

โอสาเรตัพพธรรม
หลักปฏิบัติเกี่ยวกับ
อภิญ्ञคิกมรรค วิสุทธิเจด และไตรสิกขา

— ๕ —

วันเสาร์ที่ ๑ พฤษภาคม ๒๕๑๔

ท่านสาธุชน ผู้สนใจในธรรมทั้งหลาย,

การบรรยายในวันนี้ มีหัวข้อที่ท่านทั้งหลายก็ทราบกันอยู่เป็น
อย่างดีแล้วว่าจะได้กล่าวถึง หลักปฏิบัติเกี่ยวกับ **อภิญ्ञคิกมรรค, วิสุทธิเจด**
และ **ไตรสิกขา**; เป็น ๓ เรื่องด้วยกัน. บางคนได้ฟังแล้ว อาจจะคิดว่า
มากมายเหลือเกิน; ข้อที่ผู้ได้ยินได้ฟังจะรู้สึกว่ามันมากมายเหลือเกินนี้แหละ
คือสิ่งที่ทำให้ต้องเอาเรื่องนี้มาพูด ก็เพื่อจะพูดให้เห็นว่า มันไม่มากมาย.

ปัญหานี้ก็เป็นปัญหาสำคัญอันหนึ่ง ที่กำลังมีอยู่ในเวลานี้; คือ
ข้อที่คนคิดว่าธรรมะนั้นมากมาย แม้แต่จะจำก็ไม่ได้แล้ว; อ้าวว่าแค่จะปฏิบัติเลย.
นั่นเป็นความเข้าใจที่ผิดอยู่; สิ่งที่เราเรียกว่าธรรมะนั้น ถ้ามีความเข้าใจถูกต้องดีแล้ว
มันจะเหลือเพียงเรื่องเดียว. แต่คนก็ยังมองไม่เห็นว่ามันจะเหลือเพียงเรื่องเดียว

๑๔๑

ได้อย่างไร; เราจึงต้องเอามาพูดกันวันนี้ พอเป็นตัวอย่าง. สำหรับผู้ที่ไม่คุ้นเคยกับการฟังเทศน์ฟังธรรม ก็จะมีรู้สึกว่า คำเหล่านี้เป็นคำแปลก หรือว่าเป็นคำที่ไม่รู้ว่าอะไรมาจากไหน.

รู้จัก ความเกี่ยวเนื่อง ของข้อธรรมะ เสียก่อน

คำว่า “อัฐฐังกมรรค” แปลว่า มรรคประกอบไปด้วยองค์ ๘. คำว่า “วิสุทธิเจต”^{*} ก็หมายความว่า ความบริสุทธิ์ ๗. คำว่า “ไตรสิกขา” ก็หมายความว่าสิกขา ๓. กลุ่มที่หนึ่งมีองค์ ๘, กลุ่มที่สองมีองค์ ๗, กลุ่มที่สามมีองค์ ๓; รวมกันเข้าก็เป็นตั้ง ๑๘ อย่างแล้ว, แล้วมันจะเป็นเรื่องเดียวกันได้อย่างไร ก็ลองฟังดูต่อไป. ทำไมจึงเอาเรื่อง ๓ เรื่องนี้มาพูด คือเรื่องอัฐฐังกมรรค, เรื่องวิสุทธิเจต, เรื่องไตรสิกขา? ทั้งนี้ก็เพราะว่า ทั้ง ๓ เรื่องนี้ก็คืออริยสัจจ์; ส่วนที่สำคัญที่สุด ของอริยสัจจ์ ทั้ง ๔ ก็คืออริยสัจจ์ที่ ๔ ซึ่งเรียกว่า มรรค หนทางปฏิบัติให้ถึงความดับไม่เหลือแห่งทุกข์. เรื่องอัฐฐังกมรรคก็คือ เรื่องวิสุทธิเจตก็คือ เรื่องไตรสิกขา^๕; ต่างก็เป็นหนทางปฏิบัติเพื่อให้ถึงความดับไม่เหลือแห่งทุกข์ ด้วยกันทั้งสิ้น.

นี่ก็เป็นการแสดงเงื่อนไขให้เห็นได้แล้วว่า ทั้งสามเรื่องนี้เป็นเรื่องเดียวกัน, โดยเนื้อแท้เป็นสิ่งที่เดียวกันด้วยซ้ำไป; แต่ที่มีชื่อต่างกันก็เพราะมองกันในแง่ต่างๆ กัน. และยิ่งกว่านั้น ธรรมะทั้ง ๓ กลุ่มนี้ มีวิธีปฏิบัติทางหลัก ที่จะเรียกว่าเป็นเคล็ดลับสำหรับปฏิบัติ ไปสู่ผลสุดท้ายได้ โดยง่าย. แล้วก็เป็นทางลัดทางเดียวกัน ใน การที่จะปฏิบัติธรรมะทั้ง ๓ หมวดนี้.

* วิสุทธิ ๗ คือ : สิวสุทธิ จิตวิสุทธิ ฌานวิสุทธิ กงขาวจรณวิสุทธิ มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ ปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธิ ญาณทัสสนวิสุทธิ.

ทีนี้ จะพูดกันโดยละเอียดต่อไปอีกสักเล็กน้อยว่า ข้อทั้ง ๓ กลุ่มนี้ เหตุไรจึงเป็นอริยสัจจ์ที่ ๔ ด้วยกัน? เมื่อเรียกว่า อวัฐฐกัมมรรค นั้น หมายถึงคัวหนทางที่จะเดิน เรียกว่าอวัฐฐกัมมรรค. ส่วนที่เรียกว่า วิสุทธิเจต นั้น หมายถึงการทำให้ได้ดีที่สุดในการเดิน, หรือการที่บุคคลผู้นั้นปฏิบัติได้ดีที่สุดในการเดินทางนั้น. ไตรสิกขา นั้นก็หมายถึงความที่เป็นบพเรียน, ที่เราเรียกว่าสิกขานี้หมายความว่าถึงความถึงเป็นบพเรียน; บพเรียนก็คือการที่ต้องเดินทางให้ถึงนั่นเอง. ลองคิดดูเถิดว่า คัวหนทางที่จะต้องเดิน, กับการเดินให้ดีที่สุดเท่าที่จะเดินได้, แล้วการฝึกให้เดินให้ดีที่สุด; ทั้งหมดนี้เป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกัน แยกกันไม่ได้ และรวมอยู่ที่สิ่งๆเดียวกัน.

ทบทวนอีกทีหนึ่งว่า : คัวหนทางที่จะต้องเดิน, การเดินก็ต้องเดินให้ดีที่สุด การฝึกหัดก็ทำไปจนกว่าจะเดินได้ดีที่สุด; เมื่อมันเกี่ยวเนื่องกันอย่างนี้แล้วก็ต้องหมายถึงเรื่องปฏิบัติในสิ่งๆเดียวกัน แต่มองกันคนละแง่ละมุม. ตัวอวัฐฐกัมมรรคนั้นคือคัวหนทาง; ตัววิสุทธิเจต นั้นคือการทำให้ได้ดีที่สุด, คือการเดินได้ดีที่สุดในการเดินทาง; แล้วไตรสิกขา นั้นคือระเบียบสำหรับฝึกฝนฝึกหัดเพื่อให้เดินได้ดีที่สุด. ความคาบเกี่ยวกันหรือความเนื่องกันมันเป็นอย่างนี้; แล้วทั้งหมดนั้นก็ เป็นอริยสัจจ์ที่ ๔ ด้วยกันทั้งนั้น. ผู้ที่เคยฟัง ก็ทราบแล้ว; ส่วนผู้ที่ยังไม่เคยฟัง ก็ยังไม่ทราบว่า จะเป็นอริยสัจจ์ที่ ๔ ได้อย่างไร. เรื่องอริยสัจจ์ทั้ง ๔ อย่าง ก็คือเรื่องจริง ที่มีประโยชน์ที่สุด; มีอยู่ ๔ เรื่องด้วยกัน :-

เรื่องที่ ๑ คือเรื่องเกี่ยวกับความทุกข์ทั้งหมด, เรื่องที่ ๒ คือเรื่องเกี่ยวกับเหตุที่ทำให้เกิดความทุกข์นั้นทั้งหมด, เรื่องที่ ๓ คือเรื่องการดับหรือความดับของความทุกข์นั้นไม่มีเหลือ, และอริยสัจจ์ เรื่องที่ ๔ คือวิธีที่จะให้ถึงซึ่งความดับแห่งความทุกข์โดยไม่มีเหลือ; ทั้ง ๔ เรื่องนี้เรียกอริยสัจจ์ ๔. คำว่า อริยสัจจ์ แปลว่า ความจริงอันประเสริฐ; ความจริงที่ทำให้บุคคลให้เป็นพระอริยเจ้า. นี่เป็นคำพุทธศาสนาทั้งหมด, หรือว่าคำสอนในพุทธศาสนาทั้งหมดก็รวมอยู่ในอริยสัจจ์ทั้ง ๔ นี้.

เรื่องอริยสัจ ๔ จะเป็นเรื่องที่สมบูรณ์ได้นั้นเราจะต้องมีปัญหา แล้วเราต้องการแก้ปัญหานั้น ๆ. ปัญหานั้นก็คือเพราะมีความทุกข์ เราจึงต้องการที่จะดับซึ่งความทุกข์นั้น. ถ้าไม่มีความทุกข์ก็คือไม่มีปัญหา แล้วก็ไม่ต้องทำอะไร.

เรื่องอริยสัจอันถ้าพูดเป็น ๒ คู่ ก็ยังฟังง่าย คือว่า : **ความทุกข์ กับ ความดับทุกข์.** ที่นี้ **ความทุกข์แยกออกเป็น ๒** คือความทุกข์กับเหตุให้เกิดทุกข์; **ความดับทุกข์ก็แยกเป็น ๒** คือ ความดับทุกข์มีสภาพเป็นอย่างไร, แล้วเราจะต้องทำอะไรจึงจะถึงสภาพนั้น; นี้ก็เลยเป็นอริยสัจ ๔ ขึ้นมา. ผู้ที่ได้เคยฟังมาแล้ว เข้าใจแล้วก็ดี หรือว่าได้ฟังมาแล้วแต่ยังเข้าใจไม่สมบูรณ์ก็ดี ขอให้พยายามทำความเข้าใจให้ชัดเจนแจ่มแจ้งสมบูรณ์ในเรื่องทั้ง ๔ นี้; เพราะว่าเรื่องอริยสัจ ๔ นี้เป็นหัวใจของพุทธศาสนา.

ในเรื่องอริยสัจทั้ง ๔ นี้ ท่านทั้งหลายลองคิดว่า เรื่องไหนสำคัญที่สุด? คือเรื่องความทุกข์อย่างหนึ่ง, เหตุให้เกิดความทุกข์อย่างหนึ่ง, ความไม่มีทุกข์อย่างหนึ่ง, แล้วทางไปถึงความไม่มีทุกข์อย่างหนึ่ง; **๔ เรื่องนี้เรื่องไหนสำคัญที่สุด?** ถ้าใคร่ครวญให้ดีก็จะพบเห็นได้ด้วยตนเองว่า **เรื่องที่ ๔ คือเรื่องวิถีการปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์นั้นแหละสำคัญที่สุด** เพราะว่าถ้าไม่มีเรื่องนี้แล้ว ความดับทุกข์ก็มีขึ้นไม่ได้; มันได้แต่พูดเท่านั้น. เพราะฉะนั้นจึงต้องรู้และต้องปฏิบัติให้ได้ในอริยสัจเรื่องที่ ๔ คือเรื่องการปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ความทุกข์จึงจะดับไปได้จริง. นี้แหละ คือเหตุผลข้อที่ว่า ธรรมะหมวดใดก็ตามที่เป็น **การปฏิบัติเพื่อให้ถึงความดับแห่งทุกข์นั้นเราต้องถือว่าเป็นธรรมะที่สำคัญ.** เพราะฉะนั้นในวันนี้จึงได้เอาข้อธรรมะที่เกี่ยวกับอริยสัจมากล่าวให้ฟังอย่างน้อย ๓ หมวด; และถ้าเข้าใจใน ๓ หมวดนี้แล้ว ก็ย่อมจะเข้าใจได้ทั้งหมด แม้จะมีอีกที่สืบทอดก็ตาม.

หลักปฏิบัติเกี่ยวกับอัฐฐังกิกมรรค, วิสุทธิเจ็ด และไตรสิกขา

เรื่องที่เอามาให้เข้าใจวันนี้ ก็คือเรื่อง **อัฐฐังกิกมรรค** ได้แก่ตัวหนทางที่จะเดินนั้นแหละ, แล้วก็เรื่อง **วิสุทธิเจ็ด** คือลักษณะที่เดินให้ดีที่สุดนั้นคือเดินอย่างไร, แล้วก็เรื่อง **ไตรสิกขา** คือเรื่องบทเรียนที่จะต้องฝึกฝน; มีอยู่เพียงเท่านั้น : **ทางสำหรับเดิน**, ลักษณะของการ **เดินให้ดีที่สุด**, แล้วก็การ **หัดเดิน**; ทั้งหมดนี้เป็น**การปฏิบัติเกี่ยวกับการดับทุกข์**. หลักปฏิบัติเกี่ยวกับเรื่องเหล่านี้ ก็จะได้พูดกันโดยรายละเอียดต่อไป.

สำหรับข้อที่ว่า มีทางลัด หรือว่าเคล็ดลับ สำหรับปฏิบัติโดยง่ายโดยสะดวก มัน **ก็มีอยู่**; และ **เคล็ดลับอันนี้ใช้ได้แก่ธรรมะทุกหมวด** และโดยเฉพาะอย่างยิ่งธรรมะ ๓ หมวดที่ได้เอามาเป็นหัวข้อบรรยายนี้ ก็ได้ใช้สิ่งที่เรียกว่าเคล็ดลับ หรือว่าทางลัดอย่างเดียวกันเลยทีเดียว. การปฏิบัติอัฐฐังกิกมรรค มีวิธีลัดอย่างไร การปฏิบัติวิสุทธิเจ็ด ก็มีวิธีลัดอย่างนั้น, และการปฏิบัติไตรสิกขาก็มีวิธีลัดอย่างนั้น; และเป็นทางลัดทางเดียวกันเสียด้วย, ซึ่งจะกล่าวโดยละเอียดต่อไปข้างหน้า. แต่หัวข้อสำคัญ นั้น มีใจความสั้น ๆ ที่พูดได้เลย ว่าคือ : **การประพฤติดุติปฏิบัติให้ถูกต้องในเมื่อมีการกระทบทางอายตนะ**. คนบางคนอาจจะยังไม่รู้ด้วยซ้ำไปว่า อายตนะนั้นคืออะไร? จึงต้องมีการอธิบายกันบ้างพอสมควรเพื่อประโยชน์แก่บางคน.

สิ่งที่เรียกว่า “**อายตนะ**” นี้ ที่แท้ก็ **แปลว่า สิ่ง** เท่านั้นเอง, **เช่นเดียวกับ “ธรรม”** คำนี้แปลว่าสิ่ง. คำว่า **อายตนะ** ก็แปลว่า สิ่ง ด้วยเหมือนกัน; แต่ว่าอายตนะหมายถึง**สิ่งซึ่งจะเป็นที่กระทบซึ่งกันและกัน**. สิ่งที่อยู่ข้างใน คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ๖ อย่างนี้ เรียกว่า**อายตนะภายใน** คือสิ่งที่อยู่ข้างใน. ที่นี้ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธัมมามารมณ์ ที่จะมากระทบ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ นั้น, สิ่งเหล่านั้นมันอยู่ข้างนอก; ดังนั้น รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธัมมามารมณ์ จึงถูกเรียกว่า**สิ่งที่อยู่ข้างนอก** สำหรับจะมากระทบกันเข้ากับสิ่งข้างใน. สิ่งที่อยู่ข้างนอกนี้เรียกว่า

ว่าอายตนะภายนอก, แปลว่า สิ่งที่จะเข้ามาจากภายนอก มากระทบกันกับอายตนะภายใน. **ข้างนอกก็เรียกว่าอายตนะภายนอก, ข้างในก็เรียกว่าอายตนะภายใน;** คือเรียกกันว่าอายตนะด้วยกันทั้งหมดซึ่งแปลว่า สิ่ง.

ที่นี้ คำว่า “สิ่ง” ยังใช้ได้กว้างขวางขึ้นไป จนกระทั่งถึงว่า **มันนิพพาน** ซึ่งเป็นผลสุดท้าย; **ก็เรียกว่าอายตนะด้วยเหมือนกัน.** พระพุทธเจ้าเคยตรัสว่า “**อตฺถิ ภิกขเว ตทายตฺนํ ฯลฯ — ตุก่อนภิกษุทั้งหลาย, อายตนะนั้นมีอยู่ ฯลฯ**” **นี้หมายถึงนิพพาน.** คำว่าอายตนะแปลว่าสิ่ง : ถ้าอยู่ข้างในเรียกว่าอายตนะภายใน, ถ้าอยู่ข้างนอกเรียกว่าอายตนะภายนอก. ที่นี้คนเรา **ไม่รู้จัก “สิ่ง” นี้ ก็เลยทำอะไรไม่ถูก. และแก้ปัญหาคำๆ ไม่ได้; เพราะไม่รู้จักสิ่งข้างนอกข้างในเอง.**

นอกจากจะมีชื่อว่า อายตนะ ซึ่งเพียงแต่แปลว่าสิ่งแล้ว; ก็ยังมี **อีกชื่อหนึ่งที่สำคัญกว่านั้น เรียกว่า อินทรีย์. อินทรีย์แปลว่าสิ่งสำคัญ หรือของสำคัญหรือว่าของที่ใหญ่โตสำคัญ.** ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ทั้ง ๖ นี้ ก็เรียกว่า อินทรีย์ด้วย เป็นสิ่งสำคัญข้างใน ที่จะให้เกิดเรื่องเกิดราว ถ้ามีอายตนะข้างนอกมากกระทบกับ **สิ่งที่เรียกว่าอินทรีย์** นี้แล้ว; **มันก็เกิดเรื่องใหญ่เท่านั้นเอง.** ข้างนอกก็มีอยู่ ๖, ข้างในก็มีอยู่ ๖ ล้วนแต่เป็นสิ่งที่มีความสำคัญ. หรือพูดให้เห็นชัดก็คือมีความร้ายกาจ เมื่อมีการกระทบกันระหว่างอายตนะข้างนอกกับอายตนะข้างในแล้ว ก็มี **ปัญหาเกิดขึ้น แล้วแต่ว่า คนๆ นั้นจะมีความรู้สึก มีสติปัญญา พอที่จะจัดจะทำให้เป็นไปในลักษณะที่เป็นประโยชน์หรือไม่; ถ้าไม่มีความสามารถอย่างนั้นแล้ว มันก็จะไปเป็นไปในทางที่เป็นโทษ.**

ตัวอย่าง เช่นตาเมื่อกระทบกันกับรูป; ถ้าคนซึ่งเป็นเจ้าของตานั้น **ไม่มีความรู้พอ, ไม่มีสติสัมปชัญญะพอ; การกระทบของตากับรูปนั้นก็ทำให้เกิดเวทนา :** เป็นสุขหรือเป็นทุกข์; แล้วคนนั้นก็มีความรู้สึกหลงใหลในเวทนานั้น ที่เรียกว่า

ยึดถือ, มีความอยากเกิดขึ้นในเวทนานั้น. ถ้าเวทนานั้นเป็นสุข ก็อยากได้ อยากยึดครอง; ถ้าเวทนานั้นไม่เป็นสุข เป็นทุกข์ก็อยากจะทำลายเสีย หรืออยากจะทำผลให้ออกไป. เวทนาอย่างแรกทำให้เกิดความรัก, เวทนาอย่างหลังทำให้เกิดความโกรธ; ก็มีความรู้สึกที่ว่า ตัวเรารัก หรือ ตัวเราโกรธ; **ล้วนแต่เป็นความวุ่นวาย ไม่ใช่ความสงบ.** เรื่องรักก็เป็นเรื่องวุ่นวาย, เรื่องโกรธก็เป็นเรื่องวุ่นวาย; เรื่องไม่รักและไม่โกรธเท่านั้น จึงจะเป็นเรื่องไม่วุ่นวาย.

ถ้าคน ๆ นั้นมีความรู้เพียงพอ มีสติสัมปชัญญะเพียงพอ; พอตากระทบกับกับรูป สติสัมปชัญญะมีพอ, ปัญญาเกิด ทำให้รู้ว่า มันเป็นเรื่องที่รูปมากระทบตา; แล้วก็จะรู้ว่ามันจะไม่ไปหลงรักหรือหลงเกลียด; จะมีความรู้แต่เพียงว่าควรจะทำอย่างไร; ถ้ามีเรื่องที่จะต้องจัดต้องทำในเรื่องที่เกี่ยวกับรูปที่มากระทบนั้น ก็จัดก็ทำไปโดยไม่ต้องมีความรักหรือความเกลียด, ไม่ต้องมีความโกรธ, ไม่ต้องมีความเกลียด; คือไม่มีความยินดีในร้าย. ถ้ามีเรื่องที่จะต้องทำก็ทำไป; ถ้าไม่มีเรื่องที่จะต้องให้ทำอะไร ก็ไม่ไปยุ่งไปเกี่ยวกับมัน. **กระทบแล้ว ก็ให้กระทบไปเฉย ๆ เลิกกัน.** **ถ้าทำได้อย่างนี้ไม่มีความทุกข์;** ถ้าไม่ทำอย่างนี้จะต้องมีความทุกข์. เมื่อมีการกระทบระหว่างอายตนะแล้ว มีทางที่จะเป็นไปเพียงสองอย่างเท่านั้น.

สำหรับเรื่องหูได้ยินเสียง, จมูกได้กลิ่น, ลิ้นได้รส, ผิวกายได้รับสัมผัสทางผิวหนัง, หรือใจได้รับอารมณ์สำหรับให้รู้สึกคิดนึก; คุงไหนก็ตามมันมีเหมือนกันหมด : คือว่าถ้ามีสติสัมปชัญญะ มีความรู้พอ ก็ไม่เกิดความรู้สึกที่เป็นยินดีหรือยินร้าย; เพียงแต่รู้สึกว่าจะต้องทำอะไร ก็ทำไปอย่างนั้น; ถ้าไม่ต้องทำอะไรก็เฉยเสีย. พอไม่มีความรู้ หรือมีความรู้ แต่ผลออกไป **ความรู้มาไม่ทัน มันก็** **เป็นไปในทางที่จะต้องยินดีในร้าย;** แล้วยึดมั่นในความยินดีในร้าย จนเป็นเรื่องตัวกู—ของกู ไปหมด; มันก็มีความทุกข์.

เคล็ดลับที่สำคัญที่สุดอยู่ที่ตรงนั้นทีเดียวเท่านั้น ว่า : เมื่อมีการกระทบทางอายตนะแล้ว มีความรู้สึกตัวทั่วถึงหรือไม่; ถ้ามีความรู้สึกตัวทั่วถึง ก็ไม่ปล่อยให้เรื่องที่กระทบนี้ ประดังจิตใจให้เป็นกิเลส; แล้วก็ไม่มีความทุกข์เพราะไม่มีกิเลส. ที่นี้ถ้าไม่มีสติสัมปชัญญะเพียงพอ ปล่อยไปตามเรื่องตามราว ตามบุญตามกรรม ก็เกิดการปรุงเป็นกิเลส; แล้วก็มีความทุกข์เพราะอำนาจของกิเลสนั้น.

นี่เป็นเรื่องสำคัญมาก ฉะนั้นขอพูดซ้ำ ๆ ซาก ๆ พูดจนให้เข้าใจได้ดีที่สุด : ว่าเมื่อมีการกระทบระหว่างอายตนะภายนอกกับอายตนะภายในแล้ว เป็นเรื่องสำคัญที่สุดของคนเรา ที่จะมีความสุขหรือมีความทุกข์เกิดขึ้นตรงนั้นเอง. ฉะนั้น ทุกคนจะต้องพยายามศึกษา ให้เข้าใจสิ่งที่เรียกว่า ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ นี้ให้ดี ๆ, รู้จักสิ่งที่เรียกว่า รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธัมมารมณฺ์ ที่จะมากระทบกันเข้ากับ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ นี้ให้ดี ๆ.

เดี๋ยวนี้เราไม่รู้ จึงปล่อยไปตามเรื่อง คือแล้วแต่ว่ามันจะรู้สึกขึ้นมาอย่างไร. แล้วที่ร้ายไปกว่านั้นก็คือว่า อะไรถูกใจเรา เราก็เอาใหญ่เลย ฉะนั้นความยินดีในร่ายมันก็มีมาก. ทางยินดีก็มีมาก ทางยินร้ายก็มีมาก ที่นี้ความรู้สึกมันก็ร้อนเป็นไฟ. สิ่งที่มาให้รักให้พอใจ มันก็ร้อนไปแบบหนึ่ง; สิ่งที่มาให้เกลียดให้โกรธ มันก็ร้อนไปอีกแบบหนึ่ง; ไม่มีอะไรเย็น. มันจะเย็นได้ ก็ต่อเมื่อรู้จักทำให้ไม่เกิดความยินดีในร่ายเท่านั้น.

นี่เป็นเรื่องสำคัญ เป็นเรื่องของธรรมชาติ เป็นเคล็ดลับของธรรมชาติ; ที่พระศาสดาได้ตรัสรู้แล้วนำมาสอน. แล้วเราก็เอามาบอกกล่าวต่อกันไป. ขอพูดซ้ำแล้วซ้ำอีกตรงขอที่ว่านี้ คือ **เรื่องสำคัญที่สุดของมนุษย์; อะไรจะเกิดขึ้นก็เพราะ “สิ่งเหล่านี้” เท่านั้น : เพราะการกระทบทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ นี้เท่านั้น.** ขอให้ยอมเสียเวลากันสักหน่อย มานึกถึงว่า “สิ่งเหล่านี้

เท่านั้น” หมายความว่าอย่างไร? หมายความว่า **ทุกสิ่งและทั้งหมด นับตั้งแต่ว่าโลกนี้ มีความหมายเป็นโลกชนมากเพราะว่าเรามี ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ**; ลองอย่ามี ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ดูซิมันจะเป็นอย่างไร; มันก็มีค่าเท่ากับโลกนี้มีได้มี. ถ้ามนุษย์ หรือสัตว์ก็ตาม ไม่มี ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เท่านั้นแหละ; โลกนี้มันก็เหมือนกับ ไม่มี เพราะมันรู้สึกไม่ได้ : รู้สึกทางตาไม่ได้, รู้สึกทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทาง กาย ทางใจทางหนึ่งก็ไม่ได้; ก็เท่ากับว่าโลกนี้ ไม่มี.

โลกนี้มีลักษณะเหมือนกับมีอยู่ อย่างที่เราเห็น ๆ รู้สึกอยู่ เพราะเรามี ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ. นี่เป็นข้อแรกที่ว่า **โลกนี้มี เพราะว่ามีมนุษย์ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ** สำหรับรู้สึกต่อสิ่งเหล่านั้น : ที่เรียกว่า รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์. ฉะนั้นโลกข้างนอกก็คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ ที่จะมากระทบกับโลกข้างใน คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ; มันจึงเป็น โลกขึ้นมาได้โดยสมบูรณ์ คือเป็นโลกขึ้นมาได้โดยสมบูรณ์. เพราะฉะนั้นโลกนี้ก็มีอยู่อย่างที่เราเรียกว่าโลกนี้มีอยู่. ถ้ามีฉะนั้นแล้ว ก็ไม่มีความหมายอะไร. จะมีอะไรก็อย่างในโลกนี้ก็ตาม เมื่อไม่มีมนุษย์ที่เป็นผู้รู้สึก ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ แล้ว; ก็มีค่าเท่ากับโลกไม่มี หรือถือว่าไม่มีได้. นี่คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ทำให้มีโลกขึ้นมา.

ทีนี้ มันไม่หยุดอยู่เพียงเท่านั้น ยังทำเรื่องร้ายไปกว่านั้น; เพราะการที่ มนุษย์ มี ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ สำหรับรู้จักโลก รู้สึกต่อโลกนี้; **ถ้าไม่มีความรู้ ที่ถูกต้องและเพียงพอประกอบกันอยู่ด้วยแล้ว** อายตนะเหล่านั้นจะมีความ **รู้สึกสำหรับ ให้เป็นทุกข์**. ที่เป็นทุกข์ก็เพราะว่า ทำให้เกิดความรู้สึกที่ยึดมั่นถือมั่น ที่เรียกว่า อุปาทาน.

ตัวอย่างเช่น พอตาเห็นรูปเป็นต้นนี้ ก็เกิดความรู้สึกที่เป็นเวทนา : สวย หรือไม่สวย, ชอบใจหรือไม่ชอบใจ, น่ารักหรือไม่น่ารัก, น่ายินดีหรือไม่ยินดี;

จะรู้สึกเป็นความรู้สึก ๒ อย่าง อย่างใดอย่างหนึ่ง; ตรงกันข้าม. **ถ้าน่ารักก็มีอุปาทานไปในทางมีความยินดี จะยึดครอง; ถ้าเกลียดน่าชัง ก็มีอุปาทานไปในทางที่ว่า จะทำลายมัน หรือว่าจะเกลียดคนนั้นนั่น.**

ในส่วนที่ไปรักมัน; ก็ทำให้เกิดเรื่องราวใหญ่โตไป จนได้ฆ่าได้ฟันรบราฆ่าฟันเป็นสงครามเป็นอะไร **วุ่นวายกันไปทั้งโลกนี้ ก็เพราะอุปาทานนี้เป็นเหตุ :** เพราะมีอุปาทานในทรัพย์สมบัติของกู, ในประเทศชาติของกู, ในสิ่งที่คิดว่า เป็นของกูเหล่านั้น; เพราะเมื่อสิ่งนั้น ๆ ล้วนแต่เป็นที่น่ารักน่าพอใจไปทั้งหมดนั้น จึงต้องหวงแหน ต้องต่อสู้ป้องกันรักษา; ทำให้เกิดการเบียดเบียนกันขึ้น. ที่ร้ายไปกว่านั้นก็คือว่า แม้จะไม่มีทะเลาะวิวาทกันกับคนอื่น; มันก็เป็นทุกข์ทรมานอยู่คนเดียว เพราะความรักเพราะความยึดมั่นถือมั่น มันผูกพันจิตใจ, เผลอใจ, รังรัดจิตใจ. อย่างนี้ก็เรียกว่ามีความทุกข์ด้วยเหมือนกัน.

ในส่วนที่เป็นความโกรธนั้น ก็เป็นความรู้สึกที่เดือดร้อนเป็นทุกข์อยู่แล้ว; แล้วยังขยายตัวเป็นความพยาบาท, เป็นความปองร้ายอะไรออกไปอีกมากมาย. ฉะนั้น คนจึงทำอันตรายกันโดยเอาสิ่งที่เขาไม่ชอบนั้นแหละเข้าไปใส่ให้; คนที่ถูกใส่ให้ นั้นก็จะมีอาการเหมือนกับเป็นบ้า เมื่อกระทบกับสิ่งที่ไม่พอใจนั้น.

ทั้งหมดนี้ เป็นตัวอย่างที่แสดงว่า : เรื่องต่างๆ นั้น ขึ้นอยู่ที่ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ซึ่งเขาเรียกว่าเป็นธรรมะชั้นโลก. ธรรมะชั้นต้นๆ ตามที่รู้สึกกันอยู่นั้น ขึ้นอยู่กับตัวกู-ของกู ตามความรู้สึกชั่วขณะเวลานั้น; แต่ความรู้สึกไม่ว่าตัวกู-ของกู **ออกมาจากรากฐาน กล่าวคือความรู้สึกที่เกิดขึ้นในจิตในใจ เพราะได้มีการกระทบกันระหว่าง ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ กับ รูป เสียง กลิ่น รส โสภณูปะ ธัมมารมณ์.** ผู้มีปัญญา มีสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นประมุข ได้ทรงเห็นเรื่องนี้ ตรัสรู้เรื่องนี้แล้วก็สอนเรื่องนี้. ฉะนั้นทุกเรื่องจึงมารวมอยู่ที่เรื่องนี้; เมื่อรู้เรื่องนี้ อาจจะขยายตัวออกไปเป็นทุกเรื่อง.

การควบคุมความรู้สึกที่เป็นทุกข์, ไม่ให้มีความทุกข์

สำหรับวันนี้เราจะพูดกันถึงข้อที่ว่า เรื่องนี้จะขยายตัวออกไปเป็นอัฐฐังคิ-
มรรคหรือว่าจะเป็นวิสุทธิทั้งเจ็ด หรือจะเป็นไตรสิกขาสามได้อย่างไร โดยที่ **เราจะพูด**
กันในแง่ที่เราจะควบคุมความรู้สึกที่เป็นทุกข์; เพื่ออย่าให้มีความทุกข์เท่านั้น;
ไม่จำเป็นจะต้องไปพูดถึงเรื่องตัวความทุกข์เป็นอย่างไร, หรือว่าเหตุให้เกิดความทุกข์
นั้นเป็นอย่างไร; เพราะรู้แล้ว และเพียงแต่รู้ ไม่ทำให้เกิดหน้าที่อะไรขึ้นมา.

หน้าที่ที่มีอยู่เพียงแต่ว่า จะตัดต้นเหตุของความทุกข์นั้นอย่างไร? นี่คือเรื่อง
ที่จะต้องปฏิบัติ. สำหรับเรื่องปฏิบัติทั้งหมด จะมารวมอยู่ที่ **ควบคุม** ตา หู จมูก
ลิ้น กาย ใจ; หรือว่าบังคับตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ; หรือว่ารู้จักรู้แจ้ง ตา หู จมูก
ลิ้น กาย ใจ. ในตอนนี้อาจจะบัญญัติไว้พอเป็นเครื่องสังเกตที่ก่อนว่า **ถ้าเราควบคุม**
ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ไว้ให้ดี, ใช้คำว่าควบคุมนะ, ดูแลควบคุม เกี่ยวกับ
เรื่อง ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ไว้ให้ดี; **อย่าให้มีข้อผิดพลาด เราเป็นคนที่มีศีล**
ที่ดีได้.

ทีนี้ **ที่มากไปกว่านั้น** ถ้าเราสามารถบังคับให้มันอยู่ในอำนาจ ให้หยุด
อยู่ได้; **ควบคุม** ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ได้ดี; อย่างนี้ก็เป็นศีล. ถ้า
บังคับให้ **ให้อยู่ในอำนาจให้หยุดอยู่ได้ตามที่ต้องการก็เป็นสมาธิ.** ถ้าเรารู้แจ้ง
ประจักษ์ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เป็นอย่างดี; **เราก็มีปัญญา.** เพราะฉะนั้น
ศีล สมาธิ ปัญญา ก็เป็นเรื่องที่เนื่องกันอยู่กับ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ; โดยเฉพาะ
การที่เราสามารถเข้าไปเกี่ยวข้องกับสิ่งเหล่านี้ ในทางที่ถูกต้อมันแหละ คือข้อปฏิบัติ
ธรรมะ.

สำหรับเรื่องศีล เราใช้คำว่า **ควบคุม** ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ไว้ให้
อยู่ในร่องรอยแล้ว **ก็ไม่มีทางที่จะขาดศีล.** เพราะการที่ว่า จะไปฆ่าเขา ไปลัก

ขโมยเขา ไปประทุษร้ายของรักเขา พุดเทจ ดม่นาเมา อะไรก็ตามนี้; เพราะ
 ควบคุม ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ให้อยู่ในร่องรอยไม่ได้; หมายความว่า เมื่อ
 มีอะไรมากระทบแล้ว ควบคุมไว้ไม่ได้ จึงไปฆ่าเขาเป็นต้น. เช่น เพียงแต่เห็น
 คนที่เป็นคู่เวรกันเดินมาเท่านั้นแหละ ใจก็เดือดพล่าน ปรงไปในทางที่จะไปฆ่าเขา
 ไปทำอันตรายเขา. หรือว่าเห็นของที่น่ารักน่าพอใจของผู้อื่น ก็คิดที่จะลักของเขา
 หรือได้ลักเข้าไปจริง ๆ. นี่จึงล่องศีลข้อใดข้อหนึ่งได้ทุกข้อ เพราะว่าควบคุม ตา หู
 จมูก ลิ้น กาย ใจ ให้อยู่ในร่องรอยไม่ได้.

ที่เรียกว่า ควบคุมให้อยู่ในร่องรอยได้ ก็คือให้รู้จักรู้สึกอย่างถูกต้อง
 ว่าจะต้องทำอะไร. จะไปลักเขา, จะไปฆ่าเขา, จะไปอะไรเขา นี่มันถูกต้องไหม?
 ทั้งที่รู้ว่าไม่ถูก ก็ยังทำ; ทั้งที่รู้ว่า ตัวเราไม่อยากให้ใครมากระทำแก่เราอย่างนั้น
 แล้วเรากลับควบคุมตัวเราเองไม่ได้; เราไปทำแก่ผู้อื่นในลักษณะที่เราไม่อยากให้เขา
 มาทำแก่เรา. นี่คือความที่ไม่มีศีลได้เกิดขึ้นแล้ว; เพราะว่าเราควบคุมเรื่องต่างๆ
 ที่มากระทบทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ไม่ได้.

ที่นี้ถ้าเราทำได้ เราจะมีศีลบริบูรณ์ทุกข้อ : จะมีศีล ๕, ศีล ๘, ศีล ๑๐
 ศีลก็ร้อยก็พันก็ตาม; ถ้ามันจะมี. ศีลนี้จะคงมีอยู่ได้อย่างดีและครบถ้วน เพราะว่า
 เราควบคุม ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ไว้ได้. ฉะนั้น ขอให้ทุกคนเข้าใจเรื่องนี้
 และตั้งใจถือศีลข้อเดียวเท่านั้น จะมีศีลครบทุกข้อ ข้อไม่ว่าจะมีสักกี่สิบหรือร้อย
 ข้อ. เรียกสั้น ๆ ว่า **ถือศีล ควบคุม ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ออ้าให้ออกไปนอก
 ร่องนอกรอย**; หมายความว่า ออ้าไปปรงเป็นความโลภ ความโกรธ ความหลง
 ขึ้นมา; แล้วก็มีศีลโดยกำเนิด โดยปกติ ตามธรรมชาติเป็นอัตโนมัติ ไม่มีต่าง
 ไม่มีพร้อย. นี่แหละศีลที่มาจากการควบคุมอายตนะ มิได้สมบูรณ์อย่างนี้ ดีมาก
 อย่างนี้.

พอไปถึงขั้นที่สูงขึ้นไป คือ **เรื่องสมาธิ** ต้องเกี่ยวกับการบังคับจิตให้อยู่
 ในอำนาจ คือบังคับจิตไม่ให้เกิดการผันแปรไปตามอารมณ์ที่กระทบ, อารมณ์

ที่มากกระทบเขาเรียกกันว่านิรณฺโณ. เมื่อมีสิ่งบางสิ่งมากกระทบ ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ แล้วให้เกิดความรู้สึกเป็น กามฉันทะ พยาบาท หรือถีนมิทธะ อุทธัจจกุกกุจจะ วิจิกิฉณา อะโรกัฏฺฐา; เราหยุดความคิดนึกที่ไม่เป็นประโยชน์ ไม่ได้ หรือว่าหยุดความคิดนึกวุ่นวายทุกอย่างนั้นไม่ได้; จิตก็ถูกผลักถูกดัน ถูกปรุงแต่งให้เป็นไปในลักษณะที่ไม่ควรเป็น ที่เรียกว่าฟุ้งซ่าน. เพราะฉะนั้นผู้ที่บังคับ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ได้ นับว่าจิตมีความเป็นสมาธิอย่างดี อย่างเลิศ อยู่ในตัว, ค้อมต้นกำเนิดของสิ่งที่เรียกว่าสมาธิ; แล้วก็มีสมาธิได้โดยง่าย.

ผู้ใดสามารถบังคับความรู้สึก ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจไว้ให้อยู่ในอำนาจได้เฉียบขาด. เหมือนทหารที่อยู่ในระเบียบวินัยที่ดี; จิตก็มีลักษณะเป็นสมาธิ. คือเป็นจิตที่สะอาด บริสุทธิ์, แล้วก็เป็นจิตที่ตั้งมั่นเข้มแข็ง, เป็นจิตที่เหมาะสมที่จะทำสิ่งที่ดี ทำหน้าที่ของจิตในทางที่ดี; จิตอย่างนี้เรียกว่า จิตที่เป็นสมาธิ. ไม่ตกเป็นทาสของอารมณ์ข้างนอก; คือไม่ตกไปเป็นทาสของ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์; คือไม่ตกเป็นทาสของอารมณ์. จิตจึงมีลักษณะเป็นสมาธิ, คือเป็นอิสระอยู่ได้ด้วยการบังคับทั้ง ๖ ทาง : คือทั้งทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย และทางใจ. นี้เรียกว่าเรื่องสมาธิ เป็นเรื่องที่มีรากฐานอยู่บน ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เช่นเดียวกับเรื่องศีล.

เรื่องถัดไปก็คือ **เรื่องปัญญา** เป็นเรื่องความรู้ **ต้องมีความรู้ คือ มีความรู้จัก มีความเข้าใจ มีความเห็นแจ้ง อย่างถูกต้อง อย่างประจักษ์ ในสิ่งนั้นๆ** จึงจะเรียกว่าปัญญา. ในที่นี้ก็คือรู้แจ้ง เจมแจ่มแจ้งประจักษ์ชัด ต่อสิ่งที่เรียกว่า ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ นั้นเอง. นับตั้งแต่รู้ว่า ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เป็นเหตุให้เกิดมีความรู้สึกอย่างไร, และมันจะปรุงแต่งสิ่งอะไรอื่นขึ้นมาใหม่ๆ อีกบ้าง; ก็หมายความว่ารู้ทุกอย่างเกี่ยวกับ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ อย่างถูกต้องและก็อย่างครบถ้วนแล้วเราจึงสามารถที่จะดำรงจิตใจอยู่ได้ ไม่ตกเป็นทาสของอะไร ที่มากกระทบ

ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ; อย่างนี้เรียกว่ามีปัญญา. ต้อง **มีความรู้จนกระทั่งสามารถควบคุม** หรือว่า **บังคับ** หรือว่า **วางเฉยต่อทุกอย่าง** ที่มาเกี่ยวกับ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ได้ถึงที่สุด.

นี่คือ ความลับ หรือสิ่งที่เรียกว่าเคล็ดลับ ซึ่งมีอยู่เพียงสิ่งเดียวเท่านั้นหมดด้วยกัน, คือการกระทำที่ถูกต้อง ในเมื่อมีการกระทบกันทางอายตนะ.

ทั้งหมดนี้เราอาจจะสรุปความได้ว่า : อย่าเพลินสติ เมื่อมีการกระทบทางอายตนะ นี่ขอให้ช่วยกันกำหนดจดจำไว้ให้ดี ๆ อาตมาจะว่าสัก ๓ ครั้ง ว่าโดยสรุปก็คือ : **อย่าเพลินสติ เมื่อมีการกระทบทางอายตนะ.** อย่ามีการเพลินสติ เมื่อมีการกระทบทางอายตนะ, อย่าเพลินสติ เมื่อมีการกระทบทางอายตนะ. เมื่อไม่เพลินสติแล้วมันก็มี คีล สมภา ปัญญา อยู่เป็นปกติ.

เท่านั้นพอแล้ว ต้องจบลงเนื่องจากฝนตกลงมามาก.