงดเว้นจากปิสุณาวาจา

เธอทั้งหลายพึงทำความเข้าใจว่า ชนเหล่าอื่นจักกล่าวคำหยาบ ในข้อนี้เรา
ทั้งหลายจักงดเว้นจากผรุสวาท

เธอทั้งหลายพึงทำความเข้าใจว่า ชนเหล่าอื่นจักกล่าวคำเพ้อเจ้อ ในข้อนี้เรา
ทั้งหลายจักงดเว้นจากสัมผัปปลาปะ

เธอทั้งหลายพึงทำความเข้าใจว่า ชนเหล่าอื่นจักมักเพ่งเล็งภณฺฑะของผู้อื่น
ในข้อนี้เราทั้งหลายจักไม่เพ่งเล็งภณฺฑะของผู้อื่น

เธอทั้งหลายพึงทำความเข้าใจว่า ชนเหล่าอื่นจักมีจิตพยาบาท ในข้อนี้เรา
ทั้งหลายจักไม่มีจิตพยาบาท

เธอทั้งหลายพึงทำความเข้าใจว่า ชนเหล่าอื่นจักมีความเห็นผิด ในข้อนี้เรา
ทั้งหลายจักมีความเห็นชอบ



ข้อความต่อไป เป็นเรื่องของความขัดเกลาโดย จักมีความดำริชอบ จักมีวาจาชอบ จักมีการงานชอบ จักมีอาชีพชอบ จักมีความเพียรชอบ จักมีสติชอบ จักมีสมาธิชอบ ซึ่งก็เป็นมรรคมงคล ๘

นอกจากนั้น คือ จักมีญาณปริชาชอบ จักมีวิมุตติชอบ คือ ไม่ปฏิบัติผิด ไม่รู้ผิด และไม่พ้นผิด

และยังมีการขัดเกลาอีกมากมาย ซึ่งเป็นปกติในชีวิตประจำวัน คือ

เราทั้งหลายจักปราศจากถิ่นมัทธา

เราทั้งหลายจักเป็นผู้ไม่ฟุ้งซ่าน

เราทั้งหลายจักห้ามพ้นจากวิจิกิจฉา

เราทั้งหลายจักไม่มีความโกรธ

เราทั้งหลายจักไม่ผูกโกรธไว้

เราทั้งหลายจักไม่ลบหลู่คุณท่าน

เราทั้งหลายจักไม่ยกตนเทียมท่าน

เราทั้งหลายจักไม่มีความริษยา

เราทั้งหลายจักไม่มีความตระหนี่

เราทั้งหลายจักไม่โอ้อวด

เราทั้งหลายจักไม่มีมารยา

เราทั้งหลายจักไม่ดื้อด้าน

เราทั้งหลายจักไม่ดูหมิ่นท่าน

ท่านผู้ฟังควรจะพิจารณาว่า ยังมีอยู่หรือเปล่า ถ้ายังมีอยู่ ก็ควรที่จะไม่มีไหม ซึ่งอกุศลธรรมเหล่านี้

ข้อต่อไปคือ

เราทั้งหลายจักเป็นผู้ว่าง่าย

เราทั้งหลายจักมีกัลยาณมิตร

เราทั้งหลายจักเป็นคนไม่ประมาท

เราทั้งหลายจักเป็นคนมีศรัทธา



เราทั้งหลายจักเป็นผู้มีหิริในใจ
เราทั้งหลายจักเป็นผู้มีโอตตปปะ
เราทั้งหลายจักเป็นผู้มีสุตะมาก ในขณะที่กำลังฟังนี้ ก็คือการที่จะอบรมการ
เป็นผู้มีสุตะมาก

เราทั้งหลายจักเป็นผู้ปรารภความเพียร

เราทั้งหลายจักเป็นผู้มีสติดำรงมั่น

เราทั้งหลายจักเป็นคนถึงพร้อมด้วยปัญญา

เธอทั้งหลายพึงทำความเข้าใจว่า ชนเหล่าอื่นจักเป็นคนลุ่มบดล้าทมิฬของตน
ยึดถืออย่างมั่นคง และสละคืนได้โดยยาก ในข้อนี้เราทั้งหลายจักไม่เป็นผู้ลุ่มบดล้าทมิฬ
ของตน ไม่ยึดถืออย่างมั่นคง และสละคืนได้โดยง่าย

ดูกร จุนทะ เราย่อมกล่าวแม้จิตตูปบาทว่า มีอุปการะมากในกุศลธรรม
ทั้งหลาย ก็จะต้องกล่าวไปใยในการจัดทำให้สำเร็จด้วยกาย ด้วยวาจาเล่า เพราะเหตุ
นั้นแหละ จุนทะ ในข้อนี้เธอทั้งหลายพึงให้จิตเกิดขึ้นว่า ชนเหล่าอื่นจักเป็นผู้
เบียดเบียนกัน ในข้อนี้เราทั้งหลายจักเป็นผู้ไม่เบียดเบียนกัน ... ฯลฯ

ทรงแสดงให้เห็นว่า ไม่ควรประมาทกุศลธรรมเลย แม้เพียงชั่วขณะจิตเดียวก็มี
อุปการะมาก เพราะฉะนั้น ถ้าชวนชวายนจนกระทั่งให้สำเร็จด้วยกาย ด้วยวาจา ก็ยิ่งจะ
เป็นอุปการะมากยิ่งขึ้น

พระผู้มีพระภาคตรัสต่อไปว่า

ว่าด้วยทางหลักเฉียงคนชั่ว

ดูกร จุนทะ เปรียบเหมือนทางที่ไม่เรียบ ก็พึงมีทางเส้นอื่นที่เรียบสำหรับหลัก
ทางที่ไม่ราบเรียบนั้น

ทรงแสดงถึงมรรคซึ่งเป็นหนทางที่จะขัดเกลากิเลส

อนึ่ง เปรียบเหมือนท่าที่ไม่ราบเรียบ ก็พึงมีท่าที่ราบเรียบสำหรับหลักท่าที่ไม่
ราบเรียบนั้น ความไม่เบียดเบียนก็ฉนั้นนั่นแล เป็นทางสำหรับหลักเฉียงบุคคลผู้
เบียดเบียน



ข้อความต่อไป พระผู้มีพระภาคทรงอุปมาว่า

ดูกร จุนทะ เปรียบเหมือนอกุศลธรรมทั้งหมด เป็นเหตุให้ถึงความเป็นเบื้องล่าง อกุศลธรรมทั้งหมดเป็นเหตุให้ถึงความเป็นเบื้องบน ฉะนั้นใด ความไม่เบียดเบียนก็ฉนั้นนั่นแล ย่อมเป็นธรรมสำหรับความเป็นเบื้องบนของบุคคลผู้เบียดเบียน ...

ว่าด้วยอุบายบรรลุนิพพาน

ดูกร จุนทะ ผู้ที่ตนเองจมอยู่ในเปือกตมอันลึกแล้ว จักยกขึ้นซึ่งบุคคลอื่นที่จมอยู่ในเปือกตมอันลึก ข้อนี้เป็นฐานะที่จะมีไม่ได้

ผู้ที่ตนเองไม่จมอยู่ในเปือกตมอันลึก จักยกขึ้นซึ่งบุคคลอื่นที่จมอยู่ในเปือกตมอันลึก ข้อนี้เป็นฐานะที่จะมีได้

ผู้ที่ไม่ฝึกตน ไม่แนะนำตน ไม่ดับสันทด้วยตนเอง จักฝึกสอน จักแนะนำผู้อื่น จักให้ผู้อื่นดับสันท ข้อนี้เป็นฐานะที่จะมีไม่ได้

ผู้ที่ฝึกตน แนะนำตน ดับสันทด้วยตนเอง จักฝึกสอน จักแนะนำผู้อื่น จักให้ผู้อื่นดับสันท ข้อนี้เป็นฐานะที่จะมีได้ ฉะนั้นใด ดูกร จุนทะ ความไม่เบียดเบียนก็ฉนั้นนั่นแล ย่อมเป็นทางสำหรับดับสันทของบุคคลผู้เบียดเบียน ... ฯลฯ

ตอนท้ายของพระสูตรนี้มีว่า

ดูกร จุนทะ เหตุแห่งธรรมเครื่องขัดเกลา เราได้แสดงแล้ว เหตุแห่งจิตตูปปาท เราได้แสดงแล้ว เหตุแห่งการหลีกเลียง เราได้แสดงแล้ว เหตุแห่งความเป็นเบื้องบน เราได้แสดงแล้ว เหตุแห่งความดับสันท เราได้แสดงแล้ว ด้วยประการฉะนี้

การหลีกเลียง ควรหลีกเลียงอกุศลธรรม เช่น การเบียดเบียน หรือการฆ่าสัตว์ หรือการถือเอาสิ่งของที่บุคคลอื่นไม่ได้ให้ เป็นต้น ซึ่งสามารถที่จะหลีกเลียงได้

ข้อความต่อไป

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

ดูกร จุนทะ กิจอันใดที่ศาสดาผู้แสวงหาประโยชน์ เอ็นดู อนุเคราะห์แก่เหล่าสาวกจะพึงทำ กิจนั้นเราทำแก่เธอทั้งหลายแล้ว



ดูกร จุนทะ นั้นโคนไม้ นั้นเรือนว่าง เธอทั้งหลายจงเพ่งพินิจเถิด อย่าประมาท อย่าได้เป็นผู้มีความเดือดร้อนในภายหลังเลย นี่เป็นคำสอนสำหรับเธอทั้งหลาย ฉะนี้แล

พระผู้มีพระภาคได้ตรัสพระพุทธพจน์นี้แล้ว ท่านพระมหาจุนทะชื่นชมยินดี ภาสิตของพระผู้มีพระภาค ฉะนี้แล

พระผู้มีพระภาคตรัสบท ๔๔ ทรงแสดงสนธิ ๕ พระสูตรนี้ชื่อ **สัลเลขสูตร** กลุ่มเล็กเปรียบด้วยสาคร ฉะนี้

จบ สัลเลขสูตร ที่ ๘

ถ. พระผู้มีพระภาคทรงแสดงว่า ผู้ที่จมอยู่ในเปือกตมอันลึก จะช่วยคนที่จมอยู่ในเปือกตมอันลึกนั้น ไม่ใช่ฐานะ หมายความว่าผู้ที่ยังไม่ได้เป็นพระอรหันต์จะช่วยเหลือคนอื่นให้เป็นพระอรหันต์ไม่ได้เช่นนั้นใช่ไหม

ส. ถ้าพระผู้มีพระภาคไม่ทรงเป็นพระอรหันต์ก่อน จะทรงแสดงหนทางที่จะให้บุคคลอื่นได้ประพฤติปฏิบัติ จนกระทั่งดับกิเลสถึงความเป็นพระอรหันต์ตามได้ไหม

ถ. ท่านพระโฆฏิยะที่พระผู้มีพระภาคตรัสเรียกว่า โมฆบุรุษ หรือว่าคัมภีร์เปล่า ท่านก็ยังไม่ได้บรรลุเป็นพระอรหันต์ แต่ลูกศิษย์ของท่านตั้งมากมายที่บรรลุเป็นพระอรหันต์

ส. ท่านพระโฆฏิยะช่วยให้ลูกศิษย์พ้น หรือว่าพระธรรมที่พระผู้มีพระภาคทรงแสดงแล้วช่วยอุปการะ

ถ. ก็ทั้งสองอย่าง ท่านพระโฆฏิยะเก่งปริยัติ ก็นำคำสอนของพระผู้มีพระภาคมาสอน

ส. แต่ไม่ใช่ของท่านพระโฆฏิยะ เพราะฉะนั้น พระธรรมอุปการะ ไม่ใช่ท่านพระโฆฏิยะอุปการะ

ถ. เป็นอย่างนั้น และผู้ที่รู้ลักษณะของสติว่า เวลา มีสติต่างกับหลงลืมสติ จะช่วยให้คนอื่นรู้จักลักษณะของสติ เป็นฐานะหรือเปล่า

ส. ทั้งหมดต้องอาศัยพระธรรมที่พระผู้มีพระภาคทรงแสดงแล้ว



ถ. ยังไม่เข้าใจ

ส. อาจารย์ผิด แต่พระธรรมถูก พระธรรมสามารถที่จะเกื้อกูลบุคคลนั้นได้ไหม ให้รู้ว่าอาจารย์ผิด เพราะฉะนั้น ไม่ใช่อาจารย์ แต่ว่าเป็นพระธรรมที่ทรงแสดงแล้ว ถ้าอาจารย์กล่าวธรรมที่ถูกต้อง ธรรมนั้นเกื้อกูล

ถ. ก็หมายความว่า ผู้ที่มีปรีชา รู้จักคำสอนของพระผู้มีพระภาคดี ก็ช่วยให้คนอื่นได้บรรลุผลได้เหมือนกัน

ส. ไม่ใช่บุคคลนั้น พระธรรมที่บุคคลนั้นรู้ และกล่าว และแสดง

ถ. ก็ช่วยให้บุคคลอื่นบรรลุได้

ส. แน่นนอน พระธรรมมีอุปการะมาก

สำหรับผลของพุทธานุสสติ จะสามารถสงบได้เพียงขั้นอุปจารสมาธิ ไม่ถึงอัปปนาสมาธิ และผู้ที่บรรลุอุปจารสมาธิได้ ก็เป็นเพียงพระอริยสาวกพวกเดียวเท่านั้น ปุถุชนจะระลึกถึงพระพุทธรูปคุณสักเท่าไร ก็ไม่สามารถให้จิตสงบจนกระทั่งถึงอุปจารสมาธิได้

เพราะฉะนั้น ท่านผู้ฟังจะเห็นได้ว่า ที่จะให้จิตสงบนี้ยากจริง ๆ การที่สติจะเกิดขึ้นระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมตามปกติตามความเป็นจริง ไม่ยากเท่ากับการที่จะให้ถึงอุปจารสมาธิ เพราะสติสามารถที่จะระลึกถึงสภาพธรรมที่กำลังปรากฏตามปกติตามความเป็นจริงแม้อกุศล โลภะเกิดขึ้น ถ้าเป็นผู้ที่อบรมเจริญสติปัฏฐานย่อมสามารถที่จะรู้สภาพธรรมที่กำลังปรากฏในขณะนั้นตามความเป็นจริง

การรู้โลภะนี้ ยากไหม

อยู่กับโลภะตลอดเวลา ตั้งแต่ลืมตาจนกระทั่งหลับตา ถ้าขณะใดที่กุศลธรรมหรือกุศลจิตไม่เกิด จะมีโลกมุลจิตเกิดเป็นประจำ แต่ว่าเป็นโลกมุลจิตที่อ่อนมากที่เบา ที่บาง ที่ไม่รู้สึกลึก

มีใครรู้ลักษณะของโลภะบ้างไหม ที่อ่อน ที่เบา ที่บาง ที่จะให้โลกมุลจิตรู้สภาพธรรม คือ รู้ว่าเป็นโลภะขณะนั้น ขณะนี้ ย่อมไม่ได้ แม้ว่ามีโลภะอยู่อย่างธรรมดา ๆ แต่ว่าโลภะนั้นไม่สามารถที่จะรู้โลภะว่าเป็นโลภะ เพราะอวิชชาเป็นสภาพที่



ไม่รู้ลักษณะของสิ่งที่ปรากฏ วิชาเท่านั้นที่จะรู้ว่า อะไรเป็นอกุศลธรรม และอะไรเป็น
กุศลธรรม

เพราะฉะนั้น ถึงแม้ว่าจะมีโลภะอยู่ตลอดเวลาจนชิน แต่เพราะชินแสนชิน
นั่นเอง จึงไม่รู้ลักษณะของโลภะ





๗๖๗



ส. โดยการศึกษาทราบว่า มีโลภะมาก มีโลภะเป็นประจำ อะไร ๆ ก็โลภะ ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ก็เป็นโลภะ คือ ถ้าขณะนั้น ลักษณะของโทสะหรือความไม่แช่มชื่นไม่มี ก็เป็นธรรมดาที่ว่าจะต้องเป็นสภาพของ โลภะซึ่งเกิดขึ้นเป็นประจำ

แต่จะรู้จริง ๆ ในลักษณะของโลภะที่กำลังมีได้ไหม ไม่ได้ เพราะชินมาก ชินจน ไม่รู้สึกเลยว่าขณะไหนเป็นโลภะ เพราะฉะนั้น ไม่สามารถที่จะประจักษ์แจ้งหรือว่า ระลึกลักษณะของโลภะที่กำลังมีจนกว่าสติจะเกิดขึ้น ถ้าสติไม่เกิด โลภะจะรู้โลภะ ไม่ได้ อวิชชาจะรู้สภาพธรรมใด ๆ ไม่ได้เลย

และสติที่เกิดจะสามารถระลึกรู้ลักษณะของโลภะทันทีได้ไหม ยากใช่ไหม เพราะเป็นโลภะอย่างบาง อย่างเบา เวลาที่สติเกิดระลึกรู้ลักษณะของนามธรรม หรือรูปธรรมที่กำลังปรากฏทางหนึ่งทางใด เช่น ทางตาในขณะนี้ เมื่อระลึกรู้ ขณะนั้น ไม่ใช่โลภะที่กำลังระลึกรู้ลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏ ซึ่งเมื่อระลึกรู้ลักษณะของ นามธรรมและรูปธรรมจนชิน จนทั่ว จึงสามารถที่จะรู้ลักษณะของแม้โลภะอย่างบาง อย่างเบาที่กำลังมีตามปกติได้ โดยไม่ใช่การเดา หรือไม่ใช่อนุมานว่ามีโลภะ

เวลานี้มีโลภะ แต่ยังไม่บอกไม่ได้ว่า โลภะนั้นมีลักษณะอย่างไร และอะไรกำลัง เป็นอารมณ์ของโลภะ จนกว่าสติจะมั่นคงขึ้น และรู้ลักษณะของนามธรรมและรูปธรรม ทั่วขึ้น

สำหรับพุทธานุสสติ ถึงแม้ว่าจะเป็นพระอริยเจ้าจำพวกเดียวเท่านั้นที่สามารถ จะสงบจนกระทั่งถึงอุปปจารสมาธิได้ แต่ก็ไม่มีนิมิต ยิ่งยากไหม เพราะในสมถภาวนา ทั้งหมด ๔๐ อารมณ์นั้น ไม่ใช่ว่าทุกอารมณ์จะมีนิมิตเป็นเครื่องหมายของสมาธิ

สำหรับอุปปจารสมาธิ จากตัวอย่างของการอบรมเจริญปฐวิกสิณ จะเห็นได้ว่า จะมีการเพ่งมองดูกสิณ หลับตา ลืมตา ด้วยความแน่วแน่ว่าจะเกิดอุคคหนิมิต



ซึ่งเป็นนิมิตที่ปรากฏติดตามแม้ว่าไม่มองดูก็ยังเห็น แม้ขณะนั้นก็ยังไม่ใช่อุปจาระ เพราะฉะนั้น การที่จะระลึกถึงพระพุทธรูปจนกระทั่งจิตสงบโดยไม่มีนิมิตและถึงอุปจาระจะยากสักแค่ไหน ซึ่งสำหรับผู้ที่เป็นปุถุชน ยังไม่ใช่พระอริยะ ก็ไม่มีวันที่จะถึงอุปจารสมาธิ เพราะไม่สามารถที่จะประจักษ์เต็มด้าลึกซึ่งในพระพุทธรูปเช่นพระอริยะเจ้าทั้งหลายได้ แต่แม้กระนั้นก็ควรเจริญ เพราะจิตสงบ เมื่อระลึกถึงพระพุทธรูป

แต่ต้องมีปัญญาที่จะรู้ลักษณะของความสงบจริง ๆ ไม่ใช่ว่าเพียงแต่กราบไหว้ ยิ่งถ้าเป็นผู้ที่ยังมีกิเลสอย่างมาก ก็อาจจะหวังผล มุ่งผลต่าง ๆ ซึ่งเกิดจากกุศลที่มีการกราบไหว้พระพุทธรูปจนบ่นอมระลึกถึงพระพุทธรูป เป็นต้น แต่ว่าผู้ที่อบรมเจริญปัญญาที่เป็นความสงบจริง ๆ ไม่ใช่อย่างนั้น จะต้องเป็นผู้ที่สามารถมีสติสัมปชัญญะสงบพร้อมด้วยปัญญา โดยรู้ลักษณะของจิตที่สงบขึ้น

สำหรับการอบรมเจริญสมถภาวนาโดยนัยของพุทธานุสสติ ไม่มีนิมิต เพราะฉะนั้น ถ้าใครจะทำสมาธิ และเห็นพระพุทธรูป ขณะนั้นรู้ได้ว่า จิตไม่สงบ เพราะเวลาเห็นแล้วเป็นอย่างไร รู้สภาพของจิตในขณะที่เห็นใหม่ว่าเป็นอย่างไร

เวลานี้ไม่ใช่ในนิมิต เห็นจริง ๆ จิตเป็นอย่างไร ปัญญาต้องรู้ได้ สงบหรือไม่สงบ ติใจเป็นอะไร โลกะ ไม่ใช่ลักษณะของความสงบ

ท่านผู้ฟังคงเคยได้ทราบว่า ถ้ามีเหตุการณ์ หรือว่ามีอันตราย มีความกลัว มีความขนพองสยองเกล้า มีความตกใจเกิดขึ้น ให้ระลึกถึงพระรัตนตรัย แต่สงบจริง หรือเปล่า หรือว่าระลึกถึงเพียงเพื่อให้อันตรายนั้นหมดสิ้นไปเท่านั้นเอง โดยที่ว่าในขณะที่นั้นสงบหรือเปล่า

การอบรมเจริญสมถภาวนา โดยนัยของการระลึกถึงพระพุทธรูป จุดประสงค์ คือ บรรเทาไม่ให้อกุศลธรรมเกิดขึ้น เพราะสงบเมื่อระลึกถึงพระพุทธรูป เพราะฉะนั้น ท่านผู้ฟังลองคิดถึงเวลาที่กิเลสมีกำลัง และก็เป็นไปในทางโลก แม้แต่การที่จะกราบไหว้พระพุทธรูป ก็เป็นการกระทำเพื่อผลอย่างใดอย่างหนึ่ง เช่น ให้พ้นจากอันตราย เป็นต้น แต่ขณะนั้นไม่ใช่การให้จิตสงบเป็นกุศล ซึ่งต่างกัน



ใน **สังยุตตนิกาย สคาถวรรค ธัคคสูตรที่ ๓** ครั้งนั้น พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ พระวิหารเชตวัน อารามของท่านอนาถปิณฑิกมหาเศรษฐี

ข้อ ๘๖๕ มีข้อความว่า

พระผู้มีพระภาคตรัสกับภิกษุทั้งหลายว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ส่วนเราแลกล่าวอย่างนี้ว่า ดูกร ภิกษุทั้งหลาย หากความกลัวก็ดี ความหวาดสะดุ้งก็ดี ความขนพองสยองเกล้าก็ดี พึงบังเกิดแก่พวกเธอ ผู้ไปในป่าก็ดี อยู่ที่โคนไม้ก็ดี อยู่ในเรือนที่ว่างเปล่าก็ดี ที่นั่นพวกเธอพึงตามระลึกถึงเรานี้แหละว่า แม้เพราะเหตุนี้ ๆ พระผู้มีพระภาคพระองค์นั้นเป็นพระอรหันต์ เป็นผู้ตรัสรู้เองโดยชอบ เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยวิชาและจรณะ เสด็จไปได้แล้ว เป็นผู้รู้แจ้งโลก เป็นสารถีฝึกบุรุษที่ควรฝึก ไม่มีผู้อื่นจะยิ่งไปกว่า เป็นศาสดาของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย เป็นผู้ตื่นแล้ว เป็นผู้จำแนกธรรม ดังนี้

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย เพราะว่าเมื่อพวกเธอตามระลึกถึงเราอยู่ ความกลัวก็ดี ความหวาดสะดุ้งก็ดี ความขนพองสยองเกล้าก็ดีที่จักมีขึ้น ก็จักหายไป

ต้องเข้าใจการระลึกถึงพระพุทธรูปจนสามารถที่จะสงบทันทีที่ระลึกด้วย เวลาที่มีอันตรายเกิดขึ้น มีความกลัว มีความตกใจ มีความขนพองสยองเกล้า ถ้าเคยคิดถึงพระรัตนตรัยด้วยความต้องการที่จะให้พ้นอันตรายนั้นไป ขณะนั้นจิตสงบใหม่ ลองคิดดู ขณะนั้นไม่ใช่สมถภาวนา

แต่ถ้าเป็นผู้ที่ระลึกถึงพระพุทธรูปจนจริง ๆ สงบจริง ๆ จิตที่สงบกับจิตที่ไม่สงบ จิตไหนจะดีกว่ากัน แม้ในขณะที่กำลังมีอันตราย หรือมีความกลัว มีเหตุการณ์ที่ทำให้ขนพองสยองเกล้า และสงบในขณะนั้น ย่อมดีกว่าจิตที่ไม่สงบ

เพราะฉะนั้น การระลึกถึงพระรัตนตรัยเวลาที่เผชิญกับอันตรายต่าง ๆ อย่าลืมว่า เพื่อให้กุศลจิตเกิดและสงบ เมื่อสงบแล้ว ไม่หวั่นไหว ไม่ว่าภัยอันตรายนั้น ๆ จะเกิดขึ้นเฉพาะหน้า ก็เป็นผู้ที่ไม่หวั่นไหว เพราะระลึกถึงกรรม ระลึกถึงกุศล ระลึกถึงพระคุณที่พระผู้มีพระภาคได้ทรงแสดง และได้ประพฤติปฏิบัติตาม เมื่อระลึกอย่างนี้ ไม่ว่าอันตรายนั้นจะน่ากลัว น่าขนพองสยองเกล้าสักเท่าไร จิตก็สงบได้ แต่ไม่ใช่ให้



ระลึกเพียงเพื่อให้อันตรายนั้นผ่านไป ซึ่งจิตในขณะนั้นไม่สงบเลย เคยเป็นอย่างนี้ไหม บ่อย ก็ไม่ใช่สมถภาวนา เพราะฉะนั้น เปลี่ยนได้ สำหรับการระลึกถึงพระรัตนตรัย หรือพระพุทธรูป อย่าลืมว่า เพื่อให้กุศลจิตเกิดและสงบ

ข้อความต่อไป

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

หากพวกเธอไม่ตามระลึกถึงเรา ที่นั่นพวกเธอพึงตามระลึกถึงพระธรรมว่า พระธรรมอันพระผู้มีพระภาคตรัสดีแล้ว บุคคลพึงเห็นได้เอง ไม่ประกอบด้วยกาล ควรเรียกให้มาคู่ได้ ควรน้อมเข้าไปในตน อันวิญญูชนพึงรู้แจ้งได้เฉพาะตน ดังนี้

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย เพราะว่าเมื่อพวกเธอตามระลึกถึงพระธรรมอยู่ ความกลัวก็ดี ความหวาดสะดุ้งก็ดี ความขนพองสยองเกล้าก็ดีที่จักมีขึ้น ก็จักหายไป

แล้วแต่อัธยาศัย พระผู้มีพระภาคทรงทราบว่า ไม่ใช่ว่าทุกคนจะระลึกถึงพระพุทธรูปทุกครั้ง บางครั้งก็ระลึกถึงพระธรรมคุณ แล้วแต่โอกาสว่า เมื่อไม่ระลึกถึงพระพุทธรูป ก็ระลึกถึงพระธรรมคุณ

แต่พระธรรมคุณนี้ไม่ใช่ธรรมดา เป็นโลกุตตรธรรม ซึ่งยากสำหรับผู้ที่ไม่ได้รู้แจ้ง อริยสัจธรรมที่จะระลึกถึง และที่จะมีโลกุตตรจิต โลกุตตรธรรม ก็ต้องเป็นผู้ที่มีปริยัติธรรม คือ การศึกษา การฟังพระธรรมจนกระทั่งมีความเข้าใจและประพฤติปฏิบัติตามอบรมเจริญสติปัฏฐาน เจริญปัญญา จนกระทั่งเข้าใจถึงการที่จะบรรลुอริยสัจธรรม จะทำให้ระลึกถึงคุณของพระธรรมได้มั่นคงขึ้น และสงบขึ้น

ท่านผู้ฟังจะเห็นได้ว่า เวลาที่ไม่ได้ฟังธรรมบ่อย ๆ หรือว่าขาดการฟัง หรือว่าขาดการเจริญกุศลธรรม หรือว่าขาดการเจริญธรรมซึ่งเป็นการปฏิบัติธรรม ได้แก่ การเจริญสติปัฏฐาน จะไม่ค่อยได้ระลึกถึงพระธรรมคุณใช่ไหม แต่ถ้าได้ฟังบ่อย ๆ และไม่ลืม และประพฤติปฏิบัติตามด้วย ก็ยิ่งเห็นคุณของพระธรรม ซึ่งเป็นการอุปการะแก่สติที่จะระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรม เป็นการอุปการะแก่การที่จะรู้แจ้งอริยสัจธรรม เป็นโลกุตตรธรรม



ถ. อาจารย์ช่วยอธิบายที่ว่า พระธรรมอันผู้ปฏิบัติจะพึงเห็นเอง เรียกให้มา
ดูได้ ควรน้อมเข้ามาในตน อันวิญญูชนจะพึงรู้เฉพาะตน

ส. พระธรรมที่พระผู้มีพระภาคได้ทรงแสดงไว้ เช่น โภธิปักขิยธรรม คือ
ธรรมที่จะทำให้รู้แจ้งอริยสัจธรรม ได้แก่ สติปัฏฐาน ซึ่งเป็นการเจริญมรรคมีองค์ ๘
ไม่ใช่อยู่ที่อื่นเลย น้อมเข้ามาในตน น้อมสติ น้อมศรัทธา น้อมวิริยะ น้อมธรรม
ทั้งหลายที่เป็นกุศล ที่จะทำให้รู้สภาพธรรมที่กำลังปรากฏ

ถ. เรียกให้มาดู คืออะไร

ส. ดูสิ่งที่มีจริง คือ อริยสัจธรรม ทุกข์เป็นสิ่งที่จริง ถ้าของที่ไม่มีจริง
กำมือไว้ก็เป็นกำมือเปล่า เรียกคนอื่นให้มาดู ก็ยอมไม่เห็นอะไร เพราะเป็นกำมือเปล่า
แต่ว่าอริยสัจธรรมไม่ใช่กำมือเปล่า เป็นสิ่งที่จริง หมายความว่าใครก็สามารถที่จะ
ประพาสปฏิบัติพิสูจน์ธรรมที่มีจริงนั้นได้ เข้ามาดูได้ คือ ดูธรรมที่กำลังเป็นจริงอย่าง
นั้น และก็น้อมเข้ามาในตน ไม่ว่าจะเป็นสติ จะเป็นวิริยะ จะเป็นปัญญา จะเป็นมรรค
มีองค์ ๘ จะเป็นสติปัฏฐาน ไม่ใช่หมอบให้บุคคลอื่น แต่ว่าน้อมเข้ามาในตน ให้เจริญ
ขึ้น ให้เกิดมีขึ้นกับตน

ถ. ไม่ประกอบด้วยกาล

ส. ไม่ประกอบด้วยกาล หมายความว่าถึงโลกุตตรมรรคจิต ซึ่งให้ผลทันทีที่
ดับไป ทำให้โลกุตตรผลจิตเกิดขึ้น

ถ. ผมคิดว่าไม่ประกอบด้วยกาล คือ พิจารณาได้ทุกเมื่อ ทางตา หู จมูก
ลิ้น กาย ก็มีอยู่ทุก ๆ ขณะอย่างนี้

ส. แต่ความหมายโดยตรง หมายความว่าถึงโสดาปัตติมรรคจิต ที่ให้ผลโดย
ไม่ต้องรอเวลา เพราะคำว่า อกาลิโก ในที่นี้หมายถึงการให้ผลโดยไม่มีระหว่างคัน
โดยไม่ต้องรอคอย ไม่ต้องคอยภพหน้า ชาติหน้า หรือชาติต่อไป

ข้อความต่อไป

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า



หากพวกเธอไม่ตามระลึกถึงพระธรรม ที่นั่นพวกเธอพึงตามระลึกถึงพระสงฆ์ว่า พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเป็นผู้ปฏิบัติดีแล้ว เป็นผู้ปฏิบัติตรง เป็นผู้ปฏิบัติเป็นธรรม เป็นผู้ปฏิบัติชอบยิ่ง พระสงฆ์นั้นคือใคร ได้แก่คู่แห่งบุรุษ ๔ รวมเป็นบุรุษบุคคล ๘ นี่คือพระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาค เป็นผู้ควรแก่สักการะที่เขานำมาบูชา เป็นผู้ควรแก่ของต้อนรับ เป็นผู้ควรแก่ทักษิณา เป็นผู้ควรแก่การทำอัญชลี เป็นบุญเขตของโลก ไม่มีบุญเขตอื่นยิ่งไปกว่า เพราะว่าเมื่อพวกเธอตามระลึกถึงพระสงฆ์อยู่ ความกลัวก็ดี ความหวาดสะดุ้งก็ดี ความขนพองสยองเกล้าก็ดีที่จักมีขึ้น ก็จักหายไป ข้อนี้เป็นเพราะเหตุแห่งอะไร เพราะว่าพระตถาคตอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นผู้ปราศจากราคะ ปราศจากโทสะ ปราศจากโมหะ ไม่เป็นผู้กลัว ไม่หวาด ไม่สะดุ้ง ไม่นินไป ฯ

พระผู้มีพระภาคผู้สุคตศาสดา ครั้นได้ตรัสไวยากรณ์ภาษิตนี้จบลงแล้ว จึงได้ตรัสคาถาประพันธ์ต่อไปอีกว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายอยู่ในป่าก็ดี อยู่ที่โคนไม้ก็ดี อยู่ในเรือนว่างเปล่าก็ดี พึงระลึกถึงพระสัมพุทธเจ้าเกิด ความกลัวไม่พึงมีแก่เธอทั้งหลาย ถ้าว่าเธอทั้งหลายไม่พึงระลึกถึงพระพุทธเจ้าผู้เจริญที่สุดในโลก ผู้องอาจกว่านรชน ที่นั่นเธอทั้งหลายพึงระลึกถึงพระธรรมอันนำออกจากทุกข์ อันพระพุทธเจ้าทรงแสดงดีแล้ว ถ้าเธอทั้งหลายไม่พึงระลึกถึงพระธรรมอันนำออกจากทุกข์ อันพระพุทธเจ้าทรงแสดงดีแล้ว ที่นั่นเธอทั้งหลายพึงระลึกถึงพระสงฆ์ผู้เป็นบุญเขต ไม่มีบุญเขตอื่นยิ่งไปกว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย เมื่อเธอทั้งหลายระลึกถึงพระพุทธเจ้า พระธรรม และพระสงฆ์อยู่ ความกลัวก็ดี ความหวาดสะดุ้งก็ดี ความขนพองสยองเกล้าก็ดี จักไม่มีเลย ฯ

เพราะฉะนั้น ต่อไปนี้แทนที่จะระลึกถึงพระรัตนตรัยเพื่อที่จะให้พ้นภัย ก็ขอให้ระลึกและจิตสงบเป็นกุศล เพราะว่าในขณะที่ต้องการให้พ้นภัย ขณะนั้นจิตไม่สงบ ไม่เป็นกุศล ไม่มีประโยชน์ ระลึกแล้วไม่เป็นกุศลก็ไม่มีประโยชน์อะไร มีไหมการระลึกถึงแล้วไม่เป็นกุศล ถ้ามี ก็ต้องเปลี่ยน



ปัญญาที่รู้สภาพธรรมตามความเป็นจริง คือ รู้ว่าระลึกอย่างไรเป็นสมณะ เป็นความสงบ เป็นการอบรมเจริญกุศลยิ่งขึ้น เพราะฉะนั้น ก็ควรที่จะระลึกให้เป็นกุศล ไม่ใช่ให้เป็นอกุศล

การที่จะให้จิตสงบจนกระทั่งถึงอุปจารสมาธิ หรืออัปปนาสมาธินั้น ยาก ไม่ใช่ของง่าย ไม่ใช่ว่าใครก็ตามที่จะทำสมาธิให้จิตสงบ จะต้องถึงอุปจาระ หรืออัปปนา

ข้อความใน **อังคุตตรนิกาย จักกนิบาต ภัททสูตร** ได้แสดงลักษณะของบุคคล ทั้งผู้ที่สามารถจะบรรลุธรรมได้ และไม่สามารถที่จะบรรลุธรรมได้ว่า มีอุปสรรค มีเครื่องขัดขวางหลายประการ

ข้อความใน **ภัททสูตร ข้อ ๓๕๗** มีว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย บุคคลผู้ประกอบด้วยธรรม ๖ ประการ แม้ฟังสัทธรรมอยู่ ก็เป็นผู้ไม่ควรเพื่อก้าวลงสู่ความแน่นอน ความเป็นชอบในกุศลธรรมทั้งหลาย ธรรม ๖ ประการเป็นไฉน คือ เป็นผู้ประกอบด้วยความเป็นผู้มีกรรมเป็นเครื่องกัน ๑ ประกอบด้วยความเป็นผู้มีกิเลสเป็นเครื่องกัน ๑ ประกอบด้วยความเป็นผู้มีวิบากเป็นเครื่องกัน ๑ เป็นผู้ไม่มีศรัทธา ๑ ไม่มีฉันทะ ๑ และมีปัญญาทรม ๑

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย บุคคลผู้ประกอบด้วยธรรม ๖ ประการนี้แล แม้ฟังสัทธรรมอยู่ ก็เป็นผู้ไม่ควรเพื่อก้าวลงสู่ความแน่นอน ความเป็นชอบในกุศลธรรมทั้งหลาย ฯ

บางท่านฟังธรรมแล้ว แต่ก็ไม่เข้าใจ ไม่สามารถที่จะเข้าใจได้ ในขณะที่บุคคลอื่นนอกจากจะเข้าใจแล้ว ยังเกิดปัญญาจนกระทั่งสามารถที่จะก้าวลงสู่ความแน่นอน คือ การรู้แจ้งอริยสัจธรรมได้ นี่เป็นความต่างกันของการสะสมของกุศลธรรมและอกุศลธรรม

สำหรับผู้ที่มีกรรมเป็นเครื่องกัน ข้อความใน **อวารณตาสสูตร** มีว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย บุคคลผู้ประกอบด้วยธรรม ๖ ประการ แม้ฟังสัทธรรมอยู่ ก็เป็นผู้ไม่ควรเพื่อก้าวลงสู่ความแน่นอน ความเป็นชอบในกุศลธรรมทั้งหลาย ธรรม ๖



ประการเป็นไฉน คือ เป็นผู้สามารถดา ๑ ข่าบิดา ๑ ข่าพระอรหันต์ ๑ ยังพระโลหิตของพระตถาคตให้ห่อขึ้นด้วยจิตประทุษร้าย ๑ เป็นผู้ทำลายสงฆ์ให้แตกกัน ๑ และเป็นผู้มีปัญญาทรม ใ้ บำน้ำลาย ๑

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย บุคคลผู้ประกอบด้วยธรรม ๖ ประการนี้แล แม้ฟังสัทธรรมอยู่ ก็เป็นผู้ไม่ควรเพื่อก้าวลงสู่ความแน่นอน ความเป็นชอบในกุศลธรรมทั้งหลาย ฯ

คงจะมีน้อยท่านซึ่งได้กระทำความผิดเป็นเครื่องกัน ได้แก่ เป็นผู้สามารถดา ๑ ข่าบิดา ๑ ข่าพระอรหันต์ ๑ ยังพระโลหิตของพระตถาคตให้ห่อขึ้นด้วยจิตประทุษร้าย ๑ เป็นผู้ทำลายสงฆ์ให้แตกกัน ๑ แต่อาจจะเป็นผู้ที่ประกอบด้วยกิเลสอย่างแรง หรือว่าประกอบด้วยวิบาก คือ กระทำความผิดที่ไม่ประกอบด้วยปัญญา และกรรมนั้นเป็นเหตุให้ปฏิสนธิในสุคติภูมิ คือ เป็นมนุษย์ก็จริงแต่ปฏิสนธิจิตนั้นไม่ประกอบด้วยปัญญา ก็ไม่สามารถที่จะรู้แจ้งอริยสัจธรรม หรือเจริญสมถภาวนาจนกระทั่งถึงอุปนาสมาธิที่เป็นฌานจิตได้

เพราะฉะนั้น การบรรลุมรรคผลก็ดี หรือว่าการเจริญความสงบจนกระทั่งถึงฌานจิต ก็เป็นสิ่งซึ่งไม่ใช่ว่าทุกคนสามารถจะกระทำได้ แล้วแต่ว่าแต่ละบุคคลมีเหตุปัจจัยสะสมมาอย่างไร





๗๖๘



ข้อความใน **อังคุตตรนิกาย จักกนิบาต สุตตสาสูตร** ข้อ ๓๕๙ กล่าวถึง ผู้ที่แม้ฟังสัทธรรมอยู่ ก็เป็นผู้ไม่ควรก้าวลงสู่ความแน่นอน และความเป็นชอบในกุศลธรรมทั้งหลาย

ข้อความมีว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย บุคคลผู้ประกอบด้วยธรรม ๖ ประการ แม้ฟังสัทธรรมอยู่ ก็เป็นผู้ไม่ควรเพื่อก้าวลงสู่ความแน่นอน ความเป็นชอบในกุศลธรรมทั้งหลาย ธรรม ๖ ประการเป็นไฉน คือ เมื่อธรรมวินัยที่ตถาคตประกาศแล้ว อันบุคคลอื่นแสดงอยู่ ก็ไม่ฟังด้วยดี ๑ ไม่เงี่ยโสตลงฟัง ๑ ไม่เข้าไปตั้งจิตเพื่อรู้ทั่วถึง ๑ ถือเอาแต่สิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์ ๑ ทั้งสิ่งที่เป็นประโยชน์ ๑ และเป็นผู้ประกอบด้วยขันติที่ไม่สมควร ๑

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย บุคคลผู้ประกอบด้วยธรรม ๖ ประการนี้แล แม้ฟังสัทธรรมอยู่ ก็เป็นผู้ไม่ควรเพื่อก้าวลงสู่ความแน่นอน ความเป็นชอบในกุศลธรรมทั้งหลาย ฯ

สำหรับข้อความใน **ฌานสูตร** ท่านผู้ฟังจะเห็นได้ว่า ถ้าบุคคลใดยังไม่ละธรรมเหล่านี้ ก็ไม่ควรเพื่อบรรลุปฐมฌาน

ข้อความใน **อังคุตตรนิกาย จักกนิบาต ฌานสูตรที่ ๑** มีว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุไม่ละธรรม ๖ ประการ ย่อมเป็นผู้ไม่ควรเพื่อบรรลุปฐมฌาน ธรรม ๖ ประการเป็นไฉน คือ กามฉันทะ ๑ พยาบาท ๑ ถีนมิทธะ ๑ อุทธัจจกุกกุกะ ๑ วิจิกิฉา ๑ เธอย่อมไม่เห็นโทษในกามทั้งหลายด้วยปัญญาโดยชอบตามความเป็นจริง ๑ ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุไม่ละธรรม ๖ ประการนี้แล ย่อมเป็นผู้ไม่ควรเพื่อบรรลุปฐมฌาน ฯ



ท่านผู้ฟังก็คงทราบอยู่แล้วว่า ธรรม ๕ ประการนั้นเป็นนิรอรณ หรือนิรอรณธรรม ๕ แต่ธรรมอีกประการหนึ่ง ซึ่งเป็นประการที่ ๖ เมื่อผู้นั้นไม่ละ ก็ย่อมเป็นผู้ไม่ควรเพื่อ บรรลุปฐมฌาน คือ เธออย่าไม่เห็นโทษในกามทั้งหลายด้วยปัญญาโดยชอบตาม ความเป็นจริง ฉะนั้น ไม่ใช่เฉพาะนิรอรณ ๕ แต่ต้องเห็นโทษในกามทั้งหลายด้วย ปัญญาโดยชอบตามความเป็นจริงด้วย

บางท่านคิดว่า เมื่อละเพียงนิรอรณธรรม ๕ แล้ว จะบรรลุปฐมฌานได้ และบาง ท่านอาจจะไม่ทราบลักษณะของนิรอรณธรรม ๕ ก็คิดว่าขณะที่กำลังเฉย ๆ นี้ ไม่มี กามฉันทะ ไม่มีพยาบาท ไม่มีถีนมิทธะ ไม่มีอุทธัจจกุกกุจจะ และไม่มีวิจิกิจฉา เพราะฉะนั้น ขณะนี้ก็ใกล้เคียงต่อการที่จะเป็นฌานจิตแล้ว โดยที่ไม่รู้ลักษณะของ กามฉันทะจริง ๆ ว่า ในขณะนี้ ธรรมดาอย่างนี้ กามฉันทะมีไหม ถ้าอารมณ์เป็นสิ่งที่ ปรากฏทางตา แต่ไม่รู้ ไม่สงบ ปัญญาไม่เกิด ไม่มีอารมณ์ที่จะทำให้จิตสงบ คือ ไม่ใช่สติปัฏฐานและไม่ใช่อารมณ์ของสมถภาวนา จะพ้นจากกามฉันทะได้อย่างไร

ในขณะที่ได้ยินเสียง ถ้าขณะนั้นไม่ระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรม ขณะนั้นจะ พ้นจากกามฉันทะได้อย่างไร ไม่ว่าจะเป็นสิ่งที่ปรากฏทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ตามปกติ ถ้าไม่ใช่สติปัฏฐาน และไม่ใช่อารมณ์ของสมถภาวนาที่ ถูกต้อง จะพ้นจากกามฉันทะได้อย่างไร

ถ้าเห็นพระพุทธรูป แต่ไม่ได้ระลึกถึงพระพุทธรูป จะพ้นจากกามฉันทะได้ไหม

ข้อความใน **ฌานสูตรที่ ๒** ท่านผู้ฟังจะเห็นความละเอียดขึ้นว่า การที่จะบรรลุ ปฐมฌาน จะต้องละธรรมอะไรบ้าง

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุไม่ละธรรม ๖ ประการ ย่อมเป็นผู้ไม่ควรเพื่อบรรลุ ปฐมฌาน ธรรม ๖ ประการเป็นไฉน คือ กามวิตก ๑ พยาบาทวิตก ๑ วิหิงสาวิตก ๑ กามสสังญา ๑ พยาบาทสสังญา ๑ วิหิงสาสสังญา ๑

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุไม่ละธรรม ๖ ประการนี้แล ย่อมเป็นผู้ไม่ควรเพื่อ บรรลุปฐมฌาน ฯ



นอกจากจะละกามฉันทะ ต้องละกามวิตก พยาบาทวิตก วิหิงสาวิตก และ
แม้กามสัญญา พยาบาทสัญญา วิหิงสาสัญญาด้วย

สัญญาเป็นการจำ ที่ยังติดอยู่ในรูป ในเสียง ในกลิ่น ในรส ในโผฏฐัพพะ
เพราะยังจำอยู่ ไม่ลืม ที่เป็นการสัญญาเพราะว่าไม่ใช่สมถภาวนา ไม่ใช่อารมณ์ของ
สมถะ คือ ไม่ใช่สมถกัมมัฏฐาน

ถ. สำหรับพุทธานุสสติ สัมมาสัมพุทโธ หมายความว่าอย่างไร

ส. เป็นผู้ตรัสรู้เองโดยชอบ ถ้าไม่ใช่เป็นผู้ที่มีปกติอบรมเจริญสติปัฏฐาน
จะเข้าใจอรรถของคำว่า ตรัสรู้ ใหม่ รู้อะไรที่จะเป็นตรัสรู้ และตรัสรู้เอง คนอื่นไม่
สามารถที่จะตรัสรู้เองได้ และก็โดยชอบ โดยความจริงของสภาพธรรมที่ปรากฏตาม
ความเป็นจริง

ถ. ตรัสรู้อะไร

ส. ตรัสรู้อริยสัจธรรม

ถ. รู้ว่าพระผู้มีพระภาคตรัสรู้อริยสัจธรรม รู้แบบนี้ก็ชื่อว่า ระลึกถึง
พระพุทธรูปแล้วใช่ไหม

ส. ถ้าไม่เจริญสติปัฏฐาน คงจะยากที่จะระลึกถึงการตรัสรู้เองโดยชอบของ
พระผู้มีพระภาค เพราะไม่เข้าใจว่าตรัสรู้อะไร ถ้าสติไม่เกิด ไม่ระลึกถึงลักษณะของ
สภาพธรรม แต่ว่าผู้ที่เจริญสติ เวลาที่สติเกิดระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรม ยังไม่
ประจักษ์ความดับ แต่รู้ว่าพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าประจักษ์ความไม่เที่ยงของ
สภาพธรรมทั้งหลายที่ปรากฏด้วยพระองค์เองโดยชอบ

ถ. และต่อไป

ส. วิชชาจะระณะสัมปันโน เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยวิชาและจรณะ

ถ. วิชา ๘ จรณะ ๑๕ คืออะไร

ส. วิชา ๘ คือ

๑. วิปัสสนา เห็นธรรมในธรรม

๒. มโนมยิทธิ เนรมิตรูป



๓. อิทธิวิธ คือ สามารถที่จะแสดงฤทธิ์ต่าง ๆ ได้
๔. ทิพพโศตธาตุ คือ มีหุทิพย์ ได้ยินเสียงไกล เสียงไกล
๕. เจโตปริยญาณ รู้วาระจิต จิตใดขณะนี้มีราคะ มีโทสะ ซึ่งแม้จะเกิดดับอย่างรวดเร็ว ผู้ที่บรรลุนาญกนี้ก็สามารถที่จะรู้วาระจิตของผู้อื่นได้
๖. ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ คือ ญาณที่ระลึกชาติได้
๗. จุตูปปาตญาณ คือ รู้จุดและปฏิสนธิของสัตว์
๘. อาสวักขยญาณ คือ ญาณที่ดับกิเลสหมดเป็นสมุจเฉท ไม่มีกิเลสหรืออาสวะเหลืออยู่เลย

จะระลึกถึงพระพุทธคุณข้อนี้ใหม่ ทั้ง ๆ ที่ยังไม่ทราบ่วาวิชาคืออะไร และ
จรรณะคืออะไร จะระลึกอย่างไร

เมื่อได้ฟังธรรม เห็นพระคุณของพระผู้มีพระภาคที่ทรงแสดงธรรม ที่ได้ฟัง
และเข้าใจ ก็เห็นพระคุณตามขั้นที่ได้ฟัง แต่เมื่อประพฤติปฏิบัติตาม ก็เห็นพระคุณที่
ได้ประพฤติปฏิบัติตาม และเมื่อเจริญสติบรรลุนาญกแต่ละขั้น ก็ย่อมเห็นพระคุณตาม
ปัญญาขั้นต่าง ๆ ที่ได้บรรลุ

เพราะฉะนั้น ไม่ใช่ใครก็ตามนี้ก็อยากจะทำเจริญสมถภาวนา และจะระลึกถึง
พระพุทธคุณได้ แต่อย่างไรก็ตาม ผู้ที่ได้เข้าใจพระธรรมแล้วก็ควรจะระลึก มากบ้าง
น้อยบ้างก็ยังมีดี ตามสติปัญญาที่มี ตามขั้น อย่างการระลึกว่า พระองค์เป็น
พระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า ข้อนี้ก็คงจะไม่ยากใช่ไหมสำหรับบุคคลทั้งหลายที่เป็นผู้
มีกิเลส เวลาที่กิเลสเกิด รู้ได้เลยว่า ผู้ที่เป็นพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงดับกิเลส
ได้หมดเป็นสมุจเฉท เพราะฉะนั้น ก็เปรียบเทียบกับตัวท่านไม่ได้ แต่เมื่อได้ทรงแสดง
ธรรมและท่านได้เข้าใจในธรรมนั้นแล้ว รู้ว่าพระองค์เป็นผู้ดับกิเลสได้เป็นสมุจเฉท
ก็ย่อมระลึกถึงพระคุณของพระองค์ที่สามารถดับกิเลสได้ รู้แจ้งอริยสัจธรรมโดยชอบได้

เพราะฉะนั้น ถ้าจะระลึกถึงพระพุทธคุณตามที่บุคคลในครั้งนั้นได้ประจักษ์แจ้ง
แล้ว แต่สำหรับบุคคลในครั้ง นี้ ยังจะต้องศึกษาว่า วิชาจะระณะสัมปันโน ได้แก่
อะไรบ้าง และถึงแม้ว่าจะได้ทราบแล้ว ก็ยังไม่ซาบซึ้งใหม่ แต่ว่าสามารถรู้ได้ว่า



เป็นสิ่งที่ยากยิ่ง และไม่มีผู้ใดสามารถที่จะประกอบด้วยวิชาและจรณะเสมอด้วยพระองค์

ผู้ฟัง สำหรับการระลึกถึงพระพุทธรูปนี้ ถ้ามีเหตุการณ์อะไรเกิดขึ้นที่ทำให้สะดุ้งหวาดกลัว ดิฉันคิดว่า กว่าจะระลึกถึงทั่ว ก็คงจะกลัวเสียจนจะช็อกไปเลย แต่มีหนทางอื่นที่ท่านอาจารย์สอนอยู่ คือ เจริญสติเท่านั้น รู้สึกว่าไว และก็จับพลันที่จะช่วยได้ เพราะดิฉันเคยมีความกลัว เมื่อเจริญสติใหม่ ๆ นึกถึงคนที่เขาผูกคอตายกลัวมาก รู้สึกว่าใจหวนไหว่มากทีเดียว ตอนนั้นดิฉันอยู่ในห้องน้ำ เมื่อกลัวอย่างนั้นสติก็ระลึกถึงสภาพที่จิตเป็นอย่างนั้น กำลังหวนไหว และสติระลึกถึงสภาพที่จิตกำลังหวนไวนั้น ความกลัวก็หายไป

ส. เป็นประสบการณ์ของท่านผู้ฟังจริง ๆ ซึ่งแสดงให้เห็นว่า การที่จะระลึกถึงพระพุทธรูปและให้จิตสงบนี้จะยากสักแค่ไหน เพราะท่านผู้ฟังกล่าวว่า ถ้าจะระลึกจนทั่วก็คงจะกลัวเสียมากมายแล้ว ใช่ไหม และจิตไม่สามารถที่จะสงบ ก็เป็นความจริง เพราะฉะนั้น การระลึกถึงพระพุทธรูปนี้ สามารถที่จะระลึกตั้งแต่นั้นเป็นปุณฺณจนกระทั่งถึงเป็นพระอรหันต์ โดยการที่ว่า เมื่อระลึกถึงแล้ว ประพฤติปฏิบัติทันที เพราะฉะนั้น ในขณะที่มีภัยอันตรายปรากฏเฉพาะหน้า และสติเกิดขึ้นระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมที่ไม่ใช่ตัวตนในขณะนั้น คือ การปฏิบัติบูชา เป็นการนอบน้อมสักการะอย่างยิ่ง เป็นการระลึกถึงพระคุณอย่างยิ่ง

ผู้ฟัง ขณะที่ระลึกถึงพระพุทธรูป ขณะที่เจริญสติระลึกถึงนั้น ดิฉันคิดว่าสภาพของพระพุทธรูปที่ประทับอยู่ในความรู้สึกของผู้ที่ปฏิบัติ ย่อมสมบูรณ์ด้วยประการทั้งปวง

ส. เพราะว่าการนมัสการพระผู้มีพระภาค จาก **ขุททกนิกาย อุพนิทเทส** ซึ่งมีข้อความว่า คำว่า นมัสการอยู่ ความว่า นมัสการ สักการะ เคารพ นับถือ บูชาอยู่ ด้วยกายบ้าง ด้วยวาจาบ้าง ด้วยจิตบ้าง ด้วยการปฏิบัติเป็นไปตามประโยชน์บ้าง ด้วยการปฏิบัติธรรมสมควรแก่กรรมบ้าง ย่อมอยู่ คือ ยับยั้งอยู่ตลอดคืนและวัน เพราะฉะนั้น จึงชื่อว่า นมัสการอยู่ตลอดคืนและวัน



ในขณะที่อกุศลจิตเกิด และเห็นว่าเป็นอกุศล ไม่ควรที่จะปล่อยจิตให้เป็นอกุศลอย่างนั้น เพราะว่าผู้อื่นไม่สามารถจะรู้จักของตนเองได้นอกจากตนเองเท่านั้น ที่เห็นอกุศลจิตของตน และกิละ แม้แต่จะเป็นความตระหนี่ หรือความริษยาต่าง ๆ ขณะนั้นแม้ไม่ใช่สติปัฏฐาน ก็เป็นการน้อมการด้วยการปฏิบัติเป็นไปตามประโยชน์บ้าง ในชีวิตประจำวัน แต่ว่าสูงที่สุด คือ ด้วยการปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม

เพราะฉะนั้น การบูชาพระคุณ หรือว่าการระลึกถึงพระคุณในขณะที่สติเกิด นั้นเป็นการระลึกถึงพระคุณอย่างสูงสุด

สำหรับจรรยา ๑๕ คือ

ศีลสังวร ๑

อินทริยสังวร การสำรวมตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ๑

โภชนมัตตัญญูตา รู้จักประมาณในการบริโภค ๑

ชาคริยานุโยค การหมั่นประกอบความเพียรโดยความเป็นผู้ตื่น ๑

ศีลธรรม ๗ คือ ศรัทธา หิริ โอตตัปปะ พุสฺสัจจะ วิริยะ สติ ปัญญา

และฌาน ๔ รวมเป็นจรรยา ๑๕

ศีลสังวร ก็คงเข้าใจกันอยู่แล้ว อินทริยสังวร การสำรวมตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ก็คงจะเข้าใจกันอยู่แล้ว โภชนมัตตัญญูตา คือ รู้จักประมาณในการบริโภค เป็นจรรยาด้วย เป็นสิ่งที่สำคัญมาก ถ้าท่านผู้ใดยังไม่เห็นความสำคัญของการรู้จักประมาณในการบริโภค ก็จะไม่ระลึกถึงพระคุณที่เป็น วิชชาจะระณะสัมปันโน ไม่ได้ เพราะส่วนมากมักจะคิดว่าเป็นเรื่องเล็กน้อย แต่ความจริงการเป็นผู้ที่รู้จักประมาณในการบริโภค ถ้าท่านผู้ใดได้ประพฤติปฏิบัติตามแล้ว จะเห็นคุณจริง ๆ ไม่ใช่แต่เฉพาะในทางโลก แต่ในทางธรรมด้วย

ถ. ผมยังไม่เห็นว่า โภชนมัตตัญญูตา มีคุณอย่างไร ตาม**พระไตรปิฎก** หรือใน **วิสุทธิมรรค** ท่านกล่าวว่า การรู้จักประมาณในโภชนะนี้ทำให้อายุยืน แต่ทางโลกบางคนเขาบอกว่า มื้อเย็นไม่กินจะเป็นโรคกระเพาะ ปัญญาของตัวเองก็ยังไม่ถึงทางโลกก็ว่าอย่างหนึ่ง ทางธรรมก็ว่าอย่างหนึ่ง ไม่รู้จะเชื่อทางไหนแน่



ผู้ฟัง ดิฉันเป็นผู้ที่รับประทานอาหารจนเป็นนิสัย เมื่อก่อนรับประทานอาหารอิ่มไปหน่อย ก็ไม่รู้สึกว่าตัวเองได้รับความลำบาก มีอึดอัดอยู่บ้าง แต่สภาพธรรมที่ปรากฏตามความเป็นจริงไม่มี ก็มีตัวตนที่อึดอัดไป ก็ทนได้ แต่เมื่อมาปฏิบัติธรรมแล้ว ดิฉันก็สนใจในอรรถพญฺชนะต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับการปฏิบัติธรรมมากที่ว่า เป็นผู้บริโภคาอาหารพอประมาณ จะเป็นผู้มีอาพาธน้อย และก้ปฏิบัติธรรมได้ดี ดิฉันก็พยายามสังวรมาก

ส. ลองพิจารณาให้ลึกซึ้งทั้งโลกทั้งธรรม ทั้งสุขภาพร่างกาย ถ้ารับประทานอาหารมากเกินไป ย่อมให้โทษเป็นของที่แน่นอน และทั้งเศรษฐกิจ ลองคิดว่า การที่เป็นผู้รู้จักประมาณนี้ จะให้ผลหลายด้านทีเดียวทั้งในทางโลก และในทางธรรม ทุกคนเกิดมาแล้ว เป็นสัตว์โลก จะมีความเป็นอยู่ได้ก็ด้วยอาหาร ขาดอาหารไม่ได้ แต่ขอให้พิจารณาการรับประทาน ว่า มีความติด หรือว่ามีความพอใจมากน้อยเท่าไร ถ้าเป็นผู้ที่รู้ประมาณในการรับประทาน ในการบริโภคจริง ๆ แสดงถึงการละคลายความติดได้ไหม สังเกตดูในชีวิตจริง ๆ

ผู้ฟัง เป็นการละคลายพอสมควร แต่ต้องเจริญสติ ถ้าไม่เจริญสติ ไม่รู้เลย เพราะเป็นตัวตนที่ชอบหรือไม่ชอบ แต่ถ้าเจริญสติแล้ว แม้ขณะที่กำลังรับประทานก็มีความรู้สึกว่า มีรสปรากฏ ก็ระลึกรู้ นอกจากรส อ่อนก็มี แข็งก็มี และหลังจากที่เจริญสติมาแล้วประมาณปีหนึ่ง ดิฉันก็นึกได้ว่า ที่เรากินเข้าไปทุกวัน ๆ อาหารที่แสนอร่อย ที่แท้ก็เป็นลักษณะของธาตุดิน เราเอาดินไปเติมดินในร่างกายนี้เอง รู้สึกอย่างนี้จริง ๆ

ส. สำหรับพระคุณประการต่อไป ซึ่งท่านผู้ฟังจะศึกษาความละเอียดได้ใน **วิสุทธิมรรค**

สุคะโต ผู้เสด็จไปได้แล้วทั้งกาย ทั้งวาจา และใจ

โลกะวิทู เป็นผู้ทรงรู้แจ้งโลก โลกมีมากมายหลายโลก เป็นจักรวาล เป็นอนันตจักรวาล แต่พระผู้มีพระภาคก็เป็นผู้ทรงรู้แจ้งโลกทั้งปวง ไม่ว่าจะเป็นสัตว์โลก สังขารโลก หรือโอกาสโลก คือ พื้นโลกต่าง ๆ



อะนุตตะโร ปุริสสะทัมมะสาระถิ เป็นสารถิผู้ฝึกซึ่งบุรุษที่ควรฝึกอย่างยอดเยี่ยม ไม่มีใครสามารถที่จะฝึกบุคคลใด ๆ ได้เท่ากับพระผู้มีพระภาค เพราะว่าไม่ต้องทรงลงอาญาเลย

สัตถา เทวะมนุสสานัง เป็นศาสดาของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย ไม่ใช่แต่เฉพาะในโลกมนุษย์เท่านั้น ไม่ว่าในเทวโลก มารโลก พรหมโลก ก็ไม่มีผู้ใดประเสริฐยิ่งกว่าพระองค์

พุทโธ เป็นผู้ทรงตื่นแล้ว

ภะคะวา เป็นผู้ทรงมีส่วนแห่งธรรมทั้งหลาย เป็นผู้ที่ทรงจำแนกธรรม





๗๖๙



ส. สำหรับผลของพุทธานุสสติ ถึงแม้ว่าจะไม่ใช่พระอริยเจ้าที่จะระลึกถึงพระคุณจนกระทั่งถึงความสงบขั้นอุปจารสมาธิ แต่การเป็นผู้ที่ระลึกถึงพระคุณของพระผู้มีพระภาค ย่อมเป็นผู้ที่มีความเคารพ ความยำเกรงในพระศาสดา ไม่ถูกราคะโทสะ โมหะกลุ้มรุม เป็นผู้มีศรัทธา สติ ปัญญา และมากด้วยปีติปราโมทย์ เป็นผู้ที่อดทนต่อภัยอันน่าหวาดเสียวได้ สามารถอดกลั้นทุกข์ได้ คือ เวลาที่มีความทุกข์ระลึกถึงพระคุณของพระผู้มีพระภาคที่ได้ทรงแสดงธรรมให้ประพฤติปฏิบัติตามในขณะนั้น สามารถที่จะอดกลั้นทุกข์ได้

มีหิริโอตตัปปะ ไม่ล่วงวัตถุซึ่งประจวบเฉพาะหน้า ดูกเห็นพระศาสดาอยู่เฉพาะหน้า ซึ่งถ้าผู้นั้นยังไม่แทงตลอดมรรคผลเบื้องสูง ก็ย่อมเป็นผู้ที่มีสุคติเป็นเบื้องหน้า

และบุคคลที่ระลึกถึงพระคุณของพระผู้มีพระภาคเนื่อง ๆ สรีระของบุคคลนั้นก็ควรบูชาดุจเรือนเจดีย์ เพราะเป็นผู้ที่มีศีล ไม่ล่วงทุจริตกรรม เนื่องจากมีการระลึกถึงพระคุณของพระผู้มีพระภาคดุจพระองค์ประทับอยู่เฉพาะหน้า จึงไม่สามารถที่จะล่วงอกุศลกรรมได้

ถ. จรณะ ๑๕ มีรูปฉนวน ๔ เป็นจรณะ ทำไมรูปฉนวนไม่เป็นจรณะ

ส. รูปฉนวน คือ ปัญจฉนวนโดยปัญจนัย หรือจตุตถฉนวนโดยจตุกกนัยนั่นเอง เพราะฉะนั้น เมื่อกล่าวถึงฉนวน ๔ ซึ่งเป็นจรณะ ที่พระผู้มีพระภาคทรงถึงพร้อม ต้องหมายความว่าทั้งรูปปัญจฉนวน และรูปฉนวน เพราะว่ารูปฉนวนนั้นโดยจตุกกนัยมี ๔ และรูปฉนวน คือ จตุตถฉนวน ที่เปลี่ยนอารมณ์จากรูปเป็นรูป

ถ. ผมยังไม่เข้าใจว่า ปัญจฉนวนเป็นรูปฉนวน

ส. ปัญจฉนวนมีทั้งรูปและรูป ถ้าจะกล่าวโดยชั้นของฉนวน รูปฉนวนก็คือ ปัญจฉนวน ที่มีรูปเป็นอารมณ์

ถ. คือ อุเบกขา เอกัคคตาเป็นรูป



ส. มิได้ อุเบกขากับเอกัคคตาเป็นองค์ของปัญจมณาน และเป็นองค์ของ
อรูปมณานทั้ง ๔ ด้วย

ถ. อรูปมณานมี วิญญาณัญญายตนะ ...

ส. นั้นอารมณ์ ไม่ใช่องค์

ถ. ในปฐมมณานก็มีอรูป มีวิตก วิจารณ์ ปีติ สุข

ส. ขอโทษ ในปฐมมณาน วิตก วิจารณ์ ปีติ สุข เอกัคคตา เป็นเจตสิก ๕
ดวงที่มีกำลัง ที่ปรากฏในปฐมมณาน ซึ่งมีอารมณ์เป็นกสิณหรืออสุภะ แล้วแต่ว่าจะเป็น
อารมณ์อะไรที่จะสามารถบรรลุถึงปฐมมณานได้

ถ. เจตสิกก็เป็นอรูปเหมือนกัน

ส. แต่ไม่ใช่อารมณ์ เป็นองค์ ซึ่งกระทำกิจละนิวรณ์ ทำให้จิตสงบขึ้น
จนกระทั่งถึงอัปปนาสมาธิ

ถ. อุเบกขากับเอกัคคตาเป็นองค์ หรือเป็นอารมณ์

ส. เป็นองค์ ถ้าอารมณ์ของสมถกัมมัฏฐาน มี ๔๐

จาก **สังเขปสูตร** ท่านผู้ฟังก็จะเห็นพระคุณของพระผู้มีพระภาคที่ได้ทรงแสดง
ธรรมให้ชัดเกลากิเลสทั้งหลายด้วยการเจริญสติปัฏฐาน เพราะทุกท่านย่อมทราบว่า
ตัวท่านเองมีกิเลสอะไรบ้าง มากหรือน้อย มีท่านผู้ฟังท่านหนึ่งกล่าวว่า เมื่อก่อนนี้ท่าน
ไม่ได้เจริญสติปัฏฐาน แต่เข้าใจว่า ท่านทำวิปัสสนา โดยการที่พยายามให้จิตเป็น
สมาธิ ท่านบอกว่า ท่านไม่เห็นกิเลสอะไรเลยในขณะนั้น จนกระทั่งทำให้ท่านเกิด
ความรู้สึกว่า ในชาตินี้ท่านจะต้องกำจัดกิเลสของท่านออกให้ได้หมด เพราะเมื่อไม่เห็น
กิเลส ก็คงจะรู้สึกว่ามีน้อย สามารถกำจัดออกได้โดยเร็ว

แต่เวลาที่ท่านเจริญสติปัฏฐานแล้ว ท่านเห็นว่า ท่านมีหน้าที่เพียงแต่เจริญเหตุ
คือ อบรมเจริญปัญญาให้รู้ลักษณะของสภาพธรรม และแล้วแต่ผลจะมีในชาติไหน
ที่สามารถจะดับกิเลสได้ถึงความเป็นพระอริยเจ้า

ท่านบอกว่า ในตอนแรกที่ท่านเริ่มเจริญสติปัฏฐาน ยากมากสำหรับท่านที่จะ
ไม่ทำสมาธิ เพราะเวลาที่ทำสมาธิกิเลสไม่ปรากฏ ทำให้รู้สึกเหมือนกับว่าได้ผล



หรือได้ประโยชน์ แต่เวลาที่ท่านเจริญสติปัฏฐาน กิเลสปรากฏมากมายอย่างนี้จะทำอย่างไร นั่นเป็นตอนต้นที่เริ่มจะเจริญสติปัฏฐาน และเมื่อมีความเข้าใจในการเจริญสติปัฏฐานมากขึ้นท่านก็รู้ว่า มีหน้าที่เพียงอบรมเจริญปัญญาที่จะให้รู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ ซึ่งเป็นเหตุที่จะให้สามารถดับกิเลสได้เป็นสมุจเฉท

ใน **สัลเลขสูตร** ท่านผู้ฟังจะเห็นได้ว่า กิเลสมีมาก มัจฉริยะ ความตระหนี่ หรือความโกรธ ความผูกโกรธ ความพยาบาท ความลบหลู่ ความถือตน เป็นต้น กิเลสมากมายที่ปรากฏใน **สัลเลขสูตร** ซึ่งหนทางที่จะดับกิเลส พระผู้มีพระภาคทรงแสดงแล้วใน **สัลเลขสูตร** ว่า ไม่ใช่ด้วยการเจริญฌาน เพราะฉะนั้น ก็มีหนทางเดียวเท่านั้น คือ เป็นผู้ที่มีปกติอบรมเจริญสติปัฏฐาน จึงสามารถที่จะดับกิเลสได้เป็นสมุจเฉท

เมื่อเห็นพระคุณของพระผู้มีพระภาค ท่านผู้ฟังที่อบรมเจริญสติปัฏฐานย่อมเห็นคุณของพระธรรม ซึ่งเป็นธัมมานุสสติ ที่ประกอบด้วยองค์ ๙ คือ

สวากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม ได้แก่ พระธรรมอันพระผู้มีพระภาคตรัสดีแล้ว ซึ่งรวมทั้งปริยัติและปฏิบัติธรรม จนกระทั่งถึงปฏิเวธธรรม คือ โลกุตตรธรรมด้วย

สันทิฏฐิโก อันผู้ตรัสรู้จะเห็นได้เอง

อะกาลิโก ไม่มีกาลในการให้ผล

เอหิภัสสิโก ควรเรียกให้มาดูได้ เพราะเป็นธรรมที่มีจริง นอกจากจะเป็นธรรมที่มีจริงแล้ว ยังเป็นธรรมที่บริสุทธิ์ควรแก่การดู ควรแก่การเห็นด้วย ไม่เหมือนกับกำมือเปล่า เมื่อแบออกก็ไม่มีอะไรในนั้น แต่ว่าสำหรับพระธรรมนั้นเป็นเอหิภัสสิโก ควรเรียกให้เข้ามาดูได้ เพราะเป็นของที่มีจริง และบริสุทธิ์ ควรดู

ที่ว่าบริสุทธิ์ควรดูนี้ ข้อความใน **วิสุทธิมรรค** แสดงว่า ไม่ใช่เหมือนมูตรและคูถซึ่งเป็นของที่สกปรก แม้ว่ามีจริงก็ไม่ควรที่จะเรียกมาดู ของที่สกปรกเช่นนั้นควรแก่การที่จะปิดด้วยหญ้าหรือด้วยใบไม้ แต่สำหรับพระธรรมไม่ใช่อย่างนั้น เอหิภัสสิโก ควรเรียกมาดูได้

โอปะนะยิโก ควรน้อมเข้าไป คือ ทำให้แจ้งด้วยจิตของตน



ปัจจัยตั้ง เวทิตัพโพ วิญญูหิ อันวิญญูชนจะพึงรู้เฉพาะตน

ถ. พยัญชนะส่วนใหญ่ยังไม่ค่อยเข้าใจความหมาย ขออาจารย์ช่วยอธิบาย พระธรรมเป็นพระไตรปิฎก หรือว่าเป็นธรรม หรือว่าเป็นชื่อ

ส. สำหรับพระธรรมที่เป็นธรรมรัตนะ ซึ่งเป็นพระธรรมคุณ เป็นธัมมานุสสติ โดยสูงสุดได้แก่โลกุตตรธรรม คือ มรรค ผล นิพพาน แต่ถ้าไม่มีการศึกษา ปริยัติธรรม ไม่มีการปฏิบัติธรรม มรรคจิต ผลจิต ก็ไม่สามารถที่จะเกิดขึ้นประจักษ์แจ้งในสภาพของนิพพานได้ เพราะฉะนั้น พระธรรมซึ่งเป็นที่พึ่ง เป็นรัตนะ เป็นธัมมานุสสติที่เป็นสวากขาโต ภาวะวะตา ธัมโม ได้แก่ พระธรรมอันพระผู้มีพระภาคตรัสดีแล้วทั้งหมด ทั้งปริยัติธรรม ปฏิบัติธรรม และปฏิเวธธรรมด้วย

ที่ท่านผู้ฟังสนใจฟังเรื่องการเจริญสติปัฏฐานซึ่งเป็นปริยัติธรรม ก็เพื่อที่จะให้สติเกิดขึ้นระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมเป็นปฏิบัติธรรม เพื่อให้บรรลุถึงมรรคจิต ผลจิตที่รู้แจ้งนิพพานเป็นปฏิเวธธรรม

สันทิฏฐิโก อันผู้ตรัสรู้จะเห็นเอง นี่เป็นของแนสำหรับผู้ที่อบรมเจริญสติปัฏฐาน ย่อมระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรม จนกระทั่งปัญญาของบุคคลนั้นเองเกิดขึ้น มีความรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตนมากขึ้น บุคคลใดที่สติปัฏฐานยังไม่เกิดขึ้น จะให้บุคคลนั้นรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ ย่อมเป็นไปไม่ได้ เพราะฉะนั้น จึงเป็นสันทิฏฐิโก อันผู้ตรัสรู้จะเห็นได้เอง แม้แต่ลักษณะของนิพพานซึ่งมรรคจิต ผลจิตประจักษ์แจ้ง บุคคลใดที่มรรคจิต ผลจิตยังไม่เกิด ก็ไม่สามารถประจักษ์แจ้งในลักษณะของนิพพานนั้นได้

สำหรับ อกาลิโก คงทราบแล้วว่า ไม่มีกาลในการให้ผล ซึ่งหมายความว่า โสตาปัตติมรรคจิตเมื่อดับไปแล้ว เป็นปัจจัยให้โสตาปัตติผลจิตเกิดทันที

เอหิภัสสิโก ควรเรียกให้มาดู เพราะเป็นธรรมที่มีจริง และเป็นสภาพธรรมที่บริสุทธิ์ ควรดู ไม่ใช่ของที่น่าเกลียดไม่ควรดู เช่น มูตร อุท เป็นต้น

โอปะนะยิโก ควรน้อมเข้าไป คือ ทำให้แจ้งด้วยตนเอง



ไม่ว่าพระผู้มีพระภาคจะทรงแสดงเรื่องของสติปัฏฐาน หรือสติพละ หรือ สติสัมโพชฌงค์ รวมทั้งโพธิปักขิยธรรมอื่น ๆ ด้วย ก็เป็นธรรมที่ควรที่จะน้อมเข้ามาใน ตน สติเป็นสิ่งที่ควรน้อมเข้ามาในตน ไม่ใช่ด้วยความพากเพียรด้วยความเป็นตัวตน

ในขณะที่ฟังธรรมให้เกิดความรู้ ให้เกิดความเข้าใจ จะเป็นปัจจัยให้สติเกิดขึ้น คือ การน้อมเข้ามาในตน น้อมสติด้วยการที่ฟังธรรม เป็นปัจจัยให้สติเกิดขึ้นระลึก รู้ ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ เพราะฉะนั้น ทั้งสติ ทั้งปัญญา และ โพธิปักขิยธรรมอื่น ๆ เป็นสภาพธรรมที่ควรน้อมเข้ามาในตน รวมถึงโลกุตตรจิตด้วย

ถ. ระลึกถึงพระธรรมของพระผู้มีพระภาคที่ทรงแสดงไว้ข้อใดข้อหนึ่ง อย่างนี้ชื่อว่าเจริญธัมมานุสสติ ได้ไหม

สุ. จุดประสงค์ของการระลึกถึงพระธรรม เพื่อให้จิตสงบ และสำหรับผู้ที่จะ สามารถจะสงบจนกระทั่งถึงอุปจารสมาธิ ต้องเป็นพระอริยบุคคล เพราะฉะนั้น ก่อนที่จะถึงอุปจารสมาธิ สงบเดี๋ยวนี้

ธรรมทั้งหมดสำหรับประพฤติปฏิบัติ อย่าลืม ประพฤติปฏิบัติขณะไหน เดียวนี้ ทันที เมื่อสักครู่นี้มีการกล่าวถึง สวากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม สวดระลึกถึง พระพุทธคุณ พระธรรมคุณ พระสังฆคุณ ในขณะนั้นเป็นช่วงขณะที่ควรจะได้ พิจารณาว่า จิตสงบไหม

ตามธรรมดาที่จะให้สวดพระธรรมคุณ หรือว่าพระสังฆคุณก็ตาม และจิตสงบ จะเป็นไปได้โดยง่าย หรือว่าโดยยาก ในขณะที่กล่าวคำสวดนั้น แต่เวลาที่เข้าใจ พระธรรม และเกิดความซาบซึ้งในพระธรรม หรือในขณะที่สติเกิดระลึก รู้ลักษณะของ สภาพธรรมที่กำลังปรากฏ ในขณะนั้นจะมีความรู้สึกเหมือนกับพระธรรมคุณที่ได้กล่าว ใหม เพราะฉะนั้น อย่าลืมว่า จิตสงบมีลักษณะอย่างไร นั่นเป็นปัญญาที่จะต้องรู้ เพื่อที่จะสงบขึ้น

แต่ถ้าความสงบแม้ชั่วขณะนี้ยังไม่มี ที่จะให้ถึงอุปจารสมาธิย่อมเป็นไปไม่ได้ หรือว่าท่านที่ปรารถนาจะเจริญความสงบจนกระทั่งถึงอัปปนาสมาธิที่เป็นฌานจิต



ก็ขอให้ถึงอุปจารสมาธิเสียก่อน และถ้าอุปจารสมาธิยังไม่ถึง ก็ขอให้สงบในขณะนี้เสียก่อน

เพราะฉะนั้น ผู้ที่จะเจริญธัมมานุสสติ ไม่ใช่ผู้ที่ไม่เข้าใจคุณของพระธรรม และ ก็ท่อง เพียงอย่างนั้นจิตไม่สามารถสงบได้ แต่สำหรับผู้ที่มีปกติอบรมเจริญสติปัฏฐาน ขณะใดที่สติเกิด เห็นคุณของสติ ซึ่งวิริยเหตุในขณะนั้น ทั้งทางกายบ้าง ทางวาจา บ้าง ทางใจบ้าง ในขณะนั้นย่อมเห็นคุณของพระธรรม ขณะนั้นก็ป็นธัมมานุสสติ ที่ทำให้จิตสงบได้ แม้ว่าไม่ถึงอุปจาระ

ผู้ฟัง โดยมากสาธุชนทั่ว ๆ ไป อยากจะเจริญให้พระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์มาอยู่ในตัว อย่างในอดีตผมเคยทำทุจริต ไปชกตีกับคนอื่น ก็ยังอุตส่าห์ท่อง พุทฺโธ ๆ นี่ไม่ใช่ลักษณะที่พระพุทฺธจะเข้ามาอยู่ในตัวเรา เป็นทางที่ผิด แต่โดยมาก เข้าใจกันเป็นอย่างนั้น และสำหรับพระพุทฺธคุณที่ว่า ท่านรู้แจ้งโลก ผมพิสูจน์มานาน ก็ยังไม่เข้าใจ ตอนหลังเมื่อมีการส่งดาวเทียมไปดวงจันทร์ ก็นึกได้ว่า พระจันทร์เกิดมา ตั้ง ๒ - ๓ ร้อยล้านปี แตกมาจากไหน เกิดอะไรขึ้น ทำไมพระพุทฺธองค์จึงทรงรู้ได้ เป็นต้นว่า โลกนี้ท่านบอกว่า ดินล้อมอยู่ในน้ำ โลกนี้ล้อมอยู่ด้วยอากาศอีก สรุปลแล้ว โลกเราเวลานี้อยู่กลางอากาศนั่นเอง นี่เป็นสิ่งที่ผมเชื่อว่า พระพุทฺธองค์ทรงรู้แจ้งเห็นจริง มีอีกตัวอย่างหนึ่งที่ผมเชื่อโดยไม่ต้องไปนั่งภาวนาพุทฺโธ ธัมโม สังโฆ คือ ท่านบอกว่า สิ่งทั้งหลายจะเกิดขึ้นก็เกิดเพราะเหตุ ไม่ว่าสังขารอะไรทั้งหลายที่เกิดขึ้น ต้องมีเหตุให้เกิด สิ่งที่มีชีวิตหรือไม่มีชีวิตในโลกนี้ที่เกิดขึ้น เช่น สัตว์ คน ต้นไม้ มีเหตุที่จะต้องให้เกิด โดยทางวิทยาศาสตร์ โลกเราแตกมาจากดวงอาทิตย์ ภายหลังเย็นลง ๆ ปรับอุณหภูมิให้เย็นลงมาเหมาะสมจึงเกิดพืช เกิดสัตว์ อย่างตัวเรา ท่านบอกว่าไม่ใช่ตัวตน ถึงอะไรต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นมาเป็นรูปร่างใหญ่โต ท่านบอกว่าไม่ใช่เป็นก้อนใหญ่ ท่านบอกว่ามาจากจุดเล็ก ๆ ตรงกับวิทยาศาสตร์ที่บอกว่า มนุษย์หรือสัตว์ทั้งหลายเริ่มจากเซลล์เล็ก ๆ ที่เกิดขึ้น พยายามปรับปรุงตัวเองขึ้นมา ที่ต้องใช้กลไกของจุลทรรศน์ส่องดู ทำไมท่านจึงรู้จริง นี่เป็นลักษณะของพระพุทฺธเจ้า ไม่ต้องไปนั่งพุทฺโธ ธัมโม สังโฆ เพราะเราซึ่งในคำสอนของท่าน รู้ว่าท่านรู้จริง เป็นเหตุให้เกิดศรัทธาเชื่อมั่น



ส. โลกที่เป็นโอกาสโลกที่กล่าวถึงนี้ แตกยาก เกิดมาทีนานแล้ว ก็ยังไม่แตกทำลายไป แต่ตามความเป็นจริง โลก คือ สภาวธรรม คือ สภาพธรรมที่เกิดขึ้นนี้ แตกดับอย่างรวดเร็วมาก โลกทางตาที่กำลังเห็น ทางหูที่กำลังได้ยิน ทางจมูกที่กำลังได้กลิ่น ทางลิ้นที่กำลังรู้รส ทางกายที่กำลังกระทบสัมผัส ทางใจที่กำลังคิดนึก เป็นโลกแต่ละโลก แต่ละขณะ ซึ่งเกิดขึ้นและดับไปอย่างรวดเร็ว ที่พระผู้มีพระภาคทรงแสดงเพื่อที่จะให้พุทธบริษัทสามารถที่จะอบรมเจริญปัญญา ประจักษ์ความจริงของโลกของสภาวธรรมได้

สำหรับการระลึกถึงพระธรรมคุณ ก็เพื่อที่จะน้อมประพฤติปฏิบัติตาม การถึงพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่งนั้น เพื่อที่จะน้อมประพฤติปฏิบัติตาม จนกระทั่งบรรลุคุณธรรมเป็นพระอริยเจ้าเช่นเดียวกับพระอริยสงฆ์สาวกทั้งหลาย





๗๗๐



สำหรับการที่จะถึงพระธรรมที่พระผู้มีพระภาคทรงแสดงไว้เป็นที่พึง
ใน **ทีฆนิกาย มหาวรรค มหาปรินิพพานสูตร** ข้อ ๙๓ แสดงถึงเหตุการณ์ก่อนที่
พระผู้มีพระภาคจะปรินิพพาน คือ ในระหว่างทางเสด็จไปยังเมืองกุสินารา เพื่อที่จะ
โปรดสุภัททปริพาชก พระผู้มีพระภาคทรงแสดงธรรมอนุเคราะห์พุทธบริษัทตลอดทาง
เป็นครั้งสุดท้าย

ซึ่งข้อความบางตอนมีว่า

ครั้งนั้นเมื่อพระผู้มีพระภาคทรงจำพรรษาแล้ว ทรงประชวรอย่างหนัก เกิด
เวทนาอย่างร้ายแรงถึงใกล้จะปรินิพพาน ได้ยินว่า ณ ที่นั้น พระผู้มีพระภาคทรงมี
พระสติสัมปชัญญะอดกลั้น ไม่พรั่นพริ้ง ทรงพระดำริว่า การที่เราจะไม่บอกภิกษุ
ผู้อุปัฏฐาก ไม่อำลาภิกษุสงฆ์ปรินิพพานเสีย นั้น ไม่สมควรแก่เราเลย ถ้ากระไร เรา
พึงให้ความเพียรขับไล่อาพาธนี้ ดำรงชีวิตสังขารอยู่เถิด ฯ

ลำดับนั้น พระผู้มีพระภาคทรงให้ความเพียรขับไล่อาพาธนั้น ทรงดำรงชีวิต
สังขารอยู่แล้ว อาพาธของพระองค์สงบไปแล้ว พระผู้มีพระภาคทรงหายประชวร คือ
หายจากความเป็นคนไข้ไม่นาน เสด็จออกจากวิหารไปประทับนั่งบนอาสนะที่ภิกษุจัด
ถวายไว้ที่เฝ้าวิหาร ฯ

ครั้งนั้น ท่านพระอานนท์เข้าไปเฝ้าพระผู้มีพระภาคถึงที่ประทับ ครั้นเข้าไปเฝ้า
แล้วถวายบังคมพระผู้มีพระภาค นั่ง ณ ที่ควรส่วนข้างหนึ่ง แล้วได้กราบทูลว่า

ข้าแต่พระผู้มีพระภาคผู้เจริญ ข้าพระองค์เห็นความสำราญของพระผู้มีพระ-
ภาคแล้ว ข้าพระองค์เห็นความอดทนของพระผู้มีพระภาคแล้ว ก็แต่เพราะการ
ประชวรของพระผู้มีพระภาค กายของข้าพระองค์ประหนึ่งจะอมระงมไป แม้ทิศ
ทั้งหลายก็ไม่ปรากฏแก่ข้าพระองค์ แม้ธรรมทั้งหลายก็ไม่แจ่มแจ้งแก่ข้าพระองค์
ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ก็แต่ข้าพระองค์มาด้วยความเบาใจอยู่หน่อยหนึ่งว่า พระผู้มี-



พระภาคเจ้ายังไม่เสด็จปรินิพพานจนกว่าจะได้ทรงปรารภภิกษุสงฆ์ แล้วตรัสพระพุทธ-
พจน์อย่างใดอย่างหนึ่ง ๆ

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

ดูกร อานนท์ ภิกษุสงฆ์ยังจะหวังอะไรในเราเล่า ธรรมอันเราได้แสดงแล้ว
กระทำไม่ให้มีในมือนอก กำมืออาจารย์ในธรรมทั้งหลายมิได้มีแก่ตถาคต ผู้ใดจะพึงคิด
อย่างนี้ว่า เราจักบริหารภิกษุสงฆ์ หรือว่าภิกษุสงฆ์จะเชิดชูเรา ดังนี้ ผู้นั้นจะพึง
ปรารภภิกษุสงฆ์ แล้วกล่าวคำอย่างใดอย่างหนึ่งเป็นแน่ ดูกร อานนท์ ตถาคตมิได้มี
ความดำริอย่างนี้ว่า เราจักบริหารภิกษุสงฆ์ หรือว่าภิกษุสงฆ์จักเชิดชูเรา ตถาคตจัก
ปรารภภิกษุสงฆ์ แล้วกล่าวคำอย่างใดอย่างหนึ่งในคราวหนึ่ง

ดูกร อานนท์ บัดนี้เราแก่เฒ่า เป็นผู้ใหญ่ ล่วงกาลผ่านวัยมาโดยลำดับแล้ว
วัยของเราเป็นมาถึง ๘๐ ปีแล้ว เกวียนเกายังจะใช้ไปได้เพราะการซ่อมแซมด้วยไม้ไผ่
แม้ฉันใด กายของตถาคต ฉันนั้นเหมือนกัน ยังเป็นไปได้อีกคล้ายกับเกวียนเกาที่
ซ่อมแซมด้วยไม้ไผ่

ดูกร อานนท์ สมัยใด ตถาคตเข้าถึงเจโตสมาธิ อันไม่มีนิमित เพราะไม่ทำไว้ใน
ใจซึ่งนิमितทั้งปวง เพราะดับเวทนาบางเหล่าแล้วอยู่ สมัยนั้น กายของตถาคตย่อม
ผาสุก เพราะฉะนั้น พวกเธอจะมีตนเป็นเกาะ มีตนเป็นที่พึ่ง มิใช่มีสิ่งอื่นเป็นที่พึ่ง
คือ จะมีธรรมเป็นเกาะ มีธรรมเป็นที่พึ่ง มิใช่มีสิ่งอื่นเป็นที่พึ่งอยู่เถิด

ดูกร อานนท์ อย่างไรก็ตามภิกษุจึงจะชื่อว่า มีตนเป็นเกาะ มีตนเป็นที่พึ่ง มิใช่
มีสิ่งอื่นเป็นที่พึ่ง คือ จะมีธรรมเป็นเกาะ มีธรรมเป็นที่พึ่ง มิใช่มีสิ่งอื่นเป็นที่พึ่งอยู่
ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ย่อมพิจารณาเห็นกายในกายอยู่ พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาอยู่
พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมอยู่ เป็นผู้มีความเพียร
มีสัมปชัญญะ มีสติ พึงกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลก อย่างนี้แล อานนท์ ภิกษุ
จึงจะชื่อว่า มีตนเป็นเกาะ มีตนเป็นที่พึ่ง มิใช่มีสิ่งอื่นเป็นที่พึ่ง คือ มีธรรมเป็นเกาะ
มีธรรมเป็นที่พึ่ง มิใช่มีสิ่งอื่นเป็นที่พึ่งอยู่

ดูกร อานนท์ ผู้ใดผู้หนึ่งในบัดนี้ก็ดี โดยที่เราล่วงไปแล้วก็ดี จักเป็นผู้มีตนเป็น
เกาะ มีตนเป็นที่พึ่ง มิใช่มีสิ่งอื่นเป็นที่พึ่ง คือ มีธรรมเป็นเกาะ มีธรรมเป็นที่พึ่ง



มิใช่มีสิ่งอื่นเป็นที่พึ่งอยู่ ภิกษุของเราที่เป็นผู้ใคร่ต่อการศึกษจักปรากฏอยู่ในความเป็นยอดยิ่ง ๆ

จบ ความกัณฑ์ในมหาปริณิพพานสูตร ฯ

ที่พระผู้มีพระภาคตรัสว่า ผู้ใดจะพึงคิดอย่างนี้ว่า เราจักบริหารภิกษุสงฆ์ หรือว่าภิกษุสงฆ์จะเชิดชูเรา ดังนี้ ผู้นั้นจะพึงปรารถนาภิกษุสงฆ์ แล้วกล่าวคำอย่างใดอย่างหนึ่ง คือ บางคนมีจิตที่ต้องการความเป็นใหญ่โดยคิดว่า จักบริหารภิกษุสงฆ์ และก็แสดงธรรม หรือมีความหวังว่า ภิกษุสงฆ์จะเชิดชูตน จึงกล่าวคำใดคำหนึ่ง คือ แสดงธรรม แต่สำหรับพระผู้มีพระภาคนั้นพระองค์ตรัสว่า ตถาคตมิได้มีความดำริอย่างนี้ว่า เราจักบริหารภิกษุสงฆ์ หรือว่าภิกษุสงฆ์จักเชิดชูเรา ตถาคตจักปรารถนาภิกษุสงฆ์ แล้วกล่าวคำอย่างใดอย่างหนึ่งในคราวหนึ่ง คือ เวลาที่เห็นประโยชน์ที่จะเกิดแก่ภิกษุสงฆ์ทั้งหลาย พระผู้มีพระภาคจึงได้ทรงแสดงธรรม

สำหรับการนอบน้อมบูชาพระธรรมโดยการประพฤติปฏิบัติตาม เป็นการนอบน้อมที่สูงที่สุด เพราะฉะนั้น เวลาที่มีพระธรรมเป็นอนุสสติ คือ การระลึกถึงพระธรรม บางครั้งเมื่อจิตสงบเพราะระลึกถึงพระธรรมแล้ว แต่อย่าลืมว่า ต้องประพฤติปฏิบัติตาม จึงเป็นการบูชาอย่างสูงสุด โดยการเห็นกายในกาย เห็นเวทนาในเวทนา เห็นจิตในจิต เห็นธรรมในธรรม ซึ่งก็คือการอบรมเจริญสติปัญญานั่นเอง

ใน มหาปริณิพพานสูตร ข้อ ๑๒๘ และ ๑๒๙ ข้อความบางตอนมีว่า

ท่านพระอานนท์ทูลรับพระดำรัสของพระผู้มีพระภาคแล้ว ตั้งเตียงหันพระเศียรไปทางทิศอุดรระหว่างไม้สาละทั้งคู่ พระผู้มีพระภาคทรงสำเร็จสีหไสยาโดยพระปรัสถ์เบื้องขวา ทรงชันพระบาทเหลื่อมพระบาท มีพระสติสัมปชัญญะ ฯ

ครั้งนั้น พระผู้มีพระภาคตรัสเรียกท่านพระอานนท์มารับสั่งว่า

ดูกร อานนท์ ไม้สาละทั้งคู่แผ่กิ่งดอกบานสะพรั่งนอกฤดูกาล ร่วงหล่นไปปรายลงยังสระของตถาคตเพื่อบูชา แม้นดอกมณฑารพอันเป็นของทิพย์ก็ตกลงมาจากอากาศ ดอกมณฑารพเหล่านั้นร่วงหล่นไปปรายลงยังสระของตถาคตเพื่อบูชา แม้นจุณแห่งจันทรอันเป็นของทิพย์ก็ตกลงมาจากอากาศ จุณแห่งจันทรเหล่านั้นร่วงหล่น



ไปรยปรายลงยังสระของตถาคตเพื่อบูชา คนตรึอันเป็นทิพย์เล่าก็ประโคมอยู่ใน
อากาศเพื่อบูชาตถาคต แม้สิ่งใดอันเป็นทิพย์ก็เป็นไปในอากาศเพื่อบูชาตถาคต

ดูกร อานนท์ ตถาคตจะชื่อว่าอันบริษัทสักการะ เคารพ นับถือ บูชา
นอบน้อม ด้วยเครื่องสักการะประมาณเท่านี้หามิได้ ผู้ใดแล จะเป็นภิกษุ ภิกษุณี
อุบาสก หรืออุบาสิกาก็ตาม เป็นผู้ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม ปฏิบัติชอบ ปฏิบัติ
ตามธรรมอยู่ ผู้นั้นชื่อว่า สักการะ เคารพ นับถือ บูชาตถาคตด้วยการบูชาอย่าง
ยอด เพราะเหตุนี้แหละอานนท์ พวกเธอพึงสำเหนียกอย่างนี้ว่า เราจักเป็นผู้ปฏิบัติ
ธรรมสมควรแก่ธรรม ปฏิบัติชอบ ประพฤติตามธรรมอยู่ ดังนี้ ฯ

ผู้ที่มีปกติอบรมเจริญสติปัฏฐาน เป็นผู้บูชาด้วยการปฏิบัติ ซึ่งเป็นการบูชา
อย่างยิ่ง ถ้าท่านผู้ฟังจะเพียงบูชาสักการะด้วยดอกไม้ของหอม แต่ไม่ประพฤติปฏิบัติ
ตาม จะชื่อว่าเป็นการเคารพ นับถือ บูชาจริง ๆ ไหม แต่ถ้าขณะใดที่ประพฤติปฏิบัติ
ตาม ขณะนั้นเป็นการเคารพ บูชา นับถือจริง ๆ

สำหรับอันสงฆ์ในการเลื่อมใสในพระรัตนตรัย ใน **อังคุตตรนิกาย ปัญจก-
นิบาต จุนทิสุตต** ข้อความที่พระพุทธองค์แสดงกับราชกุมารี่ชื่อว่าจุนที มีว่า

สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ พระวิหารเวฬุวันกลันทกนิวาปสถาน
ใกล้กรุงราชคฤห์ ครั้นนั้นแล ราชกุมารี่ชื่อว่าจุนที แวดล้อมด้วยรถ ๕๐๐ คัน และ
กุมารี่ ๕๐๐ คน เข้าไปเฝ้าพระผู้มีพระภาคถึงที่ประทับ ถวายบังคมแล้วนั่ง ณ ที่ควร
ส่วนข้างหนึ่ง ครั้นแล้วได้กราบทูลว่า

ข้าแต่พระผู้มีพระภาคผู้เจริญ ราชกุมารพระนามว่าจุนทะ พระภาคฯ ของ
หม่อมฉันกล่าวอย่างนี้ว่า หญิงหรือชายเป็นผู้ถึงพระพุทธเจ้าเป็นสรณะ ถึงพระธรรม
เป็นสรณะ ถึงพระสงฆ์เป็นสรณะ เว้นขาดจากปาณาติบาต เว้นขาดจากอทินนาทาน
เว้นขาดจากกาเมสุมิจฉาจาร เว้นขาดจากมุสาวาท เว้นขาดจากการดื่มเมา คือ
สุราและเมรัยอันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท ผู้นั้นตายไปแล้วย่อมเข้าถึงสุคติอย่าง
เดียว ไม่เข้าถึงทุกข์ ดังนี้



หม่อมฉันจึงขอลูกถามว่า ผู้ที่เลื่อมใสในศาสนาเช่นไร เมื่อตายไปแล้วจึงเข้าถึงสุคติอย่างเดียว ไม่เข้าถึงทุกคติ ผู้ที่เลื่อมใสในธรรมเช่นไร เมื่อตายไปแล้วจึงเข้าถึงสุคติอย่างเดียว ไม่เข้าถึงทุกคติ ผู้ที่เลื่อมใสในสงฆ์อย่างไร เมื่อตายไปแล้วจึงเข้าถึงสุคติอย่างเดียว ไม่เข้าถึงทุกคติ ผู้ที่ทำให้บริบูรณ์ในศีลเช่นไร เมื่อตายไปแล้วจึงเข้าถึงสุคติอย่างเดียว ไม่เข้าถึงทุกคติ ฯ

น่าสงสัยไหม แต่นี้เป็นความสงสัยของราชากุมารี่ชื่อว่าจุนที ซึ่งเมื่อได้ฟังราชากุมารี่ชื่อว่าจุนทะกล่าวก็มีความสงสัยว่า การที่จะเลื่อมใสในพระศาสนา ในพระธรรม ในพระสงฆ์อย่างไร จึงจะทำให้เมื่อตายไปแล้วจึงเข้าถึงสุคติอย่างเดียว ไม่เข้าถึงทุกคติ

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

ดูกร จุนที สัตว์ที่ไม่มีเท้าก็ดี มี ๒ เท้าก็ดี มี ๔ เท้าก็ดี มีเท้ามากก็ดี มีรูปก็ดี ไม่มีรูปก็ดี มีสัณฐานก็ดี ไม่มีสัณฐานก็ดี มีสัณฐานก็มีไซ้ไม่มีสัณฐานก็มีไซ้ก็ดี มีประมาณเท่าใด พระตถาคตอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า บัณฑิตกล่าวว่า เลิศกว่าสัตว์เหล่านั้น ชนเหล่าใดเลื่อมใสในพระพุทธเจ้า ชนเหล่านั้นชื่อว่า เลื่อมใสในสิ่งที่เลิศ

ธรรมที่เป็นปัจจัยปรุงแต่งก็ดี ที่ปัจจัยไม่ปรุงแต่งก็ดี มีประมาณเท่าใด วิราคะ คือ ธรรมอันย่ำยีความเมา กำจัดความกระหาย ถอนเสียซึ่งอาลัย เข้าไปตัดวัฏฏะ เป็นที่สิ้นต้นหา เป็นที่คลายกำหนด เป็นที่ดับ นิพพาน บัณฑิตกล่าวว่า เลิศกว่าธรรมเหล่านั้น ชนเหล่าใดเลื่อมใสในวิราคธรรม ชนเหล่านั้นชื่อว่า เลื่อมใสในสิ่งที่เลิศ กิวิปากอันเลิศย่อมมีแก่บุคคลผู้เลื่อมใสในสิ่งที่เลิศ ฯ

หมู่ก็ดี คณะก็ดี มีประมาณเท่าใด สงฆ์สาวกของพระตถาคต คือ คู่แห่งบุรุษ ๔ บุรุษบุคคล ๘ นี้ สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาค เป็นผู้ควรของค่านับ เป็นผู้ควรของต้อนรับ เป็นผู้ควรของทำบุญ เป็นผู้ควรทำอัญชลี เป็นนาบุญของโลก ไม่มีนาบุญอื่นยิ่งกว่า บัณฑิตกล่าวว่า เลิศกว่าหมู่หรือคณะเหล่านั้น ชนเหล่าใดเลื่อมใส



ในสงฆ์ ชนเหล่านั้นชื่อว่า เลื่อมใสในสิ่งที่เลิศ กวีปากอันเลิศย่อมมีแก่บุคคลผู้ที่
เลื่อมใสในสิ่งที่เลิศ

ศีลมีประมาณเท่าใด ศีลที่พระอริยเจ้าใคร่แล้ว คือ ศีลที่ไม่ขาด ไม่ทะลุ ไม่
ด่าง ไม่พร้อย เป็นไท อันวิญญูชนสรรเสริญ อันค้นหาและทูลไม่ลบล้าง เป็นไป
เพื่อสมาธิ บัณฑิตกล่าวว่า เลิศกว่าศีลเหล่านั้น ชนเหล่าใดยอมทำให้บริบูรณ์ใน
อริยกันตศีล ชนเหล่านั้นชื่อว่า ทำให้บริบูรณ์ในสิ่งที่เลิศ กวีปากอันเลิศย่อมมีแก่
บุคคลผู้ทำให้บริบูรณ์ในสิ่งที่เลิศ ฯ

บุญอันเลิศ คือ อายุ วรรณะ ยศ เกียรติ สุข และกำลัง ย่อมเจริญแก่
บุคคลผู้รู้แจ้งธรรมที่เลิศ เลื่อมใสในสิ่งที่เลิศ คือ เลื่อมใสในพระพุทธเจ้าผู้เลิศ ผู้เป็น
ทักษิณียบุคคลชั้นเยี่ยม เลื่อมใสในพระธรรมที่เลิศ อันปราศจากราคะ เป็นที่เข้าไป
สงบ เป็นสุข เลื่อมใสในพระสงฆ์ผู้เลิศ เป็นนาบุญชั้นเยี่ยม ให้ทานในสิ่งที่เลิศ
ปราชญ์ผู้ถ่อมมั่นธรรมที่เลิศ ให้สิ่งที่เลิศ เป็นเทวดาหรือมนุษย์ ย่อมถึงสถานที่เลิศ
บันเทิงใจอยู่ ฯ

จบ สูตรที่ ๒

ท่านผู้ฟังกำลังเป็นอย่างนี้หรือเปล่า คือ เป็นผู้ที่มีความเลื่อมใสในบุคคลผู้เลิศ
ในธรรมที่เลิศ และในหมู่คณะที่เลิศ

เวลาที่ท่านถึงพระรัตนตรัยเป็นสรณะ หรือเวลาที่ระลึกถึงคุณของพระรัตนตรัยก็
ดี ในขณะนั้นท่านอาจจะไม่ทราบว่า ตัวของท่านเป็นผู้ที่มีความเลื่อมใสในสิ่งที่เลิศ
คือ ทั้งในพระพุทธเจ้าผู้เลิศ ในพระธรรมที่เลิศ และในหมู่คณะคืออริยสงฆ์ที่เลิศ
ซึ่งพระผู้มีพระภาคได้ทรงแสดงแล้วว่า ไม่มีบุคคลใดที่จะเลิศกว่าพระผู้มีพระภาค
ไม่ว่าจะเป็นสัตว์ที่มีเท้า หรือไม่มีเท้า มี ๒ เท้า มี ๔ เท้า มีสัญญา ไม่มีสัญญา

สัญญาเป็นความจำ เพราะฉะนั้น บุคคลที่เกิดมาแล้ว ถ้าเป็นในปัญจโวการ-
ภูมิ ต้องพร้อมทั้งขันธ์ ๕ คือ มีรูปขันธ์ เวทนาขันธ์ สัญญาขันธ์ สังขารขันธ์
วิญญาณขันธ์ ซึ่งสัญญาขันธ์ คือ สัญญาเจตสิก เป็นสภาพที่จำ เพราะฉะนั้น ขณะ
ใดที่จิตเกิดในภูมิที่มีขันธ์ ๕ ที่จะปราศจากสัญญานั้น ไม่มี



เพราะฉะนั้น ข้อความที่ว่า ผู้ที่มีสัจญาก็ดี ผู้ที่ไม่มีสัจญาก็ดี ผู้ที่ไม่มีสัจญานั้น หมายถึงบุคคลผู้อบรมเจริญสมถภาวนา จนกระทั่งฉานจิตเกิดถึงปัญจฌาน และเห็นโทษของการมีนามธรรม โดยเห็นว่า ถ้ามีแต่รูปธรรมโดยปราศจากนามธรรมย่อมไม่เป็นทุกข์ เพราะฉะนั้น ผู้ที่บรรลุปัญจฌานและมีความหน่ายในนามธรรมก็ตั้งความปรารถนาที่จะมีแต่รูปปฏิสนธิ เมื่อจุติจากภพนั้นแล้ว ก็เกิดในอสัญญสัตตาพรหมภูมิ ซึ่งเป็นภูมิที่มีแต่รูป ไม่มีนามธรรม เมื่อไม่มีนามธรรม ก็ไม่มีทั้งเวทนาขันธ์ สัจญขันธ์ สังขารขันธ์ และวิญญาณขันธ์ แต่แม้อย่างนั้น ก็ไม่ใช่ผู้เลิศ เพราะไม่ว่าจะเป็นสัตว์มีเท้า ไม่มีเท้า ๒ เท้า ๔ เท้า มีสัจญา หรือไม่มีสัจญา ผู้ที่เลิศที่สุด คือ พระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า

และผู้ที่มีความเลื่อมใสในสิ่งที่เลิศ ก็ย่อมจะได้รับวิบากที่เลิศ ตามกำลังความเลื่อมใสนั้นด้วย

ถ้าท่านผู้ฟังเลื่อมใสบุคคลอื่น ซึ่งไม่ใช่พระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าผู้ทรงแสดงธรรมที่เลิศ และไม่ใช่ในหมู่คณะคือพระอริยสงฆ์สาวกผู้เลิศ วิบากของการเลื่อมใสนั้นก็ย่อมไม่เลิศเท่ากับความเลื่อมใสในพระรัตนตรัยซึ่งเลิศ

ถ. ที่ว่าเข้าถึงพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เข้าถึงอย่างไร

ส. ด้วยการประพฤติปฏิบัติตาม

ถ. มีจิตเลื่อมใสเฉย ๆ ได้ไหม

ส. มีจิตเลื่อมใส แต่ไม่เข้าใจในพระคุณของพระผู้มีพระภาคอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า ย่อมจะไม่เห็นความเป็นพระอรหันต์ของพระองค์ เช่น กล่าวคำว่า อะระหัง พระผู้มีพระภาคเป็นพระอรหันต์ หมายความว่าผู้ที่ดับกิเลสเป็นสมุจเฉท ถ้าเข้าใจเพียงเท่านี้ก็มีจิตเลื่อมใสพอสมควร แต่ตราบใดที่ยังไม่เข้าใจในธรรมที่พระผู้มีพระภาคทรงแสดง และไม่ประพฤติปฏิบัติตาม ความเลื่อมใสนั้นก็น้อยมาก เพราะฉะนั้น ต้องมีการศึกษา และประพฤติปฏิบัติด้วย

ถ. ที่กล่าวว่า ผู้ใดเห็นธรรม ผู้นั้นเห็นเรา หมายความว่าอย่างไร



ส. เห็นโลกุตตรธรรม คือ มรรคผลนิพพานว่า เป็นสิ่งที่มีจริง สามารถที่จะบรรลุถึงได้ เพราะฉะนั้น ผู้ที่ได้บรรลุแล้ว และได้ทรงแสดงหนทางให้บรรลุ จึงเป็นพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า เพราะบุคคลอื่นไม่สามารถที่จะแสดงหนทางนี้ได้

ถ. ธรรม ในที่นี้หมายถึงอะไร

ส. ธรรมหมายความว่า ถึง ถ้าอย่างสูงสุดก็คือโลกุตตรธรรม แต่การที่จะรู้แจ้งพระนิพพานซึ่งเป็นโลกุตตรธรรมได้ จะต้องมีการประพฤติปฏิบัติ และการประพฤติปฏิบัติจะมีได้ ก็ต่อเมื่อมีการศึกษาพระธรรม ซึ่งพระผู้มีพระภาคได้ทรงตรัสรู้ด้วยพระองค์เองและทรงแสดงไว้ให้ประพฤติปฏิบัติตามได้ เพราะฉะนั้น ถ้าไม่ศึกษาพระธรรม ก็ไม่มีทางที่จะเข้าใจ

