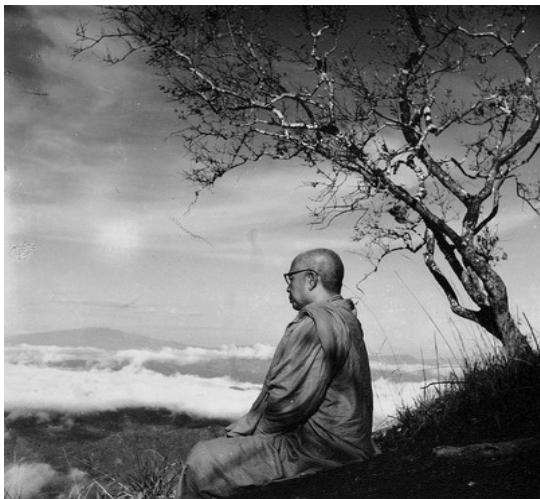


# คู่มือมนุษย์

ท่านพุทธทาสภิกขุ

ย่อความโดย

คุณปุ่น จงประเสริฐ



# สารบัญ

ท่านชอบพุทธศาสนาในเหลี่ยมไหน .....	๓
พุทธศาสนาุ่งชี้อะไรเป็นอะไร .....	๒๔
ลักษณะสามัญของสิ่งทั้งปวง (ไตรลักษณ์).....	๔๐
อำนาจของความยึดติด (อุปาทาน).....	๖๑
ขั้นของการปฏิบัติศาสนา (ไตรสิกขา).....	๗๔
คนเราคิดอะไร (เบญจขันธ์).....	๘๗
การทำให้รู้แจ้งตามวิธีธรรมชาติ .....	๑๐๗
การทำให้รู้แจ้งตามหลักวิชา .....	๑๓๔
ลำดับแห่งการหลุดพ้นจากโลก .....	๑๕๙
สรุปความ .....	๑๘๙

# ท่านชอบพุทธศาสนาในเหลี่ยมไหน

ถ้าเราเปิดหนังสือทุกเล่มที่เขียนกันในสมัยปัจจุบันอันว่าด้วย **ต้นเหตุของการเกิดศาสนาแล้ว** จะเห็นว่า เขาเขียนไว้เหมือน ๆ กันตรงกันที่ว่า คนป่าดั้งเดิมกลัวฟ้าผ่า ฟ้าร้อง กลัวความมืด กลัวพายุ กลัวสิ่งต่าง ๆ ที่อยู่เหนือความเข้าใจหรือความต้านทานของคนป่าเหล่านั้นและวิธีที่จะหลบหลีกอันตรายก็คือต้องแสดงอาการยอมแพ้มอบกราบอ้อนวอนบูชาแล้วแต่คนฉลาดที่สุดในสมัยนั้นเห็นว่าจะต้องทำตามที่ดินนี้กว่าสิ่งศักดิ์สิทธิ์หรือผีเหล่านั้นจะ **ชอบใจ** นี่นับว่า **ศาสนาเกิดมาในโลกด้วยอำนาจของความกลัว** และมีการปฏิบัติไปตามความกลัว.

ความกลัวของคนชั้นหลัง ๆ เลื่อนสูงขึ้นมาถึงกลัวความทุกข์ชนิดที่อำนาจทางวัตถุช่วยไม่ได้ เช่น ความเกิด แก่ เจ็บ ตาย ความหม่นหมองมืดมัว เพราะอำนาจของความอยาก ความโกรธ ความหลงผิด ถึงแม้คนเราจะมีอำนาจหรือเงินทองสักเท่าไร ก็ไม่สามารถระงับอาการอันโหดร้ายของความทุกข์เหล่านั้นได้

ประเทศอินเดียเป็นประเทศที่เจริญด้วยนักคิด นักค้นคว้า ผู้มีสติปัญญาทั้งหลาย จึงได้ละทิ้งการไหว้บรรดาสังศักดิ์สิทธิ์มาทำการค้นหาวิธีเอาชนะความเกิด แก่ เจ็บ ตาย หรือเอาชนะความอยาก ความโกรธ ความหลงผิดให้ได้ นี่นับว่าเป็นบ่อเกิดของศาสนาที่สูงขึ้นไปในทางปัญญา ในที่สุดได้พบวิธีที่จะเอาชนะความเกิด แก่ เจ็บ ตาย หรือเอาชนะกิเลสต่าง ๆ ได้.

สำหรับพระพุทธศาสนา ก็มีมูลมาจากความกลัวแบบหลังนี้เหมือนกัน : **พระพุทธเจ้า** เป็นผู้พบวิธีที่จะเอาชนะสิ่งที่คนกลัวได้เต็มตามความประสงค์และเกิดวิธีปฏิบัติเพื่อดับความทุกข์ชนิดที่เรียกว่า **พระศาสนา** พุทธศาสนาแปลว่า ศาสนาของผู้รู้ เพราะ **พุทธะ** แปลว่าผู้รู้ คือรู้ความจริงของสิ่งทั้งปวงได้ถูกต้อง เพราะฉะนั้น พุทธศาสนาจึงเป็นศาสนาที่อาศัยสติปัญญา; หรืออาศัยวิชาความรู้ที่ถูกต้องเพื่อทำลายความทุกข์และต้นเหตุของความทุกข์เหล่านั้น.

การทำพิธีตอง เพื่อบูชาบวงสรวง อ้อนวอนบรรดาสังศักดิ์สิทธิ์นั้น ไม่ใช่พุทธศาสนาพระพุทธเจ้าไม่รับเข้ามาไว้ในศาสนาของ

พระองค์เลย เพราะเป็นสิ่งที่น่าขบขัน น่าหัวเราะ และถือเอาเป็นที่  
พึ่งอันแท้จริงไม่ได้; พระพุทธเจ้าทรงปฏิเสธการกระทำเช่นนั้นโดย  
สิ้นเชิง.

มีคำกล่าวในพระพุทธศาสนา "ความรู้ ความฉลาด และความ  
สามารถ ที่จะทำให้สำเร็จประโยชน์นั้นแหละ เป็นตัวฤกษ์ที่ดี  
อยู่ในตัวมันเองแล้ว ดวงดาวในท้องฟ้าจะทำอะไรได้ ประโยชน์ที่  
ควรจะได้ก็ผ่านพ้นคนโง่ ๆ ที่มัวแต่นั่งคำนวณดวงดาวในท้องฟ้า  
ไปเสียสิ้น" ดังนี้ ; และว่า "ถ้าน้ำศักดิ์สิทธิ์ในแม่น้ำคงคา ฯลฯ  
จะทำให้คนหมดบาป หมดทุกข์ได้แล้ว พวกเต่า ปู ปลา หรือหอย  
ที่อาศัยอยู่ในแม่น้ำหรือสระศักดิ์สิทธิ์นั้น ก็จะหมดบาปหมด  
ทุกข์ไปด้วยน้ำนั้นเหมือนกัน" หรือ "ถ้าหากว่าคนจะพ้นทุกข์ได้ด้วย  
การบวงสรวงบูชาอันวอนเอา ๆ แล้ว ในโลกนั้นก็จะมีใครมี  
ความทุกข์เลยเพราะว่า ใคร ๆ ต่างก็บูชาอันวอนเป็น"

โดยเหตุที่ ยังมีคนที่มีความทุกข์ทั้งที่ได้กราบไหว้บูชาหรือทำ  
พิธีต่าง ๆ อยู่ จึงถือว่าไม่เป็นหนทางที่จะเอาตัวรอดได้  
ฉะนั้นเราจะต้องพิจารณาโดยละเอียดลออให้รู้ ให้เข้าใจว่าอะไร

เป็นอะไรแล้วปฏิบัติต่อสิ่งนั้น ๆ ให้ถูกต้อง

**พุทธศาสนาไม่ประสงค์การคาดคะเน** หรือทำอย่างที่เราเรียกว่า เพื่อจะเป็นอย่างนั้นเพื่อจะเป็นอย่างนี้ เราจะทำไปตรง ๆ ตามที่มองเห็นด้วยปัญญาของตัวเอง โดยไม่ต้องเชื่อคนอื่น แม้จะมีคนอื่นมาบอกให้ ไม่ได้หมายความว่า จะต้องเชื่อเขาทันที เราจะต้องฟังและพิจารณาจนเห็นจริงว่าเป็นสิ่งที่เป็นไปได้ แล้วจึงจะเชื่อ และพยายามทำให้ปรากฏผลด้วยตนเอง

**ศาสนาเหมือนกับของหลายเหลี่ยม** ดูเหลี่ยมหนึ่งมันก็เป็นไปอย่างหนึ่ง ดูอีกเหลี่ยมหนึ่งมันก็เป็นไปอีกอย่างหนึ่งแล้วแต่ว่าบุคคลนั้นจะถือหลักการคิดในแนวไหนก็จะเห็นศาสนาเดียวกันในลักษณะที่ แตกต่างกันได้ : แม้พุทธศาสนาก็ตกอยู่ในลักษณะเช่นนี้

คนเราย่อมเชื่อความคิดเห็นของตัวเอง เพราะฉะนั้น **ความจริงหรือสัจจะ** สำหรับคนหนึ่ง ๆ นั้น มันอยู่ตรงที่ว่าเขาเข้าใจและมองเห็นเท่าไรเท่านั้นเอง : สิ่งที่เราเรียกว่า "ความจริง" ของ

แต่ละคนไม่เหมือนกัน คนเราเข้าถึงปัญหาหนึ่ง ๆ ได้ตั้งลึกกว่ากัน หรือด้วยลักษณะที่ต่างกันและด้วยสติปัญญาที่ต่างกัน สิ่งใดที่อยู่เหนือสติปัญญาความรู้ความเข้าใจของตน หรือตนยังไม่เข้าใจ คนนั้นก็ไม่ได้ถือว่าเป็นความจริงของเขา ถ้าเขาจะพลอยว่าจริงไปตามผู้อื่นเขาก็รู้สึกอยู่แກ้ใจว่า ไม่เป็นความแท้ความจริงของเขาเลย

ความจริงของคนหนึ่ง ๆ นั้น จะเดินคืบหน้าได้เสมอ ตามสติปัญญา ความรู้ความเข้าใจที่เพิ่มขึ้นทุก ๆ วัน จนกว่าจะถึงความจริงขั้นสุดท้าย คนเรามีการศึกษามาต่างกัน และมีหลักพิจารณาสำหรับจะเชื่อต่าง ๆ กัน ฉะนั้น ถ้าจะเอาสติปัญญาที่ต่างกันมาดูพุทธศาสนาก็จะเกิดความคิดเห็นต่างกันไป ทั้งนี้เพราะว่าพุทธศาสนาก็มีอะไร ๆ ครบทุกอย่างที่จะให้คนดู

ดังที่ได้กล่าวมาแล้ว **พุทธศาสนา คือ วิถีปฏิบัติ เพื่อเอาตัวรอดจากความทุกข์**. โดยการทำให้รู้ความจริงว่า อะไรเป็นอะไร ตามที่พระพุทธเจ้าทานทรงทำได้ ก่อนและได้ทรงสอนไว้ แต่คัมภีร์ทางศาสนานั้นย่อมนมีอะไร ๆ เพิ่มขึ้นได้ ทุกโอกาสที่คน

ชั้นหลังเขาจะเพิ่มเติมลงไป พระไตรปิฎกของเราก็ตกอยู่ในฐานะ  
อย่างเดียวกันคนชั้นหลัง ๆ เพิ่มเติมข้อความเข้าไปตามที่เห็นว่า  
จำเป็นสำหรับยุคนั้น ๆ เพื่อจะช่วยให้คนมีศรัทธามากขึ้น ๆ หรือ  
กลัวบาปกรรมมากขึ้น ซึ่งอาจจะมากเกินไปจนขอบเขตจนกระทั่งเกิด  
การเมานุญกันใหญ่

แม้แต่พิธีรีตองต่าง ๆ ที่เพิ่งเกิดขึ้นและเกี่ยวเนื่องกับพระพุทธ  
ศาสนาเพียงเล็ก ๆ น้อยๆ ก็พลอยถูกนับเข้าเป็นพุทธศาสนาไปด้วย  
อย่างน่าสมเพช เช่น การจัดสำหรับคาวหวานผลหมากรากไม้เพื่อ  
เช่น วิญญาณของพระพุทธเจ้าอย่างที่เราเรียกว่าถวายข้าวพระ  
เป็นต้น. มันเป็นเรื่องที่มีไม่ได้ตามหลักของพุทธศาสนา แต่พุทธ  
บริษัทบางพวกเข้าใจว่าเป็นพุทธศาสนา และได้สอนกันถือกัน  
อย่างเคร่งครัด.

พิธีรีตองต่าง ๆ ทำนองนี้ ได้เกิดขึ้นอย่างหนาแน่นมากมาย  
จนหุ้มห่อของจริง หรือความมุ่งหมายเดิมให้สาบสูญไป. ขอยก  
ตัวอย่างเช่นในเรื่อง การบวชขนาด ก็เกิดมีพิธีทำขวัญขนาด เชื้อเชิญ  
แขกมาเลี้ยงดูกันอย่างเมามายเอิกเกริก ทำพิธีทั้งที่วัดและที่บ้าน



นบวชไม่กี่วันก็สึกออกมาแล้วกลายเป็นคนเกลียดวัดยิ่งไปกว่า  
เดิมก็มี. นี่ขอให้คิดดูเถิดว่า สิ่งไม่เคยมีในครั้งพุทธกาลก็ได้มีขึ้น

**การบวชสมัยพระพุทธเจ้า** นั้นหมายความว่าบุคคลใดที่ได้รับ  
อนุญาตจากบิดามารดาแล้ว ก็ปลีกตัวจากบ้านเรือนเป็นคนที่ทำ  
งานตัดบัญชีทิ้งได้ ไปอยู่กับพระพุทธเจ้าและพระสงฆ์ โอกาส  
เหมาะสมเมื่อไรท่านก็บวชให้ โดยมีได้พบหน้าบิดามารดาญาติพี่น้อง  
เลย จนตลอดชีวิตก็ยังมี ; แม้บางรายจะมีกลับมาเยี่ยมบิดา  
มารดาบ้างก็ต่อโอกาสหลังซึ่งเหมาะสมแต่ก็มีน้อยเหลือเกินใน  
พุทธศาสนามีระเบียบว่ามาบ้านได้ก็ต่อเมื่อมีเหตุผลสมควร และ  
พึงทราบไว้ด้วยว่าพวกที่บวชนั้นไม่ได้เวียนมาบ้าน ไม่ได้บวชในที่  
ต่อหน้าบิดามารดา ไม่ได้ฉลองกันเป็นการใหญ่แล้วไม่กี่วันสึก  
แล้วก็ไม่มีอะไรดีขึ้นไปกว่าเดิม อย่างที่เป็นกันอยู่ในเวลานี้.

เราหลงเรียกการทำขวัญนาและการทำพิธีต่าง ๆ ตลอดถึง  
การฉลองอะไร ๆ เหล่านั้น ว่าเป็นพุทธศาสนาแล้วก็นิยมทำกัน  
อย่างยิ่ง จนหมดเปลืองทรัพย์ของตนหรือของคนอื่นเท่าไรก็ไม่ว่า  
พุทธศาสนาใหม่ ๆ อย่างนี้เกิดมีมากมายแทบจะทั่วไปทุกแห่ง.

ธรรมะหรือของจริงที่เคยมีมาแต่ก่อนนั้น ถูกหุ้มห่อโดยพิธีรีตองจนมืด เกิดมุงหมายผิดเป็นอย่างอื่นไป เช่นการบวชก็กลายเป็นเรื่องสำหรับแก้หน้าเด็กหนุ่ม ๆ ที่ถูกหาว่าเป็นคนดิบหาเมียยากอะไรเหล่านี้เป็นต้น. ในบางถิ่นบางแห่ง ถือเป็นโอกาสสำหรับรวบรวมเงินที่มีผู้นำมาช่วย เป็นการหาทางรำรวยเสียคราวหนึ่ง ถึงอย่างนั้นเขาก็เรียกว่าพุทธศาสนา ; ใครไปตำหนิติเตียนเข้าก็จะถูกหาว่าไม่รู้จักพุทธศาสนา หรือทำลายศาสนา.

อีกเรื่องหนึ่ง ตัวอย่าง เช่น กฐิน : พระพุทธองค์ทรงมุงหมายจะให้ภิกษุทำจีวรเป็นด้วยตนเองด้วยกันทุกรูป และให้พร้อมเพรียงกันทำด้วยมือของตัวเองในเวลาอันรวดเร็ว. ถ้าผ้าที่ช่วยกันทำนั้นมีผืนเดียวก็มอบให้เป็นกรรมสิทธิ์ของภิกษุองค์ใดองค์หนึ่ง ซึ่งไม่จำเป็นจะต้องเป็นเจ้าของอาวาส แต่เป็นภิกษุซึ่งหมั่นสงฆ์เห็นว่ามีคุณสมบัติสมควรที่จะใช้จีวรผืนนั้นได้หรือขาดแคลนผ้าจะใช้สอยให้เป็นผู้ใช้สอยจีวรผืนนั้นได้ในนามของสงฆ์ทั้งหมด.

พระองค์ทรงมุงหมายจะให้พระทุกรูปหมดความถือเนื้อถือตัว ไม่ว่าจะเป็พระผู้น้อย สมภารเจ้าวัดหรือพระผู้ใหญ่มี

ศักดิ์มีเกียรติอะไรก็ตาม ต้องลดตัวลงมาเป็นกุลีกันหมดในวันนั้น เพื่อจะมาระดมกันกะผ้าตัดผ้าเย็บผ้า ต้ม แก่นไม้ทำสีย้อมผ้า และอะไร ๆ ทุกสิ่งทุกอย่างที่จะให้จีวรนั้นสำเร็จได้ในวันนั้น เพราะเป็นการรวบรวมเอาเศษผ้ามาต่อกันเป็นจีวร. พระพุทธเจ้าทำนทรงมุ่งหมายให้สิ่งที่เรียกว่ากฐินเป็นอย่างนั้น คือไม่ต้องไปเกี่ยวข้องกับฆราวาสเลยก็ได้แต่เดี๋ยวนี้กฐินกลายเป็นเรื่องมีไว้สำหรับประกอบพิธีหรือหาเงินเอิกเกริกเฮฮาสนุกสนาน พักผ่อนหย่อนใจโดยไม่ได้รับผลสมความมุ่งหมายอันแท้จริง แต่กลับใช้เวลา มาก เปลืองเงินมากยุ่งยากมาก จนกลายเป็นโอกาสสำหรับทำสำมะเลเทเมา คือไปทอดกฐินเพื่อกินเหล้ากินปลาเล่นไฟเฮฮากันอย่างสนุกสนานหรือไม่ก็มุ่งหน้าหาเงินกันเท่านั้น.

**พุทธศาสนา "เนืองอก"** ทำนองนี้ มีขึ้นใหม่ ๆ มากมายหลายร้อยอย่างโดยไม่ต้องระบุชื่อ เพราะมากจนระบุไม่ไหวแต่อยากจะให้เชื่อว่า "**พุทธศาสนาเนืองอก**" เป็นเนื้อร้ายชนิดหนึ่งซึ่งออก ขึ้น ๆ จนปิดบังห่อหุ้มเนื้อดีหรือแก่นแท้ของพุทธศาสนาให้ค่อย ๆ ลบเลือนไป : ด้วยเหตุฉะนั้นแหละสิ่งที่เราเรียกว่าพุทธศาสนา ๆ จึง

มีเพิ่มขึ้นมากมายหลายประเภทจากตัวแท้ ของศาสนาที่มีอยู่ดั้งเดิม เกิดเป็นนิกายใหญ่และนิกายย่อย ๆ อีกตั้ง ๒๐-๓๐ นิกาย ที่กลายเป็น นิกายตันตระ ที่เนื่องกับกามารมณ์ไปก็มี จำเป็นที่จะต้องแยกแยะให้รู้จักตัวพุทธศาสนาเดิมแท้ไว้เสมอจะได้ไม่หลงมกมายยึดถือเปลือกที่หุ้มภายนอกหรือติดแน่นในพิธีรีตองต่าง ๆ จนเป็นการประพฤตินิดไปจากความมุ่งหมายเดิมที่ถูกตั้งยิ่งขึ้น.

เราควรยึดกายวาจาบริสุทธิ์ให้เป็นที่พึ่งของจิตบริสุทธิ์เพื่อให้เกิดปัญญารู้ว่าอะไรถูก แล้วประพฤติปฏิบัติไปตามนั้น. อย่าได้ถือว่าถ้าเขาว่าเป็นพุทธศาสนาแล้ว ก็เป็นพุทธศาสนา. เนื้องอกนั้นได้ออกมาแล้วนับตั้งแต่วันหลังจากพระพุทธปรินิพพาน และยังออกเรื่อย ๆ มา กระจายไปทุกทิศทุกทางจนกระทั่งบัดนี้เลยมีเนื้องอกก้อนโต ๆ อย่างมากมาย.

พวกเราเองจะไปอ้างเอา "พุทธศาสนาเนื้องอก" มาถือว่าเป็นพุทธศาสนาไม่ได้ หรือ คนในศาสนาอื่นจะมาชี้ก้อนเนื้องอก เหล่านี้ซึ่งมีอยู่อย่างน่าบัดสีอย่างน่าละอายว่าเป็นพุทธ

ศาสนา ก็ไม่ถูกเหมือนกัน คือไม่เป็นการยุติธรรมเพราะสิ่งนี้ไม่ใช่พุทธศาสนา แต่เป็น "เนืองอก" พวกเราที่จะช่วยกันจรรโลงพระพุทธศาสนาเพื่อให้เป็นที่พึ่งแก่คนทั้งหลาย หรือเพื่อประโยชน์แก่ตัวเราเองก็ตาม จะต้องรู้จักจับฉวยให้ถูกตัวแท้ของพุทธศาสนา ไม่ไปถูกขึ้นเนื้อร้ายเนืองอกดังที่กล่าวมาแล้ว.

แม้พุทธศาสนาตัวแท้ก็นี่ยังมีหลายแง่หลายมุม ที่จะทำให้เกิดการจับฉวยเอาไม่ถูกความหมายที่แท้ของพระพุทธศาสนา ก็ได้. ถ้ามองด้วยสายตาของนักศีลธรรม ก็จะเห็นว่า **พุทธศาสนาเป็นศาสนาแห่งศีลธรรม (Moral)** เพราะมีกล่าวถึงบุญบาป ความซื่อตรง ดีชั่ว ความกตัญญูกตเวที ความสามัคคี ความเป็นคนที่เปิดเผยตัวเองและอะไรต่าง ๆ อีกมากมาย ล้วนแต่มีอยู่ในพระไตรปิฎกทั้งนั้น แม้ชาวต่างประเทศก็มองดูในส่วนนี้อยู่มาก หรือว่าชอบพุทธศาสนาเพราะเหตุนี้ก็มีอยู่มาก.

**พุทธศาสนาอีกส่วนหนึ่ง สูงขึ้นไปเป็นสัจธรรม (Truth)** คือ กล่าวถึงความจริงที่ลึกซึ้งเร้นลับนอกเหนือไปกว่าที่คนธรรมดาสามัญจะเห็นได้. ส่วนนี้ก็ได้แก่ความรู้เรื่องความว่าง

เปล่าของสรรพสิ่งทั้งปวง (สุญญตา) เรื่องความไม่เที่ยง (อนิจจัง) ความเป็นทุกข์ (ทุกข์) ความไม่ใช่ตัวตน (อนัตตา); หรือเรื่องการเปิดเผยว่าทุกข์เป็นอย่างไร เหตุให้เกิดทุกข์เป็นอย่างไร ความดับสนิทของทุกข์เป็นอย่างไร และวิธีปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์เป็นอย่างไร ; ในฐานะเป็นความจริงอันเด็ดขาดที่เปลี่ยนแปลงไม่ได้ (อริยสัจ) ซึ่งทุกคนควรจะต้องรู้ นี้เรียกว่าพุทธศาสนาในฐานะเป็นสัจธรรม.

**พุทธศาสนา ในฐานะที่เป็นศาสนา (Religion)**คือส่วนที่เป็นตัวระเบียบปฏิบัติ ซึ่งได้แก่ ศีล สมาธิ ปัญญา กระทั่งผลที่เกิดขึ้นคือความหลุดพ้น. และปัญญาที่รู้เห็นความหลุดพ้น วางมือใครปฏิบัติ แล้วจะหลุดพ้นไปจากความทุกข์ได้จริง. นี้เรียกว่า พุทธศาสนาในฐานะที่เป็นศาสนา.

เรายังมี **พุทธศาสนาในเหลี่ยมที่เป็นจิตวิทยา (Psychology)** เช่น คัมภีร์พระไตรปิฎกภาคสุตตันตปิฎกกล่าวบรรยายถึงลักษณะของจิตไว้กว้างขวางอย่างน่าอัศจรรย์ที่สุด เป็นที่งงงันและสนใจแก่นักศึกษาทางจิตแม้แห่งยุคปัจจุบัน เป็นความรู้ทางจิตวิทยาที่

จะรอดได้ว่าแบบกายหรือลึกลับกว่าความรู้ทางจิตวิทยาของโลก  
ปัจจุบันไปเสียอีก.

พุทธศาสนายังมีเหลี่ยมความรู้ซึ่งจัดได้ว่าเป็น  
ปรัชญา(philosophy)คือสิ่งที่ทดลองไม่ได้ ยังต้องอาศัยการค้ำนึ่ง  
ค้ำนวนไปตามหลักแห่งการไร้เหตุผลแห่งการค้ำนึ่งค้ำนวน  
ระบอบหนึ่ง. แต่ถ้าเห็นแจ้งประจักษ์ได้ด้วยตา หรือด้วยการพิสูจน์  
จนทดลองตามทางวัตถุ หรือแม้เห็นชัดด้วย" ตาใน" คือญาณจักษุ  
ก็ตาม เรียกว่าเป็นวิทยาศาสตร์ (science) ได้. ความรู้อันลึกซึ่ง  
เช่นเรื่องสุญญต่าย่อมเป็นปรัชญาสำหรับผู้ที่ยังไม่บรรลุนิรมไป  
พลางก่อน; แต่จะกลายเป็นวิทยาศาสตร์ทันทีสำหรับผู้ที่ยังไม่บรรลุนิรม  
นิรมแล้ว เช่น พระอรหันต์; เพราะท่านได้ เห็นแจ้ง  
ประจักษ์แล้วด้วยจิตใจของท่านเองไม่ต้องค้ำนึ่งค้ำนวนตาม  
เหตุผล.

หลักพระพุทธศาสนาบางประเภท ก็เป็นวิทยาศาสตร์ โดย  
ส่วนเดียว เพราะพิสูจน์ได้ชัดแจ้งด้วยความรู้ลึกลับภายในใจของผู้มี  
สติปัญญา ; โดยเฉพาะอย่างยิ่งเรื่องอริยสัจจ์เป็นต้น. ถ้าผู้ใดมีสติ

ปัญญาสนใจศึกษาค้นคว้าแล้วจะมีเหตุผลแสดงอยู่ในลักษณะที่เป็นวิทยาศาสตร์ ไม่มีดมัวเป็นปรัชญาเหมือนอย่างบางเรื่อง.

สำหรับบุคคลผู้บูชาวัฒนธรรม ก็จะมีคำสั่งสอนในพระพุทธศาสนาหลายข้อที่ตรงกับหลักวัฒนธรรมสากล. และมีคำสอนอีกมาก ที่เป็นวัฒนธรรมของชาวพุทธโดยเฉพาะ ซึ่งดีกว่าสูงกว่าวัฒนธรรมสากลอย่างมากมาย.

แม้พุทธศาสนาส่วนที่เป็นตรรกวิทยา (logic) ซึ่งเป็นศาสตร์ที่โยกโคลงที่สุด ก็มีมากด้วยเหมือนกัน โดยเฉพาะในพระอภิธรรมปิฎกบางคัมภีร์ เช่นคัมภีร์กถาวัตถุ เป็นต้น.

แต่อย่างไรก็ตามอยากจะขอยืนยันว่า พุทธศาสนาเหลี่ยมซึ่งชาวพุทธจะต้องสนใจที่สุด นั่นคือ เหลี่ยมที่เป็นศาสนา ซึ่งหมายถึงวิธีปฏิบัติโดยรวบรัด เพื่อให้รู้ความจริงว่าสิ่งทั้งปวงเป็นอะไร จนถอนความยึดถือหลงไหลต่าง ๆ ออกมาเสียจากสิ่งทั้งปวงได้. การกระทำเช่นนี้เรียกว่า เราเข้าถึงตัวพระพุทธศาสนา ในฐานะเป็นพุทธศาสนา : มีผลดียิ่งไปกว่าที่จะถือเป็น



เพียงศีลธรรมขั้นพื้นฐาน และสัจธรรมอันเป็นความรู้ที่ลึกซึ้ง  
อย่างเดี่ยวโดยไม่ปฏิบัติอะไรและเป็นผลดีกว่าที่จะถือเป็น  
ปรัชญา ที่มีไว้คิดไว้นึกไว้เถียงกันอย่างสนุก ๆ แล้วไม่ละกิเลส  
อะไรได้ หรือดีกว่าที่จะถือเป็นเพียงวัฒนธรรมสำหรับการ  
ประพุดติที่ดีงามน่าเลื่อมใสในด้านสังคมแต่อย่างเดียว.  
อย่างน้อยที่สุด เราทั้งหลายควรถือ **พุทธศาสนาในฐานะเป็น  
ศิลปะ (Art)** ซึ่งในที่นี้หมายถึงศิลปะ แห่งการครองชีวิต คือ  
เป็นการกระทำที่แบบกายสุขุม ในการที่จะมีชีวิตอยู่เป็นม  
นุษย์ให้น่าดูน่าชมน่าเลื่อมใสน่าบูชาเป็นที่จับอกจับใจแก่คนทั้ง  
หลายจนคนอื่นพอใจทำตามเราด้วยความสมัครใจไม่ต้องแค้น  
เขินกัน:เราจะมีความมั่งคั่งงามในเบื้องต้น ด้วยศิลปะบริสุทธิ์: มี  
ความมั่งคั่งงามในท่ามกลาง ด้วยการมีจิตใจสงบเย็น เหมาะสมที่  
จะทำงานในด้านจิต : มี ความมั่งคั่งงามในเบื้องปลาย ด้วยความ  
สมบูรณ์แห่งปัญญา คือรู้แจ้งสิ่งทั้งปวงว่าอะไรเป็นอะไร จนไม่มี  
ความทุกข์เกิดขึ้นเพราะสิ่งทั้งปวงนั้น.

เมื่อใครมีชีวิตอยู่ด้วยความงาม ๓ ประการ เช่นนี้แล้ว ถือ

ว่าเป็นผู้มีศิลปะแห่งการดำรงชีวิตอย่างสูงสุด. ชาวตะวันตกหันมาสนใจพุทธศาสนา ในฐานะเป็นศิลปะแห่งชีวิตโดยนัยนี้เป็นอันมาก และกล่าวขวัญกันมากกว่าแง่อื่น ๆ. การที่เราเข้าถึงตัวแท้ของพระพุทธศาสนา จนถึงกับนำมาใช้เป็นแบบแห่งการครองชีวิตได้นั้น มันทำให้เกิด ความบันเทิงรื่นเริงตามทางของธรรมะไม่เหงาหงอยไม่เบื่อหน่าย หรือหวาดกลัวดังที่เกรงกันอยู่ว่า ถ้าละกิเลสกันเสียแล้วชีวิตนี้จะแห้งแล้งไม่มีรสชาติอะไรเลย หรือถ้าปราศจากอันตรายต่าง ๆ โดยสิ้นเชิงแล้วคนเราจะทำอะไรไม่ได้ หรือไม่คิดทำอะไรอย่างนี้เป็นต้น แต่โดยที่แท้แล้ว ผู้ดำรงชีวิตอย่างถูกต้อง ตามศิลปะแห่งการครองชีวิตของพระพุทธเจ้านั้น คือผู้มีชัยชนะอยู่เหนือสิ่งทั้งปวงที่เข้ามาแวดล้อมตนไม่ว่าจะเป็นสัตว์บุคคล สิ่งของหรืออะไรก็ตาม จะเข้ามาทางตา หู จมูก ลิ้น กาย และทางใจก็ตาม ย่อมจะเข้ามาในฐานะผู้แพ้ ไม่อาจจะทำให้เกิดความมืดมัว สกปรก เปรี้ยวร้อนให้แก่ผู้นั้นได้. อากัปกิริยาที่เป็นฝ่ายชนะอารมณ์ทั้งปวงนี้ ย่อมเป็นที่บันเทิงรื่นเริงอย่างแท้จริง ; และนี่คือข้อที่ควรถือเป็นศิลปะในพุทธศาสนา.

ธรรมะในพระพุทธศาสนา จะให้ความเพลิดเพลินแก่จิตใจที่  
ต้องการธรรมะ นับได้ว่าเป็นอาหารจำเป็นอย่างหนึ่งเหมือน  
กัน.คนที่ตกอยู่ใต้อำนาจของกิเลสยังต้องการอาหารทางตา หู  
จมูก ลิ้น กายสัมผัสหากันไปตามวิสัยปุถุชนนั้นก็ถูกแล้วแต่ยังมี  
อีกสิ่งหนึ่งซึ่งอยู่ลึก และไม่ต้องการอาหารอย่างนั้น สิ่งนี้คือ  
วิญญาณซึ่งเป็นอิสระหรือบริสุทธิ์ ต้องการความบันเทิงเรีงรื่น คือ  
อาหารทางธรรมะ นับตั้งแต่ความยินดีปรีดาที่รู้สึกว่าได้ทำอะไร  
อย่างถูกต้อง เป็นที่พอใจของผู้รู้ทั้งหลาย มีความสงบระงับในใจ  
ชนิดที่กิเลสมารบกวนไม่ได้. มีความเห็นแจ่มแจ้งรู้เท่าทันสิ่งทั้ง  
ปวงว่าอะไรเป็นอะไร ไม่ทะเยอทะยานในสิ่งใด . มีอาการเหมือน  
กับนั่งลงได้ ไม่ต้องวิ่งไปวิ่งมาเหมือนคนทั้งหลาย ชนิดที่  
ท่านให้คำเปรียบไว้ว่า "กลางคืนอดควัน กลางวันเป็นไฟ".

"กลางคืนอดควัน" นั้น หมายถึงการนอนไม่หลับกระสับกระ  
ส่ายมือก่ายหน้าผาก คิดจะ แสวงหาอย่างนั้นอย่างนี้คิดจะกระทำ  
เพื่อให้ได้เงิน ได้ลาภหรือสิ่งต่าง ๆ ที่ตนปรารถนา อันเป็นควัน  
กลุ่มอยู่ในใจ เพราะมันยังมีดีค่า ลุกไปไหนไม่สะดวก ต้องทน

นอนอัดควีนอยู่.

ครั้นถึงเวลารุ่งขึ้น ก็ออกวิ่งว่อนไปตามความต้องการของ "ควีน" ที่อัดไว้เมื่อคืน นี้เรียกว่า "กลางวันเป็นไฟ" เป็นอาการของจิตใจที่ไม่ได้รับความสงบ ไม่ได้รับอาหารทางธรรมเป็นความหิวกระหาย ไปตามอำนาจของกิเลสและตัณหา : "กลางคืนอัดควีน" ร้อนกลุ่มอยู่แล้วตลอดคืน; "กลางวันยังเป็นไฟ" คือทั้งร้อนทั้งไหม้อะไรไปในตัวเสร็จตลอดทั้งวันแล้วจะหาความสงบเยือกเย็นอย่างไรได้.

ถ้าคนเราต้อง "กลางคืนอัดควีนกลางวันเป็นไฟ" ไปจนตลอดชีวิต ถึงตายแล้ว จะเป็นอย่างไรบ้าง ขอให้ลองคิดดู. เขาเกิดมาทนทุกข์ทรมานจนตลอดชีวิต คือนับตั้งแต่เกิดจนกระทั่งเนาเข้าโลงไปที่เดียว โดยไม่มีสติปัญญาที่จะระงับดับไฟ ดับควีนนั้นเสียเลย. บุคคลชนิดนี้จะต้องอาศัยสติปัญญาของบุคคลประเภทพระพุทธเจ้า สำหรับช่วยแก้ไขให้เบาบางลงตามส่วน. เมื่อเขาได้เข้าใจสิ่งทั้งหลายทั้งปวงถูกต้องตามความเป็นจริงมากขึ้นเท่าไรควีนหรือไฟก็จะลดน้อยลงเท่านั้น.

ทั้งหมดนี้เป็นการใช้ให้เห็นว่า สิ่งที่เราเรียกว่าพุทธศาสนาลักษณะ  
หลายเหลี่ยมหลายมุม เหมือนกับภูเขาถูกเด็วมองจากทิศต่าง ๆ  
กัน ก็เห็นรูปต่าง ๆ กัน ได้ประโยชน์ต่าง ๆ กัน แล้วแต่ใครจะมอง  
อย่างไร. แม้พระพุทธศาสนา จะมีมูลมาจากความกลัว  
ก็ไม่ใช่ความกลัวที่โง่เขลา ของคนป่าเถื่อน จนถึงกับนั่ง  
ไหวรูปเคารพหรือไหวสิ่งที่ยปรากฏการณ์แปลก ๆ: แต่เป็น  
ความกลัวชนิดที่สูงด้วยสติปัญญา คือกลัวว่าจะไม่ได้รอด  
พ้นไปจากการบีบคั้นของความเกิด แก่ เจ็บ ตาย หรือความ  
ทุกข์ทั้งหลายที่เรามองเห็น ๆ กันอยู่.

พุทธศาสนาตัวแท้ ไม่ใช่หนังสือ ไม่ใช่คัมภีร์ ไม่ใช่เสียงบ  
อกเล่าตามพระไตรปิฎก หรือตัวพิธีรีตองต่าง ๆ ซึ่งไม่ใช่ตัวแท้ของ  
พระพุทธศาสนา ตัวแท้ต้องเป็น **ตัวการปฏิบัติด้วยกายวาจาใจ**  
ชนิดที่จะทำลายกิเลสให้ร่อยหรอหรือหมดสิ้นไปในที่สุด ;  
ไม่จำเป็นต้องเนื่องด้วยหนังสือ ด้วยตำรา ไม่ต้องอาศัยพิธีรีตอง  
หรือสิ่งภายนอก เช่นผีसागเทวดา แต่ต้องเนื่องด้วยกายวาจาใจ  
โดยตรง คือจะต้องบากบั่นกำจัดกิเลสให้หมดสิ้นไป จนเกิดความ

รู้แจ่มแจ้ง สามารถทำอะไรให้ถูกต้องได้ด้วยตนเอง ไม่มีความ  
ทุกข์เกิดขึ้นตั้งแต่ต้นจนจบสาน. นี่แหละคือตัวแท้ของพระพุทธ  
ศาสนา ในส่วนที่เราจะต้องเข้าถึงให้จงได้. อย่าได้ไปหลงยึดเอา  
เนืองอกที่หุ้มห่อพระพุทธศาสนา มาถือว่าเป็นตัวพระพุทธศาสนา  
กันเลย.

## สิ่งที่รู้จักยากที่สุด.

สิ่งรู้จัก	ยากที่สุด	กว่าสิ่งใด
ไม่มีสิ่ง	ไหนไหน	ได้ยากเท่า
สิ่งนั้นคือ	ตัวเอง	หรือตัวเรา
ที่คนเขลา	หลงว่ากู	รู้จักดี
ที่พระดี	เณรดี	และเด็กดี
ไม่มีหรือ	มีสร้าง	อย่างหมุนจี
เพราะความรู้	เรื่องตัวกู	มันไม่มี
หรือมีอย่าง	ไม่มี	ที่ถูกต้อง
อันตัวกู	ของกู	ที่รู้จัก
เป็นตัวลวง	เหลือลึก	ให้คนหลง
ส่วนตัวธรรม	เป็นตัวจริง	ที่ยังยง
หมดความหลง	รู้ตัวธรรม	ล้ำเลิศตน ฯ

## พุทธศาสนามุ่งชี้อะไรเป็นอะไร

คำว่า "พุทธศาสนา" มีความหมายกว้างขวางกว่า "ศีลธรรม" ศีลธรรมหมายถึงข้อปฏิบัติเกี่ยวกับประโยชน์สุขในขั้นพื้นฐานทั่วไป ; และมีตรงกันแทบทุกศาสนา, ศาสนาหมายถึงระเบียบปฏิบัติในขั้นสูง ผิดแปลกแตกต่างกันไปเฉพาะศาสนาหนึ่ง ๆ ที่เดียว. ศีลธรรม ทำให้เป็นคนดี มีการปฏิบัติไม่เบียดเบียนตนหรือคนอื่น ตามหลักสังคัมทั่ว ๆ ไป แต่เมื่อได้ปฏิบัติครบถ้วนตามนั้นแล้ว คนก็ยังไม่พ้นทุกข์ที่มาจาก การเกิด แก่ เจ็บ ตาย. ยังไม่พ้นทุกข์จากการเบียดเบียนของกิเลส อำนาจของศีลธรรม ได้สิ้นสุดลงเสียก่อนที่จะกำจัดโลภะ โทสะ โมหะ ให้สิ้นสุดไปได้และไม่สามารถกำจัดความทุกข์อันเกิดจากการ เกิด แก่ เจ็บ ตายได้.

ส่วนขอบเขตของศาสนานั้นยังไปไกลต่อไปอีก โดยเฉพาะพระพุทธศาสนา ย่อมมุ่งหมายโดยตรงที่จะกำจัดกิเลสโดยสิ้นเชิงหรือดับทุกข์ทั้งหลายที่เกิดขึ้นจากการเกิด แก่ เจ็บ ตาย ให้สิ้นไป .



นั่นให้เห็นว่า ศาสนากับศีลธรรมนั้นต่างกันอย่างไรพุทธศาสนาไปได้ไกลกว่าศีลธรรมสากลของโลกทั่ว ๆ ไปอย่างไรเมื่อเข้าใจดังนี้แล้ว เราจะได้สนใจพุทธศาสนาโดยเฉพาะ

**พุทธศาสนา คือ วิชารวมทั้งระเบียบปฏิบัติ สำหรับจะให้เราทำอะไรเป็นอะไร.** ขอให้สนใจในคำจำกัดความนี้ให้มากเป็นพิเศษเพื่อประโยชน์ที่จะเข้าใจพุทธศาสนาได้โดยเร็วและโดยง่าย.

ท่านทั้งหลายลองพิจารณาดูว่า ท่านรู้จักอะไรเป็นอะไรกันหรือเปล่า. แม้จะรู้ว่าตัวเองเป็นอะไร ชีวิต หน้าที่การงาน อาชีพ เงินทอง ข้าวของ เกียรติยศ ชื่อเสียง คืออะไรก็ตาม ใครกล้ายืนยันว่ารู้ถึงที่สุดบ้าง ถ้าเรารู้ว่าอะไรเป็นอะไรจริง ๆ แล้ว เรา**ยอมไม่ปฏิบัติผิดต่อสิ่งทั้งปวง.** เมื่อปฏิบัติถูกแล้ว วนก็เป็นอันแน่นอนว่า ความทุกข์จะเกิดขึ้นไม่ได้. เดียวนี้เรายังไม่รู้ว่ามีมันเป็นอะไรเราจึงปฏิบัติผิดไม่มากนักน้อย ; ความทุกข์ก็เกิดขึ้นตามส่วน. การปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนาก็คือปฏิบัติเพื่อ**ให้รู้ว่สิ่งทั้งปวงคืออะไร; เมื่อรู้แจ้งแท้จริงก็ยอมหมายถึงการ**

บรรลุมรรคผลขั้นใดขั้นหนึ่งหรือถึงขีดสูงสุดเพราะความรู้นั้นเอง เป็นตัวทำลายกิเลส ไปในตัว.

เมื่อรู้ว่าสิ่งทั้งปวงเป็นอะไรจริง ๆ แล้ว ความเบื่อหน่ายคลาย ความอยาก และความหลุดพ้นจากทุกข์ **ย่อมจะเกิดขึ้นเองโดยอัตโนมัติ** : เราทำความเพียรปฏิบัติก็แต่ขั้นที่ยังไม่รู้อะไรเป็นอะไรกันเท่านั้น โดยเฉพาะก็ในขั้นที่ยังไม่รู้ว่าสิ่งทั้งหลายนี้ไม่เที่ยง ไม่ใช่ตัวตน. ขณะนี้เราไม่รู้ว่าชีวิตหรือสิ่งทั้งปวงที่เรากำลังหลงรักใคร่ยินดี เป็นอนิจจัง ทุกขังอนัตตา จึงหลงรักยินดีติดพันยึดถือในสิ่งเหล่านั้น. ครั้นรู้อันจริงตามวิธีของพระพุทธศาสนา คือมองเห็นชัดว่า สิ่งทั้งปวงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ไม่มีอะไรน่าผูกมัดตัว เราเข้ากับสิ่งนั้นจริง ๆ แล้ว จิตก็จะเกิดความหลุดพ้นจากอำนาจครอบงำของสิ่งเหล่านั้นขึ้นมาทันที

ขอยืนยันในคำจำกัดความข้อนี้ว่า เป็นคำจำกัดความที่เพียงพอและเหมาะสมแก่ท่านทั้งหลายที่จะเอาไปใช้สำหรับการปฏิบัติของตน ; เพราะเหตุว่าหลักคำสอนของพระพุทธเจ้าทั้งพระไตรปิฎก ก็ล้วนแต่เป็นการบ่งระบุให้รู้ว่า **อะไรเป็นอะไร?** เท่านั้นเอง

เช่นหลักเรื่องอริยสัจ ๔ ประการ ซึ่งจะนำมาเปรียบเทียบกับคำจำกัดความดังกล่าวเพื่อดูว่าจะลงรอยกันได้เพียงใด.

**อริยสัจข้อที่ ๑** แสดงว่าสิ่งปรุงแต่งทั้งปวงเป็นทุกข์. นี่คือบอกตรง ๆ ว่าสิ่งทั้งปวงเป็นอะไรนั่นเอง. สิ่งทั้งปวงเป็นที่ตั้งแห่งความทุกข์ใจ แต่คนทั้งหลายไม่รู้ไม่เห็นว่าเป็นความทุกข์จึงได้มีความอยากในสิ่งเหล่านั้น. ถ้ารู้ว่ามันเป็นความทุกข์ ไม่น่าอยากและไม่น่ายึดถือ ไม่น่าผูกพันตัวเองเข้ากับสิ่งใดแล้ว เขาก็คงจะไม่ไปอยาก.

**อริยสัจข้อที่ ๒** แสดงว่าความอยากด้วยวิชชานั้นเป็นต้นเหตุของความทุกข์ คนทั้งหลายก็ยังไม่รู้ไม่เห็นไม่เข้าใจว่าความอยากนี้แหละ เป็นตัวต้นเหตุของความทุกข์ใจจึงได้พากันอยากนั้นอยากนี้ร้อยแปดพันประการ เพราะไม่รู้ว่าคุณอยากด้วยวิชชานั้นคืออะไร.

**อริยสัจข้อที่ ๓** แสดงว่านิโรธหรือนิพพานคือการดับความอยากเสียได้สิ้นเชิง เป็นความไม่มีทุกข์. คนทั้งหลายยังไม่รู้จักกัน

ใหญ่ทั้ง ๆ ที่เป็นสิ่งที่อาจลู่ถึงได้ในที่ทั่ว ๆ ไปคือพบได้ตรงที่ความ  
อยากมันดับลงไปนั่นเอง นี่คือไม่รู้ว่าจะอะไรเป็นอะไร จึงไม่มีใคร  
ปรารถนาที่จะดับความอยาก ไม่ปรารถนานิพพาน เพราะไม่รู้ว่าจะ  
อะไรคือนิพพาน.

**อริยสัจข้อที่ ๔** ที่เรียกว่ามรรคอันได้แก่วิธีดับความอยาก  
นั้นๆ เสีย. ไม่มีผู้ใดเข้าใจว่า การทำอย่างนี้เป็นวิธีดับความอยาก  
ไม่มีใครสนใจเรื่องอริยมรรคอันมีองค์ ๘ ประการซึ่งดับความ  
อยากเสียได้ ; ไม่รู้จักว่าจะอะไรเป็นที่พึงแก่ตนเอง; อะไรควรชวน  
ขวายเป็นยิ่ง ; จึงไม่สนใจกับเรื่องอริยมรรคของพระพุทธเจ้าซึ่ง  
เป็นสิ่งที่เลิศประเสริฐที่สุดในบรรดาวิชาความรู้ของมนุษย์เราใน  
โลกนี้. นี่แหละ คือการไม่รู้ว่าจะอะไรเป็นอะไรอย่างน่าหวาดเสียว

ทั้งหมดนี้จะเห็นได้ว่า **อริยสัจ ๔ ประการ** นั่นคือ ความรู้ที่  
บอกให้เห็นชัดว่า อะไรเป็นอะไรอย่างครบถ้วน นั่นเอง : เรื่อง  
ความอยากนั้นบอกให้รู้ว่า เมื่อไปเล่นกับมันจึงเป็นความทุกข์ใจ  
ขึ้นมา เราก็ยังขึ้นไปเล่นกับความอยากจนเต็มไปด้วยความทุกข์นี้  
แหละเป็นความโง่เขลาที่ไม่รู้ว่าจะอะไรเป็นอะไรตามที่เป็นจริงจึง

ปฏิบัติผิดทุกอย่าง ; จะมีถูกบ้างก็เล็กน้อยเกินไป และมักจะถูกตามความหมายของคนที่มีกิเลสตัณหา ซึ่งถือกันว่าถ้าได้อะไรมาตรงตามความต้องการของตนแล้ว ก็จัดว่าเป็นการปฏิบัติถูกต้องอย่างนี้ทางธรรมไม่ถือว่าถูกเลย.

ที่นี้ลองเอาหลักทางบาลี ที่เรียกว่าหัวใจของพระพุทธศาสนา หรือคาถาของพระอัสสชิมาพิจารณากัน; เมื่อพระอัสสชิได้มาพบกับพระสารีบุตรก่อนได้บวช; พระสารีบุตรได้ถามถึงใจความของพระพุทธศาสนาว่า มีอยู่อย่างไรโดยย่อที่สุด. พระอัสสชิได้ตอบว่า "สิ่งเหล่าใดเกิดมาเพราะมีเหตุ ทำให้เกิด พระตถาคตเจ้าแสดงเหตุของสิ่งเหล่านั้น พร้อมทั้งแสดงความดับสิ้นเชิงของสิ่งเหล่านั้นเพราะหมดเหตุ : พระมหาสมณะเจ้าตรัสอย่างนี้." นี่คือการบอกว่าสิ่งทั้งปวงมีเหตุปรุงแต่งขึ้นมา มันดับไม่ได้จนกว่าจะดับเหตุเสียก่อน นี่เป็นการชี้ให้รู้ว่า อย่าไปเห็นอะไรเป็นตัวตนที่ถาวร เพราะมีแต่สิ่งที่เกิดจากเหตุและงอกงามต่อไปตามอำนาจของเหตุและจะดับไปเพราะสิ้นเหตุ เพราะฉะนั้น ปราภฏการณทั้งหลายในโลกนี้ ล้วนแต่เป็นผลิตผลของสิ่ง

ที่เป็นเหตุ เป็นความเลื่อนไหลไปไม่มีหยุด เพราะอำนาจของธรรมชาติ ที่มีลักษณะไม่หยุดปรุ้ง สิ่งต่าง ๆ จึงปรุ้งแต่งกันไม่หยุด และเปลี่ยนแปลงไม่หยุด.

พระพุทธศาสนาบอกให้เราเห็นว่าสิ่งทั้งหลายไม่มีตัวตน มีแต่การปรุ้งแต่งกันไป และมีความทุกข์รวมอยู่ในนั้นด้วย เพราะความไม่มีอิสระ จึงต้องเป็นไปตามอำนาจของเหตุ. จะไม่มี ความทุกข์ก็ต่อเมื่อหยุด. จะหมดได้ก็เมื่อดับเหตุ เพื่อไม่ให้มีการ ปรุ้ง. ข้อนี้เป็นการบอกให้รู้ว่าอะไรเป็นอะไรอย่างลึกซึ้งที่สุดเท่าที่ ผู้มีสติปัญญาจะบอกได้ นับว่าเป็นหัวใจพุทธศาสนาจริง ๆ. การ บอกลีคือบอกให้รู้ว่า สิ่งทั้งปวงเป็นแต่เรื่องของมายา อย่าไปหลง ยึดถือจนชอบหรือซังมันเข้า. เมื่อทำจิตใจให้เป็นอิสระได้จริง ๆ แล้วนั้นแหละ คือการออกมาเสียได้จากอำนาจของเหตุ เป็นกา รดับเหตุเสียได้ เราก็จะไม่ต้องเป็นทุกข์เพราะความชอบหรือความ ซังอีกต่อไป .

อีกทางหนึ่งนั้น อาจจะ ให้สังเกตดูถึง วัตถุประสงค์แห่งการ รอกผนวชของพระพุทธเจ้า ว่าท่านรอกผนวชโดยความ

ประสงค์อันใด. พระพุทธภาษิตที่ตรัสถึงข้อนี้มีอยู่อย่างชัดเจนว่า พระองค์ออกผนวชเพื่อแสวงหาว่า อะไรเป็นกุศล คำ "กุศล" ของพระองค์ ในที่นี้ หมายถึงความฉลาด หมายถึงความรู้ที่ถูกต้องถึงที่สุด โดยเฉพาะก็คือรู้ว่าอะไรเป็นความทุกข์ อะไรเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ อะไรเป็นความไม่มีทุกข์ อะไรเป็นวิธีให้ถึงความไม่มีทุกข์ เพราะถ้ารู้อย่างถูกต้องสิ้นเชิงจริง ๆ แล้วก็คือความฉลาด หรือความรู้ถึงที่สุด; ฉะนั้น ความรู้ว่าอะไรเป็นอะไรอย่างบริสุทธิ์ บริบูรณ์นั้นแหละคือ ตัวพุทธศาสนา.

เรื่อง **ไตรลักษณ์** ก็เป็นหลักสำคัญอีกแนวหนึ่งมีหัวข้อสั้นๆว่า อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา อันเป็นหลักที่เราต้องรู้ ถ้าไม่รู้ก็เรียกว่าไม่รู้จักพุทธศาสนา. อนิจจัง ทุกขัง อนัตตานี้คือ การประกาศความจริงออกไปว่า "สิ่งปรุงแต่งทั้งปวงไม่เที่ยง สิ่งปรุงแต่งทั้งปวงเป็นทุกข์ สิ่งทั้งปวงไม่ใช่ตัวตน."

ที่ว่า **อนิจจัง** ก็คือสิ่งทั้งปวงเปลี่ยนแปลงเรื่อยไม่มีอะไรเป็นตัวเองที่หยุดอยู่แม้ชั่วขณะ. ที่ว่าเป็น **ทุกขัง** นั้นหมายถึงว่าสิ่งทั้งปวงมีลักษณะเป็นความทนทุกข์ทรมานอยู่ในตัวของตัวเองมี

ลักษณะดูแล้วน่าขำน่าเบื่อหน่าย น่าระอาอยู่ในตัวของมันเองทั้งนั้นและที่ว่าเป็น **อนัตตา** นั่นก็คือ การบอกให้รู้ว่า บรรดาสิ่งทั้งปวงไม่มีอะไรที่เราควรจะเข้าไปยึดมั่นด้วยจิตใจว่า เป็นตัวเราหรือเป็นของเรา ถ้าไปยึดถือก็ต้องเป็นทุกข์ ; และบอกให้รู้ว่าสิ่งทั้งปวงนั้นยิ่งกว่าไฟ เพราะที่ไฟลุกโพล่ง ๆ อยู่เราเห็นเราก็ไม่เข้าไปใกล้แต่สิ่งทั้งปวงนั้นมันเป็นไฟที่มองไม่เห็น เราจึงเข้าไปกอดกองไฟกันด้วยความสมัครใจ แล้วก็ไปทุกข์อยู่ตลอดเวลา . นี่คือการบอกให้รู้ว่าสิ่งทั้งปวงคืออะไร โดยนัยแห่งไตรลักษณ์เป็นการชี้ให้เห็นชัดว่า **พุทธศาสนาคือ วิชาและระเบียบปฏิบัติที่ทำให้เรารู้ได้ว่าอะไรเป็นอะไรเท่านั้นเอง.**

เมื่อได้กล่าวถึงหลักที่ว่า เราต้องรู้ว่าสิ่งทั้งปวงเป็นอะไรและต้องปฏิบัติอย่างไร จึงจะตรงต่อกฎธรรมชาติของสิ่งทั้งปวงดังนี้แล้ว หลักในพระบาลีก็มีอีกพวกหนึ่งเรียกว่า **โอวาทปาฏิโมกข์** แปลว่า **คำสอนที่เป็นประธานของคำสอนทั้งหมด**; มีอยู่ ๓ ข้อสั้น ๆ คือ ไม่ทำความชั่วทั้งปวง ทำความดีให้เต็มที่ และทำจิตใจให้สะอาด ปราศจากความเศร้าหมอง นี่เป็นหลักสำหรับ



ปฏิบัติ.

เมื่อรู้ว่าสิ่งทั้งปวงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ยึดถือไม่ได้และไปหลงใหลด้วยไม่ได้. เราก็ต้องปฏิบัติต่อสิ่งทั้งปวงให้ถูกต้องด้วยความระมัดระวัง คือเว้นจากการทำชั่ว หมายถึงการละโมภโลภลาภด้วยกิเลส ไม่ลงทุนด้วยการฝืนศีลธรรมขนบธรรมเนียมต่าง ๆ เพื่อไปทำความชั่ว อีกทางหนึ่งนั้นให้ทำแต่ความดีตามที่บัณฑิตสมมุติตกลงกันว่าเป็นคนดี. แต่ทั้งสองข้อนี้เป็นเพียง**ขั้นศีลธรรม**. ข้อที่สามที่ว่า ทำจิตให้บริสุทธิ์หมดจดจากเครื่องเศร้าหมองโดยประการทั้งปวงนั้นนั่นแหละ เป็นตัวพุทธศาสนาโดยตรง หมายความว่าทำจิตใจให้เป็นอิสระ ถ้ายังไม่เป็นอิสระจากอำนาจครอบงำของสิ่งทั้งปวงแล้ว จะเป็นจิตใจที่สะอาดบริสุทธิ์ไปไม่ได้ จิตจะเป็นอิสระก็ต้องมาจากความรู้ว่าอะไรเป็นอะไรถึงที่สุด ถ้ายังไม่รู้จะไปหลงรักหรือหลงชังอย่างไรโดยหนึ่งหลักเฉียงไม่ได้ แล้วจะเรียกว่าเป็นอิสระแท้จริงได้อย่างไร คนเรามีความรู้สึกอยู่สองอย่างเท่านั้น คือความพอใจกับไม่พอใจ (อภิขณาและโทมนัส).

คนเราตกเป็นทาสของอารมณ์ ไม่เป็นอิสระแก่ตัวเองเลยเพราะไม่รู้ว่าจะอารมณ์หรือสิ่งทั้งปวงนั้นคืออะไรนั่นเอง. ความพอใจมีลักษณะที่จะรวบรัดอะไร ๆ เข้ามาหาตัว: ความไม่พอใจมีลักษณะที่จะผลักไสอะไร ๆ ออกไปเสียจากตัว: ถ้ายังมีความรู้สึกสองอย่างนี้อยู่ ก็หมายความว่าจิตใจยังไม่เป็นอิสระ เพราะยังหลงรักหลงชังอย่างใดอย่างหนึ่งอยู่ จึงไม่มีทางที่จะบริสุทธิ์ปราศจากการครอบงำของสิ่งทั้งปวงได้. โดยเหตุนี้เองหลักพระพุทธศาสนาในขั้นสูงสุดนี้ จึงปฏิเสธการยึดถือสิ่งที่น่ารักน่าชัง: ปฏิเสธเลยขึ้นไปถึงกับไม่หลงติดทั้งในความดีและความชั่ว จิตจึงจะเป็นอิสระจากสิ่งทั้งปวงและบริสุทธิ์อยู่เหนืออารมณ์ต่าง ๆ.

ศาสนาอื่นนิยมกันเพียงให้เว้นจากความชั่วและให้ยึดถือในความดี ให้หลงยึดผูกพันในความดี จนถึงยอดของความดี คือพระผู้เป็นเจ้า. พระพุทธศาสนายังไปไกลกว่านั้นมาก คือไม่ยอมผูกพันตัวเองกับสิ่งใดเลย. การผูกพันในความดีนั้น ก็จัดว่าเป็นการปฏิบัติถูกในระยะต้นหรือระยะกลาง เมื่อเรายังทำอะไร

ให้สูงไปกว่านั้นไม่ได้เท่านั้นเอง. ในระยะ แรกเราเว้นจากความชั่ว  
ในระยะถัดมาเราก็ทำความดีให้เต็มที่: ส่วนในระยะสูงนั้น เราทำ  
จิตใจให้ลอยสูงเหนือการครอบงำของทั้งความดีและความชั่ว.

การที่ผูกพันตัวอยู่ภายใต้ผลของความดี ยังไม่ใช้การพ้นจาก  
ความทุกข์โดยสิ้นเชิง: เพราะคนชั่วก็จะมี ความทุกข์ไปตามประสา  
คนชั่ว คนดีก็ต้องมีความทุกข์ไปตามประสาของคนดี. ถึงเป็นม  
นุษย์ที่ดีก็มีความทุกข์อย่างมนุษย์ที่ดี จะดีอย่างเทวดาก็มีความ  
ทุกข์อย่างเทวดา แม้จะเป็นพรหมก็มีความทุกข์อย่างพรหม จะ  
ไม่มีความทุกข์เลยก็ต่อเมื่อขึ้นไปให้พ้น สูงเหนือจากสิ่งที่เรียกว่า  
ความดีกลายเป็นโลกุตตระ (โลกของพระอริยเจ้า) คือเป็นพระอริย  
เจ้าเสียเอง. ถ้าขึ้นสูงถึงที่สุดก็เรียกว่าเป็น**พระอรหันต์**.

ที่นี่ คำว่า**พระพุทธศาสนานั้น** แปลว่าอะไร? พุทธแปลว่า  
พระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าแปลว่าผู้รู้. พุทธศาสนาก็แปลว่า  
ศาสนาของผู้รู้. พุทธศาสนิกก็แปลว่าผู้ปฏิบัติตามศาสนาของผู้รู้.  
ที่ว่ารู้นั้นหมายถึงรู้อะไร? ก็คือรู้อะไรทั้งปวงตามที่ เป็นจริงนั่นเอง จึง  
กล่าวได้ว่าพุทธศาสนาก็คือ ศาสนาที่ทำให้รู้ว่าอะไรเป็นอะไร

เป็นศาสนาเกี่ยวกับความรู้จริง เราจึงต้องปฏิบัติจนเรารู้ได้เอง. เมื่อรู้ถึงที่สุดแล้วไม่ต้องกลัว กิเลสตัณหาต่างๆ จะถูกความรู้นั้นทำลายให้สิ้นไป ความไม่รู้ (อวิชชา) ก็จะดับไปทันที ในเมื่อความรู้ได้เกิดขึ้นมาจะนั้น ข้อปฏิบัติต่าง ๆ จึงมีไว้เพื่อให้วิชชาเกิด.

ท่านทั้งหลายจงปักใจมั่นในทางที่จะเข้าถึงพระพุทธศาสนาด้วยการปฏิบัติให้รู้ว่าอะไรเป็นอะไรเท่านั้น ขอแต่ให้เป็นความรู้ที่ถูกต้อง รู้ด้วยความเห็นแจ้งจริง ๆ. อย่ารู้้อย่างโลก ๆ รู้ครึ่ง ๆ กลาง ๆ จึงไปหลงสิ่งที่ไม่ดีว่าดี หลงสิ่งซึ่งเป็นที่เกิดของความทุกข์ว่าเป็นความสุขดังนี้ ก็จะค่อย ๆ รู้ไปตามลำดับ นั้นแหละจะเป็นการรู้จักพระพุทธศาสนาที่ถูกตัวพุทธศาสนาแท้ ๆ.

ถ้าศึกษาพุทธศาสนาโดยวิธีนี้แล้ว แม้คนตัดฟืนขายที่ไม่รู้หนังสือก็จะเข้าถึงตัวพุทธศาสนาได้ ในขณะที่มหาเปรียญหลายประโยคที่กำลังง่วนอยู่กับพระไตรปิฎกไม่อาจเข้าถึงพุทธศาสนาได้เลย. พวกเราที่มีสติปัญญาอยู่บ้าง น่าจะสามารถพิจารณาพิจารณาสิ่งทั้งปวง ให้รู้ตามที่เป็นจริงได้ ฉะนั้น เมื่อถูกความทุกข์อะไรเข้าแก่ตัวเองแล้ว ก็จะต้องศึกษาสิ่งนั้นให้เข้าใจ

แจ่มแจ้งว่ามันเป็นอย่างไรกันแน่. ความทุกข์ที่เกิดขึ้น และกำลัง  
เผาผลาญเราให้เราร้อนอยู่นั้นมันคืออะไร เป็นอย่างไร มาจากไหน.

ถ้าทุกคนทั้งสติ คอยเฝ้ากำหนดพิจารณาความทุกข์ที่เกิดขึ้น  
แก่ตน ในลักษณะดังกล่าวนั้นแล้ว ก็จะเป็นทางให้เข้าถึงพุทธ  
ศาสนาได้ดีที่สุด ดีกว่าการที่จะเรียนเอาจากพระไตรปิฎกอย่าง  
เปรียบเทียบกันไม่ได้ทีเดียว. การที่ใครจะมัวแต่ศึกษาพุทธ  
ศาสนาจากพระไตรปิฎก ในแง่ของภาษาหรือวรรณคดีขึ้น จะไม่มี  
ทางรู้ว่าอะไรเป็นอะไร ทั้ง ๆ ที่พระไตรปิฎกก็เต็มไปด้วยคำ  
บรรยายว่าสิ่งนั้นเป็นอย่างนั้น สิ่งนี้เป็นอย่างนี้ เขาฟังอย่าง  
นกแก้วนกขุนทอง พูดยตามทีจำไว้ได้แต่ไม่สามารถที่จะเข้าถึง  
ความจริงของสิ่งทั้งหลาย เว้นไว้แต่เขาจะได้ทำการพิจารณา  
ให้เห็นเป็นเรื่องจริงของชีวิตจิตใจ เข้าถึงตัวจริงของกิเลส  
ของความทุกข์ของธรรมชาติ หรือของสิ่งทั้งปวงซึ่งเข้ามาเกี่ยวข้องกับ  
ตัวเขานั้นแหละ จึงจะเข้าถึงตัวพระพุทธรศาสนาที่แท้ได้.

คนที่ไม่เคยอ่านเคยฟังพระไตรปิฎกเลย แต่เคยพิจารณาอย่าง  
ละเอียดลออทุกครั้ง ที่ความทุกข์เกิดขึ้นแผดเผาจิตใจของตน นี้

แหละเรียกว่าเขากำลังเรียนพระไตรปิฎกโดยตรงและอย่าถูกต้อง ดียิ่งกว่ากำลังเปิดเล่มพระไตรปิฎกออกอ่าน เพราะว่าพวกที่กำลัง ลูบคลำเล่มพระไตรปิฎกอยู่ทุก ๆ วันแต่แล้วไม่รู้จักอมฤตธรรมคำ สอนที่มีอยู่ในพระไตรปิฎก เขาก็คล้ายกับการที่เรามีตัวเอง ใช้ตัว เอง ปฏิบัติตัวเอง ไม่สามารถแก้ ปัญหาต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับตัวเอง ให้ลุล่วงไปได้ ยังคงมีความทุกข์ ยังคงมีต้นเหตุที่เป็นเหตุให้เกิด ทุกข์เพิ่มมากขึ้นทุก ๆ วันตามอายุที่เพิ่มขึ้น นี่เพราะไม่รู้จักตัวเรา อย่างเดียวเท่านั้น.

ชีวิตจิตใจที่สวมนอยู่กับเรา เราก็ยังไม่รู้จัก การที่จะไปรู้สิ่งลึกลับ ที่ซ่อนอยู่ในพระไตรปิฎกนั้นมันยิ่งยากไปกว่าเป็นไหน ๆ เพราะ ฉะนั้นจึงหันมาศึกษาพุทธศาสนาหรือรู้จักตัวพุทธศาสนาด้วยการ ศึกษาจากตัวจริง คือจากสิ่งทั้งปวงซึ่งรวมทั้งร่างกายและจิตใจนี้ เอง จากชีวิตซึ่งกำลังหมุนอยู่ในวงกลมของความอยาก-กระทำ ตามความอยากแล้วก็เกิดผลอย่างนั้นอย่างนั้นขึ้นมาหล่อเลี้ยง เจตนาที่อยากจึงทำสืบต่อไปไม่มีที่สิ้นสุด-ต้องเวียนว่ายอยู่ใน วัฏฏสงสาร หรือทะเลแห่งความทุกข์ เพราะความที่ไม่รู้ว่า อะไร

เป็นอะไร ข้อเดียวเท่านั้น.

สรุปความว่า **พุทธศาสนา** คือวิชาและระเบียบปฏิบัติเพื่อ  
ให้รู้ว่า อะไรเป็นอะไรเมื่อเรารู้ว่า อะไรเป็นอะไรถูกต้องจริง ๆ แล้ว  
ไม่ต้องมีใครมาสอนเราหรือมา แนะนำเรา เราก็ปฏิบัติต่อสิ่งนั้น ๆ  
ถูกต้องได้ด้วยตนเอง แล้วกิเลสก็จะหมดไปเอง เราเป็นอริยบุคคล  
ขั้นใดขั้นหนึ่งขึ้นมาทันที เราจะปฏิบัติอะไรไม่ผิดขึ้นมาทันที เรา  
จะลู่ถึงสิ่งที่ดีที่สุดที่มนุษย์ควรจะได้ หรือที่ชอบเรียกกันว่ามรรคผล  
นิพพาน นี้ได้ด้วยตนเอง เพราะการที่เรามีความรู้ว่าอะไรเป็นอะไร  
โดยถูกต้องถึงที่สุดอย่างแท้จริงเท่านั้น.

# ลักษณะสามัญของสิ่งทั้งปวง (ไตรลักษณ์)

บทนี้จะกล่าวถึงข้อที่ว่า สิ่งทั้งหลายทั้งปวงประกอบอยู่ด้วยลักษณะอันเรียกว่า "ไตรลักษณ์" หรือลักษณะ ๓ ประการ กล่าวคือ ความเป็น **อนิจจัง ทุกขัง และ อนัตตา**.

**อนิจจัง** แปลว่าไม่เที่ยง ; หมายความว่าสิ่งทั้งหลายมีลักษณะเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอไป ไม่มีความคงที่ตายตัว **ทุกขัง** แปลว่าเป็นทุกข์; มีความหมายว่าสิ่งทั้งหลายทั้งปวงมีลักษณะที่เป็นทุกข์มองดูแล้วน่าสังเวชใจ ทำให้เกิดความทุกข์ใจแก่ผู้ที่ไม่มีความเห็นอย่างแจ่มแจ้งในสิ่งนั้น ๆ. **อนัตตา** แปลว่าไม่ใช่ตัวตน หมายความว่าทุกสิ่งทุกอย่างไม่มีความหมาย แห่งความเป็นตัวเป็นตน ไม่มีลักษณะอันใดที่จะทำให้เรายึดถือได้ว่ามันเป็นตัวเราของเรา. ถ้าเห็นอย่างแจ่มแจ้งชัดเจนถูกต้องแล้วความรู้สึกที่ว่า "**ไม่มีตัวตน**" จะเกิดขึ้นมาเองในสิ่งทั้งปวง. แต่ที่เราไปหลงเห็นว่าเป็นตัวเป็นตนนั้น ก็เพราะความไม่รู้อย่างถูกต้องนั่นเอง.



ขอให้ทราบว่า **ลักษณะสามัญ ๓ ประการนี้ พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนมากกว่าคำสั่งสอนอื่น ๆ** ในบรรดาคำสั่งสอนทั้งหลายจะนำมารวบยอดอยู่ที่การเห็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา นั้นทั้งนั้น บางทีก็กล่าวตรง ๆ บางทีก็พูดด้วยโวหารอย่างอื่น แต่ใจความมุ่งแสดงความจริงอย่างเดียวกัน.

เรื่องของความไม่เที่ยงของสรรพสิ่งทั้งหลายนี้ เคยมีสอนกันอยู่ก่อนพระพุทธเจ้าแต่ไม่ได้ขยายความให้ลึกซึ้งเหมือนของพระองค์. เรื่องความทุกข์ก็เหมือนกัน มีการสอนมาแล้วแต่ไม่ลึกซึ้งถึงที่สุด; ไม่ประกอบด้วยเหตุผลและไม่สามารถชี้ถึงวิธีดับทุกข์ที่สมบูรณ์จริง ๆ ได้ เพราะยังไม่รู้จักความทุกข์อย่างเพียงพอเท่ากับการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า. ส่วนเรื่อง**ความไม่ใช่ตัว ไม่ใช่ตนนี้ มีสอนแต่ในพระพุทธศาสนาเท่านั้น** ข้อนี้เป็นเครื่องแสดงให้เห็นว่าผู้ที่รู้จักว่าอะไรเป็นอะไรถึงที่สุดเท่านั้น จึงจะรู้ว่าสิ่งทั้งหลายทั้งปวงไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่ของตน เหตุนี้จึงมีสอนแต่โดยพระพุทธเจ้า ฟังเป็นบุคคลที่รู้ว่า อะไรเป็นอะไรได้ถึงที่สุดจริง ๆ.

คำสอนเรื่องลักษณะ ๓ ประการนี้ มีวิธีปฏิบัติเพื่อให้เห็น  
แจ้งมากมายหลายวิธีด้วยกัน. ถ้าปฏิบัติจนเห็นแจ้งแล้ว เราจะ  
พบว่า มีข้อสังเกตข้อหนึ่ง คือต้องการเห็นจนรู้สึกว่ามีอะไรน่า  
ยึดถือไม่มีอะไรที่อยากจะเอา จะมี จะเป็น ซึ่งสรุปสั้น ๆ ว่า **"ไม่มี  
อะไรที่น่าเอา ไม่มีอะไรที่น่าเป็น"** เมื่อท่านมองเห็นว่า ความมี  
ความเป็นอย่างใดก็ตามเป็นของหลอกลวง เป็นมายา ไม่น่าเอา  
ไม่น่าเป็นทั้งหมดทั้งสิ้นจริง ๆ ดังนี้แล้ว นั่นแหละ คือการเห็น  
อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา อย่างถูกต้องส่วนคนที่ท่อง อนิจจัง ทุกขัง  
อนัตตา อยู่ทั้งเช้าทั้งเย็นหลายร้อยหลายพันครั้งมาแล้ว ไม่อาจ  
เห็นก็ได้ เพราะไม่ใช่วิสัยที่จะเห็นได้ด้วยกรฟัง หรือด้วยการท่อง

การคำนึงคำนวนเอาตามหลักเหตุผลนั้น ไม่ใช่ "การเห็นแจ้ง"  
อย่างที่เรียกว่า "เห็นธรรม" การเห็นธรรมไม่อาจจะเห็นได้ด้วยกร  
คิดไปตามเหตุผลแต่ต้องเห็นแจ้งด้วยความรู้สึกรภายในที่แท้จริง  
เช่นพิจารณาเห็นสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่ทำให้ความเจ็บปวดให้แก่ตนที่เข้าไป  
หลงใหลอย่างสาสม อาศัยการที่ได้กระทบจริง ๆ จนเกิดเป็น  
ความรู้สึกแก่จิตใจขึ้นมาจริง ๆ แล้วเกิดความเบื่อหน่าย เกิด

ความสลดสังเวชขึ้นมา อย่างนี้จึงจะเรียกว่าเห็นธรรม หรือเห็น  
แจ้ง.

การเห็นแจ้งทำนองนี้ อาจเลื่อนสูงขึ้นไปตามลำดับ จนกว่าจะ  
ถึงเรื่องสุดท้ายที่ทำให้ปล่อยวางสิ่งทั้งปวงได้ ส่วนผู้ที่ท่องอนิจจัง  
ทุกขัง อนัตตา หรือพิจารณาอยู่ทั้งวันทั้งคืน แต่ถ้าไม่เกิดความรู้สึก  
เบื่อหน่ายต่อสิ่งทั้งปวง คือไม่อยากเอาอะไร ไม่อยากเป็นอะไร  
ไม่อยากยึดถือในอะไรแล้ว ก็เรียกว่ายังไม่เป็นอยู่นั่นเอง  
เพราะฉะนั้นจึงสรุปการเห็นความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ความ  
ไม่ใช่ตัวตน ลงไว้ที่คำว่า "เห็นจนเกิดความรู้สึกว่าไม่มีอะไรที่  
น่าเอาหรือน่าเป็น"

พุทธศาสนามีคำอยู่คำหนึ่งเป็น คำรวบยอด คือคำว่า "สุญญ  
ตา" ซึ่งแปลว่า ความเป็นของว่าง คือว่างจากความหมายแห่ง  
ความเป็นตัวตน : ว่างจากสาระที่เราควรจะไปยึดถือด้วยกำลัง  
ใจทั้งหมดทั้งลึ้นว่า ตัวเรา-ของเรา. การเพ่งพิจารณาดูให้เห็นว่า  
สิ่งทั้งปวงว่างจากสาระที่ควรเข้าไปยึดถือ นั่น เป็นตัวศาสนาโดย  
แท้ เป็นหัวใจของการปฏิบัติตามหลักพุทธศาสนา. เมื่อรู้แจ้งว่า

ทุกสิ่งทุกอย่างว่างจากตัวตนแล้ว ก็เรียกว่ารัฐพุทธศาสนาถึงที่สุด.

คำว่า "ว่างจากตัวตน" คำเดียว ก็เป็นการเพียงพอ ที่รวบรวมเอา คำว่า อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา มาไว้ด้วยเสร็จ. เมื่อมันไม่เที่ยง เปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ ไม่มีส่วนไหนที่ยั่งยืนถาวร ก็เรียกได้ว่าว่างเหมือนกัน. เมื่อเต็มไปด้วยลักษณะที่ดูแล้วน่าสังเวชใจก็ แปลว่า ว่างจากส่วนที่เราควรจะเข้าไปยึดถือเอา. เมื่อเราพิจารณา ดูว่าไม่มีลักษณะไหนที่จะคงทนเป็นตัวตนของมันเองได้ เป็นเพียง ธรรมชาติที่ผันแปรไปตามกฎของธรรมชาติ อันไม่ควรเรียกว่าเป็น ตัวตนของมันเอง ดังนี้ก็เรียกว่า ว่างจากตัวตนได้.

ถ้าบุคคลใดเห็นความว่างของสิ่งทั้งปวงแล้ว ก็จะเกิดความรู้สึก "ไม่น่าเอาไม่น่าเป็น" ในสิ่งต่าง ๆ ขึ้นมาทันที. ความรู้สึก ไม่อยากเอา ไม่อยากเป็นนี้แหละ มีอำนาจเพียงพอที่จะคุ้มครอง คนเรา ไม่ให้ตกไปเป็นทาสของกิเลสหรือของอารมณ์ทุกชนิด บุคคลชนิดนี้ไม่สามารถทำความชั่วต่อไป ไม่หลงใหลพัวพันติด อยู่ในสิ่งหนึ่งสิ่งใด หรือเอนเอียงไปตาสังยั่วยวนใจใด ๆ เขาย่อม มีจิตใจเป็นอิสระอยู่เสมอและไม่มีความทุกข์เลย.

ที่ว่า "ไม่มีอะไรน่าเอาน่าเป็น" นี้ เป็นสำนวนโวหารอยู่สัก  
หน่อย. คำว่า "เอา" และ "เป็น" ในที่นี้หมายถึงการเอาหรือ  
เป็นด้วยจิตใจที่หลงใหล ด้วยจิตใจที่ยึดถือ ด้วยจิตใจทั้งหมดทั้ง  
สิ้นจริง ๆ มิได้หมายความว่า คนเราจะเป็นอย่างนั้นได้โดยไม่มีอะไร  
ไม่เป็นอะไรเสียเลย. ตามปกติคนเราจะต้องเอาอะไร เป็นอะไร  
อยู่เป็นประจำ เช่นจะต้องมีทรัพย์สินสมบัติ มีบุตร ภรรยา เรื่องสวน  
ไร่นาจะต้องเป็นคนดี เป็นผู้แพ้ เป็นผู้ชนะ หรือ เป็นผู้ถูกเอา  
เปรียบ เป็นต้น จะต้องมีความเป็นอย่างไรอย่างหนึ่งอยู่เสมอ  
แต่แล้วทำไมพุทธศาสนาจึงมาสอนให้เราพิจารณาในทางที่  
จะไม่เอาไม่เป็น

ข้อนี้หมายความว่า พุทธศาสนาได้ชี้ให้เห็นว่า การเอาการเป็น  
นั้น เป็นเรื่องสมมุติอย่างโลก ๆ อย่างหนึ่ง และเป็นไปด้วยอำนาจ  
ของความไม่รู้ (อวิชชา) นั่นเอง เพราะเมื่อพูดกันตามความจริงขั้น  
ที่เด็ดขาดถึงที่สุด ซึ่งเรียกว่าขั้นปรมาตถ์แล้ว คนเราจะเอาอะไร  
เป็นอะไรไม่ได้เลย เพราะเหตุใด? เพราะเหตุว่าทั้งคนที่จะเอาและ  
สิ่งที่ถูกเอานั้นมันไม่เที่ยง เป็นทุกข์ไม่ใช่ตัวตนด้วยกันทั้งนั้น

แต่คนที่ไม่รู้เช่นนั้น ย่อมจะต่อสู้อะไรที่เรียกว่า "เราเอา" "เรามี" "เราเป็น" เป็นธรรมดา นี่เป็นสิ่งที่ช่วยไม่ได้

ความรู้สึกว่าเอา ว่าเป็น นั่นเอง ได้ทำให้เกิดมีความหนักใจ หรือความทุกข์ขึ้นมา การเอา การเป็น ก็เป็นความอยากอย่างหนึ่ง คืออยากไม่ให้สิ่งที่ตนกำลังเอา กำลังเป็นอยู่นั้นสูญหายหลุดลอยไป ความทุกข์เกิดมาจากความอยากมี อยากเป็น อันรวมเรียกสั้น ๆ ว่า ความอยาก ซึ่งเรียกโดยภาษาบาลีว่า "ตัณหา".

การที่อยากก็เพราะไม่รู้ว่ สิ่งทั้งหลายทั้งปวงนี้เป็นสิ่งที่ไม่ควรอยาก มันเป็นความเข้าใจผิดติดตามมาตามสัญชาตญาณเกิดมาตั้งแต่เด็ก ๆ ก็รู้จักอยาก แล้วก็เกิดผลอย่างใดอย่างหนึ่งขึ้นมาซึ่งตรงตามทีอยากก็มี ไม่ตรงก็มี. ถ้าได้ผลตรงตามทีอยาก ก็เกิดอยากให้มากขึ้นไปอีก ถ้าไม่ได้ผลตรงตามทีอยาก ก็ต้องดิ้นรนทำอย่างใดอย่างหนึ่งต่อไปจนกว่าจะได้ผลตรงตามทีอยาก. เมื่อทำลงไปมันก็ได้ ผลอย่างใดอย่างหนึ่ง วนเวียนเป็นวงกลมของกิเลส-การกระทำ-ผล วนเวียนอยู่อย่างนี้ เรียกว่า วัฏฏสงสาร.

คำว่าวิภวสงสาร นั้นอย่าเพิ่งไปเข้าใจว่า เป็นเรื่องการเวียนวนชาติโน้น ชาตินี้ ชาตินั้นแต่อย่างเดียว ที่แท้จริงกว่านั้น เป็นเรื่องการวนเวียนของสิ่ง ๓ สิ่ง คือ ความอยาก-การกระทำตามความอยาก-ผลอย่างใดอย่างหนึ่งที่ได้มาจากการกระทำนั้น-แล้วไม่สามารถหยุดความอยากได้ เลยต้องอยากอย่างใดอย่างหนึ่งต่อไปแล้วก็กรทำอีก-ได้ผลมาอีก-เลยส่งเสริมความอยากอย่างใดอย่างหนึ่ง ต่อไปอีก เป็นวงกลมอยู่อย่างนี้ไม่มีสิ้นสุด . ท่านเรียกว่าวิภวสงสาร เพราะเป็นวงกลมที่เวียนวน ไม่มีที่สิ้นสุดลงได้.

**คนเราต้องทนทุกข์ทรมาน ก็เพราะติดอยู่ในวงกลมนี้เอง ถ้าใครหลุดออกไปจากวงกลมนี้ได้ ก็เป็นอันว่าพ้นไปจากความทุกข์ทุกอย่างโดยแน่นอน (นิพพาน).**

ไม่ว่ากระยาจกเข็ญใจ เศรษฐี มหากษัตริย์ จักรพรรดิ เทวดา พรหม หรือจะเป็นอะไรก็ตามที่ ล้วนแต่ตกอยู่ในวงกลมนี้ทั้งนั้น จะต้องมีความทุกข์ทรมานชนิดใดชนิดหนึ่ง ซึ่งเหมาะสมกับความอยากของเขา ฉะนั้น จึงกล่าวได้ว่า ในวิภวสงสารนี้ เต็มไปด้วย

ความทรमानอันใหญ่หลวง. **ศีลธรรมหรือจริยธรรมนั้น**  
**ไม่สามารถแก้ปัญหาข้อนี้ได้เลย** เราจึงต้องพึ่งตัวแท้ของพุทธ  
ศาสนา ที่เป็นหลักธรรมชั้นสูง ให้แก้ไขในเรื่องนี้โดยเฉพาะที่  
เดียว. ทั้งหมดนี้เราจะเห็นได้ว่า ความทุกข์นั้นมาจากความอยาก  
สมดังที่พระพุทธเจ้าท่านจัดความอยากไว้ในเรื่องอริยสัจข้อที่  
สอง ในฐานะเป็นมูลเหตุให้เกิดความทุกข์ต่าง ๆ โดยตรง.

**ความอยากมีอยู่ ๓ อย่าง** อย่างแรกเรียกว่า **กามตัณหา**  
อยากในสิ่งน่ารักใคร่พอใจ จะเป็นรูป เสียง กลิ่น รสสัมผัส อะไร  
ก็ได้อย่างที่สองเรียกว่า **ภวตัณหา** คือความอยากเป็นอย่างนั้น  
อย่างนี้ตามที่ตนอยากจะเป็น. อย่างที่สามเรียกว่า **วิภวตัณหา**  
คือความอยากไม่ให้มีอย่างนั้น ไม่ให้เป็นอย่างนี้. หลักเกณฑ์ข้อนี้  
กล้าทำให้ใคร ๆ พิสูจน์หรือแย้งอย่างไรก็ได้ว่า **ยังมีความอยาก**  
**อะไรอีกบ้างนอกเหนือไปกว่า ๓ อย่าง** ที่กล่าวมานี้.

ท่านทั้งหลายจะมองเห็นว่า เมื่อมีความอยากที่ไหน ก็มีความ  
ร้อนใจที่นั่นและเมื่อต้องกระทำตามความอยาก ก็ย่อมมีความ  
ทุกข์ตามส่วนของการกระทำ; ได้ผลมาแล้วก็หยุดอยากไม่ได้ คง



อยากต่อไป ต้องมีความร้อนใจต่อไปอีก เพราะยังไม่เป็นอิสระ  
จากความ-อยาก ยังต้องเป็นทาสของความอยากด้วยเหตุนี้จึง  
กล่าวว่า คนชั่วทำชั่วเพราะอยากทำชั่ว มันก็มีความทุกข์ไปตาม  
ประสาคนชั่ว คนดีอยากทำดีตามประสาของคนดี.

แต่ข้อนี้ อย่าเพ้อเข้าใจว่าเป็นการสั่งสอนให้เลิกละจากการทำ  
ความดี เฉพาะในที่นี้ประสงค์จะชี้ให้เห็นว่า ความทุกข์นั้นมี  
อยู่หลายระดับ ละเอียดจนคนธรรมดาเข้าใจไม่ได้ ต้องพึ่งพา  
อาศัยสติปัญญาของบุคคลประเภทพระพุทธรเจ้าซึ่งชี้ให้เห็นว่า เรา  
จะพ้นจากความทุกข์โดยสิ้นเชิงด้วยลำพังเพียงการทำความ  
ดีอย่างเดียวเท่านั้นยังไม่พอ ยังจะต้องทำบางสิ่งที่ยิ่งหรือเหนือไป  
จากการทำความดี ซึ่งได้แก่ การทำจิตให้หลุดพ้นไปจาก  
เป็นบ่าวเป็นทาสของความอยากทุกชนิดนั่นเอง. นี่เป็นใจความ  
สำคัญของพระพุทธศาสนา ซึ่งไม่มีทางแพศศาสนาใด ๆ ในโลก  
อันไม่อาจเข้ามาเทียบสู้หรือเคียงคู่ได้ในส่วนนี้ จึงเป็นสิ่งที่ต้องจำ  
ไว้ให้แม่นยำ.

เราเอาชนะความอยากทั้ง ๓ อย่างที่กล่าวแล้วได้นั้นแหละ

จึงจะเป็นความพ้นจากความทุกข์ หรือหมดความทุกข์โดย  
ประการทั้งปวง.

เราจะกำจัดหรือดับระงับหรือตัดรากเงาของความอยาก  
ให้หมดจดสิ้นเชิงได้อย่างไร? คำตอบก็คือว่าพิจารณาให้เห็น  
ความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ ความไม่ใช่ตัวตน จนมองเห็น  
ว่าไม่มีอะไรที่น่าอยากนั่นเอง. มันมีอะไรบ้างที่น่าเอา น่าเป็น ซึ่ง  
เมื่อเอาหรือเป็นเข้าแล้ว จะไม่โยนความทุกข์ชนิดใดชนิดหนึ่งมา  
ใส่ให้บุคคลนั้น? ขอให้ตั้งปัญหาถามขึ้นอย่างนี้ ได้อะไรหรือ  
เป็นอะไรบ้าง ที่จะไม่นำมาซึ่งความหนักอกหนักใจ.

ขอให้ลองคิดดู การได้บุตรได้ภรรยา นำเอาความเบากายเบาใจ  
มาให้ หรือเอาภาระหลายอย่างมาให้? การได้ตำแหน่งหน้าที่  
เป็นการได้มาซึ่งความสงบเย็น หรือได้มาซึ่งภาระหนักโดยนัยนี้จะ  
เห็นได้โดยง่ายว่า ล้วนแต่นำมาซึ่งภาระ และหน้าที่อย่างใดอย่าง  
หนึ่งเสมอ. เพราะเหตุใด? เพราะเหตุว่า สิ่งทั้งหลายทั้งปวง  
ล้วนแต่เป็นภาระ เพราะความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ความไม่ใช่ตัวตน  
ของมันนั่นเอง. เมื่อเราได้อะไรมา เราก็จะต้องจัดการกับสิ่งนั้น ๆ

ให้มันคงอยู่กับเรา ให้เป็นไปตามใจเราหรือมีประโยชน์ แก่เรา แต่แล้วสิ่งนั้น ๆ ตามปกติ มันเป็นสิ่งที่ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ไม่เป็นตัวตนของใคร คือไม่รู้ไม่ชี้ต่อความประสงค์มุ่งหมายของบุคคลใด มีแต่จะเปลี่ยนแปลงไปตามเหตุ ตามวิสัยของมันเองการพยายามของคนเราจึงเป็นการต่อสู้ หรือเป็นการต่อต้านกฎแห่งความเปลี่ยนแปลงของสิ่งเหล่านั้น ฉะนั้น จึงเกิดเป็นความยากลำบาก หรือเป็นความทนทรมานในการที่จะเป็นอยู่ หรือไปทำสิ่งทั้งหลายทั้งปวง ให้เป็นไปตามความประสงค์ของเรา.

**อุปายซึ่งจะจัดการกับสิ่งทั้งหลายทั้งปวง ที่ไม่น่าเอา ไม่น่าเป็นนั้นมีอยู่.** ข้อนี้ได้แก่การพิจารณาให้ลึกซึ่งจนพบความจริงว่า เมื่อยังมีกิเลสตัณหา ความรู้สึกในการเอา การเป็นนั้น ย่อมมีลักษณะไปอย่างหนึ่ง. ถ้าไม่มีกิเลสตัณหา มี สติปัญญาที่ รู้จักสิ่งต่าง ๆ ถูกต้องดีว่า อะไรเป็นอะไรแล้วความรู้สึกในการเอา การเป็น หรือการได้ของบุคคลนั้นย่อมอยู่ในลักษณะอีกแบบหนึ่ง.

ยกตัวอย่างง่าย ๆ เช่น การกินอาหาร ถ้ากินด้วยตัณหาหรือด้วยความอยากในความเอร็ดอร่อย การกินอาหารของผู้นั้นต้องมี

อาการต่างจากบุคคลที่ไม่กินอาหารด้วยตัณหา แต่กินด้วยสติสัมปชัญญะ หรือมีปัญญารู้ว่าอะไรเป็นอะไร. นี่ก็เป็นคนด้วยกันแต่คนหนึ่งกินด้วยตัณหาอีกคนหนึ่งกินด้วยความรู้สึกรู้สึกตัวด้วยสติปัญญา การกินจะต้องผิดกัน. กิริยาอาการที่กินและความรู้สึกในขณะที่กิน ก็จะต้องผิดกัน ; และในที่สุด ผลอันเกิดจากการกินก็จะต้องผิดกัน.

เราต้องทำความเข้าใจกันในข้อที่ว่า แม้จะไม่ต้องมีตัณหาหรือความอยากในรสอร่อย คนเราก็กินอาหารได้. พระอรหันต์หรือพระพุทธเจ้า ซึ่งเป็นบุคคลที่ไม่มีกิเลสตัณหาเลย ก็ยังทำอะไร ๆ ได้ เป็นอะไร ๆ ได้ ยังทำงานมากกว่าพวกเรา ที่ทำด้วยอำนาจของกิเลสตัณหา ท่านทำด้วยอำนาจของอะไร? ท่านทำเหมือนกับพวกเรา ที่ทำด้วยอำนาจของกิเลสตัณหา อยากเป็นนั่นเป็นนี่หรือ.

คำตอบก็คือ ท่านทำด้วยอำนาจของปัญญา คือความรู้ที่แจ่มแจ้งถึงที่สุดว่า อะไรเป็นอะไร ผิดแปลกแตกต่างจาก พวกเราซึ่งทำอะไร ๆ ด้วยตัณหา ผลที่เกิดขึ้นนั้น คือ พวกเราต้องเป็นทุกข์กันแทบตลอดเวลาแต่ส่วนท่านไม่มีความทุกข์เลย

ท่านไม่ยอมทำได้อะไร ไม่ยอมเอาอะไร ผลจึงไปได้แก่คนทั้งหลาย  
เหล่าอื่น ด้วยความเมตตาของท่านนั่นเอง ท่านมีปัญญาเป็น  
เครื่องบอกว่า สิ่งนี้ควรจะทำแทนที่จะอยู่เฉย ๆ ฉะนั้นท่านจึงทำ  
การสืบอายุพระศาสนามาจนถึงพวกเราได้ และทั้งได้ทำ  
ประโยชน์อื่น ๆ อีกมากมาย.

ร่างกายและจิตใจที่ปราศจากกิเลสตัณหา ก็แสวงหาและ  
บริโภคอาหารได้ด้วยปัญญา ไม่แสวงและบริโภคด้วยกิเลสตัณหา  
เหมือนแต่ก่อน เมื่อเราหวังจะเป็นผู้พ้นทุกข์ตามรอยบาทของ  
พระพุทธเจ้าหรือของพระอรหันต์ทั้งหลายเราก็ควรฝึกฝนตัว ใน  
การที่จะทำอะไรลงไปด้วยปัญญา อย่าทำไปด้วยอำนาจกิเลส  
ตัณหาถ้าเป็นคนศึกษาเล่าเรียนก็ศึกษา ไปด้วยความรู้สึกผิดชอบ  
ชั่วดีว่ามันเป็นการสมควรอย่างยิ่งที่จะต้องศึกษา ถ้าประกอบกร  
งานอย่างใดอย่างหนึ่ง ก็ทำไปด้วยความรู้สึกผิดชอบชั่วดี ว่าเป็น  
สิ่งที่ทุกคนควรกระทำ ซึ่งทำให้ดีที่สุด ด้วยความเยือกเย็นเท่าที่  
สติ-ปัญญาจะอำนวยให้.

ถ้าทำไปด้วยตัณหา มันจะร้อนใจเมื่อกำลังทำ และร้อนใจเมื่อ

ทำเสร็จแล้ว ; แต่ถ้าทำด้วยอำนาจของปัญญาควบคุมอยู่ จะไม่ร้อนใจเลย. ผลแตกต่างกันอย่างนี้ ; ฉะนั้นเราจำเป็นต้อง รู้อยู่เสมอว่า สิ่งทั้งหลายโดยที่แท้แล้วเป็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ไม่น่าเอา ไม่น่าเป็น จะเข้าไปเกี่ยวข้องกับ ก็เข้าไปด้วยปัญญา การกระทำของเราก็จักไม่ตกหลุมของกิเลสตัณหา.

การทำด้วยสติปัญญา จะไม่มีความทุกข์ตั้งแต่เบื้องต้นจนปลายจิตใจจะไม่มี ความหลงยึดถือ อย่างหลับหูหลับตาว่าเป็นของน่าเอา น่าเป็น ทำไปด้วยจิตว่าง ปล่อยให้เป็นไปตามขนบธรรมเนียม ประเพณีหรือตามกฎหมาย ยกตัวอย่างเช่น เรามีที่ดิน เป็นทรัพย์สมบัติอยู่ เราไม่จำเป็นต้องมีความรู้สึกที่เป็นตัณหาไปยึดถือในสิ่งนั้น จนถึงกับหนักอกหนักใจแผดเผาหัวใจ กฎหมาย ยังคงคุ้มครองที่ดินผืนนั้นให้เป็นกรรมสิทธิ์ของเราอยู่นั่นเอง เราไม่ต้องทุกข์ร้อนวิตกกังวลมันก็ไม่หลุดมือหายไปไหน.

แม้ว่าจะมีใครมาแย่งชิงก็ยังคงทำการต้านทานป้องกันได้ด้วย สติปัญญา ไม่ต้องต้านทานด้วยกิเลสตัณหาให้เราร้อนด้วยไฟคือ โทสะ เราอาศัยอำนาจกฎหมายทำการต้านทานได้โดยไม่ต้องมี

ความทุกข์ เราก็ยังคงรักษาคุ้มครองเอาไว้ได้. แต่ถ้าหากว่ามันจะหลุดมือไปจริง ๆ เราจะมิกละสับสนหาหรือไม่มีก็ตาม มันก็ช่วยไม่ได้ เพราะว่าสิ่งทั้งหลายไม่เที่ยง เปลี่ยนแปลงอยู่เป็นนิจคิดเสียดังนี้เราไม่ต้องทุกข์ร้อนอะไร.

แม้ "การเป็น" ก็เหมือนกัน ไม่ต้องไปยึดถือในการได้เป็นนั่นเป็นนี่ เพราะว่าโดยที่แท้แล้ว ไม่มีอะไรที่น่าสนุกเลยล้วนแต่นำมาซึ่งความทุกข์ อย่างใดอย่างหนึ่งทั้งนั้น.

ดูบายง่าย ๆ ที่เราจะต้องพิจารณา ซึ่งเรียกว่าวิปัสสนาหรือเป็นการปฏิบัติธรรมโดยตรงก็คือ พิจารณาให้เห็นว่า ไม่มีอะไรที่น่าเป็น หรือไม่มีการเป็นอะไรที่น่าสนุกเลย ท่านทั้งหลายลองตั้งปัญหาสำหรับพิจารณาในข้อนี้ว่าการเป็นอะไรบ้างที่น่าสนุก? เช่น เป็นบุตร เป็นบิดา มารดา เป็นสามี เป็นภรรยา เป็นนายเขา เป็นบ่าวเขา สนุกไหม? เป็นมนุษย์สนุกไหม? กระทั่งว่าเป็นพรหม สนุกไหม?

ถ้าท่านมีความรู้ ว่า อะไรเป็นอะไรอย่างแท้จริงแล้วทุก

กอย่างล้วนแต่ไม่มีอะไรที่น่าสนุกเลย เราต้องทนทำ ทนเป็น ทนเอาทนอยู่ โดยไม่รู้สึกตัว แล้วทำไมเราจะต้องไปมอบกายถวายชีวิต หลงใหลเอา หลงใหลเป็นหรือทำไปด้วยอำนาจของกิเลส ตัณหา? เราควรมีความรู้ที่ถูกต้องในสิ่งเหล่านี้ แล้วมีชีวิตอยู่ด้วยปัญญา เข้าไปเกี่ยวข้องกับสิ่งเหล่านี้ในอาการที่จะให้เป็นทุกข์น้อยที่สุด หรือไม่ให้เป็นทุกข์เสียเลยยิ่งดี.

อีกประการหนึ่ง เราจะต้องทำความเข้าใจกับผู้ที่อยู่ร่วมกันในโลก จะเป็นมิตรสหาย แม้ที่สุตบุตรภรรยาผู้ใกล้ชิดสนิทสนมว่าสิ่งทั้งปวงมันเป็นอย่างนี้ ให้เขามีความเข้าใจที่ถูกต้องเหมือนกับเรา แล้วก็จะไม่มีอะไรขัดขวางกันในครอบครัว ในบ้านเมืองตลอดถึงในโลก ต่างคนต่างมีจิตใจที่ไม่ยึดมั่นหลงใหลในสิ่งใด ๆ หรือในกันและกัน ด้วยอำนาจกิเลสตัณหา แต่ว่าคงมีชีวิตเป็นอยู่ด้วยอำนาจของปัญญา โดยมองเห็นชัดอยู่เสมอว่า ไม่มีอะไรที่จะยึดถืออย่างจริงจังได้.

ขอให้ทุกคนมีความรู้สึกที่ สิ่งทั้งหลายไม่เที่ยงเป็นทุกข์ไม่มีอะไรเป็นตัวตนอย่างแท้จริง ไม่น่าหลงด้วยกำลังใจทั้งหมดทั้งสิ้น



ควรยับยั้งด้วยปัญญาเรียกว่าเป็นผู้รู้ด้วยปัญญา มีความเห็นถูกต้อง ตามคำสอนแห่งพระพุทธศาสนา จึงสมควรจะเรียกว่าเป็นพุทธบริษัทโดยแท้จริง.

แม้จะไม่เคยบวชไม่เคยรับศีล แต่ก็ เป็นบุคคลที่เข้าถึงพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์อย่างแท้จริง เขามีจิตใจอย่างเดียวกับพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ คือมีความสะอาด สว่าง สงบในใจ เพราะเหตุที่ไม่ยึดถือในสิ่งใด ว่าน่าเอา หรือน่าเป็นนั่นเอง เขาจึงเป็นพุทธบริษัทขึ้นมาได้โดยสมบูรณ์ อย่างง่ายตายและอย่างแท้จริง ด้วยอาศัยอุบายถูกต้อง ที่พิจารณามองเห็นความไม่เที่ยงความเป็นทุกข์และความไม่ใช่ตัวตน ของตัวของตน จนเกิดความรู้สึกว่าไม่มีอะไรที่ น่าเอา น่าเป็นสักอย่างเดียว.

**ความชั่วที่เป็นขั้นธรรมดาที่สุด** ก็มาจากความอยากเอาอยากเป็น ด้วยอำนาจกิเลสตัณหา. ความชั่วที่เบาขึ้นมาก็ทำกันด้วยอำนาจของความรู้สึกที่เบา ด้วยกิเลสตัณหา. ความดีทั้งปวงก็ทำกันด้วยตัณหา ชนิดที่ดี ที่ประณีตละเอียดสูงขึ้นไป เป็นความอยากเอา อยากเป็นในขั้นดี. แม้ความดีถึงที่สุดก็ทำด้วยตัณหา ที่

ประณีตละเอียดที่สุด จนคนไม่ถือว่าเป็นความชั่วเลยแต่แล้วก็ยัง  
ไม่พ้นจากความทุกข์ทั้งปวงได้; เพราะฉะนั้นผู้ที่พ้นทุกข์ถึงที่สุด  
กล่าวคือพระอรหันต์จึงเป็นผู้ที่หมดจากการกระทำด้วยอำนาจ  
ของตัณหา กลายเป็นบุคคลที่ทำชั่วทำดีไม่ได้ ทำได้แต่สิ่งที่เหนือ  
ไปกว่าความชั่วและความดี คือมีใจเป็นอิสระอยู่เหนือการครอบ  
งำในค่าของความชั่วและความดี ท่านจึงไม่มีความทุกข์เลย .

หลักของพระพุทธศาสนามีอยู่อย่างนี้ เราจะทำได้ หรือ  
ไม่ได้ก็ตาม ปรารถนาหรือไม่ปรารถนาก็ตามแนวของความ  
พ้นทุกข์ย่อมมีอยู่อย่างนี้. วันนี้ยังไม่ปรารถนา วันหน้าก็จะต้อง  
ปรารถนาเพราะว่าเมื่อได้ละความชั่วเสร็จแล้วความดีได้ทำเต็ม  
เปี่ยม แต่จิตยังหม่นหมอง ด้วยตัณหาชั้นประณีตบางประการอยู่  
และก็ไม่รู้จักจะดับด้วยวิธีใด นอกจากพยายามอยู่เหนืออำนาจ  
ตัณหาคืออยู่เหนือการที่จะไปอยากได้ อยากเป็นทั้งในสิ่งที่ชั่ว  
หรือสิ่งที่ดีก็ตาม. **ต้องไม่มีความอยากโดยสิ้นเชิง จึงจะพ้น  
จากความทุกข์ทั้งปวงได้ (นิพพาน).**

สรุปความว่า การรู้ว่า อะไรเป็นอะไรถึงที่สุดนั้น คือรู้ว่าสิ่งทั้ง

ปวงไม่เพียง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตนของตน. เมื่อรู้โดยแท้จริงแล้วก็จะเกิดความรู้ ุชนิคที่จิตใจจะไม่อยากเป็นอะไรด้วยความยึดถือ;แต่ถ้าต้องเข้าไปเกี่ยวข้องกับสิ่งใด ๆ ที่เรียกกันว่า "ความมี-ความเป็น" บ้าง ก็เข้าไปเกี่ยวข้องกับสติสัมปชัญญะ ด้วยอำนาจของปัญญา ไม่เกี่ยวข้องกับอำนาจของตัณหาเพราะฉะนั้นจึงไม่มีความทุกข์เลย.

## ตัวกู-ตัวกู

อันความจริง :	"ตัวกู"	มิได้มี
แต่พอแผลง	มันเป็นผี	โผล่มาได้
พอหายแผลง	"ตัวกู"	ก็หายไป
หมด "ตัวกู"	เสียได้	เป็นเรื่องดี;
สหายเอ๋ย	จงถอน	ซึ่ง "ตัวกู"
และถอนทั้ง	"ตัวกู"	อย่างเต็มที่
มีกันแต่	ปัญญา	และปราณี
หน้าที่ใคร	ทำให้ดี	เท่านั้นเอ๋ย ฯ

# อำนาจของความยึดติด (อุปาทาน)

เราจะปลีกตัวถอนตัวออกมาเสียจากสิ่งทั้งหลายที่เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ได้อย่างไร คำตอบก็คือจะต้องศึกษาว่า อะไรเป็นเหตุให้เราอยาก จนเข้าไปยึดติดในสิ่งนั้น? เมื่อรู้ต้นเหตุ เราอาจจะตัดความยึดติดเสียได้. กิเลสซึ่งเป็นความยึดถือในสิ่งทั้งปวงนั้น ในพุทธศาสนาเรียก "อุปาทาน" แปลว่าความยึดติด จำแนกเป็น ๔ ประการด้วยกัน

๑. กามอุปาทาน (ยึดมั่นโดยความเป็นกามหรือของรักใคร่ทั่วไป) เห็นได้จากการที่คนเราตามธรรมดามีความติดพันในสิ่งที่น่ารักที่น่าพอใจ ไม่ว่าจะเป็น รูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัส สัญชาติญาณของคนเราย่อมรู้สึกสนุกสนานเพลิดเพลิน หรือเริงเริงร่าอยู่ในกามคุณ ๕ อย่างนี้. ตามหลักธรรมในพุทธศาสนา ขยายออกไปเป็น ๖ คือมี "ธรรมารมณ์" เพิ่มขึ้นอีกอย่างหนึ่ง หมายถึงสิ่งที่ผูกพันในใจ จะเป็นอดีตปัจจุบันหรืออนาคต

ก็ได้เกี่ยวกับวัตถุภายนอกหรือภายในก็ได้ เป็นเพียงคิดฝันไป  
ก็ได้แต่ทำให้เกิดความเอ็ดอ่อยเพลิดเพลินทางจิตใจในขณะที่  
รู้สึก

พอคนเราเกิดมา ได้รู้รสของกามารมณ์ทั้ง ๖ นี้ ก็ยึดติดใน  
อารมณ์นั้น และยึดยิ่งขึ้นเป็นลำดับ ๆ อย่างแน่นแฟ้น เหลือวิสัยที่  
คนธรรมดาจะสอนได้ ฉะนั้น จึงเป็นปัญหาสำคัญที่จะต้องมีความ  
รู้ ความเข้าใจให้ถูกต้องและประพฤติปฏิบัติให้ถูกต้องต่อสิ่งเหล่า  
นั้น. มิฉะนั้นความยึดติดนี้แหละจะนำไปสู่ความวินาศฉิบหาย.  
ขอให้เราพิจารณาดูความวินาศฉิบหายของคนทั่ว ๆ ไปตามปกติ  
จะเห็นได้ว่า มีมูลมาจากความยึดมั่นถือมั่น ในสิ่งที่น่ารักอย่าง  
ใดอย่างหนึ่งดังกล่าวแล้ว. ทุกอย่างที่มีมนุษย์ปุถุชนทำกันอยู่ไม่ว่า  
อะไร ล้วนแต่มีมูลค่าจากกามารมณ์ทั้งนั้น : คนเราจะรักกันโกรธ  
กันเกลียดกัน อิจฉาริษยาฆ่าฟันกัน หรือฆ่าตัวเองตายก็ตาม ก็  
จะต้องมีมูลมาจากกามารมณ์.

การที่มีมนุษย์ต้องทำงาน ขวนขวายหรือทำอะไรก็ตามเราอาจจะ  
สืบสาวรายละเอียดไป แล้วจะพบว่า เขามีความอยากใคร่จะได้สิ่งใด

สิ่งหนึ่ง ที่เขาอุทิศส่ำห้เล่าเรียนประกอบอาชีพก็เพื่อให้ได้ผลมาจากอาชีพ แล้วก็ไปแสวงหาความสบายใจในทางรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส มาบำรุงบำเรอตน. แม้แต่เรื่องทำบุญ อธิษฐานได้ให้ไปสวรรค์ ก็มีมูลมาจากความหวังในทางกามารมณ์ทั้งนั้น. รวมความ แล้วความยุ่งยากปั่นป่วนของโลกทั้งดุ้น มีมูลมาจากกามารมณ์นั่นเอง.

กามารมณ์มีอำนาจร้ายกาจถึงเพียงนี้ ก็เพราะอำนาจของกามุปาทาน คือความยึดมั่นถือมั่นอย่างเหนียวแน่นในกามตัวนี้เอง พระพุทธเจ้าจึงตรัสไว้เป็นอุปาทานขั้นต้นเป็นปัญหาเกี่ยวกับโลกโดยตรง โลกจะวินาศฉิบหายหรือจะเป็นอะไรก็ตาม ย่อมมีมูลมาจากกามุปาทานนี้โดยเฉพาะ. เราควรจะพิจารณาตัวเราเองว่า เรามีความติดในกามอย่างไร เหนียวแน่นเพียงไร จะเหลือวิสัยที่เราจะละได้จริง ๆ หรือไม่.

ถ้าว่ากันทางคดีโลกแล้ว การติดกามกลับจะเป็นประโยชน์อย่างใหญ่หลวง เพราะจะทำให้รักครอบครัว ทั้งยังทำให้ขยันขันแข็งในการแสวงหาทรัพย์และชื่อเสียง ฯลฯ แต่ถ้า

มองกันในแง่ของธรรมะ จะรู้สึกว่าเป็นทางมาแห่งความทุกข์ทรมานอันไร้จบ ; เพราะฉะนั้นในทางธรรมะ ความติดงอมจึงเป็นสิ่งที่จะต้องละกันให้หมดสิ้นในที่สุด จึงจะดับความทุกข์ทั้งปวงได้.

**๒. ทิฏฐุปาทาน** (ยึดติดใน ทิฐิหรือความคิดเห็นที่ตนมีอยู่เดิม ๆ) เป็นสิ่งที่พอมองเห็นและเข้าใจได้ไม่ยาก ; พอเราเกิดมาในโลก เราได้รับการศึกษาอบรมให้เกิดมีความคิดเห็น ชนิดที่มีไว้สำหรับยึดมั่น ไม่ยอมใคร่ง่าย ๆ นี้ เรียกว่าทิฐิ ลักษณะที่ยึดติดในความคิดความเห็นของตนนี้เป็นไปตามธรรมชาติเขาไม่ติเตียนกันนัก และเป็นสิ่งที่ห้ามไม่ได้แต่เป็นโทษภัยที่ร้ายกาจไม่น้อยไปกว่าความยึดติดในของรักของใคร่ ถ้ายึดติดในความเห็นเดิม ๆ ของตัวอย่างดีดั่งแล้ว ก็อาจถึงกับจะต้องปรับปรุงทิฐิของเราให้ถูกต้องให้ดีขึ้น คือจากความเห็นผิด ให้กลายมาเป็นความเห็นที่ถูกต้องและถูกต้องยิ่งขึ้น ๆ ไปจนถึงที่สุด ชนิดที่รู้ร้อยสัจจดังที่ได้บรรยายมาแล้ว.

ทิฐิที่เป็นความดีถือนั้นนั้น มีมูลมาจากหลายทางโดยเฉพาะอย่างยิ่งแล้ว มักจะเกี่ยวกับขนบธรรมเนียมประเพณีหรือลัทธิ



ศาสนาเป็นส่วนใหญ่ ทิฐิดูอื่นเป็นส่วนของตัวเองล้วน ๆ นั้นยังไม่เท่าไร เพราะไม่มากมายเหมือนที่มาจากขนบธรรมเนียมประเพณี ที่คนเคยถือกันมาที่ค่อย ๆ อบรมสะสมกันมากขึ้น ๆ.

ทิฐิต่าง ๆ นี้เกิดขึ้นเพราะความไม่รู้ (อวิชชา) เมื่อไม่รู้ก็มีความเข้าใจเอาเองตามความโง่เต็ม ๆ ของตน เช่นเห็นว่าสิ่งนี้น่ารักน่ายึดถือ สิ่งนี้เที่ยงแท้ถาวร เป็นความสุขเป็นตัวตน แทนที่จะเห็นว่าสิ่งเหล่านั้นเป็นเพียงภาพมายาที่ลวงตา เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา อย่างนี้เป็นต้น อะไร ๆ ที่ตนเข้าใจมาแล้วละก็ไม่ต้องไม่ยอมรับว่าผิด ทั้งที่บางทีตัวเองก็เหมือนอยู่ว่าผิด แต่ก็ไม่ยอม

ความเป็นผู้ติดซึ่งหน้าอย่างนี้ นับว่าเป็นอุปสรรคหรือศัตรูของคนเราอย่างยิ่ง มันทำให้เราไม่สามารถเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น หรือไม่สามารถเปลี่ยนความเห็นผิดในลัทธิศาสนา หรือความเชื่ออื่น ๆ ที่เคยหลงเชื่อมาแล้วแต่เดิมได้.

ปัญหานี้ย่อมจะเกิดแก่บุคคลผู้ถือลัทธิศาสนาที่ยังต่ำ ๆ อยู่ทั้ง

ๆ ที่ตนเห็นว่าต่ำหรือผิด ก็เปลี่ยนไม่ได้เพราะเขามักถือเสียว่าบิดา มารดา ปู่ย่า ตายาย เคยถือกันมา. หรือถ้าไม่มีเหตุผลอะไรสำหรับจะแก้ตัวขึ้นมาจริง ๆ ก็ว่าเป็นสิ่งที่เคยถือกันมานมนานแล้วเป็นต้น. เพราะเหตุนี้เอง พุทธศาสนาจึงถือว่า ทิฐิ นั้น เป็นกิเลสตัวร้ายกาจ เป็นสิ่งที่ทำอันตรายที่สุดอย่างหนึ่ง คงจะต้องพยายามทำให้หมดไปอย่างยิ่งมิฉะนั้น ตนก็จะไม่ได้อะไรที่ดีขึ้นเลย.

**๓. สิลัพพตูปาทาน** (ยึดติดในวัตรปฏิบัติที่มุ่งหมายผิดทาง) หมายถึงความยึดมั่นถือมั่นในการประพฤติกระทำที่ทำปรัมปรา สืบกันมาอย่างม गयाไรเหตุผลหรือที่คนนิยมเรียกกันว่าขลัง ศักดิ์สิทธิ์ คิดกันว่าเป็นสิ่งที่เป็นอย่างอื่นไปไม่ได้และไม่ยอมเปลี่ยนแปลง. คนไทยเราทั่วไป ก็มีสิ่งนี้กันไม่น้อยกว่าชนชาติอื่น มีการถือเครื่องรางของขลังหรือเคล็ดลับต่าง ๆ เช่นตื่นนอนขึ้นมา จะต้องเสกน้ำล้างหน้า จะถ่ายอุจจาระก็ต้องผินหน้าไปทิศนั้นทิศ นี้จะบริโภคอาหารหรือจะนอน ก็ต้องมีเคล็ดมีพิธี เชื้อผีสง่างเทวดาต้นไม้ศักดิ์สิทธิ์ สิ่งศักดิ์สิทธิ์ เป็นต้น เป็นการปฏิบัติที่ไร้เหตุ

ผลอย่างยิ่ง. ไม่เคยคำนึงถึงเหตุผล คงมีแต่ความยึดมั่นถือมั่น ตามตำราบ้าง เคยทำมาแล้วไม่ยอมเปลี่ยนแปลงบ้าง.

แม้ที่อ้างตนว่าเป็นพุทธบริษัท อุบาสกอุบาสิกา ก็ยังยึดมั่นถือมั่นกันไว้คนละอย่างสองอย่าง หรือ แม้ที่เรียกตัวเองว่าเป็นภิกษุสงฆ์สาวกของพระพุทธเจ้าก็ยังมี การยึดถือในทำนองนี้ด้วย อุปาทาน. ยิ่งเป็นลัทธิศาสนาที่ถือพระเป็นเจ้าถือเทวดา ถือสิ่งศักดิ์สิทธิ์ด้วยแล้ว จะมีการถือชนิดนั้นมากทีเดียว ซึ่งสำหรับชาวพุทธเราไม่น่าจะมีอย่างนั้นเลย.

ข้อนี้เป็นเพราะเมื่อประพฤติกรรมข้อใดข้อหนึ่งแล้วไม่ทราบความมุ่งหมายเดิม ไม่คำนึงถึงเหตุผล ได้แต่เหมาสันนิษฐานเอาเชื่อว่าเป็นของศักดิ์สิทธิ์ ฉะนั้น คนเหล่านี้จึงสมาทานศีล หรือประพฤติกรรมแต่เพียงตามแบบฉบับตามประเพณี ตามตัวอย่างที่ทำปรัมปราสืบกันมาเท่านั้นไม่ทราบเหตุผลของสิ่งนั้นๆ เพราะประพฤติมาจนชิน เกิดการยึดถือเหนียวแน่น ชนิดที่แก้ไขยากอันนี้เรียกว่าความยึดติดในการปฏิบัติ ที่เคยกระทำสืบกันมาอย่างผิด ๆ หรืออย่างงมงายไร้เหตุผล.

แม้วิปัสสนากรรมฐาน หรือสมถกรรมฐาน อย่างที่กำลัง  
ประพฤติปฏิบัติกันอยู่ในเวลานี้ก็ตาม ถ้าทำไปด้วยความไม่รู้เหตุ  
ผลต้นปลาย ไม่รู้ความมุ่งหมายอันแท้จริง ก็จะต้องเป็นไปด้วยอำ  
นาจ ของความยึดถือโดยมุ่งหมายผิดเป็นความโง่เขลาชนิดหนึ่ง  
โดยไม่ต้องสงสัย.

แม้ที่สุดจะรักษาศีลห้า ศีลแปด ศีลสิบ หรือศีลเท่าใดก็ตามถ้า  
รักษาโดยคิดว่าจะเป็นผู้ขลัง เป็นผู้วิเศษศักดิ์สิทธิ์ จะมีอำนาจ  
ฤทธิ์เดชอะไรขึ้นมาแล้ว ก็กลายเป็นภิกษุวัตรที่มุ่งผิดทาง ทำไปโดย  
อำนาจสีลัพพตูปาทานนี้ทั้งนั้นไม่ต้องกล่าวถึงการประพฤติ  
แปลก ๆ ของพวกภายนอกพุทธศาสนาก็ได้ ฉะนั้นจึงจำเป็นต้อง  
ระมัดระวังให้มาก ๆ.

การประพฤติปฏิบัติตามหลักธรรมในพระพุทธศาสนานั้น  
จะต้องให้ถูกไปตั้งแต่เริ่มมีความคิด ความเห็นความพอใจ ในผล  
ของการทำลายกิเลสไปตั้งแต่ต้นทีเดียว การประพฤติปฏิบัตินั้น  
จึงจะไม่ใช่ความมงมายที่นอกกลุ่มนอกทาง ไร้เหตุผลและเสียเวลา  
ปฏิบัติ

๔. **อัตตวาทุปาทาน** (ยึดมั่นโดยความเป็นตัวเป็นตน) ความยึดมั่น ว่าตัว ว่าตนนี้ เป็นสิ่งสำคัญ และเป็นสิ่งเร้นลับอย่างยิ่ง สิ่งที่มีชีวิตทั้งหมดย่อมจะรู้สึกว่ามันเป็นตัวตนของมันอยู่ดังนี้เสมอไปอย่างช่วยไม่ได้ เพราะมันเป็นสัญชาตญาณขั้นต้นที่สุดของสิ่งที่มีชีวิต และเป็นมูลฐานของสัญชาตญาณอื่น ๆ เช่น สัญชาตญาณหาอาหารกิน สัญชาตญาณต่อสู้อันตราย หลบหนีอันตราย สัญชาตญาณสืบพันธุ์ และอื่น ๆ อีกมาก ซึ่งล้วนแต่อาศัยสัญชาตญาณแห่งความรู้สึกยึดถือว่าเป็นตัวตนทั้งนั้น มันต้องยึดมั่นว่า มีตัวเราเสียก่อนมันจึงไม่อยากตาย มันจึงอยากหาอาหารมาเลี้ยงร่างกาย อยากต่อสู้เอาตัวรอด หรืออยากสืบพันธุ์ของมันไว้.

ความยึดถือว่ามีตัวตนนี้ มีประจำอยู่ในสิ่งที่มีชีวิตทั้งหลาย ถ้าไม่อย่างนั้นแล้ว มันจะมีชีวิตรอดมาได้ : แต่อันนั้น มันก็เป็นสิ่งที่ทำให้เกิดความทุกข์ ในการ แสวงหาอาหารในการต่อสู้ ในการสืบพันธุ์ หรือในการทำอะไรทุก ๆ อย่างฉะนั้นจึงกล่าวว่ามันเป็นรากฐานแห่งความทุกข์ทั้งปวงด้วย.

ข้อนี้พระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้เป็นใจความ โดยสรุปสั้นที่สุดว่า "สิ่งต่าง ๆ ที่คนมีอุปาทานเข้าไปยึดถืออยู่นั้นแหละเป็นต้นความทุกข์ หรือเป็นมูลเหตุแห่งความทุกข์" หรือ "ร่างกาย และจิตใจที่คนเข้าไปยึดถือด้วยอุปาทานอยู่นั้นแหละ เป็นความทุกข์".

อุปาทานข้อนี้เป็นต้นกำเนิดของชีวิต และเป็นต้นกำเนิดของความทุกข์ต่าง ๆ. คำที่ว่า "ชีวิตคือความทุกข์-ความทุกข์คือชีวิต" ท่านก็หมายถึงข้อนี้เอง. การที่เรารู้จักมูลกำเนิดของชีวิต และของความทุกข์ น่าจะถือว่าเป็นการ**รู้ในสิ่งที่ลึกซึ้งที่สุดและควรรู้ถึงที่สุด** เพราะว่าเป็นทางที่ทำให้เราสามารถกำจัดความทุกข์อย่างเด็ดขาด ข้อนี้ยากจะอวดด้วยว่า เป็นวิชาความรู้เฉพาะของพุทธศาสนาเท่านั้นไม่อาจพบได้ในศาสนาอื่นที่มีอยู่ในโลกนี้เลย

เกี่ยวกับอุปาทาน, วิธีปฏิบัติให้ได้ประโยชน์มากที่สุดเท่าที่จะทำได้นั้น จะต้องอาศัยการรู้จักตัวความยึดติดโดยเฉพาะอัตตวาอุปาทานให้มากเป็นพิเศษ ; เพราะว่ามันเป็นมูลฐานของวัตถุ

เป็นสิ่งที่มันขึ้นเอง เป็นเอง ประจำอยู่เสร็จ แล้วในตัว ไม่ต้องมีใครมาสอนอะไรกันอีก.

เด็ก ๆ หรือลูกสัตว์ตัวเล็ก ๆ พอเกิดมาจากท้องแม่ ก็มีสัญชาตญาณอันนี้มาด้วยเสร็จ. เราจะเห็นได้ว่า ลูกสัตว์ตัวเล็ก ๆ เช่นลูกแมว รู้จักขู่ฟู ๆ ในเมื่อเราเข้าไปใกล้มันนั้นก็เพราะ มันมีอะไรที่เป็นตัวเป็นตนประจำอยู่ในใจ ฉะนั้นจึงช่วยไม่ได้ที่จะไม่ให้มีอุปาทานในข้อนี้ ที่มันแสดงอิทธิพลออกมา. ทางที่ทำได้อย่างเดียวกันก็คือ ควบคุมมันไว้ให้มากที่สุดเท่าที่จะมากได้ จนกว่าจะเจริญด้วยวิชาความรู้ ในทางธรรมะ อย่างที่เรียกได้ว่า ตัดให้ขาดลงไปด้วยวิธีที่พุทธศาสนาสอนไว้ จนเอาชนะสัญชาตญาณข้อนี้ได้

ถ้ายังเป็นคนธรรมดา คือเป็นปุถุชนอยู่แล้ว ย่อมไม่มีทางที่เอาชนะสัญชาตญาณข้อนี้ได้เลย มีแต่พระอรหันต์เจ้าอันดับสุดท้ายคือ พระอรหันต์เท่านั้นที่จะเอาชนะสัญชาตญาณข้อนี้ได้ เราต้องเข้าใจว่าไม่ใช่เป็นเรื่องเล็กน้อยเลย เพราะเป็นปัญหาสำคัญของสิ่งมีชีวิตทั่ว ๆ ไปทั้งสิ้น ; ถ้าเราต้องการจะเป็นพุทธบริษัทเต็มตัว

กล่าวคือเพื่อให้ได้รับประโยชน์จากพระพุทธศาสนาโดยครบถ้วน ก็จำเป็นต้องศึกษาเรื่องนี้ และเอาชนะความเข้าใจผิดในข้อนี้ ให้ได้มากที่สุด เราจึงจะมีความทุกข์ลดน้อยลงตามลำดับ ๆ

การที่รู้ความจริง ของสิ่งที่เกี่ยวข้องกับเราเป็นประจำวันนับว่าเป็นมหากุศลหรือความฉลาดที่สุดอย่างหนึ่งจึงใคร่ขอรับเร้าท่านทั้งหลาย ให้สนใจในเรื่องอุปาทานทั้งผู้อื่นเป็นเรื่องแสดงให้เห็นว่า ทั้ง ๆ ที่สิ่งทั้งปวงเป็นสิ่งที่ไม่น่ายึดถือ ไม่น่าเอา ไม่น่าเป็นอยู่ตามธรรมชาติ เราทั้งหลายก็ยังคงตกเป็นบ่าวเป็นทาสของมันอย่างเหนียวแน่น เพราะอำนาจของอุปาทานทั้งสี่นี้เองฉะนั้น เราจะต้องรักษาให้รู้จักสิ่งที่เป็นอันตรายเป็นพิษร้ายนี้ให้มากที่สุด. สิ่งนี้มิได้แสดงตัวเป็นพิษเป็นอันตรายอย่างการลুকโพลง ๆ ของไฟ หรือรู้จักได้ง่าย ๆ อย่างอาวุธหรือยาพิษ แต่มันเร้นลับแนบเนียนอยู่ในลักษณะ เป็นของหวานเอร็ดอร่อยหอมหวานชวนใจเป็นของสวยงาม เป็นของไฟเพราะทั้งนั้น.

เมื่อมันมาในลักษณะเช่นนี้ ย่อมเป็นการยากที่เราจะรู้จักตัวหรือควบคุมมันได้ จึงต้องอาศัยสติปัญญา ความรู้ของ



พระพุทธเจ้า และจะต้องศึกษาปฏิบัติ ควบคุมความยึดมั่นที่ผิด ๆ เหล่านี้ให้อยู่ในอำนาจของปัญญา เราก็สามารถดำรงชีวิตนี้ไม่ให้มีความทุกข์ทรมาน หรือทุกข์แต่น้อยที่สุดจนสามารถปฏิบัติหน้าที่การงานหรือมีชีวิตอยู่บนโลกนี้ในลักษณะที่เยือกเย็น มีความสะอาด สว่างสงบเย็นอยู่ได้

ขอสรุปความว่า อุปาทานทั้งสี่นี้ เป็นปัญหาอันเดียวที่พุทธบริษัท หรือผู้ประสงค์จะรู้จักตัวพุทธศาสนา จะต้องเข้าใจให้ได้ เพราะวาทถุประสงค์ของการรักษาพรหมจรรย์ในพุทธศาสนา นี้ ก็เพื่อทำจิตให้หลุดพ้นจากความยึดมั่นที่ผิด ๆ นี้ ท่านทั้งหลายจะได้พบคำกล่าวเช่นนี้ ในท้ายบาลีทุก ๆ สูตร ที่กล่าวถึงการบรรลุนิพพานของพระอรหันต์ ซึ่งในทีนั้นจะมีคำว่า "จิตหลุดพ้นจากอุปาทาน" แล้วก็จบกัน เพราะว่า เมื่อจิตหลุดพ้นจากความยึดมั่นแล้ว ไม่มีอะไรจะผูกพันคล้องจิตนั้น ให้ตกเป็นทาสของโลกหรือเวียนว่ายตายเกิดอีกต่อไป เรื่องจึงจบสิ้นกันหรือกลายเป็น โลกุตตระ คือพ้นโลก เพราะเหตุฉะนั้น การหลุดพ้นจากความยึดมั่นที่ผิด ๆ จึงเป็นใจความสำคัญที่สุดของพุทธศาสนา

# ชั้นของการปฏิบัติศาสนา (ไตรสิกขา)

ในบทนี้ จะบรรยายให้ทราบถึงวิธีที่จะตัดอุปาทาน หลักพุทธศาสนาที่เกี่ยวกับกรณีนี้คือ ศีล สมาธิ ปัญญา. ข้อปฏิบัติหมวดนี้เรียกว่า **ไตรสิกขา**.

**สิกขาขั้นแรกที่สุด** เราเรียกว่า "**ศีล**" ซึ่งหมายถึงการประพฤติดี ประพฤติถูกต้องตามหลักทั่ว ๆ ไป ไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อนและไม่ทำให้ตนเองเดือดร้อน มีจำแนกไว้เป็นศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๑๐ ศีล ๒๒๗ หรืออื่น ๆ อีก เป็นการปฏิบัติเพื่อความสงบเรียบร้อยปราศจากโทษขั้นต้น ๆ ทางกาย ทางวาจาของตน ที่เกี่ยวกับสังคม และส่วนรวม หรือเกี่ยวกับสิ่งต่าง ๆ ที่จำเป็นแก่การเป็นอยู่.

**สิกขาขั้นที่ ๒** เรียกว่า "**สมาธิ**" ข้อนี้ได้แก่การบังคับจิตใจของตัวเองไว้ให้อยู่ในสภาพที่จะทำประโยชน์ให้มากที่สุดตามที่ตนต้องการ ขอให้ตั้งข้อสังเกตความหมายของคำว่า "**สมาธิ**" ไว้ให้ถูกต้องโดยมากท่านทั้งหลายย่อมจะได้ฟังมาว่า สมาธินั้น

คือจิตที่ตั้งมั่นแน่วแน่หนึ่งเหมือนท่อนไม้หรือมักว่าเป็นจิตที่สงบ เป็นจิตที่บริสุทธิ์แต่ลักษณะเพียง ๒ อย่างนั้น ไม่ใช่ความหมายอันแท้จริงของสมาธิ. การกล่าวเช่นนี้มีหลักในพุทธวจนะนั่นเอง; พระองค์ทรงแสดงลักษณะของจิต ด้วยคำอีกคำหนึ่งซึ่งสำคัญที่สุด คือคำว่า **"กมมณีย์"** แปลว่า สมควรแก่การทำงาน และคำนี้เป็นคำสุดท้ายที่ทรง แสดงลักษณะจิตที่เป็นสมาธิ.

**สิกขาขั้นที่ ๓** นั้นเรียกว่า **"ปัญญา"** หมายถึงการฝึกฝนอบรมทำให้เกิดความรู้ความเข้าใจอันถูกต้องและสมบูรณ์ถึงที่สุดในสิ่งทั้งปวงตามที่มันเป็นจริง. คนเราตามปกติไม่สามารถรู้อะไร ๆ ให้ถูกต้องตามที่มันเป็นจริงได้ คือมันถูกแต่เพียงตามที่เราเข้าใจเอาเองหรือตามโลกสมมุติ มันจึงไม่ใช่ตามความจริง. ด้วยเหตุนี้พุทธศาสนาจึงมีระเบียบปฏิบัติเรียกว่า ปัญญาสิกขา นี้ขึ้นอีกส่วนหนึ่งเป็นส่วนสุดท้ายสำหรับจะได้ฝึกฝนอบรมให้เกิดความเข้าใจให้เห็นแจ้งในสิ่งทั้งหลายตามที่มันเป็นจริงโดยสมบูรณ์.

คำว่า **"ความเข้าใจ"** กับคำว่า **"ความเห็นแจ้ง"** นั้นในทางธรรมะแล้วไม่เป็นอันเดียวกัน. **"ความเข้าใจ"** นั้นอาศัยการคิดคำ

หนึ่งด้วยการใช้เหตุผลบ้าง หรือการคาดคะเนเอาตามเหตุผลต่าง ๆ บ้าง ส่วน "ความเห็นแจ้ง" ไปไกลกว่านั้น คือต้องเป็นดังที่เรา ได้ซึมซาบมาแล้ว ด้วยการผ่านผจญสิ่งนั้น ๆ มาด้วยตนเอง หรือ ด้วยการมีจิตใจจดจ่อต่อเนื่องอยู่กับสิ่งนั้น ๆ โดยอาศัยการ ฝึาเพ่งดูอย่างพิเนิจพิจารณา จนเกิดความรู้สึกเปือ หน่ายไม่หลงไหลในสิ่งนั้น ๆ ด้วยน้ำใสใจจริง ; ไม่ใช่ด้วยการคิด เอาตามเหตุผล เพราะฉะนั้นปัญญา-สิกขาตามหลักของพุทธ ศาสนาจึงไม่ได้หมายถึงปัญญาที่ได้มาจากหลักของเหตุผล เหมือน ที่ใช้กันอยู่ในวงการศึกษาวិชาการสมัยปัจจุบันแต่เป็นคน ละอย่างทีเดียว

ปัญญาในทางพุทธศาสนา ต้องเป็นการรู้แจ้งเห็นแจ้งด้วยน้ำ ใสใจจริง ด้วยการผ่านผจญสิ่งนั้น ๆ มาแล้ว โดยวิธีใดวิธีหนึ่ง (Spiritual-Experience) จนฝึังใจแน่วแน่มไม่อาจลื้มเลือนได้เพราะ ฉะนั้น การพิจารณาในทางปัญญาตามสิกขาข้อนี้จึงต้องใช้สิ่งต่าง ๆ ที่ผ่านมาแล้วในชีวิต ตนเองเป็นเครื่องพิจารณา หรืออย่างน้อย ก็ต้องเป็นเรื่องที่มีน้ำหนักมาก พอที่จะทำให้ใจของเราเกิดความ

รู้สึกสลดสังเวช เบื่อหน่ายในสิ่งทั้งหลาย ที่ไม่เพียงเป็นทุกข์  
ไม่ใช่ตัวตนเหล่านั้นได้จริง

ถ้าเราจะคิดไปตามแนวของเหตุผล ทำการวินิจฉัยลักษณะที่  
ไม่เพียง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตาทันสักเท่าไรก็ตามมันก็ได้แค่ความ  
เข้าใจ ไม่มีทางให้เกิดความสลดสังเวชได้ ไม่มีทางให้เกิดความ  
เบื่อหน่ายในสิ่งทั้งหลายในโลกได้. ขอให้เข้าใจว่ากิริยาอาการที่  
จิตใจเบื่อหน่าย คลายความอยากจากสิ่งที่เคยหลงรักนั้นแหละ  
คือตัวความเห็นแจ้งในที่นี้. หลักธรรมะได้บัญญัติไว้ชัดเจนทีเดียว  
ว่า ถ้าเห็นแจ้งจริง ๆ ก็ต้องเบื่อหน่ายจริง ๆ จะไปหยุดอยู่เพียง  
แค่เห็นแจ้งนั้นไม่ได้. ความเบื่อหน่ายคลายความอยากในสิ่งนั้น  
จะต้องเกิดตามขึ้นมาทันควันอย่างแยกกันไม่ได้.

**ศีลสิกขา** นั้นเป็นเพียงการศึกษาปฏิบัติ ในขั้นตระเตรียมเบื้องต้น  
เพื่อให้เรามีความเป็นอยู่ผาสุก อันจะช่วยให้จิตใจเป็นปกติ  
อาณิสงส์ของศีลมีหลายอย่างด้วยกัน แต่ที่สำคัญที่สุดก็คือเป็นไป  
เพื่อให้เกิดสมาธิ. อาณิสงส์อย่างอื่น ๆ เช่นว่าให้เป็นสุขหรือให้ไป  
เกิดเป็นเทวดาในสวรรค์นั้น พระพุทธเจ้าไม่ได้ทรงมุ่งหมาย

โดยตรง ; ท่านมุ่งหมายโดยตรงถึงข้อที่จะให้เป็นที่เกิดที่เจริญของสมาธิ. ศิลปะจะส่งเสริมให้เกิดสมาธิได้โดยง่าย. ถ้าเรามีเครื่องรบกวนมาก จิตใจของเราจะเป็นสมาธิได้อย่างไร.

**สมาธิศึกษา** คือการที่เราสามารถควบคุมจิตหรือใช้จิตของเรา นี้ให้ทำหน้าที่ของมัน ให้เป็นประโยชน์ถึงที่สุด. ในขั้นศีล มีความประพฤติดีทางกาย ทางวาจา. ในขั้นสมาธิมีความประพฤติดีทางจิต คือ ไม่มีความคิดผิด ไม่เศร้าหมองไม่มีความฟุ้งซ่าน และอยู่ในสภาพที่สามารถจะปฏิบัติหน้าที่ของมัน. อย่างนี้เรียกสมาธิ.

แม้ในส่วนที่เกี่ยวกับประโยชน์ทั่ว ๆ ไปในทางโลก สมาธิก็ยังเป็นของจำเป็นทุกกรณี ; ไม่ว่าเราจะทำอะไรถ้าไม่ทำด้วยใจที่เป็นสมาธิแล้ว ย่อมไม่ได้รับผลสำเร็จด้วยดี ท่านจึงจัดสมาธินี้ไว้ในลักษณะของบุคคลที่เรียกว่า มหาบุรุษ ไม่ว่าจะ เป็นมหาบุรุษทางโลกหรือทางธรรม ล้วนแต่จำเป็นจะต้องมีสมาธิเป็นคุณสมบัติประจำตัวทั้งนั้น.

แม้แต่เด็กนักเรียน ถ้าไม่มีจิตเป็นสมาธิแล้ว จะคิดเลขออก

ได้อย่างไร. สมาธิในการทำงานนั้นเป็นสมาธิตามธรรมชาติ มันยังอยู่ในระดับอ่อน ; ส่วนสมาธิในทางหลักพุทธศาสนา ที่เรากำลังพูดถึงนี้ เป็นสมาธิที่เราได้ฝึกให้สูงยิ่งขึ้นไปกว่า ที่จะจะเป็นไปตามธรรมชาติ เพราะฉะนั้น เมื่อฝึกกันสำเร็จแล้วจึงกลายเป็นจิตที่มีความสามารถ มีกำลัง มีคุณสมบัติพิเศษ อย่างอื่น ๆ มากมายเหลือเกิน.

การที่คนเราสามารถถือเอาประโยชน์ จากสมาธิได้ถึงปานนี้ เรียกว่ามนุษย์ได้ก้าวขึ้นมาถึง การรู้ความลับของธรรมชาติอีกชั้นหนึ่ง. ข้อนี้หมายถึง การรู้วิธีบังคับจิต ให้มีสมรรถภาพยิ่งไปกว่า มนุษย์ธรรมดาจะทำได้. ขั้นศีลยังไม่ถือว่าเป็นการอวดอุตตริมนุสสรธรรม แต่พอมาถึง **ขั้นที่เป็นสมาธิ เป็นฌาน เป็นสมาบัติ** ท่านจัดเป็นอุตตริมนุสสรธรรม ซึ่งพระภิกษุจะอวดไม่ได้ ชินอวดก็ได้ชื่อว่า **ไม่เป็นพระที่ตีหรือถึงกับไม่เป็นพระเลย** แล้วแต่กรณี.

การได้มาซึ่งสมาธินี้เราต้องลงทุน อดทนศึกษาอบรมและปฏิบัติ จนเรามีสมาธิตามสมควร ที่จะมีได้ในที่สุดเราก็จะได้ผล

ในการปฏิบัติหน้าที่ได้ดีมากไปกว่ามนุษย์ธรรมดา ที่เขาได้ ๆ กัน เพราะเรามีเครื่องมือที่สูงไปกว่าที่เขา มี ; เพราะฉะนั้น จึงขอให้สนใจไว้ อย่าถือว่าเป็นของศรี โง่เขลา งมงาย พันสมัยเลย มันยังคงเป็นของสำคัญที่สุด จึงต้องใช้กันอยู่เรื่อยไป และยิ่งในสมัยที่โลกมีอะไร ๆ หมุนเร็วแทบจะลุกเป็นไฟอย่างนี้ด้วยแล้ว ยิ่งจะต้องการสมาธิมากไปเสียกว่าครึ่งพุทธกาลด้วยซ้ำไปอย่าไปหลงคิดว่า เป็นเรื่องไปวัดหรือเรื่องสำหรับคนวัด หรือของคนงมงายเลย

ถัดไปนี้ ก็ถึงความเกี่ยวเนื่องกันระหว่าง **สมาธิศึกษา** กับ **ปัญญาศึกษา**. พระพุทธเจ้าตรัสไว้เลยที่เดียวว่า เมื่อจิตเป็นสมาธิแล้ว ย่อมเห็นสิ่งทั้งหลายทั้งปวงตามที่เป็นจริง หมายถึงอาการที่จิตประกอบด้วยสมาธิ ในลักษณะที่พร้อมจะปฏิบัติหน้าที่ถ้าจิตมีลักษณะเช่นนี้แล้ว ก็จะเห็นสิ่งทั้งหลายตามที่เป็นจริง

ข้อนี้มีความแปลกประหลาดอยู่หน่อยหนึ่ง คือว่าเรื่องอะไร ๆ ที่เราอยากรู้ หรือปัญหาที่เราอยากจะสะสางนั้น ตามปกติมันฝังตัวประจำอยู่ในใจของคนเราทั้งนั้น เราอาจจะไม่รู้สึกรู้สีกก็ได้คือมันอยู่



ใต้จิตสำนึก (Subconscious) เรื่อยไปตลอดเวลา ขณะที่เราตั้งใจจะสะสางให้ออก มันไม่ออกเพราะเหตุว่าจิตใจขณะนั้น ยังไม่เหมาะสมที่จะสะสางปัญหานั้นนั่นเอง ถ้าผู้ใดทำสมาธิที่ถูกต้อง คือให้มีลักษณะที่เรียกว่า "กมมนีโย" พร้อมทั้งจะปฏิบัติงานทางจิตแล้ว ปัญหาต่าง ๆ ที่สะสมอยู่ใต้จิตสำนึก นั้น มันจะมีคำตอบไหลออกมาเฉย ๆ อย่างไม่มีปี่มีขลุ่ย ต่อเนื่อง-จาก ขณะที่จิตเป็นสมาธินั้น

แต่ว่าถ้าหากมันยังไม่ไหลออกมา เราก็ยังมีวิธีอื่นอีกอันหนึ่ง คือให้น้อมจิตไปสู่การพิจารณา ปัญหาที่เรากำลังมืออยู่การพิจารณาด้วยกำลังของสมาธิ ในลักษณะเช่นนี้เองเรียกว่า **ปัญญาสิกขา** หรืออย่างน้อยก็สังเคราะห์เข้าในปัญญาสิกขาในคืนวันที่ตรัสรู้ พระพุทธเจ้าได้ตรัสรู้ปัจจุจสมุปบาท คือรู้อะไรเป็นอะไร ทายอัยกันไปตามลำดับ ทั้งนี้ก็โดยสมาธิ อย่างที่กล่าวมาแล้ว. พระองค์ได้ตรัสเล่าเรื่องนี้ไว้อย่างละเอียด แต่รวมใจความแล้วก็คือว่า ในขณะที่จิตเป็นสมาธิดีแล้ว ก็น้อมจิตไปเพื่อพิจารณาปัญหา นั้นๆ.

ทั้งหมดนี้เป็นการ แสดงให้เห็นว่า ปัญญา กับสมาธินี้จะต้อง  
เกี่ยวข้องกันเสมอไป. แต่ว่าอาการที่ปัญญา อาศัยสมาธินั้น  
บางที่เรามองไม่เห็นเลย เช่นเวลาที่เงียบสงบเย็นสบายไม่มีอะไร  
รบกวนใจ จิตเป็นสมาธิสดชื่นดี เราก็คิดอะไร ๆ ที่เป็นคำตอบของ  
ปัญหา ซึ่งติดค้างอยู่ในใจได้ เป็นต้น.

แต่ในพุทธศาสนานั้น ท่าน แสดงความสัมพันธ์ระหว่างสมาธิ  
กับปัญญา ยิ่งขึ้นไปกว่านั้นอีก คือ **ต้องมีสมาธิจึงจะมีปัญญา ;  
ต้องมีปัญญาจึงจะมีสมาธิ**, ข้อนี้เป็นเพราะ ในการที่จะให้เกิด  
สมาธิ ยิ่งไปกว่าสมาธิตามธรรมชาติ นั้น ต้องอาศัยการต่าง ๆ  
ของจิต ที่จะบังคับมันอย่างไร จึงจะเกิดเป็นสมาธิขึ้นมาได้ ;  
ฉะนั้น คนมีปัญญา จึงสามารถมีสมาธิมากขึ้นได้ตามลำดับ. เมื่อ  
มีสมาธิมากขึ้น ปัญญาก็ยังมีกำลังมากขึ้นตามกำลังเสริมซึ่งกัน  
และกันไปในตัว.

ถ้ามีปัญญาแล้ว ก็จะต้องมีความเห็นแจ้ง และมีผลเป็นความ  
รู้สึกเบื่อหน่ายสลดสังเวช ถอยหลังออกมาจากสิ่งทั้งปวงที่เคย  
หลงรักหลงยึดถือ. ถ้ายังรีเข้าไปหาสิ่งทั้งปวงด้วยความหลงรัก

ด้วยความยึดถือ ด้วยความหลงใหลแล้วไม่ใช่เป็นปัญญาของพระพุทฺธศาสนา. ที่ว่าชะงักหรือถอยหลังนี้ไม่ใช่ทางกิริยาอาการ เช่นจะต้องจับสิ่งนั้น สิ่งนี้ขว้างทิ้งหรือทุบตีให้แตกหักหรือว่าต้องวิ่งหนีเข้าป่าไป อย่างนี้ก็หาไม่ได้แต่หมายถึงชะงักถอยหลัง ด้วยจิตใจโดยเฉพาะ คือมีจิตใจถอยห่าง ออกจากการที่เคยตกเป็นทาสของสิ่งทั้งปวง

มาเป็นจิตที่อิสระ ผลของความเบื่อหน่ายคลายความอยาก จากสิ่งทั้งปวงมันเป็นอย่างนี้ ไม่ใช่ไปฆ่าตัวตาย หรือเข้าป่าไปบวชเป็นฤๅษีแล้วเอาไฟจุดเผาสิ่งต่าง ๆ เสียให้หมด. ภายนอกจะเป็นอย่างไรก็เป็นไปตามเรื่อง ยังคงเป็นไปตามเหตุผลตามความเหมาะสมแต่ภายในจิตใจนั้นยอมเป็นอิสระ ไม่เป็นทาสของสิ่งใดอย่างแต่ก่อนอีกต่อไป. นี่คือ **อานิสงส์ของปัญญา** ท่านใช้เรียกด้วยคำบาลีว่า **"วิมุตติ"** หมายความว่า หลุดพ้นจากการเป็นทาสของสิ่งทั้งปวง โดยเฉพาะทาสของสิ่งที่เรารัก.

แม้แต่สิ่งที่เราไม่รัก เราก็ตกเป็นทาสของมันเหมือนกันเป็นทาสตรงที่ต้องไปเกลี้ยดมันนั่นเอง อยู่เฉย ๆ ไม่ได้ : อุตสาหะไปเกลี้ยด

มัน ไปร้อนใจกับมัน มันบังคับเราได้เหมือนกับของที่เรารัก ที่อยู่ในลักษณะคนละอย่าง ฉะนั้น คำว่าเป็นทาสของสิ่งทั้งปวงนั้น ย่อมหมายถึงทั้งทางที่พอใจและไม่พอใจ ทั้งหมดนี้ แสดงว่าเราหลุดออกจากการเป็นทาสของสิ่งทั้งปวง. มาเป็นอิสระอยู่ได้ด้วยอาศัยปัญญา

พระพุทธเจ้าท่านจึงได้วางหลักไว้สั้น ๆ ที่สุดว่า **คนเราบริสุทธิ์ได้ด้วยปัญญา.** ท่านไม่เคยตรัสว่าบริสุทธิ์ได้ด้วยศีลด้วยสมาธิ ; แต่บริสุทธิ์ได้ด้วยปัญญา เพราะมันทำให้หลุดออกมาจากสิ่งทั้งปวง. การไม่หลุดก็คือ มีความไม่บริสุทธิ์สกปรกมืดมัวเร่าร้อน เมื่อหลุดก็จะมี ความบริสุทธิ์สะอาด-สว่างไสวแจ่มแจ้งและสงบเย็น มันเป็นผลของปัญญาหรือเป็นลักษณะอาการที่ แสดงว่า **ปัญญาได้เข้าปฏิบัติหน้าที่ของมันถึงที่สุดแล้ว** ฉะนั้นขอให้ท่านทั้งหลายจงได้กำหนดพิจารณาสิกขาข้อที่ ๓ คือปัญญานี้ให้ดี ๆ ว่ามันมีอยู่อย่างไรและเป็นของสูงสุดเพียงไร

**ปัญญาในทางพระพุทธศาสนาก็คือ ปัญญาที่ถอนตนออก**

มาเสียจากสิ่งทั้งปวง โดยการทำลายอุปาทาน ๔ ประการ  
เสียได้หมดสิ้น ความยึดติดทั้ง ๔ นั้นเป็นเหมือนกับเชือกที่ผูกมัด  
ล่ามเราไว้ ; ปัญญาก็เป็นเสมือนมีดที่จะตัดสิ่งเหล่านั้นให้ขาดไป  
จนไม่มีอะไรเป็นเครื่องผูกมัดเราไว้ให้ติดอยู่กับสิ่งต่าง ๆ ได้อีก  
ต่อไป .

ข้อปฏิบัติทั้ง ๓ อย่างดังกล่าวนี้ จะคงทนต่อการพิสูจน์หรือไม่  
จะเป็นหลักวิชาอันแท้จริง เหมาะแก่ที่ทุกคนจะปฏิบัติหรือไม่  
ขอให้พิจารณาดู.

เมื่อดูต่อไปอีก จะเห็นว่าหลักทั้ง ๓ ข้อนี้ไม่ค้านกับศาสนาไหน  
เลย ถ้าศาสนานั้น ๆ ต้องการจะ แก้ปัญหาต่าง ๆ ที่เป็นความ  
ทุกข์ของมนุษย์กันจริง ๆ. พุทธศาสนาย่อมไม่เป็นปฏิปักษ์ต่อ  
ศาสนาใด ๆ แต่มีอะไร ๆ มากไปกว่าศาสนาอื่น ๆ มีโดย  
เฉพาะก็คือ การปฏิบัติในทางปัญญา อันเป็นสิกขาข้อสุ  
ดท้ายเพื่อตัดความยึดมั่นทั้ง ๔ ประการ ปลดเปลื้องจิต  
ใจให้เป็นอิสระจากสิ่งทั้งปวง ไม่ผูกพันเป็นทาส หรือตกอ  
อยู่ในอำนาจของสิ่งทั้งปวงเช่นพระเป็นเจ้าบนสวรรค์. หรือผี

สาางเทวดา. ข้อนี้แหละ ไม่มีศาสนาอื่นกล้าพอที่จะสอน  
ให้เป็นอิสระลึ้นเชิง ; ฉะนั้น เราจงเข้าใจความสำคัญขอ  
พระพุทธศาสนาไว้ให้ดี ๆ ดังที่กล่าวมา

เมื่อความจริงได้ แสดงแล้วว่า พระพุทธศาสนา  
กล้าทำให้พิสูจน์ว่ามีอะไร ๆ ทุกอย่างที่ศาสนาอื่น ๆ มี ; และยังมี  
อะไรบางอย่าง มากไปกว่าที่เขาเหมือนกัน. ฉะนั้นจะเห็นได้ทันทีว่า  
พุทธศาสนานี้เป็นของคนทั่วไป หรือเป็นศาสนาสากลที่ใช้ได้กัน  
คนทุกคน ทุกยุคทุกสมัย ; เพราะว่าทุกคนมีปัญหาความ  
ทุกข์อย่างเดียวกันหมด คือทุกข์เพราะเกิดแก่ เจ็บ ตาย  
ทุกข์เพราะความอยาก ความยึดถือครอบงำย้าย ไม่ว่าเทวดา  
มนุษย์ สัตว์เดรัจฉาน ย่อมจะมีปัญหาอย่างเดียวกัน มีสิ่งที่  
ต้องทำอย่างเดียวกัน คือต้องตัดกิเลสต้นเหตุที่เป็นตัวการสำคัญ  
หรือตัดความยึดติดที่ผิด ๆ นี้เสียให้ได้. นี้แหละ คือความหมาย  
ของความเป็นศาสนาสากล.

## คนเราติดอะไร (เบญจขันธ์)

อะไรเป็นที่ตั้งที่ยึด ที่เกาะเกี่ยวของอุปาทาน? ที่ตั้งของอุปาทานก็คือโลกนี้เอง คำว่า "โลก" ในทางพระพุทธศาสนา มีความหมายกว้างกว่าความหมายตามธรรมดา คือหมายถึงสิ่งทั้งปวงทั้งสิ้นกันทีเดียว ไม่ว่าจะเกี่ยวกับมนุษย์ เทวดา พรหม สัตว์เดรัจฉาน สัตว์นรก ปีศาจ เปรต อสุรกาย อะไรก็สุดแท้ที่จะมีรวมแล้วก็เรียกว่าโลก.

การรู้จักโลก มีความหมายอยู่ตรงที่ว่ามันมีความลึกกลับเป็นชั้น ๆ. เรารู้จักกันแต่ชั้นนอก ๆ ที่เรียกว่า "**ชั้นสมมุติ**" นี้หมายถึงตามสติปัญญาของคนทั่ว ๆ ไป. พระพุทธศาสนาจึงมีการสอนให้ดูกันหลาย ๆ ชั้น. ท่านมีวิธีแนะนำให้ดูการจำแนกโลกออกเป็นฝ่ายวัตถุ ซึ่งเรียกกันว่า **รูปธรรม** อย่างหนึ่ง; ฝ่ายจิตใจเรียกว่า **นามธรรม** อีกฝ่ายหนึ่ง. ยิ่งกว่านั้นท่านได้แบ่งส่วนที่เป็นนามธรรมหรือจิตใจนี้ออกเป็น ๔ ส่วน เมื่อเอารูปธรรม ๑ ส่วนมารวมกันเข้ากับ

นามธรรมได้เป็น ๕ ส่วน ท่านเลยเรียกว่า **เบญจขันธ์หรือขันธ์ห้า** แปลว่าส่วน ๕ ส่วนประกอบกันขึ้นเป็นโลก คือเป็นสัตว์เป็นคนนี่เอง.

**การดูโลก** ก็หมายถึงการดูสัตว์โลก โดยเฉพาะอย่างยิ่งก็คือคน เพราะปัญหาอยู่ที่เรื่องของคน. ร่างกายเป็นวัตถุที่เรียกว่ารูปหรือ**รูปขันธ์** (ส่วนที่เป็นรูป); ส่วนที่เป็นจิตใจอีก ๔ ส่วนนั้นจำแนกไปได้คือ

**ส่วนที่ ๑** เรียกว่า "**เวทนา**" หมายถึงความรู้สึก ๓ ประการคือ สุขหรือพอใจอย่างหนึ่ง ทุกข์หรือไม่พอใจอย่างหนึ่ง อีกแบบหนึ่ง อยู่ในลักษณะที่ไม่อาจจะเรียกได้ว่าสุขหรือทุกข์ คือเป็นเรื่องที่ยังเฉย ๆ อยู่ แต่ก็เป็นความรู้สึกเหมือนกัน. ความรู้สึกนี้มีประจำอยู่ในคนเราเป็นปกติ วันหนึ่ง ๆ ย่อมเต็มไปด้วยความรู้สึก; ท่านจึงถือว่าเป็นส่วนหนึ่งที่ประกอบกันเป็นคน และเรียกส่วนนี้ว่า **เวทนา หรือเวทนาขันธ์**.

**ส่วนที่ ๒** เรียกว่า "**สัญญา**" แปลว่ารู้ตัว เป็นความรู้สึกตัวอ



อยู่เหมือนอย่างว่าเรากำลังตื่นอยู่ คือไม่หลับ ไม่สลบ ไม่ตายหรือเรียกว่ามีสติสมปฤดี. โดยทั่ว ๆ ไป มักจะอธิบายกันว่าเป็นความจำได้หมายรู้ ก็ถูกเหมือนกัน เพราะว่ายังไม่เมา ไม่สลบไม่หลับ ไม่ตาย ดังที่กล่าวมาแล้ว เมื่อกระทบอะไร ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ก็รู้สึกหรือจำได้ว่าเป็นอะไร เช่นรู้ว่า เขียว แดง สั้น ยาว คน สัตว์ ฯลฯ ตามแต่จะจำได้. นั่นแหละ เป็นความรู้สึกของสมปฤดี หรือ "สัญญา" ในที่นี้.

**ส่วนที่ ๓** เรียกว่า "**สังขาร**" มีความหมายมาก จนมันปนกันยุ่งไปหมด, เราพูดถึงสังขารที่เป็นส่วนของนามธรรมนี้กันก่อนแปลว่า "ปรุง" คือกิริยาอาการของสิ่งที่เป็นอยู่ในคนหนึ่ง ๆ ได้แก่ การคิดหรือความคิดเช่นคิดจะทำ คิดจะพูด คิดอย่างนั้นอย่างนี้ คิดดี คิดเลวคิดในทางไหนก็จัดเป็นความคิดทั้งนั้นความรู้สึกที่เป็นความคิดพลุ่งขึ้นมาจากการปรุงแต่งภายในใจนี้เรียกว่าสังขาร. คำว่า **สังขาร** ในที่อื่นนั้น หมายถึงบุญกุศลที่ปรุงแต่งคนให้เกิดขึ้นก็มีหมายถึงร่างกายหรือโครงร่างที่มีจิตใจครองดังนี้ก็มิ มีความหมายหลายทาง แต่ตรงกันโดยเหตุที่มันมีความหมายไปใน

ทางมีการปรุงแต่งประกอบกันขึ้นมา

**ส่วนที่ ๔** เรียกว่า "วิญญาน" หมายถึงจิตที่ทำหน้าที่รู้สึก ที่ตา ที่หู ที่จมูก ที่ลิ้น และที่กายทั่ว ๆ ไปตลอดถึงที่ใจของตนเองด้วย (ไม่ใช่เจตภูตอย่างที่คนส่วนมากเข้าใจกัน).

ขั้นตอนนี้แหละเป็นที่เกาะยึดของอุปาทานทั้ง ๔ ที่ได้อธิบายแล้ว ขอให้ย้อนไปอ่านแล้วนำมาพิจารณาให้เข้าใจกันให้ดี ให้รู้ถึงความยึดนั้นมันเกาะจับอยู่กับส่วน ๕ ส่วนนี้อาจยึดเอาแต่ละส่วนว่าเป็นตัวตนก็ได้แล้วแต่ความโง่ของคน เหมือนอย่างเด็กเล็ก ๆ ที่เดินเซไปโดนประตู เจ็บ ต้องตีประตูเสียทีหนึ่ง จึงจะหายโกรธและหายเจ็บ อย่างนี้หมายความว่ายึดเอารูปล้วน ๆ คือประตูซึ่งเป็นไม้แท้ ๆ ว่าเป็นตัวตน นั้นเป็นอุปาทานในขั้นต่ำที่สุด

สำหรับคนโต ๆ ก็โกรธร่างกายถึงกับทุบตีร่างกายหรือไขกระดูกของตัวเอง ก็ยึดถืออย่างเดียวกันกับเด็ก คือไปยึดถือเอาร่างกายเป็นตัวตน. ถ้าหากว่าฉลาดขึ้นไปกว่านั้น ก็จะไม่ถือเอาเวทนา

หรือสัญญาหรือสังขารหรือวิญญาณส่วนใดส่วนหนึ่งว่าเป็นตัว  
ตนถ้าหากไม่อาจจะ แยกออกได้ก็ยึดทั้งกลุ่มว่าเป็นตัวตน คือเอา  
ทั้ง ๕ ส่วนรวมกลุ่มกันเป็นตัวตนอย่างนี้ก็ได้.

ถัดมาจากรูปก็คือ **เวทนา** กล่าวคือความรู้สึกว่าสุข ทุกข์หรือ  
ไม่สุข ไม่ทุกข์ มีทางที่จะยึดเป็นตัวตนได้มากที่สุด เราจะมองดู  
ตัวอย่างในเรื่องเราหลงไหล ในกามสุขโดยเฉพาะก็คือความ  
เอร็ดอร่อย ความถูกอกถูกใจในรูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัสต่าง  
ๆ ที่ได้รับอยู่. ตัวเวทนาในที่นี้ก็คือความรู้สึกเอร็ดอร่อยซึ่งเป็น  
ความสุขแล้วก็ไปติดความสุขนั้นหรือความอร่อยนั่นเอง คนยึดถือ  
เวทนาเป็นตัวเป็นตนกันอยู่มาก หรือว่าแทบทั้งหมดเพราะว่าไม่มี  
ใครที่จะไม่ชอบความเอร็ดอร่อย โดยเฉพาะอย่างยิ่งก็การสัมผัส  
ทางผิวหนัง. ความไม่รู้หรือความหลงผิดทำให้มองไม่เห็นสิ่งอื่นใด  
มองเห็นแต่ความเอร็ดอร่อย แล้วยึดถือเป็นตัวเป็นตน และ  
จะยึดเอาสิ่งนั้นมาเป็นของตน.

ความรู้สึกทางพอใจหรือไม่พอใจก็ตาม ย่อมจะเรียกได้ว่าเป็นที่  
ตั้งของความทุกข์ได้ทั้งนั้น. ความรู้สึกชอบกับชังนี้ ตามความ

หมายทางธรรมะแล้วยอมถือว่าเป็นความทุกข์เท่ากัน เพราะมันทำให้เกิดความทรมานใจเท่ากัน : ความชอบทำให้ใจฟูความไม่ชอบทำให้ใจแฟบ การดีใจและเสียใจ ก็เป็นการทำให้จิตเหินห่างกันเท่ากัน ทำให้เกิดหวั่นไหวทางจิตได้เท่ากันทั้งหมด นั้นเรียกว่ายึดเวทนาเป็นตัวตน.

ขอให้ทุกคนพิจารณาความยึดถือเวทนาว่าเป็นตัวตนของตนในตนเอง ให้เข้าใจอย่างถูกต้องจริง ๆ จะเป็นหนทางทำให้เป็นอิสระจากเวทนา. เวทนาเป็นสิ่งที่มิอำนาจเหนือจิตใจ แล้วดึงเราไปสู่สภาพที่จะต้องเสียใจในภายหลัง. ในทางปฏิบัติเพื่อบรรลुเป็นพระอรหันต์ ท่านสอนให้พิจารณาเรื่องเวทนาโดยเฉพาะก็มีมาก. มีผู้ที่บรรลुเป็นพระอรหันต์เพราะกำหนดเวลา เป็นวัตถุประสงค์สำหรับการพิจารณาเพื่อความหลุดพ้นจากทุกข์ อย่างนี้ก็มี มาก

เวทนานี้เป็นที่ตั้งแห่งความยึดถือได้ง่ายกว่าสิ่งใด ๆ ทั้งหมดเพราะมันเป็นที่ยุ่มงหมายสูงสุดของสิ่งที่เราพากเพียรทำกัน " เราอุตสาห์ศึกษาเล่าเรียนอุตสาห์ประกอบกิจการงานอาชีพต่าง ๆ ก็เพื่อให้ได้เงินแล้วก็ไปซื้อหาสิ่งต่าง ๆ เช่น ของใช้ ของกิน เครื่องบำรุง

บำเรอ ตลอดจนถึงรสพิเศษจากเพศตรงกันข้ามแล้วกับบริเวณ  
ของเหล่านั้นเพื่อหวังอย่างเดียวคือสุขเวทนา กล่าวคือความ  
เอร็ดอร่อยทางตา หู จมูก ลิ้น และทางกาย

เราลงทุนด้วยกำลังทรัพย์ กำลังกาย กำลังใจทั้งหมดก็เพื่อหวัง  
สุขเวทนาอันเดี๋ยวนี้เท่านั้น ก็รู้อยู่แก่ใจกันดีทุกคน ถ้าไม่เพราะอำ  
นาจของสุขเวทนาแล้ว ท่านทั้งหลายก็คงจะไม่ลงทุนเรียน  
ลงทุน ทำการงาน ลงเรียนลงแรงหาเงิน ฉะนั้นจะเห็นได้ว่าเรื่องสุข  
เวทนาไม่ใช่เรื่องเล็กน้อยเสียแล้ว ถ้ามี ความรู้ความเข้าใจ ก็  
สามารถควบคุมมันได้ จนทำให้เรามีจิตใจสูงอยู่เหนือความรู้สึก  
ชนิดนั้น จะทำให้เราสามารถทำสิ่งต่าง ๆ ได้ดีกว่าที่เรา  
ปล่อยให้มันเป็นไปตามธรรมดา. แม้ความยุ่งยากต่าง ๆ ในสังคม ก็มี  
มูลมาจากสุขเวทนาเหมือนกัน

การกระทบกระทั่งระหว่างประเทศ.หรือระหว่างครึ่งโลกกับครึ่ง  
โลกที่จะต้องรบกัน เมื่อไล่เบียดไปถึงที่สุด แล้วจะไปพบความจริงที่  
ว่า ทุกฝ่ายตกเป็นทาสของสุขเวทนาดังที่กล่าวมาแล้ว การทำ  
สงครามกันนั้น ไม่ใช่เพราะมีมูลมาจากความยึดถือเกี่ยวกับลัทธิ

หรือเกี่ยวกับอุดมคติอะไรก็ตามก็ได้ ที่ แท้แล้วมันก็เนื่องมาจาก  
ประโยชน์สุข ต่างฝ่ายจะมุ่งแต่ให้ได้ประโยชน์มาก จะกอบโกย  
เอาแต่ประโยชน์ส่วนตัว ลัทธินี้เป็นเครื่องบังหน้าหรือเหตุ  
ประกอบรอง ๆ ลงไปเท่านั้นเอง **ส่วนลึกที่สุดอยู่ที่การ**  
**ตกเป็นทาสของสุขเวทนา** ฉะนั้น การรู้จักเวทนาจึงหมายถึงการ  
รู้จักมูลเหตุอันสำคัญ ที่ทำให้เราตกเป็นทาสของกิเลสหรือความ  
ชั่วจนได้รับความทุกข์ในทุกระดับ.

เมื่อมนุษย์เป็นอย่างไร เทวดาก็เป็นอย่างนั้น คือตกอยู่ภาย  
ใต้อำนาจสุขเวทนาอย่างเดียวกับมนุษย์และยิ่งกว่ามนุษย์เพียง  
แต่เขาสมมุติให้เป็นเรื่องที่ดีกว่าประณีตกว่าได้อย่างออกอย่าง  
ใจกว่าเท่านั้น แต่ก็ยังไม่พ้นไปจากเรื่องตัณหาอุปาทานหลงติด  
อยู่ในรสอร่อยทาง ตา หู จมูก ลิ้น กายใจ นั้นเอง

ถ้าสูงขึ้นไปถึงชั้นพรหม ก็ต้องยกความอร่อยในทาง  
กามารมณ์ออกเสียแต่ไม่พ้นจากความอร่อยทางจิตอีกชนิดหนึ่ง  
ที่เรียกว่าฌานหรืออยู่ในสมาธิ เกิดความสุขใจเป็นรสอร่อยขึ้นมา ก็  
ตกใจในรสอร่อยนั้นเหมือนกัน. แม้ไม่เกี่ยวกับกามารมณ์ก็เป็นสุข

เวทนานั้นเอง.

ยิ่งสัตว์ที่ต่ำลงไปกว่ามนุษย์ด้วยแล้ว มันย่อมตกอยู่ภายใต้อำนาจของสุขเวทนาอย่างไม่เป็นระเบียบ ยิ่งกว่ามนุษย์เรามากมายนัก ฉะนั้น การรู้เรื่องของเวทนาว่าเป็นอย่างไร โดยเฉพาะรู้เรื่องเวทนาว่า ไม่สู้เป็นตัวเราของเราเลย ไม่ควรจะยึดถือ จึงเป็นสิ่งที่มิประโยชน์แก่ชีวิตของคนเราจริง ๆ.

ถัดไปก็คือเรื่อง **สัญญา** หรือที่เรียกว่า **สมปฤติ** นั้นเองนี้มีทางที่จะยึดถือว่า เป็นตัวเป็นตนของเราได้ง่ายเหมือนกันอย่างที่ชาวบ้านทั่ว ๆ ไปมักชอบพูดกันว่า ถ้านอนหลับจะมีอะไรบางอย่างออกไปจากตัวเราที่เรียกว่า **เจตภูต** หรือจะเรียกว่าอะไรสุดแท้ ในขณะนั้นเราก็เหมือนท่อนไม้ ไม่มีความรู้สึกทางตาหูจมูกลิ้น และกายเพื่อสิ่งนั้นกลับสู่ร่างกายอีก จึงจะรู้สึกสมปฤติตามเดิม มีสติตั้งขึ้นมาตามเดิม คนเขาหลงเชื่อกันอย่างนั้นมาก เลยยังมีทางที่จะยึดเอาสัญญาหรือสมปฤตินี้ว่าเป็นตัวตนมากขึ้น.

แต่ถ้าว่ากันตามทางพุทธศาสนาแล้ว สัญญาไม่ใช่ตัวตน

สัญญาเป็นเพียงความรู้สึกจำได้หมายรู้ที่ยังคงดีอยู่. พอเกิดการ  
ไม่เป็นระเบียบในการปรุงแต่งเท่านั้น สิ่งที่เราเรียกว่า **สัญญา** หรือ  
**สมปฤติ** ก็จะกลับเป็นใช้ไม่ได้ไปทันที. พุทธศาสนาไม่ยอมรับว่า  
สัญญาเป็นตัวตนก็เพราะเหตุนี้ ; แต่คนทั่วไปก็ชอบเดา หรือ  
สันนิษฐานไปในทางที่จะยึดถือว่าเป็นตัวตนการศึกษาพุทธ  
ศาสนากลับได้ความรู้ที่ตรงกันข้าม ว่านั่นไม่ใช่ตัวตนของใคร. นั่น  
เป็นเพียงผลของการปรุงแต่งตามธรรมชาติในคน ๆ หนึ่ง เท่านั้น  
เอง

ขั้นถัดไปคือ **สังขาร** ได้แก่ความ **นึกคิด** ความรู้สึกจะทำนุ  
ทำนี้ จะได้นั้นได้นี้ เป็นความคิดดีก็ตาม ชั่วก็ตาม แสดงความเป็น  
ตัวเป็นตนหนักขึ้นไปอีก ใคร ๆ ก็ารู้สึกว่า ถ้าจะเป็นตัวตนกัน  
บ้างละก็ ตัวผู้นึกคิดนี้แหละ น่าจะเป็นตัวตนมากกว่าอย่างอื่น.  
อย่างนักปรัชญาคนหนึ่งของยุคปัจจุบัน เขามีปรัชญาของเขาถ่าย  
 ๆ ว่า "ข้าพเจ้าคิดได้ ข้าพเจ้าจึงมีอยู่"

แม้นักปรัชญาในสมัยวิทยาศาสตร์อย่างนี้ ก็ยังยึดถือตัว  
ตนอย่างเดียวกับ ในสมัยเมื่อสองสามพันปีมาแล้ว โดยถือเอาตัว



ความคิดนั้นว่าเป็นตัวตน.

พุทธศาสนาได้ปฏิเสธเวทนา และสัญญา ว่าไม่ใช่ตัวตนมาแล้ว ยังปฏิเสธความคิด หรือตัวจิตที่คิด ว่าไม่ใช่ตัวตนเหมือนกัน . เพราะอาการที่คิดขึ้นมาได้นั้น มันเป็นเรื่องของธรรมชาติ เป็นผลของการปรุงของสิ่งหลาย ๆ สิ่งสำเร็จรูปเป็นความคิดขึ้นมาได้ อยู่ในกลุ่มของส่วนประกอบต่าง ๆ ที่ประกอบกันเป็นคน โดยไม่ต้องมีตัว "ข้าพเจ้า" ที่เป็นตัวตนอย่างว่าสังขารหรือความคิดนี้ จึงถูกยืนยันว่าเป็นอนัตตา กล่าวคือไม่มีต้นไม่มีตนอย่างเดียวกันกับขั้นอื่น ๆ ที่กล่าวมาแล้ว.

คำในพระพุทธานุศาสนาก็ระบุชัดอยู่แล้วว่า "สังขาร" ซึ่งแปลว่าของปรุงแต่ง คือของหลาย ๆ อย่างมาปรุงกันเข้าจึงยังไม่ใช่ตัวตน. ความลำบากเข้าใจยากอยู่ตรงที่ว่า พวกเราไม่มีความเข้าใจในเรื่องของนามธรรม หรือจิตใจอย่างเพียงพอ เรา รู้จักกันแต่เรื่องรูปธาตุที่เป็นวัตถุแต่ธาตุอีกประเภทหนึ่ง ที่เป็นนามธรรมไม่ใช่วัตถุ เราแทบจะไม่เข้าใจกันเสียเลย เราจึงเข้าใจยากในเรื่องของการปรุงทางนามธาตุ.

ในที่นี้บอกได้แต่เพียงตามหลักพุทธศาสนาว่า เป็นการปรุงของธาตุหลาย ๆ ธาตุ รวมทั้งวัดธาตุ และนามธาตุ สิ่งที่เราเรียกว่าความคิด หรือ "สังขาร" จึงเกิดขึ้นในใจของเราเองและทำให้เข้าใจไปว่า มีผู้ใดผู้หนึ่งเป็นผู้คิดเพื่อไปในทำนองว่าเป็นเจตภูต เป็นวิญญาน เป็นตัวเจ้าของร่างหรืออะไรทำนองนี้พุทธศาสนาปฏิเสธสิ่งเหล่านี้อย่างสิ้นเชิงเมื่อได้แยกออกเป็นส่วน ๆ ไม่มีอะไรเหลือ แล้วก็พิสูจน์แต่ละส่วน ๆ ว่าไม่มีส่วนไหนเป็นตัวเป็นตน ตลอดถึงส่วนที่เป็นความคิด ก็ไม่ใช่ตัวตนอย่างที่คนทั่วไปเข้าใจกันเลย.

ถัดไปเป็นส่วนสุดท้ายเรียกว่า "วิญญาน" ทำหน้าที่รู้แจ้งทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ มันเป็นสิ่งที่ไม่ใช่ตัวตนของเราเหมือนกัน เพราะเหตุว่าอวัยวะนั้น ๆ ล้วนมีความสามารถรับรู้รูป เสียง กลิ่น รสสัมผัส ผัส อยู่ตลอดเวลา. เมื่อตากับรูปถึงกันเข้า วิญญานก็เกิดขึ้น เป็น ๓ ฝ่ายด้วยกัน. เช่นตาก็มีความรู้แจ้งเกิดขึ้นว่ารูปนั้นมีลักษณะอย่างไร เป็นรูปคนหรือสัตว์ สั้นหรือยาว ขาวหรือดำอย่างนี้เป็นต้น.

ความรู้แจ้งที่เกิดขึ้นทำนองนี้เหมือนกับกลไกอันหนึ่ง ซึ่งเป็นไปเองตามธรรมชาติ อย่างอัตโนมัติแต่มีคนบางพวกถือกันว่ามันแหละเป็นเจตภูต หรือเป็นตัววิญญูณที่ แล่นเข้าแล่นออกจากใจมา รับความสัมผัสทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้นทางกาย อย่างนี้ก็มี แล้วยึดถือเอาเป็นตัวตน. ตามหลักพุทธศาสนาถือว่า มันเป็นธรรมชาติอย่างนั้น ถ้ารูปและตาพร้อมทั้งประสาทตา ได้มีการกระทบกันก็จะมี การเห็นเกิดขึ้นสำเร็จเป็นการรู้แจ้งทางตาเรียก **จักขุวิญญูณ** ตามชื่อของประสาทอันเป็นที่ตั้งแห่งการสัมผัส โดยไม่ต้องมีตัวตนอะไรที่ไหนอีกวิญญูณในศาสนาพุทธจึงไม่เหมือนวิญญูณในศาสนาอื่น ๆ.

เมื่อได้ แยกดูทีละส่วน ๆ คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญูณ ไม่เห็นมีส่วนไหนที่เป็นตัวตนของตนดังนี้แล้ว ก็จะไม่เกิดความเข้าใจผิดเรื่องตัวตนเสียได้ ว่าไม่ใช่เป็นตัวตนของใครเลย. ถ้าไม่เกิดความอยาก ก็ไม่เกิดความรักหรือเกลียดในสิ่งทั้งหลาย จึงจะเรียกว่าเห็นแจ้งในสิ่งทั้งปวงว่าไม่ใช่ตัวตน. การนี้ก็คิดตามเหตุผลก็พอจะทำให้เชื่อว่าไม่ใช่ตัวตนได้ สัตว์มันก็เป็นเพียงความ

เชื่อ ไม่เป็นการรู้แจ้งชนิดที่จะตัดความยึดถือว่า เป็นตัวเป็นตนได้อย่างเด็ดขาด. เหตุนี้เองจึงต้องศึกษาพิจารณากันตามหลักแห่งสิกขา ๓ ประการ จึงจะถึงขนาดที่ถอนความยึดถือเรื่องนี้ได้.

**หน้าที่อันจะพึงปฏิบัติในเรื่องเบญจขันธ์** นี้คือ ต้องทำให้ความรู้แจ้งเกิดขึ้น เพื่อขจัดความโง่เสีย และก็จะเห็นเองว่า ไม่มีส่วนไหนที่เป็นตัวเป็นตนอันน่ายึดถือ เมื่อนั้นการยึดถือก็แตกสลายลง. แม้ยึดมาแต่กำเนิดก็ตาม มันต้องหมดไปด้วย ; ฉะนั้นเราจำเป็นต้อง? ศึกษาเรื่องเบญจขันธ์ซึ่งเป็นที่ตั้งแห่งความหลงว่าเป็นตัวตนนี้ให้ละเอียด. พระพุทธเจ้าทรงสอนเรื่องนี้มากกว่าเรื่องทั้งหลายมีใจความสรุปสั้น ๆ ว่า "เบญจขันธ์เป็นอนัตตา" และถือว่าเป็นคำสอนที่เป็นตัวพระพุทธศาสนาแท้ เป็นใจความสำคัญของพระพุทธศาสนา ซึ่งจะมองกันในแง่ปรัชญา หรือวิทยาศาสตร์ หรือในฐานะเป็นศาสนาก็ตาม. ถ้าเรารู้ตามที่เป็นจริง ความยึดถือด้วยการเข้าใจผิดก็หายไป ความอยากทุกชนิดจะไม่มีทางเกิดและความทุกข์ก็จะมี.

ทำไม คนเราตามปกติจึงมองส่วน ๕ ส่วนนี้ไม่ออกตามที่เป็น

จริง? เมื่อเราเกิดมาจากท้องมารดา เราไม่มีปัญญาของเราเอง : เราได้รับความรู้มาตามที่เขาสอนให้ เขาสอนเราไปในทางที่เข้าใจว่า ทุกสิ่งเป็นตัวตนไปทั้งนั้น. อานาຈสัจจชาตญาณดั้งเดิมเกี่ยวกับการยึดถือว่าเป็นตัวตน (อัตตวาทุปาทาน) ซึ่งมีติดมาตั้งแต่เราเกิด ก็พอกพูนหนาแน่นยิ่งขึ้นทุกวัน ในการพูดจากใช้คำว่า ฉัน ท่าน ผู้นั้น ผู้นี้ ซึ่งล้วนแต่ย้ำการมีตัวตนให้แน่นแฟ้นยิ่งขึ้น. คนนั้นชื่อนั้น คนนี้ชื่อนี้ เป็นลูกคนนั้น เป็นหลานคนนี้ เป็นสามีคนนั้น เป็นภรรยาคนนี้ ล้วนแต่ระบุไปในทางเป็นตัวตนทั้งนั้น เราจึงพากันไม่รู้สึกรู้สีกตัว ในการที่ไปยึดถือความเป็นตัวเป็นตนเพิ่มขึ้นทุกวัน.

เมื่อยึดว่าเป็นตัวเป็นตน ก็เกิดความเห็นแก่ตัว แล้วก็ประกอบการทำงานไปตามความเห็นแก่ ตัวหรือพวกของตัวจนได้ประโยชน์มาบำรุงความใคร่ของตัวและพวกของตัว. แต่ถ้าหากว่าเราเกิดความฉลาดจนมองเห็นว่านี่เป็นของหลอก ๆ เราก็จะหมดความยึดถือว่านั่นเป็นนาย ก. นาย ข. เป็นขุน หลวงพระพระยา เป็นสัตว์ หรือมนุษย์ โดยเห็นว่าเป็นเพียงเรื่องที่คนเขา

สมมุติขึ้นพูดกันในทางสังคมเท่านั้นเอง. ถ้าเขาเข้าใจได้อย่างนี้แล้ว ก็นับว่าเป็นการเพิกถอนสิ่งที่หลอกลวงของสังคมได้ชั้นหนึ่ง.

เมื่อพิจารณาดูร่างกายทั้งหมดของนาย ก. ก็จะพบว่า นาย ก. นั้น เท่ากับรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ สัมพันธ์กัน. การเห็นอย่างนี้ก็ฉลาดขึ้นมาอีกหน่อย เรียกได้ว่าไม่หลงติดในการสมมติทางโลก

**จะแยกให้ละเอียดออกไปอีก** ก็มีทางทำได้ เช่นรูป ร่างกายนี้ แยกเป็นธาตุดิน น้ำ ลม ไฟ หรือไม่แยกอย่างทางวัด ๆ เขาแยกกัน จะแยกอย่างวิทยาศาสตร์ เป็นคาร์บอน ออกซิเจน ไฮโดรเจน ฯลฯ ได้เหมือนกัน. อย่างนี้เรียกว่า เห็นลึกเข้าไปอีก คือมันหลอกลวงเราได้น้อยเข้าไปอีกชั้นหนึ่งกลายเป็นเห็นว่าคนไม่มี มีอยู่แต่ธาตุต่าง ๆ. ร่างกายเป็นรูปธาตุ ; จิตเป็นนามธาตุ แยกออกเป็นส่วนย่อย ๆ ทำหน้าที่ต่าง ๆ กัน เช่นรู้สึกนึกคิด และรู้ทางประสาททั้งหลาย เมื่อเป็นดังนี้ ความรู้สึกกว่านาย ก. นาย ข. ขุนหลวงพระ พระยา ก็หายไป ความรู้สึกว่าลูกของเรา ผัวของเราเมียของเรานี้ก็พลอยหายไป.

แต่เมื่อ **ดูกันใแสงปรมัตถ์** จะปรากฏว่า แม้ธาตุดิน น้ำ ลม ไฟ ธาตุอ้ออกซิเจน ไฮโดรเจน หรืออะไรก็ตาม จะเป็นรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณก็ตาม ดูให้ลึกซึ้งแล้ว ก็จะมีลักษณะอันหนึ่ง ซึ่งเหมือนกันหมดคือ **"ความว่าง"** จากสิ่งที่เรียกว่าตัวตนของมันเอง. ดิน น้ำ ลม ไฟ ดูตรงไหน ๆ มันก็ไม่มีตัวตน ซึ่งภาษาพุทธศาสนาเรียกว่า **"สุญญตา"**.

ท่านผู้ใดเห็นสิ่งทั้งหลายทั้งปวงเป็นของว่างได้ดังนี้แล้ว ความยึดถือหรืออุปาทาน ย่อมไม่มีทางที่จะเกิดได้ ที่เกิดแล้ว ไม่มีทางที่จะเหลืออยู่ได้. มันจะสูญหายละลายไปหมด จนปราศจากความยึดติดโดยสิ้นเชิง มันจึงไม่มีสัตว์ไม่มีคน ไม่มีธาตุ ไม่มีขันธุ์ ไม่มีอะไรทั้งหมด ; เป็น **"ความว่าง"** จากการมีตัวมีตนของมันเองเมื่อไม่ยึดติด ความทุกข์ก็ไม่มีทางเกิดขึ้น. ใครจะเรียกเขาว่าคนดีคนชั่ว คนสุข คนทุกข์ หรืออะไรก็ตาม ไม่เป็นของแปลกสำหรับเขา. ทั้งหมดนี้เป็นผลเกิดมาจากการมีความรู้ความเข้าใจ และมีความเห็นแจ้งในความจริงของเรื่องเบญจขันธ์ จนถอนความยึดติดที่ผิด ๆ ทั้ง ๔ ประการนั้นเสียได้.

สรุปความว่า สิ่งทั้งปวงในโลกนี้รวมอยู่ในคำว่า "เบญจขันธ์คือรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ แต่ละส่วนเป็นมายาไร้ตัวตน แต่ก็มีอำนาจของเวทнал่อให้เกิดการยึดถือ จนคนทั่วไปอยากมีอยากเป็น อยากไม่ให้เป็นอย่างอื่น แต่ทำให้เกิดทุกข์ ไม่อย่างเปิดเผยก็อย่างเร้นลับ. ทุกคนจะต้องอาศัยข้อปฏิบัติที่เรียกว่า ไตรสิกขา (ศีล สมาธิ ปัญญา) ถอนความหลงติดในเบญจขันธ์เสียให้สิ้นเชิง จึงจะไม่ตกอยู่ในอำนาจของขันธ์ทั้งห้าและก็จะไม่มี ความทุกข์. โลกจะอยู่ในลักษณะที่อำนาจความผาสุกใจให้แก่ผู้นั้นไม่ต้องร้อนใจเพราะสิ่งใด ๆ เป็นผู้มีจิตใจอยู่เหนือสิ่งทั้งปวงตลอดชีวิต นี่เป็นผลของการรู้แจ้งแทงตลอดในเรื่องเบญจขันธ์ตามคำสอนของพระพุทธเจ้า.



## เรียนธรรมะ.

เรียนธรรมะ	อย่าตะกละ	ให้เกินเหตุ
จะเป็นเปรต	หิวปราศรัย	เกินคาดหวัง
อย่าเรียนอย่าง	ปรัชญา	มัวบ้าดัง
เรียนกระทั่ง	ตายเปล่า	ไม่เข้ารอย.
เรียนธรรมะ	ต้องเรียน	อย่างธรรมะ
เรียนเพื่อละ	ทุกข์ใหญ่	ไม่ทอดลอย
เรียนที่ทุกข์	ที่มีจริง	ยิ่งเข้ารอย
ไม่เลือนลอย	มองให้เห็น	ตามเป็นจริง
ต้องตั้งต้น	การเรียน	ที่หุตา ฯลฯ
สัมผัสแล้ว	เกิดเวทนา	ต้นหาวิ้ง-
ขึ้นมาอยาก	เกิดผู้อยาก	เป็นปากปลิง
"เรียนรู้อะไร	ต้นหาดับ	นับว่าพอ ฯ"

## แนวกรทำให้รู้แจ้งตามวิธีธรรมชาติ

ปีติและปราโมทย์	:	(ความอิมใจในธรรม)
ปีสัสทธิ	:	(ความรำจับ)
สมาธิ	:	(จิตสงบ)
ยถาภูตญาณทัสสนะ	:	(รู้ความเป็นจริงต่อโลก)
นิพพิทา	:	(ความเบื่อหน่าย)
วิราคะ	:	(ความคลายออก)
วิมุตติ	:	(ความหลุดออก)
วิสุทฺธิ	:	(ความบริสุทธิ์ไม่เศร้าหมอง)
สันติ	:	(ความสงบเย็น)
นิพพาน	:	(ภาวะที่ปราศจากความทุกข์)

## การทำให้รู้แจ้งตามวิถีธรรมชาติ

ในบทนี้ จะบอกให้ทราบต่อไปว่า สมาธิอาจจะมีได้โดยทางธรรมชาติอย่างหนึ่ง และจากการปฏิบัติตามหลักวิชา โดยเฉพาะอีกอย่างหนึ่ง : มีผลอย่างเดียวกันคือเมื่อจิตเป็นสมาธิแล้วก็นำไปเพ่งพิจารณา (วิปัสสนา).

แต่มีข้อควรสังเกตอย่างหนึ่งว่า สมาธิที่เกิดขึ้นตามธรรมชาตินั้น มันมักจะพอเหมาะพอสมแก่กำลังของปัญญาที่จะใช้ทำการพิจารณา ; ส่วนสมาธิที่เกิดจากการฝึกตามหลักวิชาการนั้น มันมักจะเป็นสมาธิที่มากเกินไป หรือเหลือใช้และยังเป็นเหตุให้คนหลงผิดพอใจเพียงแค่ว่าสมาธินั้นก็ได้ เพราะว่าเป็นขณะที่จิตเป็นสมาธิเต็มทีนั้น ย่อมเป็นความสุข ความสบายชนิดหนึ่ง ซึ่งทำให้เกิดความพอใจจนถึงกับหลงติดหรือหลงคิดว่าเป็นมรรคเป็นผล. โดยเหตุนี้ สมาธิที่เป็นไปตามทางธรรมชาติที่พอเหมาะพอสมกับการใช้พิจารณานั้นจึงไม่เสียหลายไม่เสียเปรียบสมาธิตามแบบที่ฝึกตามแนววิถีเทคนิค. ขอแต่เพียง

ให้รู้จักระดับระคองทำให้สมาธิเกิด และให้เป็นไปด้วยดีก็  
แล้วกัน.

ข้อความต่าง ๆ ในพระไตรปิฎก ก็มีเล่าถึงแต่เรื่องการบรรลุ  
มรรคผลทุกชั้นตามวิธีธรรมชาติ ในที่เฉพาะพระพักตร์ของพระผู้มี  
พระภาคเจ้าเอง หรือต่อหน้าท่านที่สั่งสอนคนอื่น ๆ โดยไม่ได้ไป  
สู่ว่านั่งทำความเพียรอย่างมีพิธีรตองกำหนดเพ่งอะไรต่าง ๆ ตาม  
มอย่างในคัมภีร์ที่แต่งกันใหม่ในชั้นหลัง ๆ. โดยเฉพาะในกรณี  
แห่งการบรรลุอรหัตตผลของภิกษุปัญจวัคคีย์ หรือฤาษี ๑๐๐๐รูป  
ด้วยการนั่งฟังอนัตตลักษณะสูตร และอธิตตปริยายสูตรด้วย  
แล้วจะยังเห็นว่าไม่มีการพยายามตามหลักวิชาใด ๆ เลย  
แต่เป็นการเห็นแจ้งแทงตลอดตามวิธีของธรรมชาติแท้ ๆ.

นี่เป็นตัวอย่างที่ทำให้เราเข้าใจได้ดีว่า สมาธิตามธรรมชาตินั้น  
ยอมเกิดขึ้นเอง ในระหว่างที่ทำความพยายามเพื่อจะเข้าใจเรื่อง  
ราวต่าง ๆ ให้แจ่มแจ้ง; และต้องมืออยู่มากในขณะที่มีความเห็นอัน  
แจ่มแจ้งติดแน่นอยู่ในตัวอย่างไม่แยกจากกันได้. ทั้งยังเป็น  
ไปได้ตามธรรมชาติ ในทำนองเดียวกันกับตัวอย่างที่ว่า พอเรา

ตั้งใจคิดเลกลงไปเท่านั้น จิตก็เป็นสมาธิขึ้นมาเอง ; พอเราจะยิงปืน จิตก็เป็นสมาธิบังคับให้แนวแน่ขึ้นมาเองในเวลาเล็ง

นี่แหละเป็นลักษณะของสมาธิ ที่เป็นไปเองตามธรรมชาติซึ่งตามปกติถูกมองข้ามไปเสีย เพราะมีลักษณะดุ่มมันไม่ค่อยจะขลังจะศักดิ์สิทธิ์ ไม่ค่อยจะเป็นปาฏิหาริย์เป็นที่น่าอัศจรรย์. แต่โดยที่แท้แล้ว คนเรารอดตัวมาได้เป็นส่วนใหญ่ ก็โดยอำนาจของสมาธิ ตามธรรมชาตินี้เอง. แม้การบรรลุมรรคผลนิพพานเป็นพระอรหันต์ ก็อาศัยสมาธิตามธรรมชาติ ทำนองนี้เป็นส่วนมาก

ฉะนั้น ขอท่านทั้งหลายอย่าได้มองข้ามเรื่องของสมาธิที่เป็นไปตามธรรมชาติ. มันเป็นเรื่องที่เราอาจทำได้ ก่อน หรือทำได้อยู่แล้วเป็นส่วนมาก. ควรจะประดับประดองมันให้ถูกวิธีให้มันเป็นไปด้วยดีถึงที่สุด ก็จะมีผลเท่ากัน. เหมือนกับผู้ที่ได้บรรลุเป็นพระอรหันต์ไปแล้วเป็นส่วนมาก ซึ่งไม่เคยรู้จักนั่งทำสมาธิแบบใหม่ ๆ อย่างที่กำลังตื่น ๆ กันอยู่ในขณะนี้เลย.

ที่นี่ เราก็มາถึง **ความลับของธรรมชาติ** ที่เกี่ยวกับลำดับแห่ง

ความรู้สึกต่าง ๆ ภายในใจ จนกระทั่งเกิดการเห็นแจ่มแจ้ง ตามที่เป็นจริงต่อโลก หรือต่อฉันท์ห้า. ลำดับแรกได้แก่ ปิติและปราโมทย์หมายถึงความชุ่มชื่นใจหรือความอímเอมใจในทางธรรม. การที่เราทำความดีอย่างใดอย่างหนึ่งแม้การให้ทาน ซึ่งถือกันว่าเป็นบุญขั้นต้นๆ ก็เป็นการทำให้เกิดปิติปราโมทย์ได้. ถ้าเป็นถึงขั้นศีล คือมีความประพฤติทางกายวาจา ไม่ต่างพร้อย จนถึงกับเคารพนับถือตัวเองได้ ปิติปราโมทย์ก็มากขึ้น. ถ้าหากไปถึงขั้นสมาธิจะเห็นได้ว่าในองค์ของสมาธิ อันดับแรกที่เรียกว่าปฐมฌานนั้น ก็มีปิตีอยู่องค์หนึ่งด้วยโดยไม่ต้องสงสัย.

**ปิติปราโมทย์** นี้ มีอานาจอยู่ในตัวมันเองอย่างหนึ่ง ซึ่งจะทำให้เกิดความรำงับ (ปีสัสทธิ) ตามปกติจิตของคนเราไม่ค่อยจะรำงับ เพราะว่าจิตตกเป็นทาสของความคิดความนึกจากสิ่งยั่วยวนภายนอก หรือจากความรู้สึกในอะไรต่าง ๆ อยู่ตลอดเวลา เป็นความฟุ้งอยู่ภายในไม่เป็นความสงบ แต่ถ้าหากมีปิติปราโมทย์ในทางธรรมมาประจำใจอยู่และมากพอสมควรแล้ว ความสงบระงับนั้นจะต้องมีขึ้น จะมีมากหรือน้อย ตามอำนาจ

ของปิติปราโมทย์ที่มีมากหรือน้อย.

เมื่อมีความรำงับแล้ว ก็ย่อมเกิดอาการที่เรียกว่า **"สมาธิ"** คือใจสงบนิ่งและอยู่ในสภาพที่คล่องสะดวกเบาสบายพร้อมที่จะไหวไปตามความต้องการ โดยเฉพาะก็เพื่อตัดกิเลส. **ไม่ใช่ทำจิตใจให้นิ่งเงียบ ตัวแข็งทื่อเป็นก้อนหิน** อะไรทำนองนี้ก็หาไม่ร่วง ภายจะต้องให้มีความรู้สึกอยู่อย่างปกติ แต่ว่าจิตสงบเป็นพิเศษเหมาะสมที่จะใช้นึกคิดพิจารณา มีความผ่อนคลายที่สุดเยือกเย็นที่สุด สงบระงับที่สุด เรียกว่า **"กมมนิโย"** คือพร้อมที่จะรู้ นี่คือลักษณะของสมาธิที่เราต้องการ ไม่ใช่อยู่ในฌานสมาบัติตัวแข็งทื่อ เหมือนตุ๊กตาหินไม่รู้สึกรู้สีกตัวเลย.

การอยู่ในฌานทำนองนั้น จะพิจารณาอะไรไม่ได้เลย. จิตที่ติดฌานจะพิจารณาธรรมไม่ได้ มีแต่จะตกลงสู่ภวังค์เสียเรื่อยไปไม่สามารถนำมาใช้ในการพิจารณา **จัดว่าเป็นอุปสรรคของการทำวิปัสสนาโดยตรงทีเดียว** ผู้จะพิจารณาธรรมได้จะต้องออกจากฌานแล้วจึงพิจารณาโดยใช้อำนาจของการที่จิตมีสมาธิขนาดได้ฌานมาแล้วนั่นเองเป็นเครื่องมือ.

ในการทำให้รู้แจ้งตามวิถีธรรมชาตินี้ เราไม่ต้องเข้าฌานชนิดที่ทำตัวเองให้แข็งทื่อ แต่ว่าต้องการจิตที่สงบ เป็นสมาธิ ที่มีคุณสมบัติ "กมุขนีโย" ครอบคลุมพร้อมที่จะรู้แจ้งจนเกิดความรู้อตามที่เป็นจริงต่อโลกทั้งหมด (ยถาภูตญาณทัสสนะ) โดยอาการตามธรรมชาติ ทำนองเดียวกันกับผู้รู้แจ้งขณะที่นั่งฟังพระผู้มีพระภาคเจ้าแสดงธรรม หรือนำไปคิดพิจารณา ในที่เหมาะสมจนรู้แจ้ง ไม่มีพิธีรีตองหรือปาฏิหาริย์อันเป็นเรื่องความเห็นผิดเป็นชอบ หรือหลงใหลต่าง ๆ แต่อย่างใด.

แต่ทั้งนี้มิได้หมายความว่า จะเกิดการเห็นแจ้งอย่างถูกต้องรวดเร็ว เป็นพระอรหันต์ทันทีก็หาไม่ได้ ในบางกรณีอาจจะเกิดความรู้ขั้นต้น ๆ ก็ได้ แล้วแต่กำลังของสมาธิอีกเหมือนกัน ในบางกรณีอาจจะไม่เกิดเป็นความรู้ความเห็นตรงตามที่เป็นจริงก็ได้ เพราะว่าคุณได้ศึกษามาอย่างผิด ๆ หรือถูก แวดล้อมอยู่ด้วยความเห็นที่ผิด ๆ มากเกินไป. แต่อย่างไรก็ตาม ความรู้ความแจ่มแจ้งที่เกิดขึ้นจะต้องพิเศษกว่าธรรมดา เช่นว่าใสแจ๋วลึกซึ้ง. หากความรู้ นั้น เป็นไปถูกต้องตามความเป็นจริง คือเป็นไปตามทางของ



ธรรมะแล้ว ก็ย่อมจะก้าวหน้าไปจนกระทั่งเป็นความรู้ ความเห็น  
ในสังขารทั้งปวงถูกต้องตามที่เป็นจริง . ถ้าเกิดขึ้นเพียงเล็ก ๆ น้อย  
ๆ ก็ทำให้เป็นอริยบุคคลขั้นต้นได้ หรือถ้าน้อยลงไปอีกก็เพียง  
แต่เป็นกัลยาณชน คือคนธรรมดาที่เป็นขั้นดีคนหนึ่ง .

ถ้าหากว่ามีสิ่งแวดล้อมเหมาะสมและมีความดีต่าง ๆ ที่ได้เคย  
สร้างสมมาเต็มที่ อาจเป็นพระอรหันต์ เลยก็ได้ ทั้งนี้  
แล้วแต่เหตุการณ์ . แต่ถึงอย่างไรก็ตาม ในขณะที่จิตเป็นสมาธิ  
ตามธรรมชาติ สิ่งที่เราเรียกว่า "ญาณทัสนะ" จะต้องเกิดและจะต้อง  
ตรงตามที่เป็นจริงไม่มากก็น้อย เพราะเหตุว่าพุทธบริษัทเรา ย่อม  
เคยได้ยินได้ฟัง ได้เคยศึกษาเรื่อง โลกขันธ์ สังขารทั้งหลายด้วย  
ความอยากจะเข้าใจตามที่เป็นจริงมาแล้ว เพราะฉะนั้นความรู้ที่  
เกิดขึ้นในขณะที่จิตสงบเป็นสมาธิ นั้น จึงไม่มีทางเสียหลายเลย  
ย่อมจะได้ประโยชน์เสมอโดยแน่นอน .

คำว่า "ยถาภูตญาณทัสนะ" ในที่นี้ หมายถึงการรู้การเห็นสิ่ง  
ทั้งหลายทั้งปวงอย่างถูกต้องตามที่เป็นจริง คือ เห็นอนิจจัง ทุกขัง  
อนัตตา ; เห็นว่า "ไม่มีอะไรที่น่าเอาไม่มีอะไรที่น่าเป็น" ไม่ว่า

อะไร ๆ ไม่ควรเข้าไปยึดถือว่าเป็นตัวเป็นตน ว่าของตัวเองของตัวของตัวเองดี ว่าชั่ว น่ารักหรือน่าชังอย่างนี้เป็นต้น. ถ้ามีความรู้สึกอย่างไรอย่างหนึ่ง ซึ่งเป็นไปในทางพอใจก็ตาม ไม่พอใจก็ตามมีเพียงแต่รู้สึกนึกคิดหรือระลึกถึงเท่านั้น ก็ยังถือว่าเป็นความยึดถือในที่นี้. ที่ว่าไม่น่าเอา ไม่น่าเป็น ก็มาจากหลักที่ว่า ไม่มีอะไรที่น่ายึดถือนั่นเอง.

ตัวอย่างในเรื่อง "เอา" ก็คือการปักใจในทรัพย์สินสมบัติเงินทอง สัตว์สิ่งของ อันเป็นที่พอใจต่าง ๆ การ "เป็น" ก็คือการถือว่าตนเป็นนั่นเป็นนี่ เป็นสามีภรรยา เป็นคนมั่งมี คนเชื่องใจ เป็นคนแพ้ว คนชนะ กระทั่งเป็นมนุษย์ หรือเป็นตัวเอง. ถ้าพิจารณาให้ลึกซึ้ง แม้ความเป็นคนนี่ไม่น่าสนุก น่าเอือมระอา เพราะเป็นที่ตั้งของความทุกข์. ถ้าไม่ยึดถือว่าเป็นคนเสียได้ ก็จะไม่เป็นทุกข์. นี้เรียกว่าเป็นความไม่น่าเป็น ซึ่งมีใจความสำคัญอยู่ตรงที่ว่า ไม่ว่าจะเป็นอย่างใดก็ต้องมีความทุกข์ ตามแบบของความเป็นชนิดนั้น ๆ เพราะว่าความเป็นอะไร ๆ นี้ มันต้องทนเป็น ทนดำรงอยู่ ต้องมีการต่อสู้เพื่อให้ได้เป็นหรือเป็นอยู่ต่อไป อย่างน้อยที่สุดก็คือการ

ต่อผู้ทางใจ ในการที่จะยึดถือเอาความเป็นอะไร ๆ ของตนไว้ให้ได้ .

**เมื่อมีตน ก็จะต้องมีอะไรเป็นของ ๆ ตน** ภายนอกตนออกไปอีกทอดหนึ่ง ฉะนั้นจึงมีลูกของตน เมียของตน อะไร ๆ ของตนอีกหลายอย่าง กระทั่งมีหน้าที่แห่งความเป็นผู้เป็นเมีย ความเป็นนายเป็นบ่าว ความเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ของตนขึ้นมา ทั้งหมดนี้เป็นกรงซี่ให้เห็นความจริงในข้อที่ว่า ไม่มีความเป็นชนิดไหนที่จะไม่ต้องอาศัยความดีนรนต่อผู้เพื่อดำรงความเป็นนั้น ๆ ไว้ ความลำบากดีนรนต่อผู้ นั้น ก็คือผลของการหลงไหลยึดถือสิ่งต่าง ๆ ด้วยความไม่รู้นั่นเอง.

**ถ้าไม่ให้เอาไม่ให้เป็นกันแล้ว จะอยู่กันได้อย่างไร?** นี่คงจะเป็นที่สงสัยอย่างใหญ่หลวง ของผู้ที่ไม่เคยคิดไม่เคยนึกในเรื่องนี้ คำว่า "เอา" คำว่า "เป็น" ในที่นี้หมายถึงการเอาหรือการเป็นด้วย กิเลส ด้วยตัณหา ด้วยอุปาทาน ด้วยความยึดมั่นว่าน่าเอาน่าเป็น และใจก็เอาจริงเอาจังเป็นจริงเป็นจัง เพราะฉะนั้นมันก็ต้องหนักใจ ร้อนใจ เจ็บใจ ซ้ำใจ หรืออย่างน้อยก็เป็นภาวะหนัก

ทางใจ นับตั้งแต่ว่างไปและตลอดเวลาที่เดียว . เมื่อเรารู้ความจริง  
ข้อนี้แล้ว ก็จะมีสติสัมปชัญญะคุ้มครองจิต ไม่ให้ตกไปเป็นทาส  
ของความมีความเป็น ด้วยอำนาจความยึดติด : มีสติปัญญาอยู่  
เหนือสิ่งต่าง ๆ .

เมื่อเรารู้สึกอยู่ว่าโดยที่แท้มันเป็นสิ่งที่ไม่น่าเอน่าเป็น หาก  
แต่เรายังไม่สามารถถอนตัว ออกไปเสียจากความมีความเป็นนั้น  
ได้เราก็จำต้องมีสติรู้ตัวให้พอเหมาะสม ถ้าจะต้องเข้าไปเอา  
ไปเป็นเราก็จะไม่เดือดร้อนเหมือนคนที่หลับหูหลับตาเข้าไปเอา  
หรือเข้าไปเป็น อย่างโง่เขลาจนตาย ซึ่งผลสุดท้ายก็ตกหลุมตบ่อ  
ความโง่-เขลาและอุปาทานของตัวเอง จนถึงกับต้องฆ่าตัวตาย.  
สมมติตัวอย่างว่า เสือหรืองูร้ายเป็นสิ่งที่ขายได้แพง ในเมื่อเรไม่มี  
ทางอื่นจะประกอบอาชีพ เราจะต้องเข้าไปจับเสือมาขายอย่างนี้  
มันก็เป็นธรรมดาอยู่เองที่เราจะต้องเข้าไปจับเสือให้ถูกวิธี เราจึง  
จะได้เสือมาขายและได้เงินมาเลี้ยงชีวิต : ถ้าผิดวิธีเราก็จะต้อง  
ตายเพราะเสือ

โลกหรือสิ่งทั้งปวงมีลักษณะไม่เที่ยง เป็นทุกข์และไม่เป็นตัวตน

ของใคร. มันจะเล่นงานบุคคลผู้ที่เข้าไปยึดถือด้วยต้นหาอุปาทาน นับแต่วาระแรก คือตั้งแต่เมื่ออยากได้อย่างเป็น กำลังได้กำลัง เป็นและได้แล้วเป็นแล้ว ตลอดเวลาแห่งกาลทั้งสาม. ใครเข้าไปยึดถืออย่างหลับหูหลับตาแล้วก็จะมีความทุกข์อย่างเต็มที่ เหมือนอย่างที่เราเห็นปุถุชนคนเขลาทั้งหลาย เป็น ๆ กันอยู่โดยทั่วไปในโลก .

แม้ที่สุด "ความดี" ที่ใคร ๆ บูชากัน ถ้าหากว่าใครเข้าไปเกี่ยวข้องกับความดีในอาการที่ผิดทาง และยึดถือมากเกินไป ก็จะได้รับทุกข์จากความดีนั้น ๆ เช่นเดียวกัน. เว้นไว้แต่เราจะเข้าไปเกี่ยวข้องกับมัน โดยรู้ว่าธรรมชาติของมันเป็นอย่างนั้นเอง.

อาจจะมีผู้สงสัย ต่อไปว่า "ถ้าไม่มีอะไรที่น่าเอนาเป็นแล้ว ก็จะไม่มีการประกอบกิจการงานอะไร ๆ หรือไม่สามารรักษาทรัพย์สมบัติสิ่งของที่ตนมีอยู่ได้" ข้อนี้ถ้ามีความเข้าใจแล้ว ก็จะทำให้เราควรมีความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้องเสียก่อน แล้วจึงทำสิ่งต่าง ๆ ดีกว่าที่จะทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยความมักมากอยากใหญ่ โง่เขลา มงายไม่เข้าใจอะไรเลย ใจความสั้น ๆ ก็คือ ให้เราเข้าไปเกี่ยวข้องกับ

กับสิ่งต่าง ๆ ด้วยสติปัญญาอย่าเข้าไปเกี่ยวข้องด้วยกิเลสตัณหา  
อุปาทาน มันจะมีผลมันเป็นคนละอย่าง.

พระอรหันต์ทั้งหลาย ซึ่งมีพระพุทธเจ้าเป็นประธานไม่มีกิเลส  
ตัณหาอุปาทานเลย ท่านก็ยังทำสิ่งต่าง ๆ ที่เป็นประโยชน์  
ได้มากกว่าพวกเราเสียอีก. ดูจากพุทธประวัติว่าวันหนึ่งคืนหนึ่ง  
พระพุทธเจ้าทรงทำอะไรบ้าง ก็พบว่าท่านมีเวลานอนพักผ่อน  
เพียง ๔ ชั่วโมง นอกนั้นทำงานตลอดหมด. พวกเรานั่งพักผ่อนเสียก็  
มากกว่า ๔ ชั่วโมงแล้ว. นี่ท่านทรงทำไปเพราะ อำนาจของอะไรใน  
เมื่อกิเลสซึ่งเป็นเหตุให้อยากเป็น อยากเอาสิ่งต่าง ๆ ก็หมดไป  
แล้วนั้นท่านทำไปด้วยอำนาจของสติปัญญาบวกกับเมตตา.

แม้สิ่งที่เป็นไปตามความต้องการของร่างกายตามธรรมชาติ  
เช่นท่านจะต้องไปบิณฑบาต อาหารฉันเหล่านี้ท่านก็ยังคงทำ  
ไปด้วยอำนาจของปัญญา ไม่มีกิเลสไม่มีตัณหาว่าจะมีชีวิตอยู่  
เพื่อเป็นอย่างนั้น เพื่อเอาอย่างนี้แต่มีปัญญาความรู้จักผิดชอบชั่ว  
ดีเป็นกำลังส่งร่างกายให้ออกไป แสวงหาอาหาร หา  
ได้ก็ได้ไม่ได้ก็ไม่ได้เป็นไร .

ในกรณีเจ็บไข้ ก็มีปัญญารู้ว่า ควรจะแก้ไขอย่างไรท่านก็ แก้ไข  
เท่าที่ปัญหามี. ถ้าเป็นมากเกินไป ก็จำต้องตายเป็นธรรมดา เพราะ  
ว่าท่านมีความขวนขวายน้อย ความอยู่หรือความตายไม่มี  
ความหมายสำหรับท่านเลย หรือมันมีค่าเท่ากัน. นับว่าเป็นความ  
คิดเห็นอันถูกต้องที่สุด สำหรับจะไม่ให้มีความทุกข์เลย ไม่ต้องมี  
ตัวตนเป็นเจ้าของ มีแต่ สติปัญญา นำร่างกายให้เป็นไปตามอำ  
นาจของธรรมชาติ.

นี่เราจะเห็นได้ว่า เพียงอำนาจของปัญญาบริสุทธิ์เมตตา  
บริสุทธิ์เท่านั้น ก็ทำให้พระอรหันต์ทั้งหลายมีชีวิตอยู่ในโลกได้และ  
ทำประโยชน์ให้แก่ผู้อื่นอย่างบริสุทธิ์ได้มากกว่าคนที่ยังมีกิเลส  
ตัณหาเสียอีก. คนที่มีกิเลส ย่อมทำ แต่สิ่งที่จะได้อะไรแก่ตัว  
เพราะความเห็นแก่ตัว ส่วนท่านทำไปด้วยความไม่เห็นแก่ตัวเลย  
ฉะนั้นจึงมีผลมากกว่ากัน บริสุทธิ์กว่ากันทำนองนี้

ความอยากเอา อยากเป็นนี้ เป็นความโง่อย่างยิ่งชนิดหนึ่ง เป็น  
ความหลงผิด ไม่รู้ตามที่เป็นอย่างจริงว่า อะไรเป็นอะไรจนกระทั่ง  
ไปคว้าเอากงจักรมาเป็นดอกบัว เพราะฉะนั้นขอให้เราทุกคน

ปฏิบัติหน้าที่ของตนด้วยสติปัญญา ที่รู้ตัวอยู่เสมอว่าไม่มีอะไรที่น่าเอาหน้าเป็นหรือน่าหลงใหลยึดถือดังกล่าวแล้วจงทำไปให้พอเหมาะพอดีกับที่รู้ว่า สิ่งเหล่านั้น มีความไม่น่าเอาหรือไม่น่าเป็นอยู่ตามธรรมชาติ เราจะต้องเข้าไปเกี่ยวข้องให้ถูกวิธี และให้พอเหมาะพอดีในเมื่อเรายังต้องเกี่ยวข้องอยู่. ข้อนี้เป็นการทำใจของเราให้สะอาด สว่างไสวแจ่มแจ้ง สงบเย็นอยู่เสมอ แล้วเข้าไปเกี่ยวข้องกับโลก หรือสิ่งทั้งปวงด้วยอาการที่จะไม่เป็นพิษเป็นโทษแก่ตัวเรา.

ความไม่น่าเอาไม่น่าเป็นนี้ ชาวโลกธรรมดาฟังดูแล้วชวนให้ไม่น่าเชื่อไม่น่าเลื่อมใสแต่ถ้าใครเข้าใจความหมายที่แท้จริงของมันแล้ว กลับจะทำให้เกิดความกล้าหาญว่าเริง คือมีจิตเป็นนายเป็นอิสระต่อสิ่งทั้งปวง ทำให้สามารถเข้าไปหาสิ่งต่าง ๆ ด้วยความมั่นใจว่า จะไม่ตกเป็นทาสมัน คือไม่เข้าไปเกี่ยวข้องด้วยอำนาจของกิเลสตัณหาหน้ามืดจนกลายเป็นทาสของมัน.

คนเรากำลังเอาอะไรอยู่ก็ตาม กำลังเป็นอะไรอยู่ก็ตาม ขอให้รู้จักตัวอยู่เสมอว่า เรากำลังเอาหรือเป็น ในสิ่งซึ่งที่ แท้แล้ว



เอาไม่ได้ เป็นไม่ได้. เพราะไม่มีอะไรที่เอาได้จริงเป็นได้จริง ตาม  
ต้องการของเรา เพราะมันไม่เที่ยงเป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวเราของเรา  
อยู่ตลอดเวลา. เราเองเข้าไปยึดมั่นด้วยกิเลสตัณหาบ้า ๆ บอ  
 ๆ ของเราเองต่างหาก ฉะนั้นเราจึงทำกับสิ่งเหล่านี้ไม่ถูกต้อง  
กับที่มันเป็นจริง. นี่เพราะเข้าไปเกี่ยวข้องด้วยความไม่รู้ตามที่  
เป็นจริงนั่นเองจึงต้องเกิดความทุกข์ยุ่งยากขึ้นทุกอย่างทุก  
ประการ.

คนแต่ละคน ไม่สามารถปฏิบัติหน้าที่ของตนให้บริสุทธิ์ผุดผ่อง  
ก็เพราะว่าอยากเอาอะไร อยากเป็นอะไรเกินขอบเขตเพราะอำ  
นาจของกิเลสตัณหาของตนเองเสียเรื่อยจึงไม่สามารถดำรงตน  
ให้อยู่ในสภาพที่เป็นความดี ความงาม ความถูกต้องและความ  
ยุติธรรม มูลเหตุ แห่งความหายนะของทุกคน มันอยู่ ู่ที่การตก  
เป็นทาสของตัณหาเพราะฉะนั้น การรู้จักสิ่งทั้งปวงให้ถูกต้องตาม  
ที่มันเป็นจริง(ยถาภูตญาณทัสสนะ) จึงเป็นใจความสำคัญที่สุด  
ของพระพุทธศาสนา. นี่เป็นทางให้เราเอาตัวรอดกันได้โดยมาก  
ไม่ว่าในเรื่อง ผลประโยชน์ทางโลก ๆ ซึ่งหวังผลเป็นทรัพย์สมบัติ

ชื่อเสียง ; หรือว่าเพื่อหวังประโยชน์ในโลกหน้าเช่น สวรรค์ ; หรือ  
เรื่องที่พ้นจากโลกขึ้นไป คือเรื่องมรรคผลนิพพานก็ตาม ทั้งหมดนี้  
ล้วนแต่ต้องอาศัยความรู้ความเห็นอันถูกต้องทำนองนี้ทั้งนั้น.

เราทุกคนจะรุ่งเรืองได้ด้วยปัญญา. พระพุทธเจ้าได้ตรัสอยู่บ่อย  
ๆ ว่า **คนเราบริสุทธิ์ได้ด้วยปัญญา** ไม่ใช่บริสุทธิ์ด้วยอย่างอื่น.  
ทางรอดของเราอยู่ที่ปัญญา เห็นแจ่มแจ้งในสิ่งทั้งปวงว่า ไม่มี  
อะไรที่น่ายึดถือ คือน่าเอน่าเป็นด้วยการมอบกายถวายชีวิตเลย .  
ที่มีอยู่ แล้วที่เป็นอยู่แล้ว ก็ขอให้เป็นไปตามสมมุติของทางโลก ๆ  
ที่สมมุติว่าเราเป็นนั่นเป็นนี่กัน ก็เพื่อจะให้รู้จักชื่อรู้จักเสียงรู้จัก  
แบ่งหน้าที่การงานกัน เพื่อความสะดวกในสังคม

เราอย่าไปหลงยึดถือว่า ตัวเราเป็นนั่นเป็นนี่ไปตามที่เขาสมมุ  
ติให้เลย มันจะมีลักษณะเหมือนกับการถูกมอมดั่งสัตว์เล็ก ๆ เช่น  
จิ้งหรีดเป็นต้น ซึ่งเมื่อถูกมอมหน้า ถูกทำให้มีนงแล้ว มันก็จะกัด  
กันเองจนตาย. คนเรานี้แหละถ้าถูกมอมหรือถูกหลอกมาก ๆ ก็จะมี  
เมินเมาจนทำสิ่งที่ตามปกติมนุษยธรรมดาสามัญทำไม่ได้ เช่นฆ่า  
กันเป็นต้น : ฉะนั้น เราอย่าไปหลงติดสมมุติแต่พึงรู้สึกตัวว่านั่น

เป็นเรื่องสมมุติ ซึ่งเป็นของต้องมีในสังคมเราจะต้องรู้สึกโดยแท้จริงว่า กายกับใจนี่คืออะไร ธรรมชาติที่แท้จริงของมัน เป็นอย่างไร โดยเฉพาะก็คือ เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา นั่นเอง ส่วนเรานั้นจะต้องดำรงตนอยู่ในลักษณะที่เป็นอิสระอยู่เสมอ.

สำหรับ ทรัพย์สินสมบัติหรืออะไร ๆ ที่เราจำเป็นจะต้องมี ก็ขอให้เห็นว่าเป็นของสมมุติอีกเหมือนกัน. จะปล่อยไว้ตามประเพณีที่มีอยู่ว่า นี่เป็นของคนนี้ นี่บ้านคนนี่ นี่นาคนนั้น เป็นต้น. กฎหมายคุ้มครองกรรมสิทธิ์ไว้ให้ ไม่ใช่เพื่อมาเป็นนายอยู่เหนือใจเรา. เมื่อเรามีความรู้แจ้งอย่างนี้ สิ่งต่าง ๆ ก็จะลงไปอยู่เป็นบ่าวเป็นทาสเราและเราก็อยู่เหนือมัน.

ถ้าเรารู้สึกไปในทางมีตัณหาอุปาทาน จะมีอะไรเป็นอะไรด้วยจิตใจที่ยึดถือเหนียวแน่นแล้ว มันจะขึ้นมาอยู่เหนือศีรชะเรา แล้วเราก็จะกลับลงไปเป็นบ่าวเป็นทาสอยู่ใต้มัน. มันกลับกันอยู่อย่างนี้จึงเป็นสิ่งที่เราต้องระมัดระวัง ให้เป็นไปในลักษณะที่เรายังคงเป็นอิสระ อยู่เหนือสิ่งทั้งหลายทั้งปวง. มิฉะนั้นแล้ว เราเองจะต้องตกอยู่ในสถานะที่น่าสงสารที่สุด; เราควรสมเพชตัวของเรา

เองกันไว้บ้าง.

เมื่อเห็นจริงว่า ไม่มีอะไรที่น่าเอา น่าเป็นอย่างนี้แล้ว **ความ**  
**เบื่อหน่าย** (นิพพิทา) ก็เป็นดังที่จะเกิดขึ้นติดตามมา ตามส่วนสุด  
ของการเห็นแจ้ง. นี่หมายความว่ามีการคลอนแคลนสั่นสะเทือน  
เกิดขึ้นแล้ว ในการเข้าไปหลงยึดถือ. หรือเปรียบเทียบเมื่อเรา  
ต้องตกเป็นทาสเขามานานจนมีความรู้สึกตัวเกิดขึ้น ก็มีการ  
เคลื่อนไหวไปในทางที่จะต้องปลี้องตนออกจากความเป็นทาส. นี่  
เป็นลักษณะของนิพพิทา คือเบื่อหน่าย เกลียดความเป็นทาสขึ้น  
มาแล้ว หน่ายต่อความที่ตนหลงเข้าไปยึดเอาสิ่งต่าง ๆ ด้วยความ  
เข้าใจว่า น่าเอา น่าเป็นนั่นเอง.

ครั้งพอมีความเบื่อหน่ายแล้วโดยอัตโนมัติตามธรรมชาตินั่นเอง  
ย่อมจะมี **ความจางหรือคลายออก (วิราคะ)** เหมือนกับเชือกที่  
ผูกมัดไว้แน่น ถูกแก้ออกหรือเหมือนสีน้ำย้อมผ้าที่ติดแน่น เอา  
แช่น้ำยาบางอย่างทำให้มีมันหลุดออก ความยึดถือที่คลายออก  
จางออกจากโลกหรือจากสิ่งทั้งปวงที่เคยยึดถือนี้ ท่านเรียกว่า  
"วิราคะ" ระยะเวลาถือว่าสำคัญที่สุดแม้จะไม่ใช้ระยะเวลาสุดท้าย

แต่ก็เป็นระยะที่สำคัญที่สุดของความหลุดพ้น เพราะว่าเมื่อมีการคลายออกจากออกดังนี้แล้ว ไม่ต้องสงสัยเลย สิ่งที่เราเรียกว่าความหลุดออกจากทุกข์ (**วิมุตติ**) จะต้องมีโดยแน่นอน.

เมื่อหลุดออกมาได้จากความเป็นทาส ไม่ต้องเป็นทาสของโลกอีกต่อไป คุณจะ**มีอาการบริสุทธิ์ (วิสุทธิ)** ในที่นี้หมายความว่าไม่เศร้าหมอง ก่อนนี้เศร้าหมองทุกทางเพราะการเข้าไปจมเป็นทาสของสิ่งทั้งหลาย เป็นความเศร้าหมองที่กายวาจาใจ หรือจะมองกันในแง่ไหนๆ ก็เป็นเรื่องความเศร้าหมองทั้งนั้น ต่อเมื่อหลุดพ้นออกมาจากความเป็นทาส ในรสอร่อย ๆ ของโลกแล้ว จึงจะอยู่ในลักษณะที่บริสุทธิ์ คือไม่เศร้าหมองอีกต่อไป.

เมื่อมี **ความบริสุทธิ์** แท้จริง อย่างนี้แล้ว ก็จะเกิด**ความสงบสันติ** อันแท้จริงสืบไป เป็นความสงบเย็นจากความวุ่นวาย จากการรบกวนหรือจากการต่อสู้ดิ้นรนทรมานต่าง ๆ. เมื่อปราศจากการเบียดเบียนวุ่นวายเหล่านี้แล้ว ท่านสรุปเรียกความเป็นอย่างนี้ว่า **"สันติ"** คือความสงบระงับดับเย็นของสิ่งทั้งปวง. มันแทบจะเรียกได้ว่าถึงขั้นสูงสุดหรือขั้นเดียวกับนิพพาน. แท้ที่จริงสันติ

กับนิพพานนั้น เกือบจะไม่ต้องแยกกัน. ที่แยกกันก็เพื่อจะให้เห็นว่าเมื่อสงบแล้ว ก็นิพพาน.

**นิพพาน** แปลว่าไม่มีเครื่องทิ่มแทง อีกอย่างหนึ่งแปลว่าความดับสนิทไม่มีเหลือ ฉะนั้น คำว่านิพพานจึงมีความหมายใหม่ ๆ เป็น ๒ ประการ คือดับไม่มีเชื้อเหลือสำหรับจะเกิดมาเป็นความทุกข์อีกต่อไป นี้อย่างหนึ่ง และอีกอย่างหนึ่งก็คือ ปราศ-จากความทิ่มแทง ความเผาผลาญปราศจากความผูกพัน ร้อยรัดต่าง ๆ ทุกอย่างทุกประการรวมความแล้ว ก็แสดงถึงภาวะที่ปราศจากความทุกข์โดยสิ้นเชิง. นิพพานยังมีความหมายที่มุ่งใช้ต่าง ๆ กันอีกหลายอย่าง เช่นหมายถึง การดับของความทุกข์ก็มี หมายถึงการดับของกิเลสอย่างหมดสิ้นก็มี หมายถึงธรรมหรือเครื่องมือหรือเขตแดน หรือสภาพอันใดอันหนึ่งที่ทุกข์ทั้งปวง กิเลสทั้งปวงสังขารทั้งปวง ดับไปหมดสิ้นก็มี.

แม้จะมีคำว่า "นิพพาน" ใช้กันอยู่ในลัทธิศาสนาหลาย ๆ ลัทธิก็ตาม (แต่ความหมายไม่เหมือนกันเลย เช่นลัทธิหนึ่งก็ถือเอาความสงบเย็น เพราะการที่ได้ฌาน ได้สมาบัติว่าเป็นนิพพาน ;

บางลัทธิถือความมัวเมาอยู่ในกามารมณ์กันอย่างเพียบ  
พร้อมว่าเป็นนิพพาน. พระพุทธเจ้าทรงปฏิเสธนิพพานในความ  
หมายเช่นนี้ทรงระบุนิพพานในลักษณะ  
ที่เป็นภาวะอันปราศจาก ความทึบแทงร้อยรัดแผดเผาของกิเลส  
และ ความทุกข์เพราะการได้เห็นสภาวะโลก เห็นสิ่งทั้งปวงตามที่เป็น  
จริงจนหยุดความอยาก ความยึดติดในสิ่งต่าง ๆ เสียได้ ดังนี้.

เพราะฉะนั้น เราจึงควรเห็นคุณค่าอันยิ่งใหญ่ของการที่เห็นสิ่ง  
ทั้งหลายถูกต้องตามเป็นจริง และควรพยายามให้เกิดมีขึ้นไม่ทาง  
ใดก็ทางหนึ่ง กล่าวคือทางที่จะเป็นไปเองตามธรรมชาติโดยการ  
ประคับประคองให้ดี ทำจิตใจให้มีปีติปราโมทย์ มีการเป็นอยู่ที่  
บริสุทธิ์ทุกกลมหายใจเข้าออกทั้งกลางวัน ละครกลางคืนอยู่เสมอ จน  
กระทั่งเกิดคุณธรรมต่าง ๆ ตามลำดับที่กล่าวแล้ววิธีหนึ่ง. ส่วน  
อีกวิธีหนึ่งนั้นเป็นการเร่งรัดด้วยอำนาจจิตบังคับ คือไปศึกษาและ  
ปฏิบัติตามหลักวิธีของการทำสมาธิ หรือการเจริญวิปัสสนาโดย  
เฉพาะ. สำหรับผู้ที่มีอุปนิสัยเหมาะสม ก็อาจก้าวหน้าไปได้เร็ว ใน  
เมื่อทำถูกวิธีและถูกกับสิ่งแวดล้อม.

แต่วิปัสสนาตามธรรมชาตินั้น เราทำได้ทุกโอกาสทุกขณะเพียง  
ระวางให้การเป็นอยู่ประจำวันของเรา บริสุทธิ์ผุดผ่องจนเกิดความ  
อิมใจในทางธรรมะ มีความสงบรำงับ แห่งจิต มีความรู้ตามที่เป็น  
จริงต่อสิ่งทั้งหลาย เกิดความเบื่อหน่ายความคลายออกความ  
หลุดออกมีความบริสุทธิ์ ไม่เศร้าหมอง ความสงบเย็น ถึงภาวะที่  
ปราศจากความทุกข์อย่างซิมลงน้อย ๆ เรื่อย ๆ ไปตามธรรมชาติ  
ทุกวัน ทุกเดือน ทุกปี ก็จะได้ใกล้ชิดนิพพานอย่างแท้จริงได้มากขึ้น  
ๆ.

สรุปความว่า สมาธิและวิปัสสนาตามธรรมชาติ ที่ทำให้บุคคล  
บรรลุมรรคผลนั้น ต้องอาศัยการพิจารณาความจริงในข้อที่ว่า  
"ไม่มีอะไรที่น่าเอา ไม่มีอะไรที่น่าเป็น" อยู่เป็นประจำทุกวัน.  
ผู้หวังจะได้ผลอันนี้ จะต้องพยายามทำตนให้เป็นคนสะอาดมี  
อะไรเป็นที่พอใจตัว จนยกมือไหว้ตัวเองได้ มีปีติปราโมทย์ตาม  
ทางธรรมอยู่เสมอ ไม่ว่าจะในเวลาปฏิบัติหน้าที่หรือเวลาพักผ่อนปีติ  
ปราโมทย์นั่นเองจะทำให้เกิดความแจ่มใส สดชื่น มีใจสงบรำงับ  
เป็นเหตุให้จิตมีสมรรถภาพ ในการคิดค้นตามธรรมชาติอยู่อย่า



งัดโน้มนำเกิดความเป็นจริงว่า ไม่มีอะไรที่น่าเอา น่าเป็นอยู่เสมอ  
ขณะใดเป็นไปอย่างแรงกล้า จิตก็หน่ายคลายความอยากไปเอง  
ไม่มีความหลง อยากในสิ่งใดด้วยกิเลสตัณหาอีกต่อไป ความ  
ทุกข์ซึ่งไม่มีที่ตั้งอาศัยก็สิ้นสุดลง ผู้นั้นก็ได้ชื่อว่าเป็นผู้ถึงที่สุด  
แห่งการปฏิบัติเพื่อความพ้นทุกข์แล้ว นับว่าเป็นของขวัญที่  
ธรรมชาติมีไว้ให้ สำหรับคนทุกคนโดยแท้จริง.

# เรียนธรรมะ กับ เรียนปรัชญา.

เรียนอะไร	ถ้าเรียน	อย่างไร
ที่เทียบกับ	คำว่า	ฟิสิกส์
ยิ่งพลาดจาก	ธรรมะ	ที่ควรมี
เพราะเหตุที่	ยิ่งเรียนไป	ยิ่งไม่ซึม
เพราะเรียนอย่าง	คำนวณสิ่ง	ไม่มีตัว
สมมติฐาน	เอาในหัว	อย่างครีมนครีม
อุปมาน	อนุมาน	สร้าันทิมทิม
ผลออกมา	งิมงิม	จับเอาไป.
เรียนธรรมะ	มีวิถี	วิทยาศาสตร์
มีตัวธรรม	ที่สามารถ	เห็นชัดใส
ไม่คำนวณ	หากแต่มอง	ลองด้วยใจ
ส่องลงได้	ตามที่มา	ฉลาดมอง.
จะส่วนเหตุ	หรือส่วนผล	ยลประจักษ์

เห็นตระหนักรู้	ว่าอะไร	อย่างไรสนอง
แก้คำถาม	แจ้งถนัด	ชัดทำนอง
ตามที่ต้อง	ปฏิบัติ	ชัดลงไปฯ

## แนวกรทำใหู้้แจ้้งตามหลักวิชา

๑. สีสลวิสุทธี : ความหมดจจดแห่งศีล.

๒. จิตตวิสุทธี : ความหมดจจดแห่งจิต.

(๑) ๓. ทิฏฐิวิสุทธี : ความหมดจจดแห่งความเห็น.

(๒) ๔. กังขาวิตรณวิสุทธี : ความหมดจจดแห่งความรู้เป็น  
เครื่องข้มความสงสัย.

(๓) ๕. มัคคัมคคญาณทัสสนวิสุทธี : ความหมดจจดแห่ง  
ความรู้ความเห็นที่ว่าเป็นทางหรือไม่ใช่ทาง.

(๔) ๖. ปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธี : ความหมดจจดแห่งความ  
รู้ความเห็นทางทางปฏิบัติ :-

๑. อุทยัพพนุปีสสนญาณ : เห็นความเกิดและความ  
ดับสลาย.

๒. กังคานุปีสสนญาณ : เห็นความดับสลายโดย  
ส่วนเดียว.

๓. ภาตตุปีสสนญาณ : เห็นภาวะทั้งหลายเต็ม  
ไปด้ว้ความน่ากลั้ว.

๔. อาทีนนวนุปัสสนาญาณ : เห็นความเต็มไปด้วย  
โทษทุกข์ภัย.

๕. นิพพิทานุปัสสนาญาณ : เห็นความเบื่อหน่ายใน  
สิ่งทั้งหลายทั้งปวง.

๖. มุญฺจิตุกัมมยตาญาณ : ความรู้ซึ่งทำให้เกิดความ  
ใคร่อย่างแรงกล้าที่จะพ้นทุกข์.

๗. ปฏิสังขานุปัสสนาญาณ : ความรู้ทางพ้นทุกข์นั้นๆ

๘. สังขานุปেকชาญาณ : ความรู้เป็นเครื่องปล่อยวาง  
เฉย .

๙. สัจจานุโลมิกญาณ : ความรู้ควรแก่การรู้หรือยสัจ.

(๕) ๗. ญาณทัสสนวิสทฺธิ : ความหมดจดแห่งความรู้ ความ  
เห็นที่ถูกต้อง

ก. อริยมรรค.

ข. อริยผล.

## การทำให้อุ้งแจ้งตามหลักวิชา

คราวนี้ จะอธิบายถึงวิธีทำความเข้าใจให้เกิดขึ้นตามหลักวิชา. ไม่อยู่ในรูปของพุทธภาษิต เพราะเป็นสิ่งที่อาจารย์ยุคหลัง ๆ จัดขึ้น. เป็นวิธีเหมาะสำหรับผู้ปฏิบัติที่มีอุปนิสัยอ่อน ยังมองไม่เห็นทุกข์ภัยตามธรรมชาติด้วยตาตัวเอง. อย่างไรก็ตาม นี้ก็ได้หมายความว่า วิธีที่เป็นไปตามหลักเกณฑ์ชนิดนี้ จะวิเศษกว่าที่จะเป็นไปตามวิธีธรรมชาติ เพราะเหตุว่าเมื่อตรวจดูพระไตรปิฎกโดยตรงจะเห็นว่ามิกกล่าวแต่วิธีที่เป็นไปตามธรรมชาติทั้งนั้น.

แต่บางคนอาจเห็นไปว่า นั่นเป็นเรื่องที่เป็นไปได้เฉพาะบุคคลที่มีบุญบารมี หรืออุปนิสัยได้สะสมมาไว้มากจนเพียงพอที่จะรู้สิ่งเหล่านั้นได้เหมือนกับทำเล่น ๆ สำหรับผู้ที่ไม่มียบารมีไม่มีอุปนิสัยจะทำอย่างไร ? ท่านเลยวางระเบียบปฏิบัติเร่งรัดไปตั้งแต่ต้นทีเดียว ต้องให้ทำไปตามระเบียบตามลำดับอย่างรัดกุม

ระเบียบปฏิบัติ เพื่อทำให้เกิดความเห็นแจ้งนี้ เพิ่งเรียกกันใน

ยุคอรรถกถาโดยชื่อใหม่ว่า "วิปัสสนาธุระ" ให้เป็นคู่กันกับ "คันถธุระ" ซึ่งเป็นเรื่องการเรียนตำราโดยตรงวิปัสสนาธุระเป็นการเรียนจากภายใน คืออบรมจิตโดยเฉพาะ ไม่เกี่ยวกับตำราคำว่า "คันถธุระ" และ "วิปัสสนาธุระ" สองคำนี้ ไม่ได้มีมาในบาลีพระไตรปิฎก จะมีปรากฏก็แต่ในหนังสือชั้นหลัง ๆ เช่นอรรถกถาธรรมบทเป็นต้น. แต่ถึงอย่างนั้นก็ตาม เราก็อาจใช้เป็นหลักเกณฑ์ได้ว่า วิปัสสนาธุระนั้น เป็นการทำงานของพุทธบริษัทที่ออกตั้งใจจะทำความดับทุกข์ ด้วยการทำความเพียรในทางเพ่งพิจารณาโดยตรง.

คำว่า "วิปัสสนา" นี้ มีทางพินเพื่ออยู่บางสิ่งบางอย่างคือในบางกรณีเกิดไปแยกทำทางจิต เป็นสองประเภทโดยเด็ดขาดคือทำเพื่อให้เกิดสมาธิประเภทหนึ่ง ทำเพื่อให้เกิดปัญญาอีกประเภทหนึ่ง แล้วเรียกการทำสมาธินั้นว่าสมถภาวนา และเรียกการทำทางปัญญาว่าวิปัสสนาภาวนาเลยทำให้วิปัสสนามีความหมายแคบเข้ามาเหลือแต่เพียงเรื่องปัญญา.

แต่โดยที่ แท้แล้ว คำว่า วิปัสสนาธุระต้องกินความรวมหมดทั้ง

สมถภาวนาและวิปัสสนาภาวนา คือหมายถึงทั้งสมาธิและปัญญานั่นเอง และยิ่งไปกว่านั้นยังรวมเอาศีล ซึ่งยังไม่ใช่ตัวภาวนาอะไรเลย เข้าไปอีกด้วยในฐานะเป็นบริวารหรือเป็นบาทฐานของสมาธิ. เพื่อจะให้เข้าใจการปฏิบัติวิปัสสนาได้เป็นอย่างดี อาจารย์แต่กาลก่อนนิยมตั้งหัวข้อไว้เป็นข้อ ๆ มาทีเดียว

หัวข้อแรกที่สุดก็ว่า อะไรเป็นฐานที่ตั้งที่อาศัยของวิปัสสนา?

อะไรเป็นลักษณะเครื่องสังเกตว่าเป็นตัววิปัสสนา?

อะไรเป็นกิจที่เรียกว่าวิปัสสนา?

และอะไรจะเป็นผลสุดท้ายของวิปัสสนา?

เมื่อตั้งปัญหาว่าอะไรเป็น **ที่ตั้งที่อาศัยของวิปัสสนา** ก็ตอบว่า ศีลกับสมาธิเป็นที่ตั้งที่อาศัยของวิปัสสนา เพราะวิปัสสนา หมายถึงการรู้แจ้งเห็นจริง ซึ่งจะเกิดขึ้นมาได้ก็ต่อเมื่อบุคคลนั้นมีจิตใจที่ปีติปราโมทย์ ไม่มีอะไรเป็นเครื่องเศร้าหมองใจ. ข้อนี้ ศีลช่วยได้ถึงที่สุด : เมื่อมีศีลบริสุทธิ์ก็มีปีติปราโมทย์ ฉะนั้นจึงต้องมีศีลก่อน. คำกล่าวนี้มีหลักที่อ้างอิงในพระบาลีโดยตรง ในบาลีมัชฌิม



นิกายก็ได้มีการกล่าวถึงความบริสุทธิ์ระดวงของการปฏิบัติ เป็นขั้น ๆ ไปตามลำดับ จนครบ ๗ อย่างถึงที่สุดคือการบรรลุ มรรคผล.

ในขั้นแห่งความบริสุทธิ์ ๗ อย่างนั้นท่านก็ยกเอาศีลเป็นข้อแรก เรียกว่า **ศีลวิสุทธิ** คือความหมดจดแห่งความประพฤติศีลวิสุทธิ ก็ส่งให้เกิด **จิตตวิสุทธิ** คือความหมดจดแห่งจิต ; ความหมดจดแห่งจิตก็ส่งให้เกิด **ทิฏฐิวิสุทธิ** คือความหมดจดแห่งความเห็น ; ความหมดจดแห่งทิฏฐิก็ส่งให้เกิด **กัมขาวิตตรณวิสุทธิ** คือความหมดจดแห่งความรู้ที่จะข้ามความสงสัยเสียได้. ต่อไปความหมดจดแห่งความรู้เป็นเครื่องข้ามความสงสัย ก็ส่งให้เกิด **มัคคา มัคคญาณทัสสนวิสุทธิ** คือความหมดจดแห่งความเห็นแจ้งว่า อะไรเป็นหนทางอะไรไม่ใช่หนทาง ; ความหมดจดในความรู้ว่า อะไรเป็นทาง อะไรไม่ใช่ทางนี้ก็ส่งให้เกิด **ปฏิบัติปทาญาณทัสสนวิสุทธิ** คือความหมดจดแห่งความรู้ความเห็นในตัวการปฏิบัตินั้นๆ. ปฏิบัติปทาญาณทัสสนวิสุทธินี้ก็ส่งให้เกิด **ญาณทัสสนวิสุทธิ** อันเป็นขั้นสุดท้าย คืออริยมรรคซึ่งเป็นคู่กันกับอริยผล ผลเป็นสิ่งที่

เกิดจากมรรคเองอย่างหลีกเลี่ยงไม่พ้น ฉะนั้น ท่านจึงกล่าวไว้เพียงแค่อริยมรรค ในฐานะเป็นขั้นสุดท้ายของการปฏิบัติ.

ศีล หมายถึงการประพฤติที่ปราศจากโทษทางกายและวาจาถ้ายังมีความไม่ปกติทางกายทางวาจาอยู่แล้ว ยังเรียกว่าไม่มีศีลที่ถูกต้องสมบูรณ์ตามความหมายของศีล. เมื่อมีความปกติ คือ ความสงบทางกายวาจา ก็ย่อมจะเกิดความสงบในทางจิตใจ เหมาะที่จะปฏิบัติงานทางด้านจิตต่อไป คือ ทิฏฐิวิสุทธิ กังขาวิตรณวิสุทธิ มัคคาคัคคญาณทัสสนวิสุทธิ ปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธิ และญาณทัสสนวิสุทธินั้นเป็นตัววิปัสสนาแท้. สี่วิสุทธิกับจิตตวิสุทธิ จัดเป็นปากทางของ วิปัสสนา.

**วิปัสสนาตัวที่ ๑** ความหมัดจดของทิฏฐิหมายถึง การหมดความเห็นผิดที่เห็นกันมาแต่เดิม หรือตามสิ่งแวดล้อมนับตั้งแต่ความเชื่อมงายไร้เหตุผลในเรื่องของไสยศาสตร์ขึ้นมาถึงเรื่องความเข้าใจผิดในธรรมชาติ เช่นเห็นว่าร่างกายละจิตใจเหล่านี้เป็นของเที่ยงเป็นสุขหรือเป็นตัวตน เป็นสัตว์ เป็นมนุษย์ เป็นเทวดา เป็นพรหม เป็นผี เป็นอะไร ๆ ในทางขลังทางศักดิ์สิทธิ์ไป

ทั้งนั้น ไม่สามารถจะเห็นว่ามันเป็นแต่เพียงธาตุสี่หรือเป็นเพียงนามและรูป กายกับใจแต่ไปเห็นเป็นตัวเป็นตน มีเจตภูตหรือวิญญาณที่เข้า ๆ ออก ๆ อยู่กับร่างกาย มองไม่เห็นว่าเป็นขันธ์ คือรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ไม่เห็นว่าเป็นเพียงการสัมผัสทาง ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เหล่านี้เป็นต้นความคิดผัดจึงโน้มเอียงไปในทางยึดถือความขลัง ยึดถือความศักดิ์สิทธิ์จนทำให้เกิดความหวาดกลัว เลยต้องทำพิธีรีตองต่าง ๆ ตามความเชื่อความเห็นผิดเหล่านั้น นี่เราเรียกว่าความเห็นยังไม่สะอาดหมดจด จะต้องเริ่มละความเห็นที่เหลวไหลอย่างผิด ๆ ในชั้นหยาบ ๆ ทำนองนั้นให้หมดเสียก่อน จึงจะเป็นวิปัสสนาตัวที่ ๑ เรียกว่าทิวฐิวสุทธิ.

**วิปัสสนาตัวที่ ๒** กังขาวิตรณวิสุทธิ ก็คือการพิจารณาลงไปถึงเหตุดั้งเดิม. ทิวฐิวสุทธิทำให้เห็นคน ๆ หนึ่งเป็นเพียงกายกับใจ กังขาวิตรณวิสุทธินี้มีหน้าที่ แยกดูว่ากายกับใจแต่ละอย่าง ๆ นี้ มีมูลเหตุสร้างสรรคร่วมกันมาอย่างไร ฉะนั้น จึงมองลึกลงไปอีกว่า ความรู้ ความอยาก ความยึดติด กรรม อาหาร ฯลฯ มันสร้างสรร

ค้ปรงแตงกันมาอย่างละเอียดประณีตจนกระทั่งเกิดดั่งที่เรียกว่า ภายกับใจ กังขาวิตรณวิสุทธิกถ่าวคือ ความหมจดแห่งความรู้ที่ จะให้ข้ามความสงสัยเสียได้ นี้จึงหมายถึงความเห็นแจ้งในพวกเหตุพวกปัจจัยของสิ่งทั้งปวงนั่นเอง.

ในระเบียบของวิปัสสนานั้น ท่านจำแนกความสงสัยเหล่านี้ ออกไปราว ๒๙-๓๐ อย่าง แต่สรุปแล้วก็คือ เป็นความสงสัยเกี่ยวกับตัวเรามีอยู่หรือไม่? ตัวเรามีแล้วหรือไม่? ตัวเราจะมีต่อไปหรือไม่? ในลักษณะอย่างไร? เป็นต้น. การจะข้ามความสงสัยได้นั้น ก็ต้องอาศัยเหตุที่ได้ทราบว่ามันไม่มีตัวเรา มีแต่ธาตุขันธ์อายตนะพร้อมทั้งเหตุปัจจัยต่าง ๆ เช่น อวิชชา ตัณหา อุปาทาน กรรมอาหาร ฯลฯ ซึ่งปรงแตงสิ่งเหล่านี้ โดยมันไม่มีตัวเราจริง ๆ แล้วเริ่มเลิกความเข้าใจเขลา ๆ ว่าเรามีอยู่ เรามีมาแล้ว เราจะมีต่อไปนั้นเสีย.

เมื่อความสงสัยชนิดนี้ระงับไปแล้ว ก็เรียกว่าเป็นวิปัสสนาตัวที่ ๒ แต่มีได้หมายความว่าเป็นการถอนอุปาทานว่ามีตัวเราได้โดยสิ้นเชิง เพราะส่วนที่ละเอียดกว่านั้นยังมีอยู่อีก. ความสงสัยเหล่านี้

ได้ระงับไป เพราะเรามีความรู้เรื่องการปรุงแต่งของเหตุปัจจัยต่าง ๆ จนเพิกถอนความเชื่อว่ามี "ตัวเรา" ขึ้นหยาบ ๆ นี้เสียได้.

**วิปัสสนาตัวที่ ๓** เมื่อข้ามความสงสัยเช่นนี้ได้แล้ว ก็สามารถทำให้เกิดมัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ คือความรู้อันสะอาดหมดจดเห็นว่าอะไรเป็นทางที่ก้าวต่อไปอย่างถูกต้องและอะไรไม่เป็นทางที่จะก้าวต่อไปได้. อุปสรรคที่ทำให้ก้าวต่อไปไม่ได้ อันนี้ก็มีหลายอย่าง ที่มักเกิดในขณะที่ทำวิปัสสนาก็คือ ในตอนที่จิตเป็นสมาธินั้น มักจะเกิดสิ่งต่าง ๆ ชนิดแปลกประหลาด และจับอกจับใจแก่ผู้ทำมากเหลือเกิน เช่นเห็นแสงสว่างรุ่งเรืองน่าอัศจรรย์ ปรากฏอยู่ที่ตาในโดยไม่ต้องลืมตา. ถ้ายังไปโน้มน้ำจิต เพื่อให้เห็นนั่นเห็นนี่เข้าด้วยก็ยิ่งไปกันใหญ่.

ถ้าใครเข้าใจผิดว่า "นี่ แล้วเป็นผลของวิปัสสนา" หรือยินดีว่า "นี่ เป็นของวิเศษพอแล้วสำหรับเรา" ดังนี้ก็ตามมันย่อมกั้นหนทางแห่งความเห็นแจ้งในมรรคผล ท่านจึงถือว่าเป็นเรื่องผิดทาง ตัวอย่างอีกเรื่องหนึ่งเช่นเกิดปีติอิมอกอิมใจขึ้นมาท่วมท้นจิตใจ เสียเรื่อยตลอดเวลา จนไม่อาจพิจารณาอะไรได้อีกต่อไป หรือเกิด

เข้าใจว่า นี่ แล้วเป็นนิพพานในปัจจุบันทันตาเห็นดังนี้เป็นต้นก็ติด  
ต้นไม่ก้าวหน้าไปไม่ได้ นี่ก็เป็นอุปสรรคของวิปัสสนา. ท่านยัง  
กล่าวว่าแม้ความเห็นแจ้งในรูปในนาม บางขณะบางครู่ก็ได้ทำ  
ความพอใจให้หลงคิดไปว่า ตนเป็นผู้เห็นธรรมอย่างวิเศษ แล้วทะ  
นงตัวฟุ้งซ่านอยู่ด้วยความเห็นผิดต่าง ๆ ในเรื่องเหล่านั้นนี้ก็นับ  
ว่าเป็นอุปสรรคของวิปัสสนา.

ในบางกรณีผู้ทำสมาธิใช้อำนาจจิตตนเอง บังคับให้ร่างกายรำ  
งับจนแข็งทื่อ ไม่มีสติที่จะพิจารณาธรรมะหรือจะโน้มไปเพื่อ  
ความเพียรอันสูงขึ้นไป นี้ก็นับว่าเป็นอุปสรรคอย่างยิ่งในการที่  
จะก้าวหน้าต่อไป. แล้วคนก็นิยมชมชอบถือว่าเป็นคุณวิเศษ  
เป็นมรรคผล. ผู้ที่พอใจหลงไหลแต่ในทางสมาบัตินั่งตัวแข็งทื่อ  
ไม่รู้สีกตัวจึงไม่อาจก้าวไปในทางปัญญาได้เลย เป็นที่น่าสงสา  
รอย่างยิ่ง

ยังมีอีกซึ่งอาจเกิดขึ้นได้มากที่สุด เช่นเกิดความรู้สึกปีติเป็น  
สุขใจชนิดที่ไม่เคยพบมาแต่ก่อนเลย แล้วก็ประหลาดใจเหลือที่จะ  
อธิบายได้ ทำคน ๆ นั้นให้เกิดความพอใจเหลือที่จะประมาณ.เพ

ระว่าในขณะที่นั้นใจกับกายเป็นสุขแสนที่จะสุข ปัญหาต่าง ๆ หมด  
เกลี้ยงไปจากใจ : ระลึกถึงเรื่องที่เคยรักก็ไม่รัก ระลึกนึกถึง  
เรื่องที่เคยเกลียด ระลึกนึกถึงเรื่องที่เคยกลัว เคยหวาดเสียวเคยวิ  
ตกกังวลห่วงใยต่าง ๆ ก็ไม่เกิดความรู้สึกทำนองนั้นอีก ; เขาจึงหลง  
เข้าใจผิดไปว่า บัดนี้ตนเป็นผู้หลุดพ้นแล้วจากกิเลสทั้งปวง เพราะ  
จิตใจของเขามีลักษณะ หรืออาการราวกับบุคคลผู้หลุดพ้นแล้ว  
จากกิเลสจริง ๆ ตลอดเวลาที่เขาเป็นอย่างนั้นอยู่ถ้าเขาเกิดความ  
พอใจ ในความเป็นอย่างนั้นอยู่ เพียงแค่นั้นแล้วก็เป็นการตัดหน  
ทางก้าวหน้าของวิปัสสนา และไม่เท่าไรอาการเช่น นั้นก็ค่อย ๆ  
เสื่อมหายไป สิ่งที่เคยกลัว ก็จะกลับกลัวอย่างเดิม สิ่งที่เคยรัก  
ก็จะกลับรักอย่างเดิม อะไร ๆ ก็จะกลับสู่สภาพเดิม หรืออาจมาก  
เกินไปกว่าเดิม ๆ.

อีกอย่างหนึ่งเกี่ยวกับเรื่องความเชื่อ ความเชื่อที่ไม่เคย  
แน่นแฟ้นมาแต่ก่อน ก็จะปรากฏว่าแน่นแฟ้น เช่นเชื่อในพระ  
รัตนตรัยหรือในสิ่งที่ตัวนี้จะเชื่อ. แม้ที่สุด เช่นความพอใจใน  
ธรรมะก็จะมีอาการรุนแรง ลักษณะของความเฉยต่อสิ่งทั้งปวง มี

อาการชัดแจ้ง. ล้วนแต่เป็นอาการจงใจให้หลงผิด คิดว่าตน  
ได้บรรลุมรรคผลนิพพานแล้ว.

เป็นการยากมากที่คนแรกพบสิ่งเหล่านี้ จะเข้าใจได้ว่า มัน  
เป็นอุปสรรค และเป็นเครื่องกีดขวางทางของวิปัสสนา ; มีแต่จะ  
กลับเห็นไปเสียว่า นี่เป็นยอดสุดของวิปัสสนาทีเดียว. ต่อเมื่อใด  
เกิดความรู้แจ้งจริง ๆ ว่า สิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งกีดขวางทางของวิปัส  
สนา ขั้นที่จะทำการตัดกิเลสละเอียดเสียได้ เมื่อนั้นจึงจะถือได้ว่า  
เป็นวิปัสสนาตัวที่ ๓ คือความบริสุทธิ์หมดจดของความรู้ความ  
เห็นที่ว่า อะไรเป็นทางถูก อะไรเป็นทางผิด. เขาจะต้องศึกษาอบ  
รมตนดำรงตนให้เดินไปในทางที่ถูกไว้เรื่อย ๆ ไปจนเกิดความรู้  
แจ้งชัด ในหนทางของวิปัสสนาที่ถูกที่แท้โดยประการทั้งปวง.

**วิปัสสนาตัวที่ ๔** เมื่อมีความเข้าใจในเรื่องทางผิดทางถูกโดย  
สมบูรณ์เช่นนี้แล้ว ความรู้ในอันดับต่อไปก็ต้องดำเนินถูกทาง  
เป็นธรรมดา และจะก้าวหน้าไปตามลำดับนับตั้งแต่เห็นความจริง  
ในสังขารทั้งปวงชัดแจ้งถึงที่สุด จนกระทั่งวางใจเฉยในสิ่งทั้งปวง  
มีจิตพร้อมที่จะบรรลุถึงการรู้หรือวิสัยทัศน์ ที่เป็นคุณธรรมขั้นพิเศษ



สืบไป เรียกว่าปฏิบัติพหุญาณทัสสนวิสุทธิ ซึ่งแปลว่าความหมดจดแห่งความรู้ความเห็นในตัวทางแห่งการปฏิบัติ นับเป็นวิปัสสนาตัวที่ ๔ หรือนับเป็นวิสุทธิอันดับที่ ๖.

เนื่องจากไม่มีคำอธิบายอันละเอียด ของญาณนี้ในพระไตรปิฎกโดยตรง อาจารย์ในชั้นหลัง ๆ จึงจำแนกลำดับความรู้ ในตัวทางแห่งการปฏิบัติเป็น ๙ ลำดับด้วยกันและเรียกว่า วิปัสสนาญาณ ๙ คือ

๑. เมื่อวิปัสสนาดำเนินไปถูกทาง และการเพ่งพิจารณาความเกิด แก่ เจ็บ ตาย ของสังขารถึงที่สุดแล้วก็เพ่งพิจารณาให้แน่วแน่ในภาวะความเกิดขึ้น และความเสื่อมสลายไปของสังขารเหล่านั้นจนแจ่มแจ้งถึงที่สุด คือมองเห็นภาวะทั้งหลายเต็มไปด้วยการเกิดและการดับเหมือนท้องทะเลระยิบระยับ เต็มไปด้วยการเกิดและการดับของฟองน้ำที่เกิดจากลูกคลื่นฉันใดก็ฉันนั้น ความรู้ที่ได้ในขณะนี้เรียกว่า อุกฤษฏัพพยุภูวิปัสสนาญาณ และว่าความรู้เป็นเครื่องชี้ให้เห็นความเกิดขึ้นและความเสื่อมสลายไปหรือมักเรียกสั้นๆ ว่า อุกฤษฏัพพญาณ. การเห็นเหล่านี้เกิด

จากการฟังพิจารณาให้เห็นชัดและนานพอ จนกว่าความรู้นั้น จะแน่นแฟ้นเหมือนกับย้อมติดอยู่ในใจ เพื่อให้มีกำลังแรงมาก พอที่จะเบื่อหน่ายไถ่ถอนความยึดติดในสิ่งต่าง ๆ เสียได้. นี้ เป็นวิปัสสนาญาณ อันดับที่ ๑.

๒. การฟังพิจารณาความเกิดขึ้น และความเสื่อมสลายไปถึง สองประการในความเดียวกันนั้น ยังหยาบอยู่ยิ่งพว่กว่าที่จะฟัง เพียงอย่างเดียว ในขั้นนี้ท่านจึงให้ทิ้งเสียอย่างหนึ่ง คือไม่ ฟังดูฝ่ายเกิด ฟังดูแต่ฝ่ายความดับเพื่อให้เห็นความสลายหรือ ความดับลึกซึ่งจนแรงถึงที่สุด จนกระทั่งรู้สึกว่ ในโลกทั้งปวงไม่มี อะไรนอกจากความพังทลาย หรือความแตกดับทั่วไปหมดเหมือนกับท่าฝนตกลงมาทั่วไปทุกหนทุกแห่ง. จิตที่อยู่ในความรู้สึกเช่นนี้ เรียกว่าประกอบอยู่ด้วย **กังคานุปัสสนาญาณ** แปลว่าความรู้ เป็นเครื่องชี้ให้เห็นความพังทลายหรือความดับ. เรียกสั้น ๆ ว่า กังคญาณ. นี้เป็นวิปัสสนาญาณอันดับที่ ๒.

๓. เมื่อความเห็นแจ้งในความแตกเสื่อมสลาย มีมากเพียงพอ แล้ว ก็จะทำให้เกิดความรู้แจ้งต่อไปเป็นอันดับที่ ๓ ว่า ภาวะคือ

ความมี ความเป็น ทั้งหลายนี้เป็นสิ่งที่น่ากลัวความน่ากลัวปรากฏ  
เต็มไปใน ภาพทั้งปวงไม่ว่าจะเป็นกามภาพ รูปภาพหรืออรูปรภาพ  
ก็ตาม. ภาพทั้งปวงเต็มไปด้วยภาวะที่น่ากลัว เพราะมีความแตก  
ทำลายของสังขารทั้งปวงอยู่ทุกขณะจิต จึงเกิดเป็นความหวาด  
กลัวสะดุ้งถึงที่สุดจริง ๆ ขึ้นในใจของผู้เห็นแจ้ง. และความกลัว  
อันถูกต้องนั้น จะประจำอยู่ในใจ เป็นความเห็นแจ้งชนิดหนึ่งว่า  
มีแต่ความน่ากลัวเปรียบประดุจยาพิษ อาวุธหรือใจอันโหดร้าย  
ทั้งนั้น ที่บรรจุอยู่ในภาพทั้ง ๓ เต็มไปหมด ไม่มีอะไรนอกไปจาก  
นั้น. ความรู้สึกเช่นนี้ท่านเรียกว่า **ภยตูปัญฐานญาณ** แปลว่า  
ความรู้แจ้งเห็นภาวะทั้งหลายว่าเต็มไปด้วยความน่ากลัว. เรียก  
สั้น ๆ ว่า ภยญาณ. จัดเป็นวิปัสสนาญาณอันดับที่ ๓.

๔. เมื่อรู้สึกว่ภาวะทั้งปวงเต็มไปด้วยความน่ากลัวมากพอต่อ  
ไปก็จะเกิดความรู้แจ้งขึ้นมาว่า สภาพของสิ่งทั้งปวงประกอบด้วย  
โทษอันร้ายกาจโดยส่วนเดียว ไม่มีความปลอดภัยในการที่จะไป  
หลงเกี่ยวข้องกับสิ่งเหล่านั้น. เปรียบเหมือนป่าที่เต็มไปด้วย  
สัตว์ร้าย ไม่เป็นที่น่าอภิรมย์แก่ผู้ต้องการความเพลิดเพลินจากป่า

ฉันใดก็ฉันนั้น. ความรู้สึกเห็นสภาพทั้งปวง เต็มไปด้วยโทษต่าง ๆ เช่นนี้เรียกว่า **อาทีนวุปัสสนาญาณ** แปลว่าความรู้เป็นเครื่องให้เห็นโทษของสังขารทั้งปวง. เรียกสั้น ๆ ว่า อาทีนวุญาณ. จัดเป็นวิปัสสนาญาณอันดับที่ ๔.

๕. เมื่อพิจารณามองเห็นว่า สิ่งทั้งหลายย่อมเต็มไปด้วยโทษทุก ๆ กระเบียดนิ้วเช่นนี้แล้ว ก็เกิดความเบื่อหน่ายในภาวะทั้งปวง เห็นเป็นเหมือนกับบ้านเรือนที่ถูกไฟไหม้เหลือแต่ดุ้นถ่าน: ดูเป็นรูปโครงของบ้านเมืองที่ถูกไฟไหม้ ไม่น่าเสนาหาแต่ประการใด. ความรู้สึกเบื่อหน่ายต่อการที่จะต้องระคนอยู่กับสิ่งปรุงแต่งทั้งปวงนี้เรียกว่า **นิพพิทานุปัสสนาญาณ** แปลว่าความรู้ทำให้เกิดความเบื่อหน่าย เรียกสั้น ๆ ว่า นิพพิทาญาณ. นับเป็นวิปัสสนาญาณอันดับที่ ๕.

๖. เมื่อเกิดความเบื่อหน่ายที่แท้จริงเช่นนั้นก็เกิดความรู้สึกที่อยากจะพ้นจากสิ่งต่าง ๆ เหล่านั้นจริง ๆ ซึ่งไม่เหมือนกับความรู้สึกอยากพ้นตามธรรมดาของพวกเรา ซึ่งไม่มีกำลังของสมาธิหรือกำลังของความเห็นแจ้งช่วยอยู่ มันจึงไม่อยากพ้นจริงเหมือน

นอย่างความเห็นที่เกิดตามลำดับแห่งวิปัสสนาญาณ. เพราะ  
ความเบื่อหน่ายที่เกิดขึ้นโดยอำนาจวิปัสสนาญาณนั้น จิตใจมัน  
เป็นไปด้วยทั้งหมด : รู้สึกกลัวเท่าไรก็รู้สึกอยากพ้นเท่านั้นเพราะ  
ฉะนั้นจึงเป็นการอยากพ้นจริง ๆ. ท่านอุปมาว่า มีความอยาก  
พ้นมากขนาดเท่า ๆ กับความอยากพ้นของสัตว์ เช่นเขียดซึ่งกำลัง  
ดิ้นอยู่ในปากงูมันอยากพ้นเท่าไรก็ลองคิดดูเอาเถิด. เดียวนี้คนที่มี  
นิพพิทาญาณแล้วก็อยากพ้นจากภาวะทั้งปวงมากเท่านั้นหรือ  
เปรียบอย่างเนื้อหรือนกที่ติดบ่วงดินร่ำ ๆ อยู่มันอยากพ้นจา  
กบ่วงนั้นเท่าไร เขาก็อยากพ้นจากสังขารทุกข์มากเท่านั้นความ  
รู้สึกอยากจะพ้นจริง ๆ ทำนองนี้เรียกว่า **มูญจิตุกัมมยตาญาณ**  
ซึ่งแปลว่าความรู้เป็นเหตุให้เกิดความปรารถนาที่จะพ้นทุกข์ นับ  
เป็นวิปัสสนาญาณอันดับที่ ๖.

๗. ที่นี้ เมื่อความอยากพ้นอย่างรุนแรงมีมากพอจึงเกิดความ  
รู้สึกดิ้นรนหาหนทางอย่างรุนแรงเช่นกัน ท่านเรียกชื่อของความ  
รู้สึกนี้เป็นภาษาบาลีว่า **ปฏิสังขานุปัสสนาญาณ** แปลว่าความ  
รู้เพื่อกำหนดพิจารณาหาทางหลุดรอด. กล่าวง่าย ๆ ก็คือการมอง

สอดส่องไปเรื่อย ๆ ว่าเมื่อภาวะทั้งหลายเป็นอย่างนี้ทั้งเราก็อยาก  
จะพ้นจากมัน พิจารณาไปก็มองเห็น อุปาทาน มองเห็นกิเลสซึ่ง  
เป็นเหตุผูกพันจิตให้ติดอยู่กับภาวะนั้น ๆ ว่ามันมีอยู่อย่างเหนียว  
แน่น จึงหาหนทางต่อไป ในอันที่จะทำให้กิเลสนั้นอ่อนกำลังลง  
เสียก่อน เมื่อเห็นความอ่อนกำลังลงของกิเลสนั้นแล้ว จึงทำลาย  
มันเสีย.

ท่านอุปมาการทำกิเลสให้อ่อนกำลังนี้ไว้ว่า เหมือนกับคนคน  
หนึ่งไปสู่มหาปลา ; ได้งูคิดว่าเป็นปลา ก็เอามาถือไว้ใครบอกว่างู  
ก็ไม่เชื่อ จนกระทั่งได้อาจารย์ซึ่งมีสติปัญญาเมตตากรุณามาก มา  
พรั้ชี้แจงจนรู้ว่ามันเป็นงูไม่ใช่ปลา จึงเกิดกลัวขึ้นมา อยาก  
จะพ้นจากงูด้วยการหาวิธีฆ่ามันเสีย. เขาได้จับคองูชูขึ้นเหนือ  
ศีรษะ แล้วแกว่งเป็นวงกลมจนกระทั่งงูเพ็ลย แล้วปล่อยให้งู  
กระเด็นไปตกนอนตาย ; ถ้าไม่ตายก็ตามไปฆ่าเสียให้ตาย. อุปมา  
นี้ท่านหมายถึงความเห็นแจ้ง ว่าสิ่งที่ผูกพันคนให้ติดอยู่กับภา  
วะต่าง ๆ อย่างน่ากลัวน่าสังเวชที่สุดนั้น คือกิเลสถ้าไม่มีอุปาย  
ทำให้กิเลสถอยกำลังลงทุก ๆ วันแล้ว การฆ่ากิเลสย่อมเป็น

ไปไม่ได้ เพราะกิเลสมีกำลังมากเหลือเกิน เหลือกำลังของปัญญาที่ยังน้อยจะไปฆ่ามันได้ จึงต้องบ่มปัญญาให้เกิดมากขึ้นและพร้อมกันนั้นก็ทรมานกิเลสให้มันถอยกำลังลง

การพิจารณาให้เห็นสิ่งทั้งหลายเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ไม่น่าเอา ไม่น่าเป็นอยู่เสมอและยิ่งขึ้น ๆ นั้นแหละเป็นการตัดอาหารของกิเลส ทำให้กิเลสถอยกำลังอยู่เป็นประจำวันเสมอไป. และเราจะต้องทำให้มากขึ้นให้แบบคายยิ่งขึ้น ๆ ไปอีก. นี่เป็นช่องทางที่เราจะเอาชนะกิเลสซึ่งใหญ่เท่าภูเขา ด้วยตัวเราเล็กน้อยนี้ได้. ท่านเปรียบว่าต้องมีความกล้าให้มากพอ เท่ากับว่าตัวเราเป็นหนูตัวนิดเดียวก็กลัวฆ่าเสือโคร่ง ๒-๓ ตัวเป็นต้น. เราต้องมีความตั้งใจจริง สอดส่องหาหนทางตามประสาหนูตัวเล็ก ๆ ถ้าสู้ซึ่งหน้าไม่ได้ ก็ต้องใช้อุบายวิธีต่าง ๆ ทำให้มันอ่อนกำลังลงทุก ๆ วันแล้วก็ไม่ลดละติดตามฆ่าอยู่เสมอ ๆ อุบายอย่างนี้ท่านเรียกว่าปฏิสังขานุปัสสนาญาณ. จัดเป็นวิปัสสนาญาณอันดับที่ ๗.

๘. การทำให้กิเลสอ่อนกำลังลงนั้น เป็นเหตุทำให้เราวางเฉยใน

สิ่งทั้งปวงได้ยิ่งขึ้นทุกที ฉะนั้น โอกาสต่อไปนี้จึงเป็นลำดับแห่ง **สังขารุเปกขาญาณ** ซึ่งแปลว่าความรู้อันเป็นเหตุให้วางเฉยในสังขารทั้งปวง. ญาณนี้อาศัยการพิจารณาเห็นความว่างแห่งสังขารทั้งหลายว่า ว่างจากแก่นสารว่างจากความ เป็นสัตว์เป็นบุคคล ว่างจากสาระคือความเที่ยงแท้ถาวร ว่างจากความ สุขเพราะเต็มไปด้วยทุกข์ ว่างจากความมงดงามเพราะดูแล้วล้วนแต่น่าระอา ดังนี้ เป็นต้น ในที่สุดก็เกิดความวางเฉยในสิ่งทั้งปวงในทุก ๆ ภาวะ. เห็นสิ่งที่เคยรักใคร่หลงใหลเป็นก้อนอิฐก้อนดินไป

ท่านเปรียบความข้อนี้ว่าเหมือนกับคนที่เคยรักกันมาแต่ก่อนบัดนี้ปรากฏว่าเป็นกบฏก็หมดรัก ; เช่นในกรณีที่เคยมีผู้เลยหมดรัก. ครั้นหย่าขาดจากกัน แล้วเขาจะไปทำอะไรต่อไปก็ได้ ใจเราเฉยได้. ภาวะต่าง ๆ ที่แต่ก่อนนี้เคยเป็นที่เอร็ดอ่อยนานาประการของตน เมื่อจิตสูงขึ้นไปถึงญาณอันดับที่ ๘ นี้แล้ว ก็ทราบว่ามันว่างจากสาระใด ๆ จึงวางเฉยในภาวะทั้งปวงเสียได้ เหมือนบุรุษที่วางเฉยกับภรรยาที่หย่าขาดกันแล้วเป็นต้นสังขารุเปกขาญาณนี้



จัดเป็นวิปัสสนาญาณอันดับที่ ๘ เรียกสั้น ๆ ว่า อุเบกขาญาณ.

๘. เมื่อวางเฉยในภาวะทั้งปวงได้อย่างนี้ ใจก็พร้อมที่จะรู้หรือริย  
สัจจ์ ๔ ชนิดที่จะทำให้บรรลุถึงทางที่นำไปสู่ความเป็นพระอริย  
เจ้า. จิตที่อยู่ในสภาพเช่นนี้ท่านเรียกว่า **สัจจานุโลมิกญาณ** แปล  
ว่า ความเห็นที่พร้อมที่สุดที่จะรู้หรือริยสัจจ์ชนิดที่เป็นขั้นทำลาย  
กิเลสเครื่องผูกพันคนให้ติดโลกให้หมดไปได้ เป็นพระอริยบุคคล  
ขั้นใดขั้นหนึ่ง. นับเป็นวิปัสสนาญาณอันดับที่ ๘ เรียกสั้น ๆ ว่า อนุ  
โลมิกญาณ.

วิปัสสนา ๘ ลำดับนับตั้งแต่อุท্থัพพยุภูวิปัสสนาญาณ ไปจนถึง  
สัจจานุโลมิกญาณเป็นที่สุดนี้ เมื่อเป็นไปอย่างสมบูรณ์เต็มที่แล้ว  
เรียกว่าปฏิบัติญาณทัสสนวิสุทธิต เป็นวิปัสสนาญาณตัวที่ ๔ หรือ  
นับเป็นวิสุทธิตอันดับ ๖ กล่าวคือ ความบริสุทธิ์สะอาดหมดจด  
แห่งปัญญา ซึ่งเป็นเครื่องมือทำให้เห็นทางดำเนินไปของการ  
พิจารณาจนเกิดปัญญาที่รู้แจ้งและตัดกิเลสได้.

**วิปัสสนาตัวที่ ๕** ต่อจากนั้น ก็ถึงวิสุทธิตอันดับ ๗ ที่เรียกว่า

ญาณทัสสนวิสุทธิตี คือความหมัดจัด แห่งความเห็นที่ถูกต้อง ซึ่งได้แก่ อริยมรรคญาณนั่นเอง. นี้เป็นขั้นสุดท้ายของวิปัสสนาหรือผลของวิปัสสนา ได้แก่ อริยมรรคญาณทั้ง ๔ นับเป็นวิปัสสนาตัวที่ ๕

ในลำดับระหว่างสังจจานุโลมิกญาณ กับ ญาณทัสสนวิสุทธิตี นี้มีโคตรภูญาณแทรกอยู่ในฐานะที่เป็นเครื่องหมายคั่นระหว่างคนธรรมดาที่มีกิเลส กับ พระอริยบุคคล แต่โดยที่โคตรภูญาณมีขณะแวมเดียวแล้วก็ดับไป จึงควรสงเคราะห์เข้าใจเสียในฝ่ายปฏิบัติ ญาณทัสสนวิสุทธิตี เพราะยังอยู่ในฐานะที่เป็นฝ่ายบุญกุศลซึ่งยังข้องแวะอยู่กับราคะหรือเรื่องน่ายึดถือ.

โดยสรุป เราจะเห็นได้ว่าหลักแห่งการศึกษาวิปัสสนานั้นมีรากฐานที่ตั้ง คือศีล สมาธิ ปัญญา. พิจารณาอะไร? ขอตอบว่า พิจารณาสິงทั้งปวง จะเรียกว่าโลกหรือภาวะหรือสังขารหรือขันธห้าก็ได้ ; เพราะว่าเป็นภาวะทั้งหลายที่ไม่มีอะไรมากไปกว่าขันธห้า. พิจารณาให้เห็นอะไร? ตอบว่าให้เห็นความไม่เที่ยงเป็นทุกข์เป็นอนัตตา มีเต็มไปนภาวะทั้งหลายในโลก เช่นเห็น

ความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป ๆ จนเห็นว่าเต็มไปด้วยความน่ากลัว น่าเบื่อ-หน่าย ไม่มีอะไรที่น่าเอนาเป็น อากาการเหล่านี้ คือลักษณะที่จะต้องปรากฏในวิปัสสนา.

อะไรเป็นกิจของวิปัสสนา? กิจโดยตรงของวิปัสสนาก็คือการกำจัดความโง่ เพราะวิปัสสนาแปลว่า ความเห็นแจ้ง. ผลของวิปัสสนาคืออะไร? ผลก็คือเกิดความเห็นแจ่มแจ้งเกิดความรู้แจ้งแทงตลอดในสิ่งทั้งปวง กำจัดกิเลสให้สูญสิ้นไปเป็นความสะอาดสว่างสงบ ไม่มีอะไรผูกพันจิตนี้ให้ติดอยู่กับภาวะทั้งหลายในโลกจึงเกิดลักษณะที่เรียกว่าหลุดพ้นออกจากโลก อันเป็นที่อยู่ของหมู่คนผู้ติดกาม. จิตไม่มีความทุกข์เพราะไม่มีตัณหา หรือความอยากแต่ประการใดอีกต่อไป. ท่านเรียกอาการเช่นนี้ว่า ถึงที่สุดแห่งกิจที่จะต้องกระทำในพระพุทธศาสนา ได้ด้วยการกระทำอย่างนี้

ทั้งหมดนี้เป็นการชี้ให้เห็นว่า แนวแห่งปัญญาของเราจะเดินไปอย่างนี้ คือมีลำดับ แห่งความบริสุทธิ์สะอาด ๗ ลำดับซึ่งจะต้องสัมพันธ์กันอย่างนี้ ; และลักษณะการดำเนินของปัญญาที่

จะเจาะ ทั้งโลกทั้งหลายอีก ๙ ลำดับ ; รวมเรียกว่าเรื่องวิปัสสนา  
ท่านจัดไว้ในลักษณะเป็นระเบียบหรือหลักวิชา.

ส่วนรายละเอียดปลีกย่อยต่าง ๆ นั้น อาจหาได้จากหนังสือของ  
ครูบาอาจารย์สืบไป. แต่โดยแนวใหญ่ แล้ว ขอให้เข้าใจไว้อย่างนี้  
สำหรับป้องกันมิให้เกิดความเข้าใจผิด ในการปฏิบัติธรรมอันเป็น  
ชั้นยอดที่สูงสุดของพระพุทธศาสนา. ปราภฏว่าในขณะที่ ยังมีคน  
ที่หลงผิดอยู่เป็นจำนวนมาก ที่เข้าไปยึดเอาสิ่งที่ไม่ใช่วิปัสสนา  
มาเป็นวิปัสสนา ; เลยทำให้เกิดเป็นวิปัสสนาการค้าหาเงิน วิปัส  
สนาชวนเชื่อเพื่อให้ได้พรรคพวกแล้วแต่งตั้งให้เป็นพระอริยเจ้า  
แบบใหม่ ๆ อันอยู่ในสภาพที่น่าเวทนาอย่างยิ่ง

## ยาระงับสรรพทุกข์

ต้น	"ไม่รู้-ไม่ชี้"	นี่เอาเปลือก
ต้น "ซังหัวมัน"	นั้นเปลือก	เอาแก่นแข็ง
"อย่างนั้นเอง"	เอาแต่ราก	ฤทธิ์มันแรง
"ไม่มีกู-ของกู"	แสวง	เอาแต่ใบ
"ไม่น่าเอา	-หน้าเป็น"	เฟิ่นเอาดอก
"ตายก่อนตาย"	เปลือกออก	ลูกใหม่ๆ
หกอย่างนี้	อย่างละซัง	ตั้งเกณฑ์ไว้
"ดับไม่เหลือ"	สิ่งสุดท้าย	ใช้เมล็ดมัน
หนักหกซัง	เท่ากับ	ยาทั้งหลาย
เคล้ากันไป	เสกคาถา	ที่อาถรรพ์
"สพเพ ธมมา	นาล	อภินิเวสาย" อัน
เป็นธรรมชั้น	หฤทัย	ในพุทธนาม
จัดลงหม้อ	ใส่น้ำ	พอท่วมยา

เคี้ยวไฟกล้ำ

เหลือๆได้

หนึ่งในสาม

หนึ่งชั้นชา

สามเวลา

พยายาม

กินเพื่อความ

หมดสรรพโรคเป็น โลกอุดร ฯ

## ลำดับแห่งการหลุดพ้นจากโลก

**วิปัสสนา** เป็นการปฏิบัติทางจิต เพื่อยกจิตให้สูงขึ้นขนาดที่ความทุกข์ใจครอบงำไม่ได้ จึงพ้นทุกข์ด้วยอำนาจของการรู้แจ้งว่าไม่มีอะไรที่น่ายึดถือ แล้วสิ่งต่าง ๆ ในโลกก็จะมีอิทธิพลทำให้เรา ให้หลงรักหรือหลงชังอีกต่อไป เรียกว่าจิตอยู่เหนือวิสัยของชาวโลกขึ้นถึงฐานะอันใหม่ ที่ท่านเรียกว่า **"โลกุตตรภูมิ."** การที่จะเข้าใจโลกุตตรภูมิได้ชัดเจน เราจำเป็นต้องรู้เรื่องตรงกันข้ามกล่าวคือ **"โลกียภูมิ."** ด้วยเหมือนกัน.

โลกียภูมิ ก็คือระดับของจิตที่สิ่งต่าง ๆ ในโลกมีอิทธิพลเหนือจิต. แบ่งโดยสรุปที่สุดออกเป็น ๓ พวกกล่าวคือ **"กามาวจรภูมิ"** หมายถึงระดับของจิตที่ยังพอใจอยู่ในกามทั้งปวง. ถัดไปคือ **รูปาวจรภูมิ** ได้แก่ ฐานะของจิตที่ไม่ต่ำ จนถึงกับพอใจในกามคุณ แต่ว่ายังพอใจในความสุขซึ่งเกิดจากสมบัติที่เพ่งรูปเป็นอารมณ์ อันไม่เกี่ยวกับกาม ภูมิที่ถัดไปอีกคือ **อรุฬาวจรภูมิ** นี้คือสถานะของจิตที่ยังพอใจในความสุขสงบที่สูงขึ้นไปกว่านี้อีกชั้นหนึ่ง เกิด

ความสงบโดยยึดสิ่งไม่มีรูปเป็นอารมณ์.

ถ้าจะจัดให้เป็นคู่ ๆ ระหว่างภูมิกับภพ ก็มีทางที่จะทำได้ "ภูมิ" หมายถึงสถานะหรือระดับ แห่งจิตใจของผู้นั้น ส่วน "ภพ" หมายถึงภาวะเป็นอยู่ที่เหมาะสมแก่ผู้ที่มีภูมิ แห่งจิตใจเช่นนั้น ๆ ฉะนั้น ผู้ที่ติดอยู่ในกามาวจรภูมิ ก็คู่กับกามาวจรภพ ; รูปาวจรภูมิก็คู่กับ รูปาวจรภพ ; และอรุปรวจรภูมิคู่กับอรุปรวจรภพ คำว่าภูมินั้นหมายถึงสถานะทางจิตใจ คำว่าภพหมายถึงภาวะเป็นที่อยู่ที่อาศัยของผู้ซึ่งมีจิตใจต่าง ๆ กัน. จึงแบ่งได้เป็น ๓ ภูมิ ๓ ภพ

โลกียภูมิ คือสถานะทางใจของสัตว์สามัญทั่ว ๆ ไป แม้จะสมมติเรียกชื่อต่างกัน เป็นมนุษย์ เป็นเทวดา พรหม สัตว์เดรัจฉานหรือเป็นสัตว์นรกก็ตาม ก็รวมอยู่ใน ๓ ภูมินั้น คนหนึ่ง ๆ ในโลกนี้อาจจะมีจิตใจอยู่ในภูมิใดภูมิหนึ่ง ในเวลาใดเวลาหลงได้ด้วยกันทั้งนั้นไม่เป็นการเหลือวิสัยแต่ส่วนมากจะต้องตกอยู่ในกามาวจรภูมิเป็นธรรมดา คือจิตของมนุษย์เราโดยปกตินั้น ตกอยู่ใต้อิทธิพลของความเวิ้งอ่อ้อยทางรูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส



แต่ในบางคราวบางโอกาส อาจจะพ้นออกมาได้จากอิทธิพลของสิ่งยั่วยวนเหล่านี้ได้ เพราะอาศัยจิตให้ไปจดจ่ออยู่ที่ความสงบอันเกิดจากการเพ่งที่รูปธรรมหรืออรูปธรรมเป็นอารมณ์แล้วแต่การเพ่ง ฉะนั้น ในบางคราวจิตของมนุษย์เราจึงอยู่ในลักษณะที่เป็นรูปาวจรภูมิ หรืออรูปาวจรภูมิก็มี. อาหรับในอินเดีย ครั้นสมัยพุทธกาลนั้นนับว่ามีมาก เพราะว่าผู้ที่ออกแสวงหาความสงบสุขขั้นรูปาวจรภูมิ หรืออรูปาวจรภูมินั้น อาจจะถูกกล่าวได้ว่ามี อยู่ทั่ว ๆ ไปในป่า. สำหรับบัดนี้มีน้อยแต่ถึงอย่างนั้นก็กล่าวได้ว่า เป็นฐานะที่คนทั่ว ๆ ไปจะเข้าถึงได้อยู่แน่นอน

ทั้งยังกล่าวได้อีกว่า เมื่อใดจิตของผู้ใดตั้งอยู่ในภูมิใด เมื่อนั้นภาวะที่เขากำลังอาศัยอยู่นั้น ก็จะกลายเป็นภพที่มีชื่อมันไปทันที. เช่นใครคนหนึ่งในโลกนี้กำลังเป็นสุขอยู่ด้วยรูปาวจรสมาบัติโลกนี้ก็กลายเป็นรูปาวจรภพสำหรับเขาไป เพราะเขาไม่รู้สึกลงในสิ่งอื่นใดนอกจากรูปาวจรภูมิ โลกนี้ขณะนั้นและสำหรับเขาผู้นั้น ก็มีค่าเท่ากับรูปาวจรภพไป จนกว่าฐานะแห่งจิตใจของเขาจะเปลี่ยนเป็นอย่างอื่น.

ผู้ที่อยู่ในภุมิทั้ง ๓ นี้ ถึงแม้ว่าจะได้รับความสุขความสงบชนิดที่ เหมือนกับว่าเป็นก้อนหินก้อนดินหรือท่อนไม้ไปแล้วแต่ก็ยังมี ความยึดถือตัวตน ยังอาศัยตัณหาต่าง ๆ ชนิดตลอดถึงตัณหา ชนิดที่ละเอียดที่สุด เช่นไม่ชอบภาวะที่ตนอยู่ตนเป็น จนทำให้ต้อง แสวงหาภาวะใหม่ มีการประกอบกรรมต่าง ๆ ด้วยอำนาจของ ความอยากนั้น เพราะฉะนั้นจึงไม่เรียกว่าอยู่เหนือวิสัยโลก ไม่ใช่โลกุตตรภุมิ จึงจัดไว้เป็นโลกิยภุมิ.

ส่วนโลกุตตรภุมินั้น มีจิตอยู่เหนือวิสัยชาวโลก มองเห็นสภาพ ของโลกเป็นของไม่มีสาระตัวตนที่เป็นแก่นสาร. ใจไม่ต้องการสิ่ง ใด ๆ ในโลก. พวกที่ตั้งอยู่ในโลกุตตรภุมินี้ยังแบ่งออกเป็นชั้นๆ ตามหลักพุทธศาสนา เป็นมรรค เป็นผล ๔ ชั้นด้วยกันคือชั้นพระ โสดาบัน พระสกิทาคามี พระอนาคามี และพระอรหันต์ความ เป็นพระอริยบุคคล ๔ จำพวกนี้ หมายถึงโลกุตตรภุมิ

คำว่า "โลกุตตร" แปลว่า "อยู่เหนือโลก" หรือ "ยิ่งไปกว่าโลก" หมายถึงจิตใจ มิได้หมายถึงร่างกาย. ร่างกายนั้นจะอยู่ที่ไหนก็ได้ ขอให้เป็นภาวะที่พอพักอาศัยของผู้ที่มีจิตใจอันตั้งอยู่ในโลกุตตร

ภูมิได้ก็แล้วกัน. ส่วนโลกที่ต่ำไปกว่านั้นเช่นนรกอุบาย หรือที่ทนทุกข์ทรมาน เช่น คุกตะราง จึงไม่เป็นภพที่สมควรแก่อริยบุคคล.

โลกุตตรภูมิแบ่งออกเป็น ๔ ชั้น และสิ่งทำให้เกิดความแตกต่างเป็น ๔ ชั้นก็คือกิเลสต่าง ๆ ที่จะพึงละให้ขาดไป. กิเลสในหมวดนี้ท่านจำแนกไว้เป็น ๑๐ อย่าง เรียกว่า **สังโยชน์** แปลว่า เครื่องผูกพันอย่างพร้อมพรั่ง. เครื่องผูกพันทั้ง ๑๐ นี้ ผูกพันคนหรือสัตว์ทั้งหลายให้ติดอยู่ในโลก คนจึงตกอยู่ในวิสัยนี้และเป็นโลกิยภูมิ. ฉะนั้น ถ้าตัดเครื่องผูกพันเหล่านี้ออกเสียได้จิตก็จะค่อย ๆ หลุดออกไปจากภาวะวิสัยของชาวโลกตามลำดับ เมื่อตัดได้หมดก็ถือว่าจิตหลุดออกไปสู่ความอยู่เหนือโลก เป็นโลกุตตรภูมิโดยสมบูรณ์.

ในกิเลสชั้นละเอียดที่ผูกพันคนเรา ๑๐ ประการนี้ประการแรกเรียกว่า **สักกายทิฏฐิ** แปลว่าความเห็นว่าร่างกายนี้เป็นของตน ไตแก่ความเข้าใจผิดหรือสำคัญด้วยอุปาทาน เช่นคิดว่า "ตัวเรามีอยู่. นั่นแหละคือความสำคัญผิดในนี้โดยที่คนเราทั่วไปไม่รู้จักอะไรมากไปกว่าร่างกาย และจิตที่เนื่องอยู่กับร่างกายจึง

เหมาะเอาของ ๒ อย่างนี้เป็นตัวตน โดยมีความเข้าใจว่ากายพร้อมทั้งจิตนี้เป็นตัวตนเป็นข้าพเจ้า. สัญชาตญาณว่ามีตัวเรานี่เอง เป็นไปหนักแน่นมากถึงกับใคร ๆ ก็ยอมคิดว่ามีตัวตนของตนอยู่ทั้งนั้น เพราะเป็นมูลฐานที่ทำให้ชีวิตทรงอยู่ได้ ทำให้รู้จักป้องกันตัว ทำให้แสวงหาอาหาร หรือสืบพันธุ์ เป็นต้น. แต่ที่เรียกว่าสัkkายทิกฺขุณฺโณในที่นี้ ประสงค์เอาเพียงชั้นหยาบ ๆ ที่เป็นเหตุให้ **เห็นแก่ตัว** **จัด** ถือเป็นกิเลสตัวแรกที่จะต้องละให้ได้ก่อนตัวอื่น ๆ.

สังโยชน์ข้อที่ ๒ เรียกว่า **วิจิกิจฉา** หมายถึงความสงสัยเป็นเหตุให้ลังเลไม่แน่ใจ. ส่วนใหญ่ที่สุดประสงค์เอาความสงสัยในเรื่องการปฏิบัติเพื่อความพ้นทุกข์. ลังเลเพราะไม่รู้จริง เช่นสงสัยว่าเรื่องนี้มันอย่างไรกันแน่. การปฏิบัติเพื่อให้พ้นทุกข์ มันเป็นของที่เหมาะสมแก่ตนหรือไม่? ทำได้หรือไม่? มันดีกว่าสิ่งอื่นจริงหรือไม่? ทำได้จริง ๆ หรือเปล่า? พระพุทธเจ้าเป็นบุคคลที่ตรัสรู้ถูกต้องจริงหรือ? เป็นบุคคลที่หลุดพ้นจากความทุกข์จริงหรือ? คำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าหรือการปฏิบัติตามคำสั่งสอนของพระองค์ จะนำไปสู่ความดับทุกข์จริงหรือ? พระอริยสงฆ์ปฏิบัติพ้นทุกข์ได้จริง

หรือ?

มูลเหตุของความลังเลก็คือ ความไม่รู้อันได้แก่อวิชาเหมือนกับปลาที่เคยอาศัยอยู่ แต่ในน้ำถ้าใครเล่าให้ฟังถึงเรื่องบนบกมันคงไม่เชื่อ. ถ้าเชื่อก็คือเชื่อครึ่งไม่เชื่อครึ่ง คนเราที่จมอยู่ในกามารมณก็เหมือนกัน เคยชินกับกามเหมือนปลาอยู่ในน้ำ เมื่อพูดถึงเรื่องอยู่นอกกาม เหนือโลก ก็เข้าใจไม่ได้ ที่เข้าใจได้บ้างก็ยังลังเลความรู้สึกฝ่ายต่ำมีอยู่ในสันดานส่วนความรู้สึกฝ่ายสูงนั้น เพิ่งจะก่อรูปขึ้นใหม่ การโต้แย้งกันระหว่างความรู้สึกฝ่ายสูง กับฝ่ายต่ำนั้นแหละ คือการลังเล. ถ้ากำลังใจไม่เพียงพอ ความรู้สึกฝ่ายต่ำมักชนะ. วิจิกิจฉาหรือความลังเลในความดี เป็นของมีประจำอยู่ในคนทุกคนมาตั้งแต่เกิด. คนที่ได้รับการอบรมมาผิด ๆ อาจจะมีมากขึ้น. จะต้องพิจารณาให้เห็นโทษของความลังเลใจ ซึ่งมีอยู่ในการงาน มีอยู่ในชีวิตประจำวัน จนเป็นผู้ไม่อาจมั่นใจในความดี ความถูกต้อง หรือความพันทุกข์เป็นต้น.

ที่นี้มาถึงสังโยชน์ข้อที่ ๓ เรียกว่า **สีลัพพตปรามาส** แปลว่าการจับฉวยศีลและวัตรผิดจากความมุ่งหมายที่ถูกต้อง. โดย

ใจความก็คือ การติดแนนนยึดมั่นในสิ่งที่ตัวเคยประพฤติปฏิบัติ มาด้วยความเข้าใจผิด. ส่วนมากเกี่ยวกับลัทธิประเพณี ตัวอย่างเช่น การเชื่อพิธีไสยศาสตร์และการปฏิบัติทางไสยศาสตร์ต่าง ๆ นับเป็นลัทธิพหุพรามาสาโดยไม่ต้องสงสัย.

แม้ในเรื่องของพระพุทธศาสนา ถ้าปฏิบัติไปด้วยความเข้าใจผิด ว่า จะเกิด ความขลัง ความศักดิ์สิทธิ์ เกิดฤทธิ์อำนาจมาคุ้มครองเราได้ อย่างนี้ก็เป็นกรปฏิบัติโดยหวังผลผิดทางและไร้เหตุผลอยู่นั่นเอง. ตัวอย่างเช่นการสมาทานศีล หรือประพฤติพรหมจรรย์ซึ่งที่แท้ก็เพื่อกำจัดกิเลส แต่ถ้าไปเข้าใจว่า จะทำให้เกิดอำนาจขลังศักดิ์สิทธิ์ แล้วใช้ความขลังนั้นตัดกิเลสได้ อย่างนี้ก็เป็นความยึดถือซึ่งผิดความมุ่งหมายเดิม. การปฏิบัติอย่างเดียวกันแท้ ๆ แต่ถ้าเข้าใจผิด โดยยึดมั่นในทำนองไร้เหตุผล หรือเห็นเป็นของขลัง ของศักดิ์สิทธิ์ไปแล้วก็เป็นลัทธิพหุพรามาสาไปทั้งสิ้น

แม้ที่สุดสมาทานศีล ปฏิบัติสิกขาบท ด้วยความคิดว่าตนจะ

ได้ไปเกิดเป็นเทวดาในสวรรค์ อย่างนี้ก็ไม่ต้องสงสัยเลย  
ย่อมเป็นการจับฉวยศีลและวัตร ผิดความมุ่งหมายของพุทธ  
ศาสนาไป ทำให้การรักษาศีลและพรหมจรรย์ของตนเศร้าหมอง  
เพราะว่าความมุ่งหมายของพระวินัยนั้น ก็เพื่อกำจัดกิเลสในส่วน  
หยาบ ๆ ทางกายและวาจาเพื่อให้เป็นรากฐานของสมาธิและต่อ  
ไปถึงปัญญาเป็นลำดับ ๆ ไปหาใช้มุ่งหมายเพื่อให้ไปเกิด  
ในสวรรค์ไม่. นี่ได้ชื่อว่า ทำศีลของตนให้สกปรกเศร้าหมองไปด้วย  
ความยึดถือที่ผิด ด้วยอำนาจของความคิดที่ผิด. เรื่องให้ทานก็ดี  
เรื่องรักษาศีลก็ดี เรื่องเจริญสมาธิภาวนาก็ดี ซึ่งถ้าทำไปด้วย  
ความสำคัญผิดต่อความมุ่งหมายที่ แท้จริงของการกระทำเหล่านี้  
นั้นแล้ว จะต้องเป็นการกระทำนอกกลุ่มนอกทาง ของพระพุทธ  
ศาสนาทั้งนั้น.

ฉะนั้น ขอให้เข้าใจว่าแม้การปฏิบัติในวงของพุทธบริษัทเรา  
ถ้าทำไปด้วยความสำคัญผิดจนกิเลสตัณหาเข้าครอบงำ เช่นหวัง  
ในทางขลังทางศักดิ์สิทธิ์เมื่อได้แล้ว ก็จะกลายเป็นสลัฟฟต  
ปรัมมาสไป. แม้แต่เรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ ที่ชาวบ้านเราชอบทำกันขอ

อยู่ทั่ว ๆ ไป เช่นการสวดมนต์ทำบุญบ้านหรืออะไรก็ตาม จะต้องเอาข้าวสุกและสารูปคาวหวานชุดหนึ่ง มาตั้งไว้หน้าพระพุทธรูป เป็นทำนองเช่นวิญญานพระพุทธรูปเจ้า หรือเป็นการถวายข้าวพระ เชื่อกันว่าวิญญานของพระพุทธรูปเจ้า จะได้ฉันข้าวที่จัดทำถวาย ถ้าทำด้วยความรู้สึกหรือเข้าใจเช่นนี้แล้ว ก็ยอมเป็นการปฏิบัติด้วยความมุ่งหมายเต็ม ๑๐๐ เปอร์เซ็นต์ โดยไม่ต้องสงสัย.

เรื่องการประพาศติผิดต่อความประสงค์ที่ถูกตองนั้นนับว่ามีดาษ ดื่นอยู่ทั่ว ๆ ไปในวงพุทธบริษัท เป็นการทำไปอย่างงมงาย ไร้เหตุผล ทำให้ข้อปฏิบัติหรือระเบียบที่ดีงามอยู่แล้ว ต้องสกรปรก ไปด้วยความโง่เขลาและความหลงผิดของคนเหล่านั้นเอง นี่คือ ความหมายของคำว่า "สีลัพพตปรามาส."

เราจะเห็นได้ว่ากิเลสข้อนี้มีมูลมาจากโมหะ คือความเขลาเข้าใจผิด คนเราเคยถือของขลังถือของศักดิ์สิทธิ์มาแต่เดิม เพราะได้รับการสอนกันมาผิด ๆ อบรมกันมาผิด ๆ จึงเป็นสิ่งที่มิกันอยู่ เกือบทุก ๆ คน. อย่าต้องระบายละเอียดให้มากไปเลย มันจะเป็น เรื่องกระทบกระเทือนใจกันแต่ว่าขอให้ท่านทั้งหลาย จงเอาหลัก



เกณฑ์อันนี้ไปสอบสวนตัวเองดูก็แล้วกัน.

กิเลส ๓ อย่างในพวกเรา คืออกกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา และสีลัพพตปรามาสนี้ ถ้า ละ ได้ ขาด ลง ไป จริง ๆ ก็เรียกว่าได้ตั้งอยู่ในโลกุตตรภูมิอันดับที่หนึ่ง คือ เป็นพระโสดาบันไปแล้ว.

การละกิเลส ๓ ประการนี้ได้เด็ดขาด ไม่ควรดูเป็นของยากเลย เพราะกิเลสทั้ง ๓ อย่างนี้เป็นของป่าเถื่อนที่คนป่าเถื่อนเขาถือกัน เป็นของสำหรับคนป่าเถื่อนที่ไร้ความเจริญ. คนที่เรียกว่ามีการศึกษาดีหรือเจริญแล้ว ไม่ควรจะมีของ ๓ อย่างนี้ถ้ายังมีอยู่ก็ต้องถือว่าจิตใจของคนนั้นยังป่าเถื่อนอยู่. ผู้ใดละกิเลส ๓ ประการนี้ได้จึงจะเป็นอริยชนได้. ถ้ายังละไม่ได้ก็ยังคงเป็นคนโง่เขลา เป็นคนหลงหรือที่เรียกอย่างดีที่สุดว่า **ปุถุชน** แปลว่าคนที่มีผ้าปิดบังลูกตาคานาที่บ **ปุถุ** แปลว่าหนา ; **ปุถุชน** จึงแปลว่าคนหนาคือหนาด้วยเครื่องปิดบังลูกตาแห่งปัญญา.

เมื่อบุคคลใดละกิเลส ๓ ประการนี้ได้ ย่อมจะมีจิตใจที่เริ่มอยู่

เหนือความผูกพันของโลก เพราะกิเลสทั้ง ๓ นี้ เป็นเครื่องผูกพัน  
จิตให้ติดอยู่กับโลก เป็นความโง่เขลาที่ปิดบังความจริง และ  
ผูกพันจิตใจให้คนติดอยู่กับโลก ครั้นเมื่อละได้ ๓ ชั้นก็เหมือนกับ  
เพิกถอนสิ่งที่ผูกพันหรือปิดบังเสียได้ ๓ อย่าง จึงหลุดลอยขึ้นอยู่  
เหนือโลกในระดับที่หนึ่งแล้วเรียกว่าพระอริยเจ้าในอันดับแรกจัด  
ไว้เป็นโลกุตตรภูมิอันดับแรกเรียกบุคคลนั้นว่าเป็น **พระโสดาบัน**  
คือผู้ แรกถึงกระแส แห่งพระนิพพาน คือจะถึงนิพพานในอนาคต  
แน่ ๆ.

โลกุตตรภูมิอันดับที่ ๒ นั้นท่านหมายถึงการละเครื่องผูกพัน ๓  
อย่างทีกล่าวมืดสิ้นไปแล้วและยังสามารถทำโลภะโทสะ โมหะ  
บางส่วน ให้จางไปอีก จนถึงกับมีจิตใจสูงมีความผูกพันอาลัยยอ  
อยู่ในกามภพแต่เพียงเล็กน้อยที่สุด ถือกันว่าจะเวียนมาสู่โลกนี้  
เพียงครั้งเดียว จึงได้ชื่อว่า **พระสกิทาคามี**. ตอนนี้ควรทำความเข้าใจ  
เข้าใจคำว่า **พระโสดาบัน** เสียก่อนจะช่วยให้เข้าใจคำว่า **สกิทา**  
**คามิ** ง่ายขึ้น. คำว่า "โสดาบัน" แปลว่าผู้แรกถึงกระแส. ถ้าถาม  
ว่ากระแสแห่งอะไร? ก็ตอบว่ากระแสแห่งนิพพานนั่นเอง. พระ

โสดาบันเป็นผู้ถึงเพียงกระ สู้ของนิพพานยังไม่ถึงตวันิพพาน. กระแสนี้คือเกลียวที่ไหลไปสู่ นิพพาน กระแสของนิพพานย่อมมีความลาดเอียงไปทางนิพพาน เหมือนอย่างลำแม่น้ำที่มีความลาดเอียงไปสู่ทะเล ถ้าจิตตกไปในกระแสนี้แล้ว แน่นนอนยอมไปถึงนิพพาน.

การถึงกระแสนี้หมายถึงว่า จะต้องบรรลุนิพพานแน่ ๆ ในอนาคตแต่อาจจะยังอีกหลายเวลา เอาแต่ใจความว่าจะต้องถึงนิพพานอย่างแน่นอน ส่วนพวกที่ ๒ ที่เรียกว่า สกิทาคามีนั้น ไกล่ชิดนิพพานยิ่งขึ้นไปกว่านั้นอีก จนถึงกับมีอาลัยเหลืออยู่น้อยในความเป็นอยู่ในโลกนี้. ถ้าจะกลับมาสู่อารมณ์แบบมนุษย์อีกก็เพียงหนเดียว เพราะโลภะ โทสะโมหะ เบาบางลงมากแต่ยังไม่หมดไปโดยสิ้นเชิง.

อันดับที่ ๓ เรียกว่า **พระอนาคามี** พระอริยบุคคลขั้นนี้ นอกจากจะละกิเลสขั้นต้นได้อย่างพระสกิทาคามีแล้วยังละสังโยชน์ข้อที่ ๔ ที่ ๕ ได้อีกด้วย. สังโยชน์ข้อที่ ๔ เรียกว่า **กามราคะ** ข้อที่ ๕ เรียกว่า **ปฏิฆะ**. กามราคะนั้นหมายถึงของรักของใคร

ที่พระโสดาบันและพระสกิทาคามีละไม่หมด ยังมีความพอใจใน  
ของรักของใคร่เหลืออยู่ทั้ง ๆ ที่ท่านละสลักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา  
สลัฟตปรามาสได้แล้ว แต่ก็ไม่สามารถละความติดในกามราคะ  
ได้ทั้งหมด ยังเหลืออยู่เป็นบางส่วนแต่พอมมาถึงอันดับที่ ๓ คือพระ  
อนาคามีนี้ท่านยอมละออกได้หมดไม่มีเหลือ. ส่วนกิเลสที่เรียกว่า  
ปฏิฆะ (ความรู้สึกโกรธหรือความขัดเคืองใจ) พระสกิทาคามีล้า  
งออกไปได้เป็นส่วนมาก เหลืออยู่เพียงความหงุดหงิดความขัด  
ข้องอยู่ภายใน ส่วนพระอนาคามีนั้น เอาออกได้หมดจึงเรียกว่า  
ผู้ละกามราคะและปฏิฆะได้.

ที่เรียกว่า **กามราคะ** หรือการติดความพอใจในกามนั้น  
ได้อธิบายไว้อย่างมากแล้วในเรื่องกามุปาทาน กิเลสนี้เป็นสิ่งที่  
เกิดประจำอยู่ในใจ อยู่อย่างเหนียวแน่นราวกะวามันแนบสนิท  
เป็นเนื้อเดียวกัน ยากที่จะเข้าใจได้ ยากที่จะล้างออกได้สำหรับคน  
ธรรมดา. สิ่งใดเป็นที่ตั้งแห่งความรักใคร่ จะเป็นรูป เสียง กลิ่นรส  
สัมผัส ชื่นไหน ประเภทไหน ลักษณะอย่างไรก็ตาม ก็เรียกว่ากาม  
ทั้งนั้น. ความที่จิตยังติดอยู่ด้วยความพอใจในสิ่งที่รักใคร่เช่นนี้

เรียกว่า **กามราคะ** ได้ทุกวิถีทาง.

ที่เรียกว่า **ปฏิมะ** นั้น เป็นความกระทบกระทั่ง แห่งจิตที่รู้สึกไม่พอใจ ถ้าพอใจก็จัดเป็นกามราคะ ไม่พอใจจึงจะเป็นปฏิมะ ความรู้สึกส่วนมากของคนเรามีอยู่อย่างนี้. ปฏิมะอาจจะเกิดได้แม้ต่อสิ่งที่ไม่มีความวิญญาน. และถ้ามากไปกว่านั้น ไม่พอใจ แม้แต่สิ่งที่ทำเองหรือสิ่งที่เกิดขึ้นในใจเอง. ส่วนที่มีอาการโกรธเกลียด พยาบาทคนอื่นนั้น เป็นปฏิมะที่รุนแรงเกินไป ซึ่งพระอรียบุคคลชั้นต้น ๆ กว่านี้ก็พอจะละได้ตามสมควร. ที่เหลืออยู่สำหรับให้พระอรียเจ้าชั้นที่ ๓ ละ นี้หมายถึงความกระเพื่อมแห่งจิตชั้นละเอียด จนบางทีไม่ปรากฏอะไรออกมา เป็นความชุ่นอยู่ข้างใน ดูสีหน้าจะไม่ทราบ ว่ามีความไม่พอใจอยู่ข้างในเป็นต้น เช่น ความหงุดหงิด รำคาญ ชัดใจในคนหรือสิ่งต่าง ๆ ที่ไม่เป็นไปตามปรารถนา. ถ้าผู้ใดละปฏิมะทุกชนิดได้สิ้นเชิงท่านทั้งหลายลองคิดดูว่าจะอยู่ในฐานะที่น่าบูชาสักเพียงไร หรือเป็นบุคคลพิเศษสักเพียงไร.

กิเลสทั้ง ๕ ข้อที่กล่าวมาแล้วนี้ ท่านจัดไว้ว่าเป็นขั้นต่ำนับ

ตั้งแต่สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สิ้นพหตปรามาส กามราคะจนถึง  
ปฏิมะ. พระอริยบุคคลประเภทที่ ๓ ละได้หมด. เพราะไม่มีกาม  
ราคะเหลืออยู่เลย พระอริยเจ้าประเภทนี้จึงไม่เวียนมาสู่กามภพ  
อีกต่อไป เป็นเหตุให้ได้นามว่า **อนาคามี** แปลว่าผู้ไม่มีการกลับ  
มาอีก มีแต่จะรุดหน้าสูงขึ้นไปเป็นพระอรหันต์และนิพพาน หรือ  
ในภาวะอื่นที่ไม่เกี่ยวกับกามคือภพของรูปพรหมอันดับปลาย ๆ  
ส่วนกิเลสที่ยังเหลืออีก ๕ อย่างข้างปลายนั้นพระอริยบุคคล  
ประเภทที่ ๔ คือพระอรหันต์ จึงจะละได้ทั้งหมดทั้งสิ้น.

กิเลสถัดไปอีก คือ **รูปราคะ** อันเป็นสังโยชน์ข้อที่ ๖ นั้นหมายถึง  
ถึงความรักใคร่ ความพอใจในความสุขที่เกิดมาจากรูปสมบัติ เ  
หมือนที่เป็นแก่พวกโยคีที่เพ่งรูปเป็นอารมณ์. พระอริยเจ้า ๓ ชั้น  
แรก ยังไม่สามารถละความสุขความพอใจที่เกิดจากรูปฌาน  
ได้แต่จะถอนได้ในเมื่อเลื่อนมาถึงพระอริยเจ้าชั้นสุดท้ายคือ **พระ  
อรหันต์**. ทั้งนี้ก็เพราะความสงบสุขเยือกเย็น อันเกิดมาแต่รูป  
บริสุทธีกัมีรชชาติที่จับอกจับใจ จนถึงกับพอจะเรียกได้ว่าเป็นพระ  
นิพพานชิมลองดูก่อน เป็นพระนิพพานล่วงหน้าแล้วมีรสอย่าง

เดียวกัน หรือทำนองเดียวกับรสของพระนิพพานที่แท้จริงหาก  
แต่เป็นเรื่องชั่วคราว เป็นเรื่องที่เป็นไปในระหว่างที่กิเลสสงบรำงับ  
เพราะอำนาจของฌาน ไม่ใช่กิเลสสูญหายเหือดแห้งไปจริง. เมื่อ  
หมดกำลังของฌาน กิเลสก็กลับมาปรากฏอีก. ขณะที่กิเลสสงบ  
รำงับ อยู่ด้วยอำนาจของฌาน จิตนี้ก็ว่างโปร่งเป็นอิสระ มีรสชาติ  
คล้ายกันกับรสของนิพพานที่แท้จริงเหมือนกันฉะนั้น จึงเป็นสาเหตุ  
ให้หลงติดได้เหมือนกัน. บางยุคเคยบัญญัติว่าเป็นนิพพานกัน  
มาแล้ว.

กิเลสอันละเอียดข้อที่ ๗ ที่เรียกว่า **อรุปราคะ** นั้นหมายถึง  
ความพอใจติดใจในความสุขที่เกิดมาแต่อรูปรสชาติเป็นเรื่อง  
คล้ายกับข้อที่ ๖ ผิดกันแต่ว่าขั้นนี้ละเอียดประณีตขึ้นไปอีกชั้น  
หนึ่งการเจริญฌานโดยมีสิ่งที่มีรูปเป็นอารมณ์สำหรับเพ่ง นั้นย่อม  
ได้ความสงบที่เนื่องอยู่กับรูปนั้น ๆ เพราะฉะนั้นจึงหยابกว่าการ  
เจริญฌานอันกำหนดเพ่งสิ่งที่ไม่มียรูป เช่น อากาศหรือความว่าง  
เปล่ามาเป็นอารมณ์ ได้ผลเป็นความสงบเงียบสุขุม ลึกซึ้งกว่า  
ความสงบที่เป็นรูปฌาน ท่านจึงจัดไว้ในลำดับหลังจากรูปฌาน

และเรียกว่าอรูป. ความพอใจพอใจจิตใจในความสุขสงบชนิดนี้ เรียกว่าอรูปราคะ ฉะนั้น สำหรับผู้ที่จะเป็นพระอรหันต์ จะหลงไหลในสุขเวทนาอย่างใดอย่างหนึ่งไม่ได้เลย ไม่ว่าสุขเวทนานั้นจะเกิดมาจากอะไร.

เพราะตามธรรมดาของพระอรหันต์ จะมองเห็นความเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาของความรู้สึกทุกชนิด จึงไม่อาจจะมีความจิตใจในความรู้สึกอย่างใดอย่างหนึ่ง เพราะฉะนั้นจึงละรูปราคะและอรูปราคะได้. โยคีฤๅษีอื่น ๆ ที่บำเพ็ญรูปฌานหรืออรูปรฌานตามปานั้น มองไม่เห็นความลึกลับของสุขเวทนา จึงติดแน่นอยู่ในรสของฌานหรือสมาบัติอย่างหลงไหลเช่นเดียวกับคนหนุ่มคนสาวตามธรรมดา ๆ ที่มีจิตติดแน่นหลงไหลอยู่ในรสของกามคุณ ท่านจึงใช้คำว่า "ราคะ" อย่างเดียวกันหมด. ถ้าท่านทั้งหลายพิจารณาให้เข้าใจในเรื่องนี้จริง ๆ แล้ว ก็จะไม่พอใจหรือจะเลื่อมใสบูชา ในบุคคลที่เรียกว่าพระอริยเจ้านั้นอย่างยิ่ง.

เครื่องผูกคนให้ติดอยู่ในโลกขัณฑ์ ๘ เรียกว่า มานะ ได้แก่ความรู้สึกสำคัญตวัว่าเป็นนั่นเป็นนี่ เป็นชั้นเป็นเชิงว่าเราเลวกว่าเขา



เราเสมอเขา เราดีหรือสูงกว่าเขา ถ้ารู้สึกว่าคุณเร็วกว่าก็พอใจ รู้สึกว่าตนดีก็พอใจ รู้สึกว่าเสมอ ๆ กัน ก็นึกไปในทางที่จะแข่งขันหรือทำตนให้ก้าวหน้ากว่าเขา ทำนองนี้เป็นต้น. ข้อนี้ไม่ได้หมายถึงมานะที่ลึฏด้วยความเย่อหยิ่งจองหองตามธรรมดา. ย่อมเป็นการยากมากที่จะไม่ให้ใคร ๆ ตามปกติรู้สึกว่าตัวดีกว่าเขาเร็วกว่าเขาในทำนองนี้ ก็เลศชนิดนี้มาอยู่ในอันดับที่ ๘ เกือบสุดท้ายเช่นนี้ ย่อมหมายความว่ามันละเอียด จึงมาอยู่แทบจะรุ่งสุดท้าย ซึ่งพระอริยเจ้าชั้นสูงสุดเท่านั้นที่จะละได้ชั้นเรา ๆ ตามธรรมดาจึงยังละไม่ได้.

ความรู้สึกว่าตนดีกว่าหรือเสมอกัน หรือตนเร็วกว่าเขานี้ย่อมมาจากความยึดติดชนิดหนึ่งนั่นเอง แต่ท่านใช้ชื่อว่าอุปาทาน ใช้ชื่อว่ามานะ แต่ถ้าจิตใจอยู่เหนือความดี ความชั่วเสียแล้วความรู้สึกต่าง ๆ เช่นนี้จะมีอยู่ไม่ได้. ต่เพราะจิตใจของเรายังแพ้ต่อค่าของความดีความชั่ว ฉะนั้นเราจึงมีความรู้สึกว่าใครดีใครชั่วหรือใครเสมอกัน เป็นเหตุให้ใจหวั่นไหวไปบ้าง เพราะเหตุที่รู้สึกเช่นนั้นอยู่ จึงยังไม่เป็นความสงบสุขจริง ๆ.

สังโยชน์ข้อที่ ๙ เรียกว่า **อุทธัจจะ** แปลว่า ความกระเพื่อม ความฟุ้ง หรือความไม่สงบนิ่ง เช่นความรู้สึกที่กระพือขึ้นในเมื่อมีสิ่งหนึ่งสิ่งใดที่น่าสนใจผ่านมา. คนเรามีความต้องการอะไร ๆ ประจำอยู่ในใจ โดยเฉพาะก็คือความอยากได้อยากเป็น อยากไม่เอา อยากไม่เป็น เมื่อมีสิ่งใดผ่านตา หู จมูก ลิ้น กาย มาในลักษณะที่ตรงกับความต้องการอย่างใดอย่างหนึ่งของตนเข้าแล้ว ความกระพือขึ้นของใจย่อมจะมีได้อย่างที่เราเรียกกันว่า "**ความทิ้ง**" ซึ่งในแง่ดีก็ได้ ซึ่งในแง่ร้ายก็ได้. ถ้าดูแปลกประหลาดแล้วเป็นต้องเกิดความสงสัยทิ้งขึ้นมาทีเดียวเพราะเรายังมีทั้งที่เราร้องต้องการ ยังมีทั้งที่เรากลัววิตกกังวลระแวงอยู่ขณะนั้น ใจจึงทนไม่ได้ต้องทิ้งต่อสิ่งต่าง ๆ ที่ผ่านเข้ามาคนธรรมดาเป็นอย่างนี้ ถ้าเป็นสิ่งที่ถูกกับตัณหาแล้ว ก็ยากที่จะระงับได้ ย่อมสนใจจนเนื้อเต้น ดีใจจนลืมหูลืมตา ถ้าเป็นเรื่องเศร้าก็ทำให้ใจแพบเหี่ยวแห้ง จนหมดความสุข นี่คือนิยามของสิ่งที่เรียกว่า **อุทธัจจะ**.

พระอริยเจ้า ๓ ประเภทข้างต้น ก็ยังมีความทิ้งและมีความสนใจในบางสิ่งบางอย่างแต่พระอรหันต์ไม่มีความทิ้ง ไม่มีความ

สนใจในสิ่งใดเลย เพราะจิตใจของท่านหมดความกระหายในสิ่ง  
ทั้งปวง หมดความกลัว หมดความเกลียด หมดความวิตก-กังวล  
หมดความระแวงสงสัยอยากรู้ อยากเห็นในสิ่งต่าง ๆ. ท่านมีจิต  
ใจเป็นอิสระ ไม่มีอะไรมาล่อหรือยั่วให้เกิดความทึงหรือความ  
สนใจ เพราะหมดความต้องการนั่นเอง จึงหมดความสนใจหรือข้อ  
สงสัยทั้งปวง. ขอให้เข้าใจไว้ด้วยว่า ความสงสัยในปัญหาต่าง ๆ  
นั้นมันมีอยู่หรือมันเกิดขึ้นก็เพราะความอยากอย่างใดอย่างหนึ่ง  
นับตั้งแต่อยากรู้ไปทีเดียว.

ครั้นหมดความอยากเพราะเห็นสิ่งทั้งปวงเป็นอนิจจังทุกขัง  
อนัตตา ไม่มีอะไรที่น่าเอา น่าเป็น จึงไม่มีความทึงในสิ่งใด  
ๆ ฟ่ำผ่าลงมาข้าง ๆ ท่านก็ไม่มีความทึง เพราะไม่มีความรู้สึกกลัว  
ตาย หรืออยากอยู่หรืออะไรทำนองนั้น. แม้จะมีอะไร ๆ ที่ร้ายแรง  
ชนิดไหน หรือว่าเกิดมีความรู้ความคิดสิ่งใหม่ ๆ ในโลกท่านก็ไม่มี  
ความทึงความสนใจ เพราะมันไม่มีความหมายอะไรเลยสำหรับ  
ท่าน. ท่านไม่ต้องการทราบถึงสิ่งใดในลักษณะที่ว่ามันจะอำนาจ  
อะไรให้ท่านได้บ้าง เพราะท่านไม่ต้องการอะไรฉะนั้นจึงไม่มี

ความทิ้งในลักษณะใด ๆ หมด จิตของท่านจึงบริสุทธิ์หรือสงบ  
บอย่างที่คนเราตามธรรมดาคาดไม่ถึงเอาทีเดียว

กิเลสข้อ ๑๐ อันเป็นข้อสุดท้าย ท่านเรียกว่า **อวิชา** เป็นที่รวม  
ของบรรดากิเลสทั้งหลาย ที่ไม่ได้ระบุไว้เป็นอย่างอื่นคำว่า  
**อวิชา** แปลว่า **ภาวะที่ปราศจากความรู้** ความรู้ในที่นี้หมายถึง  
ความรู้จริงความรู้ถูกต้อง. ตามธรรมดาสัตว์ทั้งหลายจะอยู่โดย  
ไม่มีความรู้อะไรเลยนั้น เป็นไปไม่ได้ แต่ถ้าความรู้นั้นเป็นความ  
รู้ผิด ก็มีค่าเท่ากับไม่รู้คนจึงมีวิชาหรือรู้ผิดอยู่เป็นประจำจึง  
มีดมน. ปัญหาสำคัญที่สุดของมนุษย์ก็คือ ปัญหาที่ว่าอะไรเป็น  
ความทุกข์ที่แท้จริง? อะไรเป็นต้นเหตุที่แท้จริงที่ทำให้เกิดทุกข์?  
อะไรเป็นความไม่มีทุกข์ที่แท้จริง? และอะไรเป็นหนทางอันแท้จริง  
ซึ่งจะให้ได้มาซึ่งความไม่มีทุกข์นั้น ๆ? ถ้าใครมีความรู้จริง ๆ แล้ว  
เรียกว่าคนนั้นไม่มีวิชา จัดเป็นผู้มีวิชาในที่นี้.

บรรดาความรู้ทั้งหลาย มีมากมายเหลือที่จะกล่าวได้แต่  
พระพุทธเจ้าท่านจัดไว้ในจำพวกที่ไม่จำเป็นต้องรู้. ความ  
ตรัสรู้ของพระพุทธเจ้าเอง ก็มีขอบเขตอยู่แต่ในวงเรื่องที่ควรรู้ ใน

บรรดาสิ่งที่ควรรู้แล้วพระองค์ทรงรู้ทั้งหมด. คำว่า "สัตัพัญญู" (รู้ทั้งหมด) ก็คือการรู้แต่ในขอบเขตที่ควรรู้ ไม่ใช่ว่าจะครอบคลุมไปถึงสิ่งที่ไม่จำเป็นต้องรู้ สำหรับการดับทุกข์.

อวิชชาทำให้คนสำคัญผิด ในสิ่งที่เป็นทุกข์ว่าเป็นความสุข จนถึงกับพอใจยอมเวียนว่ายอยู่ในกองทุกข์และสำคัญผิดในเหตุของความทุกข์ จนไปคว้าเอาสิ่งที่ผิดไว้ หรือเกิดความโง่เขลาใหม่ ๆ ขึ้นมาเช่น การโทษผีสามเทวดา โทษอะไรต่าง ๆ ว่าเป็นเหตุให้เกิดเจ็บไข้หรือเคราะห์ร้าย แทนที่จะรักษาหรือแก้ไข โดยวิธีที่ถูกต้อง ก็ไปนั่งบนบานผีสามเทวดาอยู่อย่างนี้. นี้เรียกว่าอวิชชาเป็นต้นเหตุของความทุกข์ชั้นต่ำที่สุด นี้เป็นตัวอย่าง

สำหรับอวิชชาในเรื่องความดับสนิทของทุกข์นั้นคือไม่รู้เรื่องการดับกิเลสดับตัณหา ซึ่งเป็นต้นเหตุของการดับทุกข์โดยตรงไป หลงเอาความสงบสุข หรือความไม่รู้จักตัวชนิดที่เกิดมาจากสมาธิ หรือฌานสมาบัติว่า เป็นความดับทุกข์สิ้นเชิง ซึ่งมีตกคืนในสมัยพุทธกาลและยังคงส่งเสริมทำกันจนถึงบัดนี้. บางครั้งยังอาจถึง

กับยึดเอาการมรณเป็นเครื่องดับทุกข์ อย่างที่บางคนได้ยึดเป็นหลักไว้ว่าการมรณเป็นของจำเป็นมาก หรือเป็นอาหารสำหรับชนิดหนึ่งของชีวิตแทนที่จะมีปัจจัยเพียง ๔ อย่าง คืออาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัยและยารักษาโรค ก็เพิ่มเอาการมรณเข้าไปอีกอย่างหนึ่งรวมเป็นปัจจัย ๕ อย่าง อย่างนี้ก็มิได้. บางลัทธิ นิกายได้เอาการมรณเป็นเครื่องดับทุกข์ จึงเกิดเป็นลัทธิ นิกายที่มีการกระทำอันน่าบัดสีลามกอนาจารขึ้น ที่วิหารของเขานั้นเอง.

สำหรับอวิชชาความไม่รู้ในหนทาง ที่จะให้ได้มาซึ่งความดับทุกข์นั้น คนที่ไม่รู้ก็ยอมทำไปตามความเขลาหรืออำนาจกิเลส ตัณหา ตามความต้องการของตนเอง เช่นหลงเชื่อในสิ่งภายนอก คอยแต่ฟังผีฟังเทวดาไปตามประสาของคนที่ไม่มีความศรัทธา. แม้จะเป็นพุทธบริษัทโดยกำเนิดอยู่แล้ว ก็ยังหลงไปได้ถึงขนาดนั้น. เพราะอำนาจของอวิชชานั้นเอง ทำให้ไม่เข้าใจหรือยินดีในการดับทุกข์โดยปฏิบัติอริยมรรคมีองค์ ๘ แต่ไปดับทุกข์ของตนด้วยการจูดรูปเทียนนั่งบนบานสิ่งที่ตนเชื่อถือว่า ศักดิ์สิทธิ์. ตามปกติคนต้องการมีความรู้ แต่ถ้าความรู้นั้นเป็นความรู้ที่ผิด เมื่อถึง

รู้มากก็ยิ่งผิดมาก เลยกลายเป็นความรู้ชนิดที่บังลुकตา.

คำว่า **แสงสว่าง** ๆ นี้ก็จะต้องระวัง อาจจะเป็นแสงสว่างของ  
อวิชชาก็ได้ คือแสงที่ทำให้ตามืดบอดหลงผิดและทำให้เกิดความ  
ประมาท โดยไม่อาจสำนึกว่าตนกำลังถูกแสงของอวิชชาบังลुक  
ตาอยู่ จึงไม่สามารถจะเอาชนะความทุกข์ได้ มัวแต่หลงในสิ่งเล็ก  
น้อยไม่เป็นสาระอย่างเทิดทูนบูชา หลงใหลในกามารมณ์ต่าง  
ๆว่าเป็นสิ่งดีที่สุดของมนุษย์ ซึ่งทุกคนควรจะได้รับเสียก่อนที่จะ  
ตาย แล้วจะแก้ตัวว่า ทำเพื่ออุตมคติอันอื่นอย่างไรได้. การหวังไป  
เกิดในสวรรค์ โดยหมายเอากามารมณ์เป็นที่ตั้ง อะไร ๆ ก็ไปติด  
อยู่ แค่กามารมณ์ทั้งนั้น นี้เพราะอวิชชาได้ คุ้มห่อจิตใจ  
ไว้อย่างไม่ให้ใครทะลุดอกออกไปได้.

ในพระบาลีบางแห่ง ได้อุปมาอวิชชาว่า เหมือนกับเปลือกหนา  
ที่คุ้มโลกทั้งหมด ไม่ให้ใครได้เห็นแสงสว่างที่แท้จริง ท่านจัด  
อวิชชาไว้เป็นกิเลสข้อสุดท้าย. เป็นอันว่าเมื่อเป็นพระอรหันต์จึง  
ตัดกิเลส ๕ อย่างข้างท้ายได้หมด คือตัดรูปราคะ อรูปราคะ มานะ  
อุทธัจจะ ละอวิชชา ซึ่งเป็นการตัดสังโยชน์ได้ทั้ง ๑๐ อย่างแล้ว

ก็จะกลายเป็นพระอรหันต์ คือเป็นพระอริยเจ้าชั้นสูงสุดในทาง  
พระพุทธศาสนา. พระอริยเจ้าทั้ง ๔ ประเภท กล่าวคือ พระ  
โสดาบัน สกิทาคามี อนาคามี และอรหันต์นี้ จัดว่าเป็นผู้ที่อยู่  
ในโลกุตตรภูมิ ตัวธรรมที่ได้บรรลุเรียกว่า "โลกุตตรธรรม" แยก  
ออกเป็น ๙ อย่าง คือภาวะของพระโสดาบัน ในขณะที่กำลังตัด  
กิเลสนั้นเรียกว่า โสดาปัตติมรรค อย่างหนึ่ง เมื่อตัดกิเลสได้แล้ว  
เรียกว่า โสดาปัตติผล อีกอย่างหนึ่ง จึงเป็นคู่ ๆ คือ โสดาปัตติ  
มรรค-โสดาปัตติผล สกิทาคามีมรรค-สกิทาคามีผล อนาคามี  
มรรค-อนาคามีผล อรหันตมรรค-อรหันตผล. เป็น ๔ คู่ เติม  
นิพพานเข้าอีกหนึ่งจึงเป็น ๙ เรียกว่า โลกุตตรธรรม ๙.

บุคคลในโลกุตตรภูมิ เป็นผู้มีความทุกข์น้อยลงตามสัดส่วน  
จนกระทั่งไม่มีทุกข์เลย. เมื่อมีการกระทำให้รู้แจ้งชนิดที่ถูกต้อง  
เหมือนสิ่งทั้งหลายตามที่เป็นจริงจนระงับความอยากทั้งปวงได้  
จริง ๆ แล้ว ก็จะทำให้เกิดผลเป็นโลกุตตรภูมิขึ้นมา ทำให้จิตใจของผู้นั้น  
อยู่เหนือวิสัยชาวโลก. หลังจากนั้น สิ่งต่าง ๆ ซึ่งเป็นที่ตั้งของความ  
พอใจ หรือไม่พอใจในโลก ไม่สามารถจะครอบงำจิตใจหรือมี



อิทธิพลเหนือจิตของท่านได้อีกต่อไป เพราะท่านละกิเลสทุกชนิด  
ได้หมดจดสิ้นเชิง.

ส่วนที่เรียกว่า "นิพพาน" นั้น ถ้าเป็นเรื่องโลกุตตรธรรมก็หมายถึงสภาพอย่างหนึ่ง ซึ่งไม่เหมือนกับสิ่งใด ๆ หมดคือไม่เหมือนกับสิ่งทุกสิ่งในโลก ผิดจากทุกสิ่งในโลกเมื่อทางโลกหรือสิ่งทั้งหลายมีภาวะเป็นอย่างไร ถ้ายกเลิกภาวะ และวิสัยเหล่านั้นทั้งหมดเสียได้ ก็จะเหลือสิ่งที่เรียกว่านิพพาน กล่าวคือสภาพตรงกันข้ามจากโลก โดยประการทั้งปวง เป็นธรรมชาติชนิดหนึ่งไม่ต้องอาศัยสิ่งใดปรุงแต่งและไม่ปรุงแต่งสิ่งใดเป็นที่ดับของการปรุงแต่งทั้งปวง. แต่ถ้าจะกล่าวทางผล นิพพานก็หมายถึงภาวะ ที่ปราศจากการถูกเผา ลนปราศจากการถูกตบตี ทิ่มแทง ร้อยรัด ครอบงำผูกพันอะไรทั้งหมดเหล่านี้. เพราะว่า กิเลสทั้งหลาย ซึ่งเป็นเหตุทำให้ร้อนนกร้อนใจต่าง ๆ นานาได้ถูกทำลายให้หมดไป ก่อนจะถึงภาวะที่เรียกว่านิพพาน.

นิพพาน เป็นธรรมชาติอันหนึ่ง ไม่มีขอบเขต ไม่ต้องอาศัยการกินเนื้อที่ ไม่ขึ้นอยู่กับการล่วงไปของเวลาหรือไม่เกี่ยวข้องกับกาล

เวลา แต่อยู่ในลักษณะเป็นตัวของตัวเองชนิดหนึ่ง ไม่เหมือนอะไร  
ๆ ในโลกแต่เป็นที่ดับของภาวะโลก ๆ. พุคในฐานะเป็นอุปมา  
ท่านให้นามว่าเป็นแดนที่ดับของสิ่งปรุงแต่งทั้งปวงจึงเป็น  
ธรรมชาติที่อิสระปราศจากเครื่องผูกมัด ไม่มีการถูกทรมาน  
กระทบกระทั่งกั้มแทงโดยอะไร ๆ ทั้งสิ้น. นี่เป็นลักษณะของโลกุ  
ตตรธรรมข้อสุดท้าย เป็นจุดหมายปลายทางของพระพุทธศาสนา  
เป็นเรื่องสุดท้ายของการปฏิบัติธรรมทางพุทธศาสนา

## ผู้ดับไม่เหลือ

อย่าเข้าใจ	ไปว่า	ต้องเรียนมาก
ต้องปฏิบัติ	ลำบาก	จนพ้นได้
ถ้ารู้จริง	สิ่งเดียว	ก็ง่ายตาย
รู้ดับให้	ไม่มีเหลือ	เชือกก็ลอง
เมื่อเจ็บไข้	ความตาย	จะมาถึง
อย่าพรันพรียง	หวาดไหว	ให้หม่นหมอง
ระวังให้	ดีดี	นาที่ทอง
คอยจดจ้อง	ให้ตรงจุด	หลุดให้ทัน
ถึงนาที่	สุดท้าย	อย่าให้พลาด
ตั้งสติ	ไม่ประมาท	เพื่อดับขั้นธ
ด้วยจิตว่าง	ปล่อยวาง	ทุกสิ่งอัน
สารพัน	ไม่ยึดครอง	เป็นของเรา
ตกกะได	พลอยใจน	ให้ดีดี

จะถึงที่	มุ่งหมาย	ได้ง่ายเข้า
สมัครใจ	ดับไม่เหลือ	เมื่อไม่เอา
ก็ดับ"เรา"	ดับตน	ดลนิพพาน

# สรุปความ

ดังได้บรรยายหลักแห่งพระพุทธศาสนาโดยลำดับ ๆ ว่าพุทธศาสนาคือวิชาและระเบียบปฏิบัติ เพื่อให้รู้จักสิ่งทั้งปวงถูกต้องตามที่เป็นจริงว่า อะไรเป็นอะไร สิ่งทั้งปวงมีสภาพตามที่เป็นจริงคือไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวหรือของตัว ; แต่สัตว์ทั้งหลายยังหลงรัก หลงยึดติดสิ่งทั้งปวง เพราะอำนาจของความยึดมั่นที่ผิด. ในพุทธศาสนามีวิธีปฏิบัติเรียกว่า ศีล สมาธิ ปัญญาเพื่อใช้เป็นเครื่องมือตัดความยึดมั่นถือมั่นนั้นเสีย. อุปาทานความยึดมั่นนั้นมีสิ่งที่ลงเกาะหรือจับยึด คือขันธทั้งห้าได้แก่ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ.

เมื่อรู้จักขันธทั้งห้าตามที่เป็นจริง ก็จะสามารถเข้าใจสิ่งทั้งปวงจนถึงกับเบื่อหน่าย คลายความอยากไม่ยึดอะไรติดอะไรและเราควรมีชีวิตอยู่อย่างที่เราเรียกว่า "เป็นอยู่ชอบ" คือให้วันคืนเต็มไปด้วยความปิติปราโมทย์ อันเกิดจากการกระทำที่ดีงาม ที่ถูกต้องอยู่เป็นประจำ แล้วระงับความฟุ้งซ่าน เกิดสมาธิ เกิดความ

เห็นแจ้งได้เรื่อย ๆ ไป จนกระทั่งเกิดความเบื่อหน่าย คลายความ  
อยาก ความหลุดพ้นและนิพพานได้ ตามความเหมาะสมของสิ่ง  
แวดล้อม.

ถ้าเราจะรีบเร่งทำให้ได้ผลเร็วขึ้น ก็มีแนวปฏิบัติที่เรียกว่า**วิปัส  
สนาธุระ**. เริ่มตั้งแต่มีความประพัตติบริสุทธ์ มีใจบริสุทธ์ มีความ  
เห็นบริสุทธ์ เรื่อยขึ้นไปจนถึงมีปัญญา คือความเห็นแจ้งบริสุทธ์  
ในที่สุดก็จะตัดกิเลสที่ถูกมัดคนให้ติดอยู่กับวิสัยโลกออกเสียได้  
เรียกว่าการบรรลุมรรคผล.

ทั้งหมดนี้นับว่าเป็นการแสดงให้เห็นแนวสังเขปทั้งหมดของ  
พระพุทธศาสนา ตั้งแต่ต้นจนปลาย ให้เห็นว่าหลักพุทธศาสนามีอ  
ยุ้อย่างไร พร้อมกับแสดงหลักปฏิบัติไปในตัว. เป็นอันว่า เรา  
ได้ติดตามเรื่องมาตั้งแต่ต้นจนถึงผลสุดท้ายของพระพุทธศาสนา  
เรื่องทั้งหมดก็ไปจบสิ้นลงที่นิพพาน ดังหลักพุทธภาษิตที่ว่า  
**"พระพุทธเจ้าทุก ๆ องค์ย่อมถือว่านิพพานเป็นอุดมธรรม"**  
ฉะนั้นเราจักต้องรักษาให้รู้ให้เข้าใจและให้ลุถึงได้ตามสมควร จึง  
จะได้ชื่อว่าเป็นพุทธบริษัท คือเห็นแจ้งหรือเข้าถึงตัวพุทธศาสนา

จริง ๆ มิฉะนั้นแล้วจะเป็นแต่ผู้รู้ หรือผู้เข้าใจในพุทธศาสนาเท่านั้น หาได้เป็นผู้เห็นแจ้งไม่.

ฉะนั้น ทุกคนจะต้องไปพิจารณาคุณิเลสของตัวเองให้เข้าใจแล้วพยายามไถ่ถอนมันออกไปเสียให้ได้ แม้ได้แต่เพียงครึ่งหนึ่งก็จะเกิดความรู้แจ้งขึ้นมาบ้าง. เมื่อกิเลสครึ่งหนึ่งมันหมดไปแล้วจริง ๆ ผลก็คือเกิดความสะอาดปราศจากความชั่ว เกิดความสว่างจากความหลงผิด แล้วความสงบทางจิตใจก็เกิดขึ้นแทน. จึงขอแนะนำพร้อมทั้งวิงวอนให้ท่านทั้งหลาย ศึกษาพระพุทธรศาสนากันในอาการเช่นนี้เพื่อจะได้เข้าถึงพระพุทธรศาสนาอย่างแท้จริงไม่เสียชาติที่เกิดมาเป็นมนุษย์พบพระพุทธรศาสนา หรืออย่างน้อยก็ทำให้เราได้ความเป็นมนุษย์โดยสมบูรณ์.

# เป็น มนุษย์ หรือ เป็นคน

เป็นมนุษย์	เป็นได้	เพราะใจสูง
เหมือนหนึ่งยุง	มีดี	ที่แววขน
ถ้าใจต่ำ	เป็นได้	แต่เพียงตน.
ย่อมนเสียที่	ที่ตน	ได้เกิดมา
ใจสะอาด	ใจสว่าง	ใจสงบ
ถ้ามีครบ	ควรเรียก	มนุษย์
เพราะทำถูก	พูดถูก	ทุกเวลา
เปรมปรีดา	คืนวัน	สุขสันต์จริง.
ใจสกปรก	มืดมัว	และร้อนร่า
ใครมีเข้า	ควรเรียก	ว่าผีสิง
เพราะพูดผิด	ทำผิด	จิตประวิง
แต่ในสิ่ง	นำตัว	กลัวอุปาย.
คิดดูเถิด	ถ้าใคร	ไม่อยากตก



จงรับยก

ใจตน

รับจนชวาย

ให้ใจสูง

เสียได้

ก่อนตัวตาย

ก็สมหมาย

ที่เกิดมา;

อย่าเขื่อน เคยฯ.

ต้นฉบับอิเล็กทรอนิกส์จัดทำโดย

พฤษภ บุษมา pruetboonma@gmail.com

จิภาภาณจน์ รัตนกิจตระกูล annrata@gmail.com

เผยแพร่บนเว็บไซต์ <http://www.weread.in.th>

รูปท่านพุทธทาสจาก <http://www.sarakadee.com>

ผู้ที่ต้องการจัดพิมพ์เป็นหนังสือ กรุณาติดต่อ

มูลนิธิเมตตาธรรมรักษ์

๑๔/๓๗๐ หมู่ ๑๐ ถนนพระราม ๒ ซอย ๓๘

แขวงบางมด เขตจอมทอง กรุงเทพฯ ๑๐๑๕๐

โทรศัพท์ ๐-๒๘๕๐-๑๕๐๔, ๐-๒๘๕๐-๑๙๔๙, ๐๘-๖๗๕๗-

๕๑๕๖

โทรสาร ๐-๒๘๐๐-๑๒๑๔

อีเมล: [mail@metta.or.th](mailto:mail@metta.or.th)