



“ถ้าข้าพเจ้าจะได้ตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้าในชาตินี้
ขอให้เถาตของคำทวนกระแสน้ำขึ้นไป
ถ้าจะไม่ได้ตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้าในชาตินี้
ขอให้เถาตของคำได้ไหลไปตามกระแสน้ำ”



จุดประกายแห่งปัญญา

❧ ค้นพบแนวทางการตรัสรู้

พระพุทธเจ้าทรงค้นพบแนวทางตรัสรู้ด้วยพระองค์เอง ในขณะที่ลอยกระทงคำได้เสี่ยงทายมีคำกล่าวว่

“ถ้าข้าพเจ้าจะได้ตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้าในชาตินี้
ขอให้เถาตองคำทวนกระแสน้ำขึ้นไป
ถ้าจะไม่ได้ตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้าในชาตินี้
ขอให้เถาตองคำได้ไหลไปตามกระแสน้ำ”

เมื่อพระองค์ปล่อยมือ เถาตองคำก็ได้ทวนกระแสน้ำขึ้นไปที่ พระองค์จึงมีความมั่นใจว่า ในชาตินี้จะได้ตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้าอย่างแน่นอน จากนั้นไปจะเป็นจุดเริ่มต้นในการปฏิบัติเสียใหม่ ๕ ปีที่ผ่านมา พระองค์ไม่เคยใช้ปัญญาพิจารณาในสังขารมใด นี่เป็นการเริ่มต้นที่พระองค์จะได้ใช้ปัญญาเป็นครั้งแรก การใช้ปัญญาในครั้งนี้มีอุปมาที่จะเอาเถาตองคำนำมาคิด ท่านผู้อ่านทั้งหลายจงเข้าใจจุดเริ่มต้นของการปฏิบัติด้วยการใช้ปัญญานำหน้านี่จึงเป็นสิ่งสำคัญเป็นอย่างยิ่ง มีเหตุผลรองรับในความถูกต้องเอาไว้ได้อย่างชัดเจน เพราะการปฏิบัตินี้จะไม่เหมือนกันกับดาบสทั้งสองที่สอนมาก่อนแต่อย่างใด

ในจุดเริ่มต้นนี้พระองค์ได้ค้นพบ “หลักสัมมาทิฏฐิ ความเห็นที่ถูกต้องชอบธรรม สัมมาสังกัปปิ การดำริพิจารณาด้วยปัญญาในเหตุผล”

❧ อุปายการฝึกปัญญา

พระองค์ได้อุปมาฝึกปัญญา จากการลอยเถาตองคำ นำมาคิดพิจารณา ทำให้จิตของพระองค์ได้รู้เห็นตามหลักไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา อย่างเปิดเผย หลีกเสี่ยงทายในชีวิตเป็นของคู่กับโลกมนุษย์นี้มายาวนาน ตัวอย่าง การไปยกพระหรือเสี่ยงทายด้วยวิธีใด ต้องอธิษฐานไว้สองอย่างเสมอ เช่น ถ้าจะได้ขอให้ยกพระขึ้น ถ้าจะไม่ได้ขอให้ยกพระไม่ขึ้น นี่ฉันใดพระองค์จึงเสี่ยงทายว่า ถ้าจะตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้าให้เถาตองคำทวนกระแสน้ำขึ้นไป ถ้าไม่ได้ตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้าให้เถาตองคำไหลไปตามกระแสน้ำ แต่ครั้งนี้เถาตองคำทวนกระแสน้ำขึ้นไป จึงทำให้พระองค์มีความมั่นใจในตนเอง ได้เอาเถาตองคำมาเป็นอุปมาพิจารณาด้วยปัญญา แล้วตีความหมายว่า “เถาตองคำทวนกระแสน้ำ” ก็เอา “เถาตองคำมาเปรียบเทียบกับจิตของพระองค์เอง” ทรงดำริว่าพระองค์จะฝึก



สติปัญญา มาอบรมจิต ไม่ปล่อยให้จิตเกิดความยินดี ในสิ่งที่ชอบใจไปตามกระแสโลก ตามปกติจิตมีความต้องการในทางที่ต่ำในกามคุณทั้ง ๕ ใจมีความยินดีในรูป ใจมีความยินดีในเสียง ใจมีความยินดีในกลิ่น ใจมีความยินดีในรส ใจมีความยินดีในสัมผัสที่อ่อนนุ่ม เรื่องอย่างนี้พระองค์ได้เคยมีความยินดีมาแล้ว จากนั้นไปพระองค์จะใช้ปัญญาทวนกระแส ไม่ให้ใจมีความยินดีในสิ่งเหล่านี้ ใจก็จะไม่เกิดความเห็นผิด ความเข้าใจผิดไปตามกระแสโลกเหมือนที่เคยเป็นมา เรียกว่า **พระองค์มีปัญญาปฏิเสธไม่ให้ใจเกิดความยินดีในร้ายโดยประการทั้งปวง** และปฏิเสธว่า ลาภ ยศ สรรเสริญ สุข ที่เกี่ยวกับกามคุณในทางโลก พระองค์ก็มีปัญญาฝึกใจไม่ให้ใจมีความผูกพันในสิ่งเหล่านี้ได้ ฝึกใจปฏิเสธว่า สิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่ผูกใจ ก่อให้เกิดความหลงไหล ยึดติดผูกพันอยู่ในโลกนี้ทั้งนั้น

วิธีการฝึกปัญญา

ในอีกมุมหนึ่งพระองค์ได้คิดเปรียบเทียบว่า ถ้าถาดทองคำได้ไหลไปตามกระแสน้ำ ถาดทองคำจะไปตกอยู่ที่ไหน โอบนียโก น้อมเอา “ถาดทองคำ” เปรียบกับ “ใจพระองค์” ดูว่า ถ้าถาดทองคำไหลไปตามกระแสน้ำจะไหลไปเรื่อยๆ น้ำไหลไปทางไหนถาดทองคำก็ไหลไปตามนั้น ในที่สุดก็ไหลลงสู่มหาสมุทรอันกว้างใหญ่ ไหลวนไปเวียนมาในมหาสมุทรไม่มีที่จับลั่นได้ นี่ฉันใด ถ้าใจมีกิเลสตัณหาฝังอยู่ ใจก็จะเที่ยวเกิดตายในมหาสมมติโลกนี้ไม่มีที่จับลั่นเช่นกัน เมื่อเวลาน้ำลดถาดทองคำก็จะตกค้างอยู่ในหาดทรายหรือเกาะแห่งนั้นชั่วคราว เมื่อถึงเวลาน้ำขึ้นถาดทองคำก็จะไหลไปตามกระแสน้ำต่อไป ไม่มีทางลั่นสุดลงได้ นี่ฉันใดพระองค์ใช้ปัญญาคิดเปรียบเทียบกับใจว่า ความรักความต้องการของใจไม่มีที่ลั่นสุด ความอยากของใจก็ไม่มีขอบเขตไม่มีประมาณ ดังคำว่า

**นตถิ ตณฺหา สมานํทึ แม่น้ำเสมอด้วยตณฺหาไม่มี
มหาสมุทรไม่มีความอ้อมด้วยน้ำ ฉันใด
ใจก็ไม่มีความอ้อมในความอยาก ก็ฉันนั้น**

พระองค์ได้พิจารณาว่า การที่ถาดทองคำได้ไปตกค้างตามหาดทรายในเวลาน้ำลด หรือตกค้างอยู่ในเกาะต่างๆ พระองค์ก็ใช้ปัญญาคิดเปรียบเทียบกับใจว่า ใจได้ไปตกค้างเกิดเป็นมนุษย์ เป็นคนชาติ ตระกูลต่างๆ เป็นกษัตริย์บ้าง เป็นพราหมณ์บ้าง เป็นแพศย์บ้าง เป็นศูทรบ้าง เป็นจัณฑาลบ้าง เกิดในภพน้อยภพใหญ่ในกามภพ รูปภพ อรูปภพ และภพของหมู่สัตว์ดิรัจฉานทั่วไป พระองค์ใช้ปัญญาพิจารณาอยู่อย่างนี้ พระองค์ได้เกิดมีญาณทัสสนะขึ้น ปัญญาหยั่งรู้และมีความเข้าใจในเหตุที่ทำให้

มนุษย์ได้เกิดมาอย่างชัดเจน ในสมัยที่พระองค์ยังเป็นฆราวาสได้ทอดพระเนตรเห็นคนแก่ คนเจ็บป่วย คนตาย ก็เพราะมีเหตุคือการเกิด อะไรเป็นเหตุให้คนได้เกิดในช่วงนั้นพระองค์ยังไม่รู้ พึงจะรู้ในเหตุที่ทำให้มนุษย์ได้เกิดมา จากอุบายการใช้ปัญญาพิจารณาในธาตุของค่านี้อย่างนั้นคือ **ตัณหาความอยากที่พาให้มาเกิดเป็นภพเป็นชาติ หมุนเวียนอยู่ในภพทั้งสาม มีกามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา**

วิธีการฝึกปัญญาที่พระพุทธองค์ทรงค้นพบ คือ การน้อม (โอปนยโก) หรือเทียบเคียงสิ่งภายนอกเข้าสู่ภายในคือตัวเอง และน้อมตัวเองออกไปเทียบกับสิ่งภายนอกให้รู้เห็นเป็นสภาพเดียวกัน

❧ ปัญญาของพระองค์ได้เกิดขึ้น

ญาณทัสสนะ ได้เกิดขึ้นภายในใจของพระองค์แล้ว ความรู้แจ้งเห็นจริงในสัจธรรมได้ขยายเป็นวงกว้างออกไปไม่มีประมาณ สิ่งหนึ่งสิ่งใดมีเหตุเป็นแดนเกิด สิ่งนั้นจะตั้งอยู่ได้ชั่วขณะ แล้วก็ดับไปตามเหตุนั้นๆ ไม่มีสิ่งใดตั้งอยู่ด้วยความมั่นคงถาวรได้ ไม่ว่าสิ่งนั้นจะมีจิตวิญญาณครองหรือไม่มีจิตวิญญาณครองก็ตาม ทุกอย่างจะต้องตกอยู่ในความเปลี่ยนแปลงด้วยกันทั้งนั้น แต่มนุษย์ไม่ยอมรับในการเปลี่ยนแปลงนี้จึงได้เกิดความทุกข์ ไม่อยากให้สิ่งนั้นได้พลัดพรากจากตัวเราไป มีสิ่งใดก็อยากให้สิ่งนั้นมีอยู่อยู่กับตัวเราตลอดไป จึงได้เกิดความยึดมั่นถือมั่นว่าสิ่งนั้นเป็นของเราจริงๆ เมื่อสิ่งนั้นมีการเปลี่ยนแปลงจึงได้เกิดความทุกข์ เรียกว่าใจเป็นทุกข์ในสิ่งที่เรามี **ถ้าใจยึดว่ามีในสิ่งใด ใจก็จะเกิดความทุกข์ในของสิ่งนั้น** นี้เรียกว่า ตัณหาความอยากได้เกาะติดยึดมั่นในสิ่งที่ไม่ถาวร แต่อยากให้สิ่งนั้นมีความถาวรตามที่เรต้องการ แม้เงินทองกองสมบัติในโลกนี้เป็นวัตถุธาตุมีประจำโลกมาแต่กาลไหนๆ เป็นเพียงสิ่งอาศัยเพื่อใช้ดำรงชีวิตอยู่ได้เป็นวันๆ ไปเท่านั้น อีกไม่กี่วันเดือนปีก็จะมี การเปลี่ยนแปลงไป ผู้ไม่มีปัญญาไม่เข้าใจในสิ่งเหล่านี้จึงได้เกิดความทุกข์ใจในวัตถุธาตุของโลกนี้ เมื่อใจยังมียินดี ผูกพัน ยึดมั่นถือมั่น ห่วงหาอาภรณ์ในวัตถุสมบัติของโลกและในกามคุณทั้งห้าอยู่ ใจก็จะมายึดถือเกาะติดเกิดเป็นภพชาติอยู่ในโลกนี้ต่อไปไม่มีที่สิ้นสุดลงได้

พระองค์ใช้ปัญญาพิจารณาตามความเป็นจริงอยู่อย่างนี้ ใจจึงได้เกิดเป็น **สัมมาทิฐิ มีความรู้เห็นถูกต้องชอบธรรม พระองค์จึงได้ประกาศรับรองว่าวิธีการปฏิบัติที่เป็นแนวทางที่ถูกต้อง** นี้เราได้ค้นพบแล้วด้วยปัญญาของพระองค์เอง ไม่มีใครเป็นครูอาจารย์ให้แก่เรา ไม่ได้ค้นพบจากตำราแต่อย่างใด เพราะความเป็นจริงที่มีอยู่ในโลกนี้เป็นตำราให้ศึกษาดูอยู่แล้ว แต่ขาดปัญญาที่จะนำมาพิจารณาเท่านั้นเอง อุบายที่เป็นสัจธรรมความเป็นจริงมีอยู่ในโลกนี้มากมาย พระองค์ได้ตรัสว่า **“เอาปลาย**

เข็มทิมลงไปที่จุดไหนในโลกนี้ จะมีสังขารมในจุดนั้นๆ “ถ้าไม่มีปัญญาจะนั่งทับ นอนทับ เขยิบไปมาก็จะไม่รู้เห็นในสังขารมแต่อย่างใด” ดังคำว่า

**นตฺถิ ปญญา สมาอาภา
แสงสว่างอื่นเสมอด้วยปัญญาไม่มี**

ปัญญาในที่นี้ หมายถึง **ทสฺสณะญาณ** ที่มีความแตกต่างกันกับ **ญาณทสฺสณะ**

ทสฺสณะญาณ หมายถึง **เห็นก่อนรู้**
ญาณทสฺสณะ หมายถึง **รู้ก่อนเห็น**

ทั้ง ๒ ญาณนี้ ต้องทำงานร่วมกันหรือรู้เห็นไปพร้อมๆ กันจึงจะเกิดเป็นผล เช่น รู้แล้วต้องเห็น ถ้าเพียงรู้อย่างเดียวไม่เห็นก็ไม่กล้าตัดสินใจว่าผิดหรือถูกอาจจะเกิดความเข้าใจผิดไปได้ ถ้าเห็นแล้วไม่รู้ก็ไม่ทราบว่าเป็นอะไร ก็ไม่สามารถตัดสินใจในความผิดความถูกได้เช่นกัน ฉะนั้นญาณทสฺสณะ หรือ ทสฺสณะญาณ ต้องตีความหมายให้เข้าใจในเหตุและผล เช่น รู้สังขารมไปตามตำราก็พูดไปตามตำราที่รู้มาเท่านั้น สังขารมของจริงก็จะไม่เห็น หรือเห็นในสังขารมความจริงแต่ไม่รู้ว่าเป็นสังขารมก็เปล่าประโยชน์ ก็จะเกิดความลังเลสงสัยไม่แน่นอนในการตัดสินใจ

เหมือนกับบุคคลที่ไปหาปลาที่จะเอามาทำเป็นอาหาร เมื่อเอามือคว่ำลงไปในน้ำ มือได้กำคอง เอาไว้แน่น ในความรู้สึกว่าเป็นปลา มีความดีใจว่าจะได้ปลาไปทำอาหารให้อิ่มท้อง นี่เพราะรู้อย่างเดียวการตัดสินใจย่อมผิดได้และมีความเข้าใจว่าเป็นปลาอยู่นั่นเอง เมื่อกำขึ้นมาพ้นจากน้ำแล้วจึงได้เห็นว่สิ่งทีกำอยู่นั้นเป็นงู ในความรู้ว่าเป็นปลาจะหมดไป เพราะได้เห็นของจริงว่สิ่งนี้เป็นงู วิธีป้องกันจะไม่ให้งูกัดเป็นวิธีไม่ยากเลย นี่ฉันใด การรู้ก่อนเห็นหรือการเห็นก่อนรู้ในสังขารมก็ฉันนั้น ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า

**เอส ธมฺโม สนนฺตโน
สังขารมนั้นเป็นของเก่ามีมาตั้งแต่กาลไหนๆ**

โลกมนุษย์ได้เกิดขึ้นมาแต่เมื่อไร สังขารมก็มีมาเป็นคู่อยู่กับโลกนี้แต่เมื่อนั้น คำว่า หลงโลก ก็เพราะไม่มีปัญญารู้เห็นในสังขารมความเป็นจริงของสิ่งที่มีอยู่ในโลกนั่นเอง พระพุทธองค์เป็นผู้ค้นพบสังขารมความจริงก่อนใครๆ ในโลกนี้ พระองค์ก็ได้ใช้ปัญญาพิจารณาความเป็นจริงในสังขารมนั้ จึงทำให้ใจของพระองค์ได้ละถอนปล่อยวาง ในสิ่งทีมีความเห็นผิด ความเข้าใจผิด ความหลงผิด ให้สูญสิ้นไปจากใจ ก่อนทีพระองค์จะถึงจุดนี้ต้องใช้เวลาานหลายเดือน ในช่วงนี้พระองค์มีเวลาทำ

ความเพียรอยู่ในที่แห่งนี้อย่างต่อเนื่อง พระองค์ได้ลอยภาตทองคำแล้วเอาภาตทองคำมาเป็นอุบายในการใช้ปัญญา ดังที่ได้อธิบายมาแล้ว ถ้าเริ่มต้นถูกกับหลักสัมมาทิฐิ ความเห็นที่ถูกต้องชอบธรรมได้แล้ว การใช้อุบายธรรมในการพิจารณาความเป็นจริงอย่างอื่นจึงเป็นของง่าย

🌀 เครื่องมือฝึกปัญญา : สติ สมาธิ ปัญญา

หากมีคำถามว่า ในช่วงนั้นพระองค์ทำสมาธิหรือไม่ ก็ตอบว่าพระองค์มีสมาธิอยู่ในใจอยู่แล้ว แต่เป็นสมาธิตั้งใจมั่น ส่วนสมาธิความสงบ พระองค์ได้ทำมาแล้วในครั้งอยู่กับดาบสทั้งสอง การปฏิบัติในครั้งนั้นไม่เจริญก้าวหน้าแต่อย่างใด ในขณะนี้พระองค์มาใช้สมาธิความตั้งใจมั่นเป็นพลังหนุนปัญญา การทำสมาธิตั้งใจมั่นหนุนปัญญานี้ไม่ต้องนึกคำบริกรรมอะไร ความตั้งใจมั่นมีอยู่แล้วเพียงใช้ปัญญาประกอบเท่านั้นเอง ความตั้งใจมั่นอยู่เรียกว่าสมาธิตั้งใจมั่น การใช้ความคิดพิจารณาในหลักสัจธรรมตามความเป็นจริงเรียกว่า ปัญญา สติ ความระลึกอยู่ว่า ขณะนี้พระองค์กำลังใช้ปัญญาพิจารณาในเรื่องอะไร ฉะนั้น สติ สมาธิ ปัญญา ทั้งสามนี้ทำงานร่วมกันเป็นทีม จะขาดอย่างใดอย่างหนึ่ง การปฏิบัติก็จะไม่สมบูรณ์

ขณะนี้พระองค์มีสติ สมาธิ ปัญญา พร้อมแล้ว การปฏิบัติธรรมของพระองค์จึงได้ก้าวหน้าอย่างรวดเร็ว มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ อุบายวิธีการปฏิบัติของพระองค์จึงตรงต่อความบริสุทธิ์ที่จะเข้าสู่วิมุตตินิพพาน วิปัสสนาญาณได้เกิดขึ้นแก่พระองค์แล้วอย่างสมบูรณ์ จึงเป็นโลกวิทูรู้แจ้งโลกทั้งหมด ดังพระบาลีว่า

นตฺถิ โลเก รโหณาม ความลับไม่มีในโลกทั้งสาม

กามโลก รูปโลก อรูปโลก ไม่มีส่วนใดในสามภพมาปิดบังในวิปัสสนาญาณของพระองค์ แม้แต่น้อย และมีญาณอื่นๆ เกิดขึ้นกับพระองค์ คือ อภิญญาญาณ



๑๖ สัมมาทิฏฐิ เป็นจุดเริ่มต้นของการปฏิบัติ

การเผยแผ่พระพุทธศาสนา พระพุทธเจ้าองค์เดียวจะทำไมสำเร็จ เพราะไม่มีพยานบุคคลมาเป็นหลักฐาน พระพุทธองค์ทรงปรารภถึงดาบสทั้งสองก็ปรากฏญาณรู้ว่า ดาบสทั้งสองได้มรณภาพไปแล้วก่อนตรัสรู้ ๗ วัน พระพุทธเจ้าจึงดำริว่า เสียตายจริงหนอ ถ้าดาบสทั้งสองได้ฟังธรรมจากเรา ดาบสทั้งสองจะได้บรรลุธรรมเป็นพระอรหันต์ในชาตินี้ ที่ผ่านมาดาบสทั้งสองได้บำเพ็ญบารมีพร้อมที่จะได้เป็นพระอรหันต์อยู่แล้ว แต่ดาบสทั้งสองภาวนาปฏิบัติผิดวิธี ไปติดทำสติและสมาธิความสงบหลงอยู่ในรูปฌาน อรูปฌาน เมื่อตายไปก็ได้ไปเกิดในภพของอรูปพรหม มีอายุยาวนานทีเดียว เมื่อศาสนาพระศรีอริยเมตไตรยได้อุบัติเกิดขึ้นในโลก อาจารย์ทั้งสองที่เป็นพรหมยังไม่ได้ลงมาเกิดในเมืองมนุษย์ ถึงจะมีบารมีพร้อมที่จะได้เป็นพระอรหันต์ในชาตินี้ก็ยังตาม ถ้าภาวนาผิดทางบารมีก็ปิดตัวลงช่วยอะไรไม่ได้เลย หรือในยุคนี้หากมีผู้ได้บำเพ็ญกุศลมาแล้วพร้อมที่จะได้บรรลุธรรมเป็นพระอริยเจ้าได้ ถ้าภาวนาผิดแนวทางของพระพุทธเจ้า ก็จะหมดโอกาสเหมือนกับดาบสทั้งสองนั่นเอง เพราะแนวทางการปฏิบัติที่จะเข้าสู่มรรคผลนิพพานได้มีวิธีจำกัด และมีวิธีเดียวที่เรียกว่า สัมมาทิฏฐิ ความเห็นที่ถูกต้องชอบธรรมเท่านั้น ถ้าตั้งหลักสัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบไม่ได้ในชาตินี้ ก็จะหมดโอกาสในมรรคผลนิพพานทันที เพราะในยุคนี้มีผู้สอนวิธีการปฏิบัติที่ความแตกต่างกัน แต่ละครูอาจารย์ก็มีความมั่นใจในตัวเองว่า วิธีปฏิบัติของตัวเองมีความถูกต้อง ในยุคนี้จะไม่มีการช่วยกันได้ เป็นในลักษณะตัวใครตัวมัน ถึงจะไม่ได้มรรคผลในชาตินี้ วิธีปฏิบัติที่ทำกันอยู่ก็จะเป็นบารมีของท่านต่อไป

พระพุทธเจ้าได้ไปแสดงธรรมโปรดปัญจวัคคีย์ ที่ป่าอิสิปตนมฤคทายวัน เมืองพาราณสี ด้วยหมวดอัมมจักกัปปวัตตนสูตร ในจุดนี้มีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง ที่พระพุทธเจ้าได้ประกาศพระพุทธศาสนาเป็นครั้งแรก จะว่าตั้งรากฐานพระพุทธศาสนาให้เกิดขึ้นในโลกก็ว่าได้ มีพระรัตนตรัยที่สมบูรณ์เกิดขึ้นในโลก คือ พุทธรัตนะ ธรรมรัตนะ สังฆรัตนะ ที่พวกเราได้กราบไหว้กันในปัจจุบันนี้ พระพุทธองค์ได้ยกเอาสัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบ สัมมาสังกัปปो ใช้ปัญญาดำริพิจารณาให้ถูกต้องกับหลักความจริงนี้เป็นหมวดของปัญญา ที่พระพุทธองค์ได้ยกขึ้นมาแสดงในจุดเริ่มต้น เฉพาะหลักสัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบ จึงเป็นหมวดธรรมที่สำคัญให้แก่หมวดธรรมทั้งหลาย ดังคำว่า

หตถิปาโท เตสํ อคฺคมกฺขายติ

สมฺมาทิฏฺฐิ เตสํ ฐมฺมานํ อคฺคมกฺขายติ

รอยเท้าสัตว์ทั้งหลายย่อมรวมอยู่ในรอยเท้าช้าง ฉะนั้น

ธรรมทั้งหลายย่อมรวมอยู่ในสัมมาทิฏฐิ ก็ฉนั้น

สัมมาทิฐิ	ความเห็นชอบ เป็นจุดเริ่มต้นในการปฏิบัติธรรม เห็นชอบเป็นแม่ทัพนำหน้าให้แก่ธรรมทั้งหลาย
สัมมาสังกัปป	การใช้ปัญญาพิจารณาให้ถูกต้องตามความเป็นจริง
สัมมาวาจา	การพูดในเรื่องใดให้มีความชอบธรรม
สัมมากัมมันโต	การทำงานที่ทำให้เป็นไปตามความถูกต้อง
สัมมาอาชีโว	การเลี้ยงชีวิตให้เป็นไปในทางที่ชอบ
สัมมาวายาโม	ความเพียรพยายามทำและพูดแม้แต่การคิดในเรื่องใด ก็ให้ความเพียรชอบในสิ่งนั้น
สัมมาสติ	ความระลึกชอบ
สัมมาสมาธิ	ตั้งใจให้มีความชอบธรรมเอาไว้

ในมรรคทั้ง ๗ หมวดนี้ก็รวมอยู่ในสัมมาทิฐิ เห็นชอบนี้ทั้งหมด เปรียบเหมือนกับแม่ไก่ที่มีลูกไก่ ๗ ตัว แม่ไก่ไปทางไหน ลูกไก่ก็ต้องไปตามแม่ นี่ฉันใด หมวดธรรมทั้ง ๗ หมวดก็มารวมอยู่ในสัมมาทิฐิ ก็ฉันนั้น สัมมาทิฐิจึงเป็นรากแก้วให้แก่หมวดธรรมทั้งหลาย ถ้าผู้ปฏิบัติมีความเห็นเป็นสัมมาทิฐิได้แล้ว ผู้นั้นเหมือนได้ก้าวเข้าสู่เส้นทางของอริยมรรคได้ เมื่อปฏิบัติตามแนวทางอริยมรรคอย่างต่อเนื่อง มีโอกาสที่จะเข้าถึงกระแสธรรมในชาตินี้

ในมรรค ๘ เป็นข้อบัญญัติที่พระพุทธเจ้าได้เรียบเรียงไว้แล้วเป็นอย่างดี เป็นแนวทางปฏิบัติที่เชื่อมโยงต่อกันและเป็นวิธีปฏิบัติที่ง่ายไม่ขัดกันเริ่มต้นจาก

สัมมาทิฐิ ความเห็นชอบ **สัมมาสังกัปป** การดำริชอบ สองข้อแรกเป็นหมวดของปัญญา

สัมมาวาจา เจรจาชอบ **สัมมากัมมันตะ** ทำการงานชอบ **สัมมาอาชีวะ** การเลี้ยงชีวิตชอบ สามข้อในท่ามกลางเป็นหมวดของศีล

สัมมาวายาโม ความเพียรชอบ **สัมมาสติ** ความระลึกชอบ **สัมมาสมาธิ** ความตั้งใจมั่นชอบ สามข้อหลังเป็นหมวดของสมาธิ

ถ้าเรียงลำดับของมรรค ๘ ต้องวางตำแหน่งของหมวดธรรมให้เป็นไปตามหลักเดิมจะออกมาในรูปแบบ **ปัญญา ศีล สมาธิ** ด้วยเหตุผลควรออกมาเป็นอย่างนี้ถ้าเรียบเรียงไตรสิกขาให้เป็นไปตามมรรค ๘ ที่พระพุทธเจ้าได้วางเอาไว้จะง่ายต่อการปฏิบัติ เพราะทุกอย่างจะต้องเริ่มต้นจากความเห็นชอบทั้งนั้น แต่ในยุคปัจจุบันมาย่อมรรค ๘ เป็นไตรสิกขา ที่ได้ศึกษาและรู้จักกันอยู่คือ ศีล สมาธิ ปัญญา ถ้าเอามาเพื่อการศึกษาาก็ไม่มีปัญหาอะไร ถ้านำมาปฏิบัติจะขัดกันกับมรรค ๘ อย่างเห็นได้ชัดทีเดียว

พยานบุคคลในครั้งพุทธกาลพิจารณาอุบายด้วยปัญญา

จะยกบุคลาธิษฐานขึ้นมาเป็นองค์ประกอบให้เห็นภาพได้ชัดเจน พระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้ในพระสูตรเป็นตัวอย่างมีจำนวนมากทีเดียว ถ้านำมาเขียนให้ท่านได้รู้ก็จะเป็นหนังสือเล่มใหญ่ จะอธิบายในบางเรื่องพอจะมองเห็นภาพเป็นตัวอย่างเท่านั้น

เมื่อสมัยครั้งศาสนาพระพุทธเจ้ากัสสปมีกุมาริคนหนึ่ง นางได้บำเพ็ญปัญญาบารมีเป็นนิสัย นางได้ใช้ปัญญาพิจารณาความตายอยู่เป็นนิจ พิจารณาความตายที่จะมีแก่ตัวเอง พิจารณาความตายที่จะมีแก่คนอื่นสัตว์อื่น พิจารณาความตายที่คนอื่นสัตว์อื่นได้ตายไปแล้ว คนและสัตว์ที่มีชีวิตอยู่ก็จะตายในวันข้างหน้า นางพิจารณาอยู่อย่างนี้เป็นนิสัยในอิริยาบถทั้งสี่ จะยืนเดินนั่งนอน หรือทำงานอยู่ก็มีสติปัญญาพิจารณาความตายอยู่เสมอ ทุกคนเมื่อเกิดแล้วจะอยู่ได้เพียงชั่วขณะแล้วตายจากกันไป ทรัพย์สินเงินทองสมบัติทั้งหลายที่มีอยู่ เมื่อความตายมาถึงตัวแล้วสมบัติที่มีอยู่ก็ช่วยไม่ได้ เมื่อตายแล้วจะเอาสมบัติเหล่านั้นติดตามตัวไปไม่ได้เลย สมบัติทั้งหลายก็จะตกทอดแก่ลูกหลานต่อไป เมื่อลูกหลานตายไปก็จะสืบทอดต่อๆ กันไป ไม่มีใครๆ ถือกรรมสิทธิ์ในวัตถุธาตุของโลกนี้ได้ เพราะสมบัติเหล่านี้เป็นสิ่งอาศัยขณะที่มีชีวิตอยู่เท่านั้น นางใช้ปัญญาสอนใจตัวเองอยู่เสมอทุกคืนวัน ใจได้เกิดความสลดสังเวชที่เกิดตายซ้ำซากจำเจ ไม่คุ้มค่าต่อความทุกข์ที่ได้รับแต่ละวัน ยิ่งใช้ปัญญาพิจารณาความตายมากเท่าไร ยิ่งรู้เห็นรูปร่างไม่มีสาระมากขึ้น ใจจึงไม่ยึดติดผูกพันในสิ่งใดๆ เมื่อนางตายไปก็ได้ไปเสวยสุขในเทวโลก เมื่อบุญกุศลหมดลงจึงได้มาเกิดเป็นมนุษย์ในชาติใหม่

ในชาตินี้นางได้มาเกิดในตระกูลทอหูก ในยุคที่พระพุทธเจ้าองค์ปัจจุบันยังมีชีวิตอยู่ ในวันหนึ่งพระพุทธเจ้าลงสู่ธรรมสภาเพื่อแสดงธรรม เมื่อพระองค์ขึ้นประทับบนธรรมาสน์แล้ว ตามปกติพระองค์จะแสดงธรรมต่อไป ในครั้งนั้นพระองค์กลับนิ่งเฉย เพราะนางกุมาริกรอทอดตายยังไม่เสร็จ เมื่อนางกรอทอดตายเสร็จก็จะถือตะกร้าทอดตายเดินผ่านมา เมื่อนางได้มองเห็นมหาชนนั่งเฝ้าอยู่ก็ได้นั่งลงสังเกตดูเหตุการณ์ว่า มหาชนนั่งเฝ้าอยู่ด้วยเหตุอันใดมีเรื่องอะไรเกิดขึ้น ไม่มีเจตนาที่จะไปฟังธรรมแต่อย่างใดแต่ก็ได้ฟังธรรมโดยบังเอิญ เมื่อนางกุมารินั่งลงเท่านั้น พระพุทธองค์ก็เริ่มแสดงธรรมทันที หัวข้อที่เป็นอุบายธรรมที่พระองค์ยกขึ้นมาแสดง เป็นเรื่องความสิ้นสุดของชีวิตไม่มีสิ่งใดอยู่คงที่ตลอดไปได้ ที่เรียกว่า เกิดขึ้นมาแล้ว จะตั้งอยู่ได้เพียงชั่วขณะ จากนั้นก็ตายไป พระพุทธเจ้าอุปมาเหมือนกับทอดตาย เมื่อนำไปทอดหูก เส้นด้ายในหลอดก็หมดไป นี่ฉันใด ชีวิตของคนและสัตว์ที่เกิดมาจะอยู่ได้ชั่วขณะ ในที่สุดก็หมดสภาพสลายตายไปไม่มีสิ่งใดตั้งอยู่ได้ ก็ฉันนั้น

เมื่อมาเข้าใจความเป็นจริงอย่างนี้ จึงเรียกว่า **“ปัญญาได้เกิดขึ้นแล้ว”** นิสัยเคยได้ใช้ปัญญาพิจารณาความตายมาในชาติอดีต เกิดสะกิดใจให้ได้ติดต่อกันกับปัญญาใหม่ เชื่อมโยงต่อกันกับปัญญาเก่าที่เคยบำเพ็ญมา นางก็เกิดดวงตาเห็นธรรมตามความเป็นจริงว่า **ทุกสิ่งที่เกิดขึ้นมาจะต้องมีความตายเป็นที่สิ้นสุดตั้งอยู่ไม่ได้** เมื่อมีปัญญารู้เห็นตามความจริงอย่างนี้นางก็ได้บรรลุนิพพานเป็นพระอรหันต์เจ้าชั้นพระโสดาบันในขณะนั้นเอง

พยานบุคคลอีกท่านหนึ่ง พระจุฬินทรภักดิ์ที่พระพุทธรูปเจ้าได้มอบให้แล้ว ก่อนมอบผ้าให้พระองค์ทรงตรัสไว้ว่า “ดูก่อนจุฬินทรภักดิ์ เธอจงเอาผ้าขาวผืนนี้ไปขึงเอาไว้ที่นั่น แล้วก็ล้างมือให้สะอาดแล้วก็มาจับผ้าขาวผืนนี้ ลูบไปลูบมา เมื่อผ้าสกปรกโสโครกเมื่อไหร่ ก็เอาผ้าผืนนั้นแหละไปซักในริมสระนั้น แล้วเอามาตากมาซึ่งใหม่แล้วก็จับผ้าอีก” ตรัสเสร็จแล้วพระองค์ท่านก็เสด็จไป

พระจุฬินทรภักดิ์ได้ปฏิบัติตาม ท่านเอาผ้ามาขึง ล้างมือให้สะอาดแล้วก็มาจับผ้าผืนนั้น มีคำนึกในใจว่า **รโฆธรณ รขฺหฺรติ** ไปๆ มาๆ ในที่สุดผ้าสีขาวนั้นก็สกปรกดำดำนขึ้นมา ก็นึกในใจว่า..เอ..ผ้าสกปรกได้อย่างไร มือเราก็กวาดสะอาดมาแล้วทำไมผ้าจึงดำดำขึ้นมามีอย่างนี้ สกปรกขึ้นมาอย่างนี้ ก็เลยเอาผ้าผืนนั้นไปซัก ซักไปซักมาถูไปถูมา **เอ..ผ้ามันสกปรกอย่างนี้ๆ ท่านก็โอบนยโก น้อมเอาผ้าผืนนั้นมาเป็นอุบายสอนใจตัวเอง** ว่าผ้าผืนนี้สกปรกเพราะอะไร เพราะถูกไอมือเรา เหงื่อในมือเรา ในตัวเราทั้งหมดนี้มันก็สกปรกทั้งนั้น เมื่อมาจับถูกผ้ามันก็สกปรกขึ้นมาดังนี้นี้ฉันใด...ใจก็ฉันนั้น ใจเราสกปรกโสโครกเพราะอะไร เพราะมันถูกกิเลสตัณหาอันยิ่งใหญ่ รุมล้อมใจเข้ามาหาเราแต่ละวันๆ มีรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะมีความยินดีในกามคุณทั้ง ๕ เหล่านี้ ก็เห็นว่าใจสกปรก ก็มาสอนใจตัวเอง

พระจุฬินทรภักดิ์เอาผ้าผืนขาวๆ ไปจับแล้วสกปรกไปซักที่น้ำ แล้วก็เอาผ้าขาวนั้นมาเป็นอุบายฝึกปัญญา มาคิดพิจารณา ที่นี้การคิดพิจารณานั้น ความตั้งใจคิด การตั้งใจ เรียกว่า สมาธิ การคิด เรียกว่า ปัญญา หรือขณะที่ท่านจับผ้าขาวนึกคำปริกรรมเป็นสมาธิ เรียกว่า สติสมาธิ แต่เป็นสมาธิความตั้งใจมั่น ยังไม่ถึงขั้นสมาธิความสงบแต่อย่างใด ท่านซักผ้าก็เป็นสมาธิตั้งใจมั่น การทำสมาธิตั้งใจมั่นอย่างนี้แล จึงเป็นว่าสมาธิประกอบกันปัญญาคู่เคียงกัน เขาเรียกว่า สมาธิอยู่ที่ไหนปัญญาอยู่ที่นั่น ปัญญาอยู่ที่ไหนสมาธิอยู่ที่นั่น ของคู่เคียงกัน นี้เอง..ในที่สุด พระจุฬินทรภักดิ์ จึงได้บรรลุเป็นพระอรหันต์ ขณะกำลังซักผ้าอยู่นั่นเอง นี่เพราะท่านมีปัญญาคิด โอบนยโก เอาผ้าขาวผืนนั้นเองมาพิจารณา อันอุบายของปัญญามีมากมายมหาศาล ถ้าเราศึกษาประวัติพระอรหันต์ในครั้งพุทธกาลแล้ว ในยุคนั้นสมัยนั้นผู้มีนิสัยปัญญาวิมุตติมากที่สุดถึง ๗๐ เปอร์เซนต์ ผู้มีนิสัยเจโตวิมุตติมี ๓๐ เปอร์เซนต์ ทำไมจึงต่างกัน เพราะพวกปัญญาวิมุตตินี้ ท่านเหล่านั้นทำสมาธิความสงบไม่เก่ง ทำได้แค่สมาธิตั้งใจมั่นเท่านั้น แต่พวกเจโตวิมุตติ เก่งในการทำสมาธิความสงบ แต่ปัญญาไม่เก่ง หรือ คิดไม่เป็นนั่นเอง

(เรียบเรียงและคัดเลือกเนื้อหาจากหนังสือธรรมะ ของหลวงพ่อกุศล ขิปปปัญโญ หลายเล่มด้วยกัน)



❧ แผนทีเส้นทงลัด...ตรง มรรค ผล นิพพาน

หลวงพ่อทุลได้วางแนวทงการปฏิบัติภาวนา ตามแนวทงการตรัสรู้และการเผยแผ่ธรรมะ ด้วยหลักสัมมาทิฐิ ความเป็นที่ถูกต้องชอบธรรม เหมือนครั้งพุทธกาล โดยใช้อุบายการพิจารณาด้วย ปัญญา ดังคำที่พระพุทธรองค์ตรัสไว้ว่า

ปณณาย ปริสุณนติ
จิตจะมีความบริสุทธิ์ได้เพราะปัญญา

❧ อุบายการสร้างปัญญาให้เกิดขึ้น

การสร้างปัญญาให้เกิดขึ้นในครั้งแรกนั้น ต้องฝึกหัดจิตให้เป็นผู้ช่างนึกช่างคิด ต้องฝึกจิตให้เป็น นักสังเกตให้มีเหตุมีผลให้เป็นไปตามความเป็นจริง ฝึกวิจัย ฝึกวิเคราะห์ ฝึกคำนวณ ประมวลเหตุการณ์ ต่างๆ มาพิจารณาให้ลงสู่ไตรลักษณ์ตามหลักความเป็นจริง การฝึกปัญญานั้นฝึกได้ทุกกาล ฝึกได้ทุกสถานที่ จะยืนเดินนั่งนอนก็ฝึกได้ทั้งนั้น เช่น ขณะเดินจงกรมหรือหลังจากการทำสมาธิมาแล้ว

การฝึกปัญญาแยกออกเป็น ๒ ทง ทางหนึ่งคือฝึกปัญญาไปทงโลก นั้นเป็นวิธีฝึกปัญญาเพื่อ สร้างสรรค์โลก เรียกว่าปัญญาโลกีย์ ปัญญาโลกีย์นี้เป็นปัญญาประจำโลก ปัญญาประเภทนี้ไม่จำกัด เฉพาะพุทธศาสนาอย่างเดียว แม้ศาสนาอื่นเขาก็มีปัญญาเหมือนกัน แม้คนที่ไม่นับถือศาสนาอะไรเลย เขาก็มีปัญญาประเภทนี้ได้

ฉะนั้นการสร้างโลกทุกรูปแบบก็ต้องใช้ปัญญาโลกีย์นี้เป็นหลัก แม้การศึกษาเล่าเรียนหรือการเขียน แปลนแผนผังในการก่อสร้างต่างๆ ก็ต้องคิดค้นด้วยปัญญา หาข้อมูลมาเป็นหลักวิชาการ โลกมีความ เจริญด้วยวิทยาศาสตร์ต่างๆ ก็ต้องใช้ปัญญาทั้งนั้น เมื่อมีปัญญาสร้างโลกให้เจริญได้ ในที่สุดก็ใช้ปัญญา คิดสร้างอารุณานาชนิดเพื่อครองอำนาจ ต่างคนต่างอยากมีอำนาจ ในที่สุดความเจริญของโลกก็จะ เสื่อมลงเพราะปัญญาโลกีย์นั่นเอง

ส่วนการฝึกปัญญาทงที่สองนั้น เป็นปัญญาโลกีย์ประเภทเดียวกัน แต่นำมาใช้ในทงธรรม เพื่อให้เป็นประโยชน์ในทงธรรม ให้พร้อมด้วยเหตุด้วยผลเพราะในโลกนี้มีสังขธรรมแฝงอยู่ทุกแห่งหน ถึงคนจะไม่สนใจในธรรมก็ตาม แต่ธรรมก็มีอยู่ประจำโลกมาแต่กาลไหนๆ ฉะนั้นโลกกับธรรมยัง กลมกลืนกันอยู่ ผู้ไม่เข้าใจก็ถือว่าเป็นโลกตลอดไป ถ้าหากผู้มีสติปัญญาก็สามารถน้อมโลกมาเป็น ธรรมได้ ดังคำว่า “โลกอยู่ที่ไหน ธรรมก็อยู่ที่นั่น”

ฉะนั้น การพิจารณาโลกให้เป็นธรรมนี้ ขึ้นอยู่กับสติปัญญา และจิตน้อมโลกทั้งหมดลงสู่ไตรลักษณ์ เพราะโลกอยู่ที่ไหน สัจธรรมก็มีอยู่ที่นั่น ในโลกนี้จะเป็นสิ่งที่มีวิญญาณครอง หรือไม่มีวิญญาณครองก็ตาม ย่อมมีสัจธรรมคือความจริงแฝงอยู่ตลอดเวลา คือมีสภาพความเป็นทุกข์ มีสภาพความไม่เที่ยง มีสภาพที่สูญสลายไม่เป็นสัจและบุคคลใดๆ ทั้งสิ้น จึงเรียกว่า สังขารโลก สังขารธรรม

การฝึกปัญญาในช่วงแรกนั้น ก็ต้องอาศัยสัญญาและสมมติมาเป็นหลัก เพื่อเป็นสนามฝึกให้ปัญญาเกิดความเคยชิน และชำนาญในการค้นคิดให้ถูกกับความเป็นจริง เรียกว่าจริงสมมติฉนั้นนั้น ถึงจิตยังไม่ยอมรับความจริงตามปัญญาก็ตาม การพิจารณาก็ต้องค้นคิดกันไปอย่างต่อเนื่อง เหมือนเด็กที่เรียนหนังสือในชั้นต้น เด็กยังไม่เข้าใจในหลักการ และยังไม่เข้าใจในการสอนของครู แต่ครูก็ต้องสอนอธิบายวิชาต่างๆ ให้เด็กฟังอย่างช้าๆ ซากๆ หลายครั้งหลายหน จนเด็กเกิดความเคยชิน ความรู้และวิชานั้นๆ ครูสอนไปอย่างไร ความเข้าใจของเด็กก็จะค่อยซาบซึ่งเข้าไปในหัวใจเด็กได้ฉนั้นนั้น

❧ ปัญญาสอนจิตให้มีความรู้รอบ

เพื่อให้จิตได้รู้ในสรรพสังขารที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป การพิจารณาด้วยปัญญานั้น ต้องมีการเข้า การออกตามเหตุการณ์ เช่น ไปเห็นเรื่องภายนอก เห็นคนแก่ เห็นคนเจ็บ เห็นคนตาย ก็น้อมเข้ามาภายในคือตัวเอง ว่าเราก็ต้องเป็นอย่างนั้น หรือน้อมตัวเองออกไปเทียบกับสิ่งภายนอก ให้รู้เห็นเป็นสภาพเดียวกันว่า เราก็มีความแก่ ความเจ็บ ความตาย คนอื่นเป็นอย่างไร เราก็เป็นอย่างนั้น คนอื่นมีความทุกข์ เราก็มีความทุกข์ คนอื่นไม่เที่ยง เราก็ไม่เที่ยง ร่างกายคนอื่นเป็นอนัตตาไม่ใช่ตัวตน ร่างกายเราก็เป็นอนัตตา ความสูญไปจากตัวตนเช่นกัน ไปเห็นซากศพคนตายไปในลักษณะใด ก็น้อมเข้ามาดูร่างกายตัวเองให้เห็นเป็นซากศพเหมือนกัน

ปัญญาดี จะมากหรือน้อยก็ดี ข้อสำคัญคือ ความเฉียบแหลมเป็นหลัก (วิจฺจุชนตา) นักภาวนาจะสำนึกและสร้างความเฉียบแหลมให้เกิดขึ้นที่ใจให้ได้ จะเป็นเหตุให้รู้เท่าอารมณ์ของอายตนะได้ทุกขณะ ถ้าขาดความเฉียบแหลมแล้ว ใจอาจจะเพเลอตัวได้ง่าย อารมณ์ของใจที่มีอยู่ก็ไม่รู้วิธีการแก้ไข จึงปล่อยให้กิเลส ตัณหาฉุดลากไปตามอารมณ์ที่ชอบ สมมติเอาอารมณ์ของอดีตที่ผ่านมาพาให้เกิดอารมณ์ของอนาคตมาบดขยี้หัวใจตัวเอง ในปัจจุบันใจจะหันเหเซชวนไปตามอารมณ์ต่างๆ ไม่มีทางสิ้นสุดลงได้

การฝึกปัญญา อย่าเอาตามตำราและอย่าทิ้งตำรา

ฉะนั้น ขอให้นักปฏิบัติทั้งหลายผู้มีความมุ่งหมายอยากให้อปัญญานี้เกิดขึ้น ผู้นั้นก็ต้องมีความขยันฝึกสติปัญญาและฝึกสติสมาธิให้มาก ในช่วงไหนมีเวลาฝึกสติสมาธิก็ฝึก ช่วงไหนมีเวลาฝึกสติปัญญาก็ต้องฝึก การฝึกปัญญาไม่จำเป็นต้องทำสมาธิก่อนทุกครั้งไป

ตามปกติปัญญาเรามีอยู่แล้วให้พิจารณาหาอุบายฝึกปัญญาได้เลย เรื่องการละถอนปล่อยวางกิเลสตัณหาในช่วงนี้ อย่าพึ่งไปสนใจ เพราะขณะนี้ เรามีหน้าที่ฝึกสติปัญญาให้เกิดความชำนาญเท่านั้น เปรียบเหมือนกับผู้ที่ฝึกการร้องเพลง ก่อนที่จะได้เข้าอัดแผ่นเสียง หรือจับไมค์ร้องบนเวทีได้ เขาต้องฝึกการขับร้องเพลงนั้นๆ นักร้องไม่ได้ จนเกิดความชำนาญและมั่นใจในตนเอง จึงจะสามารถขึ้นสู่เวทีแสดงต่อหน้าสาธารณชนได้ นี่ฉันใด การฝึกปัญญากว่าที่จะเกิดความชำนาญได้นั้น ต้องมีความหมั่นขยันในการคิดพิจารณาอยู่เสมอ

ส่วนมากผู้ปฏิบัติจะเข้าใจว่าปัญญาจะต้องเกิดจากสมาธิ ที่จริงหาใช่ไม่เพราะอุบายการทำสมาธิก็เพื่อนำไปเสริมปัญญาที่มีอยู่เท่านั้น ผู้ปฏิบัติจะปิดกั้นปัญญาของตนเองโดยไม่รู้ตัว ถ้าฝึกในสมาธิมากไปจนลืมใช้ปัญญา หรือถ้าฝึกสมาธิให้มีความสงบลึกมากจนจิตดิ่งลงสู่อุเบกขา ปัญญาก็จะหมดสภาพทันทีเพราะไม่มีความยินดี ไม่มีความยินร้ายในสิ่งใดทั้งสิ้น เมื่อสมาธิจะเสื่อม ความสุขทางใจจะหมดไปก็จะกลับมาทำสมาธิอีก จนไม่มีเวลาใช้ปัญญาพิจารณาในสังขารมใด ๆ หรืออีกกรณีหนึ่ง ผู้ปฏิบัติศึกษาธรรมะในหมวดต่างๆ รู้มากเกินไป แทนที่จะศึกษาธรรมะมาเป็นอุบายประกอบในการใช้จินตามยปัญญา เพื่อเป็นอุบายฝึกปัญญาตัวเอง ก็ฝึกไม่ได้ หรือพึ่งเทศน์จากครูอาจารย์ เพื่อพิจารณาให้เกิดปัญญารุ่งขึ้นในตน ก็ทำไม่ได้ เป็นเพราะอะไร เหตุผลก็คือ นักปฏิบัติท่านนั้นรู้ในธรรมะหมวดนั้นๆ แล้วนี่เอง ธรรมะหมวดนั้นก็รู้ ธรรมะหมวดนี้ก็รู้ เมื่อรู้แล้วอย่างนี้จะพิจารณาในสังขารมอะไรได้เล่า

ถ้ามีคำถามว่าการใช้ปัญญาพิจารณาในธรรมะที่ได้ศึกษามาแล้ว จะเรียกว่าใช้ปัญญาพิจารณาในหมวดธรรมนั้นถูกต้องหรือไม่ถูกต้อง แต่เป็นปัญญาในภาคปริยัติ ถึงจะใช้ปัญญาพิจารณาในหมวดธรรมที่เรียนมาได้อย่างละเอียดลึกปานใดก็ตาม ก็ยังเป็นปัญญาในภาคปริยัติอยู่นั่นเอง จะเอาปัญญาในระดับนี้ไปหักล้างกิเลสตัณหาให้หมดไปจากใจยังไม่ได้ เพราะปัญญาที่พิจารณาอยู่นั้น เป็นปัญญาเลียนแบบจากตำราที่อธิบายไว้แล้ว หรือใช้ปัญญาพิจารณาจากปัญญาของผู้อื่น ยังไม่เป็นปัญญาของตัวเอง ปัญญาที่เลียนแบบจากผู้อื่นนั้น จะไม่ทำให้เกิดความแยบคาย และหายสงสัยได้เลย กิเลสตัณหา ความโลภ ความโกรธ ความหลง ราคะความยินดีในรูป เสียง กลิ่น รส โภภะจัพพะก็ยังฝังแน่นอยู่ที่ใจตามเดิม

ยกตัวอย่างในครั้งพุทธกาล พระโฆฏิยะที่มีความรู้ดี มีปัญญารอบรู้ในปริยัติดีมาก เป็นธรรมกถึก นักเทศน์เอกในยุคนั้นจะหาผู้เทียบเท่าได้ยาก ความรู้ที่ได้ศึกษามา ปัญญาในทางปริยัติก็พร้อม แต่ก็นำมาทำลายกิเลสตัณหาให้หมดไปจากใจไม่ได้ ฉะนั้นปัญญาที่จะนำมาทำลายกิเลส ตัณหา อวิชชาได้ ต้องให้เป็นปัญญาเฉพาะตัวเอง ไม่จำเป็นจะต้องให้ถูกตามตำราทั้งหมด เหมือนกับกระตู่ธรรมที่เฉลยไว้ในตำรา ภาษิตตั้งไว้แล้วอย่างนี้ เฉลยไปอย่างนี้ มีภาษิตเชื่อมอย่างนี้ นั่นเพียงเป็นตัวอย่างทางปัญญาของผู้ที่แต่งกระตู่เอาไว้ ส่วนปัญญาเราก็แต่งไปตามโวหารปฏิภาณของเรา ลำนวนที่แต่ง เรานัดอย่างไร ก็อธิบายไปตามนั้น ลำนวนโวหารในการอธิบายให้เป็นเรื่องเดียวกันกับภาษิตที่ตั้งไว้แล้ว ภาษิตที่นำมาเชื่อมก็แตกต่างกันไป เพราะลำนวนที่เราอธิบายไป ไม่เหมือนในตำรา

การฝึกปัญญา อย่าเอาตามตำราและอย่าทิ้งตำรา ถ้าผู้ใดตีความหมายนี้ได้และปฏิบัติได้ตามนี้ ผู้นั้นมีแววพอจะสร้างปัญญาให้เกิดขึ้นกับตัวเองได้ หรือผู้ใดมีเอกลักษณ์ในการทำ การพูด และคิดเป็นของตัวเอง ผู้นั้นจะพึ่งตัวเองได้และเป็นนิสัยแห่งความฉลาด มีจุดยืนเป็นของตัวเอง ถึงจะไปดูแบบอย่างจากที่อื่นมาแล้วก็ตาม ในเมื่อนำมาปฏิบัติอาจมีความคิดปรับปรุงให้ดีขึ้นได้ นี่ก็เข้าข่ายของผู้มีความฉลาดทางปัญญา ถ้าเป็นเรื่องทางโลกก็มีความฉลาดในทางโลก ถ้าผู้ปฏิบัติในทางธรรมก็เป็นผู้มี ความฉลาดในทางธรรม

ฉะนั้นผู้ปฏิบัติธรรมจงฝึกความฉลาดให้เกิดขึ้นที่ใจให้ได้ อย่าไปเลียนแบบจากผู้อื่นมากเกินไป เดี่ยวจะได้ความโง่ฝังใจโดยไม่รู้ตัว จุดนี้เองที่ทำให้ผู้เขียนและผู้อ่านตกค้างอยู่ในกระแสโลกนี้มายาวนานจนถึงปัจจุบัน เพราะความโง่ของสติปัญญา ไม่มีความฉลาดอยู่ในตัวบ้างเลย จึงได้ถูกกิเลส หลอกให้มาเกิด แก่ เจ็บ ตายจนถึงปัจจุบัน นี่พวกเราจะปล่อยให้กิเลสหลอกให้เกิดให้ตายกันไปถึงไหน ทำไม่สร้างสติปัญญาความฉลาดรอบรู้มาเป็นคู่ของใจเอาไว้บ้าง เพื่อจะได้ตัดช่องทางของวิญญูให้ ลั่นเข้า จะได้ไม่มัวเมาจมอยู่ในหลุมมูตรหลุมคุณนี้อีกต่อไป ฝึกใจให้สมกับคำว่ามนุษย์ใจสูง ก็ให้ มั่นสูงกว่าสัตว์ดิรัจฉาน ถ้ายังปล่อยให้กิเลสตัณหาพามัวผสมอยู่กับสิ่งสกปรกโสโครกในโลกนี้อยู่ ก็ไม่ เกินกันกับสัตว์ดิรัจฉานนี้เลย แผลงผึ่งแสงหาเกสร แผลงวันแสงหาของเน่า นักปราชญ์แสวงหา ความดีนี้ ใจเราเป็นแผลงวันหรือเป็นแผลงผึ่งกันแน่



🌀 จุดเริ่มต้นของการปฏิบัติคือ รู้จักความผิดของตนเอง

ในจุดเริ่มต้น พระพุทธเจ้าต้องการให้คนรู้จักความผิดของตัวเอง เมื่อรู้จักความผิดของตัวเองแล้ว จึงเปลี่ยนจากความเห็นผิดมาเป็นความเห็นถูกต้อง ที่เรียกว่า สัมมาทิฐิ มีความเห็นที่ถูกต้องชอบธรรม เมื่อมีความเห็นชอบเกิดขึ้นในใจอย่างนี้ จึงเรียกว่าปัญญาได้เกิดขึ้นแล้วกับท่านผู้นั้น เห็นผิดเป็นผิด เห็นถูกเป็นถูก การทำผิดการทำถูก การพูดผิดการพูดถูก การคิดผิดการคิดถูก จะรู้ได้ทันที สิ่งที่ผิดไม่มีใครๆ ต้องการ จึงต้องละ สิ่งที่ต้องชอบธรรมนักปราชญ์สรรเสริญ

ถ้ามีความเข้าใจรู้เห็นในลักษณะนี้เรียกว่า สัมมาทิฐิ มีความเห็นที่ถูกต้องชอบธรรม เรียกว่าปัญญาได้เกิดขึ้นแล้วในขั้นเริ่มต้น แล้วจะมีปัญญารู้เห็นในสังขารมรรคอื่นๆ ขยายเป็นวงกว้างออกไป ความรู้เห็นภายในใจก็จะมีมากขึ้น เรียกว่า โยนิโสมนสิการ จะเกิดความแยบคายหายสงสัยในสิ่งที่เคยหลงผิดเข้าใจผิดไปได้โดยประการทั้งปวง

🌀 การภาวนาปฏิบัติเป็นการแก้ปัญหของใจ

การภาวนาปฏิบัติเป็นอุบายวิธีแก้ปัญหของใจโดยเฉพาะ ผู้ปฏิบัติต้องตั้งหลักให้ถูกกับทิศทางในจุดเริ่มต้นให้ถูกในหลักสัมมาทิฐิ ฝึกใจให้มีความเห็นที่ถูกต้องชอบธรรมเอาไว้ เมื่อปฏิบัติไปจะไม่เกิดปัญหาในภายหลัง ให้รู้จักอนุโลมปฏิโลมผ่อนหนักผ่อนเบาไปในตัว

ภาวนามีอยู่ ๒ อุบาย คือ

๑. ภาวนาในวิธีห้ามความคิด เป็นวิธีนึกคำบริกรรมอย่างใดอย่างหนึ่ง หรือใช้สติระลึกอารมณ์ภายในใจก็ได้ เรียกว่า เป็นอุบายวิธีห้ามความคิด

๒. ภาวนาใช้ความคิดตรึงตรองตามหลักสังขารมรรค เช่น เห็นคนแก่เจ็บตาย ให้โอบนโยน น้อมเอาเรื่องของการแก่เจ็บตายของคนอื่นเข้ามาหาตนเอง

การปฏิบัติมี ๒ วิธี

๑. ปฏิบัติในชั้นกามาวจร (โลกียมรรค)

เป็นวิธีปฏิบัติเพื่อเสริมสร้างบารมี ที่เรียกว่า การบำเพ็ญกุศล ไม่หวังมรรคผลนิพพานในชาตินี้แต่อย่างใด ทำไปเพื่อให้เกิดความสุขภายในใจเท่านั้น เช่น การทำบุญให้ทาน การรักษาศีล การเจริญเมตตาภาวนา การทำสมาธิ การทำสมาธิทุกคนก็พอจะเข้าใจเพราะทำกันอยู่แล้ว ทำเพื่อความสุข

สลายในใจไปชั่วคราเท่านั้น ถึงจะทำสมาธิให้จิตมีความสงบลึกลงไปเป็นฉาน รูปฉาน อรูปฉาน อยู่ก็ตาม ก็จะได้ไปเกิดในภพของรูปพรหม อรูปพรหม เท่านั้น เมื่ออำนาจฉานเสื่อมลงก็จะได้มาเกิดในโลกนี้ต่อไป เว้นพระพรหมในพระอนาคามีเท่านั้น นอกนั้น จะต้องลงมาเกิดภายในภพทั้งสามต่อไป

หลักสัปปริสธรรม ๗ ในธรรมหมวดนี้จะอธิบายอยู่ในขอบข่ายโลกียธรรม เพื่อไม่ให้เกิดปัญหา แก่ตัวเอง และไม่ให้เกิดเป็นปัญหากับคนอื่น เรียกว่าเป็นผู้ทำประโยชน์ตนและประโยชน์ท่าน เพื่อให้ ตัวเองและคนอื่น ได้รับความสุขความเจริญไปด้วยกัน เป็นอุบายในการปฏิบัติได้เป็นอย่างดี เสริม สติปัญญาให้ฉลาดรอบรู้ในหมวดธรรมต่างๆ ได้ดี ตีความหมายในหมวดธรรมนั้นๆ ให้ถูกต้อง รอบรู้ ความหมายในหมวดธรรมนั้นได้ชัดเจน แล้วฝึก กาย วาจา ใจ ให้เป็นไปในหมวดธรรมนั้นๆ กลมกลืน กันไป มิใช่ว่าธรรมที่รู้เป็นอย่างหนึ่ง ความประพฤติทาง กาย วาจา ใจ เป็นไปอีกอย่างหนึ่ง ถ้าเป็น ในลักษณะนี้ไม่นับว่าผู้นั้นปฏิบัติธรรมแต่อย่างใด เพราะการศึกษารู้อธรรมในตำรา ใครๆ ก็ศึกษาได้ ถ้าไม่ฝึกกาย วาจา ใจ ให้เป็นไปในหมวดธรรม ความรู้ที่ได้ศึกษามาก็ไม่มีประโยชน์อะไร เหมือนกับ มดแดงที่เกาะอยู่กับผลมะม่วงสุกที่มีโอชารส ก็จะไม่รับรู้รสของมะม่วงนั้นเลย การรู้อธรรมในตำรา ถ้า ไม่นำมาปฏิบัติ ฝึกตัวเองให้เป็นไปในธรรม ก็จะเป็นผู้ถือใบลานเปล่าตลอดไป เราจะปฏิบัติเพื่อกำจัด ความชั่วร้ายที่ไม่ดีงามออกจากกาย วาจา ใจ ของตัวเราเอง และฝึกใจให้เป็นไปในสัมมาปฏิบัติที่ถูกต้อง ในธรรมเท่านั้น สัปปริสธรรม ๗ มีดังนี้ (๑) ธัมมัญญตา ฝึกตัวให้เป็นผู้รู้จักเหตุ (๒) อตถัญญตา ฝึกตัวให้เป็นผู้รู้จักผล (๓) อตตัญญตา ฝึกตัวให้เป็นผู้รู้จักตน (๔) มัตตัญญตา ฝึกตัวให้เป็นผู้รู้จัก ประมาณ (๕) กาลัญญตา ฝึกตัวให้เป็นผู้รู้จักกาลเวลา (๖) ปริสสัญญตา ฝึกตัวให้เป็นผู้รู้จักชุมชน (๗) ปุคคัลลัญญตา ฝึกตัวให้เป็นผู้รู้จักบุคคล

๒. ปฏิบัติในชั้นโยคาวจร (โลกุตรรรค)

เป็นอุบายการปฏิบัติเพื่อจะพ้นไปจากภพทั้งสามในชาตินี้ให้ได้ จะไปได้หรือไม่ได้เป็นอีก เรื่องหนึ่ง แต่ความตั้งใจจะให้พ้นไปได้ในชาตินี้จริงๆ การปฏิบัติในชั้นโยคาวจรใช้สติปัญญาเป็นหลักที่ ยืนตัว การทำสมาธิก็เพื่อเป็นอุบายเสริมให้แก้สติปัญญาเท่านั้น การทำสมาธิก็ไม่มีอะไรเป็นพิเศษ ข้อสำคัญ อย่าให้มีความอยากในสิ่งใดๆ อย่าหวังผลว่าให้เป็นอย่างนั้น ให้รู้อย่างนี้ สมาธิเป็นเพียงอุบาย เสริมให้แก้ปัญญา ได้พิจารณาในสังขารธรรมนั้นๆ ให้เกิดความรู้เห็นชัดเจนมากขึ้น ให้เน้นการพิจารณาด้วย ปัญญา โดยพิจารณาให้เป็นไปตามไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ที่เป็นหลักความจริง

ผู้รู้เห็นทุกข์ โทษ ภัย และรู้เห็นในการเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในภพทั้งสามว่า เป็นหนามยอกจิต ให้เป็นพิษอยู่ตลอดเวลา เมื่อปัญญาญาณหยั่งรู้ว่าการเกิดตายอยู่ในโลกนี้เป็นของที่ยาวนาน ที่เกิด

ตายผ่านมาแล้ว ก็นับภพนับชาติไม่ได้ ที่จะเกิดตายไปในชาติอนาคต ก็เหลือที่จะคำนวณได้ เพราะการเกิดตายในวัฏฏะนี้ไม่มีที่สิ้นสุด เพราะสมมติโลกนี้ไม่มีขอบเขตจำกัด การเกิดมาก็อาศัยสมมติโลกนี้เป็นที่อยู่อาศัย ถึงจะเป็นไปด้วยความทุกข์ ก็ต้องอดทนต่อสภาวะกันไป จนกว่าชีวิตจะหาไม่ ถึงจะมากเกิดใหม่ก็มาหลงไหลในสมมติโลกนี้เหมือนเดิม จึงไม่มีสาระใดๆ ในการเกิดตายอยู่ในโลกนี้ ที่จะมาอาศัยความสุขในกามคุณ ก็หมุนไปในทางที่เป็นทุกข์อยู่ตลอดเวลา จะหาความสุขในสมมติโลกนี้ไม่พบ เพราะทุกอย่างจะไม่สมกับความต้องการกับความอยากของเราเลย ย่อมมีความบกพร่องในความอยากอยู่เสมอ มิใช่ว่าปรารถนาสิ่งใดในโลกนี้จะสมหวังทุกประการเพราะโลกนี้เป็นโลกที่ผิดหวังจะเอาตั้งใจเราทุกอย่างไม่ได้

ผู้ภวนาจะได้รับผลจากการปฏิบัติเร็ว จึงมีเหตุผลใหญ่ๆ อยู่ ๓ ประการ คือ

๑. วาสนาบารมีเก่าเคยทำมาแล้วในอดีต ที่เรียกว่า ปุพเพกตปุญญตา คือ ผู้ที่ได้บำเพ็ญบุญกุศลมาแล้วในปางก่อน
๒. ได้อุบายธรรมในการปฏิบัติตรงกับนิสัยวาสนาบารมีของตัวเอง
๓. มีความตั้งใจที่แน่วแน่จริงจังในการปฏิบัติธรรม

นิमितเป็นเครื่องมือให้เกิดปัญญา

นิमितนั้นเป็นตัวสมมติ เป็นอุบายธรรม เพื่อน้อมนำเข้ามาหาตัวเอง แล้วใช้ปัญญาพิจารณาว่าเราจะต้องเป็นอย่างนี้ๆ คนอื่นสัตว์อื่นก็เป็นอย่างนี้เหมือนกันกับเรา ทั้งเราทั้งเขาก็ให้พิจารณาลงสู่ไตรลักษณ์ทั้งหมด ถึงนิमितจะไม่มีสาระอะไรก็ตาม ถ้าน้อมนำมาเป็นอุบายของปัญญาแล้ว จะทำให้ปัญญาได้ขยายตัวออกไปได้เป็นอย่างดี นี่เป็นอุบายสำหรับผู้มีนิमितเกิดขึ้น แต่ละคนมีนิสัยไม่เหมือนกัน นิमितก็มีการเกิดขึ้นแตกต่างกันไป ถึงจะมีนิमितแตกต่างกันก็ตาม ที่สำคัญขอให้มนานิมนิตนั้นมาเป็นอุบายเป็นฐานฝึกปัญญาพิจารณาไปตามเหตุการณ์ ดีความลงสู่ไตรลักษณ์ทุกครั้งไป

๑. **สubinนิमित (ความฝัน)** เป็นนิमितที่เกิดจากการนอนหลับแล้วฝัน
๒. **อุคคหนิมนิต** เป็นนิमितที่เกิดขึ้นจากการนั่งสมาธิ
๓. **ผัสสะนิमित** เป็นนิमितที่เกิดขึ้นขณะตื่นอยู่ เกิดจากการสัมผัสของอายตนะ ๕ ได้แก่ ตาสัมผัสรูป หูได้ฟังเสียง จมูกได้ดูดกลิ่น ลิ้นได้รับรส กายได้สัมผัส
๔. **ปฏิกากนิमित** เป็นการนำนิमितต่างๆ มาจำแนกแจกแจง ตริตrong วิเคราะห์ วินิจจัย วิจัยวิจารณ์

🌀 นักปฏิบัติศึกษาจิตนิสัยตนเอง

เราต้องปฏิบัติให้เป็นไปตามนิสัยของตัวเอง ไม่ต้องฝักใฝ่มุ่งหมายเพื่อให้จิตมีความสงบอีก ถึงจะอย่างไรก็เป็นสมาธิความสงบไม่ได้ ทำให้เสียกาลเวลาเหนื่อยเปล่า ไม่ได้ประโยชน์อะไร เพราะนิสัยของผู้มีปัญญาวิมุตติจะทำได้เพียงสมาธิความตั้งใจมั่นเท่านั้น เมื่อสมาธิตั้งใจมั่นกับปัญญาได้ทำงานร่วมกันแล้ว จะเกิดพลังที่โดดเด่นเข้มแข็ง ได้รู้ได้เห็นอะไรไม่เสียเปล่า จะนำเอาเรื่องนั้นๆ มาเป็นอุบายพิจารณาให้เป็นธรรมะในสิ่งนั้นให้ได้ สิ่งใดมีความเปลี่ยนแปลงอย่างไร ให้น้อมเข้ามาเปรียบเทียบกับความเปลี่ยนแปลงของตัวเองทุกครั้งไป สิ่งใดที่มองเห็นว่าหมดสภาพไปไม่มีในสมมุติเดิม ก็ใช้ปัญญาพิจารณาในสิ่งนั้นลงสู่อนัตตา โอปนียโก น้อมเข้ามาหาตัวเองอยู่เสมอ พิจารณาว่า ร่างกายเราทุกส่วน ก็จะแตกสลายสิ้นสภาพไปเหมือนสิ่งเหล่านั้นอย่างแน่นอน ไม่มีสิ่งใดยืนยงคงอยู่ตลอดไปในโลกนี้ได้

🌀 นักปฏิบัติต้องฝึกตัวเป็นหมอ

ผู้ปฏิบัติต้องใช้ความพยายามฝึกสติปัญญาหาอุบายธรรมด้วยตนเอง คิดพิจารณาในหลักความเป็นจริงอยู่บ่อยๆ อีกสักวันหนึ่ง ก็จะตรงกับบารมีเก่าที่เราได้บำเพ็ญมาแล้ว การปฏิบัติก็จะได้รับผลเกิดขึ้นในขณะนั้น ผู้ปฏิบัติต้องฝึกตัวเป็นหมอ สำนวจตรวจเช็คตัวเองอยู่เสมอ ใช้สติปัญญาตรวจตราดูความบกพร่องของตัวเอง การทำทางกาย การพูดทางวาจา การนึกคิด และความเห็นของใจ มีความผิดพลาดที่ตรงไหน ใช้สติปัญญาแก้ไขให้ทันต่อเหตุการณ์ ถ้าปล่อยไว้นานจะเกิดปัญหาให้แก้ไขได้ เช็คดูกายวาจาใจบ่อยๆ มีปัญหาอะไร รีบชำระให้หมดไปทันที ถ้าปล่อยไว้นานจะเกิดเป็นปัญหาสะสมทับถมมากขึ้น จึงยากในการแก้ไขให้หมดไปจากใจได้

กาย วาจา ใจ เป็นกannonธรรมอยู่แล้ว แม้ตำราที่เราศึกษาอยู่ก็เป็นเรื่องของตัวเรานี้ทั้งนั้น เช่น ความโลภ ความโกรธ ความหลง เรื่องกิเลสราคะตัณหาทั้งหมดนี้อยู่ในตัวเรานี้ทั้งหมด นี่คือธรรมะตัวจริงที่เขียนไว้ในตำราทั้งหมดเป็นเพียงชื่อของธรรมเท่านั้น ถ้าไม่รู้จักความผิดความชั่วร้ายของตัวเองว่าเป็นอย่างไร ความรู้ในหมวดธรรมที่เรียนมาก็จะมาแก้ปัญหาของตัวเองไม่ได้เลย หรือจะมานึกคำบริกรรมว่าพุทโธๆ เพื่อกำจัดให้กิเลสตัณหาน้อยใหญ่ได้หมดไปจากใจก็เป็นไปไม่ได้ วิธีการนึกคำบริกรรมทำสมาธิให้จิตมีความสงบนี้ เป็นเพียงอุบายวิธีหลบปัญหาไปได้ชั่วคราวเท่านั้น เหมือนหิน



ทับหน้าเอาไว้หน้าไม่เกิด เมื่อเอาหินออกไปหน้าก็จะเกิดขึ้นในที่นั้นๆ กิเลสตัณหาน้อยใหญ่เหมือนไม่มีในใจ ในเมื่อจิตได้ถอนออกจากสมาธิความสงบแล้ว กิเลสตัณหาน้อยใหญ่เกิดขึ้นที่ใจตามเดิมก็ฉันทันนั้น

🌀 นักปฏิบัติต้องมีปัญญาเลือกเฟ้นธรรม

เมื่อเชื่อถือบุคคลและเชื่อถือครูอาจารย์ได้แล้วธรรมะที่เราได้ยินจากท่าน อ่านหนังสือของท่าน แล้วก็นำมาเลือกเฟ้นอีก มีธรรมะหมวดไหนบ้างพอที่เราจะนำมาปฏิบัติได้ให้ถูกกับนิสัยของเราและความสามารถของเรา ธรรมะหมวดไหนควรเอามาเริ่มต้นก่อน ธรรมะหมวดไหนควรนำมาปฏิบัติในภายหลัง ต้องมีสติปัญญาเลือกเฟ้นธรรมะให้เข้าใจ แล้วนำมาปฏิบัติให้ถูกกับความหมาย

การศึกษาธรรมจึงมีความสำคัญเป็นอย่างมาก เมื่อรู้และเข้าใจในธรรมได้ดีแล้ว จำเป็นที่สุดคือเราต้องมาศึกษาตัวเองว่าเรามีปัญหาอะไรที่จะต้องแก้ไข จะเอาหมวดธรรมอะไรมาแก้ไขให้ปัญหาในตัวเราให้หมดไปได้ เหมือนกับหมอรักษาคนป่วย หมอต้องรู้จักยาที่ดี และรู้จักโรคของคนป่วยว่าจะรักษาด้วยยาตัวไหน โรคจึงจะหายไปได้ ต้องเอายาประเภทนั้นมารักษาให้ต่อเนื่องกันโรคนั้นจะหายไบนี่ฉันใดผู้ปฏิบัติต้องเลือกหมวดธรรมนั้นๆ มาปฏิบัติให้ถูกกับปัญหาภายในใจของตัวเองก็ฉันทันนั้น ปัญหาต่างๆ ที่มีความเรื้อรังมากก็จะคลี่คลายหายไปจากใจได้อย่างแน่นอน

🌀 นักปฏิบัติต้องซื่อสัตย์แก่ตัวเอง

ความตั้งใจ ความซื่อสัตย์ จะเป็นสิ่งที่พึ่งแก่ตัวเองได้ จะเป็นงานทางโลกหรือทางธรรม ย่อมนำมาแห่งความสำเร็จและเป็นประโยชน์แก่ตัวเอง ทั้งเป็นประโยชน์ส่วนรวมได้เป็นอย่างดี ดังคำว่าทำประโยชน์ตนและประโยชน์ท่านให้ถึงพร้อม ย่อมนำมาซึ่งความเจริญ

นี่เราเป็นนักปฏิบัติต้องซื่อสัตย์ในตัวเอง และตั้งใจจริงไม่เห็นแก่โลกเกินไป งานของโลกก็ให้เป็นงานทางโลกไป ส่วนงานทางธรรมที่เป็นงานประจำตัวเราก็ไม่ลดละ พยายามหาเวลาที่ว่างให้เป็นประโยชน์ ดีกว่าจะไปเตร็ดเตร่เที่ยวเล่นโดยไม่มีประโยชน์อันใด วันล่วงไปๆ ก็จึงทำให้ชีวิตเราเป็นประโยชน์ ความดีที่เราจะต้องสร้างให้เกิดขึ้นแก่ตัวเองด้วยวิธีการอย่างไร ก็เรานั้นแหละจะเป็นผู้ปฏิบัติเอง และให้มีความตั้งใจ คนอื่นใครเล่าจะทำให้เราได้