

## ๖๔. เสียดยคนตายไม่รู้เรื่อง

It's Pity the Dead Doesn't Know

By Nithee Siripat – Siripat.com and Academiae Network, 2015

### ความสำคัญของบทความ

คนที่มองโลกอย่างผิดๆ แล้วคิดว่าถูก เป็นบุคคลที่น่าสงสาร เพราะอยู่ในโลกมิตที่มีค้อบปัญหา ไม่สว่างไสว มีดมนไม่เห็นสรรพสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง ไม่ใช่คติที่จะได้สิ่งที่เป็นลาภอันประเสริฐในชีวิต คือ “ปัญญาเห็นธรรม” หรือ “ดวงตาเห็นธรรม-ธรรมจักขุ” เมื่อได้ “ขุมทรัพย์แห่งสติปัญญา” ดังกล่าวนี้แล้ว ย่อมกลายเป็นบุคคลที่อยู่บนโลกนี้ด้วยความเป็นจริง ตามที่โลกสมมติ และตามที่เป็นความจริงสูงสุดโดยปรมาตม์ คือ “สมมติสัจจะ” กับ “ปรมาตม์สัจจะ” ปัญญาที่แตกฉานในธรรม คือ ปัญญาที่เห็นเหตุแห่งปัจจัยทั้งหลายที่มาารวมกันเป็นอีกเรื่องหนึ่ง ปราภฏการณ์หนึ่งๆ ย่อมมีเหตุมาจากปัจจัยอื่นๆ ร่วมกัน จึงทำให้เกิดขึ้นได้จริง ไม่มีสภาวะการณ์ใดอุบัติเกิดขึ้นเพียงลำพังอย่างเดียว ในการกระทำกรรมใดๆ ให้เกิดขึ้น ๑ อย่าง จะต้องมีการกระทำกรรมมาก่อน ที่อยู่ร่วมในสมัยขณะเดียวกัน เข้าร่วมกันเป็นกรรมที่จะเกิดขึ้น ถ้าเหตุปัจจัยดี สภาพแวดล้อมดี กรรมดีย่อมเกิดขึ้นได้ง่าย แต่ถ้าอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ผิดพลาดเสียหาย การทำกรรมดีก็ยิ่งทำได้ยากเป็นทวีคูณ คือ “คติ-อุปธิ-กาล-ปัจจัย” ไม่ให้โอกาส มีแต่สิ่งที่เรียกว่า “วิบัติ” ไม่ใช่ “สมบัติ” ในทางธรรมนั้น ผู้ที่ปราศจาก “กิเลส-กรรม-วิบาก” ที่เรียกว่า “วิภูษะ ๓” คือ “พระอรหันต์” พระโสดาบัน ก็ไม่ใช่ พระสกทาคามี ก็ไม่ใช่ พระอนาคามี ก็ไม่ใช่ พระอรหันต์ เท่านั้น เพราะฉะนั้น จึงได้ชื่อว่า “ผู้ปราศจากโสกะ-ปริเทวะ-ทุกซ์-โทมนัส-อุปายาส เป็นธรรมดา” คือ ไม่ถือครองทั้งกิเลสและทุกซ์ทั้งปวง ในการปฏิบัติธรรมนั้น คือ การถือประพฤติปฏิบัติด้วย “สัมมาปฏิบัติ-มัชฌิมาปฏิบัติ” อันยิ่ง เพื่อให้ถึงสภาวะตามเป็นจริงแห่งพระอรหันต์ ด้วย “การเจริญอริยมรรค” ได้แก่ (๑) อริยมรรคมีองค์ ๘ (๒) อริยมรรคแห่งมรรคญาณ ๔ (๓) อริยสัจ ๔ เพราะฉะนั้น ในการปฏิบัติธรรมนั้น จะทำให้ง่ายก็ทำได้ จะทำให้ยากก็ยากได้ เช่นกัน อยู่ที่จริตของแต่ละคน ที่จะเข้าใจให้ถูกต้อง “สัมมาทิฐิ” และคิดให้ถูกต้อง “สัมมาสังกัปปะ” โดยต้องทำการศึกษา ค้นคว้า ทดลอง ลงมือทำ อย่างจริงจัง ที่เรียกว่า “ไตรสิกขา” เรียกสามัญว่า “ศีล-สมาธิ-ปัญญา” ซึ่งต้องปฏิบัติตามข้อมรรคาทั้ง ๘ อันประเสริฐ (อริยมรรคมีองค์ ๘) ขอให้เริ่มด้วยความเข้าใจ ความเห็น ความนึกคิด ที่ถูกต้องก่อน แต่คุณบทแห่งบุคคลนั้น จะต้องประกอบด้วย “อริยทรัพย์ ๗” หมายถึง ทรัพย์อันประเสริฐที่จะนำไปสู่ “ความเป็นอริยบุคคล” ได้แก่ (๑) “ศรัทธา” คือ ความเชื่อที่มีเหตุผล มั่นใจในหลักที่ถือและการดีที่ทำ (๒) “ศีล” คือ การรักษากายวาจาให้เรียบร้อย ประพฤติถูกต้องดีงาม (๓) “hiri” คือ ความละอายใจต่อการทำความชั่ว (๔) “โอตตปปะ” คือ ความเกรงกลัวต่อความชั่ว (๕) “พาหุสัจจะ” คือ ความเป็นผู้ได้ศึกษาเล่าเรียนมาก (๖) “จาคะ” คือ ความเสียสละ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ และประการสำคัญ (๗) “ปัญญา” คือ ความรู้ความเข้าใจถ่องแท้ในเหตุผล ดีชั่ว ถูกผิด คุณโทษ ประโยชน์ มิใช่ประโยชน์ รู้คิด รู้พิจารณา และรู้ที่จะจัดทำ และสิ่งที่เหลือสุดท้าย คือ ใจของผู้ปฏิบัติธรรมจะทำหรือไม่.



## บทความที่ ๖๔ ประจำปี ๒๕๕๘ – เสียตายคนตายไม่รู้เรื่อง

คนจำนวนมากลืมหูลืมตาถึง “ความตาย” และยังมีความคิดว่าไม่ตายง่าย จะมีอายุยืนอีกนาน แต่ในความเป็นจริง “ถ้าคนจะตาย บอกเวลาล่วงหน้าได้ยาก เพราะวินาทีชีวิตหมายถึงความตายได้ทั้งนั้น” ในทางธรรมนั้น จะมีแนวความคิดถึง “ความไม่ประมาท-อัปมาทะ” ให้พิจารณาภาวะจิตที่ปราศจากนิर्वณ ซึ่งทุกคนมีโอกาสพัฒนาตนได้ด้วย “การเจริญรูปฌาน” (ฌาน ๔) ได้แก่ (๑) “ปฐมฌาน” มืองค์ ๕ คือ วิตก วิจารณ์ ปีติ สุข เอกัคคตา (๒) “ทุติยฌาน” มืองค์ ๓ คือ ปีติ สุข เอกัคคตา (๓) “ตติยฌาน” มืองค์ ๒ คือ สุข เอกัคคตา และ (๔) “จตุตถฌาน” มืองค์ ๒ คือ อุเบกขา เอกัคคตา โดยในทางปฏิบัติ มุ่งหมายการบรรลุถึง “จตุตถฌาน-ฌานที่ ๔” อันเป็นภาวะจิตที่บริสุทธิ์มากที่สุด ที่เรียกว่า “จิตประภัสสร” สำหรับ คำว่า “ฌาน ๒” (Absorption) หมายถึง การเพ่งพินิจด้วยจิตที่เป็นสมาธิแน่นแน่ว ได้แก่ (๑) “อรัम्मณูปนิชฌาน” คือ การเพ่งอารมณ์ ได้แก่ “สมาบัติ ๘” คือ “รูปฌาน ๔” ได้แก่ ปฐมฌาน ๑ ทุติยฌาน ๑ ตติยฌาน ๑ จตุตถฌาน ๑ และ “อรูปฌาน ๔” ได้แก่ อากาสนัญญายตนะ-ชั้นที่เข้าถึงภาวะมีอากาศไม่มีที่สุด ๑ วิญญาณัญญายตนะ-ชั้นที่เข้าถึงภาวะมีวิญญาณ ไม่มีที่สุด ๑ อากิญจัญญายตนะ-ชั้นที่เข้าถึงภาวะไม่มีอะไร ๑ เนวสัญญานาสัญญายตนะ-ชั้นที่เข้าถึงภาวะมีสัญญาไม่ใช่ ไม่มีสัญญาก็ไม่ใช่ ๑ และ (๒) “ลักขณูปนิชฌาน” คือ การเพ่งลักษณะ ได้แก่ วิปัสสนา มรรค และ ผล ในการบรรลุฌานสมาตินั้น ให้มุ่งมุ่งให้บรรลุถึง “รูปาวจรภูมิแห่งจตุตถฌาน” (อุเบกขา-เอกัคคตา) นั่นคือ ภาวะจิตที่เรียกว่า “หมดจด-สะอาด-บริสุทธิ์-ผ่องใส-เบิกบาน-ไม่มีมลทิน-ปราศจากอุปกิเลส-อ่อน-ควรแก่งาน-มั่นคง-ไม่หวั่นไหว” ซึ่งตรงกับคำว่า “จิตตภาวนา” หมายถึง “การเจริญจิต การพัฒนาจิต การฝึกอบรมจิตใจ ให้เข้มแข็งมั่นคง เจริญงอกงามด้วยคุณธรรมทั้งหลาย เช่น มีเมตตากรุณา มีฉันทะ ขยันหมั่นเพียร อดทน มีสมาธิ และสดชื่นเบิกบาน เป็นสุขผ่องใส เป็นต้น” และสอดคล้องกับ “พุทธโอวาท ๓” ในข้อ ๓ คือ (๓) “ทำใจของตนให้สะอาดบริสุทธิ์” กับ “ความเป็นพุทธะ” ในข้อ ๓ คือ (๓) “ผู้เบิกบาน” กล่าวโดยสรุป ในการปฏิบัติธรรมนั้น ย่อมประกอบด้วยเรื่องดำเนินหรือปฏิบัติ คือ “ข้อปฏิบัติอันเป็นทางบรรลุวิชา” ที่เรียกว่า “จรณะ ๑๕” นั่นคือ (๑) “อธิศีลสิกขา” ประกอบด้วย “สัมมาวาจา-สัมมากัมมันตะ-สัมมาอาชีวะ” ได้แก่ “ศีลสัมปทา” คือ ความถึงพร้อมด้วยศีล “อปัลลภกปฏิบัติ ๓” คือ อินทริยสังวร-โภชนามัตตัญญูตา-ชาคริยานุโยค “สัทธรรม ๑” คือ ศรัทธา-hiri-โอดตปปะ-พหุสุต-วิริยารัมภะ-สติ-ปัญญา และ (๒) “อธิจิตตสิกขา” ประกอบด้วย “สัมมาวายามะ-สัมมาสติ-สัมมาสมาธิ” ได้แก่ “ฌาน ๔” คือ ปฐมฌาน-ทุติยฌาน-ตติยฌาน-จตุตถฌาน สำหรับ คำว่า “วิชา” หมายถึง ความรู้แจ้ง-ความรู้วิเศษ ได้แก่ “วิชา ๓-วิชา ๘” ดังนี้ “วิชา ๓” คือ ความรู้แจ้ง-ความรู้วิเศษ ได้แก่ “บุพเพนิวาสานุสสติญาณ-จตุปปาตญาณ-อัสวักขยญาณ” และ “วิชา ๘” คือ ความรู้แจ้ง-ความรู้วิเศษ ได้แก่ “วิปัสสนาญาณ (ญาณในวิปัสสนา) -มโนมยทธิ (ฤทธิ์สำเร็จด้วยใจ) -อิทธิวิชา (อิทธิวิธิ-แสดงฤทธิ์ต่างๆ ได้) -ทิพพโสต (หูทิพย์) -จโตปปริยญาณ (ความรู้ที่กำหนดใจผู้อื่นได้) -บุพเพนิวาสานุสสติ (ระลึกชาติได้) -ทิพพจักขุ (ตาทิพย์) -อัสวักขยญาณ (ความรู้ที่ทำให้สิ้นอาสวะ)”



ด้วยเหตุนี้ ก่อนตายจากโลกนี้ไป ก็ให้เข้าใจให้ถูกต้องในแก่นแท้ของการปฏิบัติธรรมว่า มีภาพรวมทั้งหมด เป็นเช่นนี้ ซึ่งก็เป็นเพียงการรู้จักเข้าใจเท่านั้น แต่จะให้ดีต้องลงมือปฏิบัติจริงด้วย ค่อยๆ ทำ เจริญ พัฒนา ทีละเล็ก ทีละน้อย สะสมไปเรื่อย คือ **“ให้พิจารณากรรมฐานอยู่นิ่งๆ ทำให้มาก ทำให้สมบูรณ์”** อย่างน้อยที่สุด ในชาตินี้ก็ได้ตายในขณะที่ปฏิบัติธรรม ดีกว่าจะตายแบบไม่รู้เรื่องอะไรเลยเกี่ยวกับการปฏิบัติธรรม ในขณะที่พัฒนาจิตจนถึงขั้น **“รูปาวจรภูมิ”** นั้น เป็นขั้นตอนที่รับประกันชีวิตวิญญูณาว่า **“ไม่ตกในทุคติอย่างแน่นอน”** เพราะคุณภาพของจิตย่อมเป็น **“รูปาวจรกุศลจิต”** ซึ่งเป็นภาวะที่ถูกต้อง ไม่ใช่ **“รูปาวจรอกุศลจิต”** ซึ่งเป็นภาวะที่ผิด แม้ยังไม่ตาย ยังเป็นคนเดินอยู่ ก็ไม่เป็นทุกข์มากมายนัก ถือว่าอยู่ในขั้น **“รูปพรหม”** ให้พิจารณา **“ภพ ๓”** กับ **“ภูมิ ๔”** ให้ศรัทธาเข้าไปไว้ใน **“กฎแห่งกรรม”** เรื่องภพภูมิมีจริง ดังนี้

**“ภพ ๓”** หมายถึง **ภาวะชีวิตของสัตว์-โลกเป็นที่อยู่ของสัตว์** ได้แก่

- (๑) **“กามภพ”** คือ ภพที่เป็นกามาวจร ภพของสัตว์ผู้ยังเสวยกามคุณ คือ อารมณ์ทางอินทรีย์ทั้ง ๕ ได้แก่ อกาย ๔ มนุษย์โลก ๑ และกามาวจรสวรรค์ทั้ง ๖
- (๒) **“รูปภพ”** คือ ภพที่เป็นรูปาวจร ภพของสัตว์ผู้เข้าถึงรูปฌาน ได้แก่ รูปพรหมทั้ง ๑๖
- (๓) **“อรุภพ”** คือ ภพที่เป็นอรุปาจร ภพของสัตว์ผู้เข้าถึงอรุฌาน ได้แก่ อรุปรหม ๔

**“ภูมิ ๔”** หมายถึง **ชั้นแห่งจิต-ระดับจิตใจ-ระดับชีวิต** ได้แก่

- (๑) **“กามาวจรภูมิ”** คือ ชั้นที่ท่องเที่ยวอยู่ในกาม ระดับจิตใจที่ยังปรารถนากามเป็นอารมณ์ คือ ยังเกี่ยวข้องกับกามคุณ ระดับจิตใจของสัตว์ในกามภพทั้ง ๑๑ ชั้น หนึ่งในชั้นนี้ เรียกว่า **“กามาวจรจิต ๕๔”** โดยจิตมี ๓ อย่าง ได้แก่ (๑) อกุศลจิต ๑๒ (๒) อเหตุกจิต ๑๘ (๓) กามาวจรโสภณจิต ๒๔
- (๒) **“รูปาวจรภูมิ”** คือ ชั้นที่ท่องเที่ยวอยู่ในรูป ระดับจิตใจที่ปรารถนารูปธรรมเป็นอารมณ์ ระดับจิตใจของท่านผู้ได้ฌานหรือผู้อยู่ในรูปภพทั้ง ๑๖ ชั้น หนึ่งในชั้นนี้ เรียกว่า **“รูปาวจรจิต ๑๕”** โดยจิตมี ๓ อย่าง ได้แก่ (๑) รูปาวจรกุศลจิต ๕ (๒) รูปาวจรวิบากจิต ๕ (๓) รูปาวจรกิริยาจิต ๕
- (๓) **“อรุปาจรภูมิ”** คือ ชั้นที่ท่องเที่ยวอยู่ในอรุรูป ระดับจิตใจที่ปรารถนารูปธรรมเป็นอารมณ์ ระดับจิตใจของท่านผู้ได้อรุฌาน หรือผู้อยู่ในอรุภพทั้ง ๔ ชั้น หนึ่งในชั้นนี้ เรียกว่า **“อรุปาจรจิต ๑๒”** โดยจิตมี ๓ อย่าง ได้แก่ (๑) อรุปาจรกุศลจิต ๔ (๒) อรุปาจรวิบากจิต ๔ (๓) อรุปาจรกิริยาจิต ๔
- (๔) **“โลกุตตรภูมิ”** คือ ชั้นที่พ้นจากโลก ระดับแห่งโลกุตตรธรรม ระดับจิตใจของพระอริยเจ้าอันพ้นแล้วจากโลกียภูมิ ๓ ข้างต้น ข้อนี้นับมาเรียกว่า **“อภิริยาบันนภูมิ”** คือ ชั้นที่ไม่นับเนื่องในวัฏฏะ หรือระดับที่ไม่ถูกจำกัด หนึ่งในชั้นนี้ เรียกว่า **“โลกุตตรจิต ๘”** โดยจิตมี ๒ อย่าง ได้แก่ (๑) โลกุตตรกุศลจิต ๔ (๒) โลกุตตรวิบากจิต ๔



เพราะฉะนั้น ไม่ว่าจะยังมีชีวิตอยู่หรือตายแล้ว ก็ให้พิจารณาภพภูมิเอาเองว่าจะไปอยู่คดีใด ทางที่ดีที่สุด คือ อย่ายู่ในภพภูมิอันดับแรก คือ “กามภพ-กามาวจรภูมิ-กามาวจรจิต” อย่างไรก็ตาม ให้พิจารณาธรรม ๒ ประการ ดังนี้ (๑) “กรรมกับวิบาก” ที่ทำไว้ในช่วงอดีตที่ผ่านมา ทำหน้าที่เป็นตัวกำหนดภพภูมิในปัจจุบัน และ (๒) การกระทำกรรมในปัจจุบัน จะเป็นตัวบ่งชี้ภพภูมิในอนาคต นั่นคือ ตัวเราเองเป็นคนตัดสินใจเลือกการกระทำ “กรรม” ตามความเชื่ออันมีเหตุผล คือ (๑) “กฎแห่งกรรม” ที่เรียกว่า “กัมมผลัตถา” (๒) “กฎกรรมของสัตว์” ที่เรียกว่า “กัมมัตสตกตัตถา” ในกระบวนการตัดสินใจนั้น ย่อมเกิดขึ้นทุกขณะจิต ทุกวินาทีในชีวิต ที่จะแสดงเจตนาอย่างใด ที่เรียกว่า “อกิสังขาร ๓” ดังนี้

“อกิสังขาร ๓” หมายถึง สภาพที่ปรุงแต่ง ธรรมมีเจตนาเป็นประธานอันปรุงแต่งผลแห่งการกระทำ เจตนาที่เป็นตัวการในการทำความกรรม ได้แก่

- (๑) “บุญญาภิสังขาร” คือ อกิสังขารที่เป็นบุญ สภาพที่ปรุงแต่งกรรมฝ่ายดี ได้แก่ กุศลเจตนาที่เป็นกามาวจรและรูปาวจร
- (๒) “อบุญญาภิสังขาร” คือ อกิสังขารที่เป็นปฏิปักษ์ต่อบุญคือเป็นบาป สภาพที่ปรุงแต่งกรรมฝ่ายชั่ว ได้แก่ อกุศลเจตนาทั้งหลาย
- (๓) “อานัญญาภิสังขาร” คือ อกิสังขารที่เป็นอานัญญา หรืออรูปรมาณ ๔ สภาพที่ปรุงแต่งภพอันมั่นคงไม่หวั่นไหว ได้แก่ กุศลเจตนาที่เป็นอรูปราวร ๔ หมายถึงภาวะจิตที่มั่นคงแน่วแน่ด้วยสมาธิแห่งจตุตถฌานเป็นบาทวิธิมาก่อน

ในทางธรรมให้ผู้ปฏิบัติธรรมทั้งหลายเลือกปฏิบัติใน (๑) “บุญญาภิสังขาร” กับ (๓) “อานัญญาภิสังขาร” ซึ่งประกอบด้วยกุศลเจตนา และให้ละเว้นใน (๒) “อบุญญาภิสังขาร” ซึ่งประกอบด้วยอกุศลเจตนา ส่วนคนโง่คนไม่รู้จริง “อันธพูลชน” ก็มักจะมีทั้ง (๑) “บุญญาภิสังขาร” กับ (๒) “อบุญญาภิสังขาร” เกิดสลับกันไปมา จึงเรียกว่า “ผู้มีโสกะ-ปริเทวะ-ทุกซ์-โทมนัส-อุปายาส เป็นธรรมดา” ที่พระอริยเจ้าทั้งหลายไม่สรรเสริญ จิตที่สหระคด้วย “ความโสกะ-ความคร่ำครวญ-ทุกซ์-โทมนัส-ความคับแค้นใจ” ซึ่งเป็นสภาพแห่งทุกซ์ที่เกิดขึ้น “วิญญู ๓” หมายถึง การเวียนว่ายตายเกิดจิตวิญญาณในวงเวียน ๓ ประการ ได้แก่ (๑) กิเลสวิญญู (๒) กรรมวิญญู (๓) วิปากวิญญู ที่เรียกว่า “สงสารทุกซ์” ด้วยปฏิสังขัตด้วย “โลกธรรม ๘” หมายถึง ธรรมคาของโลก เรื่องของโลก ความเป็นไปตามคติธรรมคาซึ่งหมุนเวียนมาหาสัตว์โลกและสัตว์โลกก็หมุนเวียนตามมันไป โดยแบ่งออกเป็น ๒ คติ ได้แก่ (๑) “สุคติ” ซึ่งเป็น “อิฏฐารมณ” คือ ส่วนที่น่าปรารถนา ได้แก่ ลาภ-มีลาภ ๑ ยศ-มียศ ๑ ปัสสา-สรรเสริญ ๑ สุข-ความสุข ๑ กับ (๒) “ทุคติ” ซึ่งเป็น “อนิฏฐารมณ” คือ ส่วนที่ไม่น่าปรารถนา ได้แก่ อลาภ-เสื่อมลาภ ๑ อยศ-เสื่อมยศ ๑ นินทา-ติเตียน ๑ ทุกซ์-ความทุกซ์ ๑ ในนัยของ “ทุคติ” นี้ หมายถึง “อบาย ๔-อบายภูมิ ๔” หมายถึง ภาวะหรือที่อันปราศจากความเจริญ ได้แก่ (๑) “นिरยะ” คือ นรก สภาวะหรือที่อันไม่มีความสุขความเจริญ ภาวะเร่าร้อนกระวนกระวาย (๒) “ติรัจฉานโยนิ” คือ กำเนิดดิรัจฉาน พวกมีตมัวโง่เขลา ซึ่งตรงกับคำพูดว่า “คนใจสัตว์ ไร้เมตตาปราณี” ก็ไม่น่าจะแตกต่างจากคำ



เรียกกัน เช่น “ไอ้สัตว์-ไอ้สัตว์” (ไอ้ควาย-ไอ้ควาย = โง่-ซื่อป้อ เหมือนมืองค้อยู่ด้วย) โดยทั้งผู้พูดและผู้ฟังไม่มีความโกรธเกิดขึ้น ไม่ต่างจากคำอวยพร (๓) “ปิตติวิสัย” คือ แคนเปรด ภูมิแห่งผู้หิวกระหายไร้สุข (๔) “อสุรกาย” คือ พวกอสูร พวกหวาดหวั่นไร้ความรื่นริง เพราะฉะนั้น คำว่า “ผู้มีโสกะ-ปริเทวะ-ทุกซ์-โทมนัส-อุปายาส เป็นธรรมดา” จึงไม่ต่างจาก “ผู้มีคติทั้ง ๔” ดังกล่าวข้างต้นนี้ เพียงแต่ว่า จะมีมากน้อยกว่ากันเท่าไร นั่นเอง ในกลุ่มนี้ จะรวมผู้ที่ยังไม่ได้ปฏิบัติธรรมจนถึง “อริยบุคคล ๔” ความเป็นพระอรหันต์เท่านั้น ที่จะหลุดจาก “ผู้มีโสกะ-ปริเทวะ-ทุกซ์-โทมนัส-อุปายาส เป็นธรรมดา” กลายเป็น “ผู้ปราศจากโสกะ-ปริเทวะ-ทุกซ์-โทมนัส-อุปายาส เป็นธรรมดา” แต่สิ่งนี้ก็ไม่ได้หมายความว่าทุกคนจะทำไม่ได้ ถ้าไม่ได้ขึ้นพระอรหันต์ ก็ข้อขึ้นใน ๓ นี้ ได้แก่ โสคาบัน-สกทาคามี-อนาคามี ไว้ก่อน

แต่อย่างไรก็ตาม ถ้ายังไม่สามารถบรรลุถึงขั้นอริยบุคคลได้ ก็เป็น “กัลยาณปุถุชน” ก็ได้ หมายถึง “คนดีมีศีลธรรม” ถึงจะยังอยู่ในคติ “ผู้มีโสกะ-ปริเทวะ-ทุกซ์-โทมนัส-อุปายาส เป็นธรรมดา” ก็ตาม อย่างน้อยก็มีจิตที่กุศลมีคุณธรรม ก็แล้วกัน โอกาสจะเป็นคนดีมากขึ้นไปอีกก็คงไม่ยากมากนัก เมื่อบอกบุญกุศลคงรับได้บ้าง หรือจะให้เป็นคนดียิ่งขึ้นไปอีก เช่น “สัตถธรรม ๗” ดังนี้

“สัตถธรรม ๗” หมายถึง ธรรมที่แท้ ธรรมของสัตบุรุษ หลักหรือแก่นศาสนา ได้แก่

- (๑) มีศรัทธา เพราะอรรถว่า “ศรัทธา” คือ ความเชื่อมีเหตุผล ความมั่นใจในพระรัตนตรัย ในหลักแห่งความจริง ความดีงาม และในการที่จะทำกรรมดี
- (๒) มีhiri เพราะอรรถว่า “hiri” คือ ความละเอียดแก่ใจ คือ ละเอียดต่อความชั่ว
- (๓) มีโอตตปปะ เพราะอรรถว่า “โอตตปปะ” คือ ความกลัวบาป ความเกรงกลัวต่อทุจริต ความเกรงกลัวความชั่วเหมือนกลัวอสรพิษ ไม่อยากเข้าใกล้พยายามหลีกเลี่ยงให้ห่างไกล
- (๔) เป็นพหูสูต เพราะอรรถว่า “พหูสูต” คือ ผู้ได้ยิน ได้ฟังมามาก คือ ทรงจำธรรมและรู้ศิลปวิทยาการมาก ผู้เล่าเรียนมาก ผู้ศึกษามาก ผู้คงแก่เรียน ที่เรียกว่า “พาหุสัจจะ” หรือ “พหูสูต” ประกอบด้วยองค์ ๕ ได้แก่ พหุสูต-ฟังมาก ๑ ธดา-จำได้ ๑ วจสา-ปริจิตา-คล่องปาก ๑ มน-สานุเพกขิตา-ฟังขึ้นใจ ๑ ทิฏฐิยา-สุปฏิวิทฺธา-ขบได้ด้วยทฤษฎี ๑
- (๕) มีความเพียรอันปรารภแล้ว เพราะอรรถว่า “วิริยารัมภะ” คือ ปรารภความเพียร คือ ลงมือทำความเพียรอย่างเข้มแข็งเด็ดเดี่ยว ระดมความเพียร
- (๖) มีสติมั่นคง เพราะอรรถว่า “สติ” คือ ความระลึกได้ นึกได้ ความไม่เปลอ การคุมใจไว้กับกิจหรือกุมจิตไว้กับสิ่งที่เกี่ยวข้อง จำการที่ทำและคำที่พูดแล้ว แม้นานได้
- (๗) มีปัญญา เพราะอรรถว่า “ปัญญา” คือ ความรอบรู้ รู้คิด รู้พิจารณา เข้าใจเหตุผล มองเห็นโลกและชีวิตตามเป็นจริง



ฉะนั้น คนที่มีกุศลธรรมตั้งอยู่ในใจแล้ว ย่อมเกิดปัญญาเห็นธรรมใน (๑) **กฎแห่งกรรม** และ (๒) **กัมมัฏสกาของตน** โอกาสคิดทำชั่วย่อมน้อยลงเป็นเงาตามตัว คือ เริ่มไปถูกทิศ คือ มีความเพียร-มีสติสัมปชัญญะ-มีอุเบกขา (เมตตา-กรุณา-มุทิตา-อุเบกขา = **อัปมัชฌาธรรม**) เกิดขึ้นได้ เริ่มมีจิตที่พัฒนาได้ ที่เรียกว่า “**อธิจิตตสิกขา**” ได้แก่ (๑) “**สัมมาวายามะ-สัมมัปปธาน ๔**” (๒) “**สัมมาสติ-สติปัฏฐาน ๔**” (๓) “**สัมมาสมาธิ-ฌาน ๔**” เมื่อคนเหล่านี้ ลงมือศึกษาพระธรรม ย่อมขัดเกลาจิตใจและพฤติกรรมได้ง่าย ดีกว่าพวกลิงมากเลย อย่างน้อยฟังภาษาคนรู้เรื่องดี สอนกันได้ รับกุศลคุณธรรมความดีได้ สมองไม่ปีกไม่หนา สันดอนสันดานก็พอขุดออกได้ สรุป “**ย่อมเป็นผู้มีปัญญาบ้างแล้ว**” คือ เริ่มรู้เรื่องดีขึ้น แต่อย่าพึงวางใจ “**สงครามยังไม่เลยอย่าพึ่งนับศพทหาร**” โดยเฉพาะ การทำสงครามกับกิเลสทั้งหลาย มันมีกำลังบุกทุกขณะจิต มิฉะนั้น จะกลายเป็นว่า “**เกิดความประมาท-ขาดสติสัมปชัญญะจริงๆ**” เพราะการคิดจะทำอะไรนั้น ย่อมต้องเผชิญกับปัญหาอุปสรรคอย่างแน่นอน ไม่มากก็น้อย ไม่ว่าจะทำความดีหรือทำความชั่ว ไม่มีข้อยกเว้น อยู่ที่ว่า ท่านทั้งหลายจะแสวงหาอะไร ในทางธรรม เรียกว่า “**โกศล ๓**” กับ “**ปริเยสนา ๒**” ที่ต้องประกอบด้วยกัน ดังนี้

“**โกศล ๓**” หมายถึง **ความฉลาด-ความเชี่ยวชาญ** ได้แก่

- (๑) “**อายุโกศล**” คือ ความฉลาดในความเจริญ รอบรู้ทางเจริญ และเหตุของความเจริญ
- (๒) “**อุปายโกศล**” คือ ความฉลาดในความเสื่อม รอบรู้ทางเสื่อมและเหตุของความเสื่อม
- (๓) “**อุบายโกศล**” คือ ความฉลาดในอุบาย รอบรู้วิธีแก้ไขเหตุการณ์และวิธีที่จะทำให้สำเร็จ

“**ปริเยสนา ๒**” หมายถึง **การแสวงหา** ได้แก่

- (๑) “**อนริยปริเยสนา**” คือ แสวงหาอย่างไม่ประเสริฐ แสวงหาอย่างอนารยะ นั่นคือ “**ตนเองเป็นผู้มีชาติ ชรา พยาธิ มรณะ โสกะ และสังกิเลส เป็นธรรมดา**” ก็ยังไปแสวงหาแต่ “**สิ่งอันมีชาติ ชรา พยาธิ มรณะ โสกะ และสังกิเลส เป็นธรรมดา**” เพราะอรรถว่า “**คิดชั่ว-ทำชั่ว**” ย่อมเป็น “**อามิสปริเยสนา-มิจฉาอาชีพะ**” ในทางธรรมและทางโลก
- (๒) “**อริยปริเยสนา**” คือ แสวงหาอย่างประเสริฐ แสวงหาอย่างอารยะ คือ “**ตนเป็นผู้มีชาติ ชรา พยาธิ มรณะ โสกะ และสังกิเลส เป็นธรรมดา**” แต่รู้จักโทษข้อบกพร่องของสิ่งที่มีสภาพเช่นนั้นแล้ว ไปแสวงธรรมอันเกษม คือ “**โยคเกษมธรรม**” ที่เรียกว่า “**นิพพาน**” อันไม่มีสภาพ เช่นนั้น เพราะอรรถว่า “**คิดดี-ทำดี**” ย่อมเป็น “**ธรรมปริเยสนา-สัมมาอาชีพะ**” ในทางธรรมและทางโลก

เมื่ออ่านถึงตรงนี้ ถ้าจะตายเลย มันก็น่าเสียดาย เวลาที่ผ่านมา ทำอะไรไม่รู้ตั้งแต่แรกๆ ตอนมาเกิดใหม่ๆ อย่างนี้ ก็เป็นเพราะ “**กรรมกับวิบาก**” ที่ปฏิสังขตด้วย “**กิเลส**” ก็แล้วกัน เหล่าสาธุชนผู้ศรัทธาพระตถาคต ย่อมเดินทางนำชีวิตไม่ผิดทางแห่ง “**มัชฌิมาปฏิปทา**” (อริยมรรคมีองค์ ๘-อริยมรรค ๔-อริยสัจ ๔) ความเข้าใจในตนเอง ที่เรียกว่า “**กัมมัฏสกาสัมมาทิฏฐิ**” นั้น เป็นเรื่องใหญ่ เพราะถ้า “**กัมมัฏสกา-วิปากัสสกา**” กับ “**กัมมัฏสกาสัสสกา**” พังทลายลงเมื่อไร ไม่ว่าจะรกรกสรวรรคคงเดือดร้อนกันถ้วนหน้า เพราะคนพันธุ์นี้ สร้าง



ความฉิบหายให้สังคมได้ ให้ศาสนาได้ อย่างไม่จำกัด เพราะมี “มิจฉาทิฎฐิ” นั่นเอง ยิ่งไปคบค้าสมาคมกับพวกอสุรกายแล้ว ความคิดชั่วๆ ยิ่งเพิ่มพลังยิ่งขึ้น ยิ่งไปกันใหญ่ ย่อมเป็น “มิจฉาวายามะ-มิจฉาสติ-มิจฉาสมาธิ” เข้าทำนองที่ว่า “**ความดีเสื่อม-ความชั่วเจริญ**” ในบรรดาธรรมชั่วที่เกาะกินใจผู้คนนั้น ไม่ใช่สถานการณ์ที่จะอธิบายได้ง่ายๆ เหมือนหว่านข้าวให้ไก่กิน ก็แล้วกันไปมือหนึ่ง เพราะคนตกอยู่ในอบายคติทั้ง ๔ นั้น ยากมากที่หลุดพ้นขึ้นมาง่ายๆ เพราะบุคคลนั้น ตัดสินใจเลือกทำเอง อย่าไปโทษคนอื่น อย่าหาข้อแก้ตัว ว่าคนอื่นชักนำให้ทำเลย ต่างคนต่างมีสมอง ต่างมีปัญหา ทำไมคิดไม่ได้ สามัญสำนึกของเราต้องดี มีความเพียร มีสติสัมปชัญญะ มีอุเบกขา ในระดับพระอรหันต์ย่อมไม่เกิดเรื่องแน่นอน เพราะโศคาบัน สกทาคามี อนาคามี อย่างพึ่งวางใจได้ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสเตือน “**อย่างประมาท**” คือ ให้ใช้ปัญญาไตร่ตรองทุกเรื่องเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิต โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ความเป็นสังฆกรรมใน “**กาลามสูตร**” ดังนี้

“**กาลามสูตร**” หมายถึง สูตรหนึ่งใน “**คัมภีร์ติกนิบาตรอังคุตตรนิกาย**” พระพุทธเจ้าตรัสสอนชนชาวกาลามะแห่งเกสปุตตนิคม ในแคว้นโกศล **ไม่ให้เชื่อมงายไร้เหตุผลตามหลัก ๑๐ ข้อ ต่อเมื่อใด พิจารณาเห็นด้วยปัญญาว่า “**กรรมเหล่านั้น เป็นอกุศล-เป็นกุศล มีโทษ-ไม่มีโทษ เป็นต้น แล้วจึงควรละหรือถือปฏิบัติตามนั้น**”** (แต่ถ้ารู้ที่กำลังคบอยู่กับคนชั่ว นั่นคือ เหตุแห่งความวิบัติ ถอยหาสัปปายะดีกว่า อย่าดีอะไร เพราะคนส่วนใหญ่ ถึงจุดอวสานตายแน่ เพราะเชื่อและวางใจคนชั่วเกินพอดีและเกินไป จึงได้เสียดวงชีวิต ผิดด้วยหรือที่วางใจคน ไม่ผิด แต่อาจช่วยได้ เพราะความประมาทเลินเล่อ ไม่รอบคอบ) ดังนี้

- (๑) **อย่าปลงใจเชื่อ** ด้วยการฟังตามกันมา
- (๒) **อย่าปลงใจเชื่อ** ด้วยการถือสืบๆ กันมา
- (๓) **อย่าปลงใจเชื่อ** ด้วยการเล่าลือ
- (๔) **อย่าปลงใจเชื่อ** ด้วยการอ้างตำราหรือคัมภีร์
- (๕) **อย่าปลงใจเชื่อ** ด้วยตรรก
- (๖) **อย่าปลงใจเชื่อ** ด้วยการอนุมาน
- (๗) **อย่าปลงใจเชื่อ** ด้วยการคิดตรองตามแนวเหตุผล
- (๘) **อย่าปลงใจเชื่อ** เพราะเข้ากันได้กับทฤษฎีของตน
- (๙) **อย่าปลงใจเชื่อ** เพราะมองเห็นรูปลักษณะน่าเชื่อ
- (๑๐) **อย่าปลงใจเชื่อ** เพราะนับถือที่ท่านสมณะนี้เป็นครูของเรา



ฉะนั้น จึงขอเรียนเชิญท่องให้ขึ้นใจจนใจจบได้ด้วยทฤษฎี จะได้อยู่ในภูมิแห่งความเจริญแล้ว แต่ไม่ใช่พวก เป็นจิตระวาง ไม่ไว้ใจอะไรสักอย่าง เป็น “โรคจิตประสาทหลอน” (Paranoia or Paranoiac) เต็มไปด้วยความ สงสัย ความลังเล จีระวาง แกรมด้วยนิเวศทั้ง ๕ กลุ่มรุมจิตอีกต่างหาก ได้แก่ (๑) กามฉันทะ-ความพอใจใน กาม (๒) พยาบาท-ความขัดเคืองแค้นใจ (๓) ถีนมิทธะ-ความหดหู่และเซื่องซึม (๔) อุทธัจจกุกกุกจะ-ความ ฟุ้งซ่านและร้อนใจ (๕) วิจิกิจฉา-ความลังเลสงสัย รวมทั้ง (๖) อวิชชา-ความไม่รู้ (๗) อรติ-ความขัดเคือง (๘) อกุศลธรรมทั้งปวง-มิจฉาทิฏฐิ อาการนี้ย่อมครบสูตรไม่ผิดหวัง ย่อมเป็นผู้มีจิตหวั่นไหวไปตามกระแส โลก คือ “จิตไม่เป็นสมาธิ” ๑ “ไม่มีสติสัมปชัญญะ-คิดอะไรก็ไม่ออก” ๑ “ไม่มีความเพียรในการสร้างกุศล” ๑ ยิ่งอยู่ในกลุ่มประเภทเดียวกันมากเท่าไร ก็ยิ่งเพิ่ม “มิจฉาทิฏฐิ” มากขึ้นเท่านั้น ที่สพรคตด้วย “อกุศลมูล ๓” คือ รากเหง้าแห่งความชั่วทั้งปวง ได้แก่ “โลภะ-โทสะ-โมหะ” ใช้ยาสมุนไพรรากไม้รักษาไม่หาย ยาเคมี โรงพยาบาล ก็รักษาไม่หาย พาเข้าวัดรอน้ำมนต์ก็พอมีทางรักษาได้ด้วย “ธรรมโอสถ” แต่ถ้าไปเจอคู่กรรม อัญญาเดียรถีย์ ก็ถือว่า “ช่วยช้าช้อน-ช่วยไม่เลิกไม่รา” คูให้ดีๆ ด้วยการเจริญปัญญาตาม “กาลามสูตร” ข้างต้น ไม่ต้องดูว่าเป็นข้างขึ้นหรือข้างแรม ปฏิบัติตามได้ตลอดเวลา

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นมนุษย์ แต่เป็นครูในทั้งมวลมนุษย์และเทวดา ข้อประพฤติปฏิบัติธรรมย่อมเป็น เรื่องของมนุษย์โดยพื้นฐาน พระองค์ทรงถือปฏิบัติมาก่อนที่จะประกาศพระสัทธรรมนี้ ทุกคนก็พึงปฏิบัติได้ เช่นกัน ถ้าตายก่อนไม่ได้อ่านถึงตรงนี้ ก็ยังน่าเสียดายเวลาชีวิต แทนที่จะได้ปฏิบัติแต่สิ่งดีๆ ให้แก่ตน จะได้ หนีจาก “นรกอันเป็นวิภวสงสารแห่งมนุษย์โลก” ถึงจะอยู่บ้านหลังเล็กๆ แคไหนก็ตาม หรือบ้านหลังใหญ่ๆ แคไหนก็ตาม ก็บอกได้คำเดียวจะๆ “นรก” ถ้ายังชอบอยู่ ก็ขอเรียนเชิญอยู่ต่อไปตามประสานไม่รู้จริง “อวิชชา” และความหลง “โมหะ” ซึ่งจะตามมาด้วยความละโมภ “โลภะ” กับความคิดร้าย “โทสะ” ต่อไป อย่างไม่มีวันสิ้นสุด ฉะนั้น ทั้ง “ปัญญา-ความรอบรู้” กับ “ญาณ-ปัญญาหยั่งรู้” นั้น จะเป็นมาตรการควบคุม “อวิชชา” กับ “อกุศลมูล ๓: โลภะ-โทสะ-โมหะ” ซึ่งเริ่มจาก “การคิดดี-ไม่คิดชั่ว-ทำจิตใจให้เบิกบาน” เมื่อ จิตไม่เศร้าหมองขุนมัวเดือดร้อน ย่อมเกิดใจอยากทำดี มองโลกในแง่ดี เป็นมิตรกับผู้รอบข้าง จิตใจเจริญ ด้วยอัปมัญญาธรรม (เมตตา-กรุณา-มุทิตา-อุเบกขา) แก่สัตว์ทั้งหลาย





ถ้าเริ่มเปลี่ยนใจอยากจะปฏิบัติธรรม ความเริ่มต้นอย่างไรดี ก็มีข้อเสนอ ดังนี้

(๑) สมาทานศีล โดยเฉพาะ “ศีล ๕-เบญจศีล” ให้บริสุทธิ์ ตามระยะเวลาที่ตนตั้งไว้

“ศีล ๕-เบญจศีล” หมายถึง ความประพฤติชอบทางกายและวาจา การรักษากายวาจาให้เรียบร้อย การรักษาปกติตามระเบียบวินัย ข้อปฏิบัติในการเว้นจากความชั่ว การควบคุมตนให้ตั้งอยู่ในความไม่เบียดเบียน

- (๑) เว้นจากการปลงชีวิต เว้นจากการฆ่าการประทุษร้ายกัน
- (๒) เว้นจากการถือเอาของที่เขาไม่ได้ให้ เว้นจากการลัก โกง ละเมิดกรรมสิทธิ์ ทำลายทรัพย์สิน
- (๓) เว้นจากการประพฤติผิดในกาม เว้นจากการล่วงละเมิดสิ่งที่ผู้อื่นรักใคร่หวงแหน
- (๔) เว้นจากการพูดเท็จ โกหก หลอกลวง
- (๕) เว้นจากน้ำเมาคือสุราและเมรัยอันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท เว้นจากสิ่งเสพติดให้โทษ

(๒) กำหนดสติระลึกได้ ด้วย “อนุสติ ๑๐” เพื่อไม่ให้เกิดความฟุ้งซ่าน “พรหมวิหาร ๔” (อัปมัณฺญาธรรม) หรือการเจริญ “โพธิปักขิยธรรม ๓๗” ได้แก่ สติปัฏฐาน ๔ สัมมัปปธาน ๔ อิทธิบาท ๔ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ โภชนงค์ ๗ มรรคมรรค ๘ ดังนี้

“อนุสติ ๑๐” หมายถึง ความระลึกถึง อารมณ์อันควรระลึกถึงเนื่องๆ ได้แก่

- (๑) “พุทธานุสติ” –ระลึกถึงพระพุทธเจ้า คือ น้อมจิตระลึกถึงและพิจารณาคุณของพระองค์
- (๒) “ธรรมานุสติ” –ระลึกถึงพระธรรม คือ น้อมจิตระลึกถึงและพิจารณาคุณของพระธรรม
- (๓) “สังฆานุสติ” –ระลึกถึงพระสงฆ์ คือ น้อมจิตระลึกถึงและพิจารณาคุณของพระสงฆ์
- (๔) “ศีลानุสติ” –ระลึกถึงศีล คือ น้อมจิตรำลึกพิจารณาศีลของตนที่ได้ประพฤติปฏิบัติ บริสุทธิ์ ไม่ต่างพร้อย
- (๕) “จาคานุสติ” –ระลึกถึงการบริจาค คือ น้อมจิตระลึกถึงทานที่ตนได้บริจาคแล้ว และพิจารณาเห็นคุณธรรมคือความเผื่อแผ่เสียสละนี้ที่มีในตน
- (๖) “เทวตานุสติ” –ระลึกถึงเทวดา คือ น้อมจิตระลึกถึงเทวดาทั้งหลายที่ตนเคยรู้ และพิจารณาเห็นคุณธรรมอันทำบุคคลให้เป็นเทวดานั้นๆ ตามที่มีอยู่ในตน
- (๗) “มรณสติ” –ระลึกถึงความตายอันจะต้องมีมาถึงตนเป็นธรรมดา พิจารณาที่จะให้เกิดความไม่ประมาท
- (๘) “กายคตาสติ” –สติอันไปในกาย คือ กำหนดพิจารณาภายใน ให้เห็นว่าประกอบด้วยส่วนต่างๆ อันไม่สะอาด ไม่งาม น่ารังเกียจ เป็นทางรู้เท่าทันสภาวะของกายนี้ มิให้หลงใหลมัวเมา
- (๙) “อานาปานสติ” –สติกำหนดลมหายใจเข้าออก
- (๑๐) “อุปสมานุสติ” –ระลึกถึงธรรมเป็นที่สงบ คือ ระลึกถึงและพิจารณาคุณของพระนิพพาน อันเป็นที่ระงับกิเลสและความทุกข์



“พรหมวิหาร ๔” (อปปมัญญาธรรม) หมายถึง ธรรมเครื่องอยู่อย่างประเสริฐ ธรรมประจำใจอันประเสริฐ หลักความประพฤติที่ประเสริฐบริสุทธิ์ ธรรมที่ต้องมีไว้เป็นหัวใจและกำกับความประพฤติ จึงจะชื่อว่า ดำเนินชีวิตหมดจด และปฏิบัติตนต่อมนุษย์สัตว์ทั้งหลายโดยชอบ เพื่อให้เข้าใจถึง “กฎแห่งกรรม” และ “กรรมของสัตว์” โดยเฉพาะ “กัมมัสสกตาของตน” ได้แก่

- (๑) “เมตตา” คือ ความรัก ปราบปรามคืออยากให้เขามีความสุข มีจิตอันแผ่ไมตรีและคิดทำประโยชน์ แก่มนุษย์สัตว์ทั่วหน้า
- (๒) “กรุณา” คือ ความสงสาร คิดช่วยให้พ้นทุกข์ ใฝ่ใจในอันจะปลดเปลื้องบำบัดความทุกข์ยากเดือดร้อนของปวงสัตว์
- (๓) “มุทิตา” คือ ความยินดี ในเมื่อผู้อื่นอยู่ดีมีสุข มีจิตผ่องใสบันเทิง กอปรด้วยอาการแจ่มชื่นเบิกบานอยู่เสมอ ต่อสัตว์ทั้งหลายผู้ดำรงในปกติสุข พลอยยินดีด้วยเมื่อเขาได้ดีมีสุข เจริญอกงามยิ่งขึ้นไป
- (๔) “อุเบกขา” คือ ความวางใจเป็นกลาง อันจะให้ดำรงอยู่ในธรรมตามที่พิจารณาเห็นด้วยปัญญา คือ มีจิตเรียบตรงเที่ยงธรรมดุจตรางู ไม่เอนเอียงด้วยรักและชัง พิจารณาเห็นกรรมที่สัตว์ทั้งหลายกระทำแล้ว อันควรได้รับผลดีหรือชั่ว สมควรแก่เหตุอันตนประกอบ พร้อมทั้งจะวินิจฉัยและปฏิบัติไปตามธรรม รวมทั้งรู้จักวางเฉยสงบใจมองดู ในเมื่อไม่มีกิจที่ควรทำ เพราะเขาได้รับผลชอบตนได้ดีแล้ว เขาสมควรรับผลชอบตนเอง หรือเขาควรได้รับผลอันสมกับความรักผิดชอบของตน

“สติปัฏฐาน ๔” หมายถึง ที่ตั้งของสติ การตั้งสติกำหนดพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้เห็นตามความเป็นจริง คือ ตามที่สิ่งนั้นๆ มันเป็นของมัน ซึ่งทำให้ลูถึง “อนัตตานุปัสสนายถาภูตญาณ” [ขยา ปชาน] นั่นคือ ปัญญาเห็นนามรูปโดยไตรลักษณ์ (ญาณวิโมกข์) ในความหมายรวมๆ ฉะนั้น การเจริญธรรม “มหาสติปัฏฐาน ๔” นี้เป็นด่านแรกแห่งการปฏิบัติธรรม ที่เรียกว่า “อริยมรรค” ได้แก่

- (๑) “กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน” —การตั้งสติกำหนดพิจารณากาย ให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่าเป็นแต่เพียงกาย ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา โดยจำแนกวิธีปฏิบัติไว้หลายอย่าง คือ (๑) “อานาปานสติ” กำหนดดลัดภณะลมหายใจเข้าออก “อัสสาสะ-ปัสสาสะ” ควรใช้เจริญฉันทในขั้นแรก (๒) “อิริยาบถ” กำหนดรู้ทันอิริยาบถ (๓) “สัมปชัญญะ” สร้างสัมปชัญญะในการกระทำ ความเคลื่อนไหวทุกอย่าง (๔) “ปฏิกุลมณสิการ” พิจารณาส่วนประกอบอันไม่สะอาดทั้งหลายที่ประสมเข้าเป็นร่างกายนี้ (๕) “ชาตุมณสิการ” พิจารณาเห็นร่างกายของตนโดยสักว่าเป็นธาตุแต่ละอย่างๆ และ (๖) “นวสีวิถิกา” พิจารณาซากศพในสภาพต่างๆ อันแปลกกันไปใน ๙ ระยะเวลา ให้เห็นคติธรรมดาของร่างกาย ของผู้อื่นเช่นใด ของตนก็จักเป็นเช่นนั้น
- (๒) “เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน” —การตั้งสติกำหนดพิจารณาเวทนา ให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่าเป็นแต่เพียงเวทนา ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา คือ มีสติอยู่พร้อมด้วยความรู้ชัดเวทนาอันเป็น สุขก็ดี-



ทุกข์ก็ดี-เฉยๆ ก็ดี หรือ สุขเวทนา-ทุกขเวทนา-อทุกขมสุขเวทนา ทั้งที่เป็นสามีส [มีเครื่องหล่อ-  
วัตถุ] และเป็นนิรามิส [เป็นอิสระ] ตามที่เป็นไปอยู่ในขณะนั้นๆ

- (๓) “จิตตานุปัตสสนาสติปัญญา” —การตั้งสติกำหนดพิจารณาจิต ให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่า เป็นแต่เพียง  
จิต ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา คือ มีสติอยู่พร้อมด้วยความรู้ชัดจิตของตนที่ มีระคะ-ไม่มีระคะ-  
มีโทสะ-ไม่มีโทสะ-มีโมหะ-ไม่มีโมหะ-เศร้าหมองหรือผ่องแผ้ว-ฟุ้งซ่านหรือเป็นสมาธิ เป็นต้น  
อย่างไรๆ ตามที่เป็นไปอยู่ในขณะนั้นๆ
- (๔) “สัมมานุปัตสสนาสติปัญญา” —การตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรม ให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่า เป็นแต่  
เพียงธรรม ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา คือ มีสติอยู่พร้อมด้วยความรู้ชัดธรรมทั้งหลาย ได้แก่  
นิวรรณ์ ๕-ขันธ ๕-อายตนะ ๑๒-โพชฌงค์ ๗-อริยสัจจ์ ๔ ว่าคืออะไร เป็นอย่างไร มีในตน  
หรือไม่ เกิดขึ้น เจริญบริบูรณ์ และดับไปได้อย่างไร เป็นต้น ตามที่เป็นจริงของมันอย่างนั้นๆ

“สัมมปธาน ๔-ปธาน ๔” หมายถึง ความเพียร ความเพียรชอบ ความเพียรใหญ่ ได้แก่

- (๑) “สังวรปธาน” —เพียรระวังหรือเพียรปิดกั้น คือ เพียรระวังยับยั้งบาปอกุศลธรรมที่ยังไม่เกิด มิให้  
เกิดขึ้น [ให้พิจารณาถึง “อินทริยสังวร” กับ “สติสังวร”]
- (๒) “ปหานปธาน” —เพียรละหรือเพียรกำจัด คือ เพียรละบาปอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว
- (๓) “ภาวนापธาน” —เพียรเจริญ-เพียรก่อให้เกิดขึ้น คือ เพียรทำกุศลธรรมที่ยังไม่เกิด ให้เกิดมีขึ้น
- (๔) “อนุรักษนปธาน” —เพียรรักษา คือ เพียรรักษากุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้วให้ตั้งมั่น และให้เจริญ  
ยิ่งขึ้นไปจนไพบูรณ์ [ให้พิจารณาถึง “อารักขกัมมัญฐาน” เพื่อความไม่ประมาท]

“อิทธิบาท ๔” หมายถึง คุณเครื่องให้ถึงความสำเร็จ คุณธรรมที่นำไปสู่ความสำเร็จแห่งผลที่มุ่งหมาย ซึ่งต้อง  
เป็นองค์ประกอบภายในตน ที่เรียกว่า “พลังความคิด-ขวัญกำลังใจ-แรงดลบันดาลใจ” ซึ่งจะนำไปสู่  
ความสำเร็จ ความเป็นเลิศ ความถึงพร้อมสมบูรณ์ในทุกด้าน ได้แก่

- (๑) “ฉันทะ” —ความพอใจ คือ ความต้องการที่จะทำ ใฝ่ใจรักจะทำสิ่งนั้นอยู่เสมอ และปรารถนาจะ  
ทำให้ได้ผลดียิ่งๆ ขึ้นไป = “พอใจ-ศรัทธาเลื่อมใส”
- (๒) “วิริยะ” —ความเพียร คือ ขยันหมั่นประกอบสิ่งนั้นด้วยความพยายาม เข้มแข็ง อดทน เอาธุระไม่  
ทอดอหย = “ขยัน-อดทน-บากบั่น”
- (๓) “จิตตะ” —ความคิดมุ่งไป คือ ตั้งจิตรับรู้ในสิ่งที่ทำและทำสิ่งนั้นด้วยความคิด เอาจิตฝึกใฝ่ไม่  
ปล่อยใจให้ฟุ้งซ่านเลื่อนลอยไป อุทิศตัวอุทิศใจให้แก่สิ่งที่ทำ = “มุ่งมั่น”
- (๔) “วิมังสา” —ความไตร่ตรอง-ทดลอง คือ หมั่นใช้ปัญญาพิจารณาใคร่ครวญตรวจตราหาเหตุผล  
และตรวจสอบข้อยิ่งหย่อนในสิ่งที่ทำนั้น มีการวางแผน วัตถุประสงค์ คัดค้นวิธีแก้ไขปรับปรุง เป็นต้น =  
“คิด-วิเคราะห์-แยกแยะ-หาผล-ปรับปรุงแก้ไข”



“อินทรีย์ ๕” หมายถึง *ธรรมที่เป็นใหญ่ในกิจของคน ซึ่งธรรมที่ตรงกันข้ามแต่ละอย่าง จะเข้าครอบงำไม่ได้* ได้แก่

- (๑) “**สัทธา-สัทธินทรีย์**” —ความเชื่อ ย่อมระงับปิดกั้นความไร้ศรัทธา-**อสัทธา**
- (๒) “**วิริยะ-วิริยินทรีย์**” —ความเพียร ย่อมระงับปิดกั้นความเกียจคร้าน-**โกธัชชะ**
- (๓) “**สติ-สติินทรีย์**” —ความระลึกได้ ย่อมระงับปิดกั้นความประมาท-**ปมาทะ**
- (๔) “**สมาธิ-สมาธิินทรีย์**” —ความตั้งจิตมั่น ย่อมระงับปิดกั้นความฟุ้งซ่าน-**อุทธัจจะ**
- (๕) “**ปัญญา-ปัญญินทรีย์**” —ความรู้ทั่วชัด ย่อมระงับปิดกั้นความหลงลืมสติ-**โมหะ** หรือ “**อัมปชัญญะ**” คือ ความไม่รู้ไม่เห็น ขัดข้องเพราะ อวิชชา-ความหลง-อกุศลมูล หรือ “**มฺกฺฐลัจจะ**” คือ การอยู่อย่างขาดสติ-ไม่มีสติ-ระลึกตามไปไม่ได้-ระลึกย้อนไปก็ไม่ได้-นึกไม่ออก-จำไม่ได้-ฟื้นฟูเพื่อน-หลงลืม-หลงเลื่อน-หลงไหลไป-หลงพร้อม คือ “**สมฺโมหวิหาโร**” แปลว่า “**อยู่ด้วยความหลง**” [ตั้งนโมไม่ทัน]

“**พละ ๕**” หมายถึง *ธรรมที่เป็นกำลัง* [ขวัญพลังใจ-แรงบันดาล-จิตที่ตั้งมั่น เลื่อมใส ศรัทธา = อธิโมกข์] ให้เกิดความเข้มแข็งมั่นคง ซึ่งธรรมที่ตรงกันข้ามแต่ละอย่าง จะเข้าครอบงำไม่ได้ [อุปฏิบัติปักษ์ธรรม เช่นเดียวกับ อินทรีย์ ๕] ได้แก่

- (๑) “**สัทธา-สัทธาพละ**” คือ ความเชื่อ —เลื่อมใส ศรัทธา เชื่อมั่นในอริยมรรค
- (๒) “**วิริยะ-วิริยพละ**” คือ ความเพียร —เพียรชอบในการละชั่วทำดี
- (๓) “**สติ-สติพละ**” คือ ความระลึกได้ —ไม่หลงลืม เลื่อนลอย
- (๔) “**สมาธิ-สมาธิพละ**” คือ ความตั้งจิตมั่น —ไม่ฟุ้งซ่านสัดสาย
- (๕) “**ปัญญา-ปัญญาพละ**” คือ ความรู้ทั่วชัด —โยนิโสมนสิการ ฉลาดคิดถูกวิธี

“**โพชฌงค์ ๗**” หมายถึง *ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้-องค์ธรรมตรัสรู้* ได้แก่

- (๑) “**สติ**” —ความระลึกได้ สำนึกพร้อมอยู่ ใจอยู่กับกิจ จิตอยู่กับเรื่อง
- (๒) “**สัมมวชิยะ**” —ความเพียรธรรม ความสอดคล้องสืบค้นธรรม
- (๓) “**วิริยะ**” —ความเพียรบากบั่นเพื่อทำดีละชั่ว
- (๔) “**ปีติ**” —ความอิ่มใจ ความดื่มด่ำในใจ
- (๕) “**ปัสสัทธิ**” —ความผ่อนคลายสงบเย็นกายใจ
- (๖) “**สมาธิ**” —ความมีใจตั้งมั่น จิตสงบแน่วแน่ในอารมณ์เดียว ไม่ฟุ้งซ่าน
- (๗) “**อุเบกขา**” —ความมีใจเป็นกลางเพราะเห็นตามเป็นจริง



“มรรคมืองค์ ๘” หมายถึง “ทางมืองค์แปดประการ อันประเสริฐ” เปรียบเทียบกับ “จริยา ๘” คือ ความประพฤติ ได้แก่

- (๑) “สัมมาทิฏฐิ” —เห็นชอบ ได้แก่ ความรู้หรือริยัสัจจ ๔ หรือ เห็นไตรลักษณ์ หรือ รู้อกุศลและอกุศลมูลกับกุศลและกุศลมูล หรือ เห็นปฏิจาสุมุขปาธ = **ทัสสนจริยา** –การเห็นแจ้ง
- (๒) “สัมมาสังกัปปะ” —คำริชอบ ได้แก่ เนกขัมมสังกัปปิ อพยยาตสังกัปปิ อวิหิงสาสังกัปปิ = **อภิโรปนจริยา** –มีกระบวนทัศน์
- (๓) “สัมมาวาจา” —เจรจาชอบ ได้แก่ วชิสุจิริต ๔ = **ปริคคหจริยา** –สำรวจวาจา
- (๔) “สัมมากัมมันตะ” —กระทำชอบ ได้แก่ กายสุจิริต ๓ = **สมุฏฐานจริยา** –สร้างสรรค์
- (๕) “สัมมาอาชีวะ” —เลี้ยงชีพชอบ ได้แก่ ประกอบสัมมาชีพ = **โฆทานจริยา** –ความบริสุทธิ์
- (๖) “สัมมาวายามะ” —พยายามชอบ ได้แก่ สัมมัปปธาน ๔ = **ปัตคหจริยา** –หมั่นพากเพียร
- (๗) “สัมมาสติ” —ระลึกชอบ ได้แก่ สติปัฏฐาน ๔ = **อุปัฏฐานจริยา** –สติซัดແກ່กล้า
- (๘) “สัมมาสมาธิ” —ตั้งจิตมั่นชอบ ได้แก่ ฌาน ๔ = **อวิกเขปจริยา** –จิตสงบตั้งมั่นสนิท

(๑) เจริญสมถภาวนาด้วย “รูปฌาน ๔” เพื่อให้จิตเป็นสมาธิในขั้นต่างๆ ดังนี้

“ฌาน ๔–รูปฌาน ๔” —ว่าด้วย “กุศลฌาน–จตุกกนัย” [ฌานพื้นฐานที่ต้องฝึกก่อนฌานอื่นๆ] โดยใช้ “กรรมฐาน ๔๐” โดยใช้ “ปฐมวิกสิณ” เป็นอารมณ์แห่งกรรมฐาน แต่ก็ควรเริ่มที่ “อานาปานสติ” ก่อนจะฝึกด้วย “กสิณ ๑๐” หรือกรรมฐานอื่นๆ ต่อไป และควรฝึกอบรม “กุศลฌาน” เป็นหลักก่อน ดังรายละเอียดต่อไปนี้

(๑) “ปฐมฌาน” มืองค์ฌาน ๕ ได้แก่ “วิตก–วิจาร์–ปีติ–สุข–เอกัคคตา” ดังนี้

“ภิกษุในศาสนานี้ เจริญมรรคปฏิบัติ (คฺพบทที่ ๒–มรรคมืองค์ ๘) เพื่อเข้าถึงรูปภพ สัจจจากกาม สัจจจากอกุศลธรรมทั้งหลายแล้ว บรรลุปฐมฌานที่มีปฐมวิกสิณเป็นอารมณ์ ประกอบด้วยวิตก วิจาร์ มีปีติและสุขอันเกิดแต่เวกอยู่ ในสมัยใด ฌานมืองค์ ๕ คือ “**วิตก–วิจาร์–ปีติ–สุข–เอกัคคตาแห่งจิต**” มีในสมัยนั้น นี้เรียกว่า “**ปฐมฌานกุศล**” ธรรมทั้งหลายที่เหลือ เรียกว่า ธรรมที่สัมปยุตด้วยฌาน”



(๒) “**ทุติยฌาน**” มีองค์ฌาน ๓ ได้แก่ “**ปีติ-สุข-เอกัคคตา**” ดังนี้

“ภิกษุในศาสนา นี้ เจริญมรรคปฏิบัติ เพื่อเข้าถึงรูปภพ บรรลุทุติยฌานที่มีปฐมวิกสิตเป็นอารมณ์ **เป็นไปในภายใน** [เป็นของภายในเฉพาะตน] **เป็นธรรมชาติผ่องใส** [ความปลงใจเชื่อ ความเลื่อมใสยิ่ง] เพราะ **วิตกวิจารณ์สงบ** [ระงับ เข้าไประงับ คับไป คับไปอย่างราบคาบถูกทำให้พินาศไป ถูกทำให้พินาศไปด้วยดี ถูกทำให้เหือดแห้ง ถูกทำให้เหือดแห้งด้วยดี ถูกทำให้มีที่สุดปราศไปแล้ว] **เป็นธรรมเอกผุดขึ้นแก่ใจ** [ความตั้งอยู่แห่งจิต ความดำรงอยู่แห่งจิต ความมั่นอยู่แห่งจิต ความไม่ส่ายไปแห่งจิต ความไม่ฟุ้งซ่านแห่งจิต ภาวะที่จิตไม่ส่ายไป ความสงบ สมาธิในทริยสมาธิพละ สัมมาสมาธิ] **ไม่มีวิตก** [ความตรึก ความตรึกอย่างแรง ความดำริ ความที่จิตแนบอยู่ในอารมณ์ ความที่จิตแนบสนิทอยู่ในอารมณ์ ความขกจิตขึ้นสู่อารมณ์ สัมมาสังกัปปะ = วิตก] **ไม่มีวิจารณ์** [ความตรอง ความพิจารณา ความตามพิจารณา ความเข้าไปพิจารณาอารมณ์ ความที่จิตสืบต่ออารมณ์ ความที่จิตเพ่งดูอารมณ์อยู่เนื่องๆ = วิจารณ์] มีแต่ปีติและสุขอัน **เกิดแต่สมาธิ** [ความผ่องใส ปีติ สุข เอกัคคตาแห่งจิต เกิดแล้ว เกิดพร้อมแล้ว บังเกิดแล้ว บังเกิดเฉพาะแล้ว] **ปรากฏแล้ว ในสมาธิ** นี้ อยู่ในสมมัชฌิต ฌานมีองค์ ๓ คือ “**ปีติ-สุข-เอกัคคตาแห่งจิต**” มีในสมมัชฌิต นั้น นี้เรียกว่า “**ทุติยฌานกุศล**” ธรรมทั้งหลายที่เหลือเรียกว่า ธรรมที่สัมปยุตด้วยฌาน”

(๓) “**ตติยฌาน**” มีองค์ฌาน ๒ ได้แก่ “**สุข-เอกัคคตา**” ดังนี้

“ภิกษุในศาสนา นี้ เจริญมรรคปฏิบัติ เพื่อเข้าถึงรูปภพ เพราะคลายปีติได้อีกด้วย จึงเป็นผู้มีจิตเป็นอุเบกขา มีสติสัมปชัญญะอยู่ และเสวยสุขด้วยนามกาย บรรลุตติยฌานที่มีปฐมวิกสิตเป็นอารมณ์ ซึ่งเป็นฌานที่พระอรหันต์ทั้งหลายกล่าวสรรเสริญผู้ได้บรรลุว่า เป็นผู้ที่มีจิตเป็นอุเบกขา มีสติ อยู่เป็นสุข ดังนี้ อยู่ในสมมัชฌิต ฌานมีองค์ ๒ คือ “**สุข-เอกัคคตาแห่งจิต**” มีในสมมัชฌิต นั้น นี้เรียกว่า “**ตติยฌานกุศล**” ธรรมทั้งหลายที่เหลือ เรียกว่า ธรรมที่สัมปยุตด้วยฌาน”

(๔) “**จตุตถฌาน**” มีองค์ฌาน ๒ ได้แก่ “**อุเบกขา-เอกัคคตา**” ดังนี้

“ภิกษุในศาสนา นี้ เจริญมรรคปฏิบัติ เพื่อเข้าถึงรูปภพ บรรลุจตุตถฌานที่มีปฐมวิกสิตเป็นอารมณ์ **ไม่มีทุกข์ ไม่มีสุข** เพราะละสุขและทุกข์ได้เพราะโทมนัสและโทมนัสดับสนิทในก่อน มีสติบริสุทธิ์ เพราะอุเบกขา อยู่ในสมมัชฌิต ฌานมีองค์ ๒ คือ “**อุเบกขา-เอกัคคตาแห่งจิต**” มีในสมมัชฌิต นั้น นี้เรียกว่า “**จตุตถฌานกุศล**” ธรรมทั้งหลายที่เหลือ เรียกว่า ธรรมที่สัมปยุตด้วยฌาน”



(๔) เจริญวิปัสสนาภาวนา ด้วย “ญาณ ๑๖-โสฬสญาณ” ดังนี้

“ญาณ ๑๖-โสฬสญาณ” [ปัญญาประเสริฐ-ปัญญาอริยะ]

- (๑) “นามรูปปริจเฉทญาณ” — ญาณกำหนดจำแนกรู้นามและรูป
- (๒) “ปัจจุปัจจุปริคคญาณ” — ญาณกำหนดรู้ปัจจุของนามและรูป
- (๓) “สัมมสนญาณ” — ญาณกำหนดรู้ด้วยพิจารณาเห็นนามและรูปโดยไตรลักษณ์
- (๔) “อุทยัพพยานุปัสสนาญาณ” — ญาณอันตามเห็นความเกิดและความดับไปแห่งขันธ ๕
- (๕) “ภังคานุปัสสนาญาณ” — ญาณอันตามเห็นความสลายไปหมดของสังขารทั้งหลาย
- (๖) “ภยตูปัญฐานญาณ” — ญาณอันมองเห็นสังขารปรากฏเป็นของน่ากลัว
- (๗) “อาทีนวานุปัสสนาญาณ” — ญาณอันคำนึงเห็นโทษ
- (๘) “นิพพิทานุปัสสนาญาณ” — ญาณอันคำนึงเห็นด้วยความหน่าย
- (๙) “มฺหุจฺจิกมฺยตาญาณ” — ญาณอันคำนึงด้วยใครจะพ้น ไปเสีย
- (๑๐) “ปฏิสังขานุปัสสนาญาณ” — ญาณอันคำนึงพิจารณาทบทวนเพื่อหาทาง
- (๑๑) “สังขารูปেকชาญาณ” — ญาณอันเป็นไปโดยความเป็นกลางต่อสังขาร
- (๑๒) “สังขานุโลมิกญาณ-อนุโลมญาณ” — ญาณขออนุโลมแก่การหยั่งรู้อริยสัจ
- (๑๓) “โคตรญาณ” — ญาณครอบโคตร
- (๑๔) “มคฺคญาณ” — ญาณในอริยมรรค
- (๑๕) “ผลญาณ” — ญาณในอริยผล
- (๑๖) “ปัจจุเวกขณญาณ” — ญาณหยั่งรู้ด้วยการพิจารณาทบทวน

กล่าวโดยสรุป ให้เข้าใจถึงการปฏิบัติที่เป็นแก่นแท้จริงๆ ๔ ประการ ดังนี้

- (๑) ถือและรักษาศีลให้เป็น “อธิศีลสิกขา” ได้แก่ สัมมาวาจา-สัมมากัมมันตะ-สัมมาอาชีวะ
- (๒) เจริญอนุสติทั้ง ๑๐ ประการ พรหมวิหาร ๔ และ โพธิปักขิยธรรม ๓๗
- (๓) เจริญรูปฌาน ๔ เพื่อให้เป็น “อธิจิตตสิกขา” ได้แก่ สัมมาวายามะ-สัมมาสติ-สัมมาสมาธิ
- (๔) เจริญฌาน ๑๖ เพื่อให้เป็น “อธิปัญญาสิกขา” ได้แก่ สัมมาทิฐิ-สัมมาสังกัปปะ

ฉะนั้น ข้อประพจน์ปฏิบัติอันเป็น “สัมมาปฏิบัติอันยิ่ง” เพื่อนำความนึกคิดในใจให้ไปถึง “ความเป็นอริยบุคคล” ได้แก่ (๑) พระโศดาบัน (๒) พระสกทาคามี (๓) พระอนาคามี (๔) พระอรหันต์ ตามลำดับ อย่างไรก็ตาม อริยบุคคลใน ๓ ชั้นแรกนั้น ถือเป็นผู้อยู่ไม่พ้นจากวัฏฏะ (กิเลส-กรรม-วิบาก) ซึ่งยังเป็น “ผู้มีโสกะ-ปริเทวะ-ทุกข์-โทมนัส-อุปายาส เป็นธรรมดา” คือ ผู้อยู่อยู่ตามกระแสโลกธรรมทั้ง ๘ ประการ ยังไม่ตัดขาดได้จริง แต่อริยบุคคลอันดับสุดท้าย คือ “พระอรหันต์” นั้น เป็นผู้พ้นจากวัฏฏะ ที่เรียกว่า “วิวัฏฐ์-วิวัฏฐะ” คือ ภาวะที่พ้นจากขันธ (ขันธวินิมุตติ) เข้าอยู่ในกระแสนิพพานได้แล้ว-ช้าน้อย! จึงถือว่าเป็นผู้หมด



จดจากกิเลสและกองทุกข์ คือ “ผู้ปราศจากโศกะ-ปริเทวะ-ทุกข์-โทมนัส-อุปายาส เป็นธรรมดา” ตามนัยแห่งคำศัพท์ว่า “พระอรหันต์” นั้น มีคำนิยามต่อไปนี้

- (๑) “อรหัน” (ข้อ ๑ ในพุทธคุณ ๘) หมายถึง พระผู้มีพระภาคเจ้านั้น เป็นพระอรหันต์ คือ เป็นผู้ไกลจากกิเลสและบาปกรรม ทรงความบริสุทธิ์ หรือเป็นผู้กำจัดขันธ์คือกิเลสสิ้นแล้ว หรือเป็นผู้หักงำแห่งสังสารจักร ได้แก่ อวิชชา ตัณหา อุปาทาน กรรม หรือเป็นผู้ควรแนะนำสั่งสอน เป็นผู้ควรรับความเคารพ ควรแก่ทักษิณา และการบูชาพิเศษ หรือเป็นผู้ไม่มีข้อเร้นลับ คือ ไม่มีข้อเสียหายอันควรปกปิด
- (๒) “อรหัต-อรหัตต์” หมายถึง ความเป็นพระอรหันต์ เป็นชื่อ “มรรค-ผล” ชั้นสูงสุดในพระพุทธศาสนา (อริยมรรค-อริยผล) ซึ่งตัดกิเลสในสันดานได้เด็ดขาด
- (๓) “อรหันต์” หมายถึง ผู้สำเร็จธรรมวิเศษสูงสุดในพระพุทธศาสนา พระอริยบุคคลชั้นสูงสุดผู้ได้บรรลุอรหัตตผล โดยแยกตามประเภท ได้แก่

- (๓.๑) “พระอรหันต์ ๒” คือ (๑) พระสุกขวิปัสสก กับ (๒) พระสมถยานิก
- (๓.๒) “พระอรหันต์ ๔” คือ (๑) พระสุกขวิปัสสก (๒) พระเตวิชชะ คือ ผู้ได้วิชา ๓ (๓) พระฉฬภิญโญ คือ ผู้ได้อภิญญา ๖ (๔) พระปฏิสัมภิทัปปัตตะ คือ ผู้บรรลุปฏิสัมภิทา ๔
- (๓.๓) “พระอรหันต์ ๕” คือ (๑) พระปัญญาวิมุต (๒) พระอุกโตภาควิมุต (๓) พระเตวิชชะ (๔) พระฉฬภิญโญ (๕) พระปฏิสัมภิทัปปัตตะ

อย่างไรก็ตาม พระอรธกถาจารย์แสดงความหมายของ “อรหันต์” ไว้ ๕ นัย ความหมายทั้ง ๕ นี้ ตามปกติใช้อธิบายคำว่า “อรหันต์” ที่เป็นพุทธคุณข้อที่ ๑ ได้แก่

- (๑) เป็นผู้ไกล “อารกะ” จากกิเลส คือ ห่างไกลไม่อยู่ในกระแสกิเลสที่จะทำให้มัวหมองได้เลย
  - (๒) กำจัดขันธ์ “อริ+หต” คือ กิเลสหมดสิ้นแล้ว
  - (๓) เป็นผู้หัก คือ รื้อทำลายกำ “อริ+หต” แห่งสังสารจักรเสร็จแล้ว
  - (๔) เป็นผู้ควร “อรห” แก่การบูชาพิเศษของเทพและมนุษย์ทั้งหลาย
  - (๕) ไม่มีที่ลับ “น+รห” ในการทำบาป คือ ไม่มี ความชั่ว ความเสียหายที่จะต้องปิดบัง
- (๔) “อรหันตชินาสพ” หมายถึง พระอรหันต์ผู้สิ้นอาสวะแล้ว ใช้สำหรับพระสาวก สำหรับพระพุทธเจ้า ใช้คำว่า “อรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า” แปลว่า พระอรหันต์ผู้ตรัสรู้ชอบเอง





แต่อย่างไรก็ตาม พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงเริ่มแนวทางในการค้นหา “โมกขธรรม” คือ *ธรรมนำสัตว์ให้หลุดพ้นจากกิเลส-ความหลุดพ้น-นิพพาน* หรือ “โยคเกษมธรรม” แปลว่า “ธรรมอันเป็นแดนเกษมจากโยคะ” ในความหมายสามัญ คือ ความปลอดโปร่งโล่งใจ หรือสุขกายสบายใจ เพราะปราศจากภัยอันตราย หรือล่วงพ้นสิ่งที่น่าพรั่นกลัวมาถึงสถานที่ปลอดภัย ในความหมายขั้นสูงสุด คือ มุ่งเอาพระนิพพาน อันเป็นธรรมที่เกษมคือโปร่งโล่งปลอดภัยจากโยคกิเลสทั้ง ๔ จำพวก คำว่า “โยคะ” คือ สภาวะอันประกอบสัตว์ไว้ในภพ หรือผูกกรรมไว้กับวิบาก ได้แก่ “*กามโยคะ-ภวโยคะ-ทัญญูโยคะ-อวิชชาโยคะ*” ด้วยความคิดที่ต้องเจริญตามแนวทางสายกลางแห่งปัญญา คือ “*มัชฌิมาปฏิปทา*” โดยยึดถือข้อประพฤติปฏิบัติตาม “*อริยอัฏฐังคิกมรรค-อริยมรรคมีองค์ ๘*” ในทุกขั้นตอนของการปฏิบัติธรรม โดยเน้น “*ความมีปัญญา*” (สัมมาทิฏฐิ) ได้แก่ (๑) *เริ่มด้วยปัญญา* (๒) *ดำเนินด้วยปัญญา* (๓) *นำไปสู่ปัญญาอันยิ่ง* ที่เรียกว่า “*ไตรสิกขา*” ได้แก่ (๑) “*อริปัญญาลิกขา*” คือ “*สัมมาทิฏฐิ-สัมมาสังกัปปะ*” (๒) “*อริศีลสิกขา*” คือ “*สัมมาวาจา-สัมมากรรม-สัมมาอาชีวะ*” (๓) “*อริจิตตสิกขา*” คือ “*สัมมาวายามะ-สัมมาสติ-สัมมาสมาธิ*” เมื่อพิจารณาตามหลักคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแล้ว คือ “*พุทธโอวาท ๓*” ดังนี้

- (๑) ไม่ทำความชั่วทั้งปวง คือ *ผู้รู้*
- (๒) ทำแต่ความดีให้ถึงพร้อม คือ *ผู้ดี*
- (๓) ทำใจของตนให้สะอาดบริสุทธิ์ คือ *ผู้เบิกบาน*

มิฉะนั้น ให้พิจารณาถึงธรรมอันเป็นพระสัตตสุสาน์ของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ๗ ประการ ดังนี้

- (๑) “*เอกัณตนิพพิทา*” คือ ความหน่ายสิ้นเชิง ไม่หลงไหลเคลิบเคลิ้ม
- (๒) “*วิราคะ*” คือ ความคลายกำหนัด ไม่ยึดติดรัดตัว เป็นอิสระ
- (๓) “*นิโรธ*” คือ ความดับ หมดกิเลสหมดทุกข์
- (๔) “*อุปสมะ*” คือ ความสงบ
- (๕) “*อภิญญา*” คือ ความรู้ยิ่ง ความรู้ชัด
- (๖) “*สัมโพธิะ*” คือ ความตรัสรู้
- (๗) “*นิพพาน*” คือ ภาวะที่หลุดพ้นจากกิเลสและกองทุกข์แล้ว

ประการสุดท้าย ถึงรู้เข้าใจจิตจนหมดแล้ว แต่ยังไม่ลงมือปฏิบัติจริง ก็ถือว่า ยังไม่ใช้ทางแห่งพุทธะ ก็อย่าประมาทเวลาของชีวิต ไม่มีใครบอกได้ว่า ตนจะตายได้ตอนไหน ทุกขณะชีวิตจึงไม่แน่นอน ปฏิบัติธรรมสะสมกำลังไว้ก่อน และเป็นเสบียงเดินทางในปรโลกได้แน่นอนกว่า แต่ถ้าไม่ไหวจริงๆ จะตายในตอนนี้ ก็ยังดี ที่ได้รู้พระธรรมแห่งอริยมรรคของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า จะได้มีโอกาสต่อยอดในภพต่อไปได้ ไม่ผิดทาง ส่วนผู้เกิดมาแล้วตายโดยไม่รู้เรื่องและเข้าใจในพระธรรม มันก็เป็นเรื่องน่าเสียดายเท่านั้นเอง สิ่งหนึ่งที่ผู้เป็นชาวพุทธทั้งหลาย ไม่ควรประมาทมองข้ามความสำคัญไป คือ เรื่อง “*กฏแห่งกรรม*” นั่นคือ มีความเชื่อและศรัทธาในความคิดที่ว่า การกระทำไม่สูญเปล่าไป ไม่มีค่าเป็นศูนย์ แต่ผลลัพธ์ของการกระทำดังกล่าว



นั้น เกิดขึ้นเสมอ คือ “**เมื่อมีกรรมเกิดขึ้น ย่อมมีวิบากตามมาเสมอ**” เช่น การให้ทานย่อมมีผลทั้งผู้ให้ **ทายก** และผู้รับ **ปฏิภาทก** ขึ้นอยู่กับเจตนาของทั้งสองฝ่ายว่าบริสุทธิ์หรือไม่บริสุทธิ์มากน้อยแค่ไหน ในการพิจารณาธรรมนั้น ประกอบด้วยจิตที่มีความเพียรละบาปแต่ทำบุญ มีสติสัมปชัญญะให้เกิดสติปัญญา มีอุเบกขาที่วางเฉยต่างธรรมทั้งหลาย เพราะเกิดสมาธิที่บริสุทธิ์ ทำให้สติบริสุทธิ์ปัญญาบริสุทธิ์ จึงวางใจเป็นกลางกับธรรมทั้งหลาย เรื่องทั้งหลาย อย่างเป็นธรรม ด้วยปัญญารอบรู้ ในที่ตรงนี้ หมายถึง การเกิดปัญญาเห็นภาวะจิตของตนเองและของผู้อื่นได้ ประการสำคัญ **“ปัญญาเห็นกรรมและวิบากของตนเอง”** ที่เรียกว่า **“กัมมัสสกตาของตน”** สำหรับการเห็นที่ขอดีเยี่ยมได้นั้น ต้องเห็นในกาลทั้ง ๓ ด้วยการพิจารณาด้วยปัญญาสามัญแบบชาวโลกก่อน ก่อนที่จะได้สิ่งที่ขอดีเยี่ยม คือ **“ปัญญาเห็นธรรม-ดวงตามเห็นธรรม-ธรรมจักขุ”** อันเกิดจากความเข้าใจและนึกคิดอย่างถูกต้องตามหลัก **“ปฏิจจสมุปบาท ๑๒”** ไม่ว่าจะเป็นฝ่ายพิจารณาเห็นเหตุแห่งทุกข์ คือ **“อนุโลมปฏิจจสมุปบาท”** (อวิชชาเป็นเหตุ) ก็ตาม หรือฝ่ายพิจารณาเห็นการดับเหตุแห่งทุกข์ คือ **“ปฏิโลมปฏิจจสมุปบาท”** (ดับอวิชชา) ก็ตาม ความก้าวหน้าที่จะพัฒนาได้อย่างถูกต้องและขอดีเยี่ยมต่อไปในการปฏิบัติธรรม เกิดจากความเชื่ออย่างมีเหตุผล คือ พิจารณาด้วยสติปัญญาด้วยสามัญสำนึกที่ไฝกุศลธรรม อย่างเช่น **“กรรม ๓: กายกรรม-วจีกรรม-มโนกรรม”** เกิดจากความกำหนดความอยากมากนักที่ไม่รู้จักพอ ทำให้เกิดทั้ง **“กุศลธรรม-สุจริต ๑”** (สัมมัตตะ) และ **“อกุศลธรรม-ทุจริต ๓”** (มิถัตตะ) คนที่เข้าใจถูกต้อง ย่อมเลือกฝ่ายแรก เพราะปัญญาปฏิสังขตด้วย **“โยนิโสมนสิการ”** บวกกับความรู้ที่ถูกต้อง อันเป็น **หลักการ ทฤษฎี หรือ หลักธรรม (ศีลธรรม-จริยธรรม-คุณธรรม)** ซึ่งเป็น **“กระบวนการคิดที่ถูกต้อง”** คือ พิจารณาเห็นการเกิด การตั้งอยู่ การดับไป ของธรรมทั้งหลาย ภาวะจิตของตนทั้งหลาย ส่วนไม่เที่ยง เป็นทุกข์เพราะแปรปรวน และไม่มีตัวตนที่แน่นอน เป็นภาวะที่สืบต่อเนื่องไปเรื่อยๆ จะไปยึดมั่นถือมั่นเป็นสาระตัวตนไม่ได้ จะเป็นบ้า **“วิปลาส”** ได้ เช่น **เห็นสิ่งที่ไม่เที่ยง ว่าเที่ยง ๑ เห็นสิ่งที่เป็นทุกข์ ว่าสุข ๑ เห็นสิ่งที่ไม่เป็นตัวตน ว่าตัวตน ๑ เห็นสิ่งที่ไม่งาม ว่างาม ๑** ในการปฏิบัติธรรมเป็นการฝึกจิตและปัญญาให้เห็นธรรมทั้งหลายตามสภาพเป็นจริง ตัดจิตเจตนาปรุงแต่งของตนออกไป อย่าไปคิดกับมัน มันจะเป็นอะไรช่างมัน ให้เข้าใจถูกต้องและเฉยไว้ ทำให้จิตใจไม่ขุ่นหมองตาม เมื่อพิจารณาปรากฏการณ์หรือธรรมทั้งหลาย หรือภาวะจิตใจของตน แล้วไม่ยึดมั่นเป็นสภาวะที่พึ่ง จิตย่อมโล่ง ชื่นบาน ผ่องใส ไม่ว่าจะอยู่ในทุกคติหรือสุขคติก็ตาม ย่อมเกิด **“สติปัญญา”** คือ **“สติสัมปชัญญะ”** ที่เกิดพร้อมกับ **ความเพียร** และ **อุเบกขา** สิ่งนี้คือความสุขในปัจจุบันที่เห็นได้ทันทีที่จิตไม่เศร้าหมองไปกับกิเลสทั้งหลาย ก็ให้เจริญให้มาก แม้ขณะมีชีวิตอยู่ หรือแม้แต่จะละลมหายใจสุดท้ายก็ตาม เรื่องราวที่กล่าวมาทั้งหมดนี้ เป็นเรื่องที่คุณควรเข้าใจให้ถูกต้องและนำไปปฏิบัติจริง **“ทำดีเองย่อมได้ดีเอง”** ทำวันละนิดละหน่อย สะสมบุญบารมีไปเรื่อยๆ สืบต่อเนื่องก็ไป ย่อมเกิดความสมบูรณ์ ความไพบูรณ์ ความอุดมปัญญาอันยิ่งเป็นที่สุด ไม่เสียเวลาที่มีชีวิตอยู่ในภพชาตินี้อย่างแน่นอน.

