

อุบายเจริญปัญญา พระอาจารย์ทูล ขิปปปัญโญ

จัดพิมพ์โดย

ชมรมพุทธธรรมรามาริบดี

พิมพ์ครั้งแรก ๒,๐๐๐ เล่ม เมษายน ๒๕๓๖

เรียงพิมพ์และจัดรูปเล่ม — พิมพ์อำเภอ ๕๒๖-๕๐๐๘

ผู้ใดเห็นคุณค่าต้องการหนังสือเล่มนี้

โปรดติดต่อที่

คุณขวัญตา เกิดชูชื่น

ภาควิชาพยาบาลศาสตร์ โรงพยาบาลรามาริบดี

โทร ๒๐๑-๑๗๔๐, ๒๐๑-๑๒๓๙

คุณจิตติมา ไกรศรีนทร์

ศูนย์วิจัย โรงพยาบาลรามาริบดี

โทร ๒๐๑-๑๔๙๔

คำนำ

หนังสือ “อุบายเจริญปัญญา” เล่มนี้ ชมรมพุทธธรรมรามาริบัติ ได้กราบขอโอกาสจากหลวงพ่อบุญ ชิปป์ปัญญา โนนธรรมเทศนาของหลวงพ่อบุญมาพิมพ์ขึ้นเพื่อเป็นธรรมบรรณาการร่วมกับหนังสือ “มุกตาคิตร” ๓๖ ที่จัดพิมพ์เป็นอนุสรณ์ในวัน “มุกตาคิตร” ครั้งที่ ๗ ของคณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาริบัติ ซึ่งเป็นงานประเพณีสงกรานต์ไทยที่จัดขึ้นทุกปี การจัดงานปีนี้ตรงกับวันที่ ๙ เมษายน ๒๕๓๖

ในการจัดพิมพ์ครั้งนี้ ชมรมฯ มีเจตนาจะพิมพ์ถวายเพื่อแสดงออกซึ่งกตัญญูกตเวทิตะธรรมต่อหลวงพ่อบุญ จึงไม่รวมเนื้อหาเข้าไปใน มุกตาคิตร, ๓๖ ความสมบูรณ์ของหนังสือเล่มนี้เกิดขึ้นได้จาก น้ำพักน้ำแรง และน้ำใจของ รศ.วราณี ซาลี ที่ได้ทุ่มเทสติปัญญาความสามารถช่วยอ่านทบทวนและแก้ไขต้นฉบับให้จนเป็นผลสำเร็จ ชมรมฯ ขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้ด้วย สำหรับข้อผิดพลาดบกพร่องประการใด ชมรมฯ ขออภัยและขออภัยมาพร้อมนี้

ขอนอบน้อมความเคารพของศิษย์ต่อหลวงพ่อบุญ ด้วยระลึกถึงความเมตตาที่ได้พำร้อบรมสั่งสอนตลอดมา ขอเป็นที่พึ่งอาศัยเป็นกำลังใจเป็นแสงประทีปส่องทางชีวิตของศิษย์แต่ละบุคคลสืบต่อไป

ชมรมพุทธธรรมรามาริบัติ

อุบายเจริญปัญญา

บรรยาย ณ ห้องประชุมจงจินต์ โณงพยาบาลรามาริบัติ เมื่อวันที่ ๕ ตุลาคม ๒๕๓๕

(ตอนที่ ๑)

จากนี้ไป จะให้อุบายธรรมเพื่อเราทั้งหลาย จะได้นำไปภาวนาปฏิบัติ หรือไปใช้ปัญญาพิจารณาโดยเหตุผลที่เราจะต้องทำ หลักการที่อธิบายธรรมะให้ฟังนี้ก็เหมือนๆทุกๆครั้งที่ผ่านมา คือต้องใช้ปัญญาเป็นหลักใหญ่ ในการใช้ปัญญานั้น จำเป็นต้องรู้เรื่องการทำสมาธิเอาไว้บ้าง เพราะว่าการทำสมาธินั้น จะสงบน้อยสงบมากนั้นขึ้นอยู่กับนิสัยซึ่งแต่ละบุคคล ไม่เหมือนกัน

วิธีทำสมาธินั้น บางคนเข้าใจว่าต้องนั่งขัดสมาธิ เอามือขวาทับมือซ้าย เอาขาขวาทับขาซ้าย ตั้งตัวให้ตรง นึกถึงคำบริกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งเอาไว้ อันนี้เป็นองค์สมาธิเฉยๆ เป็นวิธีทำมีกิริยาทางกายและทางใจร่วมกัน แต่ตัวสมาธิจริงๆ นั้นไม่จำเป็นต้องทำอย่างนั้นก็ได้ ไม่ว่าเราจะยืนอยู่ที่ไหนก็ดี จะทำงานอยู่ที่ไหนก็ตาม ลักษณะการทำสมาธินั้น คือความตั้งใจมั่น ความตั้งใจมั่นนี้แหละ เรียกว่า การทำสมาธิอยู่ในตัว

การทำสมาธิต้องเป็นสิ่งสำคัญมาก การทำสมาธิไม่จำเป็นต้องนึกคำบริกรรมอย่างเดียว เกี่ยวกับมีความตั้งใจมั่นในงานที่จะต้องทำก็เป็นสมาธิได้ ดีความหมายของคำว่า “สมาธิ” คือ “ความตั้งใจมั่น” เท่านั้นก็พอ ส่วนใหญ่พวกเราทั้งหลายที่ทำสมาธิกันอยู่นั้น ทำสมาธิเลยขอบเขตของสมาธิไป เพื่อหวังความสงบในองค์ฌานที่เรียกว่า รูปฌาน อรูปฌาน ให้มากขึ้น ถ้าหากว่าทำสมาธิถึงองค์ฌานแล้ว ถ้าผู้นั้นขาดความรับผิดชอบในตัวเองคือ ขาดความรอบคอบ อยู่ในองค์ฌานนั้นๆ เรื่อยๆ ความคิดความฉลาดการใช้ปัญญาจะหมดสภาพไปทันที ด้วยใจไม่ยอมรับปัญญา ไม่อยากค้นคิด มั่นคิดไม่เป็น ไม่อยากคิดเสียเลย อยากอยู่เฉยๆ คืออุเบกขาในองค์ฌาน มีความสุขในการทำสมาธิในองค์ฌานอยู่ แต่ปัญญานั้นเท่าเดิมหรืออาจจะหมดไปเลยก็ได้

เราทั้งหลายที่พากันพูดว่า ทำสมาธิให้จิตสงบแล้วจะเกิดปัญญา คือลักษณะคำพูดอย่างนี้ไม่ชัดเจน ไม่แจ่มแจ้ง ยังคลุมเคลืออยู่ และเข้าใจกันว่าจิตสงบเป็นสมาธิแล้วจะเกิดปัญญา ปุ่ดๆ ขึ้นมา รู้แจ้งเห็นจริงในธรรมะได้โดยไม่ต้องตั้งใจอะไรเลยสวานใหญ่นี้กันอยู่นั้น คิดว่าอย่างนั้นด้วย แท้จริงเรื่องที่จะให้เกิดปัญญาต้องมาฝึกทางจิตใจของเราให้อยู่ในเหตุผลเฉพาะตัว

การเกิดปัญญา เกิด ๓ ระดับด้วยกัน ปัญญาระดับแรก ระดับท่ามกลาง ระดับสูงสุด หรือถ้าจะกล่าวตามหนังสือว่า สุตมยปัญญา จินตามยปัญญา ภาวนามยปัญญา การภาวนาทัง ๓ อย่างนี้ต่อเนื่องกัน แต่ให้เป็นปัญญาในสัมมาทิฏฐิ ปัญญาทั่วไปนั้นอีกส่วนหนึ่ง ปัญญาในระดับเบื้องต้นเป็นปัญญาระดับพื้นฐาน

ปัญหาชั้นพื้นฐานตัวเดียวแยกเป็น ๒ ทาง ทางโลกหนึ่งกับทางธรรมหนึ่ง ทั้งทางโลกและทางธรรมอยู่ในขอบเขตอันเดียวกัน คือสัมมาทิฏฐิทางโลกและสัมมาทิฏฐิทางธรรม ถ้าปัญญาสัมมาทิฏฐิทางโลก คิดอะไรก็ตามก็คิดด้วยความเป็นธรรม แก่ตัวเอง แก่เพื่อนฝูงและสังคมทั่วไป ให้ความถูกต้องในสังคมนั้นๆ การคิดการพูดออกมาก็เหมือนกันให้มีความสุข มีความสบายทั้ง ๒ ฝ่าย ไม่ให้คำพูดอันนั้นไปเบียดเบียนคนใดคนหนึ่งให้เกิดความเข้าใจ เกิดความทุกข์ เกิดความไม่สบายใจ เป็นคำพูดที่ไม่เป็นธรรม คำพูดใดที่เป็นธรรมแล้วการพูดออกมาสังคมยอมรับ เพื่อนฝูงยอมรับว่าเป็นคำพูดที่มีเหตุมีผล เป็นคำพูดที่ถูกต้อง การพูดก็ต้องพูดตามความคิดเห็นของเราว่า พูดอย่างนี้จะดีไหมคือสัมมาทิฏฐิ ปัญญาทางโลกนี้ต้องมีเหตุผลเป็นเครื่องรองรับว่าการพูดออกไปอย่างนี้ จะมีภัยอะไรเกิดขึ้นกับเราบ้างไหมหรือจะเป็นความสบายใจกับเพื่อนที่รับฟังบ้างไหม ต้องคิดออกมาก่อน คิดออกมาว่าถ้าไม่เหมาะสมในการพูดเห็นว่าเป็นทุกข์เป็นภัยอย่างนี้เรากำลังวันเสีย อย่าแสดงคำพูดนี้ออกมา ดังในบาลีว่า นิสัมมะ กะระนัง เสยโย ไคร์ครวญ เสียก่อน นึกคิดด้วยเหตุด้วยผลเสียก่อนจึงทำจึงพูด หรือคำพูดอย่างนี้ในกาลเช่นนี้จะสมควรพูดไหม คำพูดอย่างเดียวกันต้องมีกาลเวลาในการพูด ไม่ใช่พูดพล่ามไปเรียกว่า กาลัญญ คือพูดตามกาล พูดตามเวลา เวลาไหนควรพูดอย่างไรหรือดูว่า อัตตัญญู รู้จักตนว่าคำพูดอย่างนี้ตนควรจะพูดไหม ถ้าไม่ควรพูดก็อย่าไปพูด

ในฐานะของตนในฐานะที่เราเป็นพยาบาล คำพูดออกไปบางอย่างมันจะกำกวมกับผู้หลักผู้ใหญ่ กับหัวหน้า กับหมอ กับรุ่นพี่ เราเป็นผู้น้อยเราต้องรู้จักระวังคำพูดตัวเองว่าควรพูดด้วยความเจียมตัว เจียมใจ ในฐานะอ่อนน้อมถ่อมตัวอยู่ คำพูดนั้นต้องมีต้องมีเหตุผลสำหรับพวกเราจะต้องนำไปใช้ มิใช่ว่าคิดอย่างนี้ก็พูดอย่างนี้ออกไปเลย ต้องคิดตามกาลหรือพูดตามกาล กาลไหนควรพูดออกไปหรือไม่ควรพูดออกไป คำพูดอย่างนี้เราควรจะพูดออกไปไหม ถ้าพูดออกไปคนจะเชื่อถือเราไหม นี้เรียกว่า อัตตัญญู ให้รู้จักตนนี้ปัญญาทางโลก มีเหตุผลอย่างหนึ่ง

อีกอย่างหนึ่งให้รู้จักเพื่อนฝูง เพื่อนฝูงที่เราอยู่ด้วยกันจำนวนมากมาย เช่นว่า พวกเราเป็นหมอหรือพยาบาล เป็นต้น แสดงว่าเราอยู่กันมาหลายปี แต่ละคนที่มาอยู่นั้น มีพ่อแม่ มีฐานะตระกูลแตกต่างกันไม่เหมือนกัน เมื่อเข้ามาอยู่ในวงการเดียวกันแล้ว เหมือนครอบครัวหนึ่งในโรงพยาบาลนี้ อยู่ในฐานะพ่อเดียวกันแม่เดียวกัน นั่นคือ ระเบียบวินัยทุกคน ถ้ารู้จักมีระเบียบวินัยอย่างนี้แล้ว การปรับตัวเข้าหากันมันก็ง่าย ไม่ใช่มาเป็นใหญ่คนเดียว เรามาเป็นเพื่อนกัน ร่วมกันเป็นครอบครัวหนึ่ง มาทำงาน ประเภทเดียวกันคือเป็นหมอเป็นพยาบาลอย่างนี้เป็นต้น อยู่อย่างมีความสมัครสมาน สามัคคีกัน จะพูดอย่างไรคำพูดนั้นจะถึงความสมัครสมานสามัคคีกันได้ อยู่กันได้อย่างสบายๆ เรียกว่า จะยึดน้ำใจกันได้เราจะพูดอย่างไร คำพูดอย่างเดียวกัน ถ้าพูดไม่ดีก็ยังสามารถทำให้แตกสามัคคีกันได้ ถ้าพูดดีก็สามารถทำให้หมู่คณะมีความกลมเกลียวสมัครสมานสามัคคีกันอย่างดีที่สุด หรือร่วมกันทำงานอย่างดีที่สุด บางทีพูดออกไปแล้วอย่างนี้ ต่อเพื่อน แม้เขายังไม่แสดงตัวได้ตอบมาแต่ทางใจเขาคิดอยู่ในใจแล้ว คิดจริงก็จอยอยู่ในใจแล้ว แต่เพียงเขาไม่แสดงกิริยาวาจาทางกายออกมาให้ปรากฏ สมมติว่าเรามีเหตุอันใดอันหนึ่งเกิดขึ้น เพื่อนฝูงคนนั้นพอจะช่วยเหลือเราได้แต่เขากลับไม่ช่วยเหลือเรา อันนี้ แสดงว่าเขามีอะไรกับเราสักอย่างหนึ่ง ทำไมเขาไม่ช่วยเรา เวลาพูดคุยกันก็ธรรมดาๆ แต่เวลาเราต้องการความช่วยเหลือ เขาไม่ช่วยเหลือเป็นเพราะอะไร เป็นเพราะเพื่อนนั้นแหละที่เห็นเราพูดให้เขาบางสิ่งบางอย่างที่ผ่านมาแล้วเขาเจ็บใจเราอยู่ส่วนลึกของหัวใจ แต่เขาไม่แสดงออก อันนี้เราจะทำอย่างไร เราอยู่กลุ่มเดียวกันจะทำอย่างไรให้เกิดความสมัครสมานสามัคคีให้ดึงดูดซึ่งกันและกัน ก็ให้สมัครสมานกลมเกลียวกันในคำพูดของเรา นี่เป็นอุปมาปัญญาขั้นพื้นฐาน เป็นสัมมาทิฐิพื้นฐานทางโลก คือความเห็นชอบ ปัญญาความเห็นชอบมันเป็นพื้นฐาน คือเห็นชอบในกาล การกระทำด้วยกิริยาทาง กิริยาวาจาทั้งสองอย่างนี้เกี่ยวกับสังคมภายนอกทั้งหมด ต้องรู้จักกาลและต้องรู้จักตน เหมือนกับว่า กาลอย่างนี้ควรแสดงไหม หรือไม่ควรแสดง เช่นว่า เราเห็นเพื่อนฝูงหรืออะไรสักอย่างหนึ่งที่ไม่ดีไม่งามอย่างนี้ ถึงเราจะไม่ชอบใจกับเพื่อนฝูงคนนั้น แต่กิริยาอาการทางกายของเราเราควรทำไหม เช่นว่า เดินลงเท้าหนักๆ ผ่านหน้าเขาไป มันจะเหมาะสมไหม เช่นทำหน้าบูดบึ้งผ่านหน้าเขาไป จะเหมาะสมไหม นี่ลักษณะกิริยาทางกาย การทำอย่างนี้ต้องระมัดระวังตัวเอง เพราะสิ่งเหล่านี้เรามีอยู่ทุก ๆ คน

กิริยาทางกายวาจาเป็นเสน่ห์ที่จะดึงดูดน้ำใจซึ่งกันและกัน หรือผูกน้ำใจซึ่งกันและกันเอาไว้ ถ้าหากบุคคลมีเสน่ห์ในตัวแล้ว จะอยู่ที่ไหนอย่างไรก็ตามความสุขความสบายย่อมปรากฏแก่ตนเอง จะอยู่ร่วมกับเพื่อนฝูงก็มีความสุขสบายใจ ถึงเราจะจากเพื่อนไป เพื่อนก็มีความคิดถึงเรา นี่ลักษณะปัญญาพื้นฐานเป็นต้น การใช้ปัญญา นิสัมพันธ์ กระฉับกระชวย การใคร่ครวญเสียก่อนแล้วจึงทำ ใคร่ครวญเสียก่อนจึงพูด นี่เป็นฐานของปัญญาขั้นนี้ เป็นส่วนหนึ่งเป็นเรื่องปัญญาในทางโลก

ส่วนปัญญาในทางธรรมเป็นอย่างไร ก็ต้องคิดไปในทางธรรม ทางโลกก็เป็นธรรมอยู่แล้ว ทางโลกก็รวมธรรมอยู่แล้ว ส่วนธรรมล้วนๆ นั้นเอาอย่างไรกัน พิจารณาในขั้นตอนหนึ่งอาศัยหลักความจริงทางธรรมะเสริมเข้าไป ลึกเข้าไปอีก ปัญญาทางโลกเป็นธรรมใหม่ เป็นธรรมแต่เป็นธรรมในทางโลก ที่เราเรียกร้องกันอยู่ว่าต้องการความเป็นธรรมกับหมู่คณะ หรือต้องการความเป็นธรรมกับรุ่นพี่ รุ่นน้อง หรือต้องการความเป็นธรรมกับผู้หลักผู้ใหญ่เช่นหัวหน้าเวรเป็นต้น

ความเป็นธรรมนี้เรียกร้องกันมานานทั่วโลกเขารู้จักกันว่าความเป็นธรรมเป็นอย่างไร ทุกชาติทุกศาสนาถึงแม้ว่าเขาจะไม่ได้นับถือศาสนาพุทธก็ตามแต่เขาก็ต้องการความเป็นธรรม คือความเป็นธรรมนี้เป็นที่รวมแห่งความสุขความเจริญของโลก

เมื่อใดคนเราในโลกนี้ให้ความเป็นธรรมต่อกันอยู่บ่อยๆ ในยุคนั้นในสมัยนั้นย่อมมีความเจริญขึ้น หรือกลุ่มใดหมดใจใดให้ความเป็นธรรมกันอยู่เสมอๆ ในกลุ่มนั้นหมู่นั้นก็ต้องมีความเจริญงอกงาม นี่เรียกว่าจำเป็นต้องมีความเป็นธรรม

เราคนหนึ่งนั้นแหละที่จะเผยแพร่ความเป็นธรรมของเราให้ออกไปสู่หมู่คณะ เพื่อนฝูงในสังคมนั้นให้มากๆ ขึ้น ถ้าทุกคนมีความตั้งใจแล้วอย่างนี้ คนกลุ่มนั้นจะมีแต่ความรักกันมีความสมัคปรมาสามัคคีกัน มีความไม่ขัดแย้งแก่งแย่งกัน ปัญญาของเราเท่านั้นที่จะช่วยเราได้และช่วยผู้อื่นได้ พระพุทธเจ้าท่านทรงสอนเรื่องปัญญาเป็นหลักใหญ่มี ๒ ทางอย่างที่อธิบายมาแล้ว

ปัญญาสัมมาทิฐิในทางโลก ปัญญาสัมมาทิฐิในทางธรรม ทั้ง ๒ อย่างนี้เป็นหน้าที่ของเราเพราะเราต้องอยู่กับโลกในทุกวันนี้ อยู่กับโลกก็ต้องเอาธรรมอย่างนี้กับโลก ถ้าเราไปทางธรรมก็ต้องเอาปัญญาที่มีอยู่ในขณะนี้ ปัญญาระดับเดียวกันนี้แหละมาเปลี่ยนแปลงในทางธรรมได้ คือ คิดอะไรก็แล้วแต่คิดในแง่ความเป็นธรรมเช่น ความไม่เที่ยง เหมือนกับดอกไม้แดงที่เราถืออยู่ในมือนี้ ก็เป็นอุบายธรรมอย่างหนึ่งเมื่อเกิดขึ้น

แล้ว ย่อมมีความเปลี่ยนแปลงไป เป็นธรรมดาหาอยู่คงที่ไม่ สัจจาร่างกายนี้ก็เช่นกัน เมื่อเกิดขึ้นแล้ว ก็ต้องมีความเปลี่ยนแปลงไปเช่นกัน นี่คืออุบายธรรมะ ต้องใช้ปัญญาพิจารณา อยู่เสมอๆ บางทีมานั้นรอริมทางรถ มาดูคนผ่านไปผ่านมาเขาไปไหน ทำอะไร มาดูคนที่ผ่านไปผ่านมาเป็นธรรมดาไปหมด บางทีไปจ่ายตลาด ไปดูคนจ่ายตลาดว่าเขาจ่ายไปทำไม ก็ดูเป็นธรรมดาทั้งหมดถ้าได้พิจารณา นี่คือคนมีปัญญาจะอยู่ที่ไหนอย่างไรหรือทำอะไรอยู่ก็ตามมันจะมีคุณค่าสำหรับปัญญาของคนๆ นั้น

พวกเราทั้งหลายอยู่กันอย่างนี้ให้เห็น คนเกิด แก่ เจ็บ ตาย อยู่ที่โรงพยาบาลนี้พร้อมทั้งหมด ถ้าเราใช้ปัญญาพิจารณาอยู่บ่อยๆ ก็จะมีการเทียบเคียงว่า เราก็อเหมือนเขา เขาก็อเหมือนเรา หรือเราเปรียบเทียบกับสิ่งต่างๆ ว่า สรรพสังขารทั้งหลายทั้งปวงที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไปในขณะนี้ คือเป็นธาตุขันธ์ คนเราก็อตามหรือวัตถุอื่นใดก็ตาม เกิดขึ้นมาแล้วมันต้องสลายดับไปต้องสลายไป ไม่เร็วก็ช้า ถ้าคิดอย่างนี้บ่อยๆ มันจะสลดใจขึ้นมา มันจะมีคุณค่าแก่เราอย่างดีที่สุด ถ้าเรามีอุบายสักอย่างหนึ่งขึ้นมา อันนี้เราไม่ต้องเลียนแบบจากใคร อุบายใดที่เราจะนำมาสอนตัวเราได้ เปรียบเทียบตัวเองได้ให้พิจารณาไป

ในครั้งพุทธกาลก็มีมากมายลักษณะนี้ อย่างนี้ ก่อนๆ ก็มีนางอุบลวรรณาเถรีก็ไหว้พระธรรมดานี้แหละ เมื่อจุดธูปเทียนขึ้นเพื่อไหว้พระ ก็ดูดอกไม้ที่อยู่ในห้องพระก็ดูกันอยู่ๆ ดูไปดูมาเอาดอกไม้เป็นอารมณ์ พิจารณาดอกไม้ว่าดอกไม้นี้ก็ไมก็เที่ยง มันเกิดขึ้นมาแล้วอย่างนี้ เมื่อถึงเวลามันก็ต้องสลายไป เหี่ยวแห้งไปอย่างนี้ๆ ในที่สุดก็เป็นผู้พิจารณาธรรมะขั้นสูงในขณะเดียวกัน ทั้งธรรมะขั้นต่ำ ขั้นกลาง ขั้นสูง ในขณะที่หนึ่งแห่งเดียวจนเป็นพระอรหันต์ได้เพราะดอกไม้ดอกเดียว ทำไมเขาทำได้เรียกว่า เขาใช้ปัญญาพิจารณาเหตุผลกันอยู่ เอาหลักความจริงพิจารณากันบ่อยๆ นี่ก็ว่าหลักธรรมะตัวนี้เป็นส่วนหนึ่งเราต้องอบรมตัวเองให้มากขึ้นๆ ไม่ใช่เราจะรอให้ปัญญาเกิดขึ้นอย่างเดียวไม่ใช่

ปัญญานั้นเกิดขึ้น เกิดอย่างไร ลักษณะปัญญาเกิดขึ้น แต่ก่อนใจเรามีความลุ่มหลง ลุ่มหลงว่าสิ่งนี้เป็นอย่างนี้ สิ่งนั้นเป็นอย่างนั้น และมีความเข้าใจว่าทุกสิ่งทุกอย่าง เป็นของเรา ที่เราทำได้ด้วยน้ำพักน้ำแรงของเราทำด้วยมือของเรา ครอบครัวเรา ทั้งหมดเป็นของเราทั้งหมด สามิเรา ลูกหลานเรา ภรรยาเรา อะไรก็แล้วแต่ เงินทองต่างๆ ก็เป็นของเราทั้งหมด การที่ว่าเป็นของเราทั้งหมดอย่างนี้เรียกว่าจิตเรามันยังหลง

ยังหลงในปัจจัยทั้งหมดนี้อยู่ เอาสิ่งทั้งหมดมาพิจารณาๆ มันจริงไหมว่าสิ่งทั้งหมดนี้เป็นของๆ เรา จริงไหม มาพิจารณาลงสู่ไตรลักษณ์ว่าความอนัตตาคืออะไร หมายถึงอะไร ก็ จะมองเห็นได้ชัดว่าสิ่งทั้งหมดนั้น เป็นเพียงปัจจัยเครื่องอาศัยชีวิตนี้อยู่ชั่วระยะเวลาหนึ่ง คินหนึ่งเท่านั้น เมื่อถึงเวลามันต้องพลัดพรากจากกันไป พิจารณาให้มากขึ้นๆ จนมีความ เข้าใจอย่างชัดเจนแจ่มแจ้งเกิดขึ้นจึงเรียกว่าความเห็นหรือความคิดเห็นของเราได้ เปลี่ยนแปลงไปแล้ว คือเกิดความเข้าใจที่ถูกต้อง นี้คำว่า “เกิด”

แต่ก่อนมีความหลงประจำใจอย่างหนาแน่น แต่บัดนี้มันเกิดความเข้าใจที่ถูกต้อง คำว่าเกิดคือความเห็นตัวนี้คือปัญญา นี้คำว่า “เกิด” เกิดจุดนี้ เกิดความเห็น เกิดความ เข้าใจที่ถูกต้องตามหลักความเป็นจริงเรียกว่าปัญญาเกิดในขั้นพื้นฐาน เมื่อเกิดอย่างนี้ เราพยายามให้เกิดอีก เอาหลักความจริงมาพิจารณาต่อไป พิจารณาลงสู่ไตรลักษณ์ให้ มากขึ้นๆ เมื่อการพิจารณามีความคล่องตัวมากเท่าไรจึงเรียกว่าปัญญานั้น มันเจริญขึ้น ในท่ามกลางเจริญปัญญาวิปัสสนาขึ้นมาอีกช่วงหนึ่ง ก็พิจารณามากขึ้นๆ อีกจนเกิด ความรู้แจ้งเห็นจริงอย่างชัดเจนไม่มีอะไรมาปิดบังปัญญาของเรา จึงเรียกว่า นัตถิ โลเก ระโหนามะ ความลึกลับไม่มีในโลก มันจะลงสู่ไตรลักษณ์ทั้งหมดถ้าพิจารณาเสมอๆ อย่าง นี้เป็นปัญญาขั้นสูงขั้นละเอียดที่เรียกว่า “ภาวนามยปัญญา” เป็นปัญญาเกิดขึ้นจาก ความรู้จริงเห็นจริงตามหลักความเป็นจริง จะเรียกว่าปัญญาญาณ หรือเรียกว่าวิปัสสนา ญาณก็ได้ ความหมายอย่างเดียวกัน

นี่ให้เราสำนึกว่าปัญญาเกิด คือเกิดความเข้าใจที่ถูกต้อง คำว่าเกิด เกิดตัวนี้คือมัน ไม่หลง คือทำลายความหลงไปได้ แม้ว่าการภาวนาปฏิบัติในขั้นสูงต่อไปก็มีปัญญาตัวนี้ เป็นฐานเอาไว้ ถ้าฐานปัญญาตัวนี้ไม่มี ถึงภาวนาอย่างอื่นไปเกิดไม่ได้ผล มันไม่เจาะจง มันไม่เฉพาะเหมือนกับเราเอายาให้คนไข้คนป่วย ถ้าเป็นพยาบาลเป็นหมอก็ดี ถ้าคน ป่วยเป็นโรคนี้อย่างนี้แล้วเอายาให้เขากิน ถ้ายาไม่ถูกกับโรคกินไปเถอะ กินหมด โรงพยาบาลนี้ก็ไม่หาย ตายเปล่าๆ ถ้าโรคกับยามันถูกต้อง การกินยานั้นไม่ต้องกินมาก กินชานเดียวก็พอ ชานเดียวมันกินลงไปเถอะมันจะถูก คนป่วยจะบอกเองว่าถูกแล้ว ไข้แล้ว ดินไปเรื่อยๆ กินยาชานนั้นไปมันจะหายเอง หายวันหายคือไปเรื่อยๆ และ หายขาดทันที นี่เหมือนกับการภาวนาปฏิบัติ ไม่จำเป็นต้องเรียนธรรมะมากๆ ธรรมะ มากๆ เราจะเอามาใช้งานทั้งหมดมันไม่ได้ เพราะอะไร เพราะธรรมทั้งหมดนั้นไม่ตรงกับ ตัวเองทั้งหมด การแสดงจากตัวเองว่า ความรักความพอใจ ความรักต่างๆ มันไม่ตรงกัน

ธรรมะทั้งหมดนั้นดีทั้งหมดแต่เราจะเอามาใช้ทั้งหมดพร้อมกันไม่ได้ ก็เหมือนยาทั้งหมดที่โณงพยาบาลมีอยู่ จะไปให้คนป่วยกินพร้อมกันทั้งหมดไม่ได้ มันต้องเลือกคนให้ว่าคนนั้นควรให้ยาอย่างไร คนนี้ควรให้ยาอย่างไร ต้องให้ตามอาการของคนที่ยป่วย

นี่ก็เหมือนกัน อุบายปัญญาธรรมะเราก็เหมือนกัน ธรรมะที่เรามีอยู่ทุกขามาทั้งหมดนั้นควรจะมาปราบกิเลสตัวไหนที่เกิดขึ้นกับใจตัวเอง เราต้องเลือกว่ากิเลสตัวนี้เป็นมาอย่างนี้ควรใช้ธรรมะอย่างนี้มาแก้ไข มาปรับปรุงตัวเองให้ถูก ให้มีความสุขมีความสบายมากขึ้น ก็ใช้อุบายปัญญาเข้ามาแก้ไขจึงจะได้

ส่วนการทำสมาธิถ้าเราขาดปัญญาความเห็นชอบในการปฏิบัติขั้นพื้นฐานแล้ว การทำสมาธิจะเป็นมิจฉาเป็นส่วนใหญ่ เป็นโมหะเป็นส่วนใหญ่ ในครั้งพุทธกาล พระพุทธเจ้าไม่ได้สอนใครในสมัยนั้นว่า ให้ทำสมาธิก่อนปัญญา ไม่มี พระพุทธเจ้าทรงไม่สอนใครๆ ทั้งสิ้น ไม่เคยสอนพระสาวก ไม่เคยสอนพุทธบริษัททั้งหลายว่าต้องทำสมาธิก่อนปัญญา แต่ทุกวันนี้ การอบรมการสั่งสอนทำสมาธิก่อนปัญญา การภาวนาปฏิบัติจึงไม่ได้ผล คือการทำอย่างนี้เลียนแบบฤๅษีเกินไป พวกดาบสฤๅษีในป่าเขาเรียนแบบนี้ เขาไม่สนใจกับปัญญา แต่เขาสนใจทำสมาธิ นี่ก็เหมือนกันเวลาเรียนหนังสือธรรมเป็น อย่างหนึ่ง เวลาภาวนาปฏิบัติเป็นอีกอย่างหนึ่งไม่ตรงกัน การทำสมาธิเพื่อให้เกิดปัญญา ไม่มี ในครั้งพุทธกาลไม่ได้สอนอย่างนี้

ทุกวันนี้คนภาวนาปฏิบัติเป็นหมื่นเป็นแสนเป็นล้านคน จะหาพระอรียเจ้าให้กราบไหว้หายากมาก เพราะอะไร เพราะแนวทางในการปฏิบัติมันไม่ตรงต่อแนวที่พระพุทธเจ้าทรงสอนไว้ คนจึงไม่ได้เป็นพระอรียเจ้าในยุคนี้ ถึงจะมีวาสนาบารมีพอสมควรจะบรรลุธรรมได้ก็ตามเถิด แต่เมื่อทำไม่ถูกทางตามแนวทางของพระอรียเจ้าก็ทำอะไรไม่ได้เหมือนกัน นี่เรียกว่า พื้นฐานเบื้องต้นที่ไม่ตรงต่อเหตุผล

การภาวนาต้องมีหลักการ ต้องศึกษาหลักศาสนาให้เข้าใจว่า ในครั้งพุทธกาลที่เป็นมานั้น พระพุทธเจ้าทรงสอนอย่างไร สอนใครอย่างไรบ้าง ให้เราไปดูประวัติของพระอรียเจ้าทั้งหลาย พระอรียเจ้าองค์นั้นเป็นพระอรหันต์ก็ดี อนาคตาก็ดี สกิทาก็ดี โสดาาก็ดี เราศึกษาประวัติของพระอรียเจ้าในครั้งพุทธกาลว่าแต่ก่อนท่านองค์นั้นเป็นปุถุชน แต่บัดนี้ท่านมาภาวนาปฏิบัติจนเป็นพระอรียเจ้านั้นท่านปฏิบัติอย่างไร ดูตรงนั้น จะเข้าใจว่าทุกองค์มีปัญญามาก่อน ไม่ได้ต้องทำสมาธิแบบทุกวันนี้แต่อย่างไร นี่ครั้งพุทธกาลทำกันอย่างนั้น แต่ทุกวันนี้ทำสมาธิก่อนจึงยาก ต้องอยู่ที่สติปัญญาเท่านั้น

ปัญญาที่ว่ามานี้มีน้อยคนที่เกิดขึ้นได้ ส่วนมากพูดกันด้วยความรู้ ไปรู้จากโน้นมา จากนี้มา รู้จากตำรา มา รู้จากเทพมา หรือรู้จากครูบาอาจารย์อธิบายให้ฟังมา เป็นความรู้เฉยๆ ไม่ใช่ปัญญา ในการพูดการสอน การคุยทุกวันนี้พูดกันด้วยความรู้เฉยๆ แต่ไม่ได้พูดกันด้วยปัญญาจากการภาวนาแล้วมันฟังง่ายนิดเดียว ดังอธิบายเรื่องดอกไม้แดง คนที่ผ่านมาเขาพูดด้วยปัญญาในการภาวนา เขาไม่ได้พูดในปรีติ เขาพูดด้วยความรู้จริง เป็นเป็นจริงทั้งหมดออกมาล้วนๆ แต่ส่วนใหญ่พูดตามตำราตำราพูดถูก พูดชื่อธรรมถูก อยู่ แต่ตัวธรรมไม่รู้จะอะไรเลย พยายามฝึกตัวเองเสียใหม่ให้เราได้เห็นจริงด้วยปัญญาของเราอย่างชัดเจนฝังลึก ชื่อว่าลืมนี่ไม่เป็น ธรรมะนั้นลืมนี่ไม่เป็น นี่เป็นเพียงให้อุบายธรรมที่เราทั้งหลายจะนำไปอบรมสั่งสอนตัวเองให้มากขึ้นๆ

แต่ทุกวันนี้เราจะไปให้กิจการต่างๆ มันเสียก่อนจึงเวลาปฏิบัติ ไม่ค่อยคอยหรือเราเรามีเวลาถมเถไปทุกวันนี้ เรามาโณงพยายาลทุกวันก็ภาวนาได้ทุกวัน เราเดินไปเดินมาที่โรงพยาบาลไปดูคนนอกบ้าง ดูคนเจ็บบ้าง ก็เป็นประโยชน์เป็นธรรมะทั้งวัน เมื่อพิจารณาทั้งวันก็เป็นการภาวนาทั้งวัน นี้เรียกว่าให้อุบายสอนใจตัวเอง ธรรมะอยู่ที่นี้สำหรับพวกพยายาลพวกหมอที่โรงพยาบาลนี้ได้เปรียบกว่าคนอื่น ๆ เขา เหมือนกับว่าได้ดูธรรมะตลอดวัน เป็นธรรมะต้นฉบับใหญ่ทีเดียวที่โณงพยายาลของเรา อยู่ที่ปัญญาของเราพร้อมหรือยัง หรือว่าถือเป็นธรรมดาไปเสีย ถือว่าทำตามหน้าที่ เห็นคนแก่คนเจ็บคนตายมากไปก็เลยเฉยๆ เรียกว่าจิตมันเป็นหมัน เรียกว่าจิตตัน ไม่ตื่นตื่นเฉยๆ ใครตายให้ดูต่อหน้าต่อตากี้เฉยๆ ใจไม่ตื่นตื่น ไม่มีอะไรเกิดขึ้นเลยเพราะจิตมันตันไป มันเป็นหมันไปแล้ว นี่ไม่เอา ต้องฝึกใหม่ ต้องโอบนโยโก เข้ามาหาตัวเองว่า เราก็ต้องตายเป็นอย่างนั้นไม่วันใดก็วันหนึ่ง

การเกิด แก่ เจ็บ ตาย นี้ไม่ใช่คนธรรมดาตายเท่านั้นนะ พวกหมอพยายาลก็ตายได้ เราก็ตายได้ สภาพของคนที่ตายไปแล้วจิตใจของคนๆ นั้นจะไปแคไหนอย่างไรขึ้นอยู่กับความยึดติด ความยึดมั่นสิ่งต่างๆ ที่นี้ถ้าจิตยึดมั่นของสิ่งใดเมื่อตายไป กายก็หมดสภาพ จิตใจที่มีความยึดมั่นอยู่ก็ไปเกาะในของสิ่งนั้นต่อไป ถึงคนนั้นจะทำบุญสุนทานมากมายก่ายกองก็ตามเถิด แต่ความยึดมั่นมีกำลังมากกว่าบุญกุศลต่างๆ ที่ทำ เสียเงินเป็นร้อยล้านพันล้านก็ตาม แต่ความยึดมั่นตัวเดียวเท่านั้นแหละ ไปเกาะของสิ่งไรหมดสภาพทันทีไปไหนไม่ได้ แทนที่จะเป็นกุศลพาเราไปสวรรค์สุดดีแต่ก็ไปไม่ได้อีก ความยึดมั่นถือมั่นจึงเป็นหลักใหญ่ เป็นหลักสำคัญของใจ ถ้าเราหลงติดของสิ่งไรก็อยู่ที่นั่นต่อไป

การพิจารณาให้รู้แจ้งเห็นจริงในธรรมะส่วนนี้ต้องมีอุปนิสัยใจตัวเองให้มากขึ้น ยุคนั้นสมัยนี้ มันสมควรแล้วที่เราจะอบรมตักเตือนตัวเองให้มากขึ้น เพราะอะไร เพราะยุคต่อไปในอนาคตมองไว้ว่า เมื่อหมดครูบาอาจารย์ในยุคนี้ไปแล้วอีกห้าสิบปี อีกสักร้อยปีข้างหน้าหรือสองสามร้อยปีข้างหน้า จะมีพระเหมือนปัจจุบันนี้ไหม มันจะไม่เหมือน คือลักษณะความเข้าใจต่างๆ ของพระบวชใหม่เป็นเพียงผ้าเหลืองห่มเอาไว้เท่านั้นเอง แหละ ความชัดเจนแจ่มแจ้งในใจธรรมะจะไม่มี ถ้าเรามาเกิดในยุคนั้นสมัยนั้นเราขาดทุนอีก

ฉะนั้นจึงว่าในยุคนี้มีครูบาอาจารย์ที่มีความสามารถมีอยู่ เราก็พยายามรีบเร่งการภาวนาปฏิบัติเฉพาะตัวให้มากขึ้นๆ ถ้าทำอย่างนี้ได้จะมีกำไรมากขึ้นในชีวิตของเรา อย่าไปคอยให้มันแก่เสียก่อน ถ้ามันแก่ขึ้นมาเมื่อใดการภาวนามันยากที่จะทำได้ นั่นก็ไม่สะดวกเดินก็ไม่สะดวก ตลอดจนสติปัญญาของเราก็เสื่อม เราเห็นคนแก่ธรรมดๆ ทั่วๆ ไปภาวนามันยากลำบาก สติก็ไม่ค่อยจะดีหลงๆ ลืมๆ กำลังกายกำลังใจก็หมดสภาพไปในตัวเอง

ในช่วงที่เรามีกำลังกายกำลังใจแข็งแรงอยู่ พยายามรีบเร่งปฏิบัติเข้า คือเอาตัวเองขึ้นฝั่งให้ได้ก่อนใครทั้งหมด ถ้าเราคิดได้แบบนี้ เราจะมีความเข้มแข็งมากขึ้นตั้งใจมากขึ้น ความตั้งใจอยู่ที่ไหนความสำเร็จอยู่ที่นั่น ความพยายามอยู่ที่ไหนความสำเร็จอยู่ที่นั่น ฉะนั้น ขอให้เราทั้งหลายที่มาฟังในขณะนี้ จงใช้สติปัญญาพิจารณาเหตุผลธรรมะที่มีอยู่ เพื่อให้รู้แจ้งเห็นจริงตามหลักความเป็นจริงด้วยเถิด

(ตอนที่ ๒)

บรรยาย ณ ห้องประชุมจงจันต์ โรงพยาบาลรามารบิต เมื่อวันที่ ๑๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๓๖

ขอเจริญกรรมแก่นักปฏิบัติทั้งหลาย ธรรมะที่มาบรรยายในวันนี้ก็อยู่ในขอบเขตของอุบายการปฏิบัติธรรม อุบายการปฏิบัติธรรมนั้นถ้าเราไม่ศึกษาให้มีความชัดเจนให้เข้าใจด้วยเหตุผลจริง ๆ แล้วการปฏิบัติของเราก็รู้สึกวาล้มลุกคลุกคลาน ตกหลุมตกบ่อไปเรื่อย ๆ ความราบรื่นในการปฏิบัติของเราก็เป็นไปได้ยาก ฉะนั้นการปฏิบัติต้องอาศัยการศึกษาที่เรียกว่าสุตมยปัญญา นั่นหมายถึงการได้ยินได้ฟัง การได้อ่านตำราแล้วนำมาวิจัยวิเคราะห์เหตุผลให้เป็นไปตามหลักความจริงเรียกว่า สัจธรรม

ธรรมะที่พวกเราจะนำมาปฏิบัตินั้นก็เหมือนกันกับธรรมะในครั้งพุทธกาล ในครั้งพุทธกาลนั้นพระพุทธเจ้าทรงสอนพุทธบริษัทก็เอาความจริงที่เป็นอยู่ มีอยู่กับบุคคลในยุคนั้นสมัยนั้นมาสอน ธรรมะในยุคนั้นสมัยนั้นมีความจริงอย่างไรธรรมะในยุคนี้นี้ก็มีความจริงอย่างนั้น ผู้ปฏิบัติธรรมได้เป็นไปตามแนวทางของพระอริยเจ้าก็เป็นประเภทเดียวกัน ผู้ประพฤติธรรมหรือผู้บรรลุธรรมในครั้งพุทธกาลกับผู้บรรลุธรรมในยุคปัจจุบันนี้ก็เหมือนกัน มีคุณค่าเท่ากัน เหมือนกับน้ำตาลในครั้งพุทธกาลมีความหวานอย่างไร ในยุคนี้น้ำตาลก็มีความหวานอย่างนั้น

คุณธรรมของผู้บรรลุธรรมแล้วในครั้งพุทธกาลกับผู้บรรลุธรรมแล้วในยุคนี้มีความบริสุทธิ์บริบูรณ์ในผลของการปฏิบัตินั้นก็เท่าเทียมกันทั้งหมด ฉะนั้นการที่พวกเราทั้งหลายที่มีความตั้งใจอยู่ว่าจะเดินตามรอยยุคลบาทพระศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้านั้น เราต้องศึกษาแนวทางให้ชัดเจนให้เข้าใจว่าในครั้งพุทธกาลนั้นท่านปฏิบัติกันอย่างไร พระพุทธเจ้าทรงสอนอย่างไร เราก็ต้องเอาอุบายธรรมในครั้งพุทธกาลนั้นมาเป็นหลักมาเป็นแนวทาง

แนวทางในครั้งพุทธกาลนั้นท่านวางไว้ ๒ ประการคือ สมถะและวิปัสสนา ทั้ง ๒ อุบายนี้เกี่ยวเนื่องกัน ให้ผลต่อเนื่องกันด้วย ลำพังจะทำสมถะอย่างเดียวนั้นเป็นไปไม่ได้หรือลำพังใช้ปัญญาแต่อย่างเดียวนั้นก็เป็นไปไม่ได้เช่นเดียวกัน ฉะนั้นอุบายทั้งสองอย่างนี้ต้องเกี่ยวข้องกันมาตลอด

ในสมัยหนึ่งในครั้งพุทธกาล พระพุทธเจ้าของเราเมื่อพระองค์ออกผนวชแล้วก็ต้องไปศึกษาหลักธรรม หลักการปฏิบัติในที่ต่างๆ เช่น ศึกษากับดาบสทั้งสอง คืออุทกดาบสและอาฬารดาบส นักบวชทั้งสองนั้นเขาทำสมถะอย่างเดียวไม่เกี่ยวกับปัญญา เขาทำสมาธิจนจิตเขาเหล่านั้นมีความสงบ จนจิตเขาเป็นฌาน คือว่า รูปฌานอรูปรูปร่าง มีความชำนาญในการเข้าออกเป็นวิเศษ ถึงขนาดนั้นดาบสทั้งสองนั้นหาเกิดปัญญาไม่แต่เขาก็อยู่กันไปปฏิบัติกันไป เมื่อถอนออกจากสมาธิแล้วใจก็เสื่อม เมื่อใจเสื่อมอารมณ์ของใจก็เกิดขึ้นกับใจ มีความรัก มีความพอใจ มีความยินดีในกามคุณอยู่ แล้วเขาก็กลับเข้าทำสมาธิอีก จึงเรียกว่าการทำสมาธินั้นเป็นเพียงอุบายข่มกิเลสตัวเองเท่านั้น ไม่ใช่ทำสมาธิเพื่อให้ละกิเลสตัณหาแต่อย่างใด

พระพุทธเจ้าของเราก็เช่นเดียวกัน เมื่อไปฝึกฝนอบรมกับดาบสทั้งสองด้วยความชำนาญแล้ว พระองค์ก็ทำสมาธิเหมือนดาบสทั้งสอง จนมีความชำนาญแล้วก็ตาม เมื่อ

พระองค์มีความชำนาญแล้วก็สามารถทำได้ติดต่อกันทุกวันทุกคืน เมื่อพระองค์เป็นผู้มี
 นิสสัยทางสติปัญญาที่อยู่ก็ตาม แต่ไม่มีอุปายจะเอามาใช้ปัญญาในยุคนั้น ถึงจิตจะมีความ
 สงบลึกซึ่งขนาดไหนก็ตาม ปัญญาหาเกิดกับพระองค์ไม่ พระองค์จึงพิจารณาดูว่าในการ
 ทำสมาธิถึงจิตจะมีความสงบสักปานใดก็ตามเมื่อออกมาแล้วก็ต้องเสื่อม เมื่อจิตเสื่อมก็
 ต้องเกิดราคะ ความรักความยินดี พอใจในกามคุณเหมือนกันทุกครั้ง ๆ ไป พระองค์จึง
 พิจารณาได้ว่าการทำสมาธิแต่อย่างเดียวนั้นมิใช่แนวทางที่จะบรรลุเป็นพระสัมมาสัมพุทธ
 เจ้าได้ แต่พระองค์ก็ยังไม่รู้ว่าวิธีที่จะปฏิบัติให้บรรลุมรรคผลนิพพานนั้นทำอย่างไร
 พระองค์ยังไม่รู้จักแนวทาง จำเป็นต้องมีทางอื่นนอกเหนือจากการทำสมาธินี้

พระองค์ก็ได้ลวดาบทั้งสองนั้นไปปฏิบัติในที่ต่าง ๆ ได้ยินข่าวว่าท่านอาจารย์ที่
 ไหนดี ๆ ก็ไปศึกษาปฏิบัติตามหลายครั้งหลายหน หลายหมู่คณะ ทำทุกสิ่งทุกอย่างเพื่อ
 บรรลุมรรคผลเป็นพระพุทธรเจ้า แต่ส่วนใหญ่พระองค์ก็อยู่ในการทำสมาธิ หรือทรมานตน
 อดข้าว อดนอน ผ่อนอาหาร ทุกสิ่งทุกอย่างดังเราทราบจากในหนังสือเรียกว่า ทุกขกิริยา
 พระองค์พยายามทำทุกอย่างให้เป็นไปอย่างนั้น แต่ขณะนั้นปัญญาของพระองค์ก็ยังไม่
 เกิดขึ้น จะทำสมาธิให้จิตสงบขนาดไหน ปัญญาก็ไม่เกิดขึ้น จึงกล่าวได้ว่าอุปายการทำ
 สมาธิอย่างเดียวนั้นมิใช่เป็นแนวทางของผู้จะบรรลุธรรม นี้เรียกว่าขนาดที่พระองค์เป็นผู้
 มีนิสสัยในชาตินั้นจะบรรลุเป็นพระพุทธรเจ้าอยู่แล้ว เรียกว่ามีบารมีสูงส่งแล้วแต่ทำไม
 พระองค์ไม่มีปัญญาเกิดขึ้นในช่วงนั้นเล่า อันนี้ให้เราไปคิดให้ชัดเจน ให้เข้าใจ ให้มี
 เหตุผลเพียงพอ มิใช่จะคิดเอาง่าย ๆ ว่า เมื่อจิตสงบแล้วปัญญาก็เกิดขึ้น เราเข้าใจง่าย ๆ
 ซึ่งไม่เป็นเช่นนั้น ผู้ที่จะบรรลุธรรมเป็นพระอรียเจ้านั้น มีหลัก ๓ ประการเรียกว่า
 หลักประกัน ถ้าเป็นในหลักสามประการนั้น ผู้นั้นจะเป็นผู้มีโชคดีในชาตินี้ชีวิตนี้และจะ
 บรรลุมรรคผลนิพพานในชาตินี้ด้วย หลักสามประการนั้นคืออะไร

๑. บุพเพกตปุญญตา เรียกว่าเป็นผู้บำเพ็ญบารมีมาแล้วในชาติก่อนภพก่อนมา

๒. ในขณะปัจจุบันที่เราปฏิบัติอยู่นี้ อุปายการปฏิบัติของเราตรงตามแนวทางของ
 พระอรียเจ้าอย่างแท้จริง

๓. เราเป็นผู้ภาวนาปฏิบัติที่มีความจริงจังต่อเนื่อง

ถ้าหากบุคคลใดนักปฏิบัติคนใด มีอุปายหรือมีนิสสัยเกี่ยวข้องเชื่อมโยงกันทั้งสาม
 ข้อนี้ ผู้นั้นจะบรรลุมรรคผลเป็นพระอรียเจ้าในชาตินี้ ไม่จำเป็นต้องชาติหน้าภพหน้าแต่
 อย่งใด

เมื่อใดถ้าอุบายทั้งสามอย่างนี้ขัดกัน ไม่เป็นไปตามแนวเดียวกันก็หาบรรลุมรรคผลนิพพานไม่ เช่นว่า ในชาติก่อนภพก่อนมาผู้้นั้นมีการสร้างสมอบรมบารมีมามาก พอที่จะบรรลุมรรคผลนิพพานได้ในชาตินี้ก็ตาม แต่เมื่อมาปฏิบัติมาขัดกับบารมีตัวเองทำเอาไว้ เช่นอุบายแนวทางของตัวเองไม่เป็นไปตามแนวทางของพระอรียเจ้า ถ้าอย่างนั้นถึงจะปฏิบัติมีความทุ่มเทมีความเพียรสักปานใดก็ตาม ผู้้นั้นก็หาบรรลุมรรคผลไม่ แต่บารมีที่สร้างมานั้นก็ไม่หายไปไหน ยังมีอยู่เท่าเดิม เหมือนกันกับบุคคลที่เขาจะเจาะน้ำบาดาล ที่นี้การจะเจาะน้ำบาดาลนั้นถ้าหากว่าการตรวจในสายน้ำที่มีอยู่นั้นยังไม่เห็นว่ามีน้ำไหลไปทางไหน ทิศทางใด เจาะลึกไปขนาดไหนอย่างไร เมื่อเราสำรวจยังไม่พบในส่วนนั้นบางที่เราเจาะลงไปไม่ถึงสายน้ำ จะเจาะลึกสักปานใดก็ตาม น้ำก็ยังไม่ออกอยู่นั่นเอง หรือบางที่เจาะถูกรูอยู่ถูกสายน้ำอยู่แต่เจาะตื้นเกินไปไม่ถึงสายน้ำ อันนี้ก็หาได้น้ำไม่ อุบายการภาวนาปฏิบัติของเราที่เช่นเดียวกัน ถึงจะมีบารมีมาแล้วก็ตาม แต่อุบายการปฏิบัติในยุคนี้ขณะนี้ ไม่เป็นไปตามแนวทางของพระอรียเจ้าแล้ว มรรคผลที่จะเกิดกับเรานั้นหาเกิดขึ้นไม่ มีอยู่เท่าเดิมนั่นเอง แต่ก็ไม่หายไปไหนหรอก ในชาติหน้าภพหน้า ถ้าหากเราปฏิบัติให้ตรงเมื่อไหร่ก็เมื่อนั้นเราจะบรรลุผล เหมือนกับเราเจาะน้ำบาดาลที่ตรงกับสายน้ำนั่นเอง

บารมีเก่าๆ ที่เราทำมาในอดีตนั้นก็ไม่ต้องทราบบว่าเราทำกันมาตั้งแต่เมื่อไร และทำอะไรด้วย นี่จำเป็นที่สุดต้องคิดหา ต้องค้นคว้า ถ้าไม่เช่นนั้นจะไม่ต่อเนื่องกันกับบารมีเก่าที่ตัวเองสร้างขึ้นมาไว้ คือบารมีเก่ามีอุบายอย่างหนึ่ง คือว่านิสัยบางคนชอบในการสร้างบารมีอย่างนั้น บางคนนิสัยชอบสร้างบารมีอย่างนี้ อุบายการสร้างวาสนาบารมีนั้นจะไม่เหมือนกัน บางคนก็ทำอย่างหนึ่งบางคนก็ทำอีกอย่างหนึ่ง ไม่ตรงกัน เมื่อเป็นอย่างนั้นในยุคปัจจุบันนี้เราจะมาปฏิบัติเพื่อให้อุบายการปฏิบัติของเราได้เชื่อมโยงต่อกันกับบารมีเก่าที่เราทำมาแล้ว ทำอย่างไรตรงนี้แหละตัวสำคัญ ถ้าเราหาจุดนี้ไม่ได้แสดงว่าแทงตามสายน้ำไม่ถูก น้ำก็ไม่ไหล ถ้าเรามีอุบายบารมีหรือมีอุบายปฏิบัติในยุคนี้ขณะนี้ ตรงกับบารมีเก่าที่เราทำมาแล้ว ตรงกันเมื่อไหร่ก็เมื่อนั้น ผลย่อมเกิดขึ้นทันที

จะต้องศึกษาให้มากขึ้น สำหรับพวกเราเป็นผู้หญิงเป็นส่วนใหญ่ และมีผู้สนใจการปฏิบัติธรรมมากขึ้นในขณะนี้ ที่นี้การปฏิบัติธรรมต้องมีอุบายสำคัญ อุบายนั้นจะให้เหมือนกันทุกคนทั้งหมดไม่ได้

อุบายนั้นคืออะไร

อุปมาเป็นข้อคิด ข้อเปรียบเทียบให้เกิดความเห็นที่ถูกต้องตามหลักความเป็นจริง ดังที่เราต้องการ ที่นี้เรื่องปัญญาเกิดขึ้นนั้น เกิดขึ้นได้สามลักษณะ เรียกว่าสามขั้นตอน จำเป็นที่สุดต้องสร้างขึ้นมาก่อน ปัญญาจุดนั้นคือจุดแรก ถ้าสร้างปัญญาจุดแรกขึ้นมา ไม่ได้ จุดที่สองก็ไม่ได้ จุดที่สามก็เป็นไปไม่ได้เช่นเดียวกัน ถ้าหากว่าเราสร้างปัญญาจุดแรกได้แล้ว จุดสอง จุดสามก็ได้มาตามๆ กัน

จุดแรกหมายถึงอย่างไร ทำอย่างไร ท่านว่าปัญญาวิปัสสนา ปัญญาวิปัสสนานี้จะเอาอย่างไร คำว่า “เกิดขึ้น” เกิดอย่างไร คำว่าเกิดขึ้นนั้นคือ เกิดความเข้าใจอย่างชัดเจน หรือว่าเกิดความเข้าใจอย่างถูกต้องตามหลักความเป็นจริง นี่คือนิยามปัญญาเกิดขึ้นจุดแรก ถ้าจุดนี้ไม่เกิดขึ้นก็ไม่มีความหมายอะไรเลย

คำว่า “ความเห็น” หรือ “ความเข้าใจ” นั้นเข้าใจอย่างไร เข้าใจตามหลักความจริงทั้งหมดมีอยู่กับตัวเราและสิ่งที่อยู่รอบตัวเรา ที่เรียกว่า ภายใน ภายนอก ไกลใกล้ หยาบละเอียด นี่ก็เป็นอุปมาปฏิบัติที่จะให้เกิดความเข้าใจ เรียกว่าเกิดความเห็นเรียกว่า เกิดความจริง ให้รู้จริงเห็นจริงตามหลักความเป็นจริงด้วยปัญญาของเรา

พระพุทธเจ้าทรงสอนพุทธบริษัทในครั้งพุทธกาลนั้น พระองค์ก็ต้องการจุดเริ่มแรกนี้ที่ว่าให้เกิดความเห็นจริง เกิดความเข้าใจที่ถูกต้องตามหลักความเป็นจริง คือจุดนี้เป็นจุดเด่นจุดเริ่มแรก เมื่อจุดนี้เกิดขึ้นแล้ว จุดสองจะเอามาคิด มาตรึก มาตรอง มาใคร่ครวญพิจารณา มันก็ง่ายขึ้น ตัวสำคัญคือจุดแรกเป็นจุดเริ่มต้น เป็นจุดสำคัญที่สุดที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ นักปฏิบัติต้องศึกษาให้เข้าใจจุดนี้

ความจริงนั้นอยู่ที่ไหน อยู่ที่ตัวของเรา ท่านว่าภายในภายนอก ภายในหมายถึงตัวเราเอง ตัวเรามีอะไรบ้าง เรียกว่ารูปธรรม นามธรรมภายใน คำว่ารูปธรรมนามธรรมภายในคือตัวของเรา รูปธรรมนามธรรมภายนอกเราเข้าใจหรือยัง ต้องเข้าใจทั้งสองฝ่ายที่ว่าภายนอกอย่างไรภายในก็อย่างนั้น ภายในอย่างไรภายนอกก็อย่างนั้น ให้เหมือนกัน เช่นว่า ความไม่เที่ยง ไม่เที่ยงภายในเราเป็นอย่างไร ไม่เที่ยงภายนอกเป็นอย่างไรก็ต้องรู้จัก

ไม่เที่ยงภายในคือตัวเรา คือธาตุ ๔ ชั้น ๕ เรามีความไม่เที่ยงอย่างไร เมื่อเกิดขึ้นมาในเบื้องต้น ตั้งอยู่และสลายไป เป็นอย่างไรเราต้องรู้จัก มีความเข้าใจอย่างถูกต้อง เรียกว่าความเห็น คำว่าปัญญาเกิดขึ้นในเบื้องต้นเรียกว่าความเห็นชอบ เรียกว่าสัมมาทิฐิ จุดเดียวนี้แหละจะทำให้เกิดขึ้นได้ใหม่

แต่ส่วนใหญ่ผู้ภักทวาทปฏิบัติในยุคนี้สมัยนี้จะพูดเรื่องสัมมาทิฐิความเห็นชอบนี้ จำเจเกินเหลือเกิน แต่หลักปฏิบัติจริง ๆ นั้นเป็นไปได้ยาก แค่สัมมาทิฐิตัวเดียวนี้จะเข้าไปใหม่ จะสร้างให้เกิดขึ้นกับตัวเองถูกต้องได้ใหม่ ยากที่จะสร้างขึ้นมาได้ มีความเห็นเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ไปคนละเรื่องคนละอุบายไป ไม่ตรงกัน

สัมมาทิฐิตัวนี้พระพุทธองค์มองเห็นว่าเป็นต้นทางผู้จะบรรลुरुธรรม ถ้าผู้นั้นมีบารมีเก่ามาแล้วในเบื้องต้นหรือชาติก่อนมาแล้ว ในชาตินี้ไม่มีปัญหาอะไร จะบรรลुरुธรรมในชาตินี้ได้ นั่นคือว่าผู้จะปฏิบัติธรรมให้จริงจังต่อเนื่องกัน ผู้ที่จะบรรลुरुธรรมนั้นอยู่ในขอบข่ายสามหลักที่อธิบายมานี้

การดำริ-รู้ พิจารณาใคร่ครวญนั้นหมายถึงว่า สัมมาสังกัปปो สัมมาสังกัปปो หมายถึงจินตามยปัญญานั่นเอง คำว่าจินตามยปัญญาหมายถึงการดำริ การค้นคิด การตรិตรอง การจิตนาการ การคาดหมาย ทั้งหมดนี้เรียกว่า จินตามยปัญญา เรียกว่า สัมมาสังกัปปो การดำริพิจารณาไตร่ตรอง การไตร่ตรองหมายถึงว่า ดูภายในที่ตัวเรากับดูภายนอกมีความแตกต่างกันอย่างไร ให้เป็นไปตามสามัญลักษณะ ให้มีความเสมอภาคกันทั้งภายนอกและภายใน

ภายนอกหมายถึงอะไร คือคนอื่น สัตว์อื่น ตัวอย่างว่า คนนั้นมีความแก่ มีความเจ็บไข้ได้ป่วยเป็นทุกข์อย่างไรก็ตาม เราก็ต้องเป็นอย่างนั้นเหมือนกัน เขาก็เหมือนเรา เราก็เหมือนเขา ที่นี้เมื่อเขามีการพลัดพรากจากของรักของชอบใจไปเช่นเดียวกัน นี้เรียกว่าดูทั้งสองฝ่าย

เมื่อเขามีทุกข์กายเราก็มีทุกข์กายเหมือนเขาได้ เมื่อเขามีความทุกข์ใจเราก็มีความทุกข์ใจเหมือนเขาได้ เมื่อเขามีความแก่เราก็มีความแก่เหมือนเขาได้ ทุกสิ่งทุกอย่างเป็นอย่างนั้นเรียกว่าสามัญลักษณะ ความเสมอภาคกัน ความเกิดแก่เจ็บตาย มีความเสมอภาคกันตลอดมนุษยทุกชาติทุกภาษา และก็เป็นที่ไปตามทุกยุคทุกสมัยด้วย ตลอดถึงสัตว์เดรัจฉานทุกประเภทมีการเกิด แก่ เจ็บ ตาย เหมือนกันหมดทั่วโลก นี้เรามองภายในภายนอกให้รู้เห็นตามหลักความเป็นจริง

ปัญญาเกิดขึ้นจุดเริ่มแรก ต้องสร้างจิตใจให้มีความมั่นคง มีความเห็นให้แจ่มชัดเจน เมื่อตัวนี้สร้างขึ้นเมื่อไร เราจะใคร่ครวญต่อไปอีก ใคร่ครวญตัวเก่านี้แหละ ใคร่ครวญตัวเห็นชอบนี้แหละ ใคร่ครวญไปใคราครวญมา มันจะเกิดความชัดเจนขึ้นอีกเป็นอันดับสอง คือเกิดความเข้าใจแจ่มแจ้งขึ้น เหมือนกับกระจกเงาของเรา

จะเริ่มใสสว่างขึ้นมา เราก็จะสามารถมองเห็นหน้าตาตัวเองร่าง ๆ ได้แล้วว่า ใบหน้าของเราเป็นอย่างไร ๆ

เมื่อเราเซ็ดที่เก่านั้นแหละ เซ็ดซ้ำ ๆ ซาก ๆ หลายครั้งหลายหนหลายรอบ กระจกเงาของเราแผ่นนั้นก็แจ่มแจ้งขึ้นมาชัดเจนขึ้น ๆ การจะมองเห็นหน้าตารูปร่างของตัวเองก็ชัดเจนขึ้น ๆ หน้าตาเราเป็นจุดที่ไหน รูปร่างเป็นอย่างไรก็ชัดเจนขึ้น ๆ พอสมควร แต่หากต้องเซ็ดถูอีกที่เดิมมันแหละ กระจกเงาแผ่นเดิม เซ็ดไปถูมาจนกระจกเงาแวววาวขึ้นมาเต็มตัว เราก็สามารถจะมองเห็นตัวเองได้ชัดเจนทุกแห่งว่าเป็นอย่างไร นี่ฉันได้ปัญญาที่จะเกิดขึ้นให้เกิดปัญญาชั้นกลาง ปัญญาชั้นสูงสุด ก็ต้องอาศัยพื้นฐานปัญญาชั้นเริ่มต้น เรียกว่าปัญญาสัมมาทิฐิ สร้างความเห็นชอบตัวนี้เอาไว้

เมื่อเห็นชอบเหล่านี้แล้ว เราจะเอาความเห็นหรือความเข้าใจทั้งหมดมาวิเคราะห์ วิจัยให้เป็นไปตามหลักความเป็นจริงซ้ำ ๆ ซาก ๆ ไม่ใช่แบบลม ๆ แล้ง ๆ ไม่ได้ เรียกว่าเห็นจริงตามความเป็นจริงด้วยปัญญาเฉพาะตัว การเห็นจริงตามความเป็นจริงที่คนอื่นเล่าให้ฟังนั้นยังใช้ไม่ได้ เช่นว่าเราอ่านหนังสือก็เป็นเพียงเข้าใจตามหนังสือที่ท่านเขียนไว้ หรือได้ยินครูบาอาจารย์ท่านอธิบายธรรมะให้ฟังเรื่องนี้เป็นอย่างไร ๆ ก็มีความเข้าใจไปตามท่านตามนั้น อันนี้ก็ยังไม่ใช้ไม่ได้ เพราะความเห็นประเภทนั้นเป็นความเห็นที่ยืมมาจากคนอื่นมาเห็นเท่านั้น จัดเป็นความรู้ที่ยืมมาจากผู้อื่น ไม่ใช่เห็นและรู้ด้วยปัญญาของเราแต่อย่างใด เราจะมาเสริมสร้างปัญญาของเราให้เห็นด้วยสติปัญญาของเรา โดยเฉพาะ เรียกว่า ตนสอนตนด้วนตนเอง

คำว่าตนเตือนตนเองนั้นเตือนอย่างไรและสอนตนอย่างไร คนจึงจะรับความรู้ ความฉลาดจากตนไปได้ และตนเองจะมีความรู้ความสามารถเรียกว่าความฉลาดเฉพาะตนได้ก็ต้องสอนตน คำว่าสอนตนหมายถึงปัญญาเราสอนตนเอง ลักษณะปัญญาเราสอนตนสอนอย่างไร เหมือนกับว่าเรานึกพูดในใจ นึกพูดในใจนึกพูดเป็นใหม่ ถ้าใครนึกพูดในใจเองได้คนนั้นเรียกว่าใช้ปัญญาเป็น อ่านหนังสือในใจอ่านเป็นใหม่ เอาหนังสือมาเปิดอ่านในใจไม่มีเสียง อ่านให้ถูกต้องด้วย ถ้ามีเสียงขึ้นมาก็ต้องมีเสียงถูกต้อง ที่นี้เสียงเราไม่ออกมาเพราะเราอ่านในใจ การอ่านในใจ การนึกพูดในใจ การสวดในใจ ลักษณะอย่างนี้เรียกว่าอุบายปัญญา เราจะสอนก็ต้องสอนในลักษณะอย่างนี้ ให้ใจเรารับรู้เห็นตลอดเวลาที่เราสอนเราอย่างนี้ เรียกว่าการสอนเรานึกสอนตัวเองในใจ เรียกว่าปัญญาสอนใจนั่นเอง

ทำไมจึงว่าปัญญาสอนใจ เพราะใจเรายังลุ่มหลงในสิ่งต่างๆ และยังไม่รู้ตามหลักความเป็นจริงในสิ่งต่างๆ เราจึงเกิด ๆ ตาย ๆ ในวิภวสังสารหลายรอบหลายกับหลายกัลป์ นับไม่ถ้วนประมวลไม่จบเพราะว่าใจเราไม่ถูกปัญญาอบรมนั่นเอง

อบรมตนด้วยตนเองหมายถึงเอาปัญญาเราสอนเรานั้นเอง ตนเตือนตนหมายถึงว่าปัญญาเราเตือนเราเอง อุปมาเหมือนกับว่าพ่อแม่สอนลูก หากว่าไม่ฟังคำพ่อแม่อยู่ที่ต้องสอนเรื่อยไป จนลูกนั้นยอมรับความจริงจากพ่อแม่ เมื่อรับความจริงแล้วก็ยังไม่แล้ว จนกว่าการปฏิบัติของลูกอยู่ในขอบข่าย ไม่ปฏิบัติล่วงเกินคำสั่งที่พ่อแม่สอนนั้นด้วย เรียกว่า ลูกนั้นเป็นผู้เชื่อฟังอยู่ในโอวาทของพ่อแม่ นี่ฉันใด ใจเราเมื่อถูกปัญญาเราสอนบ่อย ๆ กลางวันกลางคืน ยืนเดินนั่งนอน สอนบ่อย ๆ จนใจเรายอมรับความจริงจากปัญญาของเราเอง และเชื่อตามว่าการทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว เชื่อว่าการมีความลุ่มหลงของสิ่งใดยอมไปก่อภพในของสิ่งนั้น เราก็มั่นใจ คือใจเรายอมรับความจริงจากปัญญา เรียกว่า ใจเราอบรมได้แล้ว เตือนตนเองได้แล้ว คือเตือนตนด้วยตนเอง

การเตือนตนด้วยตนเองนั้น จะมีคุณค่ามากมายมหาศาล **เพราะตัวเองเห็นโทษเฉพาะตัว เห็นภัยเฉพาะตัว** สมมติว่าผู้อื่นสอนเรา ถึงจะสอนสักปานใดก็ตาม ถ้าตัวเองไม่เห็นโทษในคำสอนนั้น ๆ ตัวเองก็จะถอนปล่อยวางอะไรไม่ได้ เช่นว่ายุคนี้สมัยนี้มีโรคเอดส์ระบาดเคลื่อนกลาดทั้งประเทศทั่วโลก แต่หากว่าผีใดเห็นโทษเห็นภัยในโรคเอดส์นั้น ๆ แล้วเขาจะไม่ให้เชื้อเอดส์มาติดตัวเองได้ มีการป้องกันได้ดีเพราะเขาเชื่อแต่คนใดไม่เชื่อเขาจะต้องทำตามใจของเขา เมื่อติดเอดส์เมื่อไรก็แก้ไขรักษายากมันยากที่จะรักษาได้ นั่นเรียกว่าผู้ใดเห็นโทษเฉพาะตัวเกิดปัญญาแล้วจะละได้ ในการกินเหล้าเมายา ถึงผู้อื่นเล่าให้ฟังว่ากินเหล้าเมายาไม่ดีนะ เป็นอย่างนั้นเป็นอย่างนี้และเสียเงินเสียทอง สติสติไม่ดี คนอื่นอธิบายให้ฟังสักเท่าไรเราก็มั่นใจอยู่ ยังไม่เชื่ออยู่นั้นแหละ หรือการสูบบุหรี่อย่าไปสูบให้มากนะจะเป็นโรคมะเร็งอย่างนั้นอย่างนี้ก็ตาม แต่ผู้ฟังไม่เชื่อก็ยังฝืนสูบอยู่นั้นแหละ ถ้าผู้ใดเชื่อแล้วเขาจะหยุดสูบทันที เขาจะไม่สูบต่อไปอันนี้ฉันใด ถ้าใจเรายอมรับความจริงจากปัญญาของเราเมื่อใด ใจเราจะหยุดในการทำชั่วการคิดชั่วเมื่อนั้น ปัญญาเป็นสื่อสำคัญ ให้เราเตือนตนเองอยู่เสมอ ๆ

ที่นี้ปัญญาในจุดที่ว่ามานี้ ไม่จำเป็นต้องนั่งสมาธิมันก็มีอยู่แล้วปัญญาอย่างนี้ไม่ใช่จะไปทำสมาธิเสียก่อนจึงเกิดขึ้น ไม่ใช่ มันเกิดเป็นธรรมดา ๆ เกิดจากเหตุจากผลที่เรานำมาพิจารณาตามหลักความเป็นจริงแล้วใจยอมรับ มันอยู่ตรงนี้

ปัญญาในจุดเริ่มต้นนี้ไม่จำเป็นจะทำสมาธิเสียก่อนจึงเกิด ไม่จำเป็น เรารู้กันอยู่ขณะนี้ว่าอะไรเป็นอะไร อะไรควรหรือไม่ควร ถ้ารู้ว่าใจเรารู้อยู่แต่ทำไม ล่วงเกินได้อย่างนั้น เพราะใจเราไม่เห็นโทษนั่นเองจึงล่วงเกินได้ สติก็เช่นเดียวกัน มีกันทุกคน สติเรามีอยู่ การใช้การทำงานเราก็มีสติอยู่ทุกวันนี้ แต่สติตัวเดี๋ยวนี้อาจจะไม่ใช่ว่าจะดีเสียหมด เป็นเพียงอุบายบอกเหตุเบื้องต้น สติแปลว่าความระลึกได้ บอกเท่านั้นเอง “สติ” สติละโน่นละนี่ไม่มี เพียงแต่ระลึกได้ระลึกทันต่อเหตุการณ์เท่านั้นเอง

สติอย่างเดี๋ยวนี้นี้มีกับคนทั่วๆ ไป คนดีก็มี คนเลวทราวมก็มีสติ เช่นว่าบุคคลนั้น เขาจะไปลัก ไปปล้นมีสติไหม มี เขาก็รู้ว่าเขาจะไปลัก เขาจะไปปล้น ในการทำชั่วต่างๆ เขาก็รู้ตัวเอง เขาระลึกได้ว่าเรากำลังปล้นเขาอยู่ การระลึกได้ที่กำลังปล้นเขาอยู่มีสติไหม มี แต่ทำอะไรไม่ได้ สติไม่ใช่เครื่องละเป็นเพียงเครื่องระลึกได้เฉยๆ สติอย่างเดี๋ยวนี้อาจมีทุกคน นอกจากว่าการระลึกได้นั้นระลึกได้ในทางที่ดีในทางที่เป็นธรรม เรียกว่า “สัมมาสติ”

คำว่าสัมมา คือระลึกได้ในสิ่งที่เป็นธรรม มีธรรมอยู่หลายหมวดที่ประกอบกันว่า เมื่อมีสติแล้ว ต้องมีหิริความละอายแก่ใจ โอตตัมปะ ความเกรงกลัวต่อบาป ถ้าเรามีคุณธรรมสองข้อ หิริความละอายแก่ใจมีอยู่ สติของเราก็ระลึกได้ทันว่าละอายตัวเองขึ้นมาเมื่อไหร่ การทำชั่วต่างๆ นั้นเราไม่กล้าทำ เพราะละอายตัวเองในการทำชั่ว และระลึกได้ทันว่าการทำความชั่วเกรงกลัวต่อบาปทุจริตที่จะเกิดตามมาในภายหลัง เชื่อในหลักกรรมที่ว่า กัมมุนาวตตีโลกโก สัตว์โลกย่อมเป็นไปตามกรรม

คนเราเกิดขึ้นมาในโลกนี้ อยู่ในขอบเขตของกรรมผู้นำทางทั้งหมด เมื่อเราสร้างกรรมขึ้นมาแล้วก็ต้องเอากรรมเป็นที่พึ่งที่อาศัยของตนอยู่ตลอดเวลา เราเป็นอยู่ตามกรรมเรียกว่าวิบากกรรม เรียกว่าเป็นไปตามกรรมนั้นด้วย

ถ้าเรามีคุณธรรมหิริเพียงคำเดียว ถ้าเราปฏิบัติให้เป็นไป ให้ใจเราเกิดความละอายมากขึ้นเท่าไร สติของเราก็จะมีความระลึกได้ทันที่ว่านี่ทำชั่วแล้วนะ เราไม่ควรทำถ้าทำดีก็ควรทำให้มากขึ้น นี่เรียกว่าสติระลึกได้ สติตัวนี้มีกันทุกคน ไม่ว่าคนพาลก็มี นักปราชญ์บัณฑิตก็มี แต่ว่าเอาไปใช้คนละทางกันเท่านั้น เหมือนกับมีด หอก ดาบหรือ กระสุนปืน ระเบิดต่างๆ มีการครอบครองทั้งนักปราชญ์บัณฑิต ข้าราชการ ตำรวจทหาร หรือคนพาลเขาก็มีได้ ทีนี้ถ้าคนพาลได้กระสุนปืนหรือมีดไป เขาจะไปทำความชั่ว ไปวางระเบิดไปทำสิ่งที่ชั่ว แต่ว่าคนดีผู้ปกครองบ้านเมืองเขามีแล้วเขาปกป้องรักษาบ้านเมือง

ให้อยู่เย็นเป็นสุข หมดซีดอันตรายเป็นบ้านเมืองไป มีการรักษาบ้านเมือง ครอบครัวยุและตัวเอง นี่ก็เป็นอย่างหนึ่ง อาวุธสงครามทั้งหมดนั้นใครก็มีได้แต่มีแล้วนำไปใช้ในทางไหน

เรื่องสติของเราก็เหมือนกัน มีทุกคน แต่มีมาแล้วจะเอาไปใช้ในทางไหน ในทางลักขโมย ปล้น หรือยิงคนอื่น มันมีสติทั้งนั้นมันก็ฆ่ากันได้ แต่สตินั้นเป็นมัจฉาสติเท่านั้นเอง จึงทำเหตุชั่วเกิดขึ้นบ่อยๆ เราจึงวางฐานของการปฏิบัติ ธรรมนั้นนั้นเป็นฝ่ายโลกียะหรือโลกุตระ พระองค์ทรงสอนประชาชนด้วยหลักสองประการนั้น คือกามาวจรกุศลนี้ อย่างหนึ่ง โยคาวจรกุศลนี้อีกอย่างหนึ่ง

อุบายธรรมะสองประการนี้เป็นหน้าที่ของเราทุกคนจะต้องศึกษาและปฏิบัติ จำเป็นแก่ผู้ปฏิบัติในขั้นเริ่มต้นคือกามาวจรกุศล เรียกว่าการทำคุณงามความดี เมื่อทำอย่างนี้แล้วเมื่อตายไปผู้นั้นก็ยังเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในภพทั้งสาม เพราะยังมีสิ่งที่รู้ที่เข้าใจหรือมีความพอใจกับสิ่งเหล่านี้ ยังตกอยู่ในกามคุณทั้งห้า ผู้ที่จะไปสวรรค์ชั้นใดชั้นหนึ่งก็ยังหวนกลับคืนมาเกิดในโลกมนุษย์นี้อีก เรียกว่า เป็นไปในกามคุณ นี้ต้องทำเอาไว้

อีกอย่างหนึ่งสำหรับผู้ที่จะฝึกขั้นสูงคือ โยคาวจรกุศล อันนี้เป็นหลักภาวนาขั้นสูง ถึงเราจะเป็นฆราวาสญาติโยม ไม่สามารถจะทำตัวเหมือนพระได้ ไม่สามารถที่จะไปบวชเป็นพระเป็นเณรเป็นชีอะไรได้เราก็ต้องฝึกทางใจให้เป็นโยคาวจรอยู่เสมอๆ ทำใจฝึกใจอย่างไร คือการฝึกภาวนา ให้มองเห็นตามหลักความเป็นจริงว่า ในโลกอันนี้ไม่มีอะไรเป็นของๆ เราที่แน่นอน แต่ทุกอย่างมีไว้เป็นเพียงเครื่องอาศัยชั่วคราวระยะที่เรามีชีวิตอยู่เท่านั้น

ที่นี้จำเป็น สังคมโลกอันนี้อยู่ด้วยกันหลายฝ่ายหลายหมู่ การทำตัวอยู่ในสังคมให้ดีให้ได้ คืออย่างไร เราก็ต้องฝึกตัวในสังคมให้ดีมากขึ้น นี้เรียกว่าอยู่ในสังคมให้มีความเจริญรุ่งเรืองในโลกนี้เราก็ต้องทำ ต้องปฏิบัติตัว

ส่วนธรรมะส่วนตัวเรียกว่าโยคาวจรนั้นต้องฝึก คือฝึกใจตัวเองไม่ให้ไปผูกพันหลงติดกับของสิ่งใดในโลกนี้ การฝึกใจเรียกว่าสอนใจนั่นเอง การฝึกใจคือสอนตัวเอง สอนบ่อยๆ ฝึกบ่อยๆ ฝึกในการทำสมาธิบ้าง ฝึกในการสอนตัวเองบ้างสลับกันไป ถ้าเราทำอย่างนี้บ่อยๆ เรียกว่าคนนั้นกำลังเจริญโยคาวจรกุศล เรียกว่าสร้างบารมีในทางโยคาวจรกุศล เป็นผู้กำลังแสวงหาทางออกอยู่ เหมือนกันกับนกที่อยู่ในกรง ถึงมันจะมีกรงเหล็ก

อะไรแวดล้อมด้วยตาข่ายก็ตาม ก็ยังไม่วายที่จะพยายามจะออกไปให้ได้ พยายามวนเวียนอยู่ หาทางออกอยู่เสมอๆ ไป เมื่อมันได้จังหวะเมื่อไหร่ก็จะออกเมื่อนั้น เมื่อหาช่องว่างไม่ได้ก็ออกไม่ได้ก็จำเป็น แต่ในใจอยากออกอยู่เต็มที นั่นเรียกว่าไม่มีความพอใจที่อยู่ในของสิ่งนี้ อยากออกอยู่ตลอดเวลา หนีไม่ได้ก็จำเป็นต้องอยู่ แต่ใจเราไม่อยู่ นี่ฉันใด เรามีหน้าที่ผูกพันหลายๆ ด้าน ทางครอบครัวของเรา สามิภรรยาลูกหลาน บ้านช่องทั้งหมดที่รับผิดชอบนี้ จำเป็นต้องรักษาก็รักษากันไปตามหน้าที่ของเรา แต่ใจของเรานั้นอีกส่วนหนึ่ง เราเข้าใจว่าสิ่งทั้งหมดนี้ ไม่มีสิ่งใดเป็นของของเราที่แน่นอน แต่เป็นเพียงอาศัยกันชั่วคราวระยะเวลาชั่วขณะที่มีชีวิตอยู่เท่านั้นเอง

สักวันใดวันหนึ่งข้างหน้า เราก็จะพลัดพรากจากของรักของชอบใจนี้ไป หรือบางทีชีวิตยังไม่ตายไปก็อาจจะพลัดพรากจากกันไปชั่วขณะที่ยังมีชีวิตอยู่ก็ได้ เช่นบ้านบางหลัง ที่บางแห่งก็ยังถูกไฟไหม้ได้ ถูกน้ำท่วมได้ ถูกโจรปล้นได้ หรือบางทีก็ต้องพลัดพรากจากกันด้วยการตายจากกัน

การตายจากกันเป็นสิ่งสำคัญว่าจำเป็นจะต้องเป็นอย่างนั้น จะหนีจากสิ่งนี้ไปไม่ได้ ต้องตายจากกันพลัดพรากจากกันอย่างแน่นอน ที่นี้การพลัดพรากจากกันนั้น ถ้าเรายังมีกิเลสตัณหาวิชาที่จะก่อผูกพันอยู่ จำเป็นจะต้องมาเกิดในโลกนี้อยู่ การมาเกิดในโลกนี้จำเป็นต้องมีเพื่อนฝูงมีพวกพ้อง อยู่ด้วยกันให้มีความสมัครสมานสามัคคีต่อกันไว้ นี่อีกจุดหนึ่ง ส่วนที่ว่าบุคคลที่จะมาฝึกตัวเองให้เป็นโยคาวจรกุศลนั้นอีกส่วนหนึ่ง คือพยายามฝึกใจไม่มีความผูกพันในของสิ่งใด เมื่อผูกพันของสิ่งใดการผูกพันนั้นแหละเป็นภพ

ภพตัวนี้คือความยึดมั่น คือความยินดีผูกพันนั่นเองเรียกว่าภพ เมื่อใจเรามีภพอย่างนี้แล้ว เราตายไปเวลาใดในชั่วขณะที่จิตเรามีความผูกพันของสิ่งนั้นอยู่ แทนที่เราคนนั้นจะไปสู่สุคติสวรรค์ด้วยบุญกุศลที่เราสร้างไว้แล้ว เช่นว่า การให้ทาน สร้างโบสถ์ สร้างศาลาอะไรก็แล้วแต่ เมื่อเราตายลงไปมีความผูกพันอยู่อย่างนี้จิตเราจะไปไหนไม่ได้ บุญกุศลพอที่จะส่งตัวเราไปสู่สวรรค์ได้ก็ส่งไม่ได้ เพราะอำนาจบุญทั้งหมดนั้นไม่มีกำลังเหนือความยึดมั่นถือมั่น กำลังความยึดมั่นถือมั่นนี้เป็นหลักใหญ่ เป็นหลักที่สำคัญมาก

เราฝึกตัวเองอยู่เสมอๆ นั้นแหละเรียกว่าอย่ายึดมั่นถือมั่นตัวเองมากนัก เมื่อยึดมั่นของสิ่งใดเมื่อตายไปแล้วจะเกิดในของสิ่งนั้น เช่นว่าคู่สามีภรรยาอย่างนี้เป็นต้น มีความยึดมั่นถือมั่นกันมากเท่าไร เมื่อฝ่ายหนึ่งฝ่ายใดตายไปแล้วก็ยังมาคอยอยู่กับคู่หนึ่ง

เช่นภรรยามีความผูกพันสามีมากเกินไป เมื่อตายไปแล้วก็ยังมาคอยสามีนั้นแหละ วันไหนหนอสามีจะมีภรรยาใหม่ คอยจะเกิดกับสามีบ้าง คือหวังสามีมากเกินไป

บางทีหวังสามีหวังภรรยา เมื่อตายไปก็นึกในใจอยู่เสมอไปไหนไม่ได้ ถึงจะทำบุญมาเสียเงินเป็นร้อยล้านก็ไปสวรรค์ไม่ได้เพราะหวังภรรยา ก็คอยจ้งหะอยู่นั้นแหละ วันไหนหนอภรรยาจะมีสามีใหม่เราจะได้เป็นลูกในท้องเขา คอยจะเกิดกับเขานั้นแหละ หรือบางทีพ่อแม่ก็นั้นแหละไปหวังลูกหวังหลานเกินไป เมื่อตายไปแทนที่จะไปสู่สวรรค์สุดดีแห่งใดแห่งหนึ่งก็ไปไม่ได้ ก็มาคอยวนเวียนปีวนเปื้อนอยู่กับบ้านนั้นแหละ คอยนึกว่าวันไหนหนอลูกจะมีสามีภรรยาเพื่อจะได้เกิดกับเขา วันไหนหนอหลานจะมีสามีภรรยาจะได้เกิดกับเขา วนอยู่ในบ้านนั้นแหละไปไหนไม่ได้

สมมุติว่าลูกหลานเขาปิดประตูเสียแล้วจะไปเกิดที่ไหน หาที่เกิดไม่ได้ก็ไปเกิดกับสุนัขในบ้าน สุนัขข้างบ้านพอจะไปเกิดได้เกิดกับมันดีกว่าไม่ได้เกิด เป็นวิญญานเร่ร่อนอยู่ข้างบ้านธรรมดาๆ มันเหนียว มันอยากเกิดกับเขา เกิดกับลูกก็ไม่มีโอกาส เกิดกับหลานก็ไม่มีโอกาส จำเป็นต้องเกิดกับสุนัข เกิดกับสุนัขไปก่อนพอได้เข้าได้นอนให้บ้านหลังนั้น พอเห็นลูกเข้าไวยังดีกว่าไม่ได้เกิดเสียเลย ลูกไปไหนก็ไปด้วย นี่เรียกว่าผู้มี ความหวังในภพในสิ่งใดสิ่งหนึ่ง เรียกว่ามีความรักมากเกินไป หรือบางทีไปไหนไม่ได้ก็ต้องเกิดกับแมวก็ได้ เกิดกับตุ๊กแกในห้องร้องตุ๊กแกๆ ข้างบ้านก็ได้ เกิดมาแต่ละวันพอให้เห็นลูกเห็นหลานก็แล้วกัน เอาแค่นั้นมันหนีไม่ได้คือติดภพ มาเกิดไว้อก่อน ลักษณะอย่างนี้มีมาแล้ว

ในครั้งพุทธกาลพระพุทธเจ้าทรงตรัสกับพระอานนท์และพระอรหันต์ทั้งหลายว่า “ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย บุคคลผู้ไปสู่สุคติได้นั้นน้อยมาก เท่ากันกับโคลงเขาเท่านั้น ผู้ที่จะตกอยู่ในห้วงของอบายภูมินั้นมีเท่ากับชนโคทั้งตัว” ดูซิ ชนโคทั้งตัวมันมากขนาดไหน

ผู้ที่ไม่ไปเกิดในสวรรค์ได้เพราะหวังในสมบัติ บางทีก็เป็นลูก ถ้าหากลูกเปิดประตูให้เกิดได้ก็ยังดี แต่ถ้าประตูปิดแล้วก็หมดโอกาสที่จะได้เกิดต้องเป็นอย่างอื่นไป ดังได้อธิบายมาแล้ว หรือบางทีอาจไปติดดอกไม้ข้างบ้านสักต้นหนึ่ง เอาแล้วไปไหนไม่ได้ ก็คอยไปเกิดเป็นแมลงภู่แมลงวันหรือแมลงต่างๆ ผีเสื้อต่างๆ บินวนอยู่ตามดอกไม้พวกนั้นแหละ เกาะดอกนั้นบ้างเกาะดอกนี้บ้าง อยู่อย่างนั้นไปไหนไม่ได้ นี่คือภพ

บุญกุศลที่ทำมาแล้วเป็นร้อยล้านพันล้าน สร้างศาลามาเป็นร้อยหลังพันหลังก็ช่วยอะไรไม่ได้เลย เพราะภพเป็นเรื่องใหญ่ อุปาทานในภพความยึดมั่นถือมั่นเป็นเรื่องใหญ่

การทำใจในการภาวนาปฏิบัตินั้นจึงได้สอนใจอยู่เสมอๆ ว่า อย่าผูกใจในความรักอะไรเกินตัว ถ้ามีความผูกพันความรักอันใดมากเกินไป จะไปเกิดในของสิ่งนั้น เรียกว่าภพ ให้เราสอนใจตัวเอง

สอนใจตัวเองว่าทุกสิ่งทุกอย่างในโลกไม่มีสิ่งใดเป็นของของเราที่แน่นอน ทุกสิ่งทุกอย่างเป็นเพียงสิ่งอาศัยประจำวัน ชั่วระยะที่ชีวิตเรามีอยู่เท่านั้น ไม่ให้เกิดความลุ่มหลง เรียกว่าการละความหลง ต้องละอย่างนี้ ละอวิชชาต้องละอย่างนี้ ต้องรู้จักความเป็นจริง เรียกว่า กรรม

กรรมนั้นมีกายกรรม วาจากรรม มโนกรรม กรรมมีการสร้างกันมาอย่างใดได้รับผลกรรมอย่างนั้น ในครั้งพุทธกาลพระพุทธเจ้าทรงตรัสไว้ในเรื่องของสามีภรรยาคนหนึ่งที่มีความห่วงใยกันมาก สามีภรรยาคนนั้น ฝ่ายสามีมีน้องชายคนหนึ่ง ต่อมาน้องสามีกับพี่สะใภ้ก็มีความพอใจกันมีความรักกัน เกิดได้เสียกันบางครั้งบางเวลา ยังไม่จุใจก็ปรึกษากันว่าจะทำอย่างไร จะฆ่าพี่ชายนี้เสียแล้วเราจะอยู่ด้วยกันอย่างมีความสุขมีความสบายๆ ก็วางแผนฆ่า ภรรยา กับน้องสามีก็ช่วยกันวางแผนฆ่าสามี ฆ่าพี่ชายตัวเอง

ตอนสามีกำลังจะตาย ลมหายใจหมดไป จิตออกจากร่างช่วงนั้น จิตของผู้เป็นสามีมีความห่วงภรรยา มาก คือไม่นึกว่าภรรยาฆ่าเรา นึกว่าภรรยาสงสารเราอยู่ก็เลยห่วงภรรยา การห่วงภรรยาตอนนี้ก็เลยไปไหนไม่ได้ เมื่อตายไปก็ห่วงภรรยา มาก

ที่นี้อยากจะเป็นลูกเขาก็ไม่ได้ เพราะช่วงเวลายังไม่เหมาะสม ไม่มีเวลาจึงได้ไปเกิดเป็นสุนัขอยู่ในบ้านหลังนั้น เมื่อเกิดเป็นสุนัขแล้วภรรยาไปไหนก็วิ่งไปด้วย ชอบไปกับภรรยา แต่ภรรยาไม่รู้จักว่านี่เป็นสามี แต่สุนัขรู้จักและจำได้ว่านี่ภรรยาก็วิ่งไปภรรยาไปไหนไปด้วยจนคนอื่นเขาว่าเป็นนายพรานหมา ภรรยาก็อายคนขึ้นมา ก็เลยหาทางเอาสุนัขไปฆ่าอีก เอาเชือกผูกคอถ่วงด้วยก้อนหินให้จมน้ำตายไป

ก็ยังไม่วาย คิดถึงภรรยาอีก ก็ไปเกิดเป็นวัว ไปไหนก็ไปด้วย เดินไปไหนก็ไปด้วยให้อยู่บ้านหลังนี้ก็พอเห็นหน้าภรรยาทุกวันใจยินดี ไปไหนก็ไปด้วย ภรรยาคนอื่นเยอะเย้ยระหว่างโคกับผู้หญิงคนนั้น อายคนขึ้นมา ก็ฆ่าวัวไปอีก

พอฆ่าวัวตายแล้วก็ยังมีความผูกพันยึดติดกับภรรยา ในสุดท้ายก็ได้จังหวะเกิดพอดีภรรยาตั้งครรภ์ขึ้นมา ก็ได้อาศัยเกิดเพราะภรรยาอีกครั้งหนึ่ง พอเป็นลูกเขาออกมาจากท้องเขามาแล้ว มาระลึกชาติได้ว่านี่ภรรยาคนนั้น ผู้หญิงคนนี้ฆ่าเราหลายครั้งแล้วเราเป็นสุนัขก็ฆ่าเรา เราเป็นวัวก็ฆ่าเรา เราเป็นคนมันจะฆ่าเราอีกหรือเปล่านี่ เลยไม่มี

ความพอใจ เกิดกรรมบันดาลขึ้นมาว่า ไม่ชอบล่ะ ผู้หญิงคนนั้นจะให้ดูตนมก็ไมยอมและต้องร่างกายไม่ได้ ร้อนเป็นไฟร้องขึ้นมาทันที ผู้หญิงคนนั้นเลี้ยงลูกไม่ได้ เอาไปให้คนอื่นเลี้ยงเอาไว้ ไปฝากไว้กับปู่ย่าเอาไว้

เมื่อโตขึ้นมาอายุพอประมาณ ๗-๘ ปี ขึ้นมาก็ออกบวชเป็นสามเณร พอบวชแล้วภาวนาปฏิบัติเอาเรื่องต่างๆในอดีตเอามาคิดกัน มาคิดถึงเรื่องภพชาติที่ตัวเองเกิดขึ้นมา ด้วยมีความผูกพัน มีความยินดีกับของสิ่งใด ย่อมมีความทุกข์กับของสิ่งนั้น มีการเกิดกับของสิ่งนั้น

พิจารณาเรื่องความเก่าเอามาคิดกัน คิดไปมันเบื่อในการเกิด เป็นอย่างนี้ๆ มันเกิดนิพพานเบื่อหน่ายในการเกิดขึ้นมา ในที่สุดทำก็บรรลุเป็นพระอรหันต์ ก็เพราะเอาเรื่องเก่าๆ นั้นแหละมาคิดกัน

เรื่องอดีตเรื่องอนาคตนั้นมันคิดได้เป็นบางกาลบางเวลา บางเรื่อง แต่บางสิ่งบางอย่างก็ไม่ควรนำมาคิดกัน ความคิดทั้งหมดนั้นต้องดูซิว่า ควรจะเอาอะไรมาคิด ต้องเลือกเฟ้นเรียกว่า “ธัมมวิจยะ” นี่เป็นประวัติในครั้งพุทธกาลมีอย่างนี้ อันนี้พูดเรื่องสามีติดภรรยา แต่เรื่องภรรยาติดสามีจะมีไหมยุคนี้ หรือพ่อแม่ติดลูกจะมีไหมยุคนี้ ก็เหมือนกัน ถ้าติดของสิ่งใดก็เกิดกับของสิ่งนั้น นี่จึงว่าต้องภาวนาให้ดี

เรื่องภาวนาปัจจุบันนี้ถ้าเราไม่ศึกษาจริงๆ จังๆ แล้ว เราจะไม่เข้าใจว่าหลักการภาวนาเป็นอย่างไร ถึงพระองค์จะวางไว้เป็นหลักใหญ่ๆ เรียกว่า สมถะภาวนา วิปัสสนาภาวนาก็ตาม ถ้าเราไม่เข้าใจในหลักนี้ชัดเจนแล้วเราจะหลงทันที ดังทุกวันนี้เขาหลงกัน เรื่องการทำสมาธิแบบขึ้นหน้าขึ้นตากันมาก ไปที่ไหนทำสมาธิกันเป็นกลุ่มเป็นก้อน จับหมู้กันทำอย่างนั้นแหละ ปฏิบัติตามๆ กัน แต่เขาไม่เข้าใจกันว่าการทำสมาธิอย่างเดียวนั้นเป็นหลักการอย่างไร

ในการทำสมาธิอย่างเดียวนั้น เป็นของฤาษีมาแต่ก่อน เป็นหลักของฤาษีดาบส เขาทำกันมาและทำมาก่อนพระพุทธเจ้าของเราด้วย หลักการทำสมาธินี้เป็นหลักสากลของโลกมีประจำโลก มีก่อนศาสนาพุทธแต่ไหนแต่ไรมา ไม่ขาดจากโลก การทำสมาธิพระพุทธเจ้าของเราสมัยที่พระองค์ออกผนวชใหม่ๆ ก็ไปทำสมาธิอย่างเดียวเหมือนเขานั้นแหละ แต่ก็ไม่ได้อะไรจนหนีออกมาปฏิบัติที่อื่นจนมีปัญญาเกิดขึ้น

การทำสมาธินั้นจะทำให้เกิดปัญญาขึ้นดังเข้าใจนั้นไม่ใช่ ไม่มีคนใดในโลกจะเกิดปัญญาขึ้นจากสมาธิ บรรดาพระสาวกทั้งหลายในครั้งพุทธ

ะกาลเป็นหมื่นองค์แสนองค์ทั้งหมดนั้นแต่ก่อนท่านเหล่านั้นก็เป็นบุคคลธรรมดา แต่เมื่อเขาเหล่านั้นไปฟังคำสอนของพระพุทธเจ้าบ่อยๆ เอาเรื่องคำสอนของพระพุทธเจ้า และพระอริยเจ้านั้นมาคิด มาพิจารณาด้วยเหตุด้วยผล จนเกิดความเข้าใจที่ถูกต้องได้ เรียกว่า สัมมาทิฏฐิ เกิดขึ้นกับเขาได้อย่างรวดเร็ว โดยปัญญาส่วนนี้ไม่ต้องไปทำสมาธิก็เกิดขึ้นกับเราได้ เพราะเหตุผลเป็นเครื่องตัดสิน นี่เรียกว่าปัญญาในครั้งพุทธกาล กับยุคนี้ก็เหมือนๆ กัน

แต่ก่อนในครั้งพุทธกาลผู้บรรลุนิพพานเป็นพระอริยเจ้าก็ปัญญาชนธรรมดาที่แหละ ฟังบ่อยๆ นำมาพิจารณาบ่อยๆ ความเข้าใจที่ถูกต้องก็ย่อมเกิดขึ้น ทุกวันนี้ก็เหมือนกัน ถ้าเราฟังบ่อย ๆ พิจารณาบ่อย ๆ ความเข้าใจที่ถูกต้องตามหลักความเป็นจริงก็ย่อมเกิดขึ้นเช่นเดียวกัน ถ้าเราไม่หลงในสมาธิมากเกินไป

กรทำสมาธิเราก็ต้องทำ แต่ทำพอเหมาะพอควร ทำพอประมาณ ทำพอเป็นฐาน ในการใช้ปัญญาให้มีความฉลาดเฉียบแหลมเกิดขึ้นเท่านั้น ไม่ใช่ทำเกินขอบเขตไปเพราะไม่หลงในสมาธิ ถ้าทำเกินขอบเขตไป หลงมากเกินไปเรียกว่า โมหะสมาธิ หลงมากเกินไป เมื่อมีความสุขในการทำสมาธิมากเกินไปก็หลงในความสุขของตัวเอง เมื่อเราทำไปแล้วใจเราร่วงเว้งว้างไป ก็หลงในความเว้งว้างตัวเองไป เราอย่าทำเพื่อหลง

ทำเพื่ออะไร ทำเป็นอุบายในการใช้ปัญญาจะแค่ไหนในการใช้ปัญญา เราทำประมาณ ๑๐ นาที ๑๕ นาที หรือครึ่งชั่วโมง เราบริกรรมไปพอสมควรแล้วก็ออกมาห่อหมอกใจมาคิดเอาเรื่องราวต่าง ๆ ที่ผ่านมา แล้วมาคิดลงสู่ไตรลักษณ์ หรือเอาเรื่องปัจจุบันที่เรามีอยู่ ตัวเราธาตุ ๔ ชั้น ๕ เอามาคิดลงสู่ไตรลักษณ์ เนื้อเรื่องต่างๆ ในอนาคตที่จะมาถึงทั้งหมด เรื่องภพชาติต่างๆ เป็นทุกอย่างๆ เอามาคิดลงสู่ไตรลักษณ์ คิดว่าทุกสิ่งทุกอย่างนี้ ไม่มีอะไรเป็นของของเราที่แน่นอน นั่งคิดอย่างนี้บ่อยๆ ถ้าคิดอย่างนี้แล้วความเข้าใจในเหตุในผลด้านจิตใจเราจะแจ่มใสขึ้น จะเกิดความเห็นที่ถูกต้องขึ้น นั่นเรียกว่า อุบายสมถะ วิปัสสนากรรมฐานย่อมเป็นของคู่กันมาอย่างนี้ ทำสลับกันไปแต่การทำสมถะนั้นจะน้อย การใช้ปัญญานี้ทำได้ตลอดวันได้ เพราะการทำสมถะเป็นอุบายสั้นๆ แต่อุบายปัญญานี้ยาว ต้องใช้อุบายต่างๆ มาคิดกันพิจารณากันให้มากขึ้น ๆ อย่างคอยให้ปัญญาเกิดขึ้นเอง ตั้งใจคิดเสียเอง ตั้งใจพิจารณาเสียเอง เรียกว่า ปัญญาเกิดขึ้นจากความคิด ปัญญาเกิดขึ้นจากเหตุจากผล

นี่ให้อุบายในการปฏิบัติ ในการภาวนาของเราต้องศึกษาทั้งสองฝ่าย ดูประวัติใน
ครั้งพุทธกาลบ้างให้เป็นไปตามหลักความเป็นจริง เพื่อจะได้ความรู้ความเข้าใจในเหตุผล
นั้นชัดเจนขึ้นๆ ในที่สุดเราก็จะได้มีความรู้แจ้งเห็นจริงในหลักคำสอนของพระพุทธเจ้า
อย่างชัดเจน

ได้ให้อุบายมาตั้งแต่เริ่มต้นว่า ทุกคนในที่นี้จะเอาอุบายทั้งหมดนี้ไปฝึกฝนอบรม
ตัวเองให้เป็นไปตามแนวทางที่ถูกต้องตามคำสอน หรือตามแนวทางของพระอรหันต์เจ้า
อย่างแท้จริง
