

๔๗. ความยากง่ายในการปฏิบัติธรรม

Difficulty and Convenience for Mental Development



ขอน้อมแด่พระผู้มีพระภาคอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์นั้น

In Honor of the Blessed One of the Fully Enlightened One



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

ความสำคัญของบทความ

ในการออกไปปฏิบัติธรรมหรือการออกบวชนั้น ส่วนใหญ่แล้วบุคคลนั้นๆ มักประสบกับอุปสรรคปัญหาต่างๆ คล้ายเป็นข้ออ้างหรือข้อแก้ตัว ไม่ให้ยอมออกไปเจริญภาวนากรรมฐานหรือออกไปปฏิบัติธรรม แม้ว่าบางคนบ้านจะใกล้วัดหรือสำนักปฏิบัติธรรมมากเพียงใดก็ตาม แต่ตอนตาขกลับชอบเอาไปเผาในวัด ชอบบริการของวัด โดยหวังว่าพระมาสวดอภิธรรมจะได้พาขึ้นสวรรค์ ที่จริงคิดไปเองโดยถือผิดๆ ในความคิดนั้นๆ กิจการงานใดในโลกมนุษย์นั้น ย่อมมีแต่อุปสรรคปัญหาต่างๆ มากมายเข้ามาขัดขวางการทำงาน ไม่ว่าจะเป็นฐานะทางโลกหรือทางธรรม ก็ตาม ในความเป็นจริง มูลเหตุใหญ่ของปัญหานั้น มาจากใจของแต่ละคนว่าจะมีใจศรัทธาและนันทะแรงกล้ามากน้อยเท่าไร หรือขี้เกะจิต ไก่หัดขัน อะไรทำนองนั้น คนที่จิตใจไม่เด็ดเดี่ยวแข็งเพชฌฆาตได้ จะบรรลุธรรมขั้นสูงได้นั้น ก็คงเป็นไปได้ยากมากเช่นกัน ต้องออกแรงมากน้อย จนถึงขั้นล่าถอยเลิกราไปเลยก็ได้เหมือนกัน ความยากหรือความง่ายในการปฏิบัติธรรมนั้น จึงขึ้นอยู่กับ “จิตใจ-จิตวิญญาณ” ที่แท้จริงของคนๆ นั้น ต่างหาก ที่จะเปิดโอกาสให้ชีวิตตนเองได้หรือไม่ ไม่เกี่ยวกับพระหรือพระศาสนาแต่อย่างไร พระศาสนาบริสุทธิ์คืออยู่แล้ว เหลือแต่คนที่เข้ามาศรัทธาพระศาสนาได้จริงหรือไม่ ยอมรับข้อพระธรรมวินัยต่างๆ ได้ไหม หรือเข้ามายอมสร้างบาปกรรมเพิ่มขึ้น ด้วยการทุศีลถือศีลบาปแทนศีลดี [ความจริงคำว่า “ศีล” คือ ดีเป็นปกติอยู่แล้ว] ฉะนั้น กุญแจเคล็ดลับแห่งความสำเร็จในการปฏิบัติธรรม นั้นคือ (๑) ต้องมีใจฝักใฝ่ในธรรม (๒) เป็นผู้คงแก่เรียนเพื่อกันหาความจริงแห่งชีวิต และ (๓) มีปรารถนาอยากหลุดพ้นจากสังสารทุกข์ทั้งปวงอย่างสิ้นเชิง ไม่พึงปรารถนาเพลิดเพลिनกับโลกและเปื้อน่ายสังขารทั้งปวง เพราะสิ่งเหล่านี้ไม่เป็นจริง ไม่เป็นสภาวะที่พึงของชีวิตได้ เป็นการประกอบสังสารทุกข์ ฉะนั้น ถ้าคิดได้ก็เพราะเกิดปัญญาเห็นธรรมทั้งหลาย เริ่มด้วยไตรลักษณ์แห่งโลกียธรรมในเบื้องต้น ของทั้งหลายเหล่านี้ ล้วนเป็นของไม่เที่ยง เป็นของแห่งทุกข์ เป็นของไม่ใช่ตัวตน มีแต่ความวุ่นวาย ความเดือดร้อนกายและใจ ฉะนั้น การปฏิบัติธรรมจึงเป็นหนทางอันเอกมรรคทางเดียวในการที่จะดับทุกข์ทั้งปวง.



บทความที่ ๔๗ ประจำปี ๒๕๕๕ – ความยากง่ายในการปฏิบัติธรรม

ความเชื่อความศรัทธาปสาทะส่วนบุคคลนั้น เป็นปัจจัยสำคัญที่กำหนดทิศทางความยากง่ายในการปฏิบัติธรรม เพราะเกิดจากความเบี่ยงเบนจากธรรมชาติที่เป็นจริง คือ “สังขธรรม” หรือ “อริยสังขธรรม” จึงเป็นเหตุทำให้จุดมุ่งหมายของการปฏิบัติธรรมไม่ชัดเจน คลุมเครือ ก้ำกึ่ง เอาแน่นอนทางใดทางหนึ่งไม่ได้ เลยเป็นงมงายไม่ประสบความสำเร็จผลแห่งความตั้งใจไว้ ยิ่งในกรณี ต่างคนต่างมีความคิดเห็นเป็นของตนอย่างเหนียวแน่น ก็ยิ่งสร้างปัญหาอันใหญ่หลวงให้เกิดขึ้นอีกต่างหากได้ เพราะฉะนั้น ให้ใช้ปัญญาและเหตุผลพิจารณาแนวทางปฏิบัติปฏิบัติทางตรงหรือสอดคล้องกับพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าหรือไม่ หรือเป็นเรื่องคิดขึ้นเอาเอง ซึ่งตรงกับจริตของบุคคลนั้นๆ ธรรมที่สอดคล้องเป็นอย่างดีกับพระตถาคตเจ้านั้น จำแนกออกเป็น ๒ กลุ่ม ได้แก่ (๑) “ธรรมวินัย ๘-สัตตสาสน์ ๘” [จริยา ๑๕] คือ วิราคะ-วิสังโยค-อปยะ-อัปปิจฉตา-สันตฎฐี-ปวิเวก-วิริยารัมภะ-สุภรตา กับ (๒) “ธรรมวินัย ๗-สัตตสาสน์ ๗” [วิชชา ๓] คือ เอกันตนิพพิทา-วิราคะ-นิโรธ-อุปสมะ-อภิญญา-สัมโพธิชะ-นิพพาน ธรรมใดถ้าไม่ประกอบด้วยคุณลักษณะใน ๒ กลุ่มนี้ ไม่ใช่พระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า [เกณฑ์การตรวจสอบพระธรรมวินัยในพระพุทธศาสนา] สำหรับในเกณฑ์หลัง ๗ ประการ นี้ เป็นเรื่องการเจริญภาวนากรรมฐานโดยตรง เพื่อให้บรรลุความตรัสรู้ในโลกุตตรธรรมทั้ง ๕ ประการ ได้แก่ มรรค ๔-ผล ๔-นิพพาน ๑ ดังนั้นการตัดสินใจความยากง่ายในการปฏิบัติธรรม จึงขึ้นอยู่กับว่า เมื่อศึกษาธรรมแล้ว สามารถบรรลุถึง “ดวงตาเห็นธรรม-ธรรมจักขุ” หรือไม่ คือ ปัญญาในระดับโสดาบัน ที่สามารถกำหนดรู้อาณาจักรแห่งธรรมทั้งหลายในเบื้องต้น อันเป็นบาทฐานสำคัญที่จะก้าวสู่ธรรมในขั้นสูงขึ้นไปอีก ฉะนั้น การบรรลุธรรมในขั้นนี้ได้ จึงเป็นนิมิตหมายที่ดี ที่จะบ่งบอกการเริ่มเข้าถึงกระแสแห่งอริยมรรคแล้ว ต้องมีความอดทนและขยันหมั่นเพียรเพิ่มเติมเข้าไปอีก เกณฑ์ที่ใช้วัดความยากง่ายในการปฏิบัติธรรมนั้น เรียกว่า “ปฏิบัติ ๔” โดยพิจารณาร่วมกับความมากน้อยใน “ราคะ-โทสะ-โมหะ” ได้แก่ (๑) ปฏิบัติลำบาก ทั้งรู้ได้ช้า (๒) ปฏิบัติลำบาก แต่รู้ได้เร็ว (๓) ปฏิบัติสบาย แต่รู้ได้ช้า (๔) ปฏิบัติสบาย ทั้งรู้ได้ไว โดยทั่วไปนั้น คนส่วนใหญ่จะเป็นแบบแรก [ทุกขา ปฏิปทา ทนธาภิญญา] เพราะทุกข์ใจด้วย “ราคะ-โทสะ-โมหะ” อยู่เนืองๆ อกุศลมูลทั้ง ๓ นี้เป็นตัวถ่วงความเจริญก้าวหน้าในการเจริญภาวนากรรมฐาน คนส่วนใหญ่ยอมตัวให้เกาะเกี่ยวอยู่กับโลกธรรมด้วย “อิฏฐารมณ” คือ ความนำใคร่ปรารถนา กับ “อนิฏฐารมณ” คือ ความไม่นำใคร่ปรารถนา ซึ่งโลกธรรมเหล่านี้ ล้วนไม่เที่ยง เป็นทุกข์ มีความแปรปรวนเป็นธรรมดา ต้องเป็นอารมณ์ของพระอรหันต์เท่านั้น จึงจะหลุดพ้นจากวัฏฏะนี้ได้ [สังสารทุกข์] ธรรมเหล่านี้ก็คือกิเลส นั่นเอง การตัดกิเลสต้นหาและการหลุดพ้นจากทุกข์ทั้งปวงนั้น ถือเป็นภารกิจอันยิ่งใหญ่ในการปฏิบัติธรรมทุกระดับ [ศีล-สมาธิ-ปัญญา] มิฉะนั้นไม่เรียกว่าการปฏิบัติธรรม ที่ผสมผสานกับอารมณ์แห่งกรรมฐาน ได้แก่ ปราโมทย์-ปีติ-ปัสสทธิ-สุข-สมาธิ เท่านั้น ไม่ใช่ความเพลิดเพลินร่าเริงใจด้วยกิเลสต้นหาอย่างไม่มีปัญญาและเหตุผล คือ ความบกพร่องในสติสัมปชัญญะด้วยความประมาท [อวิชชา-โมหะ] ฉะนั้น ความระลึกได้รู้ตัวทั่วถ้วนอยู่ตลอดเวลาด้วยความสำรวมระวังอินทรีย์ทั้งหลาย ให้กลายเป็นศีลสังวร จึงเป็นเรื่องหลักในการปฏิบัติธรรม เพื่อปิดกั้นกิเลส



ทั้งหลายที่จะบุกเข้ามาครอบงำจิตใจ กายและใจของผู้ปฏิบัติธรรมจึงกลายเป็นเป้าหมายของการจู่โจมของกิเลสทั้งหลาย ผู้เป็นเจ้าของกายและใจต้องพึงสำรวมระวังอย่างยิ่งขาดตลอดเวลา เพื่อความสะอาดบริสุทธิ์จากกิเลสตัณหาทั้งหลาย เมื่อบุคคลควบคุมจิตใจได้ คือ “ความเป็นนายของใจ” [The Master of Mind] ก็เท่ากับสามารถฝึกรวมจิตใจได้ และในขณะที่เดียวกัน ก็สามารถควบคุมกายในการแสดงพฤติกรรมต่างๆ และวาจาในการแสดงถ้อยคำพูด เช่นเดียวกัน กรรมทั้งหลายที่เกิดขึ้น จึงต้องเป็น “กุศลกรรม” ระดับจิตจึงตกอยู่ใน “กามาวจรสุคติภูมิ ๗” ได้จริง เมื่อฝึกรวมจิตใจด้วย “รูปฌาน ๔” ต่อไปจนถึง “อรุฌาน ๔” ภพภูมิที่เกิดขึ้น คือ “รูปาวจรภูมิ ๑๖” และ “อรุฌาน ๔” ข้อนี้รับรองได้ว่า ชาติต่อไปไม่ไปเกิดเป็นสัตว์เดรัจฉานอย่างแน่นอน แม้แต่ในปัจจุบันที่กำลังมีชีวิตอยู่ก็ตาม [ถึงแม้พวกจิตดำทรมาน จะเรียกท่านว่า “ไอ้สัตว์-ไอ้สัตว์” ก็ไม่ใช่เช่นถ้อยคำต่างๆ เช่นนั้น แต่อย่าไปทำตามคำสาปนั้นๆ] แต่ถ้าไม่กลัวความยากลำบากใดๆ อีกแล้ว ยกระดับจิตให้เป็นสมาธิในวิปัสสนา เพื่อให้เกิดญาณในวิปัสสนา โอกาสจะบรรลูลोकุตตรธรรมก็ยิ่งมีมากขึ้น ก็ขึ้นอยู่กับความพร้อมว่า จะทำจริงหรือไม่ทำจริง คนที่ใจไม่หนักแน่นก็ไม่สามารถบรรลุมรรคเป้าหมายแห่งความสำเร็จได้ แม้โอกาสจะเอื้ออำนวยให้ก็ตาม คำว่า “เสียเวลา” จึงเป็นไม่ปรากฏอยู่ในพจนานุกรมของผู้ปฏิบัติธรรม เพราะสวนทางกันกับ คำว่า “ลงมือทำจริง” เมื่อมีการตัดสินใจเด็ดเดี่ยวและถูกต้องแล้ว ก็ต้องทำให้สำเร็จดังตั้งใจไว้ เมื่อประสบปัญหาต่างๆ ก็พิจารณาด้วยปัญญาพร้อมเหตุผลปรับปรุงแก้ไขให้ถูกต้องโดยธรรม เพราะฉะนั้น ความยากง่ายในการปฏิบัติธรรมจึงขึ้นอยู่กับใจที่เป็นประธาน จะทำหรือไม่ทำมากกว่า ถ้าปรารถนาดับกิเลส ก็ย่อมมีใจอยากจะทำปฏิบัติธรรม ถ้าไม่ปรารถนาดับกิเลส แพ้ทางกิเลส สู้กิเลสไม่ได้ ก็ไม่อยากจะออกปฏิบัติธรรม ถูกมารผจญเข้าให้ [แทบพูดตามาร] นั่นเอง ความยากในการปฏิบัติธรรมนั้น มักเกิดคู่กับ “ข้ออ้าง” [Excuses] ต่างๆ นานา สารพัด เท่าที่จะหาอย่างแค้นเพื่อหลีกเลี่ยงจากความทุกข์ทรมานจากการปฏิบัติธรรม เช่น การทดสอบจิตใจไปนั่งสมาธิในป่าช้า เป็นต้น แต่ส่วนใหญ่จะเป็นเรื่องการเดินทางมากกว่า เพราะเป็นการทดสอบความแข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ คือถ้าตายก็ไม่เสียดาชีวิต ก็พอๆ กับทหารออกรบในสมรภูมิ ผู้ปฏิบัติธรรมออกไปวิเวกเพื่อกำจัดกิเลส แต่ทหารออกสนามรบเพื่อไปฆ่าศัตรูของชาติ [คู่ของเวรกัน] ซึ่งเป็นภารกิจคนละแบบ แต่ต้องใจเด็ดเหมือนกัน มิฉะนั้น ภารกิจไม่ประสบความสำเร็จได้ ประเด็นธรรมในข้อนี้ เป็นกรณีศึกษาสำคัญสำหรับผู้ปฏิบัติธรรมทั้งหลาย คือ “ความใจเด็ดเดี่ยว” [Resoluteness] คือ มีนิสัยเฉียบขาดอดทนขันติมีวิริยะ ปักใจโดยไม่ยอมท้อถอยและเกรงกลัว [ทำให้ได้เหมือนดาวลูกไก่ ๗ ตัว พวกกันกระโดดเข้ากองไฟ ตามตามแม่ไก่ดังกล่าวด้วยอานิสงส์อันประเสริฐ ลูกไก่จึงไปเกิดเป็นดาวลูกไก่ในปัจจุบัน -*ชาวว่ามานะ*] กรณีการเสียชีวิตในระหว่างปฏิบัติธรรมนั้น ไม่ช่วยจริงๆ ก็ไม่ตายง่ายๆ หรือก เช่นกัน โดยเฉพาะผู้ปฏิบัติปฏิบัติชอบนั้น “เทวดาคุ้มครอง” หรือ “ธรรมคุ้มครองผู้ประพฤติกุศล” ว่างั้นเถอะ เพราะผู้ปฏิบัติธรรมถึงขั้น เป็นผู้ไม่ประมาท [อัปปรมาทะ] มีการสำรวมระวังกายและใจอยู่ตลอดเวลา [ทำ-พูด-คิด] อีกนัยหนึ่ง ผู้ปฏิบัติธรรมต้องเป็นบุคคลตัดความยึดมั่นกับผู้อื่น ได้อย่างเด็ดขาด ไม่เป็นทุกข์กับญาติ เพื่อนฝูง อีกต่อไป เป็นเรื่อง “สัตว์ทั้งหลายมีกรรมเป็นของของตน” [กัมมัตสกาตัญญู] ไม่ใช่ นั่งมนสิการกรรมฐานอยู่ดีๆ มีฝนตกลง



มา คิดถึงลูกเมีย คิดถึงลูกพี่ จะไปหากบหาเขียดได้หรือไม่ ขอลาสิกขาดีกว่า แบบนี้ ไปไหนก็ไม่รอดอย่าง
แน่นอน ฉะนั้น ความเป็นสมณเพศเป็นกรรมไม่เหมาะสมแก่ตนอีกต่อไป เป็นต้น เพราะฉะนั้น ความยากง่าย
ในการปฏิบัติธรรมนั้น ไม่ได้ขึ้นอยู่กับผู้อื่นหรือสำนักปฏิบัติธรรม แต่ขึ้นอยู่กับตนเองเป็นสำคัญ โดยมีใจ
เป็นประธานแห่งการกระทำทั้งปวง เพราะพระธรรมของพระพุทธเจ้านั้น ต้องน้อมนำไปใส่ตน นำไปปฏิบัติเอง
และสามารถเห็นผลโดยไม่จำกัดกาลเวลา เมื่อปฏิบัติถูกต้องเมื่อไหร่ ก็เห็นผลเมื่อนั้น อันเป็นไปตามคำสอน
ของพระพุทธเจ้า ไม่ควรหาข้ออ้างคำแก้ตัวใดๆ มาคัดค้านกับการออกไปปฏิบัติธรรม จะดีกว่ากันเยอะเลย.

