๓๔. ผู้ปฏิบัติธรรมย่อมเลือกความสงัดและความสงบ

The Practice Chooses the States of Seclusion and Calmness

ขอน้อมแด่พระผู้มีพระภาคอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์นั้น

In Honor of the Blessed One of the Fully Enlightened One

By Nithee Siripat – Siripat.com and Academiae Network. 2016

ความสำคัญของบทความ

เมื่อพิจารณาถึงปัจจัยที่เอื้ออำนวยต่อการบรรลุธรรมวิเศษในพระพุทธศาสนาแล้ว ก็ให้พิจารณาถึง “**เวลา**” กับ “**สถานที่**” ซึ่งมีความสำคัญหรืออิทธิพลต่อผู้ปฏิบัติธรรมเป็นอย่างยิ่ง “**ความสงัด–ปวิเวก**” และ “**ความสงบ–อุปสมะ**” จึงเป็นเรื่องสภาพแวดล้อมอันเป็นมงคลหรือผลดีต่อการประพฤติปฏิบัติธรรมให้ยิ่งยวดยิ่งขึ้นไป อันเป็นสภาพที่เกื้อกูลแก่ความตรัสรู้ (สัมโพธะ) ได้ไม่ยากนัก ธรรมย่อมไม่เจริญในสถานที่ “**อโคจร**” (บุคคลและสถานที่อันภิกษุไม่ควรไปมาหาสู่ มี ๖ คือ หญิงแพศยา หญิงหม้าย สาวเทื้อ ภิกษุณี บัณเฑาะก์(กะเทย) และร้านสุรา) อันไม่ควรที่ผู้ปฏิบัติธรรมจะไปอยู่อาศัยในการทำกรรมใดทั้งสิ้น ยิ่งอยู่กับคนหมู่มาก ก็ยิ่งมากเรื่อง ทำให้จิตไม่เป็นสมาธิอย่างต่อเนื่อง ไม่สามารถเห็นความก้าวหน้าในการปฏิบัติธรรมที่สูงขึ้นจากเดิม แต่กลับไปสู่ฐานะความเป็นปุถุชนสามัญเช่นเดิม ไม่สามารถรักษาศีลไว้ได้ และย่อมเกิดความประมาทขึ้นได้เสมอ เพราะไม่สำรวมระวังอินทรีย์ทั้งหลาย (*ตา–หู–จมูก–ลิ้น–กาย–ใจ* กับ *รูป–เสียง–กลิ่น–รส–โผฏฐัพพะ–ธรรมารมณ์* คือ ความสัมพันธ์กันระหว่าง “*อินทรีย์* ๖” กับ “*อารมณ์* ๖” ที่เรียกว่า “*อายตนะ ๑๒*”) ฉะนั้น ระบบการทำงานของสมองมนุษย์ในขณะประมวลผลองค์ความรู้ต่างๆ นั้น ย่อมต้องการความเงียบสงบ ในการตีความย่อยองค์ความรู้ต่างๆ ให้กลายเป็นปัญญาในการหยั่งรู้และหยั่งเห็น (ญาณทัสสนะ) เมื่อจิตไม่เป็นสมาธิ เกิดความฟุ้งซ่าน สำคัญผิดในธรรมหรือสภาวธรรมที่ปรากฏขึ้นในวิปัสสนา เปิดโอกาสให้ “**อวิชชา**” เข้าครอบงำปัญญาได้ ย่อมหนีไม่พ้นจาก “**โลกธรรม ๘–สังขตธรรม**” (โลกียธรรม) คือ จิตวกวนอยู่ใน “**วัฏฏะ ๓**” (กิเลส–กรรม–วิบาก) ไม่สามารถหนีหลุดพ้นจาก “**อุปาทานขันธ์ ๕ เป็นทุกข์**” ก็ย่อมไม่สามารถเข้า “**สัจจภาวะแห่งนิพพาน**” (วิวัฏฏะ–ขันธวินิมุต) หรือ “**อมตธรรม–บรมธรรม**” (นิพพาน–อสังขตธรรม) ได้เช่นกัน.

บทความที่ ๓๔ ประจำปี ๒๕๕๕ – ผู้ปฏิบัติธรรมย่อมเลือกความสงัดและความสงบ

เมื่อได้เลือกทางเดินชีวิตเป็นนักปฏิบัติธรรม (Mediator) แล้ว ความสงัดจากคนหมู่มาก คือ "**ปวิเวก**" และความสงบ คือ "**อุปสมะ**" (นิพพาน) โดยระงับโทษข้อขัดแย้งมัวหมองวุ่นวาย อันเกิดจากกิเลสทั้งหลาย แล้วทำจิตใจให้สงบได้ อาการลักษณะดังกล่าวนี้ มีความสำคัญอย่างมากต่อผู้ปฏิบัติธรรม (โยคาวจร) เพราะความวุ่นวายด้วยหมู่คนและด้วยการพอกพูนกิเลสนั้น ทำให้จิตไม่เป็นสมาธิ ฟุ้งซ่าน สัดส่าย หวั่นไหว ไปตามกระแสแห่งโลกธรรมทั้งหลาย ตามฉบับของปุถุชนชาวโลก ดำรงอยู่ในทุคติแห่งสังสารวัฏฏ์ ในการถือประพฤติปฏิบัติธรรมนั้น มีเป้าหมายในการยกระดับจิตใจให้สะอาดบริสุทธิ์จากกิเลสธรรมเครื่องเศร้าหมองทั้งหลาย ด้วยการทำจิตให้เป็นสมาธิอย่างเป็นสุข คือ การบำเพ็ญฌานสมาบัติด้วย (๑) ***รูปฌาน ๔*** และ (๒) ***อรูปฌาน ๔*** จนถึง "**การเข้านิโรธสมาบัติ**" ได้ตามลำดับ แต่ในทางปฏิบัตินั้น จิตเริ่มปราศจากนิวรณ์ได้นั้น ย่อมอยู่ในรูปฌานแต่ละระดับ ระดับที่ดีที่สุด คือ "**จตุตถฌาน**" ซึ่งประกอบด้วยองค์ฌาน ๒ อย่าง ได้แก่ (๑) ***อุเบกขา*** กับ (๒) ***เอกัคคตาแห่งสมาธิ*** ที่เรียกว่า "**จิตประภัสสร**" เมื่อจิตสรหคตด้วย "**จตุตถฌานกุศลจิต**" แล้ว อันเกิดจากการประพฤติปฏิบัติตามหลักธรรม "**จรณะ ๑๕**" (เสขปฏิปทา) หมายถึง แนวทางประพฤติปฏิบัติเพื่อให้บรรลุถึงวิชชา ได้แก่ (๑) ***สีลสัมปทา ๑*** (๒) ***อปัณณกปฏิปทา ๓*** (๓) ***สัทธรรม ๗*** และ (๔) ***ฌาน ๔*** กล่าวโดยรวม คือ ศีล–อินทรียสังวร–โภชเนมัตตัญญุตา–ชาคาริยานุโยค–ศรัทธา–หิริ–โอตตัปปะ–พหูสูต–วิริยารัมภะ–สติ–ปัญญา–ปฐมฌาน–ทุติยฌาน–ตติยฌาน–จตุตถฌาน สำหรับคุณธรรม ๑๕ ประการ ดังกล่าวนี้ เรียกว่า "**เสขปฏิปทา**" คือ ข้อปฏิบัติอันเป็นทางดำเนินของพระเสขะผู้ยังไม่บรรลุอรหัตตผล เพื่อให้บรรลุธรรมวิเศษ นั่นคือ "**วิชชา ๓**" (วิชชา ๘–อภิญญา ๖) หมายถึง ความรู้แจ้ง ความรู้วิเศษ และความรู้ยิ่งยวด คำว่า "**ปวิเวก**" กับ "**อุปสมะ**" นั้น ไม่ได้หมายความว่า การเป็นหนีสังคมไปอยู่อย่างโดดเดี่ยวหรือการต่อต้านสังคม เพียงแต่หาเวลาและสถานที่เพื่อฝึกปฏิบัติธรรมเป็นส่วนตัว ในระหว่างการฝึกปฏิบัติธรรม เมื่อบรรลุความรู้วิเศษแห่งวิชชาแล้ว ย่อมก้าวเดินสู่วิปัสสนาภูมิได้ในเวลาเดียวกัน นั่นคือ "**ญาณในวิปัสสนา**" (ญาณ ๑๖–โสฬสญาณ) แต่จะมีความก้าวหน้ามากน้อยแค่ไหนนั้น ก็ให้บรรลุอรหัตตผลให้ได้ (พระอเสขะ) ฉะนั้น คำว่า "**ปวิเวก**" จึงประกอบด้วย "**วิเวก ๓**" หมายถึง ความสงัด ความปลีกออก ได้แก่ (๑) "**กายวิเวก**" คือ อยู่ในที่สงัด ดำรงอิริยาบถและเที่ยวไปผู้เดียว (๒) "**จิตตวิเวก**" คือ ทำจิตให้สงบผ่องใส สงัดจากนิวรณ์ สังโยชน์ และอนุสัย หมายเอาจิตแห่งท่านผู้บรรลุฌาน และอริยมรรค อริยผล และ (๓) "**อุปธิวิเวก**" คือ ธรรมเป็นที่สงบระงับสังขารทั้งปวง ปราศจากกิเลส ขันธ์ อภิสังขาร หมายเอาพระนิพพาน ดังนั้น การสงบกายและใจเพื่อไม่ให้เกิดกรรมภพ (กาย–วาจา–ใจ) และอุปัตติภพ (ภูมิ ๓๑) จึงเป็นประเด็นสำคัญในการปฏิบัติธรรมด้วยการพิจารณากำหนดรู้สภาวธรรม (โยนิโสมนสิการ) คือ เจริญธรรมด้วยปัญญาและเหตุผล (ทิพพจักขุญาณ) เช่น คำว่า "**เหตุผล**" หมายถึง ปัญญากำหนดรู้สาเหตุของสภาพแห่งทุกข์ (**ทุกขตา ๓** ได้แก่ ๑. *ทุกขทุกขตา* คือ สภาพทุกข์คือทุกข์ หรือความเป็นทุกข์เพราะทุกข์ ๒. *วิปริณามทุกขตา* คือ ความเป็นทุกข์เพราะความแปรปรวน ๓. *สังขารทุกขตา* คือ ความ

เป็นทุกข์เพราะเป็นสังขาร) นั้นๆ ไม่ใช่เรื่องอื่น หรือเรื่องประกอบอาชีพทำให้รวยกว่าคนอื่นๆ ไม่ใช่เรื่องนั่งสมาธิแล้วรวยกันทุกคน เพราะจุดมุ่งหมายของการปฏิบัติธรรมเพื่อหมายเอาพระนิพพานเท่านั้น และ คำว่า "**รวย**" นั้น ย่อมหมายถึง การเอารัดเอาเปรียบจากผู้อื่น (อภิชฌา–พยาบาท–วิหิงสา) ไม่ว่าบุคคลนั้นจะครองตนเป็นฆราวาสหรือสมณะก็ตาม ฉะนั้น ความเข้าอย่างถูกต้องและลึกซึ้งตามคำสอนของพระพุทธเจ้า จึงมีความสำคัญอย่างยิ่ง โดยแบ่งออกเป็น ๒ กลุ่ม ได้แก่ (๑) *วิราคะ–วิสังโยค–อปจยะ–อัปปิจฉตา–สันตุฏฐี–ปวิเวก–วิริยารัมภะ–สุภรตา* และ (๒) *เอกันตนิพพิทา–วิราคะ–นิโรธ–อุปสมะ–อภิญญา–สัมโพธะ–นิพพาน* ถ้าบุคคลปฏิบัติผิดจากธรรมใน ๒ กลุ่ม นี้ ถือว่าอยู่ในสภาวะไม่ถูกต้อง ย่อมเกิด (๑) ***วิปลาส ๔*** และ (๒) ***อคติ ๔*** ขึ้นอย่างแน่นอน ต้องปรับอาการและจิตใจใหม่ให้เข้ากับกระแสแห่งอริยมรรค มิฉะนั้น ก็จะได้ชื่อว่า "**ผู้ประมาท**" หรือ "**ชนผู้หลงทิศ**" อนึ่ง ความเห็นความเข้าใจที่ถูกต้อง (สัมมทิฏฐิ) นั่นคือ "**คิดถูก–ทำถูก**" ไม่ใช่คิดเหมาเองทำเองอย่างผิดๆ เพราะจิตสหรคตด้วย "**อกุศลมูล ๓**" อย่างรุนแรง ได้แก่ "***โลภะ–โทสะ–โมหะ***" (ราคะ–โทสะ–โมหะ หรือ ราคะ–ปฏิฆะ–อวิชชา) จนไม่เกิด "**ปัญญาเห็นธรรม**" ทั้งปวงตามสภาพที่ถูกต้องและเป็นจริง (ไตรลักษณ์) ซึ่งดูอาการเหมือนจะเข้าใจถูกต้องแต่เข้าใจอย่างผิดๆ ดำเนินชีวิตดำรงในทางที่ผิด คลาดเคลื่อนจากความเป็นจริงตามธรรมดา คือ "**อริยมรรค**" (อริยมรรคมีองค์ ๘–อริยสัจจ์ ๔–มัคคญาณ ๔) ไม่ใช่ทางสายกลางแห่งปัญญา "**มัชฌิมาปฏิปทา**" บุคคลผู้หลงทิศหลงทางนั้น ถ้าไม่แก้ไขให้ถูกต้อง ก็ยิ่งผิดอย่างรุนแรง เพราะเป็น "**มิจฉาทิฏฐิ**" ไม่ฟังพระฟังเจ้าด้วยกัน เป็น "**วิบัติ ๔**" ได้เช่นกัน ได้แก่ *ศีลวิบัติ–อาจารวิบัติ–ทิฏฐิวิบัติ–อาชีววิบัติ* ฉะนั้น การหมั่นตรวจสอบพฤติกรรมและความคิดของตนเองอย่างสืบเนื่อง อยู่บ่อยๆ ว่า ถูกต้องหรือผิดไป จึงเป็นเรื่องการปรับปรุงแก้ไขธรรมของตนเองให้ถูกต้อง โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การตรวจสอบในภาวนากรรมฐาน (สมถภาวนา–วิปัสสนาภาวนา) เพราะจิตอยู่ในอาการสงบระงับจากนิวรณ์ได้ดีกว่าจิตตามสภาพปกติ ที่เจือปนกิเลสมากมาย เพราะความประมาทในธรรมและปัญญา ด้วยเหตุนี้ "**ความสงัด–ปวิเวก**" กับ "**ความสงบ–อุปสมะ**" นั้น จึงเป็นรากฐานสำคัญในการชำระจิตให้สะอาดบริสุทธิ์จากกิเลสทั้งหลาย เพื่อเป็นฐานให้เกิด "**ปัญญาญาณในวิปัสสนา**" สามารถพิจารณากำหนดรู้สภาวธรรมได้ตามเป็นจริงด้วย "**อำนาจสมาธิในวิปัสสนา**" (ญาณทัสสนะ–สติสัมปชัญญะ) อันเป็นแนวทางประพฤติพรหมจรรย์ตามคำสอนของพระพุทธเจ้า.