

## ภาษาบาลี ๑ คำ คติธรรมประจำสัปดาห์

### “อุปสนต — บุคคลผู้สงบ, บุคคลผู้เข้าไปสงบระงับ”

**อุปสนต** อ่านตามภาษาบาลีว่า อุ - ปะ - สัน - ตะ แปลว่า **บุคคลผู้สงบ, บุคคลผู้เข้าไปสงบระงับ** เป็นคำที่มีความหมายที่ลึกซึ้งมาก มุ่งหมายถึงผู้ที่อบรมเจริญปัญญาจนสามารถดับกิเลสได้ตามลำดับขั้น สงบจากกิเลสที่ดับได้แล้ว หรือแม้ถ้ายังไม่ถึงการดับกิเลสตามลำดับขั้น ขณะที่กุศลธรรมเกิดขึ้นเป็นไปในชีวิตประจำวันก็ทำให้เป็นผู้สงบ โดยที่ขณะนั้นสงบจากอกุศล เป็นบุคคลผู้สงบระงับอกุศลในขณะที่กุศลธรรมเกิดขึ้นเป็นไป

ข้อความในธัมมปทัฏฐกถา อรรถกถา ขุททกนิกาย คาถาธรรมบท ได้แสดงความเป็นจริงของบุคคลผู้สงบไว้ดังนี้

พระศาสดาตรัสเรียกว่า “ชื่อว่าผู้สงบ (อุปสนต)” เพราะความที่กิเลสทั้งหลายมีรากจะเป็นต้นในภายในสงบระงับแล้ว.

พระธรรมที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแสดง เป็นคำจริง เป็นคำอนุเคราะห์เกื้อกูลให้เกิดความเข้าใจถูกต้อง เห็นถูกในสิ่งที่มีจริงอย่างถูกต้องตรงตามความเป็นจริง เมื่อเป็นสิ่งที่จริง ก็ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน เพราะเป็นแต่เพียงสภาพธรรมแต่ละหนึ่งๆ เท่านั้น แม้ว่าพระองค์จะแสดงพระธรรม บรรารวมถึงบุคคลประเภทต่างๆ นั่นก็เพราะว่ามีธรรมเกิดขึ้นเป็นไปนั่นเอง

พระธรรมที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแสดง เป็นคำสอนที่นำไปสู่การดับกิเลสทำให้ถึงความเป็นผู้สงบจากกิเลสอย่างแท้จริง เพราะกิเลสทั้งหลาย ไม่สงบ อย่างเช่น โลภะ ความติดข้องต้องการ มีระดับขั้นตั้งแต่บางเบา จนกระทั่งมีกำลังถึงขั้นล่วงออกมาเป็นทุจริตกรรมประการต่างๆ เบียดเบียนผู้อื่นให้เดือดร้อน เพราะติดข้องเกินประมาณนั่นเอง ไม่ใช่ความสงบเลยแม้แต่น้อย โทสะ ความโกรธ ความขุ่นเคืองใจ ความไม่พอใจ เกิดเมื่อใด ก็มีแต่ความเดือดร้อนใจ ไม่สงบเลย สำหรับ อวิชชา หรือ โมหะ ความหลง ความไม่รู้ความจริง ก็เป็นรากเหง้าที่สำคัญที่เป็นเหตุนำมาซึ่งอกุศลธรรมทั้งหลาย อันเป็นความไม่สงบโดยประการทั้งปวง เมื่อกล่าวโดยประมวลแล้ว อกุศลธรรมทั้งหมด ไม่สงบ อกุศลธรรมเกิดเมื่อใด ไม่สงบเมื่อนั้น เพราะขณะที่อกุศลธรรมเกิดขึ้น มีสภาพที่ไม่สงบ คือ อุทธัจจะ ซึ่งเป็นกิเลสเครื่องเศร้าหมองของจิตประการหนึ่งที่ปรุงแต่งทำให้จิตและเจตสิก (สภาพธรรมที่เกิดประกอบพร้อมกับจิต) อื่นๆ ที่เกิดร่วมกันในขณะนั้นมัวหมองด้วยความไม่สงบ

ชีวิตของแต่ละบุคคลซึ่งเต็มไปด้วยกิเลสทั้งหลาย มีโลภะ โทสะ โมหะ เป็นต้น ย่อมไม่สงบเพราะมีอกุศลธรรมเกิดขึ้นครอบงำลุ่มรุมเป็นอย่างมาก ไม่ปล่อยให้เป็นกุศล เพราะตามความเป็นจริงแล้วขณะที่กุศลไม่

เกิดก็เป็นโอกาสที่อกุศลจะเกิดขึ้นเป็นไป ขณะใดที่จิตเป็นอกุศล ขณะนั้นย่อมไม่สงบ ไม่นำมาซึ่งประโยชน์ใดๆ เลยแม้แต่น้อย ตรงกันข้าม ขณะใดที่กุศลธรรมเกิดขึ้น ขณะนั้นสงบจากอกุศล ช่วงเวลาที่กุศลธรรมเกิดขึ้น เช่น ขณะที่ฟังพระธรรมเข้าใจ จิตเป็นกุศลมีปัญญาเกิดร่วมด้วย ขณะนั้นก็สงบจากความรู้ เพราะปัญญาเกิดขึ้น แทนอกุศล ขณะที่มีความเป็นมิตรเป็นเพื่อนหวังดี ปราศจากอคติต่อผู้อื่น ขณะนั้น ก็สงบจากความขุ่นเคืองใจ ความไม่พอใจ เป็นต้น **ความจริง เป็นจริงอย่างไร ก็เป็นจริงอย่างนั้น ไม่มีใครเปลี่ยนแปลงความจริงได้เลย**

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแสดงความเป็นไปของจิต (สภาพธรรมที่เป็นใหญ่เป็นประธานในการรู้แจ้ง อารมณ์) ว่า เมื่อจิตเกิดขึ้นรู้อารมณ์ทางทวารทั้ง ๖ คือ ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย และทางใจ สำหรับปุถุชนผู้ไม่ได้สติ ไม่ได้รับแนะนำในพระธรรมคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ย่อมมีความติดข้อง ยินดีพอใจรักชอบในอารมณ์ที่ดีที่น่าปรารถนาน่าใคร่ น่าพอใจ และย่อมมีความโกรธ ความเกลียดหรือความไม่พอใจในอารมณ์ที่ไม่ดี ที่ไม่น่าปรารถนาไม่น่าใคร่ ไม่น่าพอใจ เกิดขึ้นเป็นไปตามเหตุตามปัจจัย ไม่อยู่ในอำนาจบังคับบัญชาของใครทั้งสิ้น แต่สำหรับอริยสาวกผู้ได้สติ ได้รับแนะนำในพระธรรมคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ได้อบรมเจริญปัญญาจนดับกิเลสได้เป็นลำดับขั้น สูงสุดถึงความเป็นพระอรหันต์ ย่อมไม่รักและไม่มีความขุ่นเคืองใจในอารมณ์ที่มากระทบ ไม่มีกิเลสใดๆ เกิดขึ้นเลย เป็นผู้ที่สงบอย่างแท้จริง ซึ่งกว่าจะถึงความ เป็นอริยบุคคลตามลำดับขั้นได้นั้น ก็ต้องอาศัยการสะสมความดีและอบรมเจริญปัญญาเป็นระยะเวลาที่ยาวนาน

การมีโอกาสได้ฟังพระธรรม ศึกษาพระธรรมที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแสดง อบรมเจริญปัญญา สะสมความเข้าใจถูกเห็นถูกไปที่ละเล็กทีละน้อย ค่อยๆ มั่นคงในความเป็นจริงของธรรม เป็นหนทางเดียวเท่านั้นที่จะค่อยๆ ละคลายความไม่รู้ ความติดข้อง ยินดีพอใจ ความโกรธ ความขุ่นเคืองใจ รวมถึงอกุศลธรรมประการอื่นๆ ได้ตามลำดับ ซึ่งจะเห็นได้ว่าความเข้าใจพระธรรมเท่านั้นที่จะทำให้ค่อยๆ เปลี่ยนจากการที่เป็นผู้มากไปด้วยอกุศล ให้เป็นผู้มีอกุศลลดน้อยลง แล้วเพิ่มพูนทางฝ่ายกุศลให้ยิ่งขึ้น ค่อยๆ สงบจากอกุศลไปตามลำดับ จนกว่าจะสามารถดับกิเลสได้ตามลำดับขั้น

**พระธรรมแต่ละคำที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแสดง มีคำมหาศาล เป็นแสงสว่างที่ทำให้เข้าใจสิ่งที่มีจริงตามความเป็นจริง เป็นประโยชน์อย่างยิ่งสำหรับผู้ที่มีโอกาสได้ฟังได้ศึกษา ไม่มีโทษใดๆ เลยแม้แต่น้อย มีแต่คุณประโยชน์เท่านั้น** เพราะฉะนั้น จึงควรอย่างยิ่งที่จะได้ฟังพระธรรม ศึกษาพระธรรม อบรมเจริญปัญญาต่อไป เห็นประโยชน์สูงสุดของปัญญา เพราะปัญญาเท่านั้นที่จะนำพาชีวิตไปสู่คุณความดีทั้งปวงและเป็นสภาพธรรมที่จะดับกิเลสทั้งหลายทั้งปวง ทำให้ถึงความเป็นผู้สงบจากกิเลสได้ในที่สุด

ชมรมบ้านธัมมะ มศพ. : [www.dhammahomefellowship.com](http://www.dhammahomefellowship.com), โทร. ๐๘๑-๘๓๒๐๕๗๗