

มรรค ๘ ตอนที่ ๑

เทศน์อบรม ณ วัดถ้ำยายปริก อ.เกาะสีชัง จ.ชลบุรี

พ.ศ. ๒๕๒๒



การปฏิบัติธรรม ผู้ที่จะถึงที่สุดแห่งทุกข์ได้ จะต้องเดินตามมรรคมืองค์ ๘ หรือ ย่อลงคือ สีล สมาธิ ปัญญา นั้นเอง ในมรรคมืองค์ ๘ จะมีปัญญาอยู่ ๒ ประเภทได้แก่ สัมมาสังกัปปो และสัมมาทิฏฐิ

สัมมาสังกัปปो คือคำริชอบ เป็นปัญญาในชั้นโลกียธรรม ได้แก่ ผู้เริ่มปฏิบัติ ธรรม

สัมมาทิฏฐิ คือความเห็นชอบ รอบรู้ในกองสังขาร เป็นปัญญาในชั้นโลกุตตร- ธรรม

ด้วยเหตุนี้ มรรคมืองค์ ๘ จึงเอาปัญญาขึ้นมา ต่างกับสิกขา ๓ คือ สีล สมาธิ ปัญญา ผู้ปฏิบัติจะเริ่มมีศีล สมาธิ ปัญญา ก็ต่อเมื่อมีคำริชอบ คือสัมมาสังกัปปอ เมื่อคำริชอบต้องปฏิบัติกรรมฐานไปตามที่ครูบาอาจารย์ได้แนะนำ ปฏิบัติเรื่อยไปตามนั้น จนจิตรวมเป็นหนึ่ง ได้บรรลุธรรมครั้งแรก เมื่อสุดลมหายใจ เห็นกองสังขารเกิด เฉพาะหน้า เรียกว่า สัมมาทิฏฐิ คือปัญญาเห็นชอบรอบรู้ในกองสังขาร เรียกอีกนัยหนึ่ง ว่า เห็นอนิจจัง คือความไม่เที่ยง เรียกว่า จิตเข้าไปรู้ในจิต จิตนั้นจะอ่อนเหมือนขี้ผึ้ง ถูกไฟ เป็นการสำรอกกิเลสครั้งแรก หรือพูดตามปริยัติก็ว่า ได้บรรลุธรรมเป็นอริยบุคคล ในขั้นต้น หรือพระโสดาบัน นี้เรียกว่าผู้เข้ากระแส พร้อมกับมีศีลอันบริสุทธิ์ ศีลนี้เกิด จากองค์มรรคที่สำรอกให้จิตบริสุทธิ์ มีความเห็นบริสุทธิ์ คือละความเห็นผิดเรียกว่า ละสักกายทิฏฐิ เห็นว่าเที่ยง แต่จิตเดิมมันมันไม่เที่ยง เมื่อมันเข้าไปเห็นกองสังขารเกิด ตามความเป็นจริง จึงสำรอกกิเลสพร้อมกับละวิจิกิจฉา เชื่อมั่นว่าธรรมะพระพุทธเจ้า มีจริง และสี่ลักพตปรามาส สีลอย่างที่เขาสมาทานกันไม่เอาแล้ว สีล ๕ จะบริสุทธิ์ผุดผ่อง เคยโกหกไม่โกหก เคยพูดเท็จไม่พูดเท็จ เคยดื่มสุราก็ไม่เอา เพราะมองเห็นโทษและภัย มีแต่สติสัมปชัญญะ ประกอบคุณงามความดี ด้วยเหตุนี้ศีลจึงบริสุทธิ์ ตั้งอยู่ใน

มรรค ๘ คือหนึ่งสัมมาวาจา เจรจาชื่อตรง สัมมากัมมันตะ การงานชอบ คือการงานในกัมมัฏฐานเป็นอารมณ์ สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีพชอบ ไม่หลอกลวงเขาเลี้ยงชีพ ถ้าเป็นพระก็ต้องอาศัยบิณฑบาตเลี้ยงชีพไปวันหนึ่งๆ ละสิ่งไม่ดีพร้อมกับมีหิริโอตตปละ เกรงกลัวต่อบาปกรรม ความละอายเกิดขึ้นพร้อมกับมี สัมมาวายามะ ความเพียรชอบ คือความเพียรในการเผากิเลส ละโลกโกรธหลงให้เบาบางต่อไปพร้อมกับมี สัมมาสติ ระลึกชอบ จะนั่ง เดิน ยืน นอน จะทำอะไรก็แล้วแต่ มีสติสัมปชัญญะประกอบแต่ความดี มีสัมมาสมาธิ คือมีอุปจารสมาธิเกิดเป็นครั้งแรก นี้เรียกว่าผู้เข้ากระแสต้องละสักกายทิฏฐิ ไม่ใช่ละอิตตาตัวตน ละอิตตาตัวตนต้องขั้นสุดท้าย ซึ่งเรียกว่าละอวิชชา ถึงขั้นนี้ให้ละนับ มาใช้พุทโธภาวนาต่อไปเรื่อยๆ มีศีล สมาธิ ปัญญาจริง แต่ยังไม่สมบูรณ์ ค่อยละโลก โกรธหลง เรื่อยไป ที่นี้เกิดกองสังขารทีละตอนๆ เรื่อยไปจนเข้าสู่สังขารูปกขาญาณ เกิดความเบื่อหน่ายในกองสังขาร เรียกว่า นิพพิทาญาณ จึงหาทางออกจากกองทุกข์ เมื่อเห็นสังขารกองสุดท้ายก็จะนั่งเฉยเป็นอุเบกขาอยู่ พิจารณาเห็นกองสังขารเป็นทุกข์ เอาทุกข์เข้ามาพิจารณา สวหาเหตุว่าอะไรจึงเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ เมื่อเห็นเหตุแห่งทุกข์ก็เข้าสู่อัปปนาสมาธิหรือเข้าป่าอ้อ ตอนนี้นำโคตรภูทึงบัญญัติ (ทึงพุทโธหรือองค์ภาวนา) อันนี้เรียกว่า ดับทุกข์ สำรอกกิเลสครั้งที่สอง(สภิกาคามี) เมื่อเข้าสู่อัปปนาสมาธิ ขั้นนี้สมาธิจะแนบแน่น ไม่ขึ้นๆลงๆ ทึงบัญญัติ เอรูปรนามเป็นอารมณ์ กำหนดรู้ไปโดยอัตโนมัติ นั่ง เดิน ยืน นอน กู้ เขยียด มีสติสัมปชัญญะกำหนดรู้เป็นอัตโนมัติ เมื่อสติสมบูรณ์ดี ท้นการเกิดดับของรูปนาม เรียกว่าท้นการเกิดของผัสสะ การเกิดผัสสะจะเกิดแบบสายฟ้าผ่าเปรี้ยง อุปรมาเหมือนการกะเทาะเปลือกหรือแยกรูปนาม รู้ชัดว่าอะไรเป็นรูปอะไรเป็นนาม นี่เป็นการสำรอกกิเลสครั้งที่สาม ต่อไปก็เดินตามมรรค ๘ มีศีล สมาธิ ปัญญา สมาธิขั้นนี้เป็นขณิกสมาธิ มีอัปปนาเป็นบาท มีสติสัมปชัญญะระลึก นั่ง เดิน ยืน นอน กู้ เขยียด อุจจาระ ปัสสาวะ ติดต่อกัน น้อมกายมาพิจารณาเป็นอารมณ์ให้เห็นเป็นอสุภะ เรียกว่า กายคตา เห็นกายเน่าเปื่อย หรือหนอนไชจนยุ่ยก็ดี นั่งพิจารณาไป จะเกิดเสียงลั่นออกจากดวงจิตดังปึก พอปึกแล้วจะลั่นลงมาโคนขา เกิดครั้งนี้เป็นครั้งที่สี่ เรียกว่า เจโตวิมุตติ สำรอกราคะและโทสะ ถ้าพูดตามปริยัติเรียกว่า เข้าสู่อนาคามี การเจริญภาวนาจนบรรลุธรรมถึงขั้นที่สี่ คือเจโตวิมุตติ นี่เป็นการเจริญอานาปานสติ สมาธิต่อจากนี้เป็นอานาขปัพพะ ใช้นามรูปเป็นอารมณ์ เจริญสติปัฏฐาน ๔ ในกาย เวทนา จิต ธรรม นั่ง เดิน ยืน นอน มีสติสัมปชัญญะเห็นกายในกาย เมื่อสุขเกิด ให้รู้ว่าสุขเกิด เมื่อทุกข์เกิด ให้รู้ว่าทุกข์เกิด ทุกข์ดับให้รู้ว่าทุกข์ดับ เฉยๆให้รู้ว่าเฉยๆ เวทนาเกิดให้รู้ว่าเวทนาเกิด เห็นจิตในจิต จิตจะชอบหรือไม่ชอบก็ให้รู้ จิตมีราคะก็รู้ มีโทสะก็รู้ จิตมี

โลกะก็รู้ นี้เรียกว่าเห็นจิตในจิต ที่นี้เห็นธรรมในธรรม พยายามกำหนดตามติดนามรูป เดินไปตามสติปัฏฐาน ๔ มีสติสัมปชัญญะตามเรื่อยไป อุปมาเหมือนกับสุนัขที่ไล่เนื้อ เมื่อตามทันก็คาบเนื้อ เมื่อคาบปั๊บก็รู้เลยว่า ตัวนามรูปเป็นตัวคืนรน พอรู้เช่นนั้นจิตก็จะปล่อยวาง พอวางปั๊บ ตัวทุกข์จะหลุดออกจากขั้วหัวจิตวูบไปเลย ตัวสังขารปรุงแต่งจะดับสนิท จิตใจจะว่าง โล่ง โปร่ง เป็นอิสระ สุขอะไรไม่มีเท่าอีกแล้ว เดินตามสติปัฏฐาน ๔ เรียกว่าวิปัสสนา แล้วที่นี้สมาธิเป็นขณิกะ ขณิกะๆ จะเดิน จะรู้ จะเหยียด มันเกิดดับติดๆ กันไป จนกว่าจะรู้ความจริงว่าเป็นอาการของจิต เราไปหลงอาการของจิต เมื่อรู้เช่นนั้น มันก็ดับวูบ เรียกว่าทิ้งนามรูป หรือขันธห้า (รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ) ตัวปรุงแต่งดับ จิตก็โล่ง โปร่งสบาย เยือกเย็น สุขอะไรไม่เท่าสุขเหมือนจิตที่ไม่คิดไม่นึก แต่มันยังมีโมหะคลุมอยู่ ที่นี้นั่ง ยืน เดิน นอน คู่เหยียด มีสติสัมปชัญญะ พิจารณาอีกครั้งหนึ่ง พอระลึกมันเป็น“กู” เป็นตัวเป็นตนระลึกขึ้นมา พอพิจารณาอีกครั้งก็หายจาก “กู” ระลึก สติสัมปชัญญะก็เป็นนามชนิดหนึ่ง มันเองก็รู้ของมันเองว่าเป็นนามชนิดหนึ่ง พอรู้ว่าเป็นนามชนิดหนึ่ง มันก็จะว่างไปอีก ที่นี้สังขารจะปรุงขึ้นมาอีกครั้ง สติสัมปชัญญะจะตามติดๆ ที่นี้จะเอาอายตนะ ๖ หรือ สังขาร ๖ มาพิจารณาอีกครั้ง พิจารณาสังขารว่า อะไรเป็นของสมมติ อะไรเป็นปรมาตถ์ จึงมารู้ความจริงว่าสังขาร ตัวปรุงแต่งเป็นของสมมติ เมื่อพิจารณามันก็เข้าไปสู่จิตเรียกว่า มโนผัสสะ ทางเข้าไปสู่จิต จิตที่เป็นสังขารจะเข้าไปปรุงแต่ง นี่เป็นตัวสมมติ เมื่อมีปัญหาญาณเข้าไปรู้ความจริงว่า อะไรเป็นตัวปรุงแต่ง อะไรเป็นตัวสมมติบัญญัติ เป็นโน่นเป็นนี่ เป็นเราเป็นเขา พอรู้ความจริงว่าไอ้โน่นเป็นตัวสมมติ พร้อมกับรู้อาการของนามรูปด้วย เมื่อไปรู้ของปลอม มันก็วางหมดไม่มาปรุงแต่งจิตอีกต่อไป ก็พ้นจากกองทุกข์ เรียกว่าปัญญาวิมุตติ สාරอกอวิชา ด้วยเหตุนี้ ผู้ปฏิบัติจะต้องเดินตามมรรคมีองค์ ๘ ให้บริบูรณ์ เมื่อสมบูรณ์แล้วต้องถึงวิมุตติ คือดับสังขาร ทิ้งนามรูป หรือขันธห้า ก็คือขันธวิมุตติ ตัวปรุงแต่งดับ ก็เป็นการดับสังขาร เรียกว่าขันธวิมุตติ ถ้ามีเจโตวิมุตติ สාරอกราคะและโทสะ ปัญญาวิมุตติ สාරอกอวิชาแล้ว ก็สมบูรณ์พ้นจากกองทุกข์ ถ้าเจริญตามมรรคมีองค์ ๘ ไม่บริบูรณ์ ก็ไม่วิมุตติ ยังไม่หลุดพ้นแน่ดังพุทธพจน์ที่ว่า “เอว อนาปตติโก หุตวา สุทฺถนฺเต ปตฺติจฺฉิตฺโต คิสฺโส ลิกฺขา ปุเรตฺวา ทฺถุขสฺสฺสํ กฺริสฺสติ” ความว่า พระภิกษุองค์หนึ่งองค์ใด ชำระตนให้ผ่องใส สะอาดปราศจากความมัวหมอง อันเกิดแต่กาย วาจา ใจ แล้ว ชื่อว่าข่อมตั้งอยู่เฉพาะในความบริสุทธิ์เป็นอันดี ภิกษุนั้นก็จักยังสิกขา ๗ ให้บริบูรณ์ แล้วสามารถกระทำซึ่งที่สุดแห่งทุกข์ได้โดยพลัน ด้วยประการฉะนี้

เมื่อมีศรัทธาตั้งใจปฏิบัติให้ถูกต้อง ตามหลักสติปัฏฐาน ๔ โดยสมบูรณ์แล้ว

ธรรมไม่ว่าหายาบหรือละเอียด สูงหรือต่ำ จะปรากฏเห็นแจ้งขึ้นมาด้วยตนเอง ไม่ต้อง
ไปปรารถนาหรือไม่ปรารถนา



มีสติสัมปชัญญะควบคุมอิริยาบถทั้ง ๔ และอายตนะ ๖ ให้ทัน
ปัจจุบันธรรม อุปมาเหมือนสุนัขไล่เนื้อ เมื่อมันก็กัดเนื้อทันที
ผู้ปฏิบัติก็ฉับนั้น เมื่อสติตามทัน รู้ความจริงว่า นามและรูปเป็นตัว
ดินร่นขวนขวายให้เกิดทุกข์ จึงปล่อยวางนามและรูป สังขารตัว
ปรุ่งแต่งก็ดับ จิตก็โปร่งเยือกเย็น และเป็นอิสระ