

ทวนกระแสจิต หลุดพ้น

หลวงพ่อวิริยงค์ สิรินุชโร

การนั่งสมาธิเป็นสิ่งที่มีความสำคัญ สำคัญในชีวิตของบุคคล บุคคลผู้ที่มีสมาธินั้นมีประโยชน์แก่จิตใจเป็นอย่างมาก เพราะใจของคนเรานั้นมีอารมณ์เป็นที่ตั้ง อารมณ์นั้นเกิดขึ้นจากสิ่งแวดล้อมต่างๆ สิ่งแวดล้อมต่างๆที่จะเข้ามาเจือปนในอารมณ์มีมาก ที่จะมาก่อให้เกิดราคะ โทสะ โมหะ ความโลภ ความโกรธ ความหลง สิ่งเหล่านี้มีอยู่ในตัวของคนเราอยู่แล้ว แต่ว่าถ้าหากเราไปสะสมเพิ่มเติมขึ้นมาแล้ว มันก็จะทำให้เกิดกิเลสหนักขึ้นไป

ในคำสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า นั่นก็คือ การแก้ไขกิเลสเหล่านี้ให้บรรเทาเบาบางลงไป การบรรเทาเบาบางนั้นก่อให้เกิดความสุข เมื่อจิตของตนสงบเป็นสมาธิ ความสุขย่อมเกิดขึ้น ความสุขที่เกิดขึ้นนั้น เป็น**ความสุขที่ปราศจากอามิส** เป็นความสุขที่มีความบริสุทธิ์ แม้จะเป็นความสุขที่เกิดขึ้นในเพียงขณิกสมาธิ ก็เป็นความสุขที่มีความ

บริสุทธิ์ จะเป็นอุปจารสมาธิ ก็เป็นความสุขที่มีความบริสุทธิ์ จะเป็นอัปปนาสมาธิ ก็เป็นความสุขที่มีความบริสุทธิ์ เพราะความสุขที่มีความบริสุทธิ์นี้หาได้เฉพาะการทำบำเพ็ญในทางจิตใจโดยการฝึกหัดในทางพระพุทธศาสนาเท่านั้น เราจะไปหาที่อื่นหาไม่ได้

นอกเหนือจากการทำสมาธิ ความสุขที่เกิดขึ้นนั้นไม่บริสุทธิ์ เพราะความสุขเหล่านั้นเป็นความสุขที่เกิดขึ้นจากอามิส อามิสก็หมายความว่า มีสิ่งเจือปน มีความสุขก็จริงแต่ที่มีความทุกข์เจือปนอยู่ ความทุกข์ที่มาเจือปนในจิตใจของคนนั้นมีอยู่ตลอดเวลา ถึงเรียกว่า**โลกธรรม** โลกธรรมที่เกิดขึ้นเพราะจิตใจของคนเรานั้นยังมีความลุ่มหลง ความลุ่มหลงที่เกิดขึ้นเนื่องจากโลกธรรมเข้ามากกระทบ บางที่มีลาภ บางที่เสื่อมลาภ บางที่มียศ บางที่เสื่อมยศ บางที่มีสุข บางที่เกิดทุกข์ เหล่านี้ล้วนแล้วแต่เป็นสิ่งที่เรียกว่าโลกธรรม โลกธรรมนั้นมีมาแต่อดีตจนถึงปัจจุบันซึ่งทุกคนจะต้องอยู่ภายใต้อำนาจบงการของมัน

เพราะฉะนั้นทุกคนจึงต้องอยู่ภายใต้อำนาจของกิเลส จึงต้องเดินไปตามทางที่กิเลสนั้นได้บงการไป บงการให้โกรธ บงการให้โลภ บงการให้หลง บงการให้มีราคะความยินดี บงการให้มีความโกรธ บงการให้มีความหลงเป็นต้น สิ่งเหล่านี้เป็นอำนาจของกิเลสที่บงการเอาไว้ เมื่ออำนาจของกิเลสบงการไป เราก็ต้องเดินตามไปเรื่อย เมื่อเราเดินตามมันไป เราก็ต้องไปพบกับความหายนะหรือเรียกว่าทางตัน เพราะอะไรจึงไปเป็นเช่นนั้น เพราะว่าเมื่อเราอยู่ภายใต้อำนาจของกิเลสแล้ว มันจะต้องพาไปตามจุดหรือทำไปตามในทางที่จะก่อให้เกิดความวุ่นหรือเกิดความวุ่นวาย

ด้วยเหตุอย่างนี้**พระยสกุลบุตร** ที่เป็นลูกเศรษฐี เมื่อมีเงิน มีทองมีข้าวมีขของมีทรัพย์สินสมบัติ มีลูกมีเมียมีนางสนมคนสวยๆ เยอะแยะมากมาย แต่ว่าพระยสกุลบุตรนั้นตื่นขึ้นมาในค่ำคืนวันหนึ่ง ท่านก็ได้ออกอุทานในใจว่า ที่นี่ขัดข้อง ที่นี่วุ่นวาย ที่นี่ขัดข้อง ที่นี่วุ่นวาย เดินหนีไปจากปราสาทนั้น ได้ไปพบ

พระพุทธเจ้าที่ป่าอิสิปตนมฤคทายวัน เมืองพาราณสี ได้ฟังธรรม
ของพระพุทธเจ้าแล้ว ก็ปลดความขัดข้อง ปลดความวุ่นวาย

เพราะฉะนั้นเราท่านทั้งหลายผู้ที่ได้มาปฏิบัติในทางใจจึงได้
ชื่อว่าเดินทางถูก เราไม่อยู่ภายใต้อำนาจกิเลส แต่ว่าเราอยู่ใน
ตัวของเรา เราเป็นผู้ที่มีความเป็นใหญ่ มีความเป็นอิสระ เพราะ
เหตุเราได้มาพบหนทาง เพราะเหตุเราได้มาปฏิบัติในทางใจ
เพราะเหตุเราได้พบการปฏิบัติที่ถูกต้อง เพราะฉะนั้นเราจึงมีหุมี
ตา เรียกว่าเกิดความสุข เกิดความสุขนั้นพระพุทธเจ้าแสดง
ว่า **ธมฺโม ปทีโป** แสงสว่างแห่งธรรม ธรรมะให้แสงสว่าง
เปิดทางให้พวกเราพากันเดิน เปิดทางให้พวกเราพบในสิ่งที่มี
ความสุข ที่มีความบริสุทธิ์

ความสุขที่มีความบริสุทธิ์นั้นเราได้มาพบแล้ว และเราได้พากัน
สัมผัสแล้ว เราสัมผัสความสุขที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติในทาง
ใจ คือได้สัมผัสความสงบ สัมผัสในความสงบก็คือเราได้พบ
ปฐมฌานแล้ว เราได้พบ**ทุติยฌาน**แล้ว เราได้พบ**ตติยฌาน**
แล้ว เราได้พบ**จตุตถฌาน**แล้วอย่างนี้ เมื่อเราได้พบทางที่

ถูกต้อง หรือเรียกว่า **ธมฺโม ปทีโป** แสงสว่างแห่งธรรม เราก็จะ
ได้วิหารธรรม

วิหารธรรมคือธรรมเป็นเครื่องอยู่ ตามธรรมดานั้นคนใน
โลกที่ยังมองไม่เห็นธรรม เขาจะหาเครื่องอยู่ ทุกคนต้องมีเครื่อง
อยู่ ถ้าไม่มีเครื่องอยู่ก็เป็นคนไม่ได้ ตาย คนต้องมีเครื่องอยู่ แต่
เขาเอาเครื่องอยู่ที่เรียกว่าวิหารธรรมนั้นจากการเล่นไฟ เล่นไป
จากการกินเหล้าเมายา จากการมัวเมาสารพัด นั้นเป็นเครื่องอยู่
ของปุถุชน ปุถุชนแปลว่าคนหนาไปด้วยกิเลส เรียกว่าปุถุชน
ปุถุชนนั้นมีเครื่องอยู่ คือเครื่องอยู่ที่เรียกว่าเป็นเครื่องมัวเมาเช่น
เหล้ายา หรือสิ่งต่างๆที่ทำให้เกิดความมัวเมาในโลก ต้องมีเป็น
เช่นนั้น

ส่วนผู้ที่มีความเข้าใจได้พบแสงสว่างแห่งธรรม เมื่อพบแสง
สว่างแห่งธรรมแล้ว ในที่สุดเขาก็ได้วิหารธรรมคือเครื่องอยู่
เครื่องอยู่ก็คือความสุขสบายใจที่ได้พบความสงบ ที่พระพุทธเจ้า
ตรัสว่า **นัตถิ สนฺติ ปรี สุขํ** ความสุขยิ่งกว่าความสงบไม่มี
ความสงบที่เกิดจากความสุขนั้น เป็นความสุขที่ไม่ได้ซื้อเอาด้วย

เงินด้วยทอง ไม่ได้ซื้อเอาด้วยทรัพย์สินสมบัติใดๆ ความสุขอันนี้
จะต้องเกิดขึ้นจากการกระทำ ที่ผู้ใดกระทำผู้นั้นถึงจะเกิดขึ้น
เกิดขึ้นจากกำลังวังชาของตน เกิดขึ้นจากศรัทธาของตน เกิดขึ้น
จากความตั้งมั่นในจิตใจของตน เกิดขึ้นจากความอดทนของตน
เกิดขึ้นจากความเพียรของตน ถึงได้ซื้อว่าเป็นวิหารธรรม
เรียกว่าธรรมเป็นเครื่องอยู่ที่มีความสุขที่สุด

เมื่อเป็นเช่นนี้อยู่ที่ว่าตัวของพวกเราทั้งหลายจะมีความ
มั่นใจในตัวเองแค่ไหน ถ้าหากว่ามีความมั่นใจในตัวเองยิ่งขึ้น ผู้
นั้นจะมีแต่สะสมความสุขอันนี้ ให้มีพลังกำลังวังชายิ่งขึ้นไป คือ
ไม่หยุดอยู่แต่เพียงแค่นี้ มีความเจริญก้าวหน้าต่อไป จาก
ปฐมฌานก็เป็นทุติยฌาน จากทุติยฌานก็เป็นตติยฌาน จาก
ตติยฌานก็เป็นจตุตถฌาน

ปฐมฌานนั้นได้แก่**ขณิกสมาธิ** พอเวลาจิตรวมลงไปแล้วมี
ความรู้สึกสบายประเดี๋ยวเดียวเดียวหายไปแล้ว นั้นเรียกว่าปฐมฌาน
บริการรวมพุทโธๆไปจิตก็สงบ พอสงบไปประเดี๋ยวเดียวจิตก็ถอน
เกิดมามีความนึกคิดตามเดิม

หุติยฌานนั้นไม่ต้องนึกพุทโธ พอกำหนดจิต จิตก็สงบ พอสงบแล้วก็อยู่ได้นานพอสมควรอย่างนี้เรียกว่าหุติยฌาน

ตติยฌานนั้นก็ไม่ต้องนึกพุทโธอีกเช่นเดียวกัน กำหนดแต่จิตอย่างเดียวจิตก็เกิดความผ่อนคลายสะอาด เรียกว่าตติยฌาน

จตุตถฌานนั้นเมื่อจิตสงบโดยที่ไม่ต้องกำหนดพุทโธ กำหนดจิตอยู่อย่างนั้น เมื่อกำหนดจิตอยู่อย่างนั้น จิตก็ตั้งเที่ยง ตั้งมั่นอยู่ได้ จะอยู่ซักวันหนึ่งก็ได้ อยู่ซักสองวันก็ได้ ให้จิตตั้งอยู่อย่างนั้น ไม่วอกแวก เรียกว่าจตุตถฌาน

ในฌานทั้ง ๔ นี้ เรียกว่าเป็นบาท คือเป็น**บาทแห่งวิปัสสนา** การที่จะดำเนินจิตเข้าสู่วิปัสสนาได้นั้นต้องอาศัยตติยฌานและจตุตถฌานนี้เป็นกำลัง ถ้าไม่มีกำลังตติยฌาน จตุตถฌานอยู่แล้ว การบำเพ็ญวิปัสสนาก็ไม่เกิด

วิปัสสนานั้นได้แก่ความรู้แจ้งและเห็นจริง ความรู้แจ้งและเห็นจริงนั้นเกิดขึ้นมาจากการพิจารณาภายใน การพิจารณาภายในนั้นคือดวงตาทิพย์ ดวงตาทิพย์นั้นคือแสงสว่างที่เกิดขึ้นจากการกระทำจิต เมื่อกระทำจิตเกิดแสงสว่างเรียกว่าผู้มี

ดวงตาเห็นธรรม การที่มีจิตแล้วสว่างกำหนดจิตหลับตา แต่เกิด
ความสว่างขึ้นอย่างนี้เรียกว่ามีดวงตา เมื่อมีดวงตาอย่างนั้นก็
บำเพ็ญวิปัสสนาได้ เพราะการจะบำเพ็ญวิปัสสนานั้นต้องมี
กระแส หรือเรียกว่าจิตที่มีกำลัง

การเป็นปฐมฌาน ทุตติยฌาน ตติยฌาน จตุตถฌาน เป็น
เพียงครั้งหนึ่งครั้งเดียว แล้วจะมาบำเพ็ญวิปัสสนานั้นไม่ได้ ต้อง
บำเพ็ญฌานเหล่านี้ให้เกิด **วสี** คือความชำนาญ มีปฐมฌานก็
ชำนาญ ทุตติยฌานก็ชำนาญ ตติยฌานก็ชำนาญ จตุตถฌานก็
ชำนาญ เมื่อชำนาญแล้ว เมื่อเกิดวสี เรียกว่าความชำนาญแล้ว
ถึงจะเกิดพลังจิตได้

พลังจิตนั้นเราจะรู้ได้อย่างไรว่าพลังจิตของเรานั้นเพียงพอ
แล้ว ก็ใช้กระแสจิตนี้พิจารณาคือพิจารณาให้เห็นถึงสังขาร
ทั้งหลาย สังขารทั้งหลายก็คือร่างกาย ร่างกายนี้จะมีอะไรบ้าง

อะยัง ไช เม กาโย กายของเรานี้แล

อุทถัง ปาทะตะลา เบื้องบนแต่พื้นเท้าขึ้นมา

อะโธ เกสะมัตตะกา เบื้องต่ำแต่ปลายผมลงไป

ตะจะปะริยันโต มีหนึ่งหุ้มอยู่เป็นที่สุดรอบ

ปุโรหานัปปะการัสสะ อะสุจิโน เต็มไปด้วยของไม่สะอาด
มีประการต่างๆ

อตถิ อิมัสมิง กาเย มีอยู่ในกายนี้

เกสา โลมา นขา ทันตา (ตใจ) ผม ขน เล็บ ฟัน หน้

ในมหาสติปัฏฐานันั้น ท่านให้พิจารณาให้เห็นเหมือนกันกับ
นายโคบาล หรือนายโคคาดที่เขาเขื่อนเนื้อโค ลอกหนังออกไป
ลอกเนื้อออกไป แล้วก็เหลือแต่กระดูกมีเครื่องในเกลื่อนกลาด
พิจารณาร่างกายให้เป็นเช่นนั้นได้ ถือว่ากำลังเริ่มที่จะเข้าสู่
วิปัสสนา

การเข้าสู่วิปัสสนานั้น พระพุทธเจ้าตรัสว่าเป็นอริยสัง ก็
เท่ากันกับการดำเนินอริยสัง การดำเนินอริยสังนั้นคือการ
พิจารณาถึงทุกขสัง สมุทัยสัง นิโรธสัง และมรรคสัง

ทุกขสังนั้นได้แก่ความเกิด แก่ เจ็บ ตาย ความเกิด แก่ เจ็บ
ตายนั้น ผู้ใดเป็นผู้เกิด ผู้ใดเป็นผู้แก่ ผู้ใดเป็นผู้เจ็บ ผู้ใดเป็นผู้
ผู้ตาย ตัวร่างกายของเราที่ปรากฏอยู่นี้แหละเป็นผู้เกิดมา และ

ร่างกายของเรานี่เองเป็นผู้ที่แก่ และร่างกายของเราก็เป็นผู้ที่
จะต้องแตกสลายไป พิจารณาอย่างนี้จะทำให้เกิด**นิพพิททา**
ญาณ ความเบื่อหน่ายขึ้นมาในจิตใจ

คือใจของเราทำอะไรถึงจะเกิดความเบื่อหน่ายได้ คือใจ
ของคนเรานั้นเมื่อยังไม่ได้รับการฝึกฝน หรือไม่ได้รับการให้
พิจารณาให้เห็นตามความเป็นจริงแล้ว ใจนี้จะเป็นผู้ที่มีความ
ยึดถือ เห็นผม ขน เล็บ ฟัน หนัง ร่างกายนี้ เป็นของสวยของงาม
เป็นสิ่งที่น่ารักใคร่ชอบใจ แล้วที่นี้ก็ทำให้เกิดเป็น**สมุทัยสัง**

สมุทัยสังนั้นได้แก่ตัณหาทั้ง ๓ ตัณหาทั้ง ๓ ได้แก่

กามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา กามตัณหาก็คือความใคร่
ในกาม **ภวตัณหา**ก็คือความอยากมี อยากเป็น อยากได้เป็น
ใหญ่เป็นโต มีเงินมีทอง มีข้าวมีของ **วิภวตัณหา**นั้นก็คือความ
ไม่อยาก ไม่อยากเป็น ไม่อยากจน ไม่อยากที่จะเสื่อมลาภ เสื่อม
ยศอะไรอย่างนี้ เรียกว่าวิภวตัณหา ตัณหา^๒นั้นเกิดขึ้นจาก
อุปาทาน อุปาทานคือความยึดมั่นถือมั่น ความยึดมั่นนั้นใน
อุปาทานก็คือใจของเราเป็นอุปาทาน เมื่ออุปาทานยึดว่าอันนี้

เป็นรูปผู้หญิง อันนี้เป็นรูปชาย เรียกว่ารูปหญิง รูปชาย ต่างคนก็ต่างก็มีความรักความชอบ สิ่งเหล่านี้เกิดขึ้นมาก็ทำให้เกิดเป็นตัวต้นเหตุขึ้นมา

ตัวต้นเหตุนี้พระพุทธเจ้าตรัสว่า **ปะหาตัพพันติเม ภิกขเว** ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สมุทัยควรละ สมุทัยนี้พระพุทธเจ้าให้ละ การพิจารณาถึงตัวทุกข์ พระพุทธเจ้าได้ตรัสว่า ทุกข์นั้นควรกำหนดรู้ ทุกข์ควรกำหนดรู้ สมุทัยควรละ ปะหาตัพพันติเม ภิกขเว ดูก่อนภิกษุทั้งหลายสมุทัยควรละ ส่วนทุกข์นั้นควรกำหนดรู้ อย่างกำหนดรู้ว่าอันนี้เป็นผม ขน เล็บ ฟัน หนัง อันนี้เป็นกระดูก อันนี้เป็นตับ ไต ไข้ พุง อันนี้เรียกว่าธาตุทั้ง ๔ ดิน น้ำ ไฟ ลม เหล่านี้ล้วนแต่เป็นความเป็นจริง คือตามความเป็นจริงเป็นอย่างนั้น

แต่คนที่ไม่รู้ตามความเป็นจริงคือไม่พิจารณาให้เป็น วิปัสสนาก็จะต้องมีความหลงไหลไปตามว่าสิ่งเหล่านี้เป็นของสวยของงาม เป็นสิ่งที่ควรจะยึดถือสัมผัสอะไรต่างๆเหล่านี้เป็นต้น อันนี้เรียกว่าเป็นต้นเหตุ

พระพุทธเจ้าตรัสว่า ปะหาตัพพันติเม ภิกขเว ดูก่อนภิกษุ
ทั้งหลาย สมุทฺทัยควรละ ถ้าหากการละนั้น จะละด้วยความจำใจ
คือไม่ใช่ละด้วยสมาธิ คือกำหนดอยากจะละก็ละเอาอย่างนั้น
ละไม่ได้ ถึงอย่างไรก็ละไม่ได้ แต่การที่จะละได้ต้องละด้วย
อำนาจพลังของจิตที่ได้พิจารณาถึงตัววิปัสสนา คือพิจารณาให้
เห็นตามความเป็นจริง พิจารณาเห็นความเป็นจริงภายในจิตนั้น
จิตนี้จะเกิดนิพพิทาญาณ ความเบื่อหน่ายขึ้นมาเอง อันนั้นจึง
จะถือว่าละได้

แต่การจะไปคิดว่า อันนี้มันเป็นกระดุก อันนี้เป็นธาตุ ๔ ดิน
น้ำ ไฟ ลม ไปคิดเอาเฉยๆอย่างนี้ ยิ่งคิดมันก็ยิ่งไม่รู้เรื่อง ยิ่งคิด
มันก็ยิ่งหนักเข้าไป ส่วนถ้าหากว่าพิจารณาได้ตามความเป็นจริง
แล้วนั้น ถึงไม่ต้องคิดมันก็เกิดความถ้อยถอนคือมีจิตใจที่ไม่โลภ
โมโทสันเอง คือละไปเอง เหมือนกันกับการรับประทานอาหาร
การรับประทานอาหารนั้นถ้าหากว่าเรารับประทานอาหาร ความ
หิวมันหายไปเองมัน นั่นแหละ มันหายไปได้อย่างไร ก็เพราะ
ความอิมเข้ามาแทนที่ เรารับประทานอาหารเข้า รับประทานอาหารเข้า ใน

ที่สุดมันก็เกิดความอึด แล้วความหิวมันหายไปได้อย่างไร ก็เพราะ
ความอึดนั่นเองที่มากำจัดความหิวออกไปได้

ฉันใดก็ฉันนั้น การที่จะละตัณหาออกไปจากจิตได้นั้น ก็ต้อง
อาศัยการพิจารณาถึงตัวทุกข์ คือพิจารณาให้เห็นตามความเป็น
จริง ตามความเป็นจริงที่ว่าอันนี้เป็นธาตุทั้ง ๔ อันนี้เป็นดิน อันนี้
เป็นน้ำ อันนี้เป็นลม อันนี้เป็นไฟ ธาตุ ๔ ดิน น้ำ ไฟ ลม ทั้ง ๔
ประการนั้น คำเรียกว่า มหาภูตรูป มหาภูตรูปทั้ง ๔ เมื่อ
มหาภูตรูปทั้ง ๔ ก็คือธาตุทั้ง ๔ ดิน น้ำ ไฟ ลม ผสมกันจึงได้ชื่อ
ว่าเป็นมหาภูตรูป เรียกว่ามีรูปเกิดขึ้น อันนี้ตามความเป็นจริง
แต่ถ้าหากว่าตามความสมมุติ อันนี้ก็เรียกว่าเป็นตัวเป็นตน เป็น
บุคคลเป็นเราเป็นเขา อย่างนี้นั้นเกี่ยวกับโดยทั่วไป ไม่ใช่ผู้ฝึก
วิปัสสนา ผู้ฝึกวิปัสสนานั้นย่อมจะต้องเห็นตามความเป็นจริง
ถึงแม้ว่าจะไม่เป็นจริงก็บังคับให้มันพิจารณาตามความเป็นจริง

ในเบื้องต้นนี้ต้องบังคับกันก่อน พอบังคับจนกระทั่งมัน
สำเร็จไปแล้วต่อมาที่หลังก็ไม่ต้องบังคับ เหมือนกันกับคนไม่
อยากรับประทาน ก็บังคับกันก่อน เมื่อบังคับกันไป อ้าว มัน

อร่อยนี้ ก็เลยรับประทานกันต่อไปจนกระทั่งอิ่ม ความหิวก็หาย
เอง เหมือนกันกับผู้ที่บำเพ็ญวิปัสสนา ในเบื้องต้นนี้ก็ยัง
บำเพ็ญวิปัสสนาไม่ได้ ตัวเราก็จำเป็นที่จะต้องบังคับตัวเรา
พิจารณา มันไม่ยอมมองเห็นคนตาย ก็มองให้เห็น มันไม่ยอม
เห็นคนเฒ่าเปื่อย ก็มองให้มันเห็น มันไม่ยอมเห็นคนที่ทุพพล
ภาพอะไรต่างๆเหล่านี้ ก็เราจะต้องทำให้มันเห็น เรียกว่าบังคับ
ให้ดู

เหมือนกันกับที่พระพุทธเจ้าของเราก่อนที่จะออกบวช
พระองค์ก็เห็นเทวทูตทั้ง ๔ เทวทูตทั้ง ๔ ที่มาบันดาลให้เห็นนั้น
คืออะไร คือคนแก่ คนกำลังเจ็บไข้ คนตาย และกัสมณะ สี่
ประการนี้เรียกว่าเทวทูตทั้ง ๔ เข้ามาให้พระพุทธองค์ได้เห็นเป็น
ครั้งแรก เพื่อที่จะเป็นแนวทางในการที่จะปฏิบัติวิปัสสนาต่อไป

พวกเราท่านทั้งหลาย พวกเรามีโชค พระพุทธเจ้าแนะนำไว้
แล้ว นี่คือวิปัสสนา นี่คือสมณะ พระพุทธองค์ได้แนะนำไว้
หมดแล้ว แต่ว่าเราจะทำให้เกิดขึ้นหรือไม่เท่านั้น ที่นี้เราได้ทำ
วิปัสสนา ก็จะต้องเป็นอริยสัจ ๔ อริยสัจข้อที่ ๓ นั้น **สัจจิกาทัพ**

พันติเม ภิกขเว ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย **นิโรธ**ควรทำให้แจ้ง นิโรธ
นั้นคืออะไร นิโรธนั้น ถ้าเปรียบก็เหมือนกันกับความอิ่ม เมื่อเรา
รับประทานอาหารเข้าไปแล้วอิ่ม ความอิ่มนั้นคือนิโรธ
เหมือนกันกับที่เราพิจารณาถึงสังขาร นิพพิททาญาณเกิดขึ้นกับ
เรา จิตนั้นก็เกิดสว่างไสวขึ้น รู้แจ้งและเห็นจริง ความรู้แจ้ง
และเห็นจริงนั้นเรียกว่าเป็นความที่เราได้ดับทุกข์ไปแล้ว
เหมือนกันกับความหิว มันมีทุกข์ มันเป็นทุกข์ แต่เมื่อเวลามัน
รับประทานอาหารอิ่มแล้ว มันก็ไม่เป็นทุกข์ เพราะดับทุกข์ไป
แล้ว อันนี้จึงเปรียบเหมือนกันกับ**นิโรธสัจ** คือนิโรธที่
พระพุทธเจ้าตรัสว่า สัจฉิกาทัพพันติเม ภิกขเว ดูก่อนภิกษุ
ทั้งหลาย นิโรธควรทำให้แจ้งเป็นอย่างนั้น

ในที่สุดนั้นพระองค์ก็ได้ทรงแสดงต่อไปว่า **ภาเวตัพพันติเม
ภิกขเม** ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย **มรรค**ควรเจริญให้มาก การดับ
ทุกข์เราจะไปดับครั้งเดียวย่อมไม่สำเร็จ จำเป็นจะต้องดับทุกข์
ไปหลายครั้งถึงจะสำเร็จได้ เหมือนกันกับคนรับประทานอาหาร
รับประทานอิ่มครั้งเดียว แล้วต่อไปไม่กินอีก ก็ต้องตาย เมื่อมัน

หิวขึ้นมาเมื่อไหร่ก็ต้องกินเมื่อนั้น จนกว่าร่างกายนี้จะเติบโตใหญ่
เต็มที่ ถึงเติบโตใหญ่เต็มที่ก็ต้องรับประทานเรื่อยไป เพราะฉะนั้น
ในคำที่ว่า ภาเวตัพพันติเม ภิกขเว ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย มรรค
ควรเจริญให้มาก ก็เช่นเดียวกัน ก็เราก็ต้องทำให้มาก เหมือนกับ
เรารับประทานอาหาร อิ่มแล้ว หิวแล้วก็กินใหม่ อิ่มแล้ว หิว
แล้วก็กินใหม่ อย่างนี้เรียกว่า ภาเวตัพพันติเม ภิกขเว ดูก่อน
ภิกษุทั้งหลาย มรรคควรเจริญให้มาก

มรรคที่จะเจริญให้มากและจะไปถึงซึ่งความสำเร็จ เรียกว่า
บรรลุนั้น เราจะกำหนดความหมายอย่างไร เรากำหนด
ความหมายได้ เพราะว่าการที่จะบรรลุได้นั้น มันจะต้องทำจิตนี้
ให้เป็น**อินทรีย์**ชะก่อน จิตที่เป็นอินทรีย์นั้น มาตั้งแต่ **สัทธินทรีย**
ยัง วิริยินทรียัง สะตินทรียัง สะมาธินทรียัง ปัญญินทรียัง

สัทธินทรียังนั้นได้แก่**ศรัทธา**เป็นใหญ่ ศรัทธาคือความเชื่อ
ความเชื่อที่เกิดขึ้นจากจิตที่ดำเนินมรรค ผู้ที่จะดำเนินมรรคนั้น
ต้องทวนกระแสจิตไปถึงที่ตั้งของจิต คือการสมบูรณ์ของการทำ

สมาธิ เริ่มแล้วซึ่งวิปัสสนา ซึ่งเป็นกำลังที่จะดำเนินวิปัสสนา
ต่อไปได้อย่างเต็มที่

เมื่อเป็นเช่นนั้น เมื่อ**ทวนกระแสจิต**เข้าไปถึงที่ตั้งของจิต
การทวนกระแสจิตนั้นกระทำอย่างไร ก็จะอธิบายไว้สักหน่อยหนึ่ง
ว่า การที่จะทวนกระแสจิตเข้าไปถึงที่ตั้งของจิตได้นั้น ก็
เหมือนกับเราได้พากันพิจารณาดูร่างกาย เรามองเห็นว่านี่เป็น
กระดูกและใครเป็นผู้เห็นกระดูกนั้น เราเห็นแสงสว่างในจิต ใคร
เป็นผู้เห็นแสงสว่างในจิตนั้น เราเห็นความสะอาดในจิต ใครเป็น
ผู้เห็นความสว่างในจิตนั้น นั่นแหละเป็นการทวนกระแสจิตมาถึง
ที่ตั้งของจิต ก็หมายความว่า แสงสว่างเราเห็นแสงสว่าง ใครเป็น
ผู้เห็น อย่างเราอิมอย่างนี้ ใครเป็นผู้อิม หรืออย่างเรามีเห็น
สังขารร่างกายอย่างนี้ ใครเป็นคนเห็น ผู้ที่เห็นนั้นมีความสำคัญ
คือเป็นผู้มีความสำคัญอย่างยิ่ง

เมื่อเราทวนกระแสจิตมาถึงที่ตั้งของจิตได้อย่างนี้แล้ว คือ
ทวนกระแสครั้งหนึ่งไม่ได้ ก็ต้องทวนกระแสหลายครั้งว่าเราก็ตั่ง
คำถามในที่นั้นว่า ใครเป็นผู้เห็น ใครเป็นผู้รู้ ใครเป็นผู้เห็น แสง

สว่างใครเป็นผู้เห็น ร่างกายใครเป็นผู้เห็น ก็ถามอยู่อย่างนั้น
แหละ แล้วก็กำหนดจิตนิ่งอยู่ จะต้องมีซักวันหนึ่งจะร้อง “อ้อ อยู่
ที่นี้เอง” เมื่อร้อง “อ้อ” ได้เมื่อไหร่ เมื่อนั้นท่านบอกกว่า ดำเนิน
จิตถึงต้น เรียกว่าต้นหนทาง เมื่อไปถึงนั้นเมื่อไหร่ นี้ มันจะรวม
ความเป็นใหญ่ทั้ง ๕ ประการ **สัทธินทรีย์ยัง วิริยินทรีย์ยัง สะติ
นทรีย์ยัง สมาธินทรีย์ยัง ปัญญาอินทรีย์ยัง ทั้ง ๕ คืออินทรีย์ทั้ง
๕ นี้** จะต้องเป็นอินทรีย์ที่มีความพร้อม มีความพร้อม ถ้าพร้อม
เมื่อไหร่ถึงจะกำจัดกิเลสได้เมื่อนั้น ถ้ายังไม่พร้อมก็เรียกว่ายัง
ไม่ได้

เหมือนกับสงคราม ถ้าหากว่ายังตีเมืองหลวงไม่แตกก็ยังไม่
ชนะ เมื่อตีเมืองหลวงแตกเมื่อไหร่ก็ชนะเมื่อนั้น ก็เหมือนกันกับ
กำลังทั้ง ๕ คือ **ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา** เป็นผู้
รวบรวมได้ มีกำลังอันยิ่งใหญ่ เมื่อมีกำลังอันยิ่งใหญ่ก็สามารถ
กำจัดกิเลส คือสามารถกำจัดกิเลสออกไปได้ทันที เรียกว่ากำจัด
ออกไปได้ทันที แต่ว่าการกำจัดกิเลส นั้น ก็เหมือนกันกับการที่
ชนะโดยเด็ดขาด การชนะเด็ดขาดนั้นเรียกว่า ชนะโดยไม่มีการ

แพ้ว ในโลกนี้การชนะเด็ดขาดไม่มี ชนะแล้วก็แพ้ว แพ้วแล้วก็ชนะ
ชนะแล้วก็แพ้ว แพ้วแล้วก็ชนะ ส่วนโลกุตตรธรรมนั้นเรียกว่าชนะ
โดยเด็ดขาด หมายความว่าเมื่อชนะแล้วไม่มีกลับมาแพ้วอีก ผู้นั้น
ก็จะมีจิตเข้าสู่ความเป็นอริยบุคคล

ความเป็นอริยบุคคลนั้น ท่านแบ่งเป็น ๔ ประเภทด้วยกัน มี
พระโสดาบัน พระสกิทาคา พระอนาคา และพระอรหันต์ พระ
โสดาก็มีโสดามรรค และก็มีโสดาผล และก็มีสกิทาคามรรค และก็มี
มีสกิทาคาผล และก็มีอนาคามรรค อนาคาผล และก็มี
อรหัตตมรรค อรหัตตผล อันนี้ถือว่าเป็นพระอริยเจ้า พระอริยเจ้า
นั้นคือผู้ที่กำจัดกิเลสได้แล้ว กำจัดกิเลสพวกนี้ คือมีกำลังทั้ง ๕
ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา หรือเรียกอีกนัยหนึ่งว่ากองทัพ
ทั้ง ๕

กองทัพทั้ง ๕ นี้ กองทัพที่หนึ่งมีศรัทธาเป็นแม่ทัพ กองทัพที่
สอง มีวิริยะเป็นแม่ทัพ กองทัพที่สาม มีสติเป็นแม่ทัพ กองทัพที่
สี่มีสมาธิเป็นแม่ทัพ กองทัพที่ห้า มีปัญญาเป็นแม่ทัพ ทั้งห้า
กองทัพนี้จึงจะถือว่าเป็นกองทัพที่ต่อสู้กับกิเลส ถ้าหากว่าทวน

กระแสจิตมาถึงที่ตั้งของจิตได้ ผู้นั้นก็จะมี**ศรัทธา**เรียกว่ามั่นคง
ไม่ต้องไปวอกแวก คนที่ยังไม่มีศรัทธามั่นคงคือยังไม่มีดวงตา
เห็นธรรม เมื่อยังไม่มีดวงตาเห็นธรรมก็ยังไม่หลง คนนั้นว่าดีก็ต้อง
เอาไปที คนนี้ว่าดีก็เอาไปที คนนั้นจูงจมูกไปทีก็เอาไปที คนนี้จูง
จมูกไปทางนี้ก็ไปที อย่างนี้เรียกว่าไม่ใช่ **สัทธินทรีย์** ยัง คือไม่ใช่มี
ศรัทธาเป็นแม่ทัพ หรือไม่ใช่ชื่อว่าศรัทธาเป็นใหญ่ ศรัทธายังย่อ
หย่อน ยังไม่มีกำลัง แต่ถ้าหากว่ามองเห็นจริงแจ้งประจักษ์
ชัดเจนว่า อ้อ นี่ เป็นธรรมะแท้จริงที่เราได้พบ ไม่ต้องไปหาที่อื่น
อีกแล้ว ใครจูงจมูกไปไหนก็ไม่ต้องไปจูงให้ยาก ไม่ต้องมีใคร
ชักชวนให้ไปไหนยาก อยู่ที่นี่จึงได้ชื่อว่าพบธรรม นี้เค้าเรียกว่า
สัทธินทรีย์ ถ้าไม่เป็นอย่างนี้ ก็เรียกว่ายังเป็นศรัทธาหัวเต่า
หลุบเข้าหลุบออกอยู่อย่างนั้น

ในข้อที่สอง **วิริยทรีย์** คือมี**วิริยะ**เป็นอินทรีย์ หรือว่า**วิริยะ**
นี้เป็นผู้อินทรีย์ เป็นผู้เป็นใหญ่ ก็หมายความว่า จะต้องเป็นผู้มี
ความเพียรที่จะทำสมาธิ มีความเพียรที่ไม่มีการถอยหลังเป็น
ธรรมดา การถอยหลังชื่อว่าไม่มีอีกต่อไป มีแต่ว่ามุ่งหน้าต่อไป

เท่านั้น คำว่าถอยหลังไม่มีอีกต่อไปของบุคคลผู้เป็น วิริยะ
อินทรีย์

สติอินทรีย์คือในสตินั้นจะเป็นผู้ที่ไม่หลง คือไม่หลงทำ
ความชั่วอีกต่อไป เพราะฉะนั้นพระโสดาบันท่านจึงบอกว่าปิด
อบายมุขโดยสิ้นเชิง ไม่ต้องไปตกนรกอีกเป็นอันขาด มีแต่จะ
ก้าวหน้าสู่สวรรค์และนิพพาน นั่นคือพระโสดาบัน ก็คือว่าท่านมี
สติ เรียกว่าสติอินทรีย์ สติอินทรีย์นี้เป็นผู้ที่มีสติ ไม่ให้ตัวของคน
นี้ไปเที่ยวทำในสิ่งที่ไม่ถูกต้อง คือมีสติบังคับอยู่ตลอด ไม่มีการ
หลง หลงที่จะไปทำความชั่วไม่ได้

สมาธินั้น เปรียบประดุจว่าเป็นอาหารของใจ หรือเป็นผู้ที่
ส่งเสริมกำลัง สมาธิของผู้ที่เรียกว่า**สมาธิอินทรีย์**นั้น ก็เป็น
สมาธิที่มีความหนักแน่น เมื่อจะเข้าฌาน ทุติยฌาน ตติยฌาน
เมื่อไหร่ นั่นก็ไม่ขัดข้อง เข้าเมื่อไหร่ก็ได้ สมาธิเข้าเมื่อไหร่ก็ได้
อย่างนั้นนะ ถึงเรียกว่าสมาธิอินทรีย์ เรียกว่า สะมาธิอินทรีย์

ปัญญาอันได้แก่การพิจารณา คือพิจารณาอยู่ว่าสิ่งนี้เป็น
ธาตุ ๔ ดิน น้ำ ไฟ ลม สิ่งนี้เกิดขึ้นมาแล้วก็ดับไป สิ่งนี้เป็นของ

ไม่เที่ยงไม่ใช่ตัวตนบุคคลเราเขา อย่างนี้เรียกว่า**ปัญญาอินทรีย์**
ถ้าหากว่าปัญญาคิดหลอกคนโน้น ปัญญาคิดโต้เถียงคนนี้ให้
ชนะ ปัญญาอยากเอารัดเอาเปรียบคนอื่น อันนั้นไม่ใช่ ไม่ใช่
ปัญญาอินทรีย์ ปัญญาอินทรีย์คือปัญญาพิจารณาถึงความไม่
เที่ยง เป็นทุกข์ ความไม่ใช่ตัวตน เห็นจริงแจ้งเรียกว่าปัญญา
อินทรีย์

เมื่ออินทรีย์ทั้ง ๕ เพียบพร้อมบริบูรณ์ คืออินทรีย์ทั้ง ๕ นี้มี
ความพร้อมคือหมายความว่าพร้อมแน่นนอน นั้นแหละได้ชื่อว่า
เป็นกำลังและสามารถที่จะนำจิตนี้เข้าสู่ความเป็นอริยบุคคลได้
โดยไม่ต้องสงสัย ต่อไปนั่งสมาธิกันต่อไป

ที่มา: <https://youtu.be/nnu9qxaUteE>