สมาธิจะคุ้มครองไปถึงภพชาติหน้า

หลวงพ่อวิริยังค์ สิรินฺธโร

นั่งขัดสมาธิ ขาเบื้องขวาทับขาเบื้องซ้าย มือเบื้องขวาหงายทับมือเบื้องซ้าย วางไว้บนตัก หลับตานึกพุทโธในใจ

นั่งสมาธิเป็นสิ่งที่มีความสำคัญยิ่ง เพราะอะไร เพราะว่าใจของเรานี้พระพุทธองค์ตรัสว่าเป็นสิ่งประเสริฐ และเราทำอย่างไรกับสิ่งประเสริฐนี้จึงจะสำเร็จเป็นผลเป็นประโยชน์ บุคคลทุกคนได้มีใจด้วยกันทั้งนั้น เพราะการมีใจนั่นเองคือเป็นผู้ที่มีของประเสริฐอยู่ที่ตัวของเราแล้วทุกคน เมื่อเราได้มาปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธเจ้าด้วยวิธีการทำสมาธิ จึงเป็นการถูกต้องแล้ว ที่เราได้ปฏิบัติสิ่งประเสริฐให้มีผลประโยชน์แก่ตัวของเรา

ถ้าแม้นว่าเราไม่ได้มาบำเพ็ญทางใจ เราก็จะเสียที เสียหายในการที่เราเกิดมาเป็นคน พบพระพุทธศาสนา เราเกิดเป็นพบพระพุทธศาสนาแล้ว เราไม่ได้ปฏิบัติในทางใจ ก็ถือว่าเราได้เสียของสำคัญหรือไม่ได้รับผลประโยชน์จากสิ่งสำคัญ แต่เมื่อเราได้พากันมาปฏิบัติในทางใจ ถือว่าเราได้สิ่งที่มีความสำคัญ

ความสำคัญนั้นไม่ใช่สำคัญเพื่อสิ่งอื่นใด สำคัญเพื่ออนาคตของเราต่อไป อนาคตนั้นคือนับตั้งแต่วันหน้าไปจนกระทั่งถึงชาติหน้า

สมาธินี้จะมีโอกาสได้ช่วยเหลือคุ้มครองตัวของเราไปด้วย เพราะอะไร เพราะว่าสมาธิเมื่อได้รับการฝึกฝนแล้วนั้น จะส่งพลังให้เกิดขึ้น สร้างพลังจิตนี้ให้สูงยิ่งขึ้น ผู้ที่ไม่ได้ทำสมาธินั้นก็ไม่มีการสร้างพลัง มีแต่ใช้ความนึกความคิดพร้อมไปด้วยอาสวกิเลส มีอวิชชา ตัณหา อุปาทานเป็นต้น ได้เข้ามาอยู่ในจิตนั้น แล้วก็ทำให้จิตนั้นต้องคิดไป โดยการที่ไม่ได้รับการควบคุมที่ถูกต้อง เมื่อจิตนั้นไม่ได้รับการควบคุมที่ถูกต้อง ก็เลอะเทอะเป็นอะไรก็เลอะเทอะ เป็นพระเป็นเณรก็เลอะเทอะ เป็นฆราวาสก็เลอะเทอะ คำว่าเลอะเทอะก็คือเปรอะเปื้อน หมายถึงว่าเป็นผู้ไม่มีอะไรเป็นเครื่องควบคุม

เมื่อไม่มีสิ่งควบคุมแล้วก็เป็นโอกาสของพวกกิเลส คือ อวิชชา ตัณหา อุปาทาน กิเลสต่างๆเหล่านี้ เมื่อกิเลสมีโอกาสมากขึ้น ก็ทำให้เราคือตัวของคนนั้นต้องประสบกับบาป หรือ

ประสบกับสิ่งที่ไม่ดี การที่บุคคลประสบสิ่งบาปหรือสิ่งไม่ดีนั้น บุคคลผู้นั้นไม่ใคร่จะรู้จักตัวเอง เพราะว่ากิเลสนั้นได้ปลอมตัวเข้าไปเป็นตัวของเราซะแล้ว เมื่อมันปลอมตัวเข้าไปเป็นตัวของเราก็เลยทำให้ความเข้าใจผิด คือตัวของตนนั้นเป็นผู้เข้าใจผิด เมื่อเข้าใจผิดก็คิดว่าเรานี้เป็นตัวเป็นตน เป็นบุคคลเป็นเราเป็นเขา แสดงถึงบทบาทต่างๆ

เมื่อแสดงบทบาทต่างๆก็นึกว่าบทบาทนั้นมันดีกับเราจริงๆ เรานี้เป็นผู้ที่มีความสามารถ มีความดีซึ่งใครๆสู้เราไม่ได้ อันนี้เค้าเรียกว่าพวกกิเลส กิเลสเหล่านี้จะมีอยู่ในจิตใจของผู้ที่ไม่ได้รับการควบคุม นอกเหนือจากนั้น จิตใจของผู้ที่ไม่ได้รับการควบคุมนั้น เลยเข้าใจผิดต่อไปอีกเช่น บุคคลผู้ที่เป็นพระ จะเป็นภิกษุหรือเป็นสามเณรหรือเรียกว่าเป็นนักบวช ก็นึกว่าตัวเราเป็นฆราวาส กระทำในสิ่งที่ผิดจากมรรยาทของภิกษุ มรรยาทของนักบวชที่จะพึงมี เพราะอะไร เพราะว่าผู้นั้นไม่มีสมาธิเป็นเครื่องควบคุม แม้จะมีผ้ากาสาวพัสตร์ คือมีห่อผ้าเหลืองเป็นเครื่องคลุมตัวอยู่ ก็เหมือนกับกับคลุมตอไม้ ไม่แตกต่างอะไรกับเอา

ผ้าเหลืองไปคลุมสัตว์ ซึ่งมันก็จะเต้นแร้งเต้นกาของมันไปตามประสา แต่มันก็ไม่รู้หรอกว่าผ้าเหลืองนั้นคืออะไร

ผู้ที่ไม่มีสมาธิเป็นเครื่องควบคุมก็เช่นเดียวกัน แม้เขาจะเป็นนักบวชแต่เขาก็จะต้องทำสิ่งต่างๆที่เขาต้องการจะทำ ด้วยอำนาจของกิเลส ด้วยอำนาจของการยกยอปอปั้นจากบุคคลเข้าใจว่าเรานั้นเก่งบ้าง ใหญ่บ้าง โตบ้าง ก็เป็นไปตามเรื่อง อันนั้นคือความที่ไม่มีสมาธิเป็นเครื่องควบคุม

เมื่อผู้ที่มีสมาธิเป็นเครื่องควบคุมแล้ว เค้าจะต้องระมัดระวังเช่นอย่างเป็นนักบวชหรือเป็นพระภิกษุ เป็นสามเณร ก็มีความสำรวม มีความระวัง มีความเข้าใจว่าเราเป็นนักบวชและพิจารณาถึงความจริงของสัจธรรมอยู่ตลอด ก็ทำให้ผู้นั้นเป็นผู้ที่น่าเคารพ น่ากราบ น่าไหว้ เป็นปูชนียบุคคลได้ ด้วยเหตุอย่างนี้การทำสมาธิจึงมีคุณสมบัติหรือมีความดีที่เหลือที่จะสุดที่จะพรรณนาได้ เมื่อเขาได้เป็นผู้ที่สร้างสมาธิ สร้างความมั่นคงภายในจิตใจแล้ว เขาจะกลายเป็นปูชนียบุคคล คือบุคคลที่

สมควรแก่การกราบไหว้ สมควรแก่การที่จะทำบุญให้ทานด้วย เป็นอย่างนั้น

นอกเหนือจากที่ว่าจะเป็นปูชนียบุคคลแล้ว คุณธรรมความดีหรือเรียกว่าคุณธรรมที่เกิดขึ้นจากสมาธินั้น ย่อมจะเป็นเครื่องกำจัดกิเลสที่มีอยู่ภายในจิตใจไปในตัวด้วย คือได้ผลหลายอย่างหลายประการ แม้ว่าการบำเพ็ญสมาธินั้นจะลำบาก มีความเหน็ดเหนื่อยเมื่อยล้า มีความอึดอัดใจ หรือมีความขัดขืนในจิตใจนั้น ก็เป็นสิ่งที่เราสมควรจะแก้ไข แก้ไขไม่ให้มันอึดอัดใจ แก้ไขไม่ให้มันเจ็บมันปวด แก้ไขให้เรามีการบำเพ็ญให้มากยิ่งขึ้น

จากวันละ ๕ นาทีเป็นวันละ ๑๐ นาที จาก ๑๐ นาทีเป็นครึ่งชั่วโมง จากครึ่งชั่วโมงเป็นชั่วโมงเป็นต้น คือพยายามที่จะสร้างความเพียรให้แก่ตัวของเราให้มากยิ่งขึ้น เพราะการสร้างความเพียรให้แก่ตัวเราให้มากนั้นเป็นการลบล้างความอึดอัดหรือลบล้างความฟุ้งซ่านในจิตใจของเรา และลบล้างพวกกิเลสที่มันคอยมาสิงอยู่ในจิตใจของเรานั้น เพราะฉะนั้นถึงว่าเราจะ

ลำบากในการบำเพ็ญสมาธิ ก็ได้ผลคุ้มค่า เรียกว่าคุ้มค่าเหลือที่จะคุ้ม เพราะคนเรานั้นถ้าหากว่าจากชาตินี้คือตายแล้ว เราไปเกิดเป็นสัตว์เดรัจฉานทันทีนี่ มันจะเกิดอะไรขึ้น ก็เกิดความเสียหายในชาติ ในชาติของเรานี่ที่เกิดต่อไปมันกลายเป็นเช่นนั้นไป มันเกิดความเสียหายอย่างมหาศาล เรียกว่าแก้ไม่ได้ เมื่อเกิดไปเป็นสัตว์เดรัจฉานก็ต้องอยู่เป็นสัตว์เดรัจฉานเป็นชาติๆ มันก็เป็นสิ่งที่ไม่น่าจะเป็นแก่พวกเราชาวพุทธที่ได้พบพระพุทธศาสนา

เพราะฉะนั้นเมื่อเราพากันมาทำสมาธิ โอกาสที่จะไปเกิดเป็นสัตว์เดรัจฉานหรือว่านรกนั้นเรียกว่าน้อยมาก หรือว่าปิดนรกได้เลย หรือว่าปิดอบายภูมิได้เลย เพราะอะไร เพราะว่าเมื่อเวลาที่เราจะตายนั้น ก็จิตนี้เองที่จะออกจากร่าง ร่างกายอันนี้ในเมื่อจิตนี้เตรียมที่จะออกจากร่าง ทุกอย่างที่มีอยู่จิตก็ต้องพร้อม ก็เรียกว่าเตรียมพร้อมชั่วระยะวินาทีเท่านั้นเอง จิตจะพร้อมหมดทุกอย่าง สมาธิที่เราได้กระทำมาแล้ว จะเป็นสิบครั้งร้อยครั้ง หรือจะเป็นกี่ครั้งก็ตาม ทำไว้ที่ไหน ก็ทำไว้ที่ใจของเรา

นี่เอง เพราะฉะนั้นเวลาใจจะออกจากร่างไปนี้ สมาธิทั้งหมดก็เก็บเอาไปหมด ไม่มีอะไรเหลือ เรียบ เก็บเพียบพร้อม เมื่อพร้อมแล้วในชั่ววินาทีนั่น สมาธิย่อมจะต้องเกิดขึ้นกับเรา เมื่อสมาธิเกิดขึ้นกับเรา เราก็ไม่ต้องไปเกิดเป็นสัตว์เดรัจฉาน เราก็ไม่ต้องไปเกิดในอบาย เรียกว่าปิดได้แน่นอน

เพราะอะไร เพราะว่าเมื่อเราทำจิตนั้น เราก็ได้ทำและเราก็จำได้ ไม่มีการหลงลืม เรานั่งสมาธิกี่ครั้ง เราก็ไม่ได้ลืม เรายังทรงจำอยู่ภายในจิตนั้นไม่มีเวลาที่จะลืม ใครจะมาทำให้ลืมก็ไม่ได้ อะไรจะมาทำให้ลืมก็ไม่ได้ อะไรจะมาพรากสมาธิจากจิตนี้ไปก็ไม่ได้ เพราะอะไร เพราะว่ามันอยู่กับจิตอยู่แล้ว เราทำแล้วมันก็อยู่ในใจของเราอยู่แล้ว มันจึงเรียกว่าไม่มีอะไรมาพรากได้ จึงเรียกว่า สามารถที่จะปิดอบายภูมิได้ เพราะฉะนั้นจึงเป็นการคุ้มค่าจริงๆ ที่บุคคลทั้งหลายได้พากันมีการเสียสละมาปฏิบัติความดีเหล่านี้ให้เกิดขึ้น

เมื่อปฏิบัติความดีเหล่านี้เกิดขึ้นแล้ว เรานั้นสมควรอย่างยิ่งที่จะพัฒนาจิตของเรานี้ให้ยิ่งขึ้น ไม่ควรที่จะคิดว่าเท่านี้พอแล้ว

ฉันทำเท่านี้ก็พอแล้ว ฉันทำเท่านี้ก็มากแล้ว อย่างนี้ เราไม่ควรคิดอย่างนั้น เราควรที่จะคิดว่าที่เราทำนี้ยังน้อยเกินไป พยายามอยู่เรื่อยไป เมื่อเราใช้ความพยายามนี่ จิตอันนี้แหละจะได้รับการขูดเกลาหรือเรียกว่าขัดเกลา ให้เกิดความผ่องใส หรือให้เกิดจิตนี้สูงขึ้นตามลำดับ เมื่อจิตนี้สูงขึ้นตามลำดับก็ถือว่าเรายิ่งได้ประสบผลสำเร็จ ยิ่งได้รับผลประโยชน์เพิ่มขึ้น

ถ้าเรามาคิดถึงว่าเราเกิดมาเพื่อโลภ เราเกิดมาเพื่อทรัพย์สินสมบัติ เราเกิดมาเพื่อความครองเรือน เราเกิดมาเพื่อมีลูกมีเต้า เราเกิดมาเพื่อทรัพย์สินแผ่นดิน ก็คิดผิด เราไม่ได้เกิดมาเพื่อสิ่งนั้น แต่ทีนี้ถ้าหากว่าเรามีการมีงาน เราทำเป็นเจ้าของ มีทรัพย์สินสมบัติทุกประการ สมบัติเหล่านั้นให้ความสุขเราก็จริง จริงเพียงว่าให้ความสุขในปัจจุบัน คือในปัจจุบันชาตินี้แต่ว่าทรัพย์สินสมบัติเหล่านั้นไม่มีประโยชน์เมื่อเราตายไปแล้ว ไม่มีประโยชน์เพราะเราจะกลับคืนมาปกครองสมบัติเหล่านั้นอีกก็ไม่ได้ และเราจะเอาตามไปด้วยก็ไม่ได้

เพราะฉะนั้นสิ่งที่เราจะเอาไปได้คือสมาธิที่เราพากันทำอยู่นี่เอง แม้จะเท่าปีกริ้นคือนิดหนึ่ง หรือแม้จะเท่าสัตว์ไก่ปรกปีกนิดหนึ่ง เท่านั้นก็ยังเป็นเชื้อที่มีความดีมากเหลือหลาย อย่างที่ท่านกล่าวไว้ว่าผู้ที่บำเพ็ญสมาธินั้น ผู้มีสมาธิในจิตนั้น **มานุสๆ เทหๆ เทวกายๆ** มานุสๆ เทหๆก็หมายความว่า เมื่อละจากกายเป็นมนุษย์ เทวกายๆ ก็ได้กายเทพหรือเรียกว่ากายเทวดา นี่คือผลของสมาธิ ท่านว่า มานุสๆ เทหๆ เทวกายๆ เมื่อละจากกายอันเป็นมนุษย์ก็ไปได้กายเทวดา ซึ่งเป็นสิ่งที่พัฒนาคือหมายความว่าเพิ่มความดีของเราให้สูงยิ่งขึ้น

สมาธินั้นถ้าเราจะไปปรารถนาสิ่งนั้นบ้าง สิ่งนี้บ้าง มันก็ไม่ถูกต้องเท่าไรนัก เพราะสมาธิต้องตัดอารมณ์ เรานั่งสมาธิเพื่อความปรารถนาสิ่งนั้นสิ่งนี้ มันกลายเป็นอุปาทานและกลายเป็นอารมณ์ เพราะฉะนั้นการทำสมาธิ ท่านจึงไม่ให้ปรารถนาเพื่อ… เราทำสมาธิเพื่อจะเอาเทวดาหรือเราจะทำสมาธิเพราะจะเอาพระอินทร์พระพรหมอย่างนี้ ท่านก็ห้าม ไม่ให้เราทำสมาธิปรารถนาอย่างนั้น แต่ว่าถึงเราจะปรารถนาและไม่ปรารถนา

เมื่อเราทำ เราก็ได้ ที่ท่านไม่ให้ปรารถนานั้น ท่านต้องการที่จะไม่ให้เรามีอุปาทาน มีอารมณ์นั่นเอง เพราะอุปาทานอารมณ์มันเป็นภัยของสมาธิ มันเป็นอันตรายของสมาธิ เราต้องกำจัดอันตรายนี้ออกไปให้เหลือความเป็นหนึ่งของจิต

จิตนี้เมื่อเหลือความเป็นหนึ่งได้ก็จะเริ่มมีพลังแล้ว คือจิตนี้ถ้าสงบได้ก็ถือว่าเริ่มเกิดพลังแล้ว พลังของจิตนั้นเป็นพลังที่มีความสะสม ครั้งหนึ่งก็สะสม ครั้งที่สองก็สะสม ครั้งกี่ครั้งก็สะสม กี่ร้อยกี่พันครั้งก็สะสม การสะสมนั้นได้สะสมขึ้นตามลำดับ เรามีเท่าไหร่นั้นเก็บไว้แล้ว เราทำอีกก็สะสมขึ้นมาอีก เรามีเท่าไหร่เราก็เก็บไว้แล้ว เราทำอีกก็สะสมขึ้นอีกด้วยประการอย่างนี้ จึงถือว่าการสร้างเสริมพลังจิตนั้น จึงเป็นการสร้างเสริมวาสนาบารมี หรือเรียกว่าสร้างเสริมกุศล มหากุศล

พระพุทธองค์นั้นพระองค์ได้บำเพ็ญบารมีมา ๔ อสงไขย แสนกัปป์ ๔ อสงไขย แสนกัปป์นั้นบำเพ็ญบารมีไว้ที่ไหน บำเพ็ญไว้ที่ใจ และพระองค์ทำสมาธิมาตั้งแต่ชาติแรกที่พระองค์ปรารถนาโพธิญาณ ชาติที่พระองค์เป็นสุเมธฤาษี ชาตินั้น

พระองค์ก็ได้ฌานสมาบัติแล้ว เมื่อพระองค์บำเพ็ญเป็นพระโพธิสัตว์ พระองค์ก็บำเพ็ญสมาธิแต่ละชาติตามลำดับมา พลังจิตนั้นเองที่ได้สะสม เรียกว่าสะสมวาสนาบารมี พระองค์จึงมีบารมีถึง ๑๐ บารมีด้วยกัน นับไปตั้งแต่ทานบารมี ศีลบารมี จนกระทั่งถึงอุเบกขาบารมี ก็ถือว่าบารมี ๑๐ ทัศน์ และบารมีเหล่านั้นก็มารวมเป็นพลังจิตของพระองค์ พระองค์ก็เกิดมีพลังตามลำดับจากชาตินั้นมาถึงปัจฉิมภวิกชาติสุดท้ายนี่พระองค์ตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้า พระองค์ตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้านั้นก็ด้วยอาศัยพลังที่พระองค์ได้สะสมมาแล้ว เราเรียกกันว่าพระองค์สะสมบารมี แต่ว่าที่จริงแล้วก็คือการสะสมพลังจิตนี่เอง

เมื่อถึงที่สุด ถึงที่สุดตรัสรู้เป็นพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า พระองค์ก็มีวิชา พระองค์ก็มีทุกอย่าง เรียกว่า**สัพพัญญุตญาณ** สามารถที่จะระลึกชาติหนหลังได้ สามารถที่จะแสดงฤทธิ์ต่างๆ ได้ สามารถที่จะรู้จักใจคนได้ นี้เรียกว่าพลังจิตที่ได้อบรมมาเต็มที่แล้ว เรียกว่าไม่มีใครที่จะยิ่งใหญ่เท่ากันกับพระองค์ ฉันใด

ก็ดี พวกเราก็เช่นเดียวกัน พวกเราก็มนุษย์ พระพุทธองค์ก็มนุษย์ พระองค์บำเพ็ญบารมี

เราก็บำเพ็ญบารมี เรียกว่าอย่างเมื่อเช้าเราทำทานกัน ถวายอาหารภิกษุสามเณรก็เรียกว่า**ทานบารมี** เราพากันมารักษาศีล ก็เรียกว่าสมาทานอุโบสถศีลก็เรียกว่า**ศีลบารมี** เราไม่กลับบ้าน เรานอนอยู่ที่วัด ก็เรียกว่า**เนกขัมมะบารมี** เราตั้งสัจจะว่าเราจะรักษาศีลวันหนึ่งกับคืนหนึ่งไม่ให้ขาดก็เรียกว่า**สัจจบารมี** เรารักษาศีลอยู่ เราก็ไม่ให้ศีลขาด ถึงแม้ว่าจะเราจะลำบากนัก อดอาหารตั้งแต่เวลาวิกาลไปจนกระทั่งถึงอรุณขึ้นมาใหม่ เราก็มีความอดทน ไม่ยอม ถึงแม้มันจะหิวเท่าไหร่เราก็ไม่ทาน เพราะเรารักษาศีลอย่างนี้เรียกว่า**ขันติบารมี**

นอกเหนือจากเราจะรักษาศีลแล้ว เราก็นั่งสมาธิอีก อย่างนี้ก็เรียกว่า**วิริยะบารมี** เมื่อเรารักษาศีลและเรานั่งสมาธิ เราก็มีจิตใจมั่นคงไม่วอกแวก มีจิตใจที่เหนียวแน่นมั่นคง ใครจะมาบอกให้เราเลิกจากการรักษาศีลก็ไม่ได้ จะมาบอกให้เราเลิกจากสมาธิก็ไม่ได้อย่างนี้เรียกว่า **อธิษฐานบารมี** ในขณะที่เราพากัน

กระทำ เราก็มีความเข้าใจในตัวเอง พิจารณาเห็นแล้วว่าการให้ทานก็ดี การรักษาศีลก็ดี ล้วนแล้วแต่เป็นสิ่งที่ให้ประโยชน์ทั้งสิ้น อันนี้ท่านเรียกว่า**ปัญญาบารมี**

เมื่อขณะที่เรารักษาศีลอยู่ เราก็ไม่โกรธเคืองใคร เราก็ไม่ทะเลาะวิวาทใคร และเราก็พยายามที่จะเฉลี่ยความสุขของตนให้แก่บุคคลผู้อื่นด้วยการแนะนำ ด้วยการพร่ำสอน ด้วยการช่วยเหลืออะไรต่างๆเหล่านี้ ท่านเรียกว่า**เมตตาบารมี** เมื่อเรามาอยู่ในวัด เราก็ไม่คิดถึง ใครจะเป็นสามีภรรยา ใครจะเป็นลูกหลาน สิ่งใดเป็นทรัพย์สินสมบัติ เราก็ไม่ใยดี เรานึกถึงแต่ศีลของเราอยู่ตลอด อย่างนี้ท่านเรียกว่าเป็น**อุเบกขาบารมี** ในที่สุดเราก็ได้แล้วซึ่งบารมีถึง ๑๐ ทัศน์ เราก็ได้แล้วบารมีครบถ้วนในการปฏิบัติที่เรามากระทำ

เมื่อเราท่านทั้งหลายได้กระทำเช่นนี้จุดมุ่งหมายคือพระนิพพาน พระนิพพานนั้นพระพุทธเจ้าตรัสว่า **นิพพานัง ปรมัง สุขัง** นิพพานเป็นสุขอย่างยิ่ง **นิพพานัง ปรมัง สุญญัง** นิพพานสูญอย่างยิ่ง เมื่อเรารู้เช่นนี้เราจึงได้พากันเสียสละทุก

ประการ เพื่อที่จะเดินทางเข้าสู่พระนิพพาน การที่จะเดินทางเข้าสู่พระนิพพานนั้น คือการกำจัดกิเลสออกให้หมดโดยสิ้นเชิง เรียกว่าพระนิพพาน การที่เราพากันกระทำสมาธิ มีฐานเป็นเครื่องรับรอง มีสมาธิที่มั่นคง มีสมาธิที่เป็นพลัง มีสมาธิพร้อมมูล เรียกว่าเป็นฐานกำลัง เมื่อเป็นฐานกำลังอย่างนี้ เพื่อที่จะให้จิตนี้หลุดพ้นเพื่อให้ถึงพระนิพพาน จึงจำเป็นจะต้องเดินทางเข้าสู่สัจธรรม พิจารณาซึ่งอริยสัจธรรม

อริยสัจธรรมนั้นคือ**ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค** ทุกข์ได้แก่ เกิด แก่ เจ็บ ตาย ผู้ที่เกิด แก่ เจ็บ ตาย ก็คือตัวเรานี่ เกิดมานี่แก่นี่เจ็บ นี่ตาย **รูปัง** คือรูปอันนี้เองที่เป็นตัวเกิด แก่ เจ็บ ตาย เพราะฉะนั้น ทุกข์ พระพุทธเจ้าจึงตรัสว่า ความเกิดเป็นทุกข์ ความแก่เป็นทุกข์ ความเจ็บเป็นทุกข์ ความตายเป็นทุกข์ จริงอย่างนั้น เกิดก็มาก็เหลือแต่ทุกข์ แก่แล้วก็แสนจะทุกข์ เจ็บไข้ได้ป่วยก็แสนจะเวทนา ตายก็แสนที่จะเวทนาอย่างนี้ เพราะฉะนั้นสี่ประการคือเกิด แก่ เจ็บ ตาย จึงเป็นทุกข์ ร่างกายของเราเป็นผู้เกิดมา เป็นผู้ประสานงานที่จะทำก่อนให้เกิดความทุกข์ขึ้นมานี่

แล้วเมื่อเรารู้ว่าอันนี้เป็นทุกข์ เราจะทำอย่างไร จะทำอย่างไรจึงจะพิจารณาให้เห็นเป็นสัจจะ คือ**ทุกขสัจจะ**

สัจจะแปลว่าความจริง คือทำปรากฏให้เห็นเป็นความจริง การทำปรากฏให้เห็นเป็นความจริงนั้น อาศัยพลังจิต เมื่อพลังจิตมีมาก เรากำหนดจิตหลับตาอยู่แล้ว เพ่งดูไปที่รูป คือรูปัง คือรูปนี้ เห็นไหม ไม่เห็น ก็ถือว่าพลังจิตยังอ่อน พลังจิตยังไม่แก่ แต่ถ้าหากว่าหลับตามองไปเห็น เรียกว่าพลังจิตได้แก่แล้ว สมควรแก่การที่ดำเนินอริยสัจได้แล้ว เมื่อเป็นเช่นนั้น ก็ยกรูปนี้พิจารณา รูปนี้พิจารณานั้นให้เห็นว่า **รูปัง อนิจจัง** รูปไม่เที่ยง **รูปัง ทุกขัง** รูปเป็นทุกข์ **ธัมมัง อนัตตา** ธรรมเป็นสิ่งที่ไม่ใช่ตัวตน ก็เรียกว่ารูปธรรม อันเดียวกัน คือไม่ใช่ตัวตน

ถ้าหากว่าเป็นตัวตน รูปนี้ก็อย่าแก่ เราบอกว่าอย่าแก่ มันก็จะต้องทำตามเรา อย่าแก่ รูปนี้อย่าตาย มันก็ต้องทำตามเราว่าอย่าตาย แต่ว่ามันไม่ได้อยู่ในอำนาจของเรา มันจึงไม่ใช่ตัวตน เมื่อความเกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็น**ทุกข์ (๑)** พิจารณาเห็นเช่นนี้ เรียกว่า **ปะริญเญยยันติ เม ภิกขะเว** (จากบทธัมมจักกัปปวัต

ตนสูตร) ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย รูปไม่ใช่ตน ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ทุกข์ควรกำหนดรู้ การกำหนดรู้นั้นคือการใช้ญาณ เรียกว่า **วิปัสสนาญาณ**

วิปัสสนาญาณนั้นมันจะเกิดขึ้นในเมื่อเราพิจารณารูป ท่านปัญจวัคคีย์ที่ท่านเกิดความเบื่อหน่าย เพราะท่านพิจารณารูป ท่านชฎิลทั้งพันสามท่านเกิดความเบื่อหน่าย เพราะท่านพิจารณารูปเช่นเดียวกัน เพราะที่เกิดความเบื่อหน่ายเรียกว่า **รูปัสมิงปิ นิพพินทะติ** เกิดเบื่อหน่ายในรูป ความเบื่อหน่ายนั้นคือวิปัสสนา วิปัสสนานั้นคือความรู้แจ้งและเห็นจริง การที่จะเกิดความเบื่อหน่ายขึ้นมาได้นั้น ต้องอาศัยพิจารณาหลายครั้ง เหมือนกันกับเรากว่าจะทำจิตให้สงบได้นั้น เราก็ต้องทำนับครั้งไม่ถ้วน กว่าจิตนี้จะสงบได้ วิปัสสนาก็เช่นเดียวกัน เราก็พิจารณาดูรูปนี้นับครั้งไม่ถ้วน ในที่สุดก็เกิดความเบื่อหน่ายขึ้นมา

เมื่อเกิดความเบื่อหน่ายขึ้นมาเมื่อไร เมื่อนั้นก็ถือว่าเป็นผู้กำหนดรู้ได้แล้ว **ปะริญเญยยันติ เม ภิกขะเว** ดูก่อนภิกษุ

ทั้งหลาย ทุกข์ควรกำหนดรู้ ผู้นั้นกำหนดรู้ได้แล้ว เมื่อกำหนดรู้ได้เกิดขึ้นมาเช่นนี้แล้ว เราจะทำอย่างไรอีกต่อไป ก็จำเป็นจะต้องทำให้มากยิ่งขึ้น เพราะการพิจารณาวิปัสสนานั้น ก็เหมือนกันกับการต้ม หรือเรียกว่าการหุงข้าว การหุงข้าวนั้นเราจะหุงปั๊บสุกปุ๊บไม่ได้ ต้องใส่ไฟ แล้วจนกว่าจะเดือด จนกว่าจะสุกก็ต้องใช้เวลา วิปัสสนาก็เช่นเดียวกัน จำเป็นที่จะต้องใส่ไฟ คือ **ตปะ** ความเพียรแผดเผา พิจารณาเผาร่างกายอันนี้ให้เป็นจุลมิจุล ให้เหลือเป็นกระดูก ให้เหลือเป็นดิน น้ำ ไฟ ลม ให้เกิดความ**นิพพิททาญาณ** ความเบื่อหน่ายอยู่ตลอด นับครั้งไม่ถ้วน จึงจะไปประสบผล

ที่ว่าประสบผลนั้น พระพุทธองค์ทรงตรัสต่อไปว่า **ปะหาตัพพันติเม ภิกขะเว** ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สมุทัยควรละ การละนั้นละจากตัณหา ความทะเยอทยาน ตัณหา ความทะเยอะทยาน ความกำหนัดยินดี ราคะ โทสะ ความโกรธ โมหะ ความหลง สิ่งเหล่านี้เรียกว่า **สมุทัย (๒)** ที่เรียกว่าสมุทัยเพราะมันก่อให้เกิดทุกข์ ถ้ามีพวกนี้แล้วก็ทุกข์ร่ำไป เพราะฉะนั้นถ้าวิปัสสนา

พิจารณาละ พิจารณาเห็นจริงแจ้งประจักษ์ลงไปในรูปนี้ได้แล้ว ก็จะเกิดความละขึ้น ตัณหาก็จะน้อยลงไป ราคะความกำหนัดยินดีก็น้อยลงไป โมหะ ความหลงก็น้อยลงไป ความโมโหโทโส ต่างๆก็น้อยลงไปตามลำดับ อย่างนี้เรียกว่าละ สมุทัยควรละ

แต่ในสมุทัยนี้ท่านอธิบายไว้มากนัก ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ท่านแสดงสมุทัยว่า **สมุทัยหยาบ** และ**สมุทัยละเอียด** สมุทัยหยาบนั้นได้แก่การที่มีกิเลสคือมีความกำหนดยินดี มีความหลงในรูปสวยงาม อะไรต่างๆ เกิดตัณหาความทะเยอะทยาน อันนี้เรียกว่า**สมุทัยหยาบ**

สมุทัยละเอียดนั้น คือการเข้าไปยึดถือว่า เราได้สำเร็จชั้นนั้นบ้าง ได้สำเร็จชั้นนี้บ้าง เมื่อไปยึดถือว่าได้สำเร็จเมื่อไร ก็เกิดกลายเป็นอุปาทาน มันก็เลยกลายเป็นสิ่งที่**วิปัสสนูปกิเลส** คือกลายเป็น วิปัสสนูปกิเลสไป อันนั้นเรียกว่าสมุทัยละเอียด คือไปยึดมั่นถือมั่นว่าตัวสำเร็จ ความจริงความสำเร็จนั้นมิได้หมายความว่าเราไปพบสิ่งอัศจรรย์แล้วเกิดความสำเร็จ ย่อมไม่ใช่ ความสำเร็จนั้นมันก็เหมือนกับสิ่งที่เราทำ ก็เปรียบกัน

ง่ายๆเหมือนกับรับประทานอาหารเมื่ออิ่มแล้วก็ถือว่าสำเร็จ การที่จะอิ่มได้ก็ต่อเมื่อเราทำจนคือหมายความว่ารับประทานไปจนกระทั่งถึงจุดมันก็อิ่ม วิปัสสนาหรือเรียกว่าการพิจารณาให้เห็นจริงแจ้งประจักษ์ เกิดนิพพิททาญาณ ความเบื่อหน่ายขึ้นมาก็เช่นเดียวกัน มันก็จะต้องไปสู่ที่จุดแห่งความเพียงพอแห่งความต้องการ

เพราะฉะนั้นการที่มันจะไปถึงจุดนั้นน่ะ เราจะว่าสำเร็จนั้นย่อมไม่ได้ เพราะอะไร เพราะเหมือนกันกับเรารับประทานอาหารนี่ มันอิ่มไปทีนึง ก็ถือว่าสำเร็จเหมือนกัน แต่ว่ายังไม่ใช่สิ่งที่สำเร็จโดยแท้จริง คนกินอิ่มนั้นจะโตขึ้นไม่ได้ทันที กว่าจะโตขึ้นนั้น เราจะต้องอิ่มนับครั้งไม่ถ้วนไม่รู้กี่ร้อยกี่พันกี่หมื่นครั้ง จึงจะเป็นหนุ่มเป็นสาว เพราะอันนั้นเรียกว่าความสำเร็จเป็นหนุ่ม ความสำเร็จที่ร่างกายสมบูรณ์ขึ้น อันนี้เป็นข้อเปรียบเทียบ เพราะฉะนั้นท่านจึงไม่ให้ยึด พอเราอิ่มไปทีนึง เราก็ยึดว่าเราได้สำเร็จแล้ว ก็เหมือนกับเด็กทารก ที่กินอิ่มแล้วก็นอนหลับสบาย ก็นึกว่าสำเร็จ เป็นหนุ่มแล้ว ไม่ใช่หนุ่ม นั่นมันเป็นเด็กทารก

เช่นเดียวกันนั่นแหละกับสมุทัยละเอียด การเข้าไปยึดถือตัวตน ท่านจึงเรียกว่าเป็น วิปัสสนูฯ

ยังมีอีกข้อหนึ่ง พระองค์ทรงแสดงว่า **สัจฉิกาตัพพันติ เม ภิกขเว** ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย **นิโรธ (๓)** ควรทำให้แจ้ง ที่ท่านแสดงอริยสัจไว้มี ๔ ข้อนี้ มันเป็นข้อต่อเนื่องกัน แต่ข้อสำคัญที่สุดนั้นได้แก่ข้อแรก ได้แก่ ทุกขสัจ เพราะเมื่อทำให้ทุกขสัจให้ปรากฏเด่นชัด พิจารณาเห็นจริงแจ้งประจักษ์เกิดนิพพิททาญาณ ความเบื่อหน่ายขึ้นมา ที่เรียกว่าเป็นทุกขสัจแล้ว สมุทัยสัจก็บังเกิดขึ้นได้ ละได้ นิโรธสัจก็บังเกิดขึ้นได้ คือความรู้แจ้งและเห็นจริง หรือเรียกว่าดับทุกข์

เหมือนกันกับเราหิวอาหาร มันเป็นทุกข์ เมื่อรับประทานอาหารอิ่มแล้ว ทุกข์ก็หายไป เมื่อเราเป็นหนี้เค้า เราก็เป็นทุกข์ เมื่อเราใช้หนี้เค้าหมด ความทุกข์ก็หายไป อย่างนี้ก็เรียกว่าปลดเปลื้อง เพราะฉะนั้นนิโรธ คือสิ่งสำเร็จอย่างหนึ่ง คือปลดเปลื้อง เมื่อเป็นหนี้เค้านั่น ยังปลดเปลื้องไม่หมด เช่นเป็นหนี้เค้าแสนนึง เราปลดเปลื้องไปได้หมื่นนึง มันก็เหลืออยู่อีกตั้งเยอะ แล้วเรา

ปลดเปลื้องไปได้ห้าหมื่น ก็ยังเหลืออีกตั้งครึ่งนึงอย่างนี้ นิโรธก็เหมือนกัน การดับทุกข์นั้นก็ดับเป็นขั้นเป็นตอน เมื่อใช้หนี้เค้าหมดถึงแสน ก็เรียกว่าหมดภาระ ดับทุกข์ไปเลย เหมือนกันกับผู้ที่พิจารณาเห็นจริงแจ้งประจักษ์ พร้อมกันกับที่เราพิจารณาละภายในจิตใจนั้น เกิดกระแสความสว่างไสว และเกิดความละเอียดขึ้นมา นั่นแหละ เรียกว่าเราดับ เรียกว่าดับความโง่ หรือเรียกว่าดับทุกข์ไป

และก็ยังมีอีกข้อหนึ่ง ข้อสุดท้ายที่พระองค์ทรงแสดงว่า **ภาเว ตัพพันติ เม ภิกขเว** ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย **มรรค (๔)** ควรเจริญให้มาก มรรคควรเจริญให้มากนั้น ก็คือว่าเมื่อเราประสบพบหนทางถูกแล้ว เราต้องทำ เหมือนกับรับประทานอาหาร เรารู้แล้วว่ารับประทานอาหารอย่างนี้อร่อย แล้วก็มีกำลัง แล้วก็ถูกต้องกับธาตุขันธ์ของเรา ก็ถือว่ารับประทานไปจนกว่าเราเกิดเป็นหนุ่มเป็นสาว หรือเรียกว่ามีกำลังเต็มที่ เพราะฉะนั้นในคำที่ว่า ภาเว ตัพพันติเม ภิกขเว ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย มรรคควรเจริญให้มากนั้น เมื่อเราได้หนทางแล้ว เราก็ไม่หยุดยั้ง คือ

เราไม่ยอมหยุดยั้ง เราพยายาม **ภาวิโต** เจริญให้มาก **พาหุลีกโต** กระทำให้มาก **อภิญญายะ** ก็จะเป็นไปเพื่อความรู้ยิ่ง **สัมโพธายะ** ก็จะเป็นไปเพื่อความรู้ดี **นิพพานายะ** ก็จะเป็นไปเพื่อความดับสนิท อย่างนี้เรียกว่าอริยสัจ เพราะฉะนั้น หนทางของพระพุทธศาสนานี้จึงมีอย่างต่ำ อย่างกลาง อย่างสูง ให้เราพากันปฏิบัติได้ อย่างครบถ้วนบริบูรณ์

ที่มา: https://youtu.be/lcaqblbg7NY