

เทศน์อบรมพระ ณ วัดป่าบ้านตาด
เมื่อวันที่ ๓๐ กันยายน พุทธศักราช ๒๕๐๕

มิจนสมาธิ-สัมมาสมาธิ

เราเป็นนักบวชและเป็นผู้งดเว้นทุกอย่าง บรรดาที่เป็นข้าศึกต่อตนเองและส่วนรวม ท่านจึงให้นามว่า นักบวช แปลว่า ผู้งดเว้น คำว่า เว้น ในที่นี้หมายความว่า เว้นสิ่งที่เป็นข้าศึกที่จะทำให้เราเสีย จงสังเกตคำว่า นัก ถ้าขึ้นหน้าด้วยคำว่า นัก แล้วต้องเลื่องลือ เช่น คำว่านักเลง นักปล้นจี้ เป็นต้น ต้องเป็นคนเสียหายอย่างลือลือลาม ถ้าเป็นทางดี เช่น นักปราชญ์ นักบวช นักปฏิบัติ ย่อมเป็นไปเพื่อความดีเด่นเป็นส่วนมาก เฉพาะที่นี้จะอธิบายเกี่ยวกับนักบวช ซึ่งเป็นผู้มีหน้าที่งดเว้นสิ่งที่เป็นอกุศล และบำเพ็ญสิ่งที่เป็นกุศล คือความฉลาดเข้าใจมากเท่าที่จะมากได้ จนพอตัวแล้วก็ข้ามอุปสรรคคือกองทุกข์เสียได้ เพราะฉะนั้น เราทุกท่านบัดนี้ได้ทราบแล้วว่าเราเป็นนักบวช โลกก็ให้นามว่าเป็นนักบวช จงทำความรู้สึกในเพศของตนตลอดเวลาและทุก ๆ อาการที่เคลื่อนไหวทางกาย วาจา ใจ

เราบวชในพระศาสนา มีพระโอวาทเป็นเครื่องปกครอง พระโอวาทมีทั้งรั้วกัน มีทางเดิน รั้วกัน คือพระวินัย ปรับโทษแห่งความผิดไว้เป็นชั้น ๆ อย่างหนักก็มี อย่างกลางก็มี อย่างเบาก็มี นี่คือรั้วกันทางผิดไม่ให้ปลื้มออก และเปิดทางที่ถูกไว้คือพระธรรมเพื่อดำเนินไปสู่จุดประสงค์ที่มุ่งหวัง พระวินัยเป็นรั้วกันสองฟากทาง ถ้าแยกออกไปแล้วแสดงว่าผิด แยกออกน้อยก็ผิดน้อย แยกออกมากก็ผิดมาก แยกออกไปจนถึงไม่กลับเข้าสู่ทางเลย ก็แสดงว่าผิดไปเลย เหมือนคนหลงทาง ถ้าหลงน้อยก็วกกลับเข้ามาได้เร็ว ถ้าหลงมากก็ทำให้เสียเวลานาน ยิ่งหลงไปเสียจริง ๆ ก็ไม่มีโอกาสจะถึงจุดประสงค์

เพราะฉะนั้น เรื่องของพระวินัยจึงเป็นเหมือนรั้วกันความผิดของผู้เป็นนักบวช เป็นชั้น ๆ ตามฐานะของนักบวชและฆราวาสจะปฏิบัติรักษาตามหน้าที่ของตน ในศีลนับแต่ศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๑๐ และศีล ๒๒๗ ส่วนพระธรรมเป็นทางเดิน มีศรัทธาความเชื่อเป็นภาคพื้น ซึ่งพระพุทธเจ้าประทานไว้แล้ว คือเชื่อในทางดำเนินเพื่อผลอันดี วิริยะเพียรไปตามทางนั้น เสมอไม่ลดละ สติเป็นผู้ระคองความเพียรของตนในเวลาเดินทาง สมาธิความมั่นคงของใจต่อการเดินทาง และเป็นเสบียง คือความสงบสุขของใจระหว่างปลายทาง และปัญญา ความรอบคอบในการเดินทางเป็นลำดับไป ตั้งแต่ต้นจนถึงจุดหมายปลายทาง

ธรรมที่กล่าวมาทั้งนี้ เป็นเครื่องสนับสนุนให้เราเดินถูกทาง เมื่อเป็นผู้มีธรรมทั้ง ๕ ข้อ คือ ศรัทธา วิริยะ สมาธิ สติ และปัญญา ประจำตนเสมอแล้ว จุดหมายปลายทางซึ่ง

เป็นตัวผลเรามีต้องสงสัย จะต้องปรากฏขึ้นเป็นผลตอบแทนให้รู้ประจักษ์ใจของเราตามกำลังความสามารถของตน ถ้าอบรมธรรมทั้ง ๕ นี้แก่กล้าภายในใจแล้ว จุดหมายปลายทางที่พระองค์ประกาศผลเอาไว้ได้แก่ วิมุตติพระนิพพาน จะหนีจากทางดำเนินนี้ไปไม่ได้ เพราะคำว่า ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา ต่างก็มุ่งต่อผลนั้นอยู่แล้ว

ขอให้ท่านนักปฏิบัติจงพยายามบำรุงศรัทธาความเชื่อในธรรม และสมรรถภาพคือความสามารถของตนเอง วิริยะเพียรให้พอ สมาธิความสงบจะปรากฏเป็นผลขึ้น และพยายามบำรุงสมาธิให้เพียงพอ สติกับปัญญาเป็นพี่เลี้ยง ผลจะปรากฏขึ้นเป็นที่พึงพอใจแก่ท่านผู้ปฏิบัติทั้งหลาย เราไม่ต้องเป็นอารมณ์ข้อข้องใจว่า มรรค ผล นิพพาน จะมีอยู่ในที่แห่งใด จงพยายามบำรุงเหตุที่ได้อธิบายมานี้ให้เพียงพอ ผลซึ่งจะเกิดขึ้นจากเหตุนั้นจะไม่มีอะไรบังคับไว้ได้

ในธรรมทั้ง ๕ ข้อนี้ คือหลักธรรมทางดำเนิน เรียกว่า อินทรีย์ ๕ หรือ พละ ๕ ก็ได้ อินทรีย์ความเป็นใหญ่ พละคือกำลัง ฝ่ายพระวินัยเป็นรั้วกันสองฟากทางซึ่งจะเป็นเหตุให้ผิดต่อทางดำเนินเพื่อมรรค ผล นิพพาน พระพุทธเจ้าทรงกันไว้รอบด้าน แล้วทรงเปิดทางคืออินทรีย์ ๕ ให้ดำเนินจนเพียงพอแก่ความต้องการ

กายวิเวก ความสงบแห่งกาย ในสถานที่อยู่อาศัย ที่ไปที่มาตามบริเวณที่อยู่นี้ นับว่าเป็นสัปปายะ ความสบายพอสมควร จิตวิเวก ท่านผู้มุ่งให้เป็นไปเพื่อความสงบภายในตามขั้นแห่งความสงบของตน ก็มีประจำจิตของท่านผู้บำเพ็ญพอสมควร ส่วนผู้เริ่มฝึกหัดใหม่ๆ ยังไม่ได้จิตวิเวกภายในใจ จงพยายามบำรุงอินทรีย์ทั้ง ๕ ให้มีกำลัง ความวิเวกภายในค่อยปรากฏขึ้นเป็นลำดับ ผู้ที่ได้รับความวิเวกภายในพอสมควรแล้ว จงพยายามส่งเสริมให้มีความละเอียดเข้าเป็นลำดับ พร้อมทั้งปัญญาความรอบคอบในความวิเวกของตนและผู้มีธรรมยิ่งกว่านั้น จงรีบเร่งตัดดวงความเพียรด้วยปัญญาให้เพียงพอ จะปรากฏเป็นอุปวิเวก ความสงบจากกิเลสโดยสิ้นเชิงประจักษ์ใจขึ้นมาก

กายวิเวกความไม่วุ่นวายกับสิ่งภายนอก เทียบหลักเรือนอยู่ในที่สงบ และไม่คว่ำหาการงานมาเป็นเครื่องรบกวนกาย จนกลายเป็นโรงงานขึ้นในสถานที่อยู่และที่อาศัยชั่วคราว โดยถือการงานเป็นรากฐานของพระพุทธศาสนาและการอาชีพของนักบวช ซึ่งเห็นอยู่ในที่ทั่วไป จนหมดความสนใจในความเพียรทางใจ ซึ่งเป็นกิจของนักบวชแท้ จิตวิเวก ความสงบของจิต ที่มีความเพียรทางใจเป็นพี่เลี้ยงตามรักษา ไม่ฟุ้งเพื่อเห่อเหิมกับสิ่งต่าง ๆ ที่มาสัมผัส รังจิตใจให้ดำรงอยู่ในความสงบได้ด้วยความระวังสำรวมตลอดเวลา ตามธรรมดาของจิตวิเวก แม้สิ่งภายนอกจะไม่มารบกวน แต่ภายในจิตก็ยังคงต้องมีอารมณ์ที่เป็น

จงพยายามให้รู้เหตุรู้ผลของสิ่งที่มากระทบหรือเกี่ยวข้องกับใจ จนถึงกับเป็นผลให้ใจได้รับความทุกข์ขึ้นมา จนเห็นได้ชัดในตัวเหตุผลก็เป็นสิ่งจะทราบชัดในขณะเดียวกัน

ข้อสำคัญที่สุดที่ได้เทศน์ในวันใดก็ดี และเป็นธรรมที่แนบสนิทอยู่กับใจของผู้เทศน์ตลอดเวลา คือ สติกับปัญญา นี่เป็นธรรมสำคัญมาก ถ้าได้ขาดสติกับปัญญาแล้วผลจะขาดวรรคขาดตอน การก้าวแห่งความเพียรก็จะขาดวรรคขาดตอนไม่สม่ำเสมอ แม้อุบายความฉลาดที่จะปรากฏขึ้นเป็นเครื่องแก้กิเลสก็ขาดลงเป็นลำดับ และผลคือความสงบสุขก็ขาดวรรคขาดตอนไปตาม ๆ กัน ถ้าสติกับปัญญาได้ขาดวรรคขาดตอนไปแล้ว ฟังทราบว่าความเพียรทุกประโยคได้ขาดวรรคขาดตอนไปในขณะเดียวกัน ฉะนั้น โปรดได้ทราบไว้ทุก ๆ ท่านด้วย และทุกครั้งที่เทศน์ไม่เคยเว้น สติกับปัญญาแทบจะกล่าวได้ว่าออกหน้าออกตาว่าบรรดาธรรมทั้งหลาย

เพราะได้พิจารณาแล้วเต็มกำลัง นับแต่ได้เริ่มปฏิบัติมาจนถึงวันนี้ ไม่เคยเห็นธรรมบทใดหมวดใดที่ยิ่งไปกว่าสติปัญญา ซึ่งจะสามารถรู้พื้นสิ่งลึกลับอยู่ภายนอกก็ดี ภายในก็ดี ให้ประจักษ์แจ้งขึ้นมาภายในใจ ดังนั้นจึงได้นำธรรมทั้งสองประเภทนี้มาแสดงแก่บรรดาท่านผู้ฟังได้ทราบว่า ถ้าเป็นไม้ก็แก่น หรือรากแก้วของต้นไม้ เป็นธรรมก็รากเหง้า หรือเครื่องมือที่สำคัญสำหรับแก้กิเลสอาสวะ นับตั้งแต่หยาบถึงละเอียดยิ่งให้หมดสิ้นไปโดยสิ้นเชิง ถ้าได้ขาดสติไปเสียเพียงจะทำสมาธิให้เกิดขึ้นย่อมเป็นไปไม่ได้ ยิ่งได้ขาดปัญญาไปเสียด้วยแล้ว แม้สมาธิก็จะกลายเป็นมิจจาสมาธิไปได้ เพราะคำว่า สมาธิ นั้นเป็นคำกลาง ๆ ยังไม่แน่ว่าเป็นสมาธิประเภทใด ถ้าขาดปัญญาเป็นพื้เลี้ยงต้องกลายเป็นสมาธิที่ผิดจากหลักธรรมไปได้โดยไม่รู้สีกตัว

คำว่ามิจจาสมาธินั้นมีหลายชั้น ชั้นหยาบที่ปรากฏแก่โลกอย่างชัดเจนก็มี ชั้นกลาง และชั้นละเอียดก็มี ในที่นี้จะกล่าวเฉพาะมิจจาสมาธิในวงปฏิบัติซึ่งปรากฏขึ้นกับตนเอง โดยไม่รู้สีกตัว เช่นเข้าสมาธิจิตรวมลงแล้วพักอยู่ได้นานบ้าง ไม่นานบ้าง จนถอนขึ้นมา ในเวลาจิตถอนขึ้นมาแล้วยังมีความติดพันในสมาธิ ไม่สนใจทางปัญญาเลย โดยถือว่าสมาธิจะกลายเป็นมรรค ผล นิพพานขึ้นมาบ้าง ยังติดใจในสมาธิอยากให้อมอยู่นาน ๆ หรือตลอดกาลบ้าง จิตรวมลงถึงที่พักแล้วถอนขึ้นมาเล็กน้อย และออกรู้อะไรต่าง ๆ ตามแต่จะมาสัมผัส แล้วเพลินติดในนิมิตนั้น ๆ บ้าง บางทีจิตลอยออกจากตัวเที่ยวไปสวรรค์ชั้นพรหม นรก อเวจี เมืองผี เมืองเปรตต่าง ๆ จะถูกหรือผิดไม่คำนึง แล้วก็เพลินในความเห็น และความเป็นของตนจนถึงถือว่าเป็นมรรคผลที่น่าอัศจรรย์ของตน และของพระศาสนา

ด้วย ทั้งนี้แม้จะมีท่านที่มีความรู้สามารถในทางนี้มาตักเตือนก็ไม่ยอมฟังเสียเลย เหล่านี้เรียกว่าเป็นมิจจาสมาธิโดยเจ้าตัวไม่รู้สึกละ

ส่วนสัมมาสมาธิเล่าเป็นอย่างไร และจะปฏิบัติวิธีใดจึงจะเป็นไปเพื่อความถูกต้อง ข้อนี้มีผิดแปลกกันอยู่บ้าง คือ เมื่อนั่งทำสมาธิจิตรวมลงพักอยู่ จะเป็นสมาธิประเภทใดก็ตาม และจะพักอยู่ได้นานหรือไม่นาน ข้อนี้ขึ้นอยู่กับสมาธิประเภทนั้น ๆ ซึ่งมีกำลังมากน้อยต่างกัน จึงให้พักอยู่ได้ตามชั้นของสมาธิ นั้น ๆ โดยไม่ต้องบังคับให้ถอนขึ้นมา ปล่อยให้พักอยู่ตามความต้องการแล้วถอนขึ้นมาเอง แต่เมื่อจิตถอนขึ้นมาจากสมาธิแล้ว จงพยายามฝึกคั้นด้วยปัญญา จะเป็นปัญญาที่ควรแก่สมาธิชั้นไหนก็ต้องพิจารณาไตร่ตรองดูตามธาตุชั้นใด จะเป็นธาตุชั้นใดภายนอกหรือภายในไม่เป็นปัญหา ขอแต่พิจารณาเพื่อรู้เหตุผลเพื่อแก้ไขหรือถอดถอนตนเองเท่านั้นชื่อว่าถูกต้อง

จงใช้ปัญญาพิจารณาสภาวธรรมทั้งภายในทั้งภายนอก หรือจะเป็นส่วนภายในโดยเฉพาะ หรือจะเป็นส่วนภายนอกโดยเฉพาะ พิจารณาลงในไตรลักษณ์ จะเป็นไตรลักษณ์ใดก็ได้จนชำนาญและแยบคาย จนรู้ช่องทางเอาตัวรอดไปได้โดยลำดับ เมื่อพิจารณาจนรู้สึกอ่อนเพลีย จิตอยากจะเข้าพักในเรือนคือสมาธิ ก็ปล่อยให้พักได้ตามความต้องการ จะพักนานหรือไม่นานไม่เป็นปัญหา จงพักอยู่จนกว่าจิตจะถอนขึ้นมาเอง เมื่อจิตถอนขึ้นมาแล้ว จงพิจารณาสภาวธรรม มีกายเป็นต้นตามเคย นี้เรียกว่า สัมมาสมาธิ และพึงทราบว่สมาธิเป็นเพียงที่พักชั่วคราวเท่านั้น เมื่อพิจารณาโดยทางปัญญามาก ๆ รู้สึกอ่อนเพลียภายในจิตก็เข้าพักอยู่ในสมาธิ จิตมีกำลังแล้วถอนขึ้นมาควรแก่การพิจารณาต้องพิจารณา ทำอย่างนี้โดยสม่ำเสมอ สมาธิจะเป็นไปเพื่อความราบรื่น ปัญญาจะเป็นไปเพื่อความฉลาดเสมอไป จะเป็นไปเพื่อความสม่ำเสมอทั้งด้านสมาธิและด้านปัญญา

เพราะสมาธิเป็นคุณในทางหนึ่ง ปัญญาเป็นคุณในทางหนึ่ง ถ้าจะปล่อยให้ดำเนินในทางปัญญาโดยถ่ายเดียวก็ผิด เพราะไม่มีสมาธิเป็นเครื่องหนุน ยิ่งถ้าปล่อยให้ดำเนินไปในทางสมาธิโดยถ่ายเดียวแล้ว ยิ่งเป็นการผิดมากกว่าทางด้านปัญญา เมื่อสรุปความลงแล้ว คุณธรรมทั้งสองประเภทนี้เทียบกันได้กับแขนซ้ายแขนขวา เท้าซ้ายเท้าขวาของคน คนคนหนึ่งเดินเหินไปไหนมาไหน และทำกิจการอะไร เท้าและแขนทั้งสองเป็นสิ่งที่จำเป็นสำหรับคนคนนั้น เรื่องของสมาธิกับเรื่องของปัญญาก็มีความจำเป็นเช่นเดียวกัน ถ้าเราจะเห็นเสียว่าสมาธิดีกว่าปัญญา หรือปัญญาดีกว่าสมาธิแล้ว คนคนนั้นควรจะมีเพียงขาเดียว แขนเดียว ไม่มีสองแขน สองขาเหมือนอย่างคนอื่น ๆ ก็เรียกว่าเป็นคนแปลกจากโลกเขา

คนที่ทำตัวให้แปลกจากธรรมของพระพุทธเจ้าก็เป็นคนในลักษณะนี้เหมือนกัน คือ ตำหนิปัญญาชมเชยสมาธิบ้าง ตำหนิสมาธิชมเชยปัญญาบ้างอย่างนี้ ที่ถูกขณะที่เราจะทำสมาธิก็ต้องเป็นหน้าที่ของสมาธิ และเห็นประโยชน์ในสมาธิจริง ๆ เวลาจะพิจารณาทางปัญญาก็ให้ทำหน้าที่ทางปัญญาและเห็นประโยชน์ในด้านปัญญาจริง ๆ ต่างพักไว้ตามกาลอันควร ไม่ให้สับสนระคนกันเช่นเดียวกับเท้าทั้งสอง เมื่อเท้าขวาก้าวไป เท้าซ้ายต้องหยุด เมื่อเท้าซ้ายก้าวไปเท้าขวาต้องหยุด ไม่ใช่จะก้าวไปพร้อม ๆ กัน เพราะเหตุนั้น สมาธิกับปัญญาจึงเป็นคุณด้วยกันทั้งสองฝ่าย เมื่อสติกับปัญญาต่างก็มีกำลังเพียงพอ เพราะการฝึกฝนเป็นคู่เคียงกันมา สมาธิกับปัญญาก็จะก้าวไปพร้อม ๆ กัน ไม่ใช่จะเปลี่ยนกันรบและเปลี่ยนกันรับอย่างนั้นเสมอไป เช่นเดียวกับแขนซ้ายแขนขวาทำงานร่วมกันฉะนั้น

นี่กล่าวเรื่องสมาธิกับปัญญา ซึ่งเป็นธรรมจำเป็นเสมอสำหรับนิสัยผู้อบรมสมาธิมาก่อน เดี่ยวจะเป็นสมาธิเลยเถิด โดยไม่เห็นปัญญาเป็นอีกแง่หนึ่ง คือถ้าเป็นธรรมจำเป็นจะควรใช้ในเวลาอันควร ส่วนนิสัยของผู้หนักในด้านปัญญาอบรมสมาธิ จิตต้องหาความสงบไม่ได้ด้วยอำนาจของสมาธิอบรม ก็ต้องอาศัยปัญญาเป็นผู้สกัดลัดกันจิตที่มีความฟุ้งเพื่อเห่อเหิมในอารมณ์ต่างๆ โดยกำหนดตามความฟุ้งของใจว่า ฟุ้งไปเพราะเหตุใด และมีสิ่งใดเป็นเหตุชักจูงจิตใจให้เป็นอย่างนั้น ปัญญาต้องตามค้นคว้าในสิ่งที่จิตไปสำคัญมั่นหมายนั้น ๆ จนกว่าจิตจะยอมจำนนต่อปัญญา แล้วเข้าสู่ความสงบได้ ความสงบของจิตประเภทนี้เรียกว่า สงบได้ด้วยปัญญา

นิสัยของบางราย แม้จิตจะเข้าสู่ความสงบ แต่ยังใช้ปัญญาพิจารณาไตร่ตรองหรือคิดปรุงยังได้ โดยไม่เป็นข้าศึกต่อความสงบนั้น เราจะหาว่าจิตเป็นสมาธิแล้วทำไมจึงคิดปรุงได้ แล้วเกิดความสงสัยในความเป็นสมาธิของตน เรียกว่าไม่เข้าใจในนิสัยของตน แต่ก็ เป็นธรรมดาของผู้ไม่เคยผ่านเคยรู้ เนื่องจากไม่มีผู้แนะนำแนวทางพอได้ยึดเป็นหลักฐาน เวลาเหตุการณ์เช่นนั้นได้ปรากฏขึ้นในตนเอง อาจจะสงสัยในปฏิบัติภาครดำเนินของตนได้ ดังนั้นจึงถือโอกาสแสดงให้เห็นบรรดาท่านผู้ฟังได้ทราบ ว่า จิตที่มีความสงบโดยวิธีของปัญญา เป็นที่เลื่องอย่างนี้ มีความคิดปรุงได้ในชั้นหนึ่ง

แต่เมื่อเข้าถึงขั้นละเอียดเต็มที่แล้วนั้น ไม่ว่าสมาธิประเภทใดจะหมดการปรุงแต่งเช่นเดียวกัน หมดสัญญาความจำในสิ่งทั้งหลาย สังขารความคิดความปรุง และวิญญาน ความรับรู้ในสิ่งต่างๆ จะไม่ปรากฏในสมาธิประเภทละเอียดนั้น สรุปลความ สมาธิขั้นกลางของนิสัยผู้ลงได้อย่างรวดเร็ว คือผู้ได้สมาธิก่อนไม่มีการปรุง เพราะถ้าเริ่มปรุงก็เริ่มจะถอน

ในขณะที่เดียวกัน แต่สมาธิที่สงบได้ด้วยอำนาจของปัญญาเป็นที่เลี้ยงยังคิดปรุงได้โดยจิตไม่ถอน และทั้งสองนิสัยต้องมีสติรู้อยู่ในความรวมของตนด้วยกัน

วันนี้ได้อธิบายมิจนสมาธิกับสัมมาสมาธิว่ามีความต่างกันอย่างไร อธิบายเท่าที่ควรสำหรับนักปฏิบัติของเราจะได้เข้าใจ และยึดไว้เป็นหลักต่อไป ได้ย่ำว่าสติกับปัญญาเป็นธรรมสำคัญมาก ผู้ฝึกหัดสติไม่จำเป็นจะต้องฝึกหัดเฉพาะเวลาทำความเพียรเท่านั้น ต้องฝึกหัดอยู่ตลอดเวลา จะเดินไปไหนทำอะไรก็ตามต้องเป็นผู้มีสติตั้งท่าต่อความเพียรของตนเสมอ ถ้ามีสติแล้วสัมปชัญญะก็ต้องมี เพราะสัมปชัญญะติดต่อกับสิ่งเนื่องมาจากสติที่ตั้งไว้ดีแล้ว ถ้าขาดสติเสียสัมปชัญญะก็ไม่ปรากฏ ฉะนั้นจึงพยายามอบรมสติที่เป็นภาคพื้นจนสามารถแก่กล้าขึ้นเป็นสติในความเพียรภายในใจได้ จากนั้นก็กลายเป็นมหาสติขึ้นมา เพราะการอบรม และการตั้งสติอยู่เสมอ

เรื่องของปัญญาก็เช่นเดียวกัน จงพยายามไตร่ตรองในสิ่งที่มากกระทบ จะเป็นรูป เสียง กลิ่น รส เครื่องสัมผัส หรือจะเป็นขึ้นภายในโดยเฉพาะก็ตาม ต้องตามคิดค้นดูสาเหตุจนกลายเป็นความเคยชินเกิดขึ้นกับนิสัยชอบคิดชอบไตร่ตรอง เมื่อปัญญาขั้นนี้มีกำลังแล้วก็จะก้าวขึ้นสู่ปัญญาขั้นสูง เราจะน้อมปัญญาขั้นนี้ขึ้นสู่การพิจารณาในข้อข้องใจที่เกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมภายในใจโดยเฉพาะ ก็จะปรากฏเห็นความแจ่มชัดขึ้นมาและตัดข้อข้องใจนั้น ๆ ได้ เพราะอำนาจของปัญญาที่เคยอบรมในทำนองนี้ จนกลายเป็นมหาปัญญาขึ้น เช่นเดียวกับมหาสติ ไม่เคยปรากฏในที่ไหนเลย

ผู้ไม่ได้เริ่มฝึกหัดปัญญาไปโดยวิธีที่กล่าวนี้ แล้วไปปรากฏผลอย่างสมบูรณ์ขึ้นด้วยปัญญาอันยอดเยี่ยม แม้ท่านผู้เป็นขิปปากฎฎาตรัสรู้ได้เร็ว ท่านยังเริ่มต้นแต่ปัญญาชั้นหยาบขึ้นเป็นลำดับไปอย่างรวดเร็ว และตรัสรู้ต่อพระพักตร์ของพระพุทธเจ้า ซึ่งใคร ๆ ก็ทราบมาแล้วในตำนาน ฉะนั้นการฝึกหัดสติกับการฝึกหัดปัญญาไปตามความเคลื่อนไหวของตนทุก ๆ อากาโร โดยไม่คำนึงว่าเราทำความเพียรหรือไม่ทำความเพียร แต่ให้เป็นความเพียรแฝงโดยทำนองนี้เสมอไปแล้ว อย่างไรจิตต้องก้าวเข้าสู่ความสงบ และปัญญาก็จะเริ่มปรากฏขึ้นมาเป็นลำดับ

เฉพาะอย่างยิ่งผู้เป็นนักบวชหรือผู้ใคร่ต่อการปฏิบัติเพื่อความสงบใจ และเพื่อการรื้อถอนตนให้พ้นจากทุกข์โดยถ่ายเดียวแล้ว เรื่องสติกับปัญญายังเป็นธรรมจำเป็นมากขึ้น เพราะถ้าอบรมสติกับปัญญาจนติดนิสัย กลายเป็นความรอบคอบประจำตนแล้ว จะกำหนดออกไปข้างนอกก็เป็นความฉลาด จะกำหนดเข้าสู่ภายใน คือกาย เวทนา จิต ธรรม ก็ได้ความแยบคายขึ้นเป็นลำดับ จะพิจารณารูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณก็ได้อุบายรื้อ

ถอนกิเลสไม่ขาดวรรคขาดตอน และเรื่องของสติเป็นเรื่องสำคัญเป็นพิเศษ เพราะถ้าไม่มีสติเป็นรั้วกันไว้ทุกกระยะแล้ว แม้ปัญญาที่จะกลายเป็นสัญญาโดยไม่รู้สึกรู้ตัว ฉะนั้นสติจึงเป็นธรรมมีน้ำหนัก ที่จะทำปัญญาให้มีความฉลาดได้โดยราบรื่น ด้วยอำนาจของสติเป็นฝั่งเหมือนฝั่งแม่น้ำไม่ให้ปัญญาเลยเถิด

ปัญญาเลยเถิดโดยมากมันเลยไปเป็นสัญญา ถ้าปัญญาจริงๆ แล้วจะไม่เลยเถิด เพราะมีสติกำกับอยู่แล้ว การใช้ปัญญากำหนดเข้าสู่ภายในกายนี้จะเป็นเรื่องอะไรสะดวกใจทุก ๆ ระยะเวลา จะเป็นเรื่อง อนิจจัง ก็ดี ทุกขัง ก็ดี อนตตาก็ดี ต้องปรากฏขึ้นไตรลักษณ์ใด ไตรลักษณ์หนึ่งแน่ ๆ เพราะสภาพคือกายเป็นต้น มีอยู่ตลอดเวลา เมื่อสติกับปัญญาได้หยั่งลงสู่ที่นี้แล้ว จะกลายเป็นปัจจุบันจิตปัจจุบันธรรมขึ้นมา โปรดทราบว่าธรรมทั้งหลายจะไม่ปรากฏขึ้นเพราะเรื่องอดีต อนาคต แต่จะปรากฏขึ้นเพราะเหตุแห่งปัจจุบันเท่านั้น แม้เราจะพิจารณาเรื่องอดีต อนาคต ก็ต้องย้อนเข้าสู่ปัจจุบัน จึงจะสำเร็จประโยชน์

เช่นเราเห็นเขาตาย น้อมเข้าสู่ตัวเราว่า เราก็กต้องตายเหมือนกันดังนี้เป็นต้น เมื่อคำว่าเราเกิดเท่านั้นก็วิ่งเข้าถึงตัว และปรากฏเป็นปัจจุบันขึ้นมา เรื่องอดีตอนาคตจะให้สำเร็จประโยชน์ต้องน้อมเข้าสู่ปัจจุบันเสมอ เช่น วานนี้เขาตาย วันนี้หรือพรุ่งนี้เราจะต้องตายเช่นเดียวกัน นี้คำว่าเราทั้งนั้นก็เข้าถึงปัจจุบันทันที เรื่องข้างนอกต้องน้อมเข้าสู่ข้างใน เรื่องข้างหน้า ข้างหลังต้องน้อมเข้าสู่ปัจจุบันจึงจะสำเร็จประโยชน์

เมื่อไตร่ตรองดูสภาวะธรรมที่มีอยู่รอบตัวของเรา มีกายเป็นต้น โดยมีสติและปัญญา อยู่เสมอ ถึงอย่างไรก็ไม่พ้นมือ ต้องรู้เห็นประจักษ์ใจขึ้นมา และการพิจารณาสภาวะธรรมมีกายเป็นต้น พึงแยกส่วนแบ่งส่วน และตรองดูด้วยปัญญาจนชัดเจน อย่าปล่อยให้สัญญา จุดลากหนีจากหลักธรรมที่ตนกำลังพิจารณา เว้นไว้แต่จะใช้สัญญาเพื่อเป็นเส้นบรรทัดให้ปัญญาเดินตามในเวลากำลังปัญญามีไม่เพียงพอต่อการพิจารณาเท่านั้น จงทำสติให้เป็นรั้วกันด้วยดี จะรู้เห็นในสิ่งไม่เคยรู้เคยเห็นประจักษ์ใจ เพราะสภาวะธรรมมีอยู่แล้วอย่างสมบูรณ์ อนิจจัง ทุกขัง อนตตา เราไม่ต้องไปแสวงหาจากที่ไหน เป็นธรรมมีเต็มอยู่ในกาย ในจิตอย่างสมบูรณ์ตลอดเวลา นอกจากสติกับปัญญาไม่สามารถจะซุกค้นสิ่งที่มีอยู่ให้ปรากฏขึ้นมาเป็นสมบัติของตนได้เท่านั้น

แต่ถ้าเราตั้งความสังเกตพิจารณาทั้งวันทั้งคืน วันหนึ่งคืนหนึ่งก็รอบก็เที่ยวไม่ต้องถือเป็นอารมณ์ โดยถือเอาความชำนาญและคล่องแคล่วทางปัญญาเป็นสำคัญ ความมีสติติดเป็นพืดอยู่ในปัจจุบัน และความมีปัญญากระจายอยู่รอบตัว ความเคลื่อนไหวจะส่งไปที่

ไหน สติกับปัญญาวิ่งตามอยู่รอบตัว สิ่งที่เป็นข้าศึกจะทนต่อสติปัญญาซึ่งเราเคยฝึกฝนจนเพียงพอได้อย่างไรเล่า

อนึ่ง เรื่องความฟุ้งซ่านวุ่นวายเหล่านั้น เราไม่ได้ตั้งเจตจำนงจะส่งเสริมเขา ส่วนธรรมเครื่องระงับสิ่งเหล่านั้น เราพยายามฝึกอยู่ตลอดเวลาเพื่อทันกับความเคลื่อนไหวแห่งกองโจรซึ่งคอยดักปล้นเราอยู่ทุกขณะ เราต้องใช้แบบบังคับโดยทำนองที่กล่าวนี้ อากาศทุกส่วนในร่างกายจงแยกออกดูให้ชัด ตั้งแต่ข้างนอกเข้าสู่ข้างใน หรือแยกแต่ข้างในออกมาข้างนอก ดูถอยหน้าถอยหลัง ดูขึ้นดูลง และแยกส่วนแบ่งส่วนเป็นขึ้นเป็นอัน จะกำหนดไฟเผาให้ไหม้เป็นจุมพิจุลมลงไป หรือจะกำหนดให้แตกกระจายกระจายลงโดยวิธีใด แล้วแต่ความถนัดของเรา จัดว่าเป็นเรื่องของปัญหาหาความแยกคายใส่ตนทั้งนั้น เมื่อพอแก่ความต้องการแล้วเราจะรู้เท่าทันสิ่งเหล่านี้ และประจักษ์กับใจโดยไม่ต้องไปถามใคร ๆ ทั้งนั้น

การพิจารณากายจนรู้ชัดเห็นชัดเท่าไร เรื่องเวทนา จิต ธรรม หรือ เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ ก็ต้องชัดไปตาม ๆ กัน เพราะสิ่งเหล่านี้เป็นหินลับสติกับปัญญาให้คมกล้าขึ้นเป็นลำดับ เหมือนวิดน้ำออกจากบ่อปลา วิดน้ำออกมากเท่าไรก็ยิ่งเห็นตัวปลาชัดขึ้นทุกที หรือเราถางป่าที่รกชัฏ ถางให้เตียนเท่าไรก็ยิ่งเห็นสถานที่นั้นชัด สิ่งทีกล่าวเหล่านี้แลเป็นเครื่องปกคลุมจิตใจของเรา จนไม่สามารถจะรู้กระแสของใจที่ส่งออกสู่อารมณ์ต่าง ๆ ได้ชัดเจน เมื่อใช้ปัญญาไตร่ตรองอยู่เช่นนี้ ความเด่นแห่งกระแสของใจ ความกระเพื่อมของใจที่แสดงออกทุก ๆ ขณะก็รู้ชัด และความเด่นของใจก็จะรู้เช่นเดียวกัน เพราะสติแก่กล้าปัญญาก็รวดเร็ว ความกระเพื่อมของจิตพอแสดงออก สติกับปัญญาซึ่งมีอยู่ในสถานที่แห่งเดียวกัน ก็จะตามรู้และแก้ไขกันได้ทันท่วงที

แต่พึงทราบว่าการพิจารณาขั้น ๕ สติปัญญา ๔ ไม่ได้หมายจะถือเอาสิ่งเหล่านี้เป็นมรรค ผล นิพพาน แต่เป็นวิธีหรือถอนสิ่งเหล่านี้ออกเพื่อเห็นธรรมชาติที่ว่าตัวปลาคืออะไรแน่เท่านั้น คำว่าปลาเทียบกับใจที่ทรงไว้ซึ่งความเศร้าหมองทั้งหลาย ใครพิจารณามากเท่าไร วันหนึ่งก็เที่ยวหรือก็รอบไม่ต้องนับ ถือเอาความชำนาญคล่องแคล่วต่อการพิจารณาเป็นหลักสำคัญ ใครพิจารณาได้มากและชำนาญเท่าไร ความแยกคายของปัญญาที่แพรวพราวต่อตนเองและสภาวะธรรมทั่ว ๆ ไป ก็ยิ่งทวีคุณไม่มีที่สิ้นสุด จนมีความรู้ความสามารถปฏิบัติในสภาวะธรรมที่เคยพิจารณามาเป็นขั้น ๆ นับแต่รูป เสียง กลิ่น รส เครื่องสัมผัสทั่วทั้งโลกธาตุ ย้อนเข้ามาสู่กองรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ของตนว่าไม่ใช่กิเลสตัณหาอาสวะแต่อย่างใด มีเรื่องของใจดวงเดียวเท่านั้นเป็นกิเลสอาสวะเครื่องผูกมัด

ตนเองโดยตรง ไม่มีอะไรจะมีอำนาจเอื้อมเข้ามาผูกมัดจิตใจ นอกจากใจที่ทรงไว้ซึ่งความ
โง่ต่อตนเอง แสงหาบ่วงมาสวมคอตัวเอง และก่อไฟกองลุ่มหลงขึ้นเผาตัวเองเปล่า ๆ เท่า
นั้น ไม่เห็นมีร่องรอยแห่งข้าศึกจะมาจากที่ไหน

เรื่องทั้งนี้เทียบกับมิดพรัซึ่งเป็นเครื่องมือทำประโยชน์ของคนฉลาด แต่คนโง่กลับ
ไปคว้าเอาสิ่งเหล่านี้มาประหารตนให้ได้รับความทุกข์ถึงตายแบบโมฆบุรุษ แล้วจะหาว่ามี
พรัเป็นข้าศึกต่อตนเองอย่างนี้มีตัวอย่างที่ไหน สภาวธรรมทั่ว ๆ ไป เช่นเดียวกับเครื่อง
มือทำประโยชน์ แต่โมฆบุรุษไปคว้ามาจงจำตัวเองแล้วกลับตำหนิว่า สภาวะทั่วโลกรวม
หัวกันมาทำร้ายตัวเองอย่างนี้ ใครจะเป็นผู้ตัดสิน เพราะเจ้าตัวได้ประหารตัวเองจนถึงตาย
แล้ว ตัดสินเครื่องมือให้เป็นฝ่ายแพ้ความต่อผู้ชนะที่ตายไปแล้ว จะได้อะไรมาเป็นเครื่อง
เสริมเกียรติให้สมใจเล่า

เรื่องใจหลงตัวเองและหลงเรื่องของตัวเองมีลักษณะเช่นนี้ ฉะนั้นเมื่อปัญหายังทราบ
ในสภาวธรรมมีกายเป็นต้นแล้ว จะต้องหยั่งทราบถึงจุดแห่งเหตุ นั้น เรื่องของจิตจะมี
กระแสส่งไปหนักเบาเล็กน้อยในทางใด และในอารมณ์อันใดก็จะรู้ชัดด้วยปัญญา สิ่งทั้ง
หลายที่เคยถือว่าเป็นข้าศึก ก็จะกลับปฏิเสธ เพราะอำนาจของปัญญาที่ไตร่ตรองดูสาเหตุ
โดยละเอียดถูกต้องแล้ว ในขณะที่เดียวกันก็จะกลับตำหนิความรู้ซึ่งมีอยู่ภายในว่า เป็นข้าศึก
ต่อตนเอง เพราะอำนาจของปัญญาที่เห็นชัด และปล่อยวางเข้ามาเป็นชั้น ๆ ซึ่งจะทนถือไว้
ไม่ได้ ดังนั้นความรู้ชัดเห็นชัดโดยทางปัญญาจึงต้องปฏิเสธ และปล่อยวางเป็นระยะ นับแต่
รูป เสียง เป็นต้น จนถึงรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ไม่มีเหลืออยู่ภายในใจ

แม้ธรรมชาติที่รู้ ๆ ซึ่งแต่ก่อนเราไม่สามารถจะรู้เห็นได้ว่าเป็นตัวโทษหรือตัวคุณ
เราจึงมัวแต่ไปตำหนิสิ่งทั้งหลายทั่วทั้งโลกธาตุ ว่าเป็นของดีบ้างชั่วบ้าง นานิยมชมชอบบ้าง
น่าเกลียดบ้าง น่ารักน่าชังบ้าง น่าอัศจรรย์จนตัวลอยไปตามบ้าง และน่าเบื่อจนเกิดความ
ทุกข์ร้อนนอนไม่หลับเพราะความเบื่อนั้นบ้าง สรุปลความลงให้ยินดียินร้าย เป็นทุกข์เป็น
ร้อนไม่มีสิ้นสุดโดยไม่รู้สึกรู้สึ ตัว อะไรเป็นตัวเหตุสำคัญที่ทำให้เป็นกงจักรหมุนรอบตัว
และก่อไฟราคะ ไฟโทสะ ไฟโมหะ เผาตัวอยู่ตลอดเวลา เมื่อปัญญาได้ไตร่ตรองดูจนแจ่ม
ชัดแล้ว สภาวะทั่ว ๆ ไปทั้งภายในภายนอกย่อมมีลักษณะเช่นเดียวกันหมด ไม่ปรากฏว่าสิ่ง
ทั้งนี้ เป็นข้าศึกต่อผู้ใด จะเห็นตัวโทษมีอยู่เฉพาะธรรมชาติที่รู้ ๆ ในขณะที่ปัญญานำสิ่งปก
คลุมออกหมดแล้ว คราวนี้ผู้รู้จะไหวตัว หรือกระเพื่อมแผ่ลิ้นก็รู้ทันทีว่าตัวกงจักรแสดงตน
เป็นตัวก่อเหตุ เป็นตัวสั่งสมทุกข์ทั้งมวล และเป็นตัวสมุทัยโดยตรง นอกจากธรรมชาตินี้
แล้วไม่มีอะไรเป็นตัวสมุทัยในโลก

ตาม ถ้ามีกรรมทำประการประดับตัวอยู่เสมอแล้ว เชื่อว่าเดินเข้ามาสู่จุดนี้ทั้งสิ้น คือเป็นผู้มี
สิทธิในด้านปฏิบัติ และผลที่จะพึงได้รับก็สมบูรณ์เท่าเทียมกัน

ฉะนั้น ขอให้บรรดาท่านนักปฏิบัติทั้งหลายซึ่งเราก็อทราบซัดในใจของเราว่า เป็นนัก
ปฏิบัติด้วย เป็นนักงดเว้นด้วย จงปฏิบัติเพื่อการส่งเสริมกาย วาจา ใจให้เจริญ และจงงด
เว้นสิ่งที่เป็นข้าศึกต่อตนเองอย่างเต็มที่ จนถึงจุดประสงค์คือวิมุตติพระนิพพาน ตามที่ได้
อธิบายให้ฟังแล้ว เพราะธรรมทั้งนี้จะเหินจากสติปัญญา ความเพียรพยายาม ไม่ทอดธุระ
ของเราทั้งหลายไปไม่ได้ และธรรมเหล่านี้แลที่พระพุทธเจ้าทรงประทานไว้ว่า สวากขาต
ธรรม แปลว่า ธรรมที่ตรัสไว้ชอบแล้ว คือทางดำเนินก็ตรัสไว้ชอบแล้ว ทั้งทางผิดก็ตรัสไว้
ว่าผิดจริง และทางถูกก็ตรัสไว้ว่าถูกจริง ผลที่เกิดจากทางดำเนินที่ถูกต้อง คือวิมุตติพระ
นิพพาน ก็เป็นธรรมที่ตรัสไว้ชอบแล้วเหมือนกัน ที่เป็นปัญหาอยู่ที่คือ ผู้ดำเนินเท่านั้น จะ
ดำเนินหรือปฏิบัติชอบจริงหรือไม่ ถ้าปฏิบัติชอบจริงตามที่ประทานไว้แล้วผลก็ต้องปรากฏ
เป็น สมมุทเทว อาสเวหิ วิมูจจติ ความหลุดพ้นจากกิเลสทั้งหลายโดยชอบเช่นเดียวกัน

เพราะเหตุนี้จึงพยายามฝึกหัดสติกับปัญญาของตนทุก ๆ ขณะ ไม่เพียงแต่ว่า
อิริยาบถใดอิริยาบถหนึ่ง เราอย่าเห็นว่าทำมากไปหรือน้อยไปในเรื่องความเพียร ใครเข้าใจ
มากเท่าไร ฉลาดมากเท่าไร แก้ไขกิเลสได้มากเท่าไร และพ้นทุกข์ไปได้มากเท่าไร นั่นเป็น
ผลที่เราต้องการเป็นลำดับ จนถึงกับพ้นไปเสียจริงๆ ไม่มีอะไรเหลือ คือพ้นทั้งรู้ๆ เห็นๆ
ในชีวิตของเราซึ่งกำลังครองขันธห้าอยู่นี้ นั่นแลเป็นธรรมที่แน่นอนที่สุด เพราะคำว่าสวาก
ขาตธรรมที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ชอบแล้วนั้น ไม่ได้หมายความว่าชอบในเวลาเราตายไปแล้ว
เท่านั้น ยังชอบทั้งขณะที่ปฏิบัติอยู่นี้ด้วย ผลที่ได้รับตามขั้นของความเพียรก็ประจักษ์ใจ
ของผู้ปฏิบัติซึ่งยังมีชีวิตอยู่ด้วย

อนึ่ง วิธีการหรืออุบายจะฝึกฝนจิตใจของเรานั้น ยกให้เป็นอุบายความแยกกายของ
แต่ละท่านในประโยคแห่งความเพียรของตน ต้องสังเกตอิริยาบถที่เป็นไปเพื่อความสะดวก
ในทางความเพียร ไม่เพียงแต่ว่านั่งแล้วก็นั่ง เดินแล้วก็เดิน ต้องสังเกตผลประโยชน์ที่เกิด
จากความเพียรของตนโดยความมีสตินั้นด้วย เพราะอิริยาบถทั้งสิ้น คือ ยืน เดิน นั่ง นอน
อาจจะถูกตามจริตของแต่ละท่าน ๆ ไม่สม่าเสมอกัน

วันนี้ได้แสดงธรรมให้บรรดาท่านผู้ฟังทั้งหลายฟัง ตั้งแต่ต้นจนสุดขีดความสามารถ
เหมือนกัน ก็เห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอให้ทุกท่านจงนำธรรมที่ได้อธิบายในวันนี้และที่ผ่านมา
มาแล้ว เข้าไปเป็นเครื่องเตือนใจหรือเป็นคู่เคียงกับความเพียรของตน ผลที่ท่านทั้งหลาย

จะพึงได้รับจะหนีจากกรรมที่เทศนาในวันนี้ไปไม่ได้ จึงขอยุติธรรมเทศนาลงเพียงเท่านี้
เอวี่

www.Luangta.com or www.Luangta.or.th