



มูลนิธิศึกษาและเผยแพร่พระพุทธศาสนา
Dhamma Study and Support Foundation

แนวทางเจริญวิปัสสนา

เล่ม ๘ ตอนที่ ๗๑ – ๘๐

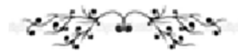
บรรยายโดย

สุจินต์ บริหารวนเขตต์



แนวทางเจริญวิปัสสนา

๗๑



ครั้งวิทยานิพนธ์ที่ทราบว่า นี่คือมารผู้มีบาปแล้ว จึงได้กล่าวกะมารผู้มีบาป
ด้วยคาถาว่า

ดูกร มาร รูป เสียง กลิ่น รส โสภณูปะ อันน่ารื่นรมย์ใจ เราขอมอบให้
ท่านผู้เดียว เพราะเราไม่ต้องการ เราอึดอัดระอาด้วยกายเน่าอันจะแตกทำลายเปื่อย
พังไปนี้ กามตัณหาเราถอนได้แล้ว ความมืดในรูปภพที่สัตว์ทั้งหลายเข้าถึง ในรูป-
ภพที่สัตว์ทั้งหลายเป็นภาคี และในสมมติอันสงบทั้งปวง เรากำจัดได้แล้ว

ลำดับนั้น มารผู้มีบาปเป็นทุกข์ เสียใจว่า วิทยานิพนธ์รู้จักเรา ดังนี้ จึงได้
อันตรธานไปในที่นั่นเอง

ความจริงแล้วไม่ต้องให้ใครเอารูป เสียง กลิ่น รส โสภณูปะมาให้ คนที่มี
กิเลสยังต้องการในรูป เสียง กลิ่น รส โสภณูปะนั่นเอง เพราะฉะนั้น ต้องละกิเลส
ด้วยการเจริญปัญญา รู้ลักษณะของรูป เสียง กลิ่น รส โสภณูปะตามความเป็นจริง
จึงจะละได้ ไม่ใช่เพียงคิดละเท่านั้น

ถ. มารที่กล่าวถึง เป็นมารประเภทไหน

สุ. ความหมายของคำว่า “มาร” นั้นมีหลายอย่าง แต่ที่แน่นอน คือ เป็น
สิ่งที่ไม่ดี เป็นสิ่งที่ทำให้เกิดทุกข์โทษภัยต่าง ๆ เพราะฉะนั้น จึงมีทั้งกิเลสมาร
ขันธมาร มัจจุมาร อภิสังขารมาร และเทพบุตรมาร

ในพระไตรปิฎกมีมารอีกหลายพยานะ เช่น ใน **ขุททกนิกาย จุฬนิตเทส**
(ข้อ ๔๒๓) พระผู้มีพระภาคตรัสตอบภัทราวุธใน **ภัทราวุธมาณวกปัญหานิทเทส** ว่า

หมู่สัตว์พึงนำเสียซึ่งตัณหา เครื่องยึดถือทั้งหมด ทั้งเบื้องบน เบื้องต่ำ หรือ
แม้ชั้นกลาง ส่วนกว้าง เพราะว่าสัตว์ทั้งหลายย่อมเข้าไปถืออุปาทิขันธใด ๆ ในโลก
มารย่อมไปตามสัตว์ด้วยอำนาจอภิสังขาร คือ กรรมนั้นนั่นแล



และมีข้อความอธิบายไว้ว่า (ข้อ ๔๒๗)

คำว่า มาร ย่อมไปตามสัตว์ ไม่ว่าจะมีการเกิดปรากฏขึ้น ณ ที่ใด ย่อมมีมารติดตามไป มีทุกข์ มีโทษ มีภัย ติดตามไปเรื่อย

คำว่า มาร ย่อมไปตามสัตว์ ด้วยอำนาจอภิสังขาร คือ กรรมนั้นนั่นแล ความว่า ชันธมาร ชาติมาร อายตนมาร คติมาร อุปัตติมาร ปฏิสนธิมาร ภวมาร สังสารมาร วัฏฏมาร

ทุกอย่างที่เป็นทุกข์ เป็นโทษ เป็นพญานะที่ใช้คำว่า “มาร” ได้

อีกสูตรหนึ่ง ข้อความใน **สังยุตตนิกาย สคาถวรรค จาลาสูตที่ ๖** โดยนัยเดียวกัน คือ

จาลาภิกษุณีก็ได้ไปบิณฑบาตในตอนเช้า ปัจฉาภัต กลับจากบิณฑบาตแล้ว ก็เข้าไปยังป่าอันธวัน เพื่อพักกลางวัน

ลำดับนั้น มารผู้มีบาปใคร่จะให้จาลาภิกษุณีบังเกิดความกลัว ความหวาดเสียว ความชนพองสยของเกล้า และใคร่จะให้เคลื่อนจากสมาธิ จึงเข้าไปหาจาลาภิกษุณีถึงที่นั่งพัก ครั้นแล้วได้กล่าวกับจาลาภิกษุณีว่า

ดูกร ภิกษุณี ท่านไม่ชอบใจอะไรหนอ

จาลาภิกษุณีตอบว่า

ดูกร ท่านผู้มีอายุ เราไม่ชอบความเกิดเลย

มารกล่าวว่า

เพราะเหตุใดหนอท่านจึงไม่ชอบความเกิด ผู้เกิดมาแล้วย่อมบริโภคน้ำใครหนอให้ท่านยึดถือเรื่องนี้ อย่าเลยภิกษุณี ท่านจงชอบความเกิดเถิด

จาลาภิกษุณีกล่าวตอบว่า

ความตายย่อมมีแก่ผู้ที่เกิดมาแล้ว ผู้ที่เกิดมาแล้วย่อมพบเห็นทุกข์ คือ การจองจำ การฆ่า ความเศร้าหมอง

เพราะฉะนั้น เราจึงไม่ชอบความเกิด พระพุทธเจ้าทรงแสดงธรรมเป็นเครื่องกำลวงความเกิด พระองค์สอนให้เราตั้งอยู่ในสัจจะ (หมายถึงพระนิพพาน) เพื่อละ



ทุกข์ทั้งมวล สัตว์เหล่าใดเข้าถึงรูปภพ และสัตว์เหล่าใดเป็นภาคีแห่งอรูปภพ สัตว์เหล่านั้นเมื่อยังไม่รู้นิโรธ ต้องมาสู่ภพอีก

ลำดับนั้น มารผู้มีบาปเป็นทุกข์ เสียใจว่า จาลาภิกษุณีรู้จักเรา ดังนี้ จึงได้อันตรธานไปในที่นั่นเอง

ยังชอบความเกิดใหม่ ถ้าชอบ ก็เหมือนกับที่มารกล่าวว่า เพราะเหตุไรหนอ ท่านจึงไม่ชอบความเกิด ผู้เกิดมาแล้วย่อมบริโภคคาม เกิดมาแล้วก็เห็นสิ่งต่าง ๆ ที่น่าเห็น เกิดมาแล้วก็ได้ยินเสียงต่าง ๆ ที่น่าได้ยิน เกิดมาแล้วก็ได้กลิ่นต่าง ๆ ได้รสต่าง ๆ ได้โผฏฐัพพะต่าง ๆ ได้เสวยรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะต่าง ๆ

นี่เป็นความเห็นของมารที่ว่าควรเกิด เพราะเกิดมาแล้วเห็น สนุกสนาน เพลิดเพลิน ได้ยินสิ่งต่าง ๆ ที่น่าพอใจ ไม่มีใครที่ไม่อยากเห็น ไม่อยากได้ยิน เพราะฉะนั้น ความเกิดนั้นดี ควรเกิด

ถ้าท่านผู้ใดยังคิดอย่างนี้ก็เหมือนกับที่มารคิด แต่ถ้าผู้ใดคิดตรงกันข้ามว่า ความตายย่อมมีแก่ผู้ที่เกิดมาแล้ว ผู้ที่เกิดมาแล้วย่อมพบเห็นทุกข์ เพราะฉะนั้น จาลาภิกษุณีจึงไม่ชอบความเกิด

ขุททกนิกาย มหานิบาตชาดก เตมียชาดก มีข้อความซึ่งเตือนใจพุทธบริษัท

ในสมัยนั้น พระโพธิสัตว์เสวยพระชาติเป็นโอรสของพระเจ้ากาสิ พระองค์กลัวต่อการเสวยราชสมบัติ มิได้เป็นไป ก็ทำเหมือนเป็นไป มิได้เป็นคนง่อยเปลี้ย ก็ทำเป็นเหมือนคนง่อยเปลี้ย เพราะเห็นว่าชีวิตนี้เป็นของฝืดเคือง เป็นของน้อย ทั้งประกอบไปด้วยทุกข์ ใครเล่าได้อาศัยชีวิตนี้แล้ว พึงก่อเวรกับใคร ๆ เพราะไม่ได้ปัญญา และเพราะไม่เห็นธรรม ความหวังผลของบุคคลผู้ไม่รีบร้อนย่อมสำเร็จแน่นอน

ได้รับทราบจากท่านผู้ฟังท่านหนึ่งที่ฟังการเจริญสติปัฏฐาน แต่ท่านอาจจะเข้าใจคลาดเคลื่อน หรือเข้าใจผิด ท่านบอกว่า ฟังแล้วพิจารณาเหตุผลไว้สำหรับเวลาที่ไปปฏิบัติจริง ๆ เวลาไปปฏิบัติจริง ๆ หมายความว่าอย่างไร



ท่านผู้ฟังอีกท่านหนึ่งตอบแทนว่า ที่ท่านผู้นั้นกล่าวอย่างนั้นเป็นเพราะคงจะเข้าใจว่า การเจริญสติปัฏฐานนี้ต้องไปสู่สถานที่หนึ่งที่ใดแล้วจึงจะเป็นการปฏิบัติจริง ๆ บางท่านอาจจะตอบว่า ไปหาอารมณ์ ความจริงแล้วไม่เคยขาดอารมณ์เลย ขณะใดที่มีจิตซึ่งเป็นสภาพรู้ ก็ต้องมีอารมณ์ คือ สิ่งที่จิตกำลังรู้ในขณะนั้น ทุกขณะที่มีจิตก็ต้องมีอารมณ์ทั้งนั้น

บางท่านไปสู่สถานที่จำกัด ซึ่งคงจะลำบากมากทีเดียว เพราะเป็นสถานที่ที่ร้อนอบอ้าว ไม่สามารถที่จะมีความเป็นอยู่ตามปกติได้ ต้องเข้าไปนั่งไปนอนอยู่ในห้องน้ำ เพราะร้อนมาก เมื่อถามท่านผู้นั้นหลังจากที่กลับมาแล้วว่า ในเมื่อร้อนและลำบากอย่างนั้นทำไมเข้าไปอยู่ ท่านผู้นั้นตอบว่า เข้าไปอยู่อย่างนั้นเพราะขณะนั้นกำลังอารมณ์ดี หรืออารมณ์กำลังดี

ในพระพุทธศาสนา อารมณ์ดีเป็นอิฏฐารมณ์ ไม่ใช่อารมณ์ที่นำความทุกข์ ความโทมนัส หรือความเดือดร้อนมาให้ กำลังนั่งร้อน ๆ อยู่ในห้องน้ำอบอ้าว เป็นอิฏฐารมณ์ หรือเป็นอนิฏฐารมณ์

ถ้าขณะนั้นท่านจะกล่าวว่า รู้ทุกข์ เพราะไปนั่งเมื่อย ๆ และอบอ้าวร้อน ๆ ทุกข์ที่ควรจะรู้ที่เป็นอริยสัจคืออะไร

สังขารธรรมทั้งหลายไม่เที่ยงจึงเป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ความเกิดและดับไปของสังขารธรรมเป็นสิ่งที่ต้องทราบด้วยปัญญาที่ได้อบรมให้เจริญขึ้น และได้ประจักษ์ความจริงว่า ความไม่เที่ยงของสภาพธรรมทั้งหลายนั้นเป็นทุกข์ ไม่ว่าจะเห็นทางตาที่กำลังเห็น จะเป็นอารมณ์ดีหรืออารมณ์ไม่ดี จะเป็นอิฏฐารมณ์หรืออนิฏฐารมณ์ก็ตาม ผู้เจริญสติรู้ลักษณะของนามและรูปที่ปรากฏในขณะนั้น แล้วต้องอบรมเจริญปัญญาให้มากขึ้นจนกระทั่งประจักษ์ความไม่เที่ยงของนามและรูป จึงจะกล่าวว่า รู้ทุกข์

เพราะฉะนั้น ที่ว่ากำลังอารมณ์ดี ไปไหนไม่ได้ ต้องอยู่ในสถานที่จำกัด ถ้าตัวท่านเองกำลังเป็นผู้นั้น ท่านอาจจะไม่เข้าใจว่าทำไมไม่ถูก แต่ถ้าท่านถอยห่างออกมาพิจารณาด้วยเหตุผล และตรวจสอบกับพระธรรมวินัยเพื่อความเข้าใจถูกต้อง ท่านมีข้อสงสัยอะไรบ้างไหมว่าทำไมจึงต้องทำอย่างนั้นด้วย และการเห็นทุกข์นั้น เห็นทุกข์



อะไร การอบรมเจริญปัญญา ปัญญานั้นรู้อะไร รู้ขณะที่กำลังเห็นเดี๋ยวนี้หรือเปล่า รู้ขณะที่กำลังได้ยินเดี๋ยวนี้หรือเปล่า ไม่ว่าท่านจะนั่ง นอน ยืน เดิน อยู่ที่ไหนก็ตาม ล้วนมีอารมณ์ปรากฏที่สติควรจะระลึกถึงลักษณะนั้นตามความเป็นจริง และปัญญาก็รู้ชัดขึ้น ละคลายการยึดถือสภาพธรรมนั้นว่าเป็นตัวตนมากขึ้น โดยที่ไม่จำเป็นต้องไปทนทรมานร้อนอบอ้าวอุดอู้อยู่ในที่หนึ่งที่ใดเลย

ถ. สำหรับท่านผู้บรรยายอยู่ก็ดี หรือกำลังพูด กำลังสนทนากันอยู่ก็ดี จะเจริญสติปัฏฐานได้อย่างไร

ส. นี่เป็นปัญหาที่ท่านจะต้องพิจารณาตามเหตุผล ในขณะที่กำลังพูด เป็นตัวตน หรือเป็นนามเป็นรูป ต้องเป็นนามเป็นรูปแน่นอน เป็นอนัตตา ไม่ใช่ตัวตน ไม่พึงยึดถือ แม้ในขณะที่กำลังพูดว่าเป็นตัวตน ท่านอาจจะเข้าใจผิด คิดว่าขณะที่กำลังพูดกำลังสนทนากันนั้นไม่สามารถที่จะเจริญสติปัฏฐานได้ ขอให้ท่านตรวจดูในมหาสติปัฏฐานสูตรว่ามีกล่าวไว้หรือไม่ว่า ให้มีสติในขณะที่กำลังพูด ไม่ว่าจะเป็นอย่างใด ๆ ก็ตามที่เป็นของจริง มีการเกิดขึ้นปรากฏแล้ว ก็เป็นมหาสติปัฏฐาน ๔ ถ้าไม่เป็นกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ก็เป็นเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน เป็นจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน เป็นธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

แม้ในขณะที่กำลังพูด ในกายานุปัสสนาสติปัฏฐานก็มี

การเจริญสติปัฏฐานนั้น สติสามารถเกิดขึ้นระลึกถึงลักษณะของนามและรูปใด ๆ ที่เกิดปรากฏทางตา หรือทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจได้

จักขุวิญญาณเป็นธรรมชาติที่เห็นสีสังวรณะต่าง ๆ สติเกิดขึ้นรู้ว่า ที่กำลังเห็นนี้ก็เป็นนามธรรมชนิดหนึ่ง

โสตวิญญาณเป็นสภาพได้ยิน เมื่อได้ยินขณะใด สติก็เกิดขึ้นระลึกถึงว่า ลักษณะได้ยินนั้นเป็นสภาพรู้ชนิดหนึ่ง เพราะฉะนั้น ที่กำลังพูด สติเกิดขึ้นระลึกถึงว่า ที่คิดนั้นเป็นนามชนิดหนึ่ง หรือจะรู้ลักษณะของรูปหนึ่งรูปใดในขณะที่กำลังไหวไป หรือในขณะที่เห็นกำลังปรากฏ เสียงกำลังปรากฏก็ได้



ทุกท่านมีทั้งเห็น มีทั้งได้ยิน มีทั้งเย็น ร้อน อ่อน แข็ง ซึ่งเกิดดับปรากฏสลับต่อเร็วมาก แล้วแต่สติของแต่ละคนจะเกิดขึ้นระลึกถึงลักษณะของนามอะไร ของรูปอะไรก็ได้

ขอกล่าวถึง **อังคุตตรนิกาย ตกนิบาต ปาปณิกสูตร ที่ ๒** ที่กล่าวถึงสูตรนี้เพื่อที่จะได้พิจารณาการเจริญสติปัฏฐาน ไม่ว่าท่านจะเข้าใจสับสน คลาดเคลื่อน หรือเข้าใจผิดประการใด พระสูตรนี้จะช่วยให้พิจารณาไตร่ตรองว่า การเจริญสติปัฏฐานนั้นจะเจริญอย่างไร และจะต้องรู้อย่างไรด้วย

ปาปณิกสูตร ที่ ๒ มีข้อความว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย พ่อดำผู้ประกอบด้วยองค์ ๓ ประการ ย่อมถึงความมีโรคทรพม์มากมายเหลือเฟือ ไม่นานเลย องค์ ๓ ประการ เป็นไฉน

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย พ่อดำในโลกนี้เป็นคนมีตาดี ๑ ฐานะดี ๑ ถึงพร้อมด้วยบุคคลที่จะเป็นที่พึ่งได้ ๑

พ่อดำที่ชื่อว่า เป็นคนมีตาดีนั้น คืออย่างไร

คือ ย่อมรู้สิ่งที่จะพึงซื้อขายว่า สิ่งที่จะพึงขายนี้ ชื่อมาเท่านี้ ขายไปเท่านี้ จักได้ทุนเท่านี้ มีกำไรเท่านี้ ดังนี้

พ่อดำชื่อว่า มีฐานะดีอย่างไร คือ เป็นคนฉลาดที่จะซื้อและขายสิ่งที่ตนจะพึงซื้อขาย

พ่อดำชื่อว่า เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยบุคคลซึ่งจะเป็นที่พึ่งได้อย่างไร

ธรรมดาของการค้ำนี้ย่อมจะต้องอาศัยทุน ถ้าเป็นพ่อดำที่ตาดี มีฐานะดี พวกคฤหบดี บุตรคฤหบดี ผู้มั่งคั่ง ก็ย่อมเต็มใจเชื่อเชิญให้นำไปเลี้ยงดูบุตรภริยาและใช้คืนให้ตามเวลาได้

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

พ่อดำผู้ประกอบด้วยองค์ ๓ ประการนี้แล ย่อมจะถึงความมีโรคเคสเหลือเฟือ ไม่นานเลย ฉนใด ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุผู้ประกอบด้วยธรรม ๓ ประการ ก็ฉนนั้นเหมือนกัน ย่อมถึงความเป็นผู้มากมุลไพบูลย์ในกุศลธรรมไม่นานเลย



ธรรม ๓ ประการเป็นไฉน

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้ เป็นผู้ที่มีจักขุ ๑ มีหูระดี ๑ ถึงพร้อมด้วยภิกษุพอจะเป็นที่พึ่งได้ ๑

พระผู้มีพระภาคตรัสต่อไปว่า ภิกษุชื่อว่าเป็นผู้มีจักขุอย่างไร

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ย่อมรู้ชัดตามความเป็นจริงว่า นี่ทุกข์ นี่ทุกข์สมุทัย นี่ทุกข์นิโรธ นี่ทุกข์นิโรธคามินีปฏิปทา

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุชื่อว่าเป็นผู้มีจักขุ อย่างนี้แล

ผู้ที่ประพฤติปฏิบัติธรรมให้รู้แจ้ง ต้องมีจักขุ หรือไม่มีก็ปฏิบัติได้ ไม่เห็นอะไร ไม่รู้อะไร ไม่เข้าใจอะไรก็ปฏิบัติได้ อย่างนั้นถูกไหม แม้แต่พ่อค้ายังต้องเป็นคนที่ฉลาด

เพราะฉะนั้น ผู้เจริญธรรม ผู้ประพฤติปฏิบัติธรรมต้องฉลาด เป็นผู้มีจักขุ และผู้มีจักขุในที่นี้ คือ รู้ว่านี่ทุกข์ นี่ทุกข์สมุทัย นี่ทุกข์นิโรธ นี่ทุกข์นิโรธคามินีปฏิปทา ปฏิปทา คือ มรรคมีองค์ ๘ ซึ่งจะต้องเจริญอบรมให้มาก

แม้แต่ทุกข์ ต้องการจะรู้ไหม หรือไม่มีประโยชน์ รู้ทำไมไม่ใช่ของดีเลย แต่เป็นความจริง เพราะเหตุว่าทุกข์ หมายความว่าถึงสภาพธรรมที่เป็นของจริง เกิดขึ้นปรากฏแล้วก็หมดไป

ทางตาเห็น เป็นทุกข์ใหม่ เที่ยงหรือไม่เที่ยง

สิ่งที่ปรากฏเป็นทุกข์ใหม่ เที่ยงหรือไม่เที่ยง

ทางหูได้ยินเป็นทุกข์ใหม่ เที่ยงหรือไม่เที่ยง

เสียงที่ปรากฏเป็นทุกข์ใหม่ เที่ยงหรือไม่เที่ยง

ทางจมูกได้กลิ่นเป็นทุกข์ใหม่ เที่ยงหรือไม่เที่ยง

กลิ่นที่ปรากฏเป็นทุกข์ใหม่ เที่ยงหรือไม่เที่ยง

ทุกสิ่งทุกอย่างเป็นทุกข์ คือ เกิดดับ ไม่เที่ยงตลอดเวลา แต่ไม่รู้ จึงต้องเจริญปัญญาให้รู้สิ่งที่เกิดปรากฏ อย่าไปทำให้ติดปกติ และคิดว่าไปรู้สิ่งที่ติดปกติ ไปหาอารมณ์คือ สิ่งที่เกิดปกติ นั้นไม่ใช่ผู้มีจักขุ



ผู้มีจักขุ คือ ผู้ที่รู้ว่าอะไรเป็นทุกข์ ทุกสิ่งทุกอย่างที่ปรากฏเกิดขึ้นแล้วก็ดับไป
นั่นเป็นทุกข์ที่สติจะต้องเจริญขึ้น ปัญญาจะต้องรู้ชัดขึ้นว่า ที่ถูกแล้วการอบรมเจริญ
ปัญญานั้น คือ ต้องรู้ความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ของนามและรูปทางตา ทางหู ทาง
จมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจตามปกตินี้เอง

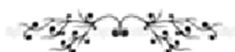
พระผู้มีพระภาคตรัสต่อไปว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุชื่อว่า เป็นผู้ที่มีธุระดีอย่างไร

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้เป็นผู้ปรารภความเพียร เพื่อละอกุศล
ธรรม เพื่อความถึงพร้อมแห่งกุศลธรรม เป็นผู้มีความกำลัง มีความบากบั่นมั่น ไม่ทอดทิ้ง
ธุระในกุศลธรรม

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุชื่อว่า เป็นผู้ที่มีธุระดีอย่างนี้แล

ขณะนี้มึนนาม มีรูป ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ท่าน
ผู้ใดปรารภความเพียรรู้ลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏบ้าง





๗๒



พระผู้มีพระภาคตรัสต่อไปว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุชื่อว่า เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยภิกษุพอจะเป็นที่พึ่งได้
อย่างไร

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้ เธอเข้าไปหาภิกษุผู้เป็นพหูสูต เรียน
จบคัมภีร์ ทรงแสดง ทรงแสดง ทรงแสดง ตามเวลา แล้วไต่ถาม สอบสวนว่า

ท่านผู้เจริญ พระพุทธพจน์นี้อย่างไร ความแห่งพระพุทธพจน์นี้อย่างไร ท่าน
เหล่านั้นย่อมเปิดเผยธรรมที่ยังไม่เปิดเผย ย่อมทำธรรมที่ยังมิได้ทำให้ตื่นแล้วให้ตื่น
และย่อมบรรเทาความสงสัยในธรรมอันเป็นที่ตั้งแห่งความสงสัยมิใช่น้อยแก่ภิกษุนั้น

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุชื่อว่า เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยภิกษุพอจะเป็นที่พึ่งได้
อย่างนี้แล

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุผู้ประกอบด้วยธรรม ๓ ประการนี้แล ย่อมเป็นผู้ถึง
ความเป็นผู้มากมุลไพบูลย์ในกุศลธรรมทั้งหลายไม่นานเลย

การเป็นผู้ถึงพร้อมด้วยภิกษุพอจะเป็นที่พึ่งได้นั้น ไม่ใช่พึ่งด้วยการไปหา
แล้วทำตามคำสั่ง แต่พึ่งเพื่อให้เข้าใจถูกต้องในพระพุทธพจน์ ไม่ใช่คำของบุคคลหนึ่ง
บุคคลใด แต่เพื่อให้เข้าใจถูกต้องในพระพุทธพจน์ด้วยการไต่ถาม ด้วยการสอบสวน
ด้วยการเทียบเคียง

เพราะฉะนั้น การประพฤติปฏิบัติธรรมก็เช่นเดียวกัน จะต้องสอบสวน
เทียบเคียง เพื่อให้การปฏิบัตินั้นถูกต้องสมบูรณ์ตามพระพุทธพจน์ด้วย สำหรับท่านที่
ตั้งใจจะไปสู่สถานที่หนึ่งใดแล้วจะทำวิปัสสนา ท่านคงจะคิดว่า ท่านจะได้สติมาก ๆ
ปัญญามาก ๆ ไปเพราะหวังว่าจะได้มาก ๆ แต่ขอให้ตรวจสอบกับในพระธรรมวินัย

อังคุตตรนิกาย สัตตกนิบาต นิททสสูตรที่ ๒ มีข้อความว่า



สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ โขสิตาราม ใกล้พระนครโกสัมพี ครั้งนั้นเป็นเวลาเช้า ท่านพระอานนท์เข้าไปบิณฑบาตยังพระนครโกสัมพี ท่านคิดว่า ยังเข้านักแก่การที่จะไปบิณฑบาต ควรที่จะเข้าไปยังอารามของพวกอัญญเดียรเถียรปริพาชก เมื่อท่านเข้าไปยังอารามของพวกอัญญเดียรเถียรปริพาชกแล้ว ก็ได้ทักทาย ปราศรัยกัน ขณะนั้นพวกอัญญเดียรเถียรปริพาชกกำลังนั่งประชุมสนทนากันว่า ท่านผู้มีอายุทั้งหลาย ท่านผู้ใดผู้หนึ่งประพาสพิภพจรยบุรีสุทธีบริบูรณ์ครบ ๑๒ ปี ควรจะเรียกว่า ภิกษุผู้นิททสะ

เป็นลัทธิชนิดหนึ่งของพวกอัญญเดียรเถียรปริพาชก ซึ่งถือเวลานาน

เมื่อท่านพระอานนท์ได้ฟังพวกอัญญเดียรเถียรประชุมสนทนากันดังนี้ ท่านพระอานนท์ไม่ยินดี ไม่คัดค้านคำกล่าวของพวกอัญญเดียรเถียรปริพาชกเหล่านั้น ครั้นแล้ว ลุกจากอาสนะหลีกไปด้วยตั้งใจว่า เราจะรู้ทั่วถึงเนื้อความแห่งคำกล่าวของพวกอัญญเดียรเถียรปริพาชกในสำนักของพระผู้มีพระภาค

ลำดับนั้น ท่านพระอานนท์ได้เที่ยวบิณฑบาตในพระนครโกสัมพี กลับจากบิณฑบาต ในเวลาปัจฉิมภัต เข้าไปเฝ้าพระผู้มีพระภาคถึงที่ประทับ กราบทูลให้ทรงทราบเรื่องและข้อความที่ได้ฟังจากพวกอัญญเดียรเถียรปริพาชกในตอนเช้า ซึ่งพวกอัญญเดียรเถียรปริพาชกประชุมสนทนากันว่า ท่านผู้มีอายุทั้งหลาย ท่านผู้ใดผู้หนึ่งประพาสพิภพจรยบุรีสุทธีบริบูรณ์ครบ ๑๒ ปี ควรจะเรียกว่า ภิกษุผู้นิททสะ

ท่านพระอานนท์ได้ทราบทูลถามพระผู้มีพระภาคว่า

ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ พระองค์อาจหรือหนอ เพื่อทรงบัญญัติภิกษุผู้นิททสะ ด้วยเหตุเพียงนับพรรษาอย่างเดียวในธรรมวินัยนี้

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

ดูกร อานนท์ ไม่มีใคร ๆ อาจเพื่อบัญญัติภิกษุผู้นิททสะด้วยเหตุเพียงนับพรรษาอย่างเดียวในธรรมวินัยนี้

ดูกร อานนท์ วัตถุแห่งนิททสะ ๗ ประการนี้ เรากระทำให้แจ้งด้วยปัญญาอันยิ่งเอง ประกาศแล้ว ๗ ประการเป็นไฉน



ดูกร อานนท ภิกษุในธรรมวินัยนี้ เป็นผู้ที่มีศรัทธา ๑ มีhiri ๑ มีโศตตปปะ ๑ เป็นพหูสูต ๑ บรรลภความเพียร ๑ มีสติ ๑ มีปัญญา ๑

ดูกร อานนท วัตถุแห่งนิทสะ ๗ ประการนี้แล เรากระทำให้แจ้งด้วยปัญญาอันยิ่งเอง ประกาศแล้ว

ดูกร อานนท ภิกษุผู้ประกอบด้วยวัตถุแห่งนิทสะ ๗ ประการนี้แล ถ้าประพาศิพรหมจรรย์บริสุทธิบริบูรณ์ครบ ๑๒ ปีก็ดี ควรจะเรียกได้ว่า ภิกษุผู้นิทสะ ถ้าประพาศิพรหมจรรย์บริสุทธิบริบูรณ์ครบ ๒๔ ปีก็ดี ๓๖ ปีก็ดี ๔๘ ปีก็ดี ควรจะเรียกได้ว่า ภิกษุผู้นิทสะ

๔๘ ปี ไม่ใช่เป็นเวลาน้อยเลย ๑๒ ปีก็ดี ครบ ๒๔ ปีก็ดี ๓๖ ปีก็ดี ๔๘ ปีก็ดี ถ้าเป็นผู้ที่ประกอบด้วยวัตถุแห่งนิทสะ ๗ ประการ คือ เป็นผู้ที่มีศรัทธา ๑ มีhiri ๑ มีโศตตปปะ ๑ เป็นพหูสูต ๑ บรรลภความเพียร ๑ มีสติ ๑ มีปัญญา ๑

จะเห็นได้ว่า เว้นการเป็นพหูสูตไม่ได้เลย คือ การฟัง ฟังแล้วบรรลภความเพียร มีสติ มีปัญญาด้วย แม้พระผู้มีพระภาคยังตรัสถึงการบำเพ็ญเพียร คือ การเจริญสติจนถึงเพียงนี้ที่จะเป็นการเจริญสติเป็นปกติในชีวิตประจำวัน ถ้าเป็นภิกษุ ฆราวาส อุบาสก อุบาสิกา เจริญสติปฏิฐานเป็นปี ๆ เมื่อเป็นปี ๆ ก็เป็นชีวิตปกติประจำวัน

อย่างใน **มัชฌิมนิกาย มูลปัณณาสก์ สัลเลขสูตร** เป็นเรื่องของสติทั้งสิ้น ในสัลเลขสูตรนั้นอาจจะไม่ได้กล่าวโดยตรงว่าเป็นสติ แต่ถ้าพิจารณาอรรถและประโยชน์ที่จะได้รับจากสัลเลขสูตรจะเห็นได้ว่า เป็นสติตามลำดับขั้นที่เดียว ซึ่งมีข้อความบางตอนว่า

ดูกร จุนทะ ผู้ที่ตนเองจมอยู่ในเปือกตมอันลึกแล้ว จักยกขึ้นซึ่งบุคคลอื่นที่จมอยู่ในเปือกตมอันลึก ข้อนี้เป็นฐานะที่จะมีไม่ได้ ผู้ที่ตนเองไม่จมอยู่ในเปือกตมอันลึกแล้ว จักยกขึ้นซึ่งบุคคลอื่นที่จมอยู่ในเปือกตมอันลึก ข้อนี้เป็นฐานะที่จะมีได้



ผู้ที่ไม่ฝึกตน ไม่แนะนำตน ไม่ดับสันทด้วยตนเอง จักฝึกสอน จักแนะนำผู้อื่น ให้ผู้อื่นดับสันท ข้อนี้เป็นฐานะที่จะมีไม่ได้ ผู้ที่ฝึกตน แนะนำตน ดับสันทด้วยตนเอง จักฝึกสอน จักแนะนำผู้อื่น จักให้ผู้อื่นดับสันท ข้อนี้เป็นฐานะที่จะมีได้

ถ. ผู้ที่ดับสันทแล้วไม่ค่อยจะมี เพราะฉะนั้น จะหาใครที่จะอุปการะ ฝึกสอน หรือแนะนำ เป็นที่น่าสงสัย เมื่อกาลสมัยล่วงไปแล้วก็ยากที่จะรู้ว่า บุคคลใด เป็นพระอริยบุคคล บุคคลใดไม่ใช่พระอริยบุคคล

สุ. สมัยนี้พระธรรมวินัยยังมีไหม ใครแสดงพระธรรมวินัย เป็นบุคคลผู้ฝึกตน แนะนำตน เพราะฉะนั้น ถ้าผู้ใดยังเคลือบแคลง ยังสงสัยในบุคคลนั้นในบุคคลนี้ ว่าเป็นผู้ที่ฝึกตนแล้วหรือยัง แนะนำตนแล้วหรือยัง ดับสันทด้วยตนเองแล้วหรือยัง พอที่จะอุปการะเกื้อกูลพึ่งพาได้หรือไม่ ถ้าคิดอย่างนี้ไม่มีวันได้รับคำตอบแน่ จนกว่าผู้นั้นจะฝึกตนแล้วรู้ว่า บุคคลใดช่วยอุปการะหรือเกื้อกูลได้

แต่ตามความเป็นจริง บรรดาผู้แสดงธรรมทั้งหลายเปรียบเหมือนผู้อ่านหนังสือ หรือพระราชสาส์นของพระราชา ผู้แสดงธรรมทุกท่านไม่ใช่เจ้าของธรรม ไม่ใช่ผู้ที่สามารถจะค้นคิดแสดงธรรมโดยวิจิตรนานาประการด้วยตนเอง ผู้แสดงธรรมทุกท่าน แม้ท่านพระสารีบุตรก็เป็นเสมือนหนึ่งผู้ที่อ่านพระราชสาส์นของพระราชาเท่านั้น

ท่านอุปมาไว้ว่า ในเมืองไกลและไม่มีผู้อ่านหนังสือออก เมื่อมีพระราชสาส์นของพระราชาไปถึงบุคคลในตำบลที่อยู่ไกลนั้น ก็ต้องหาคนที่อ่านหนังสือออกเป็นผู้อ่านข้อความในหนังสือนั้น ฉะนั้น ผู้ที่แสดงธรรมของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าก็เช่นเดียวกัน ใครอ่านพระไตรปิฎกออกก็ให้ผู้นั้นอ่าน แต่ไม่ใช่เขียนเอง ไม่ใช่คิดเอง สอนเอง แต่ตามพระธรรมวินัยที่ได้ทรงแสดงไว้โดยละเอียด

เพราะฉะนั้น ผู้ที่ฝึกตน แนะนำตน คือ ผู้ที่ศึกษาพระธรรมวินัยอย่างดี เสมือนผู้ที่อ่านออก แล้วช่วยอ่านให้คนอื่นฟังเท่านั้นเอง ยังสงสัยอีกไหมว่า จะต้องไปแสวงหาผู้ดับสันท หรือจะต้องไปแสวงหาพระอริยบุคคลเป็นรายบุคคล ใครบอกว่า เป็นพระอริยบุคคล ก็เชื่อ เชื่อได้ไหม

ถ. ข้อความที่ว่า ตนเป็นที่พึ่งของตน จะเข้ากับข้อความนี้ได้อย่างไร



สุ. ถ้าตนไม่สอนตน ไม่ประพฤติปฏิบัติด้วยตนเอง จะให้ผู้อื่นประพฤติปฏิบัติให้ได้ไหม ก็ไม่ได้

จักขุวิญญาณ การเห็น เทียงหรือไม่เทียง

รูป รูปารมณ์ เทียงหรือไม่เทียง

โสตวิญญาณ การได้ยิน เทียงหรือไม่เทียง

สัททวารมณ์ เสียงที่กำลังปรากฏ เทียงหรือไม่เทียง

เป็นผู้ที่มีปกติเจริญสติ ท่านจะไม่สงสัยเคลือบแคลงว่า พระอรหันต์คนนั้นรู้แจ้งลักษณะของนามและรูปตามปกติทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจนี้เองจึงได้บรรลุอุรียสัจได้ ในขณะที่เพิ่งเริ่มเจริญสติปัฏฐาน สติเริ่มเจริญขึ้นบ้าง อาจจะเคลือบแคลงสงสัยได้ ความเคลือบแคลงไม่ใช่ว่าจะหมดไปได้ทันที กำลังแข็งส่วนใด กำลังอ่อน หรือกำลังเย็น กำลังร้อน ความเคลือบแคลงเกิดขึ้นได้ ยังไม่หมดง่าย ๆ ไม่ใช่พอเจริญนิมิตหนึ่งก็บรรลุอมรรคผลนิพพาน

ท่านที่เริ่มเจริญสติปัฏฐานย่อมจะสงสัยว่า แข็งอย่างนี้ไม่เห็นดับ ยังคงแข็งอยู่ ยังคงอ่อนอยู่ รู้ว่าเป็นรูป ลักษณะนี้ปรากฏเป็นลักษณะแข็งหรืออ่อน แต่ความเคลือบแคลง ความสงสัย ความยึดถือนามรูปว่าเป็นตัวตนนั้นยังมีอยู่มาก ยังไม่หมดไปเลย เทียบได้กับปริยัติ คือ พระอภิธรรมปิฎก เวลาเห็นก็ตาม ได้ยินก็ตาม ได้กลิ่นก็ตาม รู้รสก็ตาม สัมผัสกระทบสิ่งหนึ่งสิ่งใดก็ตาม แล้วสติเกิดขึ้นเพียงนิดเดียว หลังจากนั้นโมหะท่วมทับเป็นเวลานาน สติยังไม่เจริญพอที่จะรู้ลักษณะของนามและรูปที่ต่างกันทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ

ท่านเพียงเริ่มระลึกลักษณะของนามหรือรูปได้ที่ละทาง ทีละเล็กทีละน้อย เพราะฉะนั้น เวลาที่เกิดสติระลึกรู้ลักษณะของรูปทางหนึ่งทางใด หรือนามทางหนึ่งทางใดขึ้นแล้ว หลังจากนั้นหลงลืมสติ ไม่ได้พิจารณานามรูปมากสักเท่าไร ท่วมทับด้วยอวิชชา แล้วสติค่อย ๆ เกิดแทรกขึ้นทีละเล็กทีละน้อย ทีละลักษณะของนามและรูป ต้องเป็นในลักษณะอย่างนี้ เจริญสติเนื่อง ๆ บ่อย ๆ จนกว่าปัญญาจะรู้ชัด



ถ้าเจริญสติเป็นปกติ ปัญญาเพิ่มมากขึ้น จะไม่สงสัยเลยว่า พระอรหันต์บุคคลสามารถรู้แจ้งลักษณะของนามและรูปที่ปรากฏเป็นปกติในชีวิตประจำวันนั่นเอง

เพราะฉะนั้น ผู้เจริญสติปฏิฐานต้องพิจารณาสังขารธรรมทั้งปวง ไม่ว่าจะเป็น ฌณสถานใด ขณะไหน สภาพของจิตเป็นสภาพที่สงบ หรือสภาพที่ไม่สงบ อย่างไรก็ตามสติจะต้องตามพิจารณาลักษณะของสังขารธรรมทั้งปวงจึงจะรู้ชัดว่า สังขารธรรมทั้งปวงนั้นไม่ใช่ตัวตน

ข้อความใน **สัลเลขสูตร** บางตอน มีต่อไปว่า

จักไม่มีความโกรธ

ต้องการบรรลุอรหัตตธรรมใช้ไหม ต้องการหมดกิเลสด้วยหรือไม่ วันหนึ่ง ๗ มีชีวิตเป็นปกติธรรมดา ถ้าเกิดโกรธขึ้นแล้วสติเกิดขึ้นรู้ว่า ลักษณะของจิตในขณะนั้นเป็นสภาพที่หยาบกระด้าง ท่านที่จะขัดเกลาด้วยคิดว่าเราจะไม่โกรธ ก็ทำให้ท่านเป็นผู้ที่แสวงหาหนทางที่จะดับความโกรธ ข้อความใน สัลเลขสูตร แสดงให้เห็นว่า เป็นเรื่องของสติจริง ๆ

เวลาโกรธ บางคนก็หมดไปโดยง่าย แต่บางคนก็ยังผูกโกรธ คือ ความโกรธนั้น รัดรังใจไว้อย่างน้อย เมื่อนึกถึงก็โกรธอีก ทำไมเรื่อนั้นนิดเดียว แต่โกรธต่อไปอีกได้นานนั้นเป็นความผูกโกรธ แต่ผู้มีสติระลึกได้อีก เพราะฉะนั้น สติมีอุปการคุณมาก ไม่เป็นโทษเป็นภัยอะไรเลย

จักไม่ลบหลู่คุณท่าน

พระธรรมของพระผู้มีพระภาคนั้น ไม่ใช่ทรงแสดงไว้สำหรับให้ผู้ที่ได้ยินได้ฟังแล้วไปคิดถึงคนอื่น แต่สำหรับสอนตนเอง เพราะเหตุว่าบางท่านไม่ว่าจะอ่านพระไตรปิฎก หรือฟังธรรม คิดว่าเป็นคนอื่น พระพุทธเจ้าท่านช่างรู้ละเอียดถึงความไม่ดีต่าง ๆ ของเขา แต่สำหรับใจของตนเองมีกิเลส หรือมีสิ่งที่จะต้องขัดเกลามากน้อยประการใด บางท่านไม่รู้ ไปรู้ของคนอื่น อย่างความลบหลู่มีลักษณะอย่างไร ตัวท่านเคยมีบ้างไหม ถ้ามีแล้ว ควรเป็นผู้ไม่ลบหลู่เพื่อขัดเกลา



สำหรับเรื่องของความลบหลู่ นั้น ได้แก่ การกระทำซึ่งทำให้การกระทำดีของ
คุณุศลหรือบรรพชิตเสียไป ไม่ว่าใครจะทำคุณงามความดีมากเท่าใดผู้ที่ลบหลู่ก็ไม่
ปรารถนา หรือไม่กระทำให้คุณงามความดีนั้นปรากฏ ผู้ที่ลบหลู่ย่อมกระทำให้คุณงาม
ความดีของคุณุศลหรือบรรพชิตนั้นเสียไป

ท่านอุปมาเหมือนกับคนที่ยากจนขัดสน แล้วมีท่านผู้หนึ่งมีจิตเมตตาอุปการะ
แต่ภายหลังก็กล่าวคำว่า ท่านได้ทำอะไรแก่เรา คือ ไม่เห็นคุณของผู้ที่มีคุณ หรือ
บรรพชิตที่มีอาจารย์ มีอุปัชฌาย์สงเคราะห์ให้ศึกษาเล่าเรียน ตั้งแต่เป็นสามเณรน้อย
เมื่อศึกษาเล่าเรียนเป็นผู้ที่ฉลาดเปรื่องปราดเปรื่อง เป็นที่นับถือของพระราชามหากษัตริย์
และบุคคลทั่วไปแล้ว ภายหลังก็ไม่ยำเกรงอาจารย์อุปัชฌาย์ ลบหลู่ว่า ไม่ได้ทำอะไร
ให้

นี่ก็เป็นลักษณะที่ถ้าเกิดมีขึ้นแม้เพียงน้อยนิด สติไม่เกิดระลึกในขณะนั้นว่า จะ
ขัดเกลา ก็เป็นผู้ที่สะสมอกุศลต่อไป

เพราะฉะนั้น ที่กล่าวถึงสัลเลขสูตรเพื่อให้เห็นคุณของสติ แม้ท่านพระวัชชีสะ
ยังกล่าวว่า เวลาที่มานะเกิดกับท่านท่านก็รู้ ก่อนที่ท่านจะเป็นพระอรหันต์มานะก็ต้อง
มี แต่คุณของสติ คือ การระลึกได้ มีอุปการะที่ว่า ถ้าผู้ใดเจริญสติเนื่อง ๆ บ่อย ๆ
เวลาที่สติเกิดขึ้นระลึกถึงลักษณะของนามและรูปในขณะนั้น ก็สามารถละอกุศลธรรมใน
ขณะนั้นตามขั้นของสติ จนสามารถดับกิเลสได้แน่นอน

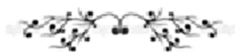
ถ. ที่อาจารย์บรรยายการเจริญสติปัฏฐาน มีบางท่านกล่าวว่าการบรรยาย
ของอาจารย์นี้ห้ามผู้เจริญสติปัฏฐานไปสู่สำนักใดสำนักหนึ่งโดยเฉพาะ ผมก็บอกว่า
กระผมได้ฟังคำบรรยายนี้เหมือนกันแต่ไม่เคยทราบอาจารย์ห้ามไว้เช่นนั้น อาจารย์
เพียงแค่แนะนำว่า การเจริญสติปัฏฐานนั้นจะเจริญที่ใดก็ได้ ไม่จำกัด ที่ใดมีรูปนามที่
นั้นเจริญได้ทั้งนั้น และท่านอาจารย์ยังพูดว่า การห้ามใครไม่ให้ไปในที่ใดนั้น ไม่ใช่
วิสัย แล้วแต่ฉันท์ของแต่ละบุคคล เพราะฉะนั้น ผมอยากจะให้อาจารย์ย้ำอีกสักครั้ง
หนึ่งว่า การที่อาจารย์บรรยายนี้ไม่ได้ห้ามใครไม่ให้ไปเจริญสติปัฏฐาน ณ สำนักใด



ส. ท่านผู้ฟังต้องการผู้ตัดสินใจ ผู้ชี้ขาด หรือต้องการไตร่ตรองธรรมด้วยตัวเอง เพราะบางท่านไม่สามารถตัดสินใจ หรือไตร่ตรองด้วยตนเอง เป็นผู้ที่เคยเชื่อในบุคคลมานานทีเดียว

เพราะฉะนั้น ถ้ามีศรัทธาในบุคคลใด บุคคลนั้นกล่าวว่าอย่างใดก็ถือว่าถูกต้อง เป็นจริง แล้วก็ปฏิบัติตามทุกประการ แต่ถ้าจะเปลี่ยนความเชื่อจากบุคคลนั้นไปสู่อีกบุคคลหนึ่ง ก็ยังเป็นผู้ที่ต้องการความแน่ใจ ความมั่นใจที่จะให้ชี้ขาด หรือตัดสินใจ หรือกล่าวเป็นวาจาออกไป เพราะเคยชินกับการที่จะประพฤติกปฏิบัติตามด้วยศรัทธาต่อบุคคลมานาน

ดิฉันเองไม่อยากจะให้ท่านผู้ฟังถือคำพูดของบุคคลหนึ่งบุคคลใดเป็นเครื่องตัดสินใจ เป็นเครื่องชี้ขาด แต่ใครที่จะให้ท่านผู้ฟังไตร่ตรอง ธรรมพิสุจน์ธรรมด้วยตัวเอง เพราะความจริงนั้นเป็นสิ่งที่ทนต่อการพิสุจน์





๗๓



เช่นเดียวกับการเห็นรูปารมณ์ที่กำลังปรากฏ ได้ยินกับเสียง กลิ่นกับการรู้กลิ่น รสต่าง ๆ กับการรู้รส เย็น ร้อน อ่อน แข็ง กับการรู้โผฏฐัพพะต่าง ๆ ซึ่งทนต่อการ พิสูจน์ และเมื่อท่านพิสูจน์ด้วยการเจริญสติ ก็จะตรงต่อเหตุผล

สำหรับผู้ที่เป็นผู้ปฏิบัติ จำกัดอยู่ในห้องเล็ก ๆ ณ สถานที่หนึ่งสถานที่ใด เป็นชีวิตตามปกติจริง ๆ เป็นอริยาคัยจริง ๆ ของท่านหรือไม่ บางท่านอาจจะกล่าวว่า ในพระไตรปิฎกมีแสดงว่า บางท่านบรรลุขณะที่กำลังบิณฑบาตในพระนครสาวัตถี บางท่านที่กำลังเดินบิณฑบาตอยู่ แล้วเห็นช้างดัดศร ก็คิดว่าควรจะดัดตน ฝึกตน จึง ไม่บิณฑบาต ไปสู่กุฏิ แล้วเจริญสมณธรรมบรรลุมรรคผล จริง ๆ แล้วไม่ขึ้นกับสถานที่ หรืออิริยาบถ ขณะที่กำลังเดินก็บรรลุได้ แล้วแต่ว่าอินทรีย์นั้นจะแก่กล้าในขณะใด

ปัญหาของท่านผู้ฟังก็เป็นเหตุหนึ่งที่ทำให้ดิฉันกล่าวถึง **สัลเลขสูตร** ที่ว่า

ผู้ที่ตนเองจมอยู่ในเปือกตมอันลึกแล้ว จักยกขึ้นซึ่งบุคคลอื่นที่จมอยู่ในเปือกตม อันลึก ข้อนี้เป็นฐานะที่จะมีไม่ได้

แต่ผู้ที่ตนเองไม่จมอยู่ในเปือกตมอันลึกแล้ว จักยกขึ้นซึ่งบุคคลอื่นที่จมอยู่ใน เปือกตมอันลึก ข้อนี้เป็นฐานะที่จะมีได้

ถ้าไม่ศึกษาพระธรรมของพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าแล้วทุกคนคาดคะเน ธรรมตามความคิด ความเชื่อ ความเข้าใจของตนเอง ซึ่งมีโอกาสผิดได้มาก เพราะ อวิชชา ความไม่รู้ แต่ถ้าศึกษาก็จะทำให้เข้าใจธรรมแจ่มแจ้งขึ้น

สติมีหลายชั้น สติระลึกเป็นไปในทานก็มี ระลึกได้เป็นไปในศีลก็มี ในการเจริญ ความสงบเป็นสมถภาวนาก็มี เป็นการเจริญปัญญา รู้ลักษณะของนามและรูป เป็น สติปัญฐานก็มี

๓. ดิฉันฟังอาจารย์พูดว่า ให้ละตัวตน เช่น บ้านถูกไฟไหม้หมดเนื้อหมด ตัว ขณะนั้นจะให้เจริญสติอะไรที่จะไม่ทุกข์



ส. ถ้ามีเหตุการณ์อย่างนั้นเป็นปัจจัยให้จิตประเภทใดเกิด จิตประเภทนั้นก็
ต้องเกิด โทมนัสก็มี แต่ผู้ที่เจริญสติเป็นปกติระลึกได้ รู้ลักษณะของนามและรูปที่
ปรากฏในขณะนั้น ไม่บังคับ และไม่ไขว้มีแต่โทมนัส เห็นก็มี ได้ยินก็มี เป็นสิ่งที่ควร
จะต้องระลึกถึงทั้งนั้น

จะคิดแก้ไขอย่างไร จะคิดทำอะไร นั่นเป็นนามธรรมที่คิดอ่านไป ไม่ใช่
ตัวตนทั้งนั้น ไม่ว่าธรรมใดเกิดขึ้น ไม่ใช่บังคับไม่ให้เกิด แต่ไม่ว่าธรรมใดเกิดขึ้น สติ
ระลึกถึงลักษณะของสภาพธรรมนั้นตามความเป็นจริง อาจะร้องไห้ มีการรู้สึกตัว
ระลึกถึงลักษณะของลักษณะเย็น ๆ น้ำอุ่น ๆ ก็เป็นของจริง เป็นโณวัฐัพพารมณ ซึ่งไม่ใช่
ตัวตน เกิดขึ้นแล้วก็ดับไป

ถ. การเจริญสติปัฏฐานนี้แก้จนได้ไหม แก้ทุกข์ได้ไหม

ส. ถ้าปัจจุบันนี้ยากจน จนเป็นผลของอดีต ถ้าปัจจุบันนี้ทุกข์ ทุกข์ใน
ปัจจุบันนี้ก็เป็นผลของเหตุในอดีต เพราะฉะนั้น จะแก้จน จะแก้ทุกข์ ก็ต้องเจริญเหตุ
ที่จะดับไม่ให้ทุกข์เกิด ไม่ให้จนเกิด

ถ้าใครกำลังจนในขณะนี้ ก็เป็นผลของอดีตที่ได้กระทำแล้ว

ขอตอบจดหมายของผู้ต้องขังเรือนจำกลาง ราชบุรี ท่านเขียนมาเล่าว่า ท่านมี
หน้าที่เปิดวิทยุให้ผู้ต้องขังฟังเป็นประจำ และได้ฟังการบรรยายธรรม ได้พิจารณาธรรม
ในยามว่างเสมอ พยายามเข้าใจให้ชัดเจนว่า เป็นแต่เพียงรูปและนามที่ไม่เที่ยง
เพราะฉะนั้น ท่านผู้นั้นมีความเห็นว่า ไม่ว่าจะอยู่ในส่วนไหนของโลก แม้แต่ในที่จอง
จำ ก็คลายความทุกข์ลงได้

เป็นไปได้ไหมที่เมื่อผู้ใดศึกษาธรรมของพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า เมื่อเข้าใจ
และปฏิบัติตามย่อมคลายความทุกข์ คลายความกังวลได้ไม่ว่าจะอยู่ที่ใด เป็นผู้ที่ไม่
เหงา ไม่ตรึงไปในเรื่องไร้สาระ แต่มีสติพิจารณาธรรม พร้อมกันนั้นเมื่อเข้าใจแล้วก็
ระลึกถึงลักษณะของนามและรูปที่กำลังปรากฏ

นี่ก็เป็นสิ่งที่จะทำให้ผู้นั้นลืมนึกถึงความทุกข์ ลืมนึกความปรารถนาที่จะไปสู่
สถานที่อื่นได้ ซึ่งถ้าเป็นอย่างนั้นก็ทำให้ความทุกข์ลดน้อยลง ไม่เหมือนกับผู้ที่ไม่ฟัง



ธรรม จิตใจไม่เป็นไปในธรรม ถึงแม้ว่ามีความจำเป็นที่จะต้องอยู่ในที่นั้น ก็อดอัดไม่มีความสุข ไม่มีความพอใจ มีความทุกข์ ดิ้นรนที่จะพ้นจากที่ซึ่งตนเองจะต้องอยู่ ไม่มีใครสามารถที่จะเลือกได้เลยว่า ใครจะอยู่ที่ไหน

วันนี้อาจจะอยู่สบายที่บ้าน วันต่อไปอาจจะไปอยู่โรงพยาบาลก็ได้ หรือที่อื่นก็ได้ แต่ผู้ที่มีธรรมของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าอยู่ด้วย ย่อมพิจารณาใคร่ครวญธรรม แล้วปฏิบัติธรรมได้ทุกหนทุกแห่ง ไม่ว่าท่านจะอยู่ที่ใด และย่อมได้รับความเบาใจ เพราะเหตุว่าได้ประพฤติตามพระธรรมวินัย

ท่านผู้ฟังท่านนี้มีคำถาม คือ

ข้อที่ ๑ ในฐานะที่ผมยังไม่เคยเรียนวิปัสสนาเลยนั้น ผมจะฝึกได้บ้างไหม

ข้อที่ ๒ มีอาจารย์ที่ไหนบ้างที่จะกรุณาแนะนำให้กระผมได้บ้างสำหรับในข้อที่ ๑ ที่ว่า ในฐานะที่ยังไม่เคยเรียนวิปัสสนาเลย จะฝึกได้หรือไม่

ตอบ สำหรับการเจริญสติปัฏฐานนั้นอย่าคิดว่าจะทำ เพราะถ้าคิดว่าจะทำแล้วไม่สามารถรู้ลักษณะของสิ่งที่กำลังมี กำลังปรากฏ การเจริญสติปัฏฐานเป็นการศึกษาให้เข้าใจสภาพธรรมตามความเป็นจริงว่า ธรรมทั้งหลายเป็นอนัตตา ไม่อยู่ในอำนาจบังคับบัญชา

การที่จะให้สติเกิดขึ้นได้เนื่อง ๆ บ่อย ๆ นั้น ต้องเริ่มฟังการเจริญสติปัฏฐาน และรู้ลักษณะของสติ ถ้าไม่เคยเจริญสติปัฏฐานเลย เมื่อฟังแล้วเข้าใจว่า แท้ที่จริงแล้วสภาพของสติไม่เหมือนกับสภาพที่ทำให้สงบเป็นสมาธิ สภาพที่ระลึกได้นั้นเป็นสติแล้วแต่ว่าจะเป็นสติขั้นพิจารณาธรรม หรือเป็นสติที่กำลังใส่ใจรู้ลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏ ไม่เลือกเลย

สติจะใส่ใจระลึกในขณะที่กำลังเห็นว่า สิ่งที่กำลังปรากฏทางตานั้นเป็นของจริงอย่างหนึ่งเท่านั้น เป็นสิ่งที่จะต้องรู้บ่อย ๆ เนื่อง ๆ เพื่อจะแยกสภาพรู้ทางตาจากสิ่งที่ปรากฏทางตาว่า ทั้งสองอย่างนั้นไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน สภาพที่กำลังเห็นทางตาก็เกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัย เป็นสภาพรู้ ส่วนสิ่งที่ปรากฏ สติจะต้องระลึกด้วย เพื่อทราบชัดถึงความต่างกันของสภาพรู้กับสิ่งที่ปรากฏทางตา



อาจจะสงสัยว่า นามกับรูปที่ปรากฏทางตาต่างกันอย่างไร แต่ความจริงแล้วไม่ใช่สภาพธรรมเดียวกันเลย ถ้าระลึกว่าขณะที่กำลังเห็น ที่เห็นนี้เป็นสภาพรู้ไม่ใช่ตัวตน เกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัย นั่นเป็นนามธรรม แต่ถ้าท่านไม่ได้ระลึกว่า ขณะนี้ที่กำลังเห็นเป็นสภาพรู้ แต่สิ่งใด ๆ ก็ตามที่ปรากฏ ไม่ว่าจะเคยเรียกว่าสัตว์ เรียกว่าบุคคล เรียกว่าวัตถุสิ่งของต่าง ๆ ลักษณะของสิ่งที่ปรากฏทางตาก็เป็นสีสังวรณะต่าง ๆ ไม่จำเป็นต้องใช้ชื่ออะไรเลย ท่านอาจจะรู้ว่าเป็นคน ความรู้ว่าเป็นคนไม่ผิด แต่นั่นเป็นนามธรรมอีกชนิดหนึ่ง ซึ่งไม่ใช่ลักษณะของสีสังวรณะต่าง ๆ

ปัญญาจะต้องเกิดขึ้นรู้ชัดในแต่ละลักษณะ เห็นคน แล้วก็ได้ยินเสียงคนด้วย เริ่มแยกความเป็นสัตว์บุคคล หรือแม้แต่วัตถุสิ่งใด ๆ ก็ตาม รูปทางตาก็คืออย่างหนึ่ง รูปทางหูก็อย่างหนึ่ง รูปทางตาก็เป็นแต่เพียงสีของคนที่เราเคยรู้จัก เคยยึดถือว่าเป็นคนนั้นคนนี้ พอได้ยินเสียงของเขา เสียงก็เป็นแต่เพียงของจริงอย่างหนึ่งที่เกิดขึ้นปรากฏทางหู ไม่ปรากฏทางอื่นเลย จะว่าเป็นของใครก็ได้ไม่ได้ เพราะอาศัยเหตุปัจจัย ทำให้เสียงนั้นเกิดขึ้นแล้วก็หมดไป ไม่สามารถจะยึดจะจับเสียงนั้นให้คงทนถาวรว่าเป็นเสียงของคนนั้นอยู่เรื่อย ๆ เป็นแต่เพียงสิ่งที่เกิดปรากฏแล้วก็หมดไปเท่านั้นเอง

แต่เพราะปัญญายังไม่รู้ชัดที่จะแยกความต่างกันของนามและรูป ทางตาก็คืออย่างหนึ่ง ทางหูก็อย่างหนึ่ง ทางจมูกก็อย่างหนึ่ง ทางลิ้นก็อย่างหนึ่ง ทางกายก็อย่างหนึ่ง ทางใจก็อย่างหนึ่ง เมื่อไม่รู้ชัด เคยรวมกันอยู่อย่างไร ก็เป็นกลุ่มก้อนอยู่อย่างนั้น

เพราะฉะนั้น การเจริญสติไม่ใช่ทำให้จิตสงบ แล้วไม่รู้เห็นที่กำลังมี ได้ยินที่กำลังมี หรือสีสังวรณะที่กำลังปรากฏ เสียงที่กำลังปรากฏ เย็น ร้อน อ่อน แข็ง ที่กำลังปรากฏ หรือรู้เย็น ร้อน อ่อน แข็งที่กำลังปรากฏ ถ้าไม่รู้อย่างนี้ ก็ไม่เป็นการเจริญปัญญา ไม่สามารถที่จะละคลายการยึดถือในสัตว์ในบุคคล ในตัวตนได้

นี่เป็นเหตุผลที่ว่า เพราะเหตุใดจึงจะต้องรู้ชัดในลักษณะของนามและรูปแต่ละทาง ทั้งทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจตามปกติด้วย

สำหรับท่านที่ยังไม่เคยเจริญสติเลย อาจจะสงสัยว่าท่านจะเจริญสติปฏิฐานได้ไหม ถ้าท่านฟังธรรม พิจารณาธรรมจนเข้าใจถูกต้องแล้ว ความเข้าใจที่ถูกต้องนั้นจะ



อุปการะให้ระลึกได้ สติจะระลึกถึงลักษณะของนาม หรือรูป ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย หรือทางใจก็ได้ ไม่มีตัวตนที่เลือก พอสติเริ่มเกิดใส่ใจที่ลักษณะของ นาม หรือรูปทางหนึ่งทางใด ก็รู้ได้ว่า ในขณะที่นั้นเป็นลักษณะของสติ ไม่ใช่ลักษณะ ของการหลงลืมสติ

นี่เป็นสิ่งที่ปัญญาจะเริ่มเจริญขึ้นทีละเล็กทีละน้อย ด้วยการที่รู้ว่าเริ่มมีสติแล้ว คือ เริ่มใส่ใจพิจารณาถึงลักษณะของนามหรือรูปทางหนึ่งทางใด ซึ่งเป็นนามรูปปกติ ธรรมดาทุกอย่าง เป็นชีวิตจริง ๆ ไม่ใช่เป็นการหลบหลีกไปสร้างขึ้นโดยไม่รู้ลักษณะ ของนามและรูปที่กำลังปรากฏ เพราะเหตุว่าอะไรจะเป็นของจริงกว่ากัน

ถ้าท่านหลบหลีกไป ทำให้ชีวิตความเป็นอยู่ อาหาร โภชนะต่าง ๆ ไม่เป็นปกติ แล้วเวลาที่ชีวิตตามปกติจริง ๆ จะละการยึดถือสภาพนามและรูปต่าง ๆ เหล่านั้นว่า เป็นตัวตนได้อย่างไร

เพราะฉะนั้น คงจะไม่มีปัญหาที่ว่า ไม่เคยเรียนวิปัสสนาเลย จะฝึก หรือจะ เจริญสติปัญญาได้ไหม ข้อสำคัญให้ทราบว่า การเจริญสติปัญญาเป็นปกติใน ชีวิตประจำวัน กำลังเห็น กำลังได้ยิน สติเกิดได้ไหม กำลังเห็น กำลังได้ยินในขณะที่ เอง ยังไม่ถึงพຼ່ງนี้ เพียงในขณะที่มีนามมีรูปปรากฏแล้ว เพราะฉะนั้น ผู้เจริญสติไม่ คอย ไม่หวังที่จะไปหาอารมณ์อื่นที่ยังไม่ปรากฏ

เพื่อประกอบความเข้าใจ ขอกล่าวถึง **สังยุตตนิกาย นิทานวรรค กพารัตตติยวรรค ที่ ๔**

ในครั้งนั้น พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ พระวิหารเชตวัน พระผู้มีพระภาค ตรัสว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุย่อมจงใจ ย่อมดำริ และครุ่นคิดถึงสิ่งใด สิ่งนั้นเป็น อารัมมณปัจจัยเพื่อความตั้งอยู่แห่งวิญญาณ เมื่อมีอารัมมณปัจจัย ความตั้งมั่นแห่ง วิญญาณจึงมี เมื่อวิญญาณนั้นตั้งมั่นแล้ว เจริญขึ้นแล้ว ความบังเกิด คือ ภพใหม่ ต่อไปจึงมี



เมื่อมีความบังเกิด คือ ภพใหม่ต่อไป ชาติ ขรา และมรณะ ไสกะ ปริเทวะ ทุกข โทมนัส และอุปายาสจึงมีต่อไป ความเกิดขึ้นแห่งกองทุกข์ทั้งมวลนี้ ย่อมมีด้วยประการอย่างนี้

ฟังข้อความนี้ คงจะได้ความคิดที่ว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุยอมจงใจ ย่อมดำริ และครุ่นคิดถึงสิ่งใด สิ่งนั้นเป็น อารัมมณปัจจัย เพื่อความตั้งอยู่แห่งวิญญาน

ทุกอย่างที่จะเกิดต้องมีปัจจัย แม้แต่จิต ถ้าไม่มีปัจจัยเกิดไม่ได้ เมื่อมีจิตเกิดขึ้น ต้องมีเหตุปัจจัยให้เกิดขึ้น และจิตเป็นธรรมชาติที่รู้อารมณ์ เพราะฉะนั้น อารมณ์ที่จิตรู้เป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้จิตประภทนั้นเกิดขึ้น การเป็นปัจจัยของอารมณ์ นั้นชื่อว่า อารัมมณปัจจัย คือ เป็นปัจจัยโดยเป็นอารมณ์ของจิต ถ้าภิกษุยังจงใจ หรือดำริ และครุ่นคิดถึงสิ่งใด สิ่งนั้นเป็นอารัมมณปัจจัย เพื่อความตั้งอยู่แห่งวิญญาน

ข้อความต่อไปมีว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย เมื่อภิกษุไม่จงใจ ไม่ดำริ และไม่ครุ่นคิดถึงสิ่งใด สิ่งนั้น ย่อมไม่เป็นอารัมมณปัจจัย เพื่อความตั้งอยู่แห่งวิญญาน เมื่อไม่มีอารัมมณปัจจัย ความตั้งมั่นแห่งวิญญานจึงไม่มี เมื่อวิญญานนั้นไม่ตั้งมั่นแล้ว ไม่เจริญขึ้นแล้ว ความบังเกิด คือ ภพใหม่ต่อไปจึงไม่มี เมื่อความบังเกิด คือ ภพใหม่ต่อไปไม่มี ชาติ ขรา มรณะ ไสกะ ปริเทวะ ทุกขะ โทมนัสสะ และอุปายาสต่อไปจึงดับ ความดับแห่งกองทุกข์ทั้งมวลนี้ ย่อมมีด้วยประการอย่างนี้

ที่ว่าเมื่อความบังเกิด คือ ภพใหม่ต่อไปไม่มี ชาติ ขรา มรณะ ไสกะ ปริเทวะ ทุกขะ โทมนัสสะ และอุปายาสต่อไปจึงดับ เวลานี้ชาติมีแล้ว ขราก็ต้องมี มรณะก็ต้องมี และเมื่อมีชาติ มีการเกิดแล้ว จะพ้นจากไสกะ ปริเทวะ ทุกขะ โทมนัสสะ และอุปายาสนั้นเป็นไปไม่ได้เลย

แต่เมื่อใดความบังเกิด คือ ภพใหม่ต่อไปไม่มี ชาติ ขรา มรณะ ไสกะ ปริเทวะ ทุกขะ โทมนัสสะ และอุปายาสจึงไม่มีต่อไป



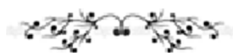
ทรงแสดงเพื่อให้เห็นว่า ถ้ายังมีความหวัง มีความต้องการ มีความจงใจ ซึ่งเป็นลักษณะของอภิชฌา เป็นลักษณะของตัณหา ไม่ได้ทำลายความต้องการเลย แต่ว่าการเจริญสตินั้นไม่ใช่ให้จงใจ คอยอารมณ์ที่ยังไม่เกิด แต่ระลึกรู้ลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏในขณะนั้นนั่นเอง จึงจะดับภพชาติได้

ถ. ที่อาจารย์อธิบายแล้ว อยากทราบว่า เอาอะไรมาเจริญสติ แล้วให้มีสติอยู่กับอะไร

ส. เอาอะไรมาเจริญสติ ขณะนี้มีอะไรบ้างต้องรู้ เห็นมี สัมผัสวรรณะต่าง ๆ มี ได้ยินมี เสียงมี นี่คือสิ่งที่สติจะต้องระลึกรู้สิ่งที่กำลังปรากฏ แล้วก็รู้ชัด ไม่หลงเข้าใจผิดในลักษณะของเสียงกับได้ยิน ถ้าไม่เจริญสติ อาจจะเอาเสียงมาเป็นได้ยินก็ได้ แยกไม่ออกเลย แต่ผู้ที่เจริญสติไม่หลงเข้าใจผิด

การขัดเกลาในชีวิตประจำวันนั้น ถ้าไม่เข้าข้างตัวเอง ท่านเป็นคนดีทุกประการ หรือเปล่า ทางกายหาที่ติไม่ได้เลย ทางวาจาจะมีใครติก็ไม่ได้ ทุกโอกาส ทุกวันเวลา หรือไม่ ก็จะได้เห็นว่า ยังมีกิเลสมาก ไม่ได้ลดน้อยไปเลย และถ้าไม่เจริญสติ อวิชชา ท่วมทับ โภคะ โทสะ โมหะมากมายสักแค่ไหน ผู้ที่เห็นว่า ทางกายก็ดีแล้ว ทางวาจาก็ดีแล้ว ไม่ต้องขัดเกลาอะไรอีกนั้น ไม่รู้จักตนเองตามความเป็นจริง

เพราะฉะนั้น เวลาที่ท่านเป็นอยู่ตามปกติในชีวิตประจำวัน คงจะมีกายบ้าง วาจาบ้างซึ่งอาจไม่ควรไม่เหมาะ และถ้าสติไม่เกิดขึ้นในขณะนั้น ไม่ระลึกรู้ลักษณะของกายที่ไหวไปบ้าง วาจาที่ไหวไปบ้างในลักษณะที่ไม่เหมาะไม่ควร ท่านมีหนทางที่จะขัดเกลาความไม่ดีงามทางกายทางวาจานั้นให้หมดได้ไหม ถ้าสติในขณะนั้นไม่เกิดขึ้น ไประลึกได้ที่หลัง ก็เป็นอย่างนี้ไปเรื่อย ๆ ทุกวัน ๆ เพราะหลงลืมสติ เพราะสติไม่เกิดในขณะที่กายไหวไปบ้าง หรือว่าจิตกำลังคิดที่จะพูดอย่างนั้นบ้างอย่างนี้บ้าง ไม่สามารถวิวัติ ไม่สามารถที่จะระลึกได้ว่า แม้ขณะนั้นก็เป็นนามเป็นรูป





๗๔



แต่ถ้าท่านเจริญสติเป็นปกติ สามารถละอกุศล หรือกายวาจาที่ไม่ดีไม่งามไม่เหมาะสมไม่ควรได้ มีสติที่ระลึกได้แม้ในขณะนั้นทีเดียว และจะสังเกตได้ว่า ถ้าท่านเป็นผู้ที่เจริญสติ เวลาที่เกิดโลภะ โทสะ แล้วเว้น วิรติในขณะนั้น และก็รู้ด้วยว่าลักษณะนั้นเป็นนามหรือเป็นรูป

ถ้าเป็นสิ่งที่ไม่ดีที่ท่านมานาน ท่านก็ทราบว่าเป็นสิ่งนี้เกิดเพราะมีปัจจัย คือ การสะสมมานานมากจึงทำให้กายวาจาเป็นอย่างนั้น ใครสะสมกายวาจามาในลักษณะใด ก็ทำให้บุคคลนั้นเป็นอย่างนั้น แต่ถ้าเจริญสติ สติสามารถเกิดขึ้นแม้ในขณะนั้น

เพื่อประกอบความเข้าใจในการเจริญสติปัฏฐานในชีวิตประจำวัน ขอกล่าวถึง **สังยุตตนิกาย นิทานวรรค ทสพล วรรคที่ ๓**

ในครั้งนั้น พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ พระวิหารเชตวัน ครั้นนั้นเป็นเวลาเย็น ท่านพระภุมมิจะออกจากที่เรือน เข้าไปหาท่านพระสารีบุตรถึงที่อยู่ ครั้นแล้วได้สนทนาปราศรัยกับท่านพระสารีบุตร แล้วสนทนากันเรื่องกรรมตามความคิดเห็นของสมณพราหมณ์ต่าง ๆ ท่านพระอาณนทีได้ยินการสนทนาระหว่างท่านพระสารีบุตรกับท่านพระภุมมิจะ ท่านพระอาณนทีก็ได้ไปเฝ้าพระผู้มีพระภาคกราบทูลถ้อยคำสนทนาของท่านพระสารีบุตรกับท่านพระภุมมิจะเท่าที่มีมาแล้วทั้งหมดแด่พระผู้มีพระภาค

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า ตามที่ท่านพระสารีบุตรพยากรณ์นั้น ชื่อว่าพยากรณ์โดยชอบ แล้วพระผู้มีพระภาคก็ได้ทรงแสดงธรรมกับท่านพระอาณนทีว่า

บุคคลรู้สึกตัว ย่อมปรุ้งแต่งกายสังขารซึ่งเป็นปัจจัยให้สุขและทุกข์อันเป็นภายในให้เกิดขึ้นบ้าง บุคคลไม่รู้สึกตัว ก็ย่อมปรุ้งแต่งกายสังขารซึ่งเป็นปัจจัยให้สุขและทุกข์อันเป็นภายในเกิดขึ้นบ้าง

บุคคลรู้สึกตัว ย่อมปรุ้งแต่งวจีสังขารซึ่งเป็นปัจจัยให้สุขและทุกข์อันเป็นภายในเกิดขึ้นบ้าง บุคคลไม่รู้สึกตัว ก็ย่อมปรุ้งแต่งวจีสังขารซึ่งเป็นปัจจัยให้สุขและทุกข์อันเป็นภายในเกิดขึ้นบ้าง



บุคคลรู้สึกตัว ย่อมปรุงแต่งมโนสังขารซึ่งเป็นปัจจัยให้สุขและทุกข์อันเป็นภายในเกิดขึ้นบ้าง บุคคลไม่รู้สึกตัวก็ย่อมปรุงแต่งมโนสังขารซึ่งเป็นปัจจัยให้สุขและทุกข์อันเป็นภายในเกิดขึ้นบ้าง

ดูกร อานนท อวิชชาแทรกอยู่แล้วในธรรมเหล่านี้

ดูกร อานนท ก็เพราะอวิชชาดับด้วยสํารอกโดยไม่เหลือ กายซึ่งเป็นปัจจัยให้สุขและทุกข์อันเป็นภายในเกิดขึ้นจึงไม่มี วาจาซึ่งเป็นปัจจัยให้สุขและทุกข์อันเป็นภายในเกิดขึ้นจึงไม่มี ใจซึ่งเป็นปัจจัยให้สุขและทุกข์อันเป็นภายในเกิดขึ้นจึงไม่มี

นี่แสดงถึงบุคคลที่รู้สึกตัวกับบุคคลที่ไม่รู้สึกตัว ปกติเป็นบุคคลไหนมาก บุคคลไม่รู้สึกตัว เพราะฉะนั้น ขอให้พิจารณาพยานะว่า บุคคลไม่รู้สึกตัวย่อมปรุงแต่งกายสังขาร วจีสังขาร มโนสังขารซึ่งเป็นปัจจัยให้สุขและทุกข์อันเป็นภายในเกิดขึ้นบ้าง จริงหรือไม่จริง

บุคคลผู้ไม่รู้สึกตัว ที่เคยหลงลืมสติเป็นเวลานานมาก มีกายสังขารใหม่ มีการกระทำทางกายใหม่ มีวจีสังขาร คำพูดต่าง ๆ ที่ทำให้เกิดสุขเกิดทุกข์บ้างใหม่ มีใจที่ตรึงไปคิดไปทำให้เป็นสุขเป็นทุกข์เกิดขึ้นบ้างใหม่ นี่เป็นบุคคลผู้ไม่รู้สึกตัว

ส่วนบุคคลที่รู้สึกตัว ในพยานะนี้กล่าวว่

บุคคลรู้สึกตัว ย่อมปรุงแต่งกายสังขาร วจีสังขาร มโนสังขารซึ่งเป็นปัจจัยให้สุขและทุกข์อันเป็นภายในเกิดขึ้นบ้าง

ไม่ผิดปกติเลย พุดได้ คิดได้ ทำได้โดยเป็นผู้รู้สึกตัว ขณะพูด ผู้เจริญสติที่จะบรรลุดุคคุณธรรมเป็นพระอรหันต์ต้องมีสติระลึกถึงลักษณะของนามและรูปในขณะนั้นว่าเป็นเพียงลักษณะของนามและรูปที่เกิดขึ้นปรากฏตามเหตุปัจจัยเท่านั้น

ขอตอบปัญหาข้อที่ ๒ ของผู้ต้องขังเรือนจำกลางราชบุรีที่ถามว่า มีอาจารย์ที่ไหนบ้างที่จะกรุณาแนะนำให้ผมได้บ้าง

ตอบ ขอให้ท่านพิจารณาความต้องการของท่านว่า ต้องการอาจารย์เพื่อปฏิบัติตามคำของอาจารย์ หรือเพื่อช่วยให้เข้าใจธรรมของพระผู้มีพระภาคชัดเจนถูกต้องไม่คลาดเคลื่อน เพราะเหตุว่าพระผู้มีพระภาคมิได้ทรงแต่งตั้งให้บุคคลใดเป็น



ศาสดาแทนพระองค์ เพราะฉะนั้น ผู้ใดกล่าวธรรมของพระผู้มีพระภาค ฟังธรรมของพระผู้มีพระภาค ชื่อว่าฟังครูบาอาจารย์ หรือฟังธรรม คือ พระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า การไปหาครูบาอาจารย์ก็เพื่อให้เข้าใจธรรมของพระผู้มีพระภาคถูกต้อง

ถ. ดิฉันมีข้อสงสัยว่า การศึกษาพระไตรปิฎกซึ่งเป็นตัวหนังสือ เทียบกับมาศึกษาในอารมณ์ ในขั้น ๕ ของเรา ในตัวเรานี่ อาจารย์บอกให้เจริญสติ สิ่งไหนจะมีประโยชน์กว่ากัน

ส. มีประโยชน์ทั้ง ๒ ประการ เพราะถ้าไม่ได้ฟังธรรมเลย จะมีผู้ใดเจริญสติได้บ้าง มีผู้ใดจะพิจารณารูปนาม ขั้น ๕ ได้บ้าง ก็ไม่มี แต่ที่พิจารณารูปนามขั้น ๕ ก็เพราะอาศัยการฟังธรรมจากพระไตรปิฎกนั่นเอง และไม่ควรเพียงแค่ว่าฟังแต่ไม่เจริญสติปัฏฐาน

ที่พระผู้มีพระภาคทรงแสดงธรรมไว้ก็เพื่ออุปการะให้ผู้ศึกษาประพฤติปฏิบัติตามด้วย เพราะฉะนั้น ผู้ที่จะได้ประโยชน์มาก คือ ผู้ที่ศึกษาแล้วประพฤติปฏิบัติตาม ไม่ใช่เพียงแค่ศึกษาเท่านั้น

สังยุตตนิกาย มหาวรรค อปมาทวรรคที่ ๑๐ ตถาคตสูตรที่ ๑ มีข้อความว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย สัตว์ทั้งหลายที่ไม่มีเท่าก็ดี มี ๒ เท่าก็ดี มี ๔ เท่าก็ดี มีเท่ามากก็ดี มีรูปก็ดี ไม่มีรูปก็ดี มีสัญญาก็ดี ไม่มีสัญญาก็ดี มีสัญญาก็มิใช่ ไม่มีสัญญาก็มิใช่ก็ดี มีประมาณเท่าใด พระตถาคตอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า บัณฑิตกล่าวว่า เป็นผู้เลศกว่าสัตว์เหล่านั้น ฉนฺได กุศลธรรมเหล่าใดเหล่านั้นทั้งหมดนั้น มีความไม่ประมาทเป็นมูล รวมลงในความไม่ประมาท ความไม่ประมาท บัณฑิตกล่าวว่า เลศกว่ากุศลธรรมเหล่านั้น ฉนฺนํนั้นเหมือนกัน

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย อันภิกษุผู้ไม่ประมาทแล้ว พึงหวังข้อนี้ได้ว่า จักเจริญอริยมรรคอันประกอบด้วยมรรคมองค์ ๘ จักกระทำให้มากซึ่งอริยมรรคอันประกอบด้วยองค์ ๘



คนที่ประมาทในการเจริญสติ วันหนึ่ง ๆ ชีวิตก็ผ่านไปด้วยความเพลิดเพลินทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ หลงยึดถือเป็นไปกับการเป็นตัวตน แต่ผู้ที่เห็นโทษเห็นภัยย่อมระลึกได้ สติอาจจะเกิดทีละเล็กทีละน้อยในตอนต้น แต่ยังดีกว่าที่สติไม่เคยเกิดเลย ไม่เคยพิจารณาลักษณะของนามและรูปเลย

ข้อความต่อไปมีว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ก็ภิกษุผู้ไม่ประมาท ย่อมเจริญอริยมรรคอันประกอบด้วยองค์ ๘ ย่อมกระทำให้มากซึ่งอริยมรรคอันประกอบด้วยองค์ ๘ อย่างไรเล่า

ภิกษุในธรรมวินัยนี้ย่อมเจริญสัมมาทิฏฐิ อันอาศัยวิเวก อาศัยวิราคะ อาศัยนิโรธ น้อมไปในการสละ ย่อมเจริญสัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ สัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ อันอาศัยวิเวก อาศัยวิราคะ อาศัยนิโรธ น้อมไปในการสละ

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุผู้ไม่ประมาทย่อมเจริญอริยมรรคอันประกอบด้วยองค์ ๘ ย่อมกระทำให้มากซึ่งอริยมรรคอันประกอบด้วยองค์ ๘ อย่างนี้แล

ถ้าเวลานี้สติไม่เกิด ประมาท หรือไม่ประมาท กำลังนั่งกันอยู่ในขณะนี้ ประมาท ถ้าสติไม่เกิด

พญฺชนะทั้งหมด คือ วิเวกก็ดี วิราคะก็ดี นิโรธก็ดี น้อมไปในการสละก็ดี มีอรรถอย่างเดียวกัน

คนในโลกนี้มีอัธยาศัยต่าง ๆ กัน บางคนก็จะชอบสังคม ชอบอยู่กับเพื่อนฝูงมากหน้าหลายตา แต่บางคนไม่ชอบยุ่งเกี่ยวกับใครเลย นั่นเป็นคนที่ต้องการละกิเลสหรือยัง

เพราะฉะนั้น ความหมายของวิเวก เป็นวิราคะ เป็นนิโรธ เป็นสภาพที่น้อมไปในการสละ อย่าเข้าใจเอาเองว่า จะปลีกตัวไปอยู่ตามลำพังเป็นวิเวก แต่ไม่เคยคิดสละกิเลสเลย อย่างนั้นไม่ใช่วิเวก และถ้าจะดูในพระสูตรอื่นต่อไป เช่น ใน **ตถาคตสูตรที่ ๒** ข้อความโดยนัยเดียวกัน แต่พญฺชนะเปลี่ยนเพื่อกันความเข้าใจผิด เช่น มีข้อความว่า



ย่อมเจริญสัมมาทิฏฐิ และมรรคองค์อื่น ๆ มีอันกำจัดราคะเป็นที่สุด มีอันกำจัดโทสะเป็นที่สุด มีอันกำจัดโมหะเป็นที่สุด

นี่คือความหมายของการสละ การละ เพื่อวิราคะ นิโรธนั่นเอง แต่ว่าพยัญชนะเปลี่ยน เพื่อให้เข้าใจว่า ที่เป็นวิเวกที่ดี ที่เป็นวิราคะที่ดี ที่เป็นสภาพที่เป็นการน้อมไปในการสละนั้น ก็คือละราคะเป็นที่สุด ละโทสะเป็นที่สุด ละโมหะเป็นที่สุด

คำว่า เป็นที่สุด ในที่นี้คือเป็นสมุจเฉท ไม่เกิดอีก ไม่ใช่เพียงระงับ หรือบังคับไม่ให้โลภะเกิด อย่างเวลาที่โลภะเกิด มรรคมองค์ ๘ ไม่ใช่พยายามไปบังคับไม่ให้เกิด แต่ผู้เจริญสติปัฏฐานเจริญมรรคมองค์ ๘ มีสัมมาทิฏฐิเกิดขึ้นรู้ว่า ลักษณะนั้นเป็นนามธรรมชนิดหนึ่ง นี่จึงจะเป็นการกำจัดราคะเป็นที่สุด คือ เป็นสมุจเฉทจริง ๆ ไม่เกิดอีกเป็นลำดับขั้น คือ ตั้งแต่ขั้นที่ดับความเห็นผิด สักกายทิฏฐิที่ยึดถือโลภะนั้นว่าเป็นตัวตน ที่ยึดถือโทสะว่าเป็นตัวตน ที่ยึดถือโมหะว่าเป็นตัวตน ไม่ใช่ไปพยายามบังคับไม่ให้โลภะเกิด แต่มรรคมองค์ ๘ มีสัมมาทิฏฐิเกิดขึ้นพร้อมกับสัมมาสติระลึกรู้ว่า สภาพที่กำลังปรากฏลักษณะของโลภะนั้นเป็นนามธรรมชนิดหนึ่ง ไม่ใช่ตัวตน

ด้วยวิธีอย่างนี้จึงสามารถกำจัดราคะเป็นที่สุดได้ สามารถกำจัดโทสะเป็นที่สุดได้ สามารถกำจัดโมหะเป็นที่สุดได้ คือ เป็นสมุจเฉท ไม่ให้เกิดอีกเลยได้

ตถาคตสูตรที่ ๓ มีข้อความว่า

ย่อมเจริญสัมมาทิฏฐิ และมรรคองค์อื่น ๆ อันหยั่งลงสู่อมตะ

อมตะเป็นอีกชื่อหนึ่งของนิพพาน คือ สภาพที่ไม่ตาย เมื่อเป็นสภาพที่ไม่ตาย ก็ต้องเป็นสภาพที่ไม่เกิด จึงจะไม่ตายได้

ย่อมเจริญสัมมาทิฏฐิ และมรรคองค์อื่น ๆ หยั่งลงสู่อมตะ มีอมตะเป็นเบื้องหน้า มีอมตะเป็นที่สุด

ตถาคตสูตรที่ ๔ ก็มีข้อความโดยนัยเดียวกัน แต่เปลี่ยนพยัญชนะให้ชัดเจนยิ่งขึ้น คือ มีข้อความว่า



ย่อมเจริญสัมมาทิฐิ และมรรคองค์อื่น ๆ ต่อไป อันน้อมไปสู่นิพพาน น้อม
ไปสู่นิพพาน โอนไปสู่นิพพาน

แทนที่จะใช้คำว่าวิเวก วิราคะ นิโรธ หรือว่าน้อมไปในการสละ ก็ใช้พยัญชนะ
ชัดเจนตรงทีเดียวว่า อันน้อมไปสู่นิพพาน น้อมไปสู่นิพพาน โอนไปสู่นิพพาน

ถ้าไม่พิจารณาอาจจะเข้าใจผิด คิดว่าการปลีกกายเป็นวิเวก แต่การปลีกกาย
ยังไม่ใช่วิเวก เพราะวิเวกมี ๒ อย่าง กายวิเวก กับ จิตวิเวก

ผู้ที่เห็นว่า การคลุกคลีด้วยหมู่คณะเจริญสติปัฏฐานยากปัญญาเกิดยาก ไม่
สามารถประพฤติเป็นไปได้ จึงสละอาคารบ้านเรือนออกบวชเป็นบรรพชิต เป็นกาย
วิเวก และต้องเจริญสติปัฏฐานเพื่อจิตวิเวกด้วย นั้นสำหรับบรรพชิต แต่การเจริญ
มรรคมงคล ๘ นั้นไม่ได้จำกัดเฉพาะบรรพชิตเท่านั้น ชาวสาวิก็เจริญมรรคมงคล ๘ ได้
เพราะแต่ละคนเป็นนามเป็นรูปที่สะสมเหตุปัจจัยมาไม่เหมือนกัน ไม่ใช่ต้องเอาอย่าง
กัน อย่างบางท่านก็ข้องใจในเรื่องของการเจริญอานาปานสติว่า ท่านให้พิจารณาลม
หายใจเข้าออก ยาวสั้นก็ให้รู้ หรือว่าปิติเกิดก็ให้รู้

การเจริญสติปัฏฐานนั้นสำหรับทุกคน ในครั้งพุทธกาล ไม่ว่าผู้ที่จะเจริญ
อานาปานสติบรรลุมานจิตตั้งแต่ปฐมฌานไปถึงปัญจฌาน แต่ถ้าในขณะที่จิตของ
บุคคลที่เจริญอานาปานสติ ฌานจิตเกิด หรือถ้ายังไม่เกิด หรือเพียงปิติปรากฏ ผู้ที่
สามารถระลึก รู้ลักษณะของนาม หรือรูปที่กำลังปรากฏในขณะนั้น ก็เป็นสติปัฏฐาน
หมายความว่า สติสามารถระลึก รู้ลักษณะของนามใด ๆ รูปใด ๆ ได้ทั้งสิ้น เพราะว่า
การเจริญสติที่ละการหลงยึดถือนามรูปว่าเป็นตัวตนได้นั้น จะต้องรู้จักนามรูปที่เกิดกับ
ตน ซึ่งแต่ละบุคคลไม่เหมือนกันเลย ใครสะสมมาในเรื่องอะไร มากน้อยอย่างไร
สติปัญญาของผู้ที่จะต้องรู้ และละคลายการที่เคยยึดถือนามรูปที่เกิดกับตน ไม่ใช่ที่
เกิดกับบุคคลอื่น

เพราะฉะนั้น ไม่จำเป็นว่าต้องเป็นบรรพชิต ซึ่งมีกายวิเวก ขณะนี้เย็นบ้างไหม
เป็นลักษณะหนึ่งแล้ว หรือคิดบ้างไหม เป็นอีกลักษณะหนึ่งแล้ว ไม่เหมือนกันเลย
เวลาที่เย็น สติเกิดขึ้นรู้ตรงที่เย็น รู้ที่ไหน ขณะนั้นสิ่งนั้นก็พื้นฐาน เป็นที่ตั้งของสติ



ลักษณะนั้นปรากฏ ความจริงแต่ละรูปแต่ละนามมีลักษณะของตนชัดเจน แต่ปัญญา
ยังไม่แยกชัด เพราะความเป็นตัวตนคอยคิดจะทำ คอยคิดจะจดจำ คอยคิดจะอยาก
รู้อยากดู แต่ไม่ใช่รู้ลักษณะของนามและรูปเพิ่มมากขึ้นแล้วก็ประจักษ์ชัดจริง ๆ ว่า
เป็นแต่ละลักษณะ

ผู้ที่เห็นคุณของสติ คือ ผู้ที่เจริญสติ พอสติเริ่มเกิด เริ่มระลึก รู้ เริ่มพิจารณา
ลักษณะของนามและรูป ก็จะเห็นว่า ไม่เคยเป็นอย่างนี้มาก่อน ไม่เคยรู้ที่ลักษณะของ
สิ่งที่กำลังปรากฏ ซึ่งถ้ารู้บ่อย ๆ เนือง ๆ ความรู้นั้นก็ชัดขึ้นมากขึ้น เพราะฉะนั้น ผู้ที่จะ
เห็นคุณของสติ เห็นคุณของธรรม เห็นคุณของการเจริญมรรคมีองค์ ๘ นั้น ก็คือผู้ที่
เจริญสตินั่นเอง

สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค ภิกขุณีสสูตร มีข้อความว่า

ที่เมืองสาวัตถี ครั้นนั้นเวลาเช้า ท่านพระอานนท์เข้าไปยังสำนักของภิกษุณี
แห่งหนึ่ง แล้วนั่งบนอาสนะที่เขาปูลาดไว้ ครั้นนั้นภิกษุณีมารูปเข้าไปหาท่านพระ
อานนท์ ไหว้ท่านพระอานนท์ แล้วจึงนั่ง ณ ที่ควรส่วนข้างหนึ่ง ครั้นแล้วจึงพูดขึ้นว่า

ข้าแต่พระอานนท์ผู้เจริญ ภิกษุณีมารูปในธรรมวินัยนี้ มีจิตตั้งมั่นดีแล้วใน
สติปัฏฐาน ๔ ย่อมรู้คุณวิเศษอันยิ่งยกว่าอื่นจากคุณวิเศษในกาลก่อน

ท่านพระอานนท์ตอบว่า

น้องหญิง ข้อนี้เป็นอย่างนั้น ข้อนี้เป็นอย่างนั้น ภิกษุหรือภิกษุณีสรูปใดรูปหนึ่ง
มีจิตตั้งมั่นแล้วในสติปัฏฐาน ๔ ภิกษุหรือภิกษุณีสรูปนั้นพึงหวังข้อนี้ได้ว่า จักรู้คุณวิเศษ
อันยิ่งยกว่าอื่นจากคุณวิเศษในกาลก่อน

ลำดับนั้น ท่านพระอานนท์ ยังภิกษุณีเหล่านั้นให้เห็นชัด ให้สมาทาน ให้อาจ
หาญ ให้ร่าเริงด้วยธรรมมีกตา แล้วลุกจากอาสนะหลีกไป ครั้นแล้วท่านพระอานนท์ก็
เที่ยวไปบิณฑบาตในพระนครสาวัตถี ในเวลาปัจฉามฤต กลับจากบิณฑบาต เข้าไป
เฝ้าพระผู้มีพระภาคถึงที่ประทับ กราบทูลการสนทนากับภิกษุณีในตอนเช้าให้ทรง
ทราบ

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า



ดูกร อานนท์ ข้อนี้อย่างนั้น ข้อนี้อย่างนั้น ภิกษุหรือภิกษุณีรูปใดรูปหนึ่งมีจิตตั้งมั่นดีแล้วในสติปัฏฐาน ๔ ภิกษุหรือภิกษุณีรูปนั้นพึงหวังข้อนี้ได้ว่า จักรู้คุณวิเศษอันยิ่งยกว่าอื่นจากคุณวิเศษในกาลก่อน

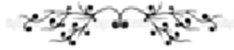
สติปัฏฐาน ๔ เป็นไฉน

แล้วพระผู้มีพระภาคก็ได้ทรงแสดงสติปัฏฐาน ๔ แก่ท่านพระอานนท์





๗๕



ภิกษุหรือภิกษุณีรูปใดรูปหนึ่งมีจิตตั้งมั่นแล้วในสติปัฏฐาน ๔

คำว่า **จิตตั้งมั่นแล้วในสติปัฏฐาน ๔** หมายความว่า ไม่เห็นผิด ไม่ดำริผิด ไม่เข้าใจผิดในการเจริญสติปัฏฐานจึงจะถือว่าเป็นผู้ที่ตั้งมั่นในสติปัฏฐาน ๔

ท่านผู้ฟังตั้งมั่นในสติปัฏฐาน ๔ แล้วหรือยัง ไม่เข้าใจผิด ไม่ดำริผิด ไม่เห็นผิด ในการเจริญสติปัฏฐาน ๔ ถ้าเป็นอย่างนั้นก็เป็นที่หวังได้ว่า จักรู้คุณวิเศษอันยิ่งย่องอย่างอื่นจากคุณวิเศษในกาลก่อน

ท่านผู้ฟังที่สนใจในธรรม อยากจะมีจักขุทิพย์ โสตทิพย์ อยากจะเห็นอะไร ๆ ที่คนอื่นไม่เห็น อยากจะได้ยินเสียงอะไรที่คนอื่นไม่ได้ยิน อยากจะระลึกชาติได้ หรืออยากรู้กาลอนาคตข้างหน้า หรืออยากรักษาโรค หรืออยากจะทำอะไรที่เป็นคุณวิเศษบ้างไหม

ตอบ อยากครับ

ส. ถ้าอย่างนั้นก็ไม่มีโอกาสที่จะรู้คุณวิเศษอันยิ่งย่องอย่างอื่นจากคุณวิเศษในกาลก่อน คุณวิเศษที่ยังไม่ได้เจริญสติปัฏฐานก็อาจเป็นไปในความสงบ ในอิทธิปาฏิหาริย์ต่าง ๆ แต่ไม่ใช่คุณวิเศษที่รู้จักตนเองอย่างถูกต้อง เพราะการเจริญสติปัฏฐาน การที่สติจะเกิดขึ้นระลึกถึงลักษณะของนามและรูปนั้น ไม่ใช่ที่อื่น แต่ที่ตนเอง

ใครกำลังเห็น ใครกำลังได้ยิน ใครกำลังเป็นสุข ใครกำลังเป็นทุกข์ ใครกำลังริษยา ใครกำลังมีมานะ ใครกำลังมีมัจฉริยะ ทั้งหมดที่เป็นความจริงที่เกิดขึ้น สติระลึกถึงลักษณะของนามและรูปนั้น ๆ ตามความเป็นจริงมากขึ้น ชัดขึ้น ถูกต้องขึ้น เป็นคุณวิเศษที่ไม่เคยมีในกาลก่อน คือ คุณวิเศษที่รู้จักตนเองอย่างถูกต้องชัดเจน ไม่หลงเข้าใจผิด ไม่หลงยึดถือว่าเป็นตัวตน นี่ดีกว่าตาทิพย์หูทิพย์ไหม



นี่เป็นความหมายของพยัญชนะนั้น และสำหรับการเจริญสติปัฏฐานก็เป็นปกติจริง ๆ เพราะแต่ละคนมีนามมีรูปที่ได้สะสมมาในลักษณะต่าง ๆ กันที่สติจะต้องระลึกรู้จนกระทั่งละลาย เพราะเหตุว่าพิจารณามากขึ้น รู้มากขึ้น ละเอียดขึ้น ทัวขึ้น จึงจะละลายการยึดถือนามรูปว่าเป็นตัวตนได้จริง ๆ รู้เล็กน้อยละไม่ได้ คลายไม่ได้ ต้องรู้ชัดเจนถูกต้องทั้ง ๖ โลก แยกออกได้ แทงตลอดจริง ๆ จึงจะละการยึดถือว่าเป็นตัวตนเป็นสัตว์ เป็นบุคคล

ไม่สำคัญว่าจะเป็นเพศบรรพชิต หรือว่าจะเป็นฆราวาส จะอยู่ ณ สถานที่ใดเมื่อเป็นผู้ที่ไม่ประมาท สติก็เกิดขึ้นระลึกรู้ลักษณะของนามและรูปในขณะนั้น โดยที่คนอื่นไม่สามารถรู้ได้ว่า ขณะนี้สติของผู้ใดกำลังระลึกรู้นามหรือรูปอะไรที่เกิดกับตนในขณะนั้นตามความเป็นจริง เป็นชีวิตปกติจริง ๆ

สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค สิริวัฑฒสูตร มีข้อความว่า

สมัยหนึ่งท่านพระอานนทอยู่ ณ พระวิหารเวฬุวันใกล้พระนครราชคฤห์ ก็สมัยนั้นสิริวัฑฒคฤหบดีอาพาธเป็นไข้หนัก ได้ให้คนไปกราบเท้าท่านพระอานนท ขอบความอนุเคราะห์ให้ท่านพระอานนทไปบ้านของสิริวัฑฒคฤหบดี

ท่านพระอานนทก็รับคำด้วยดุชนิภาพ แล้วได้ไปยังบ้านของสิริวัฑฒคฤหบดี ครั้นแล้วก็ได้ถามถึงความไข้ของสิริวัฑฒคฤหบดี

สิริวัฑฒคฤหบดีก็ตอบว่า

ทุกขเวทนากำเวิบหนัก ไม่เสื่อมคลาย ไม่ทุเลาเลย

ท่านพระอานนทก็ได้กล่าวกับสิริวัฑฒคฤหบดีว่า

ดูกร คฤหบดี เพราะเหตุนั้นแหละ ท่านพึงศึกษาอย่างนี้ว่า เราจักพิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสีย

จักพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสีย



จักพิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัด
อภิชฌาและโทมนัสในโลกเสีย

จักพิจารณาเห็นธรรมในธรรมอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัด
อภิชฌาและโทมนัสในโลกเสีย

ดูกร คฤหบดี ท่านพึงศึกษาอย่างนี้แล

เป็นสิ่งที่ควรเตือนบุคคลที่กำลังเป็นไข้หนัก มีทุกขเวทนาเกิดขึ้นมากทีเดียวใน
ขณะนั้นว่า สิ่งที่มีประโยชน์ที่สุดในช่วงนั้น คือ พิจารณากายในกาย เวทนาใน
เวทนา จิตในจิต ธรรมในธรรม ในขณะที่สภาพธรรมนั้น ๆ กำลังปรากฏ

สิริวัฑฒคฤหบดีก็ได้กล่าวกับท่านพระอานนทว่า

ธรรม คือ สติปัฏฐาน ๔ เหล่าใด ที่พระผู้มีพระภาคทรงแสดงแล้ว ธรรม
เหล่านั้นมีอยู่ในกระผม และกระผมย่อมเห็นชัดในธรรมเหล่านั้น ก็กระผมย่อม
พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและ
โทมนัสในโลกเสีย

ย่อมพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาอยู่ ย่อมพิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่
ย่อมพิจารณาเห็นธรรมในธรรมอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌา
และโทมนัสในโลกเสีย

ข้าแต่ท่านผู้เจริญ ก็สังโยชนอันเป็นส่วนเบียดต่ำ ๕ เหล่าใด ที่พระผู้มีพระภาค
ทรงแสดงไว้ กระผมยังไม่แลเห็นสังโยชนข้อใดข้อหนึ่งที่ยังละไม่ได้แล้วในตน

ท่านพระอานนทก็ได้กล่าวกับคฤหบดีนั้นว่า

ดูกร คฤหบดี เป็นลาภของท่าน ท่านได้ดีแล้ว อนาคามีผลอันท่านได้กระทำ
ให้แจ้งแล้ว

ขณะนั้นท่านพระอานนทเป็นพระโสดาบันบุคคล แต่คฤหบดีท่านนี้เป็นพระ
อนาคามีบุคคล เวลาที่ท่านเจ็บหนัก ท่านก็ให้คนไปกราบเท้าท่านพระอานนท แล้วขอ
ความอนุเคราะห์ให้มาหาท่านที่บ้าน เป็นเรื่องปกติธรรมดา ไม่จำเป็นที่ท่านจะต้องไป
วิเวกอยู่คนเดียว ไม่พบไม่เห็นใคร ไม่พูดอะไร เป็นอหังการ เมื่อท่านต้องการพบผู้



ทรงศีลเหนือกว่าท่าน คือ โดยธรรมท่านเป็นพระอนาคามีบุคคล แต่พระอนาคามีบุคคลเป็นผู้ที่ไม่หลงผิดในตน ตนเองเป็นฆราวาส เป็นคฤหัสถ์ มีคุณธรรมขั้นพระอนาคามี แต่ไม่ใช่บรรพชิต ทางด้านธรรมก็เป็นเรื่องหนึ่ง แต่ทางด้านศีล ผู้ที่เป็นบรรพชิตก็เป็นบรรพชิตตามความเป็นจริง คือ เป็นผู้ทรงศีลมากกว่าฆราวาส

เพราะฉะนั้น เวลาที่คฤหบดีไม่สบาย ทั้ง ๆ ที่ท่านเจริญสติเป็นปกติ พิจารณาภายในกาย เวทนาในเวทนา จิตในจิต ธรรมในธรรม ท่านก็ไม่ใช่ว่าวิเวก ไม่ต้องการพบ ไม่ต้องการเห็นใคร แต่ก็ยังให้คนไปกราบทำขอความอนุเคราะห์ท่านพระอาณนทซึ่งท่านพระอาณนทก็แสดงธรรมีกถาที่มีประโยชน์ คือ ให้ระลึกในกาย ในเวทนา ในจิต ในธรรม ไม่ใช่มีแต่สิริวัฑฒนคฤหบดี แต่ยังมีคฤหบดีท่านอื่นอีก อย่างเช่น **มานทินนสูตร ข้อ ๗๙๓** มานทินนคฤหบดี เป็นพระอนาคามี ก็โดยนัยเดียวกัน

ถ้าเข้าใจการเจริญสติปัฏฐานไม่ตรงตามความเป็นจริงแล้ว คฤหบดีท่านนี้ก็จะไม่ไปนิมนต์ท่านพระอาณนทไปที่บ้าน จะต้องอยู่วิเวกตามลำพัง แล้วพิจารณานามรูปแต่นี้ไม่ใช่อย่างนั้นเลย เป็นปกติธรรมดาทุกประการ

ถ. มีคนเขาพูดกันว่า ขณะที่มิเวทนากลับไม่สามารถจะเจริญสติได้

สุ. เขาวาก็ช่างเขา ท่านพระอาณนทท่านว่าอย่างนี้ มิฉะนั้น ท่านพระอาณนทก็ต้องบอกว่า ให้เวทนาลดคลายเสียก่อนแล้วจึงค่อยเจริญสติ เรื่องของเขาก็เรื่องของเขา เรื่องของพระไตรปิฎก เรื่องธรรม เรื่องของเหตุผล ต้องไตร่ตรอง สอบทานเทียบเคียงกับความเป็นจริงด้วย

ถ. มีคำถาม ๒ ข้อ ข้อ ๑ ถามว่า นามรู้รูปได้อย่างเดียว หรือนามรู้นามได้ไหม ถ้ารู้ได้ นามรู้นามได้อย่างไร

สุ. นามเป็นสภาพรู้ และรู้ได้ทุกอย่างที่มีจริง ไม่ว่าสิ่งที่มีจริงนั้นจะเป็นสภาพที่ไม่ใช่สภาพรู้ หรือจะเป็นสภาพรู้ก็ตาม ความสุขมีจริงไหม ความทุกข์มีจริงไหม ใครไม่มีบ้าง การเห็นใครไม่มี การได้ยินใครไม่มี มีทั้งนั้นสิ่งที่มีจริง สติเป็นนามธรรม เป็นสภาพที่ระลึกถึงลักษณะของสิ่งที่มีจริงที่กำลังปรากฏ ไม่ใช่ไประลึกถึงสิ่งที่ไม่มี



ถ. ข้อ ๒ คนเรามีนามรูปหรือ หรือนามรูปนี้ชาวโลกเข้าใจว่าเป็นคน

สุ. สภาพของนามและรูปที่ประชุมรวมกัน หลงยึดถือว่าเป็นสัตว์ เป็นบุคคล แต่ว่าลักษณะจริง ๆ ก็เป็นแต่เพียงนามและรูป นามก็เป็นสภาพรู้ รู้สึก คิดนึก จำได้ เป็นสุข เป็นทุกข์ ส่วนรูปนั้นก็ไม่ใช่สภาพรู้ การเจริญสติปัฏฐานเป็นการรู้ชัดในลักษณะของนามและรูป เพราะฉะนั้น ปัญญาที่แทงตลอดรู้ชัดจริง ๆ ในลักษณะของแต่ละนามแต่ละรูปนั้น ต้องเจริญให้มีมากจึงจะรู้ชัดได้

ปารสสูตร สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค (เป็นเครื่องให้ถึงฝั่ง) มีข้อความว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ธรรม ๘ ประการนี้ ที่บุคคลเจริญแล้ว กระทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อถึงฝั่ง จากที่มีไฉฝั่ง ธรรม ๘ ประการเป็นไฉน คือ

ความเห็นชอบ ดำริชอบ เจรจาชอบ การงานชอบ เลี้ยงชีพชอบ พยายามชอบ ระลึกชอบ ตั้งมั่นชอบ

ธรรม ๘ ประการนี้แล ที่บุคคลเจริญแล้ว กระทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อถึงฝั่ง จากที่มีไฉฝั่ง

พระผู้มีพระภาคผู้สุคตศาสดา ครั้นตรัสไวยาภรณ์ภาษิตนี้แล้ว จึงได้ตรัสคาถาประพันธ์ต่อไปอีกว่า

ในพวกมนุษย์ ชนที่ถึงฝั่งมีจำนวนน้อย แต่หมู่สัตว์นอกนี้ย่อมวิ่งไปตามฝั่งนั่นเอง ส่วนชนเหล่าใดประพฤติตามในธรรมที่พระผู้มีพระภาคตรัสดีแล้ว ชนเหล่านั้นข้ามบ่วงมฤตยูซึ่งแสนยากที่จะข้ามไปถึงฝั่งได้ บัณฑิตพึงละธรรมฝ่ายดำเสีย เจริญธรรมฝ่ายขาว ออกจากความอวลัย อาศัยธรรมอันไม่มีความอวลัยแล้ว พึงละกามเสีย เป็นผู้ไม่มีกิเลสเป็นเครื่องกังวล บรรณาความยินดีในวิเวกที่สัตว์ยินดีได้ยาก

บัณฑิตพึงยังตนให้ผ่องแผ้วจากเครื่องเศร้าหมองของจิต ชนเหล่าใดอบรมจิตดีแล้วโดยชอบ ในองค์เป็นเหตุให้ตรัสรู้ ไม่ถือมั่น ยินดีแล้วในความสละคืนความถือมั่น ชนเหล่านั้นเป็นผู้สิ้นอาสวะ มีความรุ่งเรือง บริณิพพานแล้วในโลกนี้

ในพระไตรปิฎกไม่พ้นไปจากเรื่องของวิเวก แต่ต้องเข้าใจความหมายด้วยที่ว่า เป็นผู้ไม่มีกิเลสเป็นเครื่องกังวล บรรณาความยินดีในวิเวก



เวลานี้ต้องการวิเวกอย่างไร ไหว่อยู่คนเดียว หรือวิเวก คือ การละระแคะ โทสะ โมหะ สิ้นกิเลส ถ้ายังมีกิเลสก็ไม่วิเวก ตรึงไปด้วยความยินดี อยู่คนเดียวก็ได้ แต่ว่าคิดเพลินไปไม่วิเวก ถ้าวิเวกจริง ๆ สงบจริง ๆ ต้องสิ้นระแคะ โทสะ โมหะ

ท่านที่เริ่มเจริญสติปัฏฐานถามว่า

รู้สึกตัวเองอยู่ได้โดยสงบ แต่ก่อนนี้จะต้องแวดล้อมด้วยบริวาร ด้วยเพื่อนฝูง มากหน้าหลายตา แต่เดี๋ยวนี้บ้านใหญ่ ๆ อยู่คนเดียวได้ และพอใจที่จะอยู่ด้วย เริ่มเจริญสติรู้ลักษณะของนามและรูป ทางนั้นบ้าง ทางนี้บ้าง บางทีก็รู้ที่เสียง บางทีก็รู้ที่คิดนึก รู้สึกว่าการอยู่คนเดียวเป็นสิ่งที่น่าพอใจที่จะอยู่อย่างนั้น

ตอบ ถ้าบุคคลนั้นจะละคลายการยึดถือนามและรูปว่าเป็นตัวตน ชีวิตจริง ๆ ของผู้นั้นอยู่กับบุคคลใดก็เจริญสติ เพื่อละคลายการยึดถือนามและรูปในขณะที่กำลังแวดล้อมหรือว่าใกล้ชิดกับบุคคลอื่น

นี่เป็นปัญหาที่จะต้องละเอียดจริง ๆ ไม่รู้ทั่วจะละไม่ได้เลย ก็พอใจไปหาความสงบ หรือได้อยู่ลำพังโดยที่สติไม่ได้พิจารณารู้ลักษณะของนามและรูปจริง ๆ ที่เกิดกับตน

ถ. ผมอยากขอคำอธิบายละเอียดที่ว่า โลภะ โทสะ โมหะ นี่เป็นตัวตนหรือไม่เป็นตัวตน

ส. โลภะเป็นสภาพของความพอใจ ผู้ที่ยังไม่เป็นพระอรหันต์ยังละไม่หมด ความพอใจตามปกติของแต่ละบุคคลไม่เหมือนกัน มากน้อยต่างกัน บางคนพอใจในรูปมากกว่าเสียง มากกว่ากลิ่น มากกว่ารส บางคนพอใจในเสียงมากกว่ารูป มากกว่ากลิ่น บางคนพอใจมากในรส สภาพของความพอใจเกิดขึ้นขณะใด ก็เพราะมีเหตุปัจจัยทั้งสิ้น ขณะใดที่ความพอใจเกิดขึ้น สติไม่เกิด ไม่ระลึกว่าลักษณะนั้นก็เป็นนามธรรมชนิดหนึ่งที่อาศัยเหตุปัจจัยนั้น ๆ เกิดขึ้น

ถ้าไม่รู้ลักษณะของโลภะในขณะนั้นว่าเป็นนามธรรมชนิดหนึ่ง ก็จะยึดถือโลภะ ความชอบใจที่กำลังปรากฏเกิดขึ้นในขณะนั้นว่าเราชอบใจ เราพอใจ แต่ความจริงสภาพของความพอใจก็เป็นนามธรรมชนิดหนึ่ง ไม่ใช่ตัวตน



เพราะฉะนั้น ผู้ที่เจริญสติกับผู้หลงลืมสติต่างกันที่ว่า ผู้ที่หลงลืมสติ เวลาที่เกิดความพอใจ ก็เป็นเราพอใจ เป็นตัวตน แต่ผู้ที่มีสติ เจริญสติ สติก็ระลึกถึงลักษณะของความพอใจที่เกิดปรากฏในขณะนั้นว่า เป็นลักษณะของนามธรรมชนิดหนึ่ง ไม่ยึดถือว่าเป็นตัวตน ค่อย ๆ คลายการยึดถือไปที่ละเล็กทีละน้อย

โทสะ โมหะ ก็โดยนัยเดียวกัน คือ โทสะเป็นความไม่แช่มชื่น ความหยาบ กระด้างของจิตซึ่งเกิดเป็นประจำ ถ้ายังไม่เป็นพระอนาคามีบุคคล แต่ผู้ที่หลงลืมสติ เวลาที่โทสะเกิด ก็เป็นเราโกรธ แต่ผู้เจริญสติรู้ว่า ลักษณะที่ไม่แช่มชื่น หยาบกระด้างของจิตนั้นเป็นนามธรรมชนิดหนึ่งซึ่งมีลักษณะไม่เหมือนโลภะ ไม่เหมือนเห็น ไม่เหมือนคิดนึก เป็นลักษณะที่ต่างกันของนามธรรมแต่ละชนิด

เวลาที่หลงลืมสติก็เป็นเรา เวลาเห็นแล้วจำได้ทันที ที่จำได้เป็นนามธรรมชนิดหนึ่ง เวลาเห็นแล้วรู้ว่าสิ่งที่เห็นเป็นอะไร เป็นสัญญา ความจำทางตา เวลาที่ได้ยินรู้ว่าเสียงอะไร เป็นสัญญาทางหู ความจำทางหูไม่ใช่ความจำทางตา เกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัยต่างกัน สภาพของความจำเป็นลักษณะนามธรรมชนิดหนึ่ง เวลาที่กำลังเห็นแล้วรู้ว่าเป็นสิ่งหนึ่งสิ่งใดเป็นนามธรรมชนิดหนึ่ง ไม่ใช่ตัวตน เวลาที่ได้ยินเกิดขึ้นแล้วรู้ความหมายของเสียง สัญญาทางหูเกิดขึ้น รู้ทางหู จำทางหู เป็นนามธรรมอีกชนิดหนึ่งแล้วก็ดับ แม้แต่สัญญาความจำก็ดับ ทางตาก็ดับ ทางหูก็ดับ ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจก็ดับทั้งนั้น

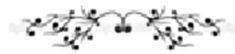
ถ้าระลึกได้แบบนี้ เนือง ๆ บ่อย ๆ ก็ไม่หลงยึดถือสภาพนามและรูปว่าเป็นตัวตน

ถ. นอกจากมรรคมงคล ๘ แล้ว ยังมีหนทางอื่นอีกไหมที่จะทำให้รู้ลักษณะของนามและรูปที่กำลังปรากฏ

สุ. ไม่มีเลย เพราะเหตุว่าในพระไตรปิฎกได้แสดงไว้แล้วว่า การเจริญสติซึ่งเป็นมรรคมงคล ๘ นั้นเป็นหนทางเอก เป็นทางเดียว ผู้ที่ศึกษาธรรมต้องพิจารณาใคร่ครวญเพื่อให้เข้าใจชัดด้วยตนเองว่า เป็นจริงเช่นนั้นไหม



มีนามมีรูปทุกขณะ รู้ได้ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ รู้
ว่าเป็นนามเป็นรูปโดยการฟัง รู้โดยการฟังว่านามรูปเกิดดับ ประจักษ์แล้วหรือยังว่า
เป็นนาม ไม่ใช่ตัวตน เป็นรูป ไม่ใช่ตัวตน เกิดขึ้นแล้วก็ดับไป ถ้าสติไม่ระลึกรู้ลักษณะ
ของนามและรูปที่กำลังปรากฏ จะประจักษ์ได้ไหม โดยเหตุผลก็ไม่ได้





๗๖



สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค อัมพปาลีสูตร มีข้อความว่า

สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ อัมพปาลีวัน ใกล้เมืองเวสาลี ณ ที่
นั้น พระผู้มีพระภาคตรัสเรียกภิกษุทั้งหลายว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย

ภิกษุเหล่านั้นทูลรับพระผู้มีพระภาคแล้ว พระผู้มีพระภาคได้ตรัสพระพุทธ
ภาษิตว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย หนทางนี้เป็นที่ไปอันเอก เพื่อความบริสุทธิ์ของสัตว์
ทั้งหลาย เพื่อก้าวล่วงความโศกและความร่ำไร เพื่อความดับสูญแห่งทุกข์และโทมนัส
เพื่อบรรลุนิพพานให้แจ้ง หนทางนี้ คือ สติปัฏฐาน ๔ สติปัฏฐาน
๔ เป็นไฉน

ซึ่งก็ได้แก่ การพิจารณาภายในกาย เวทนาในเวทนา จิตในจิต ธรรมในธรรม

มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ พึงกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย หนทางนี้เป็นที่ไปอันเอก เพื่อความบริสุทธิ์ของสัตว์
ทั้งหลาย เพื่อก้าวล่วงความโศกและความร่ำไร เพื่อความดับสูญแห่งทุกข์และโทมนัส
เพื่อบรรลุนิพพานให้แจ้ง หนทางนี้ คือ สติปัฏฐาน ๔ ฉะนั้นแล

พระผู้มีพระภาคได้ตรัสพระพุทธภาษิตนี้แล้ว ภิกษุเหล่านั้นชื่นชมยินดีพระ
ภาษิตของพระผู้มีพระภาค

ถ้ามีใครบอกให้เจริญสติ พิจารณาภายในกาย เวทนาในเวทนา จิตในจิต
ธรรมในธรรม ชื่นชมใหม่ ภิกษุเหล่านั้นชื่นชมยินดีในพระภาษิตของพระผู้มีพระภาค
เห็นจริงว่า หนทางเอก หนทางเดียวที่จะทำให้ไม่หลงเข้าใจผิดในอารมณ์ใด ๆ ไม่ได้
ให้ทำอะไรผิดปกติ แต่พิจารณาภายในกาย เวทนาในเวทนา จิตในจิต ธรรมในธรรม



ถ. ขณะใดที่ผมกำหนดจิตอยู่เหนือสะดือ ๒ นิ้ว ปรากฏว่าความรู้สึกนึกคิดต่าง ๆ ตับวบลงไป แล้วความรู้สึกนึกคิดของเราแยกออกไปอีกกายหนึ่ง ออกไปเป็นดวงกลม ๆ แล้วเราก็ตอยขึ้นไปบนอากาศ ไปเจอเมฆ ลมที่พัดแรง ๆ เรามองลงมาที่บ้าน คล้ายเป็นของเด็กเล่น ผมสงสัยว่า อะไรที่ออกไปจากสังขารนี้ เพราะสังขารเรานี้ไม่รับรู้ สิ่งที่เราได้ยินภายนอกไม่ยอมรับรู้ ผมสงสัยว่า อะไรรับที่ออกไป

ส. หหมดไปแล้ว เวลานี้ไม่มี ขณะที่กำลังยืนอย่างนี้ยังมีไหม ขณะที่กำลังยืนอย่างนี้ดีไหม

ถ. ดี แต่เราไม่รู้

ส. ดีแล้วไม่รู้ ไม่รู้ดีไหม

ถ. ดี ถ้าจะรู้

ส. ไม่รู้ ไม่ควรจะดี รู้เป็นปัญญา ไม่รู้เป็นอริชา เพราะฉะนั้น ที่ไม่รู้มันควรจะไม่ดี และที่รู้ชัดในลักษณะของสิ่งที่เกิดปรากฏจริง ๆ เป็นมรรคมรรค ๘ รู้แล้วก็ละความไม่รู้จึงจะดี แต่ถ้าโดยลักษณะอย่างนั้น จะไม่รู้อยู่ตลอดเวลาเรื่อย ๆ

ถ. (ไม่ได้ยิน)

ส. ไม่สำคัญ รู้ของจริง ๆ ดีกว่า อย่าไปพะวง อย่าไปห่วงถึงเลย ไม่มีประโยชน์ เพราะไม่ทำให้เกิดความรู้ขึ้น อะไรที่ไม่เป็นประโยชน์ที่จะให้รู้ชัดตามความเป็นจริงแล้วไม่ควรสนใจ ถ้ายังสนใจอยู่ สิ่งนั้นก็เกิดขึ้นอยู่เรื่อย ๆ

บางคนสงสัยเหลือเกินว่า ธรรมชาติของจิตนั้นเป็นธรรมชาติที่เกิดขึ้นแล้วก็ดับไปที่ละหนึ่งดวง บางท่านเข้าใจว่า ถ้าในขณะที่อกุศลจิตคิดจะทำอย่างหนึ่งอย่างใดเกิดขึ้น เป็นเหตุให้กระทำสิ่งนั้นไปแล้ว อกุศลจิตจะต้องเกิดติดต่อไปเรื่อย ๆ จนกว่าการกระทำนั้นจะจบ เช่น ถ้าต้องการจะเดินไปดูหนังเป็นโลกมุลจิต ก็จะต้องมีโลกมุลจิตนี้เกิดติดต่อกันเรื่อยไปจนกระทั่งถึงโรงหนังทีเดียว จิตประเภทอื่นไม่สามารถจะเกิดแทรกขึ้นได้ นี่เป็นความเข้าใจของบางท่าน

แต่ขอให้ท่านผู้ฟังลองคิดถึงเหตุการณ์จริง ๆ ว่า จะต้องเป็นโลกมุลจิตอย่างเดียวเรื่อยไปจนกระทั่งถึงสถานที่ที่ท่านต้องการจะไป หรือมีโทษเกิดก็ได้ ทั้ง ๆ ที่



ในขณะที่เดินไปมีความต้องการที่จะไป เห็นมีไหม ได้ยินมีไหม ได้กลิ่นมีไหม คิดนึกเรื่องอื่นมีไหม เป็นสุข เป็นทุกข์ ชอบ ไม่ชอบได้ไหม นี่เป็นเรื่องชีวิตจริง ๆ ที่พิสูจน์ได้ ที่แสดงให้เห็นความรวดเร็วของจิต หรือในขณะที่ทำกุศล ทำดอกไม้นุชาพระ อกุศล-จิตเกิดแทรกได้ไหม เกิดไม่พอใจบ้าง หรือคิดไปถึงเรื่องอื่นบ้าง แล้วในขณะที่กำลังคิด ทำดอกไม้นุชาพระนั้นก็มีเห็น มีได้ยิน มีได้กลิ่น มีสุข มีทุกข์ มีคิดนึกเรื่องต่าง ๆ เกิดได้ไหม ก็ได้

นี่ก็เป็นเครื่องแสดงให้เห็นแล้วว่า จิตเกิดดับสลับต่อกันเร็วมาก โดยที่อย่าไปคิดถึงอัตตาตัวตนที่จะจัดสรรให้จิตประเภทนั้นเท่านั้นเกิดติดต่อกันเรื่อยไป ไม่ให้จิตประเภทอื่นเกิดแทรกได้เลย ถ้าเป็นอกุศลก็ให้เป็นอกุศลเรื่อยไป ไม่ให้มีกุศลเกิดแทรก หรือถ้าเป็นกุศลจิต ก็ให้เป็นกุศลจิตไปตลอดเรื่อยไปไม่ให้มีอกุศลเกิดแทรก นี่เป็นความเข้าใจผิด ไม่ใช่สภาพธรรมตามความเป็นจริงด้วย

ขอให้คิดว่า ในขณะที่ท่านกำลังนั่งอยู่ก็ดี นอนอยู่ก็ดี ยืน เดิน พุดอยู่ก็ดี มีเห็นไหม ต้องมีแน่ มีคิดนึกไหม เป็นสภาพธรรมชาติแต่ละลักษณะที่ไม่เหมือนกัน เห็นก็เป็นลักษณะของสภาพธรรมชนิดหนึ่ง อาศัยตาจึงเห็น รู้สิ่งที่กำลังปรากฏทางตา ได้ยินก็เป็นสภาพธรรมอีกชนิดหนึ่ง ไม่เหมือนกับเห็นเลย ท่านที่ฟังแล้วพิจารณา สติระลึกถึงลักษณะของได้ยิน จะทราบได้จริง ๆ ว่า สภาพรู้ทางหูนั้นไม่เหมือนกับสภาพที่กำลังเห็น คือ สภาพรู้ทางตาในขณะที่

เพราะฉะนั้น จะเห็นได้ถึงลักษณะที่ต่างกันของสังขารธรรม ทั้งนามทั้งรูปที่มีลักษณะแตกต่างกัน เกิดดับสลับต่อกันอย่างรวดเร็วในวันหนึ่ง ๆ ถ้าสติระลึกถึงลักษณะของนามหรือรูปที่ปรากฏทางตา หรือทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ จะเป็นปกติธรรมดาทุกอย่าง ไม่ใช่ทำให้เกิดปกติ

การเจริญสติปัฏฐานนั้นไม่ต้องเตรียมตัว ไม่ต้องคิดว่า ถ้าเจริญสติปัฏฐานแล้ว จะทำสิ่งนั้นไม่ได้ จะทำสิ่งนี้ไม่ได้ กำลังเห็น ก็รับประทานอาหารด้วยได้ สติเกิดได้ไหม ก็ได้ แล้วแต่จะระลึกถึงทางตา หรือทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ไม่ต้องห่วง ไม่ต้องกังวล ไม่ต้องทำให้เกิดความผิดปกติใด ๆ ทั้งสิ้น



จิตเกิดดับสลับต่อรวดเร็วมาก ช่วงขณะที่เห็นก็รู้เรื่องซึ่งเป็นนามธรรมที่เกิดต่อ มีความพอใจ หรือไม่พอใจเกิดต่อ เพราะมีปัจจัยที่จะทำให้รู้ว่า สิ่งนั้นเป็นอะไรที่จะให้เกิดความชอบ ไม่ชอบในสิ่งที่เห็น ไม่ใช่ไปยับยั้งไม่ให้เกิด แต่สติจะต้องระลึก รู้ลักษณะธรรมชาติที่กำลังปรากฏตามความเป็นจริง แต่ละคนก็ต่างกัน เพราะฉะนั้น การเจริญสติปัฏฐานของแต่ละคนนั้นเป็นการรู้จักสภาพธรรมที่เคยยึดถือว่าเป็นตัวตน ที่เกิดขึ้นปรากฏในชีวิตจริง ๆ ในวันหนึ่ง ๆ ของแต่ละบุคคล

มีท่านผู้รู้จักตัวเองจริง ๆ ไหม ถ้าไม่ได้ระลึก ไม่มีสติ ไม่รู้ลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏ รู้จักคนอื่นมากไหม คุณคนอื่นจะเห็นชัดเห็นง่าย แต่ถ้ารู้จักตนเองจะเข้าใจคนอื่นละเอียดขึ้นมาก เพราะเหตุว่าเราอย่างไร คนอื่นก็อย่างนั้น ปุณฺณมิกิเลส มากมายหนาแน่นทั้งทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจอย่างไร ผู้ที่เริ่มเจริญสติก็รู้จักตนเอง และก็รู้จักผู้อื่นว่า ถ้าทราบใดที่ยังเป็นปุณฺณมิกิเลสต้องเป็นอย่างนั้น มากบ้างน้อยบ้างแล้วแต่สะสมมา แต่การเจริญสติทำให้ผู้นั้นละคลายการที่ไม่เคยพิจารณา รู้ลักษณะของนามและรูป

การรู้จักตัวเองในชีวิตปกติประจำวันเท่านั้น จึงเป็นการรู้จักตัวเองอย่างถูกต้อง แท้จริง ซึ่งก็เป็นลักษณะของนามธรรมรูปธรรมแต่ละชนิดที่เกิดดับสลับต่อกันอย่างรวดเร็ว

เพื่อที่จะให้ท่านผู้ฟังได้เห็น ว่า ในพระไตรปิฎกได้ทรงแสดงความรวดเร็วของการเกิดดับของสังขารธรรม ขอกล่าวถึง **สังยุตตนิกาย นิทานวรรค อนุคคหสูตร** ซึ่งมีข้อความว่า

ครั้งนั้น พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ พระเชตวัน อารามของท่านอนาถบิณฑิกเศรษฐี เขตพระนครสาวัตถี

พระผู้มีพระภาคได้ตรัสว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย นายขมังธนู ๔ คน ถือธนูอันมั่นคง ได้ศึกษามาดีแล้ว เป็นผู้มีความชำนาญ เป็นผู้มีศิลปะอันได้แสดงแล้ว ยืนอยู่แล้วในทิศทั้ง ๔



ถ้าบุรุษฟังมากล่าวว่า เราจักจับลูกธนูทั้งหลาย ที่นายขมังธนูทั้ง ๔ เหล่านี้ยิ่ง
มาจากทิศทั้ง ๔ ไม่ให้ตกถึงแผ่นดิน เธอทั้งหลายจะสำคัญความข้อนั้นเป็นไฉน ควร
จะกล่าวได้ว่า บุรุษผู้มีความเร็ว ประกอบด้วยความเร็วอย่างยอดเยี่ยม ดังนี้หรือ
ภิกษุทั้งหลายกราบทูลว่า

ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ถ้าแม่บุรุษจะฟังจับลูกธนูที่นายขมังธนูเพียงคนเดียวยังไม่
ให้ตกถึงแผ่นดิน ก็ควรจะกล่าวได้ว่า บุรุษผู้มีความเร็ว ประกอบด้วยความเร็ว
อย่างยอดเยี่ยม จะกล่าวไปไปถึงการจับลูกธนูทั้ง ๔ ลูก ที่นายขมังธนู ๔ คน ยิ่งมา
จาก ๔ ทิศ แม้ฉันใด

พระผู้มีพระภาคตรัสต่อไปว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย เหมือนอย่างว่า ความเร็วของพระจันทร์และพระอาทิตย์
เร็วกว่าความเร็วของบุรุษนั้น ความเร็วของเทวดาที่ไปข้างหน้าพระจันทร์พระอาทิตย์
เร็วกว่าความเร็วของบุรุษและความเร็วของพระจันทร์และพระอาทิตย์ อายุสังขารสิ้นไป
เร็วกว่าความเร็วนั้น ๆ เพราะเหตุดังนี้ฉันใด เธอทั้งหลายพึงศึกษาอย่างนี้ว่า เรา
ทั้งหลายจักเป็นผู้ไม่ประมาทอยู่

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายพึงศึกษาอย่างนี้แหละ

บางที่ข้อความในพระสูตร สำหรับคนสมัยนี้อาจจะคิดว่า จะไม่ตรงกับความรู้
สมัยใหม่ อย่างที่พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย เหมือนอย่างว่า ความเร็วของพระจันทร์และพระอาทิตย์
เร็วกว่าความเร็วของบุรุษนั้น

ทรงใช้พยานะว่า เหมือนอย่างว่า เป็นคำอุปมา แต่มิได้หมายความว่า
พระผู้มีพระภาคมิได้ทรงรู้ว่า โลกหมุนรอบดวงอาทิตย์ แต่เพื่อเป็นการเปรียบเทียบให้
คนเห็นได้ และที่ว่าความเร็วของพระจันทร์และพระอาทิตย์เร็วกว่าความเร็วของบุรุษ
นั้น คนเราจะเดินรอบโลกวันหนึ่งได้ไหมไม่ได้ แต่พระจันทร์พระอาทิตย์ได้ไหม ขึ้น
แล้วก็ตก เป็นสิ่งง่าย ๆ ที่ทุกคนจะมองเห็นได้ และทรงใช้พยานะว่า เหมือนอย่างว่า



เป็นการอุปมาความเร็วของเทวดาที่ไปข้างหน้าพระจันทร์พระอาทิตย์ เร็วกว่าความเร็วของบุรุษและความเร็วของพระจันทร์และพระอาทิตย์ เทวดานี้ก็มีอิทธิฤทธิ์

พระผู้มีพระภาคทรงหายพระองค์ เพียงลัดมือเดียวถึงพรหมโลกที่ไกลมากได้ แต่ก็ยังสามารถที่จะสำเร็จได้อย่างรวดเร็วด้วยอิทธิฤทธิ์ เทวดาจึงมีความเร็วกว่าพระจันทร์และพระอาทิตย์

ไม่เคยเห็นเทวดา แต่ให้ทราบว่า ธรรมชาติทั้งหลายต้องมีเหตุมีปัจจัย ถ้าท่านผู้ฟังจะไตร่ตรองพิจารณาธรรมถึงสิ่งที่จะเป็นไปได้ไหม มีเหตุผลที่จะเป็นไปได้ไหม ก็ขอให้คิดพิจารณาก่อนที่จะตัดสินว่าเป็นไปไม่ได้ เพียงเพราะเหตุว่าไม่เคยเห็น

อายุสังขารสั้นไปเร็วกว่าความเร็วนั้น ๆ สังขารได้แก่นามและรูป และอายุสังขาร คือ อายุของนามและรูป เร็วมาก สั้นมาก ไม่ว่าจะเป็นอายุของนาม อายุของรูป รูปก็เกิดดับอย่างรวดเร็ว และนามนั้นเกิดดับเร็วยิ่งกว่ารูป

สัมโมหวิโนทนี ซึ่งเป็น **อรรถกถาวิภังคปกรณ์** แสดงความหมายของคำว่า **ไม่เที่ยง** คือ การหมดสิ้นไปว่า

ชื่อว่า **ไม่เที่ยง ด้วยอรรถว่า มีแล้วหายไป**

ง่าย ๆ สั้น ๆ แต่ก็ชัดเจน ชื่อว่า **ไม่เที่ยง ด้วยอรรถว่า มีแล้วหายไป** ความสุขชนิดหนึ่งเมื่อสักครู่มี มีหมดแล้ว มี แล้วก็หายไป

ได้ยินทางหู มีเมื่อสักครู่ชนิดหนึ่ง แต่มีแล้วก็หายไป ไม่ว่าจะเป็นทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ มีชนิดหนึ่ง แล้วก็หายไป มีอีกชนิดหนึ่ง แล้วก็หายไป มีต่อไปอีกชนิดหนึ่ง แล้วก็หายไป เรื่อยไปในวัฏฏะ ไม่ว่าจะเป็นสุข ไม่ว่าจะเป็นทุกข์ ไม่ว่าจะเป็นทางตา หรือทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ

นี่เป็นลักษณะของความไม่เที่ยง แต่พยัญชนะนี้ยังมีข้อความต่อไปเพื่ออธิบายขยายให้เกิดความสลด ให้เกิดความเพียรที่จะเป็นผู้ที่ไม่ประมาท พิจารณาให้รู้ความจริงอันนี้ชัด

ข้อความต่อไปมีว่า



ชื่อว่าไม่เที่ยง โดยเหตุแม้อีก ๔ อย่าง คือ
โดยมีความเกิด และความเสื่อมไปเป็นที่สุด ๑
โดยความแปรปรวน ๑
โดยความเป็นของชั่วคราว ๑
โดยค้ำกับกับความเที่ยง ๑

ต้องบอกหลาย ๆ อย่างที่จะอนุเคราะห์ให้เห็นความจริงของสภาพธรรมทั้งหลาย ถ้าเป็นอุคฆฏิตัญญูคงไม่ต้องอาศัยพระธรรมเทศนามากมายตลอด ๔๕ พรรษา พยัญชนะเดียวกัน แต่ผู้ที่อบรมอินทรีย์แก่กล้าแล้วสามารถแทงตลอด ประจักษ์ชัดใน สภาพความจริงที่ไม่เที่ยง ที่เกิดขึ้นแล้วก็เสื่อมไปเป็นที่สุด ที่มีแล้วก็หาไม่ ที่เป็น ความแปรปรวน ที่ค้ำกับกับความเที่ยง ที่เป็นของชั่วคราว เพราะฉะนั้น ควรเจริญสติ เพื่อประจักษ์ลักษณะความจริงของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏอยู่ทุก ๆ ขณะ

ถ. ผมติดใจที่อาจารย์กล่าวถึงว่า กลัวโลภะ คำ ๆ นี้ ผู้ปฏิบัติบางท่าน กล่าวว่า ขณะที่ท่านไม่ได้ปฏิบัติ นั้น เวลารับประทานอาหารจิตไปก็เต็มเปรี้ยว เต็ม เค็ม เต็มหวาน สุดแล้วแต่จะเต็ม แต่เมื่อไปปฏิบัติ ก็ไม่พยายามเต็มให้มันเค็ม เพราะกลัวโลภะ ท่านองนี้ไซ้ใหม่ครับที่อาจารย์ว่า

สุ. ถ้ากลัวโลภะจริง ๆ ก็ดี จะได้เพียรรู้ลักษณะของโลภะตามความเป็นจริง ให้ถูกต้องตามขั้น คือ เห็นภัย เห็นโทษของโลภะ แต่นี้เห็นภัยเห็นโทษไม่ตลอด เห็น นิดเดียวเท่านั้นเองแล้วก็มีโลภะอีก ถ้ายังไม่รู้ลักษณะของนามและรูปที่เกิดปรากฏใน วันหนึ่ง ๆ ตามความเป็นจริง จะละความยึดถือนามรูปว่าเป็นตัวตนไม่ได้ จะละโลภะ ไม่ได้

เพราะฉะนั้น การที่จะให้ปัญญาละราคะเป็นที่สุด โทสะเป็นที่สุด โมหะเป็น ที่สุดด้วย ผู้นั้นต้องรู้อย่างถูกต้องจริง ๆ ว่า ในขั้นแรกนั้นจะต้องเจริญสติอย่างไร พิจารณารู้ลักษณะของนามอะไร รูปอะไรที่เกิดปรากฏ เพื่อละคลายความยึดถือว่า เป็นตัวตน

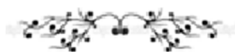


ถ. เรียนถามเกี่ยวกับรูปนามที่ว่าเป็นเกิดดับ คือ เราจะใช้สติปัญญาชนิดใดจึงจะรู้ว่ารูปกับนามเกิดดับแบบใด เพราะสติปัญญาของเรา บางขณะก็รู้สึกว่าจะจำกัด ไม่สามารถจะขยายคำรูปกับนามตลอดรอดฝั่งไปได้

ส. ท่านผู้ฟังก็ทราบว่าเป็นนามกับรูปเกิดดับ แต่ว่าทำอย่างไรจึงจะประจักษ์การเกิดดับของนามและรูปได้

สติจะต้องเกิดขึ้น เจริญขึ้น จนกว่าปัญญาจะสมบูรณ์เป็นขั้น ๆ ซึ่งขั้นที่หนึ่งไม่ใช่การประจักษ์การเกิดดับของนามและรูป

เพราะฉะนั้น การเจริญปัญญา ต้องให้ปัญญาเจริญสมบูรณ์ถูกต้องเป็นขั้น ๆ เพื่อที่จะให้เห็นความละเอียดของปัญญาที่จะต้องรู้ชัดจริง ๆ ในสังขารที่ปรากฏ ไม่ว่าจะเป็นทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ เพื่อท่านผู้ฟังจะได้ไม่ประมาทในการเจริญสติ ในการเจริญปัญญา ให้รู้ถูกต้องตามความเป็นจริง เพราะเหตุว่า ถ้าท่านคิดว่า เรื่องของการเจริญสติเป็นเรื่องง่าย เป็นเรื่องที่บรรลุผลได้อย่างรวดเร็ว จะทำให้เข้าใจผิด และไม่สามารถที่จะรู้ชัดในลักษณะของนามและรูปได้





๗๗

**สังยุตตนิกาย มหาวารวรรคาลสูตร มีข้อความว่า**

สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ ภูเขาศาลา ป่ามทวัน ใกล้เมืองเวสาลี ครั้นนั้นเวลาเช้า ท่านพระอานนท์เข้าไปบิณฑบาตในเมืองเวสาลี ท่านพระอานนท์ได้เห็นภิกษุวิภูลมารมากด้วยกัน กำลังทำการยิงศรอยู่ในศาลาสำหรับเรียนศิลปะ ยิงลูกศรให้เข้าไปติด ๆ กัน โดยช่องดาลอันเล็กแต่ที่ไกลได้ไม่ผิดพลาด ครั้นแล้ว ได้มีความคิดว่า พวกภิกษุวิภูลมารเหล่านี้ที่จักยิงลูกศรให้เข้าไปติด ๆ กัน โดยช่องดาลอันเล็กแต่ที่ไกลได้ไม่ผิดพลาด เป็นผู้ศึกษาแล้ว ศึกษาดีแล้ว

ครั้งนั้น ท่านพระอานนท์ครั้งเที่ยงไปบิณฑบาตในเมืองเวสาลีแล้ว เวลาปัจฉาภัต กลับจากบิณฑบาต เข้าไปเฝ้าพระผู้มีพระภาคถึงที่ประทับ กราบทูลเรื่องที่ได้ไปบิณฑบาตในเมืองเวสาลี แล้วได้เห็นพวกภิกษุวิภูลมาร ยิงลูกศรให้เข้าไปติด ๆ กัน โดยช่องดาลอันเล็กแต่ที่ไกลได้ไม่ผิดพลาด เป็นผู้ศึกษาแล้ว ศึกษาดีแล้ว

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

ดูกร อานนท์ เธอจะสำคัญความข้อนั้นเป็นไฉน อย่างไหนจะทำได้ยากกว่ากัน หรือจะให้เกิดขึ้นได้ยากกว่ากัน คือ การที่จะยิงลูกศรให้เข้าไปติด ๆ กัน โดยช่องดาลอันเล็กแต่ที่ไกลได้ไม่ผิดพลาด กับการแทงปลายขนทรายด้วยปลายขนทราย ที่แบ่งออกแล้วเป็น ๗ ส่วน

ท่านพระอานนท์กราบทูลว่า

ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ การแทงปลายขนทรายด้วยปลายขนทราย ที่แบ่งออกแล้วเป็น ๗ ส่วน กระทำได้ยากกว่า และให้เกิดขึ้นได้ยากกว่า พระเจ้าข้า

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

ดูกร อานนท์ ชนเหล่าใดย่อมแทงตลอดตามความเป็นจริงว่า นี้ทุกข์ นี้ทุกขสมุทัย นี้ทุกขนิโรธ นี้ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา ชนเหล่านั้นย่อมแทงตลอดได้ยากกว่า



โดยแท้ เพราะฉะนั้นแหละ อานนท์ เธอพึงกระทำความเพียร เพื่อรู้ตามความเป็นจริงว่า นี่ทุกข์ นี่ทุกข์สมุทัย นี่ทุกข์นิโรธ นี่ทุกข์นิโรธคามินีปฏิปทา

ถ้าเทียบกับข้อความในสูตรก่อน จะเห็นได้ว่า อายุของสังขารรวดเร็วยิ่งกว่าอย่างอื่น นามชนิดหนึ่งเกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัยแล้วดับทันที ทางตากก็เหมือนกัน ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจก็เหมือนกัน เพราะฉะนั้น การเกิดขึ้นและดับไปนั้น เป็นทุกข์ขจรยัสสจ สำหรับผู้ที่รู้การเกิดขึ้นและดับไปของนามของรูปตามความเป็นจริง จะยากกว่าการยิงลูกศร หรือว่าการที่จะแทงปลายขนทรายด้วยปลายขนทรายที่แบ่งแล้วเป็น ๗ ส่วน

นั่นเป็นการฝึกหัด นั่นเป็นทางโลก นั่นเป็นรูป แต่การประจักษ์ลักษณะที่เกิดขึ้นและดับไปของสังขารธรรม ของนามของรูปแต่ละชนิดได้นั้น ต้องอาศัยความเข้าใจในข้อประพฤติปฏิบัติอย่างถูกต้อง เมื่อมีความเข้าใจในข้อประพฤติปฏิบัติอย่างถูกต้องแล้ว ยังต้องอาศัยอะไรอีก

เพราะฉะนั้นแหละ อานนท์ เธอพึงกระทำความเพียร เพื่อรู้ตามความเป็นจริงว่า นี่ทุกข์ นี่ทุกข์สมุทัย นี่ทุกข์นิโรธ นี่ทุกข์นิโรธคามินีปฏิปทา

ถ้าไม่มีความเพียร จะระลึกลักษณะของนามที่กำลังปรากฏ รูปที่กำลังปรากฏ ทางตาในขณะนี้ไหม

ถ้าไม่มีความเพียร จะระลึกรู้ลักษณะของนามที่กำลังปรากฏ รูปที่กำลังปรากฏ ทางหูในขณะนี้ไหม

ถ้าไม่มีความเพียร ที่จะระลึกเนื่อง ๆ บ่อย ๆ ปัญญาจะรู้ชัดได้ไหมว่า นี่ทุกข์ นี่ทุกข์สมุทัย นี่ทุกข์นิโรธ นี่ทุกข์นิโรธคามินีปฏิปทา

เพราะฉะนั้น การรู้ชัดในลักษณะของนามและรูปที่กำลังเกิดดับอย่างรวดเร็ว จะเพียงทีละเล็กทีละน้อยในวันหนึ่ง ก็จะต้องข้ามากทีเดียวจนกว่าจะสมบูรณ์เป็นญาณแต่ละขั้น เพราะฉะนั้น ต้องอาศัยพระธรรมเทศนาให้เกิดความเพียรที่จะระลึกรู้ลักษณะของนามและรูปจึงจะรู้ชัดได้ ถ้าขาดความเพียรแล้ว ไม่มีหนทางเลย และต้องเป็นนามรูปตามปกติธรรมดา ถ้าต้องไปสร้าง ไปทำขึ้น เพิ่มความลำบากขึ้นอีกเท่า



หนึ่ง เพราะต้องไปสร้าง ต้องไปทำความลำบากขึ้น แต่ไม่ต้องสร้าง ไม่ต้องทำความลำบากอะไรเลย ในขณะที่มีนามรูปเกิดปรากฏแล้วเพราะเหตุปัจจัย

สัมมาวายามะ มีความเพียรชอบ คือ เพียรระลึกรู้ลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏ ไม่ว่าจะเป็นทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เป็นโลภะ เป็นโทสะ เป็นเห็น เป็นสี เป็นเสียง เป็นได้ยิน ทุกอย่างเป็นของจริงที่ปัญญาจะต้องรู้ชัด เข้าไม่ได้ ถ้าข้าม ปัญญาก็ไม่สมบูรณ์ ไม่ละ ไม่คลาย ไม่ประจักษ์การเกิดขึ้นและดับไปของแต่ละรูปแต่ละนาม

ในสังยุตตนิกาย มหาวรรค วาสถุตร ท่านพระอานนทได้เข้าไปบิณฑบาตในเมืองเวสาลี แล้วได้เห็นลิจฉวีกุมารมากด้วยกัน ยิงศรได้อย่างแม่นยำทีเดียว แล้วได้มาราบมูลให้พระผู้มีพระภาคทรงทราบ ซึ่งพระผู้มีพระภาคก็ได้ตรัสกับท่านพระอานนทว่า การที่จะยิงลูกศรให้เข้าไปติด ๆ กัน ในช่องดาลอันเล็กแต่ที่ไกลได้ไม่ผิดพลาด กับการแทงปลายขนทรายด้วยปลายขนทรายที่แบ่งออกแล้วเป็น ๗ ส่วน อย่างไหนจะกระทำไดยากกว่ากัน

ในพระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย เป็นการแทงปลายขนทรายด้วยปลายขนทรายที่แบ่งออกแล้วเป็น ๗ ส่วน แต่ในพระไตรปิฎกฉบับภาษาอังกฤษ เป็นการแทงปลายขนทรายด้วยปลายขนทรายที่แบ่งออกแล้วเป็น ๑๐๐ ส่วน เพราะเหตุว่าฉบับภาษาไทย ทั้งที่แปลเป็นภาษาไทยและเป็นฉบับภาษาบาลี ใช้คำว่า **สตต** ที่แปลว่า ๗ แต่สำหรับฉบับภาษาอังกฤษนั้นเป็น **สต** ที่แปลว่า ๑๐๐

นี่เป็นความต่างกัน ภาษาบาลีของไทยทั้งฉบับรัชกาลที่ ๗ ฉบับรัชกาลที่ ๕ เป็น **สตต** เพราะฉะนั้น การแปล ไม่ใช่ว่าแปลผิดจากบาลี บาลีเป็น สตต ก็แปลเป็น ๗ แปลตรง แต่เรื่องของภาษา เวลาที่ภาษาหนึ่งออกเสียงอย่างหนึ่ง แล้วภาษาไทยเราออกเสียงอีกอย่างหนึ่ง คล้ายคลึงกันมาก บางทีอาจจะเน้นเสียง แทนที่จะพูด สัตตะ เป็นสะตะ เพราะความใกล้เคียง แต่โดยสำนวน ท่านพระเถระผู้รู้ให้ความเห็นว่าจะควรจะเป็น ๑๐๐ ส่วน เพราะเป็นการแสดงความละเอียดลึกซึ้งอย่างยิ่งของการที่จะแทงตลอดอริยสัจ ซึ่งยากกว่าการที่จะแบ่งขนทรายออกเป็น ๑๐๐ ส่วน



นี่เป็นเรื่องที่ผู้หนึ่งผู้ใดจะแก้ไขไม่ได้ ที่จะมีผู้หนึ่งผู้ใดไปเปลี่ยนพระไตรปิฎก
แก้จากสัตตะให้เป็นสะตะ ทำไม่ได้ เพราะจะต้องเป็นหมายเหตุของความต่างกันว่าใน
ฉบับไหนอะไรเป็นพื้นฐานหรือมูลฐาน และได้รับมาจากทางไหน สายไหน เพราะเหตุ
ว่าภาษาอังกฤษก็ต้องมาจากลังกา และครั้งหนึ่งลังกาก็มาจากไทย แต่ด้วยการออก
เสียง อาจจะทำให้สะตะ เป็น สัตตะ หรือว่า สัตตะ เป็น สะตะได้

ถ. (ไม่ได้ยิน)

ส. สติเป็นสภาพที่ระลึกได้ ระลึกรู้ลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏทางหนึ่ง
ทางใด ทางตาก็ได้ ทางหูก็ได้ สติของใครจะระลึกทางตานาน ๆ มาก ๆ บ่อย ๆ
จนกว่าจะขาด สติของใครจะระลึกบ่อย ๆ ที่กายก็เป็นสติ ไม่ใช่เป็นกฎเกณฑ์ที่จะให้
ระลึกที่รูปนั้นก่อน หรือที่นามนั้นก่อน แต่จะคนไม่เหมือนกัน แต่ข้อสำคัญต้องทราบ
ว่า จะต้องรู้ชีวิตจริง ๆ ตามปกติของแต่ละคนซึ่งไม่เหมือนกัน

ถ้าคนอื่นสติเกิดขึ้นระลึกรู้เสียงบ่อย ๆ เนือง ๆ เอาอย่างได้ไหม ถ้าเอาอย่าง
เป็นอะไร ก็เป็นอัตตา เป็นความจงใจ เป็นความตั้งใจที่จะทำอย่างนั้น แต่เมื่อฟังแล้ว
ทราบว่า จะต้องระลึกรู้ลักษณะของนามและรูปทั้งทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น
ทางกาย ทางใจข้ามไม่ได้เลย ก็เป็นสติ แล้วแต่สติของแต่ละคนจะระลึกรู้นามอะไรรูป
อะไร เป็นฆราวาสจะต้องไประลึกรู้ลักษณะของนามและรูปอย่างของบรรพชิตได้ไหม
ฆราวาสแต่ละคนก็ไม่เหมือนกัน บรรพชิตแต่ละรูปก็ไม่เหมือนกัน

เพราะฉะนั้น ถ้าฆราวาสพยายามมีชีวิตอย่างบรรพชิต จะไม่มีโอกาสรู้จักชีวิต
จริง ๆ ของตนเองเลย สำหรับบรรพชิตก็เช่นเดียวกัน เมื่อมีศรัทธาบวชเป็นบรรพชิต
มีข้อประพฤติปฏิบัติที่ประเสริฐ คือ มรรคมีองค์ ๘ ซึ่งเป็นพรหมจรรย์ แล้วรู้ลักษณะ
ของนามและรูปที่เกิดปรากฏตามเหตุปัจจัยที่ได้สะสมมา แต่โดยมากเข้าใจผิด ทำให้
ท่านต้องการมีชีวิตอย่างอื่นซึ่งไม่ใช่ชีวิตตามปกติของท่าน แล้วไปประพฤติปฏิบัติ
เช่นนั้นชั่วระยะเวลาหนึ่ง ไม่ใช่ตลอดไป เพราะไม่ใช่ธัมมาคัยจริง ๆ ที่จะไปได้
โดยมากก็ ๗ วัน ๒ อาทิตย์ เดือนหนึ่ง หรือท่านที่ว่างมาก ๆ ก็ไปได้หลายเดือน



แล้วก็ต้องกลับมาเป็นชีวิตจริง ๆ ของตัวเอง เพราะไม่ได้สะสมเหตุปัจจัยที่จะมีชีวิตอย่างนั้น

ท่านที่เป็นอุบาสก ถ้าอยากบำเพ็ญชีวิตแบบบรรพชิต กับบรรพชาอุปสมบท แล้วเจริญสติปัฏฐานในเพศนั้นมากบ้าง น้อยบ้าง แล้วแต่อัธยาศัยที่เป็นอย่างนั้นจริง ๆ คือ มีชีวิตที่สละละบ้านเรือน ส่วนท่านที่เป็นอุบาสิกา อยากมีชีวิตที่ละอาคารบ้านเรือน เป็นอุบาสิกาที่รักษาศีล ๘ นั่นก็เป็นชีวิตจริง ๆ ของท่าน ขอให้เป็นอย่างนั้นตามปกติจริง ๆ ไม่ใช่เป็นอย่างหนึ่ง แล้วก็ไปทำอีกอย่างหนึ่งชั่วคราว แล้วก็กลับมาเป็นอย่างเดิม แต่ไม่รู้ลักษณะของนามและรูปที่เกิดปรากฏตามความเป็นจริงในชีวิตจริง ๆ

ในครั้งพุทธกาล ท่านแสดงให้เห็นว่า การบรรพชานั้นยาก เพราะเหตุว่าไม่ใช่ประพฤติปฏิบัติเพียงชั่วคราวเพื่อหวังผลแล้วกลับมา แต่เป็นอัธยาศัยจริง ๆ ของผู้นั้นที่จะละอาคารบ้านเรือน ละวงศาคณาญาติ ละรูป เสียง กลิ่น รสที่ประณีตต่าง ๆ ละความสะดวกสบายต่าง ๆ เป็นอัธยาศัยจริง ๆ ไม่อย่างนั้นก็ไม่ยาก ถ้าไปเพียงชั่วคราวเพื่อเจริญสติปัฏฐานให้ได้ผล อย่างนั้นไม่ยากเลย เพราะมีผล ทำให้รู้สึกว่ามันไม่ยาก แต่ทำไมท่านจึงกล่าวว่า การบรรพชานั้นยาก เพราะต้องเป็นชีวิตจริง ๆ เป็นอัธยาศัยจริง ๆ ที่จะเจริญสติปัฏฐานในเพศของบรรพชิต

ที่กล่าวว่าบรรพชายาก เป็นข้อความในพระไตรปิฎกใน **สังยุตตนิกาย สฬายตนวรรค สามัญชนกสังยุตต์** มีข้อความว่า

สมัยหนึ่ง ท่านพระสารีบุตรอยู่ ณ ฝั่งแม่น้ำคงคา ใกล้อุกกเจเลนคร ในแคว้นวัชชี ครั้นนั้น ปริพาชกชื่อสามัญชนกะ เข้าไปหาท่านพระสารีบุตรถึงที่อยู่ ได้ปราศรัยกับท่านพระสารีบุตร ครั้นผ่านการปราศรัยพอให้ระลึกถึงกันไปแล้ว จึงนั่ง ณ ที่ควรส่วนข้างหนึ่ง ครั้นแล้วได้ถามท่านพระสารีบุตรว่า

ดูกร ท่านสารีบุตร ที่เรียกว่า นิพพาน นิพพานดังนี้ นิพพานเป็นไฉนหนอ
ท่านพระสารีบุตรตอบว่า



ดูกร ผู้มีอายุ ความสิ้นราคะ ความสิ้นโทสะ ความสิ้นโมหะ นี้เรียกว่า นิพพาน

ถูกถามว่านิพพานเป็นอย่างไร คำตอบคือ ความสิ้นราคะ ความสิ้นโทสะ ความสิ้นโมหะ นี้เรียกว่านิพพาน ปริพาชกสามัณทกะเมื่อได้ฟังแล้วก็เข้าใจ

ทุกคนมีราคะ โทสะ โมหะ ปริพาชกนั้นก็รู้ว่า มีราคะ โทสะ โมหะ เพราะฉะนั้น ถ้าพูดถึงความสิ้นราคะ โทสะ โมหะ ปริพาชกก็ย่อมต้องเห็นว่าเป็นสิ่ง ประเสริฐ เพราะไม่ทำให้จิตใจกระวนกระวาย เดือดร้อน เปรี้ยวร้อน ต้องเป็นสุขอย่างยิ่ง แต่ปริพาชกสามัณทกะก็ได้กล่าวถามท่านพระสารีบุตรต่อไปว่า

ดูกร ท่านผู้มีอายุ ก็มรรคมีอยู่หรือ ปฏิปทามีอยู่หรือ เพื่อกระทำนิพพานให้ แจ่ม

เมื่อพูดถึงการสิ้นราคะ โทสะ โมหะก็ดี เพียงพูดถึงผลเท่านั้น ไม่พูดถึงเหตุ ไม่พูดถึงข้อประพฤติปฏิบัติที่ให้บรรลุถึงความสิ้นราคะ โทสะ โมหะด้วย ถ้าไม่พูดถึง เหตุก็กลายเป็นผลที่ว่างเปล่า ไม่มีผู้ใดสามารถบรรลุถึงคุณธรรมที่ประเสริฐนั้นได้

เพราะฉะนั้น เมื่อพูดถึงนิพพาน ความสิ้นราคะ ความสิ้นโทสะ ความสิ้นโมหะ ก็ควรที่จะได้รู้ด้วยว่า หนทางที่จะปฏิบัติให้ถึงการกระทำนิพพานให้แจ่มนั้น มีอยู่หรือ

ซึ่งท่านพระสารีบุตรก็ได้กล่าวตอบว่า

มีอยู่ ผู้มีอายุ

ปริพาชกสามัณทกะก็ได้กล่าวถามต่อไปว่า

ดูกร ผู้มีอายุ ก็มรรคเป็นไฉน ปฏิปทาเป็นไฉน เพื่อกระทำนิพพานนั้นให้ แจ่ม

ท่านพระสารีบุตรกล่าวตอบว่า

ดูกร ผู้มีอายุ อริยมรรคประกอบด้วยองค์ ๘ คือ ความเห็นชอบ ดำริชอบ วาจาชอบ การงานชอบ การเลี้ยงชีวิตชอบ ความเพียรชอบ การระลึกชอบ ตั้งมั่น ชอบ นี้แล เป็นมรรค เป็นปฏิบัติ เพื่อกระทำนิพพานนั้นให้แจ่ม

ปริพาชกสามัณทกะ เมื่อได้ฟังอย่างนั้นก็ได้อีกกล่าวว่า



ดูกร ท่านผู้มีอายุ มรรคาดีนัก ปฏิบัติดีนัก เพื่อกระทำนิพพานนั้นให้แจ้ง และเพียงพอ เพื่อความไม่ประมาท นะท่านพระสารีบุตร

ดูกร ท่านสารีบุตร อะไรหนอเป็นการยากที่จะกระทำได้ในธรรมวินัยนี้

ท่านสนทนากันด้วยเรื่องทีละเอียดและลึกซึ้ง อย่างเวลาที่ท่านพระสารีบุตร แสดงมรรคมืองค์ ๘ ให้กับปริพาชกสามัคณทกะฟังว่า

หนทางซึ่งเป็นมรรคา เป็นปฏิบัติ เพื่อกระทำนิพพานให้แจ้งนั้น คือ อริยมรรคประกอบด้วยองค์ ๘ คือ ความเห็นชอบ

เพียงพญฺชนะสั้น ๆ ว่า ความเห็นชอบ เห็นถูกต้องตามความเป็นจริง ก็น่าสรรเสริญแล้วว่า ไม่ใช่เห็นผิด เพราะฉะนั้น หนทางนี้จึงประเสริฐนัก ดีนัก ดำริชอบ สัมมาสังกัปปะ แทนที่จะตรีกไปในกามวิตก พยาบาทวิตก วิหิงสาวิตก ไม่ชอบใครก็ จะคิดเบียดเบียนด้วยกาย ด้วยวาจา หรือว่าชอบ ก็ปล่อยให้เพลินไปด้วยการหลง ยึดถือว่าเป็นตัวตน หรือเมื่อจิตใจไม่แช่มชื่นก็หมกมุ่นไปในความไม่แช่มชื่น อย่างนั้น ไม่ใช่การตรีกที่ถูก

แต่การตรีกที่ถูก สัมมาสังกัปปะ คือ ตรีกถึงลักษณะที่กำลังปรากฏเพื่อความ เห็นชอบ ตรงตามลักษณะสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ กำลังเห็น สัมมาสังกัปปะ ตรีก ลักษณะที่กำลังเห็น สิ่งที่กำลังปรากฏ สัมมาสังกัปปะตรีกถึงสิ่งที่กำลังปรากฏขณะนี้ จริง ๆ ไม่ใช่อดีต ไม่ใช่อนาคต แต่เป็นสิ่งที่กำลังปรากฏ จึงเป็นสัมมาสังกัปปะ เป็นมรรคาที่ดีนัก เป็นปฏิบัติที่ดีนัก รวมทั้งการดำริชอบ วาจาชอบ การงานชอบ เลี้ยงชีวิตชอบ ความเพียรชอบ การระลึกชอบ ตั้งมั่นชอบ ทั้งหมดนี้เป็นสิ่งที่ประเสริฐ ทั้งนั้น

แต่ว่าปริพาชกสามัคณทกะคงได้เห็นความยาก ความลึกซึ้งของความเห็นชอบ ความดำริชอบ ซึ่งเป็นมรรคมืองค์ ๘ เพราะฉะนั้น ปริพาชกสามัคณทกะจึงได้กล่าวถามท่านพระสารีบุตรว่า

อะไรหนอ เป็นการยากที่จะกระทำได้ในธรรมวินัยนี้



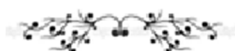
การเจริญมรรคมีองค์ ๘ เป็นสิ่งที่ควรจะทำ เป็นธรรมวินัย แต่ปริพาชกสงสัยว่า อะไรเป็นการยากที่จะกระทำได้ในธรรมวินัยนี้

ท่านพระสารีบุตรกล่าวตอบปริพาชกสามັນทกะว่า

บรรพชา ผู้มีอายุ

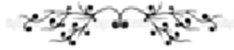
ยากไหมในการเป็นบรรพชิต สละอาคารบ้านเรือน เป็นอภยาศัยไม่ใช่เพียงชั่วคราว ไม่ใช่ไปด้วยความหวังแล้วกลับมา ไปบังคับ ไปฝืน ไปเอาอย่าง ไปทำตาม นั่นไม่ใช่การเจริญมรรคมีองค์ ๘ เพราะเหตุว่าไม่ใช่อภยาศัยที่แท้จริง เพราะฉะนั้น ถึงแม้ว่าจะมีหนทาง มีข้อประพฤติปฏิบัติ มีอริยมรรคมีองค์ ๘ เป็นธรรมวินัยแล้ว แต่เมื่อปริพาชกได้ฟังก็ยังสงสัยว่า **อะไรหนอเป็นการยากที่จะกระทำได้ในธรรมวินัยนี้** ซึ่งท่านพระสารีบุตรก็กล่าวตอบว่า **บรรพชา ผู้มีอายุ**

เพราะฉะนั้น คนที่คิดจะไปชั่วคราว ก็ควรจะระลึกถึงพระสูตรนี้ การไปที่เป็นอภยาศัยจริง ๆ เป็นการยาก เพราะเหตุว่าไม่ใช่ไปชั่วคราว แล้วไม่ใช่ไปโดยที่ไม่ใช่อภยาศัยอันแท้จริง





๗๘



ถ. พระที่บวชตั้งแต่เป็นเณร แล้วบวชเรื่อยไปจนกระทั่งสิ้นอายุ แต่ไม่ได้ปฏิบัติมรรคมงคล ๘ อย่างนี้จะเรียกว่า บรรพชาที่ถูกต้องหรือไม่

ส. น่าสงสัยใช่ไหม เพราะฉะนั้น ปริพาชกสามัคณฑกะ ก็ได้กล่าวถามท่าน พระสารีบุตรต่อไปว่า

ดูกร ท่านผู้มีอายุ ก็สิ่งอะไรอันบุคคลผู้บวชแล้วกระทำได้โดยยาก

มีความยากเป็นขั้น ๆ ตามลำดับ จิตใจนั้นไม่อยู่ในบังคับบัญชา อำนาจของกิเลส อกุศลที่ได้สะสมมามากมาย หนาแน่น เหนียวแน่น แล้วมีอหยาศัยที่ได้สะสมมาในเนกขัมมะ การสละละอาคารบ้านเรือน ก็เป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้เกิดขึ้นประพฤติ เป็นไปได้ แต่ว่ากิเลสที่ยังมากเหลือเกิน เพราะยังเป็นปุณฺณที่ที่มีความเห็นผิด

เพราะฉะนั้น การละอาคารบ้านเรือนนั้นก็ยากระดับหนึ่ง เพราะเคยอยู่กับญาติมิตรสหายผู้เป็นที่รัก ที่พอใจ เคยได้รับรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะซึ่งสะดวกสบาย ในการดำเนินชีวิต แล้วจะต้องละอาคารบ้านเรือน สละญาติมิตร รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะเพื่อขัดเกลากิเลสอย่างยิ่ง ซึ่งเป็นอหยาศัยที่ได้สะสมมาทำให้สามารถละได้ แต่ครั้นละไปแล้ว กิเลสก็ยังคงเหมือนเดิม นี่เป็นความจริง ผู้ที่รู้ความจริงก็ต้องยอมรับความจริง แล้วมีหนทางที่จะให้ประจักษ์แจ้งความจริงนั้นด้วย ไม่ใช่ว่าไม่มีหนทาง

เมื่อปริพาชกสามัคณฑกะ กล่าวถามท่านพระสารีบุตรต่อไปว่า

ดูกร ท่านผู้มีอายุ ก็สิ่งอะไรอันบุคคลผู้บวชแล้วกระทำได้โดยยาก

ท่านพระสารีบุตร กล่าวตอบว่า

ความยินดียิ่ง ผู้มีอายุ



แนวทางเจริญวิปัสสนา เล่ม ๘ ตอนที่ ๗๑ - ๘๐

หน้า ๕๗

เพราะฉะนั้น เมื่อบรรพชาแล้ว ละอาครบ้านเรือนแล้ว สิ่งที่เราทำได้ยากของ
ผู้ที่บวชแล้วนั้นก็คือความยินดียิ่งในการบรรพชา บริพาชกสามัคคีกันก็ยังได้กล่าวถาม
ต่อไปว่า

ทั้ง ๆ ที่มีความยินดียิ่งในบรรพชา แต่สิ่งนั้นก็ยังต้องแสนยากอยู่นั่นเอง ท่าน
พระสารีบุตรก็กล่าวตอบว่า

การเจริญมรรคมืองค์ ๘ เพื่อจะแทงตลอดว่า นี่ทุกข์ นี่ทุกข์สมุทัย นี่ทุกข์นิโรธ
 นี่ทุกข์นิโรธคามินีปฏิปทา เพราะเหตุว่านามรูปนั้นเกิดดับรวดเร็วเหลือเกิน และถ้าสติ
 ไม่เกิดขึ้นเนื่อง ๆ บ่อย ๆ ไม่ระลึกรู้ลักษณะของนามและรูปตามความเป็นจริง ย่อมไม่
 ประจักษ์ลักษณะของนามและรูปได้

เพราะฉะนั้น ถึงแม้ว่าจะเป็นผู้บวชแล้วซึ่งการบวชนั้นก็เป็นการกระทำได้อย่างยิ่ง และก็เป็นผู้ยินดียิ่งแล้วในการบวช สิ่งที่จะกระทำได้นั้นก็ยังมี คือ การปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม

ดูกร ผู้มีอายุ ก็ภิกษุผู้ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรมแล้ว จะพึงเป็นอรหันต์ได้
นานเพียงไร

ไม่นานนัก ผู้มีอายุ



นี่เป็นเรื่องของท่านที่มีความยินดียิ่ง และประพฤติปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม ซึ่งไม่ใช่มีแต่ในพระสูตรนี้สูตรเดียว ในพระสูตรอื่นก็ได้กล่าวถึงข้อความโดยนัยเดียวกัน แต่มีความหมายกว้างและละเอียดขึ้นอีก คือ ใน **สังยุตตนิกาย สฬายตนวรรค ชัมพูชาทกสังยุต** มีข้อความว่า

สมัยหนึ่ง ท่านพระสารีบุตรอยู่ ณ บ้านนาลคาม ในแคว้นมคธ

คนละที่คนละแห่ง ในสูตรก่อนอยู่ที่ฝั่งแม่น้ำคงคา ในแคว้นวัชชี แต่ในคราวนี้ ท่านพระสารีบุตรอยู่ ณ บ้านนาลคาม ในแคว้นมคธ

ครั้งนั้น ปริพาชกชื่อว่าชัมพูชาทกะ เข้าไปหาท่านพระสารีบุตรถึงที่อยู่ ได้ปราศรัยแล้วนั่ง ณ ที่ควรส่วนข้างหนึ่ง

ท่านผู้ฟังก็คงจะได้ผ่านพญฺชนะในพระสูตรบ่อย ๆ ในเรื่องของนั่ง ณ ที่ควรส่วนข้างหนึ่ง นั่งอย่างไรจึงจะชื่อนั่งในที่สมควร มีคำอธิบายว่า

นั่งเว้นจากโทษแห่งการนั่ง ๖ ประการ คืออย่างไร คือ

นั่งไกลเกินไป ๑

เพราะเหตุว่า เวลาพูดกันก็ต้องตะโกน หรือว่าต้องใช้เสียงดังถ้านั่งไกลกัน

นั่งใกล้เกินไป ๑

เวลานั่งใกล้ ชิด เบียด เสียดี ก็ทำให้เกิดความรำคาญ นั่นก็เป็นโทษของการนั่งใกล้เกินไป

นั่งเหนือลม ๑

นี่เป็นเรื่องการลำบากด้วยกลิ่น

นั่งในที่สูง ๑

เป็นการแสดงความไม่เคารพ

นั่งตรงหน้าเกินไป ๑



คือ เวลาที่อยากจะดูหน้า ถ้านั่งเสียตรงหน้าที่เดียวท่านกล่าวว่า ก็จะต้องตัจรดตา หมายความว่าหลักเฉียงไม่ได้เลย จะไปมองส่วนไหนก็ไม่ได้เพราะนั่งเสียตรงหน้า จะต้องตัจรดตาที่เดียว

โทษอีกประการ ๑ คือ นั่งข้างหลังเกินไป

เพราะเหตุว่า เวลาที่อยากจะดู ก็ต้องเอี้ยวไปดู

เพราะฉะนั้น ในพระสูตรก็จะมีเรื่องของการนั่ง ณ ที่ควรส่วนข้างหนึ่งเสมอ ๆ คือ นั่งเว้นจากโทษ ๖ ประการ

เมื่อข้ามพุขาทกะได้เข้าไปหาท่านพระสารีบุตรถึงที่อยู่ ได้ปราศรัยแล้วนั่ง ณ ที่ควรส่วนข้างหนึ่ง แล้วก็ได้กล่าวถามท่านพระสารีบุตรถึงความหมายของนิพพานว่า หมายความว่าอย่างไร ซึ่งได้แก่ ความสิ้นราคะ ความสิ้นโทสะ ความสิ้นโมหะ และได้ถามถึงปฏิบัติ คือ หนทางข้อปฏิบัติที่จะให้บรรลุนิพพาน ความสิ้นราคะ ความสิ้นโทสะ ความสิ้นโมหะ ซึ่งก็ได้แก่มรรคมืองค์ ๘

ข้ามพุขาทกะก็ได้สรรเสริญว่า มรรคปฏิบัติข้อปฏิบัตินี้ดีนัก

ข้อความก็โดยนัยเดียวกันกับในพระสูตรก่อน แต่ข้ามพุขาทกะก็ยังได้ถามต่อไปถึงอรรหัต และปฏิบัติให้บรรลุความเป็นอรรหัต และได้ถามว่า

ใครหนอ เป็นธรรมวาทีในโลก

ใครหนอ เป็นผู้ปฏิบัติดีในโลก

ใครหนอ เป็นผู้ไปดีแล้วในโลก

ซึ่งท่านพระสารีบุตรก็ได้กล่าวตอบว่า

ผู้ใดแสดงธรรมเพื่อละราคะ โทสะ โมหะ ท่านผู้นั้นเป็นธรรมวาทีในโลก

อนึ่งผู้ใดปฏิบัติเพื่อละราคะ โทสะ โมหะ ท่านผู้นั้นเป็นผู้ปฏิบัติดีในโลก

ราคะ โทสะ โมหะ อันท่านผู้ใดละแล้ว ถอนรากเสียแล้ว กระทำให้ไม่มีแล้ว ไม่ให้เกิดต่อไป เป็นธรรมดา ท่านผู้นั้นเป็นผู้ไปดีแล้วในโลก



ที่ว่าราคะ โทสะ โมหะ อันท่านผู้ใดละแล้ว ถอนรากเสียแล้ว กระทำให้ไม่มี แล้ว ไม่ให้เกิดต่อไป เป็นธรรมดา ท่านผู้นั้นเป็นผู้ไปแล้วในโลก ใช้คำว่า **เป็นธรรมดา** ไม่ใช่เพียงชั่วคราว แล้วก็ได้กล่าวถึงมรรคปฏิบัติเพื่อที่จะให้ละราคะ โทสะ โมหะซึ่งก็ได้แก่มรรคมืองค์ ๘ นั้นเอง ในพระสูตรนี้เป็นเรื่องของมรรคมืองค์ ๘ โดยนัยต่าง ๆ

ข้าพเจ้าทบทวนปริพาชกได้ถามท่านพระสารีบุตรต่อไปว่า

คุณ ท่านสารีบุตร ท่านอยู่ประพาศพิพรมจรรยในพระสมณะโคดมเพื่อประโยชน์อะไร

ซึ่งท่านพระสารีบุตรก็ได้กล่าวตอบว่า

ผู้มีอายุ เราอยู่ประพาศพิพรมจรรยในพระผู้มีพระภาคเพื่อกำหนดรู้ทุกข์ ทุกข-สมุทัย ทุกขนิโรธ ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา

ซึ่งก็ได้แก่มรรคมืองค์ ๘ นั้นเอง แล้วข้าพเจ้าทบทวนปริพาชกได้ถามต่อไปถึงความโล่งใจ ความโล่งใจสำคัญไหม เวลานี้หนักใจมากไหม ถ้ายังมีโรคจะต้องหนักใจแน่ ถ้ายังมีโทสะก็ต้องหนักใจไม่อยากจะ มี โมหะก็เหมือนกัน

เพราะฉะนั้น ข้าพเจ้าทบทวนปริพาชกจึงได้ถามถึงพยัญชนะ ความโล่งใจที่ว่า

ความโล่งใจครั้งนี้ด้วยเหตุเพียงเท่าไรจึงจะชื่อว่า ถึงความโล่งใจ

ท่านพระสารีบุตรกล่าวตอบว่า

เมื่อไรย่อมรู้ความเกิด ความดับ คุณ โทษ และอุปายเครื่องสลัดออกแห่งผัสสาตนะ ๖ ตามความเป็นจริง จึงจะชื่อว่าถึงความโล่งใจ

และอุปายที่จะให้ถึงความดับคุณโทษการรู้ผัสสาตนะ ๖ นี้ ได้แก่ มรรคมืองค์ ๘ นั้นเอง ถ้ายังไม่รู้ความเกิดความดับคุณโทษ และอุปายเครื่องสลัดออกแห่งผัสสาตนะ ๖ ตามความเป็นจริงแล้ว ก็ไม่ถึงความโล่งใจ

เวลาเจริญสติปัฏฐานรู้ลักษณะของนามและรูปที่ละเอียดที่ละน้อยยังไม่ประจักษ์ ความเกิดขึ้นและความดับไป ก็ยังไม่โล่งใจ แต่การโล่งใจจะมีจริง ๆ เกิดได้จริง ๆ เมื่อเวลาที่รู้ลักษณะของนามและรูปชัดเจน ไม่หวั่นไหว ไม่กังวล เพราะเป็นแต่เพียงนาม



เป็นแต่เพียงรูป ไม่ว่าจะเป็นโลกะ ไม่ว่าจะเป็นโทสะ ไม่ว่าจะเป็นสุข ไม่ว่าจะเป็นทุกข์ ไม่จะเป็นการตรึก ความนึกคิดในสิ่งที่เห็นทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ประการใด ๆ ก็ตาม ก็เป็นแต่เพียงสภาพธรรมแต่ละอย่างซึ่งมีลักษณะที่เกิดขึ้นแล้วก็ดับไปตามเหตุปัจจัยเท่านั้นเอง ถ้าผู้ใดประจักษ์ในความเกิดดับของธรรมที่เป็นนามและรูปตามความเป็นจริงอย่างนี้ ในขณะที่นั้นย่อมจะถึงความโล่งใจ ไม่ยึดถือว่าเป็นตัวเป็นตน ไม่พัวพัน ไม่ติดข้อง ไม่เดือดร้อน ไม่จะเป็นนามรูปชนิดใด

ท่านพระสารีบุตรกล่าวตอบว่า เมื่อไรย่อมรู้ความเกิดดับคุณโทษ และอุปายเครื่องสลัดออกแห่งผัสสาयตนะ ๖ โลก ๖ โลกตามความเป็นจริงในชีวิตประจำวัน เวลานี้มีตา จักขวยตนะมีรูปารมณฺ์ ผัสสะ การกระทบกันทำให้เกิดการเห็น เวลาที่เสียงปรากฏ ก็เป็นผัสสะทางหูซึ่งจะต้องรู้ชัดในลักษณะของนามของรูปที่มี ที่เกิดขึ้น ที่ปรากฏ ที่กระทบ ไม่ใช่ที่อื่น ขณะอื่น ลักษณะอื่นเลย โลก ๖ โลก ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจตามความเป็นจริงเป็นปกติในชีวิตประจำวัน และต้องละเอียดขึ้นด้วย

ผลย่อมเกิดขึ้นตามสมควรแก่เหตุ เมื่อปัญญาพิจารณานามและรูปทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจมากขึ้น เพิ่มขึ้น มีกำลังขึ้น ไม่ว่าจะอยู่ที่ไหน ไม่ว่าจะเห็นอะไร ไม่ว่าจะคิดอะไร ไม่ว่าจะสุขแค่ไหน ไม่ว่าจะทุกข์แค่ไหนแล้วจะคลายมากขึ้น เมื่อนั้นก็ย่อมประจักษ์การเกิดดับของนามและรูปได้ แต่ถ้าไม่เจริญอย่างนี้ก็ไม่ประจักษ์ เป็นหนทางเดียวจริง ๆ

เมื่อชำพุขาทกปริพาชกได้กล่าวถึงความโล่งใจ ด้วยเหตุเพียงเท่าไรจึงจะชื่อว่าถึงความโล่งใจ และเมื่อท่านพระสารีบุตรกล่าวตอบแล้ว ชำพุขาทกปริพาชกกล่าวว่า

ที่ว่าถึงความโล่งใจอย่างนี้ด้วยเหตุเพียงเท่าไร

ท่านพระสารีบุตรกล่าวตอบว่า



เมื่อรู้ความเกิด ความดับ คุณโทษ และอุปายเครื่องสลัดออกแห่งผัสสาयตนะ ๖ ตามความเป็นจริงแล้ว เป็นผู้หลุดพ้นเพราะไม่ถือมั่น จึงจะชื่อว่า ถึงความโล่งใจอย่างยิ่ง

ความโล่งใจมีเป็นลำดับขั้น แล้วข้ามพหุชาตกปริพาชกถามท่านพระสารีบุตร ละเอียดกว้างขวางทั่ว ๆ ไปให้เป็นประโยชน์มากขึ้นด้วย คือ ได้ถามถึงเวทนา ๓ สุขเวทนา ทุกขเวทนา อูเบกขาเวทนา

เป็นของมีจริงไหม เมื่อเป็นสิ่งที่จริงและทุกคนมี ก็ควรถามถึงด้วยว่า สำหรับ เวทนา ๓ มีข้อประพฤติปฏิบัติอย่างไรที่จะทำให้รู้ชัดในลักษณะของเวทนา ๓ ซึ่งท่านพระสารีบุตรก็ได้กล่าวตอบว่า

ข้อประพฤติปฏิบัติเพื่อที่จะให้รู้เวทนา ๓ นั้นก็มี คือ มรรคมรรค ๘

เพราะฉะนั้น เวทนา ความรู้สึกเป็นสุขก็ดี เป็นทุกข์ก็ดี เฉย ๆ ก็ดี ซึ่งมีเป็นปกติในชีวิตประจำวันนั้น ก็ต้องเป็นสิ่งที่มรรคมรรค ๘ จะต้องเจริญ แล้วก็รู้ลักษณะนั้นด้วย

ข้ามพหุชาตกปริพาชกได้กล่าวถึงอาสวะ ๓ อวิชชา ๔ ตัณหา ๓ โสมะ ๔ อุปาทาน ๔ ภพ ๓ ทุกข์ ๓ สักกายะ ซึ่งได้แก่มรรค ๕ ว่า มีหนทางข้อประพฤติปฏิบัติที่ทำให้รู้แจ้งได้ไหม

ซึ่งหนทางข้อประพฤติปฏิบัติก็มีอยู่หนทางเดียว คือ เจริญสติ จึงเป็นเหตุให้รู้เวทนาได้ เป็นเหตุให้รู้ภพได้ เป็นเหตุให้รู้ทุกข์ได้ เป็นเหตุให้รู้สักกายะได้

ถ. (ไม่ได้ยิน)

ส. โล่งใจที่ได้ประจักษ์ลักษณะของนามและรูปตามความเป็นจริง จึงไม่ยึดถือว่าเป็นตัวตน เวลาที่โลภะเกิดอาจจะเดือดร้อนเหลือเกินสำหรับผู้ที่ถูกโลภะ เวลาที่โทสะเกิดเดือดร้อนมากกระวนกระวายมากเพราะไม่รู้ลักษณะของโทสะ แต่ผู้ที่จะถึงความโล่งใจ คือ ผู้ที่ประจักษ์ลักษณะของโลภะ โทสะ ความเกิดขึ้น ความดับไป ความไม่เที่ยง ความไม่ใช่ตัวตน เพราะเกิดขึ้นโดยมีปัจจัย ไม่เดือดร้อน ถึงความโล่งใจว่า เป็นแต่เพียงสภาพนามธรรมแต่ละชนิด รูปธรรมแต่ละชนิดเท่านั้นเอง



ถ. จะโล่งใจได้อย่างไร

สุ. เจริญสติ รู้แน่ รู้ชัด

จะพยายามเทียบเคียงสอบถามความรู้สึกนานาประการ ก็ไม่เหมือนกับเจริญสติด้วยตนเอง แล้วรู้ชัดด้วยตนเอง เคยนึกว่าจะทำวิปัสสนาใหม่ ก็เคย ขณะนั้นเป็นนาม หรือเป็นรูป ทราบไหม ก็ไม่ทราบ เพราะเหตุว่าเป็นตัวตนที่จะทำวิปัสสนา แต่ผู้ที่เจริญสติรู้ว่า สติเป็นสภาพที่ระลึก ถ้านึกอย่างนั้น สติก็ระลึกว่า เป็นนามธรรมที่คิด แล้วก็มึนนามมีรูปอื่นที่สตรึงติดต่อไป แต่ถ้าไม่รู้ตรงนั้น ไม่รู้ในขณะนั้น ก็เป็นตัวตนที่ทำวิปัสสนา เพราะไม่รู้ว่าจะทำอะไรเลย เพราะเหตุว่ามีนามรูปเกิดปรากฏเพราะเหตุปัจจัยแล้ว ปรากฏ ไม่ต้องไปทำอะไรเลย เพราะเหตุว่ามีนามรูปเกิดปรากฏเพราะเหตุปัจจัยแล้ว

ใน **สังยุตตนิกาย สฬายตนวรรค ชัมพูชาทกสังยุต** ชัมพูชาทกปริพาชกได้สนทนากับท่านพระสารีบุตรด้วยข้อความคล้าย ๆ กันในสูตรก่อน คือ ใน สามัมณทกสังยุตต์ แล้วได้กล่าวถึงหนทางใดที่ทำให้รู้ธรรมได้ อย่างเวทนา ๓ ได้แก่ สุขเวทนา ทุกขเวทนา อุเบกขาเวทนา เป็นสิ่งที่ทุกคนต้องมี ความสุขทุกคนก็ต้องมี อุเบกขาก็ต้องมี ทุกขเวทนามีต้องมี ไม่ใช่ว่ามีแต่ทุกข์

เพราะฉะนั้น ไม่ใช่ว่าผู้ที่เจริญสติปัฏฐานนั้นจะรู้แต่ทุกข์ ถ้าเป็นอย่างนั้นจะถูกหรือผิด เพราะเหตุว่าเวทนามีถึง ๓ บางครั้งก็เฉย ๆ เป็นอุเบกขาเวทนา บางครั้งก็เป็นโสมนัสเวทนา หรือสุขเวทนา และบางครั้งก็เป็นทุกขเวทนา

เพราะฉะนั้น ไม่ใช่จะมีแต่ทุกข์ที่สติจะต้องระลึก รู้ แต่ไม่ว่าขณะใดบุคคลใดมีเวทนาใดสติก็ระลึกได้ เมื่อสติระลึกถึงลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏในขณะนั้นก็สามารถรู้ลักษณะของความรู้สึกในขณะนั้นตามความเป็นจริงได้ ไม่ว่าจะเป็นสุขเวทนา สติก็ระลึกตามความเป็นจริงว่า ไม่ใช่ตัวตนเป็นแต่เพียงสภาพนามธรรมที่เกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัยเท่านั้น หรือในขณะใดที่เป็นทุกข์ โทมนัส ในขณะนั้นก็เป็นแต่เพียงสภาพความรู้สึกชนิดหนึ่งซึ่งเกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัยเท่านั้น หรือในขณะที่เป็นอุเบกขาก็เหมือนกัน



ให้ทราบว่า ธรรมทั้งหลายเป็นปกติ เป็นธรรมดา เป็นสิ่งที่มีจริง เป็นสิ่งที่มีหนทางจะปฏิบัติให้รู้ความจริงของธรรมนั้น ๆ ได้ เพราะฉะนั้น ผู้ที่เจริญสติปัฏฐานสามารถรู้ลักษณะของเวทนา เหมือนอย่าง que ข่มพุชาทกะได้ถามท่านพระสารีบุตรว่า มีหนทางหรือไม่ที่จะรู้ชัดในเวทนาทั้ง ๓ ซึ่งท่านพระสารีบุตรก็ตอบว่า หนทางซึ่งเป็นปฏิปทาที่จะให้รู้เวทนา ๓ นั้นก็มี คือ มรรคมีองค์ ๘ นั่นเอง

ข่มพุชาทกะปริพาชกได้ถามถึงเรื่องอาสวะ ๓

อาสวะ ๓ นี้เป็นธรรมเครื่องหมักดองทำให้ไหลไปสู่อารมณ์ต่าง ๆ ด้วยความพอใจในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ เป็นกามาสวะ ด้วยความยินดีในภพ เป็นภวาสวะ ด้วยความไม่รู้ เป็นอวิชชาสวะ

การรู้ลักษณะของอาสวะ ๓ ซึ่งมีจริงทุก ๆ ขณะนี้ได้ ก็มีหนทาง คือ มรรคมีองค์ ๘ นั่นเอง





๗๙



สำหรับอวิชา ๔ ก็เช่นเดียวกัน อวิชา ๔ คือ ความไม่รู้ในทุกข์ ทุกข์ในที่นี้ ได้แก่ความเกิดขึ้นและความดับไปของนามและรูปทั้งปวง เพราะฉะนั้น ผู้ที่ไม่เจริญสติ ไม่รู้ว่าสภาพที่กำลังปรากฏเกิดขึ้นในขณะนี้ เป็นทุกข์เพราะไม่เที่ยง

แต่จะรู้ได้ต้องเจริญสติ สามารถรู้ลักษณะของอวิชาทั้ง ๔ คือ ความไม่รู้ในทุกข์ ในเหตุเกิดแห่งทุกข์ ในความดับทุกข์ ในปฏิบัติเครื่องให้ถึงความดับทุกข์

สำหรับตัณหา ๓ ได้แก่ กามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหานั้น จะรู้ได้ถึงลักษณะของสภาพตัณหาเหล่านั้นในขณะที่สติเกิดขึ้นระลึกถึงลักษณะที่กำลังปรากฏ โสมะ อุปาทาน ก็เช่นเดียวกัน

สำหรับภพ ๓ ซึ่งได้แก่ กามภพ รูปภพ อรูปภพ เวลานี้ที่ทุกท่านกำลังนั่งอยู่ ที่นี้เป็นกามภพ ขณะใดที่จิตรู้อารมณ์ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย เป็นไปกับสี่สังวรณะต่าง ๆ ที่ปรากฏทางตา เป็นไปในเสียง ในกลิ่น ในรส ในโณภูมิจิตที่กระทบสัมผัสกาย

จิตขณะนี้เป็นกามาวจรจิต เมื่อยังไม่ได้เจริญรูปฌานยังไม่ใช่รูปภพ ยังไม่ได้เจริญอรูปฌานก็ไม่ใช่อรูปภพ ในขณะนี้ เป็นกามาวจรจิต เพราะไม่ว่าจะคิด จะนึก จะชอบ ไม่ชอบ ก็เป็นไปในรูป เสียง กลิ่น รส โณภูมิจิตนั่นเอง

ในวันหนึ่ง ๆ ของบุคคลที่อยู่ในกามภพ เป็นกามบุคคลก็ต้องรู้กามารมณ์ รูป เสียง กลิ่น รส โณภูมิจิต ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ เพราะฉะนั้น จิตในวันหนึ่ง ๆ ก็ไม่พ้นไปจากกามาวจรจิต ยังไม่พ้นไปจากกามภพ เพราะเหตุว่ายังไม่ใช่รูปฌานจิต ยังไม่ใช่อรูปฌานจิต

เพราะฉะนั้น การที่จะรู้ชัดในกามภพ ไม่ใช่รู้ชาติหน้า หรือไม่ใช่รู้ชาติก่อน ผู้ที่จะรู้ชัดในลักษณะของภพ คือ กามภพของจิต หรือกามาวจรจิต ก็ต้องขณะที่กำลัง



เห็นเดี๋ยวนี้ กำลังได้ยิน กำลังได้กลิ่น กำลังรู้รส กำลังคิดนึก กระทบการมรณ์
ทั้งหลายทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ นั้นเอง

และหนทาง ปฏิปทาที่จะให้รู้ชัดในกามภพ คือ การเจริญมรรคมีองค์ ๘
นั้นเอง จะเห็นได้ว่า ธรรมที่สัมผัสทางตาได้สนทนากับท่านพระสารีบุตรเป็นธรรมที่ทุก
คนมี แล้วก็มีหนทางที่จะรู้แจ้ง รู้ชัดได้จริง ๆ

ในตอนสุดท้ายของการสนทนา สัมผัสทางตาก็คงได้กล่าวถามพระสารีบุตร
เหมือนกับสามัญทกปริพาชก คือ ถามว่า

ดูกร ท่านผู้มีอายุ มรรคาคือนี้ ปฏิปทาาคือนี้ เพื่อกระทำให้พ้นนั้นให้แจ้ง
และเพียงพอเพื่อความไม่ประมาท

ดูกร ท่านสารีบุตร อะไรหนอเป็นการยากที่จะกระทำได้ในธรรมวินัยนี้

คำตอบก็เช่นเดียวกัน คือ ท่านพระสารีบุตรกล่าวตอบว่า

บรรพชา ผู้มีอายุ

ปริพาชกสัมผัสทางตาก็คงได้ถามต่อไปมีข้อความเช่นเดียวกับที่สามัญทกปริพาชก
ถามว่า

ดูกร ท่านผู้มีอายุ ก็สิ่งอะไรอันบุคคลผู้บวชแล้วกระทำได้โดยยาก

ซึ่งท่านพระสารีบุตรก็กล่าวตอบว่า

ความยินดียิ่ง ผู้มีอายุ

ปริพาชกสัมผัสทางตาก็คงได้ถามต่อไปว่า

ก็สิ่งอะไร อันภิกษุผู้ยินดียิ่งแล้วกระทำได้โดยยาก

ซึ่งท่านพระสารีบุตรก็ได้กล่าวตอบว่า

การปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม

เป็นชีวิตจริง ๆ ถ้าจะสังเกตจากการสนทนาของท่านทั้งสอง จะเห็นได้ว่า การ
เจริญสติปัฏฐานเป็นสิ่งที่กระทำได้ในธรรมวินัยนี้ แต่สิ่งที่กระทำยากกว่านั้น คือ การ
ละอาคารบ้านเรือนบรรพชาอุปสมบทเป็นบรรพชิต เป็นอุปัชฌาย์จริง ๆ ที่จะเจริญสติ



ปฏิฐานในลักษณะของการละ สะอาดบ้านเรือน ก็เป็นสิ่งที่ทุกคนก็ทราบชัดว่า
กระทำไดยาก

ทุกท่านอาจรู้สึกว่าจะดีกว่าดี สบายดี การมีชีวิตสงบ ๆ แต่ชีวิตจริง ๆ ทำได้
ไหม ถ้าไม่ได้สะสมเนกขัมมะที่จะสะอาดบ้านเรือน ท่านก็ยังคงเป็นฆราวาสที่ครอง
เรือน หรือไม่ครองเรือน แต่ไม่ใช่เพศบรรพชิต

นี่ก็เป็นชีวิตจริง ๆ ธรรมเป็นเรื่องที่ทุกคนฟังแล้วพิจารณาได้ เพราะเหตุว่าทุก
ท่านมีธรรมเหล่านั้น นอกจากนั้นผู้ที่บวชแล้วสิ่งที่กระทำไดยากก็คือ ความยินดียิ่งใน
การบรรพชา และถึงแม้ว่าเป็นภิกษุผู้ยินดียิ่งแล้ว สิ่งทีกระทำไดยากนั้นก็ยังยาก
คือ การปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม

การเจริญสติ ต้องอบรมเจริญให้มากขึ้นเป็นปกติ การที่บุคคลทั้งหลายมีวิชา
ที่สะสมมาในอดีตอนันตชาติมาก หลงลืมสติมาก ไม่รู้ลักษณะของสิ่งที่กำลังเห็นในภพ
หนึ่งชาติหนึ่ง ขณะที่กำลังได้ยินในภพหนึ่งชาติหนึ่งสะสมไว้มากเหลือเกิน
เพราะฉะนั้น การที่ผู้ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรมระลึกถึงลักษณะของนามและรูปเพิ่มขึ้น
มากขึ้นจนกว่าจะรู้ชัด จนกว่าจะคลายการยึดถือความเห็นผิดนั้น ก็เป็นสิ่งที่ยากมาก

สำหรับการเจริญสติปฏิฐาน ไม่ว่าจะอยู่ที่ไหน มีโลภะเกิดขึ้น มีโทสะกำลัง
ปรากฏ มีเห็น มีได้ยิน สิ่งที่ชอบใจ ไม่ชอบใจ ผู้เจริญสตินั้นจะต้องระลึกถึงลักษณะ
ของสิ่งที่กำลังปรากฏเนื่อง ๆ บ่อย ๆ จนกว่าปัญญาจะรู้ชัด

ถ้าสติไม่เกิดขึ้น ไม่ระลึกถึงลักษณะของสิ่งที่กำลังปรากฏ วันไหนจะละความไม่
รู้ วันไหนจะละคลายการเห็นผิดที่ยึดถือนามรูปในขณะนี้ว่าเป็นตัวตน ก็ไม่มีวันที่จะละ
คลายได้เลย

ขอกล่าวถึงพระสูตรที่ยาวพระสูตรหนึ่ง ซึ่งคงจะเป็นประโยชน์แก่ท่านผู้ฟังที่จะ
ได้เข้าใจว่า การเจริญสติปฏิฐานนั้นเป็นการเจริญสติเป็นปกติในชีวิตประจำวัน

ใน **สังยุตตนิกาย สฬายตนวรรค ภารทวาชสูตร** เป็นการสนทนาระหว่าง
ท่านพระปิณฑิลภารทวาชะกับพระเจ้าอุเทน



ครั้งนั้น ท่านพระปิณฑโกลการทวาชะอยู่ ณ พระวิหารโฆสิตาราม ใกล้พระนคร
โกสัมพี พระเจ้าอุเทนได้เสด็จไปหาท่านพระปิณฑโกลการทวาชะ ทรงสนทนาปราศรัย
กับท่านพระปิณฑโกลการทวาชะ แล้วได้ตรัสถามท่านพระปิณฑโกลการทวาชะว่า

ท่านการทวาชะผู้เจริญ เหตุปัจจัยอะไรหนอแล เป็นเครื่องให้ภิกษุทั้งหลาย
เหล่านี้ ผู้ยังเป็นหนุ่มแรกรุ่นมีผมดำสนิท เป็นหนุ่มแน่นอยู่ในปฐมวัย ยังไม่หมดความ
ระเรงในกามทั้งหลาย ประพฤติพรหมจรรย์บริสุทธฺิ์บริบูรณ์จนตลอดชีวิต และปฏิบัติ
อยู่ได้นาน

เป็นชีวิตจริง ๆ ที่ท่านถามว่า ประพฤติพรหมจรรย์บริสุทธฺิ์บริบูรณ์จนตลอดชีวิต
เป็นการเจริญสติปัฏฐานตลอดชีวิต ไม่ใช่ชั่วคราวครั้งชั่วคราว ๑๐ วัน ๑๕ วัน ถึงแม้ว่าจะ
เป็นบรรพชิตก็ประพฤติพรหมจรรย์บริสุทธฺิ์บริบูรณ์จนตลอดชีวิต และปฏิบัติอยู่ได้นาน

คือ พระเจ้าอุเทนทรงสงสัยว่า อะไรเป็นเครื่องให้ภิกษุเหล่านั้นที่ยังไม่หมด
ความเปลือยในรูป เสียง กลิ่น รส โสภณูปะนั้น ประพฤติพรหมจรรย์ได้ ซึ่งเป็น
ข้อที่น่าคิด

ท่านพระปิณฑโกลการทวาชะ ก็ได้ทูลตอบว่า

ขอถวายพระพร พระผู้มีพระภาค ผู้รู้ ผู้เห็น เป็นพระอรหันตสัมมาสัมพุทธ
เจ้า พระองค์ตรัสไว้ดังนี้ว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงมาตั้งจิตว่า เป็นมารดา ในสตรีปุณฺณมารดา
เธอทั้งหลายจงตั้งจิตว่า เป็นพี่สาว น้องสาว ในสตรีปุณฺณพี่สาว น้องสาว เธอทั้งหลาย
จงตั้งจิตว่า เป็นธิดา ในสตรีปุณฺณธิดา

ข้อนี้แล เป็นเหตุเป็นปัจจัยให้ภิกษุเหล่านี้ ผู้ยังเป็นหนุ่มแรกรุ่นมีผมดำสนิท
เป็นหนุ่มแน่นอยู่ในปฐมวัย ผู้ยังไม่หมดความระเรงในกามทั้งหลาย ประพฤติ
พรหมจรรย์บริสุทธฺิ์บริบูรณ์จนตลอดชีวิต และปฏิบัติอยู่ได้นาน

มีข้อคัดค้านใหม่ อำนาจของกิเลสที่มีอยู่ในใจมากมาย เป็นไปในลักษณะที่ล้า
ลือทุกอย่างใด ผู้ที่เจริญสติเป็นผู้ที่ทราบ พระเจ้าอุเทนทรงแย้งว่า



ท่านภาวทวาชะผู้เจริญ จิตเป็นธรรมชาติโลเล บางคราวธรรม คือ ความโลเล
ทั้งหลายย่อมเกิดขึ้นในเหล่าสตรีปุณมรดาก็มี ปุณพีสาวน้องสาวก็มี ปุณธิดาก็มี

มีหมั่นหาท่านภาวทวาชะ ข้ออื่นที่เป็นเหตุเป็นปัจจัยให้ภิกษุเหล่านี้ ผู้ยังเป็น
หนุ่มแรกเริ่มมีผมนำสนธิ เป็นหนุ่มแน่นอยู่ในปฐมวัย ยังไม่หมดความระเรงในกาม
ทั้งหลาย ประพฤติพรหมจรรย์บริสุทธิบริบูรณ์จนตลอดชีวิต และปฏิบัติอยู่ได้นาน

ตราบไต่ที่ยังมีกิเลสหนาแน่น เหนียวแน่นมากมาย ก็ไม่ใช่ว่าเป็นสิ่งที่จะอยู่ใน
อำนาจบังคับบัญชาได้

ท่านพระปิณฑิลภาวทวาชะทูลตอบว่า

พระผู้มีพระภาค ผู้รู้ ผู้เห็น เป็นพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า พระองค์ตรัสไว้
ดังนี้ว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงมาพิจารณากายนี้แหละ เบื้องบนแต่พื้น
เท้าขึ้นไป เบื้องต่ำแต่ปลายผมลงมา อันมีหนังหุ้มอยู่โดยรอบ เต็มด้วยของไม่สะอาด
มีประการต่างๆ ว่า มีอยู่ในกายนี้ คือ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก
เยื่อในกระดูก ม้าม หัวใจ ตับ พังผืด ไต ปอด ไล่ใหญ่ ไล่ย่อย อาหารใหม่
อาหารเก่า ดี เสลด หนอง เลือด เหงื่อ มันข้น น้ำตา มันเหลว น้ำลาย น้ำมูก
ไขข้อ น้ำมูตร ดังนี้ ขอถวายพระพร

แม้ข้อนี้ ก็เป็นเหตุเป็นปัจจัยให้ภิกษุเหล่านี้ ผู้ยังเป็นหนุ่มแรกเริ่มมีผมนำสนธิ
เป็นหนุ่มแน่นอยู่ในปฐมวัย ผู้ยังไม่หมดความระเรงในกามทั้งหลาย ประพฤติ
พรหมจรรย์บริสุทธิบริบูรณ์จนตลอดชีวิต และปฏิบัติอยู่ได้นาน

ที่ยกพระสูตรนี้เพื่อให้เห็นว่า ถึงแม้มีอภยาศัยที่จะประพฤติพรหมจรรย์เป็น
บรรพชิตแล้ว อำนาจของกิเลสก็ยังมากถึงอย่างนี้ บุคคลที่เป็นฆราวาส ก็แน่นอนว่า
คงจะมีกิเลสมากกว่า เพราะฉะนั้น พระธรรมเทศนาทั้งหมดเพื่อเตือนให้รู้จักตนเอง
เพื่อความไม่ประมาท เพื่อความสลด เพื่อเจริญกุศลธรรมมากยิ่งขึ้น ไม่ใช่ว่าเป็นการ
ไร้สาระ หรือไม่มีประโยชน์ที่จะกล่าวถึงความจริง แต่เพื่อให้ทุกคนได้ตระหนักชัดถึง
ความจริง



ทุกคนมีของไม่สะอาดมีประการต่าง ๆ อยู่ในกาย ทั้งผม ขน เล็บ ฟัน หนัง ถ้าแตกย่อยออกไปเป็นส่วน ๆ แล้ว เอามาหิบบายืนให้ก็คงจะไม่ต้องการ ขน เล็บ ฟัน หนัง เอ็น กระดูก แต่พอมารวมกัน ก็ทำให้จิตใจเล ไม่ได้ประจักษ์ความจริงถึงความไม่สะอาดของแต่ละส่วนที่ทุกคนมี

พระเจ้าอุเทนได้ตรัสกับท่านพระปิณฑิลภการทวาชะว่า

ท่านการทวาชะผู้เจริญ ภิกษุเหล่าใดเป็นผู้มีกายอันอบรมแล้ว เป็นผู้มีศีลอันอบรมแล้ว เป็นผู้มีจิตอันอบรมแล้ว เป็นผู้มีปัญหาอันอบรมแล้ว การอบรมกายเป็นต้นนั้น ไม่เป็นกิจอันภิกษุเหล่านั้นทำได้โดยยาก

ส่วนภิกษุเหล่าใดเป็นผู้มีกายยังไม่ได้อบรมแล้ว เป็นผู้มีศีลยังไม่ได้อบรมแล้ว เป็นผู้มีจิตยังไม่ได้อบรมแล้ว เป็นผู้ปัญหายังไม่ได้อบรมแล้ว การอบรมกายเป็นต้นนั้น เป็นกิจอันภิกษุเหล่านั้นทำได้โดยยาก

ท่านการทวาชะผู้เจริญ บางคราวเมื่อบุคคลตั้งใจอยู่ว่า เราจักทำไว้ในใจโดยความเป็นของไม่งาม แต่อารมณ์ย่อมมาโดยความเป็นของงามก็มี

มีไหมหนอแล ท่านการทวาชะผู้เจริญ ข้ออื่นที่เป็นเหตุเป็นปัจจัยให้ภิกษุเหล่านั้น ผู้ยังเป็นหนุ่มแรกเริ่มมีผมดำสนิท เป็นหนุ่มแน่นอยู่ในปฐมวัย ผู้ยังไม่หมดความระเรงในกามทั้งหลาย ประพฤติพรหมจรรย์บริสุทธิบริบูรณ์จนตลอดชีวิต และปฏิบัติอยู่ได้นาน

การพิจารณาถึงความไม่สะอาดของผม ขน เล็บ ฟัน หนังต่าง ๆ พระเจ้าอุเทนก็เห็นด้วย สำหรับพระภิกษุผู้ที่เป็นผู้มีกายอบรมแล้ว มีศีลอันอบรมแล้ว มีจิตอันอบรมแล้ว มีปัญหาอันอบรมแล้ว คือ ถ้าพิจารณาเรื่องของความไม่สะอาดของกาย ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง บ่อย ๆ เนือง ๆ เป็นผู้ที่อบรมอยู่เสมอ เวลาที่เห็นสิ่งที่งาม ก็อาจจะโน้มใจไปถึงสภาพที่ไม่งามได้โดยง่าย สำหรับผู้ที่อบรมอยู่เสมอ ๆ

แต่พระเจ้าอุเทนทรงทราบความจริงว่า ส่วนภิกษุเหล่าใดเป็นผู้มีกายยังไม่ได้อบรมแล้ว เป็นผู้มีศีลยังไม่ได้อบรมแล้ว เป็นผู้มีจิต คือ สมายังไม่ได้อบรมแล้ว เป็นผู้มีปัญหายังไม่ได้อบรมแล้ว การอบรมกายเป็นต้นนั้น เป็นกิจอันภิกษุเหล่านั้นทำได้



โดยยาก ไม่เหมือนกันระหว่างผู้ที่ท่านเจริญกายคตาสติเนื่อง ๆ กับท่านที่ไม่ได้อบรม
เจริญกายคตาสติ พระเจ้าอุเทนจึงได้ตรัสถามท่านพระปิณฑิลภการทวาชะว่า

ท่านการทวาชะผู้เจริญ บางคราวเมื่อบุคคลตั้งใจอยู่ว่า เราจักทำไว้ในใจโดย
ความเป็นของไม่งาม แต่อารมณ์ย่อมมาโดยความเป็นของงามก็มี

จะตั้งใจไว้สักเท่าไรว่าไม่งาม ผมก็ไม่งาม แต่เมื่อกิเลสยังมี ถึงแม้ว่าจะตั้งใจ
อย่างนั้น อารมณ์ย่อมมาโดยเป็นของงามก็มี ด้วยอำนาจของกิเลส เพราะฉะนั้น
พระเจ้าอุเทนก็ตรัสถามต่อไปว่า

ข้ออื่นที่เป็นเหตุเป็นปัจจัยให้ภิกษุเหล่านี้ ประพฤติพรหมจรรย์บริสุทธิบริบูรณ์
จนตลอดชีวิต และปฏิบัติอยู่ได้นานนั้น จะมีไหม

เป็นชีวิตจริง ๆ เพราะเหตุว่า จะต้องปฏิบัติจนตลอดชีวิต และก็ปฏิบัติอยู่ได้นาน
ด้วย

ท่านพระปิณฑิลภการทวาชะทูลตอบว่า

ขอถวายพระพร พระผู้มีพระภาค ผู้รู้ ผู้เห็น เป็นพระอรหันตสัมมาสัมพุทธ
เจ้า พระองค์ได้ตรัสไว้ดังนี้ว่า

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงมาเถิด เธอทั้งหลายจงเป็นผู้มีทวารอัน
คุ้มครองแล้วในอินทรีย์ทั้งหลายอยู่เถิด

เธอทั้งหลายเห็นรูปด้วยตาแล้ว จงอย่าเป็นผู้ถือเอาโดยนิमित อย่าเป็นผู้ถือเอา
โดยอนุพยัญชนะ จงปฏิบัติเพื่อสำรวมจักขุอินทรีย์ ที่เมื่อไม่สำรวมแล้ว เป็นเหตุให้
อกุศลธรรมอันลามก คือ อภิชฌาและโทมนัสครอบงำได้ จงรักษาจักขุอินทรีย์ จงถึง
ความสำรวมในจักขุอินทรีย์

ต่อไปก็เป็นการฟังเสียงด้วยหูแล้วสำรวม ตลอดไปจนถึงจมูก ลิ้น กาย ใจ

แม้ข้อนี้ ก็เป็นเหตุเป็นปัจจัยให้ภิกษุเหล่านี้ ผู้ยังเป็นหนุ่มแรกรุ่นมีผมดำสนิท
เป็นหนุ่มแน่นอยู่ในปฐมวัย ผู้ยังไม่หมดความระเรงในกามทั้งหลาย ประพฤติ
พรหมจรรย์บริสุทธิบริบูรณ์จนตลอดชีวิต และปฏิบัติอยู่ได้นาน



นี่เป็นข้อความที่ท่านพระปิณฑโฆถการทวาทะทูลตอบ ซึ่งก็เป็นความจริงว่า ทางที่ดีที่สุดนั้น คือ การสำรวจตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ แต่ไม่ใช่ว่าไม่ดู เพราะว่าปัญญชนะแสดงไว้ว่า

เห็นรูปด้วยตาแล้ว จงอย่าเป็นผู้ถือเอาโดยนิमित อย่าเป็นผู้ถือเอาโดยอนุพยัญชนะ

คือ โดยรูปร่างรวม ๆ หรือโดยลักษณะส่วนละเอียดปลีกย่อย

เพราะในขณะนั้น ระลึกรู้ลักษณะของนามและรูปที่กำลังปรากฏ การไม่ยึดถือ ไม่ใช่ว่าด้วยคำสั่งว่าอย่ายึดถือ แต่ต้องแสดงเหตุว่า การละการยึดถือ ไม่ติดในนิमित ไม่ติดในอนุพยัญชนะนั้น จะต้องเป็นสติที่ระลึกรู้ลักษณะของนามและรูปที่กำลังปรากฏทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ซึ่งพระเจ้าอุเทนก็ได้ตรัสสรรเสริญว่า

นาคัจจรรยํ ทานภารทวาทะผู้เจริญ ไม่เคยมีมาแล้ว ทานภารทวาทะผู้เจริญ ตามกำหนดธรรมปริยายนี้อันพระผู้มีพระภาค ผู้รู้ ผู้เห็น เป็นพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสดีแล้ว ทานภารทวาทะผู้เจริญ ข้อนี้แล เป็นเหตุเป็นปัจจัยให้ภิกษุเหล่านี้ผู้ยังเป็นหนุ่มแรกรุ่นมีผมดำสนิท เป็นหนุ่มแน่นอยู่ในปฐมวัย ยังไม่หมดความกระแจะในกามทั้งหลาย ประพฤติพรหมจรรย์บริสุทธฺิบริบูรณ์จนตลอดชีวิต และปฏิบัติอยู่ได้นาน

เพียงให้ระลึกรู้ลักษณะของนามและรูปตามความเป็นจริง พระเจ้าอุเทนได้ฟังก็สรรเสริญว่านาคัจจรรยํนัก ก่อน ๆ นี้ไม่ได้สรรเสริญกายคตาสติ การระลึกว่าเป็นมารดาบ้าง เป็นพี่สาวบ้าง เป็นน้องสาวบ้าง เป็นธิดาบ้าง พระเจ้าอุเทนก็ไม่ได้ทรงสรรเสริญ แต่พอถึงเรื่องของการสำรวจอินทรีย์ซึ่งเป็นการระลึกรู้ลักษณะของนามและรูปที่กำลังปรากฏทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ พระเจ้าอุเทนก็ตรัสสรรเสริญว่านาคัจจรรยํนัก ไม่เคยมีมาแล้ว ตามกำหนดธรรมปริยายนี้ พระผู้มีพระภาคอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสดีแล้ว

ยิ่งได้ฟังพระสูตรมาก ๆ ยิ่งได้เห็นว่ ในครั้งกระโน้นท่านที่เจริญสติท่านเห็นคุณของสติ ท่านผู้ฟังคิดว่าพระเจ้าอุเทนเจริญสติหรือไม่ ถึงได้มาสนทนากับท่านพระ



ปิณฑิลภาวทวาชะด้วยเรื่องนี้ หรือว่าเพียงแค่ทรงสงสัยว่า ทำไมพระภิกษุจึงได้
ประพฤติพรหมจรรย์อยู่ได้จนตลอดชีวิต ทั้ง ๆ ที่เป็นผู้ที่ยังไม่หมดความยินดีในรูป
เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ





๘๐



ถ. เป็นไปได้ไหมที่พระเจ้าอุเทนยังมีกิเลสหนาแน่น

ส. ทุกท่านมีสิทธิที่จะคิดพิจารณา เพราะว่าผู้ที่ไม่ได้เป็นพระอริยบุคคล ก็มีโลภะ มีโทสะ มีโมหะ ตื่นลึกลับบางอย่าง ๆ กัน ถ้ารู้จักตัวเองจริง ๆ ก็รู้ตลอดไปถึงบุคคลอื่นด้วย และพระเจ้าอุเทนเจริญสติหรือไม่ คนที่ไม่สนใจการเจริญสติปฏิฐานก็ คงจะสนทนากันเรื่องอื่น ไม่สนทนาเรื่องกาย เวทนา จิต ธรรม วิธีเจริญปัญญา หรือสงสัยว่า ทำไมกิเลสที่มีมาก และก็ยังอยู่ในวัยที่ยังผลิตเพลิดเพลินยีนด้อย่างนั้น มีอะไรทำให้ประพตติพรหมจรรย์ได้บริสุทธิ์ บริบูรณ์ตลอดชีวิต

พระเจ้าอุเทนเจริญสติปฏิฐานด้วย แม้เป็นพระเจ้าแผ่นดิน ไม่ได้จำกัดสถานที่ ไม่ได้จำกัดบุคคล แล้วก็กิจการงานด้วย พระเจ้าอุเทนตรัสกับท่านพระปิณฑิลการทวาชะว่า

ท่านการทวาชะผู้เจริญ ในสมัยใด แม้ข้าพเจ้าเองมีกายมิได้รักษาแล้ว มีวาจา มิได้รักษาแล้ว มีจิตมิได้รักษาแล้ว มีสติมิได้ตั้งไว้แล้ว มีอินทรีย์ทั้งหลายมิได้สำรวม แล้ว เข้าไปสู่ฝ่ายใน ในสมัยนั้น ธรรม คือ ความโลภทั้งหลายย่อมครอบงำข้าพเจ้า ยิ่งนัก

ท่านการทวาชะผู้เจริญ แต่ว่าในสมัยใดแล ข้าพเจ้ามีกายอันรักษาแล้ว มีวาจาอันรักษาแล้ว มีจิตอันรักษาแล้ว มีสติอันตั้งไว้แล้ว มีอินทรีย์ทั้งหลายอันสำรวม แล้ว เข้าไปสู่ฝ่ายใน ในสมัยนั้น ธรรม คือ ความโลภทั้งหลายไม่ครอบงำข้าพเจ้า

ท่านการทวาชะผู้เจริญ ภาสิตของท่านแจ่มแจ้งนัก ท่านการทวาชะผู้เจริญ ภาสิตของท่านแจ่มแจ้งนัก ท่านการทวาชะประกาศธรรมโดยอเนกปริยาย เปรียบเหมือนหงายของที่คว่ำ เปิดของที่ปิด บอกทางแก่คนหลง หรือตามประทีปไว้ในที่มืด ด้วยหวังว่า ผู้มีจักขุจะเห็นรูปได้ ฉะนั้น



ท่านภาวทวาชะผู้เจริญ ขำพเจ้าขอถึงพระผู้มีพระภาคพระองค์นั้น กับทั้งพระ
ธรรม และพระภิกษุสงฆ์ว่า เป็นที่พึ่ง ขอท่านภาวทวาชะจงจำขำพเจ้าว่า เป็นอุบาสก
ผู้ถึงพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่งจนตลอดชีวิต ตั้งแต่วันนี้เป็นต้นไปเถิด

ผู้ที่เข้าใจการเจริญสติปัฏฐานดี สันทนากับผู้ที่เจริญสติปัฏฐานแล้วก็เข้าใจ
ถูกต้อง เข้าใจกันได้ว่า ธรรมนั้นแจ่มแจ้งนัก ไม่มีข้อสงสัยในการเจริญสติปัฏฐานเลย
ไม่ว่าจะเป็นบุคคลใด แม้พระเจ้าอุเทนจะเสด็จไปที่ไหน แม้แต่เข้าไปสู่ฝ่ายใน
พระองค์ก็ทรงทราบถึงพระองค์เองในขณะที่หลงลืมสติ โลกะครอบงำ ในขณะที่ไม่
หลงลืมสติ โลกะทั้งหลายไม่ครอบงำพระองค์โดย

โลกะมีไหม มี สติระลึกรู้ลักษณะของโลกะที่กำลังปรากฏได้ จึงชื่อว่าโลกะไม่
ครอบงำ ถ้าสติไม่เกิดขึ้น ไม่ระลึกรู้ลักษณะของโลกะ โลกะก็เพิ่มพูนทวีคูณครอบงำ
จิตใจของบุคคลนั้น แต่ไม่ใช่หมายความว่า เวลาที่ไม่ครอบงำแล้วโลกะจะไม่มี โลกะ
มี เกิดปรากฏเพราะเหตุปัจจัย แต่สติระลึกรู้ลักษณะของโลกะตามความเป็นจริง
โลกะนั้นจึงไม่ครอบงำได้

เพราะฉะนั้น คงไม่สงสัยในการเจริญสติปัฏฐานเป็นปกติในชีวิตประจำวัน ไม่
ว่าจะเป็นพระเจ้าอุเทน ไม่ว่าจะเป็นใคร ไปที่ไหนก็ตาม เพราะว่าผู้ที่เจริญสติย่อมรู้
ลักษณะที่ต่างกันของขณะที่หลงลืมสติกับขณะที่มีสติ ถ้าไม่รู้ เจริญสติปัฏฐานไม่ได้
พระเจ้าอุเทนทรงทราบไหมว่า ขณะใดทรงหลงลืมสติ ขณะใดทรงมีสติ ผู้ที่เจริญสติ-
ปัฏฐานทุกคนทราบ เพราะฉะนั้น ผู้ที่เจริญสติปัฏฐานเข้าใจข้อประพจน์ปฏิบัติถูกต้อง
จึงได้สรรเสริญการเจริญสติ สัมรวมตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ด้วยการที่ระลึกรู้
ลักษณะของนามและรูปที่กำลังปรากฏทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ว่าเป็นข้อปฏิบัติ
ที่น่าอัศจรรย์ ไม่เคยมี

ถ. (ไม่ได้ยิน)

สุ. การที่จะประพจน์พรหมจรรย์ ใครก็บังคับใครไม่ได้ พระผู้มีพระภาคทรง
ตรัสรู้สภาพของจิต อหังการของบุคคลโดยละเอียด เห็นว่าการบรรพชานั้นเป็นคุณ
เป็นสิ่งที่ควรกระทำ เป็นสิ่งที่ควรอบรมสะสมเป็นบารมี เพราะฉะนั้น มิได้ทรงรังเกียจ



ผู้ที่มีศรัทธาที่จะบรรพชาอุปสมบทเป็นพระภิกษุ เพื่อศึกษาและปฏิบัติธรรมเท่าที่พื้นฐานของจิตใจจะกระทำได้ เป็นการเพิ่มพูนสะสมบารมีให้มากขึ้น แต่จะไปบังคับให้ภิกษุรูปนั้นเจริญสติต่อนั้นตอนนี้ ทำอย่างนั้นอย่างนี้ ในพระไตรปิฎกไม่มีเลย มีแต่ทรงเทศนาให้เห็นประโยชน์ ให้เห็นคุณ เพื่อเกื้อกูลแก่สติของบุคคลนั้น

ขอกล่าวถึง **สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค สลพาการสูตร** ข้อ ๑๒๗๙

สมัยหนึ่ง ท่านพระอนุรุทธะอยู่ ณ สลพาการ ใกล้พระนครสาวัตถี ณ ที่นั้น ท่านพระอนุรุทธะ เรียกภิกษุทั้งหลายมาแล้ว ได้กล่าวว่า

ดูกร ท่านผู้มีอายุทั้งหลาย เปรียบเหมือนแม่น้ำคงคาไหลไปสู่ทิศป्राจีน หลังจากไปสู่ทิศป्राจีน บ่าไปสู่ทิศป्राจีน เมื่อเป็นเช่นนั้น หมู่มหาชนถือเอาจอบและตะกร้ามาด้วย ประสงค์ว่า จักทดแม่น้ำคงคาให้ไหลกลับ หลังกลับ บ่ากลับ ดังนี้ ท่านทั้งหลายจะสำคัญความข้อนั้นเป็นไฉน หมู่มหาชนนั้นจักพึงทดน้ำคงคาให้ไหลกลับ หลังกลับ บ่ากลับ ได้บ้างหรือ

ภิกษุเหล่านั้นตอบว่า

ไม่ได้ขอรับ

ท่านพระอนุรุทธะก็กล่าวถามต่อไปว่า

เพราะเหตุไร

ภิกษุเหล่านั้นก็กล่าวตอบว่า

เพราะการที่จะทดแม่น้ำคงคาอันไหลไปสู่ทิศป्राจีน หลังจากไปสู่ทิศป्राจีน บ่าไปสู่ทิศป्राจีน ให้ไหลกลับ หลังกลับ บ่ากลับ มิใช่กระทำได้ง่าย หมู่มหาชนนั้นจะพึงเป็นผู้มีส่วนแห่งความเหน็ดเหนื่อย ลำบากเปล่า แน่นนอน

ท่านพระอนุรุทธะ ก็ได้กล่าวตอบภิกษุเหล่านั้นว่า

ฉันนั้น เหมือนกัน ผู้มีอายุทั้งหลาย พระราชา มหาอำมาตย์ของพระราชา มิตร อำมาตย์ ญาติ หรือสาโลหิต จะพึงเชื่อเชิญภิกษุผู้เจริญ กระทำให้มากซึ่งสติ ปฏิฐาน ๔ ให้ยินดีด้วยโกตะว่า



ดูกร บุรุษผู้เจริญ จงมาเถิด ท่านจะครองผ้ากาสาวะเหล่านี้อยู่ทำไม ท่านจะเป็นผู้มีศีระชะโล้น มือถือกระบี่องเทียวบินทบาตอยู่ทำไม นิมนต์ท่านสีกมาบริโกศสมบัติ และบำเพ็ญบุญเถิด

ข้อที่ภิกษุผู้เจริญ ผู้กระทำใ้มากซึ่งสติปัฏฐาน ๔ จักลาสิกขาออกมานั้นมิใช่ฐานะที่จะมีได้ ข้อนั้นเพราะเหตุไร เพราะจิตที่น้อมไปในวิเวก โน้มไปในวิเวก โอนไปในวิเวกตลอดกาลนาน จักหวนสีก มิใช่ฐานะที่จะมีได้

ดูกร ผู้มีอายุทั้งหลาย ก็ภิกษุย่อมเจริญ กระทำให้มากซึ่งสติปัฏฐาน ๔ อย่างไร ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ย่อมพิจารณาเห็นกายในกายอยู่ ย่อมพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาอยู่ ย่อมพิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ ย่อมพิจารณาเห็นธรรมในธรรมอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ พึงกำจัดอภิชฌาและโทมนัส ในโลกเสียได้

ดูกร ผู้มีอายุทั้งหลาย ภิกษุย่อมเจริญ กระทำให้มาก ซึ่งสติปัฏฐาน ๔ อย่างนี้แล

ถ้าไม่เจริญสติปัฏฐาน ยากมากทีเดียวที่จะประพาสพรหมจรรย์ได้บริสุทธิบริบูรณ์ตลอดชีวิต แต่ถ้าพระภิกษุรูปใดเจริญสติปัฏฐานเนื่อง ๆ บ่อย ๆ แม้คนอื่นจะเป็นพระราช หรือว่าอำมาตย์ของพระราช ไปเชื้อเชิญให้สีกออกมาบริโกศสมบัติ ก็ไม่สามารถกระทำได้ เพราะจิตของท่านนั้นน้อมไปในวิเวก โน้มไปในวิเวก โอนไปในวิเวก และวิเวกนี้เป็นพยัญชนะหนึ่งซึ่งหมายถึง พระนิพพาน

ใน **ปปัญจสูทนี** ซึ่งเป็น **อรรถกถาวัชณินิกาย** มีคำอธิบายเรื่องชื่อของนิพพาน ที่ใช้คำว่า วิเวกว่า

นิพพาน ชื่อว่า วิเวก เพราะว่างจากสิ่งที่ถูกตักแต่งทั้งปวง

นิพพาน ชื่อว่า วิราคะ เพราะคลายสิ่งทั้งปวง

นิพพาน ชื่อว่า นิโรธะ เพราะดับสิ่งทั้งปวง

เพราะฉะนั้น คำว่า วิเวกในที่นี้ ถ้าจิตของท่านน้อมไปในวิเวก โน้มไปในวิเวก โอนไปในวิเวก ก็คือน้อมไปในนิพพาน โน้มไปในนิพพาน โอนไปในนิพพานนั่นเอง เพราะฉะนั้น ที่จะหวนสีก มิใช่ฐานะที่จะมีได้



ถ้าเป็นบรรพชิต แล้วเจริญสติปัฏฐานในเพศของบรรพชิต ก็ย่อมจะไม่หวนกลับมาเป็นสมรवास เพราะฉะนั้น การเจริญสติปัฏฐานจึงเป็นสิ่งที่แต่ละบุคคลต้องเจริญเป็นปกติ ตามเพศของตน

ถ. ถ้าเป็นพระอรหันต์บุคคลแล้ว จะไม่ลาสิกขาบทใช่ไหม

ส. ถ้าตราบได้ยังไม่ได้บรรลุมรรคผล ก็ยังหวนกลับมาได้ แต่ถ้าบรรพชิตรูปใดเป็นพระอรหันต์บุคคลในเพศของบรรพชิตแล้ว จะไม่มีการลาสิกขาเลย

ถ. คำว่าเนื่อง ๆ บ่อย ๆ เข้าใจว่าไม่ได้มีสติอยู่ตลอดเวลา แต่มีสติบ่อย ๆ เป็นส่วนมากใช่ไหม

ส. ในพระไตรปิฎกใช้พยัญชนะว่า ปรรวคความเพียร ปรรวค คือ เริ่มตั้งหรือมีความเพียร มีสติเกิดขึ้นบ่อย ๆ เพราะสติเกิดแล้วก็ดับ สติไม่ได้คงอยู่ ไม่ได้ตั้งอยู่ สติระลึกลักษณะของนามใดรูปใดแล้วก็ดับไป แล้วสติก็เกิดขึ้นระลึกลักษณะของนามอื่นรูปอื่นแล้วก็ดับไป แล้วแต่ว่าสติจะระลึกเป็นไปในกาย ในเวทนา ในจิต ในธรรม จนกว่าปัญญาจะรู้ชัด

จุดประสงค์ของการเจริญสติปัฏฐาน คือ ปัญญาที่รู้ชัด ไม่ต้องเป็นห่วงเป็นกังวลว่า สติจะเกิดมากหรือน้อย กะเกณฑ์กำหนดวันเวลาไม่ได้

เห็นมีไหม สัมผัสมีไหม เพราะฉะนั้น ก็พิจารณาได้ เพื่อให้ปัญญารู้ชัด ได้ยินก็จริง มีจริง ๆ เสียงก็มีจริง ๆ เป็นของจริงที่จะให้สติระลึกลักษณะนั้นตามความเป็นจริงได้

ผู้ที่มีความหมาย ๒ อย่าง ถ้าหลับจะมีโอกาสพิจารณานามรูปที่กำลังปรากฏทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจบ้างไหม ก็ไม่มี นั่นประการหนึ่ง อีกประการหนึ่ง คือ รู้แจ้ง รู้ชัดในลักษณะของสิ่งที่ปรากฏ เพราะการเจริญสติ ถึงแม้ว่าจะตื่นมาแล้ว แต่ว่าสติไม่ระลึกลักษณะของนามและรูป การตื่นนั้นก็ไม่ใช่เป็นการรู้ในลักษณะของนามและรูป ยังไม่ถือว่าเป็นผู้ตื่นจากกิเลส

ผู้ที่ตื่นจากกิเลสได้ต้องไม่ใช่ผู้นอนหลับ ผู้ที่มีความเพียร ถ้าตื่นตอนดึก ควรใช้เวลาให้เป็นประโยชน์ เพราะฉะนั้น ขณะใดที่มีนามมีรูป ก็ระลึกลักษณะของนาม



และรูป ไม่ต้องเป็นห่วงว่า จะนอนน้อยทำให้เสียสุขภาพ แต่ความจริงในขณะที่นอนหลับนั้น สติไม่ระลึกรู้ลักษณะของนามและรูปทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ จึงเป็นผู้หลับจริง ๆ ส่วนผู้ที่ตื่น ถ้าตื่นแล้วสติไม่ระลึกรู้ลักษณะของนามและรูป ก็ยังไม่ถือว่าเป็นผู้ตื่นจากกิเลส

เห็นทางตา ก็มีวิชา ไม่รู้ลักษณะของนามและรูปทางตา ได้ยินเสียงทางหู ก็มีวิชา ไม่รู้ลักษณะของนามและรูปทางหู เรื่อย ๆ ไป ก็ยังเป็นผู้ที่ไม่ตื่นจากกิเลส ถ้าสติไม่ระลึกรู้ลักษณะของนามและรูป

เป็นผู้อดทนพอที่จะเจริญสติปัฏฐานใหม่ โดยมากเข้าใจการเจริญสติปัฏฐานดี แต่ความอดทนยังน้อยมาก เพราะต้องการผลที่รวดเร็ว แต่พระผู้มีพระภาคทรงสรรเสริญความอดทนไว้มากทีเดียว และผู้ที่เจริญสติปัฏฐานเป็นผู้ที่รู้จริง ๆ ว่า การเจริญสติปัฏฐานนั้นต้องอาศัยความอดทน ต้องมีความเพียรที่จะระลึกรู้ลักษณะของนามและรูปตามปกติเดี๋ยวนี้ ไม่รอ หรือว่าไม่มีความต้องการที่เอื่อยไป หวังไปถึงนามอื่นรูปอื่นที่ยังไม่ปรากฏ ต้องมีความอดทนที่จะตรงต่อสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ แล้วก็พิจารณาเพื่อรู้ชัด

โดยมากกิเลสมักจะทำให้เอื่อยไป จะเจริญสติปัฏฐาน เอื่อยแล้ว เพราะเหตุว่าในขณะที่นั้นมีนามมีรูปที่กำลังปรากฏ แล้วสติระลึกรู้ลักษณะของนามและรูปนั้น โดยที่ไม่คิดว่าจะเจริญสติปัฏฐาน หรือว่าจะทำวิปัสสนา

เวลาที่มีโลภะมาก ๆ โทสะมาก ๆ สติเกิดได้ไหม ท่านหนึ่งตอบว่าได้ อีกท่านหนึ่งตอบว่าไม่ได้ ที่ตอบต่างกันเพราะอะไร ท่านที่ตอบว่าได้ ก็เพราะอบรมเนื่อง ๆ บ่อย ๆ ส่วนท่านที่ตอบว่าไม่ได้ ก็เพราะเหตุการอบรมนั้นยังน้อย จะเป็นโลภะ จะเป็นโทสะระดับใดก็ตาม ผู้ที่จะเป็นอริยบุคคล เป็นพระโสดาบันบุคคลนั้น จะไม่ยี่ดื้อว่าขณะนั้นเป็นตัวตนเลย

เพราะฉะนั้น ในตอนต้นผู้เจริญสติปัฏฐานจะสังเกตได้ว่า กำลังรีบ สติไม่เกิด กำลังโกรธมาก ๆ หรือชอบใจมาก ๆ สติไม่เกิด ไม่ใช่โลภะแรง ๆ เป็นอุเบกขาธรรมดากว่า ยังไม่ได้เจริญสติมาก สติก็ไม่เกิด แต่สิ่งใดที่เคยคิดว่าจะรู้ไม่ได้ จะเกิดไม่ได้ เวลา



ที่สติเจริญขึ้น อบรมให้มีมากขึ้นแล้ว สติย่อมสามารถที่จะรู้ แล้วละการที่เคยไม่รู้ การที่เคยยึดถือนามรูปเป็นปกติในชีวิตธรรมดาได้

อย่างจักขุปสาทเป็นอินทรีย์ เพราะเหตุว่าในรูปทั้งหลายที่ประชุมรวมกันเป็นกาย ถ้าขาดจักขุปสาทแล้ว การเห็นจะมีไม่ได้เลย เพราะฉะนั้น ธรรมชาติที่เป็นใหญ่ในการรับกระทบสื่อนั้นก็เป็นเพียงรูปชนิดหนึ่ง และเมื่อกระทบกับสีแล้วเป็นปัจจัยให้เกิดการเห็นแล้วก็ดับไป เท่านั้นเอง ไม่ควรเลยที่จะยึดถือว่าเป็นตัวตน

จักขุปสาทจะไม่เปลี่ยนลักษณะเป็นอย่างอื่น ไม่ว่าจะเป็นจักขุปสาทในอดีต หรือว่าจักขุปสาทที่กำลังมีในขณะนี้ หรือว่าจักขุปสาทที่จะเกิดขึ้นข้างหน้า จักขุปสาทก็เป็นรูปชนิดหนึ่ง เป็นใหญ่ในการรับกระทบสี ซึ่งการเทศนาโดยนัยต่าง ๆ จะช่วยทำให้ละคลายการที่จะยึดถือสภาพธรรมว่าเป็นตัวตน

จักขุปสาท นอกจากจะเป็นอินทรีย์ เป็นใหญ่ในการรับกระทบสี จักขุปสาทนั้นยังเป็นเพียงธาตุชนิดหนึ่งที่ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล และเมื่อเป็นธรรมชาติที่มีจริง ธรรมชาติที่มีจริงนั้นก็ป็นลักษณะของธาตุที่เป็นรูปชนิดหนึ่งเท่านั้นเอง

โดยนัยของธาตุ ๑๘ ก็เป็นจักขุธาตุ ทุกสิ่งทุกอย่างที่มีจริงโดยพระธรรมเทศนา ได้จัดประเภทไว้ว่า ธรรมที่เป็นอินทรีย์ ธรรมที่เป็นใหญ่นั้นมีทั้งหมด ๒๒ ลักษณะ ส่วนธรรมที่เป็นธาตุ ไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล เป็นแต่เพียงธาตุชนิดต่าง ๆ นั้น เมื่อสรุปก็เป็นธาตุ ๑๘ แต่ถ้าโดยนัยของพระสูตรแล้ว ทุกอย่างเมื่อไม่ใช่ตัวตนก็เป็นธาตุแต่ละชนิดเท่านั้น

ความต้องการรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ เมื่อไม่ใช่ตัวตนก็เป็นธาตุชนิดหนึ่ง สิ่งที่มีจริงแล้วต้องเป็นธาตุแต่ละลักษณะ เป็นกามธาตุ ความต้องการในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ไม่ใช่ตัวตนเลย ที่เคยยึดถือว่าเป็นสัตว์ บุคคล ตัวตน ถ้าแตกย่อยกระจายออกแล้ว ก็ป็นลักษณะของธรรมชาติแต่ละชนิด ๆ

ไม่ว่าจะเป็นโลกะ ก็ป็นธรรมชาติชนิดหนึ่ง ไม่ว่าจะเป็นละความยินดีพอใจในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ก็ป็นธาตุชนิดหนึ่ง เป็นเนกขัมมธาตุ



แต่ถ้าจะสรุปลงในประเภทของธาตุ ๑๘ ก็เป็นธัมมธาตุ และจักขุปสาทซึ่งเป็นรูปที่เป็นใหญ่ในการรับกระทบสื่อนั้น ก็ยังเป็นที่อยู่หรือที่ประชุมของรูป ที่ทำให้เกิดการเห็น

จักขุปสาท รูปที่ส่องใสที่รับกระทบกับสี เป็นจักขวายนณะ หมายความว่า เป็นที่อยู่กับรูปายตนะ คือ รูปที่กำลังปรากฏกระทบกัน ประชุมกัน ทำให้เกิดการเห็นขึ้น การรู้อย่างนี้จะมีประโยชน์ไหม เพราะเหตุว่าถ้าไม่ศึกษาธรรมที่จะกระจัดกระจาย ลักษณะของธรรมชาติออกไปเป็นแต่ละลักษณะ ยังคงประชุมรวมกันอยู่เป็นกลุ่มเป็นก้อนทั้งนามทั้งรูปแล้ว การที่จะละคลายการยึดถือว่าเป็นตัวตนนั้น เป็นสิ่งที่เป็นไปได้ไม่ได้เลย

เพราะฉะนั้น การที่ปัญญาจะเจริญถึงขั้นที่จะละคลายได้ ก็เพราะรู้ชัดในลักษณะของสิ่งที่มีตามความเป็นจริง ต้องกระจัดกระจายออกเป็นแต่ละลักษณะจริง ๆ ไม่ใช่ว่ายังรวมกันอยู่

ถ้าไม่เจริญสติ ก็หมดหนทางที่จะรู้ลักษณะของนามและรูปแต่ละประเภทได้ และท่านยังทรงแสดงไว้ถึงเหตุปัจจัยของแต่ละอย่างด้วย อย่างตาที่อยู่ที่กาย อาศัยดิน น้ำ ไฟ ลม เพราะว่าที่กาย รูปที่เป็นใหญ่เป็นประธานเป็นดิน น้ำ ไฟ ลม แต่จักขุปสาทนั้นเป็นอีกส่วนหนึ่ง เป็นอีกรูปหนึ่ง แต่ไม่ได้แยกจากดิน น้ำ ไฟ ลม ยังคงต้องอาศัยดิน น้ำ ไฟ ลม ที่รวมกันอยู่นั่นเอง

เพราะฉะนั้น ถ้าไม่มีดิน น้ำ ไฟ ลม จะมีแต่จักขุปสาทซึ่งเป็นปสาทรูปที่ส่องใสที่สามารถรับกระทบสีเพียงลำพังไม่ได้เลย

นี่ก็เป็นปัจจุสมุปบาท คือ ธรรมทั้งหลายที่อาศัยกันเกิดขึ้น ไม่ใช่ว่าเกิดได้โดยลำพัง จะเห็นได้จริง ๆ ว่า ที่เรายึดถือว่าเป็นตัวตนนั้น เป็นเพราะเหตุว่ายังไม่รู้ชัดในลักษณะของรูปแต่ละรูปนั่นเอง

