

สัมมาทิฐิ

เล่ม ๒

โดย

พระอาจารย์ ทูล ชิปุปปญฺโญ

วัดป่าบ้านค้อ ต.เขื่อน้ำ อ.บ้านฝ่อ จ.อุดรธานี

คำปรารภ

สัมมาทิฐิ เล่มนี้ เป็นอุบายวิธีสังเกตความเห็นภายในใจว่า ความเห็นอย่างไรเป็นสัมมาทิฐิที่ถูกต้องชอบธรรม ความเห็นอย่างไรเป็นมิจฉาทิฐิที่ผิดไปจากหลักความเป็นจริง ความเห็นถูกและความเห็นผิดนี้ ต้องมีสติปัญญาที่ดีมีเหตุผลจึงจะรู้ได้ ถ้าสติปัญญาไม่ดีและขาดเหตุผลก็ยากที่จะรู้และเข้าใจตามปกติแล้วคนเราจะไม่รู้ความเห็นผิดของตัวเอง มีแต่ความเข้าใจว่าความเห็นนั้นถูกต้องทั้งหมด ถึงจะมีนักปราชญ์เจ้าทั้งหลายบอกว่า ความเห็นอย่างนี้ผิดก็ตาม แต่ก็ยังไม่ยอมรับในเหตุผลที่บุคคลอื่นชี้แนะมีแต่ความเชื่อมั่นอย่างฝังใจในความเห็นของตัวเองว่าถูกต้องทั้งหมด ถ้าเป็นอย่างนี้ก็ยากที่จะแก้ไข หรือแก้ไขไม่ได้เลยจนตลอดวันตาย อุบายวิธีการพิจารณาในหนังสือเล่มนี้ เป็นอุบายวิธีแก้ความเห็นที่เป็นมิจฉาทิฐิ ความเห็นผิดของใจให้หมดไป

นี่เป็นหลักเริ่มต้นในการวางรากฐานในการภาวนาปฏิบัติ ถ้าวางรากฐานไว้ถูกต้องแล้วอันดับต่อไปจะเจริญสมถภาวนาและเจริญวิปัสสนาภาวนาก็จะถูกต้องทั้งหมด แต่ถ้าวางพื้นฐานความเห็นผิดเอาไว้ในขั้นเริ่มต้น ต่อไปจะเจริญสมถภาวนาและเจริญวิปัสสนาภาวนาก็จะเกิดความผิดพลาดไปทั้งหมดเช่นเดียวกัน แม้ว่าจะเรียนหนังสือธรรมะเล่มเดียวกันหรือฝึกภาวนาปฏิบัติมาจากครูอาจารย์องค์เดียวกันก็ตาม แต่ความเห็นนั้นนี้อาจแตกต่างกันไปได้ เพราะการตีความในหมวดธรรมะนั้นๆ ไปคนละอย่างกันผลของการปฏิบัติภาวนาจึงออกมาคนละอย่างเช่นกัน ฉะนั้นจึงขอให้ผู้ภาวนาปฏิบัติใช้สติปัญญาให้รอบรู้ให้เหตุและผลที่เป็นจริง เพื่อวางรากฐานในขั้นเริ่มต้นให้ถูกต้องชอบธรรมต่อไป

ขอให้คณะผู้จัดพิมพ์หนังสือเล่มนี้ ประสบแต่ความสุขความเจริญในหน้าที่การงาน มีสติปัญญาที่เฉลียวฉลาด ให้เป็นผู้มีดวงตาเห็นธรรมและในชาตินี้ ขอให้เข้ากระแสพระนิพพานเป็นนิตยบุคคลด้วยเทอญ

พระอาจารย์ทูล ชิปุปปญฺโญ)

๑๒ กรกฎาคม ๒๕๓๘

สารบัญ

คำปรารภ

สัมมาทิฐิ

สมาธิเป็นหลักสากล

ภาวนามี ๒ อย่าง

มีความรู้ดี แต่ไม่มีความฉลาดทางปัญญา  
ให้ปฏิบัติในมรรค๘  
ปัญญา ศีลสมาธิ  
ศึกษาประวัติของพระอรหันต์ให้เข้าใจ  
ไตรลักษณ์เป็นหลักประกอบปัญญา  
ใจหลงสมมุติ  
สัญญาเป็นฐานรองรับปัญญา  
ความเข้าใจในคำว่าเป็นปัญญาค้นพื้นฐาน  
อุบายฝึกปัญญา  
ความตายเป็นสิ่งที่แน่นอน  
ปัญญาพิจารณาในเวทนา  
ปัญญาพิจารณาในสัญญา  
ปัญญาพิจารณาในสังขาร  
ปัญญาพิจารณาในสมมุติ  
วิญญานเป็นประธานในขันธห้า  
รักษาใจด้วยสติปัญญา  
ผลของการปฏิบัติเกิดจากปัญญาของตัวเองเท่านั้น  
พิจารณาตามไตรลักษณ์คือหลักวิปัสสนา  
ศีล สมาธิ เป็นอุบายเสริมปัญญา  
การใช้ปัญญาอย่าเอาตามคำรา และอย่าฟังคำรา  
ปัญญาหนุนสมาธิ สมาธิหนุนปัญญา  
นิมิตเป็นอุบายในการใช้ปัญญา  
พุทธโธ : ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน  
ใคร่ครวญก่อนตัดสินใจ  
โง่ฉลาดเหมือนตาบอดคลำช้าง  
วางทิศทางให้ตรงต่อจุดหมาย  
มักคามักคะนองเกิดจากปัญญา  
เหตุผลเป็นตัวตัดสินที่ถูกต้อง  
เหตุไม่เกิดปัญญา  
บทส่งท้าย

## สัมมาทิฐิ

หนังสือสัมมาทิฐิ ที่ท่านกำลังอ่านอยู่ในขณะนี้ เป็นอุบายวิธีที่ผู้ปฏิบัติต้องศึกษาให้เข้าใจ เพราะในยุคนี้สมัยนี้มีผู้สนใจภาวนาปฏิบัติกันมาก ส่วนใหญ่ยังไม่เข้าใจในคำว่า สัมมาทิฐิ ความเห็นชอบเท่าที่ควร อีกทั้งยังไม่เข้าใจว่า มิจฉาทิฐิ ความเห็นผิดเป็นอย่างไร ส่วนใหญ่ผู้ภาวนาปฏิบัติยังไม่เข้าใจในเรื่องนี้เลย ทั้งที่เป็นจุดเริ่มต้นที่สำคัญเป็นอย่างยิ่งแต่ผู้ปฏิบัติมองข้ามไปเสีย หรือเป็นเพราะผู้สอนเป็นต้นเหตุก็ไม่รู้ จะไปที่สำนักไหน ชมรมใดมีแต่ทำสมาธิกันทั้งนั้น ผู้ฝึกก็นั่งหนักในวิธีทำสมาธิ ผู้ภาวนาก็นึกแต่คำบริกรรมทำสมาธิ บางครั้งก็มีความสงบได้บ้าง บางครั้งจิตไม่มีความสงบเอาเสียเลย มีแต่ฟุ้งออกไปภายนอกอยู่ตลอดเวลา บางครั้งก็นั่งสมาธิแบบหลับๆ ตื่นๆ พวกนี้ทำอยู่อย่างนี้โดยไม่มีจุดหมายปลายทาง เมื่อนึกคำบริกรรมทำสมาธิให้จิตมีความสงบได้แล้วก็ไม่รู้จักอุบายวิธีเอาความสงบนั้นๆ ไปใช้ให้เกิดประโยชน์อะไรเลย ส่วนใหญ่ผู้ภาวนาจะไม่เข้าใจเท่าที่ควร การฝึกจิตให้มีความสงบนั้นฝึกได้ แต่เมื่อจิตมีความสงบแล้วไม่นานจิตก็จะถอนออกจากความสงบนั้น มีความสุขกายสุขใจได้ไม่นานก็เกิดความทุกข์ใจได้ ตกลงผู้ทำสมาธิก็รู้เพียงว่าภาวนาให้เกิดความสงบเท่านั้น ความสุขที่เกิดจากความสงบนั้น ตั้งอยู่ไม่นานประเดี๋ยวก็เสื่อมไปใจก็เกิดความเดือดร้อนวุ่นวายขึ้นมา ถึงเวลาที่เข้าที่ภาวนาทำสมาธิให้จิตมีความสงบอีก การทำสมาธิในลักษณะอย่างนี้เปรียบเหมือนพายเรืออยู่ในสระ จะพายกันกี่วันก็คืนที่กววนไปมาอยู่ในที่แห่งเดียว จะหาช่องทางออกไม่ได้เลย จะนั่งบนนอนบนว่าภาวนาไม่ก้าวหน้า ก็สักว่าบนเท่านั้นไม่มีประโยชน์อันใด เพราะการทำสมาธิแต่อย่างเดียวจะให้ผลเป็นลักษณะอย่างนี้เหมือนกันทั้งนั้น

บางคนอาจมีของเล่นเล็กๆ น้อยๆ พอให้ได้เพลิดเพลินลิ้มตัวไปเป็นวันๆ ก็เป็นได้ เช่น เกิดนิมิตขึ้นบางครั้งบางคราว ก็จะเกิดความเข้าใจว่า ผลของการภาวนาปฏิบัติได้เกิดขึ้นกับเราแล้ว อย่างนี้ก็เป็นที่พอใจต่อไปก็จะกลายเป็น มิจฉาทิฐิ ความเห็นผิดไป เกิดอยากรู้ในสิ่งนั้นอยากรู้ในสิ่งนี้ อยากเห็นนรก อยากเห็นสวรรค์ อยากเห็นวิญญูณ ของผู้ที่ตายไป ว่ามีความสุขอย่างไรมีความสุขทุกข์อย่างไร อยากมีตาทิพย์ หูทิพย์ อยากรู้วาระจิตของคนอื่นว่า เขาคิดเรื่องอะไร บางคนอยากมีฤทธิ์มีเดชเพื่อแสดงอภินิหาร บางคนอยากได้กำลังภายในเพื่อรักษาคนเจ็บไข้ได้ป่วย ความอยากให้เกิดขึ้นอย่างนี้เป็น มิจฉาทิฐิ คือ ความเห็นผิด เป็นบ่อเกิดแห่งโมหะจิตที่จะให้เกิดความหลงขึ้นที่ใจ เมื่อผู้ทำสมาธิ ประสงค์จะให้เกิดอย่างนี้ จะมีแต่กิเลสสังขารหลอกใจตลอดไป ก็จะกลายเป็นความเห็นผิดไปเรื่อยๆ นี่ก็ผู้ภาวนาที่ไม่รู้แนวทางที่ถูกต้อง ในเมื่อความเห็นยังเป็นมิจฉาทิฐิอยู่อย่างนี้แล้วเมื่อทำสมาธิ กำลังของสมาธิ ก็จะมาบวกกันกับมิจฉาทิฐิ ก็จะกลายเป็น มิจฉาสมาธิ ความตั้งใจผิด ความเห็นผิดขึ้นที่ใจ นิมิตต่างๆ ที่เกิดขึ้นจากสมาธิ ก็จะเป็นสังขารหลอกจิตให้เกิดความเข้าใจผิดใจก็จะเกิดความเห็นผิดมากขึ้น นี่ก็คือผลของการภาวนาปฏิบัติที่ผิดทาง ถ้าผิดน้อยก็พอแก้ไขกันได้ ถ้าผิดมากไปจะแก้ไขไม่ได้เลย เพราะผู้นั้นจะมีความเชื่อมั่นในตัวเองสูงมาก จะเกิดเป็นทิฐิมานะ ถือว่าเรามีความพอดัวไม่ยอมที่จะก้มหัวให้ใคร นี่คือนิสัยของผู้ภาวนาที่ถืออัตตาธิปไตย ถือเอาความรู้ความเห็นของตนเป็นใหญ่อย่างฝังใจทีเดียว

## สมาธิเป็นหลักสากล

การทำสมาธินั้นเป็นหลักสากลทั่วไป ไม่จำกัดชาติศาสนาใดๆ หรือผู้ที่ไม่นับถือศาสนาอะไร ก็สามารถฝึกใจให้มีความสงบเป็นสมาธิได้ กำลังใจที่เกิดขึ้นจากความสงบนั้น จะมีลักษณะพิเศษแตกต่างไปจากจิตธรรมดา จะแตกต่างกันอย่างไร จะรู้ได้เฉพาะผู้ที่ทำสมาธิมีจิตที่สงบเท่านั้น จึงเรียกว่า ปัจจัตตัง รู้ได้เฉพาะตัว กำลังใจที่เกิดขึ้นจากสมาธินี้จะนำไปใช้ในทางไหนก็ได้ เอาไปใช้ในทางโลกก็ได้ เอาไปใช้ในทางธรรมก็ได้ จะเป็นโทษเป็นคุณอย่างไรนั้น ขึ้นอยู่กับองค์ประกอบ ถ้าเอาไปใช้ประกอบกับมิจฉาวิชาที่เป็นกำลังให้แก่มิจฉาวิชาไป ถ้าใจมีความเห็นผิดอย่างใด กำลังใจที่เกิดจากสมาธิก็จะไปหนุนในความเห็นผิดนั้นๆ ไป ฉะนั้นความสงบของสมาธิจึงมีทั้งคุณและโทษ เป็นได้ทั้งคิดและถูก ผู้ภาวนาทำสมาธิควรสังวรให้ดี มิใช่ว่าจิตมีความสงบเป็นสมาธิแล้วจะดีไปเสียทั้งหมด เพราะกำลังใจที่เกิดขึ้นจากสมาธินั้นเป็นดาบสองคม การน้อมไปใช้ในทางใดนั้นต้องศึกษาให้ดี การทำสมาธิก็เป็นอุบายหนึ่งในหลักภาวนา การนึ้กคำบริกรรมทำสมาธินั้น จะนึ้กคำบริกรรมใดก็ได้ คำบริกรรมนั้นเป็นเพียงนิมิตหมายให้แก่สติเท่านั้น เป็นอุบายให้จิตได้อยู่กับที่ ให้จิตได้เกาะติดอยู่กับคำบริกรรม ให้สติได้ระลึกรู้อยู่กับคำบริกรรมนั้นๆ เรียกว่าสติสัมปชัญญะ มีความระลึกรู้ได้และรู้ตัวเองอยู่เสมอว่า ขณะนี้เราทำอะไรอยู่ระลึกรู้ในสิ่งใดคำบริกรรมใด ก็ให้ใส่ใจในคำบริกรรมนั้นๆ อย่าให้ผลอ ถ้าผลอไปก็ให้ตั้งหลักใหม่กำหนดรู้อยู่ในคำบริกรรมอีกต่อไป มีความใส่ใจอยู่บ่อยๆ จนเกิดความเคยชิน ฝึกใจให้อยู่ในปัจจุบันอยู่เสมอ เป็นอุบายวิธีฝึกห้ามความคิดของตัวเอง ถ้านึ้กคำบริกรรมตามปกติอยู่แต่ใจยังชอบคิดจะแก้อย่างไร ก็ให้นึ้กคำบริกรรมเร็วๆ นึ้กต่อเนื่องกันไวๆ ไม่มีมีช่องว่างที่จะคิดอะไรได้ นี่ก็เป็นอุบายห้ามความคิดได้เช่นกัน

ผู้ปฏิบัติทั้งหลายอย่าให้คำบริกรรมพาให้เกิดทิฐิมานะ เอาคำบริกรรมไปโจมตีกันจนเกิดความแตกแยกกัน แบ่งเป็นสายนั้นบ้าง สายนี้บ้างตั้งรู้กันอยู่ในปัจจุบัน สายนั้นคิดสายนั้นถูก สายนั้นโง่ง สายนั้นตรง การพูดออกมาอย่างนี้มีแต่จะก่อให้เกิดความขัดแย้งกันไม่มีผลดีเลย เหมือนกับหลายคนเข้าร้านอาหารเดียวกัน ใครชอบอาหารอย่างไรก็ให้สั่งตามชอบใจ อาหารแต่ละชนิดมีคุณมีประโยชน์ด้วยกันทั้งนั้น เพราะธาตุชั้นแรกของคนชอบอาหารไม่เหมือนกันแต่ถ้าคนใดพูดว่าอาหารของผู้อื่นไม่ดีไม่มีคุณค่าเหมือนอาหารเรา การพูดออกมาได้เช่นนี้จะว่าคนบ้าหรือคนดีให้พิจารณาดูก็แล้วกัน นี่ฉันใด การนึ้กคำบริกรรมอะไรก็ตาม ถ้าจิตมีความสงบได้ คำบริกรรมนั้นดี แต่ถ้าใจไม่สงบ จะนึ้กคำบริกรรมอะไรก็ไม่ดี คำบริกรรมจะดีหรือไม่ดี ขึ้นอยู่กับสติและความตั้งใจอันแฝงอยู่ในความฉลาดเฉพาะตัว ถ้ามีความฉลาดอยู่ในตัวแล้ว คำบริกรรมอะไรก็ดีทั้งนั้น เหมือนกับธาตุชั้นที่เป็นปกติ จะรับประทานอาหารประเภทใดก็อร่อยไปเสียทั้งหมด จะรับประทานในที่ไหนไม่สำคัญ ขอให้ธาตุชั้นปกติก็แล้วกัน นี่ฉันใดการทำสมาธิจะมีคำบริกรรมอะไรก็ได้ ขออย่าให้ใจคิดเร่ร้อนปนจรไปตามกระแสโลกจนลืมตัว การฝึกสมาธิต้องฝึกนิสัยตัวเองให้เป็นผู้เรียบง่าย มีนิสัยที่

นี้ถึงเหตุการณืต่างๆ ที่มาสัมผัส อย่างเป็นคนเจ้าอารมณ์ที่ตลกค้ำง สิ่งใดมาสัมผัสก็อย่าไปคิดใจ สิ่งใดที่ผ่านไปแล้ว หรือสิ่งที่ยังมาไม่ถึงก็อย่าไปคำนึงการณื เพราะอุบายการทำสมาธิ มีความแตกต่างกันกับอุบายในการใช้ปัญญา อุบายการทำสมาธิเป็นวิธีห้ามความคิด ส่วนอุบายในการใช้ปัญญาเป็นวิธีใช้ความคิด ทั้งสองอุบายนี้มีความแตกต่างกันอย่างไร ท่านจะศึกษาได้จากหนังสือเล่มนี้

## ภาวนามี ๒ อย่าง

การทำสมาธิมีอุบายให้จิตเกิดความสงบได้หลายวิธี ในครั้งพุทธกาลกำหนดไว้ถึง ๔๐ วิธี จะเป็นวิธีใดก็ตาม อุบายใดก็ตาม จะต้องมืสติกำกับอยู่ในคำบริกรรมนั้นๆ ทั้งหมด และสติก็ยังเป็นองค์ประกอบให้แก่ปัญญาที่เรียกว่า สติปัญญา ถ้าทำสมาธิที่เรียกว่า สติสมาธิ ในยุคนี้สมัยนี้ส่วนใหญ่จะเข้าใจในวิธีทำสมาธิกันเท่านั้น ส่วนสติปัญญาผู้ภาวนายังไม่เข้าใจเท่าที่ควรและยังเข้าใจไปว่าปัญญาเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นจากสมาธิ ถ้าจิตไม่สงบเป็นสมาธิปัญญาก็ไม่เกิดขึ้น ผู้ภาวนาจึงไม่สนใจในการใช้ปัญญา การภาวนานั้นแบ่งออกเป็น ๒ อย่าง ได้แก่ สมถภาวนาและวิปัสสนาภาวนา หรือผู้ปฏิบัติจะเข้าใจในสมถภาวนาเท่านั้น เพราะสอนกันเป็นประจำ ถ้าพูดเรื่องภาวนาแล้วนักปฏิบัติมักจะนึกถึงคำบริกรรมทำสมาธิในทันที ที่ข้าพเจ้าเคยได้สัมผัสสอบถามผู้ที่ภาวนาเป็นจำนวนมาก ไม่ว่าภายในประเทศหรือต่างประเทศ ทุกคนจะพูดเป็นเสียงเดียวกันว่า การภาวนาต้องนึกคำบริกรรมทำสมาธิให้จิตมีความสงบเท่านั้น หรือปัญหาที่ถามมากก็เป็นเรื่องของจิตมีความสงบและไม่สงบเหมือนกัน เมื่อจิตสงบแล้วก็เกิดเป็นในลักษณะอย่างนั้นเกิดในลักษณะอย่างนี้ เหมือนกันบ้างไม่เหมือนกันบ้าง จิตเป็นอย่างนี้หมายถึงอะไร ไปในทำนองนี้ บางคนก็บ่นว่าภาวนาแล้วจิตไม่นิ่งเลย มีแต่คิดเรื่องนั้น คิดเรื่องนี้อยู่ตลอดเวลา จะมีอุบายไม่ให้คิดในขณะที่ทำสมาธิได้อย่างไร จึงได้เข้าใจได้ว่า ในยุคนี้ผู้ภาวนาจะรู้จักแต่การทำสมาธิให้จิตมีความสงบเพียงอย่างเดียว แม้แต่ผู้สอนก็เน้นหนักในวิธีทำสมาธิ เพื่อให้จิตมีความสงบเท่านั้น ส่วนหลักปัญญาภาวนานั้นสอนกันเพียงเบาบาง จึงทำให้ผู้ภาวนาไม่เข้าใจ จึงไม่ให้ความสำคัญในการใช้ปัญญาแต่อย่างใด ความเข้าใจของผู้สอนและผู้ปฏิบัติในยุคนี้คือสอนการทำสมาธิเพื่อให้จิตมีความสงบเท่านั้น

ส่วนวิปัสสนาภาวนานั้น เป็นเพียงเอามาประดับในคำพูด ศึกษาจากตำราอย่างไร มีหลักการปฏิบัติอย่างไรก็พูดไปตามหลักการนั้นๆ ผู้รับฟังก็รู้ตามหลักการเช่นกัน ครูอาจารย์สอนมาอย่างไรก็รู้ไปตามนั้นและเข้าใจไปตามนั้น เมื่อใช้ปัญญาพิจารณาในหมวดธรรมต่างๆ ก็พิจารณาไปตามหลักการที่รู้มาหรืออ่านตามตำรา รู้จากครูอาจารย์มาอย่างไร ก็ใช้ปัญญาพิจารณาไปตามนั้น ไม่ให้ผิดจากตำราไปได้แม้แต่ประโยคเดียว การใช้ปัญญาพิจารณาด้วยวิธีนี้ก็มีความเข้าใจในตัวเองว่าเราได้เจริญวิปัสสนาที่ถูกต้องแล้ว จะพิจารณาในธาตุสี่ชั้นห้า ในอายตนะภายใน อายตนะภายนอก ให้เป็นไปในไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ก็ถูกต้องตามตำราทั้งหมด หรือพิจารณาในเรื่อง อสุภะ ความสกปรกโสโครกของร่างกายทุกส่วนก็เป็นไปตามตำราที่ว่าเอาไว้ ความเข้าใจในลักษณะนี้มีความมั่นใจว่าเราได้เจริญวิปัสสนาถูกต้องแล้ว ถ้าจะถามข้าพเจ้าว่า การ

ใช้ปัญญาพิจารณาตามตำราที่ว่ามานี้ เป็นการเจริญวิปัสสนาแล้วหรือยัง ขอตอบอย่างสวยงามว่า เป็นวิปัสสนาได้ แต่เป็นวิปัสสนาในภาคปริยัติเท่านั้น ส่วนการเจริญวิปัสสนาในภาคปฏิบัตินั้น ยังไม่เข้าขั้นแต่อย่างใด เพราะการเจริญวิปัสสนานั้น ไม่จำเป็นจะให้ถูกต้องตามตำราทั้งหมด มันเป็นอุบายเฉพาะตัว มีปฏิภาณ ไหวพริบในการครุ่นคิดด้วยเหตุผลเฉพาะตัว ถึงจะไม่ถูกต้องตามสำนวนในตำราที่ว่าเอาไว้ ก็เข้าใจถูกต้องในความหมายที่เป็นเรื่องเดียวกัน เช่น ตำราว่า เสวย แต่เราว่า รับประทานหรือกิน ก็ความหมายอย่างเดียวกัน หรือ อาหารหวานคาว สูตรในตำราทำอย่างนี้ แต่สูตรของเราทำอย่างนี้ แต่ก็ออกมาเป็นอาหารหวานคาวได้เช่นกัน นี่ฉันใด ถึงประโยคข้อความสำนวนไม่ตรงตามตำรา แต่ให้เป็นความหมายอย่างเดียวกัน นั่นจึงเป็นปัญญาเฉพาะตัว ดังคำว่า การภาวนาอย่าทิ้งตำราและอย่าเอาตามตำรา ให้พิจารณาถูกแล้วกัน

ในหลักการเดิมที่พระพุทธเจ้าได้วางแนวทางเอาไว้ชัดเจนมาก คำว่า สมถะ เป็นอุบายทำให้จิตมีความสงบ วิปัสสนา หมายถึง การใช้ปัญญาพิจารณาให้รู้เห็นตามหลักสัจธรรมที่เป็นจริง ให้สังเกตดูความหมายในกรรมฐานทั้งสองอย่างว่า มีความแตกต่างกัน ถ้าพูดตามภาษาง่ายๆ ให้รู้กันชัดๆ จะมีความหมายที่แตกต่างกันว่า สมถะเป็นอุบายวิธีฝึกการห้ามความคิดทุกประเภท จะคิดเรื่องอดีตคิดเรื่องอนาคต ให้ตัดขาดไปเสียทั้งหมด วิปัสสนา หมายถึง การฝึกใช้ความคิด ให้ฝึกคิดในเรื่องความเป็นจริง ให้คิดอยู่ในขอบข่ายของไตรลักษณ์ แต่ยุคนี้มีผู้สอนภาวนาปฏิบัติในวิธีห้ามความคิดทั้งหมด ถ้าไปคิดก็แสดงว่าเกิดความฟุ้งซ่าน นั่นคือผู้สอนยังไม่รู้ไม่เข้าใจในคำว่าวิปัสสนาว่าฝึกอย่างไร คำว่าวิปัสสนา ก็เป็นฐานความมั่นคงตั้งมั่นของใจ จึงว่า วิปัสสนากรรมฐาน ถ้าฐานของความเห็นไม่ตั้งมั่นพอ ก็จะเกิดความเห็นผิดความเข้าใจผิดต่อหลักความเป็นจริงได้ ถ้ารู้เห็นสิ่งใดมีความชัดเจนแจ่มแจ้งตามไตรลักษณ์ ความรู้เห็นนั้นจะเป็นสัมมาทิฐิ มีความเห็นที่ถูกต้องชอบธรรม จะเกิดความเชื่อมั่นว่า สิ่งนี้เป็นอย่างนี้จริงๆ ถ้าสิ่งที่ไม่เที่ยงก็มีความเห็นชอบว่าเป็นสิ่งที่ไม่เที่ยงจริงๆ ถ้าสิ่งที่เป็นทุกข์ก็รู้เห็นชอบว่าสิ่งนี้เป็นทุกข์จริงๆ ถ้าสิ่งที่เป็นอนัตตาก็มีปัญญา ความเห็นชอบว่า สิ่งนี้ไม่มีอัตตาตัวตนเราเขา เป็นธรรมชาติจะต้องสูญเปล่าจากคำว่าสัตว์และบุคคลไป ฉะนั้น การฝึกปัญญาหรือการเจริญวิปัสสนา มีความหมายอย่างเดียวกัน นั่นคือฝึกใจให้เกิดความรู้เห็นให้เป็นไปตามหลักความจริง นี่เป็นจุดเด่นของหลักการภาวนาปฏิบัติ การฝึกปัญญาให้เกิดความฉลาดรอบรู้นั้น ก็เพื่อจะนำปัญญานั้นมาอบรมใจ สอนใจอีกชั้นตอนหนึ่ง ถึงปัญญาจะมีมาก ถ้าไม่มีความฉลาดที่จะนำมาสอนใจได้ ปัญญานั้นแทบไม่มีความหมายในทางธรรมแต่อย่างใด เพราะไม่ได้นำมาสอนใจตัวเองให้เกิดความรู้แจ้งเห็นจริงในสัจธรรมได้

มีความรู้ดี

แต่ไม่มีความฉลาดทางปัญญา

คนมีปัญญามาก มีความรู้มาก จะนับว่าเป็นนักปราชญ์ผู้ฉลาดในธรรมทีเดียวยังไม่ได้ เหมือนกับคนที่มีเงินทองเป็นจำนวนมาก แต่ไม่มีปัญญาความฉลาดที่จะบริหารทรัพย์สมบัตินั้น

เพื่อสร้างประโยชน์ให้แก่ตัวเองและสังคม ก็นับว่าเป็นคนจนด้วยหัวใจ ไม่มีการเสียสละให้เกิดประโยชน์แก่ตนและสาธารณกุศลส่วนรวม ถึงจะมีสมบัติมากก็ไม่มีความหมายอะไร นี่ฉันใด ผู้ที่มีความรู้มาก มีปัญญามาก แต่ขาดความฉลาดที่จะนำความรู้นั้นมาสอนตัวเองได้ เป็นที่น่าเสียดายที่ทำตัวเป็นผู้ประมาท ดังคำว่า ความรู้ท่วมหัวเอาตัวไม่รอด รู้อะไรไม่สู้รู้วิชา รู้เอาตัวรอดเป็นยอดรู้ทั้งหลาย ความรู้นี้มิใช่จะทำให้สมาธิให้จิตสงบแล้วเกิดขึ้นเองได้ เป็นความรู้ที่เกิดขึ้นจากการนึกคิดใคร่ครวญด้วยเหตุและผล อันพร้อมด้วยความฉลาดรอบรู้ตามความเป็นจริงในสังขารมโนยุคนี้ไม่ค่อยมีผู้ฝึกปัญญาในทางธรรมเท่าที่ควร ส่วนมากจะฝึกปัญญาแนวความคิดต่างๆ ไปตามกระแสโลก ใช้ความนึกคิดไปตามกิเลสตัณหา การคิดให้เกิดเป็นปัญญาในทางธรรมนั้นไม่เข้าใจ อย่างมากก็พิจารณาไปตามหลักปริยัติเท่านั้น หรือทำสมาธิแล้วแทนที่จะฝึกการเจริญปัญญาต่อไป แต่ไม่เป็นเช่นนั้น หลังจากทำสมาธิแล้วก็มาอ่านตำราที่ครูอาจารย์ท่านเขียนเอาไว้ หรือฟังเทศของครูอาจารย์องค์นั้นองค์นี้ไปไม่ได้ใช้ปัญญาพิจารณาเป็นของตัวเองเลย เป็นเพียงมีความรู้จากผู้อื่นอธิบายให้ฟัง ไม่ได้เป็นความรู้ที่เกิดจากปัญญาของตัวเองแต่อย่างใด จึงเป็นเพียงความรู้ตามภาคทฤษฎีไป ความรู้ลักษณะนี้ ถ้าไม่มีความฉลาดเป็นของตัวเอง อาจจะเอาความรู้นี้ไปปิดช่องทางปัญญา ระดับสูงได้ เพราะเข้าใจในหลักธรรมะไปเสียหมด นี้เรียกว่า รู้ก่อนเห็น ถ้าเป็นอย่างนี้ก็จะฝึกปัญญาให้เกิดขึ้นได้ ธรรมหมวดไหนก็รู้ไปเสียทั้งหมด ธรรมะขั้นต่ำ ธรรมะขั้นกลาง ธรรมะขั้นสูงก็รู้แล้ว จะฝึกปัญญาให้เกิดขึ้นจากความรู้ที่ฝึกได้ยากมากทีเดียว อย่างมากก็ฝึกได้แค่ปัญญาในสติปัญญาภาคปริยัติเท่านั้น

### ให้ปฏิบัติในมรรค ๘

ปริยัติเป็นจุดเริ่มต้นของการปฏิบัติ ถ้าไม่ศึกษาในทางปริยัติเอาไว้จะไม่เข้าใจในการปฏิบัติเลย พระพุทธเจ้าได้เรียบเรียงไว้แล้วเป็นอย่างดี มีปริยัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ คำว่า ปริยัตินั้น กว้างขวางมาก จึงยากที่บุคคลจะศึกษาให้จบได้ หรือศึกษามาแล้วก็ยากที่จะเลือกเฟ้นธรรมนั้นๆ มาปฏิบัติให้ถูกกับนิสัยตัวเอง ปริยัติที่ได้ศึกษาตามตำรานั้นมีหลายขั้นตอน มีทั้งธรรมะขั้นต่ำ ธรรมะขั้นกลาง และธรรมะขั้นสูง การศึกษาธรรมะไปตามตำราทุกคนมีสิทธิ์ที่จะศึกษาได้ แต่เมื่อศึกษามาแล้วจะนำมาปฏิบัติเป็นเรื่องยากที่จะนำมาปฏิบัติได้ เพราะไม่เข้าใจว่าจะเริ่มอย่างไร ถ้าเข้าใจในมรรค ๘ แล้วการเริ่มต้นในการปฏิบัติก็ง่ายขึ้น เพราะขั้นตอนการปฏิบัติที่พระพุทธเจ้าได้เรียบเรียงเอาไว้แล้ว ถ้าปฏิบัติไม่ถูกต้องตามขั้นตอน เป็นเรื่องยากที่จะเป็นไปได้หรือเป็นไปได้เลย ฉะนั้น มรรค ๘ จึงเป็นหลักที่สำคัญในการปฏิบัติ ต้องศึกษาให้เข้าใจตีความหมายให้ถูกต้อง ให้ปฏิบัติเป็นไปตามหลักเดิมที่พระพุทธเจ้าได้วางแนวทางเอาไว้แล้ว ถ้าไม่ปฏิบัติให้เป็นไปตามนี้จะเกิดความสับสน จับต้นชนปลายไม่ถูก ไม่รู้ธรรมหมวดใดควรนำมาปฏิบัติก่อนและไม่รู้ธรรมหมวดใดควรนำมาปฏิบัติทีหลัง เห็นว่าเป็นธรรมก็นำมาปฏิบัติทำให้สับสนกันไปหมด เหมือนกับผู้ไม่รู้

หลักสูตร ในการเรียนหนังสือ เช่น นักธรรมตรีในชั้นนี้มีหนังสืออะไรบ้างที่จะต้องนำมาศึกษา ต้องเรียนเฉพาะนักธรรมชั้นตรีเท่านั้น เมื่อมีปัญหาออกมาก็จะตอบถูกต้องตรงประเด็น

นี่ฉันใด การภาวนาปฏิบัติ ถ้ารู้จักขั้นตอนในการปฏิบัติแล้ว ปัญหาที่จะก่อให้เกิดความสับสน ในการปฏิบัตินั้นจะหมดไป เพราะมีความเข้าใจในหลักปฏิบัติที่ถูกต้องแล้ว หลักปฏิบัติที่ถูกต้องนั้นก็ต้องศึกษาจากครูอาจารย์ผู้ที่ท่านมีความชำนาญและถูกต้องตามขั้นตอนที่ตรงต่อมรรคผลนิพพานการปฏิบัติก็จะก้าวหน้าไปด้วยดี การปฏิบัติต้องมีหลักการที่ดี มีครูอาจารย์เป็นผู้ชี้แนะแนวทางที่ตรงต่อมรรคผล เช่น ปรีชาเป็นคู่กันกับสุตมยปัญญา ปฏิบัติเป็นคู่กันกับจินตามยปัญญา ปฏิเสธเป็นคู่กันกับภาวนามยปัญญา ส่วนปฏิเวธกับภาวนามยปัญญานั้นเป็นธรรมะขั้นสูง และเป็นธรรมะขั้นละเอียด เหมือนเด็กกำลังศึกษาอยู่ในชั้นอนุบาลจะไม่เข้าใจในชุดวิชาเรียน ในหลักสูตร การศึกษาของระดับปริญญาเอกได้ เพราะสติปัญญาและความสามารถยังไม่พอจะไม่เข้าใจในวิชา ระดับสูงนี้เลย นี่ฉันใด ปฏิเวธและภาวนามยปัญญานั้นเป็นอุบายธรรมะระดับสูงเกินสติปัญญาของผู้เริ่มต้นการปฏิบัติ เพราะยังไม่มีความฉลาดรอบรู้ทางสติปัญญา ถ้ายังไม่เข้าใจในหมวดธรรมชั้นเริ่มต้น ก็จะไม่เข้าใจในขั้นตอนของธรรมะขั้นสูงได้เลย ปฏิเวธและภาวนามยปัญญาจะไม่เกิดขึ้นแต่อย่างใด ฉะนั้น การภาวนาปฏิบัติต้องเริ่มต้นจากสัมมาทิฐิปัญญาความเห็นชอบ สัมมาสังกัปปไปใช้ปัญญาพิจารณาไตรตรองตามหลักความเป็นจริง ให้ถูกต้องตามมรรค ๘ ที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสเอาไว้แล้ว ถ้าย่นย่อในมรรค ๘ เรียบเรียงลำดับตามหลักเดิม จะออกมาเป็น ปัญญา ศีล สมาธิ พระพุทธเจ้าจึงให้ความสำคัญในหลักปัญญาเป็นอย่างมาก ถ้าปัญญาขั้นพื้นฐานไม่มี จะไม่รู้วิธีการปฏิบัติแต่อย่างใด ฉะนั้น สุตมยปัญญาและจินตามยปัญญา จึงเป็นจุดเริ่มต้นที่สำคัญ ถึงในยุคนี้ จะเรียบเรียงให้เป็น ศีล สมาธิ ปัญญา ก็ตาม ในภาคปฏิบัติแล้วก็ต้องเข้าใจว่า ศีล สมาธิ เป็นปรีชา ก็ต้องเอาปัญญาในขั้นสุตมยปัญญาและจินตามยปัญญา มาศึกษาเรื่องศีลเรื่องสมาธิอยู่นั่นเอง ถ้าไม่เอาปัญญามาศึกษาเรื่องศีล เรื่องสมาธิ จะรักษาศีลทำสมาธิไม่ถูกต้องตามแนวทางที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสเอาไว้ได้เลย ฉะนั้น ศีล สมาธิ ต้องมีปัญญาเป็นองค์ประกอบในการรักษาศีลและปัญญารอบรู้ในวิธีทำสมาธิต่อไปเรียกว่า ปัญญารอบรู้ในศีล ปัญญารอบรู้ในวิธีทำสมาธินั่นเอง

การรักษาศีลแต่ละหมวดหมู่ ต้องรู้จักศีลของตนว่าจะรักษาศีลหมวดใด ถ้าเป็นฆราวาส จะต้องรักษาศีล ๕ และศีล ๘ ตามความสามารถของตน ถ้าเป็นสามเณรจะต้องรักษาศีล ๑๐ ถ้าเป็นพระจะต้องรักษาศีล ๒๒๗ ที่เรียกว่าศีลในพระปาฏิโมกข์จะรักษาศีลหมวดใดก็ต้องใช้ปัญญา ระดับขั้นพื้นฐานนี้มาศึกษาศีลให้เข้าใจ รู้วิธีการรักษาศีลให้ถูกต้องว่าศีลแต่ละข้อจะรักษาให้มีความสมบูรณ์และบริสุทธิ์ได้อย่างไร มิใช่พูดว่าให้พากันรักษาศีลหมวดนั้น หมวดนี้ไป ดังในพิธีกรรมที่เกี่ยวกับพระ ก็ต้องมีพิธีไหว้พระรับศีลตามพุทธประเพณีที่ทำกันอยู่ในปัจจุบัน นั่นเป็นพิธีรับศีล ถ้าจะรักษาศีลก็ต้องศึกษาเรื่องของศีลให้เข้าใจ เพราะอุบายวิธีการรักษาศีลแต่ละข้อนั้น มีอุบายในการรักษาแตกต่างกัน ฉะนั้น ต้องใช้ปัญญารักษาศีลทุกขั้นตอน ฆราวาสก็ต้องมีปัญญา



รักษาศีลของฆราวาส พระเณรก็ต้องมีปัญญารักษาศีลของตัวเองเช่นกัน ไม่เช่นนั้นศีลจะขาดตกบกพร่องเศร้าหมองไปโดยไม่รู้ตัว ถ้ามีปัญญารักษาศีลอยู่ความบริสุทธิ์ในศีลจะมีอยู่ที่กาย วาจา ใจของเราตลอดไป ศีลทั้งหมดเป็นปริยัติ จะต้องใช้ปัญญาในการศึกษาให้เข้าใจ นี่ก็เป็น สัมมาทิฐิ ปัญญาความเห็นชอบในการรักษาศีลในระดับหนึ่ง จะรักษาศีลได้อย่างหยาบ รักษาศีลได้อย่างกลาง รักษาศีลได้ขั้นละเอียดอย่างไรนั้น ก็ขึ้นอยู่กับสติปัญญาของแต่ละบุคคล วิธีการรักษาศีลอย่างไรนั้นได้อธิบายไว้แล้ว ในหนังสือสัมมาทิฐิเล่ม ๑ ในเล่มนี้จะไม่อธิบายซ้ำอีก เพราะจะเป็นหนังสือเล่มใหญ่เกินไป

### ปัญญา ศีลสมาธิ

หลักการที่ครูอาจารย์สอนในวิถีภาวนานั้นมีมาก แต่ละท่านก็มีเจตนาดีต่อผู้ปฏิบัติทั้งนั้น เราเป็นผู้รับอุบายวิถีภาวนาจากครูอาจารย์มา ก็ต้องใช้ปัญญาพิจารณาดูก่อนว่า อุบายวิธีนี้ถูกต้องกับจริตินิสัยเราไหม อุบายใดไม่ถูกต้องกับจริตินิสัยเราก็อ่าเอามาใส่ใจ อุบายใดที่เหมาะสมตรงกันกับจริตของเรา ก็เอามาปฏิบัติต่อไป อุบายในการสอนของแต่ละท่านมีหลักใหญ่อยู่ ๒ ประการ ดังได้กล่าวมาแล้ว คือ ธรรมเนียมสองอย่าง ได้แก่ สมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐาน ส่วนใหญ่ในยุคนี้จะสอนหนักไปในวิธีทำสมาธิ ดังมีการสอนกันในที่ทั่วไป บางแห่งก็สอนในวิธีทำสมาธิล้วนๆ โดยไม่มีอุบายปัญญาแฝงอยู่ในสมาธินั้นเลย บางแห่งก็สอนวิธีทำสมาธิเช่นกัน แต่ก็ยังมีอุบายปัญญาแฝงอยู่ในสมาธินั้นๆ เช่นสอนว่า ให้ทำสมาธิไปก่อน เมื่อจิตมีความสงบแล้วจึงใช้ปัญญาพิจารณาทีหลัง ท่านมีเหตุผลว่า ถ้าจิตไม่มีกำลังจากการทำสมาธิจะพิจารณาด้วยปัญญาไม่ได้ นี่เรียกว่าสอนอุบายวิถีภาวนาอย่างผูกขาดตายตัว เป็นในลักษณะว่าจะใช้ปัญญาพิจารณาในสังขารแต่ละครั้ง จะต้องทำสมาธิให้จิตมีความสงบก่อนจึงจะใช้ปัญญาพิจารณาอะไรได้ สมมุติว่าถ้าวันไหน เดือนไหน ปีไหน จิตไม่สงบเป็นสมาธิ ก็ใช้สติปัญญาพิจารณาธรรมอะไรไม่ได้เลย การสอนในลักษณะนี้ก็ยังคงคิดว่าวิธีสอนให้ทำสมาธิล้วนๆ โดยไม่มีอุบายปัญญาแฝงอยู่บ้างเลย อย่างไรก็ตามการสอนในวิธีทำสมาธิก่อนปัญญานั้นก็ใช้ได้ แต่จะมีที่คนที่ทำสมาธิให้จิตสงบได้แล้วต่อยด้วยปัญญา ปัญญาที่จะนำมาต่อท้ายสมาธินั้นเอามาจากไหน เราเตรียมไว้แล้วหรือยังว่าปัญญาเป็นอย่างไร ถ้าเราไม่ได้เตรียมปัญญาเอาไว้ ถึงจิตมีความสงบเป็นสมาธิอยู่ก็ตาม ก็ไม่มีปัญญาพิจารณาต่อจากสมาธิอยู่นั่นเอง ผู้สอนในวิธีนี้ชอบพูดว่า ทำสมาธิไปเถอะ เมื่อจิตมีความสงบแล้วปัญญาจะเกิดขึ้นเอง แล้วเอาปัญญานั้นเจริญวิปัสสนาต่อไป การสอนด้วยวิธีนี้ ก็จะเข้าลักษณะว่า บอดจวบอดไปไม่รอด เพราะบอดจวบกัน

### ศึกษาประวัติของพระอริยเจ้าให้เข้าใจ

ถ้าผู้สอน ผู้ปฏิบัติภาวนา ได้ศึกษาประวัติของพระอริยเจ้าในสมัยครั้งพุทธกาลแล้ว จะรู้ทันทีว่าท่านเหล่านั้นบรรลุนิพพานเป็นพระอริยเจ้าด้วยอุบายธรรมอย่างไร แนวทางการบรรลุนิพพานนั้นเหมือนกับเราสอนและปฏิบัติอยู่นี้หรือไม่ ถ้าไม่เป็นไปตามหลักเดิม ที่พระพุทธเจ้าและพระอริยเจ้าสอนเอาไว้ จึงยากที่จะเป็นไปได้ หรือเป็นไปได้ในมรรคผลไม่ได้เลย ฉะนั้น จึงศึกษาประวัติของ

พระอรียเจ้าให้เข้าใจ ในจุดเริ่มต้นท่านเหล่านั้นก็เป็นปुरुชนธรรมดาทั่วไป เมื่อท่านเหล่านั้นได้ไปพบพระพุทธเจ้าและพระอรียเจ้าแล้วก็ต้องได้รับฟังธรรมอันเป็นความจริง ในสิ่งที่เข้าใจมาก่อนว่าเป็นเราและเป็นของของเรา ก็มีความเข้าใจตรงกันข้ามทั้งหมด มีเหตุผลเชื่อถือได้ว่าไม่มีธาตุชั้นใดส่วนใดเป็นอิตตาตัวตนแต่อย่างใด ธาตุชั้นทุกส่วนจะเป็นไปตามความจริง คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ปัญญาที่รู้เห็นไปตามความจริงเหล่านี้ เป็นปัญญาที่มีอยู่ในตัวเองมาก่อนทั้งนั้น มีเหตุผลประกอบในการตัดสินใจได้อย่างถูกต้อง และมีพยานหลักฐานยืนยันได้ว่าสิ่งนี้ย่อมเป็นอย่างนี้จริงๆ เมื่อเกิดมาแล้วต้องแก่ ก็มีพยานหลักฐานว่า ทุกคนย่อมแก่ด้วยกัน การเจ็บไข้ได้ป่วยก็เห็นกันในที่ทั่วไป เมื่อเขาแก่ได้เราก็ต้องแก่เหมือนเขา เมื่อเจ็บป่วยได้เราก็จะต้องเจ็บป่วยเหมือนเขา เมื่อเขามีความทุกข์กาย ทุกข์ใจได้ เราก็ต้องมีความทุกข์กายทุกข์ใจเหมือนเขา เมื่อเขามีความตายได้ เราก็ต้องตายเหมือนเขา ทุกคนทุกตัวสัตว์เมื่อเกิดมาแล้วนั้นต้องเป็นอย่างนี้เหมือนกัน การพลัดพรากจากสิ่งที่รักและหวงแหนทุกคนก็ต้องเป็นไปตามนั้น ไม่มีใครจะเกาะอยู่ในสิ่งที่รักไปตลอดก็ตลอดก็ปลื้ได้ในวันหนึ่งก็ต้องตายจากกันแน่นอนเมื่อเข้าใจในความจริงในคำสอนของพระพุทธเจ้าและพระอรียเจ้าอย่างนี้ จึงมีสัมมาทิฐิ ปัญญาความเห็นชอบในขั้นเริ่มต้น ตัดขาดจากมิจาทิฐิ ความเห็นผิดเดิมทันที

นี่เป็นอุบายวิธีที่พระพุทธเจ้าได้สอนแก่พุทธบริษัทมาในครั้งพุทธกาล เป็นจุดเริ่มต้นในการประกาศพระพุทธศาสนา พระพุทธเจ้าจะสอนให้มีสติปัญญาก่อนทุกครั้ง เพราะสติปัญญาเป็นแสงสว่างให้แกใจ ถ้าใจมีสติปัญญาเป็นองค์ประกอบแล้วจะทำให้ใจมีความรู้เห็นที่เป็นจริง สิ่งใดที่ใจมีความเห็นผิดเป็นมิจาทิฐิ สติปัญญาก็จะช่วยให้อจิตมีความกระจ่างรู้เห็นได้ชัดเจน ว่าสิ่งนี้เป็นอย่างนี้ เหมือนกับกระจกเงาที่ใสสะอาดย่อมสะท้อนภาพกลับมาเห็นหน้าตัวเองได้ นี่ฉันใดสติปัญญาจึงเปรียบเหมือนแสงสว่างให้แกใจฉันนั้น เพราะใจหลงตัวเองมายาวนานจนถึงปัจจุบัน ความเข้าใจในสิ่งต่างๆ จึงตรงกันข้ามกับสิ่งที่ป็นจริงมาตลอด หรือเรียกว่า จิตตกอยู่ในที่มืด คืออวิชชา ไม่รู้เห็นว่าจะอะไรจริงหรือไม่จริง สิ่งใดที่สัมผัสจะรับเอาในสิ่งนั้นๆทันที ไม่มีความรู้ความฉลาด ขาดทั้งเหตุและผล เหมือนกับผู้เดินทางในที่มืดจะไปไม่ถึงไหนเลย ถึงจะก้าวขาเดินไปอยู่ก็ตามการเดินนั้นก็จจะวกวนไปมาหาที่เดิมอยู่เสมอ ถึงจะเดินวนมาที่เดิมอยู่ก็ตาม หารู้ไม่ว่าในที่แห่งนี้เราเคยหลงมาก่อนแล้ว เหตุที่ไม่รู้ก็เพราะความมืดเป็นอุปสรรคในการสังเกตในจุดหมายใดๆ ถึงจะเข้าใจว่าเป็นของใหม่อยู่ก็ตาม นั่นเป็นเพียงความเข้าใจหลอกตัวเอง เท่านั้น ที่จริงก็เป็นของเก่านั่นเอง นี่ฉันใด ใจที่หลงอยู่ในภพทั้งสามนี้ก็เช่นเดียวกัน หรือบางภพอาจจะได้ไปพักผ่อนหย่อนอารมณ์ในรูปภาพ อรูปภพอยู่บ้างในที่สุดเมื่อถึงกาลเวลาอำนาจของฌานเสื่อม ก็กลับมาเกิดในกามภพนี้ตามเดิม

บางภพเป็นเปรตบ้าง เป็นสัตว์ดิรัจฉานบ้างเป็นมนุษย์บ้าง ขึ้นอยู่กับกรรมที่จะพาเป็นไป หรือได้มาเกิดเป็นมนุษย์แต่ไม่มีคุณภาพ ไม่มีสติปัญญาฉลาดรอบรู้ตามความเป็นจริงแต่อย่างใด จึงให้ชื่อว่า ตะโมตะมะปราชะ โน เป็นผู้มืดมาแล้วมืด ไปวนเวียนอยู่ใน ๓ ภพ หาทางออกไม่ได้เลย นี้

เป็นเพราะอวิชชาปิดบังใจจึงไม่รู้เห็นตามความเป็นจริง ถึงจะได้มาเกิดเป็นมนุษย์อยู่ในโลกนี้อีกก็ตาม ก็ยังมาหลงว่าเป็นสถานที่เกิดใหม่อยู่นั่นเอง ที่จริงแล้วก็เป็นโลกเก่าสถานที่เก่าที่เราเคยเกิดเคยตายมาแล้วในอดีตเกิดตายๆ ในโลกนี้ไม่รู้ว่าที่ชาติภพที่หาที่จบลงไม่ได้และไม่รู้ว่าเกิดตายมาจนถึงปัจจุบันนี้ ไม่มีใครนับได้และจะเกิดตายต่อไปในอนาคตชาติหน้า ไม่รู้ว่าจะเกิดตายอีกยาวนานเท่าไร ไม่มีใครกำหนดได้ นี่คือใจมีติดบอดใน โมหะ อวิชชา เหมือนกับการหลงทางในที่มืดจะไปไม่ถึงไหนเลย จะวนไปมาในที่แห่งเดียวจนนับรอบไม่ได้ ก็ยังมีดั่งหลงเข้าใจว่าเป็นของใหม่อยู่เรื่อยไป นี่คือใจไม่มีสติปัญญาเป็นของตัวเอง ความหลงความมืด ความไม่รู้เห็นตามเป็นจริงก็จะ มีต่อไป พระพุทธเจ้าอบรมสั่งสอนพุทธบริษัทเพื่อให้รู้เห็นตามความเป็นจริงก่อนจะรู้เห็นตามความเป็นจริงได้ ต้องฝึกสติปัญญา ให้เกิดขึ้นที่ใจให้ได้ ถ้าสติปัญญาเกิดขึ้นที่ใจเมื่อไรความหลงในใจความมืดที่ปิดบังความจริงก็จะสลายออกจากใจไป ความเข้าใจที่ถูกต้องก็จะเกิดขึ้นที่ใจรู้เห็นในสิ่งใดก็จะเป็นไปตามความจริงทั้งหมดจึงเรียกว่า สัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบ สิ่งนี้เองที่พระพุทธเจ้าต้องการในจุดเริ่มต้น ถ้าเริ่มต้นในจุดนี้ไม่ได้ การภาวนาปฏิบัติต่อไปก็จะเป็น โมหะภาวนา จะทำสมาธิก็จะเป็น โมหะสมาธิต่อไป อาการของใจที่เกิดขึ้นจากจิตมีสมาธิก็จะหลงในอาการของจิต มีนิมิตอะไร เกิดขึ้นก็ไม่สติปัญญานำมาพิจารณาว่า นิมิตนั้นเป็นของจริงหรือของปลอม มีแต่บ่อมนใจเชื่อว่าเป็นของจริงทั้งหมด จุดนี้เองผู้ทำสมาธิด้วยความหลง ความไม่รู้ จึงกลายเป็น มิจจาสมาธิไปโดยไม่รู้ตัว

### ไตรลักษณ์เป็นหลักประกอบปัญญา

พระพุทธเจ้าจึงได้ชี้แนะความจริงในสรรพสิ่งทั้งหลายว่า ทุกสิ่งมันมีความจริงอย่างนี้ๆ ใช้สติปัญญาพิจารณาให้รู้เห็นให้เป็นที่ไปตามไตรลักษณ์คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ชาตูลี ขันธ์ห้า ใช้สติปัญญาพิจารณาอยู่เสมอ ถ้าจิตจะไม่ละถอนปล่อยวางในสิ่งใดก็ตาม ก็ให้ใช้สติปัญญาพิจารณาอยู่บ่อยๆ จนเกิดความชำนาญ อีกวันหนึ่งข้างหน้าจะเกิดความรู้เห็นตามความเป็นจริงได้ เมื่อจิตรู้เห็นตามเป็นจริงจิตจะมีการเปลี่ยนจากความเห็นผิด กลายมาเป็นความเห็นถูกได้ แต่ก่อนเห็นว่าเป็นของดีที่เที่ยงแท้แน่นอน เมื่อพิจารณาให้รู้เห็นด้วยปัญญาแล้ว ไม่มีสิ่งใดเที่ยงแท้แต่อย่างใด แต่ก่อนเข้าใจว่ากามคุณเป็นความสุข ทำให้ใจเกิดความสนุกเร้าใจ เมื่อใช้สติปัญญาพิจารณาให้รอบรู้แล้ว กามคุณเป็นบ่อเกิดแห่งความทุกข์ทั้งนั้น ที่เข้าใจว่าเป็นความสุขก็เพราะความหลงในใจ และความไม่รู้ทุกข์โทษภัยในกามคุณนั่นเอง แต่ก่อนเข้าใจว่า ชาตูลี ขันธ์ห้าเป็นอัตตาตัวตน เมื่อใช้สติปัญญาพิจารณาให้รู้เห็นตามเป็นจริงแล้ว ไม่มีสิ่งใดเป็นอัตตาตัวตนแต่อย่างใด เมื่อใจได้รู้เห็นตามปัญญาอย่างนี้ จะมีความเชื่อมั่นในความรู้เห็นที่เกิดขึ้นเฉพาะตัวได้ชัดเจนทีเดียว ความยึดมั่นถือมั่นในชาตูลี ขันธ์ห้าเป็นอัตตาตัวตนก็จะสลายตัวไปได้ จึงจะเกิดความเข้าใจเป็นสัมมาทิฏฐิ มีความเห็นที่ถูกต้องตามความเป็นจริง ฉะนั้น การใช้สติปัญญาพิจารณาให้เป็นที่ไปตามไตรลักษณ์จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในทัศนะความเห็นเปลี่ยนจากความเห็นผิดที่เป็นมิจจา มาเป็นสัมมาทิฏฐิที่มีความเห็นที่ถูกต้อง ถ้าใช้ปัญญาพิจารณาให้เกิดความรู้เห็นละเอียดมากขึ้นกว่านี้ ก็จะมีการเปลี่ยนแปลงจาก

ปฏุชน ก้าวขึ้นเป็นพระอริยเจ้าขึ้นใดขั้นหนึ่งตามวาสนาบารมี ถ้าใครได้อ่านประวัติของพระอริยเจ้าแล้วก็จะเกิดความมั่นใจว่า หลักสัมมาทิฏฐิ ปัญญาความเห็นชอบเป็นจุดเริ่มต้นในการปฏิบัติที่ถูกต้อง เป็นไปตามคำสอนของพระพุทธเจ้า ที่ตรัสสอนเอาไว้อย่างชัดเจน ผู้ที่ท่านได้บรรลุนิพพานเป็นพระอริยเจ้าในครั้งพุทธกาล ท่านเหล่านั้นก็ปฏิบัติภาวนาอย่างนี้ในยุคนี้สมัยนี้ ถ้าผู้ภาวนาปฏิบัติเป็นไปตามหลักเดิมมีความรู้เห็นเป็นไปตามที่พระพุทธเจ้าได้สอนไว้ก็มีสิทธิ์บรรลุเป็นพระอริยเจ้าในชาตินี้ได้เช่นกัน

พระพุทธเจ้าได้ประกาศพระศาสนาเป็นเวลายาวนานถึง ๔๕ ปี เจตนาจะประกาศความจริงให้มนุษย์ได้รู้เห็นความจริง เมื่อมนุษย์ยังเพื่อฝันไปตามกระแสของโลกอยู่ ความเห็นที่เป็นมิจฉาทิฏฐิย่อมเข้าใจผิดต่อหลักความจริงตลอดไป เมื่อใจยังไม่ยอมรับความจริงแต่อยากจะได้รู้ความจริง มันเป็นไปได้อย่างมากก็เป็นเพียงรู้ความจริงไปตามตำรา ส่วนความจริงที่รู้เห็นในสติปัญญาหาว่าไม่เพราะเราไม่ฝึกสติปัญญาให้เกิดขึ้นที่ใจไว้เลย อย่างมากก็เป็นเพียงปัญญาในสัญญาเท่านั้น จึงเป็นปัญญาอยู่ในขั้นสุดมยปัญญายังไม่ก้าวขึ้นสู่จินตามยปัญญาแต่อย่างใด คำว่า จินตามยปัญญาอุบายวิธีจินตนาการเป็นวิธีใช้ความคิดพินิจพิจารณาไตร่ตรอง วิจาร์ณ วิเคราะห์ให้ใคร่ครวญ จึงเรียกว่า สัมมาสังกัปป การดำริพิจารณาให้เข้าใจในความเป็นจริงต่อสิ่งนั้นๆ ถ้าพิจารณารู้เห็นความจริงชัดเจนเท่าไร ความเข้าใจที่รู้เห็น ก็จะมาหนุนสัมมาทิฏฐิความเห็นชอบเห็นจริงตามความเป็นจริงมากขึ้น การดำริพิจารณาในสังขธรรมต่างๆ ก็มีความขยันหมั่นเพียรไตร่ตรองอยู่เสมอ ความรู้เห็นก็มีความกระจ่างชัดเจนมากขึ้น ความเข้าใจตามหลักความเป็นจริง ก็ยังมีความเห็นจริงมากขึ้น ความรู้จริง ความเห็นจริงนี้เอง จะทำให้เกิดความแยกแยะ ความแยกแยะจะทำให้เกิดความสงสัย ไม่มีการอุปคาลาดังที่เคยเป็นมา ใจก็จะได้ละมิจฉาทิฏฐิ ความเห็นผิดความเข้าใจผิดไปได้ ความเข้าใจในความเป็นจริงก็จะเกิดเป็น สัมมาทิฏฐิ มีความเห็นชอบตามความเป็นจริงได้อย่างเต็มตัว นี่จึงเป็นการละความเห็นผิดในเบื้องต้น ถ้าความเห็นขั้นเริ่มต้นไม่เป็นไปตามนี้ จะไม่มีทางได้บรรลุมรรคผลขั้นใดขั้นหนึ่งได้เลย ถึงจะมีความเพียรมากสักปานใดก็จะเป็นไปในทาง มิจฉาวายาโม ความเพียรผิดตลอดไป

### ใจหลงสมมุติ

อุบายการฝึกปัญญามองค้ประกอบสองอย่าง ได้แก่ สัจญา ความจำได้หมายรู้ และสมมุติที่เป็นสภาพความจริงที่มีอยู่ในตัวมันเอง เรียกว่า จริตสมมุติ ทุกอย่างที่เรียกขานกันอยู่ทุกวันนี้ ล้วนแต่เป็นสมมุติทั้งสิ้น แม้แต่ดินฟ้าอากาศ เดือนดาว ก็ตั้งชื่อตามสมมุติ หรือลมมรสุมที่แปรปรวนอยู่ตามธรรมชาติของมัน ไม่ได้ประกาศตัวเองว่าชื่อนั้นชื่อนี้แต่อย่างใดแต่คนไปสมมุติชื่อให้ต่างหากเล่า หรือตั้งชื่อคนและสัตว์ว่าชื่อนั้นชื่อนี้ก็ตาม ก็เพื่อจะได้เรียกขานกันในคำสมมุติเท่านั้น รถแต่ละคัน เครื่องบินแต่ละลำ ก็เป็นคำสมมุติเรียกกัน ถ้าเรือขึ้นส่วนของรถและเครื่องบินออกมาแล้ว ชื่อของรถและเครื่องบินก็เปลี่ยนไป เรียกเพียงว่าอะไหล่ชิ้นส่วนแต่ละอย่างเท่านั้น แม้ร่างกายที่ให้นามสมมุติ

ว่าเป็นมนุษย์ก็ดี หรือเรียกว่าคนก็ดี ก็เป็นคนเพียงสมมุติเท่านั้น ถ้าแยกชิ้นส่วนแต่ละอย่างออกไปก็เรียกตามสมมุติปลีกย่อยไปอีก แต่ละอย่างก็มีชื่อของมันตามสมมุติ เช่น ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก เยื่อในกระดูก ม้าม หัวใจ ตับ พังศิไล เต ปอด ลำไส้ใหญ่ ลำไส้เล็ก อาหารใหม่ อาหารเก่า ถ้าเอาชิ้นส่วนต่างๆ ในร่างกายนี้ออกไปแล้วจะเรียกว่าอัตตาตัวตนไม่ได้เลย หรือเอาไฟเผาไหม้ไปทั้งหมด จะได้คำสมมุติอีกอย่างหนึ่งว่า อนัตตา แปลว่าไม่มีอะไรเป็นตัวตนของเราแต่อย่างใด เป็นเพียงจิตสังขารสร้างขึ้นมาอาศัยชั่วคราวเท่านั้น ไม่กี่วันเดือนปี ร่างกายก็แก่เฒ่าชราไปตามอายุขัยแล้วตายไป คำว่า ตาย ก็คือจิตได้ออกจากร่างกาย บางคนก็ตายตามอายุขัย บางคนก็ตายไปด้วยกรรมตัดรอน อายุยังไม่ถึงวัยที่จะตายก็ตายได้ ฉะนั้น ร่างกายจึงเป็นคนแค่สมมุติ ถ้าผู้มีสติปัญญาที่ดีมีความฉลาดรอบรู้ก็จะไม่หลงในรูปสมมุตินี้เลย นี่คือหลักปัญญาสอนใจ ให้รู้จริงเห็นจริง จึงเป็นอุบายตัดกระแสแห่งความหลงของใจและความไม่รู้ของใจออกไปได้

การสร้างปัญญาจากสมมุติมิใช่จะพิจารณารูปกายเพียงอย่างเดียว รูปกายคนอื่น สัตว์อื่น ก็เป็นรูปสมมุติเช่นเดียวกัน การพิจารณารูปกายเราอย่างไรก็ให้พิจารณารูปกายคนอื่น สัตว์อื่นให้เป็นรูปสมมุติอย่างเดียวกัน หรือรูปอย่างอื่นที่ไม่มีวิญญาณครอง เช่น วัตถุสมบัติที่เราไม่กรรมสิทธิ์ อยู่ในคำสมมุติว่าเป็นสมบัติของเรา ก็ให้เข้าใจว่า วัตถุสมบัติทั้งหมดนั้นเป็นของเราโดยสมมุติ ในช่วงที่มีชีวิตอยู่ที่อาศัยในสมมุตินี้ไปสมมุติภายใน คือร่างกายเราเมื่อยังมีชีวิตอยู่ จึงต้องการสมมุติภายนอกเข้ามาเสริมค้ำจุนอุดหนุนกันไป เพราะธาตุสี่จะมีชีวิตอยู่ได้ก็ต้องใช้ธาตุภายนอก คืออาหารหวานคาวต่างๆ มาบำรุงให้ทรงตัวอยู่ต่อไปได้ เมื่อถึงอายุขัยของธาตุสี่แล้ว ถึงอาหารจะดีมีคุณค่าทางโภชนาการสักปานใดก็ไม่มีความหมาย หรือยาบำรุงอย่างดีก็ไม่มีประโยชน์ เมื่อถึงจุดนั้นแล้วไม่มีสิ่งใดช่วยได้เลย จะมีลาภ ยศ สรรเสริญ สุขในกามคุณจะมีสมบัติมากมายมหาศาลอยู่ก็ตาม เมื่อถึงกาลเวลาที่จะต้องพลัดพรากจากของที่รักนี้ไป หรือญาติพี่น้องเพื่อนฝูงที่รักก็ตาม ก็จะต้องเป็นตัวใครตัวมัน ผู้ที่ตายก็ตายไป ผู้ที่ยังมีชีวิตอยู่ก็หากินกันไป หายใจเข้าออกกันไป ในอีกช่วงหนึ่งเราก็จะเป็นเหมือนกันกับผู้ตายไปแล้ว ชีวิตของมนุษย์และสัตว์ทุกประเภท เกิดขึ้นในเบื้องต้น ตั้งอยู่ได้ชั่วขณะ แล้วก็ตายไปเสีย ไม่มีใครๆ จะมีชีวิตอยู่ตลอดไปได้ อุบายเสริมสร้างปัญญายังมีอยู่อีกมากมาย อะไรก็ตามที่เราสัมผัสได้ด้วย ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ เป็นอายตนะภายใน อายตนะภายนอก ให้ใช้ปัญญาพิจารณาว่าเป็นสมมุติที่เกิดขึ้นๆ อยู่ในโลกลนี้ทั้งหมด จงดาริพิจารณาอยู่บ่อยๆ ปัญญาจะเกิดขึ้นจากการพิจารณานั้นเอง

### สัญญาเป็นฐานรองรับปัญญา

คำว่า ปัญญา ต้องมีสัญญาเป็นองค์ประกอบ นี่เป็นเรื่องจริง ถ้าไม่มีสัญญาเป็นตัวกำหนดทิศทางเอาไว้ ปัญญาจะพิจารณาไปโดยไม่มีขอบเขต คิดไป ไม่เป็นเรื่องเป็นราว คิดไปแบบเรื่อยเปื่อย จับต้นชนปลายไม่มีหลักการที่จริงจัง เป็นความคิดฝันไปตามกระแสโลกที่ไม่มีขอบเขต ปรหมแดน เป็นความคิดที่เลื่อนลอยไปตามโมหะอวิชชา ยิ่งคิดก็ยิ่งมืดยิ่งหลง ในที่สุดก็มีความคิดที่

ติดพันอยู่กับสังขาร เป็นความคิดที่เสริมความโลภ เสริมความโกรธ เสริมความหลง เสริมราคะ ดัร  
หาให้เกิดความรุนแรง ทำให้ใจเกิดความกำเริบขึ้นได้ ถ้าผู้มีสติปัญญาดีไม่ประมาทฉลาดรอบรู้ใน  
สัญญา ก็เลือกจำเอาในสัญญาที่เป็นประโยชน์ อันจะก่อให้เกิดความรู้จริงเห็นจริงในสังขารได้  
เลือกเอาในสัญญาส่วนนั้นมาเป็นองค์ประกอบในปัญญาได้ เช่น เรื่องกิริยานนทที่มีในพระสูตร ถ้า  
ผู้ปฏิบัติได้อ่านประวัติกิริยานนทเมื่อไร ก็จะเข้าใจว่า สัญญาเป็นคู่กับปัญญาได้เป็นอย่างดี ถ้าไม่มี  
ความกำหนดจดจำในสิ่งนั้นมาจะใช้ปัญญาพิจารณาไม่ตรงกับความหมายนั้นเลย เช่น อนิจจังสัญญา  
การกำหนดดูในสิ่งที่ไม่เที่ยงความแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไปตามสรรพสังขารทั้งหลาย จะเป็น  
ภายในภายนอก ใกล้เคียง หล้าไกล หยาบ ละเอียด สิ่งที่มีวิญญูณครองและสิ่งที่ไม่วิญญูณครอง ทุกอย่าง  
จะต้องมีการเปลี่ยนแปลงทั้งนั้น เป็นไปตามธรรมชาติในตัวของมันเอง ทั้งที่ไม่อยากให้เป็นไปอย่าง  
นั้น แต่ก็ไม่เป็นไปตามความต้องการของเรา ในร่างกายทุกส่วนย่อมมีความแปรปรวนอยู่  
ตลอดเวลา การเปลี่ยนแปลงในร่างกายจึงไม่มีใครสนใจที่จะนำมาพิจารณา เพราะถือว่าเป็นเรื่อง  
ธรรมดาไปเมื่อมีการเปลี่ยนแปลงมากขึ้นก็ทำให้เกิดความทุกข์ขึ้นที่ใจได้ เช่น คนเฒ่าคนแก่ที่รู้เห็น  
ได้ชัดทีเดียว เมื่ออายุมากขึ้นเท่าไร กำลังกายกำลังใจย่อมถดถอยอ่อนเปลี้ยลง จะเดินไปมาในที่ไหน  
แห่งใดไม่สะดวกทั้งสิ้น แม้จะอยู่กินหลับนอนทุกอย่างจะเป็นอุปสรรคอย่างเห็น ได้ชัดทีเดียว ถึงจะ  
เป็นไปตามธรรมชาติของสังขาร แต่ก็เป็นที่ทุกข์ใจมิใช่น้อยเลย

ผู้ภาวนาปฏิบัติแล้วไม่ควรนิ่งดูดาย ควรใช้ปัญญาพิจารณาให้รู้เห็นในการเปลี่ยนแปลง  
ของร่างกายอยู่เสมอว่า ความไม่เที่ยงในสังขารร่างกายทำให้เกิดทุกข์ได้อย่างไร ถ้าผู้มีอายุยังน้อย  
กำลังกายกำลังใจยังแข็งแรง เขาเหล่านี้จะไม่มีคามสำนึกตัวได้ ในเมื่อใดมีอายุขัยมากขึ้น ทุกคนจะ  
เกิดความรู้สึกเหมือนกัน ฉะนั้นถึงเรายังไม่เฒ่าแก่ก็อย่าประมาทลืมหืมตัว เมื่อเราไปพบเห็นคนเฒ่าแก่  
อยู่ในที่ใดก็ตาม เราไม่ควรมองข้ามในคนเฒ่าแก่เหล่านั้นๆ พยายามที่จะกำหนดจดจำเอาความเฒ่าแก่ของ  
ท่านเหล่านั้น มาเป็นกระจกเงาสะท้อนถึงความจริงที่ทุกคนต้องเป็นไปอย่างนี้ แม้ตัวเราผู้กำลังดูใน  
ลักษณะท่าทางแห่งความทุกข์จากคนเฒ่าแก่ในวันต่อไปเมื่ออายุขัยเราทำกันกับท่านเหล่านั้น  
สังขารร่างกายเราก็จะแก่เฒ่าเหมือนกันกับท่านเหล่านั้นแน่นอนใช้สติปัญญาพิจารณาคิดคำนึงถึง  
เหตุการณ์แก่เฒ่านี้มาเป็นอุบายสอนใจตัวเองอยู่เสมอ เพื่อเป็นอุบายธรรมสังเวชสลัดใจในสิ่งที่  
เกิดขึ้นและเป็นสิ่งไม่ควรปรารถนาแต่มาได้รับในสิ่งไม่พึงพอใจ ถ้าผู้ใดมีสติปัญญาพิจารณาตรึก  
ตรองตามอาการของธาตุขันธ์ถึงความเฒ่าแก่อย่างนี้อยู่บ่อยๆ นับได้ว่าผู้นั้นมีความเพียรอยู่ในตัว  
หรือใช้ปัญญาพิจารณาในคนอื่นสัตว์อื่นภายนอกว่าเป็นความไม่เที่ยง มีความแปรปรวน  
เปลี่ยนแปลงไปเป็นธรรมดา ถ้าพิจารณาเป็นไปในลักษณะอย่างนี้ผู้นั้นก็ชื่อว่ามีความเพียรได้เช่นกัน  
เพราะเป็นการพิจารณาให้เกิดความเข้าใจรู้เห็นเป็นสามัญลักษณะธาตุ เป็นธาตุขันธ์ที่ไม่เที่ยง  
เหมือนกัน

การใช้ปัญญาพิจารณาในอนิจจสัญญาให้เป็นไปในความทุกข์ ก็เป็นสิ่งต่อเนื่องกัน ความไม่เที่ยงอยู่ที่ไหนจะทำให้เกิดความทุกข์ในที่นั้น เป็นความทุกข์เกิดขึ้นเพราะความผิหวังที่ไม่เป็นไปตามความต้องการของเรา นั่นเป็นความเข้าใจผิดมีความเห็นผิด มีแต่คิดที่ผิดไปจากธรรมชาติ อยากให้สิ่งที่ไม่เที่ยงได้เกิดความเที่ยงตามความตั้งใจ เมื่อไม่เป็นตามความตั้งใจก็เกิดความทุกข์ใจ เกิดความโศกเศร้าพิโรธรำพันไม่เป็นอันกินอันนอน นั่นเรียกว่าใจหลงใจไม่รู้ในความเป็นจริง ฉะนั้นจงใช้ปัญญาอบรมใจอยู่เสมอว่า ในสรรพสังขารทั้งหลายนั้น เป็นสิ่งที่ไม่เที่ยงแท้แน่นอน เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นแล้ว ตั้งอยู่ชั่วขณะ แล้วก็ดับสลายไป ไม่ว่า สิ่งนั้นจะมีวิญญาณครองหรือไม่มีวิญญาณครองก็ตาม ทุกอย่างย่อมเป็นไปอย่างนี้ ในเมื่อมีชีวิตอยู่ที่อาศัยกันไป อยู่กันไป ให้ทำความเข้าใจแก่ตัวเองว่า สรรพสังขารทั้งหลายเราจะไม่ติดใจในสิ่งนั้นๆ หรือเราจะไปเห็นคนเจ็บป่วยไข้ในลักษณะใดก็ตามต้องใช้สัญญาจดจำในลักษณะอาการของคนเจ็บป่วยมาพิจารณาว่า คนป่วยอย่างนั้นย่อมมีความทุกข์ใจแน่นอน การเจ็บป่วยไม่มีใครต้องการ ถึงจะไม่ต้องการก็หนีไม่พ้น ทุกคนย่อมเป็นอย่างนี้ แม้เราผู้ใช้ปัญญาพิจารณาอยู่ก็จะเกิดความทุกข์เพราะการเจ็บป่วยนี้เช่นกัน บางคนถึงกับตาบอดหูหนวก แขนขาขาด อวัยวะไม่สมบูรณ์อีกเป็นจำนวนมาก ทุกคนไม่ต้องการอยากจะเป็นเช่นนั้น แต่ก็เป็นไปแล้ว ในชาตินี้ถึงเราไม่เป็นอย่างนั้นก็ตาม ในเมื่อเราจะต้องมาเกิดในโลกนี้อยู่ ต้องพบในลักษณะอย่างนี้แน่นอน หรือผู้ที่สูญเสียจากสิ่งที่รักไปมีความทุกข์ใจอย่างไร เช่น สูญเสียสามีอันเป็นที่รัก สูญเสียภรรยาอันเป็นที่รักหรือสูญเสียลูกอันเป็นที่รัก ความทุกข์ใจที่เกิดจากความสูญเสียอย่างนี้ ผู้ที่ได้สัมผัสมาแล้วจะมีความรู้สึกที่ทุกข์ใจเป็นอย่างมาก เช่นบุตรธิดาผู้ที่สูญเสียพ่อแม่ อันเป็นที่รัก ลูกศิษย์ที่สูญเสียครูอาจารย์อันเป็นที่รักญาติมิตรอันเป็นที่รักสูญเสียไป ย่อมเกิดความทุกข์ใจทั้งนั้น หรือวัตถุสิ่งของที่มีค่าราคาแพงได้สูญเสียจากเราไป ความทุกข์ใจความไม่สบายใจจะเกิดขึ้นทันที นี่คือการทุกข์ใจเกิดขึ้นจากสิ่งที่ไม่เที่ยง ความทุกข์เกิดขึ้นจากสิ่งที่เรารัก

ความทุกข์ใจย่อมมีเหตุเกิดขึ้นมากมาย เช่น คนอื่นมีกิริยาแสดงออกมาทางกายที่เราไม่ชอบใจในลักษณะต่างๆ หรือพูดต่อเสียดเบียดบังไม่เป็นความจริงในสิ่งใดก็ตาม ก็จะเกิดความทุกข์ขึ้นทันที ฉะนั้นรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะเป็นเหตุให้เกิดความทุกข์ใจได้ แม้แต่หน้าที่การงานที่เรารับผิดชอบอยู่หรือทำอยู่ ก็ทำให้เกิดความเครียดเป็นทุกข์ได้เช่นกัน ความทุกข์ที่เกิดขึ้นจากภายในคือร่างกายเราเองก็มีมากมาย ความทุกข์ที่เป็นเหตุจากภายนอกทำให้เราเป็นทุกข์ คี้นับไม่ถ้วน เช่นเดียวกัน ฉะนั้น การใช้ปัญญาพิจารณาทุกข์ที่เกิดจากความไม่เที่ยงนั้น จึงมีเหตุผลหลายประการ ส่วนใหญ่เราจะเห็นเฉยถือว่าเป็นเรื่องธรรมดาไป แต่ถ้ามีความทุกข์มากไป ก็จะตัดสินใจด้วยน้ำตา แต่ถ้าทุกข์มากขึ้นไปกว่านี้ก็จะตัดสินใจด้วยการฆ่าตัวตาย นั่นคือผู้ที่ไม่มีสติปัญญาระบายอารมณ์ภายในใจจึงทำให้เก็บกดทางอารมณ์ เมื่ออารมณ์ใหม่อารมณ์เก่าทับถมกันมากขึ้น ก็จะเกิดความกดดัน เมื่อเกิดความกดดันมากขึ้นก็จะทำให้ใจมีการเปลี่ยนแปลง ถ้าเป็นอารมณ์แห่งความโลภ ก็อยากได้มากขึ้น ถ้าเป็นอารมณ์แห่งความโกรธ ก็จะอิจฉาพยายามเพื่อเอาชนะคนอื่นให้ได้ หรือฆ่า

กันถึงตายไปได้ อารมณ์แห่งความหลงภายในใจ ก็ยิ่งจะทำให้เกิดความหลงมากขึ้น ทั้งหมดนี้ คือ ความเห็นผิดเป็นต้นเหตุและไม่มีสติปัญญาแก้ปัญหาให้แก่ตัวเองได้จึงทำให้เกิดความทุกข์ใจ

สัญญาอันตถา ความจำใส่ใจอยู่เสมอว่าร่างกายนี้ไม่เป็นตัวตน เพียงเป็นธาตุสี่จิตครองร่างอยู่เท่านั้น การทำใจให้เป็นไปในลักษณะนี้ทำได้ยาก หรือทำไม่ได้เลย เพราะข้ามขั้นตอนมากเกินไป ที่จริงแล้วต้องผ่านขั้นตอนในอตถา ต้องรู้เห็นในคำว่าอตถาให้ชัดเจนก่อนว่า ส่วนประกอบในคำว่าอตถามีอะไรบ้าง อตถานั้นมีธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม ธาตุไฟมารวมกัน เรียกว่า รูปอตถา ส่วนนามที่เป็นอตถาก็ต้องรู้เห็นในเวทนา รู้เห็นในสัญญา รู้เห็นในสังขาร รู้เห็นในวิญญาณ ทั้งสี่หมวดนี้รวมกันจึงเรียกว่า นามอตถา จึงแยกอตถาออกมาได้เป็นสองหมวดหมู่ เรียกว่า รูปธรรม และ นามธรรม รูปธรรมก็มีธาตุประกอบกันสี่ธาตุ นามธรรมก็มีนามประกอบกันสี่อย่าง เช่นเดียวกัน ฉะนั้นจึงสรุปได้ความว่า อตถามีสองอย่าง คือ อตถาอย่างหยาบคือ รูปอตถา มีธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม รวมกันเป็นรูป อตถาอย่างละเอียด คือ จิตอตถา มีเวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เป็นองค์ประกอบ ส่วนรูปอตถานั้นขึ้นอยู่กับจิตอตถาทั้งหมดและเป็นที่ยึดเหนี่ยวเกี่ยวเนื่องถึงกัน เหมือนกับว่าเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ที่จริงแล้วไม่ใช่ ในรูปอตถาจะเกิดขึ้นได้นั้น ต้องเนื่องจากจิตสังขารเป็นตัวกำหนด ในเมื่อจิตสังขารสร้างรูปให้เกิดขึ้นได้แล้ว จิตสังขารก็มาหลงในธาตุสี่นี้อีก เป็นอันว่าจิตสังขารหลงสองชั้นตอน คือ หลงรูป และหลงนาม ที่เรียกว่า รูปธรรม นามธรรมนั่นเอง ทั้งสองอย่างจึงพูดรวมกันว่าอตถา ฉะนั้น การทำลายอตถาลงสู่อันตตาได้นั้น จึงมีขั้นตอนสลับซับซ้อนกันมากทีเดียว ถ้าไม่มีสติปัญญาที่ฉลาดรอบรู้ ก็ยากที่จะทำลายอตถาลงสู่อันตตาได้ เพราะรูปกับนามมีความเกี่ยวข้องถึงกันทั้งหมด เหมือนกับว่าเป็นสายโซ่เส้นเดียวกัน ฉะนั้น จิตสังขารที่มีความยึดมั่นถือมั่นว่า รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณให้มารวมเป็นอันเดียวกัน เรียกว่า ฆนะ แปลว่า ก้อน หรือแปลว่า ขันธฺ จึงเรียกว่า รูปขันธ เวทนาขันธ สัญญาขันธ สังขารขันธ วิญญาณขันธ นั่นเอง

การทำลายอตถาในขันธห้า ต้องฝึกสติปัญญาไว้ให้พร้อม เพื่อจะแยกแยะขันธแต่ละขันธออกมาให้ละเอียด เพื่อให้เกิดความรู้แจ้งเห็นจริง ให้เกิดความแยกกายหายสงสัยในคำว่าอตถาไปในที่สุด มีเคล็ดลับอยู่เฉพาะตัวว่า ปัญญาที่จะนำมาทำลายอตถาในขันธห้านี้ ต้องเป็นปัญญาที่เกิดขึ้น มีขึ้นเฉพาะตัวเท่านั้น จึงจะทำลายอตถานี้ได้ ดังคำว่า หนามขอกเอาหนามบ่ง หมายความว่า เราเป็นผู้สร้างปัญหา เราต้องแก้ปัญหาด้วยตัวเอง จึงจะสมคำว่า ตนแลเป็นที่พึ่งของตน หรือคำว่า ตนเตือนตนด้วยตนเอง ตนฝึกตน ตนสอนตน ความรู้ความฉลาด ความมีสติปัญญารอบรู้ในอตถาว่าเป็นตัวตนอยู่ ต้องฝึกสติปัญญามาหักล้างในความเห็นผิดนี้ให้ได้ ถ้าไปยืมปัญญาจากผู้อื่นมาแก้ปัญหา ความเห็นผิดความเข้าใจผิดนี้จะแก้ไม่ได้เลย จึงเรียกว่าเคล็ดลับ จะเอาความรู้เอาปัญญาจากผู้อื่นมาแก้ปัญหาแทนสติปัญญาของตัวเองไม่ได้ ถ้าใครได้อ่านประวัติของพระโปกฺกิส จะเข้าใจ



ในเรื่องนี้ดี คำว่า รู้มากยาวนาน รู้น้อยพลอยรำคาญ รู้พอดีนั้นเป็นมัชฌิมา จึงเรียกว่า **ประพุดติ** **ธรรมสมควรแก่ธรรม** หรือว่ารู้ถึงไหนให้เห็นจริงด้วยปัญญาตามนั้น

อุบายที่จะฝึกปัญญาให้เกิดขึ้นกับตัวเองได้นั้นเริ่มต้นจากการศึกษาในปริยัติเพื่อให้รู้แนวทางที่เรียกว่า **สุตมยปัญญา** ศึกษาให้เข้าใจในขั้นตอน ตามแนวทางของพระอรียเจ้าทั้งหลายว่า พระอรียเจ้าแต่ละท่านเริ่มต้นในการปฏิบัติอย่างไร ให้ศึกษาประวัติของท่านว่า เมื่อครั้งที่ท่านเป็นปุถุชนยังไม่รู้แนวทางภาวนาปฏิบัติ ท่านเหล่านั้นได้ศึกษาอุบายวิธีการปฏิบัติ จากพระพุทธเจ้าและพระอรียเจ้าด้วยอุบายอย่างไร ถ้าใครได้อ่านได้ศึกษาในมรรค ๘ ที่พระพุทธเจ้าได้เรียบเรียงลำดับในขั้นตอนการปฏิบัติแล้วจะเกิดความมั่นใจว่าแนวทางปฏิบัติให้ถึงมรรคผลได้ จึงเริ่มต้นจาก **สัมมาทิฐิความเห็นชอบนี้ไป** เมื่อได้เกิดความเห็นชอบด้วยปัญญาของตัวเองอย่างนี้ การดำริพิจารณาด้วยปัญญาตามความเป็นจริงในสังขารมต่าง ๆ ก็ต่อเนื่องกันในยุคนั้นสมัยนั้น ยังไม่ได้จัดหมวดหมู่ในปริยัติ ยังไม่ได้แจกจ่ายตำราให้คนได้ศึกษา พุทธบริษัท ภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา จะรู้ธรรมะได้จากการฟังธรรมจากพระพุทธเจ้าและฟังธรรมจากพระอรียเจ้าเท่านั้น การฟังธรรมนั้นมีใช้ว่าจะจำได้ทั้งหมด อาจจำได้ในหมวดธรรม คนละหมวดสองหมวดเท่านั้น เมื่อจำในหมวด **ธรรมได้แล้วจึงไปตีความขยายหมวดธรรมนั้นออกไปด้วยสติปัญญาของตัวเองให้ถูกต้องตามเหตุและผล ให้เป็นไปตามไตรลักษณ์** คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ผู้มีสติปัญญาดี มีความรอบรู้ที่ฉลาดเฉียบแหลมก็ได้บรรลุธรรมในขณะนั้น จึงเรียกว่า **อุกมภูติปัญญา** ผู้ที่สติปัญญายังไม่พร้อม ก็ต้องฟังธรรมพิจารณาธรรมต่อไป จึงเป็น **วิปจิตัญญและเนยยะ** ถึงจะรู้เห็นธรรมเข้าไปบ้างก็ไม่เป็นไร ขอให้รู้เห็นธรรมในชาตินั้นก็ดีแล้ว นี่คืออุบายในการฝึกปัญญาในครั้งพุทธกาล

### ความเข้าใจในตำรา

### เป็นปัญญากันพื้นฐาน

การฝึกใจให้เป็นสัมมาทิฐิ ความเห็นชอบนั้นมิใช่เป็นของง่าย ส่วนใหญ่จะเป็นสัมมาทิฐิเห็นชอบไปตามตำราเท่านั้น ตำราว่าอย่างนี้ก็ใช่ ตำราว่าอย่างนั้นก็ใช่ นี้เรียกว่า สัมมาทิฐิ เห็นชอบตามตำรา มิใช่เป็นสัมมาทิฐิ ความเห็นชอบด้วยปัญญาเฉพาะตัวเองแต่อย่างไร **ความเข้าใจในตำราเป็นเพียงปัญญาในสัญญาขั้นพื้นฐานเท่านั้น** ถ้ารู้เพียงเท่านี้ การภาวนาจะไม่ก้าวหน้าแต่อย่างใดและความเข้าใจของผู้ปฏิบัติว่า จะคอยให้ปัญญาเกิดขึ้นจากสมาธินั้น เป็นความเข้าใจข้ามขั้นตอนเป็นอย่างมาก มันเป็นไปได้เหมือนกับเด็กที่เขียนหนังสือไม่ได้ อ่านไม่ออก มีความต้องการอยากจะได้ไปประกาศนียบัตร หรือใบปริญญา นี่ฉันใด ใจที่ยังโง่งงไม่เข้าใจว่าสติปัญญาเป็นอย่างไร ความไม่เข้าใจในหลักสังขารที่เป็นจริงแต่อยากให้มีปัญญาเกิดขึ้นกับตัวเอง เป็นสิ่งที่เป็นไปได้ ให้ละในความคิดนี้เสีย แล้วมาฝึกปัญญาของตัวเองเสียใหม่ จึงจะเป็นไปด้วยความถูกต้องชอบธรรม

### อุบายฝึกปัญญา

ในครั้งพุทธกาล ผู้ที่ท้าวารู้แจ้งเห็นจริงในสังขารม เป็นผู้ได้บรรลุมรรคผล ท่านเหล่านั้น เมื่อได้ฟังธรรมจากพระพุทธเจ้าและพระอริยเจ้าแล้วจดจำเอาหมวดธรรมนั้นมาฝึกปัญญาของตัวเองเป็นผู้รู้จักคิดพิจารณาไตร่ตรองให้เป็นไปในเหตุและผล ความรู้ที่เรียนรู้มาจากตำรานั้น เหมือนกับน้ำมันดิบที่คูดขึ้นมาจากพื้นดินและนำไปใช้กับเครื่องยนต์อะไรไม่ได้ ต้องนำมา กลั่นกรองอีกครั้งหนึ่ง จึงนำไปใช้กับเครื่องยนต์ได้ นี่ฉันใด ความรู้ที่ได้ศึกษาจากตำราจะเอาไป ละกิเลสตัณหาวิชชายังไม่ได้ ต้องใช้ปัญญาพิจารณากลั่นกรองให้เกิดความฉลาดเฉพาะตัวเองก่อน จึงนำไปประกอบในการปฏิบัติภาวนาจึงจะได้ผล แล้วนำไปเผยแผ่ในความเห็นที่เป็นอรรถาจึงจะ เกิดความแยกแยะ ละความเข้าใจในความยึดถือธาตุสี่ขั้นห้า ว่าเป็นอรรถาตัวตนได้เป็นอย่างดี การ พิจารณาแยกแยะในรูปขั้นนามขั้น ต้องแยกพิจารณาเป็นหมวดๆ แต่ละหมวดต้องใช้ปัญญา พิจารณาให้ละเอียด จึงจะเกิดความแยกแยะหายสงสัยในความเข้าใจผิดนี้ไปได้ การพิจารณาในธาตุ สี่ต้องเน้นหนักในธาตุดินให้มาก ส่วนธาตุอื่นๆ ก็ให้พิจารณาระดับรองลงมาก็ได้ ใจที่หลงในอรรถา ตัวตนก็มาหลงในธาตุดินนี้เป็นจุดเริ่มต้น จากนั้นจึงได้หลงในธาตุอื่นๆ ต่อไป การพิจารณาธาตุใดก็ ให้เป็นไปตามที่เรากำหนดเอาไว้ เช่นพิจารณาให้เป็นไปในความไม่เที่ยง พิจารณาให้เป็นไปใน ความทุกข์ พิจารณาให้เป็นไปในอนัตตาพิจารณาให้เป็นไปในความเป็นโรครภัย พิจารณาให้เป็นไป ในธาตุอาศัยชั่วคราว พิจารณาให้เป็นไปในอสุภะความสกปรกโสโครก พิจารณาให้เป็นไปในเรื่อง กายกับใจจะพลัดพรากจากกัน พิจารณาให้เป็นไปในป่าช้าผิติดิบ การพิจารณาธาตุสี่ทั้ง ๘ อุบายนี้ให้ พิจารณาเป็นเรื่อยๆ ไป เพื่อให้ใจเกิดความเคยชินในการใช้ปัญญา เมื่อพิจารณาแต่ละอย่างมีความ ชำนาญแล้วจึงเอามาพิจารณารวมกันในภายหลัง

อุบายการพิจารณานั้น จะชี้แนะเอาไว้เพียงย่อมน้อยๆ ไปให้ท่านใช้ปัญญาของตัวเอง เช่น พิจารณาธาตุดินว่าเป็นสิ่งที่ไม่เที่ยง ให้ตั้งสมมุติฐานจินตนาการขึ้นมาจากวัยเด็ก หรือสมมุติฐาน จินตนาการขึ้นมาตั้งแต่เป็นก้อนเลือดอยู่ในท้องแม่มาก็ได้ แล้วให้เรียงลำดับมาตามเหตุปัจจัยว่า แต่ ละวัยมีการเปลี่ยนแปลงอย่างไร ก็ให้จินตนาการออกมาตามเหตุปัจจัยนั้นๆ ว่าวัยเด็กมีพฤติกรรม เป็นอย่างไร ถ้านึกไม่ได้ ก็ให้คาดการณ์ไปตามวัยเด็กอื่นๆ ที่เราเห็นอยู่มาประกอบการพิจารณาได้ เพราะวัยเด็กต่างๆ ไปกับวัยที่เราเป็นเด็กก็มีพฤติกรรมเหมือนกัน เมื่อเราเป็นเด็กโตขึ้นมาแล้วพอจะ จดจำอะไรได้ ก็ให้เรียบเรียงธาตุขั้นของวัยนั้นๆ ว่ามีความเปลี่ยนแปลงไม่เที่ยงเป็นอย่างไร จนถึง วัยหนุ่มสาววัยชราว่า ธาตุขั้นมีการเปลี่ยนแปลงอย่างไรก็ให้นำมาพิจารณา ให้เรียงลำดับในความ ไม่เที่ยงของร่างกายมาจนถึงปัจจุบันและพิจารณาต่อไปว่า อายุของธาตุขั้นเมื่อล่วงเลยไปหลายปี ย่อมมีการแก่เฒ่า ถ้าเรายังไม่แก่เฒ่า ก็ให้เอาคนที่แก่เฒ่ามาเป็นพยานบุคคล เป็นพยานหลักฐาน ยืนยันว่า เมื่ออายุเราแก่ถึงเพียงนั้น ธาตุขั้นเราก็จะแก่เฒ่าเหมือนกันกับท่านเหล่านั้น พฤติกรรม ของคนเฒ่าคนแก่เป็นอย่างไร เราก็จะเป็นไปอย่างนั้น การใช้ปัญญาพิจารณานั้น คิดพิจารณาได้ทั้ง อดีต พิจารณาได้ในปัจจุบันและพิจารณาได้ในอนาคต ไม่เหมือนกับการทำสมาธิ การทำสมาธิ

ให้อยู่ในปัจจุบันนี้เป็นหลัก อดีต อนาคตตัดทิ้งไป นี่เป็นวิธีแนะแนวทางในการใช้ปัญญาพิจารณา  
ธาตุให้เป็นไปในความเป็นจริง

ในขั้นนี้จะได้ชี้แนะในการใช้ปัญญาพิจารณาความทุกข์ที่เกิดขึ้นเนื่องจากร่างกาย จะอธิบาย  
ไว้เพียงย่อย่อ พอเป็นแนวทางให้ท่านได้เข้าใจ ที่จริงแล้วร่างกายไม่มีความทุกข์แต่อย่างใด แต่ดูผิว  
เผินแล้วเหมือนกับร่างกายเป็นทุกข์ ที่จริงแล้วความทุกข์ของร่างกายเป็นสื่อของใจที่เชื่อมโยงถึง  
ร่างกายเท่านั้น หรือเป็นทุกข์เพราะใจครองร่างกายนี้อยู่ ถ้าใจปราศจากร่างกายนี้ไปแล้ว ความทุกข์  
ของร่างกายจะไม่มีเลย จะเอาร่างกายนี้ไปสับไปฟันเอาไฟเผา ร่างกายก็ไม่มีความทุกข์เดือดร้อนแต่  
อย่างใด ในขณะที่ใจยังครองร่างกายนี้อยู่ ความทุกข์ย่อมเป็นสื่อถึงกันทั้งกายและใจ เหตุปัจจัยใน  
ร่างกายที่จะนำไปเป็นทุกข์ทางใจนั้นมีมาก เป็นทุกข์เพราะธาตุขันธ์เกิดความวิบัติภายใน เป็นไป  
ตามอนิจจังความไม่เที่ยง ก็เป็นสื่อให้เกิดความทุกข์ถึงใจ หรือเนื่องจากเหตุปัจจัยภายนอกมา  
กระทบร่างกาย แล้วเป็นสื่อกระทบถึงใจ ฉะนั้น ความทุกข์จึงมีใจเป็นหลัก ร่างกายจะเกิดอุบัติเหตุ  
ขึ้นด้วยวิธีใด ทำให้แขนขาด ขาขาด ตาบอด หูหนวก ไฟไหม้ น้ำร้อนลวก ูกัด แมลงต่อย อย่างไรก็ตาม  
ความทุกข์นั้นจะเป็นสื่อเข้าหาใจทั้งหมด ความทุกข์ที่เกิดจากร่างกายเป็นต้นเหตุนี้ก็มีมาก มีทั้ง  
เหตุปัจจัยเกิดขึ้นจากภายใน มีทั้งเหตุปัจจัยเกิดขึ้นจากภายนอก เหตุปัจจัยที่จะทำให้เกิดความทุกข์  
ทางกายและใจนั้นมีมาก ให้พิจารณาดูทั้งเราทั้งเขาว่า ทุกคนมีความทุกข์ด้วยกันทั้งนั้น ใครจะทุกข์  
ในเหตุปัจจัยอะไรนั้น ไม่สามารถจะพรรณนาให้จบสิ้นได้ ถ้าดูลักษณะในการกระทำและการ  
แสดงออกทางกายวาจาจะรู้ได้ ทันทิว่าผู้ที่มีปัญหาในความทุกข์ ส่วนความทุกข์ที่มีกับบุคคลอื่นก็  
นำมาพิจารณาได้ ในจุดสำคัญต้องการให้เราทุกข์เห็นทุกข์ภายในตัวเราเอง ส่วนพิจารณาทุกข์ของ  
ผู้อื่นเป็นอุบายประกอบในการน้อมเข้ามาหาตัวเราให้รู้เห็นว่า ทั้งเราและเขามีความทุกข์เหมือนกัน

การพิจารณาร่างกายก็ให้รู้ว่าร่างกายเพียงเป็นที่พักอาศัยของใจชั่วคราวเท่านั้น ที่พักของใจ  
นี้มีใช้ว่าจะมาพักในร่างกายมนุษย์นี้เท่านั้น ถ้าสร้างกรรมไม่ดีมา อาจจะได้ไปพักอยู่กับร่างกายของ  
หมู่มสัตว์ดิรัจฉานอย่างใดอย่างหนึ่งก็เป็นได้ ฉะนั้น ใจจึงไม่มีที่อยู่แน่นอน จึงเป็นใจเร่ร่อน  
พเนจรไปตามกระแสของกรรมจะไปพักพึ่งอิงอาศัยอยู่กับภพใดชาติใดไม่คงที่ นั่นก็เพราะกรรมจะ  
เป็นตัวกำหนดพาไปเอง ในชาตินี้เป็นชาติที่โชคดีนำภพภูมิใจเป็นอย่างมาก ที่ได้ภพชาติเกิดมาเป็น  
มนุษย์และโชคดีที่ได้มาเกิดในช่วงที่มีพระพุทธศาสนา ที่เกิดมาในชาติอดีตนั้น อาจจะมีเกิดผิดพลาด  
ได้ พระพุทธเจ้าอุบัติเกิดขึ้นในโลกนี้แล้ว เราอาจจะไปตกอยู่ในนรกขุมไหนก็ไม่รู้หรือไปเกิดเป็น  
สัตว์ดิรัจฉานอย่างใดอย่างหนึ่งก็เป็นได้ถึงอย่างไรก็ตามชาตินี้เรามีโอกาสดีแล้ว ถึงจะมาอาศัย  
ร่างกายชั่วคราวก็ไม่เป็นไร แต่จะอาศัยร่างกายนี้สร้างความดีให้เต็มที ในช่วงนี้พระธรรมวินัยยังมี  
ความอุดมสมบูรณ์ ครูอาจารย์ที่ท่านมีความฉลาดรอบรู้ยังมีอยู่ ร่างกายเราก็มีความพร้อมในมนุษย์  
สมบัติ เราจะบำเพ็ญกุศล ได้อย่างเต็มที่ มีการให้ทานรักษาศีล ให้เต็มความสามารถ เฉพาะการภาวนา  
ปฏิบัติถือว่าเป็นหลักสำคัญอย่างยิ่ง เพราะเป็นอุบายวิธีฝึกใจให้เป็นโยคาวจร อันจะข้ามลวงพ้นไป

จากภพทั้งสาม การที่จะข้ามพ้นไปได้ใจจะไม่หลงในภพชาติที่เกิด เพราะภพชาตินั้นไม่ถาวรมั่นคง ก่อนที่ร่างกายนี้จะสูญสลายตายไป ใจจะออกจากร่างกายนี้ไป จะได้ตัดดวงเอาบุญกุศล เอาร่างกาย ประกอบในการภาวนาปฏิบัติให้เต็มที่ นั่นเรียกว่าผู้ไม่ประมาทในชีวิต อีกไม่กี่วันใจกับร่างกายก็จะพลัดพรากจากกันแน่นอน

ร่างกายนี้มีความสำคัญเฉพาะโมหบุรุษ โมหสตรีที่จะอยู่เป็นคู่สร้างโลกอีกต่อไป ไม่มี พระพุทธเจ้าพระองค์ใดที่จะทำให้มนุษย์หลุดพ้นถึงพระนิพพานพร้อมกันได้ เพราะนิสัย वासนา สติปัญญาของมนุษย์ไม่เท่าเทียมกัน จึงได้ตัดค้างอยู่ในโลกนี้มาจนถึงปัจจุบัน หรือจะตกค้างต่อไป ในภพชาติหน้านานเท่าไรไม่มีใครรู้ได้ เหตุที่มนุษย์ตกค้างอยู่ในโลกนี้มายาวนาน ก็เพราะคนสอง คนเป็นต้นเหตุ นั่นคือผู้หญิงและผู้ชายที่เกาะถ่วงกันอยู่ไม่ยอมปล่อยวางซึ่งกันและกัน พระพุทธเจ้า รู้แนวทางที่สลัดผู้หญิงหนีไปได้ พระองค์ก็ได้หลุดพ้นไปจริงๆ วิธีสลัดให้คนทั้งสองได้แยกทางกัน นั้นไม่ยากเลย แต่จะยอมปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธเจ้าหรือไม่เท่านั้น ถ้าไม่ปฏิบัติตามก็สลัด ออกจากกันไม่ได้ ในครั้งพุทธกาลมีพุทธบริษัททั้งหลายได้ปฏิบัติตาม จึงได้สลัดทิ้งจากผู้หญิง ได้ สลัดทิ้งจากผู้ชายนี้ไปมากมายทีเดียว นั่นคือการพิจารณาสุภะในร่างกาย เพราะร่างกายนี้เป็นสื่อ ให้มนุษย์หลงกันได้ ไม่ว่าแต่มนุษย์จะหลงมนุษย์กันเอง จำพวกสัตว์ดิรัจฉานทุกประเภทก็หลงกัน ได้จึงเป็นธรรมชาติของหมู่สัตว์โลกต้องเป็นอยู่อย่างนี้ว่าการช่วยผู้ให้ฝ่ายหนึ่งฝ่ายใดหลงในตัวเองนั้น ย่อมทำได้ แต่ถ้าฝ่ายหนึ่งไม่หลงตามแล้ววิธีการช่วยต่างๆ ก็ไม่มีความหมายอะไร ฉะนั้น การ พิจารณาสุภะ ความไม่สวยไม่งาม ความสกปรกโศโครก ในร่างกายตนและร่างกายคนอื่นจึงเป็นวิธี ป้องกันตัวเองไม่ให้เกิดความหลง เป็นวิธีป้องกันไม่ให้เกิดความรุ่มร้อนในราคะตัณหา ผู้ปฏิบัติ ภาวนาควรฝึกปัญญาพิจารณาในสุภะนี้ให้ได้ ถึงจะไม่เบื่อหน่ายอย่างเด็ดขาดและสลัดทิ้งไปใน ชาตินี้ได้ แต่จะเป็นนิสัยเป็นปัจจัยในชาติหน้า ถ้าพิจารณาสุภะความไม่สวยงามในร่างกายนี้อยู่ บ่อยๆ ไม่แน่อาจจะเกิดความเบื่อหน่ายคล้ายกำหนด บรรลุธรรมเป็นพระอริยเจ้าขั้นใดขั้นหนึ่งก็ เป็นได้

### ความตายเป็นสิ่งที่แน่นอน

อุบายการพิจารณาความตาย ก็เป็นอุบายต่อเนื่องจากอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ดังที่ได้อธิบาย มาแล้ว ฉะนั้น การพิจารณาความตาย หมายถึงให้รู้จักความสิ้นสุดของชีวิต ถ้าคิดดูเพียงผิวเผินเห็น ว่าเป็นสิ่งที่น่ากลัว คิดเอาเองว่า เมื่อตายไปแล้วจะอยู่อย่างไร กินนอนอย่างไร มีใครพอจะรู้จักบ้าง ไหม ความสะดวกความสบายความอบอุ่น จะเหมือนกับอยู่กับพ่อแม่ญาติพี่น้องเพื่อนฝูงนี้หรือไม่ ถ้าคิดไปในทำนองนี้จะเกิดความกลัวตายขึ้นมาทันที ฉะนั้นจึงเปลี่ยนวิธีการคิดเสียใหม่ โดยใช้ ปัญญาปรับความเข้าใจในตัวเองว่า เราเกิดในโลกนี้เป็นเพียงมาท่องเที่ยวชั่วคราวระยะเวลาอันสั้น ไม่กี่ วันเราก็หนีจากที่นี่ไป หรือเรามาเที่ยวชมงานมหรสพ งานนี้มีคนเข้ามาชมมาเป็นจำนวนมาก มี ความสนุกสำราญอย่างไร เรามาสังเกตเหตุการณ์ดูเท่านั้น เมื่อเข้ามาดูแล้วไม่เป็นไปตามที่เราคาดคิด

ไว้เลย ทำไมโลกนี้จึงมีความยุ่งเหยิงถึงขนาดนี้ ช่างกันตีกันตายไปไม่เว้นแต่ละวัน คนที่เข้ามาในงานนี้มีนักปราชญ์จำนวนน้อยแต่คนอันธพาลมีในงานนี้มากมาย ไม่มี หิริ ความละอาย ต่อบาปกรรมที่ทำลงไป โอดต้อปะ ไม่เกรงตัวต่อบาป ที่จะตามสนอง ผัวฆ่าเมีย เมียฆ่าผัว พ่อแม่ฆ่าลูก ลูกฆ่าพ่อแม่ หรือเรื่องอื่นๆ มีมากกว่านี้ให้นำมาคิดเพื่อเป็นคติสอนใจ เหมือนกับว่าเรามีภัยอยู่รอบตัวจะหาความสุขสบายในโลกนี้ไม่มีเลย ถึงชีวิตเราจะสิ้นสุดตายในวันไหนก็จะเป็นไปเหมือนกับความฝัน เราเคยเกิดเคยตายมาแล้ว ในอดีตจนนับชาติไม่ถ้วนประมวลไม่ได้ ชาตินี้จะตายวันไหนก็ไม่รู้ ถ้ายังไม่ตาย เราจะบำเพ็ญกุศลต่อไป การภาวนาปฏิบัติก็ไม่ลดละ การไหวพระสวดมนต์ก็ไม่ทอดทิ้ง จะสร้างความดีต่อไป จนกว่าชีวิตจะหาไม่ ให้ตั้งใจว่าเราจะมาดูความจริงของโลกเท่านั้น

การพิจารณาในอนัตตา ก็ใช้ปัญญาหักล้างในความเห็นว่าอัตตา ในธาตุสี่นั่นเอง ความเข้าใจเดิมว่าเป็นอัตตา เมื่อพิจารณาให้ถึงที่สุดแล้ว ความเข้าใจเดิมก็หมดสภาพไป ไม่มีธาตุส่วนไหนเป็นอัตตาตัวตนเริ่มต้นจากการแยกธาตุทั้งสี่ออกจากกัน ธาตุดินก็เป็นอีกส่วนหนึ่ง ธาตุน้ำก็เป็นอีกส่วนหนึ่ง ธาตุลมธาตุไฟ ก็แยกออกไปคนละส่วน แล้วเอาแต่ละส่วนมาแยกออกเป็นปลีกย่อยออกไป ถ้าธาตุดินก็แยก ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ กระดูก เยื่อในกระดูก ม้าม หัวใจ ตับ พังผืด ไต ปอด ลำไส้ใหญ่ ลำไส้เล็ก อาหารใหม่ อาหารเก่า เยื่อในสมอง ถ้าเป็นธาตุน้ำก็แยกออกเป็นน้ำดี น้ำเสลด น้ำเหลือง น้ำเหงื่อ น้ำมันข้น น้ำตา น้ำมันเหลว น้ำลาย น้ำมูก น้ำมันไขข้อ น้ำมูตร ส่วนธาตุลมและธาตุไฟนั้นก็ให้พิจารณาไปตามอาการ เช่น ลมในท้อง ลมในไส้ ลมพัดไปตามร่างกาย ลมหายใจเข้าออก ธาตุไฟเป็นธาตุที่ทำให้ร่างกายมีความอบอุ่น ไฟที่เผาอาหารให้ย่อย สองธาตุนี้จะพิจารณาทีหลังก็ได้ การพิจารณาที่สำคัญคือธาตุดินที่เป็นธาตุหลัก การที่เข้าใจว่าเป็นคนก็คือธาตุดินนี้เอง ฉะนั้น จึงยกเอาแต่ละส่วนของธาตุดินขึ้นมาพิจารณาให้เป็นอุบายสอนใจว่า ตรงไหนเป็นอัตตาตัวตนของเรา จงทำความเข้าใจในตัวเองว่าไม่มีอะไรเป็นตัวตนของเรา จะพิจารณาธาตุน้ำก็ให้เป็นไปเหมือนกันกับธาตุดิน ให้พิจารณาบ่อยๆ ให้ทำความเข้าใจว่า ไม่มีธาตุส่วนไหนเป็นอัตตาตัวตนให้ใจเกิดความรู้สึกว่า เบื่อหน่ายไม่ยึดถือในตัวตนจริงๆ หรือจะใช้วิธีกำหนดในสมมุติของร่างกายออกเป็นชิ้นเล็กชิ้นใหญ่ แล้วสมมุติเอาไฟเผาให้เหลือเพียงกระดูก แล้วสมมุติเอากระดูกบดให้ละเอียดผสมกับธาตุน้ำไปให้สมมุติทำอย่างนี้อยู่บ่อยๆ ใจก็จะค่อยๆ รู้จริงเห็นจริงตามความเป็นจริงไปได้

การใช้ปัญญาพิจารณาตนในส่วนที่เป็นนามคือเวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ การพิจารณาในนามสื่ออย่างนี้ ต้องฝึกจิตให้เป็นสมาธิ มีความตั้งมั่นอยู่เสมอ เพราะเป็นนามส่วนละเอียด หรือเรียกว่าอาการของใจ ต้องใช้ปัญญาขั้นละเอียดจึงจะรู้เห็นอารมณ์ของใจได้ ในครั้งแรกก็พิจารณาในลักษณะหยาบๆ ไปก่อน ต้องขยันทำสมาธิและขยันในการใช้ปัญญาพิจารณา ตั้งใจปฏิบัติอย่างนี้อยู่บ่อยๆ ก็จะค่อยเกิดความละเอียดไปเอง การพิจารณาเวทนาว่าเป็นตนนั้นต้องรู้จักจิต เพราะเวทนาเป็นอาการของจิตหรือเรียกว่าอารมณ์ของจิต เกิดขึ้นจากจิต จิตเป็นอย่างไร เวทนาจึงเป็นอย่างนั้น เวทนาอยู่ไหนจิตก็อยู่ในที่นั้น คำว่าเวทนา คือ อารมณ์ที่จิตเสวยอยู่ อารมณ์ของจิตนี้มีสามประเภท

ได้แก่ สุขารมณ์ ทุกขารมณ์ และอุเบกขารมณ์ หรือเรียกว่า สุขเวทนา ทุกขเวทนา อุเบกขาเวทนา  
นั่นเอง เวทนานี้ต่อเนื่องกันกับการสัมผัสในอายตนะ คือ ตาสัมผัสรูป หูสัมผัสเสียง จมูกสัมผัสกลิ่น  
ลิ้นสัมผัสรส โผฏฐัพพะคือกายสัมผัสกับสิ่งต่างๆ หรือทั้งหมดเรียกว่า กามคุณห้านี้ เป็น  
องค์ประกอบให้เกิดเวทนา คืออารมณ์ของจิต การสัมผัสในกามคุณห้านี้มีมากมาย มีทั้งอารมณ์เก่ามี  
ทั้งอารมณ์ใหม่ทับถมกัน มีทั้งอารมณ์ที่ชอบใจ อารมณ์ที่ไม่ชอบใจ และอารมณ์กลางๆ อารมณ์ของ  
จิตนี้จะมีความรุนแรงไม่เท่ากัน บางครั้งมีความรุนแรงในอารมณ์ที่ทุกขใจบางครั้งมีความรุนแรงใน  
อารมณ์ที่สุขใจ บางครั้งเฉยๆ ไม่ดีใจไม่เสียใจกับสิ่งใดๆ ที่เกิดขึ้น

ปัญญาพิจารณาในเวทนา

ปัญญาพิจารณาในสัญญา

ปัญญาพิจารณาในสังขาร

ปัญญาพิจารณาในสมมุติ

วิญญานเป็นประธานในขั้นห้า

รักษาใจด้วยสติปัญญา

ผลของการปฏิบัติเกิดจากปัญญาของตัวเองเท่านั้น

พิจารณาตามไตรลักษณ์คือหลักวิปัสสนา

ศีล สมาธิ เป็นอุบายเสริมปัญญา

การใช้ปัญญาอย่าเอาตามตำรา และอย่าทิ้งตำรา

ปัญญาหนุนสมาธิ สมาธิหนุนปัญญา

นิमितเป็นอุบายในการใช้ปัญญา

พุทธโธ : ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน

ใคร่ครวญก่อนตัดสินใจ

โง่ฉลาดเหมือนตาบอดคลำช้าง

วางทิศทางให้ตรงต่อจุดหมาย

มักคามักคณฺณเกิดจากปัญญา

เหตุผลเป็นตัวตัดสินใจถูกต้อง

เหตุไม่เกิดปัญญา

บทส่งท้าย

ส่วนหนึ่งจากหนังสือ

## สัมมาทิฐิ

### เล่ม ๒

โดยพระอาจารย์ทูล ชิปปปัญโญ

วัดป่าบ้านค้อ ต.เขื่อน้ำ อ.บ้านฝ้อ จ.อุดรธานี

### บทส่งท้าย

พระพุทธเจ้ารู้วิธีที่จะประกาศพระพุทธศาสนาและรู้วิถีภาวนาปฏิบัติ มีวิธีที่รวบรัด เพื่อบรรลุเป็นพระอรหันต์ได้อย่างถูกต้อง ไม่เหมือนลัทธิอื่นๆ ที่ทำกัน พวกดาบศตวรรษลัทธิอื่น เขาทำสมาธิเพื่อให้จิตมีความสงบเพียงอย่างเดียว แต่พระพุทธเจ้าสอนภาวนาปฏิบัติไว้สองหลัก เรียกว่ากรรมฐานสอง นั่นเอง ได้แก่ สมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐาน การปฏิบัติในกรรมฐานทั้งสองนี้จะเริ่มต้นจากกรรมฐานอะไร ส่วนใหญ่ที่ปฏิบัติกันอยู่ทุกวันนี้ เริ่มจากการปฏิบัติในสมถกรรมฐานที่เรียกว่า สมาธิ ถ้าพิจารณาเหตุผลในครั้งพุทธกาลแล้ว เริ่มการปฏิบัติจากปัญญาก่อนสมาธิ มีมรรค ๘ เป็นหลักฐานยืนยัน พระองค์ได้มองเห็นความมั่นคงในความเห็นเป็นจุดเริ่มต้นเพราะคนเรามีความเห็นที่เป็นมิจฉาทิฐิ มีความเห็นผิดเป็นนิสัย พระองค์ต้องแก้ไขในจุดนี้ก่อน จึงมีหลักการที่ตั้งไว้ตายตัวว่า ประการหนึ่ง สัมมาทิฐิฝึกให้เกิดความเห็นชอบเห็นจริงตามหลักความเป็นจริง ประการที่สอง ฝึกการดำริพิจารณาด้วยปัญญาให้ถูกต้องชอบธรรม ทั้งสองประการนี้ เป็นวิธีปฏิบัติเพื่อให้เปลี่ยนจาก มิจฉาทิฐิ ความเห็นผิด ให้มาเป็น สัมมาทิฐิ มีปัญญาเห็นอย่างชอบธรรมและมีการเปลี่ยนแปลงจาก มิจฉาสังกัปไป การดำริตรตรงในทางที่ผิด ให้มาเป็น สัมมาสังกัปไป ปัญญาฝึกในการดำริพิจารณาให้ถูกต้องตามหลักความเป็นจริงทั้งสองอุบายนี้เป็นหลักยืนตัวในการปฏิบัติขั้นเริ่มต้น ถ้าไม่แก้ไขมิจฉาทิฐิ ความเห็นผิดให้หมดไปจากใจ ถ้ามิจฉาทิฐิ ความเห็นผิดยังฝังลึกอยู่ที่ใจ แล้วรีบด่วน ทำสมาธิ เมื่อทำสมาธิมีจิตสงบได้แล้ว กำลังของสมาธิก็จะเข้าไปเสริมความเห็นผิดก็จะเกิดความเห็นผิดอื่นๆ ขึ้นไป ที่เรียกว่า มิจฉาสมาธิ ความตั้งใจมั่นที่ผิด จึงเกิดเป็นวิปัสสนา เกิดเป็นวิปัสสนูปกิเลส ที่รู้กันอยู่ในปัจจุบัน

ฉะนั้น พระพุทธเจ้าจึงได้วางหลักปัญญาไว้หลายขั้นตอน เริ่มจากสุดมยปัญญา จินตามยปัญญา และภาวนามยปัญญา สำหรับสุดมยปัญญานั้นเป็นขั้นการศึกษาในภาคปริยัติ ในภาคปริยัตินั้นก็แบ่งการศึกษาออกเป็น ๓ หมวด ได้แก่ หมวดที่หนึ่ง พระสูตร หมายถึง หมวดธรรมต่างๆ ที่มีอยู่ในตำรา หมวดที่สอง พระวินัย หมายถึง หมวดศีล เริ่มจากศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๑๐ และ ศีล ๒๒๗ หมวดที่สาม พระอภิธรรม ว่าด้วยจิต เจตสิก รูปและนิพพาน ปัญญาในอีกระดับหนึ่งคือ จินตามยปัญญาเป็นการศึกษาวิเคราะห์ที่ใคร่ครวญโดยเทียบเคียงคู่ไปกับหลักปริยัติ โดยใช้สติปัญญาไหวพริบเฉพาะตัวที่เกิดจากการสังสมความรู้ความเห็นจากการฟังหรือสนทนาในธรรมกับท่านผู้รู้ ตลอดทั้งที่ได้จากการอ่านศึกษาจากตำรับตำรา แล้วนำมาพิจารณาวิเคราะห์วิจัยแยกแยะด้วยเหตุและผล ให้

เป็นไปตามความเป็นจริงอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอ เมื่อใจยอมรับความจริง ก็จะยกระดับเข้าสู่ชั้น  
ภวนามยปัญญาต่อไป

ในองค์มรรค๘ นั้น แต่ละข้อจะต้องมีปัญหาความเห็นชอบเป็นหลักใหญ่กำกับไว้ทุกข้อ  
เพราะปัญญาความเห็นชอบเป็นใหญ่เป็นประธานให้แก่มรรคทั้งหลาย เมื่อย่อมมรรค๘ ลงเป็นหมวด  
ศีล สมาธิ และปัญญาแล้ว ในหมวดศีล หมวดสมาธิ ก็ต้องมีปัญญารู้รอบแครงอยู่ทั้งหมด ถ้าจะ  
เรียบเรียงลำดับตามหลักเดิมในองค์มรรคจะออกมาเป็น ปัญญา ศีล และสมาธิ ถ้ามีความสงสัยให้ไป  
เปิดดูตำราในข้อธรรมว่าด้วย มรรค๘ ก็แล้วกัน

สุดมยปัญญาจะมีการศึกษาในหมวดปริยัติหมวดศีล และหมวดสมาธินี้ทั้งหมด ส่วนจินตามย  
ปัญญาเป็นอุปายในการกลั่นกรองในหมวดธรรมนั้นๆ มาปฏิบัติ ถึงจะเรียนรู้ในธรรมะมาก มิใช่ว่า  
จะเอามาปฏิบัติได้ทั้งหมด จึงเป็น รัมมวิจยะ เลือกเฟ้นเอาหมวดธรรมที่จำเป็นเหมาะสมพอที่จะ  
ปฏิบัติ ให้เกิดความรู้แจ้งเห็นจริงในหมวดธรรมนั้นๆ เรียกว่า ปฏิบัติธรรมในสมควรแก่ธรรม เหมือน  
ยารักษาโรคถึงยาจะมีอยู่ในบ้านหลายชนิดก็ตาม แต่ก็เลือกเอายาที่จำเป็นเห็นว่า จะรักษาโรคให้  
หายไปได้ ให้รู้จักโรคที่มีอาการกำเริบและรู้จักยาที่จะนำมารักษาโรคนั้นๆ เมื่อเอายามาทาหรือ  
รับประทาน โรคนั้นก็จะมีการทุเลาและหายไป นี่ฉันใด ผู้ปฏิบัติต้องรู้จักความกำเริบของใจที่เป็นไป  
ในกิเลสตัณหาว่าเป็นอย่างนี้ๆ จึงมีอุปายวิธีเลือกเฟ้นธรรมหมวดนั้นๆ มาปฏิบัติให้ตรงกับใจที่  
กำเริบอยู่ จึงเรียกว่า ผู้มีความฉลาดรอบรู้ในการปฏิบัติธรรม ถ้าปฏิบัติอยู่ในลักษณะนี้กิเลสตัณหาที่  
พาให้ใจมีความกำเริบในความรักความใคร่ ความพอใจในกามคุณ ก็จะมีเบาบางไปหรือหมด  
จากใจไปในที่สุด ธรรมะใช้สำหรับแก้กิเลสตัณหาโดยตรง แต่ต้องแก้ไขให้ถูกจุดตรงต่อเป้าหมาย ถ้า  
ปฏิบัติได้แบบนี้ กิเลส ตัณหา ราคะ โทสะ โมหะ อวิชชาจะหลบตัวอยู่ที่ไหนได้เล่า เพราะสติปัญญา  
นำธรรมะเข้าไปชักฟอกชำระอยู่ตลอดเวลา กิเลสตัณหาจะเกาะใจอยู่ได้อย่างไร มีแต่จะสิ้นบรรลัย  
หายสาบสูญไป ถ้าปฏิบัติต่อเนื่องอย่างนี้ คุณธรรมที่ยังไม่เคยรู้เห็นมาก่อนว่าเป็นอย่างไร ก็จะได้  
สัมผัสด้วยใจในขณะนั้นธรรมที่ไม่เคยรู้ก็จะรู้ ธรรมที่ไม่เคยเห็นก็จะเห็นเป็นปัจเจกตั้ง รู้ได้เฉพาะตัว  
เองทันที ไม่มีใครเป็นพยานยืนยันให้ ไม่มีใครจะมาพยากรณ์ให้ จึงเป็นสุทธินิสาธิ ปัจเจกตั้ง ญาณโย  
นานยังวิโสชเย ความบริสุทธิ์และไม่บริสุทธิ์ จะรู้เฉพาะตัว คนอื่นหารู้กับเราไม่

ฉะนั้น การปฏิบัติธรรมต้องรู้ตัวเองและรู้หมวดธรรมที่จะนำมาปฏิบัติให้มีความเหมาะสม  
เหมือนกันกับวัยเด็ก หรือผู้ใหญ่ที่จะให้หมอรักษาโรค หมอก็ต้องรู้จักว่า เด็กนั้นควรจะให้ยาอย่างไร  
ขนาดไหน ผู้ใหญ่ควรจะให้ยาอย่างไรขนาดไหน ถ้าให้ยาไม่ถูกกับโรคก็ยากที่จะหายได้ หรือเด็กที่  
ให้ยาแรงเกินไป ชาติรับไม่ไหวก็ไม่เป็นผลดีอะไร นี่ฉันใด การรู้เห็นในอุปายธรรมปฏิบัติที่ยังไม่  
เข้าใจลึกซึ้งพอ ไม่รู้ว่าธรรมะหมวดไหนควรนำมาปฏิบัติก่อน ไม่รู้ว่าธรรมะหมวดไหนควรนำมา  
ปฏิบัติทีหลัง ธรรมะหมวดใดจัดอยู่ในหมวดระดับพื้นฐาน ระดับกลางหรือระดับสูง ตลอดทั้งการ  
กำหนดขั้นตอนในการปฏิบัติไม่ทราบว่าจะเริ่มต้นอย่างไร แต่อยากบรรลุมรรคผลนิพพาน การ  
ปรับตัวเข้าหาธรรมะ หรือเอาธรรมะมาฝึใจตัวเอง ยังไม่เข้ารูปเข้ารอย แต่อยากรู้แจ้งเห็นจริงใน



ธรรมอยากหลุดพ้นจากกระแสของกิเลสตัณหา เข้าใจว่าทำสมาธิให้จิตมีความสงบแล้วจะเกิดปัญญาขึ้นก็เชื่อตามนั้น โดยขาดเหตุผลและหลักฐานมายืนยันว่าในครั้งพุทธกาล มีใครบ้างที่ทำให้จิตสงบเป็นสมาธิแล้วปัญญาเกิดขึ้น ถ้ามีเป็นพระอรหันต์บ้างก็ใครและพระพุทธเจ้าได้สอนหลักดังกล่าวไว้ที่ใด ฉะนั้น การปฏิบัติต้องมีขั้นตอนที่เหมาะสมถูกต้อง อย่าเอาตามความอยากของตัวเอง ในยุคนี้ไม่เหมือนในครั้งพุทธกาล ไม่มีพระพุทธเจ้าให้อุบายธรรมที่จำกัดแก่เราได้ จึงยากที่จะเอาหมวดธรรมนั้นมาปฏิบัติให้ถูกกับจริตของตัวเองได้ จึงค่อยเป็นค่อยไป ให้ปฏิบัติอยู่เนื่องนิตย์ก็แล้วกัน

ส่วนหนึ่งจากหนังสือ

## สัมมาทิฐิ

### เล่ม ๓

โดยพระอาจารย์ทูล ชิปโปบล โญ

วัดป่าบ้านค้อ ต.เขื่อน้ำ อ.บ้านฝ้อ จ.อุดรธานี

### คำสอนมี ๒ หมวด

ในคำสอนของพระพุทธเจ้านั้น พระองค์สอนให้ปฏิบัติตามบุญวาสนาบารมีของคน ถ้าบารมียังไม่พอที่จะได้บรรลุธรรมเป็นพระอรหันต์ได้ พระองค์ก็สอนวิธีการเสริมสร้างบารมีให้มากขึ้น ถ้าผู้มีบารมีพอจะบรรลุธรรมเป็นพระอรหันต์ได้ในชาตินี้ พระองค์ก็สอนอุบายในการปฏิบัติเพื่อให้ได้บรรลุธรรมในขั้นนั้นๆ ไป ดังจะได้อธิบายในขั้นตอนที่ต่อไปนี้ คำสอนของพระพุทธเจ้าแบ่งออกเป็น ๒ หมวดใหญ่ๆ ด้วยกัน ๑.เป็นคำสอนที่ตามกระแสโลก เรียกว่า กามาวจรกุศล ๒.เป็นคำสอนที่ทวนกระแสโลก คำสอนของพระพุทธเจ้าทั้งสองวิธีนี้จะมีแตกต่างกันอย่างไรร ให้ท่านผู้อ่านได้พิจารณาในเหตุผล

๑.ที่ว่าคำสอนของพระพุทธเจ้าเป็นไปตามกระแสโลกนั้น พระพุทธเจ้ามีพระญาณล่วงลึกสามารถรู้นิสัยบุญวาสนาและบารมีของมนุษย์ได้ทั้งหมด ว่าผู้นั้นมีบารมีพอจะได้เป็นพระอรหันต์ได้หรือไม่ ถ้ารู้ว่าบุญยังน้อยบารมียังไม่พออันธพาลยังไม่แก่ พระองค์ก็สอนในวิธีเสริมสร้างบารมีให้ท่านเหล่านั้นเอาไว้ การบำเพ็ญบุญบารมีอย่างไรเป็นไปเพื่อความเจริญในธรรม เพื่อประโยชน์ตน เพื่อประโยชน์ท่าน พระองค์ก็สอนให้ท่านเหล่านั้นได้ประพฤติปฏิบัติต่อไป และพระองค์ก็สอนในวิธีที่จะนำไปสู่ความหายนะ นำไปสู่ความทุกข์เดือดร้อนในอบายภูมิต่างๆ ในภพชาติต่อไป พระองค์ก็สอนเอาไว้ ความประพฤติทางกายวาจาใจอย่างไรเป็นไปในทางบาปอกุศล พระองค์ก็สอนไว้ทั้งหมด พระองค์สอนด้วยความรัก สอนด้วยความสงสาร ไม่อยากให้คุณบุตรลูกหลานได้ไปตกอยู่ในความทุกข์ยากลำบาก ไม่อยากให้ไปตกนรกน้อยใหญ่ ไม่อยากให้ไปเกิดในภพของเปรต ไม่อยากให้ไปเกิดในภพของสัตว์ดิรัจฉานหรือจะมาเป็นภพชาติของมนุษย์ พระองค์ก็ไม่อยากให้เกิดเป็นมนุษย์วิบัติที่ขาดความสมบูรณ์ เช่น รูปร่างกลางตัวไม่สมประกอบดังที่ได้เห็นกันในที่ทั่วไปหรือรูปร่างสมประกอบอยู่ก็ตาม แต่ผลของกรรมที่ตามสนองอยู่ก็ได้รับผลกระทบต่อไป ดังเห็นได้ในทั่วทุก

ประเทศเป็นที่น่าเวทียิ่งนัก นั่นคือกรรมได้ชั้ตทอดให้ได้ไปเกิดในที่เช่นนั้น เรียกว่ากรรมปิดบัง ในลักษณะนี้จะมีอยู่ทั่วประเทศในโลกนี้ แต่จะมีมากน้อยต่างกันเท่านั้น ในภพชาติอย่างนี้ พระองค์ก็มีความเมตตาสงสาร แต่ก็เหลือวิสัยเพราะเขาเหล่านั้นชอบทำตามใจตัวเองในทางชั่ว เขาก็จะได้รับผลชั่วต่อไป

พระพุทธเจ้าพยายามทุกอย่างเพื่อปกป้องไม่ให้คนทำความชั่ว แต่ก็ปกป้องได้เฉพาะผู้มีสติปัญญาที่ดี มีความละเอียดในการทำบาปอกุศล เป็นผู้ที่เชื่อผลของกรรมดีกรรมชั่วว่าให้ผลกับผู้กระทำเท่านั้น และผู้นั้นก็จะเลิกทำแต่กรรมดีตลอดไป เช่น ทาน ศีล ภาวนา เป็นต้น กรรมดีนี้เองจะเป็นเกราะกำบังไม่ให้กรรมชั่วอย่างอื่นเกิดขึ้นได้ กรรมดีทั้งหมดที่เราได้บำเพ็ญไว้ดีแล้ว จะไปเกิดในภพไหนชาติใดจะไม่ตกต่ำในภพชาตินั้นๆ ในการเวียนว่ายเกิดตายในโลกนี้อยู่ บุญบารมีนี้จะคลบบันดาลให้เราได้ไปเกิดในยุคพุทธศาสนาของพระพุทธเจ้าองค์ใดองค์หนึ่งในชาติหน้า เราก็จะได้ฟังธรรมจากพระพุทธเจ้าองค์นั้นๆ แล้วก็จะเกิดดวงตาเห็นธรรมรู้แจ้งเห็นจริงในธรรม เราก็จะได้บรรลุมรรคผลนิพพาน จึงเป็นการสิ้นสุดในภพชาติทั้งหลาย ไม่ได้เวียนว่ายเกิดตายในภพน้อยภพใหญ่อีกต่อไป นี่คือการสอนของพระพุทธเจ้าในชั้นกามาจรกุตล พระองค์สอนให้คนละในการทำชั่ว พุศชั้ว และสอนให้ละสมิจาภิฏฐิ ความเห็นผิดจากทำนองคลองธรรม และสอนให้บำเพ็ญบุญกุศลให้ถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาท ชาติชีวิตที่เรามีอยู่จะทำให้ประโยชน์อย่างเต็มที่ อย่าอ้างกาลเวลาในการสร้างบุญกุศล และอย่าอ้างกาลเวลาว่าเรายังมีวัยยังน้อยอยู่ เพราะความตายไม่เลือกวัยหนุ่มวัยแก่และวัยชรา ฉะนั้นต้องตั้งใจบำเพ็ญกุศลเสียนับแต่บัดนี้เป็นต้นไป

๒.อีกคำสอนหนึ่ง เมื่อพระองค์ยังทรงมีพระชนม์ชีพอยู่ พระองค์มีพระญาณหยั่งรู้ในบุญบารมีของมวลหมู่มนุษย์ได้อย่างถูกต้อง ว่าท่านผู้นี้มีบารมีพอที่จะได้บรรลุมรรคผลนิพพานได้ในชั้นใดชั้นหนึ่ง พระองค์ก็จะแสดงธรรมโปรดให้ท่านเหล่านั้นได้เกิดความรู้แจ้งเห็นจริงในธรรม อย่างน้อยจะได้บรรลุธรรมเป็นพระอริยเจ้าชั้นโสดาบัน เป็นพระอริยเจ้าชั้นสกิทาคามี เป็นพระอริยเจ้าชั้นอนาคามี หรือผู้ที่ได้สร้างบารมีมาอย่างสมบูรณ์แล้วก็จะได้บรรลุธรรมเป็นพระอรหันต์ เข้าสู่พระนิพพานตามพระพุทธเจ้าไป เมื่อมาถึงในสมัยนี้ พระพุทธเจ้าปรินิพพานไปแล้ว แต่พระองค์ก็ได้วางแนวทางที่จะเข้ากระแสพระนิพพานไว้ให้แก่พวกเรา และเป็นแนวทางที่พระพุทธเจ้าได้อธิบายไว้ อย่างชัดเจนทีเดียว เป็นแนวทางตรงที่สุด ถ้าผู้ปฏิบัติมีความตั้งใจจริงและมีความเชื่อมั่นว่าแนวทางนี้เป็นแนวทางของพระพุทธเจ้าและพระอริยเจ้าทั้งหลายได้ปฏิบัติผ่านพ้นเข้าสู่พระนิพพานไปแล้วไม่มีความกังขาลังเล ไม่มีความสงสัยลุ่มคล้ำ มีความมั่นใจอย่างเต็มที่ มีความเชื่อมั่นว่าตรงที่สุดและถูกต้องที่สุดแล้ว นั้นแลจึงจะทุ่มเทความพากเพียรลงไปได้เต็มที่ พร้อมทั้งบารมีก็ให้การสนับสนุน มรรคผลนิพพานก็จะเปิดรับทันที นี่คือนักปฏิบัติที่มีความเด็ดเดี่ยวกล้าหาญในการตัดสินใจ เป็นผู้ไม่มีภาระห่วงใยกับสิ่งใดๆ ในโลกนี้ เพราะท่านมีสติปัญญาเป็นอาวุธอยู่ในตัวจะไปกลัวอะไร ไม่มี

สิ่งใดมาขัดขวางปิดบังสติปัญญาได้เลย สติปัญญาจะฟันฝ่าอุปสรรคให้แตกกระจายไป ก็เลสตัณหาน้อยใหญ่จะมาใช้เล่ห์เหลี่ยมหลอกใจอย่างไรได้ ก็จะไม่หลงอีกต่อไป

ในยุคนี้สมัยนี้ผู้ที่ตีความให้เป็นไปตามแนวทางเดิมของพระพุทธเจ้านั้นอาจจะมีความแตกต่างกันไปใครจะตีความถูกต้องตามแนวทางเดิมของพระพุทธเจ้าหรือผู้ตีความที่แตกต่างกันไม่ เป็นไปตามแนวทางเดิมของพระพุทธเจ้า ก็ถือว่าตัวใครตัวมัน และการปฏิบัติก็เป็นตัวใครตัวมัน เช่นกัน ใครตีความถูกต้องก็ปฏิบัติถูกไป ใครตีความผิดก็ปฏิบัติผิดไป ใครๆ ก็มีความมุ่งหมายไปในทิศทางเดียวกันนั่นคือความพ้นทุกข์เหมือนกัน ใครจะทำได้หรือไม่ได้อย่างไรก็ให้อยู่ในความพยายามของแต่ละบุคคลไป แนวทางที่จะให้พ้นไปจากวัฏสงสารนี้มีเส้นเดียวเท่านั้น กระแสธรรมที่จะเกิดขึ้นกับพระอรหันต์ก็มีสายเดียวเช่นกัน ใครจับเส้นทางเดิมของพระพุทธเจ้าได้ ก็จะเป็นผู้เข้ากระแสธรรมแห่งมรรคผลนิพพานไป ฉะนั้นการตีความให้ถูกต้องกับความหมายเดิมของพระพุทธเจ้านั้น ในยุคนี้สมัยนี้พูดกันไปตามคนละวิธีกัน เช่นคำว่าวิปัสสนา เป็นต้น เพียงเท่านี้ก็ตีความหมายกันไปคนละอย่างและปฏิบัติไปคนละวิธีกัน แม้แต่มรรค๘ ที่เป็นหัวใจสำคัญในภาคปฏิบัติ ก็ตีความหมายไปต่างกัน ทั้งที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้ดีแล้ว และวางแนวทางไว้ตรงมรรคผลนิพพานที่สุดแล้ว เช่น สัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ นี่เป็นหลักของปัญญาที่ตายตัว สัมมาวาจา สัมมากรรมมันโต สัมมาอาชีโว นี่ก็เป็นหลักของหมวดศีลที่ชัดเจนทีเดียว สัมมาวาจาโม สัมมาสติ สัมมาสมาธิ นี่ก็เป็นหลักของหมวดสมาธิ การปฏิบัติเพื่อให้เป็นไปตามหลักเดิมของพระพุทธเจ้า ก็จะเป็นไปในรูปแบบ ปัญญา ศีล สมาธิ นั้นเอง

ส่วนการศึกษาจะออกมาในรูปแบบ ศีล สมาธิ ปัญญา ก็ไม่มีปัญหาอะไร เหมือนกับจับตัวอักษรหรือจับตัวอักษรที่ปรุไว้แล้ว จะจับขึ้นไหนดมาก่อนมาหลังไม่สำคัญ ข้อสำคัญคือการเรียงตัวอักษรและวางอักษรให้ถูกกับตำแหน่ง เพื่อจะอ่านในความหมายให้เข้าใจ ถ้าวางไม่ถูกตำแหน่งแล้วจะอ่านไม่ถูกกับความหมายได้เลย นี่ฉันใด การปฏิบัติในมรรค๘ ถ้าไม่เริ่มจากปัญญาความเห็นชอบเป็นพื้นฐานเอาไว้จะมีปัญหาในการปฏิบัติเป็นอย่างมาก เมื่อมีปัญญาความเห็นชอบถูกต้องดีแล้ว ก็จะเกิดความเห็นชอบในหมวดศีล และจะเกิดความเห็นชอบในหมวดสมาธิต่อไป ฉะนั้นปัญญาความเห็นชอบที่พระพุทธเจ้าได้วางเป็นหลักเกณฑ์เอาไว้อย่างตายตัวแล้ว ก็ควรปฏิบัติให้เป็นไปตามหลักเดิม เพราะเป็นหลักประกันในการปฏิบัติอย่างถูกต้อง พระพุทธเจ้าได้สอนในวิธีนี้แก่พุทธบริษัททั้งหลายมาแล้ว และได้บรรลุมรรคผลนิพพานไปมีจำนวนมาก ก็เพราะปฏิบัติเริ่มต้นจากปัญญาความเห็นชอบนั่นเอง ฉะนั้นผู้ปฏิบัติทั้งหลายที่เป็นปัญฺญาชน ควรใช้ความคิดที่มีเหตุผลพิจารณาให้เป็นไปตามหลักความเป็นจริง การปฏิบัติของเราจะเริ่มเข้าสู่กระแสธรรมใกล้ความจริงมากขึ้น ความจริงนี้มีสติปัญญาเท่านั้นจะพาให้จัดรู้เห็นได้ ส่วนอุบายธรรมหมวดอื่นๆ ก็เพียงเป็นอุบายเสริมให้สติปัญญามีกำลัง ฉะนั้น ผู้ปฏิบัติธรรมต้องฝึกใจให้มีความฉลาดรอบรู้ในหลักความเป็นจริงอยู่เสมอ อีกสักวันหนึ่งจะเป็นผู้รู้จริงเห็นจริงด้วยสติปัญญาจากตัวเราเองอย่างแน่นอน