

พระธรรมเทศนาพระอาจารย์กิ ัมมุตตโม

พระธรรมเทศนาแสดงที่วัดปทุมวนาราม
กรุงเทพมหานคร เมื่อ ๖ ธันวาคม ๒๕๖๖

นะคมนัสสะ ณะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ
นะคมนัสสะ ณะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ
นะคมนัสสะ ณะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ
พุทัง ัมมัง สังฆัง นะมัสสามิ

วาระนี้ พวกเราท่านทั้งหลายที่ได้ มาสามัคคีสโมสร เพื่อฟังพระศัทธัมมเทศนา ซึ่งหวังอยากได้ความสุขทั้งในชาตินี้ และชาติหน้า ฉะนั้น จึงมาพร้อมเพรียงกัน คือ มีศรัทธาในเบื้องต้น มีความเชื่อ ความเลื่อมใส ในพระพุทธศาสนา แต่การที่ท่านทั้งหลาย ได้ยิน ได้ฟัง พระธรรมเทศนากับท่านอาจารย์หลายๆ ท่านๆ หลากๆ องค์กร ซึ่งเป็นทั้ง นักปราชญ์ หรือบัณฑิต หรือเป็นครูบาอาจารย์มาบรรยายอธิบายเป็นอย่างดีในธรรมะ ผู้ไม่รู้ก็มีน้อย ในการศึกษาเล่าเรียนนั้นก็มิสูตร ได้เรียน ได้เขียน ได้อ่าน ได้ยิน ได้ฟัง ในภาคทฤษฎีของการปฏิบัตินี้ ก็นับว่าเป็นการพอสมควรแล้ว บางคนก็มีความเข้าใจเป็นอย่างดีในธรรมะ บางคนยังไม่เข้าใจเท่าที่ควรในภาคทฤษฎีการปฏิบัตินี้ เหตุนี้เอาตามที่ได้รับนิมนต์มาคราวนี้ จึงอยากย้ำในเรื่องของการประพฤติการปฏิบัติ คือ เมื่อเวลาเราได้รับการศึกษาพอสมควรแล้ว ก็ยังด้านการประพฤติการปฏิบัติ มันจึงจะได้รับผล สมหมากสมผล สมต้นสมปลาย เหตุนี้เราท่านทั้งหลายให้เป็นผู้มีความตั้งใจ เป็นผู้ขยันอดทนวิริยะความเพียร การรักษาศีลที่ดี คือ ฆราวาสวินัย เป็นวินัยของฆราวาส ที่ว่าผู้จะได้บรรลุมรรคผลทางสวรรค์ หรือนิพพานที่ดี ก็ต้องอาศัยการเป็นผู้มีศีลนี้แหละเป็นการเบื้องต้น ถ้าไม่มีศีลที่บริบูรณ์แล้วนั้น ผู้มีความประสงค์จะไปสวรรค์หรือนิพพานก็เป็นเรื่องที่ยาก เพราะศีลเป็นพื้นฐานในทางพระพุทธศาสนา คือ ไม่ว่าบรรพชิตหรือฆราวาสก็ต้องอาศัยศีล เช่น ฆราวาสวินัย คือ ศีล ๕ ประการ ที่ท่านทั้งหลายได้ยิน ได้ฟังกันมาเรื่อยๆ เช่น เว้นจากการฆ่าสัตว์ เว้นจากการลักขโมยของของเขา เว้นจากการประพฤติดิฉันในกาม เว้นจากการพูดเท็จพูดโกหก และเว้นจากดื่มสุราเมรัย พูดกันมาเรื่อยๆ ทุกท่านเข้าใจดี แต่ผู้ประพฤติปฏิบัตินั้น บางท่านก็ยังไม่ค่อยได้จริงๆ กลางๆ บางท่านรักษาศีลปฏิบัติได้ครบถ้วนถูกต้องดี บางท่านก็มีความบกพร่อง แต่ถ้าจะให้ดีก็ต้องรักษาให้ครบถ้วนบริบูรณ์ในศีล ๕ ข้อนั้น เพื่อรักษาไว้ซึ่งหลักมนุษยธรรม เพราะว่า ศีล ๕ (เบญจศีล) เป็นสิ่งสำคัญที่สุดสำหรับมนุษย์เรา ผู้รักษาให้มีความบริสุทธิ์บริบูรณ์ จะเป็นคนปราบปรามกิเลสอย่างหยาบได้ ที่เรียกว่า อติกมโทษ เป็นโทษอย่างร้ายแรง คือ โทษฆ่าฟันบุคคลผู้อื่น โทษลักขโมยของของผู้อื่น โทษล่วงละเมิดในสิทธิ์สามีภรรยาผู้อื่น โทษโกหกเขา และโทษดื่มสุราเมรัย ที่ท่านเรียกว่า เป็นกิเลสอย่างหยาบเป็นอติกมโทษ ผู้ใดรักษาศีล ๕ ได้ ก็เป็นผู้กำจัดกิเลสอย่างหยาบนี้ได้ ส่วนกิเลสอย่างกลางนั้น อาศัยแก่การบำเพ็ญสมาธิภาวนา คือ ทำจิตทำใจให้มีความสงบ คือ จิตใจนั้นสงบ ใจนั้นสงบจาก รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ (วัตถุที่ผัสผัสต้อง สิ่งที่มากระทบ - หมายถึง มหาภูตรูป ๓ รูป คือ ดิน ไฟ ลม มหาภูตรูปทั้ง ๓ นี้กระทบกับกายประสาทรูปทางกายเท่านั้น เป็นปัจจัยให้กายวิญญาณเกิดขึ้นรู้โผฏฐัพพารมณ์ และสามารถเป็นอารมณ์ของจิตทางมนโถวารที่เกิดต่อจากกายทวาร หรือมนโถวารที่คิดนึกถึงในภายหลังก็ได้) ธรรมารมณ์ (สิ่งที่เข้ามากระทบกับใจ หรือสิ่งที่เข้ามากระทบกับจิต เป็นหนึ่งในอายตนะทั้งหก ตรงนี้ที่เราเฝ้าดูก็คือให้เห็นสิ่งที่มากระทบกับจิต ไม่ใช่จิต ถ้าเราสามารถเห็นตั้งแต่ที่เกิดผัสสะ เราก็สามารถแยกออก ไม่ต่อให้เกิดปฏิจัสสมุปบาท ไปตลอดสาย อันก่อไปถึงทุกข์ ข้อสังเกตจะว่าธรรมารมณ์นั้น เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นกับใจ ที่เกิดจากการกระทบของอายตนะ



ภายนอกกับภายใน ชนิดที่นั้งอยู่เฉยๆ ก็เป็นทุกข์ได้ เก็บเอาเรื่องเก่ามาคิด แล้วก็เกิดทุกข์ได้ อันนั้นนั่น คือ ไม่ให้ติดอยู่ใน **รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์** ให้ใจรวมอยู่ที่ใจของเรา คือ เป็น **เอกัคคตาสมาธิ** (เอกัคคตา คือ จิตที่มีสมาธิแน่วแน่ ในอารมณ์เดียว ก็จะแน่วแน่อยู่ในอารมณ์ที่เพ่ง เพียงอย่างเดียวเท่านั้น เอกัคคตามี ๓ ระดับ คือ (๑) **ขณิกสมาธิ** หรือปริกรรมสมาธิ คือ จิตที่ตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์ได้ชั่วขณะ หรือเป็นสมาธิ ขณะปริกรรม ว่าปฐวีฯ เป็นต้น (๒) **อุปจารสมาธิ** คือ จิตที่ตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์ใกล้จะได้ฌาน (๓) **อัปปนาสมาธิ** คือ จิตที่ตั้งมั่น หรือแนบแน่น อยู่ในอารมณ์ที่กำหนด ไม่ซัดสายไปไหน กิเลสไม่สามารถรบกวนได้ และอัปปนาสมาธิ ก็คือ ฌานจิต ที่เป็นอัปปนา เกิดขึ้นแล้ว) ที่ใจผู้ฝึกคิดแล้วให้เป็นสมาธิมันก็ปราศจากอารมณ์ ๖ ประการ เพราะอารมณ์ ๖ ประการนั้น เป็นเครื่องผูกของมาร หรือเรียกว่ามาร ๕ เป็นบ่วงที่ผูกพันจิตใจของสัตว์โลกให้มีความวุ่นวายอยู่ในวัฏฏะสงสาร ได้แก่ ใน **รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์** ถ้าผู้ใคร่จะรักษาจิตใจไว้ได้ ไม่ให้มีความคิดใจ เสียใจในรูป ในเสียง ฯลฯ เหล่านั้น ตั้งใจให้มั่นคง เรียกว่า เป็น**สมาธิ** ผู้นั้นก็หลุดพ้นจากบ่วงแห่งมาร หรือหลุดจากเครื่องผูกของมารทั้งหลายทั้งปวง จะมีความเป็นอยู่อย่างสบาย ไม่มีความกังวล คนที่มีความกังวลนั้นก็เพราะว่าไปติดในรูป ในเสียง ในกลิ่น ฯลฯ นั้นแหละ ถ้าผู้ไม่คิด ละได้ ถอนได้ ไม่มีความยินดียินดีร้ายในรูป ในเสียง ฯลฯ เมื่อมากระทบกระทั่งกันเข้า ผู้นั้นก็จะเป็นอยู่อย่างสบาย **จิตใจที่มีความสงบ เหตุนี้ท่านจึงให้รักษาจิต เพราะจิตไม่มีรูปร่าง มีถ้าอยู่ที่กายเป็นที่อาศัย มันก็ต้องเดินไปหารูป เดินไปหาเสียง เดินไปหากลิ่น เดินไปหารส จิตเป็นของสำคัญที่สุด ผู้รักษาจิตก็ต้องตั้งสติไว้ให้มั่นคง กำหนดให้รู้จักมันอยู่ หรือว่าจิตมันออกไป ในพระพุทธศาสนาท่านจึงให้หาอารมณ์ของจิต คือ การบำเพ็ญสมณะ เช่น อนุสสติ ๑๐ กสิณ ๑๐ อสุภ ๑๐ อรูปฌาน ๔ พรหมวิหาร ๔ จตุธานุวัฏฐาน (กำหนดธาตุ) ๑ อาหารเรปฏิกูลสัญญา ๑ รวมเป็น ๔๐ ประเภท นั้น ก็เอาบทนั้นมาบำเพ็ญ คือ สายพระอาจารย์เสาร์ พระอาจารย์มั่น ที่ได้ดำเนินการประพฤติปฏิบัติ ท่านนำพาให้เอาพุทธานุสสติ เช่น คำว่า พุทโธฯ เพื่อระลึกเอาพระพุทธานุสสติมาเป็นอารมณ์ของใจ เป็นเครื่องจับของใจ กำหนดกลมหายใจเข้าว่า พุท หายใจออกว่า โธ บางท่านกำหนดเอาคุณพระธรรม ก็คือ อนุสสติ ๑๐ เช่น พุทธานุสสติ ธัมมานุสสติ สังฆานุสสติ ฯลฯ ก็ไม่ใช่อย่างอื่น คือ สีลานุสสติ ภัตติกะถึงคุณศีล อุปสมมานุสสติ ระลึกถึงคุณการอุปสมบท เทวตานุสสติ ระลึกถึงคุณเทวดา พวกไม่กำหนดคนนั้นคือพวกไม่มีหลักจับ ก็จัดเข้าในพวกไม่ได้พิจารณา ถ้าผู้ใดพิจารณาก็ต้องเอาหลักของกัมมัฏฐานบทใดบทหนึ่งที่ว่ามันเหมาะกับจิตใจก็นำเอาสมาธิกรรมภาวนา เหตุนี้บางท่านก็กำหนดเอาธาตุ เป็นธาตุกัมมัฏฐานของเดิมมันแหละ สิ่งใดมีความเข้มแข็งในร่างกายนั่นคือ **ธาตุดิน** เช่น ผม ขน เล็บ ฟัน สิ่งใดเอิบอาบในร่างกายนั่นคือ **ธาตุน้ำ** เช่น บางครั้งก็พัดขึ้นมาด้านบน บางครั้งก็พัดลงไปข้างล่าง พัดในลำไส้ใหญ่ พัดในลำไส้เล็ก สิ่งใดมีความอบอุ่นร่างกายนั่นคือ **ธาตุไฟ** อันนี้เป็นผู้กำหนดให้รู้จัก **ธาตุ (ธาตุกัมมัฏฐาน ๖: ปฐวีธาตุ อาโปธาตุ เตโชธาตุ วาโยธาตุ อากาสธาตุ วิญญานธาตุ** คือ สิ่งปรากฏจริงในธรรมชาติ ซึ่งรวมถึงสภาวะภายในร่างกายจิตใจของมนุษย์ แต่ในเบื้องต้นนั้น ให้มันสติกรรมฐานเพียง **ธาตุ ๔** ก่อน) ก็เรียกว่า การกำหนดสมถภาวนา เพื่อเป็นอุบายให้จิตสงบตั้งมั่น เหตุนี้ **อุปนิสสัย** หรือใจของคนมันแตกต่างกัน **นาๆ จิตตั้ง** บางคนก็ชอบในธรรมบทใดบทหนึ่ง บางคนก็ชอบในธรรมอีกบทหนึ่ง แต่อย่างไรก็ตามทุกประเภทนั้น ก็ต้องให้ผู้ปฏิบัติตั้งสติให้มั่นคง คือ **ให้มีสติกำหนดให้ดี** ถ้าไม่มีสติ การบำเพ็ญภาวนาก็เป็นไปไม่ได้ เรียกว่าเป็นโมหะ มันก็เป็นสมาธิโมหะ ทำให้หลง ทำให้มึนงง ต้องให้ตั้งสติคงไว้ **สติมโต สุเวสโย** วันคืนของผู้มีสติดีนัก เราจะนั่ง ก็ต้องมีสติประคับประครอง เราจะเลือกเอาคำปริกรรมภาวนาบทใด จะเลือกปริกรรมพุทโธ หรือจะกำหนดกลม อานาปานสติ (อานาปานสติสมาธิมนสิการ คือ ใช้สติพิจารณาความนึกคิดที่เกิดขึ้นในสมาธิโดยพิจารณาลมหายใจเข้า-ลมออก-ลมเข้า-ลมออก-ลมเข้า-ลมออก อันเป็น ๒ ลักษณะ ดังกล่าวนี้ตลอดทุกขณะ เมื่อจิตปราศจากนิวรณ์ จะเกิด ปัญญาในสมาธิ คือ **วิชา ๓** กับ ปัญญาในวิปัสสนา คือ ญาณในวิปัสสนา**



ทั้งหลาย หรือ **ญาณ ๑๖** คู่กันเสมอ ส่วนขั้นตอนการชำระจิตให้บริสุทธิ์นั้น เรียกว่า **วิสุทธิ ๗** ถ้าผู้ปฏิบัติธรรมมาอย่างถูกขั้นตอน พิจารณาให้เห็นนามรูปมีเหตุปัจจัยอย่างไบบ้าง คือ **อวิชชา** ทำให้เกิดทุกข์ = **อนุโลมปฏิจจนสมุปปาท** ถ้าดับอวิชชา ทุกข์ก็ดับไป = **ปฏิโลมปฏิจจนสมุปปาท** เรียกว่า **สัมมจิตฺตญาณ** หรือหลักปฏิจจนสมุปปาท คู่กับ **จตุปปาทญาณ-ทิพพจักขุญาณ** และพิจารณาให้เห็นนามรูปโดยไตรลักษณ์ คือ **อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา** เรียกว่า **สัมมสนญาณ** คู่กับ **อัสวักขยญาณ** ซึ่งญาณทั้ง ๒ เป็นปัญญาในวิปัสสนา อันเกิดจากสมุฏฐาน **อุปาทานขันธ์ ๕** เป็นทุกข์ เรียกว่า **นามรูปปริจเฉทญาณ** คู่กับ **บุพเพนิวาสานุสสติญาณ** หรือจะกำหนดธาตุดิน ธาตุน้ำ เราจะกำหนดว่า เกสา โลมา นखा ทนต์ตา ตะโจ ก็ตั้งใจให้มันแน่วแน่นตั้งสติให้มัน คงในคำภาวนา อย่าลืม ถ้าลืมเป็นการใช้ไม่ได้ ในการภาวนานั้นให้ระลึกคำว่า **พุทโธ ัมโม สังโฆ** ที่พระอาจารย์เสาร์ สอนระลึก ๓ ครั้ง เสียก่อน แล้วรวมลงที่ใจ ให้ระลึกว่าพุทโธ ๆ ๆ ใส่งี้ ตรงกลางหัวอก นั้นแหละ ถ้างงคนเป็น โรคลมมันตีขึ้นให้กำหนดลงไปลุ่มลงไปอีกก็ได้ ตรงสะดือ หรือผู้ใดเคยปกติสุขภาพสมบูรณ์ให้กำหนดท่ามกลางอกว่า **พุทโธ ๆ ๆ** จนให้เห็นโครงกระดูกของตนเอง ให้เป็น **อสุภะ** (สิ่งที่ไม่งาม) ได้พิจารณาคือ ผมของเราเนี่ย เมื่อเกิดขึ้นมาแล้วในเบื้องต้น มีสีอันงดงามคำดี ต่อไปแล้วผมกลับเปลี่ยนแปลงเป็นสีขาว แสดงให้เห็นว่าเป็นของไม่เที่ยง จนก็เหมือนกัน หนังกก็เหมือนกัน หูม่อท้าวร่างกาย ให้พิจารณา ถ้าเอาหนังออกแล้ว มันจะเป็นอย่างไร จะต้องเห็นเส้นเลือดเส้นเอ็น ถ้าเอาเส้นเอ็นออกก็จะเห็นกระดูก กระดูกก็จะอยู่ไม่ได้ เหตุนี้มัน ให้พิจารณาให้ดีในร่างกายของเราเนี่ย มันจึงจะเห็นเป็น **อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา** ถ้าไม่เห็นในการภาวนา การกำหนดนี้มันก็ยังไม่เกิดนิพพิทาความเบื่อหน่าย ให้เห็นลงไปประจักษ์ถึงที่เกิด ถึงที่อยู่ เห็นถึงความเสื่อมสิ้นไป ท่านจึงเรียกว่า มันไม่เที่ยง ไม่ใช่ตน ไม่ใช่ของๆ ตน **มัน อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา** เป็นของไม่เที่ยง อันนี้จึงจะเข้าสู่ **ไตรลักษณ์** เมื่อไม่เห็นนั้น ยังใช้การไม่ได้ ท่านจึงให้ภาวนา **พุทโธ ๆ ๆ** มันจะเกิด **องค์ฌาน** หรือ **ฌาน (ญาณในธรรมอุปการะแก่สมาธิ ๘: (๑) เนกขัมมะ (๒) อัปปยาบาท (๓) อาโลกสัญญา (๔) อวิกเขปะ (๕) ธรรมวัตถาน (๖) ญาณ-ฌาน = สมถะกับวิปัสสนา (๗) ปราโมทย์ (๘) กุศลธรรมทั้งปวง) หรือ สมาธิ** ขึ้นมา จึงจะเป็น **สันตทิวฐิโก (สันตทิวฐิโก: อันผู้ปฏิบัติจะพึงเห็นชัดด้วยตนเอง คือ ผู้ใดปฏิบัติ ผู้ใดบรรลุ ผู้นั้นย่อมเห็นประจักษ์ด้วยตนเอง ไม่ต้องเชื่อตามคำของผู้อื่น ผู้ใดไม่ปฏิบัติ ไม่บรรลุ ผู้อื่นจะบอกก็เห็นไม่ได้) ผู้ปฏิบัติพึงเห็นได้ด้วยตนเอง มันจึงจะรู้ได้ ถ้าเราได้ปฏิบัติก็ไม่สามารถจะรู้ได้ จะอาศัยแต่การศึกษา การได้ยิน ได้ฟังนี้ ยังไม่สามารถจะรู้ได้ เราต้องพิจารณาลงไปอีก เมื่อได้ยินได้ฟังก็ต้องพิจารณาทวนเข้ามาใส่ตนเองพิจารณาถึงธาตุขันธ์ ถึงความเกิด ความตาย ให้เห็นเป็นประจักษ์ มันจึงจะเกิดอสุภะขึ้นจึงจะเรียกว่าเป็น **สันตทิวฐิโก** ให้พร้อมด้วยการปฏิบัติ คือ ในสติเป็นเบื้องต้น ที่สองคือการปฏิบัติในขั้นสมาธิ **ศีล ปรินิพ พุโณ สมาธิ มหาปริปัญญา** หรือ **สมาธิมหาลาโภ** มันจึงจะเกิดขึ้นมา ถ้าไม่มีศีลหรือศีลไม่บริสุทธิ์ สมาธิจะตั้งมันเป็นไปไม่ได้ เปรียบเสมือนต้นไม้ที่เราปลูก ถ้ารากแก้วมันขาดหรือถูกทำลายไปแล้วไม่สมบูรณ์ ดอกผลที่ได้จะไม่สมบูรณ์ หรือไม่ได้รับดอกผลเลย นี่ก็เหมือนกับบุคคลผู้ใดไม่มีศีล จะมาบำเพ็ญให้เกิดฌานหรือญาณก็เกิดขึ้นไม่ได้ หรือจะให้จิตตั้งมั่นเป็นสมาธินั้นก็เป็นไปไม่ได้ ถ้าเป็นไปได้อีกมีบางส่วน ไม่บริสุทธิ์สมบูรณ์ เหตุนี้มัน ท่านจึงบำเพ็ญในศีลให้มีความบริสุทธิ์ ให้เป็นอริศีลเป็นศีลอย่างยิ่ง พระพุทธศาสนาจึงสรรเสริญว่า อาทิ **กัปปายัง มัชฌเอกัลยาณัง ปริโยสานกัลยาณัง (๑) งามในเบื้องต้น ได้แก่ ศีล (๒) งามในท่ามกลาง ได้แก่ สมาธิ (๓) งามในส่วนปลาย** ได้แก่ ปัญญา ผู้ใดรักษาศีลให้บริสุทธิ์ ท่านจึงเรียกว่า **ศีลาวิสุทธิ** คือ ศีลมีความหมดจดบริสุทธิ์ดี ฉะนั้น จิตนั้นจึงเป็นความบริสุทธิ์ **จิตตวิสุทธิ** คือ ได้แก่ ผู้บำเพ็ญ จิตให้หมดจดหรือปราศจากความโกรธ ความโลภ ความหลง คือ จิตตั้งมั่นเป็นสมาธิอยู่ใน **เอกกตาสมาธิ** จิตเป็นจิตบริสุทธิ์จึงจะมี **ทิวฐิวุทธิ** คือ ความเห็นว่า **ทำดี ได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว** ทำกรรมอันใดไว้ จะได้รับผลของกรรมนั้นๆ **กัปปาวจรณวิสุทธิ** จึงจะข้ามพ้นซึ่ง **ความสงสัย** ได้ ถ้าไม่ปฏิบัติตามที่กล่าวมานี้ เราก็จะมีแต่ความสงสัย มีความลุ่มลุ่มในข้อปฏิบัติ มีความสงสัยในสิ่งต่างๆ เช่น**



การกิน การไป การมา การเป็นอยู่ การพูด การจา การได้รู้ได้เห็น มีความสงสัย ในสิ่งทุกอัน ถ้าผู้บำเพ็ญจนได้ บรรลุอรหิมรรค ก็จะข้ามพ้นความสงสัยได้ บรรดาบุรุษเราก็มีความสงสัย สงสัยอย่างนี้แหละ ฉะนั้น ท่านจึงให้ สະตงคด้วยเป็น ผู้ปฏิบัติ ปฏิบัติตรง ปฏิบัติชอบ ปฏิบัติเป็นธรรม มันจึงเป็นผลให้เกิดขึ้นให้ได้รับคุณงามความ ดี เปรียบเสมือนบุคคลผู้ประสงคจะกำจัดความสกปรกเสื้อผ้า ก็ต้องใช้ผงซักฟอกพร้อมด้วยแปรงขัดถูให้เสื้อผ้า นั้นมีความสะอาด นี้ก็เหมือนกับใจของเราประกอบด้วย โลภะ โทสะ โมหะ เรียกว่าใจประกอบมลทินซึ่งมี ความเศร้าหมองข้องใจ ต้องเป็นผู้มีขันติ วิริยะ กำจัดความเศร้าหมองจากจิตใจนั้นได้ จึงจะเกิดฉานหรือญาณ หยั่งรู้หยั่งเห็น การกำจัดความสกปรกของสิ่งภายนอก เช่น เสื้อผ้า ก็เปรียบเสมือนการกำจัด ความสกปรกที่เป็น มลทินภายในใจ คือ โลภะ โทสะ โมหะ ให้ใจมีความสะอาดด้วย ศีล สมาธิ ปัญญา ให้เป็นบุคคลผู้มีความขยัน ให้ ตั้งมั่นในการปฏิบัติ ถ้าไม่ปฏิบัติที่กล่าวมานี้ ธรรมะไม่เกิดไม่เห็นทางที่จะพ้นทุกข์ได้ เหตุนี้ฉัน รีบเร่งการปฏิบัติ ให้ถึงความบริสุทธิ์ ทางกาย ทางวาจา และทางใจ คือ กายสุจริต วาจาสุจริต มโนสุจริต มันจึงจะกำจัดกิเลส ความ เศร้าหมองของจิตนั้นได้ จึงจะมีปัญญา มีญาณบังเกิดขึ้น ได้บรรลุอรหิมรรค ตามความประสงค์อันอาตมาได้ แสดงมาในพระศัพทิมเทศนาที่เป็นเรื่องเตือนจิตใจของพุทธบริษัท คือ จะสรุปใจความ นั้นคือ ให้ตั้งใจรักษาศีล เป็นเบื้องต้น คือ ฆราวาสวินัย เป็นศีลของฆราวาส ได้แก่ ศีล ๕ ประการ อันเป็นการปราบปรามกิเลสอย่างหยาบ ได้ ส่วนบุคคลผู้เจริญภาวนาบำเพ็ญทางจิตก็เป็นการกำจัดกิเลสอย่างกลางได้ กิเลสอย่างกลาง (ปริยฐานกิเลส- นิรวรณ: กามฉันทะ พยาบาท ถีนมิทธะ อุทธัจจกุกกุจจะ วิจิกิฉา อวิชชา อตติ อกุศลธรรมทั้งปวง เรียกว่า ญาณใน ธรรมไม่อุปการะแก่สมาธิ ๘) ได้แก่ จิตใจไปคิดในรูป ในเสียง ในกลิ่น ในรส ในโผฏฐัพพะ ในธรรมารมณ์ อันเป็น เครื่องผูกของมาร ทำให้เกิดความสับสน เมื่อบุคคลใดตั้งใจให้มั่น คือ ทำให้จิตเป็นสมาธิให้มั่นคงก็เป็นการกำจัด กิเลสอย่างกลางได้ ส่วนกิเลสอย่างละเอียดนั้น คือ ได้แก่ อนุสัย (อนุสัย หมายถึง กิเลสละเอียดที่ตกตะกอนนอน แนบนิ่งอยู่ในจิต จนบางครั้งทำให้เข้าใจผิดคิดว่าไม่มี จนเมื่อกระทบอารมณ์อย่างแรงจึงแสดงตัวออกมา เหมือน ตะกอนที่นอนอยู่ในตุ่มใหญ่ซึ่งมีน้ำใสอยู่ข้างบน พอถูกกวาดแรงๆ ตะกอนจึงฟุ้งขึ้นมา อนุสัย มี ๗ อย่างคือ (๑) กามราคะ ความกำหนัดในกาม (๒) ปฏิฆะ ความหงุดหงิดไม่พอใจ (๓) ทิฐิ ความเห็นผิด (๔) วิจิกิฉา ความสงสัย สงสัย (๕) มานะ ความถือตัว (๖) ภวราคะ ความติดใจในภพ (๗) อวิชชา ความไม่รู้แจ้ง) พระโยคาวจรทั้งหลายจะ เข้าใจว่าตนเป็นผู้วิเศษ อันนี้เป็นเหตุให้มีอนุสัยติดอยู่ในจิตใจ ต้องกำจัดด้วยปัญญาอย่างละเอียดที่สุด คือ ปัญญา วิมุตติ จึงจะสามารถรู้ได้ในเรื่องตัวอนุสัย ต้องเป็นผู้บำเพ็ญให้มีความบริสุทธิ์ จิตใจบริสุทธิ์ คือ ศีลบริสุทธิ์ จิตใจ บริสุทธิ์ ปัญญาบริสุทธิ์ คือ อธิศีล อธิสมาธิ อธิปัญญา เป็นศีลอย่างยิ่ง สมาธิอย่างยิ่ง ปัญญาอย่างยิ่ง จึงจะได้ บรรลุธรรมอันวิเศษ อันนั้นจึงเป็นผู้หลุดพ้นจากอาสวะกิเลส เป็น พระอริยบุคคล เหตุนี้ฉัน เราท่านทั้งหลายให้ เป็นผู้ตั้งใจดำเนินในเรื่องแรก คือ ศีล มีขันติความอดทน มีวิริยะความเพียรดำเนินในขั้นที่สอง คือ สมาธิ ปัญญา จึงจะเกิดขึ้น ข้อความที่อาตมาได้อธิบายมาก็พอสมควรแก่เวลา เอวังก็มีด้วยประการฉะนี้.



ขอท่านผู้อ่านบทความธรรมะนี้ จงเข้าถึงพระพุทธธรรมเพื่อประสบสันติสุขทุกท่านเทอญ



พิมพ์ครั้งล่าสุดเมื่อ วันศุกร์ที่ วันอังคารที่ ๒ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๕๓ ๑๘:๒๑:๔๐ น.
ปรับปรุงสำนวนและพิสูจน์อักษร โดย อ. นิธิ ศิริพัฒน์

