

หลักการ
อันเป็น **หัวใจ**
พระพุทธศาสนา



อ. วศิน อินทสระ





ชมรมกัลยาณธรรม

หนังสือดีลำดับที่ ๑๙๓

หลักธรรมอันเป็นหัวใจพระพุทธศาสนา

อ. ว คี น อี น ท ส ร ะ

พิมพ์ครั้งที่ ๑ : มกราคม ๒๕๕๖

จำนวนพิมพ์ : ๔,๐๐๐ เล่ม

จัดพิมพ์เป็นธรรมทานโดย : ชมรมกัลยาณธรรม

๑๐๐ ถนนประโคนชัย ตำบลปากน้ำ

อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ ๑๐๒๗๐

โทรศัพท์ ๐-๒๗๐๒-๗๓๕๓

ศิลปกรรม : ศิริส วัชรสุขจิตร

แยกสี : แคนนา กราฟฟิค โทรศัพท์ ๐๘๖-๓๑๔-๓๖๕๑

พิมพ์ที่ : บริษัท ชุมทองอุตสาหกรรมและการพิมพ์ จำกัด

โทรศัพท์ ๐-๒๘๘๕-๗๘๗๐-๓

สัมพันธภาพ ธรรมทาน ชีนาติ

การให้ธรรมะเป็นทาน ย่อมชนะการให้ทั้งปวง

www.kanlayanatam.com

คำอนุโมทนา

ชมรมกัลยาณธรรมโดยทันตแพทย์หญิงอัจฉรา กลิ่นสุวรรณ
ขออนุญาติพิมพ์หนังสือเรื่อง “หลักธรรมอันเป็นหัวใจพระพุทธ
ศาสนา” เพื่อแจกเป็นธรรมทาน ข้าพเจ้าอนุญาติด้วยความยินดียิ่ง
เห็นว่าจะเป็นประโยชน์ในวงกว้างสมกับปณิธานของชมรม

หนังสือเรื่องนี้ เดิมทีเดียวข้าพเจ้าเขียนขึ้นตามคำขอร้องของ
บริษัท ปูนซีเมนต์ไทย จำกัด (มหาชน) เมื่อ พ.ศ.๒๕๓๐ อันสืบเนื่อง
มาจากบริษัทฯ ได้จัดให้มีการประกวดบทความเรื่อง หลักธรรมอัน
เป็นหัวใจพระพุทธศาสนา ดังรายละเอียดที่ข้าพเจ้าได้เขียนเล่าไว้
แล้วในการพิมพ์ครั้งที่ ๑ ซึ่งพิมพ์รวมอยู่ในหนังสือเล่มนี้ด้วยแล้ว
ต่อมาสำนักพิมพ์ธรรมดาได้จัดพิมพ์ขึ้นเป็นครั้งที่ ๒ เมื่อ พ.ศ.
๒๕๔๔

บัดนี้ ชมรมกัลยาณธรรมขออนุญาตพิมพ์ขึ้นอีกครั้งหนึ่ง
ข้าพเจ้าขออนุโมทนาต่อกุศลจิตของชมรมฯ และประธานชมรมคือ
ทันตแพทย์หญิงอัจฉรา กลิ่นสุวรรณ เป็นอย่างยิ่ง ขออวยพรให้
ทุกคนที่เกี่ยวข้องกับการจัดทำหนังสือเรื่องนี้ จงมีความสุขกาย
สบายใจ มีปีติปราโมชในธรรม คิดสิ่งใดอันชอบธรรมให้สำเร็จ
สมความประสงค์จงทุกประการ

บุญกุศลอันจะพึงบังเกิดมีแก่ข้าพเจ้าบ้าง เพราะหนังสือ
เรื่องนี้ ขอบุญกุศลนั้นพึงอำนวยผลให้ข้าพเจ้าเป็นผู้มีอาพาธน้อย
มีโรคเบาบาง มีความเป็นอยู่ผาสุกในปัจจุบัน เพื่อจักได้ทำประโยชน์
ในทางพระพุทธศาสนาและแก่สังคมต่อไป

ด้วยความปรารถนาดี

๑๑๒ ๐๓๓๖

๒๙ พฤศจิกายน ๒๕๕๕

คำนำ

ในการพิมพ์ครั้งที่ ๑

บริษัท ปูนซิเมนต์ไทย จำกัด จัดให้มีโครงการประกวดบทความ หรือ หนังสือธรรมะสำหรับประชาชนทั่วไปในหัวข้อเรื่อง “หัวใจพระพุทธศาสนา” ระหว่างวันที่ ๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๒๘ ถึงวันที่ ๓๑ พฤษภาคม ๒๕๒๙ ตั้งรางวัลไว้ ๘๔,๐๐๐ บาท สำหรับรางวัลที่ ๑ นับว่าเป็นรางวัลที่สูงมากสำหรับบทความหรือหนังสือเพียง ๘๐-๑๐๐ หน้ากระดาษพิมพ์ ขนาดเอ ๔ คือ กระดาษพิมพ์สั้น ได้ประกาศผล และมอบรางวัลแก่ผู้ชนะการประกวด ๓ ท่าน เมื่อวันที่ ๘ ตุลาคม ๒๕๒๙

ข้าพเจ้าเป็นผู้หนึ่งในคณะกรรมการพิจารณาบทความที่ส่งเข้าประกวด จำนวน ๒๐๐ กว่าสำนวน ได้มองเห็นว่า ผู้เขียนบทความแต่ละคนล้วนมีความตั้งใจดี สนใจค้นคว้าหลักธรรมในพระพุทธศาสนา เรียบเรียงเสนอเป็นบทความเรื่อง “หัวใจพระพุทธศาสนา” ข้อแตกต่างมีอยู่บ้าง ตรงที่เสนอหัวข้อธรรมะไม่ตรงกัน

คณะกรรมการส่วนมากเห็นว่า ใครจะเอาหัวข้อไหนมาเป็น หัวใจพระพุทธศาสนาก็ได้ ขอแต่เพียงให้อธิบายให้ถูกต้องตาม หลักธรรม สำนวนดี โนม่น้าวจิตใจให้เลื่อมใสใคร่ปฏิบัติตามก็ พอแล้ว

การตรวจบทความจึงดำเนินตามมตินี้ คือ ไม่ถือกฎตายตัว ว่าจะต้องเป็นหัวข้อนั้น หัวข้อนี้ ใครจะนำหัวข้อใดมาก็ได้ ที่ตน เห็นว่าเป็นหัวใจพระพุทธศาสนา

ด้วยปรารถนาว่า อาจมีหลักธรรมหลายอย่างที่ควรเรียกได้ว่า เป็น หัวใจพระพุทธศาสนา ทางบริษัท ปูนซิเมนต์ไทย จำกัด จึง ขอร้องให้ข้าพเจ้าช่วยเขียนประมวลหลักธรรมที่พอจะกล่าวได้ว่า เป็นหัวใจพระพุทธศาสนาไว้อย่างสั้น ๆ พอเป็นแนวทางสำหรับผู้สนใจ

ข้าพเจ้าจึงได้ประมวลหลักธรรมดังปรากฏในหนังสือเล่มนี้ขึ้น เพื่อสนองเจตนาของบริษัท และเห็นว่าจะจะเป็นประโยชน์แก่ผู้สนใจ ทั่วไปด้วย หลักธรรมดังกล่าวคือ อริยสัจ ๔ ไตรลักษณ์ ปฏิจ- สมุบาท ความไม่ประมาท พระพุทธโอวาท ๓ ข้อ ความไม่ยึดมั่น ถือมั่น และความหลุดพ้น ได้เขียนไว้อย่างสั้น ๆ พอเป็นแนวทาง เท่านั้น

อริยสัจ นั้นเป็นหลักเหตุผลที่พิสูจน์ได้ด้วยตนเองอย่างแท้จริง มรรคมีองค์ ๘ (ส่วนหนึ่งของอริยสัจ) เป็นแนวทางดำเนินชีวิตที่ละเอียดอ่อนและสูงเสียด

ไตรลักษณ์ ช่วยให้เรามองเห็นโลกและชีวิตตามความเป็นจริง ไม่หลงมกมายอยู่กับความลวงของสิ่งที่ปรากฏภายนอก อันเป็นมายาแห่งโลก ความยึดมั่นในตัวตนอย่างมืดบอดซึ่งเป็นรากเหง้าแห่งอกุศลนั้น จะถูกกร่อนรากล้มคอดก๊วไปที่ละน้อย เมื่อมาพิจารณาไตรลักษณ์ ด้วยปัญญาอันชอบ เป็นทางลัดไปสู่ความบริสุทธิ์แห่งดวงจิตที่เคยหมักหมมมานาน

ปฏิจลสมุปปาต เป็นศูนย์กลางแห่งคำสอนอันถูกต้องทั้งหลาย ช่วยให้เรามองเห็นโลกและชีวิตในฐานะเป็นสิ่งอาศัยกัน เกิดขึ้นชั่วคราวตามเหตุปัจจัย และจะดับไปเมื่อสิ้นเหตุปัจจัย ช่วยให้เรามองเห็นเรือน คือ โครงสร้างแห่งชีวิตทั้งหลาย พร้อมทั้งเครื่องประกอบอันให้สำเร็จเป็นเรือน ไม่ใช่เห็นเพียงผิวเผินภายนอกเท่านั้น เป็นมณฑลแห่งความรู้และความเข้าใจอันถูกต้องเกี่ยวกับปัญหาชีวิตอันลึกซึ้งละเอียดอ่อน ถึงกับได้รับการยกย่องจากพระบรมศาสดาลัมมาลัมพุทธเจ้าว่า “ผู้ใดเห็นปฏิจลสมุปปาต ผู้นั้นชื่อว่าเห็นธรรม” มีความหมายเท่ากับธรรมทั้งหมดของพระองค์

ความไม่ประมาท นั้น พระศาสดาตรัสว่า เป็นมูลแห่งกุศลธรรมทั้งหลาย กุศลธรรมทั้งหลายรวมลงในความไม่ประมาท มีความไม่ประมาทเป็นยอด ทรงสอนให้พุทธบริษัทสร้างความไม่ประมาท คือ การรักษาจิตด้วยสติเสมอ เมื่อเป็นอยู่อย่างไม่ประมาท ย่อมไม่หวาดหวั่น แม้ต่อความตายที่จะมาถึงข้างหน้า

พระพุทธโอวาท ๓ ข้อ คือ เว้นชั่ว ทำดี และทำจิตให้บริสุทธิ์นั้น กล่าวโดยองค์ธรรมก็คือ ศีล สมาธิ และปัญญานั่นเอง จะเว้นชั่วก็ต้องอาศัยศีล จะทำดีก็ต้องอาศัยความมั่นคงแห่งจิตใจ และจะบริสุทธิ์แท้จริง ก็ต้องอาศัยปัญญา

ความไม่ยึดมั่นถือมั่นและความหลุดพ้น (วิมุตติ) ความหลุดพ้น ถือว่าเป็นแก่นแท้ของพระพุทธศาสนา เพราะคำสอนทั้งปวงมุ่งไปสู่ความหลุดพ้นจากกิเลสและความทุกข์ เสมือนน้ำในมหาสมุทร มีรสเดียว คือ รสเค็ม ความหลุดพ้นนี้ ย่อมมีได้เพราะความไม่ยึดมั่นถือมั่น ความไม่ยึดมั่นถือมั่น จึงเป็นปฏิปทาแห่งความหลุดพ้น

เหล่านี้ล้วนเป็นหัวใจแห่งพระพุทธศาสนาทั้งสิ้น

พร้อมนี้ ขอขอบคุณ บริษัท ปูนซิเมนต์ไทย จำกัด และ ขอขอบคุณท่านผู้อ่าน ที่กรุณาสนับสนุนผลงานของข้าพเจ้าตลอดมา



๑๒ มกราคม ๒๕๓๐

คำนำ

ชมรมกัลยาณธรรม

พุทธศาสนา เป็นศาสนาที่มองสรรพสิ่งตามความเป็นจริง และเป็นศาสนาเดียวที่บอกถึงหนทางแห่งการดับทุกข์โดยสิ้นเชิง เพราะรู้จักอริยสัจ คือรู้จักทุกข์ รู้เหตุแห่งทุกข์ เราจึงมองหาทางดับทุกข์ และพ้นทุกข์ได้ ด้วยการเห็นไตรลักษณ์ของสรรพสิ่ง เพราะเห็นปฏิจลสมุปบาท เราจึงเห็นวงจรแห่งการเกิดและการดับของทุกข์ และเพื่อที่จะดับทุกข์ เราจึงต้องมี “สติ” และ ตั้งมั่นอยู่ใน “ความไม่ประมาท” รู้จักปล่อยวาง ไม่ยึดมั่นถือมั่น แล้วจึงจะเข้าสู่หนทางพ้นทุกข์อย่างแท้จริง

ท่านอาจารย์วชิร อินทสระ เมตตาแนะนำหลักธรรมสำคัญอันเป็นหัวใจของพระพุทธศาสนา มาอธิบายให้ทุกท่านได้เห็นความจริงแห่งชีวิต ที่มาและที่ไป รวมทั้งแนวทางการปฏิบัติไปสู่ความหลุดพ้นและความดับทุกข์ ถือเป็นหนังสืออันทรงคุณค่าแห่งบทสรุปอรรถาธิบายหลักธรรมอันสำคัญยิ่ง อีกหนึ่งผลงานอันเป็นเพชรเม็ดงามที่ฝากไว้ในธรรมลิขิตแห่งพุทธศาสนา ท่านอาจารย์

วคินได้สรุปเรียบเรียงข้อธรรมที่ยากให้เข้าใจง่าย เหมือนช่วย
หางของที่คว่ำ ทำให้ผู้อ่านสามารถเข้าถึงหลักธรรมได้ไม่ยาก

ขอกราบขอบพระคุณท่านอาจารย์ที่เมตตาให้ชมรมกัลยาณ
ธรรมได้จัดพิมพ์หนังสือเล่มนี้ เพื่อช่วยให้พุทธศาสนิกชนและท่าน
ผู้สนใจในธรรมสามารถทำความเข้าใจหลักธรรมสำคัญอันเป็น
หัวใจของพระพุทธศาสนาได้ง่ายขึ้น เกื้อกูลต่อการประพฤติปฏิบัติ
และดำเนินชีวิตอย่างถูกต้องตามธรรม ขอน้อมถวายอาภิสงส์แห่ง
ธรรมทานนี้ เพื่อเป็นพุทธบูชาและมอบเป็นอาจารย์บูชาแต่ท่าน
อาจารย์ ขอบุญกุศลนี้จงกลับมาอภิบาลท่านอาจารย์ให้มีความ
สุขสมปรารถนาทั้งทางโลกและทางธรรมทุกประการ และหวังให้
พระลัทธิธรรมจรรุ่งเรืองในใจของปวงสรรพสัตว์ตราบนานเท่านาน

กราบขอบพระคุณและอนุโมทนา
ทพญ.อัฉรา กลิ่นสุวรรณ
ประธานชมรมกัลยาณธรรม



สารบัญ

อริยสัจ ๔

๑ ความหมายของอริยสัจ	หน้า ๑๕
๒ ความสำคัญของอริยสัจ	หน้า ๑๖
๓ องค์แห่งอริยสัจ	หน้า ๑๗
๔ กิจในอริยสัจ ๔	หน้า ๒๑

ไตรลักษณ์


๑ ความหมายของไตรลักษณ์	หน้า ๔๕
๒ ไตรลักษณ์กับสัจจะ ๒ อย่าง	หน้า ๔๘
๓ การพิจารณาไตรลักษณ์ในภาคปฏิบัติ	หน้า ๕๓
๔ ประโยชน์ของความเข้าใจเรื่องไตรลักษณ์	หน้า ๕๕

ปฏิจจนุปบาท

๑ ความหมายและความสำคัญ	หน้า ๖๓
๒ สิ่งต่าง ๆ ปรากฏในรูปของปฏิจจนุปบาท	หน้า ๖๔
๓ ปฏิจจนุปบาทแจ้งโดยย่อมี ๒ สาย	หน้า ๗๓
๔ ปฏิจจนุปบาทแจ้งโดยละเอียด	หน้า ๗๕
๕ ข้อความสำคัญที่ต้องมนสิการ	หน้า ๗๗

ความไม่ประมาท	หน้า ๘๑
๑ ความหมายและความสำคัญ	หน้า ๘๒
๒ ตามรักษาจิตด้วยสติ คือเป็นอยู่อย่างไม่ประมาท	หน้า ๘๖
๓ บุคคลไม่ควรประมาทในชีวิต	หน้า ๘๘
พระพุทธโอวาท ๓ ข้อ	หน้า ๙๑
๑ ความหมายและความสำคัญ	หน้า ๙๒
ความไม่ยึดมั่นถือมั่น	หน้า ๙๕
๑ ความหมายและความสำคัญ	หน้า ๙๖
ความหลุดพ้น	หน้า ๙๙
๑ ความหมายและความสำคัญ	หน้า ๑๐๐
๒ ความหลุดพ้นมี ๒ แบบ	หน้า ๑๐๔
๓ ความหลุดพ้น ทำให้เป็นเสรีชนอย่างแท้จริง	หน้า ๑๐๕
ภาคผนวก	หน้า ๑๐๗
ภาคผนวก ๑ โอวาทปาฏิโมกข์	หน้า ๑๐๘
ภาคผนวก ๒ อุปาทาน	หน้า ๑๒๗



A monochromatic, misty landscape. In the foreground, there is a calm body of water reflecting the surrounding environment. The middle ground is dominated by a dense forest of trees, their forms softened by a thick mist or fog. The background shows more trees and foliage, also obscured by the haze. The overall atmosphere is serene and ethereal. The text is centered in the middle of the image.

ପରିପତ୍ତ୍ୟ



ความหมายของอริยสัง

อริยสัง แปลว่า ความจริงอันประเสริฐ ความจริงของพระอริยะ ความจริงที่ทำบุคคลผู้เข้าถึงให้เป็นอริยชน และความจริงอันทำให้บุคคลผู้ปฏิบัติห่างไกลจากข้าศึก

๑. **ที่ว่าเป็นความจริงอันประเสริฐนั้น** เพราะเป็นความจริงที่เป็นจริงอยู่เสมอ ไม่เปลี่ยนแปลงแปรผันเป็นอย่างอื่น หรือกลับตรงกันข้าม ตัวอย่างเช่น ชีวิตเจืออยู่ด้วยทุกข์ ตัณหา (ความทะยานอยาก) เป็นเหตุแห่งทุกข์นานาประการ ความดับกิเลสตัณหาเป็นความดับทุกข์ และการปฏิบัติชอบในรูปแบบต่าง ๆ เป็นมรรคไปสู่ความดับทุกข์ สิ่งเหล่านี้เป็นความจริงที่สามารถพิสูจน์ได้ตลอดมาตั้งแต่บรรพกาลจวบจนปัจจุบัน ด้วยเหตุนี้ ในการแสดงอริยสังครั้งแรกนั้น พระพุทธเจ้าได้ทรงยืนยันว่า ธรรมจักรที่พระองค์ทรงหมุนไปแล้วนี้ ใคร ๆ จะหมุนกลับไม่ได้ (อปปฏิวัตตฺติย) คือ ใครจะกล่าวคัดค้านว่าไม่เป็นจริงหาสำเร็จไม่

๒. **ที่ว่าเป็นความจริงของพระอริยชนนั้น** มีความหมายว่า พระอริยเจ้าท่านมีความเห็นอย่างนี้ มีความเข้าใจในเรื่องชีวิตอย่างนี้ ตรงกัน ไม่ขัดแย้งกัน คือเห็นว่าชีวิตเจืออยู่ด้วยทุกข์ ตัดหน้าเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ การดับกิเลสได้เป็นความดับทุกข์ และมรรคมืองค์ ๘ เป็นทางไปสู่ความดับทุกข์ได้จริง ซึ่งความเห็นอย่างนี้ ความเข้าใจอย่างนี้ อาจเป็นการสวนทางกับความเห็นของปุถุชนส่วนมากก็ได้

๓. **ที่ว่าเป็นความจริงที่ทำให้บุคคลผู้เข้าถึงให้เป็นอริยชนนั้น** มีความหมายว่า แม้เดิมทีเดียวเป็นปุถุชน แต่เมื่อมารู้แจ้งในอริยสัจ ๔ ครบถ้วนบริบูรณ์ทุกประการแล้ว ย่อมแปรสภาพจากปุถุชนเป็นอริยชนไปทันที เหมือนคนจนเมื่อมีทรัพย์ขึ้นมากก็กลายเป็นเศรษฐีไป

๔. **ที่ว่าเป็นความจริงอันทำให้บุคคลผู้ปฏิบัติตามทางไกลจากขาคีคนั้น** มีอธิบายว่า ขาคีคนั้นมี ๒ อย่าง คือขาคีภายนอก อันได้แก่ผู้มุ่งร้ายต่อเรา และขาคีภายใน คือกิเลสซึ่งเป็นขาคีอันร้ายกาจของบุคคล ไรครบกวนกายให้ได้รับความสงบสุขอย่างไร กิเลสก็รบกวนใจให้ปราศจากความสงบสุขอย่างนั้น บรรดาขาคีทั้ง ๒ อย่างนั้น กิเลสดูเหมือนจะเป็นขาคีที่ร้ายแรงกว่า เพราะรบกวนใจทุกวันและอิงอาศัยอยู่กับเรา หลอกล่อเราให้ลุ่มหลงแล้วเสียบแทงทำร้ายภายหลัง

ผู้แจ่มแจ้งในอริยสัจย่อมนสามารถกำจัดศัตรูภายในเสียได้
ห่างไกลจากศัตรูภายใน คือกิเลส ส่วนศัตรูภายนอกนั้นอย่างน้อย
ที่สุดก็เบาบางลง เพราะบุคคลเช่นนั้นย่อมไม่ก่อศัตรูกับใคร ไม่มี
เวรมีภัยกับใคร จะมีก็แต่ผู้อื่นตั้งตนเป็นศัตรูกับตนเอง แต่ท่าน
ก็หาเป็นศัตรูด้วยไม่ ความรู้สึกที่ไม่มีศัตรูเป็นความปลอดโปร่ง
แจ่มใส เป็นความสุขที่เห็นได้ในปัจจุบัน

๒

ความสำคัญของอริยสัจ

อริยสัจเป็นหัวข้อธรรมสำคัญอย่างยิ่งหัวข้อหนึ่งในหลักคำสอนสำคัญของพระพุทธเจ้า จะเห็นได้จากหลักฐานต่อไปนี้

๑. พระพุทธเจ้าทรงปฏิญาณพระองค์ว่าเป็นสัมมาสัมพุทธะ เพราะทรงรู้แจ้งในอริยสัจ ความข้อนี้ปรากฏอยู่ในธัมมจักกัปปวัตตนสูตร^(๑) ที่ทรงแสดงเป็นครั้งแรกแก่ปัญจวัคคีย์นั่นเอง

๒. ทรงยกย่องพระสาวรีบุตรให้เป็นพระธรรมเสนาบดี คือแม่ทัพธรรม ทรงให้เหตุผลว่า เพราะพระสาวรีบุตรสามารถแสดงธรรมจักรซึ่งมีอริยสัจ ๔ เป็นแกนกลางได้เสมอด้วยพระองค์ ไม่มีพระสาวกอื่นรูปใดจะทำได้เทียมถึง แสดงว่าทรงถือเอาอริยสัจ ๔ เป็นมาตรฐานวัดความสามารถของพระสาวกในเรื่องการแสดงธรรม

(๑) วิ.ม. ๔/๑๗/๑๓

๓. พระสารีบุตรเองได้แสดงไว้ว่า อริยสัง ๔ เป็นที่รวมลงแห่งธรรมที่เป็นกุศลทั้งหลายเหมือนรอยเท้าช้างใหญ่กว่ารอยเท้าสัตว์บกทุกชนิด เอรอยเท้าของสัตว์อื่นทุกชนิดมาใส่ในรอยเท้าช้างชนิดใด ธรรมที่เป็นกุศลทุกอย่างรวมลงในอริยสัง ๔ ได้ฉันนั้น

๔. เมื่อพูดให้ใกล้เข้ามาถึงชีวิตของเราทุกคน อริยสัง ๔ เป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับปัญหาชีวิตและการแก้ไขปัญหา นั่น ความทุกข์เป็นปัญหาชีวิตที่เผชิญหน้าทุกคนอยู่ การแก้ไขปัญหาชีวิตจะต้องดำเนินไปตามหลักเหตุผลและสติปัญญา หรือดำเนินการให้ถูกต้องตามเหตุของปัญหานั้น ๆ แล้วดับที่เหตุ ปัญหาจึงจะคลี่คลายหรือดับลง วิธีการของอริยสังเป็นแนวทางแห่งการแก้ปัญหาชีวิตทุก ๆ อย่าง

แต่โบราณมาจวบจนถึงปัจจุบัน เมื่อมีปัญหาหรือความทุกข์ยากลำบากใด ๆ เกิดขึ้นแก่สังคมนั้นคนอาศัยอยู่ มนุษย์มักคิดไปถึงอำนาจลึกลับ หรือการบันดาลของเทพเจ้าเมืองบนว่าเป็นเหตุแห่งความทุกข์ยากลำบากอันนั้น แต่อริยสังชี้ให้เห็นถึงเหตุที่มนุษย์ทำกันขึ้นเองหรือส่วนใหญ่ก็ตนนั้นแหละทำขึ้น สร้างขึ้นทีละเล็กทีละน้อย สะสมพอกพูนขึ้นตามวันเวลาที่ล่วงไป พอมากเข้าก็รวมพลังให้ผลเสียครั้งหนึ่ง ซึ่งลักษณะนี้บางทีมนุษย์ก็ไม่รู้ว่าตนได้ทำอะไรไว้ จึงได้รับผลเช่นนี้ อริยสังจึงเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับชีวิตปัญหาชีวิตและการแก้ไขปัญหา นั่นโดยตรงทีเดียว

๓

องค์แห่งอริยสัจ

๓.๑ ทุกขอริยสัจ

อริยสัจข้อแรกที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงคือเรื่องทุกข์ ที่ทรงแสดงเรื่องทุกข์ก่อนก็เพราะความทุกข์เป็นสิ่งปรากฏชัดในชีวิตมนุษย์ ทุกคนเห็นอยู่ประสพอยู่ทุกวัน และเป็นปัญหาอันยิ่งใหญ่ของสัตว์โลกทุกชนิด บางทีเมื่อตรัสตอบปัญหาซึ่งมีผู้ถามว่าอะไรเป็นภัยใหญ่ของมนุษย์ ทรงชี้ไปที่ทุกข์นั่นเอง ว่าเป็นภัยใหญ่ของมนุษย์ (ทุกขมสฺส มหพฺภย)

ใน**ธัมมจักกัปปวัตตนสูตร** พระพุทธองค์ทรงแสดงความทุกข์ไว้ ๑๑ หัวข้อด้วยกัน คือ

๑. ความเกิด
๒. ความแก่
๓. ความตาย
๔. ความโศก

๕. ความคร่ำครวญรำพัน
๖. ความทุกข์กาย
๗. ความทุกข์ใจ
๘. ความคับแค้นใจ
๙. ความต้องประสบกับสิ่งอันไม่เป็นที่รัก
๑๐. ความต้องพลัดพรากจากสิ่งอันเป็นที่รัก
๑๑. ความปรารถนาสิ่งใดแล้ว ไม่ได้สิ่งนั้นตามปรารถนา

กล่าวโดยสรุป **ความยึดมั่นถือมั่นในชั้น ๕ (ปัญญาพาหนะชั้น ๕) เป็นความทุกข์ คือเป็นความทุกข์รวบยอด**

ความทุกข์เหล่านี้ เมื่อก้าวโดยสรุปอีกทีหนึ่ง ก็มีเพียง ๒ คือ **ทุกข์ทางกาย** (กายิกทุกข์) และ **ทุกข์ทางใจ** (เจตสิกทุกข์) ที่ทรงแจกออกไปถึง ๑๑ ประการก็เพื่อให้เห็นรายละเอียดแห่งทุกข์ที่มนุษย์ประสบอยู่ว่ามีประการใดบ้าง

อนึ่ง ความทุกข์เหล่านี้มีขึ้นได้ก็เพราะมีชั้น ๕ และมนุษย์เรายังยึดมั่นในชั้น ๕ นั้นว่าเป็นเรา เป็นของเราอยู่

ชั้น ๕ คืออะไร? ชั้น ๕ คือ

๑. **รูป** คือ สสารและพลังงานที่กล่าวถึงในวิชาวิทยาศาสตร์ทางพุทธศาสนาจัดเป็นรูปทั้งหมด

๒. **เวทนา** ความรู้สึกเป็นสุข (สุขเวทนา) หรือเป็นทุกข์ (ทุกข์เวทนา) หรือเฉย ๆ ไม่สุขไม่ทุกข์ (อทุกขมสุขเวทนา หรือ อุเบกขาเวทนา)

๓. **สัญญา** ความจำได้หมายรู้ เช่น จำรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะและธัมมารมณ์

๔. **สังขาร** ความคิดปรุงแต่ง แต่งให้เป็นบุญกุศล เรียก กุศลสังขาร แต่งให้เป็นบาปหรืออกุศล เรียก อกุศลสังขาร คุณธรรมปรุงแต่งจิตให้ดีเป็นกุศลสังขาร กิเลสปรุงแต่งจิตให้ชั่วเป็นอกุศลสังขาร เรื่องเดียวกัน คนอาจมีความรู้สึกนึกคิดต่างกันได้เพราะตัวสังขารนี้เอง

๕. **วิญญาน** แบ่งเป็น ๒ ลักษณะ คือ ที่มีลักษณะและหน้าที่ในการรับรู้อารมณ์ (Objects) ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เรียกว่า วิถีวิญญานอย่างหนึ่ง ที่มีหน้าที่สะสมความดี ความชั่ว เรียกว่า ภวังควิญญานอย่างหนึ่ง คนเราสามารถสะสมอาสวะ (กิเลส) และบารมีหรือความรู้ความเข้าใจต่าง ๆ ได้ก็ด้วยวิญญานอันนี้เอง

ขั้นที่ ๕ นี้ ย่อลงเป็น ๒ ก็ได้ คือ ย่อลงเป็น **รูปขั้น** อย่างหนึ่ง **นามขั้น** อย่างหนึ่ง ส่วนที่เป็นรูปจัดเป็นรูปขั้น ส่วนที่เป็นเวทนา สัญญา สังขาร วิญญาน จัดเป็นนามขั้น

ความจริงแล้วขั้น ๕ นี้ เป็นภาระอันหนักของมนุษย์และสัตว์ดิรัจฉานทั้งหลาย เพียงรูปขั้นอย่างเดียวก็เป็นภาระอันหนักยิ่งอยู่แล้ว ลองพิจารณาดูให้ดีเถิด จะเห็นว่าร่างกายของมนุษย์

เป็นภาระแก่มนุษย์เพียงใด ต้องถนอมปรนเปรอ เลี้ยงดูด้วยข้าว
น้ำ วันละหลาย ๆ ครั้งจนตลอดชีวิต ยิ่งเวลาเจ็บป่วยก็จะเป็น
ภาระอันหนักยิ่งขึ้น เพราะฉะนั้นพระพุทธองค์จึงทรงแสดงไว้ว่า
ภารา ทเว ปญจกขนฺธา ชันธ ๕ เป็นภาระอันหนักแท้ การปลง
ภาระอันนี้เสียได้เป็นความสุข (ภารานิกุเขปนํ สุขํ)

ส่วนนามขันธ์ก็เป็นภาระอันหนัก เพราะกิเลสทำให้เกิด
เราร้อนอยู่เพราะกิเลสทำให้ร้อน สมดังข้อความที่ทรงแสดงไว้ใน
อาทิตตปริยายสูตรว่า “ร้อนเพราะไฟคือราคะบ้าง โทสะบ้าง โมหะ
บ้าง เพราะเกิด แก่ ตาย...บ้าง” ซึ่งรวมเป็นเพลิง ๒ อย่าง คือ
เพลิงกิเลสและเพลิงทุกข์^(๒)

ทุกขอริยสังกับปรัชญาทุนิยม

การที่ทางพุทธศาสนาหรือพุทธธรรมเน้นเรื่องทุกข์เป็น
พิเศษเช่นว่า “โลกตั้งอยู่บนกองทุกข์ (ทุกเข โลโก ปติฏฺฐิต)” บ้าง
“เราตถาคตแสดงแต่เรื่องทุกข์และความดับทุกข์เท่านั้น” เป็นต้น
บ้างนั้น ทำให้นักปรัชญาหรือผู้สนใจศึกษาปรัชญามองว่า พุทธ
ศาสนามีลักษณะเดียวกันกับปรัชญาทุนิยม (Pessimism) ของ
โชเปนเฮาเออร์ (Schopenhauer) นักปรัชญาชาวเยอรมันซึ่งมอง
โลกในแง่ร้าย ชีวิตไม่มีทางรอดจากทุกข์ได้เลย ไม่ว่าด้วยวิธีใด ๆ

(๒) อาทิตตปริยายสูตร วิ.ม. ๔/๖๒/๕๕

พุทธศาสนามองชีวิตว่าเจือด้วยทุกข์ มีทุกข์มากก็จริง แต่เห็นว่าบุคคลสามารถเอาชนะทุกข์หรือพ้นทุกข์ได้โดยวิธีของ พุทธศาสนา พุทธธรรมสอนเรื่องทุกข์ก็จริง แต่สอนเรื่องความดับทุกข์และทางปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ไว้ด้วย พุทธศาสนาจึงไม่ เป็นทั้งหุนิยมและสุนิยม (Optimism) ซึ่งมองโลกในแง่สุข เพลิดเพลินหลงใหลอยู่กับโลก แต่พุทธศาสนามองโลกตามความเป็นจริงและปฏิบัติตนให้สอดคล้องกับความเป็นจริงนั้น ๆ เข้าไปเกี่ยวข้องกับสิ่งต่าง ๆ ด้วยความรอบรู้และเข้าใจ เพื่อให้มีทุกข์น้อยที่สุดหรือไม่มีทุกข์เลย พิจารณาด้วยปัญญาว่า สิ่งทั้งหลายมีทั้งคุณและโทษเจือกันอยู่ เลือกถือเอาเฉพาะส่วนที่เป็นคุณละสิ่งที่เป็นโทษเสีย ทำนองเดียวกับที่หนูรู้ว่าข้าวสารและเกลปนกันอยู่ เลือกกินแต่ข้าวสารละทิ้งส่วนที่เป็นเกลปนเสีย

อย่างไรก็ตาม ทุกคนย่อมประจักษ์ด้วยตนเองว่า ความทุกข์เป็นความจริงและมีอยู่จริง เกี่ยวข้องติดเนื่องอยู่กับชีวิตของเราจริง ๆ ความทุกข์จึงเป็นอริยสัจอย่างหนึ่ง

๓.๒ สมุทัยอริยสัจ

สมุทัยอริยสัจนี้ เรียกเต็ม ๆ ว่า ทุกขสมุทัย แปลว่า การเกิดขึ้นของทุกข์ หรือเหตุเกิดแห่งทุกข์ ความจริงเหตุแห่งทุกข์นั้นมีมาก เช่น ความจน ความเจ็บ ความโง่เขลา เป็นต้น แต่เป็นปลายเหตุหรือตอนปลายของเหตุ ส่วนเหตุขั้นมูลฐานจริง ๆ นั้น

พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้ประการหนึ่ง คือตัณหา ความดิ้นรนทะยานอยาก ทรงจำแนกออกเป็น ๓ ประเภทด้วยกันคือ

๑. **กามตัณหา** ความดิ้นรนทะยานอยากในกามคุณ ความใคร่ในกามคุณ ๕ คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ อันน่าใคร่น่าปรารถนา น่าพอใจ ทำให้จิตใจดิ้นรนแสหา เมื่อได้แล้วก็ติดอยู่ สยบอยู่ พัวพัน อาลัยอยู่ และปรารถนาจะได้กามคุณที่ประณีตยิ่ง ๆ ขึ้นไป ทำให้ตัณหา ยิ่งโหมแรงขึ้นเหมือนไฟได้เชื้อ ก่อความกระวนกระวายใจ กระทบกระเทือนทำให้ใจกังวล ไร้ความสงบ

๒. **ภวตัณหา** ความดิ้นรนทะยานอยากในความเป็น คืออยากเป็นนั่น อยากเป็นนี่ ไม่รู้จักพอใจในสิ่งที่เป็นแล้วทะยานอยากไปเรื่อย ๆ จริงอยู่ถ้าพูดกันอย่างโลก ๆ ความอยากชนิดนี้ทำให้คนทะเยอทะยานอาจก้าวหน้าในการทำงานอาชีพได้มาก แต่ต้องยอมรับความจริงด้วยเหมือนกันว่า ในความทะเยอทะยานนั้น มีความทุกข์ความร้อนใจแฝงเร้นอยู่ด้วย ถ้าถึงกับต้องยื้อแย่งกับผู้อื่นก็เป็นการสร้างศัตรูรอบตัว ต้องมีเล่ห์เหลี่ยมกลอุบายในการต่อสู้เพื่อให้ได้ชัยชนะ บางคราวอาจต้องถึงใส่ร้ายป้ายสีผู้อื่น ก่อเวรก่อกรรมกันต่อไปไม่สิ้นสุด อนึ่ง ความอยากเป็นใหญ่ของคนบางคนได้นำผลเมืองไปตายเสียจำนวนแสนจำนวนล้าน ก่อความกระทบกระเทือนทุกข์ยากให้แก่สังคมตลอดถึงโลก และเป็นผลร้ายยืดเยื้อต่อเนื่องไปอีกหลายสิบปี เหมือนละลอกคลื่นซึ่งส่งต่อ ๆ กันไป

๓. **วิภาตัตถา** ความอยากไม่เป็นนั่น ไม่เป็นนี่ ความอยากในทางผลก็ในทางลบ ความอยากที่มีลักษณะอึดอัด ระอิดระอา ความอยากที่เจือด้วยโทสะ เช่น อยากด่าคน อยากทำร้ายเขา อยากทำลายอะไร ๆ ที่อยู่รอบตัวด้วยความชิงชัง ความอยากชนิดนี้ก่อความทุกข์ในรูปของความอึดอัดคับแค้นใจ ทุรนทुरาย เว่าร้อนอยู่ด้วยเพลิงแห่งโทสะ ริษยา พยาบาท เป็นต้น

ตัตถาทัง ๓ แบบนี้ เป็นบ่อเกิดแห่งความทุกข์ส่วนตัวบุคคลและเป็นมูลเหตุของอาชญากรรมและภัยต่าง ๆ ในสังคมมากมาย คราวใดที่มีทุกข์หรือมีเรื่องเกี่ยวกับอาชญากรรม ขอให้ลองนำลักษณะของตัตถาทัง ๓ รูปแบบนี้มาพิจารณาดูเถิด จะเห็นว่ามูลเหตุสำคัญย่อมนำไปจากตัตถาอย่างใดอย่างหนึ่ง จึงสมกับที่พระพุทธองค์ทรงแสดงว่าตัตถาเป็นทุกข์สมุทัย คือเหตุแห่งทุกข์

นอกจากทุกข์ในปัจจุบันทันตาเห็น ตัตถายังเป็นสาเหตุให้บุคคลต้องท่องเที่ยวไปในสังสารวัฏ เวียนว่ายตายเกิด เป็นทุกข์อยู่รำไป การเกิดบ่อย ๆ ก็ต้องแก่ เจ็บและตายบ่อย ๆ ย่อมหมายถึงต้องทุกข์บ่อย ๆ ด้วย

๓.๓ นิโรธอริยสัง

นิโรธนี้ เรียกคำเต็มว่า ทุกขนิโรธ แปลว่า ความดับทุกข์ เพราะความสิ้นไปของตัตถา ดังพระพุทธพจน์ในฉัมมจักกัปปวัตตนสูตร

ที่ว่า โย ตสฺสาเยว ตณฺหยา อเสสวिरาคนิโรธो จาโค ปฏินิสฺสโคโค มุตฺติ อนาลโย ความดับเพราะกายออกโดยไม่เหลือซึ่งตัณหา^{นั้น} การสละละทิ้งไป ความไม่มีอาลัยในตัณหา^{นั้น} นี้แหละคือทุกขนิโรธ

โดยใจความสำคัญ นิโรธคือความดับทุกข์เพราะดับกิเลส^{ได้}นั่นเอง คำว่านิโรธก็ดี วิมุติ ปหานะ วิเวก วิราคะหรือไวสัคคะ (ความสละ ความปล่อยวาง) ก็ดี มีความหมายอย่างเดียวกัน ท่านแสดงไว้ ๕ อย่าง คือ

๑. **ตทังคนิโรธ** ความดับตัวของค^{นั้น} ๆ หรือดับกิเลสได้ชั่วคราว เช่น เมื่อเมตตากฎณาเกิดขึ้น ความโกรธและความคิด พยาบาทคือความคิดเบียดเบียนย่อ^มดับไป เมื่ออสุภัสถัญญาคือ ความกำหนดว่าไม่งามเกิดขึ้น ราคะ ความกำหนดยินดีในกามคุณ ๕ ย่อ^มดับไป รวมความว่าดับกิเลสด้วยองค์ธรรมที่เกิดขึ้นเป็นครั้งคราว

๒. **วิกขัมภนนิโรธ** ดับกิเลส หรือข่มกิเลสไว้ได้ด้วยกำลัง ฌาน เช่น ข่มนิวรณ์ ๕ ไว้ด้วยกำลังแห่งฌาน ตั้งแต่ปฐมฌาน เป็นต้นไปตลอดเวลาที่ฌานยังไม่เสื่อม บุคคลผู้ได้ฌานย่อ^มมีอาการเสมือนหนึ่งผู้ไม่มีกิเลส ท่านเปรียบเหมือนหญ้าที่ศิลาทับไว้ หรือเหมือนโรคบางอย่างที่ถูกคลุมไว้ด้วยยา ตลอดเวลาที่ยามีกำลังอยู่ โรคย่อ^มสงบระงับไป

๓. **สมุจเจทนิโรธ** ความดับกิเลสอย่างเด็ดขาด ด้วยกำลังแห่งอริยมรรค กิเลสใดที่อริยมรรคตัดแล้ว ย่อมเป็นอันตัดขาด ไม่กลับเกิดขึ้นอีก เปรียบเหมือนต้นไม้ที่ถูกถอนขึ้นทั้งรากและเผาไฟทิ้ง เป็นอันตัดได้สิ้นเสร็จเด็ดขาด ไม่ต้องกังวลว่าจะเกิดขึ้นอีก ตัวอย่างเช่น การตัดกิเลสของพระอริยบุคคล ๔ จำพวก มีพระโสดาบัน เป็นต้น

๔. **ปฏิบัติสัทธินิโรธ** ความดับกิเลสอย่างสงบระงับไปในขณะแห่งอริยผลนั่นเองเรียกว่า ปฏิบัติสัทธินิโรธ ไม่ต้องชวนชวายเป็นเพื่อการดับอีก เหมือนคนหายโรคแล้วไม่ต้องชวนชวายหายาเพื่อดับโรคนั้นอีก

๕. **นิสสรณนิโรธ** แปลตามตัวว่าดับกิเลสด้วยการสลัดออกไป หมายถึง ภาวะแห่งการดับกิเลสที่ยั่งยืนตลอดไป ได้รับความสุขจากความดับนั้นยั่งยืนตลอดไป ได้แก่นิพพานนั่นเอง เหมือนความสุข ความปลอดภัยอันยั่งยืนของผู้ที่หายโรคแล้วอย่างเด็ดขาด^(๓)

โดยใจความสำคัญ นิโรธ ๓ ประการหลังก็คือ มรรค ผล และนิพพานนั่นเอง

(๓) นิโรธ ๕ ดูใน ขุททนิกาย ปฏิสัมภีทามรรค ๓๑/๓๙/๖๕ และวิสุทธิมรรค ภาค ๒ หน้า ๒๔๙

ไวยาจน์ (Synonym) ของนิโรธ

ไวยาจน์คือคำที่ใช้แทนกันได้ ไวยาจน์ของนิโรธมีหลายอย่าง ที่แสดงไว้ในพระสูตรเช่น อัคคัปปสาทสูตร มีด้วยกัน ๗ คำคือ

- | | |
|------------------|--------------------------------|
| ๑. มหนิมมทโน | การย้ายความเมาเสียได้ |
| ๒. ปิปาสนิโย | การดับความกระหายเสียได้ |
| ๓. อาลยสมุคฺฆาโต | การถอนอาลัยเสียได้ |
| ๔. วมฺภูปจฺเจโท | การตัดวัฏฏะได้ |
| ๕. ตณฺหุขโย | ความสิ้นตัณหา |
| ๖. วิราโค | ความสิ้นกำหนด |
| ๗. นิพพานํ | ความดับเพลิงกิเลสและเพลิงทุกข์ |

นิพพาน

ดังได้กล่าวแล้วว่า นิพพานเป็นชื่อหนึ่งของนิโรธ เพราะฉะนั้นนิพพานกับนิโรธจึงเป็นอย่างเดียวกัน ตามตัวอักษรนิพพานแปลว่า

๑. ความดับ หมายถึง ดับกิเลสและดับทุกข์
๒. สภาพที่ปราศจากเครื่องร้อยรัดเสียบแทง คือ ตัณหา หรือกิเลสนานาชนิด หรือสภาพที่ออกไปจากตัณหาได้

ท่านยังแสดงนิพพานไว้ ๒ อย่าง ๒ นัยดังนี้^(๔)

(๔) นัยที่ ๑ ปรากฏในพระไตรปิฎก เล่ม ๒๕/๒๕๘/๒๒๒

นัยที่ ๒ ปรากฏในพระไตรปิฎก เล่ม ๒๓/๓๔๓/๒๑๖

๑. **สุปาติเสสนิพพาน** ดับกิเลสหมดแล้ว แต่ยังมีเบญจขันธ์เหลืออยู่ เช่น พระอรหันต์ที่ยังมีชีวิตอยู่

๒. **อนุปาติเสสนิพพาน** ดับกิเลสหมดแล้ว และดับขันธ์แล้วด้วย เช่น พระอรหันต์ที่สิ้นชีวิตแล้ว

นี่เป็นหน้าที่ ๑

ส่วนหน้าที่ ๒ มีว่า สุปาติเสสนิพพาน หมายถึงดับกิเลสได้แล้วเป็นบางส่วน ยังเหลืออยู่บางส่วน เช่น นิพพานของพระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี อนุปาติเสสนิพพาน หมายถึงดับกิเลสไม่มีส่วนเหลือ ดับกิเลสได้หมด เช่น นิพพานของพระอรหันต์ ทั้ง ๒ หน้าที่มีที่มาในพระไตรปิฎกด้วยกัน เพียงแต่ต่างเล่มกันเท่านั้น จะถือเอาหน้าใดก็ได้ ไม่จำเป็นต้องเถียงกันว่าอย่างไรหนุกอย่างไรหนืด

คำว่า อุปาติ ในคำว่า “สุปาติเสสนิพพาน” ก็ดี “อนุปาติเสสนิพพาน” ก็ดี หมายถึงชั้นก็ได้ ส + อุปาติ + เสส + นิพพาน (ส = มี + อุปาติ = กิเลสหรือชั้น + เสส = เหลือ + นิพพาน = ดับ) จึงรวมความว่า ดับกิเลสมีส่วนเหลือหรือดับกิเลสมีชั้นเหลือก็ได้

พระอริยบุคคล ๔

ท่านผู้บรรลุนิพพานแล้วตั้งแต่พระโสดาบันขึ้นไป ท่านเรียกว่า พระอริยบุคคลคือ ท่านผู้ประเสริฐมีคุณธรรมสูง มี ๔ จำพวกด้วยกันคือ

๑. **พระโสดาบัน** ละสังโยชน์กิเลส (กิเลสซึ่งหน่วงเหนี่ยวสัตว์ไว้ในภพ) ได้ ๓ อย่าง คือ ลักกายทิฏฐิ ความเห็นว่าชั้น ๕ เป็นตัวตนหรือของตน วิจิกิจจา ความล่งเลงสัยในคุณพระรัตนตรัย ในทางดำเนินให้ถึงนิพพาน สิ้นพตปรามาส การอุปคาลาคีลและพรต กล่าวคือมิได้ประพฤติกีลหรือบำเพ็ญพรตเพื่อความบริสุทธิ์ และเพื่อความขัดเกลากิเลส แต่เพื่อลาภสักการะ ชื่อเสียง เป็นต้น การประพฤติกีล บำเพ็ญพรตอย่างงมงายก็อยู่ในข้อนี้เหมือนกัน ฯลฯ

๒. **พระสกทาคามี** ละสังโยชน์ได้เหมือนพระโสดาบัน แต่มีคุณธรรมเพิ่มขึ้นคือ ทำราคะ โทสะและโมหะให้เบาบางลง

๓. **พระอนาคามี** ละกิเลสเพิ่มขึ้นอีก ๒ อย่าง คือ กามราคะ ความกำหนัดในกามคุณ และปฏิกษะ ความหงุดหงิดรำคาญใจ

๔. **พระอรหันต์** ละสังโยชน์เพิ่มขึ้นอีก ๕ อย่าง คือ รูปราคะ ความติดสุขในรูปฌาน อรูปราคะ ความติดสุขในอรูปฌาน มานะ

ความทะนงตน อุทัจจะ ความฟุ้งซ่าน อวิชา ความเขลา ความไม่รู้ตามเป็นจริง

นิพพาน หรือความดับทุกข์นั้น เป็นความต้องการโดยธรรมชาติของมนุษย์ ใครบ้างไม่ต้องการดับทุกข์ เมื่อความทุกข์เกิดขึ้น คนเราก็ทรมานทรมายใคร่ดับ ถ้าดำเนินการให้ถูกวิธีก็ดับได้ ถ้าดำเนินการผิดวิธีก็ดับไม่ได้ หรือถ้าดับได้ก็เป็นอย่างเทียม การดับทุกข์ได้ครั้งหนึ่ง ๆ เราเรียกกันตามโลกโวหารว่า “ความสุข” ซึ่งมีทั้งอย่างแท้และอย่างเทียม ความสุขที่เจือด้วยทุกข์จัดเป็นสุขเทียม เช่น สุขจากการสนองความอยากได้ หรือสุขที่ได้จากกามคุณ ซึ่งท่านเรียกว่า กามสุข

ความสุขแท้จริงหรือสุขที่ไม่เจือด้วยทุกข์นั้น ท่านมีคำเรียกว่า นิรามิสสุข เช่น สุขจากการบำเพ็ญคุณงามความดีต่าง ๆ เป็นสุขที่ละเอียดประณีตกว่า ยิ่งยืนกว่า มีคุณค่าสูงกว่า

ในบรรดานิโรธ ๕ นั้น นิโรธหรือนิพพานข้อที่ ๑ นั้น เป็นของปุถุชนทั่วไป ข้อที่ ๒ เป็นของท่านผู้ได้ฌาน ข้อ ๓-๕ เป็นของพระอริยบุคคล

นิโรธหรือนิพพานควรจะเป็นจุดมุ่งหมายสูงสุดของชีวิตของคนทุกคน เพราะถ้าปราศจากจุดมุ่งหมายนี้เสียแล้ว มนุษย์จะว้าเหว่ เคืองคว้าง หาทิศทางแห่งชีวิตที่ดำเนินไปสู่ความร่มเย็นไม่ได้

๓.๔ มรรคอริยสังข์

มรรคอริยสังข์นี้ ในอัมมจักกัปปวัตตนสูตร เรียก ทุกขนิโรธคามินี ปฏิปทาอริยสังข์ แปลว่า อริยสังข์ คือ ทางปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ซึ่งหมายถึงอริยมรรคประกอบด้วยองค์ ๘ หรือเรียกอีกชื่อหนึ่งว่า มัชฌิมาปฏิปทา (ทางสายกลาง หรือหลักปฏิบัติอันเป็นสายกลาง) ในที่นี้กล่าวถึงคุณธรรม ๘ ประการ คือ

- | | |
|------------------|-------------------|
| ๑. สัมมาทิฐิ | ความเห็นชอบ |
| ๒. สัมมาสังกัปปะ | ความดำริชอบ |
| ๓. สัมมาวาจา | การพูดชอบ |
| ๔. สัมมากัมมันตะ | การกระทำชอบ |
| ๕. สัมมาอาชีวะ | การเลี้ยงชีพชอบ |
| ๖. สัมมาวายามะ | ความเพียรชอบ |
| ๗. สัมมาสติ | ความระลึกชอบ |
| ๘. สัมมาสมาธิ | ความตั้งใจมั่นชอบ |

ความหมายขององค์ทั้ง ๘ ของอริยมรรค

๑. **สัมมาทิฐิ** หมายถึง ความเห็นถูกต้องตามทำนองคลองธรรม เช่น เห็นว่าทำดีได้ดี บุญมี บาปมี ซาติหน้ามี ซาติก่อนมี ในความหมายที่สูงขึ้นไป หมายถึง การเห็นอริยสังข์ ๔ ครบถ้วน ตามความเป็นจริง คือเห็นอริยสังข์ซึ่งประกอบด้วย ญาณ ๓ อากาโร ๑๒ (มีกล่าวในแผนภูมิหน้า ๔๖)

๒. **สัมมาสังกัปปะ** หมายถึง ความดำริชอบ อันประกอบด้วยลักษณะ ๓ ประการ คือ

๒.๑ ดำริที่จะปลีกตัวออกจากอารมณ์ยั่วชวนต่าง ๆ (เนกขัมมสังกัปปะ)

๒.๒ ดำริในการไม่พยายาบาท (อัพยาบาทสังกัปปะ)

๒.๓ ดำริในความไม่เบียดเบียน (อวิหิงสาสังกัปปะ)

๓. **สัมมาวาจา** คือ การพูดที่ประกอบด้วยคุณลักษณะ ดังนี้

๓.๑ เว้นจากการพูดเท็จ พูดคำจริง

๓.๒ เว้นจากการพูดส่อเสียด พูดคำประสานสามัคคี

๓.๓ เว้นจากการพูดคำหยาบ พูดคำอ่อนหวาน

๓.๔ เว้นจากการพูดเพื่อเจ้า พูดคำมีประโยชน์

๔. **สัมมากัมมันตะ** หมายถึง การกระทำชอบ มีองค์ประกอบ ดังนี้

๔.๑ เว้นจากการเบียดเบียนชีวิตผู้อื่น สัตว์อื่น ซึ่งรวมเรียกว่า เว้นปาณาติบาต มีเมตตากรุณาต่อสัตว์ทั้งหลาย

๔.๒ เว้นจากการเบียดเบียนทรัพย์สินของผู้อื่น ซึ่งรวมเรียกว่า เว้นอทินนาทาน มีการเสียสละแบ่งปัน เพลิดเพลินความสุขของตนเพื่อผู้อื่นตามสมควร

๔.๓ เว้นจากอพรหมจรรย์ คือการเสพเมถุน คือ เว้นจากกามารมณ์ (นี้กำหนดอย่างสูง) พอใจในเนกขัมมะ คือ ปลีกตนจากกาม อย่างต่ำ หมายถึง เว้นจากกาเมสุมิจฉาจาร พอใจในคู่ครองของตน

๕. **สัมมาอาชีวะ** หมายถึง การเว้นมิจฉาชีพทุกรูปแบบ ประกอบตนอยู่ในสัมมาชีพ อะไรคือมิจฉาชีพ? อะไรคือสัมมาชีพ? เป็นเรื่องยากที่จะวินิจฉัยชี้ขาด เป็นเรื่องที่นักปราชญ์ทั้งทางโลกและทางธรรมถกเถียงกันมาก แต่ก็ไม่อาจวินิจฉัยเด็ดขาดลงไปได้ พอยกตัวอย่างได้เป็นบางประการเท่านั้น เช่น การลักขโมย ปล้น ฉ้อ โกง ยักยอก ฯลฯ เป็นมิจฉาชีพ ส่วนการประกอบอาชีพโดยสุจริตเป็นสัมมาชีพ แต่แม้ลักษณะของอาชีพเป็นสัมมาชีพแล้ว ถ้าสุจริตในอาชีพนั้นก็จัดเป็นมิจฉาชีพได้เหมือนกัน เช่น ประกอบอาชีพราชการ แต่กระทำทุจริตในอาชีพนั้น เรียกว่าทำสัมมาชีพให้เป็นมิจฉาชีพ หรือทำมิจฉาชีพในสัมมาชีพ

๖. **สัมมาวายามะ** หมายถึง ความเพียรชอบทุกรูปแบบ ที่กล่าวถึงในพระบาลีมคควิภังสูตร ตรีสังขิตถปิฎก ๔ ประการ คือ

๖.๑ **สังวรปธาน** เพียรระวังบาปอกุศลที่ยังไม่เกิด ไม่ให้เกิดขึ้น

๖.๒ **ปหานปธาน** เพียรละบาปอกุศลที่เกิดขึ้นแล้ว

๖.๓ **ภาวนापธาน** เพียรให้กุศลที่ยังไม่เกิด ได้เกิดขึ้น

๖.๔ *อนุรักษนาปธาน* เพียรรักษากุศลที่เกิดขึ้นแล้ว
ไม่ให้เสื่อม และทำกุศลให้เจริญยิ่ง ๆ ขึ้นไป

ความเพียร ๔ ประการนี้ ถือเป็นหลักสำคัญมากในการปฏิบัติธรรม เพื่อความก้าวหน้าในชีวิตทางธรรม และเป็นประโยชน์แก่กุศลแก่ชีวิตของชาวโลกอย่างมากด้วย ผู้หวังความเจริญและความสุข ทั้งทางโลกและทางธรรม ควรมีความเพียร ๔ ประการนี้ไว้ในตน

๗. **สัมมาสติ** หมายถึง สติชอบ หรือความระลึกรู้ชอบ ในชั้นธรรมดา ขอให้พิจารณาว่าระลึกถึงสิ่งใดอยู่ กุศลธรรมเจริญขึ้น อกุศลธรรมเสื่อมไป ก็ควรระลึกถึงสิ่งนั้นบ่อย ๆ ในขั้นสูงขึ้นไป ทรงสอนให้ระลึกสติปัฏฐาน ๔ คือ

๗.๑ *กายานุปัสสนา* พิจารณากาย

๗.๒ *เวทนานุปัสสนา* พิจารณาเวทนา คือ สุข ทุกข์ และไม่สุข ไม่ทุกข์

๗.๓ *จิตตานุปัสสนา* พิจารณาจิตว่ามีราคะ โทสะ โมหะหรือไม่มีในจิต จิตเป็นอย่างไร พิจารณาตามรู้

๗.๔ *ธัมมานุปัสสนา* พิจารณาธรรมทั้งที่เป็นกุศล อกุศล และอัปยากฤตว่ามีอยู่ในตนหรือไม่ สิ่งนั้นเกิดขึ้นได้อย่างไร ควรละอย่างไร ควรอบรมให้เกิดให้มากขึ้นอย่างไร เช่น นិเวรณ ๕ เป็น

สิ่งควรละ โปษณงค์ ๗ เป็นสิ่งควรบำเพ็ญ เป็นต้น

ความจริงแล้วสติปัญญามี ๑ คือการตั้งสติ ส่วนกาย เวทนา จิตและธรรมนั้นเป็นอารมณ์ของสติ คือเป็นสิ่งที่ควรเอาสติเข้าไป พิจารณาหรือเอาสติไปตั้งไว้ เหมือนโต๊ะตัวหนึ่งมี ๔ ขา ฉะนั้น

ผู้อบรมสติบ่อย ๆ ย่อมมีสติสมบูรณ์ขึ้น สามารถสกัดกั้น กระแสกิเลสได้มากขึ้น ทำให้กิเลสท่วมทับจิตน้อยลง ทำความดี ได้มากขึ้น ชีวิตปลอดภัยโปร่งแจ่มใสมากขึ้น มีทุกข์น้อยลง เพราะมีสติปัญญารู้เท่าทันสิ่งต่าง ๆ ที่ผ่านเข้ามาในชีวิตจิตใจตามความเป็นจริง พระอรหันต์ที่ท่านสิ้นกิเลสแล้วนั้น ท่านเป็นผู้มีสติสมบูรณ์ จึงไม่ตกอยู่ภายใต้อำนาจของกิเลส มีโลก โกรธ หลง เป็นต้น

๘. **สมาธิ** คือการใช้สมาธิในทางที่ถูกต้อง

สมาธิ หมายถึง การที่จิตตั้งมั่นในอารมณ์* (Object) อย่างไม่อย่างหนึ่ง ความที่จิตใจมั่นคงไม่หวั่นไหว ไม่ฟุ้งซ่าน ท่านแสดงสมาธิไว้ ๓ ระดับคือ

- ๘.๑ ขณิกสมาธิ สมาธิชั่วขณะ
- ๘.๒ อุปจารสมาธิ สมาธิเฉียดฉาน หรือใกล้ฉาน
- ๘.๓ อัปปนาสมาธิ สมาธิอันแน่นอน หรือสมาธิ
 ในฉาน

* คำว่าอารมณ์ที่ใช้ในที่นี้หรือในพุทธธรรม จะตรงกับคำอังกฤษว่า Object ไม่ใช่ Emotion

แต่สมาธิที่หมายถึงในมรรคมีองค์ ๘ นั้น คือ อัปปนาสมาธิ หรือสมาธิในฌาน ๔ ตามพระบาลีมัคควิภังคสูตร^(๕)

ฌาน ๔ ฌาน แปลตามตัวอักษรว่าความเพ่ง หมายถึง ความที่จิตสงบนิ่งอยู่กับอารมณ์ (Object) อย่างไม่โดย่างหนึ่ง ปลอดภัยจากนิวรณ์ทั้ง ๕ คือ กามฉันทะ (พอใจในกามคุณ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ หรือสัมผัสทางกาย) พยาบาท (ความปองร้ายผู้อื่น) ถีนมิทธะ (ง่วงงุน เกียจคร้าน) อุทธัจจะกุกกุกจจะ (ฟุ้งซ่านและรำคาญ) วิจิกิจฉา (ลังเลสงสัย ตัดสินใจไม่ได้)

ปฐมฌาน ฌานที่ ๑ จิตเมื่อปลอดภัยจากนิวรณ์ทั้ง ๕ แล้ว จักเข้าสู่ฌานที่ ๑ ซึ่งประกอบด้วยองค์ ๕ คือ

๑. วิตก อากา^๑รที่จิตจับอารมณ์ได้
๒. วิจาร อากา^๑รที่จิตเคล้าอยู่กับอารมณ์นั้น
๓. ปีติ ความอิ่มใจ
๔. สุข ความสุขใจ
๕. เอกัคคตา ความสงบนิ่งแห่งใจ หรือความที่ใจเป็นหนึ่ง ตั้งมั่นไม่หวั่นไหว

ปีติ กับ สุข มีข้อแตกต่างกันเล็กน้อย คือ เมื่อจิตจับอารมณ์ได้แล้ว เคล้าอยู่กับอารมณ์นั้นไม่ต้องฟุ้งซ่านไป ใจเริ่มได้พักผ่อนหายเหนื่อย หายกระวนกระวาย ย่อมเกิดปราโมชขึ้น

(๕) สังยุตตนิกาย มหาวรรค ๑๙/๑๐/๓๓

เหมือนหยดน้ำลงขันทีละหยด พอเต็มขันปริมอยู่นั้นแหละคือปีติ เมื่อปีติเกิดขึ้นแล้ว ทำให้มีความสบายทางกายขึ้น หายปวด หายเมื่อย เหมือนคนระหกระเหินเดินทางไกลวกวนอยู่ช้านาน พอได้นั่งพักหรือนอนพักไ้ไ้ต้นไม้อันเป็นที่สบายรู้สึกหายเหนื่อย เมื่อปีติมากขึ้นและใช้เวลานานพอสมควรแล้วก็สงบลง เรียกอาการนี้ว่า ความสงบกาย สงบใจ จากความสงบนี้เองความสุขย่อมเกิดขึ้นเป็นความสุขอ่อน ๆ มีความรู้สึกปลอดโปร่ง เบาสบายใจอย่างที่ไม่ได้ใ้ในชีวิตคนธรรมดา หรือชีวิตนอกฌาน

หุติยฌาน ฌานที่ ๒ ประกอบด้วยองค์ ๓ คือ ปีติ สุข และ เอกัคคตา ส่วนวิตกวิจารณ์ระงับไป เพราะยังหยาบอยู่

ตติยฌาน ฌานที่ ๓ ประกอบด้วยองค์ ๒ คือ สุขกับ เอกัคคตา ส่วนปีติสงบระงับไป

จตุตถฌาน ฌานที่ ๔ ประกอบด้วยองค์ ๒ คือ อุเบกขา กับ เอกัคคตา ปัญหาว่าอุเบกขา กับ เอกัคคตาต่างกันอย่างไร ? ความที่จิตมีอารมณ์เป็นหนึ่ง ตั้งมั่นไม่หวั่นไหวเรียกว่า เอกัคคตา ความรู้ของจิตที่เพ่งเฉยอยู่ มีสติอันบริสุทธิ์กำหนดรู้อยู่เรียกว่า อุเบกขา ขณะนั้นไม่มีสุข ไม่มีทุกข์ (อทุกขมสุข) อุเบกขาสติปาริสุทธิ จตุตถฌาน อุปสมปชฺช วิหริติ)^(๖)

(๖) มัคควิกังคสูตร อ่างแล้วในข้อ ๕

ผู้ที่ได้มาน ๔ แล้ว ดวงจิตย่อมบริสุทธิ์ผ่องใส (บริสุทธิ์) ตั้งมั่น ไม่หวั่นไหว (สมาธิตั้ง) และมีความพร้อมพอกที่จะโน้มจิตไปเพื่อความรู้อะไรหรือญาณต่าง ๆ (กมฺมณีย) เช่น ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ ระลึกชาติต่าง ๆ ได้ จุตูปปาตญาณ รู้การจุติและอุบัติของสัตว์ทั้งหลาย ตลอดถึงอัสวักขยญาณ ความรู้ที่สามารถกำจัดกิเลสให้สิ้นไป รวมญาณทั้งหมดนี้ เรียกว่า วิชชา ๓

สมาธิแม้ไม่ถึงขั้นฌาน เป็นเพียงขณิกสมาธิก็มีประโยชน์มากในการศึกษาและการทำงาน แต่ขอให้ เป็นสมาธิในทางที่ถูก เป็นสัมมาสมาธิเท่านั้น ถ้าเอาสมาธิไปใช้ในทางที่ผิด ก็มีโทษเหมือนกัน แม้พวกไสยศาสตร์ก็ต้องใช้สมาธิในเรื่องบริกรรมคาถาอาคมต่าง ๆ

องค์มรรคทั้ง ๘ นี้ เมื่อรวมตัวกันเข้าเป็นมรรคสังคีติ ก่อให้เกิดสัมมาญาณคือความรู้ชอบ หรือยถาภูตญาณทรรคนะ (ความรู้เห็นตามความเป็นจริง) นี้แหละคือตัวอริยมรรคตามแนวพระพุทธพจน์ ซึ่งสรุปให้เข้าใจง่ายดังนี้

“เมื่อมีโยนิโสมนสิการ (การทำในใจอย่างแยบคาย อย่างมีปัญญา) ปราโมชย่อมเกิด เมื่อมีปราโมช ปีติย่อมเกิด... ปัสสัทธิ... สุข... สมาธิ... ยถาภูตญาณทรรคนะ... นิพพิทา (ความหน่าย)... วิราคะ (ความคลายกำหนัด)... วิมุตติ (ความหลุดพ้น) รวม ๘ ประการ ซึ่งมีอุปการะและหนุนเนื่องไปสู่วิมุตติความหลุดพ้นจากกิเลส”^(๗)

(๗) ที่มณีกาย ปาฎีกาวรรค ๑๑/๓๒๙/๔๕๕

ต่อจากสัมมาญาณหรือยถาภูตญาณพรรณณะ ถ้าพูดอย่างรวบรัดก็จะไปถึงสัมมาวิมุตติ แต่ถ้าขยายออกไปในระหว่างนั้นก็มีญาณต่าง ๆ คั่นอยู่หลายประการเหมือนกัน กล่าวคือ

๑. **โคตรภูญาณ** แปลว่า ญาณคร่อมโคตร คือระหว่างโคตรปุถุชนกับอริยชน ตั้งอยู่กึ่งกลางระหว่างความเป็นปุถุชนกับอริยชน เรียกไม่ได้ว่าเป็นปุถุชนหรืออริยชน เปรียบเหมือนคนข้ามฝั่งด้วยเรือ เมื่อเทียบท่าแล้ว ขาหนึ่งก้าวขึ้นอยู่บนบก อีกขาหนึ่งยังอยู่ในเรือ หรืออีกอุปมาหนึ่งเหมือนสภาพของเวลาที่เราเรียกว่า สองสี สองแสง (Twilight) กึ่งกลางระหว่างความมืดกับความสว่าง ระหว่างกลางคืนกับกลางวัน

๒. **มรรคญาณ** ญาณในมรรค มีโสดาปัตติมรรค เป็นต้น ญาณนี้จะทำหน้าที่ตัดกิเลสให้ขาดเหมือนยาเข้าไปทำลายหรือตัดโรค

๓. **ผลญาณ** ญาณในผล คือ รู้ว่าผลแห่งการกำจัดกิเลสได้เป็นอย่างไร เป็นความสงบสุขอย่างไร เปรียบเหมือนความสุขของคนหายโรคแล้ว รู้ว่าโรคหายเด็ดขาดไม่เกิดขึ้นอีก

๔. **ปัจจเวกชนญาณ** การพิจารณากิเลสที่ละได้แล้ว และกิเลสที่ยังไม่ได้ละว่ามีจำนวนเท่าใด สำหรับพระอริยบุคคล ๓ จำพวกแรก ส่วนพระอรหันต์พิจารณาเฉพาะกิเลสที่ละได้แล้วอย่างเดียว

ไม่ต้องพิจารณากิเลสที่ยังไม่ได้ละ เพราะไม่มีกิเลสอะไรจะต้องละอีกแล้ว

การที่ความสงบสุขอันเกิดจากการตัดกิเลสได้เป็นไปยั่งยืนไม่ต้องคอยระวังเพื่อไม่ให้เกิดขึ้นอีกนั่นเอง คือ นิพพาน แปลว่า ความดับสนิท เย็นสนิท

ที่กล่าวนี้เป็นกระบวนการของอริยมรรคอันประกอบด้วยองค์ ๘ ซึ่งเป็นปฏิปทานำไปสู่ความดับทุกข์หรือทุกข์นิโรธคามินีปฏิปทาอริยสัจ

มรรคมืองค์ ๘ กับชีวิตประจำวัน

บางคนอาจมีความเห็นไปว่า มรรคมืองค์ ๘ นี้ เป็นเรื่องของผู้ปฏิบัติธรรมเพื่อไปสู่นิพพานไม่เกี่ยวข้องกับ การดำเนินชีวิตประจำวันของชาวโลกผู้ยังข้องอยู่ในโลก แต่ตามความเป็นจริงแล้ว มรรคมืองค์ ๘ นี้มีประโยชน์ในชีวิตประจำวันมาก เรียกได้ว่าเป็นอุดมคติและวิถีชีวิตของชาวพุทธทีเดียว ถ้าจะมีคำถามว่า ชาวพุทธควรดำเนินชีวิตอย่างไร คำตอบก็คือ ควรดำเนินตามมรรคมืองค์ ๘ นั้นเอง สำหรับคนทั่วไปอาจจะปฏิบัติในขั้นที่ต่ำลงมา แต่ในทางเดียวกัน เปรียบเหมือนตัวยาคือเดียวกัน ถ้าเด็กกินก็กินน้อยหน่อย ผู้ใหญ่ก็กินมากขึ้น หรือผู้ใหญ่ด้วยกัน ถ้าโรคจิตรุนแรงมากอาจต้องเพิ่มยา โรคทุเลาลงก็ลดยา

กล่าวโดยเหตุผล มีใครบ้างที่ไม่จำเป็นต้องมีความเห็นอันถูกต้อง ความดำริหรือความคิดอันถูกต้อง การพูดที่ดี การทำที่ดี อาชีพที่สุจริต ความพยายามที่ถูกต้อง สติและสมาธิอันถูกต้อง ทุกคนต้องยอมรับว่า สิ่งเหล่านี้มีความจำเป็นต่อชีวิตประจำวันของคนทุกคน คุณธรรมเหล่านี้ ก็คือมรรคมงคล ๘ นั่นเอง ผู้ดำเนินชีวิตตามนี้ย่อมมีความสุข ความเจริญ ความโปร่งใจ ไม่มีความขัดแย้งในจิตใจ อันเป็นสาเหตุสำคัญประการหนึ่งของความทุกข์ ความวิตกกังวลของมนุษย์



กิจในอริยสัจ ๔^(๘)

กิจ คือ หน้าที่ในอริยสัจ ๔ ข้อใดมีหน้าที่อย่างไร รวมเรียกว่า ไตรปริวัฏฏ ทวาทสาการ แปลว่า ๓ รอบ ๑๒ อากาณ หมายถึง ญาณ ๓ ในอริยสัจ ๔ โปรดดูแผนประกอบ

ผู้รู้อริยสัจ ๔ ที่เรียกว่า **รู้จริง** รู้แล้วพ้นทุกข์ได้ ต้องรู้ ประกอบด้วยญาณ ๓ อากาณ ๑๒ นี้ ที่คนสามัญรู้นั้นเป็นความจำ ไม่ใช่ความรู้ที่แท้จริง ยังปฏิบัติตามที่รู้ไม่ได้

(๘) ชัมมจักกัปปวัตตนสูตร อังแล้วในข้อ ๑

แผนญาณ ๓ หรือรอบ ๓ อากาการ ๑๒ ในอริยสัจ ๔

	สังขญาณ	กิจจญาณ	กตญาณ
ทุกข์	ยอมรับว่าความทุกข์ แห่งชีวิตมีอยู่จริงชีวิตคลุกเคล้าไปด้วยความทุกข์จริง	รู้ว่าความทุกข์ เป็นสิ่งควรกำหนด รู้คือ ควรทำความเข้าใจ (ปริณญะยธรรม)	รู้ว่าได้กำหนดรู้แล้ว หรือทำความเข้าใจแล้ว
สมุทัย	ยอมรับว่าสมุทัย คือต้นเหตุให้เกิดทุกข์จริง	ว่าสมุทัยคือต้นเหตุ เป็นสิ่งควรละ (ปหาตัพพธรรม)	รู้ว่าได้ละแล้ว
นิโรธ	ยอมรับว่านิโรธ คือความดับทุกข์ มีอยู่จริง ความทุกข์สามารถดับได้จริง โดยผ่านทางการดับต้นเหตุ	รู้ว่านิโรธทำให้แจ้งขึ้นในใจ (สังฆิกัตัพพธรรม)	รู้ว่าได้ทำให้แจ้งแล้ว
มรรค	ยอมรับว่ามรรคมีองค์ ๘ เป็นทางนำไปสู่ความดับทุกข์จริง	รู้ว่ามรรคเป็นสิ่งที่ควรอบรมบำเพ็ญให้เกิดมี (ภาเวตัพพธรรม)	รู้ว่าได้เจริญอบรมให้เต็มที่แล้ว

ไตรลักษณ์





ความหมายของไตรลักษณ์

ไตรลักษณ์ แปลว่า ลักษณะ ๓ ประการ บางทีเรียก สามัญลักษณ์ะ แปลว่าลักษณะสามัญหรือลักษณะทั่วไปของสิ่งทั้งหลาย กล่าวคือ สิ่งทั้งปวงที่เป็นสังขตธรรม (สิ่งที่มีปัจจัยปรุงแต่ง สิ่งที่เกิดขึ้นอยู่กับเหตุปัจจัย) ย่อมตกอยู่ภายใต้กฎ หรือเงื่อนไข ๓ ประการ คือ

๑.๑ **อนิจจตา** ความไม่เที่ยง ความต้องเปลี่ยนแปลงไปตามเหตุปัจจัย

๑.๒ **ทุกขตา** ความเป็นทุกข์ ความที่สิ่งทั้งหลายถูกบีบคั้น อยู่เสมอ ภาวะที่ไม่สมบูรณ์ มีความพร่องอยู่ในตัว มีความขัดแย้ง อยู่ในตัว

๑.๓ **อนัตตตา** ความไม่มีตัวตน หรือไม่ใช่ตัวตน

ทั้ง ๓ ประการนี้ เป็นสภาวะธรรม เป็นกฎธรรมชาติ ในธรรมนิยามสูตร^(๑) พระพุทธเจ้าทรงแสดงอย่างตรงไปตรงมาว่า

(๑) อังคุดตรนิกาย ดิกนิบาต ๒๐/๓๖๘/๕๗๖

“กฎธรรมชาติอันนี้เป็นธรรมชาติ คือสิ่งที่ทรงตัวอยู่โดยธรรมดา เป็นธรรมชาติ คือสิ่งที่ยืนตัวแน่นอนอยู่โดยธรรมดา และธรรมนิยาม คือกำหนดแห่งธรรมดาซึ่งเป็นเช่นนั้น ไม่ว่าจะพระพุทธเจ้าจะเสด็จอุบัติขึ้นหรือไม่เสด็จอุบัติขึ้นก็ตาม ธรรมนิยามที่กล่าวนั้น คือสังขารทั้งปวงไม่เที่ยง สังขารทั้งปวงเป็นทุกข์ และธรรมทั้งปวงเป็นอนัตตา พระพุทธเจ้าเป็นเพียงผู้ตรัสรู้ เมื่อทรงรู้แล้วก็ทรงบอก แสดง บัญญัติ เปิดเผย จำแนกและทำให้ง่ายขึ้นเท่านั้น”

รวมความว่า สภาพที่สิ่งทั้งปวงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และเป็นอนัตตานั้น เป็นสภาพธรรมดาที่ดำรงอยู่อย่างนั้น ใครจะบังคับบัญชาหรือบันดาลให้เป็นอย่างอื่นหาได้ไม่ ผู้มีปัญญาควรกำหนดรู้ตามเป็นจริงเท่านั้น

ความไม่เที่ยงของสิ่งทั้งปวงนั้น ปรากฏให้เห็นอยู่ทั่วไปทั้งร่างกาย จิตใจและวัตถุ หรือบุคคลภายนอกเท่าที่เราเห็นและเข้าไปเกี่ยวข้อง มีสิ่งเดียวที่เที่ยง คือความไม่เที่ยงนั่นเอง

มีความตอนหนึ่งกล่าวไว้ในคัมภีร์พุทธศาสนาว่า “ลักษณะสำคัญอย่างหนึ่งของโลกทั้งปวง รวมทั้งเทวโลกด้วย นั่นคือ ความไม่เที่ยง (สพฺพสฺส โลกสฺส เอสฺว ธมฺโม ยทฺธิ อนิจฺจํ)” สุภาสิตทางตะวันตกในทำนองนี้ก็เหมือนกัน เช่น ข้อความที่ว่า “ไม่มีอะไรคงอยู่ยั่งยืนนอกจากความเปลี่ยนแปลง ความเปลี่ยนแปลงเป็นสิ่งที่เดียวที่ถาวร (Nothing persists save change. Change is one

thing that is permanent)”

ความเป็นทุกข์ในไตรลักษณ์นั้นคลุมเอาความทุกข์ทุกรูปแบบ ทั้งทุกข์เวทนาในชั้น ๕ ทุกข์ในอริยสังและทุกข์ในไตรลักษณ์นี้

กล่าวโดยย่อ พุทธศาสนาได้แสดงความทุกข์ (ทุกข์ตา) ไว้ ๓ อย่าง คือ^(๒)

๑. **ทุกข์ทุกข์ตา** หมายถึง ทุกข์เวทนา คือความรู้สึกที่เกิดกับกายกับใจ คือความทุกข์กายไม่สบายใจนั่นเอง

๒. **วิปริณามทุกข์ตา** ความสุขที่แปรเป็นทุกข์ กล่าวคือ ความสุขที่เจือด้วยอามิส ความสุขที่มีความทุกข์แฝงอยู่ จะแสดงตัวเมื่อถึงเวลาและโอกาสอันควร ตัวอย่างเช่น ความสุขจากกามคุณ สุขจากอบายมุข สุขจากความเพลิดเพลินในอารมณ์ต่างๆ

๓. **สังขารทุกข์ตา** ความทุกข์ของตัวสภาวะ คือตัวสังขารเอง ไม่ว่าจะเป็สังขารภายใน คือความคิดปรุงแต่ง (เช่นสังขารในชั้น ๕) และสังขารภายนอก อันหมายถึงสิ่งที่มีเหตุปัจจัยมาประชุมกัน ปรุงแต่งขึ้น เช่น ร่างกายของคนหรือสารประกอบทั้งหลายอื่น ล้วนแต่ถูกบีบคั้นด้วยเหตุปัจจัย ไม่มีความสมบูรณ์ในตัวเอง มีความพร่องและความขัดแย้ง พร้อมทั้งจะก่อให้เกิดทุกข์แก่ผู้ไม่รู้เท่าทันตามเป็นจริง เข้าไปเกี่ยวข้องกับสิ่งต่าง ๆ อย่างมีติดบอด ไม่มีปัญญาเป็นเครื่องสลัดออก สังขารทุกข์ตานี้แหละตรงกับความทุกข์ในไตรลักษณ์ คือคลุมเอาความทุกข์ทุกอย่างไว้

(๒) สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค ๑๙/๘๕/๓๑๕ และวิสุทฺธิมรรค ๓/๘๓

ในหนังสือธรรมวิจารณ์^(๓) พระนิพนธ์ของสมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส ได้จำแนกทุกข์ไว้ ๑๐ ประเภท คือ

๑. *สภาวะทุกข์* ทุกข์ตามสภาพของสังขาร คือ เกิด แก่ เจ็บ และตาย

๒. *ปกิณณกทุกข์* ทุกข์จร เช่น ความเศร้าโศก เสียใจ พิโรธ รำพันต่าง ๆ

๓. *นิพัทธทุกข์* ทุกข์เนื่องนิตย์ เช่น หนาว ร้อน หิว กระทบปวดอุจจาระปัสสาวะ

๔. *พยาธิทุกข์* ทุกข์อันสืบเนื่องมาจากโรค หรือความเจ็บป่วยต่าง ๆ

๕. *สันตปาทุกข์* ทุกข์เพราะถูกกิเลสเผาให้เร่าร้อน

๖. *วิปากทุกข์* ทุกข์อันเกิดจากวิปาก คือ ผลของกรรม

๗. *สหคตทุกข์* ทุกข์ไปด้วยกัน เพราะเกี่ยวเนื่องเป็นพ่อแม่ ลูก ญาติ พี่น้อง เพื่อนฝูง เป็นอาทิอย่างหนึ่ง อีกลักษณะหนึ่งความทุกข์อันแฝงมากับโลกธรรมส่วนที่นำปรารถนา คือ ลาภ ยศ สรรเสริญ และสุข ซึ่งจะกลายเป็นทุกข์เพราะแปรปรวนไป

๘. *อาหารปริเยฏฐิทุกข์* ทุกข์ในการทำมาหากิน

๙. *วิวาหมุลกทุกข์* ทุกข์อันมีวิวาทเป็นมูลเหตุ คือมีสาเหตุมาจากการทะเลาะวิวาทกัน

๑๐. *ทุกข์ชั้นันท์* คือทุกข์รวบยอด ทุกข์เพราะมีชั้นันท์ ๕ ชั้นนี้ ตรงกับสังขารทุกขตา ในทุกขตา ๓ ข้างต้น

(๓) ธรรมวิจารณ์ มหามกุฏราชวิทยาลัย, พ.ศ. ๒๕๑๑ หน้า ๑๓-๑๗

ความเป็นอนัตตานั้น หมายถึง ความที่สิ่งทั้งหลาย ทั้งรูปธรรมและนามธรรม ทั้งสังขตธรรมและอสังขตธรรม ไม่มีตัวตนที่จะยึดถือได้ว่าเป็นของเรา เราเป็นนั่น นั่นเป็นตัวตนของเรา สิ่งทั้งหลายเป็นประมวลแห่งเหตุปัจจัย เกิดขึ้นเพราะมีเหตุปัจจัย และเสื่อมสิ้นไป สลายไปเพราะความสิ้น ความเสื่อมและความสลายแห่งเหตุปัจจัยหวังไม่ได้ บังคับไม่ได้ว่า “จงเป็นอย่างนี้เถิด อย่าเป็นอย่างนั้นเลย”

ในหนังสือธรรมวิจารณ์ แสดงลักษณะของสภาพธรรมที่เป็นอนัตตาไว้ ๔ อย่างคือ^(๔)

๑. เพราะไม่อยู่ในอำนาจ หรือฝืนความปรารถนา (หวังไม่ได้ว่า ขอฉันท์ ๕ จงเป็นอย่างนี้เถิด อย่าเป็นอย่างนั้นเลย)
๒. เพราะแย้งต่ออัตตา (คือยึดถือไม่ได้ว่าเป็นเราเป็นของเรา)
๓. เพราะเป็นสภาพหาเจ้าของมิได้ (เป็นไปตามกระบวนการแห่งเหตุปัจจัย)
๔. เพราะความเป็นของสูญ (สูญญตา)

ความที่สิ่งทั้งหลายเป็นไปตามเหตุปัจจัยนี้เอง เป็นประมวลแห่งคำสอนอันเป็นหลักสำคัญของพุทธศาสนาจนกล่าวได้ว่า คำสอนของพุทธศาสนาทั้งหมดย่อลงในประโยคเดียวก็ได้ว่า ยถาปัจจยํ ปวัตตุนติ สิ่งทั้งหลายเป็นไปตามเหตุปัจจัย เพราะฉะนั้นจึงไม่ควรยึดมั่นถือมั่น สพฺเพธมมา นาลํ อภินิเวสยา

(๔) ธรรมวิจารณ์ มหามกุฏราชวิทยาลัย, พ.ศ. ๒๕๑๑ หน้า ๑๘ - ๑๙

๒

ไตรลักษณ์กับสังขะ ๒ อย่าง

ผู้ศึกษาทำความเข้าใจในเรื่องไตรลักษณ์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งเรื่องอนัตตานั้นถ้าขาดโยนิโสมนสิการ (ความคิดเป็น ความคิดอย่างมีเหตุผล) ก็อาจจะแล่นไปตกหลุมมิจฉาทิฐิ (ความเห็นผิด) เช่น นัตถิทิฐิ ความเห็นว่าบุญบาปไม่มี มารดา บิดา หรือผู้มีบุญคุณไม่มี เพราะไม่มีตัวตน เป็นต้น ความเห็นผิดอย่างนี้ไม่เป็นประโยชน์ในการปฏิบัติจริยธรรม พุทธศาสนาแสดงสังขะไว้ ๒ อย่าง คือ

๒.๑ **สมมติสังขะ** ความจริงโดยสมมติ ได้แก่ ความจริงอย่างที่ชาวโลกมองเห็นกันอยู่เช่น พ่อ แม่ พี่น้อง ครู ศิษย์ ฯลฯ เพื่อประโยชน์ทางการปฏิบัติจริยธรรมในสังคมให้ถูกต้อง เป็นความจริงชั้นหยาบ

๒.๒ **ปรมัตถสังขะ** ความจริงโดยปรมัตถ์ คือความจริงส่วนที่ลึกลงไป เพื่อเป็นปากทางเข้าถึงโลกุตระธรรม เพื่อความไม่หลงใหลติดพัน ยึดถือสิ่งทั้งหลาย อันเป็นบ่อเกิดแห่งทุกข์เฉพาะตน

หรือเมื่อยึดมากเข้าก็ทำให้ผู้ที่เราเข้าไปยึดถือติดพันนั้นพลอยทุกข์ไปด้วย หลักธรรมเรื่องอนัตตานั้นเป็นความจริงฝ่ายปรมัตถ์ ตัวอย่างเช่น สิ่งที่เราสมมติเรียกกันว่ารถบ้าง เรือบ้าง ตัวของสิ่งนั้นจริง ๆ แล้วไม่มี มีแต่สารประกอบหรือส่วนประกอบต่าง ๆ นำมาประกอบกันเข้าถูกส่วนตามสมมติบัญญัติ ความเป็นรถเป็นเรือจึงปรากฏขึ้น พอแยกส่วนประกอบเหล่านี้ออกแล้ว ความเป็นรถเป็นเรือก็สูญหายไป คนก็เช่นเดียวกัน ประกอบด้วยธาตุ ๔ หรือธาตุ ๖ ชั้น ๕ พอสิ้นชีวิตลง ธาตุต่าง ๆ ก็แยกไปเป็นสภาวะเดิมของตน เช่น ดินก็เป็นดิน น้ำก็เป็นน้ำ เป็นต้น

ความเข้าใจอย่างถูกต้องในปรมัตถ์สัจจะนี้จะช่วยผ่อนคลายความทุกข์ต่าง ๆ ได้มาก และผ่อนคลายความยึดมั่นว่าตัวตนหรือของตนให้น้อยลง จนถึงกับหมดความยึดถือไปเลย ก็เล่ห์ทั้งปวงก็สูญสิ้น บรรลุถึงความเป็นพระอริยเจ้าชั้นสูงสุดคือพระอรหันต์ จุดมุ่งหมายของการทำความเข้าใจเรื่องปรมัตถ์สัจจะก็คือภาวะอันสูงสุดนี้

๓

การพิจารณาไตรลักษณ์ในภาคปฏิบัติ

จริงอยู่เมื่อว่าโดยภาคปริยัติ คือเรื่องที่จะต้องศึกษาทำความเข้าใจ ไตรลักษณ์มี ๓ คือ ความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ และความไม่มีตัวตนของสิ่งทั้งหลาย แต่เมื่อก้าวโดยภาคปฏิบัติ ไตรลักษณ์มี ๑ เท่านั้น คือในการพิจารณาไตรลักษณ์นั้น พิจารณาอย่างเดียวก็นเพียงพอ จะพิจารณาความไม่เที่ยงหรือความทุกข์ หรือความไม่มีตัวตนอย่างใดอย่างหนึ่งก็ได้ ไม่ต้องพิจารณาทั้ง ๓ อย่าง

บางท่านมีอุปนิสัยในทางพิจารณาทุกข์ เมื่อพิจารณาแล้ว จิตใจสลดเร็ว แล่นขึ้นสู่วิปัสสนาได้เร็ว ก็ให้พิจารณาทุกข์ เมื่อเห็นทุกข์ชัดเจนว่า “ทุกข์เท่านั้นเกิดขึ้น ตั้งอยู่และดับไป นอกจากทุกข์ ไม่มีอะไรเกิด นอกจากทุกข์ไม่มีอะไรดับ” ดังนี้แล้วอนิจจังก็ดี อนัตตาก็ดี ย่อมปรากฏชัดเจนขึ้นด้วย

ท่านที่มีอุปนิสัยทางพิจารณาอนิจจัง เมื่อพิจารณาแล้วจิต
สลดเร็ว แล่นขึ้นสู่วิปัสสนาได้เร็ว ก็ควรพิจารณาอนิจจังเนื่อง ๆ
เมื่อเห็นอนิจจังชัดเจนแล้ว ทุกขังก็ดี อนัตตาก็ดี ย่อมปรากฏ
ชัดเจนขึ้นด้วย

สำหรับท่านที่มีอุปนิสัยทางอนัตตาก็ทำนองเดียวกัน พระ
บาลีพุทธภาษิตก็แสดงให้เห็นความเกี่ยวเนื่องของไตรลักษณ์
เหมือนกันว่า “สิ่งใดไม่เที่ยง สิ่งนั้นเป็นทุกข์ สิ่งนั้นเป็นอนัตตา
สิ่งใดเป็นอนัตตา ควรหรือที่จะเข้าไปยึดสิ่งนั้นว่าเป็นของเรา เรา
เป็นนั่น นั่นเป็นตัวตนของเรา”^(๕)

(๕) อนัตตลักษณะสูตร วินัยปิฎก มหาวรรค ๔/๒๔/๒๐



ประโยชน์ของความเข้าใจเรื่องไตรลักษณ์

ไตรลักษณ์มีคุณค่าทางจริยธรรมสูงมาก ดังจะอธิบายโดยย่อดังนี้

๔.๑ หลักอนิจจตา

ทำให้บุคคลผู้พิจารณาเรื่อง ๆ เป็นผู้ไม่ประมาทเมามัว ไม่เพเลิดเพลินเกินไป เมื่อได้ประสบการณ์ความสำเร็จมีความสำรวมระวังตนอยู่เสมอ เพราะเห็นด้วยปัญญาว่าความรุ่งเรืองเหล่านั้น เป็นของไม่เที่ยงแท้แน่นอนเสมอไป จะกลับกลายเป็นทุกข์ เป็นความล่มจมล้มละลายเมื่อไรก็ไม่อาจทราบได้ มีตัวอย่างให้เห็นอยู่เนือง ๆ ที่คนมั่งมีก็กลับกลายเป็นคนยากจน คนที่มีร่างกายแข็งแรงเปลี่ยนเป็นคนทุพพลภาพตลอดชีวิต

อนึ่ง ถ้าทุกอย่างเที่ยงแท้ไม่มีความเปลี่ยนแปลงแล้ว ความเพียรพยายามก็ดี การสะสมคุณงามความดีก็ดี ย่อมเป็นไปไม่ได้

แต่เพราะความไม่เที่ยงนั่นเอง ทำให้คนชั่วคนเลวกลายเป็นคนดีได้ ถ้าเขาประกอบเหตุดี และทำให้คนดีกลายเป็นคนชั่วได้ ถ้าเขาประกอบเหตุชั่ว

นอกจากนี้ เมื่อรู้ความจริงดังกล่าวมาแล้ว ย่อมทำให้จิตใจเป็นอิสระไม่ตกเป็นทาสของความเปลี่ยนแปลงทั้งในด้านเสื่อมและด้านเจริญ มองเห็นด้วยปัญญาว่ามันเป็นเพียงการแสดงตัวของกฎอนิจจังเท่านั้น จะไปเอาจริงเอาจังกับมันไม่ได้ เมื่อเป็นดังนี้ ย่อมไม่นำตนเข้าไปผูกพันกับสิ่งใดชนิดที่ “ยอมตนลงเป็นทาส” แต่กลับเป็นผู้ใช้ประโยชน์ของสิ่งของนั้น ๆ เท่าที่มันมีประโยชน์อยู่ ทั้งส่วนที่เป็นสาระเสีย เหมือนเมล็ดข้าวที่มีเปลือก (หรือเกลบ) หุ้มอยู่ กะเทาะเกลบออกเสีย กินแต่เมล็ดข้าวสารก็ได้ประโยชน์ เท่าที่มันมีอยู่ อนึ่ง ผู้รู้กฎของอนิจจังยังสามารถใช้ประโยชน์ของความจริงได้ถูกต้อง ไม่ตกหลุมพรางของความเจริญแล้วถลาลงไปในความเสื่อมเพราะความเจริญเป็นมุลฐาน ดังที่ชาวโลกบางส่วนเป็นกันอยู่ทุกวันนี้

๔.๒ หลักทุกข์ตา

โลกมนุษย์เต็มไปด้วยความขัดแย้งบีบคั้น ความขัดแย้งภายในตนเองบ้าง ความขัดแย้งกับสิ่งแวดล้อมรอบตัว ตั้งแต่คนในครอบครัว เป็นต้น ขยายออกไปไม่มีที่สิ้นสุดบ้าง ความขัดแย้งเหล่านี้ก่อให้เกิดความทุกข์ทั้งสิ้น ความปรารถนา ความต้องการ

ในตัวเราอย่างหนึ่งขัดแย้ง กับความต้องการของเราอีกอย่างหนึ่ง เช่น เราอยากจะทำความสุขใส่ตัวโดยไม่เบียดเบียนคนที่เราเกี่ยวข้องกับตัวให้เดือดร้อน แต่ไปขัดแย้งกับความรู้สึกของสังคมส่วนใหญ่เข้า เรายังต้องการการยอมรับของสังคมอยู่ไม่ยากให้สังคมติเตียน แต่อยากให้สังคมยกย่องเรา ความรู้สึกขัดแย้งอันนี้จะต่อสู้กันภายในใจของเรา ทำให้เราตัดสินใจอะไรไม่ได้ วิตกหมกมุ่นและเกิดทุกข์ นอกจากขัดแย้งกับความรู้สึกของตนเอง ซึ่งมีอยู่ประจำวันแล้วมนุษย์เรายังมีความขัดแย้งในครอบครัว ในที่ทำงาน ตลอดจนความขัดแย้งระดับประเทศ และระหว่างชาติซึ่งแสดงตัวออกมาในรูปแบบต่าง ๆ เช่น สงคราม อันก่อความทุกข์ให้แก่คนในชาติคู่สงครามนั้น ๆ มิใช่น้อย

นอกจากความขัดแย้งแล้วโลกของเรายังเต็มไปด้วยความบีบคั้น ความพร่อง ความไม่สมบูรณ์ ความบีบคั้นนั้นมีทั้งภายในตนและภายนอกตน ความบีบคั้นภายในตนก็คือ ความปรารถนาของตนที่ไม่สมอยากนั่นเอง บีบคั้นตนเองให้เร่าร้อนกระวนกระวายไม่รู้จักหยุดหย่อน นอกจากนี้ยังถูกบีบคั้นจากสิ่งภายนอกอีก เช่น คนที่มีอำนาจเหนือเรา ความยากจน ความหิวกระหาย ความเจ็บปวด โรคภัยไข้เจ็บ ความสุขของมนุษย์นั้นมีน้อยนิดเดียว เมื่อเทียบกับความทุกข์อันมโหฬาร แวดล้อมอยู่โดยรอบ นอกจากความสุขมีอยู่จำนวนน้อยแล้ว มนุษย์ส่วนใหญ่ยังชอบแสวงหาความสุขที่เจือด้วยทุกข์ด้วยโทษเสียอีกด้วย ที่ทางพุทธศาสนาเรียกว่าสามิสสุข ซึ่งพร้อมที่จะเปลี่ยนเป็นทุกข์อยู่เสมอ

ส่วนความสุขที่บริสุทธิ์ที่ไม่เจือด้วยทุกข์ด้วยโทษนั้นเป็นสิ่งที่เข้าถึงยาก ปฏิบัติให้บรรลุได้ยาก มนุษย์จึงมักทอดอาลัยต่อความสุขชนิดนั้น มักลงความเห็นอย่างง่าย ๆ ว่าตนไม่สามารถจะถึงความสุขเช่นนั้นได้ จึงทำตนเป็นผู้สิ้นหวังต่อความสุขอันประณีตที่พระพุทธเจ้าและพระอรหันต์เจ้าพร่ำสอน คนส่วนมากจึงหวังแต่ความสุขชนิดสามัญสุข ซึ่งเป็นภาระแน่นอนว่าจะให้สมหวังเสมอไปหาได้ไม่ และยิ่งมีความหวังในสุขนี้มากเท่าใด การแสวงหา ก็มีมากเท่านั้น โอกาสที่จะผิดหวังก็มีมากขึ้น ความทุกข์ทรมานใจ ก็มีอัตราส่วนเพิ่มขึ้นเช่นเดียวกัน ส่วนผู้ที่หวังต่อนิรามิสสุข คือความสุขที่เกิดจากคุณธรรม และเกิดจากความสงบนั้น เป็นการกำจัดทุกข์ไปในตัว เพราะเป็นสภาพจิตที่สงบประณีต เสรี เป็นอิสระแก่ตน ต้องพึงปัจจัยภายนอกน้อยที่สุดและมีปัญญาเป็นองค์ประกอบอยู่เสมอ

ผู้ที่ยังต้องการความสุขแบบโลก ๆ อยู่ ก็ควรอบรมจิตใจให้รักนิรามิสสุขเป็นพื้นฐานไว้ด้วย เพื่อเป็นทางเลือกของตนเมื่อผิดหวังพลั้งพลาด หรืออย่างน้อยก็ให้นึกได้ว่า ยังมีความสุขอย่างอื่นที่สงบประณีตกว่า สูงกว่าความสุขที่ตนหวังและพลาดหวังนั้น จิตใจจะได้มีที่เกาะที่ยึดเป็นที่พึ่ง และสามารถเป็นที่พึ่งได้ดีกว่าด้วย

ผู้พิจารณาหลักทุกข์ตาอยู่เนื่อง ๆ ย่อมมองเห็นด้วยใจว่า สัตว์โลกจมอยู่ในทุกข์ ดินรนอยู่ในทุกข์ หยั่งลงสู่ทุกข์ และมีทุกข์ดักอยู่เบื้องหน้าอีกมากมาย ย่อมหน่ายในทุกข์ นั่นคือทางแห่งความบริสุทธิ์

๔.๓ หลักอนัตตตา

ผู้พิจารณาความเป็นอนัตตาอยู่เนื่อง ๆ ย่อมถอนความยึดมั่นในตัวตนเสียได้ (อัตตานุภินฺนํ) คลายปมอันก่อให้เกิดความน้อยเนื้อต่ำใจ (ปมด้อย) และปมอันก่อให้เกิดความทะนงตัว (ปมเชื่อง) ที่เรียกว่า อัสมิมานะ หรืออหังการ (Egoistic Tendency) การถอนอัสมิมานะเสียได้นี้ พระพุทธองค์ตรัสว่า เป็นบรมสุข (อสฺมิมานสฺส วินโย เอตํ เว ปรมํ สุขํ)^(๖)

เมื่อถอนอัสมิมานะเสียได้แล้วย่อมไม่มีการเปรียบตนกับผู้อื่น หรือไม่นำผู้อื่นมาเทียบกับตนเองอันเป็นเหตุให้เกิดปมด้อยหรือปมเชื่อง ไม่ต้องรู้สึกว่ามีใครลบหลู่ข่มเพราะไม่มีเหลี่ยม ละลายตัวตนอันเป็นเหตุให้เกิดตัณหา มานะ ทิฐิเสียได้ มีแต่กระบวนการธรรมชาติดำเนินไปอยู่ไหลไปอยู่ตามกระแสแห่งเหตุปัจจัย จึงไม่มีความยึดมั่นถือมั่นว่าตัวตนหรือของตน อะไรเกิดขึ้นหรือดับไปก็ปลงใจได้ว่ามันเกิดขึ้นเพราะมีเหตุปัจจัย เมื่อดับไปก็เพราะสิ้นเหตุปัจจัย จิตใจเป็นอิสระไม่ตกเป็นทาสของสิ่งทั้งหลายอันปรุงแต่งให้เป็นอย่างนั้นอย่างนี้ เป็นผู้คงที่ มองดูสิ่งทั้งหลายอย่างฉลาดรอบรู้ เข้าใจ รู้เท่าทัน ความรู้สึกอย่างนี้มีคุณค่าต่อชีวิตสูงมาก

(๖) ชุททกนิกาย อุทาน ๒๕/๘๖/๕๑





ป ร ฎิ จ จ ส มุ ป บ า ท



ความหมายและความสำคัญ

ปฏิจจสมุปบาท (ธรรมที่อาศัยกันเกิดขึ้น) เป็นธรรมที่มีความสำคัญอย่างยิ่งยวดประการหนึ่งในบรรดาหลักคำสอนสำคัญ ๆ ของพระพุทธเจ้า นักปราชญ์ทั่วโลกผู้สนใจศึกษาปฏิบัติตามหลักคำสอนในพระพุทธศาสนา ได้พากันยกย่องเป็นเสียงเดียวกันว่า ปฏิจจสมุปบาทเป็นศูนย์กลางแห่งคำสอนทางพระพุทธศาสนา (Central Philosophy of Buddhism) โดยให้เหตุผลว่า หลักคำสอนอันมีเหตุผลต่าง ๆ ในพระพุทธศาสนานั้น ออกไปจากศูนย์กลางคือปฏิจจสมุปบาทนี้ทั้งสิ้น

พระพุทธโฆสาจารย์^(๑) ปราชญ์ผู้ยิ่งใหญ่ทางพระพุทธศาสนา ผู้รจนาคัมภีร์อันมีชื่อเสียงไปทั่วโลกคือ วิสุทธิมรรค เมื่อจะรจนापฏิจจสมุปบาท ท่านได้ถ่อมตน (ตามวิสัยปราชญ์) ไว้ว่า

(๑) ปราชญ์ชาวอินเดียเกิดในพุทธศตวรรษที่ ๑๐ (พ.ศ. ๔๕๖)

“ข้าพเจ้าซึ่งนำหน้าทรงดูแล้ว เห็นว่า การพรรณนาความ แห่งปฏิจจสมุปปาต ทำได้ยากยิ่งนัก เว้นแต่ท่านผู้แตกฉานในอาคม (ปริยัติ) และอริคม (ปฏิเวธ การบรรลุลุทธิธรรม) ข้าพเจ้าอาจพรรณนา ได้ไม่ถึงที่สุดของปฏิจจสมุปปาตนั้น ประดุจบุคคลหยั่ง (ขา) ลง ไปในทะเลหลวง (จะให้ถึงก้นทะเลได้อย่างไร) แต่พระศาสนานี้ ประดับด้วยนัยแห่งเทศนา (คำสอน) หลากหลาย คำอธิบายของ ท่านบูรพาจารย์ก็มีอยู่มิได้ขาดสาย ข้าพเจ้าขออภัยหลักทั้ง สองประการนั้นพรรณนาขยายปฏิจจสมุปปาต”^(๒)

เมื่อปราศรัยผู้ยิ่งใหญ่เช่นพระพุทธโฆสาจารย์ ยังกล่าวเช่นนี้ ข้าพเจ้าผู้มีปัญญาน้อยและจำกัดจะกล่าวอย่างไร แต่ที่กล้าเขียน เรื่องปฏิจจสมุปปาตก็เพราะรักในการศึกษา และชอบใจในหลักธรรม เรื่องนี้เป็นอย่างยิ่ง เห็นว่าเป็นหลักธรรมที่ทันสมัยและจะทันสมัย อยู่ตลอดไป ช่วยคลายความยึดติดในสิ่งต่าง ๆ ช่วยให้เห็นสิ่ง ต่าง ๆ ตามความเป็นจริง แต่เป็นสิ่งที่เห็นได้ยาก เข้าใจได้ยาก และจะแสดงให้เห็นและเข้าใจก็ยากเช่นกัน สมดังที่โบราณจารย์ กล่าวไว้ว่า

“เรื่อง ๔ เรื่องคือ สัจจะ สัตว์ ปฏิสนธิ และปัจฉยาการ (ปฏิจจสมุปปาต) นี้แหละเห็นได้ยาก และแสดงก็ยาก”^(๓)

(๒) วิสุทฺธิมรรค ปัญญาภิเทศ ภาค ๓ หน้า ๑๑๔

(๓) สัจจ สัตโต ปฏิสนธิ ปัจฉยาการเมว จ ทุทุทสา จตุโร ธมฺมา เทเสตุญฺจ สุทุกฺกรา วิสุทฺธิมรรค ๓/๑๑๔

เรื่องความจริง หรือแท้ เป็นเรื่องยากเรื่องหนึ่ง เพราะมักมี เบื้องหน้าเบื้องหลังสลับซับซ้อนมากมาย ความจริงแม้เป็นที่ ธรรมดาสามัญยังรู้และเข้าใจได้ยากเสียแล้วถ้าเป็นความจริงระดับสูง เช่น อริยสัจ และความจริงที่เรียกในภาษาปรัชญาว่า อันติมสัจจะ (Ultimate Reality) แล้วจะรู้และเข้าใจได้ยากเพียงใด ดังนั้น แม้สมเด็จพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า เมื่อตรัสรู้ความจริง แล้วก็ยังท้อพระทัยในการที่จะประกาศความจริงนั้น

เรื่องสัตว์ บุคคล หรือสิ่งมีชีวิตทั้งปวง กล่าวโดยเฉพะา อุปาทินนทสังขาร คือสังขารที่มีวิญญาณครองนั้น มีความสลับ ซับซ้อนเปลี่ยนแปลงมาก ยากที่จะเข้าใจยากที่จะอธิบายว่าทำไม คนนั้นจึงเป็นอย่างนั้น คนนี้จึงเป็นอย่างนี้ กรรมซึ่งบังการอยู่ เบื้องหลังชีวิตของคนและสัตว์แต่ละชีวิตนั้นมีความเจือจาง เข้มข้น อ่อนและรุนแรงไม่เท่ากัน ชีวิตความเป็นอยู่และความเป็นไปของสัตว์ บุคคล จึงยากที่จะเข้าใจยากที่จะอธิบาย เราต้องวินิจฉัยเป็นเรื่อง ๆ เป็นรายบุคคลไป

เรื่องปฏิสนธิ คือ กำเนิดของสัตว์ทั้งหลายว่า บุคคลผู้ทำ กรรมอย่างใดจะไปเกิดที่ใดก็เป็นเรื่องยาก นอกจากท่านผู้มีญาณ วิเศษ เช่น พระสัมมาสัมพุทธเจ้า เป็นต้น

เรื่องสุดท้ายคือ **เรื่องปฏิจจสมุปบาท** เข้าใจยาก รู้ยาก แสดง ยากเพราะลึกซึ้ง มีอรรถอันลึกซึ้ง แม้พระสัมมาสัมพุทธเจ้าเองก็

ทรงยอมรับว่าเป็นธรรมลึกลับซึ่ง ดังที่ตรัสกับพระอานนท์มีเรื่องย่อดังนี้

เมื่อพระผู้มีพระภาคประทับ ณ นิคมชื่อกัมมาสธรรม ใน
แคว้นกุรุ (กรุงเดลีปัจจุบัน) พระอานนท์เข้าไปเฝ้าและทูลว่า

**“อัศจรรย์จริงพระเจ้าข้า ประหลาดจริงพระเจ้าข้า ปฏิจสุมุ
บาทนี้เป็นธรรมลึกลับซึ่ง และปรากฏเป็นธรรมลึกลับซึ่ง แต่ก็ปรากฏแก่
ข้าพระองค์เหมือนเป็นธรรมง่าย ๆ”^(๔)**

พระศาสดาตรัสว่า

**“อย่ากล่าวอย่างนั้นอานนท์ ปฏิจสุมุบาทนี้ เป็นธรรม
ลึกลับซึ่ง และปรากฏเป็นธรรมลึกลับซึ่ง เพราะไม่รู้ไม่เข้าใจ ไม่แทงตลอด
ซึ่งปฏิจสุมุบาทนี้แหละ หมูสัตว์จึงวุ่นวาย เหมือนเส้นด้ายที่
ขอดกันยุ่ง ขมวดเหมือนกลุ่มด้ายที่ขอดเป็นปม เป็นเหมือนหญ้า
มุงกระต่ายและหญ้าปล้อง ผ่านพื้นอบาย หุกติ วินิบาท และ
สังสารวัฏ ไปไม่ได้”**

เพราะความที่เคารพพระธรรมซึ่งพระองค์ได้ตรัสรู้แล้ว เป็น
ธรรมที่เห็นได้ยาก รู้ได้ยาก ละเอียดประณีตลึกลับซึ่งนี้เอง ครั้งแรกที่
ทรงปรารภจะประกาศธรรม จึงทรงท้อพระทัย ทรงปรารภถึง
ปฏิจสุมุบาทหรือหลักอิทัปปัจจยตา (เมื่อมีสิ่งนี้เป็นปัจจัยสิ่งนี้
จึงเกิดขึ้น) นี้ประการหนึ่ง และทรงปรารภ พระนิพพาน อีกประการ

(๔) ส.นิ ๑๖/๑๑๐/๒๒๔

หนึ่ง ทรงเกรงจะเหนื่อยเปล่าถ้าคนอื่นไม่อาจรู้ตามได้^(๕)

อีกประการหนึ่ง ปฏิจจสมุปบาท มีความหมายเท่ากับธรรม
ที่พระพุทธองค์ตรัสรู้แล้วทั้งหมด ขอสาธกพระพุทธพจน์ดังนี้

**“ผู้ใดเห็นปฏิจจสมุปบาท ผู้นั้นย่อมเห็นธรรม ผู้ใดเห็นธรรม
ผู้นั้นย่อมเห็นปฏิจจสมุปบาท”^(๖)**

โดยนัยดังกล่าวมา ปฏิจจสมุปบาท จึงมีความสำคัญอย่าง
ยิ่งยวด เป็นกฎที่ครอบคลุมเอาความเป็นไปของชีวิต และจักรวาล
ทั้งมวลไว้ (Cosmic Law) สมณะหรือพราหมณ์ หรือนักพรตใน
ศาสนาใด ๆ ก็ตาม (ปฏิจจสมุปบาท เป็นธรรมสากล) เมื่อรู้แจ้งใน
ธรรมคือปฏิจจสมุปบาทนี้ จึงจะยอมรับได้ว่าเป็นสมณะในหมู่สมณะ
เป็นพราหมณ์ในหมู่พราหมณ์ และได้ชื่อว่าได้บรรลุประโยชน์ของ
ความเป็นสมณะและความเป็นพราหมณ์ด้วยปัญญาอันยิ่งใหญ่
ของตนเอง^(๗)

เมื่อได้ตรัสรู้ใหม่ ๆ ธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงทบทวนพิจารณา
มากที่สุด คือ ปฏิจจสมุปบาท ทรงพิจารณาอยู่ถึง ๗ วัน กล่าวคือ
ในสัปดาห์แรกหลังจากตรัสรู้แล้ว ยังคงประทับอยู่ที่บริเวณโพธิ
มณฑลนั่นเอง และทรงพิจารณาปฏิจจสมุปบาทโดยตลอดทั้ง

(๕) คูวินัยปิฎก ๔/๘๗ : ม.มุ. ๑๒/๓๒๓/๓๒๑ ส.ส. ๑๕/๒๐๐/๕๕๕

(๖) ม.มุ. ๑๒/๓๕๙/๓๕๖

(๗) ส.นิ. ๑๖/๒๐/๔๑

สายเกิด (สมุทัยวาร) และสายดับ (นิโรธวาร) ทรงเปล่งอุทานด้วยความเบิกบานพระทัยเป็นอย่างยิ่ง เพราะทรงทราบตระหนักรู้แล้วว่า ทรงรู้ปฏิจจสมุปปาทอย่างทั่วถึงแล้ว ความสงสัยของพระองค์หมดสิ้นไป ทรงกำจัดมารและละเสนามารเสียได้ เพราะทรงรู้กฎแห่งเหตุผล หรือกฎแห่งความเป็นเหตุเป็นผลของกันและกัน กล่าวคือ ปฏิจจสมุปปาทนี้ ปฏิจจสมุปปาทจึงมีความสำคัญตั้งพรรณนา

ตามตัวอักษร ปฏิจจสมุปปาท แปลว่า ธรรมที่อาศัยกันเกิดขึ้นพร้อม (ปฏิจจ = อาศัย, สัม = พร้อม, อุปฺปาท = เกิดขึ้น) คือ เป็นกลุ่มธรรมที่อาศัยกันเกิดขึ้น เมื่ออย่างใดอย่างหนึ่งดับหรือถูกทำลายลง ส่วนที่เหลือก็ดับตามกันลงไป เหมือนไม้ ๓ อันวางยันกันไว้เมื่อดึงเอาอันหนึ่งออกที่เหลือก็พลันล้มลง อนึ่ง ท่านเปรียบเทียบปฏิจจสมุปปาทเหมือนโซ่ที่มี ๑๒ ห่วงผูกมัดหรือคล้องสิ่งใดสิ่งหนึ่งไว้ หาเบื้องต้น ท่ามกลางและที่สุดไม่ได้ แต่เมื่อข้อใดข้อหนึ่งหรือห่วงหนึ่งถูกทำลายลง หรือถูกปลดออก คุณภาพในการผูกมัดก็เป็นอันถูกทำลายลง โซ่นั้นแม้ยังมีอยู่ก็เป็นเพียงสักแต่ว่าโซ่ ฉันทไค

ชีวิตที่ฉันทนั้น ถูกปฏิจจสมุปปาทสายสมุทัย (สมุทัยวาร) ผูกมัดรัดตรึง จึงยุ่งเหยิงประจูด้ายที่ขอดกันเป็นปม กองทุกข์จึงเกิดขึ้นมาจากมวลสัตว์ผู้ไม่รู้แจ้งแห่งตลอดในปฏิจจสมุปปาท แต่พอทำลายห่วงแห่งปัจจัยการเป็นต้นว่า อวิชชา หรือตัณหาอุปาทานแล้ว โซ่ คือ ภวจักรและสังขารจักรก็ถูกทำลายลง หมุดอานาภาพในการคล้องสัตว์ไว้ในโลกนี้หรือโลกไหน ๆ กองทุกข์ทั้งสิ้นก็เป็นอันทำลายลง

๒

สิ่งต่าง ๆ ปรากฏในรูปของปฏิจจสมุปบาท

ถ้าเราพิจารณาด้วยดี จะเห็นว่าสิ่งต่าง ๆ ที่เราเห็น เราประสบ สัมผัสนั้น ปรากฏในรูปของปฏิจจสมุปบาท กล่าวคือ อาศัยกัน เกิดขึ้นทั้งสิ้น เป็นความจริงสัมพันธ์ที่เรียกว่า Relative Truth ตัวอย่างที่เห็นง่ายและใกล้เคียงที่สุดก็คือ ร่างกายของเรา อวัยวะ ส่วนต่าง ๆ ของเราเกิดขึ้น ดำเนินไป และแตกดับอย่างปฏิจจสมุปบาท เมื่อเราหลุดจากกรรมมารดานั้น เรามีอวัยวะต่าง ๆ พร้อม อยู่แล้วคอยแต่การเจริญเติบโตเท่านั้น อวัยวะเหล่านั้นทำงาน ประสานกัน เมื่อส่วนสำคัญบางส่วน เช่น หัวใจ หรือมันสมองพิการ ความติดขัดไม่คล่องตัวก็เกิดขึ้นกับอวัยวะอื่น ๆ ไปด้วย เช่น มือ เท้า การหายใจ เมื่อเลือดน้อยไปเลี้ยงสมองไม่พอ ทำให้มีศีรษะ อ่อนเพลีย วิงเวียน ความจำเสื่อม เมื่อร่างกายถูกบาดแผลอย่าง รุนแรงแม้ที่ส่วนใดส่วนหนึ่งของอวัยวะ เช่น ที่เท้า อาจทำให้มี อาการไข้สูงเดือดร้อนไปทั้งร่าง เพียงแต่ได้ฟังเสียงอันจับใจ ถูกใจ หรือได้พบสิ่งของหรือบุคคลอันเป็นที่ปรารถนาก็ก่อให้เกิดปีติปราโมช ชนลุกลงไปทั้งตัว นี่คือการอันเป็นปฏิจจสมุปบาทของร่างกาย

มันเกิดขึ้น ดำรงอยู่ เป็นไปและแตกดับอย่างชนิดที่อาศัยกัน เป็นเหตุและเป็นผลของกันและกัน

เรือนหลังหนึ่งก็ปรากฏขึ้นอย่างปฏิเสธสมุปปาต แม้แต่เรื่องฝนตก ฟ້าร้อง แผ่นดินไหว ภูเขาไฟระเบิด น้ำท่วม ตลอดจนปรากฏการณ์ต่าง ๆ ในธรรมชาติ ก็ล้วนปรากฏขึ้นในลักษณะของปฏิเสธสมุปปาตทั้งสิ้น

รถยนต์คันหนึ่งก็ปรากฏขึ้นในรูปของปฏิเสธสมุปปาตเช่นกัน การดำรงอยู่ของมัน การเคลื่อนไหว การหยุด ล้วนแต่มีกระบวนการเป็นปฏิเสธสมุปปาตทั้งสิ้น กล่าวคือ มันอาศัยกันเป็นเหตุเป็นผลของกันและกัน การทำงานของเครื่องยนต์เป็นความสัมพันธ์แบบปฏิเสธสมุปปาตโดยแท้

สำนักงาน โรงเรียน บ้านเมือง ประเทศชาติ ตลอดจนถึงโลก ล้วนแต่ทำงานเป็นปฏิเสธสมุปปาตทั้งสิ้น บุคคลแต่ละคนล้วนเป็นองค์หนึ่งของสำนักงาน หรือของโรงเรียน ผู้มีอำนาจสั่งการนั้นไม่ค่อยปรากฏตัวให้เห็น แต่มีบทบาทสำคัญในการเคลื่อนไหวของสำนักงานหรือสถาบันเป็นอย่างยิ่ง คนมีความรู้ในเรื่องนั้น ๆ เท่านั้นจึงจะสามารถเข้าใจอย่างแจ่มแจ้ง

เพราะฉะนั้น ปฏิเสธสมุปปาตจึงเป็นกฎครอบจักรวาล สมชื่อที่เรียกกันว่า Cosmic Law ดังกล่าวแล้ว

ที่กล่าวมาในข้อ ๒ นี้ เพื่อให้มองเห็นปฏิจจสมุปบาทของ
สิ่งต่าง ๆ ที่ปรากฏขึ้น ดำรงอยู่ เป็นไปและแตกดับ อย่างชนิด
อาศัยกันและกัน (Dependent Origination)

๓

ปฏิจจสมุปบาทแจ้งโดยย่อมี ๒ สาย

เมื่อกล่าวโดยย่อ ปฏิจจสมุปบาทมี ๒ สาย คือ

๑. สายเกิด (ความเกิดขึ้นแห่งกองทุกข์) เรียก สมุทัยวาร

๒. สายดับ (ความดับไปแห่งกองทุกข์ทั้งหมด) เรียก นิโรธ

วาร

มีพระบาลีพุทธภาษิตโดยย่อดังนี้

สายเกิด อิมสมิ สติ อิห โหติ เมื่อสิ่งนี้มี สิ่งนี้จึงมี
อิมสสุปปาทา อิห อุปฺปชฺชติ เมื่อสิ่งนี้เกิดขึ้น สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น
สายดับ อิสฺมี อสติ อิห น โหติ เมื่อสิ่งนี้ไม่มี สิ่งนี้ก็ไม่มี
อิมสฺส นิโรธา อิห นฺริชฺฌติ เมื่อสิ่งนี้ดับ สิ่งนี้ก็ดับ^(๘)

อีกอย่างหนึ่ง ทรงเรียกสายเกิดว่า *มิจฉาปฏิบัติทา* (ทางผิด หรือการปฏิบัติผิด) เรียกทางสายดับว่า *สัมมาปฏิบัติทา* (ทางถูก หรือการปฏิบัติชอบ) มีพระบาลีแสดงดังนี้

(๘) ส.น. ๑๖/๓๓ ข้อ ๖๔

“ภิกษุทั้งหลาย เราจะแสดงมิจฉาปฏิบัติ และสัมมาปฏิบัติแก่เธอทั้งหลาย ขอจงตั้งใจฟัง...เพราะอริชชาเป็นปัจจัยสังขารจึงมี เพราะสังขารเป็นปัจจัย วิญญาณจึงมี ฯลฯ กองทุกข์ทั้งหมดเกิดขึ้นด้วยอาการอย่างนี้ นี่แหละเราเรียกว่า มิจฉาปฏิบัติ”

“ภิกษุทั้งหลาย เพราะอริชชาดับ สังขารจึงดับ เพราะสังขารดับ วิญญาณจึงดับ ฯลฯ กองทุกข์ทั้งหมดดับลงด้วยอาการอย่างนี้ นี่แหละเราเรียกว่า สัมมาปฏิบัติ”^(๙)

(๙) ส.น. ๑๖/๕ ขั้ว ๑๙-๒๑



ปฏิจจสมุปบาทแจ้งโดยละเอียด

เมื่อแจ้งรายละเอียดออกเป็นหัวข้อ ก็มี ๑๒ หัวข้อ ทั้งสายเกิดและสายดับดังนี้

สายเกิด

- | | |
|-----------------------------|-----------------------|
| ๑. เพราะอวิชชาเป็นปัจจัย | สังขารจึงมี |
| ๒. เพราะสังขารเป็นปัจจัย | วิญญูณจึงมี |
| ๓. เพราะวิญญูณเป็นปัจจัย | นามรูปจึงมี |
| ๔. เพราะนามรูปเป็นปัจจัย | อายตนะ ๖ จึงมี |
| ๕. เพราะอายตนะ ๖ เป็นปัจจัย | ผัสสะจึงมี |
| ๖. เพราะผัสสะเป็นปัจจัย | เวทนาจึงมี |
| ๗. เพราะเวทนาเป็นปัจจัย | ตัณหาจึงมี |
| ๘. เพราะตัณหาเป็นปัจจัย | อุปาทานจึงมี |
| ๙. เพราะอุปาทานเป็นปัจจัย | ภพจึงมี |
| ๑๐. เพราะภพเป็นปัจจัย | ชาติ (ความเกิด) จึงมี |
| ๑๑-๑๒. เพราะชาติเป็นปัจจัย | ชรามรณะจึงมี |

ความโศก ความคร่ำครวญ ทุกข์ โทมณัส ความคับแค้นใจ
จึงเกิดขึ้นพร้อม กองทุกข์ทั้งมวลจึงเกิดขึ้นด้วยประการฉะนี้

สายดับ

- | | |
|---|-----------------|
| ๑. เพราะอวิชชาถูกนำออกไป
โดยไม่เหลือ | สังขารจึงดับ |
| ๒. เพราะสังขารดับ | วิญญาณจึงดับ |
| ๓. เพราะวิญญาณดับ | นามรูปจึงดับ |
| ๔. เพราะนามรูปดับ | อายตนะ ๖ จึงดับ |
| ๕. เพราะอายตนะ ๖ ดับ | ผัสสะจึงดับ |
| ๖. เพราะผัสสะดับ | เวทนาจึงดับ |
| ๗. เพราะเวทนาดับ | ตัณหาจึงดับ |
| ๘. เพราะตัณหาดับ | อุปาทานจึงดับ |
| ๙. เพราะอุปาทานดับ | ภพจึงดับ |
| ๑๐. เพราะภพดับ | ชาติจึงดับ |
| ๑๑-๑๒. เพราะชาติดับ | ชรามรณะจึงดับ |

ความโศก ความคร่ำครวญรำพัน ทุกข์ โทมณัส ความคับ
แค้นใจก็ดับ ความทุกข์ทั้งมวลก็ดับลงด้วยประการฉะนี้



ข้อความสำคัญที่ต้องมนสิการ

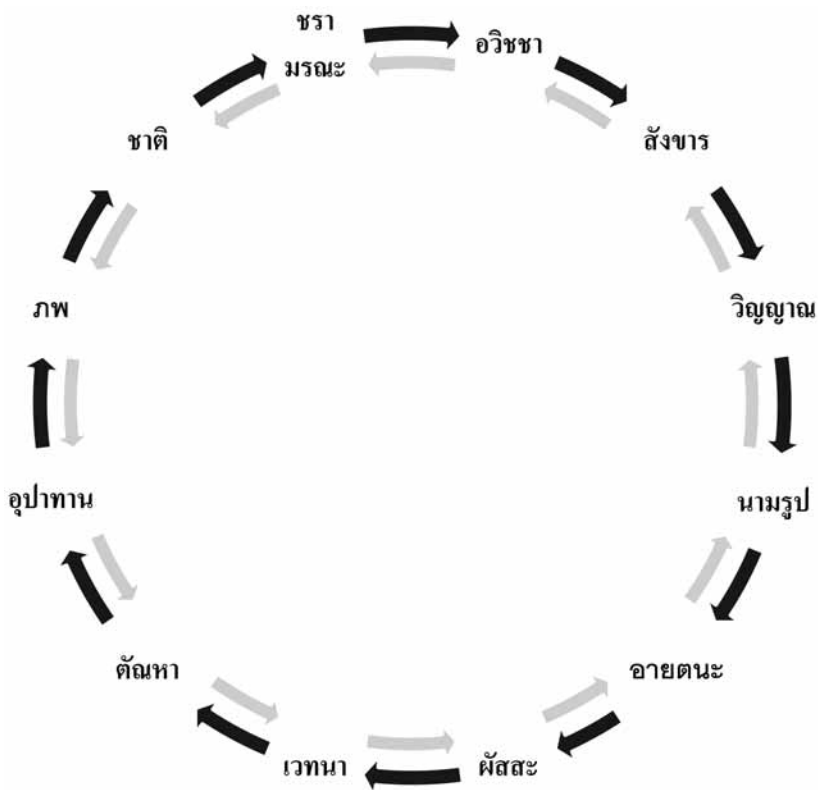
ข้อสำคัญที่ผู้ศึกษาต้องมนสิการ (เฟ่งพินิจด้วยปัญญาสาวไปหาต้นเหตุที่แท้จริง) ในที่นี้ก็คือที่ท่านแสดงรายละเอียดไว้ทั้งสายเกิดและสายดับดังนี้ ท่านแสดงอวิชชาเป็นตัวต้น คือ เกิดก็เริ่มที่อวิชชา ดับก็เริ่มที่อวิชชา แต่พึงทำความเข้าใจว่า ท่านแสดงไว้พอเป็นตัวอย่างเท่านั้น อวิชชาหาใช่เป็นมูลการณ์ หรือ **The First Cause** ไม่ เพราะอวิชชาเองก็ยังมีเหตุปัจจัยให้เกิดเหมือนกัน กล่าวคือ อาสวะเป็นปัจจัยให้เกิดอวิชชา ดังพระบาลีว่า “อวิชชาเกิดเพราะอาสวะเกิด อวิชชาดับเพราะอาสวะดับ”^(๑๐)

ตามความเป็นจริงแล้วปฏิจจสมุปบาททั้งหมดเป็นผลของกันและกัน ไม่มีอันใดเป็นเหตุของอีกอันหนึ่งโดยเด็ดขาด มันเป็นเหตุทั้งผลอยู่ในตัว ตัวอย่างเช่น เพราะอวิชชาเป็นปัจจัยสังขารจึงมี และเพราะสังขารเป็นปัจจัยอวิชชาจึงมี ในข้ออื่น ๆ ก็เหมือนกัน แต่ที่ท่านยกเอาอวิชชามาเป็นตัวต้นก็เพียงยกมาพอเป็นตัวอย่าง

(๑๐) ม.มู ๑๒/๑๐๑ ข้อ ๑๓๐

เปรียบเหมือนบุคคลเมื่อจะนับสายโซ่ที่เป็นห่วงติดกันอยู่ไม่มีต้น
ไม่มีปลาย ย่อมจะเลือกจับเอาห่วงใดห่วงหนึ่งเป็นอันดับแล้วนับ
ไปจนเวียนมาชนห่วงเดิม

เพราะความที่หัวข้อในปฏิจจสมุปบาทเป็นเหตุเป็นผลของ
กันและกันดังกล่าวมา ข้อที่เป็นผลแล้วจึงสามารถย้อนกลับมาเป็น
เหตุได้อีกเสมอ ดูตัวอย่างนี้



ไม่เพียงแต่เป็นเหตุเป็นผลของกันและกันในช่วงใกล้เคียงเท่านั้น แม้ในช่วงที่ไกลห่างกันมากเช่น อวิชชากับเวทนามก็เป็นเหตุเป็นผลของกันและกันได้เหมือนกัน ตัวอย่างเช่น เมื่อตาเห็นรูปเป็นที่พอใจก็เกิดสุขเวทนาขึ้น มีความกำหนดพอใจในรูปนั้น สุขเวทนาอันอาศัยการเห็นรูปนั้นก่อให้เกิดตัณหาอุปาทานแล้วไปเพิ่มอวิชชาในดวงจิตให้เข้มข้นขึ้นทุกครั้งที่ไป ความจริงที่เกิดสุขเวทนาเช่นนั้นก็เพราะดวงจิตมีอวิชชาเป็นเชื้ออยู่แล้ว ท่านผู้ไม่มีอวิชชาย่อมไม่เป็นเช่นนั้น ในขณะที่ตาเห็นรูปแล้วเกิดสุขเวทนาขึ้นนั้น ปฏิกิจสมุปปาททุกช่วงสั้นสะท้อนทำงานประสานกันทุกครั้งที่ไป ในฝ่ายทุกขเวทนามก็เหมือนกัน รวมความว่าปฏิกิจสมุปปาททุกช่วงเป็นเหตุเป็นผลของกันและกันทั้งสิ้น จะโดยตรงหรือโดยอ้อม เร็วหรือช้าเท่านั้น เปรียบเหมือนอวัยวะในร่างกายคน มีหลายส่วนก็จริง แต่เมื่อบุคคลผู้นั้นนั่งอยู่ เดินอยู่ ยืนอยู่ หรือนอนอยู่ ณ ที่ใด มันย่อมอยู่พร้อมกันหมด หนึ่ง อาหารแต่ละคำที่บุคคลบริโภคเข้าไปย่อมแปรสภาพเป็นกระแสเลือด กระแสเลือดนั้นย่อมไหลวนเวียนอยู่ในร่างกายทุกส่วน อาหารที่ดีจึงมีคุณค่าสร้างอวัยวะในร่างกายให้เจริญเติบโตหรือซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอ ฉะนั้นใด อารมณ์ที่บุคคลเสวยก็ฉนั้นนั่น ถ้าเป็นอารมณ์ที่ดี คืออารมณ์ที่เป็นบุญกุศลก็ไปสร้างสรรค์จิตให้ดี อารมณ์ชั่วหรือความรู้สึกลึกลับก็คิดที่ไม่ดีก็เป็นบาปไปสร้างสรรค์จิตใจให้เลว ต่ำ มีด ส่วนกรรมวิธีและกระบวนการต่าง ๆ ในการสร้างสรรค์ก็มีความสลับซับซ้อนพอ ๆ กับกระบวนการทางร่างกาย แพทย์และนักสรีรวิทยาย่อมเข้าใจกระบวนการต่าง ๆ ทางร่างกายแจ่มแจ้งฉันใด ผู้รู้ธรรม มีความชัดเจนในการ

สังเกต ทดสอบอารมณ์ มีความชำนาญในจิตภาวนา (การอบรมจิต) ก็ย่อมสามารถเข้าใจแจ่มแจ้งในกระบวนการทางจิต ฉะนั้น ปฏิจจสมุปปาทเป็นองค์อวัยวะสำคัญในกระบวนการทางจิต ผู้เข้าใจ ปฏิจจสมุปปาทจึงสามารถเข้าใจกระบวนการทางจิตได้อย่างแจ่มแจ้ง เพียงแต่ถอดออกมาให้ใครดูไม่ได้เท่านั้นเพราะเป็นฝ่ายนามธรรม

ขอย้ำอีกสักครั้งหนึ่งว่า ปฏิจจสมุปปาทแต่ละวงมีความสัมพันธ์กันทุกช่วง และไม่จำเป็นต้องไปตามลำดับเสมอไป อาจมีความสัมพันธ์ข้ามช่วงก็ได้ เช่น เพราะอวิชชาเป็นปัจจัย ตัณหาจึงมี ถือเอาความว่าเพราะมีอวิชชาจึงเกิดตัณหาขึ้นเพราะตัณหาเป็นปัจจัย สังขาร (บุญบาป...) จึงมี ถือเอาความว่า เพราะมีตัณหาบุคคลจึงทำบุญบ้างทำบาปบ้างคือกรรมของเขาเป็นความดีบ้าง เป็นความชั่วบ้าง คนไม่มีตัณหาทำกรรมลงไป กรรมนั้นไม่เป็นกรรมดี ไม่เป็นกรรมชั่ว ตามตัวอย่างนี้จะเห็นว่า ปฏิจจสมุปปาทมีความสัมพันธ์ข้ามช่วงได้ คำว่าปัจจัยนั้นโดยทั่วไปรวมทั้งที่นี้ด้วย หมายถึงองค์ประกอบ (Factor)

ความไม่ประมาท





ความหมายและความสำคัญ

โดยทั่วไป ท่านมักจะจัดสติและความไม่ประมาทเป็นธรรมอันเดียวกัน เมื่ออธิบายความไม่ประมาท ท่านจะให้คำจำกัดความว่า “ความไม่ปราศจากสติ-(สติอวิปฺปวาโส)” ทั้งสองอย่างจึงเป็นธรรมที่ยิ่งใหญ่มาก เช่นพระพุทธทาสทศิณีว่า

“ภิกษุทั้งหลาย เรากล่าวว่า สติเป็นธรรมที่ควรปรารภณาในที่หังปวง”

อธิบายว่า ต้องใช้ในกิจการทุกอย่าง และกิจการทุกอย่าง ต้องทำด้วยความไม่ประมาท ความไม่ประมาทเป็นธรรมที่ยิ่งใหญ่อย่างไร พระพุทธองค์ทรงยกย่องความไม่ประมาทอย่างไร พึงดูพระพุทธพจน์ต่อไปนี้

“ภิกษุทั้งหลาย รอยเท้าของสัตว์บกทุกชนิด ย่อมลงในรอยเท้าช้างได้ทั้งหมด โดยความใหญ่แล้ว รอยเท้าช้างเป็นยอด

ของรอยเท้าสัตว์บกเหล่านั้นทั้งหมด จันได กุศลธรรมทั้งปวงมี
 ความไม่ประมาทเป็นมูล รวมลงในความไม่ประมาท เรียกได้ว่า
 เป็นยอดของธรรมเหล่านั้น จันนั้น”^(๑)

นอกจากนี้ยังทรงแสดงคุณของความไม่ประมาทไว้อีก
 นานาประการ เช่น ทำให้อกุศลที่ยังไม่เกิดไม่ให้เกิดขึ้น ที่เกิดแล้ว
 เสื่อมไป ทำกุศลที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น ที่เกิดแล้วให้เจริญยิ่งขึ้น
 ความไม่ประมาทเป็นไปเพื่อประโยชน์ใหญ่ แม้ในปัจจุบัน เมื่อ
 จวนปรีณิพพานก็ทรงขอร้องให้ภิกษุทั้งหลายยังประโยชน์ให้สำเร็จ
 ด้วยความไม่ประมาท อนึ่ง ภิกษุผู้ถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาท
 ย่อมยังมรรคมงคล ๘ ให้เกิดขึ้น ที่เกิดขึ้นแล้วให้เจริญเต็มบริบูรณ์
 นอกจากนี้ ยังทรงพร่ำสอนให้ภิกษุทั้งหลายสร้าง ความไม่ประมาท
 ในฐานะทั้ง ๔ คือ ในการละกายทุจริต ประพฤติกายสุจริต ในการ
 ละวจีทุจริต ประพฤติวจีสุจริต ในการละมโนทุจริต ประพฤติมโน
 สุจริต การละความเห็นผิด ทำความเห็นให้ถูกต้อง ทรงแสดงอานิสงส์
 ว่าเมื่อทำได้อย่างนี้ ย่อมไม่หวาดหวั่นต่อความตายที่มาถึงข้างหน้า^(๒)

ทรงชักจูง แนะนำให้ภิกษุทั้งหลายสร้าง ความไม่ประมาท
คือการรักษาใจด้วยสติด้วยตนเองในฐานะทั้งสี่ (จตุสสุ ภิกษเว สฺวานเ
 สสุ อตฺตฺรฺฐเปณ อปฺปมาโท สติเจตโส อารกฺโข กรณีย) คือ

(๑) สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค เล่ม ๑๙/๒๕๓/๖๕

(๒) อังคุตตรนิกาย จตุกกนิบาต เล่ม ๒๑/๑๑๖/๑๖๐

๑. ขอลิตของเราย่าได้ตัดสินใจในสิ่งที่ชวนให้ตัดสินใจ
๒. ขอลิตของเราย่าได้ขัดเคืองในสิ่งที่ชวนให้ขัดเคือง
๓. ขอลิตของเราย่าได้หลงในสิ่งที่ชวนให้หลง
๔. ขอลิตของเราย่าได้มัวเมาในสิ่งที่ชวนให้มัวเมา

ทรงแสดงอานิสงส์ไว้ว่า เมื่อทำได้ดังนี้เธอย่อมไม่หวาดเสียว ไม่หวั่นไหว ไม่ครั่นคร้าม ไม่สะดุ้ง และไม่ต้องเชื่อถือแม่แต่เพราะถ้อยคำของสมณะ (น จ ปน สมณวจนเหตุปิ คจฺจติ)^(๓)

ที่ว่า “ไม่ต้องเชื่อถือแม่แต่เพราะถ้อยคำของสมณะ” นั้นอธิบายว่า บุคคลทั่วไปย่อมมีสมณะ หรือนักบวชหรือคาสตาอันเป็นที่เคารพนับถือของตน ๆ ท่านพูดอย่างไร ย่อมเชื่ออย่างนั้น แต่ผู้ที่ฝึกจิตดีแล้วเข้าถึงธรรมหรือความจริงด้วยตนเองแล้ว ย่อมเชื่อมั่นด้วยตนเองว่าอะไรคืออะไร คือได้เห็นแจ้งด้วยตนเองแล้ว ย่อมไม่ต้องตกหลงใจเพราะเชื่อผู้อื่น อันเป็นเพียงศรัทธาในตัวบุคคล แม้ในกาลามสูตรก็ทรงแสดงไว้เป็นหัวข้อสุดท้ายว่า อย่าได้เชื่อถือเพราะเห็นว่า ผู้นี้เป็นสมณะของเราหรือครูของเรา คาสตาของเรา (มา สมโณ โน ครุ)

พระเจ้าปเสนทิโกศลเคยเข้าไปพูลถามพระพุทธองค์ว่า มีธรรมสักอย่างหนึ่งไหมที่สามารถยึดประโยชน์ทั้งสองไว้ได้ คือทั้งประโยชน์ปัจจุบันและอนาคต พระพุทธองค์ตรัสตอบว่ามี คือ

(๓) อังคุตตรนิกาย จตุกกนิบาต เล่ม ๒๑/๑๑๗/๑๖๑

ความไม่ประมาท^(๔)

ต่อจากนั้น ทรงแสดงความไม่ประมาทว่าเปรียบด้วยรอยเท้าช้าง และทรงเพิ่มเติมว่า

“ผู้ปรารถนา อายุ ความไม่มีโรค วรรณะ สวรรค์ ความเกิดในตระกูลสูง และความพอใจอื่น ๆ อีกอันโอฬาร พึงบำเพ็ญความไม่ประมาท บัณฑิตทั้งหลายสรรเสริญความไม่ประมาทในบุญกุศลคือการบำเพ็ญบุญ บัณฑิตผู้ไม่ประมาท ย่อมยึดประโยชน์ทั้งสองไว้ได้ คือทั้งประโยชน์ปัจจุบันและประโยชน์ในภายหน้า เพราะยึดประโยชน์ทั้งสองไว้ได้ นี้แหละท่านจึงเรียกว่าเป็นบัณฑิต”

“เพราะฉะนั้นแล มหาบพิตร พระองค์พึงสำเหนียกว่า จักเป็นผู้มีกัลยาณมิตร กัลยาณสหาย และกัลยาณชนเป็นที่คบหา และจะต้องทรงดำเนินพระจริยาอาศัยธรรมข้อหนึ่งอยู่ คือความไม่ประมาทในกุศลธรรมทั้งหลาย เมื่อพระองค์เองทรงเป็นผู้ไม่ประมาทอยู่ ชนทั้งหลายทุกหมู่เหล่าที่อาศัยพระองค์อยู่ก็จะไม่ประมาท เป็นอันพระองค์ได้คุ้มครองรักษาพระองค์เอง และได้คุ้มครองรักษาฝ่ายในและบริวารชนทั้งปวง แม้เรือนคลัง ยุ้งฉางก็เป็นอันได้คุ้มครองรักษา”^(๕)

(๔) สังยุตตนิกาย สคาถวรรค เล่ม ๑๕/๓๗๘/๑๒๕

(๕) สังยุตตนิกาย สคาถวรรค เล่ม ๑๕/๓๘๑-๓๘๔/๑๒๗-๑๒๘

๒

ตามรักษาจิตด้วยสติ คือเป็นนออยู่อย่างไม่ประมาท

ความประมาทเป็นมลทินของผู้รักษา คือจะรักษาสิ่งใด ถ้ารักษาด้วยความประมาทก็จะเกิดโทษขึ้น ในทางตรงกันข้าม ความไม่ประมาทหรือสติ ย่อมมีอุปการคุณมากแก่ผู้รักษา ไม่ว่าจะรักษาตนหรือรักษาผู้อื่น ต้องมีสติเป็นเครื่องรักษา พระพุทธองค์ทรงเปรียบเทียบเรื่องนักกายกรรมที่อาศัยกันแสดงกายกรรม แต่ต่างคนต่างก็รักษาตัวเองไว้ให้ดี เช่นอาจารย์ให้ศิษย์ขึ้นไปยืนบนต้นคอกของอาจารย์ เลี้ยงตัวอยู่บนต้นคอกของอาจารย์ เมื่อต่างคนต่างรักษาตัวเองไว้ให้ดีแล้ว การแสดงกายกรรมก็เป็นไปได้ด้วยดี ได้ทรัพย์เลี้ยงชีพด้วยดี เป็นการคุ้มครองรักษาซึ่งกันและกัน พระองค์ตรัสย้ำว่า

“ภิกษุทั้งหลาย เมื่อรักษาตนก็ชื่อว่ารักษาผู้อื่นด้วย เมื่อรักษาผู้อื่นก็ชื่อว่ารักษาตนเองด้วย ฯลฯ เมื่อจะรักษาตนก็พึงใช้สติปัญญาเป็นเครื่องรักษา เมื่อจะรักษาผู้อื่นก็พึงใช้สติปัญญาเช่นเดียวกัน”^(๖)

(๖) เสตกสูตร สังยุตตนิกาย มหาวรรค เล่ม ๑๙/๗๕๘-๗๖๒/๒๒๔-๒๒๕

ความเป็นผู้มีสติ ก็คือความเป็นผู้ตื่นอยู่เสมอ แต่เป็นการตื่นทางจิต (Mindfulness) พระพุทธพจน์ที่ว่า **“สติ โลกสุมิ ชาโคร สติเป็นธรรมเครื่องตื่นอยู่ในโลก”** นั้นเป็นการเน้นให้เห็นว่า สติเป็นธรรมที่ทำให้บุคคลกระปรี้กระเปร่า ว่องไว (Active) ไม่เฉื่อยชา เกียจคร้าน ในการเจริญสตินั้น จะต้องมึธรรมอีก ๒ อย่างเข้ามา เกี่ยวข้องด้วยเสมอคือ อาตาปะ ความเพียร และสติสัมปชัญญะ ความรู้ตัว หรือปัญญา (อาตาปี สมปะชาโน สติมา)

จุดมุ่งหมายในการเจริญสติก็เพื่อละอภิชฌาและโทมนัส **อภิชฌา** คือความอยากได้ ความติดใจ **โทมนัส** คือความเสียใจ ไม่พอใจ เมื่อไม่มีทั้งอภิชฌาและโทมนัส จิตก็ย่อมเป็นกลางเป็นอิสระ ไม่เอียงไปทางข้างพอใจหรือไม่พอใจ สามารถดำเนินไปสู่ทางอันเอก (เอกายนมรรค) ซึ่งเป็นไปเพื่อความบริสุทธิ์ของสัตว์ทั้งหลาย เพื่อความล่วงพ้นความโศกและความคร่ำครวญรำพัน เพื่อความสิ้นสุดแห่งทุกข์โทมนัส เพื่ออายุธรรม (ธรรมที่ควรรู้) และเพื่อให้แจ้งซึ่งนิพพาน^(๗)

(๗) ดูเพิ่มเติมในสติปัญญาฐานสังยุต เล่ม ๑๙/๖๗๘-๘๒๒

๓

บุคคลไม่ควรประมาทในชีวิต

ในชีวิตประจำวัน บุคคลไม่ควรประมาทในวัย ในความ ไม่มีโรค ในชีวิต ในทรัพย์สินสมบัติและในทุก ๆ อย่าง ประมาทในวัยว่ายังหนุ่มสาว คนอาจตายได้ทุกวัย ประมาทในความไม่มีโรคว่ายังไม่มีโรคภัยเบียดเบียน ยังไม่ตายหรือคนตายด้วยโรคปัจจุบันก็มี ตายด้วยอุบัติเหตุก็มี เพียงไม่กี่นาทีก็ตายแล้ว ประมาทในชีวิตว่าชีวิตเรายังอยู่อีกนาน ประมาทในทรัพย์สินสมบัติว่าทรัพย์สินสมบัติของเรามีมาก ไม่ควรประมาทเช่นนั้น เพราะอุบัติเหตุเกิดขึ้นเมื่อไรก็ได้ บางคราวจู่โจมเข้ามาโดยไม่รู้เนื้อรู้ตัว ทำให้สมบัติพินาศไปสิ้นเพียงไม่กี่ชั่วโมง เช่นไฟไหม้ เป็นต้น ทรัพย์สินสมบัติที่อุตสาหะสะสมไว้นานปีได้หายไปหมดสิ้น ทั้งไว้แต่ความโศกเศร้าเสียใจ พิโรธำพันแก่เจ้าของผู้มีจิตใจผูกพันห่วงหาพัน ทำให้สูญเสียทรัพย์สินอันมีค่าคือตัวบุคคลและสูญเสียสุขภาพจิต ซึ่งเป็นของมีค่ากว่าทรัพย์สินภายนอกเสียอีก

การไม่มีทรัพย์สินสมบัติอะไรเลยเลยนั้น ก็ไม่สามารถมีชีวิตอยู่ได้ เพราะชีวิตต้องอาศัยปัจจัย ๔ เป็นเครื่องอุดหนุน เป็นความต้องการขั้นพื้นฐานของชีวิต ต้องมีอาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย และยารักษาโรคชนิดใดชนิดหนึ่งเมื่อเกิดเจ็บไข้ได้ป่วย แต่การมีทรัพย์สินสมบัติมากเกินไปหรือเกินความจำเป็นก็เป็นทุกข์อีกแบบหนึ่ง เป็นเหตุแห่งความกังวล ยึดถือ ยุ่งไปหมด ไม่ปลอดโปร่ง ทางปฏิบัติที่ดีก็คือ เมื่อมีทรัพย์สินสมบัติก็ทำให้ได้ว่าเพียงสักแต่ว่ามีเพื่อประโยชน์ในการอาศัยใช้สอยและบำเพ็ญประโยชน์ ห้ามใจมิให้ไปยึดมั่นถือมั่นจนต้องเป็นทุกข์เพราะทรัพย์สินสมบัตินั้น อย่างนี้เรียกว่าประพตติอย่างผู้ไม่ประมาทในทรัพย์สินสมบัติ ก็จะได้รับประโยชน์จากทรัพย์เท่าที่ประโยชน์ของมันมีอยู่ เสียเอาส่วนที่เป็นโทษออกไป

อนึ่ง ความขึ้นลงแห่งชีวิตเป็นไปอยู่เสมอ คนสูงตกต่ำได้ คนต่ำเปลี่ยนเป็นสูงได้ คนมั่งมีเปลี่ยนเป็นยากจนได้ คนยากจนกลายเป็นมั่งมีก็ได้ คนเคยแข็งแรงกลายเป็นคนอ่อนแอจนถึงช่วยตัวเองไม่ได้ ต้องคอยพึ่งพิงผู้อื่นก็มี คนเคยอ่อนแอกลับแข็งแรงขึ้นก็ได้ ชีวิตและโลกเป็นเช่นนี้ จึงไม่ควรประมาท ไม่ควรยกตนข่มผู้อื่น ไม่ควรข้ามคนล้ม และไม่ควรรำเริงเกินไปเมื่อประสบความสำเร็จอย่างใดอย่างหนึ่ง ควรนึกถึงภาวะที่ตรงกันข้ามไว้เสมอ เพื่อไม่ลอยเมือเมื่อเฟื่องฟูและไม่พุบเมื่อตกต่ำลำบาก อย่างนี้เรียกว่าตามรักษาจิตด้วยสติเป็นอยู่อย่างไม่ประมาท





พระพุทธรูปโอวาท
๓ ข้อ



ความหมายและความสำคัญ

พระพุทธโอวาทในโอวาทปาฏิโมกข์ ๓ ข้อ คือ **เว้นความชั่ว ทั้งปวง ทำความดีให้ถึงพร้อม และทำจิตให้บริสุทธิ์** จัดเป็นหัวใจสำคัญอย่างหนึ่งของพระพุทธศาสนา การเว้นชั่วเสียก่อนแล้วทำความดีนั้น ทำให้ความดีบริสุทธิ์ที่น่าพอใจ เป็นที่พอใจของตนและผู้อื่น เปรียบเหมือนการล้างภาชนะให้สะอาดเสียก่อนแล้วใส่น้ำหรืออาหารที่บริสุทธิ์ ถ้าภาชนะไม่สะอาดย่อมทำให้อาหารที่ใส่ลงไปพลอยเปดเปื้อนไปด้วย ผู้ทำดีโดยไม่เว้นชั่วทำความดีไปคลุกเคล้ากับความชั่ว ย่อมไม่มีผลมาก จริงอยู่ดีชั่วแยกกันได้ แต่ถ้าทำไปพร้อม ๆ กันย่อมทำความดีนั้นเศร้าหมอง เหมือนการเอาน้ำใสไปผสมกับน้ำขุ่น

การทำจิตให้บริสุทธิ์นั้น ถ้าขึ้นถึงขั้นสูงสุด บริสุทธิ์ที่สุดแล้ว ไม่มีกิเลสอันเป็นเหตุให้จิตใจเศร้าหมองแล้ว ก็ไม่ต้องระวังในเรื่องการเว้นความชั่ว ทำความดีอีกต่อไป เพราะจะเว้นชั่วได้เด็ดขาดเองและทำความดีที่ควรทำได้เอง เหมือนคนที่โรคหายขาดแล้ว

ไม่ต้องระวางเรื่องของแสงและไม่ต้องกินยาอีก ย่อมสบายกว่าผู้ที่ต้องระวางของแสงและต้องกินยาอยู่เสมอ โรคมันจะกำเริบเมื่อไรก็ไม่รู้ อีกอย่างหนึ่งเปรียบเหมือนต้นไม้ที่เจริญเติบโตเต็มที่แล้วดูแลตัวมันเองได้ เจ้าของไม่ต้องรดน้ำพรวนดินให้บู่ยอีกต่อไป การทำจิตให้บริสุทธิ์จึงเป็นยอดปรารถนาของผู้ปฏิบัติธรรม ในการนี้ต้องอาศัยปัญญาอยู่เป็นอันมากสมดังพระพุทธภาสิตว่า **“ปัญญาบริสุทธิ์ บุคคลย่อมบริสุทธิ์ได้ด้วยปัญญา”**

การเว้นชั่ว ทำดี และทำจิตให้บริสุทธิ์นี้ ลงตัวกับศีล สมาธิ ปัญญาตนเอง กล่าวคือ การเว้นชั่วทุกอย่างจัดเข้าในศีล การทำความดีทุกอย่างจัดเข้าในสมาธิ และการทำจิตให้บริสุทธิ์ทุกอย่างจัดเข้าในปัญญา ๓ อย่างนี้เป็นหัวใจสำคัญอย่างหนึ่งของพระพุทธศาสนา



ความไม่ยึดมั่นถือมั่น



ความหมายและความสำคัญ

คำสอนทางพระพุทธศาสนานั้นในระดับต้นหรือในชั้น
จริยธรรม ท่านสอนให้ยึดมั่นในคุณงามความดี ปล่อยวางความ
ชั่ว เพื่อความปลอดภัยแห่งชีวิตทางสังคม แต่พอถึงระดับสูง ท่าน
สอนให้ปล่อยวางทั้งดีและชั่ว พระพุทธเจ้าทรงสอนไม่ให้เพลิดเพลिन
แม้ในนิพพาน ไม่ให้ยึดมั่นแม้ในนิพพาน ตรัสว่าความเพลิดเพลिन
เป็นมูลแห่งทุกข์^(๑) การละทั้งดีและชั่วเป็นคุณสมบัติอย่างหนึ่งของ
ท่านที่ละกิเลสได้สิ้นแล้ว เรียกโดยชื่อว่า “**ปุญญาปาปหิโน ผู้ละทั้ง
บุญและบาปได้แล้ว**” หมายถึงพระอรหันต์นั่นเอง

ทางเพื่อให้บรรลุถึงสภาพจิตอย่างนั้นก็คือ **หัดปล่อยวาง** ทำ
ปล่อย ไม่ใช้ทำยึด แม้จะตั้งหน้าตั้งตาทำความดีและได้รับผลดี
อย่างที่หวังไว้แล้วก็ไม่ควรติดอยู่ในความดีนั้น ไม่แบกเอาดีไว้ให้
เป็นที่หนักอกหนักใจ

(๑) มุทฺทปิยาสุตฺต ม.ม. เล่ม ๑๒ ข้อ ๙

อันที่จริงชั่วก็เป็นของหนัก **ดีก็เป็นของหนัก** จึงไม่ควรแบก ทั้งดีและชั่ว เปรียบไปก็เหมือนกับว่าข้างหนึ่งเราแบกดิน แบก หินหรือโคลนตม อีกข้างหนึ่งเราแบกเงินทองเพชรนิลจินดา มันก็ หนักเหมือนกัน แบกเงินทองเพชรนิลจินดา ยิ่งอันตรายกว่าด้วย เพราะมีคนคอยแย่งชิงหรือกลัวเขาแย่งชิง มนุษย์ทะเลาะวิวาทกัน เพราะแย่งดีกันก็มาก การแข่งดี (สาร์มมะ) เป็นอุปกิเลส คือสิ่งที่ ทำให้ใจเศร้าหมองอย่างหนึ่ง ที่เขาตำเราเจ็บ เขาสรรเสริญเราดีใจ ก็เพราะเราแบกดีเอาไว้นั่นเอง แล้วเราก็ก้าวถูกตำและดิ้นรนหา เสี่ยงสรรเสริญ ซึ่งก็เป็นทุกข์เท่า ๆ กัน ถ้าเปรียบเทียบชั่วเหมือน โรค ความดีเหมือนยา เรากินยาเพื่อหายโรค เมื่อหายโรคแล้วก็ไม่ ต้องกินยาอีก อนึ่ง ธรรมชาติเปรียบเหมือนเรือสำหรับข้ามฝั่ง เมื่อถึง ฝั่งแล้วก็ไม่ต้องแบกเรือขึ้นไปด้วย คงทิ้งเรือไว้ที่ฝั่งนั่นเอง

จึงสรุปว่า ถ้าต้องการความสงบจริง ๆ ต้องไม่ยึดมั่นถือมั่น ทั้งดีและชั่ว สิ่งใดที่เข้าไปยึดมั่นไว้จะไม่เป็นโทษนั้นไม่มี พระพุทธ องค์กรทรงสอนไว้ในระดับสูงว่า สิ่งทั้งปวงอันบุคคลไม่ควรยึดมั่น (สัพเพ ธมมา นาล อภินิเวสยา) ซึ่งถือว่าเป็นหัวใจสำคัญประการ หนึ่งของพระพุทธศาสนา

เมื่อไม่ยึดมั่น จิตใจก็โปร่งเบา ผ่อนคลาย สงบเป็นสุข เยือกเย็น ไม่เร่าร้อนด้วยความปรารถนาต่าง ๆ คุณภาพแห่งความ สุขจะแตกต่างจากความสุขที่เกิดขึ้นเพราะไปยึดมั่นในสิ่งใดแล้ว

ได้สิ่งนั้นสมปรารถนา ความสุขเหล่านั้นยังแฝงอยู่ด้วยความร้อน
หรือความทุกข์อย่างสุขุม ชาวพุทธจึงควรทดลองความสุขที่
ประณีตคือสุขจากความไม่ยึดมั่นถือมั่นบ้างตามโอกาสอันควร



ค ว า ม ห ลู ด พ ั น



ความหมายและความสำคัญ

วิมูติ ความหลุดพ้นในสิ่งทั้งปวง เป็นหัวใจสำคัญอย่างหนึ่งของพระพุทธศาสนา พระพุทธองค์เคยเปรียบเทียบให้ภิกษุทั้งหลายฟังว่า น้ำในมหาสมุทรมีรสเดียวคือรสเค็ม ฉันทใด ธรรมวินัยของพระองค์ก็มีรสเดียวคือวิมูติรส ฉันทนั้น^(๑)

ในมหาสารโธปมสูตร^(๒) (พระสูตรที่อุปมาด้วยสาระหรือแก่นของไม้สูตรใหญ่) พระองค์ทรงแสดงวิมูติว่าเป็นแก่นของพระพุทธศาสนาหรือพรหมจรรย์ คือเป็นหัวใจสำคัญหรือเป็นเป้าหมายสูงสุดในการบำเพ็ญคุณงามความดีในศาสนาของพระองค์ มีข้อความโดยย่อดังนี้

สมัยหนึ่ง พระพุทธเจ้าประทับ ณ ภูเขาคิชฌกูฏ เมืองราชคฤห์ ตรัสสอนภิกษุทั้งหลายว่า บางคนมีศรัทธาออกบวช เมื่อบวชแล้ว

(๑) พระไตรปิฎกเล่ม ๒๕ ข้อ ๑๑๘

(๒) พระไตรปิฎกเล่ม ๑๒ ข้อ ๓๔๗-๓๕๒

ก็ได้ลาภสักการะเป็นอันมาก พอใจหลงใหลในลาภสักการะนั้น ยก
 ตนข่มผู้อื่นเพราะลาภสักการะนั้น เต็มความปรารถนา (เห็นไป
 ว่าการได้ลาภสักการะและความนับถือนั้นเป็นผลสูงสุดของการบวช
 จึงไม่ชวนชวายเป็นให้มัจจุธรรมยิ่งขึ้นไป) เขาอยู่อย่างประมาท เมื่อ
 ประมาทก็เป็นทุกข์ เปรียบเหมือนคนต้องการแก่นไม้เที่ยวแสวงหา
 แก่นไม้ในป่า แต่เนื่องจากไม่รู้จักแก่นไม้ ได้กิ่งและใบสำคัญหมาย
 ว่าเป็นแก่น เขาย่อมไม่สำเร็จประโยชน์ในกิจที่จะต้องทำด้วยแก่นไม้

บางคน ไม่เต็มความปรารถนาอยู่เพียงลาภสักการะและชื่อเสียง
 จึงทำศีลให้สมบูรณ์แล้วพอใจ เต็มความปรารถนาอยู่เพียง
 แค่นี้ (ศีลเปรียบเหมือนสะเก็ดไม้)

บางคน ไม่เต็มความปรารถนาเพียงแค่นี้ จึงไม่ประมาท
 ทำสมาธิให้บริบูรณ์แล้วพอใจอยู่เพียงสมาธินั้น เปรียบเหมือน
 แสวงหาแก่นไม้ ได้เปลือกไม้แล้วพอใจ เข้าใจว่าเป็นแก่น

บางคน ไม่เต็มความปรารถนาเพียงแค่นี้ ไม่ประมาท
 ทำปัญญาให้เกิดขึ้นแล้วพอใจในปัญญานั้น เต็มความปรารถนา
 เหมือนคนแสวงหาแก่นไม้ ได้กระพี้แล้วพอใจ เข้าใจว่าเป็นแก่น

บางคน ไม่เต็มความปรารถนาเพียงแค่นี้ เต็มความปรารถนา
 เพียงลาภสักการะ ชื่อเสียง
 ศีล สมาธิ และปัญญา เขาทำจิตให้หลุดพ้นจากกิเลสทั้งปวง เรียก
 ว่าได้ถึงแก่นของพระพุทธศาสนา

รวมความว่า ถ้าเปรียบพรมจักรวรรย์หรือพระพุทธรักษา ก็เหมือนต้นไม้ทั้งต้น

- | | |
|-----------------------|-----------------------|
| ๑. ลมสักการะชื่อเสียง | เปรียบเหมือนใบและกิ่ง |
| ๒. คีล | เปรียบเหมือนสะเก็ด |
| ๓. สมาน | เปรียบเหมือนเปลือก |
| ๔. ปัญญา | เปรียบเหมือนกระพี้ |
| ๕. วิมุติ | เปรียบเหมือนแก่น |

พระพุทธองค์ทรงสรุปว่า ภิกษุทั้งหลายด้วยประการดังกล่าวมานี้ จึงประมวลลงได้ว่าเราประพฤติพรมจักรวรรย์นี้มิใช่เพื่อลมสักการะและชื่อเสียง มิใช่เพื่อคีล สมาน ปัญญา (ญาณทัสสนะ) แต่เราประพฤติพรมจักรวรรย์นี้เพื่อความหลุดพ้นแห่งจิตอันไม่กำเริบ (อกุปปปา เจโตวิมุตติ) ซึ่งถือว่าเป็นประโยชน์เป็นแก่นสารที่แท้จริง

ภิกษุทั้งหลายฟังแล้ว ชื่นชมยินดีต่อพระภาสิตของพระผู้มีพระภาคเจ้า

ปัญญาในพระสูตรนี้ ทรงใช้คำว่า “ญาณทัสสนะ” แทน ซึ่งหมายถึงความรู้เห็นตามความเป็นจริง มิใช่รู้ตามที่ปรากฏ เพราะสิ่งที่ปรากฏอาจหลอกเราก็ได้ เช่น สีเขียว เมื่ออยู่ภายใต้ไฟสีเหลือง จะเห็นสีน้ำตาล อุณหภูมิซึ่งไม่ร้อนไม่เย็น แต่ถ้าเราออกมาจากห้องเย็นจะรู้สึกว่าร้อน หรือปรากฏแก่เราว่าร้อน นี้เกี่ยวกับเรื่อง

ทางกาย ในเรื่องทางจิตก็เหมือนกัน ถ้าจิตเราถูกกิเลสครอบงำก็จะเห็นไปอย่างหนึ่ง พอจิตเป็นอิสระไม่ถูกครอบงำมีปัญญาเต็มทีก็เห็นไปอีกอย่างหนึ่ง พระพุทธศาสนาต้องการให้เห็นอะไรต่าง ๆ ด้วยปัญญาอันชอบ (สัมมาปัญญา) ไม่ใช่เห็นตามอำนาจของกิเลส

๒

ความหลุดพ้นมี ๒ แบบ

เกี่ยวกับความหลุดพ้น (วิมุตติ) มีอยู่ ๒ แบบ คือ

๒.๑ **หลุดพ้นชั่วคราว** (ตหังควิมุตติ) คือ หลุดพ้นที่ยังกำเริบ และหลุดพ้นเพราะข่มกิเลสไว้ด้วยกำลังฌาน (วิขัมภณวิมุตติ)

๒.๒ **หลุดพ้นอย่างเด็ดขาด** (สมุจเฉทวิมุตติ) หลุดพ้นที่ไม่กำเริบอีก คือกิเลสใดที่ละได้แล้วก็เป็นอันละได้ขาดไม่กลับเกิดขึ้นอีก เช่นความหลุดพ้นของพระอรหันตบุคคล ตั้งแต่โสดาบันขึ้นไป

ขออธิบายเพิ่มเติมโดยย่อดังนี้

วิมุตติ คือความหลุดพ้นจากสิ่งทั้งปวงนั้นคือไม่ติดสิ่งใด ๆ ความติดทำให้เสียอิสระภาพ ตัวอย่างหยาบ ๆ เช่นติดยาติดเหล้าติดคุก แม้ติดคนก็เหมือนกัน เมื่อใจไปติดข้องอยู่กับสิ่งใดก็ผูกพันอยู่กับสิ่งนั้น ไม่มีเสรีภาพ ทำให้รู้สึกว่าจะขาดไม่ได้ และตกเป็นทาส ทำอะไรก็เพราะการบังคับบัญชาผลักดันของสิ่งนั้น ไม่อาจทำด้วยเหตุผลบริสุทธิ์ได้ ปัญญาอันถูกครอบงำด้วยสิ่งที่บุคคลผู้นั้นไปตกเป็นทาส ข้อนี้เป็นคำตอบปัญหาที่ว่าทำไมคนที่มีปัญญา มีวิชาความรู้ จึงทำความผิดได้เสมอ ๆ

๓

ความหลุดพ้นทำให้เป็นเสรีชนอย่างแท้จริง

เมื่อหลุดพ้น คือไม่ติดสิ่งใด ๆ แล้ว จิตก็เป็นอิสระสามารถใช้ปัญญาและเหตุผลได้อย่างถูกต้องถ่องแท้ไม่ถูกบิดเบือนครอบงำด้วยอำนาจของกิเลส เป็นเสรีชนอย่างแท้จริง เพราะทำลายบ่วงใจได้ทั้งหมดแล้ว

คนทั่วไปแม้ไม่ติดคุก ไม่ติดเหล้าหรือติดยาก็ตาม แต่ใจยังติดในอารมณ์ต่าง ๆ อยู่มาก คือติดในรูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัส อันเป็นบ่วงคล้องใจ การติดในลาภ ยศ สรรเสริญ สุข ก็เช่นเดียวกัน หลุดพ้นได้ยาก ก่อความทุกข์ทรมานมิใช่น้อย นอกจากก่อทุกข์ให้แก่ตนแล้ว ยังก่อทุกข์ให้แก่ผู้อื่นเป็นอันมากอีกด้วย เป็นมูลเหตุแห่งอาชญากรรมหลายชนิด การลดละความติดใจผูกพันในกามคุณมีรูป เสียง เป็นต้น จึงเป็นการถอนหนามที่เสียบใจอยู่เมื่อค่อย ๆ รักษาแผลอักเสบก็จะค่อย ๆ หายไปเอง มนุษย์ส่วนมากสร้างบ่วงขึ้นมาคล้องตัวเอง หรือเจียนตัวเองให้เป็นแผลแล้วรักษา จึงมีรอยแผลใจกันมากมายไม่รู้ล้นสุด ถ้าแผลใจปรากฏได้เหมือนแผลกายก็คงเห็นแผลเต็มไปหมด เรียกว่ามีแต่รอยแผลก็ได้ แต่วิสัยผู้มีปัญญายังมีรอยแผลมาก ยิ่งเข้าใจโลกและชีวิตดีขึ้น อาจ

ก้าวหน้าในการพัฒนาอย่างรวดเร็วก็ได้ อย่างไรก็ตาม จิตที่เป็น
อิสระไม่ติดพันในอารมณ์โลกนั้นเป็นจิตเกษม ปลอดภัย ให้ความ
สงบสุขแก่บุคคลสุดจะพรรณนาได้ ชีวิตของพระอรหันต์ย่อมเป็น
ตัวอย่างในเรื่องนี้ได้ดี

A black and white photograph of plum blossoms and buds on thin branches. The flowers are in various stages of bloom, with some fully open and others as buds. The background is dark and out of focus, creating a sense of depth. The text "ภาคผนวก" is centered in the middle of the image.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ๑

โอวาทปาฏิโมกข์*

พระพุทธโอวาทในโอวาทปาฏิโมกข์ ๓ ข้อ คือ

๑. การไม่ทำชั่วทั้งปวง (สพฺพปาปสฺส อกรรม)
๒. การทำกุศลคือความดีให้พร้อม (กุสลสฺสุปสมฺปทา)
๓. การทำจิตให้ผ่องแผ้ว (สจิตฺตปริโยทปน)

๑. การไม่ทำชั่วทั้งปวง

ความชั่วมีหลายอย่าง แต่ที่เป็นมูลรากเรียกว่าอกุศลมูล พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้ ๓ อย่างคือ โลก โกรธ หลง เมื่อ ๓ อย่างนี้ แม้อย่างใดอย่างหนึ่งเกิดขึ้นแล้วย่อมทำให้ความชั่วอื่น ๆ ที่ยังไม่เกิดย่อมเกิดขึ้น ที่เกิดมีอยู่แล้วเจริญยิ่ง ๆ ขึ้นไป เพราะฉะนั้น พระพุทธองค์จึงทรงสอนให้ละเสีย

* เก็บความจากเรื่องหัวใจสำคัญของพุทธจริยศาสตร์ ในหนังสือพุทธจริยศาสตร์ โดยวศิน อินทสระ

๑.๑ การละความโลภ

๑. *ความโลภอย่างหยาบ* เช่น โลภอยากได้ของผู้อื่นโดยไม่ชอบธรรมต้องโกงหรือแย่งชิงเขาเป็นต้น พวกเด็กเล็ก ๆ เป็นกันมาก ยกตัวอย่าง เด็กที่เห็นของเล่นของเพื่อนที่ตัวเล็กกว่า แย่งของเขามาเป็นของตน ในผู้ใหญ่ก็มีเหมือนกันแต่ไม่ค่อยทำซึ่งหน้า มักทำอย่างลับ ๆ ทั้งนี้เพราะความละอายบ้าง เพราะเกรงกลัวโทษทางกฎหมายบ้าง

วิธีสอนให้เด็กละความโลภแบบนี้ก็คือลองถามแกดูว่า ถ้าเป็นของ ๆ แก มีใครมาชิงไปแกพอใจไหม? แกโกรธไหม? ถ้าเด็กบอกว่าไม่พอใจและโกรธก็บอกว่า เมื่อเราไปแย่งของเขา เขาก็ไม่พอใจและโกรธเหมือนกัน เพราะฉะนั้น จงเว้นการแย่งชิงของ ๆ ผู้อื่น ในผู้ใหญ่ก็พูดได้ทำนองนี้ แต่เน้นเรื่องเกียรติให้มาก เพราะผู้ใหญ่นิยมสงวนท่าทีและรักเกียรติ โดยเฉพาะผู้ที่เริ่มจะเป็นผู้ใหญ่มักมีความรู้สึกในเรื่องเกียรติสูง

๒. *ความโลภอย่างกลาง* คือความไม่รู้จักพอ ความไม่รู้จักประมาณในการแสวงหาในการได้ แสวงหาและอยากได้เกินความจำเป็น ท่านมหาตมะคานธีกล่าวว่า ตามมติของท่านการสะสมทรัพย์ไว้เกินจำเป็นเป็นการขโมย ข้อนี้อธิบายได้ว่า ทรัพย์สมบัติในโลกเป็นของกลางเป็นของโลก มีเพื่อนคนในโลก ใครที่สะสมถือกรรมสิทธิ์ไว้เป็นส่วนตัวมากเกินไป ย่อมทำให้ผู้อื่นขาดแคลนยากในการแสวงหาและบริโภคใช้สอย

ผู้มีปัญญามองเห็นความจริงว่าการสะสมทรัพย์มีคุณค่าน้อยกว่าการสะสมปัญญาและคุณธรรม ไม่ต้องแย่งกับใคร มีให้อย่างเหลือเฟือ เป็นคุณค่าภายในเป็นคุณค่าแท้ บางคนสะสมที่ดินสะสมไว้ทำไมมากมาย ควรคิดถึงคนอื่นซึ่งเขาไม่มีที่ดินบ้าง

ด้วยเหตุนี้จึงควรสะสมทรัพย์ภายนอก แต่พออาศัยกินอาศัยใช้แล้วใช้เวลาส่วนใหญ่ในการสะสมปัญญาและคุณงามความดี เพราะปัญญาและคุณงามความดีติดตามตัวเราไปได้ทุกหนทุกแห่ง ทั้งชาตินี้และชาติหน้า ส่วนทรัพย์สินนั้นติดตามไปในปรโลกไม่ได้ ยังจะนำอันตรายมาให้ในชาตินี้อีกด้วย การคิดได้เช่นนี้เป็นอันละความโลภขั้นนี้ไปในตัว

๓. ความโลภอย่างละเอียด หมายถึงความติดใจหมกมุ่นพัวพันในทรัพย์สินของตน หวงแหน ฝ่าพิทักษ์รักษาเอาใจจดจ่อจนไม่เป็นอันหลับอันนอนหรือไปไหนไม่ได้ มีความตระหนี่เหนียวแน่นอย่างยิ่ง ความโลภอย่างละเอียดนี้แก้ได้ด้วยการพิจารณาเนื่องๆ ถึงโทษของความหวงแหนติดพันว่าเป็นสนิมของใจ ทำตนให้ตกเป็นทาสของสิ่งที่มี ก็จะลดความโลภชนิดนี้ลงได้บ้าง

๑.๒ การละความโกรธ

วิธีละความโกรธที่เกิดขึ้นแล้วนั้น ตำราทั้งหลายทั้งทางจิตวิทยาและทางศาสนาได้พูดถึงไว้มาก พอสรุปได้ดังนี้

๑. ใ้พิจารณาถึงโทษของความโกรธ เช่น ความโกรธทำให้ร่างกายผิดปกติ การไหลเวียนของโลหิตไม่สม่ำเสมอ ทำให้หัวใจเต้นแรง ไม่หิวอาหารและทำให้อาหารไม่ย่อย เป็นเหตุให้ท้องขึ้น ท้องเฟ้อ เป็นต้น นอกจากนี้ความโกรธยังทำให้แสดงอาการหยาบคายกระด้าง ไม่สุภาพอย่างที่เคยเป็นในเวลาปกติ ทำให้เสียบุคลิก ลดเสน่ห์ในตัวเอง เพราะความโกรธอาจทำให้ฆ่าคนได้ อันเป็นโทษทั้งในปัจจุบันและอนาคต

๒. เห็นอกและเห็นใจและให้อภัย พิจารณาเนื่อง ๆ ว่า คนเราเกิดมาไม่เหมือนกัน มีศาสนาบารมีมาต่างกัน สิ่งแวดล้อมไม่เหมือนกัน การศึกษาอบรมก็ต่างกัน เมื่อเป็นเช่นนี้ย่อมเป็นการยากที่จะเป็นไปอย่างใจเรา บางทีเราอยากมากเกินไปหรือเปล่า คืออยากให้เขาเป็นอย่างที่เราต้องการจะให้เข็็น แต่เขาเป็นไม่ได้เพราะเขาไม่ใช่เรา แม้ตัวเราเองก็ยังไม่สามารถทำอะไรได้อย่างที่ต้องการทุกครั้งไป

๓. แผ่เมตตา ข้อนี้หมายความว่า หัดแผ่เมตตาบ่อย ๆ การแผ่เมตตาคือการสำรวมใจให้สงบแล้วบริกรรม คือนึกในใจว่าให้สัตว์ทั้งหลาย บุคคลทั้งหลายจงมีความสุข ปราศจากทุกข์เกิด อยู่ได้เบียดเบียนกัน ขอให้มีความโปร่งใจ อยู่ได้คับแคบใจ อย่าว่แต่เพียงปาก ขอให้จิตใจของเราอ่อนโยน บรรณาสุขแก่เขาจริง ๆ

๔. ลองนึกถึงจริยาของพระพุทธเจ้าทั้งในชาติอดีตและชาติสุดท้ายของพระองค์ท่าน ว่าท่านถูกเบียดเบียนใส่ร้ายป้ายสีอยู่ มิใช่น้อย แต่พระองค์ท่านก็มีพระทัยสงบ ไม่โกรธ ไม่เกลียดผู้เบียดเบียน มีแต่หวังประโยชน์สุขแก่เขา เราจึงเคารพนับถือท่านเหลือเกิน

๕. ลองนึกถึงความสัมพันธ์อันยาวนาน ข้อนี้หมายความว่า ในสังสารวัฏอันยาวนานที่เราเวียนเกิดเวียนตายอยู่นี้ คนเราเคยเป็นอะไร ๆ กันมามาก อาจเคยมีความสัมพันธ์เป็นพ่อแม่ พี่น้อง สามีภรรยา กันมาในอดีต ชาติใดชาติหนึ่ง คนที่เรากำลังโกรธอยู่ เตี้ยวนี้ อาจเคยเป็นมารดาหรือบิดาของเรา เคยลำบากยากเข็ญเป็นหนักหนา เพื่อถนอมชีวิตเรา หรืออาจเคยสละชีวิตเพื่อเรา

๖. สงเคราะห์เอื้อเพื่อ การสงเคราะห์เอื้อเพื่อกันเล็กน้อย ๆ จะช่วยให้มีความสัมพันธ์ไมตรีต่อกันดีขึ้น การให้เป็นเครื่องสมานไมตรีและเป็นเครื่องผูกมิตร ทำให้จิตใจของอีกฝ่ายหนึ่งอ่อนโยนและจิตของเราก็อ่อนโยนลงด้วย

๗. ลองนึกแยกธาตุ พิจารณาดูให้ดีจะเห็นว่ามนุษย์เราประกอบด้วยธาตุ ๔ หรือธาตุ ๖ กล่าวคือ ดิน น้ำ ไฟ ลม อากาศ และวิญญาณ เราโกรธอะไร? โกรธธาตุ ๔ โกรธทำไม? โกรธไปก็แค่นั้น ไม่มีอะไรดีขึ้น อีกไม่นานทั้งเขาและเราก็จะตายจากกันไป ทำให้ให้สบายดีกว่า

เมื่อคิดได้ดังนี้ เข้าใจว่าความโกรธคงระงับลง หมั่นพิจารณา
 เรื่อง ๆ ก็ย่อมจะลดความโกรธที่เกิดขึ้นแล้วได้ อันที่จริงบางทีที่
 เราโกรธก็เพราะถือนั่นถือนี้ ถือตัวถือตน ว่าเราเป็นอย่างนั้นเป็น
 อย่างนี้ คิดแล้วก็เจ็บใจ ที่เจ็บใจก็เพราะนำมาคิด ถ้าไม่คิดเสียก็
 ไม่เจ็บใจและหมดเรื่อง

๑.๓ การละความหลง

ความหลง คือความไม่รู้ตามเป็นจริง ความเขลา ความมืด
 ของดวงจิต ที่ว่าไม่รู้ตามเป็นจริงนั้น คือรู้ไปเสียอีกอย่างหนึ่งจาก
 ความเป็นจริง เมื่อเป็นดังนี้จึงทำให้เกิดความคลาดเคลื่อนขึ้น คือ
 ทำให้เห็นผิด เข้าใจผิด สำคัญมั่นหมายผิด เห็นดีเป็นชั่ว เห็นชั่วเป็นดี
 เห็นสิ่งที่เป็นสาระว่าไม่เป็นสาระ ส่วนสิ่งที่ไม่เป็นสาระกลับเห็นว่า
 เป็นสาระ ดังนี้เป็นต้น เรียกว่าความหลง ที่หลงเพราะขาดปัญญา
 ขาดโยนิโสมนสิการ คือความรอบรู้และความรอบคอบ เมื่อสาด
 แสงสว่างคือปัญญาเข้าไปความมืดก็หายไป ความหลงผิดก็ย่อม
 หายไปด้วย เหมือนอย่างว่าคนยืนอยู่ในที่มีตบอดมองอะไร ๆ เห็น
 ไม่ถนัด จึงทำให้เข้าใจผิด เห็นผิดไปจากความเป็นจริง เช่น อาจ
 เห็นกิ่งไม้เป็นแขนของผี เห็นตอไม้เป็นหัวผีเป็นต้น แต่พอสาด
 แสงสว่างเข้าไปก็ได้เห็นตามเป็นจริง ข้อนี้ฉันใดในชีวิตคนก็
 เหมือนกันเพราะใจมืดด้วยกิเลสต่าง ๆ จึงทำให้เห็นผิดเข้าใจผิด
 พอแสงสว่างคือปัญญาเกิดขึ้นทำลายโมหะได้ก็ย่อมเห็นตามเป็นจริง

การพัฒนาจิตและปัญญาให้เจริญจึงเป็นเครื่องมือสำคัญ ในการทำลายโมหะ พระพุทธองค์ตรัสว่า ความหลงก่อให้เกิด โทษนานาประการ โมหะทำให้จิตฟุ้งซ่าน เราร้อน เมื่อใดความ หลงครอบงำบุคคล เมื่อนั้นเขามีแต่ความมืด

เด็ก ๆ มีโมหะมาก ยังไม่ได้อบรมจิตและปัญญา จึงขาด เหตุผล คิดเอาแต่อารมณ์ตัว ผู้ใหญ่ที่อบรมจิตและปัญญาแล้ว โมหะ ย่อมน้อยลง ดำเนินชีวิตตามเหตุผลมากขึ้น ส่วนผู้ใหญ่ที่ไม่ได้ อบรมจิตและปัญญาก็คงเหมือนเด็กที่อายุมากขึ้นเท่านั้นเอง และดู น่ารำคาญกว่าเด็กจริง ๆ เสียอีก

โลก โกรธ หลง ทั้ง ๓ ประการนี้ พระพุทธเจ้าทรงแสดง ไว้ในฐานะเป็นอกุศลมูล คือรากเหง้าของอกุศล ต้นเค้าของความชั่ว เมื่อโลก โกรธ หรือหลงเกิดขึ้น อกุศลอื่นที่ยังไม่เกิดก็เกิดขึ้น ที่ เกิดแล้วก็เจริญมากขึ้น

ขอให้ลองพิจารณาดูเถิด ไม่ว่าความชั่วใด ๆ ที่เกิดแก่ตัว เราหรือสังคม ย่อมต้องมีกิเลส ๓ อย่างนี้อย่างใดอย่างหนึ่ง เป็น มูลอยู่ทั้งนั้น ถ้าโลก โกรธ หลงเบาบางลง ความทุกข์และเรื่องยุ่ง ต่าง ๆ ก็เบาบางลงด้วย ความทุกข์ก็ลดน้อยลงด้วยเหมือนกัน

๒. การทำความดีให้พร้อม

เมื่อละชั่วได้แล้ว ถ้ายังไม่ทำความดีชีวิตก็ยังพร่องอยู่ ยังมิได้ทำประโยชน์เพื่อผู้อื่น ซึ่งเขาเหล่านั้นได้ทำประโยชน์ให้แก่เราโดยตรงบ้าง โดยอ้อมบ้าง คนเราทุกคนเกิดมาพร้อมด้วยหนี้บุญคุณของผู้อื่น มีมารดาบิดาเป็นต้น จึงต้องทำความดีเพื่อใช้หนี้สิ่งคมจริงอยู่ การละความชั่วได้นั้นเป็นความดีอย่างหนึ่ง แต่ชีวิตจะไม่สมบูรณ์ ถ้าไม่ทำความดีด้วย ดังกล่าวแล้ว

๒.๑ วิธีสร้างความดี

การทำความดีนั้นต้องมีวิธีทำหรือวิธีสร้าง ต่อไปนี้เป็นวิธีการบางอย่างในการทำความดี ซึ่งมีอย่างน้อย ๒ วิธีคือ

๑. พยายามให้กุศลจิตเกิดขึ้นบ่อยๆ ด้วยมนสิการถึงคุณความดีหรือพิจารณาถึงคุณค่าของความดี

๒. เมื่อกุศลจิตคือความคิดที่จะทำความดี (ในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง) เกิดขึ้นแล้วให้รีบทำทันที เพราะถ้ายิ่งลังเลรีรออยู่ จิตใจจะโน้มไปในบาปหรือในความชั่ว กล่าวคืออาจกลับใจไม่ทำเสีย

ข้อความทั้ง ๒ ดังกล่าวมา สมกับพระพุทธภาษิตที่ว่า “อภิตถเรถ กลยาณ ปาปา จิตตํ นินวาระเย ทนฺธํ หิ กรโต ปุญฺญํ ปาป สฺมึ รมตี มโน” แปลว่า “ควรรีบทำความดี ควรห้ามจิตเสียจากบาป เมื่อทำความดีช้า ๆ หรือมัวลังเลรีรออยู่ ใจย่อมยินดีในความชั่ว” ทั้งนี้เพราะจิตใจของคนเรากลับกลอกแปรปรวนเร็ว เดี่ยวจะเอาอย่างนั้น

เดียวจะเอาอย่างนี้ ตามไม่ค่อยทัน เพราะความนึกคิดของคนนั้นไม่เที่ยง มีเหตุปัจจัยปรุงร้ง เมื่อเหตุปัจจัยปรุงร้งให้ดีก็ดีไปชั่วคราว พอเปลี่ยนเหตุปัจจัยใหม่ คือให้เหตุปัจจัยชั่วก็กลับเป็นชั่วเสียอีก น่าเบื่อหน่าย พระอริยเจ้าทั้งหลายท่านจึงฝึกจิตทำใจของท่านให้มั่นคง แจ่มใส จนเหตุปัจจัย ๑ อะไร ๑ ทำให้แปรปรวนไม่ได้ สงบอยู่อย่างนั้น ไม่ต้องขึ้น ๑ ลง ๑ เหมือนเด็ก ๑ ที่ประเดี๋ยวก็หัวเราะ ประเดี๋ยวก็ร้องไห้

๒.๒ วิธีรักษาคุณความดี

การรักษาคุณความดีเป็นภาระอันยิ่งใหญ่อย่างหนึ่งของมนุษย์ และตามความรู้สึกของข้าพเจ้าเห็นว่าเป็นภาระอันมีเกียรติยิ่ง การกระทำสิ่งใดก็ตาม ถ้าเป็นการกระทำเพื่อรักษาความดีก็รู้สึกว่าเป็นการกระทำที่มีเกียรติ แม้จะทุกข์ยากลำบากและขมขื่นบ้างก็มีความชื่นใจแอบแฝงซ่อนเร้นอยู่ด้วย

การทำความดี ยิ่งง่ายกว่า**การรักษาคุณความดี** เปรียบเหมือนการมีลูกง่ายกว่าการเลี้ยงดูบำรุงรักษาลูก บางคนทำความดีมาเกือบตลอดชีวิต พอรักษาคุณความดีไว้ไม่ได้สักครั้งสองครั้ง ก็กลายเป็นคนเสียและคนก็มักพูดถึงตรงเสียนั้น แง่อย่างดีทั้งหม้อใหญ่ พอแมลงวันลงไปนอนตายอยู่สักตัว ผู้ที่จะมาซื้อกินก็รังเกียจ มีแต่เจ้าของแ่งเท่านั้นที่จะหาทางแก้ไข เช่น ตักแมลงวันทิ้งแล้วต้มให้เดือดใหม่ ชีวิตของคนก็เหมือนกัน มีดีมาก มีชั่วเพียงเล็กน้อย คนทั้งหลายก็เพ่งมอง และพากันรังเกียจตรงชั่ว

เล็กน้อยนั้นแหละ ผู้ชาวทั้งผืนมีจุดดำอยู่นิดเดียวก็มองเห็นเป็น
ดำหนิและเห็นเด่นชัดมาก ชีวิตของคนก็เหมือนกันยิ่งบริสุทธิ์
ผูกฝ่องมากเท่าใด ข้อบกพร่องเล็กน้อยคนก็ยังมองเห็นได้ง่าย

**เพราะฉะนั้นการรักษาคุณความดีจึงเป็นของหายากอย่างยิ่ง
พระอริยเจ้าทั้งหลายจึงพยายามทำความดีชนิดที่ไม่ต้องเป็นภาระ
กังวลกับการรักษาอีกต่อไป สิ่งที่จะมาทำลายความดีก็คือความชั่ว
สิ่งที่จะให้ทำความชั่วก็คือกิเลส การทำลายกิเลสจึงเท่ากับทำลาย
บ่อเกิดของความชั่ว เมื่อกิเลสสิ้นแล้ว บ่อเกิดของความชั่วก็ไม่มี
สิ่งที่จะมาทำลายความดีก็สิ้นสูญ จึงไม่ต้องกังวลกับเรื่องการ
รักษาความดีอีกต่อไป เป็นการปลดเปลื้องภาระอันยิ่งใหญ่ เป็น
ความสงบสุขอันยิ่งใหญ่**

คราวนี้ ปัญหาว่า อะไรคือเครื่องมือในการรักษาคุณความดี
คำตอบก็คือความไม่ประมาท กล่าวคือการมีสติระวังอยู่เสมอ
ไม่นิ่งนอนใจ ไม่วางใจ อย่างที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า “ภิกขุ วิสุทธาสม
ปาที อปฺปตฺโต อาสวุกฺขย์ แปลว่า เมื่อยังไม่ถึงความสิ้นกิเลสก็
อย่านอนใจ”^(๑) ความชั่วที่จะมาทำลายความดีนั้นมักเกิดจากความ
นอนใจ หรือความประมาทว่าไม่เป็นไร รู้ว่าน้อย ๆ ของเรืออาจ
ทำให้เรือจมได้ ไฟน้อย ๆ อาจเผาเมืองได้ เพราะฉะนั้นผู้รักษาเรือ
รักษาเมือง จึงไม่ควรประมาท ควรรีบอุดรูรั่วและดับไฟดุ้นน้อยที่
จะเป็นอันตรายนั้นเสีย เรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ อาจลุกลามใหญ่โต

(๑) ธรรมัญจวรรค ธรรมบท

เป็นสงครามกลางเมืองได้ แบบ “น้ำผึ้งหยดเดียว” ผู้ต้องการรักษาความสามัคคีจึงต้องระวังเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ โดยไม่ประมาท เพราะความประมาท เป็นมลทินของผู้รักษา มองในทางตรงกันข้ามว่าความไม่ประมาทเป็นคุณธรรมของผู้รักษา

รวมความว่าเป็นหน้าที่สำคัญอย่างหนึ่งของคนเราที่จะต้องรักษาคุณความดีที่ได้ทำไว้แล้ว และควรจะต้องถือเป็นหน้าที่อันมีเกียรติ ใครเขาจะมาทำอะไรให้อย่างไร ซึ่งบางทีอาจทำให้เราเสียได้เหมือนกันแต่ถ้าเราถือว่าเป็นหน้าที่ของเราที่จะต้องรักษาคุณความดีเราก็จะรักษาคุณความดีไว้ได้

วิธีสร้างคุณดี เป็นเรื่องยิ่งใหญ่ในชีวิตมนุษย์ ผู้ที่รู้จักคุณดีและความชั่วแล้ว แต่ถ้าไม่รู้จักสร้างคุณดีหลีกเลี่ยงความชั่วก็จะสร้างคุณดีไม่สำเร็จ เหมือนคนที่รู้ว่าตึกนั้นคืออะไร ประกอบด้วยอะไรบ้าง แต่ถ้าไม่รู้จักวิธีสร้างก็ไม่อาจสร้างตึกให้สำเร็จได้ สร้างแล้วพัง ๆ ในที่สุดก็อ่อนใจเลิกสร้างไปเอง

๓. การทำจิตให้ผ่องแผ้ว

กิเลสเป็นสิ่งเศร้าหมองของจิตใจ จิตใจผ่องใสอยู่ตามธรรมชาติ ดังพระพุทธพจน์ว่า ปภัสสรमितถ ภิกขเว จิตฺตํ อากนฺตฺตฺเกหิ อุปกฺกฺกิลฺลเสหิ อุปกิลฺลิตฺตํ แปลว่า ภิกษุทั้งหลาย จิตนี้ผ่องใส แต่เศร้าหมองไปเพราะกิเลสที่จรมา เปรียบเหมือนน้ำสะอาด แต่เศร้า

หมองเพราะสิ่งปนเปื้อน เมื่อนำสิ่งปนเปื้อนออกแล้ว น้ำก็กลับใส สะอาดดังเดิม การทำจิตให้บริสุทธิ์แท้จริงจึงต้องมุ่งไปที่การกำจัดกิเลส

ความโลภ ความโกรธ และความหลง เป็นกิเลสสำคัญที่เป็นอกุศลมูล คือรากเหง้าของอกุศล เพราะเมื่อ ๓ อย่างนี้ อย่างใดอย่างหนึ่งมีแล้วก็จะทำให้ออกุศลอื่น ๆ ที่ยังไม่เกิดเกิดขึ้น ที่เกิดแล้วก็เจริญมากขึ้น

ใครจะมีอุดมคติอย่างไรก็ตามเถิด แต่สิ่งหนึ่งที่ไม่ควรลืมคืออุดมคติในการกำจัดและทำลายกิเลส มนสิการ (ทำในใจ) อยู่เสมอว่า เราเกิดมาเพื่อกำจัดกิเลสให้หมดสิ้นหรือพัฒนาตนไปสู่ความดีจนถึงที่สุด คือไม่มีความชั่วหลงเหลืออยู่เลย คนไทยโบราณเข้าใจเรื่องนี้ดี เราจะเห็นคำอธิษฐานอันเป็นอุดมคติของท่านปรากฏอยู่ทั่วไปที่สาธารณสถาน โบราณวัตถุที่สร้าง หรือเมื่อท่านรักษาศีลให้ท่านก็จะมีคำอธิษฐานอันเป็นอุดมคติว่า ขอบุญนี้หรือทานนี้จงเป็นไปเพื่อความสิ้นอาสวะ (กิเลส) จงเป็นปัจจัยให้ได้นิพพาน (การดับกิเลส) อิทํ เม ทานํ อาสวกุขยาวหํ โหตุ, นิพพาน ปัจฉโย โหตุ ดังนี้ นอกจากนี้ยังมีใจแผ่ถึงสรรพสัตว์ทั่วหน้า ด้วยการอุทิศส่วนกุศลที่ตนทำแล้วให้แก่สัตว์ทั้งหลายทุกหมู่เหล่า ฝึก อธิษฐานให้เป็นผู้ไม่เห็นแก่ความสุขของตนเพียงผู้เดียว

การสละกิเลสเป็นภารกิจอันสำคัญของมนุษย์ทุกคน เพราะ

การเกิดมาแต่ละชาติก็เพื่อพัฒนาตนให้ถึงขั้นสมบูรณ์ที่สุดเท่าที่จะทำได้ ในที่สุดแห่งการพัฒนาก็คือมีความดีล้วน ๆ ไม่มีความชั่วหลงเหลืออยู่เลย ไม่ต้องเวียนว่ายตายเกิดอีกต่อไป เหมือนเมล็ดพืชที่พัฒนาดีที่สุดในเนื้อล้วน ๆ ไม่มีเมล็ด เช่น มะละกอ มะม่วง หรือทุเรียน ที่พัฒนาถึงที่สุดแล้ว เนื้อมากและดี เมล็ดลีบ เพราะไม่ขึ้นอีก เป็นการพ้นจากเวียนว่ายตายเกิดเช่นเดียวกัน

เพื่อชำระจิตให้บริสุทธิ์นี้ ควรทำจิตให้สงบก่อน อันท่านเรียกในภาษาธรรมว่า *อุปสมะ* (ความสงบจิต) หรือทำจิตให้สงบปราศจากความวุ่นวายทั้งหลาย โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ความวุ่นวายอันเกิดจากกิเลสมี โลก โกรธ หลง เป็นต้น

ความสงบนั้นไม่ใช่ความอยู่เฉยหรือที่เรียกในภาษาอังกฤษว่า Inactive แต่ความสงบทำให้คนแอ็คทีฟมากที่สุด ความฟุ้งซ่านอันตรงกันข้ามกับความสงบต่างหากเล่าที่ทำให้คนเกียจคร้านจับจดทำอะไรไม่เป็นล่ำเป็นสัน เมื่อมีความสงบใจเกิดขึ้นในบุคคลใด เขาย่อมทำและพูดด้วยความสงบ ทำให้ชีวิตของเขาสดชื่นอยู่เสมอเหมือนต้นไม้หรือพืชพันธุ์ที่ได้น้ำได้อาหารดีย่อมสดชื่น ตรงกันข้ามกับต้นไม้หรือพืชพันธุ์ที่ขาดน้ำขาดอาหารย่อมเหี่ยวแห้งอับเฉา

ภาวะชีวิตที่สดชื่นของบุคคล ทำให้สามารถเข้าใจปัญหาต่าง ๆ ได้อย่างทะลุปรุโปร่ง ปัญหาชีวิตและความลึกลับต่าง ๆ ของธรรมชาติ เราสามารถเข้าใจได้โดยผ่านทางความสงบนี้เอง

แต่ความสงบนั้นมีอยู่ ๒ อย่าง คือ ความสงบแท้และความสงบเทียม ความสงบแท้ให้ความสุขแท้ ความสงบเทียมให้ความสุขอย่างเทียม ความสงบแท้คือความสงบอันเกิดจากการได้ทำคุณงามความดี การสร้างบุญกุศล ความสงบอันเกิดจากใจที่เป็นสมาธิตั้งมั่นไม่หวั่นไหวหรือความสงบอันเกิดจากการเอาชนะกิเลสได้ดับกิเลสได้แม้เพียงชั่วครู่ชั่วคราว จนถึงดับกิเลสได้ถาวร เป็นสันติสุขถาวร (Eternal Peace หรือ Lasting Peace) ส่วนความสงบเทียมนั้นคือความสงบเพราะการสนองความต้องการที่พลุ่งขึ้น พุ่งขึ้นได้เป็นคราว ๆ ไป สมองได้คราวหนึ่งก็สงบไปคราวหนึ่ง แล้วพลุ่งขึ้นอีก พุ่งขึ้นอีก การพุ่งขึ้น พุ่งขึ้นในครั้งหลัง ๆ จะรุนแรงหนักหน่วงยิ่งกว่าครั้งก่อน ๆ เสียอีก จะต้องคอยสนองความอยาก ความปรารถนาอันอยู่รำไป เหมือนเติมเชื้อไฟ ซึ่งในระยะแรกดูท่าจะสงบลงเพราะเชื้อยังสตออยู่ แต่พอเชื้อแห้งเกรียมลุกไหม้ดีแล้ว ไฟก็จะไหม้แรงยิ่งขึ้นทุกคราวไป

ความสงบเทียม ทำให้เกิดความทุกข์อย่างเทียม เหมือนความสุขของคนไข้ที่ได้กินของแสดลง ส่วนความสงบแท้ก่อให้เกิดความสุขอย่างแท้ เหมือนความสุขของคนไข้ที่ได้กินยาอันเหมาะสมแก่โรค ยานั้นเข้าไปตัดโรค ทำให้โรคหายขาดไป ทุกขเวทนาอันเกิดจากโรคหายขาดไป

อันที่จริง ความดิ้นรนของมนุษย์และสัตว์ทั้งหลาย ก็เพื่อระงับหรือสนองความต้องการอย่างใดอย่างหนึ่ง จะทุรนทุรายอยู่

ตลอดเวลาที่ยังสนองความต้องการไม่ได้ เมื่อสนองความต้องการได้ครั้งหนึ่ง ความทรมานทรมายก็สงบลง เรียกว่าความสุข

ความสงบขั้นสูงสุดที่เรียกกันว่า นิพพาน นั้น จึงเป็นความสุขอันสูงสุด เป็นความสุขที่แท้จริง ไม่มีความสุขใดเหนือความสงบคือพระนิพพาน นิพพานจึงเป็นความสุขอย่างยิ่ง (นิพพาน ปรมม สุข)

นิพพานก็คือความดับกิเลสได้อย่างเด็ดขาดเป็นเรื่อง ๆ ไป นี่หมายถึงนิพพานของพระอริยะตั้งแต่โสดาบันขึ้นไป กิเลสอันใดที่ท่านละได้แล้ว กิเลสอันนั้นไม่เกิดขึ้นอีกหรือไม่กำเริบอีก บางที่ท่านก็ใช้คำว่า “วิมุตติ” แทน “นิพพาน” อย่างในพระสูตรบางแห่ง ท่านกล่าวว่า “ความหลุดพ้นของเราไม่กำเริบ (อกุปฺปา เม วิมุตฺติ) ชาตินี้เป็นชาติสุดท้ายของเรา ภพใหม่ไม่มีแก่เรา”

เมื่อใช้คำว่า วิมุตติ แทน นิพพาน วิมุตติคือความหลุดพ้นจากกิเลสชั่วคราวของปุถุชนก็มีเรียกว่า ตถังควิมุตติ หลุดพ้นด้วยองค์ธรรมนั้น ๆ เช่น หลุดพ้นจากพยาบาทด้วยธรรมคือเมตตา เมื่อใดมีเมตตาประจําใจ เมื่อนั้นพยาบาทไม่มี การหลุดพ้นจากกิเลสของผู้ได้ฌานก็มีเรียกว่า วิกขัมภณวิมุตติ ข่มกิเลสไว้ด้วยอำนาจฌานเหมือนคนเป็นโรคกินยาคุมโรคไว้ได้ไม่ให้เกิดกำเริบ แต่พอหมดฤทธิ์ยาโรครักก็กำเริบต่อไป ต้องมียาอีกชนิดหนึ่งที่สามารถเข้าไปตัดโรคไว้จึงหายขาด ไม่ต้องคุมอีกต่อไป นั่นคือ สมุจเฉทวิมุตติ หลุดพ้นอย่างเด็ดขาด ได้แก่ความหลุดพ้นของพระอริยะเจ้า

อย่างไรก็ตาม พอจะกล่าวได้ว่า นิพพานหรือความสงบนั้น เป็นความต้องการโดยธรรมชาติของมนุษย์ กล่าวคือ โดยธรรมชาติแล้วมนุษย์เราต้องการความสงบ ไม่ต้องการวุ่นวาย แต่ที่ที่ต้องการวุ่นวายไม่สงบก็เพราะมีบางสิ่งบางอย่างมากระตุ้นเร้า จิตใจจึงดิรนไปตามแรงกระตุ้นเร้า นั้น เปรียบเหมือนน้ำซึ่งเมื่อว่าโดยธรรมชาติแล้ว มันสงบเยือกเย็น แต่ที่มันร้อนบ้าง เป็นฟอง เป็นคลื่นบ้าง ก็เพราะเหตุอื่น ไม่ใช่โดยธรรมชาติของมัน

ความสุขที่เกิดจากความวุ่นวายกับความสุขที่เกิดจากความสงบนั้น คุณภาพต่างกันมาก ที่เกิดจากความวุ่นวายควรจะเรียกว่า ความเพลิตเพลินตื่นเต้นจะถูกกว่า ส่วนที่เกิดจากความสงบนั้นแหละควรจะเรียกว่าความสุขเต็มความหมาย เมื่อพูดถึงความสุข เราไม่ควรละเลยเรื่องคุณภาพของความสุข เพราะเป็นสิ่งสำคัญ เรื่องเสื้อผ้า อาหาร เรายังนึกถึงคุณภาพ แต่เรื่องความสุข ทำไมคนส่วนใหญ่จึงไม่ค่อยนึกถึงคุณภาพ นึกแต่ขอให้มีความสุข ความพอใจ ความเพลิตเพลินก็แล้วกัน ส่วนจะได้มาโดยวิธีใดก็ช่าง

คุณภาพของความสุขเป็นสิ่งสำคัญมาก ถ้าบุคคลใดแสวงหาความสุขที่ด้อยคุณภาพอยู่เสมอแล้ว จิตของเขาจะสูญเสียคุณภาพ เมื่อจิตสูญเสียคุณภาพแล้ว พฤติกรรมทางกาย วาจาของผู้นั้นก็พลอยสูญเสียคุณภาพไปด้วย พูดอย่างสามัญว่า พฤติกรรมทางกาย วาจาของเขาเป็นสิ่งที่ไม่พึงประสงค์ของผู้อื่น ทำให้เป็นที่ดูหมิ่นของคนทั้งหลาย ส่วนผู้แสวงหาความสุขที่มีคุณภาพ

ดีอยู่เสมอ เช่น ความสุขจากการหาวิชาความรู้ ความสุขจากการบำเพ็ญคุณงามความดี ความสุขที่ได้จากความสงบใจ ซึ่งเป็นความสุขที่ประณีตแล้ว จิตของเขาก็จะมีคุณภาพดีขึ้นทุกวัน ๆ เมื่อคุณภาพจิตดี คุณภาพของชีวิตก็สูง พฤติกรรมทางกาย วาจาของทำนองนั้นก็พลอยดีงามสูงส่งไปด้วย เป็นที่นิยมยกย่องของคนทั้งหลาย ตนเองก็ดำรงชีวิตอยู่อย่างมีความสุขขึ้นบาน

การทำจิตให้สงบนั้นมีอยู่หลายวิธีด้วยกัน เช่น การเป็นคนไม่ลืมนึกถึงเรื่อง ไม่ทำเรื่องเล็กให้เป็นเรื่องใหญ่ ไม่มักวิตกกังวลเรื่องทีล่วงมาแล้ว และเรื่องอันยังไม่เกิดขึ้น, การทำงานด้วยความขยันขันแข็ง ใช้เวลาหมดไปกับการทำงานอย่างใดอย่างหนึ่ง, การเป็นผู้มีเหตุผล, การเล็งเห็นทั้งคุณและโทษของสิ่งที่ตนเข้าไปเกี่ยวข้อง, การพยายามมองบุคคลและเหตุการณ์ต่าง ๆ ในแง่ดี ตามสมควร, การทำจิตให้สงบด้วยวิธีการบำเพ็ญสมาธิหรือสมถภาวนา และการอบรมจิตใจให้มีปัญญาที่เรียกว่า “วิปัสสนาภาวนา” ในที่นี้จักกล่าวเฉพาะการทำจิตให้สงบโดยวิธีวิปัสสนา

การทำจิตให้สงบโดยวิธีวิปัสสนา วิปัสสนาก็มีหลายวิธีเหมือนกัน แต่หลักสำคัญคือการควบคุมจิตให้อยู่กับอารมณ์ปัจจุบัน เช่น การยืน เดิน นั่ง นอน ก็ให้มีสติสัมปชัญญะอยู่กับอริยาบถนั้น การกิน การดื่มด้วยสติสัมปชัญญะหรือสำรวมอินทรีย์ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ไม่ให้ความยินดียินร้ายครอบงำได้เมื่อได้เห็นรูป ฟังเสียง เป็นต้น

อนึ่งวิปัสสนาหรือการยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนานั้นคือการพิจารณา
 อารมณ์ต่าง ๆ ทั้งที่เป็นอารมณ์ภายนอก (objects) และอารมณ์
 ภายใน (emotions) ให้เห็นเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา
 มีความเห็นถูกต้องตามความเป็นจริงไม่หลงผิดด้วยอวิชชาหรือ
 อุปาทาน เมื่อเห็นไตรลักษณ์แจ่มแจ้ง วิปัสสนาปัญญาก็เกิดขึ้น
 เป็นเครื่องมือตัดกิเลส แม้จะทำวิปัสสนา จุดมุ่งหมายพุ่งไปสู่
 ปัญญาที่จริง แต่ยอมผ่านสภาวะความสงบแห่งจิตไปด้วยสงบ
 พอที่จะใช้ปัญญาได้ถนัด ถ้าจิตยังพุ่งช่านอยู่ เหมือนน้ำกระเพื่อมอยู่
 แม้เราจะมีจักขุตักก็ไม่อาจมองเห็นอะไรที่อยู่ใต้น้ำได้ ก็ต่อเมื่อน้ำ
 หนึ่งสงบ ผู้มีจักขุตักจึงจะมองเห็นวัตถุที่อยู่ใต้น้ำอย่างถนัดชัดเจน
 เพราะฉะนั้น แม้จะเดินตามสายวิปัสสนาที่ต้องมีสมาธิอ่อน ๆ ด้วย
 จึงจะสามารถใช้วิปัสสนาปัญญาให้สำเร็จประโยชน์เต็มที่ ได้ สมาธิ
 ที่เกิดขึ้นจากการเจริญวิปัสสนานี้ ท่านเรียกว่า “วิปัสสนาสมาธิ”

รวมความว่า อุปสมะ คือความสงบนั้นเป็นสิ่งที่จำเป็นอย่าง
 ยิ่งต่อชีวิตประจำวัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งความสงบจากกิเลส อัน
 เป็นเหตุแห่งความยุ่งยากทั้งหลาย ถ้าคนในโลกของเราช่วยกันสงบ
 กิเลสภายในตน โลกของเราจะสงบเย็นยิ่งกว่าที่เป็นอยู่ในเวลานี้
 หลายร้อยหลายพันเท่า กิเลสที่มีอยู่ภายในใจของแต่ละคนนั้นเอง
 ได้แผลงฤทธิ์ออกมาทำลายซึ่งกันและกันให้เดือดร้อนวุ่นวายอยู่การ
 ช่วยกันรักษาความสงบภายในตน เป็นการช่วยโลกช่วยสังคมให้
 สงบอย่างมั่นคงยั่งยืนและแน่นอน

ความสงบ ความผ่อนคลายแห่งจิต ความบริสุทธิ์แห่งจิต ทำให้ชีวิตสดชื่นแจ่มใส มีความสุขอยู่ด้วยตนเองได้โดยไม่ต้องพึ่งผู้อื่น เป็นหลักคำสอนสำคัญอย่างหนึ่งในพระพุทธรศาสนา จัดเป็นพุทธรจรรยาอย่างสูง พุทธรบรุษทั้งคฤหัสถ์และบรรพชิต ควรขัดเกลาจิตใจอยู่เสมอให้บริสุทธิ์จากกิเลส ก็จะสามารถดับทุกข์ได้ “วิสุทธิ สพฺพกุลเสหิ โหติ ทุกฺเขหิ นิพฺพุติ” แปลว่า ความบริสุทธิ์จากกิเลสทั้งปวง เป็นการดับทุกข์ (ทั้งปวง).

ภาคผนวก ๒

อุपाทาน*

โดยทั่วไปชีวิตมนุษย์เต็มไปด้วยความยึดมั่น เราร้อนอยู่ด้วยความต้องการอันไม่มีขอบเขตไม่มีที่สิ้นสุด ถูกความอยากเผาผลาญให้เราร้อนอยู่ภายใน แม้สิ่งที่เขาเข้าใจว่าเป็นความสุขหรือความสนุกสนานเพลิดเพลิน ก็มีความทุกข์เจือปนอยู่ด้วย แต่มนุษย์ก็ยังต้องการ

วัตถุแห่งความยึดของบุคคลนั้น พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้ ๔ ประการ เรียกว่า อุपाทาน

๑. กามุपाทาน - ความยึดมั่นในกาม
๒. ทิฏฐุपाทาน - ความยึดมั่นในทิฏฐิ
๓. สीलัปปตุपाทาน - ความยึดมั่นในศีลและพรตหรือพิธีรีตองต่าง ๆ
๔. อัตตวาทุपाทาน - ความยึดมั่นในตัวตน

* เก็บความจากเรื่องอุपाทาน ในหนังสือปัญญารัตนะ โดย วคิน อินทสระ

๑. กามุปาทาน – ความยึดมั่นในกาม

กาม แปลได้ ๒ อย่าง คือ ความใคร่อย่างหนึ่ง สิ่งที่น่าใคร่ นำปรารถนาอย่างหนึ่ง อย่างหลังท่านเรียกว่า **วัตถุกาม** อย่างแรก เรียก **กิเลสกาม**

รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ อันน่าใคร่ปรารถนานำพอใจ นั่นเองเป็นวัตถุกาม คือเป็นที่ตั้งแห่งกาม เป็นสิ่งเร้าให้เกิดความใคร่ ส่วนตัวความใคร่เองท่านเรียกกิเลสกาม

มนุษย์ทั้งหลายได้อยู่ภายใต้อำนาจครอบงำของกามทั้ง ๒ นี้ อย่างไม่เห็น ๆ กันอยู่แล้ว มนุษย์และสัตว์ทั้งหลายยึดมั่นอยู่ว่า ความสุขของเขาจะมีได้ก็ต้องอาศัยกาม คือต้องได้เห็นรูป ได้ฟังเสียง ได้ดมกลิ่น ได้ลิ้มรสและได้ถูกต้องสิ่งที่น่าใคร่นำปรารถนา นำพอใจ ปราศจากสิ่งเหล่านี้เสียแล้วเขาจะมีความสุขไม่ได้ แม้ตัวความใคร่เอง ซึ่งมีสภาพเป็นสิ่งเร้าร้อนกระวนกระวาย ทำปัญญาให้มีติดมน ทำจิตให้ตกต่ำ เขาก็ยังเข้าใจผิดไปว่าเป็นบ่อเกิดแห่งความสุขของเขา ทั้งนี้อาจเป็นเพราะเขาไม่เคยได้รับความสุขใดที่เหนือกว่านี้หรือแปลกไปกว่านี้ เช่นความสุขอันเกิดจากความสงบหรือเกิดจากคุณธรรม เหมือนเด็กที่พอใจแต่ในความสุขอันเกิดจากการเล่นทรายหรือโคลนตม แต่พอเขาเป็นผู้ใหญ่แล้วเขาก็เลิกพอใจในความสุขอย่างนั้น แต่พอใจในความสุขที่สะอาดกว่า ประณีตกว่า เขาจะไปจับต้องทรายหรือโคลนตมก็ด้วยความ

จำเป็นอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ เช่นเดียวกับการงานเป็นต้น แล้วก็
รับล้างมือล้างตัวให้สะอาด

ในทำนองเดียวกัน คนที่จิตใจยังเยาว์ยังไม่ได้รับการพัฒนา
ทางจิตใจย่อมพอใจหมกมุ่นมัวเมาอยู่ในกาม ด้วยความสำคัญผิด
และยึดมั่นอยู่ว่า “กามนี้เท่านั้นเป็นบ่อเกิดแห่งความสุข” แม้ถูก
หนามแห่งกามทิ่มแทงเอา ถูกไฟคือกามเผาจนเอาก็ยังไม่รู้สึก
สำคัญผิดไปอีกกว่าเป็นเพราะเหตุอื่นและโทษสิ่งนั้นสิ่งนี้ ที่แท้เป็น
เรื่องของความใคร่ในกามคุณของตน เป็นเรื่องความยึดมั่นของ
ตนเอง

ตัวอย่างเช่นชายหนุ่มรักหญิงสาว ซึ่งโดยทั่วไปแล้วเป็น
ความใคร่ในกามคุณเสียมากกว่าความรักแท้รักบริสุทธิ์ แต่เขายัง
เข้าใจผิดว่าความรักของเขาบริสุทธิ์ เขารักด้วยต้องการชมเชยรูป
เสียง กลิ่น รสและผัสสะทางกายที่จะพึงได้จากหญิงนั้น แม้จะมี
เรื่องคุณธรรมและความเห็นอกเห็นใจเจืออยู่ด้วยก็ตาม ข้อพิสูจน์
ว่าเขารักใคร่ด้วยอำนาจกามคุณก็คือ ถ้าหญิงนั้นไปเกี่ยวข้องกับ
ชายอื่นในแง่เสนหาเขาจะโกรธมาก อาจทำลายชีวิตของหญิงนั้น
เสียก็ได้ นี่หรือรักแท้ รักบริสุทธิ์ ความจริงมันคือกามคุณที่เขาพา
กันเรียกเสียใหม่ว่าความรัก เพราะความรักของเขาเต็มไปด้วย
ความยึดมั่น หวงแหน คับแค้น เกรี้ยว ริษยาและทำให้เกิดโทษ
ง่ายที่สุด ในกรณีที่หญิงสาวรักชายหนุ่มก็เหมือนกัน

ในรายที่แต่งงานกันแล้วจนมีลูกด้วยกันแล้ว ถ้าฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งไปรักคนอื่นอีกก็ถือเป็นเรื่องเดือดร้อนมาก ความริษยา ความชิงชัง ความอาฆาตเคียดแค้นเกิดขึ้นอย่างสุดจะพรรณนาได้ จนถึงกับทำร้ายทุบตีและประหารชีวิตของฝ่ายหนึ่งเสียก็มี ความเคียดแค้นเหล่านั้นสืบเนื่องมาจากความใคร่ ความยึดมั่นในกาม ข้อพิสูจน์ก็คือในรายที่เรามิได้มีความใคร่ ความยึดมั่นในกามก็ ไม่ทำให้เราเดือดร้อนได้ ไม่ว่าเขาผู้นั้นจะไปทำอะไร อย่างไร กับใครที่ไหน

การทำการแก้แค้น สร้างเวรสร้างกรรมจนเขาเสียชีวิตและตนเองต้องเป็นอาชฎากรนั้น เป็นเกียรติยศนักหรือ? ลูกของตน ซึ่งมีพ่อหรือแม่เป็นอาชฎากรนั้นเป็นเกียรติยศนักหรือ? การต้องไปติดคุกติดตารางถึง ๒๐-๓๐ ปี นั้นเป็นเกียรติหรือ? ถ้ามองชีวิตในระยะยาวจะเห็นว่าไม่ควรทำ เมื่อเหตุการณ์อย่างนั้นเกิดขึ้นก็ควรละอุปาทานในกามเสียและถือเป็นโอกาสปลีกตนออกจากกาม ซึ่งเป็นของร้อน เข้าหาความสงบเย็นในธรรม หรือการบำเพ็ญคุณงามความดีให้สูงขึ้นไปจนใจพ้นจากความยึดมั่นและจะเห็นคุณของการทำอย่างนี้ด้วยตนเอง

อย่างไรก็ตาม กามคุณนี้แหละคือเสน่ห์ของโลก เพราะมันเป็นเหยื่อของโลก (โลกามิส) ทำนองเดียวกับเหยื่อที่ติดอยู่กับเบ็ด หุ้มเบ็ดอยู่ นั่นแหละคือเสน่ห์ของเบ็ด ปราศจากเหยื่อแล้วจะไม่มี

ปลาตัวใดติดเบ็ด เพราะเหยื่อ ปลาจึงติดเบ็ด ได้กินเหยื่อเพียง นิดเดียว กลืนเบ็ดเข้าไปด้วย ปลาจึงถูกพรานเบ็ดลากไปได้ตาม ปราณและวิตขึ้นบกต้องทุรนทุราย ทุกข์ทรมานไปจนกว่าจะสิ้น ชีวิตและเป็นเหยื่อของพรานเบ็ดนั่นเอง

ลองนึกดูเถิดว่าคนในโลกที่พอใจติดเหยื่อของโลกแล้วต้อง ทนทุกข์ทรมานอยู่ในโลกนี้มีประมาณเท่าใด น่าสงสารเพียงใด น่า ช่วยเหลือเพียงใด อย่างน้อยช่วยให้เขาได้รู้ว่าเหยื่อนั้นมีเบ็ดเกี่ยว อยู่ด้วย ขอให้กินเหยื่อด้วยความระมัดระวัง ถ้าฉลาดขึ้นก็จะกิน แต่เหยื่อได้โดยไม่ได้ติดเบ็ด ทำให้พรานเบ็ดต้องรอเก้อ ยกเบ็ดขึ้นดู บ่อย ๆ เห็นแต่เบ็ด เหยื่อหายไป

แต่จะมีใครสักกี่คนเล่าในโลกนี้ที่เป็นเช่นปลาฉลาด รอบรู้ และที่ฉลาดขึ้นไปกว่านั้นก็สามารรู้ได้ว่าเหยื่ออันใดมีเบ็ดเหยื่อ อันใดไม่มีเบ็ด เลือกกินเฉพาะเหยื่อที่ไม่มีเบ็ด ก็จะสามารถรักษา ตัวให้ปลอดภัยโดยตลอด

ความกำหนัดในกามเป็นอาสวะ (สิ่งหมักดอง) อย่างหนึ่ง ซึ่ง หมักหมมอยู่ในจิตสันดานของสัตว์โลก ยากที่จะละหรือปลดเปลื้อง ได้ทั้งนี้เพราะมีความสุขเล็ก ๆ น้อย ๆ คอยเป็นเหยื่อล่อให้หลง เป็น หลุมพรางให้ก้าวเข้าไป เมื่อติดหล่มคือกามแล้ว ก็ยากที่จะถอนตน ขึ้นมาแล้วก้าวให้พ้นไปได้

สำหรับผู้สำเหนียกรู้ถึงโทษของกามแล้วพยายามออกจากกาม แต่ยังไม่ได้ออกมาได้ด้วยเหตุใดเหตุหนึ่ง เช่น พันธกรณีเกี่ยวกับความรับผิดชอบหรือกำลังใจยังไม่พอเป็นต้น ก็ไม่น่าวิตก เพราะถึงอย่างไรคนพวกนี้จะต้องออกไปได้วันหนึ่งเมื่อพันธกรณีสิ้นสุดลงหรืออบรมจิตและปัญญาจนกำลังใจและกำลังปัญญาเพียงพอแล้ว แต่คนที่ไม่เคยสำเหนียกรู้ถึงโทษของกามเลย ศึกษาเรียนรู้แต่เรื่องคุณของกาม ได้ยินได้ฟังแต่กถาอันเป็นเหตุให้ความกระหายในกามเร็งแรงขึ้น มีกิจกรรมอันช่วยยุกุมารมณอยู่ไม่เว้นวัน การศึกษาการทำงาน และการเกี่ยวข้องในสังคมล้วนมุ่งเอาความสำเร็จทางกามเป็นผลที่มุ่งหมาย ในฐานะเป็นความสำเร็จของชีวิต ถ้าอย่างนี้แล้วเขาจะออกจากกามไปได้ได้อย่างไร คงจะต้องยึดมั่นเอากามารมณเป็นจุดหมายปลายทางของชีวิตเป็นแน่แท้ ในขณะที่กำลังแสวงหาอยู่นั้น ดวงจิตของเขาก็จะถูกเชื่อมด้วยเส้นคือความผิตหวัง ระทมขมขื่น โศกด้วยน้ำตาครึ่งแล้วครึ่งเล่า ถึงกระนั้นเขาก็ยังคงกระเลือกกระสน แสวงหากามอยู่นั่นเอง เพราะอาณาภาพของกามุปาทาน คือยึดมั่นว่ากามนี้แหละเป็นบ่อเกิดแห่งความสุขอันแท้จริง

กามในฐานะเป็นบ่วงที่พระพุทธเจ้าทรงเรียกว่า “กามปาสะ” หรือกามบาสนั้นมีลักษณะคล้องและผูกมัดสัตว์ทั้งหลายไว้ในภพให้เวียนว้ายตายเกิดอยู่ในสังสารวัฏแห่งกามภพนี้

การผูกมัดมีลักษณะที่ผูกหย่อน ๆ ก็จริง แต่แก้ได้ยากมากทีเดียว ผู้ต้องการแก้จะต้องใช้กำลังใจมาก ใช้กำลังสมาธิอย่าง

แรง เพราะแก้ไม่ได้ด้วยวิธีธรรมดา เหมือนปมบางอย่างที่แก้ได้ยาก
มันยุ่งไปหมด ต้องใช้ดาบฟัน ซึ่งภาษาอังกฤษเรียกปมชนิดนี้ว่า
Gordian Knot* อย่างที่พระเจ้าอเล็กซานเดอร์มหาราชทรงทำ

กามคุณในฐานะเป็นพวงดอกไม้ของมาร มารคือสิ่งที่ล้าง
ผลาญคุณความดี และทำให้เสียคนได้ง่าย มารอาศัยพวงดอกไม้ทั้ง
๕ คือ รูป เสียง กลิ่น รสและสัมผัสทางกายนี้แหละเที่ยวว่ายวน
มนุษย์และสัตว์ในกามโลกทั้งมวลให้หลงเพลิดเพลินเดินเข้าไปสู่
หลุมพรางของตน แล้วกักขังทำหั้นย่ำเอาได้ตามใจปรารถนา

การควบคุมอินทรีย์คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ การทำจิต
ให้มั่นคงด้วยกำลังสมาธิ และการพัฒนาปัญญาให้รุ่งเรือง จน
สามารถมองเห็นโทษของกามคุณอย่างชัดเจนอยู่เสมอ ๆ ทางนี้
แหละจะสามารถเอาชนะกามกิเลสได้ ไม่กลับมาเวียนว่ายตาย
เกิดในกามโลกนี้อีก

ความเร้าร้อนทางใจอันมีกามคุณเป็นเหตุ นั้น ปรากฏให้เห็น
เห็นอย่างชัดเจนในที่ทั่วไปทั้งที่เกิดขึ้นแก่ตนเองและเกิดแก่ผู้อื่น
น่าจะเป็นสังเวควัตถุ (เรื่องชวนสังเวชสลดจิต) เพื่อถอนใจออกไป

* เล่ากันว่าเป็นปมที่กษัตริย์กอร์ดิอุส (Gordius) แห่งไฟเรเกีย (Phrygia) ผูกไว้ในสมัยโบราณ กล่าวกันว่าใครแก้ปมนี้จะได้เป็นใหญ่ในเอเชีย อเล็กซานเดอร์มหาราชทรงใช้ดาบของพระองค์ตัดปมนี้ ดังนั้นคำว่า "ตัดกอร์เดียน น็อท" จึงกลายเป็นสำนวนหมายความว่า การแก้ปัญหายุ่งยากโดยฉับพลันด้วยการใช้กำลัง คำอธิบายนี้จากพจนานุกรมอังกฤษฉบับของ A.S. Hornby หน้า ๕๓๙

จากกามุปาทานได้สำหรับผู้มีปัญญาจักษุดำเนินชีวิตอยู่ในทางสว่าง แต่สำหรับผู้ไร้ปัญญาจักษุเดินอยู่ในทางมืดและไร้ประสบการณ์ก็ คงมองไม่เห็นอะไรอยู่นั่นเอง

๒. ทิฏฐุปาทาน - ความยึดมั่นในทิฐิ

วัตถุแห่งความยึดมั่นอีกประการหนึ่งของคนทั่วไปคือ ทิฐิ ความเห็น หรือ ทฤษฎี โดยที่มักจะมองปัญหาเพียงด้านเดียว เห็นเพียงด้านเดียวแล้วเหมาเอาด้วยความเชื่อว่าทั้งหมดเป็นอย่างนั้น เช่นเรื่องที่ถูกกล่าวถึงพวกตบอดคลำช้าง ในพระไตรปิฎกเล่มที่ ๒๕ ข้อ ๑๓๘ เล่าว่า พระราชาในนครสาวัตถีรับสั่งให้ราชบุรุษนำเอา พวกตบอดแต่กำเนิดมารวมกันที่หน้าพระลานหลวงแล้วให้คลำช้าง แต่ไม่ให้คลำทั้งตัว ให้คลำเพียงคนละส่วนเท่านั้น เมื่อเสร็จแล้วจึงถามว่าช้างเหมือนอะไร คนที่คลำถูกหางก็บอกว่าช้างเหมือนไม้กวาด คนที่คลำถูกขาว่าช้างเหมือนเสาเรือน เป็นต้น พุ่มเถียงกันด้วยเสียงดังว่าคำของเราเท่านั้นจริง ของผู้อื่นเท็จ โกรธกันจนถึงกับจะชกกัน พระราชาประทับทอดพระเนตร ทรงทอดพระเนตรด้วยความพอพระทัยแล้วให้นำคนตบอดพวกนั้นออกไป

พระพุทธเจ้าตรัสเล่าเรื่องนี้ให้ภิกษุทั้งหลายฟังเมื่อภิกษุทั้งหลายมากราบทูลว่า ออกไปบิณฑบาตในเมืองสาวัตถี ได้ยินพวกสมณะเจ้าลัทธิทั้งหลายเถียงกันด้วยเสียงดังว่าทิฐิหรือทฤษฎีของเขาเท่านั้นถูกต้อง ของคนอื่นไม่เป็นจริง พระพุทธเจ้าตรัสว่า ศาสดา

คณาจารย์เหล่านั้นล้วนแต่มองเห็นเพียงด้านเดียว แล้วยึดมั่น ทิฐิ
ของตน วิวาทกันเหมือนพวกตาบอดคลำช้างฉะนั้น

พวกศาสดาคณาจารย์ทั้งหลายในสมัยนั้น ส่วนมากใช้วิธี
แก้งความจริงทางปรัชญา (Philosophical Speculation) แล้ว
ยืนยันทฤษฎีของตนโดยมิได้รู้แจ้งเห็นจริงด้วยตนเอง จึงมอง
ปัญหาแค่ด้านเดียว มีดมัวและเดา แต่ถึงกระนั้นก็ยังยึดมั่นทฤษฎี
ของตนไว้ด้วยความเขลา เป็นการปิดกั้นตนเองมิให้ก้าวไปข้างหน้า
และขังตัวเองอยู่ในห้องแคบ ๆ คือ ทิฐิของตน ถ้าเป็นทิฐิอันชั่วช้า
ลามกก็จะยิ่งเป็นโทษใหญ่ ไม่เป็นโทษเพียงแก่ตนเองเท่านั้น แต่
จะเป็นโทษแก่ผู้เชื่อตามถือตามและปฏิบัติตามอีกเป็นอันมาก
พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า ทรงมองไม่เห็นสิ่งใดมีโทษมากเท่ามิจฉาทิฐิ
คนผู้เป็นมิจฉาทิฐิเกิดมาเพื่อให้โทษแก่โลก ทรงมองไม่เห็นสิ่งใดที่
มีคุณมากเท่าสัมมาทิฐิ ผู้เป็นสัมมาทิฐิเกิดมาเพื่อประโยชน์แก่โลก
เพื่อประโยชน์แก่คนหมู่มาก

ผู้ศึกษาพระพุทธศาสนาบางคน มองพระธรรมของ
พระพุทธเจ้าเพียงด้านเดียวเหมือนกันแล้วติดอยู่เฉพาะในส่วนนั้น
ปฏิเสธส่วนอื่น ๆ เสียสิ้น ทั้ง ๆ ที่ตามความเป็นจริงแล้วพระพุทธเจ้า
ทรงแสดงธรรมเป็นอนงกปริยาย (Many - sided Views) เพื่อ
ประโยชน์แก่บุคคลทุกระดับชั้นตามภูมิปัญญาของเขาเท่าที่เขา
พอจะรู้ได้และนำไปปฏิบัติให้เกิดประโยชน์แก่ตนตามสมควรแก่
ฐานะ

แต่นักการศึกษาสมัยใหม่บางคนสำคัญตนว่าเป็นผู้เข้าใจพระพุทธศาสนาดี ถูกต้อง ตรง เลื่อมใสพระพุทธรวจนะสูตรใดสูตรหนึ่ง ตอนใดตอนหนึ่ง แล้วปฏิเสธส่วนอื่นซึ่งมิใช่ส่วนนั้นทั้งหมดว่ามีใช้พุทธศาสนา

บางคนเลื่อมใสกาลามาสูตรหรือเกสปุตตสูตรอันว่าด้วยเรื่องความเชื่อ ว่าไม่ควรรับเชื่อเพราะอย่างนั้น ๆ ๑๐ ประการ รวมทั้งไม่ควรเชื่อในฐานะที่ผู้นั้นเป็นครูของเราด้วย ในที่สุดก็ไม่เชื่ออะไรเลย เขามีได้เอื้อเพื่อต่อคำสอนอื่น ๆ ของพระพุทธองค์ที่สอนให้มีศรัทธา เชื่อสิ่งที่ควรเชื่อ บุคคลที่ควรเชื่อ เขามีได้เห็นว่ากาลามสูตรนั้นพระพุทธองค์ทรงแสดงเป็นกรณีพิเศษเฉพาะเรื่องเฉพาะคราวเท่านั้น แก่บุคคลกลุ่มนั้นเท่านั้น

บางคนไปติดใจพุมาลูกโยวาทสูตร ที่พระพุทธเจ้าไม่ทรงแก้ปัญหาเรื่องโลก และเรื่องชีวิตวิญญูณหลังจากตายแล้วเป็นอย่างไร แล้วยืนยันมั่นคงโดยอ้างพระสูตรนี้ที่อยู่สูตรเดียวว่าพระพุทธเจ้าไม่ทรงสนพระทัยเรื่องตายแล้วเกิดหรือไม่เกิด แต่ที่ทรงแสดงไว้ในที่อื่นมากมายเกี่ยวกับการเวียนว่ายตายเกิด เขาไม่สนใจไม่รับฟัง ฟังใจอยู่แต่พระสูตรนี้เท่านั้น ยึดมั่นด้วยทิฐิว่านี่เท่านั้นถูกต้อง อย่างอื่นเหลวทั้งสิ้น (อิทเมว สจจํ โมฆมณฺญํ) อันพระพุทธองค์ตรัสเรียกว่า ลัจจาภินิเวส จัดเป็นคันถะ เครื่องผูกมัดอย่างหนึ่งในบรรดาคันถะ ๔ ประการกล่าวคือ อภิชฌา ความโลภอยากได้ของผู้อื่น พยาบาท การบ่งร้ายผู้อื่น สีสัพพตปรามาส

ความยึดมั่นในวัตรอันไร้เหตุผลขาดปัญญา และอิหังสัจจาภินิเวส ความยึดมั่นว่านี่เท่านั้นจริง อย่างอื่นเหลวไหลทั้งสิ้น อันเป็น ทรศนะที่แคบ มีดมน ทำให้ร้อนกายร้อนใจเหมือนคนชุดบ่อลึก แต่แคบ ยิ่งลึกยิ่งมืดและร้อนเมื่อลงไปอยู่ในนั้น

กล่าวโดยทั่วไป ในวงสมาคม ใครก็ตามที่เอาแต่ใจตัว ยึดมั่นแต่ความเห็นของตนไม่ยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นบ้างนั้น มักเป็นที่เบื่อหน่ายของเพื่อนฝูง เป็นที่ระอาของผู้หวังดี เรียกกันว่าเป็นคนหัวดี้อหัวรั้น มีทิฐิมานะจัด ไม่มีคนนิยม ขาดเพื่อน เห็นใจและเพื่อนร่วมทุกข์ร่วมสุข ใครไปแตะต้องความคิดเห็นของเขาไม่ได้ ถ้าทิฐิของเขาเป็นมิถจาทิฐิด้วยแล้ว ก็จะต้องเขาดิ่ง ลงไปในห้วงเหวแห่งหายนะอย่างไม่ต้องสงสัย

ตรงกันข้ามกับคนที่ไม่ยึดมั่นในทิฐิของตนฝ่ายเดียว หมั่น ปรึกษาไต่ถามท่านผู้รู้ ผู้ชำนาญ เคยเดินทางมาก่อน เมื่อตนและผู้ใหญ่เห็นชอบแล้วจึงทำลงไปด้วยความมั่นใจ ได้รับการสนับสนุน หากจะมีผิดพลาดบ้างก็ได้รับความเห็นใจในฐานะเป็นลิ่งสุดวิสัย การปรึกษาหารือกับผู้รู้ทำให้ได้รับทรศนะที่กว้างไกล ท่านอาจชี้ให้เห็นสิ่งที่เรายังไม่เห็น ชี้ข้อบกพร่องช่องโหว่ที่เราไม่ได้เฉลียวใจ ท่านอาจชี้ให้เราเห็นปัญหาหลายด้าน ถ้าปรึกษากับเพื่อนฝูงที่มี ทั้งสติและปัญญาเท่า ๆ กัน ก็เหมือนไม่ได้ปรึกษา แต่ถึงกระนั้น ถ้าถามความเห็นเขาบ้าง เขาอาจมีคำพูดบางคำที่สะกิดใจเราทำให้ เรานึกบางสิ่งบางอย่างได้ อาจกลับตัวได้หรือลุ่มเลิกทิฐิอันไม่ดีเสีย

อย่างไรก็ตาม ไม่ควรตามความคิดเห็นของผู้อื่นเสียจนขาดความเป็นตัวของตัวเอง คลอนแคลน ไม่มั่นคง ถูกชักจูงได้ง่าย ขาดเหตุผลอันพอตรองเห็นได้ด้วยตนเอง หรือขาดหลักอันเป็นที่พึ่งของตนเอง กลายเป็นคนเชื่อง่าย ขาดเหตุผล คอยแต่ตามเสียงเขาว่าเสียเรื่อยไป

ทางที่ดีที่สุดก็คือเดินทางสายกลาง มีหลักของตนเองพอสมควร และฟังความคิดเห็นของผู้อื่นบ้าง ยึดหยุ่นในสิ่งที่ควรยึดหยุ่น ยืนหยัดด้วยความเชื่อมั่นในสิ่งที่ควรยืนหยัด ขณะเดียวกันก็ควรพิจารณาความจริงอยู่เสมอ เมื่อความจริงเปลี่ยนแปลงไปแล้วก็ควรจะเปลี่ยนความคิดเห็น หรือความปักใจนั้นเสียด้วย เป็นบุคคลประเภทสังฆานูโลม ตัวอย่างเช่น เราเคยเห็นบุคคลผู้หนึ่งเป็นคนชั่วเพราะเขาทำชั่วนานาประการ ทำให้เราปักใจว่าเขาเป็นคนเลว แต่ต่อมาเขากลับตัวเป็นคนดี ทำดี พูดดี คิดดี เราก็เห็นคนอื่นก็เห็น มีข้อพิสูจน์หลายประการว่าเขาเป็นคนดีแล้ว เราก็ควรถอนความปักใจเดิมว่าเขาเป็นคนเลว มามีความเห็นตามเป็นจริงว่าเขาเป็นคนดี อย่างนี้เรียกว่าสังฆานูโลม ในทางตรงกันข้ามก็เหมือนกัน คนที่เคยดีต่อมาอาจเป็นคนชั่วได้ เมื่อเหตุปัจจัยจรรจบให้เขาชั่ว สิ่งทั้งหลายทั้งปวงไม่เที่ยงอยู่อย่างนั้น จึงไม่ควรยึดมั่นในความเห็นจนเกินไป โดยเฉพาะความยึดมั่นในทิฐิที่ผิดและชักชวนผู้อื่นให้มีทิฐิเช่นนั้นด้วยย่อมมีโทษมาก

๓. สีสัฒพตูปาทาน – ความยึดมั่นในศีลและพรต

พจนานุกรมพุทธศาสตร์ โดยพระราชวรมนูณี (ปยุตโต ป.ธ. ๙ พชป.)^(๑) ได้ให้ความหมายไว้ว่า “ศีลสัมพตูปาทาน ความยึดมั่นในศีลและพรต คือหลักความประพฤติ ข้อปฏิบัติ แบบแผน ระเบียบวิธี ขนบธรรมเนียมประเพณี ลัทธิพิธีต่าง ๆ ที่ถือว่าจะต้องเป็น อย่างนั้น ๆ โดยสักแต่จะทำสืบ ๆ กันมา หรือปฏิบัติตาม ๆ กันไป อย่างงมงาย หรือโดยนิยมว่าขลัง ศักดิ์สิทธิ์ มิได้เป็นไปด้วยความ รู้ความเข้าใจตามหลักความสัมพันธ์แห่งเหตุและผล”

ศีลหรือหลักของความประพฤติ และวัตรหรือพรตนั้น ท่าน ผู้รับบัญญัติขึ้นเพื่อให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อม ความเป็นไปของ มนุษย์และประโยชน์ที่มนุษย์จะพึงได้จากข้อบัญญัตินั้น ๆ ตาม ความจำเป็นและเหมาะสมแก่สังคมนั้น ในกาลนั้นและเทศะนั้น เมื่อกาลเวลาล่วงไป สภาพแวดล้อมของมนุษย์เปลี่ยนไป สถานการณ์ ต่าง ๆ เปลี่ยนไป ความจำเป็นในการที่จะรักษาหลักธรรมแห่งความ ประพฤติลัทธิประเพณี ขนบธรรมเนียมบางประการก็หมดไปด้วย ผู้ใดยังยึดในหลักเดิมอยู่ ไม่ยอมเปลี่ยนแปลงแก้ไขยืดหยุ่นให้ เหมาะสม ผู้นั้นย่อมประสบความลำบากเปล่า กลายเป็นถ้อยอย่าง งมงายไร้เหตุผล ไม่ได้ประโยชน์อะไรจากการถือเช่นนั้น

(๑) สมณศักดิ์ปัจจุบัน คือ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต)

อันที่จริงเราควรรู้และศึกษาเรื่องเหล่านั้นในฐานะเป็นเรื่อง รอยของชีวิต ไม่ใช่เอามายึดมั่นถือมั่นด้วยอุปาทานว่าเคยทำกันมา อย่างนี้และต้องทำกันต่อไป

ในอดีตสมัยพุทธกาลเมื่อพระพุทธเจ้าตรัสรู้แล้วทรงเล็ง เห็นว่ามีลัทธิธรรมนิยมพราหมณ์เป็นอันมากที่เป็นไปเพื่อการ เบียดเบียน เช่น การฆ่าสัตว์บูชาบุญ ที่เป็นบุญใหญ่ถึงกับฆ่าเด็ก หรือฆ่ากษัตริย์ก็เคยมี ทรงปฏิเสธเช่นนั้น ทรงสั่งสอนเสียใหม่ให้ บูชาบุญโดยการสงเคราะห์เอื้อเฟื้อกัน ช่วยเหลือชีวิตสัตว์แทนการ ฆ่าสัตว์ ผู้มีปัญญาจักขุพอตรองเห็นเหตุผลได้ก็เลิกการบูชาบุญ อย่างเก่า มาบูชาบุญอย่างใหม่ตามแบบของพระพุทธองค์ คือ เมตตาปราณีต่อสัตว์

การประพฤติวัตรหรือพรตอันเป็นไปเพื่อเบียดเบียนตนเอง ของนักบวชสมัยนั้นก็มากเช่นการเปลือยกาย การคลุกตัวด้วยขี้ ถ้ำตลอดเวลา การลงโคลน ๔ ขาอย่างสุนัข การยืนขาเดียว การ นอนบนหนาม ฯลฯ ทรงเห็นว่าวัตรเช่นนั้นไม่มีประโยชน์ เป็นทุกข์ เปล่า ๆ ไม่มีผลดีแก่ใคร ทรงสอนให้ประพฤติวัตรอย่างกลาง ๆ ไม่ หย่อนเกินไป ไม่ตึงเกินไป เช่น ทรงอนุญาตการนุ่งห่มเพียงเพื่อ ปกปิดความละอายและป้องกันหนาวร้อน อนุญาตที่อยู่อาศัยเพียง พอกันแดดกันฝน อนุญาตอาหารเพียงพอเลี้ยงชีพไปได้ และฝึก จิตให้สะอาดผ่องใส ทรงสอนอย่างตรงไปตรงมามีเหตุผล เป็น ประโยชน์ทั้งในทางโลกและทางธรรม

มองให้ใกล้เข้ามาถึงสมัยปัจจุบัน สิ่งที่เรียกว่า สีลัพพตปราชญ์ หรือสีลัพพตปาทาน นั้นมีอยู่เป็นอันมาก เช่น การนับถือพระรัตนตรัยนั้น จุดมุ่งหมายที่แท้จริงก็เพื่อการถ่ายแบบในทางที่ดี การมีพระรูปของพระพุทธเจ้าไว้สักการบูชาก็เพื่อเอาวัตถุมงคลช่วยจิตใจ คือจะได้มีอมระลึกถึงพระคุณของพระองค์ว่าทรงมีพระคุณอย่างไร เช่น ทรงมีพระมหากรุณาธิคุณเพียงไร มีความบริสุทธิ์เพียงไร มีพระปัญญาอย่างไร แล้วน้อมเอาพระคุณเหล่านั้นมาสู่ตน หรืออบรมตนให้มีคุณธรรมคุณสมบัติอย่างนั้นบ้าง ถ้าเคารพนับถือไปในแง่หลังและศักดิ์สิทธิ์ย่อมไม่พ้นสีลัพพตปาทาน

พระสงฆ์บางรูปมีวัตรปฏิบัติดี ปฏิปทาน่าเลื่อมใสและมุ่งการทำความเพียรทางจิตเพื่อพ้นทุกข์เป็นจุดมุ่งหมาย ท่านจึงมีอำนาจจิตสูงด้วยกำลังของสมาธิและเฉลียวฉลาดด้วยกำลังของวิปัสสนาปัญญา คนเคารพเลื่อมใสมาก อะไร ๆ ที่เกี่ยวกับท่าน ก็ดูจะขลังและศักดิ์สิทธิ์ไปเสียหมด ลูกศิษย์ใกล้ชิดก็สร้างเหรียญของท่านบ้าง ทำรูปแบบเหมือนของท่านบ้าง ครั้งแรก ๆ อาจทำเพื่อเคารพบูชา หรือเป็นเครื่องระลึกประจำตนด้วยความเคารพเลื่อมใส ต่อมาเมื่อมีคนเลื่อมใสมากขึ้นก็เริ่มทำเพื่อหารายได้สร้างนั่นสร้างนี่ ใคร ๆ ก็พากันไปพึ่งบารมีของท่านให้ช่วยไถ่ถอนไปหมด พวก มักได้เห็นเป็นทางได้โดยสะดวก อาจแฝงตัวเข้ามาทำมาหากินกับเหรียญหรือรูปปั้นและรูปเหมือนของท่าน เมื่อท่านยังมีชีวิตอยู่ก็ไปรบกวนท่านกัน จนท่านไม่มีเวลาเป็นของตนเองบ้าง เป็นการรบกวนความสงบสุขของท่านในปัจจุบันอย่างที่พระพุทธองค์ตรัสว่า

“ภิกษุทั้งหลาย ลาม ลักการะ และชื่อเสียง ทารุณ เผ็ดร้อน ทยาบคาย เป็นอันตรายแก่การบรรลุธรรมอันปลอดภัยไปร้งจาก เครื่องข้อมอันประเสริฐยิ่ง ภิกษุทั้งหลาย (อย่าว่าแต่ภิกษุบุรุษนเลย) ลาม ลักการะ และชื่อเสียงนี้ เป็นอันตรายแม้แต่ภิกษุผู้เป็น อรหันตชีณาสพ”^(๒)

เมื่อพระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสอย่างนี้ พระอานนท์จึงทูลถาม ขึ้นว่า “เพราะเหตุไร ลาม ลักการะและชื่อเสียง จึงเป็นอันตรายแก่ ภิกษุอรหันตชีณาสพ?”

พระศาสดาตรัสตอบว่า “ลาม ลักการะและชื่อเสียงมิได้ เป็นอันตรายต่อจิตที่หลุดพ้นแล้วของพระชีณาสพนั้นก็จริง แต่ เป็นอันตรายต่อการอยู่เป็นสุขในปัจจุบันของพระชีณาสพนั้น นี้ แหละอานนท์ เราจึงกล่าวว่า ลาม ลักการะและชื่อเสียงเป็นของทารุณ เผ็ดร้อน ทยาบคาย...”

ในทางที่ถูกต้องที่เหมาะสมก็คือ ถ้าเลื่อมใสท่านก็ควรศึกษาให้ รู้ให้เข้าใจถึงข้อปฏิบัติของท่านว่า ท่านมีดีในตนของท่านอย่างไร มีคุณอย่างไร แล้วถ่ายแบบเอาคุณอย่างนั้นเข้าไปในตน ดำเนิน ตามรอยของท่าน สร้างสมคุณธรรมอย่างนั้น ๆ ให้เกิดขึ้นในตน อย่างนี้แหละเรียกว่าเลื่อมใสจริง ได้ผลจริง และได้ชื่อว่าอยู่ใกล้ ท่านจริง โดยที่ไม่ต้องแขวนเหรียญของท่านก็ได้ ไม่ต้องบูชา

(๒) สังยุตตนิกาย นิทานวรรค เล่ม ๑๖ ข้อ ๕๕๐

รูปเคารพของท่านก็ได้ ดังที่พระพุทธองค์ตรัสว่า

“ผู้ใดก็ตาม แม่เดินเกาะชายสังฆาฏิของพระองค์ไปอยู่
ทุกหนทุกแห่ง ก็หาชื่อว่าอยู่ใกล้พระองค์ไม่ ส่วนผู้ใดปฏิบัติธรรม
สมควรแก่ตน สมควรแก่เหตุผล ผู้นั้นแหละชื่อว่าอยู่ใกล้พระองค์
อย่างแท้จริง”

ทรงเปรียบเทียบให้เห็นว่า “เหมือนลาที่เดินตามฝูงโคอยู่
ต้อย ๆ แต่ก็หาเป็นโคได้ไม่” (ส่วนโคแท้ ๆ แม่จะอยู่ต่างหากจาก
ฝูงโคก็คงนับว่าเป็นโคอยู่นั่นเอง)

เพราะฉะนั้น ผู้เลื่อมใสพระรัตนตรัย ปรรณาคความ
บริสุทธิ์แห่งตน ปฏิบัติตามโดยชอบเพื่อความบริสุทธิ์ นั้นแหละจึง
จะบรรลุจุดมุ่งหมายแห่งการถึงพระรัตนตรัย และได้ผลจริงทุก ๆ
ด้าน เพราะพระธรรมนั้นพระผู้มีพระภาคตรัสไว้ดีแล้ว เห็นได้ใน
ปัจจุบัน ไม่กำหนดกาล เรียกให้มาดูได้ ควรน้อมเข้ามาในตนเพื่อ
ให้กาย วาจา ใจของตนประกอบด้วยธรรม เป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน
กับธรรม และจะเห็นได้เองว่าธรรมนั้นประเสริฐสูงส่งเพียงใด

๔. อัตตวาทุปาทาน - ความยึดมั่นในตัวตน

โดยทั่วไปบุคคลผู้มีได้สดับธรรมของพระอริยะย่อมสำคัญ
มั่นหมายว่ามีตัวตน และสำคัญมั่นหมายสิ่งภายนอกว่าเป็นของตน

เช่น บุตร ภรรยา สามี ทรัพย์สมบัติ ญาติพี่น้อง เพื่อน คู่รักของตน เมื่อสำคัญมั่นหมายดังนั้น ความทุกข์ ความกังวล ความร้อนใจ ก็เกิดขึ้นด้วยเหตุผลต่าง ๆ เช่น ความพลัดพรากบ้าง ความไม่ได้ตั้งใจหวังบ้าง

ความจริงสิ่งทั้งหลายไม่มีตัวตน ไม่เป็นของเรา แม้ตัวตนที่เราสำคัญมั่นหมายว่าเป็นเรา ก็ยังไม่เป็นของเรา มันเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไปตามเหตุปัจจัย เมื่อมีเหตุปัจจัยหนุนอยู่อุปถัมภ์ค้ำชูอยู่ก็ดำเนินต่อไปได้ พอขาดเหตุปัจจัยก็ดับไป เหมือนเปลวไฟจากตะเกียงน้ำมัน เมื่อยังมีเหตุปัจจัยคือไส้และน้ำมันอยู่ เปลวไฟก็ยังดำรงอยู่ได้ทีละขณะๆ พอสิ้นน้ำมันอันเป็นเหตุปัจจัยและไฟได้ไหม้ไส้เท่าที่พอจะไหม้ได้หมดแล้ว เปลวไฟก็ดับไป

เมื่อตัวตนแม้ของเราเองก็ไม่มีเสียแล้ว ก็เป็นอันไม่ต้องกล่าวถึงสิ่งภายนอก ที่รู้สึกว่าเป็นเราและเป็นของเรานั้นเพราะความยึดคืออุปาทาน

ธรรมตามนุษย์เรานั้นประกอบด้วยชั้น ๕ คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ และธาตุ ๖ คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ อากาศ และวิญญาณธาตุ

ในอนัตตลักขณสูตร (สูตรที่ว่าด้วยลักษณะของอนัตตา) พระพุทธเจ้าทรงแสดงว่า ชั้น ๕ ไม่มีตัวตน ไม่เป็นตัวตน ถ้าเป็น

ตัวตนแล้วก็ยอมไม่เป็นไปเพื่ออาหาร เราย่อมปรารถนาเอาได้ว่า จง
เป็นอย่างนี้เถิด อย่าเป็นอย่างนั้นเลย

ในชาตวิภังคสูตร มัชฌิมนิกาย อุปริปัณณาสกั^(๓) พระพุทธ
องค์ทรงแสดงว่า คนเราประกอบด้วยธาตุ ๖ ดังกล่าวแล้ว และธาตุ
๖ นั้น บุคคลพึงเห็นด้วยปัญญาอันชอบตามความเป็นจริงว่า ไม่ใช่
เรา ไม่ใช่ของเรา เมื่อเห็นดังนี้ยอมเบื้อหนายในธาตุทั้ง ๖ และจิต
ยอมคลายความกำหนัดในธาตุทั้ง ๖ นั้น

แม้บางคราวพระพุทธองค์ทรงแสดงอัตตาคือตัวตนเหมือน
กัน เช่นในโปฏฐุปาทิสสูตร^(๔) ทรงแสดงอัตตา ๓ อย่างคือ ๑. อัตตา
หยาบ อันได้แก่ ตัวตนของมนุษย์ สัตว์ดิรัจฉานและเทพชั้นกามาว
จรทั่วไป ๒. อัตตาอันสำเร็จด้วยใจ อันได้แก่ กายของพรหม ชั้น
รูปพรหมและ ๓. อัตตาที่หารูปมิได้ คือพวกอรูปรพพรหม แต่ทรง
สอนให้ละอัตตาทั้ง ๓ นั้นเสีย และว่าการละอัตตาทั้ง ๓ เสียได้
เป็นความสุข

ในที่สุดทรงเน้นว่า คำว่า “อัตตา (ตัวตน)” นี้ เป็นเพียงโลก
สมัญญา โลกนิรุตติ โลกโวหารและโลกบัญญัติ คือสมมุติเรียกกัน
ทางโลกเป็นภาษาของชาวโลก ทรงพูดตามภาษาของโลกแต่ไม่ทรง
ยึดถือ

(๓) ๑๔/ ข้อ ๖๕๓-๖๘๔

(๔) ทีฆนิกาย สีลขันธวรรค พระไตรปิฎกเล่ม ๔ เรื่องที่ ๘

ข้อที่ว่า “ตนเป็นที่พึ่งของตน” ก็ทำนองเดียวกัน ทรงเรียกชั้นที่ ๕ ๖ ๗ ว่าตนตามสมมติของชาวโลก เพื่อให้ชาวโลกเข้าใจและนำไปปฏิบัติได้ในชั้นจริยธรรม เพื่อให้สร้างตนเอง พึ่งตนเองด้วยการกระทำของตนเอง พระพุทธศาสนาเน้นเรื่องนี้จนได้ชื่อในภาษาอังกฤษสมัยปัจจุบันว่า **A Do-it-yourself Religion**

พระพุทธเจ้าเองก็ตรัสอยู่เสมอว่าให้มีตนเป็นที่พึ่ง พระองค์เองทรงเป็นเพียงผู้บอกเท่านั้น วิธีพึ่งตนเองที่ดีที่สุดก็คือ พึ่งธรรม แม้พระองค์ก็ทรงถือเอาธรรมเป็นที่พึ่งเหมือนกัน คนที่ธรรมคุ้มครองแล้วก็เป็นอันได้รับการคุ้มครองด้วยดี ผู้ที่ธรรมไม่คุ้มครองแล้ว ใคร ๆ ก็ไม่อาจคุ้มครองได้

ในจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย^(๕) สัจจนิกครนธ์ ทูลถามพระพุทธองค์ว่า ด้วยเหตุผลเพียงเท่าใด สาวกของพระองค์จึงเชื่อว่าเป็นผู้ทำตามคำสั่งสอน ทำตามพระโอวาท ข้ามความสงสัยเสียได้ ถึงความแก่ล้า วลีไม่ต้องเชื่อผู้อื่น อยู่ในคำสั่งสอนแห่งศาสนาดาน

พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสตอบว่า สาวกของพระองค์เห็นปัญญาชั้นดี โดยความเป็นของไม่มีตัวตน ไม่ใช่ตัวตน เพียงเท่านั้นก็เชื่อว่าจะทำตามคำสั่งสอนทำตามโอวาทของเรา ข้ามความสงสัยเสียได้ ถึงความแก่ล้า วลีไม่ต้องเชื่อผู้อื่น... ฯลฯ

(๕) มัชฌิมนิกาย มูลปณณาสกั พระไตรปิฎกเล่ม ๑๒ ข้อ ๓๙๖

เพราะเหตุที่สิ่งทั้งหลายทั้งปวงไม่ใช่ตัวตน ไม่มีตัวตน พระพุทธองค์จึงตรัสว่า สิ่งทั้งปวงอันบุคคลไม่ควรยึดมั่นถือมั่น (สพฺเพ ธมฺมา นาลํ อภินเวสยา) เพราะเมื่อยึดมั่นในสิ่งใด ก็ย่อมต้องทุกข์เพราะสิ่งนั้นเมื่อยึดมั่นในตัวตนก็ย่อมต้องทุกข์เพราะตัวตน เพราะสิ่งใดที่บุคคลเข้าไปยึด (มีอุปาทาน) จะไม่ก่อทุกข์ก่อโทษให้ เป็นไม่มีในโลกนี้ หรือแม้ในโลกไหน ๆ ก็ตาม พระพุทธองค์ตรัสว่า เมื่อไม่ยึดมั่นย่อมไม่มีความหวาดสะดุ้ง เมื่อไม่หวาดสะดุ้ง ย่อมปรีนิพพานเฉพาะตนทีเดียว

ความยึดมั่นในตัวตนนี้เองทำให้บุคคลมีอหังการ ความทะนงตนหรือความรู้สึกเชิดชูตน ที่เรียกในภาษาอังกฤษว่า Egoistic Tendency ความรู้สึกดังกล่าวนี้ นำความทุกข์มาให้แก่ตนและผู้อื่นมาก มีลักษณะยกตนข่มผู้อื่น ซึ่งมีอยู่ทั่วไปในหมู่มนุษย์มิได้ สดับธรรมของพระอริยะ ผู้หลงใหลอยู่ในทิฐิมานะและตัวตน ก่อให้เกิดความเคียดแค้นบาดหมาง ความกระทบกระทั่ง ความริษยา และนำไปสู่ความทุกข์อันยึดเยื้อ ความรู้สึกทะนงตนดังกล่าวแม้ บางคราวจะไม่ก่อทุกข์แก่ผู้อื่นเพราะอยู่ภายใต้ตน แต่ก็ก่อทุกข์ให้แก่ตนในฐานะที่เป็นภาระทางใจอันหนักอึ้ง บางทีก็ทำให้คนผู้มีปัญญาจักษุน้อย มองเห็นเป็นความดิงามในฐานะแห่ง “คักคัตรี” หรือ “เกียรติยศ” แล้วแบกเอาสิ่งนั้นไว้ และกอดรัดเอาไว้อย่างเหนียวแน่น บางทีก็เข้าไปในรูปของการ “จมไม่ลง” บางคราวก็เป็นไปในรูปของการ “กลืนไม่เข้า คายไม่ออก” บางครั้งก็มีพฤติกรรมทำนองเดียวกับนกที่ถูกเขาเอาไม้เสียบคางแล้วปล่อยให้บินไป

ต้องมองสูงอยู่ตลอดเวลา ก็ไม่ได้ เห็นไปจนหมดแรงแล้วตกลงมาตาย

หลุมพรางของโลกมีอยู่เป็นอันมาก คอยดึงดูดีให้คนตกลงไป ผู้ไม่มีแว่นธรรมหรือกล้องส่องทางไกลคือธรรม ย่อมเป็นการยากที่จะมองเห็น เมื่อตกลงไปแล้วบางทีก็ขึ้นชมยินดีอยู่ในหลุมพรางนั้น ไม่คิดจะดึงตัวขึ้นมา เพราะคนเป็นอันมากตกอยู่ นึกว่าใคร ๆ ก็เป็นอย่างนี้ทั้งนั้น นึกปลอบใจตัวเองว่า “ไม่เป็นไร ใคร ๆ ก็เป็นกัน” แต่ความสุขของผู้ไม่ตกหลุมพรางไม่ติดบ่วงนั้นเป็นอย่างไรไม่เคยได้รู้ จึงสำคัญผิด เห็นทุกข์เป็นสุขไปอย่างนี้แหละมีมาก ส่วนคนที่มีพรตระอันถูกต้อง เห็นทุกข์เป็นทุกข์ เห็นสุขเป็นสุขนั้นมีน้อย

อุปาทานคือความยึดมั่นทั้ง ๔ ประการดังกล่าวเป็นเครื่องผูกพันมนุษย์ไว้กับความทุกข์ เมื่อปล่อยวางได้ ไม่มีอุปาทานก็เป็นความสุข ความดับอุปาทานโดยไม่มีเชื้อเหลือท่านเรียกว่า ออนุปาทปรินิพพาน เป็นภาวะสูงสุดในพระพุทธศาสนา เป็น Summum Bonum เป็นกิจที่พึงประสงค์อย่างยิ่งในการประพาศธรรม เป็นภาวะที่ปลอดภัยจากทุกข์ทั้งปวง

การปล่อยอุปาทานอย่างหนึ่งแล้วไปจับเอาอีกอย่างหนึ่งไว้ นั่นอีกหน่อยก็จะติดหมดทุกอย่างโดยไม่รู้ตัว เพราะอริยาคือความไม่รู้หรือความเขลา ดังลิงที่เอามือไปจับท่อนไม้ที่มียางเหนียวไว้

อยู่โดยรอบ เมื่อมือแรกติดยางเหนียวแล้วดึงไม่ออก เอามือที่สองไปยื่นเข้าเพื่อดึงมือแรกออก มือที่สองจึงติดยางเหนียวนั้นด้วย มือที่สามและที่สี่ก็ติดยางเหนียวโดยทำนองเดียวกัน จึงเป็นอันติดยางเหนียวหมดทั้ง ๔ มือ หรือ ๔ เท้า ต้องห้อยโหนตัวอยู่ที่ท่อนไม้ นั่นเอง ได้รับทุกขเวทนาเป็นอันมาก คนส่วนมากก็ยึดมั่นอยู่ในอุปาทานทั้ง ๔ ประการนั้น

บางรายแม้ละอุปาทานอย่างอื่นได้แล้ว แต่ไปติดอยู่ในอัตตวาหุอุปาทาน แต่ประการเดียว หรือติดอย่างใดอย่างหนึ่งก็เหมือนกัน ชื่อว่าติดอยู่ ไม่อาจถอนตนให้เป็นอิสระโดยสมบูรณ์ได้ เหมือนลิงที่แม่จะติดยางเหนียวเพียงมือเดียวก็ชื่อว่าติดขอนไม้อยู่นั่นเอง ไม่อาจมีเสรีภาพได้ ฉันทใดก็ฉันทนั้น พิจารณาให้เห็นโทษของอุปาทานไม่ว่ากาม ทิฐิ สีสัพพะตะหรืออัตตวาหะล้วนแต่มีโทษทั้งสิ้น เมื่อพิจารณาเห็นโทษแล้วก็พยายามบรรเทาความยึดมั่นต่าง ๆ เหล่านั้นให้เบาบางลง ถ้ายังไม่อาจบรรเทาได้ก็ให้พิจารณาเห็นโทษเนื่อง ๆ มองให้ดีจะเห็น เพราะความทุกข์อันปรากฏชัดเจนอยู่กับใจนั้นก็เพราะมีอุปาทาน การเห็นทุกข์อันเกิดจากอุปาทานก็ชื่อว่าเห็นโทษของอุปาทาน ถ้ายังบรรเทาไม่ได้ก็ให้อบรมสมาธิและปัญญาให้มีความกำลังแรงกล้าขึ้น เพราะเมื่อเห็นโทษแล้วยังตัดไม่ได้ก็แสดงว่ากำลังใจยังไม่พอ กำลังปัญญายังไม่พอ เหมือนคนที่เห็นการผูกมัดรัดตรึงว่าเป็นโทษที่พึงสลัดออกแล้ว แต่ยังตัดไม่ขาด ทั้ง ๆ ที่มีดก็อยู่ในมือ แสดงว่ากำลัง แขนยังไม่พอ ต้องบำรุงกำลังแขนให้แข็งแรงขึ้น และลับมีดให้คมขึ้นอีก ย่อมจะต้องตัดได้ขาดเมื่อกำลังเพียงพอ

การปล่อยอุปาทานเหมือนการปลงภาระอันหนักลงเสียได้
ย่อมมีความสุข ความโปร่งใจ เบาใจ เหมือนคนแบกภาระหนักมานาน
เมื่อปลงเสียได้ ไม่ยึดภาระอื่นไว้ย่อมเบาสบาย ปลอดโปร่ง ฉันท
ก็ฉันทนั้น

บุคคลอุ้มสิ่งใดไว้ย่อมหนักเพราะสิ่งนั้น กายที่อุ้มภาระใด
ไว้ เช่น แม่อุ้มเด็กย่อมหนักเพราะภาระนั้น ยิ่งอุ้มนานและเดินทาง
ไกล ก็ยิ่งหนัก และเหน็ดเหนื่อยมากขึ้น ฉันท ใจที่อุ้มเอากิเลสไว้
อุ้มเอาอุปาทานไว้ก็ย่อมหนักฉันทนั้น แม่ปากจะบ่นว่าไม่ไหวแล้ว
แต่ก็ยังอุ้มไว้ สิ่งที่อุ้มไว้นั้นยังเป็นสังขาร มีปัจจัยปรุง มีความ
ทรุดโทรมคร่ำคร่าเป็นธรรมดาเข้าอีก ผู้อุ้มเอาไว้จึงต้องแก้ไข
ปรับปรุง ยุ่งเหยิงอยู่เนืองนิตย์ เพียงขั้น ๕ หรือกายใจของตน
เพียงคนเดียวก็น้ำหนักแสนหนักอยู่แล้ว ยิ่งอุ้มเอาสิ่งอื่นภายนอก
ตนไว้อีก ด้วยอุปาทานอันมั่นคงว่า “เรา” และ “ของเรา” ลองคิด
ดูเถิดว่าจะต้องหนักสักเพียงใด

ชีวิตที่ไม่มีอุปาทาน จึงเป็นชีวิตที่ปลอดโปร่งสบาย ปล่อย
สิ่งทั้งหลายให้เป็นไปตามเหตุปัจจัย (ยถา ปัจจุยํ ปวตฺตตฺตฺติ) เข้าไป
เกี่ยวข้องกับสิ่งต่าง ๆ ด้วยความรู้เท่าทัน ด้วยปัญญาอันชอบ มิใช่
เข้าไปเกี่ยวข้องกับอย่างมืดบอดซึ่งจะก่อโทษให้นานัปการ.



บทสวดสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย

พระพุทธคุณ

อิติปิโส ภะคะวา อะระหัง สัมมาสัมพุทธโธ
วิชา จะระณะ สัมปันโน สุคะโต โลกะวิทู อนุตตะโร
ปุริสธัมมะสาระถิ สัตถา เทวมนุสสานัง พุทโธภะคะวาติ

พระพุทธคุณ แม้เพราะอย่างนี้ พระผู้มีพระภาคเจ้านั้น เป็น พระอรหันต์ผู้บริสุทธิ์เป็นผู้ควรแนะนำสั่งสอนผู้อื่น ควรได้รับความเคารพบูชา เป็นผู้ตรัสรู้ชอบเอง เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยวิชา และ ความประพฤติ เป็นผู้เสด็จไปดีแล้ว เป็นผู้รู้แจ้งโลก เป็นสารถีฝึก บุรุษที่ฝึกได้ ไม่มีใครยิ่งไปกว่าเป็นคาสตาของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย เป็นผู้ตื่นและเบิกบานแล้ว และเป็นผู้จำแนกแจกแจงธรรม

พระธรรมคุณ

สวากขาโต ภะคะวะตาธัมโม สันทิฏฐิโก อะกาลิโก
เอหิปัสสิโก โอปะนะยิโก ปัจจัตตังเวทิตัพโพ วิญญูหิติ

พระธรรมคุณ พระธรรมอันเป็นพระผู้มีพระภาคเจ้าตรัส ดีแล้ว อันผู้ปฏิบัติจะพึงเห็นชัดด้วยตนเอง ไม่ขึ้นอยู่กับกาล ควร เรียกให้มาดู ควรน้อมเข้ามาในตน อันวิญญูชนพึงรู้เฉพาะตน

พระสังฆคณ

สุปะฏิปันโน ภาคะวะโต สภาวะกะสังโฆ
อุชุปะฏิปันโน ภาคะวะโต สภาวะกะสังโฆ
ญายะปะฏิปันโน ภาคะวะโต สภาวะกะสังโฆ
สามีจิปะฏิปันโน ภาคะวะโต สภาวะกะสังโฆ
ยะทิทังจัตตาริ ปุริสะยุคานิ อัญญะปุริสะปุคคะลา
เอสะ ภาคะวะโต สภาวะกะสังโฆ
อาหุเนยโย ปาหุเนยโย ทักขิเนยโย
อัญชะลีกะระณีโย อะนุตตะรัง ปุญญักเขตตัง โลกัสสาติ

พระสังฆคณ พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้าเป็นผู้
ปฏิบัติถูกต้องทาง เป็นผู้ปฏิบัติสมควร เป็นผู้ควรแก่การของค่านับ เป็น
ผู้ควรแก่การต้อนรับ เป็นผู้ควรแก่ของทำบุญ เป็นผู้ควรแก่การทำ
อัญชลีกราบไหว้ เป็นนาบุญอันยอดเยี่ยมของโลก



ท่านอาจารย์วศิน อินทสระ เมตตา
นำหลักธรรมสำคัญอันเป็นหัวใจของพระพุทธศาสนา
มาอธิบายให้ทุกท่านได้เห็นความจริงแห่งชีวิต
ที่มาและที่ไป รวมทั้งแนวทางการปฏิบัติไปสู่
ความหลุดพ้นและความดับทุกข์
ถือเป็นหนังสืออันทรงคุณค่าแห่ง
บทสรุปอรรถาธิบายหลักธรรมอันสำคัญยิ่ง
อีกหนึ่งผลงานอันเป็นเพชรเม็ดงาม
ที่ฝากไว้ในธรรมลิขิตแห่งพุทธศาสนา
ท่านอาจารย์วศินได้สรุปเรียบเรียงข้อธรรม
ที่ยากให้เข้าใจง่าย เหมือนช่วยหงายของที่คว่ำ
ทำให้ผู้อ่านสามารถเข้าถึงหลักธรรมได้ไม่ยาก

