

กรรมฐาน หรือ
ภาวนา

วชิร วัฒนสาร





กรรมฐานหรือภาวนา

อ. วคิน อินทสระ

Facebook : อาจารย์วคิน อินทสระ



ชมรมกัลยาณธรรม
หนังสือดีลำดับที่ ๔๒๑



PDFfile book

พิมพ์ครั้งที่ ๕ : พฤษภาคม ๒๕๖๖ ๒,๐๐๐ เล่ม

จัดพิมพ์โดย : ชมรมกัลยาณธรรม ๑๐๐ ถ.ประโคนชัย ต.ปากน้ำ อ.เมือง

จ.สมุทรปราการ ๑๐๒๗๐ โทรศัพท์ ๐- ๒๗๐๒-๗๓๕๓ และ ๐-๒๗๐๒-๙๖๒๔

รูปเล่ม คิงส์ แยกสี แคนนากราฟฟิก โทรศัพท์ ๐๘-๖๓๑๔-๓๖๕๑

พิมพ์ที่ บริษัท ขุมทอง อุตสาหกรรมและการพิมพ์ จำกัด

โทรศัพท์ ๐๒-๘๘๕-๗๘๗๑-๓

พิมพ์ครั้งที่ ๑ ถึง ๔ : สภาการศึกษาหม่อมกุฎราชวิทยาลัย ในพระบรมราชูปถัมภ์

พิมพ์จำหน่าย ครั้งที่ ๔/๒๕๓๔ จำนวน ๓,๐๐๐ เล่ม (ลิขสิทธิ์เป็นของผู้เขียน)

จัดพิมพ์เป็นธรรมทาน

สัพพทานัง ธัมมทานัง ชินาติ

การให้ธรรมะเป็นทาน ย่อมชนะการให้ทั้งปวง

www.kanlayanatam.com

Facebook : Kanlayanatam

คำปรารภ

ลูกจ๋ม (ทันตแพทย์หญิงอัจฉรา กลิ่นสุวรรณ) ขออนุญาตพิมพ์หนังสือ “กรรมฐานหรือภาวนา” ที่ท่านเห็นอยู่นี้ ข้าพเจ้าอนุญาตด้วยความยินดียิ่ง หนังสือเล่มนี้ได้กล่าวเรื่อง กรรมฐานหรือภาวนาเพียงโดยย่อ ถ้าท่านอ่าน โดยพินิจพิจารณา ก็จะได้ประโยชน์ตามสมควร เรื่องกรรมฐานหรือภาวนาเป็น เรื่องสำคัญของพระพุทธศาสนาเรื่องหนึ่ง

ข้าพเจ้าขออนุโมทนาต่อกุศลและเจตนาของผู้จัดพิมพ์ และขออวยพร ให้ผู้จัดทำและท่านผู้อ่าน ประสบความสุขความสำเร็จความสงบและปัญญา โดยทั่วกัน

ด้วยความปรารถนาดีอย่างยิ่ง

วคิน อินทสระ

๘ เมษายน ๒๕๖๖

คำนำชมรมกัลยาณธรรม

กรรมฐานและการภาวนา นับเป็นส่วนสำคัญของชีวิต ของผู้หวังความสุขความเจริญในธรรมและความสงบปลอดภัยในสังสารวัฏ ซึ่งในการศึกษาองค์ความรู้ที่ถูกตรง เพื่อเป็นข้อมูลในการปฏิบัติภาวนาที่ถูกต้องนั้น นับว่าเป็นเรื่องสำคัญและจำเป็นยิ่ง เพราะหากยังไม่เข้าใจแล้วลงมือก็อาจเกิดผลเสียได้มาก

“กรรมฐานหรือภาวนา” เล่มนี้ เป็นผลงานเรียบเรียงของท่าน **อาจารย์วศิน อินทสระ** ซึ่งท่านได้รวบรวมข้อมูลที่สำคัญและจำเป็นทั้งในส่วน ของปรมัตถธรรมที่สำคัญ และความเข้าใจเรื่องสมถภาวนา วิปัสสนาภาวนา และเรื่องของปัญญา แต่แรกนั้น ท่านเขียนเพื่อเป็นตำราเสริมให้พระนักศึกษา ที่มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย ในช่วงที่ท่านเป็นอาจารย์สอนอยู่ และ สภาการศึกษามหามกุฏราชวิทยาลัย ในพระบรมราชูปถัมภ์ได้จัดพิมพ์เป็น ตำราถวายแก่พระนิสิตทั้งหลายมาต่อเนื่อง โดยจัดพิมพ์รวม ๔ ครั้ง แต่ บัดนี้หนังสือได้หมดไปนานแล้ว

ข้าพเจ้าได้รับต้นฉบับมาแล้วพิจารณาเห็นว่า ความรู้เหล่านี้เป็นประโยชน์ในการศึกษาและปฏิบัติธรรม ไม่เฉพาะบรรพชิตเท่านั้น แต่ยังเกื้อกูลแก่สาธุชนผู้ใฝ่ในการศึกษาพระปริยัติธรรมที่ถูกต้อง เนื้อหาอ่านเข้าใจง่าย เชื่อถือได้ จึงได้กราบขออนุญาตท่านอาจารย์จัดพิมพ์แจกเป็นธรรมทาน ให้เป็นประโยชน์แพร่หลายกว้างขวางยิ่งขึ้น ซึ่งท่านอาจารย์ยังเมตตาช่วยตรวจทานต้นฉบับให้ด้วย นับว่าเป็นความกรุณาของครูบาอาจารย์อย่างยิ่ง ขอโน้มบุญกุศลนี้เป็นอาจริยบูชาแด่ท่านอาจารย์ด้วยเคารพยิ่ง

งานเขียนของท่านอาจารย์วคิน อินทสระ เป็นงานเขียนที่ทรงคุณค่า และมั่นใจได้ในองค์ความรู้ธรรมที่ถูกต้อง ท่านได้อ้างอิงที่มาจากพระคัมภีร์พระไตรปิฎกไว้ให้ด้วย รวมไปถึงยังเป็นงานเขียนที่มีเสน่ห์ อ่านเข้าใจง่าย ใช้ภาษาได้งดงามสละสลวย ชมรมกัลยาณธรรมจึงหวังอย่างยิ่งว่า ธรรมทานนี้จะเป็นประโยชน์แก่สาธุชนทุกท่านในการปฏิบัติภาวนา ครองชีวิตที่สงบร่มเย็น ด้วยธรรมทั่วกันทุกท่านเทอญ

กราบสำนึกพระคุณและอนุโมทนาทุกท่าน

ทพญ. อัจฉรา กลิ่นสุวรรณ

ประธานชมรมกัลยาณธรรม

คำนำ

ในการพิมพ์ครั้งแรก

หนังสือเรื่องกรรมฐานหรือภาวนานี้ อาจารย์วคิน อินทสระ ได้เขียนขึ้นตามโครงการศึกษาเพื่อเสนอหลักวิชาตามแนวพุทธศาสตร์ของกองวิจัยและวางแผนสำนักงานคณะวัฒนธรรมแห่งชาติ

สภาการศึกษา มหามกุฏราชวิทยาลัย เห็นว่าเป็นเรื่องที่มีประโยชน์และเป็นที่นิยมอ่านกันมาก ในสมัยปัจจุบัน จึงได้ขออนุญาต อาจารย์วคินฯ เพื่อพิมพ์จำหน่ายเผยแพร่ นำทุนอุดหนุนการศึกษาของพระภิกษุ สามเณรของสภาการศึกษาฯ อาจารย์วคิน อินทสระ ได้อนุญาตให้ด้วยความยินดี

สภาการศึกษาฯ ขออนุโมทนาต่ออาจารย์วคิน อินทสระ ที่มีกุศลจิตเขียนหนังสือนี้ขึ้นมา ด้วยความวิริยะอุตสาหะ เพื่อประโยชน์แก่พระพุทธศาสนาโดยส่วนรวม และในการที่ได้มอบหนังสือให้สภาการศึกษาฯ จัดพิมพ์จำหน่าย ขออำนวยการให้อาจารย์วคิน อินทสระ จงประสบแต่ความสุข ความสำเร็จในชีวิต และมีความเจริญก้าวหน้ายิ่งๆ ขึ้นไป

สภาการศึกษามหามกุฏราชวิทยาลัย

๑๘ ธ.ค. ๒๕๒๔

สารบัญ

กรรมฐาน หรือภาวนา.....	๘
ส่วนที่เกี่ยวข้องกับสมถภาวนา.....	๑๑
ส่วนที่เกี่ยวข้องกับวิปัสสนาภาวนา.....	๒๑
รูป.....	๒๙
ปัญญา.....	๕๑



กรรมฐานหรือภาวนา

สมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐาน

กรรมฐาน แปลว่า ที่ตั้ง (ฐาน) แห่งการงาน (กรรม) แต่หมายถึง การงานทางใจ

ภาวนา แปลว่า การอบรม หมายถึง การอบรมจิตให้เจริญด้วยคุณธรรมต่างๆ จนถึงที่สุด คือเจริญสูงสุด จนไม่มีความชั่วหลงเหลืออยู่ในจิตเลย มีแต่ความดีล้วนๆ

กรรมฐานก็ดี ภาวนาก็ดี ทางพุทธศาสนาแบ่งไว้ ๒ ประเภท คือ

๑. สมถะ (หรือสมาธิ)

๒. วิปัสสนา

สมถกรรมฐาน หรือ สมถภาวนา คืออุบายแห่งการทำจิตให้สงบ (สมถะ หรือสมาธิ แปลว่า สงบ หรือ ตั้งมั่น) ท่านแนะวิธีการไว้ ๔๐ ประการ เพื่อผู้ปฏิบัติจะเลือกใช้ให้เหมาะสมกับอุปนิสัยหรือจริตของตน เหมือนยาหลายขนาน เพื่อบำบัดโรคชนิดต่างๆ อนึ่ง แม้โรคอย่างเดียวกัน ลางเนื้อยังชอบลางยา

วิปัสสนากรรมฐาน หรือ วิปัสสนาภาวนา คืออุบายทำปัญญาให้รุ่งเรือง ทำปัญญาให้เจริญเต็มที่เพื่อให้ละอวิชชาเสียได้ สมดังที่พระพุทธองค์ตรัสว่า

ถาม เจริญสมถะเพื่ออะไร ?

ตอบ เพื่ออบรมจิต

ถาม อบรมจิตแล้วได้อะไร ?

ตอบ ละราคะได้

ถาม เจริญวิปัสสนาเพื่ออะไร ?

ตอบ เพื่ออบรมปัญญา

ถาม อบรมปัญญาแล้วได้อะไร ?

ตอบ ละอวิชชาได้

(อังคุตตรนิกาย เอกนิบาต ๒๐/๗๘/๒๗๕)^๑

^๑ พระสุตตันตปิฎกเล่ม ๒๐ มหามกุฏราชวิทยาลัย ๒๕๐๐ หน้า ๗๘

บุคคลผู้เจริญสมณะหรือวิปัสสนาย่อมเป็นผู้มีศีลเป็นพื้นฐานอยู่แล้ว ผู้เจริญสมณะและวิปัสสนา จึงเป็นผู้มีศีล สมาธิ และปัญญาพร้อมบริบูรณ์ในตน ก็ศีล สมาธิ ปัญญา นี้ มีใช้หรือที่เป็นหลักคำสอนทั้งหมดของพระพุทธองค์ หรือ คำสอนทั้งหมดรวมลงเป็นศีลบ้าง สมาธิบ้าง อย่างใดอย่างหนึ่ง

สมถภาวนา และวิปัสสนาภาวนามีชั้นอันวิจิตรพิสดารยิ่งนัก และ จะพรรณนาให้บริสุทธิบริบูรณ์ได้ก็เฉพาะแต่ท่านผู้แตกฉานรอบรู้ทั้งปรียัติ ปฏิบัติ และปฏิเวธเท่านั้น

ในที่นี้จะกล่าวแต่เฉพาะบางแง่ บางมุม บางจุดของภาวนาทั้ง ๒ นั้น เท่านั้น ขอแบ่งหัวข้อกว้างๆ ดังนี้คือ

ส่วนที่เกี่ยวข้องกับสมถภาวนา

๑. ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับสัมมาสมาธิ
๒. สมถภาวนาอันเป็นเครื่องปราบกับนิวรณ์ ๕
๓. พรหมวิหาร ๔

ส่วนที่เกี่ยวกับวิปัสสนาภาวนา

๑. ความหมายและความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับวิปัสสนา
๒. ความคลาดเคลื่อนอันเป็นข้าศึกของวิปัสสนา
๓. อารมณวิปัสสนา
๔. อุปการธรรมของวิปัสสนา
๕. หัวใจของวิปัสสนากรรมฐาน



ส่วนที่เกี่ยวข้องกับสมณภาพนา

๑. ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับสมาธิ

สมาธิที่ถูกต้อง มีความสำคัญต่อการทำงานทุกชนิด และเป็นที่ยู่อันสงบสุขของดวงจิต ไม่มีที่ใดจะให้ความสุขแก่ดวงจิตอันไม่มีโทษเท่ากับสมาธิ สมาธิจึงเป็นเรือนแก้วแห่งดวงใจของคนทุกคน แต่คนส่วนมากพอได้ยินคำว่าสมาธิ จักนึกไปถึงฌานวิปัสสนาขั้นสูง จึงเห็นว่าสูงเกินไปสำหรับตน ทำไม่ได้ ไม่มีเวลาทำ ขัดกับการงานและเวลาประกอบอาชีพ ความจริงแล้ว สมาธิต้องใช้ในการงานทุกอย่าง ไม่ว่างานสูงต่ำอย่างไร จะต่างกันก็เพียงว่า จะต้องใช้สมาธิแบบบางหรือเข้มข้นเพียงใดเท่านั้น

สมาธิ ตามตัวอักษรแปลว่า ความตั้งมั่น หมายถึง ความตั้งมั่นแห่งจิต ความที่จิตมั่นคงไม่หวั่นไหว เสาเรือนที่ปักลงม่นย่อมรับน้ำหนักได้ดี ไม่โยกคลอน ฉะนั้นใด ดวงจิตที่มั่นคงด้วยกำลังสมาธิก็ฉนั้นนั้น ย่อมไม่ออกแวกหวั่นไหว แม้มีอารมณ์ภายนอกมากระทบ ก็รักษาปกติภาพไว้ได้ ดวงจิตอย่างนี้มีคุณค่ามาก

ความจริงมนุษย์เรามีปัญญา มีความสามารถสูงกว่าที่เจ้าตัวคิดมากนัก ถ้าเขาสามารถทำจิตให้เป็นสมาธิได้ เขาจะได้เห็นความมหัศจรรย์แห่งดวงจิตของเขาเอง กระแสดวงจิตเหมือนดวงไฟที่ได้รวมแสงแล้ว ย่อมให้แสงสว่างได้มากกว่าดวงไฟที่แสงพร่าไปทุกทิศทุกทาง นักวิทยาศาสตร์สามารถรวมแสงได้ ฉะนั้นใด บุคคลก็ย่อมสามารถรวมกระแสดวงจิตหรือกระแสความสำนึกของตนให้มุ่งไปทางเดียวได้ฉนั้นนั้น และทำได้โดยวิธีการฝึกฝนนั่นเอง

สัมมาสมาธิที่พระพุทธองค์ตรัสในบาลีมัคควังคสูตร (๒) (สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค ๑๙/๑๐/๓๓) หมายถึง สมาธิในฌานระดับต่างๆ ตั้งแต่ระดับที่ ๑ ถึงระดับที่ ๔ เป็นความสงบประณีตแห่งดวงจิตที่ปราศจากนิวรณ์ ๕ คือความพอใจในกาม, ความพยาบาท, ความคร้านกาย คร้านใจ ง่วงงุน, ความฟุ้งซ่าน รำคาญและความล่งเลงสัย ไม่แน่ใจ เมื่อปราศจากนิวรณ์ จิตสงบนิ่งอยู่ในอารมณ์ของสมาธิแล้วก็พร้อมที่จะก้าวไปสู่ญาณ (ความรู้ หรือปัญญา) ขั้นต่างๆ

นี้เป็นสมาธิระดับสูงเพื่อความก้าวหน้าแห่งการพัฒนาจิตใจให้บริบูรณ์ด้วยสมาธิ และปัญญาเต็มความหมายที่พระพุทธเจ้าทรงประสงค์เพื่อมุ่งไปสู่ความหลุดพ้นจากกิเลสทั้งปวง อันเป็นจุดหมายสูงสุดของพุทธศาสนา

ส่วนวิธีทำให้เป็นสมาธินั้น มีวิธีการอยู่มากมาย ท่านให้วิธีการไว้ถึง ๔๐ วิธี เป็นหมวดๆ บ้าง ไม่เป็นหมวดบ้างจัดเป็น ๗ แบบ ๗ ประเภทดังนี้

๑. กสิณ ๑๐ คือ การเพ่งกสิณ มีปฐวิวกสิณเป็นต้น
๒. อสุภะ ๑๐ คือ การพิจารณาซากศพชนิดต่างๆ
๓. อนุสสติ ๑๐ คือ การระลึกถึงสิ่งที่ควรระลึก เช่น ระลึกถึงคุณของพระพุทธเจ้า เป็นต้น
๔. พรหมวิหาร ๔ คือ อรูปฌาน ๔
๕. อรูปสมาบัติ ๔ คือ อรูปฌาน ๔
๖. สัมมัตถะ ๑ ได้แก่ อาหาเรปฏิกูลสัญญา การพิจารณาอาหารให้เห็นเป็นของปฏิกูล
๗. ววัฏฐาน ๑ คือ จตุธาตววัฏฐาน การกำหนดสิ่งทั้งหลาย โดยความเป็นธาตุ ปราศจากสัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา

๒. สมกภาวนาอันเป็นเครื่องปราบนิวรณ ๕

นิวรณ ๕ คืออะไร ได้กล่าวแล้วในหัวข้อที่ ๑ ทั้ง ๕ ประการนี้ พระพุทธเจ้าทรงแสดงว่าเป็นเครื่องกันจิตมิให้บรรลुकุณธรรมอันสูงขึ้นไปในทางธรรม หรือเป็นอุปสรรคในการพัฒนาจิต เป็นสิ่งที่ทำปัญญาให้อับเฉาเศร้าหมอง เพราะฉะนั้นผู้มุ่งพัฒนาจิตจึงจำเป็นต้องกำจัดสิ่งที่จะเป็นอุปสรรคเสียก่อน เหมือนคนจะหว่านข้าวลงในนา ต้องการให้ต้นข้าวเจริญเติบโตเต็มเม็ดเต็มรวง จะต้องปราบหญ้า อันเป็นอุปสรรคของต้นข้าวเสียก่อน และปรับพื้นที่ให้เหมาะสมแก่การเจริญของต้นข้าว นั่น อีกตัวอย่างหนึ่ง เหมือนคนจะปลูกบ้านสร้างเรือน จะต้องทำพื้นให้ดีเสียก่อน คือปรับพื้นที่ให้สม่ำเสมอ

การปลูกฝังคุณธรรมคือ สมาธิและปัญญาอันเป็นคุณที่เราปรารถนา ก็เช่นกัน จะต้องทำลายนิวรณ์อันเป็นตัวยุบสรรคเสียก่อน เครื่องมืออันควรนำมาเป็นเครื่องปราบมีดังนี้

๑. อสภักภาวนา เป็นเครื่องปราบนิวรณ์คือ กามฉันทะ

อสุภภาวนาคือ การอบรมจิตให้เห็นความไม่สะอาดของสิ่งทั้งหลาย เช่น ความไม่สะอาดของกาย ซึ่งประกอบด้วยสิ่งปฏิกูลต่างๆ มีผิวหนัง เนื้อ และเลือด เป็นต้น ล้วนเป็นของไม่สะอาด ฟังรังเกียจ เมื่อพิจารณาบ่อยๆ ก็จะคลายกามฉันทะเสียได้ ภายคตาสติ คือสติพิจารณาร่างกาย ก็มีลักษณะและจุดมุ่งหมายอย่างนี้เหมือนกัน^๑

๒. เมตตาภาวนา เป็นเครื่องปราบนิวรณ์ คือพยาบาท

พยาบาท คือ ความปองร้าย ปรารถนาให้ผู้อื่นถึงความพินาศอันสืบเนื่องมาจากความโกรธเกลียดเพราะเหตุใดเหตุหนึ่ง ส่วนเมตตา คือ ความปรารถนาดี มุ่งความสุขแก่ผู้อื่น เช่นเดียวกับที่มุ่งความสุขแก่ตน อนึ่ง ควรฝึกจิตให้มีกรุณา คือความปรารถนาจะช่วยบำบัดทุกข์ของผู้อื่นด้วย มีความห่วงใยต่อความทุกข์ของผู้อื่น ทนเห็นคนอื่น ลัทธิอื่นอยู่ในห้วงทุกข์ไม่ได้ ปรารถนาช่วยเหลือในวิสัยที่พอจะช่วยได้ ต่อแต่นั้นพึงฝึกจิตให้ยินดีปรีดาต่อความสุขความสำเร็จของผู้อื่นทั่วไป ไม่ริษยาใครๆ ในโลก

๓. อนุสสติกรรมฐาน

คือ การพิจารณาหรือระลึกถึงคุณของท่านผู้มีคุณ เช่น พระพุทธเจ้า เป็นต้น เป็นเครื่องปราบนิวรณ์คือ ถีนมิทธะ (ความคร้านกาย คร้านใจ ความง่วงงุน) เมื่อระลึกถึงคุณของพระพุทธเจ้าอยู่เนืองๆ พระพุทธเจ้าทรงเป็นผู้มีความเพียร มีอุตสาหะ เมื่อเห็นพระคุณของพระองค์แล้ว ก็จะช่วยหนุนจิต

^๑ อสภักกรรมฐาน มุ่งที่พิจารณาซากศพของผู้อื่น ภายคตาสติ มุ่งที่พิจารณาร่างกายของตน

ของผู้นั้นให้มีอุตสาหะขึ้นบ้าง พยายามให้ยิ่งขึ้นไปในการพิจารณาถึงพระพุทธรูปที่ทรงกรุณาต่อมวลสัตว์ และเสด็จโปรดโดยมิได้ย่อท้อ

ต่อจากนั้นพึงพิจารณาระลึกถึงคุณของพระธรรมบ้าง ของพระสงฆ์บ้าง ความดีของตนบ้าง ก็จะช่วยให้มีวิริยะอุตสาหะขึ้น ละถิ่นมิจฉาทิวัตรเสียได้

๔. กลินภาวนา

คือ การพิจารณาเพ่งกลิน ๑๐ อย่าง อย่างใดอย่างหนึ่ง เช่น เพ่งดิน หรือน้ำ หรือไฟ อย่างใดอย่างหนึ่ง ผูกใจไว้กับวัตถุแห่งกลินนั้นๆ ก็จะบรรเทา นิรวรณ คือ อุทธัจจะ กุกกุกจะ (ความฟุ้งซ่าน และรำคาญ) เสียได้ กลิน (การเพ่ง) เป็นวัตถุสำคัญในการบรรลุมรรณ และอภิญญาต่างๆ



๕. ธาตุวัฏฐาน

คือ การกำหนดสิ่งทั้งหลายโดยความเป็นธาตุ ลักแต่ว่าธาตุ ไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน เราเขา ให้เห็นเป็นเพียงธาตุ ๔ คือ ดิน น้ำ ไฟ ลม ประชุมกัน จึงสมมติ เรียกว่าคนบ้าง สัตว์บ้าง ต้นไม้บ้าง ภูเขาบ้าง เมื่อเห็นชัดเช่นนั้น ก็จะคลายความสงสัยในสิ่งที่ได้เห็น ได้ยิน ได้สัมผัส ได้สุดตม และได้ถูกต้องเสีย ได้หายสงสัยในพระปัญญาตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า ในคุณของพระธรรม พระสงฆ์ เป็นต้น วิจิกิจฉานวิรณห์ก็จะจบไป

ผู้เจริญสมถภาวนา พึงสำรวมจิตของตนด้วยดี คราวใดจิตถูกกามฉันทะครอบงำ พึงเจริญสุกภาวนา คราวใดถูกพยาบาทครอบงำ พึงเจริญเมตตาภาวนา เป็นต้น เมื่อเจริญอยู่เช่นนี้ กามฉันทะระงับไป เพราะธรรมคือ อสุกภาวนา พยาบาทดับไป เพราะธรรมคือ เมตตา จิตหลุดพ้นจากกิเลสชั่วคราว ท่านเรียกความหลุดพ้นนั้นว่า **“ตทังควิมุตติ”** แปลว่า หลุดพ้นด้วยองค์นั้นๆ กล่าวคือ หลุดพ้นจากความพยาบาทด้วยเมตตา เป็นต้น

นิรณห์ ๕ เป็นตัวการสำคัญที่ทำให้คนเป็นโรคจิต โรคประสาทกันมาก มีสติดีสูงขึ้นเรื่อยๆ การละนิรณห์ ๕ ได้แม้เพียงชั่วคราว ก็มีประโยชน์กับชีวิตอย่างล้นเหลือสุดจะพรรณนาได้ เป็นการฟอกจิตใจให้สะอาด เหมือนการอาบน้ำ หรือซักผ้า แม้จะเปื้อนอีกก็ซักอีก ย่อมดีกว่าคนที่ปล่อยให้ตัวหรือเสื้อผ้าหมักหมมอยู่ตลอดเวลา ตลอดเดือน หรือตลอดปี

๓. WSKMVĪHAS ๔

พรหมวิหาร แปลว่า ธรรมเครื่องอยู่ที่ประเสริฐ หรือเป็นที่อยู่อาศัย อันประเสริฐของใจ ท่านแสดงไว้ ๔ ประการคือ

๑. **เมตตา** ความปรารถนาดีต่อบุคคลและสัตว์ทั้งปวง

๒. **กรุณา** ความคิดจะช่วยปลดเปลื้องความทุกข์ของสัตว์

ทั้งหลาย

๓. มุทิตา ความบันเทิงใจ พลอยยินดี เมื่อผู้อื่นมีความสุข หรือได้สมบัติที่ปรารถนา ไม่ริษยา

๔. อุเบกขา ความวางใจเป็นกลาง ไม่มีอคติ ความวางใจเฉยในสุขทุกข์ของสัตว์ทั้งหลาย หรืออย่างน้อย วางใจเฉยในเหตุสุดวิสัยที่จะช่วยได้ ทำจิตให้มันอยู่ในกัมมัฏสกาญาณ พิจารณาความที่สัตว์ทั้งหลายมีกรรมเป็นของๆ ตน คุณธรรมเหล่านี้ ให้ผู้ปฏิบัติเลือกอบรมให้มีในจิตอยู่เสมอ ตามสมควรแก่เทศะและบุคคล

จะขยายความเพียงเล็กน้อย พอเป็นแนวทางการปฏิบัติ

๑. เมตตาพรหมวิหาร

ผู้เจริญเมตตาพรหมวิหาร พึงอยู่ในที่สงัด (ถ้าเป็นไปได้) แม้ไม่ได้ที่สงัด ก็เจริญเมตตาได้ แต่อาจทำได้เพียงขณิกสมาธิ (ความสงบชั่วขณะ) เมื่อเตรียมตัวพร้อมแล้ว พึงพิจารณาถึงโทษของโทสะ และพิจารณาให้เห็นคุณของเมตตา ทำจิตให้อ่อนโยนแล้วแผ่เมตตาถึงตนเองก่อนว่า ขอเราจงมีความสุข ปราศจากทุกข์เถิด ทั้งนี้เพื่อเอาตนเป็นพยานว่า เรารักสุขเกลียดทุกข์ ฉันทใด คนอื่น สัตว์อื่น ก็รักสุขเกลียดทุกข์ฉันนั้น

ต่อจากนั้น พึงแผ่เมตตาไปถึงท่านผู้มีอุปการคุณ เช่น มารดา บิดา ครู อาจารย์ เป็นต้น แล้วแผ่ไปยังคนที่ตนรัก คนที่เฉยๆ และคนที่ศัตรูคู่อริต่อกัน

ในการแผ่เมตตาให้ศัตรูคู่อรินั้น อาจมีอุปสรรคมากยากที่จะทำให้ละมุนละไม่ได้ พอนึกถึงคนเช่นนั้นความเคียดแค้นซึ่งจะเกิดขึ้นเสียก่อน ถ้าเป็นดังนั้น พึงปฏิบัติดังนี้คือ

๑. ระลึกถึงเรื่องราว ซึ่งพระโอราหของพระคาสดาที่ตรัสถึงโทษของความโกรธและความพยายาบาป ถ้ายังไม่หาย พึงปฏิบัติในข้อ ๒

๒. พึงระลึกถึงพระจริยาของพระคาสดาทั้งในอดีต และปัจจุบัน ที่ทรงอดทน อดกลั้น ถ้ายังไม่หาย พึงทำตามข้อ ๓

๓. พึงระลึกถึงความสัมพันธ์กันในอดีต ระหว่างที่ท่องเที่ยวอยู่ในสังสารวัฏว่า อาจเคยเป็นมารดาบิดากันมาเป็นต้น ถ้ายังไม่หายโกรธเกลียด พึงปฏิบัติตามข้อ ๔

๔. พึงระลึกถึงอาณิสสแห่งเมตตา ๑๑ ประการที่พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้ ถ้ายังไม่หาย พึงปฏิบัติตามข้อ ๕

๕. แยกธาตุ เช่น เราโกรธ เกลียดอะไรเขา คนทุกคนเป็นประมวลแห่งดิน น้ำ ไฟ ลม เราเกลียดอะไร ? เกลียดดิน หรือน้ำ ไฟ หรือลม เป็นต้น ถ้ายังไม่หาย พึงปฏิบัติตามข้อ ๖

๖. พึงให้ของแก่เขา หรือรับของจากเขา ก็จะทำให้จิตใจอ่อนโยนลงได้

เมื่อใจสงบลงแล้ว พึงแผ่เมตตาให้มีขอบเขตกว้างขวางออกไป คือทำให้สม่ำเสมอในคนทุกจำพวก คือตัวเราเอง คนที่เรารัก คนที่เฉยๆ และคนที่ เป็นศัตรูคู่อริกัน ท่านเรียกเมตตาชนิดนี้ว่า เมตตาสัมพันธ์ภาพ แปลว่า ทำลายแดน ไม่มีเขตแดน มีเมตตาเสมอกันในคนทั้งปวง จิตอย่างนี้เป็นจิตที่ไม่มีเขตแดน จิตอย่างนี้เป็นจิตที่มีความสุขอย่างยิ่ง

การแผ่เมตตามีอยู่ ๒ วิธี คือ แผ่เจาะจง (อิทธิโสภรณา) อย่าได้มีเวรต่อกัน อย่าได้เบียดเบียนกัน อีกอย่างหนึ่งแผ่ไม่เจาะจง (อนิทธิโสภรณา) คือแผ่รวมๆ ว่า “ขอสัตว์ทั้งหลาย ขอบุคคลทั้งหลาย จงมีความสุข อย่าได้มีเวรต่อกัน อย่าได้เบียดเบียนกันเลย” ดังนี้ เป็นต้น

๒. กรุณาพรหมวิหาร

การแผ่กรุณาพรหมวิหารนี้ เบื้องแรกพึงแผ่ไปยังบุคคลผู้ตกยาก กำลังได้รับความลำบากแสนสาหัสก่อน เช่น คนที่อวัยวะพิการ คนมีโรคที่ต้องทนทุกข์ทรมาน คนอดอยาก สัตว์ที่กำลังได้รับทุกข์ เมื่อแผ่ไปยังบุคคลและสัตว์ ดังกล่าวนั้น กรุณาจะเดินได้สะดวก

ถ้าหาบุคคลที่กำลังตกทุกข์ได้ยากไม่ได้ ก็พึงกรุณาไปยังคนที่ทำชั่ว เพราะคนทำชั่วหาความสุขได้ยาก แม้เขาจะมีอาการว่าสุขสำราญเบิกบานใจอยู่ก็ตาม แต่อันที่จริงแล้วเขามีความทุกข์อยู่ภายใน ซึ่งควรได้รับความกรุณาจากผู้มีความกรุณาเป็นอย่างยิ่ง เปรียบเหมือนโจรปล้นทรัพย์ที่ถูกจับได้ กำลังถูกนำไปสู่ที่ฆ่า แม้คนทั้งหลายจะนำพวงดอกไม้อันน่าชื่นใจและโภชนะอันประณีตมาให้ โจรนั้นก็หามีความสุขด้วยดอกไม้และโภชนะอันประณีตนั้นไม่ ต่อจากนั้นจึงค่อยแผ่ความกรุณาไปยังบุคคลประเภทอื่นๆ

การแผ่กรุณาพรหมวิหารนี้ บริกรรม (นึกในใจ หรือ ออกเสียงเบาๆ) ว่า “ขอสัตว์ทั้งหลาย จงพ้นจากทุกข์เถิด”

อัมชาลยที่ทนไม่ได้เพราะกรุณา เป็นลักษณะของมหาบุรุษ (มหาบุริส-ภาวสุส ลกขณฺ์ กรุณาสโห)

๓. มุทิตาพรหมวิหาร

มุทิตา คือ ความพลอยยินดีต่อความสุข ความสำเร็จของผู้อื่น ไม่ริษยา ในความสุขของผู้อื่น เบื้องแรกท่านสอนให้แผ่มุทิตาไปยังบุคคลอันเป็นที่รักก่อน เพราะทำให้มุทิตาดำเนินไปได้สะดวก ไม่ติดขัด ต่อจากนั้นจึงค่อยแผ่ไปยังคนที่เรารู้สึกเฉยๆ และคนที่มิเเวรต่อกัน การแผ่มุทิตาพรหมวิหารบริกรรมว่า “ขอสัตว์ทั้งหลาย อย่าต้องพลัดพรากจากสมบัติที่ตนได้แล้วเลย” เป็นต้น

๔. อุเบกขาพรหมวิหาร

อุเบกขา คือความวางใจเป็นกลาง ระหว่างความรักกับความชัง ผู้เจริญอุเบกขาพรหมวิหาร พึงระวังใจของตนอย่าให้รักหรือชังผู้ใด พิจารณาให้เห็นโทษของความชังแล้วละเสีย ปลงใจลงในกัมมัธสัทธาญาณ คือตระหนักรู้ในความที่สัตว์ทั้งหลายมีกรรมเป็นของๆ ตน เป็นผู้รับผลของกรรม ใครทำกรรมอย่างใดไว้ ย่อมได้รับผลอย่างนั้น การบริกรรมในอุเบกขาพรหมวิหารมีว่า “สัตว์ทั้งหลายมีกรรมเป็นของๆ ตน”

อุเบกขาพรหมวิหารเป็นภาวะที่ละเอียดอ่อน ทำได้ยากแต่มีผลประเสริฐยิ่งนัก ผู้สามารถทำได้ย่อมวางใจเป็นกลางในบุคคลทั้งปวง จะทำอะไรต่อผู้ใดก็ทำตามหน้าที่อันตนจะพึงทำเพื่อการประพาศธรรมให้สัมบูรณ์ อាកารอย่างนี้ทำให้จิตใจสงบเยือกเย็น เป็นการปิดกั้น ราคะ โทสะ และโมหะ อย่างยอดเยี่ยม แต่ต้องเป็นอุเบกขาที่ประกอบด้วยปัญญา รู้เหตุ รู้ผล (อุเบกขาญาณสัมปยุต)

ข้อควรระวัง

ในการเจริญพรหมวิหารนี้มีข้อควรระวังอยู่บ้าง ขอให้ระวังสิ่งที่เป็นข้าศึกใกล้ของธรรมเหล่านี้ คือ

๑. ราคะ เป็นข้าศึกใกล้ของเมตตา
๒. โทมนัส ความเสียใจเป็นข้าศึกใกล้ของกรุณา
๓. ความรำเริงเกินไป หรือ ความฟุ้งซ่าน (อุทธัจจะ) เป็นข้าศึกใกล้ของมุทิตา
๔. ความเขลา หรือ โมหะ เป็นข้าศึกใกล้ของอุเบกขา

ส่วนข้าศึกไกลก็คือ สิ่งที่พรหมวิหารกำเจ้ดนั้นเอง คือ เมตตากำเจ้ดพยาบาท กรุณากำเจ้ดความคิดเบียดเบียน (วิหิงสา) มุทิตากำเจ้ดริษยา อุเบกขากำเจ้ดความยินดีในร้าย หรือความวุ่นวายเกินไป

สรุปความ

พรหมวิหารเป็นที่อยู่อาศัยของใจอันประเสริฐยิ่ง เป็นธรรมอันวยประโยชน์ทั้งแก่ตน และแก่ผู้อื่นที่เกี่ยวข้องอย่างประมาณมิได้ ทำผู้ประพาศให้เป็นที่รักที่เคารพของผู้เกี่ยวข้องทั้งเทวดา มนุษย์ และดิรัจจาน ผู้มุ่งหวังพัฒนาชีวิตและจิตใจพึงหมั่นเจริญอุบรรมพรหมวิหารเนืองๆ จักได้เห็นผลนั้นๆ ด้วยตนเอง อย่างแน่นอน



ส่วนที่เกี่ยวข้องกับวิปัสสนาภาวนา

๑. ความหมาย และความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับวิปัสสนา

วิปัสสนา แปลว่า ความเห็นแจ้ง (วิ + ปัสสนา) คือเห็นสิ่งต่างๆ ที่อยู่รอบตัวเรา และที่อยู่ในตัวเราตามความเป็นจริง (ยถาภูตญาณทัสสนะ) ไม่ใช่ตามที่ปรากฏ สิ่งที่ปรากฏแก่เราและที่เรารู้จักส่วนมากเป็นสมมติสังขาร คือเป็นจริงตามที่สมมติบัญญัติกันขึ้น ไม่ใช่ปรมาตมสังขารหรือสภาวะธรรม ยกตัวอย่างเช่น เราเห็นคนๆ หนึ่ง ชื่อ ก. คนๆ นั้นเป็นสมมติ จากประมวลแห่งขันธ ๕ หรือ ธาตุ ๖ ชื่อ ก. ก็เป็นสิ่งสมมติอย่างหนึ่งเบื้องหลังแห่งสมมตินั้น มีอะไรอย่างหนึ่งอยู่ ที่อยู่เบื้องหลังนั้นแหละคือ ปรมาตมสังขาร หรือสภาวะธรรม

สภาวะธรรม การเห็นสภาวะธรรมตามเป็นจริงนั่นเอง คือ วิปัสสนา เพราะฉะนั้น พระพุทธองค์จึงตรัสว่า “วิปัสสนาทำให้ปัญญารุ่งเรือง และละอวิชชา (ความไม่รู้ ความเขลา) เสียได้”

ขอยกอุทาหรณ์อีกสักตัวอย่างหนึ่ง เราเห็นคลื่น คลื่นนั้นเป็นปรากฏการณ์ หรือสิ่งที่ปรากฏอย่างหนึ่ง เบื้องหลังของปรากฏการณ์นี้คือ ความสัมพันธ์ระหว่างลมกับน้ำ การเห็นตัวภพซึ่งอยู่เบื้องหลังของปรากฏการณ์อย่างนี้เป็นปัญญา ที่กล่าวนี้เป็นปัญญาอย่างโลกๆ เป็นโลกียปัญญา แต่ก็มีส่วนเกี่ยวพันปัญญาทางธรรมเหมือนกัน ปัญญาทางธรรมมุ่งการรู้ถอนตน ขึ้นจากหล่ม คือ กิเลสต่างๆ ที่หมักหมมพัวพันอยู่ในตนและเป็นเหตุแห่งความทุกข์ ความเดือดร้อนนานาประการของสัตว์โลก ทุกภพ ทุกภูมิ การจะรู้ถอนตนขึ้นจากกิเลสเหล่านั้นก็ด้วยวิปัสสนาปัญญาเท่านั้น ผู้ที่เป็นอริยบุคคลทุกท่าน ตั้งแต่พระโสดาบันขึ้นไป จะต้องผ่านวิปัสสนาปัญญาทั้งสิ้น แต่วิปัสสนาไม่ได้มีประโยชน์เพื่อเป็นอริยชนอย่างเดียวเท่านั้น ยังมีประโยชน์ในชีวิตประจำวันของคนสามัญเป็นอันมากซึ่งจะกล่าวข้างหน้า

สรุปว่า วิปัสสนา คือ ความเห็นแจ้งสิ่งต่างๆ ทั้งนามธรรม และรูปธรรมตามความเป็นจริง ไม่หลงเข้าใจผิด อันคลาดเคลื่อนจากความเป็นจริง การหลงเข้าใจผิดนี้ ท่านเรียกว่า วิปลาส ๔

๒. ความคลาดเคลื่อนอันเป็นข้าศึกของวิปัสสนา

วิปัสสนา คือ ความสำคัญผิด (สัญญาวิปัสสนา) ความคิดผิด (จิตตวิปัสสนา) และความเห็นผิด (ทิฏฐิวิปัสสนา) ในเรื่อง ๔ เรื่องต่อไปนี้

๑. ในสิ่งที่ไม่เที่ยงว่าเที่ยง
๒. ในสิ่งที่เป็นทุกข์ว่าเป็นสุข
๓. ในสิ่งที่เป็นอนัตตาว่าเป็นอัตตา
๔. ในสิ่งที่ไม่งามว่างาม

(อังคุตตรนิกาย จตุกกนิบาต ๒๐ / ๖๖)^๒

ตัวอย่างเช่น ชันธ ๕ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เป็นสิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงค้นพบว่า ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา แต่คนทั้งหลายมักเห็นเป็นเที่ยง เป็นสุข และเป็นอัตตา คือตัวตนของเรา รูปร่างนี้พระพุทธเจ้าตรัสว่าไม่งาม มีสิ่งปฏิภูลต่างๆ บรรจอยู่เต็มร่างกาย ทั่วร่างกาย แต่คนทั้งหลายมักเห็นว่างาม การเห็นอย่างนี้ คิดอย่างนี้ สำคัญมั่นหมายอย่างนี้ ท่านเรียกว่าเห็นไม่ตรงตามความเป็นจริง ห่างไกลจากวิปัสสนา



^๒ พระสูตรตันตปิฎกเล่ม ๒๐ มหามกุฏราชวิทยาลัย ๒๕๐๐ หน้า ๖๖

๓. อารมณ์ของวิปัสสนา

อารมณ์ของวิปัสสนา คือ รูปธรรม นามธรรมนั่นเอง สิ่งในโลกนี้ทั้งหมด รวมลงเป็น ๒ คือ รูปธรรมกับนามธรรม สิ่งที่อยู่ในวิสัยของตา หู จมูก ลิ้น กาย เป็นรูปธรรม สิ่งที่อยู่ในวิสัยของใจเป็นนามธรรม โดยนัยนี้จะเห็นว่าทุกอย่างในโลกเป็นอารมณ์ของวิปัสสนาได้หมด เพียงแต่ให้เรามองดูสิ่งนั้นๆ (ที่ปรากฏแก่เรา) ด้วยปัญญาให้เห็นสภาวะธรรมตามเป็นจริงคือ ให้เห็นตัวจริงของมัน ไม่ใช่ตามที่มันปรากฏ ซึ่งเป็นมายาหลอกเราให้หลงผิดเช่น เห็นรูปปั้นสวยๆ ถ้ามองด้วยสายตาวิปัสสนาก็จะเห็นเป็นธาตุ ๕ (ดิน น้ำ ลม ไฟ อากาศ) มารวมกัน ประดิษฐ์ตกแต่งด้วยศิลปวิทยาแล้วจึงปรากฏออกมาอย่างนั้น สิ่งนั้นไม่เที่ยง (คงอยู่ไม่ได้ต้องเปลี่ยนแปลง) เป็นทุกข์ (ถูกบีบคั้นด้วยเหตุปัจจัยทั้งภายในและภายนอกให้ทรุดโทรมลงไปทุกวันๆ) เป็นอนัตตา (บังคับบัญชาไม่ได้ว่าจงเป็นอย่างนี้เถิด อย่าเป็นอย่างนั้นเลย) ย่อมดำเนินไปตามเหตุปัจจัยที่ปรุงแต่ง การมองสิ่งต่างๆ โดยไตรลักษณ์นี้เป็นวิปัสสนาปัญญา

๔. อุปการธรรมของวิปัสสนา

อุปการธรรม ข้าพเจ้าหมายถึงธรรมที่เป็นอุปการะต่อการเจริญวิปัสสนา มีหลายประการด้วยกัน ในที่นี้ขอเสนอเป็นชุดๆ ดังนี้

ชุดที่ ๑ เรียก “อปัลลภณกปฏิบัติ” แปลว่า ข้อปฏิบัติ หรือปฏิบัติ (ทางดำเนิน) ที่ไม่ผิด ทรงแสดงไว้ ๓ ประการ คือ

๑. อินทริยสังวร การสำรวมอินทริย ๖ คือระวัง ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ มิให้เกิดความยินดียินร้าย ดีใจ หรือเสียใจ เมื่อตาได้เห็นรูป หูได้ฟังเสียง จมูกได้ดมกลิ่น ลิ้นได้ลิ้มรส กายได้ถูกต้องโผฏฐัพพะ และใจได้รับรู้อารมณ์ ให้มีสติปัญญาว่องไวทันกิเลสที่จะเกิดขึ้นในขณะเห็นรูป เป็นต้น ให้เห็นเป็นสักแต่ว่ารูป ในเรื่องเสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ และอารมณ์ทางใจก็เหมือนกัน

ท่านใช้คำว่า มีให้อภิชฌา (ความอยากได้ ความติด) และโทมนัส (ความไม่พอใจ ความเสียใจ) รวบรวมเข้าครอบงำจิตได้ เป็นการระวางมีให้กิเลสรวบไหลแทรกซึมเข้าสู่จิตได้ เหมือนการระวางเชื้อโรคมามีให้เข้าสู่ร่างกาย

๒. โภชนมัตตัตถุญตา ความรู้จักประมาณในการบริโภคอาหาร คือไม่น้อยเกินไป จนอ่อนระโหยโรยแรง และไม่มากเกินไป จนอึดอัดขณะบริโภค ก็พิจารณาด้วยปัญญาว่า การบริโภคอาหารนี้ เพียงเพื่อให้ร่างกายดำรงอยู่ได้ เพื่อจักได้ใช้ร่างกายให้เป็นประโยชน์ในการประพฤติธรรม หรือทำความดีต่างๆ เหมือนเจ้าของรถเติมน้ำมันเครื่องให้รถ หรือน้ำมันเชื้อเพลิง และน้ำมันหล่อลื่นตามข้อต่อต่างๆ เพื่อให้รถวิ่งไปได้ พอให้สำเร็จประโยชน์ในการเดินทางเท่านั้น การบริโภคอาหารกับการเจริญวิปัสสนามีความสัมพันธ์กันมาก

๓. ชาคริยานุโยค ประกอบความเพียรแบบผู้ตื่นอยู่เป็นส่วนใหญ่ คือ นอนน้อย ตื่นมาก ตามหลักของชาคริยานุโยค ท่านให้นอนเพียง ๔ ชั่วโมงใน ๒๔ ชั่วโมง อีก ๒๐ ชั่วโมง เป็นเวลาทำความเพียร เจริญวิปัสสนา คือ นั่งบ้าง ยืนบ้าง เดินจงกรมบ้าง เวลาที่ควรนอน คือ มัชฌิมายาม ได้แก่เวลา ๒๒.๐๐ น. - ๐๒.๐๐ น. ของวันใหม่ ๔ ชั่วโมงเท่านั้น ถ้านอนมากกว่านั้น ถือว่าไม่ตรงตามหลักชาคริยานุโยค สำหรับท่านที่มีร่างกายอ่อนแอ นอนน้อยอย่างนี้ไม่ได้ ก็อนุโลมให้นอนเพิ่มขึ้นอีกนิดหน่อย ตามสมควร

(อปฺปนกปฏีปทา อังคุตตรนิกาย ติกนิบาต ๒๐ / ๑๔๒)^๓

อปฺปนกปฏีปทานี้ พระพุทธองค์ตรัสว่าเป็นต้นทางแห่งความสิ้นอาสวะ (กิเลส) (โยนิจสฺส อารทฺธา โหติ อาสวานํ ขยาย) เพราะฉะนั้น จึงเป็นอุปการะธรรมสำคัญของวิปัสสนา

^๓ พระสูตรต้นตปิฎกเล่ม ๒๐ มหามกุฏราชวิทยาลัย ๒๕๐๐ หน้า ๑๔๒

ชุดที่ ๒ ความเพียร สติ สัมปชัญญะ

ชุดที่ ๒ นี้ ไม่ได้เรียกชื่อหมวดธรรมต่างหาก เพราะนำมาจากข้อความที่ตรัสไว้ตอนเริ่มต้นของมหาสติปัฏฐานสูตรที่ว่า ผู้เจริญสติปัฏฐานนั้น จะต้องเป็นผู้มีความเพียร (อาตาปี) มีสัมปชัญญะ (สัมปชาโน) มีสติ (สติมา) ก็จะสามารถนำออกเสียได้ซึ่ง อภิขมา (ความอยากได้) และโทมนัส (ความเสียใจ) ในโลกเสียได้

มหาสติปัฏฐานสูตรนั้น มีเนื้อหาส่วนใหญ่เป็นวิปัสสนา ท่านผู้สนใจโปรดอ่านรายละเอียดในมหาสติปัฏฐานสูตร คัมภีร์ที่มกนิทาย มหาวรรคพระไตรปิฎกเล่มที่ ๑๐ นั้นเถิด

รวมความในตอนนั้นว่า ผู้จะเจริญวิปัสสนาให้ได้ผลดีนั้นจะต้องมีความเพียรเป็นไปติดต่อกัน ไม่ทำๆ หยุดๆ พร้อมกันนั้น ก็ฝึกตนให้เป็นผู้มีสติสัมปชัญญะอยู่เสมอ เพื่อรู้ทันอารมณ์ที่ผ่านเข้ามาทางตา หู เป็นต้น

นำมากล่าวเพียง ๒ หมวด พอเป็นตัวอย่างเท่านั้นก่อน

๕. หัวใจของวิปัสสนากรรมฐาน

หัวใจของวิปัสสนาคือ การอยู่กับอารมณ์ในปัจจุบัน พิจารณาอารมณ์ปัจจุบันที่ปรากฏแก่ตนในขณะนั้นๆ เห็นความเกิด ความดับของอารมณ์ปัจจุบัน เห็นความสิ้นความเสื่อมของสังขารทั้งหลายที่เกิดดับให้เห็นอยู่ตรงหน้านั้นเอง ข้อนี้สมดังที่พระบรมศาสดาตรัสไว้ (ซึ่งตามความเห็นของข้าพเจ้าว่าเป็นหัวใจของวิปัสสนากรรมฐานทีเดียว) ในภัทเทกรัตตสูตรว่า

“อย่าคำนึงถึงอดีต อย่าหวังอนาคต อารมณ์อันเป็นอดีตก็ล่วงไปแล้ว อารมณ์อันเป็นอนาคตก็ยังไม่ถึง ผู้ใดพิจารณาให้เห็นแจ้งในปัจจุบันธรรม (อารมณ์ที่ปรากฏในปัจจุบัน) ในขณะนั้นเห็นตลอดปัจจุบันธรรมนั้น แล้วไม่ให้หวั่นไหว ไม่ให้กำเริบ พอพูนความเห็นอันถูกต้องให้มากขึ้น ความเพียรเครื่องเผาบาป ควรรีบทำเสียในวันนี้ทีเดียว ใครเล่าจะรู้ว่าความตายจะพึงมาถึง

ในวันพรุ่งนี้ (หรือไม่) หนึ่ง จะผัดเพี้ยนต่อมัจจุราช (ความตาย) ผู้มีกองทัพอันยิ่งใหญ่ก็ไม่ได้ มุนีผู้สงบ เรียกบุคคลผู้มีความเพียรอยู่อย่างนั้นแล ไม่เกียจคร้านทั้งกลางวัน และกลางคืน ว่าเป็นผู้มีราตรีเดียวเจริญ (แม้มีชีวิตอยู่เพียงราตรีเดียวก็เป็นผู้เจริญ)”

(ภทเทรตตสูตร มัชฌิมนิกาย อุปริปัณณาสก์ พระไตรปิฎกเล่ม ๑๔ หน้า ๓๔๘ - ข้อ ๕๒๗)^๔

พระพุทธองค์ยังตรัสไว้อีกว่า

“ผู้ใดมีชีวิตตั้งร้อยปี แต่ไม่เห็นความเกิดขึ้นและความเสื่อมไป (แห่งนามรูป) ผู้มีชีวิตอยู่เพียงวันเดียว แต่เห็นความเกิดขึ้น และความเสื่อม ย่อมประเสริฐกว่าผู้มีชีวิตอยู่ร้อยปีนั้น”

(ขุททกนิกาย ธรรมบท พระไตรปิฎกเล่ม ๒๕ หน้า ๓๐ ข้อ ๕๒๗)^๕

การมีชีวิตอยู่ด้วยอารมณ์ปัจจุบันเป็นการป้องกันโรคจิต โรคประสาท ได้ดีที่สุด นำมาซึ่งความสุขและความสำเร็จในชีวิตอย่างน่าพิศวง ความทุกข์ใจส่วนมากเกิดขึ้นเพราะบุคคลไปกังวลถึงอนาคตโดยไม่จำเป็น และเหลียวหาอดีต หรือปรารถนาถึงอารมณ์ในอดีต จนชีวิตมีแต่ความหม่นหมองครองคร่ำ อยู่ตลอดเวลา บางคนเพ้อถึงอนาคตอย่างฟุ้งซ่าน พอเวลานั้นมาถึงเข้าจริง สิ่งหวังไว้มิได้เป็นอย่างที่หวัง เพราะเหตุปัจจัยไม่พอที่จะบันดาลผลให้เกิดขึ้นได้ ก็เสียใจ คลุ้มคลั่งเพราะผิดหวัง

แต่ถ้าเรามีชีวิตอยู่ด้วยปัจจุบัน ทำปัจจุบันให้ดีที่สุด อนาคตจะดีเอง เพราะอนาคตเป็นผลของปัจจุบัน ผู้ที่ปลงใจได้อย่างนี้ ย่อมอยู่ด้วยวิปัสสนาจิต และวิปัสสนาปัญญา ก็เลสเบาบาง สุขก็มาก ความสำเร็จก็ตามมา แม้ไม่หวังก็ได้เพราะสิ่งทั้งหลายมีเหตุเป็นแดนเกิด เหตุดีย่อมก่อให้เกิดผลดีอย่างแน่นอน

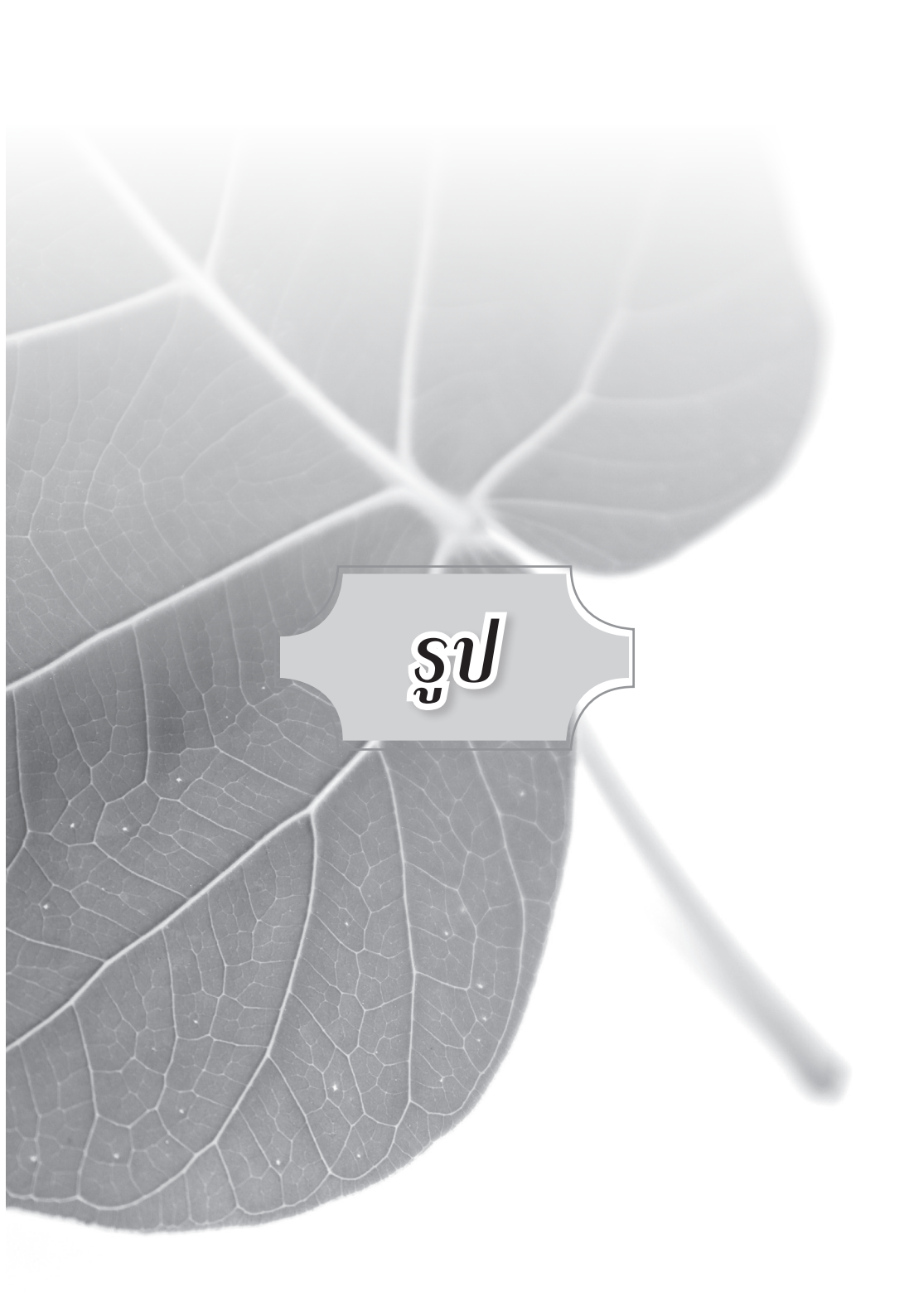
^๔ พระสูตรตันตปิฎกเล่ม ๑๔ มหามกุฏราชวิทยาลัย ๒๕๐๐ หน้า ๓๔๘

^๕ พระสูตรตันตปิฎกเล่ม ๒๕ มหามกุฏราชวิทยาลัย ๒๕๐๐ หน้า ๓๐

วิปัสสนากรรมฐานที่กล่าวมาพอเป็นแนวนี้ มุ่งให้คนทั่วไปพอเข้าใจได้ จึงได้เว้นศัพท์เฉพาะ (Technical Term) ของวิปัสสนาไปแทบทั้งหมด ยกขึ้นกล่าวบ้างเท่าที่จำเป็นจริงๆ เท่านั้น

เรื่องธรรมอันเป็นภูมิของวิปัสสนา คือ ขั้น ๕ อย่างนั้น ๑๒ ธาตุ ๑๘ อินทรีย์ ๒๒ อริยสัจ ๔ ปฏิจจสมุปบาท ๑๑ (หรือ ๑๒) ก็ดี

เรื่องวิสุทธิ ๗ วิปัสสนาญาณ ๙ ญาณ ๑๖ อันเกี่ยวข้องกับวิปัสสนาก็ดี เรื่องเหล่านี้มีรายละเอียดซึ่งพิสดารมากควรเป็นหนังสือเล่มหนึ่งต่างหาก หากท่านต้องการรายละเอียดของหัวข้อธรรมดังกล่าว ขอได้โปรดหาอ่านจาก คัมภีร์วิสุทธิมรรค และหนังสือที่เกี่ยวกับวิปัสสนาซึ่งมีพอสมควร



ស្ប

๑. สภาวะธรรมเกี่ยวกับรูป

๑.๑ รูปคืออะไร ?

ตามพระคัมภีร์ทางพุทธศาสนา รูปคือ “สิ่งที่จะต้องสูญเสียหรือแปรสภาพไปตามเหตุปัจจัย มีเย็น ร้อน เป็นต้น”

คำจำกัดความนี้ มีตัวอย่างเช่น เมื่อเราพิจารณาสิ่งใดสิ่งหนึ่ง เราจะพบว่ามันมีคุณสมบัติต่างๆ เช่น รูปร่าง ขนาด สี กลิ่น รส และอุณหภูมิ คือ เย็น ร้อน (จะเรียกว่าร้อนมากหรือร้อนน้อยก็สุดแล้วแต่) ซึ่งเราสามารถจะรู้จักมันได้ด้วย ตา หู จมูก ลิ้น กาย หรือบางทีก็ด้วยความคิดประกอบ เช่น ปริมาณ เป็นต้น^๖

เมื่อเราเผาธาตุเรณีย์ในความร้อนหลายลิป้านองศาเซลเซียส ธาตุเรณีย์ก็จะกลายเป็นพลังงาน คือระเบิดไฮโดรเจน นี่ก็รูปเปลี่ยนสภาพหรือมลายไปด้วยความร้อน ทำนองเดียวกันความเย็นก็ทำให้รูปแปรเปลี่ยนเป็นอื่น เช่น เปลี่ยนก๊าซเป็นของเหลว เปลี่ยนของเหลวเป็นของแข็ง เช่น น้ำธรรมดาเป็นน้ำแข็ง เป็นต้น

รวมความแล้ว รูปตามพระคัมภีร์ทางพุทธศาสนานั้น มิได้หมายถึงสิ่งที่เป็นรูปร่างเพียงอย่างเดียว แต่หมายถึงคุณภาพ หรือคุณสมบัติของสิ่งทั้งปวงตลอดถึงปรากฏการณ์ของมันด้วย เช่น การเคลื่อนไหว การยืดหยุ่นของสิ่งนั้นๆ เป็นต้น

รูปที่พุทธศาสนากล่าวไว้มี ๔ ลักษณะด้วยกันคือ

๑.๑.๑ ความว่างที่ปรากฏอยู่ทั่วไป ตั้งแต่ความว่างในโลกตลอดถึงความว่างระหว่างดวงดาวในจักรวาล เรียก “อชฎากาส”

๑.๑.๒ ช่องว่างต่างๆ เช่น ช่องหน้าต่าง เป็นต้น เรียก “ปริจเจตาทากาส”

^๖ สมัคร บุรวาต พุทธปรัชญา ๒๕ ศตวรรษ แพร์พิตยา ๒๕๑๒ หน้า ๓๕๗

๑.๑.๓ อากาศบัญญัติที่เพิกดวงกลืนออกแล้ว ของท่าน ผู้เจริญกรรมฐาน โดยมีกลืนอย่างใดอย่างหนึ่งเป็นอารมณ์ เช่น ปฏิวิกลืน เมื่อเพิกดวงกลมของดวงกลืนออกแล้ว เหลือแต่ความว่างมีรูปเช่นเดียวกับ ดวงกลืนนั้น เรียก **“กลืนอุคฆาฏิมากาส”**

๑.๑.๔ ช่องว่างระหว่างรูป เช่น ช่องว่างภายในห้อง ช่องว่าง ในภาชนะต่างๆ ช่องว่างระหว่างเซลล์ หรือระหว่างปรมาณู เรียกว่า **“ปริจเฉท กาส”** ช่องว่างอย่างนี้ พุทธศาสนาเรียก **ปริจเฉทรูป**

๑.๒ มหาภูตรูป ๔

มนุษย์เราประกอบด้วยธาตุ ๖ คือ ดิน น้ำ ไฟ ลม อากาศ (อวกาศ) และวิญญาณธาตุ (ธาตุรู้) ๔ ประการแรก ท่านเรียกมหาภูตรูป แปลว่ารูปใหญ่ หรือรูปที่เป็นหัวใจ เป็นประธาน เป็นที่อิงอาศัยของรูปอื่นๆ แต่คำว่า ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลมนั้น ตัวสภาวะจริงๆ มิได้หมายถึง ดิน น้ำ ไฟ ลม อย่างที่เห็นๆ กันอยู่ แต่หมายถึงสิ่งที่มีลักษณะต่อไปนี้

๑.๒.๑ ธาตุดิน คือ สิ่งที่มีลักษณะแน่นแข็ง ภายในตัวเราก็มี ภายนอกตัวก็มี ภายในตัว เช่น ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก เยื่อในกระดูก ม้าม หัวใจ ตับ พังผืด ไต ปอด ไล่ใหญ่ ไล่ย่อย อาหารใหม่ อาหารเก่า รวม ๑๙ ประการ เติมนั่นสมองเข้าไปอีก ๑ เป็น ๒๐

๑.๒.๒ ธาตุน้ำ คือ สิ่งที่มีลักษณะเอิบอาบ ซึมซาบ ดูดซึมภายใน ตัวก็มี ภายนอกตัวก็มี ภายในตัวเช่น ดี เสลด หนอง เลือด เหงื่อ มันข้น น้ำตา เปรลมัน (มันเหลว) น้ำลาย น้ำมูก ไขข้อ มูตร (น้ำปัสสาวะ) รวม ๑๒ ประการ ส่วนที่เป็นธาตุดิน และธาตุน้ำในกายนี้ ๓๒ ประการ ท่านเรียกว่า อากาโร ๓๒ (วัตถุตั้งเสถียร)

๑.๒.๓ ธาตุไฟ คือ สิ่งที่มีลักษณะร้อน หรืออุณหภูมิภายในตัว ก็มี ภายนอกตัวก็มี ภายในตัว เช่น ไฟที่ทำกายให้อบอุ่น ไฟที่ทำกายให้ทรุดโทรม ไฟที่ทำกายให้กระวนกระวาย และไฟที่เผาอาหารให้ย่อย หรืออื่นใดก็ตามที่มี ลักษณะร้อน

๑.๒.๔ ธาตุลม คือ สิ่งที่มีลักษณะ เคลื่อนไหว เกร่งตึง ยืดหยุ่น ในตัวเราก็มี ภายนอกตัวก็มี ภายในตัวเช่น ลมพัดขึ้นเบื้องบน ลมพัดลงเบื้องต่ำ ลมในท้อง ลมในไส้ ลมซ่านไปทั่วตัว ลมหายใจ หรืออื่นใดก็ตามในตัวที่มี ลักษณะพัดผ่านไป

อากาศธาตุได้กล่าวแล้วในส่วนที่ว่าด้วยอากาศ หรือ อวกาศข้างต้น ส่วนวิญญาณธาตุนั้น เป็นนามธรรม ไม่ใช่รูปจึงไม่กล่าวในที่นี้

๑.๓ โคจรรูปหรือวิสัยรูป ๔

อุปาทายรูป คือ รูปที่อาศัยมหาภูตรูปปรากฏขึ้น มีทั้งหมด ๒๔ ประการ ถ้าจะกล่าวโดยครบถ้วนก็จะพิสดารเกินไปเพราะยังมีหัวข้ออื่นๆ อันเกี่ยวกับรูปที่จะพึงกล่าวอยู่อีก ในที่นี้จะกล่าวเฉพาะโคจรรูป หรือวิสัยรูป ๔ และปสาทรูป ๕ พอเป็นตัวอย่างเท่านั้น

โคจรรูป ๔ คือ สี (วัณโณ) กลิ่น (คันโธ) รส (รโส) และคุณภาพของ วัตถุที่เป็นอาหารได้ ย่อยในกระเพาะแล้วถูกดูดซึมไปเลี้ยงร่างกายได้ (โอชา) บางท่านแสดงโคจรรูป ๔ เพี้ยนไปจากนี้เล็กน้อย คือ ตัดโอชาออกเพิ่มเสียง เข้าแทนเป็น สี เสียง กลิ่น และรส

เพื่อให้เข้าใจเรื่องนี้ดีขึ้นขอยกตัวอย่างดินก้อนหนึ่ง เมื่อเราหยิบขึ้นมา พิจารณาจะเห็นว่า มีมหาภูตรูป ๔ และโคจรรูป ๔ อยู่พร้อมในดินก้อนนั้น ความแข็งแข็งเป็นธาตุดิน ความที่ดินก้อนนั้นเกาะกลุ่มกันอยู่ได้เพราะธาตุน้ำ ความร้อนเย็นของดินเป็นธาตุไฟ (เย็นคือ ร้อนน้อย เรียกว่าสิตเตโช ไฟเย็น) การที่ดินก้อนนั้นยืดหยุ่นได้เป็นเพราะอำนาจของธาตุลม ดินมีสี กลิ่น รส และ โอชา นั่นคือโคจรรูปในดิน อย่าพูดถึงก้อนดินเลย แม้ปรมาณูหนึ่งของดินก็มี มหาภูตรูป ๔ และโคจรรูป ๔ นี้ครบบริบูรณ์ มหาภูตรูปและโคจรรูปนี้อยู่ด้วยกัน ไม่แยกจากกัน ท่านจึงเรียกว่า อวินิพโกรูป ๘ แปลว่ารูปที่ไม่แยกจากกัน ในคน และสัตว์ก็มี อวินิพโกรูป ๘ นี้เหมือนกัน

๑.๔ ปสาทรูป ๕

โดยใจความสำคัญก็คือ ประสาททั้ง ๕ นั้นเอง คือ ประสาทตา ทำให้บุคคลมีความสามารถในการเห็น ประสาทหู ทำให้สามารถในการได้ยิน ประสาทจมูก ทำให้สามารถในการดมกลิ่น หรือรู้กลิ่น ประสาทลิ้น ทำให้สามารถในการลิ้มรส ประสาทกาย ทำให้สามารถในการรู้ไฉญฺฐัพพะ หรือ สิ่งที่มาถูกต้องกายว่าเย็น ร้อน อ่อนแข็ง อย่างไร ประสาททั้ง ๕ นี้จัดเป็นรูปแต่ละอย่างๆ ส่วนจักขุวิญญาณความรู้รูปทางตา กายวิญญาณ ความรู้เย็นร้อน อ่อนแข็งทางกาย จัดเป็นนามธรรม

๑.๕ ลักษณะสำคัญของรูป ๔ ประการ

จะเป็นรูปอะไรก็ตาม คือ จะเป็นรูปคน สัตว์ หรือสิ่งของที่ไม่มีวิญญาณก็ตาม ย่อมมีลักษณะสำคัญ ๔ ประการ คือ

๑.๕.๑ **อุปจยะ** การเกิดขึ้นเพราะมีเหตุปัจจัยอย่างใดอย่างหนึ่ง

๑.๕.๒ **สันตติ** ความสืบต่อหรือการต่อเนื่องของรูปนั้น ด้วยอาศัยเหตุปัจจัยจำจน เช่น คนๆ หนึ่งเมื่อเป็นเด็กแดงๆ กับเมื่อเป็นผู้ใหญ่ ๕๐ ดุเสมือนคนๆ เดียวกัน ก็เพราะอาศัยสันตตินี้เอง

๑.๕.๓ **ขรตา** ความทรุดโทรม ร่วงโรยไปตามธรรมดาของรูป ซึ่งเป็นสังขารอย่างหนึ่ง

๑.๕.๔ **อนิจจตา** ความไม่เที่ยง ต้องเปลี่ยนแปลงเคลื่อนไหวมิได้หยุดนิ่ง เวลานี้วิทยาศาสตร์ก็รู้ได้อย่างแจ่มแจ้งแล้วว่าแม้ปรมาณูเล็กๆ ปรมาณูหนึ่งก็ได้หยุดนิ่ง เคลื่อนไหวเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ

ที่กล่าวมาโดยย่อนี้เป็นสภาวะธรรมที่เกี่ยวกับรูป เผยให้เห็นว่ารูปคืออะไร ประกอบด้วยอะไร มีลักษณะสำคัญอย่างไร

๒. รูปในฐานะเป็นทุกข์และไม่มีตัวตน

ในอนัตตลักขณสูตร^๗ พระพุทธเจ้าตรัสถามภิกษุปัญจวัคคีย์ว่า รูปเที่ยงหรือไม่เที่ยง พระปัญจวัคคีย์ทูลตอบว่า “ไม่เที่ยง” ตรัสถามอีกว่า สิ่งใดไม่เที่ยง สิ่งนั้นเป็นทุกข์หรือสุขเล่า ? ทูลตอบว่า “เป็นทุกข์” สิ่งใดเป็นทุกข์มีความแปรปรวนเป็นธรรมดา ควรหรือที่จะเห็นสิ่งนั้นว่าเป็นของเรา เราเป็นนั่น นั่นเป็นตัวตนของเรา ทูลตอบว่า “ไม่ควรเลย”

ในเรื่องเวทนา ความรู้สึก สัญญา ความจำได้หมายรู้ สังขาร ความคิดปรุง และวิญญาณ ความรู้อารมณ์ก็เช่นเดียวกัน

พระพุทธเจ้าทรงย้ำเตือนให้ภิกษุทั้งหลายทำความเข้าใจว่า รูป ไม่ว่าจะเป็นอดีต อนาคต หรือปัจจุบัน เป็นภายใน หรือภายนอก หยาบหรือละเอียด เลว หรือประณีต อยู่ในที่ไกลหรือที่ใกล้ก็ตาม ก็ล้วนแต่ไม่ใช่ของเรา เรามิได้เป็นนั่น นั่นมิใช่ตัวของเรา เธอทั้งหลายพึงเห็นด้วยปัญญาอันถูกต้องตามความเป็นจริงอย่างนี้

พระพุทธองค์ทรงชี้ให้ภิกษุทั้งหลายเห็นว่า ถ้ารูปเป็นตัวตนแล้วไซ้ รูปนี้ก็ไม่พึงเป็นไปเพื่ออาหาร หรุตโถม เราย่อมจะหวังได้ว่า ขอรูปร่างเป็นอย่างนี้เกิด หรือว่าอย่าเป็นอย่างนี้เลย แต่เพราะเหตุที่รูปเป็นอนัตตา (ไม่อยู่ในอำนาจเป็นไปตามเหตุปัจจัย) เราจึงหวังไม่ได้ในรูปร่างนั้นว่า จงเป็นอย่างนี้เกิด หรือว่าอย่าเป็นอย่างนี้เลย

รูปที่ว่าเป็นทุกข์เพราะถูกบีบคั้นด้วยเหตุปัจจัยนานาประการ เช่น ความร้อน ความเย็น (ร้อนน้อย) เป็นต้น ไม่สามารถหยุดนิ่ง จึงถูกผลักดันให้เคลื่อนไหวไป เปลี่ยนแปลงไป ความไม่เที่ยงกับความเป็นทุกข์จึงดำเนินเคียงคู่กันไปเสมอในรูปทั้งปวง

ส่วนที่เป็นอนัตตานั้นแจ่มแจ้งแล้ว โดยนัยแห่งอนัตตลักขณสูตร

^๗ อนัตตลักขณสูตร วินัยปิฎก มหาวรรค ๔/๒๔/๒๑

๓. รูปในฐานะเป็นของร้อน

ในอาทิตตปริยายสูตร พระพุทธองค์ทรงแสดงแก่วรรณพราหมณ์ (ผู้ที่เคยเป็นนักพรตแบบพราหมณ์มาก่อน) มีอรุณเวลกัสสป เป็นต้นว่า ตาและรูป หูและเสียง...ใจและอารมณ์ที่เกิดขึ้นกับใจเป็นของร้อน ร้อนเพราะอะไร ? ร้อนเพราะเพลิง ๒ อย่างคือ

๑. เพลิงกิเลส อันได้แก่ ราคะ โทสะ และ โมหะ

๒. เพลิงทุกข์ ได้แก่ ความตาย ความโศก ความรำไรรำพัน ความทุกข์กาย (เจ็บ) ความทุกข์ใจ ความคับแค้นใจ^๘

อธิบายโดยย่อว่า เมื่อตาได้เห็นรูป หูได้ฟังเสียง เป็นต้น ถ้าเกิดพอใจเป็นสุขเวทนา พอใจติดใจในสุขนั้น อยากได้เสวยสุขเช่นนั้นอยู่เรื่อยๆ ตัณหา คือ ความทะยานอยากในอารมณ์ก็เกิดขึ้น ถูกไฟคือ ราคะความกำหนัดในรูปนั้น เพลิงให้ดิ้นรนกระวนกระวาย ถ้าไม่พอใจก็เกิดโทสะเผือกอีก ส่วนโมหะคือ ความหลง ไม่รู้ตามเป็นจริงนั้น เป็นพื้นฐานอยู่ก่อนแล้ว กล่าวคือเพราะหลงผิด จึงหลงรักหลงชัง ความรัก ความชัง เป็นกิเลสสำคัญที่เผาใจของมนุษย์ชาติอยู่

นอกจากเพลิงกิเลสแล้ว มนุษย์ต้องเผชิญกับเพลิงทุกข์อยู่เป็นปกติ กล่าวคือ ความเกิด ความแก่ ความเจ็บ และความตาย ตามธรรมดาของสังขาร ทั้งปวง ไม่อาจล่วงพ้นได้ พระพุทธองค์จึงทรงสอนให้พิจารณากันเรื่อยๆ ว่า เรามีความแก่ ความเจ็บ และความตายเป็นธรรมดา ไม่อาจล่วงพ้นได้ จะล่วงพ้นสิ่งนี้ได้ ก็ด้วยการไม่เกิดมา การจะไม่เกิดได้ ก็ต้องกำจัดเพลิงกิเลสให้สิ้น

^๘ อาทิตตปริยายสูตร วินัยปิฎก มหาวรรค ๔/๖๒/๕๕

๔. รูปในฐานะเป็นบ่วงคล้องใจ

พระพุทธองค์ตรัสไว้ดังนี้

“ภิกษุทั้งหลาย เราไม่เห็นรูป เสียง กลิ่น รส และโผฏฐัพพะ อันใดที่จะครอบงำใจ หรือคล้องใจของชายได้เท่า รูป เสียง กลิ่น รส และโผฏฐัพพะของหญิง”^๙ รูปเป็นต้นของชายก็เป็นทีที่คล้องใจของหญิง เช่นเดียวกัน

พระอรรถกถาจารย์ ผู้รจนารรรถกถาแห่งอังคุตตรนิกายได้สาธกเรื่องหลายเรื่อง เพื่อเป็นตัวอย่างให้เห็นว่า รูปเป็นต้นของสตรีมีอิทธิพลครอบงำหรือคล้องใจบุรุษได้เพียงใด ขอนำมากล่าวในที่นี้สัก ๔ เรื่อง

เรื่องที่ ๑ พระบวชเมื่อแก่รูปหนึ่ง ชื่อจิตตะ ได้เห็นอัศรมเหสีพระนามว่า ทมิฬเทวี ของพระเจ้ามหาทาสฏกนาโคในคราวฉลองสญูปใหญ่ที่เจติยคีรี (ในประเทศลังกา) พระราชาและพระอัศรมเหสีได้เสด็จมาถวายมทานแก่ภิกษุสงฆ์

พระนางทมิฬเทวี ยังดำรงอยู่ในวัยสาว และสวยมาก เมื่อพระจิตตะได้เห็นเท่านั้น ก็มีอาการเสมือนหนึ่งว่าจะเป็นบ้า จะยืน เดิน หรือนั่ง ก็พรวดเพื่อแต่พระนามแห่งพระนางทมิฬเทวี จนกระทั่งภิกษุและสามเณรทั้งหลายเรียกท่านว่า **“อุมมัตตะ”** แปลว่า ท่านจิตตะบ้า

ต่อมาพระนางได้ทิวคตลง ภิกษุและสามเณรอื่นๆ ได้ชักชวนท่านจิตตะเพื่อไปดูพระศพ แต่พระจิตตะกลับโกรธหาว่าภิกษุสามเณรเหล่านั้นปากไม่ดีและไม่ยอมเชื่อ

เรื่องที่ ๒ ในรัชสมัยของพระเจ้าลัทธิสาติสสะ (กษัตริย์ลังกา) เด็กหนุ่มคนหนึ่ง ยืนอยู่ที่ซุ้มประตูโลหะปราสาท ได้เห็นหญิงคนหนึ่ง สวยงามดึงดูดใจยิ่งนัก จึงมองเธออย่างเพ่งพิศ ฝ่ายหญิงก็หยุดยืนมองชายนั้นเหมือนกัน ทั้งสองได้ถูกไฟคือราคะอันเกิดขึ้นภายในเผาจนจนขาดใจตายไปพร้อมกัน

^๙ อังคุตตรนิกาย เอกนิบาต ๒๐/๑/๒

เรื่องที่ ๓ ปราภฏในอรรถกถาธรรมบท^{๑๐} มีเรื่องโดยย่อว่า

พระวัฏกลิเกิดในสกุลพราหมณ์ ในเมืองสาวัตถี วันหนึ่งเห็นพระศาสดาเข้าไปบิณฑบาต ในเมืองสาวัตถี รู้สึกติดใจในพระรูปสมบัติของพระผู้มีพระภาค ไม่อึดไม่เบื่อด้วยการมองพระรูปของพระพุทธองค์ คิดอุบายได้ว่า การบวชทำให้ได้เห็นพระศาสดาเป็นนิത്യ จึงออกบวชในสำนักของพระพุทธองค์ เมื่อบวชแล้ว ก็ไม่เป็นอันสหายยพระธรรมวินัย หรือเจริญกรรมฐานอย่างใดอย่างหนึ่ง เพราะเที่ยวมัวติดตามดูพระองค์อยู่

พระผู้มีพระภาคทรงพิจารณาเห็นญาณของพระวัฏกลิยังไม่แก่กล้าพอที่จะรับพระธรรมเทศนาได้ จึงทรงเฉยเสีย มิได้ตรัสอะไร ต่อมาเมื่อทรงทราบว่ บัดนี้ ญาณของพระวัฏกลิแก่กล้าแล้ว จึงตรัสเตือนว่า

“วัฏกลิ ประโยชน์อะไรด้วยการเที่ยวตามดูร่างกายอันเปื่อยเน่านี้ วัฏกลิ ! ผู้ใดเห็นธรรม ผู้นั้นเห็นเรา ผู้ใดเห็นเรา ผู้นั้นเห็นธรรม”

แม้พระศาสดาตรัสเตือนอยู่เช่นนี้ พระวัฏกลิก็มีอาการละเว้นการตามดูพระตถาคตเจ้าได้ ท่านเที่ยวติดตามดูไปทุกหนทุกแห่ง พระศาสดาทรงดำริว่า ภิกษุนี้ไม่รู้รู้สึกสังเวชเสียเลย เมื่อวันเข้าพรรษาใกล้เข้ามา จึงเสด็จไปเมืองราชคฤห์ พระวัฏกลิก็ยังเที่ยวตามดูพระศาสดาอยู่ พอถึงวันเข้าพรรษา พระศาสดาทรงขับไล่พระวัฏกลิว่า “วัฏกลิ เธอจงหลีกไปเสียเถิด”

พระวัฏกลิเสียใจว่า พระศาสดามีได้เอื้อเฟื้อตน ต้องการฆ่าตัวตาย จึงขึ้นไปยังภูเขาคิชฌกูฏ ตั้งใจจะกระโดดภูเข พระองค์ทรงเห็นเหตุการณ์นั้น ด้วยทิพจักขุ ทรงดำริว่า ถ้าเราไม่ช่วย พระวัฏกลิจะกระโดดภูเข ทำลายชีวิตตนเอง และทำลายอุบาสิกแห่งมรรคผลเสีย พระศาสดาจึงทรงแปลงรัศมีไปเหมือนเสด็จประทับอยู่ตรงหน้าของพระวัฏกลินั้น

ขณะนั้นเอง ความโศกอันใหญ่หลวงของพระวัฏกลิก็สลายไป ปีติปราโมทย์เกิดขึ้นแทน พระศาสดาตรัสกับพระวัฏกลิว่า

^{๑๐} ภาค ๘ หน้า ๘๒ ฉบับ พิมพ์ปี ๒๕๒๙

“ภิกษุมากด้วยปราโมทย์ เลื่อมใสในคำสอนของพระพุทธเจ้า ฟังบรรลุ สันตบพ อันเข้าไปสงบรรจบสังฆาร (ความคิดปรุงแต่ง) เสียได้ เป็นสุข” ดังนี้ แล้วทรงเหยียดพระพาหาออกเรียกพระวักกิลีว่า

“มาเถิดวักกิลี อย่ากลัวเราเลย จงแลดูพระสุคตเจ้าเราจักยกเธอขึ้น เหมือนคนช่วยกันพยุงช้างที่ตกหล่ม มาเถิดวักกิลี มาดูตถาคต เราจักยกเธอขึ้น เหมือนช่วยดวงจันทร์ที่ราหูจับ” นั้นตรัสตามความเชื่อถือของคนสมัยนั้น

พระวักกิลีเกิดปีติปราโมทย์อย่างใหญ่หลวงว่า “เราได้เห็นพระตถาคตแล้ว มิหนำซ้ำพระองค์ยังตรัสเรียกเราเสียอีกว่า ‘มาเถิดวักกิลี’ เราจะไปเฝ้าพระองค์ทางไหนหนอ” เมื่อมองไม่เห็นทางไป จึงเหาะไปทางอากาศ พอเท้าข้างหนึ่งถึงพื้นนั่นเอง ท่านรำลึกถึงพระดำรัสของพระศาสดา ช่มปีติได้แล้ว บรรลุอรหัตผล ณ ที่นั่นเอง

ต่อมา พระศาสดาทรงตั้งพระวักกิลีไว้ในตำแหน่งเอตทัคคะทาง “**สัทธาวิมุต**” คือหลุดพ้นเพราะศรัทธา

เรื่องที่ ๔ เป็นเรื่องของนางสิริมา^{๑๑} น้องสาวของหมอชีวก มีเรื่องย่อ ดังนี้

นางสิริมาเป็นหญิงนครโสเภณี ในเมืองราชคฤห์ มีรูปร่างมาก ต่อมา ได้บรรลุโสดาปัตติผล เป็นอริยสาวิกาโสดาบันเพราะฟังพระพุทธานุชาต

“ฟังชนะคนโกรธ ด้วยความไม่โกรธ ฟังชนะคนไม่ดี ด้วยความดี ฟังชนะคนตระหนี่ ด้วยการให้ และฟังชนะคนพูดเหลวไหล ด้วยความจริง”

ซึ่งพระศาสดาทรงแสดงที่บ้านนางอุตตรา

เมื่อนางสิริมา ได้บรรลุโสดาปัตติผล มีความเลื่อมใสในพระรัตนตรัย อย่างไม่คลอนแคลนแล้ว ได้นิมนต์ภิกษุสาวกของพระพุทธเจ้าไปรับอาหารที่บ้านตน วันละ ๘ รูป ทุกวัน อาหารในเรือนของนางที่ถวายแก่ภิกษุรูปหนึ่งๆ ย่อมเพียงพอแก่ภิกษุ ๓ - ๔ รูป อาหารนั้นประณีตมากจนเป็นที่เล้าลือ

^{๑๑} อรรถกถาธรรมบท ภาค ๕ ชราวรรค เรื่องที่ ๒ สิริมา

วันหนึ่งภิกษุรูปหนึ่งฉันอาหารในเรือนของนางแล้วไปสู่วิหารแห่งหนึ่ง อันห่างออกไป ๓ โยชน์ เมื่อเพื่อนสหธรรมิก (ผู้ประพฤติพรหมจรรย์ร่วมกัน) ถาถามถึงอาหาร ก็พรรณนาคุณแห่งอาหารที่เรือนของนางสิริมาให้ฟังว่า ประณีต และอร่อยเหลือเกิน ยิ่งกว่านั้น การได้เห็นนางสิริมา เป็นลาภอันประเสริฐ การได้เห็นนางดีกว่าได้รับไทยธรรมของนางเสียอีก เพราะนางสวยเหลือเกิน หากคนเสมอเหมือนได้ยาก

เพียงเท่านี้ ความเสแสร้งได้เกิดแก่ภิกษุผู้รับฟังนั้น ท่านได้บอกอายุ พรรษาของตนแก่ภิกษุผู้เล่า เมื่อทราบว่ามันพรั่งนี้หากตนจะไปยังวิหารชื่อนั้น ก็จะเป็นพระสังฆเถระ (หัวหน้า) ไปรับอาหารที่บ้านของนางสิริมา พระรูปนั้น ถือบาตรและจีวรรีบไปยังวิหารนั้น พอรุ่งอรุณก็รีบไปยืนอยู่ในโรงภัตต รอภิกษุ อื่นๆ อีก ๗ รูป

บังเอิญในวันวาน เมื่อภิกษุนำข้าวไปเล่า ฉันเสร็จแล้วหลีกไปนั่นเอง นางสิริมาล้มป่วยลงเพราะเป็นไข้ ปวดศีรษะมาก นางจึงเปลื้องอาภรณ์เข้าห้องนอน แม้วันรุ่งขึ้น เมื่อภิกษุมารับอาหารตอนเช้า นางก็ยังมิได้สร้างไข้ เมื่อหญิงคนใช้ บอกว่ามีพระมารับอาหาร นางจึงสั่งให้หญิงคนใช้ช่วยจัดแทน

เมื่อหญิงคนใช้ถวายยาและของควรเคี้ยวอื่นๆ แก่ภิกษุจนอิ่มแล้ว และถวายอาหารใส่บาตรไปจนพอแก่ความต้องการแล้ว ได้บอกให้นางสิริมา ทราบ นางสิริมาขอร้องให้ช่วยพยุงบานไปไหว้ภิกษุสงฆ์ นางไหว้ภิกษุสงฆ์เหล่านั้น ทั้งๆ ที่ศีรษะยังสั่นเทิ้มอยู่ด้วยพิษไข้

ภิกษุนั้นเมื่อเห็นนางแล้วคิดว่า เธอป่วยหนักปราศจากการตกแต่ง ประดับประดาอย่างงามถึงปานนี้ หากไม่ป่วยตกแต่งประดับประดาด้วยอาภรณ์ อันมีค่า จักสวยงามปานใด

ขณะนั้นกิเลส (กามราคะ) อันเธอสั่งสมมาหลายแสนปีได้ฟูขึ้นแล้ว มีใจจดจ่อแต่นางสิริมาเท่านั้น กลับถึงวิหารแล้วก็ไม่เป็นอันฉัน ปิดบาตร นอน ระลึกถึงแต่สิริมา เพื่อนสหธรรมิกจะอ้อนวอนลัทธิเท่าไรก็ไม่ยอมฉัน เธอยอม อดอาหาร

เย็นวันนั้นเอง นางสิริมาถึงแก่ความตาย เนื่องจากเธอดำรงตำแหน่ง นครโสณณี^{๑๒} และเป็นน้องสาวหมอชีวกแพทย์หลวงพระเจ้าพิมพิสาร ราชามหานครรัฐ จึงส่งข่าวไปกราบทูลพระศาสตาว่า พระเจ้าข้า นางสิริน้องสาวหมอชีวก ได้ทำกาลกิริยาเสียแล้ว

พระพุทเจ้า ผู้ทรงเป็นธรรมเทศนาโกศล (ฉลาดในการแสดงธรรม) มีพระพุทประสงค์จะอาศัยความตายของนางสิริมาเป็นหัวข้อแสดงธรรมแก่ภิกษุทั้งหลาย จึงให้ทูลพระราชาวาขอให้เก็บศพของนางสิริมาไว้ง่อน^{๑๓} เก็บไว้ในป่าช้าก็ได้ให้มีคนเฝ้า อย่าให้สุนัขหรือกาทำอันตรายแก่ศพได้

พระราชาทรงให้กระทำการดังนี้

ในวันที่ ๔ สรีระของนางสิริมาขึ้นพอง หมู่นอนคลานย้วยเยี้ยวออกจากปากแผลทั้ง ๔ (ทวารทั้ง ๔) ศพเน่าเฟะน่าสะอิดสะเอียน

พระราชาก็ให้ราชบุรุษตักลงร้องป่าวว่า เว้นเด็กเฝ้าเรือนและคนชราแล้ว ให้ทุกคนไปดูนางสิริมา ใครไม่ไปจะถูกปรับ ๘ กหาปณะ

และแล้วได้ส่งพระราชสาสน์ไปทูลพระศาสตาว่า ขออาราธนาภิกษุสงฆ์ มีพระพุทเจ้าเป็นประมุขไปดูนางสิริมา

นี่ต้องเป็นข้อตกลงระหว่างพระพุทเจ้ากับพระเจ้าพิมพิสารแน่แล้ว หากพระพุทเจ้าพาภิกษุสงฆ์ไปดูเอง อาจมีเสียงตำหนิจากมหาชนได้ว่าเป็นพระไม่อยู่อย่างพระ เทียวดูนั่นดูนี่ แต่เมื่อพระเจ้าพิมพิสารมีพระราชสาสน์อาราธนาไป ข้อกล่าวหาที่น้อยมิมี

พระศาสตารับสั่งให้เผด็จสงฆ์ (ประกาศให้สงฆ์ทราบทั่วกัน) ว่า เราและภิกษุทั้งหลายจักไปดูนางสิริมาตามคำเชิญของพระราช

^{๑๒} นครโสณณี ในสมัยนั้นมีเกียรติเป็นหญิงประดับนครให้งาม ราคาแพงมากเข้าถึงได้เฉพาะผู้มีเกียรติ และมีเงินเท่านั้น

^{๑๓} ตามปกติในอินเดียแม้ปัจจุบันก็ไม่นิยมเก็บศพไว้ที่บ้านหรือที่ใดๆ เมื่อตายลงก็นำไปเผาทันทีในวันนั้น ดูเหมือนจะเป็นกฎของเทศบาลห้ามเก็บศพไว้เกิน ๒๔ ชั่วโมง

ภิกษุหนุ่มผู้หลงใหลในรูปของนางสิริมา นอนแช่อยู่ ๔ วัน ไม่ยอม
ฉันอาหาร ข้าวในบาตรก็บูด วันนี้พอมีเพื่อนมาบอกว่า พระศาสดาจะทรงนำ
ภิกษุไปดูนางสิริมา

เพียงเท่านี้ เธอได้พรวดลุกขึ้นจัดการล้างบาตรหม้อจืดรีบไปกับภิกษุ
ทั้งหลาย

ณ ป่าช้า พระศาสดามีหมู่ภิกษุล้อมเป็นพุทธบริวารประทับยืนอยู่
ด้านหนึ่ง ภิกษุอื่นส่องอีกด้านหนึ่ง

“นี่ใคร มหาบพิตร ?” พระศาสดาตรัสถามพอให้ทุกคนที่นั่นได้ยิน

“นางสิริมา พระเจ้าข้า” พระราชาทูลตอบ

“นางสิริมาหรือนี่ ?”

“ใช่แน่นอน พระเจ้าข้า”

“ถ้ากระนั้น ขอให้พระองค์ให้ราชบุรุษตีกลองร้องป่าวว่า ใครให้ทรัพย์
พันกหาปณะ จงเอาศพนางสิริมาไป”

ราชบุรุษตีกลองร้องป่าวไปทั่วนคร ไม่มีใครต้องการเลย พระราชาทูลให้
พระศาสดาทรงทราบ พระพุทธองค์รับสั่งให้ลดลงตามลำดับคือ ๕๐๐ / ๒๕๐ /
๒๐๐ / ๑๐๐ / ๕๐ / ๒๕ / ๑๐ / ๑ กหาปณะ / ๑ บาท / ๑ มาสก / ๑ กากณิก
แต่ไม่มีใครรับซื้อศพของนางเลย ในที่สุดพระราชาประกาศยกให้เปล่า ก็ไม่มี
ใครเอา เมื่อพระราชาทูลเรื่องราวโดยตลอดแล้ว พระศาสดาจึงตรัสว่า

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เธอจงมาดูมาตุคาม (หญิง) อันเป็นที่พึงใจของ
มหาชน เมื่อก่อนนี้คนทั้งหลายยอมเสียทรัพย์หนึ่งพันกหาปณะ เพื่อบริภมย์กับ
นางสิริมาเพียงคนเดียว มาบัดนี้แม้จะรับเอาเปล่าๆ ก็ไม่มีใครต้องการ ดูเถิด
ภิกษุทั้งหลาย กายนี้ มีความลึ้นและมีความเสื่อมเป็นธรรมดา เธอทั้งหลายมอง
ดูเสีย ดูอัฐภาพอันอาดูรนี้ ดังนี้แล้วตรัสพระคาถาว่า

“ความตั้งอยู่ยั่งยืนของร่างกายใดไม่มี ท่านจงดูกายนั้นซึ่งกรรมทำให้
วิจิตรแล้ว มีผลอยู่เป็นประจำ มีกระดูกเป็นโครงร่าง นำเบื้อหน้า (แต่) เป็น
ที่รำพึงถึงของคนส่วนมาก”

อธิบายโดยย่อว่า กายเป็นโลกียธรรมอย่างหนึ่ง ตกอยู่ในลักษณะสามัญ คือ ไม่ยั่งยืน เกิดขึ้นตั้งอยู่ชั่วคราว แล้วแตกสลายไป

ร่างกายประกอบด้วยธาตุ ๔ คือ ดิน น้ำ ไฟ ลม ส่วนที่แข็งจัดเป็นธาตุดิน เช่น ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก เป็นต้น ส่วนที่เหลวจัดเป็นธาตุน้ำ เช่น น้ำดี น้ำหนอง น้ำเหลือง น้ำเลือด เหงื่อ เป็นต้น ส่วนที่พัดไปมา และทำให้ อวัยวะต่างๆ เคลื่อนไหวได้ คู้เข้า หยียดออกไปได้ จัดเป็นธาตุลม เช่น ลมที่ชาน ทวีปในกาย ลมในกระเพาะอาหาร ลมในลำไส้ ลมหายใจ เป็นต้น ส่วนที่ ทำความร้อนจัด เป็นธาตุไฟ เช่น ไฟที่เผาอาหารให้ย่อย ไฟที่ทำความอบอุ่น ในร่างกาย เป็นต้น

ธาตุทั้ง ๔ ดังกล่าวมาต้องเป็นไปสม่ำเสมอ ร่างกายจึงจะผาสุก ขาดไป หรือพร่องไปอย่างใดอย่างหนึ่ง ร่างกายก็ไม่ผาสุก เป็นเหตุให้ป่วยไข้ไม่สบาย ต่างๆ นานา ตัวอย่างเช่น ความอบอุ่นในร่างกายต้องมีอยู่เสมอ ไม่ว่าจะอยู่ใน ประเทศร้อนหรือประเทศหนาว อุณหภูมิภายนอกจะแตกต่างกันเพียงไรก็ตาม แต่ความอบอุ่นหรือไออุ่นในร่างกายจะต้องรักษาให้อยู่ในระดับเดิมของมัน ถ้าความร้อนในร่างกายมีมากเกินไปเราก็จะเป็นไข้ ยิ่งร้อนมากไข้ก็ยิ่งสูงมาก ถ้าความเย็นในกายมีมากเกินไป เลือดก็จะแข็ง ไม่ไหลเวียนตายได้เหมือนกัน

ความอบอุ่นในกายนี้ได้อาหารเป็นเชื้อเพลิง เมื่อขาดอาหาร ไฟในกาย ก็ดับตายเหมือนกัน สังเกตได้ว่า เมื่อกินอาหารมากความร้อนในกายจะสูงขึ้น น่าจะเป็นเพราะไฟในกายได้ไหมแรงขึ้นเพื่อเผาเชื้อคือ อาหารให้ย่อย ทั้งนี้ ขึ้นอยู่กับประเภทของอาหารด้วยเหมือนกัน อาหารบางอย่างให้ความร้อนมาก เช่น อาหารประเภทแป้ง น้ำตาล น้ำมัน บางอย่างให้ความร้อนน้อย เช่น ผักสด ผลไม้สดที่หวานน้อย เป็นอาทิ

จะพรรณนาเรื่องร่างกายกับอาหารก็ไม่สิ้นสุดลงโดยง่ายเพราะมีเรื่อง จะกล่าวอีกมาก จึงขอข้ามไป

นอกจากอาหารคือ ข้าว น้ำ เป็นต้นแล้ว ร่างกายนี้ยังต้องการอากาศที่ดี แสงสว่าง เครื่องนุ่งห่ม เพื่อกำจัดความหนาว ร้อนเป็นอาทิ และยังต้องการ ออกกำลังกายพอประมาณจึงจะเป็นไปได้ด้วยดี

กายนี้เป็นของที่ต้องบูรณะซ่อมแซมอยู่เสมอ เพราะมันทรุดโทรมสึกหรอ ไปทุกวันๆ แต่ไม่โทรมให้เห็นทันที ค่อยเป็นค่อยไปกว่าจะถึงชรา อาหาร และการพักผ่อนเป็นสิ่งช่วยบูรณะส่วนที่สึกหรอไปให้คงเดิม แต่เป็นไปไม่ได้ ชั่วคราว นานเข้าก็โทรมจนซ่อมไม่ไหว เรียกว่าชรา ในที่สุดก็แตกดับคือ ตาย

จะพรรณนาแต่ละข้อไปโดยลำดับพอสังเขป

ข้อว่ากายนี้ กรรมทำให้วิจิตรแล้วนั้น มีอธิบายว่า ตามหลักพระพุทธ ศาสนาถือว่ากรรมเป็นผู้ตกแต่งสัตว์ทั้งหลายให้หยาบ หรือประณีต ดังพระพุทธ ภาสิตว่า กมฺมํ สุตเต วิภชตี ยทฺธิํ หีนปฺปณฺเฑตตาย กรรมย่อมจำแนกสัตว์ ให้หยาบ หรือ ประณีต

ความหยาบ ความประณีตนี้ รวมเอารูปร่างลักษณะ อวัยวะทุกส่วน อธิบายใจคอทั้งสิ้น

เราจะเห็นว่า อวัยวะร่างกายของแต่ละคนมีความหยาบ ความประณีต ไม่เหมือนกัน ความอ่อนแอ แข็งแรงก็ไม่เหมือนกัน ผิวพรรณไม่เหมือนกัน บางคน เกลี้ยงเกลา บางคนหยาบกระด้าง รูปร่างหน้าตาก็ผิดแผกกันไป คนในโลกตั้ง ๓ - ๔ พันล้านคน ไม่เหมือนกันเลยสักคนเดียว ที่กล่าวนี้ ในส่วนหยาบที่มองเห็น ได้ด้วยตาธรรมดา อวัยวะที่ละเอียดในร่างกาย ก็แตกต่างกันไปมากกว่าอวัยวะ ส่วนที่หยาบเสียอีก

การทำงานของร่างกาย หรือสรีรยนต์นี้ยิ่งวิจิตรพิสดารยิ่งนัก ท่านว่า วิจิตรยิ่งกว่าเครื่องจักรใดๆ ทำไปได้ตั้ง ๘๐ - ๙๐ ปี มิได้หยุดเลย เป็นอัตโนมัติ

ผู้เรียนแพทย์ทางกายวิภาคศาสตร์ ย่อมเห็นแจ้งได้ดีในความอัศจรรย์ แห่งการทำงานของร่างกาย เป็นต้นว่า เลือดและปอด ไตและตับ ตลอดจนถึงเส้นเอ็น ต่างๆ

สรีรยนต์ คือ กายนี้ ท่านว่าสำเร็จมาแต่กรรม คือคนยังมีกรรมอยู่ ก็ยังมีเกิด เมื่อจะเกิด กรรมย่อมแต่งทั้งรูปและนาม ตามนัยปฏิบัติจนสมบูรณ์พอว่า สังขาร (กรรม) เป็นปัจจัยแห่ง วิญญาณ วิญญาณเป็นปัจจัยแห่งนามรูป

จึงดูกายนี้อันกรรมทำให้วิจิตรแล้ว

ชื่อว่า มีแผลอยู่ประจำ (อรุกาย) นั้น มีอธิบายว่า แผลประจำของกายนี้ อย่างน้อยก็มี ๔ แผล อันท่านเรียกว่าทวารทั้ง ๔ คือ ตา ๒ หู ๒ จมูก ๒ ปาก ๑ ทวารหนัก ๑ ทวารเบา ๑ รวม ๔

ทวารทั้ง ๔ นี้ เป็นที่ไหลออกแห่งสิ่งโสโครกต่างๆ ในกาย หรือจากกาย เป็นต้นว่า ขี้ตาไหลออกจากตาทุกเช้า อุจจาระออกทางทวารหนัก ปัสสาวะออกทางทวารเบา เป็นต้น

สิ่งเหล่านี้ ที่ไหลออกจากกายไม่มีความหอมเลย นอกจากแผลประจำทั้ง ๔ แผลนี้แล้ว ยังมีบาดแผลในที่อื่นๆ เป็นครั้งคราว เช่น แผลมีดบาดให้เลือดออก กลิ่นเลือดนั้นก็ควาน่าสะอิดสะเอียน

ชื่อว่า มีกระดูกเป็นโครง (สมุสสลิต) นั้น มีอธิบายว่า ร่างกายนี้มี เลือด เนื้อ หนัง เอ็น เป็นต้น เกาะติดกันอยู่ไม่กระจัดกระจาย ก็เพราะมีกระดูก เป็นโครงร่างให้ยึดเกาะปราศจากกระดูกเสียแล้ว หนัง เอ็นและเนื้อไม่มีที่อาศัย ไม่สามารถทรงตัวเป็นรูปร่างได้ ย่อมกองรวมกันอยู่ เหมือนลื้อ กางเกงที่ไม่มีคนสวม วางกองอยู่ฉะนั้น บางแห่งท่านจึงเรียกว่านครกระดูก ซึ่งมีเนื้อและเลือดเป็นเครื่องฉาบทา

ชื่อว่า อาตุน่าเบื่อหน่าย (อาตุร) นั้น อธิบายว่า กายนี้ นอกจากมี ปากแผลใหญ่ทั้ง ๔ อัน เป็นที่ไหลออกแห่งสิ่งโสโครกแล้ว ยังเป็นที่มา ที่ตั้ง อาศัยอยู่แห่งโรคนานาประการ (โรคินิทฺ) โรคตาเกิดที่ตา โรคหูเกิดที่หู โรคจมูกเกิดที่จมูก โรคฟันเกิดที่ฟัน โรคท้องเกิดที่ท้อง เป็นต้น โรคตับ โรคปอด ก็เหมือนกัน โรคบางอย่างให้ความเจ็บปวดมากมาย โรคบางอย่างให้ความรำคาญ เช่น โรคคัน เป็นต้น โรคบางอย่างเป็นที่รังเกียจของสังคม เป็นแล้วไม่มีใครอยากสนทนา

ปราศรัยด้วย ไม่มีใครอยากสนทนิตีด้วย กายนี้เป็นรังของโรคนานาประการ
สุดจะพรรณนาให้หมดได้ จึงนำเบื้อหน้า

อีกประการหนึ่ง ภาวะเกี่ยวกับการเลี้ยงร่างกาย ถนอมร่างกายให้
ดำรงอยู่ต่อไปได้นั้น เป็นภาระอันหนักของทุกคน เพียงแต่การหาข้าว หา
น้ำให้ร่างกายอย่างเดียวนั้น ก็ก่อให้เกิดความยุ่งยากต่างๆ ตามมามากมาย
การประกอบอาชีพต่างๆ ของมนุษย์ต้องเหน็ดเหนื่อย หนักหน่วงอยู่นั้น ก็เพื่อกิน
เพื่ออยู่ ตนเองคนเดียวก็ไม่สู้กระไรนัก ยังต้องเลี้ยงลูกอีกหลายคน ล้วนเป็น
กายที่ต้องกิน ต้องอยู่ เป็นภาระหนักเพิ่มขึ้นเข้ามาอีก พระพุทธเจ้าตรัสว่า
“ความทุกข์เสมอด้วยการบริหารชั้น ๕ นั้นไม่มี (นตถิ ขนฺธสฺมา ทุกฺขา) ชั้น ๕
เป็นภาระหนัก (ภารา หเว ปญฺจกฺขนฺธา)

ลองใช้ปัญญาตรองดูดีๆ เกิด จะมองเห็นอย่างชัดเจนว่า กายของเรา
เป็นภาระให้เราเพียงใด ดูเหมือนว่าชีวิตทั้งชีวิตต้องยุ่งยากกับภาระอันนี้

สมมติว่า เราทุกคนไม่มีกาย มีแต่จิต ภาระคงจะลดลงไปไม่น้อย การกิน
ไม่มี ที่อยู่ไม่จำเป็น การเดินทางก็ไม่ต้องอาศัยพาหนะใดๆ พอลคิดก็ไปถึง
ที่หมายได้ทันที ความเจ็บป่วยทางกายไม่มี เพราะไม่มีกาย ความกำหนดไม่มี
เพราะความกำหนดในกามอาศัยกายนี้เกิดขึ้น

ข้อว่าเป็นที่รำพึงถึงของคนมาก (พหุสงฺกปฺป) นั้น อธิบายว่า มนุษย์และ
สัตว์โลกทั่วไปเกิดมาจากกาม มีกามเป็นแดนเกิด พอรู้ความจิตจึงแล่นไปใน
แหล่งอันเป็นแดนเกิดของตน ทั้งนี้เพราะจิตได้คลุกคลีกับกามมาหลายร้อยชาติ
จึงดิ้นรนลงไป เหมือนปลาเกิดในน้ำ คุ่นกับน้ำ เมื่อยกขึ้นจากน้ำก็พยายามดิ้นรน
ลงไปหาน้ำ

วัตถุคือ ที่ตั้งแห่งกามก็คือ กายนี้ รูปนี้ เสียงนี้ กลิ่นนี้ และรส
นี่จึงเป็นที่รำพึงถึงของหญิง กายของหญิงเป็นที่รำพึงถึงของชาย ข้อนี้เป็น
ธรรมดาสากลแก่สัตว์โลกประเภทอื่นๆ ด้วย ตัวผู้กับตัวเมียย่อมดึงดูดกัน

กายยิ่งประณีต สวยงามมากเท่าใด ก็ยิ่งเป็นที่รำพึงถึงของคนมาก
เท่านั้น ก่อให้เกิดกิเลส คือกามราคะแก่ผู้ได้ดูได้เห็นไม่รู้จักจบสิ้น คนที่เกิด

มาสวยจะว่ามีบุญก็มี จะว่ามีกรรมก็ได้ คนที่เกิดมาสบายก็คือคนที่ไม่สวยหนัก ไม่ซี้เหร่เกินไป คือคนกลางๆ เพิ่มความน่ารักเอาที่ความดี เพิ่มความน่าเกลียดเอาที่ความชั่ว

คนเกิดมามีกรรมราคะติดมาด้วยทุกคน ไม่ต้องฝึกต้องสอนก็รู้ใคร่ รู้กำหนดในเพศตรงกันข้าม นี่แสดงว่าได้เคยคลุกคลีกับกามาในชาติก่อนๆ แล้วด้วย เป็นเรื่องธรรมชาติด้วย ยังมีอาลัยในกาม จึงมาเกิดในกามภพนี้อีก อาการที่ใจยังมีอาลัยในกามนั้น เรียกกัมมภพ การที่ไปเกิดในกามภพตามความใคร่นั้น เรียก **“อุปัตติภพ”**^{๑๔} กัมมภพและอุปัตติภพจึงสืบเนื่องกันไม่ขาดจากกันได้ มีกัมมภพอยู่ตรงบาป อุปัตติภพก็มีอยู่ตรงบาปนั้นเหมือนไฟกับความร้อน

ด้วยเหตุที่บุคคลปรารถนากาม กามต้องอาศัยกายเป็นที่ระบวย เป็นที่ก่อให้เกิดความพอใจในกามนั้น กายจึงเป็นที่รำพึงของคนส่วนมาก เปรียบเหมือนคนกระหายน้ำ น้ำนั้นบรรจุอยู่ในถัง สายตาของผู้กระหายจึงส่ายหาถึงน้ำอยู่เรื่อยๆ ยิ่งกระหายมากก็ยิ่งซัดส่ายหามากขึ้น

บุคคลผู้ไม่ปรารถนากาม ย่อมไม่รำพึงถึงกายใดกายหนึ่ง ไม่ปรารถนาสัมผัสกาย ไม่มองดูกายด้วยความกำหนด แต่จะมองดูกายในฐานะเป็นประมวลแห่งกองกระดูก กองเลือด และเนื้อเท่านั้น

จึงดูกายนี้อันกรรมทำให้วิจิตรแล้ว มีแผลอยู่เสมอ มีกระดูกเป็นโครง อาดูรน่าเบื่อหน่าย แต่เป็นที่รำพึงถึงของคนมาก

๕. รูปในฐานะเป็นปริกขุไญยธรรม

(สิ่งที่ควรกำหนดรู้ ควรทำความเข้าใจ)

พระพุทธองค์ตรัสสอนภิกษุทั้งหลายว่า “ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เราจักแสดงปริกขุไญยธรรม และปริกขุไญยธรรมแก่เธอทั้งหลาย อะไรเล่าคือปริกขุไญยธรรม (สิ่งที่ควรกำหนดรู้ ควรทำความเข้าใจ) ภิกษุทั้งหลาย รูป เวทนา สัญญา สังขาร

^{๑๔} เรียกเต็มว่า อุปัตติภพ

วิญญาณเป็นปริณิญาธรรม อะไรเล่าคือปริณิญา ภิกษุทั้งหลาย ความสิ้นราคะ โทสะ และโมหะนั้นแล เรียกว่าปริณิญา (คือความรอบรู้ ความรู้แจ้ง)^{๑๕}

ตามนัยนี้ พิจารณาได้ว่า ชันธ ๕ มีรูปเป็นต้น พระพุทธองค์ทรงถือว่าเป็นหลักสูตร เพื่อปริณิญา ส่วนปริณิยานั้น คือความสิ้นราคะ โทสะ โมหะ สมกับ ที่กล่าวว่าชันธ ๕ เป็นพหุลาณาสานี คือเรื่องที่พระพุทธเจ้าทรงยกขึ้นสอนมากเป็นพิเศษ เพื่อให้พุทธบริษัทกำหนดรู้ ทำความเข้าใจ

อนึ่ง พิจารณาในแง่แล้ว ปริณิญาของพระพุทธเจ้านั้นสำเร็จได้ยากมาก มีคนจำนวนน้อยเหลือเกินที่เป็นผู้สิ้นราคะ โทสะ และโมหะ อย่างต้องกล่าวถึงคนขนาดนั้นเลย แม้ผู้พยายามเพื่อความสิ้นราคะเป็นต้น ก็มีอยู่เพียงนิดเดียว พยายามไปในทางส่งเสริมพอกพูนเสียมากกว่า

อีกเรื่องหนึ่ง ที่ทรงแสดงรูปนี้หรือกายนี้ ในฐานะเป็นปริณิญาธรรม คือ คราวหนึ่งประทับอยู่ที่เมืองสาวัตถี เทพบุตรคนหนึ่งชื่อ โรหิตัสสะ เข้าไปทูลถามพระพุทธเจ้าว่า ที่ใดอันไม่มีการเกิด แก่ ตาย ไม่มีการจุติ (เคลื่อนจากภพเก่า) และอุบัติ (การเกิดใหม่) บุคคลจะสามารถรู้เห็นหรือบรรลุถึงสถานที่นั้นอันเป็นที่สุดแห่งโลกด้วยการไปตามธรรมดาได้หรือไม่

พระศาสดาตรัสตอบว่า “ไม่ได้” ตรัสเพียงเท่านั้น เทพบุตรเห็นเป็นอัศจรรย์ถึงกับอุทานออกมาว่า ข้อที่พระพุทธองค์ตรัสนั้นเป็นสุภาษิต (ตรัสดีแล้ว) เป็นอัศจรรย์

โรหิตัสสะเทพบุตรได้ทูลเล่าว่า เมื่อก่อนนี้ (ชาติก่อน) ข้าพระองค์เป็นฤๅษีชื่อ โรหิตัสสะ มีฤทธิ์มาก เหาะไปได้ในห้วงอวกาศ ไปได้เร็วเหมือนธนูของนักแม่นธนู ข้าพระองค์คิดว่าจะท่องเที่ยวไปให้ถึงที่สุดแห่งโลก จึงได้ออกสำรวจอวกาศโดยไม่หยุดเลย นอกจากเวลาดื่มหรือกินอาหาร เวลาถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะ และเวลาพักผ่อนหลับนอนเท่านั้น ข้าพระองค์มีอายุ ๑๐๐ ปี

^{๑๕} สังยุตตนิกาย ชันธวารวรรค ๑๙/๓๓/๕๔

ท่องเที่ยวไปเกือบทั้ง ๑๐๐ ปี ก็ไม่อาจให้ถึงที่สุดแห่งโลกได้ เพราะฉะนั้น ข้าพระองค์จึงกล่าวว่า พระวาจาของพระองค์ที่ตรัสตอบนั้นเป็นสุภาสิตและเป็นอัศจรรย์

พระศาสดาทรงสดับดังนั้น จึงทรงชักเข้าหาแนวจริยธรรมอันจะอำนวยประโยชน์ให้มากที่สุดเท่าที่จะเป็นได้ว่า

“อาวุโส เราบัญญัติโลก เหตุเกิดแห่งโลก ความดับโลก และข้อปฏิบัติ ให้ถึงความดับโลกในร่างกาย (กเพฺวระ) อันมีประมาณว่าหนึ่งนั่นเอง ซึ่งมีสัญญา และมีใจครอง อนึ่งบุคคลจะไปให้ถึงที่สุดแห่งโลกด้วยการไปธรรมดาไม่ได้ ไม่ว่าในกาลไหนๆ เมื่อยังไปไม่ถึงที่สุดแห่งโลกก็จะพ้นจากทุกข์ไม่ได้ เพราะฉะนั้น ผู้มีปัญญา รู้จักโลก ไปถึงที่สุดแห่งโลกแล้ว จบพรหมจรรย์ (สินกิเลส) แล้ว รู้ที่สุดแห่งโลกแล้วจึงไม่หวังทั้งโลกนี้และโลกอื่น”^{๑๖}

ตัวอย่างนี้ ทรงกระตุกโรหิตสสะเทพบุตรผู้สนใจเรื่องโลกภายนอกให้หันมาสนใจพิจารณาโลกภายใน คือกายและใจนี้ ซึ่งพระองค์ทรงเปรียบกับโลกๆ หนึ่ง แต่ละคนมีโลกของตนเอง ที่จะต้องสำรวจให้ดี กล่าวคือสำรวจชั้น ๕ นั่นเอง เมื่อสำรวจดีแล้ว ทำความเข้าใจอย่างทั่วถึงด้วยปริญา ๓ แล้วก็จะถึงที่สุดแห่งโลก พ้นทุกข์ได้

ที่ว่าทำความเข้าใจด้วยปริญา ๓ นั้น มีอธิบายโดยย่อดังนี้

๑. ญาตปริญา - ทำความรู้ ความเข้าใจชั้น ๕ โดยสภาพความเป็นจริง คือให้รู้ว่า สิ่งนั้นๆ คืออะไร เช่น รูปคืออะไร เป็นต้น

๒. ตีรณปริญา - กำหนดรู้ชั้นพิจารณา เช่น พิจารณารูป โดยความเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ให้เห็นด้วยปัญญาอันชอบ

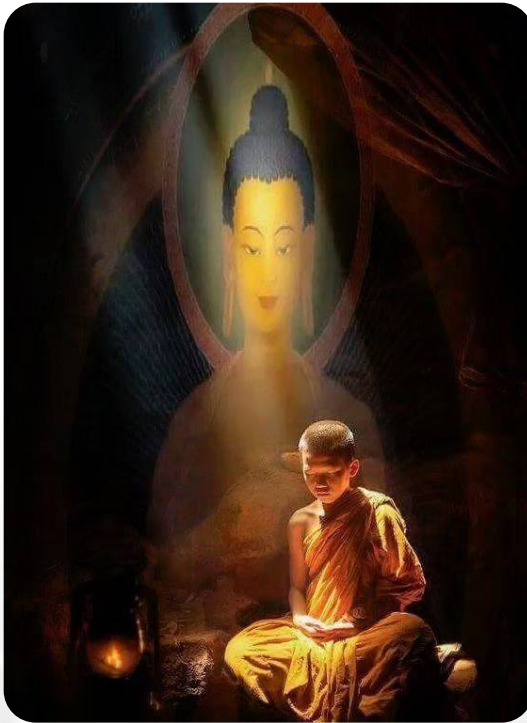
๓. ปหานปริญา - กำหนดรู้ถึงขั้นละ เช่น ละความพอใจ ความติดใจ ในรูปเป็นต้นเสียได้^{๑๗}

๑๖ โรหิตัสสสูตร สังยุตตนิกาย สคาถวรรค ๑๕/๘๗/๒๔๕

๑๗ ขุททกนิกาย มหานิเทศ ๒๔/๖๐/๖๒ และวิสุทธิมรรค ภาค ๓/๒๓๐

สรุปความ

เรื่องรูปที่กล่าวมาทั้งหมดนี้ เพื่อให้ผู้ศึกษาได้พิจารณาเห็นตระหนักรู้ เข้าใจเรื่องรูปเพียงบางส่วนเท่าที่จำเป็น นอกจากความรู้ด้านสภาวะธรรม (ข้อ ๑.๑ - ๑.๕) แล้ว ยังได้ให้แนวพิจารณาหรือแนวปฏิบัติ (ข้อ ๒ - ๕) ไว้ด้วย ตามแนวพุทธธรรม กล่าวคือ ปริยัติ (การศึกษาเล่าเรียน) ปฏิบัติ (การลงมือปฏิบัติ) ส่วนปฏิเวธ คือการบรรลุผลนั้น ย่อมขึ้นอยู่กับการปฏิบัติของแต่ละคน ใครปฏิบัติได้มากก็บรรลุผลได้มาก



หลักธรรมอันเป็นที่มั่น หรือเป็นฐานอันมั่นคงของบุคคล

บุคคลผู้ต้องการความสำเร็จในชีวิต ก้าวหน้า รุ่งโรจน์ในทางใด หรืออย่างน้อยเพื่อให้ชีวิตดีขึ้นตามกาลเวลาที่ล่วงไป ไม่ให้เวลาล่วงไปเปล่า โดยมิได้ทำให้ชีวิตดีขึ้นในทางใดทางหนึ่ง ผู้ต้องการความสำเร็จ ความเจริญ จึงควรมีหลัก หรือมีฐานอันเป็นเครื่องอุดหนุน ให้ก้าวหน้าไปสู่ความเจริญนั้น

เกี่ยวกับเรื่องนี้พระพุทธเจ้าทรงแสดงธรรมอันเป็นฐานที่มั่น ซึ่งบุคคลควรตั้งไว้ในใจ ๔ ประการ คือ

๑. ปัญญา ความรอบรู้ ความเข้าใจในสิ่งต่างๆ ตามเป็นจริง เป็นเครื่องมือทำลายความเขลา ความมืดมนของชีวิต

๒. สัจจะ ความจริง ตั้งแต่ความประพฤติกระทำให้ได้จริง ในสิ่งที่มุ่งหมายที่ต้องการ จริ่งวาจา จริ่งใจ จนถึงความจริงในเรื่องต่างๆ ที่จะต้องตามรักษาเท่าที่รู้ชัดด้วยปัญญาว่าเป็นจริงอย่างไร

๓. จาคะ ความสละ เสียสละเท่าที่เห็นด้วยปัญญา ว่าควรเสียสละ ตั้งแต่ทรัพย์สิน สิ่งที่เคยยึดถือไว้อย่างเคยชิน แต่ไม่ตรงตามความเป็นจริง ขัดต่อเหตุผล และการสละกิเลสอันเป็นเหตุแห่งความยิ่งยั้งปวง

๔. อุปสมะ ความสงบ ความสามารถในการระงับใจให้สงบ อยู่ได้ในสถานการณ์อันวุ่นวาย ความสงบจากกิเลสต่างๆ

ในที่นี้ขอพูดเฉพาะเรื่องปัญญาเพียงเรื่องเดียว



ປຶ້ມ

๑. เหตุเกิดของปัญญา

พุทธศาสนาได้แสดงแหล่งเกิดของปัญญาไว้ ๓ อย่างคือ

๑. **สุตมยปัญญา** ปัญญาที่ได้จากการสดับตรับฟัง การศึกษาเล่าเรียน
๒. **จินตามยปัญญา** ปัญญาที่ได้จากการคิดหาเหตุผลตรึกตรองโดยโยนิโสมนสิการ คือ ความคิดเป็น คิดอย่างถูกต้อง มีระบบกฎเกณฑ์ในการคิด
๓. **ภวานมยปัญญา** ปัญญาที่ได้จากการอบรมฝึกฝน การลงมือปฏิบัติให้เห็นจริงตามที่ได้ศึกษาเล่าเรียนมา หรือตามที่ตรองด้วยเหตุผลแล้วว่าจะเป็นไปได้

ปรัชญาตะวันตก ได้แสดงบ่อเกิดแห่งความรู้ไว้ ๓ ทางเหมือนกัน คือ

๑. **ความรู้ที่ได้จากประสาทสัมผัส (Empirical knowledge)** เช่น การได้เห็น ได้ฟัง ได้ดม ได้สัมผัสถูกต้อง คือใช้ประสาทสัมผัสทั้ง ๕ เป็นเครื่องมือแห่งความรู้ข้อนี้เข้ากันได้กับสุตมยปัญญาของพระพุทธศาสนา
๒. **ความรู้ที่ได้จากเหตุผล (Rational knowledge)** เช่น การคิดหาเหตุผลเพื่อรู้ข้อเท็จจริงเบื้องหลังปรากฏการณ์ มีหลายอย่างที่ประสาทสัมผัสของเรารายงานไม่ตรงข้อเท็จจริง เช่น เราได้ยินเสียงฟ้าร้อง หลังการเห็นฟ้าแลบนักวิทยาศาสตร์อธิบายว่า ความจริงทั้ง ๒ อย่างเกิดขึ้นพร้อมกัน (เหมือนเราเอาหิน ๒ ก้อน ตีกันแล้วเกิดประกายไฟขึ้น) แต่เพราะแสงเดินทางได้เร็วกว่าเสียง เราจึงเห็นฟ้าแลบก่อนแล้วจึงได้ยินเสียงฟ้าร้องทีหลัง เป็นต้น ความรู้จากเหตุผลนี้ เราได้รับจากนักวิทยาศาสตร์ และนักศาสนาเป็นอันมาก ต่างกันเพียงแต่นักวิทยาศาสตร์อธิบายปรากฏการณ์ทางวัตถุ ส่วนนักศาสนาอธิบายปรากฏการณ์ทางจิตใจ ความรู้ที่ได้จากเหตุผลนี้ตรงกับจินตามยปัญญา ของพุทธศาสนา
๓. **ความรู้ที่ได้จากญาณ (Intuitive knowledge)** ข้อนี้หมายถึงความรู้ที่เข้าถึงได้ด้วยใจ ไม่ใช่ด้วยประสาทสัมผัส ไม่ใช่ด้วยเหตุผลทางตรรก

หรือการอนุมาน แต่ด้วยการฝึกจิตให้รู้ความจริง หรือเข้าถึงความจริงโดยตรง บางที่เรียกว่า อุตตรญาณ (Transcendental Intuition) เช่น การรู้ความดี ความชั่วอย่างละเอียด หรือรู้เหตุการณ์ต่างๆ แบบคนตาทิพย์ หูทิพย์ หรือรู้ใจคนอื่นได้โดยไม่ต้องพูด ไม่ต้องถาม ญาณต่างๆ ของพุทธศาสนาก็อยู่ในความรู้ประเภทนี้ (เช่น วิชา ๓ วิชา ๘ อภิญญา ๖) ความรู้ข้อนี้จึงเข้ากันได้กับ ภาวนามยปัญญาของพุทธศาสนา

นักปรัชญาเยอรมันท่านหนึ่ง คือ อิมมานูเอล คานต์ ได้แสดงให้เห็นว่ามีเหตุผลอันเป็นสิ่งที่เกี่ยวข้องกับปัญญาอยู่ ๒ แบบ คือ เหตุผลบริสุทธิ์ (pure reason) อย่างหนึ่ง และเหตุผลภาคปฏิบัติ (practical reason) อีกอย่างหนึ่ง

เหตุผลบริสุทธิ์แบ่งเป็น ๒ ภาค คือ ภาคที่เกี่ยวกับประสาทสัมผัส (pure form of sensibility) และภาคที่เกี่ยวกับความเข้าใจ (เหตุผล) (pure form of understanding) ซึ่งตรงกับบ่อเกิดแห่งความรู้ ๒ อย่าง อย่างแรกคือ จากประสาทสัมผัสและจากเหตุผลนั่นเอง ส่วนเหตุผลภาคปฏิบัติก็คือ ภาวนามยปัญญาของพุทธศาสนา

ผลแห่งการค้นคว้าเรื่องบ่อเกิดแห่งปัญญาของนักปราชญ์ต่างๆ มีข้อสรุปที่ลงกันได้ เข้ากันได้ ต่างกันแต่เพียงภาษาที่ใช้เท่านั้น ผู้ที่ศึกษาคนละภาษา และมิได้นำมาพิจารณาในคราวเดียวกัน จึงเข้าใจกันไปคนละอย่างหรือไม่เข้าใจกัน ตัวอย่างเช่น พุทธศาสนาพูดถึง สชาติกปัญญา หมายถึงปัญญาที่ติดตัวบุคคลมาตั้งแต่เกิด อาจเป็นเพราะได้บำเพ็ญปัญญาบารมีมาในชาติก่อน ฝ่ายตะวันตกพูดถึงบุคคลประเภทนี้มี I.Q. สูง คือมีระดับสติปัญญาสูงมาแต่กำเนิดเหมือนกัน (I.Q. = Intelligence quotient)

พุทธศาสนาพูดถึงโยคปัญญา คือปัญญาที่ได้จากการศึกษาอบรม การสังเกตพิจารณา ตลอดถึงการลงมือปฏิบัติ อันรวมเอาเหตุเกิดแห่งปัญญาทั้ง ๓ ประการ ที่กล่าวแล้วข้างต้น

ลัทธินิยายะ หนึ่งใน ๖ ของระบบปรัชญาอินเดียได้แสดงบ่อเกิดแห่งความรู้ไว้ ๔ ประการ คือ

๑. **ประจักษ์ (Perception)** ได้แก่ ความรู้ที่ได้รับเพราะอาศัยประสาทสัมผัสทั้ง ๕ นั้นเอง

๒. **อนุมาน (Inference)** การคาดคะเนเหตุผล โดยอาศัยหลักตรรกศาสตร์ เช่น เห็นควันขึ้นมาก็อนุมานว่า น่าจะมีไฟอันเป็นต้นเหตุของควัน

๓. **อุปมาน (Comparison)** การเปรียบเทียบ ความรู้ที่ได้จากการเปรียบเทียบ เช่น เด็กไม่เคยเห็นเสือ แต่เคยเห็นแมว ผู้ใหญ่บอกว่า เสือกก็เหมือนแมว แต่ตัวโตกว่า เมื่อเด็กไปในป่าเห็นสัตว์ชนิดหนึ่งคล้ายแมว แต่โตกว่า ก็รู้ได้ว่าเป็นเสือ ฯลฯ นอกจากนี้ ความรู้ที่บุคคลได้รับเพราะเข้าใจในการเปรียบเทียบเชิงอุปมาอุปไมย ก็รวมลงในบ่อเกิดแห่งความรู้ ประเภทนี้ได้เหมือนกัน เช่น ทำดีย่อมได้ดี ทำชั่วย่อมได้ชั่ว เหมือนหวานพืชชนิดใด ย่อมได้ผลชนิดนั้น เป็นต้น

๔. **ศัพท์ะ (Testimony)** หมายถึงพยานหลักฐานอาจเป็นพยานบุคคลหรือหลักฐานทางตำรา วิชาการ เป็นต้น ที่นักปราชญ์ท่านกล่าวไว้



๒. หน้าทีของปัญญา

ปัญญามีหน้าที่สำคัญคือ การวินิจฉัยเหตุการณ์ วินิจฉัยเรื่องราวให้รู้ความจริงว่า ผิด ถูก ดี ชั่ว อย่างไร อะไรจริง อะไรเท็จ อะไรเป็นสังขารม อะไรเป็นเพียงมายา ท่านจึงกล่าวว่า ปัญญาเป็นเครื่องวินิจฉัยสัจจะ (สัจจะ สิ่งที่ได้ยิน ได้ฟังมา การศึกษาเล่าเรียน ปณฺญา สุตวินิจฺฉินิ) เลือกถือเอาเฉพาะสิ่งที่ถูกต้อง ละทิ้งสิ่งที่ไม่ถูกต้องเสีย ถ้าไม่มีปัญญาเป็นเครื่องวินิจฉัยแล้ว คนก็จะไม่สามารถแยกสิ่งที่ถูกต้องออกจากสิ่งที่ไม่ถูกต้องได้ คงจะต้องถือสับสนปนเป ละเอียดกันไป ทำให้รุ่งรังโดยเปล่าประโยชน์ การที่บุคคลสามารถละทิ้งสิ่งที่ไร้สาระถือเอาสิ่งที่มีสาระ หรือละทิ้งสิ่งที่มีสละระน้อย เพื่อสิ่งที่มีสละระมากได้ ก็เพราะมีปัญญาเป็นเครื่องวินิจฉัย และดำเนินชีวิตได้ถูกต้อง มิฉะนั้นแล้วจะเหมือนควายตาบอดเที่ยวไปในป่าสมดังคำของบัณฑิตที่ว่า

โน เจ อสฺส สก พุทฺธิ วินโย วา สุลิกฺขิตฺโต ฯลฯ แปลว่า “ถ้าปัญญาประจำตนหรือวินัยที่สำเหนียกศึกษาดีแล้วไม่พึงมีไฉรั คนเป็นจำนวนมากในโลกนี้ ก็พึงดำเนินชีวิตไปอย่างมืดบอด เหมือนควายตาบอดท่องเที่ยวไปในป่าฉะนั้น แต่เพราะเหตุที่บุคคลบางพวกในโลกนี้ ได้ศึกษาดีแล้วในสำนักของอาจารย์ เป็นผู้มีวินัยดี จึงเป็นปราชญ์มีใจมั่นคงดี”

บัณฑิตผู้กล่าวคำนี้ คือ ท่านคันธารดาบส เป็นผู้ได้ฌานและอภิญญา สหายของท่านผู้หนึ่งชื่อ **เวเทตดาบส** สะสมเกลือไว้บริโภค ท่านคันธารดาบส จึงตักเตือน ติเตียนว่าทำสิ่งอันไม่สมควรแก่ดาบส ที่ลู้อุตส่าห์สละทรัพย์สิน สมบัติออกบวช แต่มาสะสมเกลือ **เวเทตดาบส** **ไม่อดทนต่อคำตักเตือน** จึงโกรธคันธารดาบส ซึ่งกล่าวถ้อยคำสั่งสอนดังกล่าวแล้ว

จะเห็นว่าปัญญาเป็นเครื่องวินิจฉัยว่า สิ่งใดควร สิ่งใดไม่ควร อย่างไร เรื่องของท่าน มโหสถบัณฑิต อันเป็นชาตกทางพุทธศาสนาเรื่องหนึ่ง เป็นการแสดงถึงปัญญาที่ท่านมโหสถ ใช้เป็นเครื่องวินิจฉัยเหตุการณ์ต่างๆ ทั้งสิ้น และวินิจฉัยได้อย่างน่าอัศจรรย์ ท่านที่ต้องการรายละเอียดเกี่ยวกับเรื่องนี้ควรอ่านมโหสถชาดก

๔. ประเภทของปัญญา

กล่าวโดยย่อที่สุดปัญญามี ๒ ประเภทใหญ่ คือ

๓.๑ โลกียปัญญา ปัญญาในระดับโลกียะ (Mundane wisdom)

๓.๒ โลกุตระปัญญา ปัญญาในระดับโลกุตระ (Super mundane wisdom)

ประการแรก หมายถึง ปัญญาของโลกียชน คือผู้ที่ยังเป็นปุถุชนอยู่ ถึงจะมีความรู้อย่างไร ก็ยังเวียนว่ายอยู่ในความทุกข์ ถูกบีบคั้นด้วยกิเลสต่างๆ มีความเดือดร้อนใจเพราะกิเลสเบียดเบียนครอบงำ ปัญญาของโลกียชนมิได้ ทำให้พ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด อันถือว่าเป็นทุกข์ที่ยึดเยื้อ

ประการที่สอง หมายถึงปัญญาของท่านผู้เป็นโลกุตระชน คือปัญญาของ พระอริยเจ้า คือพระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี และพระอรหันต์ ซึ่งเป็นปัญญาที่สุขุมลุ่มลึกเป็นไปเพื่อความสงบเย็น ถึงอย่างไร ก็เป็นผู้ไม่ตกต่ำ ไม่ทำบาปชนิดที่จะต้องไปเกิดในอบายภูมิ ๔ (นรก เปรต อสุรกาย สัตว์ดิรัจฉาน) มีแต่จะสูงขึ้นๆ สำหรับพระอรหันต์นั้นเป็นผู้ทำลายกิเลสได้โดยสิ้นเชิง ส่วนอีก ๓ จำพวกข้างต้น แม้จะยังมีกิเลสอยู่บ้างบางประการ แต่ก็จะไม่ทำความชั่ว อันเป็นเหตุให้ตนต้องตกต่ำลง โลกุตระปัญญาจึงเป็นจุดหมายสำคัญในพุทธ ศาสนา การสะสมอบรมโลกียปัญญานั้นเป็นขั้นเตรียมการเพื่อไปสู่หรือขึ้นสู่ โลกุตระปัญญานั้นเอง



๔. ญาณอันนำไปสู่โลกุตระปัญญา (วิปัสสนาญาณ)

อันที่จริงตามพระคัมภีร์ทางพุทธศาสนาแล้ว ญาณกับปัญญาเป็นอันเดียวกัน ทั้งรากศัพท์และความหมาย ญาณอันจะนำบุคคลไปสู่โลกุตระปัญญานี้ คือ วิปัสสนาญาณ ท่านแสดงไว้ ๔ ลำดับ ดังนี้

๑. **อุทยัพพยานุปัสสนาญาณ** ญาณเห็นความเกิดขึ้นและความเสื่อมไปของนาม - รูป (ขั้นที่ ๕)
๒. **ภังคานุปัสสนาญาณ** ญาณเห็นความดับแห่งนามรูป
๓. **ภยตูปฏฐานญาณ** ญาณเห็นความปรากฏขึ้นของ นามรูป โดยความเป็นของน่ากลัว
๔. **อาทินวานุปัสสนาญาณ** ญาณพิจารณาเห็นโทษของนามรูป
๕. **นิพพิทานุปัสสนาญาณ** ญาณเห็นนามรูป เป็นสิ่งน่าเบื่อ
๖. **มฤจัตกัมมตาญาณ** ญาณอันเป็นไปเพื่อความหลุดพ้น หรือพ้นไปเสียจากนามรูปนั้น
๗. **ปฏิสังขานุปัสสนาญาณ** ญาณพิจารณาหาทางเพื่อความหลุดพ้น
๘. **สังขารเปกขาญาณ** ญาณวางเฉยในนามรูป
๙. **สังขานุโลมิกญาณ** ญาณอนุโลมอริยสัจ เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า อนุโลมญาณ

๑. อุทยัพพยานุปัสสนาญาณ

มีประโยชน์ในการกำหนดลักษณะหรือกำหนดไตรลักษณ์ อุทยัพพยานุญาณที่เสerahมองด้วยอุปกิเลส ๑๐ ประการ (คือ วิปัสสนูปกิเลส ๑๐) ย่อมไม่อาจกำหนดไตรลักษณ์ได้

สิ่งบังไตรลักษณ์

ไตรลักษณ์ไม่ปรากฏชัด เพราะมีสิ่งบังดังนี้

๑. อนิจจลักษณะ ไม่ปรากฏเพราะไม่ใส่ใจในความเกิดขึ้นและเสื่อมไป และเพราะสันตติ (ความสืบต่อ Continuity) ปิดบังไว้

๒. ทุกขลักษณะ ไม่ปรากฏเพราะไม่ใส่ใจถึงความบีบคั้นเนื่องๆ และเพราะการเปลี่ยนอิริยาบถบังไว้

๓. อนัตตลักษณะ ไม่ปรากฏเพราะไม่ใส่ใจถึงการแยกธาตุ และเพราะฉนัลัญญา^{๑๘} ปิดบังไว้

ในทางตรงกันข้าม เมื่อใส่ใจในความเกิดขึ้นและเสื่อมไป เพิกถอนสันตติเสียได้ อนิจจลักษณะย่อมปรากฏ เมื่อใส่ใจในความบีบคั้นเนื่องๆ เพิกถอนอิริยาบถเสียได้ ทุกขลักษณะย่อมปรากฏ เมื่อใส่ใจในการแยกธาตุ เพิกถอนฉนัลัญญาเสียได้ อนัตตลักษณะย่อมปรากฏ

อนึ่ง ชั้น ๕ เป็นตัวอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ความไม่เที่ยงแท้แน่นอน ความแปรผัน เรียก อนิจจลักษณะ ความบีบคั้นรำไป เป็นทุกขลักษณะ ความไม่เป็นไปในอำนาจ ว่าไม่พึง ขึ้นอยู่กับเหตุปัจจัย เป็นอนัตตลักษณะ

การพิจารณาชั้น ๕ หรือ นามรูป โดยลักษณะดังกล่าวนี้คือ โดยลักษณะไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา เรียกว่า อุทยัพพยานุสัสสนาญาณ

๒. ักขณุปัสสนาญาณ

ญาณนี้ หมายถึงการพิจารณาถึงความสลายหรือความดับแห่งนามรูป มองเห็นความดับแห่งสังขารทั้งปวง เมื่อเห็นอยู่อย่างนี้ ย่อมละนิमित ๓ อย่างได้ คือ อุปาทานนิमित ความสำคัญหมายว่า เกิดขึ้น จิตินิमित ความสำคัญหมายว่า ตั้งอยู่ และปวัตตนิमित ความสำคัญหมายว่า เป็นไป คงเหลือแต่เห็นความแตกดับทำลายอย่างเดียว เมื่อเห็นอยู่อย่างนี้ ย่อมคลายความกำหนดเสียได้ พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า

^{๑๘} ความสำคัญผิดว่าเป็นก้อน เป็นแห่ง เป็นตัวตน

“มัจจุราชย่อมแลไม่เห็นซึ่งบุคคลผู้พิจารณาโลก เหมือนฟองน้ำและ
พยับแดด”

อาณิสสส์ ๘ ประการของผู้อบรมกังคานุปัสสนาญาณ

๑. ละความเห็นในภาพ คือละความติดใจในภาพเสียได้
๒. ละความยินดี ความติดใจในชีวิตเสียได้
๓. ห่มั่นประกอบความเพียรภาวนาอยู่เสมอ
๔. มีการเลี้ยงชีพบริสุทธิ์
๕. ละความขวนขวายวุ่นวาย
๖. ไม่พรันพรึง ไม่กลัว
๗. ได้ขันติและโลภจะ
๘. อดทนต่อความยินดี ยินร้าย ความพอใจหรือไม่พอใจ

๓. ภัยตูปัญฐานญาณ

เมื่อผู้บำเพ็ญเพียรพิจารณาสังขารโดยความเกิดและความดับอยู่ตาม
นัยแห่งญาณทั้ง ๒ ดังกล่าวมา แต่นั่นก็จะเห็นสังขารปรากฏเป็นของน่ากลัว
ทั้งอดีต ปัจจุบัน และอนาคต เห็นสังขารในอดีตดับแล้ว ก็คำนึงถึงสังขารใน
ปัจจุบันและอนาคตว่าคงดับเช่นเดียวกัน ท่านเปรียบเหมือนมารดาผู้ซึ่งเห็นบุตร
ซึ่งเป็นกบฏต่อพระราชา และถูกจับนำไปสู่ที่ฆ่า เมื่อเห็นบุตรคนที่ ๑ และที่ ๒
ถูกประหารชีวิต แล้วก็ทอดอาลัยในบุตรคนที่ ๓ เพราะแน่ใจว่าถึงอย่างไรคนที่ ๓
ก็ต้องตาย ในทำนองเดียวกัน ผู้ปฏิบัติพิจารณาสังขารโดยความเป็นของน่ากลัว
เหมือนเห็นหลุมถ่านเพลิงลุกโชติช่วง และเห็นหลาวอันแหลมคม การพิจารณา
สังขารดังกล่าวนี้ เรียก ภัยตูปัญฐานญาณ

๔. อาทีนวานุปัสสนาญาณ

ท่านผู้เจริญภยตูปัญฐานญาณอยู่ กระทำให้มากอยู่บ่อยๆ ย่อมเห็นชัดเห็นว่า ในภพทั้งปวง ในกำเนิดทั้งปวง ไม่มีที่ป้องกัน ไม่มีที่ต้านทาน หลีกเร้นในสังขารทั้งปวง ไม่มีอะไรควรยึดถือมั่น ลำดับนั้น ภพทั้ง ๓ จึงปรากฏแก่ท่านเหมือนหลุมถ่านเพลิงซึ่งเต็มไปด้วยถ่านอันร้อนแรง มหาภูตรูป ๔ (ดิน น้ำ ไฟ ลม) ปรากฏประจวบจรพิชซึ่งมีพิษร้ายกาจ ชั้นธ ๕ เหมือนเพชรฆาตเงื้อมดาบ อายตนะภายใน ๖ ปรากฏประจวบบ้านร้าง (อายตนะภายใน ๖ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ) สังขารทั้งปวงปรากฏแก่ท่านประจวบผี ลุกศร และโรคภัยที่น่าดับแค้น ไม่มีรสเต็มไปด้วยกองแห่งโทษอันใหญ่หลวงเหมือนป่าช้า แม้จะมีอาการว่านารีนรมย์แต่ก็เต็มไปด้วยสัตว์ร้ายนานาชนิด น้ำเป็นประจวบมีจระเข้ (หรือจะดื่ม น้ำ มองเห็นปลิงอยู่ในขันน้ำ) โภชนาหารเป็นประจวบเจือด้วยยาพิษ ที่อยู่อาศัยประจวบถูกไฟไหม้ นี่คือ อาการของอาทีนวานุปัสสนาญาณ

๕. นิพพิทานุปัสสนาญาณ

เมื่อผู้บำเพ็ญเพียรเห็นโทษแห่งสังขารอยู่อย่างนี้ ความเบื่อหน่ายย่อมเกิดขึ้น ไม่ต้องการภพหรือกำเนิดใดๆ เหมือนพญาหงส์ไม่ยินดีในหลุมข้างบ้าน แต่ยินดีในเชิงเขาจิตรกฐญ ย่อมอมริมย์ในสระใหญ่ ผู้บำเพ็ญเพียรย่อมยินดีในภาวนาและสันตปท เหมือนสีหราชจะขังไว้ในกรงทองก็ไม่ต้องการ ยินดีแต่ในปากว่าง

๖. มุญจิตุกัมยตาญาณ

ญาณข้อ ๖ นี้มีความปรารถนาที่จะพ้นไปเสียจากสังขารทั้งปวง ไม่ยินดีอาลัยในสังขารทั้งปวง เหมือนปลาอยู่ในข่าย กบอยู่ในปากงู ไก่ป่าอยู่ในกรง เนื้อติดบ่วง งูอยู่ในมือหมอ ข้างติดหล่มลึก บุคคลถูกข้าศึกล้อมอยู่โดยรอบ เหล่านี้ย่อมอยากออก อยากให้พ้นไปเสีย ภพทั้งปวง สังขารทั้งปวง ปรากฏแก่ผู้บำเพ็ญเพียร เหมือนปลาอยู่ในข่ายเป็นต้นนั้น

๗. ปฏิสังขานุปัสสนาญาณ

ลำดับนั้น การพิจารณาสังขารโดยความเป็นของไม่เที่ยงเป็นทุกข์ และเป็นอนัตตา ย่อมเกิดขึ้น การพิจารณาสังขารโดยไตรลักษณ์นั่นเอง เรียกว่า ปฏิสังขานุปัสสนาญาณ ท่านอุปมาอย่างน่าฟังว่า เหมือนบุคคลต้องการจับปลา แต่ไปผูกเอางูเข้า ที่แรกก็ดีใจว่าจะได้ปลา แต่พอยกขึ้นมาเห็นงู เขาย่อมหมดความยินดี แต่เห็นเป็นของน่ากลัว น่าเบื่อหน่าย แล้วขว้างไปให้พ้นตัว สังขารทั้งปวงเป็นที่ยินดีพอใจของสัตว์ทั้งหลายผู้มีได้พิจารณาไตรลักษณ์ เหมือนคนยินดีว่าจะได้ปลาแต่เมื่อยกขึ้นมาเห็นงู จึงสลัดทิ้งไป ผู้บำเพ็ญเพียรก็เหมือนกัน แลเห็นสังขารและภพทั้งปวงเหมือนงูพิษ

๘ สังขารเปกขาญาณ

ญาณนี้ หมายถึง การวางเฉยในสังขารทั้งปวง เหมือนชายที่หย่าขาดจากภรรยาแล้ว ย่อมวางเฉยต่อภรณานั้น เมื่อกวางเฉยในสังขาร จิตย่อมแล่นไปสู่พระนิพพาน หากยังไม่เห็นนิพพาน ก็จะกลับมาพิจารณาสังขารอย่างเดิม เหมือนนกหาฝั่งของพวกพ่อค้าเรือเดินทะเล

พวกพ่อค้าเรือเดินทะเล เมื่อออกเรือนิยมนำนกชนิดหนึ่งติดเรือไปด้วย เมื่อหลงทาง เขาจะปล่อยนกนั้นจากเรือ นกจะเที่ยวบินหาฝั่ง ถ้าเจอฝั่งมันจะไม่กลับมาอีก ถ้าไม่เจอฝั่ง มันจะกลับมาเกาะเสากระโดงเรือครั้งแล้วครั้งเล่า

๙. อนุโลมญาณหรือสัง जानุโลมิกญาณ

ผู้บำเพ็ญเพียรผ่านญาณตามลำดับมาทั้ง ๘ ประการแล้ว ญาณที่ ๙ ย่อมเกิดขึ้น คือ ญาณอนุโลมอริยสัจ แต่ยังไม่เห็นอริยสัจโดยแจ่มแจ้ง แต่เห็นตามความรู้แห่งญาณทั้ง ๘ ข้างต้น เหมือนพระราชอาชญาบัตรสั่งให้จับคนของมหาอำมาตย์ผู้วินิจฉัยคดี ๘ นาย เมื่อทรงพิจารณาแล้วก็ทรงเห็นชอบด้วย เพราะถูกต้องตามพระราชกำหนดกฎหมาย

ญาณ ๘ ประการข้างต้นเปรียบเหมือนมหาอำมาตย์ ๘ คน อนุโลม ญาณที่ ๙ นี้ เหมือนพระราชา ธรรมมีสติปัญญา ๔ เป็นต้น เหมือนพระราชา กำหนดกฎหมาย อนุโลมญาณเป็นปรีโยสาน (ที่สุด) แห่งวิปัสสนา

วิปัสสนาญาณ ๙ ดังพรรณนามานี้ อยู่ในปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธิแห่ง วิสุทธิ ๗

ต่อจากนั้น ผู้ปฏิบัติจะขึ้นถึงญาณทัสสนวิสุทธิ คือ ความบริสุทธิ์แห่ง ความรู้ความเห็นอันถูกต้องแก่ ในญาณทัสสนวิสุทธินี้ มีญาณสำคัญอย่าง หนึ่งเกิดขึ้น คือ โคตรภูญาณ แปลว่าญาณครอบโคตร หรือคร่อมโคตร หมายถึงโคตรปุถุชนกับอริยชน กล่าวคืออยู่ท่ามกลางระหว่างความเป็นปุถุชนกับ ความเป็นอริยชน เหมือนคนข้ามเรือ เมื่อเรือเทียบท่าแล้ว ขณะที่เขากำลังก้าว ขึ้นจากเรือ ขาข้างหนึ่งยังอยู่ในเรือ อีกข้างหนึ่งอยู่บนบก เรียกไม่ได้ว่าเขาอยู่ ในเรือหรืออยู่บนบก สภาพจิตของบุคคลผู้ประกอบด้วยญาณอันเป็นท่ามกลาง ระหว่างปุถุชนกับความเป็นอริยชนนี้เอง เรียกว่า โคตรภูญาณ โคตรภูญาณนี้ เป็นเบื้องต้นแห่งโสดาปัตติมรรคญาณ เหมือนแสงเงินแสงทองตอนเช้า เป็นนิมิต หมายความว่า ดวงอาทิตย์กำลังจะขึ้นมา ต่อจากนั้นโสดาปัตติมรรคญาณก็เกิด ขึ้นทำลายกิเลสมีสัณกายทิฏฐิ (ความเห็นชั้นที่ ๕ ว่าเป็นตัวตนของตน) เป็นต้น ผลญาณก็เกิดตามขึ้น เหมือนดวงอาทิตย์อุทัยแล้วทำลายความมืด ยังผลให้ บุคคลผู้มีจักขุได้เห็นรูปต่างๆ ตามความเป็นจริง ไม่หลงผิด เพราะความมืด ปิดบังอีกต่อไปฉันใดก็ฉันนั้น

ผลญาณอันเป็นไปยั่งยืนนั่นเอง คือ นิพพาน เหมือนแสงสว่างอัน ปรากฏยั่งยืนไปทั้งวัน เปรียบอีกอย่างหนึ่ง กิเลสเหมือนโรค ธรรมเหมือนยา ผู้ประพฤติธรรมครบถ้วนตามที่กำหนด เหมือนกินยาครบตามกำหนด ธรรมนั้น เข้าไปกำจัดกิเลสเหมือนยากำจัดโรค เมื่อกำจัดโรคได้สิ้นแล้ว และโรคนั้นไม่เกิด ขึ้นอีก บุคคลย่อมได้รับความสุขยั่งยืน เพราะไม่มีโรคเบียดเบียน ฉะนั้น เมื่อ ผู้ปฏิบัติธรรมกำจัดกิเลสได้แล้วด้วยมรรคญาณ ผลที่ตามมา คือ การดับกิเลสได้ กำจัดกิเลสได้ความสุขอันยั่งยืน เพราะความสิ้นกิเลสนั่นเอง คือ นิพพาน

ปัญญา หรือญาณของท่านผู้เป็นอริยชน จัดเป็นโลกุตระปัญญา มีแนว ปฏิบัติเพื่อโลกุตระปัญญาดังกล่าวมาในหัวข้อที่ ๔

๕. ปัญญาในระดับสูงในพุทธศาสนา (วิชา ๓ วิชา ๘)

ผู้เจริญสมาธิถึงขั้นฌานที่ ๔ (จตุตถฌาน) แล้วอาศัยสมาธินั้นเป็นบาทฐาน ย่อมสามารถเพ่งน้อมจิตเข้าสู่ฌาน (ปัญญา) ต่างๆ เพื่อรู้เห็นสิ่งลึกลับมหัศจรรย์ อันพ้นวิสัยที่สามัญมนุษย์จะรู้เห็นได้ เหมือนนักวิทยาศาสตร์ ซึ่งมีเครื่องมือ พิเศษสามารถรู้เห็นสิ่งต่างๆ ที่คนทั่วไปผู้ไม่มีเครื่องมือไม่สามารถรู้เห็นได้

วิชา ๓ คือ

๑. **ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ** ญาณระลึกเห็นความเป็นอยู่ในชาติก่อนๆ ได้ว่าเคยอยู่อย่างไร เป็นอะไร เกิดที่ไหน ชื่ออะไร มารดา บิดา ชื่ออะไรเป็นต้น รวมความว่า ญาณระลึกชาติก่อนๆ ได้

๒. **จุตูปปาตญาณ** ญาณรู้การจุติ (การเคลื่อนจากภพเก่า) และอุบัติ (การเกิดในภพใหม่) ของสัตว์ทั้งหลายว่า สัตว์ใดมีกรรมอย่างใด จะต้องได้รับ กรรมอย่างนั้นของตนๆ

๓. **อาสวักขยญาณ** ญาณอันเป็นเหตุให้สิ้นอาสวะ กล่าวโดยย่อธรรม ก็คือ ญาณ ๓ ในอริยสัจ ๔ (คือสัจจญาณ กิจจญาณ และกตญาณ) หรือ ญาณในปฏิจจสมุปปาทนั่นเอง

ถ้าเป็นวิชา ๘ ก็เพิ่มขึ้นมาอีก ๕ หัวข้อ คือ ทิพโสต อนุทิพย์ เจโต-ปริยญาณ กำหนดรู้จิตผู้อื่นได้ อิทธิวิธี แสดงฤทธิ์ต่างๆ ได้ เช่นคนเดียวทำเป็นหลายคน เป็นต้น มโนมยิทธิฤทธิ์ทางใจ เช่น ถอดกายทิพย์ออกจากกายเนื้อได้ และวิปัสสนาญาณ คือ ญาณในวิปัสสนา (วิปัสสนานี้เป็นข้อต้นในวิชา ๘ และ อาสวักขยญาณเป็นข้อสุดท้าย)

จ. คุณค่าของปัญญา

๑. “ปัญญา นรานํ รตนํ”

ปัญญาเป็นรัตนะของบุคคล

(สังยุตตนิกาย ๑๕/๕๐)

รัตนะ คือสิ่งที่ดี สิ่งทีประเสริฐ เช่น รัตนตรัย ที่แปลว่า แก้ว ๓ ประการ ย่อมหมายถึงสิ่งประเสริฐ ๓ ประการคือ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ บุคคล ผู้มีปัญญาก็เท่ากับมีสิ่งประเสริฐอยู่ในตน เหมือนมีทุกสิ่งทุกอย่างอยู่กับตัว ใช้ไม่หมด ยิ่งใช้ยิ่งมาก ปัญหาต่างๆ ที่แก้ไม่ได้ด้วยวิธีอื่น ย่อมสามารถแก้ได้ด้วยปัญญา ปัญญาจึงเป็นเหมือนแก้วสารพัดนึก

๒. “นตฺถิ ปัญฺหาสมา อาภา”

แสงสว่างเสมอด้วยปัญญาไม่มี

(สังยุตตนิกาย ๑๕/๓)

แสงสว่างจากไฟก็ดี จากดวงอาทิตย์ก็ดี นับว่ามีประโยชน์มากอยู่ แต่ไม่อาจส่องใจของคนให้สว่างได้ ส่วนแสงสว่างคือ ปัญญา ย่อมสามารถส่องใจคนให้สว่างไสวด้วยเหตุผลรู้ดี รู้ชั่ว กำจัดความมืดคือกิเลสต่างๆ ได้นอกจากนี้ คนผู้มีปัญญาย่อมสามารถนำไฟต่างๆ มาทำประโยชน์ เช่น ไฟฟ้าหรือพลังงานจากดวงอาทิตย์ เป็นต้น เพราะฉะนั้น แสงสว่างคือ ปัญญา จึงเลิศกว่าแสงสว่างอื่นๆ

๓. “ปัญญา เจนํ ปสาสตี”

ปัญญาย่อมคุ้มครองรักษาคนไว้

(สังยุตตนิกาย ๑๕/๕๒)

บุคคลผู้ใจเขลาย่อมเป็นการยากที่จะรักษาตัวให้พ้นจากความชั่วและความทุกข์ได้ ส่วนผู้มีปัญญาย่อมสามารถคุ้มครองตนให้พ้นจากภัยอันตราย

ต่างๆ นำตนให้ประสบสุขสวัสดิ์เพราะอาศัยปัญญาเป็นแสงสว่างนำทางชีวิต และอาศัยปัญญา เว้นสิ่งควรเว้น ทำสิ่งที่ควรทำ จึงสามารถคุ้มครองตน ให้ปลอดภัยในด้านต่างๆ แม้สิ่งอื่นจะคุ้มครองรักษา ก็สู้ปัญญาคุ้มครองไม่ได้ ผู้มีปัญญานอกจากจะคุ้มครองรักษาตนได้แล้ว ยังสามารถคุ้มครองรักษาผู้อื่น ที่เกี่ยวข้องได้ด้วย

๔. “ปณณาสีวี ชีวิตมาหุ เสฏฺฐัง”

นักปราชญ์ทั้งหลาย กล่าวถึงผู้มีชีวิตอยู่ด้วยปัญญาว่า เป็นชีวิตที่ ประเสริฐ

(สังยุตตนิกาย ๑๕/๑๘)

ที่นักปราชญ์กล่าวยกย่องผู้มีชีวิตอยู่ด้วยปัญญาว่าประเสริฐก็เพราะ ผู้เช่นนั้นย่อมไม่เดือดร้อนด้วยเรื่องที่คนทั้งหลายเดือดร้อนกันอยู่ ดังที่ท่าน กล่าวว่า ปณณาสหิโต นโร อิท อปิ ทุกฺเชสุ สุขานิ วินฺทติ นรชนผู้ประกอบด้วย ปัญญาในโลกนี้ย่อมหาความสุขได้แม้ในเรื่องที่น่าจะทุกข์ นอกจากนั้นบุคคลย่อม บริสุทธิได้ด้วยปัญญา (ปณณาย ปริสุชฺฌติ) เพราะฉะนั้นชีวิตของผู้มีปัญญา จึงเป็นชีวิตที่ประเสริฐ

๕. “นาถฺยตฺร โพชฺฌมา ตปสฺสา นาถฺยตฺร อินฺทฺริยสํวรา นาถฺยตฺร สพฺพปญฺญินิสฺสคฺคา โสตถิ ปสฺสามิ ปาณินิ”

เราตถาคต (คือ พระพุทธเจ้า) มองไม่เห็นธรรมใดที่จะทำให้บุคคล บรรลุถึงความสวัสดิ์ นอกจากปัญญา ความเพียรเครื่องเผาบาป (ตบะ) การ สำรวมอินทรีย์ และการสละคืนซึ่งกิเลสทั้งปวง

(สังยุตตนิกาย ๑๕/๗๕)

ในที่นี้ทรงแสดงธรรมหลายอย่างในฐานะทำให้บุคคลบรรลุถึงความ สวัสดิ์ มีปัญญา (โพชฌมา) เป็นต้น ปัญญาจึงเป็นตัวนำสำคัญที่ทำให้ธรรมอื่นๆ เกิดขึ้น แม้ในมรรคมีองค์ ๘ ก็ทรงแสดงปัญญาไว้ในฐานะเป็นตัวนำ คือ สัมมา วิญญูและสัมมาสังกัปปะ

๖. “สักจนาย ปณฺณา เวทิตพฺพา”

ปัญฺญา (ของบุคคล) พึ่งรู้ได้ด้วยการสนทนา

(สังยุตตนิกาย ๑๕/๑๑๔)

ในที่นี้ พระพุทธเจ้าทรงแสดงแก่พระเจ้าปเสนทิโกศล ด้วยการทรงให้ข้อสังเกตหลายประการ คือ คีลรู้ได้ด้วยการอยู่ร่วมกัน ความสะอาดรู้ได้ด้วยการงาน ปัญฺญารู้ได้ด้วยการสนทนา เร็วแรงกำลังความกล้าหาญรู้ได้เมื่อมีอันตราย

๗. วิธีปลูกฝังปัญญา

มีพระพุทธภาษิตในธรรมบท ขุททกนิกาย ตอนหนึ่งว่า

“โยคา เว ชายเต ฐิริ อโยคา ฐิริสงฺขโย”

ปัญญาเพียงดังแผ่นดิน ย่อมเกิดขึ้นเพราะการประกอบหรือกระทำความดีไปของปัญญาเพราะการไม่ประกอบ

“เอตํ เทวธาปถ ฌตฺวา ภวาย วิภวาย จ

ตถตฺตานํ นิเวสยฺย ยถา ฐิริ ปวทุมฺหติ”

บัณฑิตรู้ทางแตกต่างกันทั้งสองนี้แล้วว่าการประกอบปัญญาเป็นไปเพื่อความเจริญ ส่วนการไม่ประกอบปัญญาเป็นไปเพื่อความเสื่อม จึงควรตั้งตนไว้โดยวิธีที่ปัญญาจะเจริญได้

(ขุททกนิกาย ธรรมบท ๒๕/๕๒/๓๐)

ปัญญาที่เกิดจากการประกอบ ท่านเรียกว่า โยคปัญญา ในที่นี้ใช้คำว่า ฐิริ ถ้ามีคำปัญญาต่อท้าย เป็นฐิริปัญญา มีความหมายว่า ปัญญากว้างขวางดุจแผ่นดิน ถ้าเป็นชื่อของบุคคลว่า ฐิริปัญฺโญ แปลว่า ผู้มีปัญญากว้างขวางดุจแผ่นดิน

ในพระพุทธพจน์นี้ทรงแสดงเหตุเกิดและดับของปัญญาว่า เกิดเพราะการประกอบ ลีนไปเพราะการไม่ประกอบ อนึ่งเพราะความมีปัญญาเป็นของไม่เที่ยง เปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ เจริญขึ้นก็ได้ เสื่อมไปก็ได้ ถ้าประกอบเหตุแห่งปัญญาดี ๆ ปัญญาก็เจริญขึ้น ถ้าไม่ประกอบเหตุแห่งปัญญาไว้เสมอ ๆ ปัญญาก็เสื่อมไป

ปัญญาเกิดขึ้นทำหน้าที่ของตนแล้วดับไป แต่ผลที่ปัญญาทำไว้อยังเหลืออยู่ เหมือนบุคคลตื่นขึ้นตอนกลางคืนเปิดไฟ หรือ จุดตะเกียงเขียนหนังสือ เมื่อเขียนเสร็จแล้วก็ดับไฟ หรือปิดไฟเข้านอน ไฟดับไปแล้ว แต่งานที่อาศัยไฟนั้นกระทำยังคงมีอยู่

คนที่เรียนมาก มีดีกรีปริญญาสูง แต่เมื่อเรียนเสร็จแล้ว ถือว่าจบแล้ว ไม่หมั่นค้นคว้า ไม่หมั่นคิด ไม่หมั่นปฏิบัติเพื่อความเจริญของปัญญาแล้ว ความรู้ที่ได้แล้วนั้นจะค่อย ๆ เสื่อมไปที่ละน้อย ความรู้ใหม่ก็ไม่เกิดขึ้น กลายเป็นคนโคมปริญา คือมีปริญาเปล่า หรือกระดาดเปล่า อย่างที่พระพุทธเจ้าตรัสเรียกพระรูปหนึ่งว่า โปฐิละ แปลว่า ใบลานเปล่า หรือคัมภีร์เปล่า ในที่นั้นทรงหมายถึงพระที่รู้มาก แต่ปฏิบัติอะไรไม่ได้ เพราะฉะนั้นจึงมีความจำเป็นมากในการรักษาไว้ซึ่งความรู้ความสามารถและทำให้เจริญยิ่งขึ้นไป สมดังที่พระพุทธองค์ตรัสว่า บัณฑิตรู้ความแตกต่างทั้งสองนี้แล้วว่า การประกอบปัญญาเป็นไปเพื่อความเจริญ ส่วนการไม่ประกอบปัญญาเป็นไปเพื่อความเสื่อม จึงควรตั้งตนไว้โดยวิธีที่ปัญญาจะเจริญ

มีหลักธรรมหลายประเภทที่พระองค์ทรงแสดงไว้ในฐานะเป็นเครื่องปลุกฝังปัญญา จะขอนำมากล่าวเท่าที่พอจะนึกได้และค้นคว้าได้ในเวลาอันจำกัดนี้

ปัญญาวัชรธรรม หมายถึง ธรรมหรือหลักอันเป็นไปเพื่อความเจริญแห่งปัญญา ๔ ประการคือ

๑. **สัปปริสสังเสวะ** การคบหาสมาคมกับคนดี การเข้าหาท่านผู้ทรงคุณความรู้และคุณความดี

๒. **สัทธัมมัสสวนะ** การหมั่นฟังคำสั่งสอนของคนดี

๓. **โยนิโสมนสิการ** การทำในใจไว้โดยแยบคาย คิดหาเหตุผลโดยวิธีที่ถูกต้อง ตรึกตรองด้วยปัญญาเสมอ ในการทำ พุท และคิด

๔. **ธัมมานุวัตรมปฏิบัติ** ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม ปฏิบัติธรรมถูกต้องตามหลักเหตุผล ทำทุกอย่างให้สมควรแก่กาลเทศะ และบุคคล ปฏิบัติต่อสิ่งต่างๆ ด้วยเหตุผลบริสุทธิ์ ตรงตามจุดมุ่งหมาย

จะอธิบายแต่ละข้อพอเป็นแนวทางทางการปลูกฝังปัญญา

๑. **การคบหาสมาคมกับคนดี (บัณฑิตเสวนา)** นั้นเป็นมงคลสำคัญข้อหนึ่ง มงคลคือเหตุให้บรรลุความสุข ความเจริญ ดังที่พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้ในมงคลสูตร เป็นการได้คบกับกัลยาณมิตร ซึ่งถือเป็นลาภอันประเสริฐของชีวิตประการหนึ่งเป็นบุญนิมิต คือเครื่องหมายเบื้องต้นแห่งความเจริญ ความสำเร็จผลตามที่ต้องการ สมดังที่พระพุทธเจ้าตรัสสอนไว้ว่า

“เมื่อดวงอาทิตย์อุทัยอยู่ ย่อมมีแสงอรุณขึ้นมาก่อนเป็นบุญนิมิตฉันใด ความมีกัลยาณมิตรก็เป็นตัวนำ เป็นบุญนิมิตแห่งการเกิดขึ้นของอริยมรรคอันประกอบด้วยองค์ ๘ ฉะนั้น”

“ความมีกัลยาณมิตร เป็นแบบการครองชีวิตอันประเสริฐ (พรหมจรรย์) ทั้งหมดทีเดียว เพราะผู้มีกัลยาณมิตรย่อมหวังได้ซึ่งความเจริญ และหวังได้ซึ่งการบ่ม การทำให้มากซึ่งอริยมรรคประกอบด้วยองค์ ๘”

“อาศัยเราผู้เป็นกัลยาณมิตร เหล่าสัตว์ผู้มีความเกิด ความแก่ ความเจ็บ และความตายเป็นธรรมดา ก็ย่อมพ้นจากความเกิด แก่ เจ็บ และตาย ผู้มีความโศก ความคร่ำครวญรำพัน ความทุกข์กาย ทุกข์ใจ และความคับแค้นใจเป็นธรรมดา ก็ย่อมพ้นจากสภาพเช่นนั้น”

“เมื่อกล่าวถึงองค์ประกอบภายนอกแล้ว เราไม่สังเกตเห็นสิ่งใดมีประโยชน์
มากสำหรับผู้ยังศึกษา (เพื่อความพ้นทุกข์) เหมือนความมีกัลยาณมิตรเลย
ผู้มีกัลยาณมิตรย่อมมาจัดดอกกุศล และยังกุศลให้เจริญขึ้นได้”

“ความมีกัลยาณมิตร ย่อมเป็นไปเพื่อประโยชน์ยิ่งใหญ่ เพื่อความ
ดำรงมั่น ความไม่เสื่อมสูญแห่งพระสัทธรรม”

(สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค ๑๙/๒/๓๖/๕, ๑๒๙

ขุททกนิกาย อิติวุตตกะ ๒๕/๒๓๗/๑๔๕

อังคุตตรนิกาย เอกนิบาต ๒๐/๑๖, ๒๕/๗๒, ๑๒๘)

ผู้หมั่นเข้าหาสัตบุรุษ สนทนากับสัตบุรุษ สอบถามข้อสงสัยของตน
อยู่เนืองๆ ย่อมคลายข้อสงสัยนั้นๆ เสียได้ และเพิ่มพูนปัญญาให้รุ่งเรืองขึ้น
เหมือนเพิ่มเชื้อให้แกไฟที่ละน้อยย่อมกลายเป็นกองไฟใหญ่ยากที่จะดับได้ฉะนั้น

ในมหาสุตโสมชาดก นันทพราหมณ์ซึ่งเป็นโพรสิสตร์ได้กล่าวกับพระเจ้า
สุตโสมว่า “การคบกับสัตบุรุษแม้เพียงครั้งเดียวเท่านั้น ย่อมสามารถคุ้มครอง
รักษาตนได้ ส่วนการคบกับอสัตบุรุษหาเป็นเช่นนั้นไม่” (ขุ.ชา. ๒๘/๑๓ และ
อรรถกถาแห่งชาดกนั้น ๘/๔๐๕)

การคบบัณฑิต การได้เห็นบัณฑิตเป็นความสุขและเป็นความดี

“การได้พบเห็นพระอริยเจ้าเป็นความดี ยังประโยชน์ให้สำเร็จ การอยู่
ร่วมกับพระอริยเจ้าเป็นความสุขทุกเมื่อ บุคคลจะมีความสุขอยู่เป็นนิตย์ได้ก็
เพราะ การไม่คบคนพาล” (ขุ.ธ. ๒๕/๔๒/๒๕) ฯลฯ

๒. การหมั่นฟังคำสั่งสอนของคนดี (สัทธัมมัสสวนะ) เมื่อบุคคลผู้มี
ปัญญาเข้าหาคนดี คบคนดี อยู่ใกล้บัณฑิตแล้วถ้าไม่หมั่นรับฟังคำเตือน คำสั่งสอน
ของท่าน ก็จะเหมือนทัพพีไม่รู้อรสแฉะจะแช่อยู่ในหม้อแฉะ หรือเหมือน
กบอยู่ในสระบัวแต่ไม่ได้รสเกสรบัว ส่วนแมลงภู่ผู้บินจากที่ไกลมาเซย
เกสรบัว บางคนก็เหมือนทัพพี หรือกบนั้น แม้อยู่ในสำนักของบัณฑิตก็ไม่คบท่าน

ไม่เอาอย่างท่าน ไม่ฟังคำสั่งสอนของท่าน จึงไม่ได้รับประโยชน์จากโอกาสอันดีนั้น เป็นผู้เสื่อมจากปัญญา

ผู้มุ่งปลุกฝังปัญญา จึงต้องหมั่นฟังคำสั่งสอนของบัณฑิตของนักปราชญ์ เป็นการเพิ่มพูนปัญญาของตน การฟังด้วยดีเป็นเหตุให้เกิดปัญญา

(สุตฺตสํ กถา ปณฺณํ' สังยุตตนิกาย ๑๕/๓๑๖/๘๔๕)

นอกจากนี้ผู้ฟังด้วยดี ฟังสิ่งที่ดี ย่อมได้รับอานิสงส์แห่งการฟังอีก ๕ ประการคือ

๑. ย่อมได้ฟังในสิ่งที่ไม่เคยฟัง (อสุตฺตํ สุณนตี)
 ๒. ทำสิ่งที่เคยฟังแล้วให้แจ่มแจ้ง ให้เข้าใจชัดเจนยิ่งขึ้น (สุตฺตํ ปริโยทปะตี)
 ๓. บรรเทาความสงสัยเสียได้ (กังขํ วิหนตี)
 ๔. ทำความเห็นให้ตรง ให้ถูกต้องได้ (ทิฏฐี อชฺชํ กโรตี)
 ๕. จิตของผู้ฟังธรรมหรือเรื่องที่ดีย่อมผ่องใส (จิตฺตมสฺส ปลิตฺติ)
- (อังคุตตรนิกาย ปัญจกนิบาต ๒๒/๒๓๖/๒๐๒)

๓. การทำให้ไว้ในใจโดยแยบคาย (โยนิโสมนสิการ) หมายถึง การพิจารณาสิ่งต่างๆ ด้วยปัญญาโดยวิธีที่ถูกต้อง คิดคิดเป็น คิดแล้วก่อให้เกิดประโยชน์ แก่ชีวิตและจิตใจ ในเรื่องเดียวกัน จะเป็นเรื่องทุกข์ หรือสุขก็ตาม คนคิดเป็นย่อมได้รับประโยชน์จากเรื่องนั้นมากกว่าคนที่คิดไม่เป็น ตัวอย่างเช่น เรื่องความตาย คนคิดเป็นย่อมเห็นเป็นเรื่องธรรมดาไม่เศร้าโศกแต่กลับได้รับความสลดใจ รับผิดชอบต่อชีวิตเห็นความชั่ว เพราะเห็นด้วยปัญญาว่า ชีวิตของคนเราไม่ยาวนาน ไม่นานก็จักต้องตายเหมือนคนรู้ตัวว่ามีเวลาอยู่น้อย จึงไม่ประมาท รับผิดชอบในสิ่งที่ควรทำให้เสร็จโดยเร็ว ไม่โอ้อ้อซัดซ่า ผัดวันประกันพรุ่ง ส่วนคนที่คิดไม่เป็น เมื่อระลึกถึงเรื่องความตายก็จับเจ้าเศร้าหมอง ทุกข์ร้อน งอมืองอเท้า ไม่อยากทำอะไรปล่อยเวลาให้ล่วงไปโดยเปล่าประโยชน์ ด้วยเห็นว่าทำก็ตาย ไม่ทำก็ตายหาความสบายใจไปวันๆ ดีกว่า ดังนี้ เป็นต้น

อนึ่ง ผู้ต้องการปลูกฝังปัญญา เมื่อได้ฟังสิ่งใด ได้เห็นสิ่งใด ก็ให้โยนิโสมนสิการในสิ่งนั้นๆ ไม่ด่วนรับหรือปฏิเสธ แต่จะใช้ปัญญาพิจารณาด้วยดีเสียก่อน ก็จะทำให้มีความเห็นถูกต้องได้ และกำจัดความสงสัยเสียได้

พระพุทธองค์ตรัสว่า “โยนิโสมนสิการ เป็นเหตุให้สัมมาทิฐิที่ยังไม่เกิดได้เกิดขึ้น ที่เกิดแล้วก็เจริญยิ่งขึ้น และเป็นเหตุให้ความสงสัยที่ยังไม่เกิดไม่เกิดขึ้น ที่เกิดแล้วถูกขจัดเสียได้ โยนิโสมนสิการเป็นประโยชน์ยิ่งใหญ่ เป็นไปเพื่อความดำรงมั่น เพื่อความไม่เสื่อมสูญแห่งพระสัทธรรม”

(อังคุตตรนิกาย เอกนิบาต ๒/๑๕-๔๑/๖๘-๑๘๖)

๔. การปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม การปฏิบัติถูกต้องตามหลักเหตุผล ปฏิบัติต่อสิ่งต่างๆ ด้วยเหตุผลบริสุทธิ์ ตรงตามจุดหมาย

คุณธรรมข้อนี้มีความสำคัญอย่างยิ่งประการหนึ่ง เป็นภาคปฏิบัติอย่างแท้จริง เป็นการนำเอาหลักธรรมทั้ง ๓ ข้อข้างต้นมาใช้ให้เกิดประโยชน์ ทั้งแก่ตนและผู้อื่น

คำว่า ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรมนั้น หมายความว่า ปฏิบัติให้ถูกต้องเป็นเรื่องราวๆ ไป เช่น ไม่ถือหลักเกณฑ์ตายตัวจนเสียความเมตตา กรุณา หรือประพฤตินในเมตตากรุณามากเกินไปจนเสียความยุติธรรม หรือเสียระเบียบกฎเกณฑ์ แต่เป็นผู้ทำทุกอย่างให้เหมาะสมแก่กรณีนั้นๆ เป็นการฉะลิโก เป็นผู้ประพฤติปฏิบัติเหมาะสมแก่เหตุการณ์ สถานที่ และบุคคล ปฏิบัติตามเหตุผล เข้าไปเกี่ยวข้องกับสิ่งต่างๆ ด้วยเหตุผลบริสุทธิ์ตรงตามจุดหมาย คือรู้ว่าทำอย่างนั้นๆ เพราะอะไรหรือด้วยเหตุผลอะไร เช่น เรื่องปัจจัย ๔ คือ อาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย และยารักษาโรค เข้าไปเกี่ยวข้องกับปัจจัย ๔ ด้วยเหตุผลบริสุทธิ์ เช่น บริโภคเพื่อให้มีชีวิตอยู่ได้ นุ่งห่มเสื้อผ้าเพื่อปกปิดร่างกายให้เรียบร้อย หรือ บำบัดหนาวร้อน เป็นต้น ความคิดคำนึงและการปฏิบัติอย่างนี้ล้วนเป็นไปเพื่อปัญญาทั้งสิ้น

การปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรมนี้แหละ ถือว่าเป็นการปฏิบัติตามคำสอนของพระศาสดาอย่างแท้จริง เป็นการบูชาพระศาสดาอย่างแท้จริง สมดังที่ตรัสไว้แก่พระอานนท์เมื่อจวนจะปรินิพพานว่า

“อานนท์ ผู้ใดจะเป็นภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก หรืออุบาสิกา ก็ตาม ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม ปฏิบัติชอบ ประพฤติตามธรรมอยู่ ผู้นั้นชื่อว่า ลักการะ เคารพ นัปถิอ และบูชาเราด้วยการบูชาอย่างยิ่ง เพราะฉะนั้นแหละอานนท์ เธอทั้งหลายพึงตั้งใจอย่างนี้ว่า เราทั้งหลายจักปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม ปฏิบัติชอบ ประพฤติตามธรรมอยู่”

(ทีฆนิกาย มหาวรรค ๑๐/๑๖๐/๑๒๙)



หนังสือเล่มนี้ได้กล่าวเรื่อง
กรรมฐานหรือภาวนาเพียงโดยย่อ
ถ้าท่านอ่านโดยพิจารณา
ก็จะได้ประโยชน์ตามสมควร
เรื่องกรรมฐานหรือภาวนาเป็นเรื่องสำคัญ
ของพระพุทธศาสนาเรื่องหนึ่ง



www.kanlayanatam.com
Facebook : kanlayanatam