



# ปัญญาอบรมใจ

โดย

พระอาจารย์ทูล จิปปปัญญา

วัดป่าบ้านค้อ ต.เขื่อน้ำ อ.บ้านฝ้อ จ.อุดรธานี

โทร (๐๘๒) ๒๔๕-๔๘๘

## คำปรารภ

หนังสือปัญญาอบรมใจที่ท่านกำลังอ่านอยู่ขณะนี้ เป็นอุบายวิธีปฏิบัติได้ทุกกาลเวลา ไม่ว่าจะอยู่ในที่ไหนแห่งใด ให้ใช้สติปัญญาอบรมใจอยู่เสมอ และใช้ได้กับสังคมทั่วไป ให้ท่านได้อ่านความหมาย จะปฏิบัติได้ทันที ในธรรมะสี่ปรีศธรรม ๗ แต่ละข้อ เป็นอุบายฝึก กาย วาจา ใจ ให้อยู่ในขอบเขตของธรรมได้เป็นอย่างดี มิใช่ที่จะอ่านรู้ในความหมายแล้วทิ้งไป จะไม่เกิดประโยชน์อะไรเลย หรือเรื่อง กาลามสูตร ๑๐ ข้อ ก็ได้อธิบายไว้เช่นกัน แต่ละข้อเป็นหลักวิธีเปลี่ยนความเห็นของใจที่เป็นมานะอัตตา ให้เป็น ธรรมาธิปไตย เอาเหตุผลที่เป็นธรรมมาเป็นหลักพิจารณาด้วยปัญญา แล้วฝึก กาย วาจา ใจ ให้เป็นไปตามหลักความจริง ฝึกใจทำใจให้เป็นไปในหมวดธรรมนั้น ๆ อย่างถูกต้อง การเรียนรู้ในตำรานั้นรู้ได้ ถ้าไม่นำมาปฏิบัติฝึก กาย วาจา ใจ ความรู้ก็ทำให้เราดีไม่ได้เลย ในคำว่า ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรมในความหมายว่ารู้ธรรมได้แค่ไหน ก็ให้ฝึกใจเป็นไปในธรรมได้เท่านั้น ถ้าฝึกใจให้เป็นไปในลักษณะนี้ ถึงจะรู้ธรรมไม่มากนัก รู้สัก ๒ - ๓ ประโยค แล้วฝึกใจ ทำใจ ให้เป็นไปในหมวดธรรมนั้น ๆ

ขอให้ทุกท่านศึกษาธรรมให้เข้าใจในความหมายและปฏิบัติตาม ผลของการปฏิบัติก็จะเกิดขึ้นจากตัวท่านเอง ขอทุกท่านจงมีสติปัญญารู้แจ้งเห็นจริงในหมวดธรรมนั้น ๆ ตามความเป็นจริงด้วยสติปัญญาของตัวเองด้วยเทอญ



(พระอาจารย์ทูล ชิปปปัญญา)

## สารบัญ

คำปรารภ	๒
ปัญญาอบรมใจ	๔
ปัญญาศึกษาสมาธิ	๔
ลักษณะสมาธิ ๒ ประเภท	๖
รู้เห็นอึดตอก่อนอนัตตา	๗
สมาธิเพียงขมกิโลสตันหา	๘
แสวงหาหัวหน้าโค	๙
กามาวจรกุศล	๑๐
สัปปุริสธรรม ๗	๑๑
ธัมมัญญุตตา	๑๑
อิตถัญญุตตา	๑๔
อิตตัญญุตตา	๑๕
มัตตัญญุตตา	๑๗
กาลัญญุตตา	๑๘
ปริสัจญุตตา	๒๐
ปุคคลัญญุตตา	๒๑
มีปัญญาเลือกเพื่อนธรรม	๒๔
กาลามสูตร	๒๔

## ปัญญาอบรมใจ

วันนี้จะปรารภธรรมะให้พวกเราทั้งหลายได้เข้าใจ ธรรมะที่จะปรารภนั้น ก็เหมือนกันกับธรรมะที่พวกเราทั้งหลายเคยได้ยินได้ฟังมาแล้ว และเคยได้อ่านตามตำรา มา คิดว่าทุกท่านมีพื้นฐานทางธรรมะมาแล้วพอสมควร ธรรมะนั้นมีหลายชั้น ตอน มีหลายหมวดหมู่ ธรรมะแต่ละหมวดหมู่จะนำมาปฏิบัติได้ตามความสามารถของตน ธรรมะบางหมวดจะนำมาปฏิบัติเฉพาะกับสังคมส่วนรวม ธรรมะบางหมวดจะนำมาปฏิบัติได้เฉพาะตัวเอง ถึงจะนำธรรมะมาปฏิบัติเฉพาะตัวเองก็ตาม ก็ยังแบ่งเป็นชั้นโลกีย์และโลกุตระ ที่เรียกว่า ปฏิบัติขั้นกามาวจร กุศลและขั้นโยคาวจรกุศล ส่วนขั้นโยคาวจรกุศลนั้น เป็นธรรมะระดับสูง สำหรับฆราวาสแล้ว จะปฏิบัติให้เป็นไปได้ยาก แต่ก็ควรศึกษาให้รู้เอาไว้ เมื่อโอกาสเวลาเรามีก็ฝึกปฏิบัติตามกำลังความสามารถของเรา เรียกว่าฝึกนิสัย เพื่อเสริมสร้างบารมีให้แก่ตัวเองเอาไว้

การศึกษาธรรมปฏิบัตินั้น เราจะศึกษาจากตำรา หรือศึกษาจากการได้ยินได้ฟังจากท่านผู้รู้ทั้งหลาย เมื่อเข้าใจแล้ว ก็นำมาปฏิบัติตามโอกาสที่มีตามกาลเวลาที่เหมาะสม ในยุคนี้สมัยนี้ ถ้าพูดเรื่องการปฏิบัติแล้ว จะเข้าใจว่าวิธีการทำสมาธิ เพราะได้ยินได้ฟังกันบ่อยครั้งจนฝังใจ ถ้าได้ฟังจากครูอาจารย์ว่าให้พากันปฏิบัติ ทุกคนจะต้องเข้าใจว่า ให้ทำสมาธิเพื่อให้อจิตมีความสงบตั้งมั่น จะต้องนึกคำบริกรรมอย่าง

นั้น นิ่งวิธีอย่างนี้ ใครมีความชำนาญการทำสมาธิอย่างไรก็ปฏิบัติไปอย่างนั้น ใครมีความชำนาญนึกคำบริกรรมว่าพุทโธ ก็นึกพุทโธไป ใครชำนาญนึกคำบริกรรมว่ายุบหนอ พองหนอ ก็นึกกันไป ใครชำนาญนึกคำบริกรรมว่า สัมมาอรหัง ก็นึกกันไป ส่วนมากจะเกิดความเข้าใจว่า การภาวนาปฏิบัติก็คือ การนึกคำบริกรรมทำสมาธิให้จิตได้พักอยู่ในความสงบชั่วคราวเท่านั้น ในบางครั้งจิตไม่สงบเลย มีแต่คิดฟุ้งไปตามกระแสโลก อยู่ตลอดเวลา ในบางครั้งก็ทำให้จิตมีความสงบได้บ้าง เมื่อจิตถอนออกจากสมาธิมาแล้ว ใจก็คิดฟุ้งไปตามกระแสโลกตามเดิม หรือกำลังใจที่เกิดขึ้นจากจิตสงบ ก็จะเป็นกำลังหนุนความคิดที่เป็นไปตามกระแสโลกรุนแรงมากขึ้น จะไม่มีสติ ปัญญาระงับอารมณ์ของใจได้เลย เกิดความฟุ้งซ่านบ้าง และฟุ้งไปตามสังขารนานาประการจนลืมตัว แทนที่จะเกิดพิจารณาไปตามความเป็นจริงในสังขาร แต่กลับคิดฟุ้งไปตามสังขาร การปรุงแต่งในสมมติทำให้ใจฟุ้งไปตามกระแสโลกจนไม่มีที่สิ้นสุดลงได้

## ปัญญาศึกษาสมาธิ

การทำสมาธิให้จิตสงบจึงเป็นดาบสองคม ถ้าทำสมาธิที่มีสติปัญญารอบรู้ ก็จะเป็นผลดี ถ้าไม่มีสติปัญญารอบรู้เป็นองค์ประกอบ การทำสมาธิก็จะมีแต่ผลเสียฝ่ายเดียว จึงเรียกว่า มิจฉาสมาธิ มีความสงบที่ผิดตั้งมั่นที่ผิดไปตลอด เมื่อทำสมาธิเป็นมิจฉาผิดพลาดไป จะไม่รู้ตัวได้เลย จะยังมีความเข้าใจว่าเราทำถูก

โดยถ่ายเดียว การทำสมาธิให้จิตสงบจึงเป็นหลักสากล ไม่ได้ผูกขาดกับศาสนาหนึ่งศาสนาใด แม้ผู้ไม่นับถือศาสนาอะไรก็ทำสมาธิให้จิตสงบได้ เมื่อจิตสงบแล้ว ก็จะเป็นมีจิตสมาธิเป็นส่วนใหญ่ ส่วนสัมมาสมาธิ ความสงบที่ถูกต้องชอบธรรมนี้ จะมีเฉพาะผู้ปฏิบัติเป็นสัมมาทวิปฏิ มีความเห็นชอบเป็นพื้นฐานเท่านั้น การทำสมาธิเป็นอุบายให้จิตพักผ่อนชั่วคราวชั่วคราวเท่านั้น ตามปกติ จิตจะคิดในเรื่องต่าง ๆ ไม่มีขอบเขต คิดทั้งเรื่องดีและเรื่องไม่ดีแทบไม่มีเวลาพักผ่อน จึงกลายเป็นจิตฟุ้งซ่านบ้าง จิตฟุ้งไปตามสังขารบ้าง จิตไม่อยู่กับตัวเอง จะคิดส่งออกข้างนอกอยู่ตลอดเวลา เว้นเสียในช่วงที่นอนหลับไปเท่านั้น เมื่อตื่นขึ้นมาแล้วก็คิดต่อไป ฉะนั้น การทำสมาธิจึงเป็นเพียงให้จิตได้พักให้มีความกำลังใจ เพื่อจะได้ใช้ปัญญาพิจารณาในธรรมต่อไป

ฉะนั้น การทำสมาธิจึงเป็นเพียงได้กำลังใจมาเสริมปัญญา ให้เกิดความรู้เห็นตามความเป็นจริง มีความเข้าใจในเหตุผลให้ชัดเจนมากขึ้น เรียกว่า ทำสมาธิเพื่อเสริมสร้างพลังงานทางใจให้มีกำลัง เมื่อใจมีพลังจากความสงบที่เกิดขึ้นจากสมาธิ ก็จะนำเอาพลังใจนี้ไปประกอบกับสติปัญญา เมื่อพิจารณาในสิ่งใด ก็เกิดความเข้าใจได้อย่างแจ่มแจ้งชัดเจน ที่เรียกว่า โยนิโสมนสิการ การพิจารณาในสิ่งใด การวิจัยวิเคราะห์ วิจาร์ณ ในสิ่งใด ก็เกิดความเข้าใจได้อย่างถูกต้องแยกแยะ จะหายสงสัยในสิ่งที่เกิดความลังเลใจไปได้ทั้งหมด หลักการใช้ปัญญา

พิจารณานี้ต้องฝึกมาก่อน ฝึกความคิด ฝึกปัญญา ตามเวลาปกติ จนเกิดความเคยชินในการใช้ปัญญาพิจารณาในสังขารนั้น ๆ เมื่อปัญญาเราฝึกไว้ดีแล้ว จึงทำสมาธิเพื่อให้เกิดพลัง แล้วเอาพลังที่เกิดขึ้นจากสมาธิไปเสริมสติปัญญาที่ฝึกดีแล้วอีกครั้งหนึ่ง เป็นไปในลักษณะปัญญาหนุนสมาธิหรือสมาธิหนุนปัญญา ทั้งสมาธิ ทั้งปัญญา จะหนุนกันไปหนุนกันมา ทั้งสองฝ่ายจะเป็นพลังให้แก่กันและกันจนเกิดศรัทธาพลัง วิริยพลัง สติพลัง สมาธิพลัง และปัญญาพลัง การภาวนาปฏิบัติก็จะก้าวหน้าต่อไปได้ดี มีแต่เจริญในการปฏิบัติยิ่ง ๆ ขึ้นไป ยิ่งมีสติปัญญาละเอียดมากเท่าไร ใจก็ยิ่งเกิดความรู้เห็นในหลักสังขารละเอียดมากขึ้นเท่านั้น

การทำสมาธิให้จิตสงบนั้นทำได้ ในเมื่อจิตสงบมีพลังแล้ว ไม่มีหลักสติปัญญาอยู่ในตัว ไม่เคยฝึกปัญญาพิจารณาในสังขารมาก่อน กำลังใจที่เกิดจากสมาธิจะอยู่ได้ไม่นานก็จะเสื่อมไป ไม่ได้ประโยชน์อะไร เหมือนผู้นอนพักผ่อนหรือหลับไปเมื่อตื่นนอนแล้วเกิดมีกำลังกายและกำลังใจกำลังที่มีนี้ ถ้าไม่มีงานทำ ก็ไม่ได้ผลจากกำลังนี้เลย ที่เรียกว่ากินแล้วนอน ตื่นนอนก็ออกมานั่งเล่น จะไม่เกิดผลเกิดประโยชน์ในหน้าที่การงานให้สำเร็จได้เลย นี่ฉันใด การทำสมาธิโดยไม่มีปัญญาเป็นองค์ประกอบ ก็จะอยู่เพียงสุขกายสุขใจไปชั่วระยะหนึ่ง แล้วก็เสื่อมไปเท่านั้น ปัญหาต่าง ๆ ที่จะต้องชำระแก้ไขก็จะตกค้างอยู่ภายในใจต่อไป ฉะนั้น การทำสมาธิให้จิตมีความสงบ เพียงให้เกิดความสุขทางใจ และให้เกิดกำลังใจเท่านั้น จะเอาไป

ละกิเลสความเห็นผิดทางใจไม่ได้เลย อย่าง มากก็เป็นเพียงข่มกิเลสตัณหาไม่ให้เกิด ความรุนแรงในขณะที่จิตมีความสงบอยู่ เมื่อ จิตถอนออกจากสมาธิแล้ว กำลังใจที่เกิดจาก สมาธิก็จะไปเสริมกิเลสตัณหา และเสริม มิจฉาติภูฏฐิให้เกิดความลุ่มหลงและเกิดความ เห็นผิดต่อไป

## ลักษณะสมาธิ ๒ ประเภท

การทำสมาธิมีลักษณะ ๒ อย่าง

### ๑. สมาธิความตั้งใจมั่น

#### ๒. สมาธิความสงบ

สมาธิสองอย่างนี้มีลักษณะแตกต่างกัน ดังจะได้ อธิบายให้เกิดความเข้าใจดังนี้ คำว่า สมาธิความ ตั้งใจมั่น การนึกคำบริกรรมอะไรก็ได้ ขอให้มีความถนัดใจ จะนึกว่า เวลาสูดลมหายใจเข้านึก ว่า พุท ในขณะที่ปล่อยลมหายใจออกนึกว่า โธ อย่างนี้ก็ได้อีก หรือสูดลมหายใจเข้านึกว่า พองหนอ เวลาหายใจออกนึกว่า ยุบหนอ อย่างนี้ก็ได้อีก หรือนึกคำบริกรรมว่า สัมมาอรหัง อย่างนี้ก็ได้อีก จะไม่ นึกคำบริกรรมอะไร เพียงสูดลมหายใจเข้าก็มีสติ ระลึกรู้ที่อยู่ว่าเราสูดลมหายใจเข้า ในขณะที่ปล่อย ลมหายใจออกก็ให้มีสติระลึกที่อยู่ว่าลมหายใจ ออก ลมหายใจเข้าหยาบก็ให้มีสติระลึก รู้ ลมหายใจออกหยาบก็ให้มีสติระลึก รู้ ลมหายใจเข้า ละเอียดก็ให้มีสติระลึกที่อยู่ว่าลมหายใจเข้า ละเอียด ลมหายใจออกละเอียดก็ให้มีสติระลึก อยู่ว่าลมหายใจออกละเอียด ทำใจให้มีความแผ่ว

เบา อย่างบังคับลมหายใจตัวเอง ให้หายใจเข้า หายใจออกตามปกติ อย่าให้เกิดความอยาก อะไรขึ้นที่ใจ เช่น อยากให้ลมหายใจเป็นอย่างนั้น เป็นอย่างนี้ หรือไม่ให้มีความอยากอย่างอื่น เช่น อยากให้จิตมีความสงบ หรืออยากให้เห็นรูปภาพ เป็นอย่างนั้นอย่างนี้ อยากเห็นนรก อยากเห็น สวรรค์ อยากให้ปัญญาเกิดขึ้น อยากรู้อยากเห็น แห่งความสิ้นทุกข์ อยากรู้อยากเห็นแห่งมรรคผล นิพพาน ถ้าหากให้ความอยากดังที่ได้อธิบายมา นี้เกิดขึ้น ผู้นั้นจะถูกกิเลสสังขารหลอกใจได้ทันที ผู้นั้นก็จะเกิดความหลงไปตามสังขารนั้น ๆ จนลืม ตัว แล้วจะเกิดความเห็นผิดและเกิดความเข้าใจ ผิดต่อไป ก็จะเกิดความเข้าใจไปว่า เราภาวนาดี อย่างนั้น ภาวนาดีอย่างนี้ไป ก็จะเกิดเป็น มิจฉาสมาธิ มีความเห็นผิด แล้วมาเข้าใจว่ามี ความเห็นถูก ต่อไปจึงยากที่จะแก้ไข หรือแก้ไขไม่ ได้เลย

สมาธิความตั้งใจมั่นนี้ จะมีสติระลึกได้ในคำ บริกรรมอยู่ตลอดเวลา กิริยาความรู้สึกตัว ในขณะนั้น ก็รู้ตัวว่าเราอยู่ในปัจจุบันได้อย่างไร แน่วแน่ อากาของจิตที่ตั้งมั่นนี้ บางคนก็ตั้ง มั่นได้นาน บางคนตั้งมั่นไม่นานเลย นี่ก็เป็น ไปตามนิสัยของแต่ละคน ไม่เหมือนกัน ถ้าผู้มี นิสัยเป็นเจโตวิมุตติ ก็มีความตั้งมั่นได้นาน และจะน้อมไปเป็นสมาธิความสงบได้ด้วย ถ้าผู้มีนิสัยเป็นปัญญาวิมุตติ ผู้นั้นจะทำสมาธิ ให้เกิดความตั้งมั่นได้ไม่นาน ประมาณ ๑๐ กว่านาที หรือไม่เกิน ๓๐ นาที จะมีความรู้สึก ชั้นที่ใจว่าอยากคิด ถ้าผู้นั้นเคยได้ฝึกปัญญา มาก่อนแล้ว ก็ให้หยุดจากการนึกคำบริกรรม

แล้วน้อมใจใช้ปัญญาพิจารณาให้เป็นไปตามหลักความเป็นจริงต่อไป เช่น ความเป็นจริงในสิ่งที่เห็น อนิจจัง ความไม่เที่ยง ความเป็นจริงในทุกข์ จะเป็นความทุกข์ทางกายและทุกข์ทางใจ เป็นในลักษณะอย่างไรให้ใช้ปัญญาพิจารณาไปตามความจริงอย่างนั้น และพิจารณาเหตุที่ให้เกิดความทุกข์ทางกาย และเหตุให้เกิดทุกข์ทางใจ ให้รู้เห็นด้วยเหตุและผลด้วยปัญญาเฉพาะตัว และทำใจให้เกิดความกลัวในทุกข์และกลัวเหตุให้เกิดทุกข์อยู่เสมอ เมื่อนานไปคิดในสิ่งใด ใจก็จะค่อยรู้เห็นเป็นไปในสิ่งนั้น ๆ ได้อย่างชัดเจนมากขึ้น จนเกิดความรู้ความเห็นตามความเป็นจริงในสิ่งนั้น ๆ ได้อย่างชัดเจน

### รู้เห็นอัตตาก่อนอนัตตา

การน้อมใจพิจารณาในอนัตตา เริ่มต้นก็ให้รู้ว่าอัตตา ตัวตนเป็นอย่างไร มีส่วนประกอบด้วยธาตุสี่ ดิน น้ำ ลม ไฟ อย่างไร อากาโร ๓๒ ที่ทุกคนเคยอ่านและเคยสวดมนต์กันอยู่แล้ว ก็ให้ใช้ปัญญาพิจารณาแยกแยะอาการแต่ละอย่างออกมา ให้รู้เห็นในลักษณะอาการนั้นให้ถูกต้อง ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม ธาตุไฟ เป็นลักษณะอย่างไร ก็ทำ ความเข้าใจในสมมติว่าเป็นลักษณะนี้จริง ๆ เหมือนกับรถ ถ้าล้อออกมาทั้งหมดแล้ว คำว่ารถก็จะหมดไปทันที ทุกอย่างจะเป็นเพียงชิ้นส่วนและอะไหล่ของรถเท่านั้น นี่ฉันใด อัตตาที่เข้าใจว่าเป็นตัวเราทั้งหมดนี้ ถ้าพิจารณาด้วยปัญญาอยู่บ่อย ๆ ใจก็ค่อยรู้เห็นว่าไม่มีอัตตัตัตตนแต่อย่างใด จึงใช้ปัญญาฝึกใจให้เกิดความรู้

เห็นตามความเป็นจริงอยู่เสมอ และฝึกใจอยู่เสมอว่า อีกไม่นานนัก ใจกับร่างกายนี้ ก็จะแยกทางกันไป ร่างกายจะเน่าทับถมอยู่ในพื้นดินนี้ ใจก็จะไปตามบุญกรรมที่ได้ทำเอาไว้แล้ว ทั้งเราทั้งเขา ก็จะเป็นอย่างนี้เหมือนกันทุกคน แม้แต่สัตว์ดิรัจฉานทุกประเภท ก็จะเป็นในลักษณะนี้เช่นกัน

สมาธิความสงบ ผู้ปฏิบัติภาวนาในยุคนี้สมัยนี้ จะมีความเข้าใจในวิธีทำสมาธิความสงบได้เป็นอย่างดี เพราะมีผู้สอนวิธีทำสมาธิความสงบกันอยู่มาก หากมีการภาวนาปฏิบัติ ก็จะประกาศว่าให้ภาวนากัน ทุกคนก็จะเข้าใจว่าการภาวนา คือทำใจให้มีความสงบ จะนึกถึงคำบริกรรม ทำให้จิตเกิดความสงบทันที วิธีทำสมาธิความสงบนั้น ก็เริ่มต้นเหมือนกันกับวิธีทำสมาธิที่ตั้งใจมั่น เหมือนกันกับที่ได้อธิบายมาแล้ว ถ้าผู้มีนิสัยเจตวิมุตติ ผู้นั้นก็จะทำให้จิตมีความสงบได้เร็วขึ้น จิตก็จะดิ่งลงอัปนาสมาธิ เข้าสู่รูปฌาน อรูปฌาน ได้เป็นอย่างดี **ในช่วงที่จิตมีความสงบนี้เอง บางคนก็จะเกิดเป็นนิมิตในลักษณะต่าง ๆ กันไป ตามนิสัยของท่านผู้นั้น** บางท่านก็จะไม่เกิดนิมิตแต่อย่างใด มีแต่ใจแน่วแน่อยู่ในความสงบนิ่งเฉยเพ่งอยู่ในฌานเท่านั้น **ในขณะที่จิตอยู่ในความสงบนั้น อาการของจิตก็จะอยู่ในอุpekขาเฉยอยู่** บางคนก็สงบได้ไม่นาน บางคนก็สงบอยู่ได้นาน ในขณะที่จิตมีความสงบอยู่นั้น เรื่องราคะ ตัณหา กิเลสน้อยใหญ่จะไม่ปรากฏที่ใจแต่อย่างใด เมื่อจิตถอนออกจากความสงบแล้ว อานาจิตสมาธิและฌานยังไม่เสื่อม ใจก็มีความสุข เบากาย เบาใจ อยู่ตลอดเวลา

ในขณะที่สมาธิฉ่ำมลงไป ก็เลศตณหาน้อยใหญ่ก็จะเกิดขึ้นที่ใจตามเดิม เหมือนกับศิลาทับหญ้า เมื่อเอาศิลาออกจากที่นั่นแล้ว หญ้าก็จะเกิดในที่นั้นตามเดิม นี่ฉันใด **ใจที่มีความสงบอยู่ ก็เพียงข่มกิเลสตัณหาไว้ชั่วคราวเท่านั้น** เมื่อสมาธิเสื่อมจากใจเมื่อไร ใจก็จะเกิดความรัก ความชอบ ในกามคุณ เกิดราคะตัณหา เกิดความโลภ ความโกรธ ความหลง ต่อไป

### สมาธิเพียงข่มกิเลสตัณหา

เมื่อใจยังมีความหลงไปตามกระแสโลกอยู่ มีความใฝ่ฝันในกามคุณอยู่ กำลังใจที่เกิดจากสมาธิความสงบก็จะเป็นกำลังหนุนกิเลสตัณหาราคะให้เกิดความรุนแรงมากขึ้น เพราะกำลังใจที่เกิดจากสมาธิความสงบเป็นเพียงกำลังหนุนเท่านั้น ถ้าผู้ฝึกสติปัญญาไม่ดี กำลังของสมาธิก็จะเป็นตัวหนุนสติปัญญาได้เป็นอย่างดี พิจารณาความจริงในสิ่งใด ก็จะทำให้เกิดความเข้าใจอย่างแจ่มแจ้งชัดเจน ถ้าไม่มีสติปัญญาให้หนุน กำลังใจที่เกิดจากสมาธิก็จะไปหนุนกิเลสตัณหาน้อยใหญ่ให้ใจพุ่งไปตามอารมณ์ที่รักที่ชอบใจต่อไป **คนส่วนใหญ่ยังมีความเข้าใจว่าการทำสมาธิความสงบจะทำให้เกิดปัญญา ทำให้ใจมีความบริสุทธิ์ผ่องใส ทำให้ใจสะอาดกิเลสตัณหา ความเห็นในลักษณะนี้ จึงเป็นความเห็นเป็นมิจฉาทิฎฐิ มีความเห็นผิดโดยไม่รู้ตัว** ถึงจะเข้าใจว่าเป็นความเห็นถูกต้องก็ตาม ก็จะเป็นความเห็นผิดต่อไป ดังคำว่าเห็นผิดเป็นถูก เห็นชั่วว่าดี เห็นสิ่งไม่เที่ยงว่าเป็นของ

เที่ยง เห็นสิ่งที่เป็นทุกข์ว่าเป็นสุข เห็นสิ่งที่เป็นอนัตตาว่าเป็นอัตตา จึงตรงกันข้ามกับความเป็นจริงอยู่ตลอดเวลา ในความเห็นที่เกิดเป็นมิจฉาทิฎฐิ แต่มาเข้าใจว่าเรามีความเห็นเป็นสัมมาทิฎฐิ อย่างนี้ใช้ไม่ได้เลย ไม่เป็นไปตามหลักคำสอนของพระพุทธเจ้าแต่อย่างใด ฉะนั้น การภาวนาปฏิบัติจึงเริ่มต้นจากความเห็น ตามปกติใจจะมีความเห็นผิดเป็นพื้นฐานอยู่แล้ว **เราจึงแก้ความเห็นผิดที่เป็นมิจฉาทิฎฐิให้หมดไป** จากใจเสียก่อน แล้วจึงมาเริ่มต้นใหม่ให้ใจมีความเห็นเป็น **สัมมาทิฎฐิ** ความเห็นชอบเห็นจริงตามความเป็นจริงที่ถูกต้อง

ในเมื่อใจเรายังไม่เป็นสัมมาทิฎฐิ ความเห็นชอบ เราก็อย่าเพิ่งภาวนาปฏิบัติแต่อย่างใด เหมือนการออกรถลงสู่ถนน ถ้าเราไม่แน่ใจในเส้นทางที่เราจะต้องไป ก็อย่าแล่นรถออกไป ให้ศึกษาเส้นทางให้ดี ดูแผนที่ให้เข้าใจ จนเกิดความมั่นใจว่าถูกต้องแล้ว จึงออกรถไป จะไม่ทำให้เสียเวลา จะถึงจุดหมายปลายทางที่เราต้องการ นี่ฉันใด การภาวนาปฏิบัติก็ฉันนั้น เราจึงมาแก้ความเห็นผิดของใจให้เกิดความถูกต้อง จากนั้นไป ก็จะทำให้เกิดความเห็นถูก การภาวนาปฏิบัติก็จะเป็นแนวทางที่ถูกต้องในการเริ่มต้น ถูกในทางกลาง และถูกในที่สุดคืออมรรคผลนิพพาน ขณะนี้ มีผู้ตั้งใจภาวนาปฏิบัติกันอยู่มาก กำลังแสวงหาครูอาจารย์ให้เป็นผู้ชี้แนะแนวทางการปฏิบัตินี้อยู่ เหมือนผู้หลงทางกำลังเดินทางอยู่ หรือไม่แน่ใจในเส้นทางที่เรากำลังเดินอยู่ว่าผิดหรือถูก กำลังต้องการผู้รู้เส้นทางที่ถูกต้องให้ ถ้าผิดก็จะได้แก้ไข ถ้าถูกก็จะได้เดินทางต่อไปด้วยความ



มันใจ จะได้รับแรงทုံมเทความพากเพียรลงไป อย่างเต็มกำลัง ข้อควรระวัง เมื่อเรากำลังหลงทางแต่ได้เพื่อนที่กำลังหลงทางเหมือนกันกับเรา หรือไปถามผู้ที่หลงทางเหมือนกันกับเรา ก็จะบอกส่งเดชไปเลยว่า ถูกแล้ว ๆ ถ้าเป็นในลักษณะนี้ ก็ตัวใครตัวมันก็แล้วกัน เพราะในยุคนี้ ไม่เหมือนครั้งพุทธกาล

## แสวงหาหัวหน้าโค

เหมือนกับฝูงโคกำลังแสวงหาหัวหน้าโคให้พาลอยข้ามกระแสน้ำมหาสมุทร ถ้าฝูงโคกลุ่มใดได้ผ่านและข้ามกระแสน้ำแล้ว ตรงไหนที่เป็นโขดหิน ตรงไหนที่เป็นวังวน ตรงไหนที่มีกระเซ้ ที่ไหนที่มีปลาฉลาม ตรงไหนมีโทษภัยอย่างไร หัวหน้าโคจะรู้เส้นทางในการข้ามกระแสน้ำได้เป็นอย่างดี จึงได้พาฝูงโคทั้งหลายข้ามกระแสน้ำถึงฝั่งอย่างปลอดภัย ถ้าฝูงโคได้หัวหน้าตัวที่ไม่เคยข้ามกระแสน้ำมาก่อน ก็ไม่ทราบว่หัวหน้าโคจะพาฝูงโคข้ามกระแสน้ำในจุดไหน ในขณะที่พาฝูงโคลอยคอกันอยู่ในท่ามกลางมหาสมุทร อาจเข้าไปในจุดน้ำวังวน จุดกระเซ้ จุดปลาฉลามกำลังออกหากิน ทั้งหัวหน้าโคและฝูงโคทั้งหลายจะเอาตัวรอดได้หรือไม่ หรือจะมีอะไรเกิดขึ้นกับหัวหน้าโคและฝูงโคเหล่านั้นนี้ฉันใด ในยุคนี้สมัยนี้ หัวหน้าโค หรือครูอาจารย์ที่เราต้องการจะเลือกได้ด้วยวิธีใด จะดูอย่างไรว่าเป็นของแท้ของปลอม ไม่เหมือนในครั้งพุทธกาลที่มีพระพุทธเจ้า และพระอริยเจ้าทั้งหลายมีอยู่เป็นจำนวนมาก การสอนธรรมปฏิบัติของพระอริยเจ้านั้น จะสอนไปในทิศทางเดียวกัน

พุทธบริษัทไม่ได้เถียงกันว่าองค์นั้นสอนผิด องค์นี้สอนถูก องค์นั้นสอนทางตรง องค์นี้สอนทางอ้อม **ฟังธรรมของพระอริยเจ้าร้อยพันองค์ก็เหมือนกันทั้งหมด นั่นคือสอนสัมมาทิฎฐิ ความเห็นชอบ เป็นจุดเริ่มต้น เป็นหลักยืนตัว เป็นหลักใหญ่ในการปฏิบัติธรรมทั้งหลาย**

ในยุคนี้สมัยนี้ ถึงจะมีผู้สอนธรรมและการปฏิบัติอยู่ ความถูกต้องชัดเจนจะเป็นอย่างไรก็ไม่ควรวิพากษ์วิจารณ์ ถ้าหากการสอนและการปฏิบัติอยู่ในชั้น กามาวจรกุศล ไม่มีปัญหาอะไร ทั้งผู้สอนและผู้ปฏิบัติก็ทำหน้าที่ได้ดีถูกต้องอยู่แล้ว ส่วนธรรมะที่เป็น โยคาวจรกุศล ที่เป็นแนวทางจะข้ามพ้นไปจากวัฏสงสารนั้น ดูจะเกิดความสับสนอยู่มากพอสมควร จะเป็นเพราะผู้สอนตีความหมายในธรรมะหมวดนี้ไม่ชัดเจนหรือไม่ถูกต้องแล้วนำมาสอนคนอื่นให้เกิดความเข้าใจผิดไปก็อาจเป็นได้ หรือผู้ฟังไม่เข้าใจในธรรม ตีความหมายผิดไป ก็อาจเป็นได้เช่นกัน ฉะนั้น จึงมีปัญหาถกเถียงกันว่าสายนั้นผิด สายนี้ถูก สายนี้ทางตรง สายนี้ทางอ้อม เกิดขึ้น ทุกสายจะต้องประกาศว่าถูกต้องตรงสู่มรรคผลนิพพานด้วยกัน จึงยากที่จะตัดสินว่าสายไหนผิด สายไหนถูก กันแน่ ถึงจะมีผู้รู้ดีรู้ชอบในแนวทางปฏิบัติอยู่ก็ตาม ก็ยากที่จะทำความเข้าใจให้สายต่าง ๆ กลับมาเข้าใจในทางที่ถูกต้องได้ ก็เพราะได้แบ่งกันออกไปเป็นกลุ่มเป็นเหล่ากันแล้ว แนวทางปฏิบัติชั้น โยคาวจรกุศล นี้ เป็นแนวทางปฏิบัติระดับสูง เป็นอุบายการปฏิบัติเพื่อให้พ้นไปจากภพทั้งสาม สำหรับฆราวาสแล้ว จึงยากในการปฏิบัติให้เป็นไปได้

ถ้าผู้มีความจริงจั่ง พังเหตุผลมีความเข้าใจไปในทิศทางเดียวกัน โอกาสหน้าจึงมาปรึกษากันใหม่ ถึงข้าพเจ้าจะมีสติปัญญาหน่อย ก็จะไม่อธิบายให้ฟังอย่างเต็มความสามารถ เว้นเสียที่ไม่รู้ภาษากันเท่านั้น

## กามาวจรกุศล

เราเป็นฆราวาส หากไม่สามารถจะปฏิบัติให้ถึงโยคาวจรกุศลได้ใจชาตินี้ เราก็ควรปฏิบัติอยู่ในชั้นกามาวจรกุศล ฝึกตนเองให้อยู่ในสังคัมส่วนรวมให้มีความสุขใจได้

ถึงจะเป็นโลกียสุข ก็ยังดีกว่าความทุกข์ใจที่เกิดขึ้น ความทุกข์ใจนี้ มีเหตุให้เกิดขึ้นมากมาย ถ้าเราเข้าใจในเหตุให้เกิดทุกข์ได้ เราก็จะมีอุบายหลบหลีกจากเหตุแห่งทุกข์นั้นไป ไม่ให้เกิดความทุกข์เต็มตัวจนกินไม่ได้นอนไม่หลับ จนทำอะไรไม่ได้ มีแต่ความเดือดร้อนทั้งวันทั้งคืน คำว่า เหตุ มีอยู่ ๒ อย่าง

๑. เหตุภายใน

๒. เหตุที่เกิดจากภายนอก

เหตุภายใน คือตัวเองเป็นคนก่อเหตุ ส่วนสภาวะเหตุ คือเหตุมีประจำตัว เรียกว่า วิบาก คือภพชาติที่เกิดขึ้นมาแล้วต้องได้รับทุกข์ เรียกว่า สภาวะทุกข์ คือทุกข์ประจำขั้นที่ทุกคนได้รับกันอยู่ในปัจจุบัน ทุกข์ที่เป็นเจ้าเรือน ทุกคนต้องแบกภาระหนักเฉพาะตัว ส่วนเหตุภายในที่จะไปก่อเหตุให้เกิดขึ้นนั้น หมายถึงใจ เมื่อใจมีความเห็นแก่ตัว เป็นผู้มีอัตตาสูง ผู้นั้นจะก่อเหตุให้เกิดขึ้นแก่ตัวเอง

มีทิฐิมานะสูง เป็นผู้ไม่ยอมแพ้ใคร เป็นผู้ไม่ยอมก้มหัวให้แก่ใคร ถึงทำไปก็เป็นเพียงกิริยาในการกระทำเท่านั้น เหตุที่จะให้เกิดมานะทิฐิมานะหลายทาง เช่น ถือว่าเรามีฐานะดีกว่าเขา เรามีชาติตระกูลสูงกว่าเขา เรามีความรู้สูงกว่าเขา เรามีตำแหน่งที่สูงกว่าเขา เรามีบิรวารเพื่อนฝูงมากกว่าเขา หรือลาภ ยศ สรรเสริญ สิ่งเหล่านี้จะเป็นบ่อเกิดแก่ผู้ที่ลืมหูลงตัวมีมานะทิฐิมานะได้ทั้งนั้น เมื่อมีความหลงตัวลืมหูลงตัวเกิดขึ้นแล้ว จะทำอะไรให้แก่ใคร ๆ ก็จะทำไปตามใจ ไม่มีความเกรงขามหวั่นกลัวต่อใคร เพราะถือว่าเราใหญ่พอตัว จะผิดใจไม่พอใจต่อคนใดคนหนึ่ง จะไม่คิดในเรื่องนี้ มีแต่เอาชนะคนอื่นเรื่อยไป ถึงจะทำผิดไป ก็ไม่มีความละอายแก่ตัวเอง ไม่มีความละอายแก่ผู้อื่น ไม่ละอายในการทำชั่ว ไม่เกรงกลัวในบาปอกุศล แม้แต่การพูดก็เช่นกัน จะพูดในลักษณะข่ม ๆ ชู ๆ ให้คนอื่นเกรงกลัวแก่ตัวเอง อยู่เสมอ จะพูดอย่างไรก็พูดไปตามใจอยากจะทำ พูด โดยไม่คิดถึงอกเขาอกเราว่าเขาจะรับคำพูดเราได้หรือไม่ เป็นผู้ไม่รับความผิดในคำพูดของตัวเอง ถือว่าเราใหญ่ ไม่มีใครจะทำจะพูดอะไรแก่เราได้ จะไปที่ไหนในสังคัมอย่างไร จะเข้าใจว่าเราใหญ่อยู่ตลอดเวลา ผู้มีอัตตามานะสูงอย่างนี้ เป็นเผด็จการให้ทุกคนทำตามคำสั่งและให้เชื่อฟังคำพูดของตนแต่ผู้เดียว และมีลักษณะของผู้มีมานะอัตตาสูงมากกว่านี้ ให้เราสังเกตดูก็แล้วกัน เราเป็นผู้ปฏิบัติ ต้องกำจัดมานะอัตตาให้หมดไปจากใจให้ได้ พยายามฝึกนิสัยให้แก่ตัวเองนั่นคือการปฏิบัติธรรม ฝึกใจอบรมใจอยู่บ่อย ๆ เมื่อใจได้ฝึกดีแล้ว กิริยาการทำทางกาย

และการพูดทางวาจา ก็จะละมานะอัตตาให้หมดไปโดยปริยาย จึงเป็นผู้สำรวมกายวาจาใจแล้วเป็นอย่างดี

## สัปปริสธรรม ๗

สัปปริสธรรม ๗ ข้อนี้ เป็นอุบายในการปฏิบัติได้เป็นอย่างดี เสริมสติปัญญาให้ฉลาดรอบรู้ในหมวดธรรมต่าง ๆ ได้ดี ติความหมายในหมวดธรรมนั้น ๆ ให้ถูกต้องรอบรู้ความหมายในหมวดธรรมนั้นได้ชัดเจนแล้วฝึก กาย วาจา ใจ ให้เป็นไปในหมวดธรรมนั้น ๆ กลมกลืนกันไป มิใช่ว่าธรรมที่รู้เป็นอย่างหนึ่ง ความประพฤติทาง กาย วาจา ใจ เป็นไปอีกอย่างหนึ่ง ถ้าเป็นในลักษณะนี้ ไม่นับว่าผู้นั้นปฏิบัติธรรมแต่อย่างใด เพราะการศึกษารูธรรมในตำรา ใคร ๆ ก็ศึกษาได้ ถ้าไม่ฝึกกาย วาจา ใจ ให้เป็นไปในหมวดธรรม ความรู้ที่ได้ศึกษามากก็ไม่มีประโยชน์อะไร เหมือนกับรู้เรื่องของอาหารดี อาหารอย่างนั้นก็รู้ อาหารอย่างนี้ก็รู้ แต่ไม่ได้รับประทานอาหารนั้นเลย หรือเหมือนกับทัพพีที่ตักอาหารก็จะมีรสชาติของอาหารนั้นเลย นี่ฉันใด การศึกษารูในหมวดธรรมต่าง ๆ มาดีแล้วก็ตาม ถ้าไม่ปฏิบัติ กาย วาจา ใจ ให้เป็นไปในธรรมที่ได้ศึกษามา รสชาติของธรรมเป็นอย่างไร ความอึดอัด ความบีบคั้นในธรรมก็จะไม่ได้สัมผัสแต่อย่างใด หรือเหมือนกับมดแดงที่เกาะอยู่กับผลมะม่วงสุกที่มีไอซารส ก็จะไม่รับรู้รสของมะม่วงนั้นเลย การรูธรรมในตำรา ถ้าไม่นำมาปฏิบัติ ฝึกตัวเองให้เป็นไปในธรรม ก็จะเป็นผู้ถือ

โบลานเปล่าตลอดไป

ฉะนั้น สัปปริสธรรมนี้ จึงมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง ถ้าผู้มีสติปัญญาที่รอบรู้ ก็สามารถนำเอาหมวดธรรมนี้มาปฏิบัติได้เป็นอย่างดี จะมีความรู้ลึกว่า ธรรมนี้มีคุณมหาศาลเฉพาะผู้ปฏิบัติเอง ถึงจะไม่ประกาศให้ใคร ๆ ได้รู้ที่เราปฏิบัติธรรมอยู่ก็ตาม แต่ตัวเราก็อธิบายว่าเราปฏิบัติธรรมอยู่ ใครจะรู้หรือไม่รู้ ไม่ถือว่าเป็นสิ่งสำคัญ เพราะเราไม่ได้ปฏิบัติเพื่ออวดตัว ไม่ต้องการความยกย่องสรรเสริญจากใคร ๆ ทั้งนั้น เราจะปฏิบัติเพื่อกำจัดความชั่วร้ายที่ไม่ดีงามออกจาก กาย วาจา ใจ ของตัวเราเอง และฝึกใจให้เป็นไปในสัมมาปฏิบัติที่ถูกต้องในธรรมเท่านั้น จะได้อธิบายในเรื่องสัปปริสธรรม ๗ ดังต่อไปนี้

## ธัมมัญญตา

๑. ธัมมัญญตา ความเป็นผู้รู้จักเหตุ ผู้จะรู้จักเหตุได้ ผู้นั้นต้องมีสติปัญญาที่ดี มีความฉลาดรอบรู้ในเหตุว่า การทำอย่างนี้เป็นเหตุดีหรือไม่ดี จะมีผลเกิดขึ้นจากการกระทำนี้อย่างไร ถ้าพิจารณาเห็นว่า เป็นผลที่ออกมาไม่ดี ทำให้ตัวเองและคนอื่น สัตว์อื่น มีความทุกข์เดือดร้อนเกิดขึ้นได้ ก็ให้หยุดกระทำในเหตุนั้นเสีย ถ้าเหตุใดได้พิจารณาด้วยปัญญาดีแล้วว่า การทำอย่างนี้จะได้รับผลที่ดี มีความสุข ความเจริญ เป็นไปในประโยชน์ตนและประโยชน์ส่วนรวมให้ดีขึ้น จงพยายามทำในเหตุนี้ให้มาก และทำให้เต็มที่ เพราะเป็นประโยชน์สุขแก่ตัวเองและผู้อื่น ไม่ต้องไปวิตก

กังวลกับสิ่งใด เพราะได้วิเคราะห์หิวด้วยสติ ปัญญาอย่างถูกต้องแล้ว การทำดีจะมีความถูกต้องเป็นธรรมชาติอยู่แล้ว ชอบมีมารมาผจญอยู่เสมอ เพราะคนพาลที่มีสติปัญญาทรมานจะคอยขัดขวางอยู่ตลอดเวลา หว่าเราอวดดีอวดเด่นเพื่อแข่งขันกับคนนั้นคนนี้ หว่าเราทำขำหน้าขำตาแซงหน้าแซงหลัง สารพัดที่เขาจะนำมาโจมตีเพื่อให้เราหมดกำลังใจ ฉะนั้น เราไม่ต้องท้อถอยและท้อใจในการทำของเรา จงเอาความถูกต้องเป็นธรรมในการกระทำต่อไป ใครจะว่าขัดผลประโยชน์ในลาภ ยศ สรรเสริญ ไม่สำคัญ จงตั้งมั่นในเหตุที่ถูกต้องที่เราได้พิจารณาแล้วด้วยสติปัญญา ใครจะว่าผิด อย่าไปสนใจในคนกลุ่มนั้นเลย

เหตุในการพูดนั้นก็เช่นกัน ให้เราพิจารณาเรื่องที่เราจะพูดกับคนใดและสังคมใด เราต้องใช้สติปัญญากลับกรองในคำพูดของเราให้ดี มิใช่ว่าพูดในสิ่งที่อยากจะพูดตามใจตัวเอง เพราะการพูดเป็นเหตุให้เกิดเป็นผลตอบสนอง ถ้าพูดดี จะเป็นเหตุให้เกิดผลตอบรับในทางที่ดี ถ้าพูดชั่ว ก็เป็นผลชั่วเกิดตามมาเช่นกัน ฉะนั้น การพูดจึงเป็นเหตุให้คนรักกัน สงสารกัน และเป็นเหตุให้เกิดความสามัคคีกันได้ ดังคำโบราณว่า พูดไปสองไพเบี้ย นิ่งเสียตำลึงทอง นี่หมายความว่า **ให้ใช้สติปัญญาพิจารณาในคำพูดของตัวเองว่า การพูดอย่างนี้ ทำให้คนอื่นมีความเดือดร้อน ไม่พอใจกับคำพูดเราหรือไม่** หรือพิจารณาว่า ถ้าคนอื่นพูดให้เราอย่างนี้ เรามีความพอใจหรือไม่ ถ้าไม่พอใจในคำพูดของเขาอย่างนี้ ทีหลังเราก็อย่าพูดในลักษณะนี้กับคนอื่นต่อไป เพราะคำพูด

ที่ไม่ดีนี้ ทั้งเขาและเราไม่ชอบด้วยกันทั้งนั้น หรือแม้แต่สัตว์ดิรัจฉาน เขาก็ไม่ชอบคำพูดที่ไม่ดีเช่นกัน ฉะนั้น เราเป็นมนุษย์ที่ได้นามว่าเป็นผู้มีจิตใจสูง เป็นสัตว์ที่มีสติปัญญาเหนือกว่าสัตว์ดิรัจฉานทั้งหลาย ในการพูดก็ต้องรู้จักเหตุพูดให้ถูก ว่ากาลไหนควรพูดอย่างไร เรื่องอะไรหรือกาลไหนที่ไม่ควรพูด เราต้องใช้สติปัญญาพิจารณาในกาลนั้น ๆ มิใช่พูดจำเจกวอนจนคนอื่นเกิดความสับสน ฟังแล้วไม่เข้าใจ ทำให้คนอื่นเกิดความรำคาญและอย่าใช้คำพูดเป็นหอกเป็นดาบเข้าห้ำหั่นด้วยทิวฐิมานะ อย่าพูดด้วยอวดตาเพื่อข่มขู่ผู้อื่นว่าเขาดีน้อยกว่าเรา ใช้คำพูดที่ทำให้เกิดความเสียหายแก่ผู้อื่น โดยขาดสติความสำนึกว่าทุกคนมีความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์แบบเหมือนกัน แต่คุณค่าของมนุษย์ก็อยู่ในความประพฤติที่แตกต่างกันกับพวกสัตว์ดิรัจฉาน พวกสัตว์เอาชนะกันด้วยอวดตา ตัวไหนมีกำลังดี มีเขี้ยวเล็บ เขาก็ชนะไป แต่มนุษย์เราไม่ควรจะเลียนแบบเอาเยี่ยงอย่างของหมู่มสัตว์ดิรัจฉาน ต้องพูดกันด้วยเหตุผล เอาชนะกันด้วยความดี จึงจะสมศักดิ์ศรีว่าเป็นมนุษย์ใจสูงด้วยคุณธรรม จึงสมกับว่าเป็นผู้ปฏิบัติธรรม ใช้คำพูดประสานน้ำใจผู้อื่นให้เกิดความรักและความสงสารกัน และอยู่กันได้อย่างมีความสุขตลอดไปจนชั่วอายุจะสิ้นสลาย เหตุที่สำคัญยิ่งอีกอย่างหนึ่งนั่นคือความเห็น ความเห็นนี้มีความละเอียดอ่อนมาก จึงเป็นของยากแก่ผู้มีสติปัญญาน้อยจะรู้เห็นและเข้าใจได้ ถ้าผู้มีสติปัญญาที่ดี มีความฉลาดรอบรู้ ก็จะไม่เหลือวิสัยแต่อย่างใด จะมีความเข้าใจในเหตุนี้ง่ายไปเสียทั้งหมด และรู้จักวิธีที่จะแก้ไขในเหตุที่ไม่ดีให้

เป็นดีได้ เพราะเหตุนี้มีอยู่ ๒ อย่าง คือ เหตุดี และเหตุไม่ดี ใช้สติปัญญาพิจารณาในเหตุ ทั้งสองอย่างให้เข้าใจว่า เหตุที่ดีเป็นอย่างไร และเหตุที่ไม่ดีเป็นอย่างไร ให้พิจารณาทบทวนดูด้วยสติปัญญาอย่างละเอียด ก็จะเข้าใจ เห็นเหตุทั้งสองนี้มีความแตกต่างกันเป็นอย่างมาก เหตุที่ไม่ดีนั้นคือความเห็นที่เป็น มิจฉาทิฎฐิ ความเห็นผิดและเข้าใจผิดในหลักความเป็นจริง เช่น อนิจจัง ความไม่เที่ยงในสิ่งใด เราก็จะฝันธรรมชาติว่าจะให้สิ่งนั้นเที่ยงตลอดไป ไม่อยากให้สิ่งนั้นมีการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ไม่ชอบใจ อยากให้สิ่งนั้นคงอยู่เป็นคู่กับความ ต้องการของเรา เมื่อสิ่งนั้นไม่เป็นไปตามที่เรา ต้องการ ก็จะเกิดความไม่สบายใจทุกขใจ นี้ก็ เพราะความเห็นเป็นต้นเหตุ จึงมีทุกขใจเกิดขึ้น จึง กลายเป็นมิจฉาทิฎฐิ ความเห็นผิดไปโดยไม่รู้ตัว ถ้ามีสติปัญญาพิจารณาให้รู้เห็นตามความเป็นจริงอยู่ ความทุกขใจก็จะไม่เกิดขึ้นแต่อย่างใด

ความเห็นที่เป็นเหตุให้เกิดความเข้าใจผิดอีกอย่างหนึ่งนั้น คือความทุกข์ ความทุกข์นี้ไม่มีใคร ต้องการ แต่ก็หนีไม่พ้น เพราะเป็นธรรมชาติความจริง จะมีอยู่กับมนุษย์ทุกคน ใครเกิดมาจะต้อง เจอทุกข์ด้วยกันทั้งนั้น จึงเป็นความทุกข์แบบลูกโซ่เชื่อมโยงต่อกันมาโดยเป็นธรรมชาติเอง ใครมา เกิดต้องได้รับมรดกแห่งความทุกข์ถ่ายทอดกันมาด้วยกัน เราคนหนึ่งที่ได้รับมรดกตกทอดมา เหมือนคนอื่นทั่วไป ถ้าไม่พิจารณาให้เข้าใจใน เหตุผลแล้ว จะเกิดความหลงผิดได้ นั่นคือ ไม่อยากมีทุกข์โดยประการทั้งปวง อยากให้มีแต่

ความสุข สบายกายสบายใจอยู่ตลอดเวลา เพราะความทุกข์เป็นผลมาจากเหตุ คือความเกิด ความเกิดเป็นผลมาจากเหตุ คือ ตัณหาความอยาก ความเห็นผิดในตัณหาตัวเองเป็นต้นเหตุ จึงทำให้เราได้มาเกิดรับทุกข์ในชาติปัจจุบัน ฉะนั้น ความเห็นผิดนี้เอง จึงได้ยึดเอาภพมาเป็น ที่เกิด จะเป็นมนุษย์ในชาติไหนภาษาใดไม่สำคัญ ถือว่าผู้นั้นมีเหตุแห่งความหลงผิดด้วยกัน มี ความเห็นผิดว่าโลกมนุษย์นี้น่าอยู่อาศัย คู่ส่วน โหนดของโลกนี้มีแต่ความเจริญพลัดพลัดใจอยู่ ตลอดเวลา เมื่อมาพิจารณาด้วยสติปัญญาให้ เป็นไปตามความเป็นจริงแล้ว ความเห็นอย่างนี้ เป็นมิจฉาทิฎฐิ ความเห็นผิดโดยไม่รู้ตัว เมื่อไร หนอ จะมีสติปัญญาพิจารณาให้รู้เห็นความความเป็นจริงได้ ให้ใจมีความเห็นเป็น สัมมาทิฎฐิ มีความเห็นที่ถูกต้องชอบธรรมอย่างแท้จริง

ความเห็นที่เป็นสัมมาทิฎฐิ ความเห็นชอบนี้ ก็ไม่เหลือวิสัย ข้อสำคัญ ขอให้ฝึกสติปัญญา ให้ดี มีความฉลาดรอบรู้ในเหตุและผล จึง จะเลือกเอาความถูกต้องชอบธรรมได้ เรียกว่าปรับความเข้าใจในความเห็นเสียใหม่ ให้เข้าใจในเหตุที่เกิดทุกข์และรู้เห็นในผลที่เป็นทุกข์ของภพชาติให้ถูกต้อง ว่าทุกข์ที่เป็นสภาพประจำชั้นมีอยู่เป็นอยู่อย่างนี้ จะไปเกิดในชาติหน้าก็จะเกิดในก่อนทุกข์นี้เช่นกัน ฉะนั้น จึงฝึกใจทำให้รู้เท่าความจริงของทุกข์นี้ไว้เท่านั้น หรือทุกข์เกิด จากความยึดมั่นถือมั่นในสิ่งใดก็ตาม ถือว่าเกิด จากความเข้าใจผิด ความเห็นผิด ในตัวเราเอง จะไปโทษสิ่งนั้นสิ่งนี้ว่าทำให้เราเป็นทุกข์ไม่ได้เลย

หรือไปโทษดินฟ้าอากาศว่าเป็นจัดร้อนจัดก็ไม่ถูก เช่นกัน เพราะธรรมชาติเขาเป็นอย่างนั้น ก็ต้องอดทนอยู่กันไป หรือทุกข์เกิดจากความผิดพลาด นานาประการ เพราะความอยากเป็นต้นเหตุ อยากให้สิ่งนั้นเป็นอย่างนี้ อยากให้สิ่งนี้เป็นอย่างนั้น เมื่อไม่เป็นไปตามความอยากของตัวเองก็เป็นทุกข์ เมื่อมาเข้าใจตามความเป็นจริงในเหตุและปัจจัยของทุกข์ด้วยสติปัญญาเมื่อไร เมื่อนั้นก็จะเกิดความสุขสบายภายในใจของเราเอง

## อรรถกถา

๒. อรรถกถา ความเป็นผู้รู้จักผล คำว่า ผล หมายถึง สิ่งที่เกิดมาจากเหตุ ถ้าได้รับผลดี ก็คือเหตุได้ทำมาดี ถ้าได้รับผลที่ไม่ดี ก็แสดงว่าเราทำเหตุไว้ไม่ดี คำว่าเหตุ หมายถึง สิ่งที่ทำผ่านไปแล้วในอดีต คำว่า ผล หมายถึง การได้รับในปัจจุบัน หลายคนยังไม่ยอมรับในกฎแห่งความเป็นจริง ไม่ยอมรับในสิ่งที่ไม่ดีที่ทำไปแล้ว พยายามฝืนความจริงอยู่ตลอดเวลาตัวเองทำอะไรมาในสิ่งที่ไม่ดี จะไม่ยอมรับผิดในส่วนนั้น แต่จะขอรับผลที่ชอบใจตามความต้องการของตัวเอง นี้เรียกว่า ผู้มีความพยายามจะเอาชนะความจริง อันเป็นสิ่งที่เอาชนะไม่ได้ แต่ก็ชนะชนะให้ได้ ถ้าเป็นไปในลักษณะนี้ ผลแห่งความทุกข์จะเพิ่มขึ้นปริมาณเท่าตัว ฉะนั้น คนเราชอบในผลที่ดี ผลที่ไม่ดีไม่มีใครชอบ การสร้างเหตุ ชอบทำในสิ่งที่ไม่ดี เหตุที่ดีไม่ชอบทำเอาไว้ เมื่อผลที่ดีเกิดขึ้นก็โวยวายไปว่าไม่น่าเป็นอย่างนี้ และบ่นต่อไปว่าในชาตินี้ไม่ได้ทำความชั่วอะไร ทำไมจึงได้เกิดความชั่วร้ายขึ้นกับ

เราอย่างนี้ จริงอยู่ในชาตินี้ไม่ได้ทำกรรมชั่ว ในชาติก่อนเราเคยได้ทำกรรมชั่วไว้แล้วมิใช่หรือ ถึงจะไม่ยอมรับความจริงที่เป็นมาในอดีตก็ตาม ความจริงก็จะให้ผลที่เป็นจริงตลอดไปไม่ว่าผู้นั้นจะนับถือศาสนาอะไร หรือไม่นับถือศาสนาอะไรก็ตาม ส่วนการสร้างกรรมทำในเหตุดีเหตุชั่วจะทำเหมือนกัน และจะได้รับผลดีผลชั่วในการกระทำของตัวเองด้วยกันทั้งนั้น

ฉะนั้น อรรถกถา ความเป็นผู้รู้จักผลที่เกิดจากเหตุ รู้จักเหตุดีผลดี รู้จักเหตุชั่วผลชั่ว ผู้มีธรรมอยู่ในตัวจะเลือกทำแต่เหตุที่ดีเป็นนิสัยไม่ว่าจะอยู่ที่ไหน สังคมใด เมื่อใจมีธรรม จะสร้างแต่เหตุดีตลอดไป เพราะมีความมั่นใจอยู่ว่าผลที่ดีจะเกิดขึ้นแน่นอน ถ้ามีความเข้าใจอย่างนี้ ชื่อว่าผู้นั้นมีสติปัญญาที่ดี มีเหตุผล เป็นที่พึ่งของตนเองได้ จึงเรียกว่า **ตนแลเป็นที่พึ่งแห่งตน** สามารถมองผลที่เกิดมาจากเหตุ และมองเหตุที่จะออกไปเป็นผลที่จะเกิดตามมา จะเรียกว่าผู้นั้นมีสติปัญญาความฉลาดรอบรู้อยู่ในตัว การตัดสินใจในการทำสิ่งใดจะไม่ผิดพลาด เพราะใช้ปัญญาพิจารณาดีแล้ว แม้แต่การพูด ก็มีสติปัญญารอบรู้ ถ้าพูดอย่างนี้ จะมีผลเป็นอย่างไร ความเข้าใจในเหตุผลอย่างนี้แล จึงนับว่าผู้นั้นมีสติปัญญา หมวด ๒ หมวดนี้ มีความหมายเชื่อมโยงต่อกันได้เป็นอย่างดี รัหมัญญุตตา หมายถึง รู้จักเหตุ อรรถกถา หมายถึง รู้จักผล เหตุและผลทั้งสองอย่างนี้ จะเป็นองค์ประกอบในการปฏิบัติธรรมได้เป็นอย่างดี ไม่ว่าจะปฏิบัติธรรมชั้นโลกีย์และปฏิบัติธรรมชั้นโลกุตระ จะมีหลัก

เหตุผลทั้งสองนี้เป็นการวินิจฉัยในการตัดสินใจได้ การปฏิบัติผิดถูกอย่างไร ก็ต้องใช้เหตุผลมาเป็นคู่กับปัญญา เพื่อการพิจารณาในการตัดสินใจทุกครั้งไป

## อัตตัญญูตา

๓. **อัตตัญญูตา เป็นผู้รู้จักตน** คำว่า **ตน** ก็หมายถึงตัวเรา คือธาตุสี่ ชั้นห้า นี้เอง ให้เป็นผู้รู้จักความประพฤติของตัวเอง ทุกคนต้องมีกิริยามารยาทในการแสดงออก การแสดงนั้น มีอยู่สามทางด้วยกัน ๑ การแสดงออกทางกาย ๒ การแสดงออกทางวาจา ๓ การแสดงออกทางใจ ส่วนการแสดงออกทางใจจะรู้ได้เฉพาะตัวโดยจะอธิบายทีหลัง ขณะนี้ จะอธิบายในการแสดงออกทางกายและวาจาที่ว่า เป็นตัวตนให้เข้าใจ เพราะกายวาจาเป็นสื่อของสังคมโลกจะใช้สื่อทางกายวาจาต่อกัน ในโลกนี้เราจะอยู่คนเดียวไม่ได้ ต้องมีความเกี่ยวข้องกับผู้อื่นในสังคมนี้อยู่ทั่วไป ทุกคนในสังคมนี้ ต้องการความสุขสบายด้วยกัน ถ้าทุกคนรู้จักตน ในสังคมจะมีแต่สุขใจรื่นเริงอยู่ตลอดเวลา เพราะทุกคนมีความต้องการเหมือนกัน นั่นคือ ไม่ต้องการให้คนอื่นมาพูดให้เราเกิดความไม่สบายใจ ถ้าเข้าใจได้อย่างนี้ เราก็ต้องรู้ตัวเองว่า ไม่ควรทำ ไม่ควรพูด ให้คนอื่นมีความเดือดร้อน เป็นทุกข์จากตัวเราเช่นกัน ฉะนั้น การรู้ตัวเองจึงเป็นสิ่งสำคัญในสังคมนี้ เพราะการทำการพูดให้แกคนอื่นไม่ดีอย่างไร เราจักตัวเองว่า เมื่อคนอื่นทำกับเราที่ไม่ดี พูดไม่ดีให้แก่เรา จะเกิดความรู้สึกเป็นอย่างไร คนอื่นก็จะเหมือนกับเราอย่างนั้น

ฉะนั้น การปฏิบัติในสัปปริสธรรม ๗ ข้อนี้ จะมีความเชื่อมโยงต่อกันทุกข้อเลยทีเดียว จะปฏิบัติเฉพาะธรรมข้อใดข้อหนึ่งโดยไม่มีหมวดธรรมอื่นมาเป็นองค์ประกอบ การปฏิบัติธรรมก็จะไม่เกิดความสมบูรณ์แต่อย่างใด เช่น อัตตัญญูตา ความเป็นผู้รู้จักตน การปฏิบัติก็ต้องเชื่อมโยงไปหาเหตุและเชื่อมโยงไปหาผล ว่าการปฏิบัติจะมีเหตุผลประกอบในการรู้ตนอย่างไร ในการตัดสินใจ ในการทำผิดพูดผิด และมีเหตุผลในการทำถูกพูดถูกของตนอย่างไร ก็ต้องมีอุบายใช้ปัญญามาพิจารณาในการทำในการพูดของตัวเองด้วยเหตุและผล เพราะหลักเหตุผลเป็นอุบายวิธีคลี่คลายปัญหาทุก ๆ ปัญหา เว้นเสียแต่ผู้ไม่มีสติปัญญาเท่านั้น จะนำเหตุผลมาใช้ไม่ได้ หรือจะเอามาใช้ก็จะเข้าข้างตัวเอง เช่น คนพาลทำผิดพูดผิด เขาก็มีเหตุผลของพวกคนพาล หาวิธีปกป้องโฆษณาว่าตัวเองทำถูกพูดถูกอยู่เรื่อยไป ในลักษณะอย่างนี้ เรียกว่าเป็นผู้มีอัตตาสูง ไม่ยอมแพ้ใคร จึงกลายเป็นผู้ล้มตัวด้วยทิวภูมิมานะของตัวเอง ฉะนั้น ผู้จะรู้ตัวเองได้ ต้องฝึกสติปัญญาของตัวเอง ให้มีความฉลาดรอบรู้ แล้วนำมาพิจารณาดูตัวเองว่ามีความบกพร่องในการทำในการพูดที่ตรงไหน ต้องแก้ไขในการทำในการพูดในตรงนั้น ให้คนอื่นยอมรับการทำการพูดของเราได้ จึงเรียกว่าเป็นผู้ปฏิบัติธรรม

**อัตตัญญูตา การรู้ตัวเองในการปฏิบัติธรรมที่สูงขึ้นไปกว่านี้ คือการปฏิบัติธรรมในหมวดชั้นห้า** พิจารณาให้เป็นไปตามไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ต้องตีความหมายในคำว่าชั้นห้าให้เข้าใจ เพราะรู้จักอยู่ว่าชั้นห้า

นี้เป็นตน คำว่า ตน ทุกคนก็ต้องชี้เข้าหาตัวเองว่า เป็นตน เช่น รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ว่าเป็นตนกันทั้งนั้น จึงเกิดการเข้าใจไปว่าขันธห้า เป็นตนจริง ๆ จึงได้เกิดความหลงผิด เกิดความ เข้าใจผิด ความเห็นผิดตลอดมา ถ้าใช้ปัญญา พิจารณาให้ละเอียดลึก ๆ ลงไปในเหตุผล แล้ว จะเกิดความเข้าใจได้ชัดเจนว่าขันธห้า เป็นตนเพียงสมมติเท่านั้น ตนในสมมตินี้เอง ผู้ปฏิบัติต้องศึกษาให้เข้าใจในเหตุผลว่า ในขันธ ห้านี้ มีอะไรเป็นตนที่แน่นอน ให้ใช้ปัญญา พิจารณาแยกแยะออกมาเป็นส่วน ๆ เช่น รูปที่มี ธาตุสี่ คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ มาประกอบกัน มีจิตที่ เข้าอาศัยอยู่ในรูป จึงเคลื่อนไหวในรูปนี้ได้ ถ้าไม่มีจิตอยู่ในรูปนี้ ร่างกายทุกส่วนก็เคลื่อนไหวไปมา ไม่ได้เลย รูปร่างกายนี้ก็จะแตกสลายเปื่อยเน่าผุ พังไปตามธาตุเดิมไป เมื่อจิตยังครองร่างกายนี้ อยู่ ก็เหมือนกับหุ่นที่มีสายใย จะดึงจะชักสายใย ส่วนไหน รูปร่างก็เคลื่อนไหวไปตามที่ต้องการ ถ้า ไม่ดึงสายใยเอาตัวหุ่นทิ้งไว้ก็อยู่อย่างนั้น จะ กระตุกกระดิกไปมาไม่ได้เลย นี่ฉันใด ร่างกายทุก ส่วนเมื่อจิตออกจากร่างไปแล้ว รูปร่างกายก็อยู่ อย่างนั้นเหมือนกับท่อนไม้ท่อนพินแล้วเนาเปื่อย สลายไป จึงเรียกว่าคนตาย ฉะนั้น รูปจึงไม่ใช่ตน และตนก็ไม่ใช่รูป เป็นเพียงธาตุอาศัยของจิตชั่วคราวเท่านั้น

ในเมื่อร่างกายเป็นไปในลักษณะนี้ จะเอาธาตุสี่ อะไรมาเป็นตนได้แล้ว ถ้าอยากรู้ละเอียดมากกว่านี้ ก็ต้องใช้สติปัญญาแยกธาตุสี่ออกมา เป็นส่วนย่อยลงไปอีก นั่นคือ พิจารณาผม ขน

เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก ม้าม หัวใจ ตับ ไต ปอด ไล่ใหญ่ ไล่ย่อย อาหารใหม่ อาหารเก่า เรื่อย ไป เรียกว่าพิจารณาอาการ ๓๒ ให้พิจารณา เป็นไปในความไม่เที่ยง ให้พิจารณาเป็นไปในความทุกข์ ให้พิจารณาเป็นไปในอนัตตา ถ้าใช้ปัญญาพิจารณาให้เป็นไปในความเป็นจริงอยู่อย่างนี้ คำว่าตนจะมีมาจากที่ไหน นั่น คือ จิตยอมรับตามความเป็นจริงได้แล้ว การ พิจารณาในเวทณาก็ให้เป็นไปในไตรลักษณ์นี้เช่นกัน ให้ตีความหมายในเวทนาให้เข้าใจว่า เป็น เพียงอารมณ์ของใจเท่านั้น อารมณ์เกิดขึ้นจาก การรับสัมผัสในอายตนะภายใน คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ที่ได้สัมผัสอายตนะภายนอก คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ จึงได้เกิดเป็นอัมมารมณขึ้นที่ใจ อัมมารมณนี้เอง จึงได้กลายเป็น อารมณ์ของใจที่เรียกว่า เวทนา อารมณ์แห่ง ความชอบใจ อารมณ์ที่ไม่ชอบใจ และอารมณ์ เฉย ๆ หรืออารมณ์แห่งความสุข ความทุกข์ หรือ ไม่สุขไม่ทุกข์ อารมณ์ดังกล่าวนี้เป็นตนได้เมื่อไร มันเป็นไปในความไม่เที่ยง เป็นไปในความทุกข์ เป็นไปในอนัตตา จะไปห้ามไม่ให้เป็นอย่างนี้ ไม่ได้เลย เพราะเวทนาไม่ใช่ตน และตนก็ไม่ใช่ เวทนาเช่นเดียวกัน สัญญา สังขาร วิญญาณ ก็ เช่นเดียวกัน เป็นเพียงอาการของจิตเท่านั้น จะ เรียกว่านามก็คืออาการของจิตเช่นกัน ฉะนั้น ผู้ ปฏิบัติจะพิจารณาในขันธห้า ต้องฝึกปัญญาให้ดี ให้มีความฉลาดเฉียบแหลม มีความรอบรู้ในขันธ ห้าให้ถูกต้องตามความเป็นจริง คำว่า **อตตัญญู** ตา ความเป็นผู้รู้จักตน ก็ให้รู้จริง ๆ มิใช่ว่า จะเอาขันธห้ามาสสมมติเป็นตนอย่างผิวเผิน เพียงเท่านั้น ถ้าไม่มีปัญญาที่ดี ก็จะหลงว่าขันธ



ห้าเป็นตอนต่อไป ถ้ามีตนอยู่ที่ไหน ก็จะต้องมีสุขมีทุกข์อยู่ในที่นั้น ถ้าตนไม่มี สุขทุกข์จะมีมาจากที่ไหน ฉะนั้น สุขทุกข์เกิดขึ้นเพราะสิ่งที่มันมี ไม่เฉพาะมีขันธห้าเป็นทุกข์เท่านั้น สิ่งอื่นที่ไปยึดว่าเรามี หรือไปยึดว่าเป็นของของเราเมื่อไร สิ่งนั้นแหละจะเป็นเหตุเป็นปัจจัยให้เกิดความทุกข์ได้เช่นกัน ถึงสิ่งนั้นจะอำนวยความสะดวกให้เราอยู่บ้าง แต่ก็ไม่พอจะทำให้ความทุกข์หมดไปจากใจได้ หรือสิ่งที่เราเข้าใจว่าเป็นความสุข แต่ก็จะเป็นเหตุเป็นปัจจัยให้เกิดความทุกข์ได้ในภายหลัง ฉะนั้น ผู้ปฏิบัติต้องมีความสำนึกอยู่เสมอ ดังคำว่า โยธัมมมังปัสสตี โสมังปัสสตี ผู้ใดเห็นธรรม ผู้นั้นชื่อว่า เห็นเราตถาคต คำว่าเห็นธรรม ก็คือเห็นในขันธห้าว่าไม่ใช่ตนด้วยปัญญาของตัวเอง และฝึกใจทำให้ปฏิเสธว่าขันธห้าไม่ใช่เรา เราไม่ใช่ขันธห้าแต่อย่างใด ถ้าทำได้อย่างนี้ จะเห็นพระพุทธเจ้าในทันที

## มัตตัญญูตา

๔. มัตตัญญูตา ความเป็นผู้รู้จักประมาณ คำว่าประมาณ หมายถึง รู้จักความพอดี ไม่มากเกินไปและไม่น้อยเกินไป ตามปกตินิสัยของคนเราจะเอาอะไรสักอย่างจะเกินความพอดีอยู่เสมอ เช่น เห็นอาหารมากมาย มีแต่ของที่ดูใจเสียทั้งหมด จะหยิบมารับประทานนิดเดียวพอเป็นพิธีทิ้งที่หิวกระหายอยู่แล้ว จะไม่เป็นไปในลักษณะอย่างนี้เลย อย่างไรก็ตามเสียก็ต้องว่ากันอย่างเต็มที่ เท่านั้นยังไม่พอ ยังแถมเพิ่มเข้าไปอีกแทบจะกลืนไม่ลง นี้เรียกว่าเกินความพอดี เมื่อธาตุไฟย่อยอาหารไม่ทัน เกิดท้องอืดท้องเฟ้อ แทนที่จะ

เป็นคุณ แต่กลายเป็นโทษไป ความไม่รู้ประมาณ ยังมีมาก เช่น เอาอะไรไม่มีประมาณ เห็นอะไรเป็นของแจกฟรี อยากรักก็กอบโกยให้ได้มากที่สุด คนอื่นจะได้หรือไม่ได้ไม่สำคัญ ขอให้เราได้เอาอย่างเต็มที่ก็แล้วกัน ในสถานที่บางแห่ง วัดบางวัด มือใครยาวสาวได้สาวเอา จะเทียบกับอะไรกันดีก็เทียบเอาเถอะ ข้าพเจ้าไม่ออกความเห็นนี่คนเราชอบทำอะไรเกินความพอดี เช่น ซื้อสิ่งของก็เกินความพอดี ไม่จำเป็นจะซื้อมากองไว้ที่บ้านจนเกินความจำเป็น หรือการตกแต่งบ้านและตกแต่งอะไรต่อมิอะไรก็เกินความพอดี จะเปิดเผยความเด่นในตัวเองก็เปิดเผยจนเกินความพอดี จึงกลายเป็นผู้ไม่รู้ประมาณ

ถ้าอะไรเกินความพอดี สิ่งนั้นไม่ดี เช่น พุดอะไรเกินความพอดี บ่นให้ใครต่อใครก็บ่นเกินความพอดี จึงทำให้คนอื่นเกิดความรำคาญใจ และเกิดความเบื่อหน่ายในคนขี้บ่นได้ และยังมีคนพุดอยู่ว่า พระเทศน์นานก็ยังบ่นว่าเกินความพอดีไป ไม่มีใครอยากจะไปนั่งฟัง ในขณะที่มีธุระรีบด่วนอยากจะไป แต่พระเทศน์ไม่หยุด ก็มีปัญญาได้เหมือนกัน ฉะนั้น จงฝึกตัวเองให้รู้จักในคำว่าพอดี และทำตัวให้เป็นผู้มีความพอดี เรียกว่า มัชฌิมา เช่น ทำอาหาร ถ้าใส่เครื่องปรุงด้วยความพอดี อาหารนั้นก็จะมีรสชาติอร่อย การพุดอะไรมีความพอดีพร้อมด้วยเหตุผล ก็จะทำให้คนมีความสนใจ อะไรต่อมิอะไรถ้าทำให้มีความพอดี สิ่งนั้นจะมีประโยชน์มากที่สุด แม้แต่คู่สามีภรรยา ก็ให้รู้จักความพอดี ถ้าเกินความพอดีเมื่อไร ก็จะเกิดไฟเผาเผาหัวใจ และเป็น

ภัยในครอบครัวนั้น ๆ ดั่งเห็นกันในที่ทั่วไป จะทำอะไร จะพูดอะไร จะเอาอะไร ให้อยู่ในความพอดี ให้อุจกัประมาณตามความเหมาะสม ไม่ทำอะไรเกินตัว ให้อุจกักำลังของตัวเอง ถ้าเกินตัวเมื่อไร จะกลายเป็นโทษเป็นภัยแก่ตัวเอง ฉะนั้น ผู้ปฏิบัติต้องฝึกตนเองอยู่บ่อย ๆ เรียกว่า ตนเตือนตนด้วยตนเอง ให้เตือนตนอย่างมีความต่อเนื่องกัน ให้ใจเกิดความสำนึกได้ในสิ่งนั้น ๆ อยู่เสมอ ใจก็จะเกิดความรู้จริงในสิ่งนั้น ใจนั้นก็วางจะละในสิ่งที่เคยหลงผิดนี้ได้

### กาลัญญุต

๕. กาลัญญุต ความเป็นผู้รู้จักกาลเวลา คำว่า กาลเวลา นี้ เกี่ยวกับการงานที่จะต้องทำ คำที่จะต้องพูด ใจที่จะต้องคิด การทำ การพูด การคิด ต้องทำ ต้องพูด ต้องคิด ให้อุจกักับกาลเวลา ว่ากาลไหนควรทำอะไร ควรพูดในเรื่องอะไร และควรคิดในเรื่องอะไร ต้องรู้จักแบ่งกาลเวลาให้อุจกักับงานตัวเอง ว่ากาลไหนควรทำงาน กาลไหนควรพักผ่อน ต้องจัดเวลาให้อุจกักับงานนั้น ๆ งานอะไรควรทำก่อน งานอะไรควรทำทีหลัง งานอะไรมีความสำคัญมาก งานอะไรมีความสำคัญน้อย งานส่วนตัว หรืองานเกี่ยวกับบุคคล หรืองานเกี่ยวกับสังคมส่วนรวม ต้องแบ่งงานให้ลงตัวกับกาลเวลานั้น ๆ การทำงานก็จะไม่เกิดความสับสน ไม่เสียงานตน และไม่เสียงานคนอื่น เพราะการนัดหมายในงานภายนอกเกี่ยวกับสังคมจึงมีความสำคัญ จะทำให้คนอื่นมีความเชื่อถือและให้ความสำคัญกับตัวเราเอง ผู้อื่นจะให้ความเคารพเกรงใจ ให้การต้อนรับด้วยความเอื้อเฟื้อ มีอะไรจะให้หมู่คณะ

ช่วยเหลือ หมู่คณะก็จะมีใจเต็มใจ เพราะถือว่าเรามีสัจจวาจา เป็นผู้พูดจริง ทำจริง มีอะไรพอช่วยได้ก็ช่วยจริง เว้นเสียแต่ในสิ่งที่เหลือวิสัย ส่วนกาลเวลาในครอบครัว ก็ต้องรู้จักหน้าที่ของตัวเอง ว่ากาลไหนควรให้ครอบครัวอย่างไร สามีรู้จักกาลเวลาของภรรยา ภรรยารู้จักกาลเวลาของสามี พ่อแม่รู้จักกาลเวลาของลูก ลูกก็ต้องรู้จักกาลเวลาของพ่อแม่ ถ้าทำได้อย่างนี้ ครอบครัวนั้นจะมีแต่ความสุขและสามัคคี มีความรักกัน และสงสารกันไปจนกว่าชีวิตจะหาไม่

บางครอบครัวไม่รู้จักกาลเวลาซึ่งกันและกัน จึงเกิดความเข้าใจผิดซึ่งกันและกัน ครอบครัวเกิดความรำคาญ เกิดความไม่ไว้ใจซึ่งกันและกัน เกิดความสงสัยซึ่งกันและกัน ภรรยาสงสัยสามีว่าจะมีบ้านเล็กบ้านน้อยที่ไหนอีกก็ไม่รู้ คิดสงสัยเกิดว่าไม่กลับบ้านตามเวลา สามีก็สงสัยภรรยาว่าจะมีความผูกพันกับชายอื่นหรือไม่ ทำไม่จึงไม่กลับบ้านตามเวลา หรือพ่อแม่อาจจะมองลูกไปว่า ทำไมลูกจึงไม่กลับบ้าน การงานที่ทำเลยเวลา การศึกษาเล่าเรียนเลิกแล้ว ดึกตื่นเที่ยงคืนก็ไม่กลับบ้าน จะไปเที่ยวที่ไหนและทำอะไรจึงไม่กลับมา ถ้าเป็นในลักษณะนี้ ไม่นานนักครอบครัวนี้จะลุกเป็นไฟเผาเผาซึ่งกันและกัน จะเกิดบ้านแตกสาแหรกขาดไปคนละทิศละทาง นี้ก็เพราะไม่รู้จักกาลเวลาเป็นต้นเหตุ จึงทำให้เสียความรู้สึกละใจไม่เชื่อใจซึ่งกันและกันเกิดขึ้น คนไม่รู้จักกาลเวลา สังคมผู้ดีเขาไม่ยอมรับ ไม่อยากคบค้าสมาคมกับคนประเภทนี้ มีอะไรเกิดขึ้นเพื่อนก็เมินเฉย ไม่อยากจะสงเคราะห์ช่วย

เหลืออะไร ฉะนั้น กาลัญญตา กาลเวลาเกี่ยวกับสังคมในครอบครัวหรือสังคมอื่น ๆ ทั่วไป จะต้องมีความสนใจเอาไว้อย่าง เพราะเป็นศักดิ์ศรีของตัวเอง ให้คนอื่นมองเราไปในทางที่ดี และเพื่อนฝูงจะให้ความไว้วางใจว่าเราเป็นผู้ตรงไปตรงมา มีแต่คนถามหาด้วยความสรรเสริญตลอดไป

อีกกาลหนึ่งที่สำคัญอย่างยิ่ง นั่นคือ กาลเฉพาะตัวเอง ต้องรู้จักกาลของตัวเองว่ากาลไหนควรทำอะไร ถ้าเป็นนักบวช มีกาลเวลาปฏิบัติธรรม กาลอบรมสั่งสอนประชาชน กาลที่รับนิมนต์ไปในพิธีต่าง ๆ และให้รู้จักกาลของตัวเองว่าปัญหาที่จะต้องแก้ไขภายในใจเป็นสิ่งสำคัญยิ่ง กาลอื่นที่จะต้องทำก็ให้พอประมาณ แต่อย่าลืมกาลของตัวเอง มิใช่ว่าจะเตลิดเปิดเปิงไปทั้งที่ปัญหาภายในใจไม่ได้แก้ไขอะไรเลย เว้นเฉพาะองค์ที่ท่านแก้ปัญหาลงตัวได้แล้ว ท่านจะมีกิจธุระอะไรที่เป็นประโยชน์ ท่านก็ไม่เสียหายอะไร ยิ่งทำก็ยิ่งเป็นประโยชน์แก่พุทธศาสนา และเป็นประโยชน์แก่สังคมนั่นรวม จึงเรียกว่าเป็นผู้ทำประโยชน์ตนและประโยชน์ท่านให้ถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาท ฉะนั้น นักบวชจึงมีกิจที่จะต้องศึกษาธรรมและปฏิบัติธรรมเป็นสิ่งสำคัญ อีกอันหนึ่งปฏิเวธ คือผลของการปฏิบัติ ก็เกิดขึ้นในตัวเราเอง จึงนับได้ว่าเป็นผู้พบกระแสแห่งพระนิพพาน จะอุทานได้อย่างสนิทใจว่า พรหมจรรย์เราได้อุบายแล้ว กิจอื่นที่จะทำอีกต่อไปไม่มี บริสุทธินิพพานทัศนะ ญาณที่รู้เห็นความบริสุทธิ์ในธรรมจะรู้ได้เฉพาะตัว การเวียนว่ายเกิดตายมาในภพทั้งสามก็สิ้นสุดลง ใครเชื่อหรือไม่เชื่อไม่สำคัญ ให้รู้

ว่าความบริสุทธิ์ในธรรมเกิดขึ้นแล้วแก่เราเท่านั้น ก็พอ สำหรับฆราวาสต้องแบ่งกาลออกให้ได้ ว่ากาลไหนให้เป็นไปในทางโลก กาลไหนให้เป็นไปในทางธรรม ถ้าไม่แบ่งกาลเวลาออก ก็จะมีวิธีแก้ตัวว่าไม่มีเวลาภาวนาปฏิบัติธรรม เพราะกิเลสตัณหาที่มีวิธีแก้ตัวให้แก้ไขอยู่แล้ว จะอ้างว่าไม่มีเวลาอย่างนั้นอย่างนี้ไป ของงานตนก็อย่าให้ขาด งานราชการอย่าให้เสีย เพราะชีวิตของเราจะได้มาเกิดพบพระพุทธศาสนานั้นหาได้ยาก เมื่อชาตินี้เราได้มาเกิดพบพระพุทธศาสนาอย่างนี้ ถือว่ามีความโชคดี เราจะได้สร้างกุศลบำเพ็ญบารมีให้เต็มที่ เมื่อพลาดโอกาสในชาตินี้ไปแล้ว หากได้มาเกิดในภพชาติหน้า ไม่ทราบว่าจะได้มาเกิดร่วมพระพุทธศาสนาเหมือนชาตินี้อีกหรือไม่ ฉะนั้น จึงบำเพ็ญกุศลบารมีให้เต็มที่ ก่อนชีวิตจะสิ้นสลายไป ใ้รักษาศีลภาวนามีความเกี่ยวข้องผูกพันในการปฏิบัติธรรม เพื่อเป็นนิสัยในพระพุทธศาสนาเอาไว้ เมื่อเกิดมาชาติหน้า จะได้เกิดมาร่วมพระพุทธเจ้าองค์ใดองค์หนึ่ง เราจะได้มีนิสัยในทางธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าพระองค์นั้น จะได้เข้าใจและได้ฟังธรรม บารมีที่เราทำไว้ในชาตินี้จะได้เสริมบารมีใหม่ในชาตินั้น จะทำให้เกิดสติปัญญาที่แจ่มแจ้งเห็นจริงในสังขารธรรมนั้น ก็จะได้บรรลุธรรมเป็นพระอริยเจ้าอย่างสมบูรณ์เข้าสู่พระนิพพานในชาตินั้น จะได้ไม่มาเกิดในภพทั้งสามอีกต่อไป หรือในชาตินี้ หากเรามีความตั้งใจภาวนาปฏิบัติธรรมอย่างจริงจัง บารมีเก่าที่เราได้บำเพ็ญมาแล้ว จะได้มาร่วมกับบารมีที่เราได้บำเพ็ญอยู่ในขณะนี้ ก็จะได้บรรลุเป็นพระอริยเจ้า ได้เข้าสู่กระแสแห่งมรรคผล

นิพพานในชาตินี้ก็อาจเป็นไปได้ ให้ตั้งใจภาวนา ปฏิบัติธรรมนับแต่บัดนี้เป็นต้นไป

## ปรีศัญญตา

๖. ปรีศัญญตา ความเป็นผู้รู้จักชุมชน คำว่า ชุมชน มีหลายหมู่หลายคณะ จะมีนิสัยพฤติกรรมไม่เหมือนกัน แต่ละชุมชนจะมีเอกลักษณ์เป็นสัญชาตญาณเฉพาะของกลุ่มของตัวเอง เมื่อเราได้เข้าไปในกลุ่มชุมชนใด ก็ต้องสังเกตว่าชุมชนกลุ่มนั้นมีพฤติกรรมเป็นอย่างไร เขาทำอะไร เพื่ออะไร เมื่อเราเข้าไปจะได้ปรับตัวเองเข้ากันกับกลุ่มนั้นได้ ไม่ให้ขัดขวางกันกับหมู่คณะนั้น ๆ โบราณว่าเข้าหมู่บ้านคนตาหลิวงก็ต้องหลิวงตาตาม เพราะสังคมของคนเรามีความแตกต่างกัน แต่ละหมู่ความเป็นอยู่หน้าที่การงานไม่เหมือนกัน ฉะนั้น เราต้องรู้วิธีปรับตัวให้เข้าได้ทุกสังคม เช่น สังคมของพระ สังคมของนักปราชญ์ราชบัณฑิต สังคมของผู้ปฏิบัติธรรมจำศีลภาวนาปฏิบัติ เราจะต้องปรับตัวเข้าหาท่านเหล่านั้นอย่างไร เราก็ต้องศึกษาความเป็นอยู่ ความต้องการของสังคมนั้น ๆ ให้เข้าใจ เมื่อเราได้เข้าไป จะไม่เป็นแกะดำอยู่ในฝูง จะกลมกลืนไปกันได้โดยไม่มีปัญหาอะไร สังคมที่ดีอย่างนี้ เราควรเป็นคนหนึ่งที่ปฏิบัติตัวได้เหมือนท่านเหล่านั้น ถึงจะปฏิบัติได้ไม่ดีนัก แต่เราก็พยายามทำดีตลอดไป อีกสักวันหนึ่ง เราก็จะเป็นที่ยอมรับในสังคมแห่งคนดีได้อย่างสนิทใจ อีกสังคมหนึ่งที่เรียกว่า สังคมของคนพาล สังคมนี้ก็แบ่งเป็นปด็กย่อยออกไปอีก จึงกลายเป็นคนพาลหลายกลุ่ม แต่ละกลุ่มอาจจะเป็นคนพาลไม่เหมือนกัน เมื่อจำเป็นเราจะได้พบกับคน

พาลเหล่านี้ เราก็ต้องศึกษานิสัยของคนพาล แต่ละกลุ่มให้เข้าใจ หากจำเป็นต้องเข้าไปในสังคมของคนพาลเหล่านี้ เราจะปรับตัวเข้ากับเขาให้ได้พอสมควร เพื่อป้องกันไม่ให้มีปัญหาเกิดขึ้นในสังคมนั้น ๆ

การเข้าไปในสังคมของคนพาลนี้ ต้องมีความระวังตัวเป็นพิเศษ เพราะคนกลุ่มนี้มีนิสัยหน้าไหว้หลังหลอกเชื่อใจไม่ได้เลย ต้องใช้จิตวิทยาสูง ทำให้คนกลุ่มนี้ยอมรับเราได้ มีอะไรพอจะให้ได้ก็ให้ไป มีงานอะไรพอจะช่วยเขาได้ช่วยไป พยายามปรับตัวให้เป็นมิตรกับคนกลุ่มนี้ให้ได้ อีกสักวันหนึ่ง เมื่อคนกลุ่มนี้เห็นความดีที่เราทำไปแล้ว เขาเหล่านั้นจะเกิดความสำนึกในบุญคุณในตัวเราเอง แต่เราไม่หวังสิ่งตอบแทนอะไรกับคนกลุ่มนี้ มีแต่ให้เขาอย่างเดียว เมื่อเขาเห็นความดีของเราที่ทำให้แก่เขา ก็เขานั้นแลจะมาเป็นรั้วกันปกป้องเราเอง เมื่อมีอะไรเกิดขึ้นในสิ่งที่ไม่ดีแก่เรา เขาเหล่านั้นแหละจะยื่นมือเข้ามาช่วยเหลือ พิษงูถึงจะร้ายกาจสักเพียงใด ถ้าเรามีความฉลาด ก็สามารถเอาพิษงูนั้นมาทำประโยชน์ได้ ขวากหนามที่เกาะเกี่ยวเสียบแทงให้เราเจ็บปวดได้ก็ตาม ถ้าเราเอามาล้อมบ้าน ก็จะได้เป็นรั้วป้องกันไม่ให้คนและสัตว์ร้ายเข้ามาทำอันตรายให้เรา นี่ฉันใด ถ้าเรามีความฉลาดรอบรู้ด้วยปัญญา ก็สามารถเอาคนกลุ่มนี้มาปกป้องเราได้เช่นกัน ฉะนั้น **ปรีศัญญตา** ความเป็นผู้รู้จักชุมชนและปฏิบัติต่อชุมชนนั้นให้ถูกต้องกับกาลเทศะ ก็จะเป็นผลดีแก่ตัวเราเป็นอย่างมากทีเดียว

อีกสังคมหนึ่งที่พวกเราจะต้องได้พบปะสังสรรค์ นั้น คือสังคมกรรมฐาน หรือเรียกสั้น ๆ ว่า **สังคมกลุ่มปฏิบัติ** ทั้งกลุ่มใหญ่กลุ่มเล็กมีอยู่ทั่วไป แต่ละกลุ่มก็มีอุบายภาวนาปฏิบัติเป็นของตัวเอง และมีความตั้งใจไปในทิศทางเดียวกัน นั่นคือ เพื่อละกิเลสตัณหาและละอาสวะให้หมดไปจากใจ เพื่อจะได้เข้าสู่กระแสแห่งมรรคผลนิพพานด้วยกัน ส่วนอุบายภาวนาที่มีความแตกต่างกันไปบ้างก็ไม่มีไร แต่ใจให้มีความหนักแน่นในธรรมที่มั่นคง ก็นับว่าดีแล้ว เมื่อหากเราจะเข้าไปในกลุ่มปฏิบัติภาวนาที่ใด เราต้องศึกษากฎระเบียบของกลุ่มนั้น ๆ ให้เข้าใจ พร้อมทั้งอุบายวิธีการภาวนาของกลุ่มนั้นเอาไว้ เพื่อเราจะได้ปรับตัวเองเข้าไปในกลุ่มได้อย่างสนิทใจ อุบายวิธีภาวนาปฏิบัติของเขา เมื่อเราทำไม่ถนัดเพราะเราไม่เคยทำมาก่อน เราก็ต้องเอาวิธีที่เรามีความถนัดปฏิบัติกันไป ถึงจะให้คำบริกรรมภาวนามีความแตกต่างกันก็ตาม แต่คนผู้ภาวนาอย่าให้เกิดความขัดแย้งกัน อย่าเอาคำบริกรรมมาเป็นชนวนก่อเหตุว่าสายเราถูกต้องตรงต่อมรรคผลนิพพาน สายอื่นคดโค้งหรือผิดไป ถ้าเป็นในลักษณะนี้ ผู้ภาวนานั้นแหละ จะผิดใจกันเอง และจะเข้าหน้ากันไม่ได้เลย

**ผู้ปฏิบัติบางกลุ่มชอบยกย่องครูอาจารย์ตัวเองเกินไป** จะเป็นเพราะมีความเจตนาดีหรือเจตนาร้ายก็ไม่รู้ ชอบโจมตีกล่าวขวิญนินทาว่าร้ายอาจารย์องค์อื่นอยู่ตลอดเวลาว่าอาจารย์องค์นั้นไม่ดีอย่างนี้ อาจารย์องค์นี้ไม่ดีอย่างนั้น สารพัดเรื่องที่น่ามาโจมตีกล่าวร้าย เพื่อให้เกิด

ความเสียหาย แม้แต่พระด้วยกันเองก็ยังเล่นเกมเหมือนหมาวาสที่ทำต่อกัน จะพูดอย่างไรทำให้กลุ่มลูกศิษย์ของตัวเองหมดความเลื่อมใสศรัทธา จากองค์อื่นก็ว่ากันไป จึงกลายเป็นกลุ่มเป็นคณะ เกิดความแตกแยกสามัคคีกัน จะว่าภาวนาปฏิบัติก็เหมือนตัวเองได้เป็นพระอรหันต์องค์เดียว จะว่าการเขียนหนังสือธรรมะ ก็คิดว่าเราเขียนได้ดีเพียงองค์เดียว จะว่าเทศนาบรรยายธรรม ก็คือว่าเราเทศนาบรรยายธรรมดีเด่นเพียงองค์เดียว ถ้ามีองค์อื่นแสดงธรรมได้ดี มีคนนิยมชมชอบ ก็เกิดความอิจฉาหาว่าแข่งหน้าแข่งหลัง หาว่าเป็นตัวประจบประแจงเพื่อหวังผลประโยชน์ในลาภสักการะ เป็นในลักษณะหมาไล่เนื้อ มีแต่กัดกันเอง จะทันเนื้อได้อย่างไร ฉะนั้น ปริศณัญตา ความเป็นผู้รู้จักในกลุ่มบริษัทว่ากลุ่มไหนเป็นอย่างไร เราก็ต้องเลือกคนในกลุ่มพอที่จะพูดรู้ภาษากัน กลุ่มไหนที่เข้ากันไม่ได้ พูดกันไม่รู้เรื่อง ก็อย่าคุยกันมากนัก เพราะการพูดมาก โอกาสพูดผิดพลาดมีสูง ต้องทำใจให้เป็นอุเบกขา วางเฉยเอาไว้ อย่าให้ใจเกิดอคติต่อกัน ถึงจะอยู่ในสังคมเดียวกัน ก็ให้อยู่ร่วมกันได้เหมือนธรรมดาทั่วไป ต่างคนก็ปฏิบัติกันไป ตามแนวทางของตัวเอง ใครจะพบกระแสธรรม นำตนให้พ้นจากกระแสโลก ทวนกระแสของกิเลส ตัดตัณหาให้หมดไปจากใจ ซ้ำมภพทั้งสามไปได้ก็พอแล้ว

## บุคคลัญญาตา

๗. บุคคลัญญาตา เป็นผู้รู้จักเลือกบุคคล คำว่าเลือกบุคคล หมายถึง บุคคลผู้จะเป็นมิตร

แท้ เลือกหาผู้ที่พร้อมสุขร่วมทุกข์กันได้ เป็นบุคคลที่เชื่อใจกันได้และเชื่อถือได้ นิสัย ความประพฤติและความเห็นเป็นไปในทิศทางเดียวกัน เพื่อให้เกิดความมั่นใจในการทำงานร่วมกัน การเลือกหาคนดีมาเป็นมิตรได้ จำเป็นต้องรู้จักคนชั่ว แล้วเอาลักษณะของคนชั่ว และลักษณะของคนดีมาเทียบเคียงกันดูว่า ทั้งสองคนนั้นมีลักษณะที่แตกต่างกันอย่างไร เราจึงจะเลือกหาคนดีได้ เมื่ออยากรู้จักคนชั่วยุก็ต้องการรู้จักคนดี อยากรู้จักคนต่ำก็ต้องการรู้จักคนสูง อยากรู้จักคนสวยก็ต้องการรู้จักคนขี้เหร่ อยากรู้จักคนดีก็ต้องการรู้จักคนไม่ดี ว่าทั้งสองคนนี้มีกิริยามารยาทต่างกันอย่างไร คนชั่วเขาทำอย่างไร เขาพูดอย่างไร คนดีเขาทำอย่างไร เขาพูดอย่างไร ต้องได้ข้อมูลทั้งสองฝ่ายมาเปรียบเทียบกัน ก็จะได้ความจริง มาตัดสินใจด้วยเหตุและผลได้ การเลือกเฟ้นนี้ เป็นปกติของมนุษย์เราทุกคน ไม่ว่าจะทางธรรมหรือทางโลกก็ต้องมีการคัดเลือกด้วยกันทั้งนั้น แม้จะเข้าทำงานในส่วนรัฐวิสาหกิจ หรือหน่วยงานราชการต่าง ๆ ก็ยัง **เลือกบุคคลให้เหมาะสมในงาน และหน้าที่นั้น ๆ** จะทำงานในรัฐสภาก็ยังเลือกหาประธานงานใน กระทรวง ทบวง กรม ต่าง ๆ ก็ยังเลือกเฟ้นหาผู้จะมาดำรงตำแหน่งเป็นนายกรัฐมนตรี ตลอดผู้จะมาเป็นนายกรัฐมนตรีก็ยังมี การคัดเลือก แม้แต่งานการสร้างฐานของครอบครัว จะเอาเป็นคู่สามีภรรยา ก็ยังเลือกเฟ้นหา ขนาดนั้นก็ยังผิดหวังพังทลายไปได้ การเลือกอะไรในทางโลกยังไม่สมบูรณ์ แต่ก็ยังดีกว่าไม่เลือกเสียเลย

การเลือกมิตรที่ไว้เนื้อเชื่อใจกันได้มีความสำคัญมาก ถ้าเลือกมิตรไม่ถูกก็อาจเกิดเป็นมารเป็นศัตรูแก่ตัวเราได้ที่เรียกว่ามิตรแท้และมิตรเทียม ส่วนมิตรเทียมมีอยู่มากมาย มิตรแท้พอจะฝากเป็นฝากตายกันได้รู้สึกว่ายาก **มิตรแท้ มีที่มาได้ ๒ ลักษณะ คือ**

๑. **นิสัยเคยเกี่ยวข้องกันมาในชาติอดีต อาจเป็นญาติสนิทมิตรที่รักกันมา เคยได้บำเพ็ญบุญกุศลร่วมกันมา** เมื่อเกิดมาในชาตินี้ เมื่อได้พบกันในช่วงครู่ ก็เกิดความรู้สึกต่อกันทั้งสองฝ่าย ว่ามีความรักความสงสารต่อกันเกิดขึ้นทันที ถ้าเป็นในลักษณะอย่างนี้ จึงจะเป็นมิตรแท้อย่างถาวร จะเป็นเพื่อนร่วมสุขร่วมทุกข์ต่อกันอย่างสนิทใจ จะฝากอะไรที่มีค่าราคาต่อกัน ก็ไม่เกิดความระแวงสงสัยซึ่งกันและกัน เพื่อนสุข สุขด้วยเพื่อนทุกข์ ทุกข์ด้วย ถึงไหนถึงกันจนกว่าชีวิตจะสิ้นสลายจากกันไป ถ้าหนุ่มสาวเป็นในลักษณะนี้ ชีวิตทั้งชีวิตจะมีความสุข มีความอบอุ่น เป็นครอบครัวที่มีความมั่นคง ไม่มีการทะเลาะดุด่าต่อกัน ฆ่ากันแต่อย่างใด จึงนับได้ว่าเป็นคู่ถือไม้เท้า ยอดทอง กระบองยอดเพชร เป็นตัวอย่างให้แก่สามีภรรยาผู้อื่น ๆ ได้เป็นอย่างดีทีเดียว

๒. **เป็นผู้ที่เคยสงเคราะห์ให้ความช่วยเหลือซึ่งกันและกันในปัจจุบัน แต่ละคนเป็นผู้มีน้ำใจเหมือน ๆ กัน เป็นผู้ไม่เห็นแก่ตัว มีนิสัยเสียสละให้ผู้อื่นอยู่เสมอ เป็นผู้มีศีลเสมอกัน และมีความเห็นเป็นไปในทิศทางเดียวกัน เป็นผู้มีหิริ ความละอายในการทำชั่วพูดชั่ว มีความเกรงกลัวต่อบาปอกุศลเหมือนกัน**

การที่มีนิสัยตรงกันอย่างนี้เอง จึงเกิดความเข้าใจไว้ใจกันได้ ไม่จำเป็นว่าคนนั้นจะเป็นญาติของเรา แม้แต่พี่น้องที่คลานออกจากท้องแม่มาด้วยกัน ก็ให้ความเชื่อถือไว้ใจอะไรไม่ได้ก็มีมากมาย ใครก็ได้ถ้าเป็นในลักษณะดังกล่าวนี้ ถือว่าเราได้เพื่อนที่ไว้ใจกันได้อย่างสนิททีเดียว ฉะนั้น บุคคลัญญาตา ความเป็นผู้รู้จักเลือกบุคคลมาเป็นมิตร จะต้องให้มีนิสัยตรงกันและเหมือนกันกับเรา มีอะไรเกิดขึ้นจะพูดกันรู้เรื่องและช่วยกันได้ในเวลาจำเป็น เพราะมีจุดมุ่งหมายและเหตุผลที่ตรงกัน ขอให้ทุกท่านจงมีความสังเกตนิสัยซึ่งกันและกัน อาจจะเจอผู้มีนิสัยที่ตรงกันได้ ถ้าไม่มีก็อย่าเพิ่งไว้ใจใครเลย ให้อยู่คนเดียวไปก่อน เมื่อพบเพื่อนตามที่เรากำลังต้องการ จึงมอบความเชื่อใจนี้ให้กัน นั้นแล จึงชื่อว่าเป็นผู้มีปัญญารอบรู้ผู้จะมาเป็นเพื่อนเราด้วยความสบายใจ การเลือกจึงเป็นจุดเริ่มต้นเพื่อให้เกิดความมั่นใจในการทำงานต่อไป และเพื่อให้เกิดความเชื่อถือเป็นกำลังใจได้ เช่น ศาสนาหรือลัทธิต่าง ๆ มีมากมาย ผู้จะเลือกศาสนาอะไร เลือกเอาลัทธิอะไรมาเป็นที่พักทางใจ ก็เลือกนับถือได้ เฉพาะศาสนาพุทธที่พวกเรามีความเคารพเชื่อถือ พวกเราก็มีความเชื่อมั่นในพระพุทธเจ้าผู้เป็นเจ้าของเริ่มต้นในการประกาศพระธรรมว่าเป็นคำสอนที่มีเหตุมีผลที่เชื่อถือได้ในโลก จึงยอมรับว่า พุทธัง สรณัง คัจฉามิ ธัมมัง สรณัง คัจฉามิ ได้อย่างสนิทใจ หรือ พระสงฆ์ที่เป็นองค์ทายาทของพระศาสดาที่พวกเราให้ความเคารพกราบไหว้บูชา พวกเราก็มีความมั่นใจว่า สังฆัง สรณัง คัจฉามิ ท่านเป็นผู้ปฏิบัติดี เป็นผู้ปฏิบัติตรง เป็นผู้ปฏิบัติเพื่อรู้แจ้งในพระ

ธรรม เป็นผู้ปฏิบัติชอบยิ่ง เป็นผู้ละอาสวกิเลสตัณหาให้หมดไป ในครั้งพุทธกาล พระสงฆ์จึงได้รับมอบหมายจากพระพุทธเจ้าไปเผยแผ่พระธรรมคำสอนของพระศาสดาเข้าสู่ประชาชน มีผู้ได้บรรลุมรรคผลนิพพานเป็นจำนวนมาก มาถึงยุคนี้สมัยนี้ พระพุทธศาสนาม่วงเลยมาแล้วสองพันห้าร้อยกว่าปี ก็ยังมีพระสงฆ์ทำหน้าที่เผยแผ่พระธรรม มีเจตนาดีที่ได้ทำหน้าที่นี้อย่างดี ยิ่งบางองค์ก็ได้ศึกษาธรรมะมาดี ดีความหมายในพระธรรมได้อย่างถูกต้องชัดเจนและแตกฉาน บางองค์ก็ยังไม่โปร่งใสในธรรมเท่าที่ควร อาจจะตีความหมายในธรรมผิดพลาดไปได้ แต่ก็นำไปอบรมสั่งสอนให้แก่บุคคลทั่วไป อาจทำให้เกิดความเห็นผิดได้ ในยุคนี้สมัยนี้ก็จำเป็นจะต้องเลือกพระ เลือกบุคคลอยู่นั่นเอง

การเลือกพระเลือกบุคคลผู้ให้ธรรมะจึงเป็นสิ่งเลือดยาก เพราะไม่มีองค์ใดประกาศว่าแนวทางของเรานี้ผิด มีแต่ประกาศว่าถูกต้องตรงต่อมรรคผลนิพพานด้วยกันทั้งนั้น ฉะนั้น การเลือกผู้นำจึงทำให้เกิดความสับสน ถ้าหากการปฏิบัติตรงต่อมรรคผลเหมือนกัน แต่ทำไมอุบายการปฏิบัติจึงไม่เหมือนกัน ส่วนอุบายการทำสมาธิที่มีอุบายแตกต่างกันนั้นไม่สำคัญ เพราะมีจุดมุ่งหมายอย่างเดียวกัน นั่นคือความสงบ แต่อุบายในการเจริญวิปัสสนาจะมีความแตกต่างกันเป็นอย่างมากทีเดียว ถ้าเป็นในลักษณะนี้ จะไปโทษว่าใครผิดใครถูกจึงไม่ควรอย่างยิ่ง ให้เป็นไปในลักษณะผู้งูโคที่กำลังแสวงหาหัวหน้าโค ดังได้อธิบายไว้ในเชิงเปรียบเทียบ

เทียบก็แล้วกัน ถ้าฝูงโคได้หัวหน้าโคที่ดีก็โคดีไป ถ้าฝูงโคได้หัวหน้าโคตัวปลอมก็โคร้ายไป เป็นลักษณะตัวใครตัวมันช่วยกันไม่ได้ แต่ถึงอย่างไร ก็ต้องเลือกบุคคลอยู่นั่นเอง เพราะ **การเลือกบุคคลนี้เป็นจุดเริ่มต้น** ถ้าเลือกผิด ถึงจะมี **ศรัทธา** เชื่อมั่นว่าถูก ก็ยังผิดอยู่นั่นเอง ฉะนั้น การเลือกในสิ่งใด ถ้าไม่เข้าใจในเหตุผลที่ดีแล้ว โอกาสเลือกผิดมีสูง เพราะในยุคนี้อยู่ในช่วงปลาย พระพุทธศาสนา อะไรก็เกิดขึ้นได้ ถึงอย่างไร ก็ จะเลือกให้ถึงที่สุด อะไรจะเกิดก็ให้มันเกิด ก็ต้อง รับผิดชอบด้วยตัวเราเอง ศรัทธาความเชื่อถือนี้ เอง จึงเป็นต้นเหตุให้เลือก ถ้าเป็น **ศรัทธาวิปยุต** เป็นความเชื่อของผู้มีสติปัญญาที่มกมาย ไม่มีการวิจัยวิเคราะห์พิจารณาอะไรเลย เห็น ผู้อื่นเชื่อก็เชื่อตามเขาไปเท่านั้น ถ้าเป็นผู้มี **ศรัทธาญาณสัมปยุต** ผู้นั้นจะเชื่อด้วยเหตุผล ด้วยสติปัญญาของตัวเองก่อน จึงตัดสินใจ เชื่อในภายหลัง

## มีปัญญาเลือกเฟ้นธรรม

เมื่อเชื่อถือบุคคลและเชื่อถือครูอาจารย์ได้ แล้วธรรมะที่เราได้ยืมจากท่าน อ่านหนังสือของท่าน แล้วก็นำมาเลือกเฟ้นอีก มีธรรมะหมวดไหนบ้างพอที่เราจะนำมาปฏิบัติได้ให้ถูกกับนิสัยของเราและความสามารถของเรา **ธรรมะ** หมวดไหนควรเอามาเริ่มต้นก่อน **ธรรมะ** หมวดไหนควรนำมาปฏิบัติในภายหลัง ต้องมีสติปัญญาเลือกเฟ้นธรรมะให้เข้าใจ แล้วนำมาปฏิบัติให้ถูกกับความหมาย

ธรรมะหมวดไหนปฏิบัติเป็นไปอยู่ในชั้นโลกีย์ ธรรมะหมวดไหนปฏิบัติเป็นไปอยู่ในชั้นโลกุตระ การจะนำธรรมะหมวดนั้น ๆ มาปฏิบัติได้ ก็เนื่องมาจากครูอาจารย์เป็นผู้ให้อุบาย จะให้อุบาย ธรรมะผิดถูกอย่างไรเรารับได้ทั้งนั้น ท่านจะให้อะไรแก่เราถือว่าสิ่งนั้นเป็นสิริมงคลทั้งหมด ท่านจะสอนธรรมอะไร เราก็มีความยินดีพอใจ พร้อมทั้งจะนำไปปฏิบัติด้วยความเคารพเชื่อถือ ท่านสอนอย่างไร เราก็จะปฏิบัติไปอย่างนั้น ถ้าท่านสอนผิด เราก็ปฏิบัติผิดด้วย ฉะนั้น **การปฏิบัติขึ้นอยู่กับผู้นำเป็นสิ่งสำคัญ** เพราะในยุคนี้สมัยนี้มีความแตกต่างกันกับสมัยครั้งพุทธกาล ในสมัยครั้งนั้นมีพระพุทธเจ้าและพระอรหันต์ เป็นผู้อบรมสั่งสอน ผู้ปฏิบัติตามจึงได้บรรลุ มรรคผลนิพพานได้เร็ว ในยุคนี้ ครูอาจารย์ที่ดี ความหมายในธรรม นำมาสอนการภาวนาปฏิบัติ มีหลายวิธี ใครตีความหมายในธรรมเห็นว่า เป็นอย่างไร ก็นำมาสอนอย่างนั้น เมื่อท่าน เหล่านั้นมรณภาพไป ก็มีลูกศิษย์สอนในวิธีนั้น สืบทอดต่อกันมาจนถึงปัจจุบัน และเขียนให้เป็นตำราไว้เพื่อเป็นหลักฐาน เมื่อผู้ปฏิบัติ ยุคนี้ได้อ่านก็คิดว่า เป็นตำราสมัยเก่า ไม่มีใครที่จะกล้าแก้ไข เพราะถือว่าเป็นคำสอน ของโบราณนั่นเอง จึงเข้ากันได้กับ “**เรื่องกาลามสูตร**” ที่เราทั้งหลายจะได้อ่านต่อไปนี้

## กาลามสูตร ๑๐ ข้อ

เรื่องกาลามสูตรนี้ พระพุทธเจ้าได้สอนชาว กาลามชนเอาไว้ ถ้าได้พิจารณาในเหตุผลแล้ว



นำมาเป็นข้อปฏิบัติได้เป็นอย่างดี เพราะ พวก กาลามชนนั้นเชื่ออะไรไม่มีเหตุผล เคยเชื่ออะไรกันมาแต่โบราณก็พากันเชื่อถือมาอย่างนั้น ไม่ยอมแก้ไขปรับปรุงด้วยเหตุผลแต่อย่างใด โบราณทำกันอย่างไร ก็พากันทำอย่างนั้น พระพุทธเจ้าจึงเตือนสติให้ข้อคิดด้วยเหตุผลแก่คนเหล่านั้น ดังนี้

๑. อย่าได้เชื่อเพียงสักว่าได้ฟังตาม ๆ กันมาได้ยินได้ฟังในสิ่งไหนเรื่องอะไร ต้องเอาเรื่องนั้นมาคิดพิจารณาด้วยปัญญา หาเหตุผลมาเป็นองค์ประกอบว่าสิ่งใดเรื่องอะไรที่ได้ยินได้ฟังมาแล้วมีเหตุผลพอเชื่อถือได้หรือไม่ได้ ให้ใช้หลักความจริงมาเป็นเครื่องตัดสินชี้ขาด ใช้ปัญญาวิจยวิเคราะห์ให้ดี สิ่งใดมีเหตุผลพอเชื่อถือได้จึงเชื่อ สิ่งใดไม่เป็นไปในเหตุผลอย่าไปเชื่อในสิ่งนั้น ๆ ต้องใช้ปัญญาพิจารณาทบทวนหลายครั้งหลายหน จนเกิดความมั่นใจว่าเรื่องนั้นควรเชื่อถือได้ เรื่องนี้ไม่ควรเชื่อถือ จึงตัดสินใจเชื่อหรือไม่เชื่อในภายหลัง ในสมัยครั้งพุทธกาล ความเชื่อถือมีหลายรูปแบบ เพราะได้ยินได้ฟังคนยุคก่อน ๆ เล่าเอาไว้ คนยุคใหม่ก็เล่าต่อ ๆ สืบกันมาไม่ทราบว่าเป็นเรื่องนั้นเล่าต่อกันมาก็ชั่วคน เหตุผลพอเชื่อถือได้หรือไม่ได้ ไม่มีใครนำมาคิดพิจารณาแต่อย่างใด ความเชื่อถือนี้มีมายาวนาน เมื่อพุทธศาสนาได้เกิดขึ้นมาในโลกแล้วก็ตาม ความเชื่อที่เก่าแก่ก็เล่าขานสืบต่อกันมาเรื่อย ๆ จนถึงปัจจุบัน เช่น เรื่องราหูอมจันทร์ ถ้ามนุษย์ไม่ให้ความช่วยเหลือโลกมนุษย์จะเกิดภัยพิบัติล่มจมหายนะไป มนุษย์จึงได้ตีฆ้อง ตีกลอง ยิงปืน หรือทำอะไรให้เกิดเป็นเสียงให้ราหูเกิดความตกใจกลัว แล้วดวงจันทร์

ออกหนีไป และมีเรื่องอื่น ๆ อีกมากมายไม่จำเป็นจะนำมาเขียนในที่นี้ มันจะเป็นหนังสือเล่มใหญ่เกินไป

ความเชื่อถือนี้ แต่ละยุคก็มีความแตกต่างกันออกไป ในยุคสมัยใดจะมีผู้สมองใสๆ เรื่องขึ้นมาหาเหตุผลมาประกอบกันกับเรื่องที่เกิดขึ้น โนม่น้าวให้คนหัวอ่อนเกิดความเชื่อถือได้ เช่น เรื่องบูชาไฟ บูชายักษ์ ฆ่าสัตว์เอาเลือดบูชาแม่กาลี เพื่อเป็นมงคลอย่างนั้นอย่างนี้ หรือกลุ่มนักพรตก็เชื่อว่าการแก้ผ้าเปลือยกายจะละกิเลสได้ นอนบนชวากหนาม นอนย่างไฟให้กิเลสได้แห้งไป และมีวิธีอื่น ๆ อีกมากมายที่นักพรตเหล่านั้นเชื่อว่าจะละกิเลสได้ นั้นเป็นเรื่องที่นอกพุทธศาสนา แต่ให้เราได้สังเกตความเชื่อถือของชาวพุทธที่กำลังภาวนาหาวิธีที่จะละอาสวกิเลสในยุคนั้นดูบ้าง คนส่วนใหญ่ของชาวพุทธมีความเชื่อว่าการภาวนาทำสมาธิให้จิตมีความสงบแล้วจะเกิดปัญญา เมื่อปัญญาเกิดแล้วก็จะไปละกิเลสค้นหาให้หมดไปจากใจเอง เมื่อกิเลสค้นหาถูกปัญญาได้ละไปหมดแล้ว ก็จะเป็นพระอรหันต์ขึ้นมาเอง ส่วนใหญ่ผู้ปฏิบัติจะมีความเข้าใจในลักษณะนี้ เหมือนกับว่า คำบริกรรมทำให้จิตมีความสงบได้แล้วจะเป็นไสยศาสตร์ สามารถที่จะให้เกิดปัญญาขึ้นมาได้ และเข้าใจว่าจะเป็นเหมือนคาถาอาคมเวทมนตร์ มีความหวังว่าจะเกิดอิทธิฤทธิ์อิทธิปาฏิหาริย์กำจัดกิเลสค้นหาให้หมดไป ทั้งที่ตัวเองยังงี่เง่าต่ำต้อยไม่รู้จักในสังขารกรรมแต่อย่างใด ความเชื่อถือที่สืบต่อกันมาอย่างนี้ ก็จะเหมือนกันกับพวกกาลามชนเหล่านั้น ฉะนั้น พระพุทธเจ้าจึงได้เตือนสติว่า

อย่าไปเข้าใจว่าเป็นอย่างนั้น จะเชื่อถือในสิ่งใด ต้องใช้ปัญญาพิจารณาในสิ่งนั้น ๆ ด้วยเหตุและผลให้เป็น **ศรัทธาญาณสัมปยุต** จะเชื่อในสิ่งใด ต้องใช้ปัญญาวิจยวิจารณ์ให้แยบคาย ให้เข้าใจในสิ่งที่จริงในสิ่งนั้น ๆ มิใช่ว่าจะเชื่อสักว่าฟังตาม ๆ กันมาว่า ภาวนาอย่างนี้จะถูกต้องไปเสียทั้งหมด ให้ศึกษาประวัติที่พระพุทธเจ้าทรงสอนพุทธบริษัทในสมัยครั้งพุทธกาลให้เข้าใจ ไม่เช่นนั้น จะเป็นผู้เชื่ออะไรที่มั่งงายต่อไปโดยไม่รู้ตัว จะเหมือนกับพวกกาลามชนเหล่านั้น

**๒. อย่าได้เชื่อเพียงสักว่า ของเก่าที่ทำตาม ๆ สืบต่อกันมา** นี้ก็เช่นกัน ประเพณีนิยมที่พวกเราทั้งหลายได้ทำกันอยู่ในปัจจุบัน ก็พากันถือว่าเป็นเรื่องเก่าแก่ทำกันมาแต่โบราณ ถึงปู่ย่าตายายพ่อแม่ที่ยังทำสืบทอดกันมาจนถึงพวกเรา และจะทำต่อ ๆ กันไปในอนาคตอีกยาวนาน ทำกันมาอย่างไรก็พากันทำต่อไปอย่างนั้น เพราะ **ถือว่าเป็นของเก่า ไม่มีใครที่จะกล้าแก้ไข** ถ้าผู้ได้อ่านประวัติที่พระพุทธเจ้าได้สอนพุทธบริษัทในสมัยครั้งพุทธกาลที่มีผู้ปฏิบัติตามได้มรรคผลนิพพานผ่านไปแล้ว การปฏิบัติวิธีเก่าตามที่พระพุทธเจ้าได้อบรมสั่งสอนพวกเราก็จะเกิดความปีติยินดี **แต่กลับพากันไปชอบของเก่าในวิธีปฏิบัติของพวกดาบสฤาษี เมื่อปฏิบัติตามพวกฤาษี แต่ต้องการบรรลุมรรคผลนิพพาน อันเป็นวิธีปฏิบัติที่เป็นไปไม่ได้ แต่พวกเราก็คิดว่าจะเป็นไปได้** นี้คือไม่ได้ใช้ปัญญาพิจารณาหาเหตุผลมาเป็นเครื่องตัดสินใจ ไม่เข้าใจในของเก่าที่พระพุทธเจ้าได้สอนเอาไว้ พระองค์ได้วางหลักปัญญาเป็นจุดเริ่มต้น

ในการปฏิบัติธรรมทั้งหลาย มีปัญญาความเห็นชอบที่ประกอบไปด้วยเหตุและผล มีปัญญาดำริพิจารณาแยกแยะวิจยวิจารณ์ในหมวดธรรมต่าง ๆ ให้เข้าใจ เรียกว่า โยนิโสมนสิการ พิจารณาให้เกิดความแยบคายหายสงสัยในสิ่งนั้น ๆ ให้ชัดเจน

การเชื่อถือในของเก่านั้น ต้องพิจารณาให้เข้าใจว่า ของเก่าอย่างไหนพอเชื่อถือได้ และเชื่อถือไม่ได้ ต้องใช้ปัญญาพิจารณาให้เข้าใจในความเป็นจริง สิ่งนี้มีเหตุเป็นอย่างนี้และผลที่จะเกิดตามมาเป็นอย่างนี้ มองเหตุไปหาผลให้ตรงกันกับความเป็นจริง มิใช่จะทำเหตุอย่างหนึ่งเพื่อให้เกิดผลเป็นอีกอย่างหนึ่ง ใช้ไม่ได้เลย เช่น ทำสมาธิ จิตมีความสงบแล้วจะเกิดปัญญา เป็นต้น ที่จริงความสงบของสมาธิจะมีผลไปในทางฉานสมาบัติ ที่เรียกว่า รูปฉาน อรูปฉาน เกิดเป็นอภินิหารต่าง ๆ หรือเกิดอภิญญา เช่น มีตาทิพย์ มีหูทิพย์ รู้วาระจิตของคนอื่นบ้าง มีฤทธิ์บ้าง รู้จักจิตวิญญาณของคนที่ยาตายไปแล้ว รู้จักภพชาติในอดีตว่าเคยเกิดเป็นอะไรมา นี่เป็นผลที่เกิดจากสมาธิความสงบ มิใช่จิตมีความสงบแล้วจะเกิดปัญญาดังที่เข้าใจ เหตุที่จะให้เกิดปัญญามาจากการพิจารณาให้รู้เห็นตามความเป็นจริง เกิดความฉลาดรอบรู้ในหลักสังขธรรม ดังที่พูดกันอยู่เสมอว่า **มีปัญญาตรัสรู้ อริยสัจสี่แจ่มแจ้ง ประจักษ์โดยลำพังด้วยพระองค์เอง** คำว่ามีความสงบตรัสรู้ อริยสัจสี่จะมีมาจากที่ไหน ฉะนั้น ความเชื่อถือในของเก่า ปฏิบัติตามของเก่า พวกเราได้ปฏิบัติถูกต้องตามคำสอนของพระพุทธเจ้าหรือไม่ หรือปฏิบัติ

ตามของเก่าของพวกฤษีกันแน่ จึงใช้ปัญญาพิจารณาให้เข้าใจในเหตุผล ไม่เช่นนั้น จะเป็นมิจฉาปฏิบัติไปโดยไม่รู้ตัว

๓. อย่าได้เชื่อเพียงสักว่า กิตติศัพท์อันเป็นข่าวเล่าลือ นี่ก็เป็นอีกข้อหนึ่งที่พวกเราทั้งหลายควรนำมาพิจารณา คำว่า **ข่าวเล่าลือ** เป็นได้ทั้ง **จริงหรือไม่จริง พอเชื่อถือได้และเชื่อถือไม่ได้** เช่น เล่าลือว่า พ.ศ. เท่านั้นโลกจะเกิดภัยพิบัติ โลกจะพินาศ น้ำจะท่วม หายที่อยู่ไม่ได้ สัตว์และหมู่มนุษย์จะล้มตายกันไปเป็นจำนวนมาก จะเกิดความอดอยากข้าวปลาอาหารไปทุกแห่งหนของโลก ข่าวเล่าลือนี้ จะเป็นจริงหรือเท็จอย่างไร ก็ใช้ปัญญาพิจารณาในเหตุผลว่าข่าวอย่างนี้มีเหตุผลพอเชื่อถือได้หรือไม่ได้ มิใช่ว่าได้ยินข่าวเล่าลือมาอย่างไร จะเชื่อไปเสียทั้งหมด **ต้องฝึกนิสัยตัวเองให้เป็นผู้หนักแน่นพิจารณาในเหตุผลก่อนว่าจริงหรือไม่จริงอย่างไร จึงตัดสินใจเชื่อในภายหลัง หรือได้ทราบข่าวว่าสิ่งศักดิ์สิทธิ์เกิดขึ้นที่ไหน ก็เชื่อว่าเป็นจริงอย่างนั้น** ทำไมจึงเป็นผู้หูเบาใจง่ายมง่ายเชื่ออะไรที่ขาดเหตุผล และข่าวเล่าลืออื่น ๆ ที่เกิดขึ้นในกายภาคหน้าจะมีอีกมาก มีทั้งข่าวดีและข่าวไม่ดี ข่าวอะไรก็ตามอย่าเพิ่งตัดสินใจเชื่อในทันที ต้องมีการพิสูจน์ให้รู้ความจริงจึงเชื่อในภายหลัง **ต้องฝึกตัวเองให้มีเหตุผลด้วยสติปัญญาเฉพาะตัว มิใช่ว่าจะเอาคนอื่นเป็นผู้ชี้แนะบอกกล่าวให้เชื่อ** **ความเชื่อหรือไม่เชื่อต้องมีเหตุผลเฉพาะตัว จึงเรียกว่า ตนแลเป็นที่พึ่งแห่งตน**

ความเชื่อถือในข่าวลืออีกอย่างหนึ่ง คือ **เรื่องบุญกุศล** เช่น **ได้เห็นของแปลกในการปฏิบัติรูปแบบใหม่ว่าดีอย่างนั้นดีอย่างนี้ ปฏิบัติแล้วจะได้รับผลเป็นอย่างนั้นอย่างนี้** ก็เล่าลือกันไปเฉพาะผู้มีความฝักใฝ่ในบุญกุศล **ใจจะคล้อยไปตามข่าวเล่าลือได้ง่าย** เพราะเป็นผู้มีความหิวกระหายในบุญกุศลอยู่แล้ว เมื่อได้ทราบข่าวเล่าลือว่าพระผู้มีคุณธรรมสูงมีอยู่ที่ไหน ก็พากันไปเพื่อกราบไหว้บูชา เพื่อให้เกิดเป็นบุญกุศล จะเป็นอรหันต์พระบ้าง อรหันต์เณรบ้าง ตลอดฆราวาสผู้มีความตั้งใจในการปฏิบัติอยู่ ข่าวลือในลักษณะอย่างนี้ก็ยังไม่ทำให้เกิดความเสียหาย ถ้าเรามีความเคารพเลื่อมใสศรัทธาก็จะเกิดเป็นบุญกุศลแก่ตัวเราเอง ส่วนพระอรหันต์องค์จริงนั้น ก็เชื่อถือไปตามข่าวเล่าลืออีกเช่นกัน **องค์ไหนที่เรามีความเคารพเลื่อมใสศรัทธา ก็ชอบยกขึ้นว่าองค์นั้นเป็นพระอรหันต์ไป** ในลักษณะอย่างนี้ก็เป็นองค์จริงบ้าง องค์ปลอมบ้าง องค์ไหนที่เราไม่มีความเคารพเลื่อมใสไม่เชื่อถือถึงองค์นั้นจะเป็นพระอรหันต์องค์จริง แต่เราก็กังไม่เชื่ออยู่นั่นเอง มิหนำซ้ำยังแสดงความประมาทก้าวร้าวให้แก่ท่านไปด้วย ฉะนั้น พวกเราได้รับข่าวเล่าลือมาอย่างไร ก็ให้ศึกษากรองข่าวนั้นให้ดีอย่าเป็นนิสัยเชื่ออะไรที่มง่าย ไม่เช่นนั้น จะเป็นเหมือนสัตว์ทั้งหลายตื่นข่าวไปตามกระต่ายตื่นตูม ให้ฝึกใจเหมือนกับราชสีห์ มีอะไรเกิดขึ้นต้องพิสูจน์ให้เห็นความจริงในสิ่งนั้น ๆ

๔. **อย่าได้เชื่อเพียงสักว่า อ้างมาจากตำราหรือคัมภีร์** นี้ก็เช่นกัน นิสัยของคนเราชอบอ้าง

ถึงตำรา เหมือนกับว่า เรื่องไหนมีตำราจะเข้าใจว่าเรื่องนั้นจะเป็นเรื่องจริงทั้งหมด หนังสือตำราว่าอย่างไรก็เชื่อกันไปอย่างนั้น ทั้งตำราในทางโลกและตำราในทางธรรม ตำรานั้นเขียนออกมาตามความรู้ของผู้เขียน เราเป็นผู้อ่านก็เพียงให้ เป็นความรู้เท่านั้น เมื่อจะจำมาปฏิบัติ ก็เอาความรู้นั้นมาพิจารณาอีกครั้งหนึ่ง ว่าประโยคและความหมายในตำรานั้นมีเหตุผลพอเชื่อถือได้หรือไม่ ถ้าปฏิบัติไปตามตำราแล้วจะเกิดผลออกมาอย่างไร ต้องใช้วิจยญาณกลั่นกรองด้วยเหตุผลให้ละเอียด ว่าตำราไหนพอจะเชื่อถือได้และเชื่อถือไม่ได้ ต้องวิจัยวิเคราะห์ใคร่ครวญตรึกตรองให้ดี เฉพาะทางธรรม มีผู้เขียนเป็นตำราออกมาให้คนอ่านมากมาย มีทั้งหนังสือเก่าและหนังสือใหม่เต็มไปหมด มีทั้งพระและฆราวาสก็มีความสามารถเขียนหนังสือธรรมะได้เช่นกัน พร้อมทั้งหลักการและวิธีการในการปฏิบัติมีเหตุผลเหมือนกัน เมื่ออ่านแล้ว ถ้าไม่พิจารณาให้ดีก็น่าเชื่อถือได้ มีทั้งพระอรหันต์เขียนและปุถุชนเขียน หลายประโยคหลายความหมาย มีเหตุผลเหมือนกันบ้าง ไม่เหมือนกันบ้าง ส่วนมากผู้อ่านจะให้ความเชื่อถือในตำราสมัยเก่า ถึงจะผิดในหลักความเป็นจริงก็เชื่อว่าเป็นความจริงอยู่นั่นเอง หนังสือนักปราชญ์ยุคใหม่ถึงจะจริงก็ยังไม่รับว่าจริง เพราะไม่ใช่เหตุผลในหลักความเป็นจริงมาเป็นหลักตัดสิน

ที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้ว่า อย่าได้เชื่อเพียงสักว่านี้ อ้ามาจากตำราหรือคัมภีร์ ทำไมเราไม่เอามาพิจารณาดูบ้าง ในความหมายนี้ พระพุทธเจ้า

ทรงต้องการให้คนเชื่อด้วยเหตุผล ไม่ใช่เชื่อโดยผูกขาดว่านี่เป็นตำราเก่าหรือตำราใหม่ ให้มีความมั่นใจในเหตุผลและความหมายในหลักความเป็นจริงเท่านั้น เช่น ตำราว่าทำสมาธิให้จิตมีความสงบแล้ว จะเกิดปัญญาขึ้น ในหลักความเป็นจริงในสมัยครั้งพุทธกาล พระองค์ทรงสอนอย่างนี้จริงหรือไม่ ถ้าได้อ่านประวัติของพระอรหันต์ในสมัยพุทธกาล ว่าท่านเหล่านั้นบรรลุธรรมด้วยการปฏิบัติอย่างไร เริ่มต้นในการปฏิบัติอย่างไร เราจะเข้าใจได้ทันที พระอรหันต์ในสมัยนั้น รวมทั้งพระ เณร ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา ไม่ต่ำไปกว่าแสนองค์ขึ้นไป พระพุทธเจ้าไปแสดงโปรดสัตว์ที่ไหน ให้พุทธบริษัทปฏิบัติในลักษณะใดจึงได้บรรลุเป็นพระอรหันต์ได้ ประวัติในพระสูตรมีมากมาย ทำไม่ไม่อ่านดูบ้าง ทุกสถานที่ที่พุทธบริษัทมาฟังธรรมของพระพุทธเจ้า พระองค์ทรงยกสังฆธรรมอันเป็นความจริงขึ้นมาแสดงให้พุทธบริษัทใช้สติปัญญาพิจารณาให้เห็นตามหลักความเป็นจริงทั้งนั้น ในหลักของมรรค ๘ พระองค์ก็ยกปัญญาขึ้นมาเป็นจุดเริ่มต้น นั่นคือ สัมมาทิฐิ ปัญญาเห็นชอบ สัมมาสังกัปป การดำริพิจารณาด้วยปัญญา ให้ถูกต้องชอบธรรมตามหลักความเป็นจริง มิใช่หรือ ทำไมจึงไม่อ่านตำราดูประวัติความเป็นมาในสมัยครั้งพุทธกาลบ้าง ว่าพระพุทธเจ้าสอนพุทธบริษัทให้ปฏิบัติกันมาอย่างไร เริ่มต้นจากปฐมสาวก เช่น ปัญจวัคคีย์ทั้งห้า พระยสกุณฑลบุตร พร้อมด้วยหมู่คณะภททวัคคีย์ที่ตามหาหญิงแพศยา ขฤลิสามพี่น้องพร้อมด้วยหมู่คณะ พร้อมด้วยพระสารีบุตร และพระโมคคัลลาน์ และองค์อื่น ๆ อีกมากมาย หรือบริวารของพระเจ้า

พิมพ์สาร จำนวน ๑๒๐,๐๐๐ คน ได้บรรลุธรรม ๑๐,๐๐๐ คน นอกนั้น ตั้งอยู่ในไตรสรณาคมน์ ประวัติผู้ได้บรรลุธรรมในครั้งพุทธกาลมีจำนวนมาก การปฏิบัติเริ่มต้นจากปัญญา ความเห็นชอบด้วยกันทั้งนั้น การทำสมาธิให้จิตมีความสงบ ข้าพเจ้าไม่ได้ปฏิเสธว่าไม่ให้ทำ ใครจะมีคำบริกรรมอะไรก็ทำกันไป จิตจะมีความสงบในสมาธิในระดับไหนทำไป จะทำให้จิตมีความสงบอยู่นานก็ชั่วโมงก็ทำไป **จะได้เป็นกำลังใจหนุนปัญญาได้เป็นอย่างดี ที่ปฏิเสธนั้น คือสมาธิความสงบนั้น ไม่ทำให้เกิดปัญญาแต่อย่างใด แต่สมาธิทำให้ใจเกิดมีกำลังใจที่เกิดจากสมาธินี้ นำไปประกอบในอุบายเสริมปัญญาให้เกิดความรู้แจ้งเห็นจริงในสัจธรรมเท่านั้น เพราะสมณะและวิปัสสนาเป็นของคู่กัน เป็นกำลังหนุนซึ่งกันและกัน ใครจะใช้ปัญญามาก ทำสมาธิน้อย หรือใช้ปัญญาน้อย ทำสมาธิมากนั้น ให้เป็นไปตามนิสัยของแต่ละคน ผู้มีนิสัยทางปัญญาวิมุตติจะใช้ปัญญามากทำสมาธิน้อย ผู้มีนิสัยทางเจโตวิมุตติจะใช้ปัญญาน้อยทำสมาธิมาก ถึงอย่างไรก็ตาม เริ่มต้นจากปัญญาความเห็นชอบอยู่ตนเอง **ลำพังทำให้จิตมีความสงบในสมาธิเพียงอย่างเดียว การปฏิบัติจะไม่ก้าวหน้าแต่อย่างใด** จะวกไปเวียนมาเหมือนกับคนตาบอดพายเรืออยู่ในสระ ถึงจะมีประตูเปิดอยู่ก็จะไม่รู้เห็นทางออกแต่อย่างใด หรือเหมือนกับผู้มีเงินอยู่ในตัวแล้ว แต่ไม่มีร้านอาหารซื้อรับประทาน เงินจะเกิดเป็นอาหารให้เรารับประทานได้อย่างไร หรือเหมือนกับมีปากกาอยู่ในมือ แต่ไม่มีกระดาษเป็นที่รองรับให้เขียนตัวหนังสือก็เกิดขึ้นไม่ได้ ถึงจะมีกระดาษรองรับให้**

เขียนอยู่ก็ตาม ถ้าเขียนหนังสือไม่เป็น ปากกาที่มีอยู่ก็สักว่ามีเท่านั้น นี่ฉันใด **กำลังใจที่เกิดขึ้นจากสมาธิ ถ้าไม่มีปัญญาเป็นพื้นฐานรองรับเอาไว้ กำลังใจจะไปคิดพิจารณาด้วยปัญญาไม่ได้เลย มีแต่ความพอใจยินดีอยู่ในความสงบสุขของสมาธิต่อไปเท่านั้น** ถ้าผู้มีความชำนาญในฌานสมาบัติก็เข้าอยู่ในฌานต่อไป นี้ก็เพราะไม่ได้ฝึกปัญญารองรับสมาธิเอาไว้ กำลังใจที่เกิดจากสมาธิก็ทำอะไรไม่ได้เลย อีกไม่นาน กำลังใจที่เกิดจากสมาธิก็เสื่อมลง แล้วก็นึกคำบริกรรมทำสมาธิใหม่ ก็เป็นไปในรูปเก่าอีก จะมีการรบกวนกันอยู่อย่างนี้ จะหาทางออกไม่ได้เลย ตำราที่ว่า เมื่อจิตเป็นสมาธิมีความสงบดีแล้วจะเกิดปัญญาขึ้น ตำรานี้ผิดหรือถูก ให้ผู้ปฏิบัติได้พิจารณาดูก็แล้วกัน ฉะนั้น ผู้ปฏิบัติอย่าผูกขาดอ้างตามตำราจนเกินไป ในความหมายของนักปราชญ์ ท่านว่า **การปฏิบัติ อย่าเอาตามตำรา และอย่าทิ้งตำรา** ให้เราได้พิจารณาในเหตุผลนี้ ก็แล้วกัน ถ้าตีความหมายนี้ได้ ผู้นั้นจะรู้วิธีในการปฏิบัติอย่างชัดเจนทีเดียว

เช่น มรรคมืองค์ ๘ ที่เป็นคำสอนของพระพุทธเจ้า ได้ตรัสแล้วอย่างตายตัว พระพุทธเจ้าทรงมีพระญาณรู้เห็นแนวทางปฏิบัติที่จะเข้าสู่กระแสแห่งมรรคผลนิพพานได้เป็นอย่างดี ผู้รับสนองพระธรรมของพระพุทธเจ้ากลุ่มแรกคือปัญจวัคคีย์ทั้งห้าท่าน พระองค์ทรงอธิบายในวิธีปฏิบัติในมรรค ๘ อย่างละเอียดถี่ถ้วน วางรากฐานของการปฏิบัติไว้แล้วเป็นอย่างดี **พระองค์ก็มีวิธีเปลี่ยนความคิดที่เป็นมิจฉาทิฐิความเห็นผิด ให้**

กลับมาเป็นสัมมาทิฐิ ความเห็นที่ถูกต้องชอบธรรม พระองค์จึงได้วางหลักปัญญาไว้ในเบื้องต้น ที่ทุกคนก็รู้กันอยู่แล้วว่าสัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปไป นี่เป็นหลักของปัญญา เมื่อปัญญาสัมมาทิฐิมีความเห็นชอบแล้ว พระองค์ก็ได้วางในวิธีรักษาศีล ที่ว่า สัมมาวาจา สัมมากัมมันโต สัมมาอาชีโว นี่คือหมวดของศีล ก็เอาปัญญาสัมมาทิฐิความเห็นชอบนั้นแหละมา รักษาศีล เรื่องการทำสมาธิ พระองค์ก็วางแนวทางวิธีทำสมาธิไว้แล้วเป็นอย่างดี เช่น สัมมาวาจาโม สัมมาสติ สัมมาสมาธิ นี่เป็นอุบายวิธีทำสมาธิ พระองค์ก็ได้วางทิศทางการปฏิบัติไว้แล้วอย่างชัดเจน ก่อนทำสมาธิก็ใช้ปัญญาสัมมาทิฐิความเห็นชอบมาศึกษาในวิธีทำสมาธิให้เข้าใจ ถ้าจะเรียงเรียงตามคำสอนของพระพุทธเจ้าที่เป็นหลักเดิม จะออกมาเป็น ปัญญา ศีล สมาธิ

ในยุคนี้สมัยนี้ที่ทุกคนได้อ่านรู้ในตำราในคำวาทสิกขา ๓ และรู้กันทั่วไปว่า ศีล สมาธิ ปัญญา ที่ย่อมาจากมรรค ๘ หมวดเดียวกัน จะเป็นเหตุให้ข้าพเจ้าเป็นผู้มีปัญญาน้อยไม่สามารถล่วงรู้ได้ ขอให้ท่านผู้รู้ทั้งหลายได้พิจารณาดูก็แล้วกัน ถ้าออกมาในหมวดการศึกษา ในภาคปริยัติก็ไม่มีปัญหาอะไร ถ้าจะนำมาปฏิบัติแล้วรู้สึกที่ไม่สอดคล้องกัน ไม่เหมือนหลักเดิมที่พระพุทธเจ้าวางไว้ ฉะนั้น ตำราที่ศึกษาอยู่ที่ใช้ปัญญาศึกษาให้ดี มิใช่ว่าอ่านจำเอาตามตำราไปทำตามตำราเท่านั้น แม้แต่อุบายการปฏิบัติที่มีตำราสอนกันอยู่ในขณะนี้ก็ตาม ต้องศึกษาให้เข้าใจให้รู้จักที่ไปที่มาด้วยเหตุด้วยผล เพื่อไม่ให้เกิดความเห็นผิด ถ้าความ

เห็นผิดเป็นจุดเริ่มต้นเมื่อไร การปฏิบัติอย่างไรและวิธีใด ก็จะถูกกลายเป็นมิจฉาวายามะ มีความเพียรผิดต่อไป จะกลายเป็นมิจฉาปฏิบัติ โดยไม่รู้ตัว งานทางโลกก็มีโอกาสแก้ไขให้ถูกต้อง การทำผิด การพูดผิด ก็ยังมีเวลาให้แก้ตัว ส่วนการภาวนาปฏิบัติ ซึ่งเป็นเรื่องของใจโดยเฉพาะ ถ้าปฏิบัติผิดเล็กน้อยก็พอจะแก้ไขได้ ถ้าปฏิบัติมีความผิดพลาดไปมาก ก็ยากที่จะแก้ไข หรือแก้ไขไม่ได้เลย ฉะนั้น ก่อนจะลงมือปฏิบัติ ต้องศึกษาแนวทางปฏิบัติให้เข้าใจ หรือมีครูอาจารย์ผู้ที่ท่านได้ผ่านการปฏิบัติที่ถูกต้องมาแล้ว ถ้าเป็นได้แบบนี้ การปฏิบัติก็จะก้าวหน้าไปด้วยดี ไม่มีความลังเลสงสัยในอุบายวิธีการปฏิบัติแต่อย่างใด หากมีवासนาบารมีพร้อมแล้ว ก็จะทำให้ความรู้แจ้งเห็นจริงในสังขารมรรคเป็นพระอรหันต์ในชาตินี้ได้เลย

๕. อย่าได้เชื่อเพียงสักว่า ตรรก คิดคำนวณด้วยการสุ่มเดาเอา ในวิธีการสุ่มเดานี้ จะมีความเสี่ยงต่อความผิดพลาดได้ง่าย เหมือนเดินทาง ถ้าไปด้วยการสุ่มเดา โอกาสเกิดความผิดพลาดมีสูง เช่น งานทางโลกที่ทุกคนทำกันอยู่เมื่อทำด้วยความสุ่มเดา งานทุกประเภทจะเกิดความผิดพลาดได้ กว่าที่จะแก้ไขปรับปรุงให้เข้าที่ได้อีกเสียเวลาไปไม่น้อย หรืองานนั้นจะแก้ไขไม่ได้เลย การปฏิบัติธรรมอันมีความละเอียดอ่อน ถ้าสุ่มเดาถูกก็ถือว่าโชคดีไป ถ้าสุ่มเดาผิด การปฏิบัติก็จะเกิดมีปัญหา เพราะการปฏิบัติธรรมเป็นเรื่องของใจโดยเฉพาะ ปฏิบัติทางกาย วาจา ก็เป็นอุบายวิธีเพื่อสำรวจเข้าไปหาใจ ฉะนั้น ใจจึงเป็นศูนย์รวมให้แก่หมวดธรรมทั้งหลาย จึง

เรียกว่าใจเป็นใหญ่ เป็นประธานให้แก่หมวดธรรม  
ทั้งปวง

การปฏิบัติธรรม ต้องศึกษาด้วยสติปัญญาให้  
รู้ชัดว่า ธรรมหมวดใดควรจะปฏิบัติอย่างไร  
ธรรมหมวดใดควรละ ธรรมหมวดใดควร  
เจริญให้มาก ก็ต้องพิจารณาให้รู้ด้วยเหตุ  
และผล มิใช่ว่าจะภาวนาปฏิบัติไปแบบสุม  
เตาเอา ถ้าหากสุมเตาผิด จะมีการพลิกลือกเกิด  
ขึ้นได้ ธรรมที่ควรละก็ไปทำให้มากขึ้น ธรรมที่  
ควรเจริญให้มากขึ้นก็กลับไปละทิ้งเสีย ก็เป็น  
ลักษณะปฏิบัติแบบสุมเตาไป อะไรก็เกิดขึ้นได้  
เหมือนเล่นการพนันทุกประเภทด้วยการสุมเตา  
โอกาสที่จะถูกนั้น มีน้อยมากหรือไม่ถูกเลย หรือ  
เหมือนกับกรับเหมาก่อสร้างบ้านอาคารต่าง ๆ  
คิดคำนวณราคาแบบสุมเตา ผู้รับเหมาแม้แต่การ  
ขาดทุน บ้านอาคารคำนวณสุมเตาในการรับน้ำ  
หนัก อุปรกรณ์ในการก่อสร้างไม่ได้มาตรฐาน สิ่ง  
ก่อสร้างทั้งหมดทรองอยู่ได้ไม่นานก็จะทรุดตัวพังไป  
ตาม ๆ กัน นี่ฉันใด การปฏิบัติธรรมด้วยความสุม  
เตา โอกาสในการปฏิบัติผิดนั้นมีสูง จะเลือกอะไร  
ก็ตาม ถ้าสุมเตาจะเลือกถูกของจริงนั้นเป็นของ  
ยาก ส่วนมากจะถูกแต่ของปลอมที่ไม่มีคุณภาพ  
อะไร พระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้ว่า ธรรมวิจยะ การ  
เลือกเฟ้นในธรรมให้ถูกต้องตามหลักความ  
เป็นจริงจึงเป็นสิ่งสำคัญยิ่ง เมื่อนำมาปฏิบัติก็  
จะเกิดผลให้ได้รับอย่างสนิทใจ การปฏิบัติแบบ  
สุมเตาก็เหมือนคนตาบอดทำงานลูบคลำไปมาหา  
จุดไม่ถูกว่าจะทำไปอย่างไร ธรรมปรมาส การ  
ลูบคลำในธรรมที่จะนำมาปฏิบัติก็เช่นเดียวกัน ไม่

ทราบว่าจะเริ่มต้นในการปฏิบัติในรูปแบบใด จับ  
ต้นชนปลายเกิดความสับสนไม่แน่ใจ ในที่สุดก็  
คือการสุมเตา ปฏิบัติไปบ้าง ถ้ามหลงพ้อ  
หลงตาไปบ้าง ถ้าถามถูกองค์ที่รู้จักจริงเห็น  
จริงในธรรมก็ไซ้คดีไป ถ้าถามถูกองค์ที่กำลัง  
สุมเตาเหมือนเรา ก็จะได้อุบายธรรมะมา  
ปฏิบัติด้วยการสุมเตาต่อไป

๖. อย่าได้เชื่อเพียงสักว่า คาคคเนตามหลัก  
เหตุผลของปรัชญาเพียงอย่างเดียว นี่ก็เป็น  
อีกวิธีหนึ่งที่เราควรวินิจฉัยให้ดี ในหลักปรัชญา  
นั้นควรเชื่อถือได้เพียงใด เป็นเพียงหลักวิชา  
การเหตุผลของผู้อื่นได้ให้ความคิดเห็นเอาไว้  
เท่านั้น การคาคคเนไปตามหลักการ อาจ  
ผิดได้ถูกได้ การคาคคเนว่าสิ่งนั้นควรเป็น  
อย่างนั้น สิ่งนี้ควรเป็นอย่างนี้ ถ้าคาคคณ  
เอาเหตุผลเข้าข้างตัวเอง และตีความหมาย  
เข้าข้างตัวเอง คาคคเนในเหตุผลเข้าข้าง  
ตัวเอง ถ้าในลักษณะนี้ ย่อมผิดจากความ  
เป็นจริงไปได้เหมือนยุคปัจจุบันที่มีอุบายการ  
ปฏิบัติที่แตกต่างกัน ก็เพราะตีความหมาย  
ในธรรมให้เข้ากันกับความเห็นของตัวเองว่า  
ธรรมะหมวดนั้นควรเป็นอย่างนั้น ธรรมะ  
หมวดนี้ควรเป็นอย่างนี้ มีอุบายวิธีตีความใน  
หลักธรรมะเข้ามาประกอบกับความเข้าใจ  
ของตน ให้มีความสัมพันธ์กลมกลืนกันไป  
ในความหมายนั้น ๆ นำมาประสานให้เป็นเรื่อง  
เดียวกันหรือใกล้เคียงกัน อ้างอิงเอาธรรมะหมวด  
นั้นบ้างหมวดนี้บ้าง คาคคเนเอาบ้าง ตีความ  
หมายให้เข้ากันกับที่คาคคเนเอาไว้ เหมือนบาง  
ศาสนาเขาก็มีอุบายเอาคำสอนของพระพุทธเจ้า  
เข้ามาประยุกต์ให้เข้ากันกับศาสนาเขาได้ ตี

ความหมายโยงใยให้เป็นเรื่องเดียวกัน ทำให้ผู้อ่านผู้ฟังเกิดความเชื่อถือได้ว่า ศาสนานั้น ๆ มีหลักคำสอนเหมือนกันกับพระพุทธศาสนานั้นเอง

ฉะนั้น การคาดคะเนตามหลักเหตุผล ชาวพุทธด้วยกันก็ยังตีความหมายในหมวดธรรมมีความแตกต่างกันไป เช่น คำว่า พุทโธ แปลว่า ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน การตีความในคำว่า ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน ก็มีการตีความที่แตกต่างกันไป นี่ก็เพราะการคาดคะเนตีความไปตามเหตุผลของแต่ละท่านไม่เหมือนกัน หรือคำว่า วิปัสสนา และคำว่า วิปัสสนาญาณ ก็ยังคาดคะเนตีความหมายตามความเห็นของตน มีเหตุผลมารองรับพอเชื่อถือได้ ใครที่ไม่มีสติปัญญาอรบรู้อัจฉริยะก็จะเกิดความเข้าใจว่าเป็นจริงอย่างนั้น ฉะนั้น การคาดหมายคาดคะเน อย่างเพ็งตัดสินใจเชื่อว่าเป็นจริงไปเสียทั้งหมด ถึงจะมีเหตุผลมารองรับอยู่ก็ตาม ถ้าเหตุผลนั้นไม่เป็นธรรม ก็เกิดความผิดพลาดจากหลักความเป็นจริงไปได้ เพราะทุกอย่างทุกเรื่องมันมีเหตุผลเป็นความจริงอยู่ในตัวมันเอง ใครจะตีความหมายให้เหตุผลให้เป็นไปในอุบายอย่างอื่นก็ยอมทำได้ ส่วนเหตุผลที่เป็นจริงก็จะเป็นความจริงตลอดไป นักปราชญ์ก็มีเหตุผลของนักปราชญ์ คนพาลก็มีเหตุผลของคนพาล ผู้ปฏิบัติธรรมผู้สอนธรรมก็มีเหตุผลเฉพาะตัว แต่เหตุผลของใครมีความถูกต้องในความเป็นจริงในธรรมมากที่สุด นี่ก็ต้องเอาผลที่ได้รับนั้นพิจารณาไปหาเหตุ จะรู้ได้ทันทีว่า ความผิดความถูกเนื่องด้วยเหตุอะไร จะตัดสินใจได้ทันที

๗. อย่าได้เชื่อเพียงสักว่า ตรีกตามอาการ คำว่า ตรีก ในความหมายง่าย ๆ ก็คือนึกขึ้นได้นั่นเอง คำว่า ตรอง ก็หมายความว่า พิจารณา ฉะนั้น การตรีกหรือนึกขึ้นได้ในสิ่งใดเรื่องอะไร อย่าเพิ่งปักใจเชื่อว่าการตรีกได้อย่างนั้น จะมีความถูกต้องไปเสียทั้งหมด ตรีกผิดก็เป็นไปได้ หรือตรีกถูกก็เป็นไปได้เช่นกัน เพราะการตรีกนี้เกิดจากความเห็นส่วนลึกของใจ ถ้าความเห็นผิดก็ตรีกผิด ถ้าความเห็นถูกก็ตรีกถูก จะรู้ว่าการตรีกนั้นผิดหรือถูกก็ใช้วิธีการตรอง หมายถึง การพิจารณาในการตรีกนั้นว่าตรีกในสิ่งใด ตรีกในทางโลกหรือตรีกในทางธรรม นำการตรีกนั้นมาพิจารณาให้เข้าใจ ว่าตรีกอย่างไรพอเชื่อถือได้ ตรีกอย่างไรเชื่อถือไม่ได้ ตรีกในเรื่องดีหรือตรีกในเรื่องชั่ว ถ้าเห็นว่าตรีกในเรื่องชั่วมักตัดทิ้งไป อย่าได้เชื่อในการตรีกอย่างนั้น คำว่า ตรีก ในความหมายหนึ่ง เรียกว่าระลึกขึ้นได้ เช่น ระลึกตามอาการของจิต อาการของจิต อารมณ์ของจิต ยังตกอยู่ในสังขาร เรียกว่าสังขารจิต สังขารจิตนี้เองจะไปตรีกในสมมตินั้นบ้าง ตรีกในสมมตินี้บ้าง จึงอย่าได้เชื่อว่าการตรีกอย่างนี้ เป็นธรรมอันจะนำไปสู่ความรู้แจ้งเห็นจริงตามความเป็นจริงได้ เพราะการตรีกอย่างนี้จะเป็นเหตุให้เกิดเป็นสังขารการปรุงแต่งไปตามสมมติทั้งหลาย จึงอย่าได้เชื่อในการตรีกว่าถูกต้องทั้งหมดประการหนึ่ง ผู้ทำสมาธิมีจิตสงบอยู่บ่อย ๆ หรือมีความสงบอยู่นาน ๆ จิตได้วางเฉยอยู่ อาจจะตรีกไปในภูมิธรรมต่าง ๆ ได้ เพราะอาการของจิต ในขณะนั้นไม่มีอะไร จะเกิดความเข้าใจตรีกขึ้นมาว่า นี่เป็นภูมิธรรมของพระอรหันต์บ้าง เป็นภูมิธรรม



ของพระสกิทาคามีบ้าง เป็นภุมิธรรมของพระอนาคามีบ้าง เป็นภุมิธรรมของพระอรหันต์บ้าง อาจตรีกไปว่าอาการของจิตอย่างนี้เป็นปฐมฌานบ้าง เป็นทุติยฌานบ้าง เป็นตติยฌาน เป็นจตุตถฌาน เป็นรูปฌาน เป็นอรุปรฌานไปบ้าง ฉะนั้นการตรีกอย่างนี้จะเชื่อถือไม่ได้เลย เป็นการตรีกที่เกิดจากความเห็นผิดความเข้าใจผิด กลายเป็นผู้สำคัญผิดในอาการอย่างนั้น ผู้ปฏิบัติอย่าได้เชื่อเพียงสักว่าตรีกตามอาการ ก็เป็นในลักษณะอย่างนี้เอง ถ้าผู้มีสัมมาปฏิบัติ มีสติสัมปชัญญะ มีปัญญารอบรู้ในเหตุและผล และรอบรู้ในหลักสัจธรรมความเป็นจริงอยู่แล้ว สิ่งทั้งหมดนี้จะไม่มีการตรีกในลักษณะนี้เลย และไม่เชื่อว่าการตรีกอย่างนี้มีความถูกต้องแต่อย่างใด มีปัญญารอบรู้รู้ว่าลักษณะอาการอย่างนี้ยังตกอยู่ในสังขาร เกิดขึ้นแล้วดับไปไม่คงที่

๘. อย่าได้เชื่อเพียงสักว่า ชอบใจที่เข้ากันได้กับทิฐิของเรา ทิฐิ หมายถึง ความเห็นเป็นอุบายในการปฏิบัติได้อย่างดี ส่วนมากคนเราจะเข้าใจว่า สิ่งใดที่ได้มาจะเป็นที่ถูกใจ ในความเห็นของเรา ใครทำถูกใจในความเห็นของเรา ใครพูดที่ถูกใจในความเห็นของเรา ใครให้อะไรมาก็เป็นที่ถูกใจของเรา และเชื่อว่าสิ่งทั้งปวงเข้ากันได้กับความเห็นของเรา จะมองในสิ่งนั้นเป็นสิ่งที่ดีไปเสียทั้งหมด จะทะนุถนอมรักษาไว้ให้ดีที่สุด ไม่อยากให้มีเปลี่ยนแปลงไป ความชอบใจในสิ่งใด ความเข้าใจว่าสิ่งนั้นจะอยู่กับตัวเขาไปตลอด จะเป็นสามีภรรยา ลูกหลาน ตลอดจนสิ่งที่น่ารักทั้งหลาย ก็เห็นว่ามี ความชอบใจไปเสียทั้งหมด โดยไม่ได้คิด

ว่าสิ่งนั้นจะทำให้เราเกิดความทุกข์ใจได้ มีแต่ความหลงไหลไปว่า สิ่งนั้นเป็นของเราจริง ๆ คิดว่าสิ่งทั้งหลายจะอยู่ร่วมกันไปได้ตลอดกาล ไม่เข้าใจว่า สิ่งทั้งปวงนั้นเป็นสังขารที่ตกอยู่ในอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เป็นสิ่งที่ไม่เที่ยง ทั้งเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ และสูญสลายจากกันไป เมื่อสิ่งเหล่านั้นเป็นไปตามความจริงเมื่อไร ใจที่มีความยึดมั่นถือมั่นในสิ่งนั้น ก็จะเกิดความรู้สึกว่าไม่สบายใจในสิ่งที่มีการเปลี่ยนแปลงไป มีความทุกข์ใจในสิ่งที่เรากำลังยึดถือ และเสียใจในสิ่งที่สูญสลายจากตัวเราไป **พระพุทธเจ้าจึงได้ตรัสว่า อย่าได้เชื่อเพียงสักว่าชอบใจในสิ่งนั้น และอย่าได้เชื่อว่าสิ่งนั้นจะเข้ากันได้กับความเห็นของเรา** ถ้าทิฐิมีความเห็นไปในทางที่ผิด ความชอบใจก็ชอบไปในทางที่ผิดเช่นกัน

ประการหนึ่ง ให้พิจารณาในความเห็นของเราว่า ขณะนี้เรามีความเห็นเป็นสัมมาทิฐิหรือมีความเห็นเป็นมิจฉาทิฐิ ถ้าเราเป็นมิจฉาทิฐิมีความเห็นผิดในธรรม ถ้าหากเราได้ฟังธรรมตรงตามความเห็นของเราก็จะเกิดความชอบใจว่าธรรมนั้นเข้ากันได้กับความเห็นของเรา ฉะนั้น การฟังธรรมอย่าเอาแค่เพียงชอบใจเท่านั้น ต้องฟังเอาเนื้อหาสาระ ฟังเอาความหมายในเหตุผล ว่าธรรมนั้นถูกต้องตามความเป็นจริงหรือไม่ อย่าเอาความถูกใจมาเป็นตัวตัดสินว่าธรรมนั้นดีแล้ว ให้เอาความถูกต้องในหลักความเป็นจริงมาเป็นเครื่องตัดสินชี้ขาดว่าเป็นไปใน อนิจจัง ทุกขัง อนัตตาจริง ๆ เป็นแนวทางปฏิบัติเพื่อให้ถึงความสิ้นสุดแห่งทุกข์ **ถ้าธรรมใดไม่เป็นไป**

ตามไตรลักษณ์ ถึงจะมีความชอบใจในธรรมนั้นอยู่ก็ตาม ก็อย่าได้เชื่อว่าธรรมนั้นเป็นแนวทางที่ตรงต่อมรรคผลนิพพานได้ ขอผู้ปฏิบัติทั้งหลาย จงฝึกสติปัญญาและเหตุผลของเราให้ดี มีอะไรเกิดขึ้นจะได้นำมาแก้ปัญญาให้แก่ตัวเองได้ จะไม่เชื่อแบบงมงายไปตามความเห็นดังที่เคยเป็นมา เพราะความชอบใจเป็นไปในความเห็นผิดก็จะเกิดความหลงผิดต่อไป

๙. อย่าได้เชื่อเพียงสักว่า ผู้พูดเป็นที่น่าเชื่อถือได้ นี่ก็เป็นอุบายในการฝึกตัวเองอีกวิธีหนึ่งถึงผู้พูดจะเป็นที่น่าเชื่อถือได้ก็ตาม เรื่องที่ท่านพูดนั้น เราอย่างเพิ่งน้อมใจเชื่อเลยทีเดียว ให้เอาเรื่องที่ท่านพูดนั้นมาพิจารณาในเหตุผลว่า เรื่องที่ท่านพูดนั้น มีเหตุผลพอเชื่อถือได้หรือไม่ ให้ใช้ปัญญาวิจยวิเคราะห์ตีความหมายในเรื่องที่ท่านพูดนั้นให้เข้าใจ เมื่อมีเหตุผลพอเชื่อถือได้ จึงตัดสินใจเชื่อในภายหลัง ถ้าเชื่อเร็วเกินไป จะเกิดความงมงายตามมา ทุกอย่างจะต้องพิจารณาด้วยปัญญาให้แยบคาย มิใช่ว่าจะเชื่อแต่ผู้อื่นพูดให้ฟังเพียงฝ่ายเดียว ดังมีบุคคลประกอบในการตัดสินใจในความเชื่อดังนี้ ในสมัยครั้งพุทธกาล มีภิกษุกลุ่มหนึ่งได้เข้าเฝ้าพระพุทธเจ้าเพื่อฟังธรรมเพื่อจะนำไปปฏิบัติในสถานที่ต่าง ๆ ด้วยความตั้งใจ เมื่อได้ฟังธรรมจากพระพุทธเจ้าได้แล้วก็จดจำเอาธรรมนั้นใส่ใจไว้เป็นอย่างดี ใจขณะเที่ยววิเวกภาวนาปฏิบัติอยู่นั้น บังเอิญไปพบพระสารีบุตร จึงได้สนทนาธรรมกับพระสารีบุตรว่า คุณก่อนท่านสารีบุตร ข้าพเจ้าได้ฟังธรรมจากพระพุทธเจ้ามาแล้วอย่างนี้ ๆ ท่านพระสารีบุตรจะเชื่อหรือไม่ ท่าน

พระสารีบุตรตอบว่าไม่เชื่อ พระเหล่านั้นได้ฟังพระสารีบุตรว่าไม่เชื่อในธรรมของพระพุทธเจ้า จึงได้นำเรื่องนี้กลับไปเล่าถวายให้พระพุทธเจ้าได้ทรงทราบตามเหตุการณ์ว่าเป็นอย่างนี้ ๆ

พระพุทธเจ้าจึงให้พระเหล่านั้นไปนิมนต์พระสารีบุตรเข้าเฝ้าทันที พระพุทธเจ้าได้ถามพระสารีบุตรว่า ธรรมที่เราตถาคตได้อธิบายให้พระเหล่านั้นฟัง พระสารีบุตรไม่เชื่อจริงหรือไม่ พระสารีบุตรกราบทูลว่า จริงพระเจ้าข้า พระพุทธเจ้าถามต่อไปว่า ทำไมจึงไม่เชื่อธรรมของเราตถาคต พระสารีบุตรกราบทูลว่า ธรรมหมวดนั้น ข้าพระองค์ยังไม่ได้พิจารณาให้รู้เห็นตามความเป็นจริงก่อนพระเจ้าข้า พระพุทธเจ้าตรัสว่า นี้ภิกษุทั้งหลาย พระสารีบุตรเป็นปราชญ์ผู้ฉลาดในธรรม ไม่เชื่ออะไรง่ายตาย ตราบใดที่ยังไม่รู้เห็นด้วยปัญญาของตนเอง พวกเธอทั้งหลายควรเอาเป็นแบบอย่าง ธรรมใดที่ฟังไปแล้วให้นำมาพิจารณาด้วยปัญญาของตนเอง ให้รู้เห็นตามความเป็นจริงพร้อมทั้งเหตุและผล ให้มีความเข้าใจในธรรมนั้นแจ่มแจ้งเฉพาะตัว นั้นแลจึงตัดสินใจเชื่อในภายหลัง มิใช่ว่าฟังธรรมแล้วก็เชื่อตาม ๆ กัน ถ้าเป็นในลักษณะนั้น จะมีแต่ความโง่เขลาเป็นสมบัติของตัวเอง นี้พวกเราทั้งหลายเมื่อได้ฟังเรื่องนี้แล้ว ควรจะเอาเป็นแบบอย่างในการฝึกตัวเอง อ่านหนังสือธรรมก็ดี ฟังเทศน์ก็ดี อย่าเพิ่งตัดสินใจเชื่อเลยทีเดียว ให้ใช้ปัญญาพิจารณาในเหตุผล จนเกิดความรู้จริงเห็นจริงตามความจริงก่อน จึงเชื่อในภายหลัง ไม่เช่นนั้น จะกลายเป็นผู้งมงายไปจนตลอดวันตาย

๑๐. อย่าได้เชื่อเพียงสักว่า สมณะนั้นเคยเป็นครูของเรา ในความหมายในข้อนี้มี ๒ ประโยค ๑. อย่าได้เชื่อ ๒. เพียงสักว่าสมณะนั้นเคยเป็นครูของเรา ดังจะได้อธิบายขยายในความหมายทั้งสองประโยคนี้ให้เข้าใจ ข้อ ๑. คำว่า อย่าได้เชื่อ หมายถึง อย่าได้เชื่อว่าสมณะองค์นั้นจะมีความเห็นที่เป็นธรรมถูกต้องไปเสียทั้งหมด ถึงท่านจะเป็นนักบวช ความรู้ความเข้าใจในสิ่งต่าง ๆ อาจผิดพลาดได้ ความเข้าใจของท่านอาจผิดได้ถูกต้องตามความเห็นของท่านเอง เมื่อได้ฟังท่านพูดในเรื่องอะไรก็อย่างเพ่งน้อมใจเชื่อเลยทีเดียว ให้เอาเรื่องที่ท่านผู้นั้นพูดมาพิจารณาก่อนว่า เรื่องที่ท่านพูดมีเหตุผลพอเชื่อถือได้ หรือเชื่อถือไม่ได้เพียงใด เพราะเรื่องของท่านพูดเพียงเป็นเหตุ แล้วให้ใช้ปัญญาพิจารณาตุผลที่จะเกิดขึ้นว่าจะออกมาในลักษณะใด ให้เข้าใจในผลที่จะเกิดตามมาว่าผิดถูกชั่วดีอย่างไร มิใช่ที่ท่านเคยเป็นครูของเราแล้วจะเชื่อเลยทีเดียว ฉะนั้น จงฝึกตัวให้เราเป็นผู้มีนิสัยอย่าเชื่อในสิ่งใดเร็วเกินไป ไม่เช่นนั้น จะกลายเป็นผู้มีนิสัยเชื่ออะไรที่มลายโดยไม่รู้ตัว ถึงท่านนั้นจะมีบุญคุณต่อเรา เคยสงเคราะห์เรามาในสิ่งต่าง ๆ แล้วก็ตาม ก็ต้องแยกออกจากกันเป็นคนละส่วน บุญคุณก็เป็นอีกส่วนหนึ่ง ความถูกต้องก็เป็นอีกส่วนหนึ่ง ท่านเคยเป็นครูเรามากก็เป็นอีกส่วนหนึ่ง มิใช่ที่ท่านมีบุญคุณต่อเราและเคยเป็นครูอาจารย์เรามา ท่านว่าอย่างไรเราก็จะน้อมใจเชื่อรับเอาทั้งหมด เราต้องฝึกตัวให้เป็นผู้รู้เหตุรู้ผล ให้รู้จักผิดถูกชั่วดี ว่าอะไรควรเชื่อถือได้ อะไรไม่ควรเชื่อถือ อะไรถูกต้อง อะไรไม่ถูกต้อง ก็ต้องรู้กันด้วยเหตุและผล ก็

จะเลือกเอาความถูกต้องนั้นได้ ฉะนั้น เราจึงฝึกสติปัญญาให้ดี ฝึกจนมีความฉลาดรอบรู้ตามความเป็นจริงในสิ่งนั้น ๆ อยู่เสมอ ฝึกความสังเกต ฝึกคิดพิจารณาในสิ่งต่าง ๆ ให้เกิดเป็นนิสัย ฝึกวิจัยวิจารณ์วิเคราะห์ใคร่ครวญในสิ่งนั้น ให้เข้าใจว่า เหตุอย่างนี้จะมีผลเป็นอย่างนั้น ผลเป็นอย่างนั้นเกิดจากเหตุอย่างนี้ ถ้าฝึกนิสัยให้ไปในลักษณะนี้ ชื่อว่าผู้นั้นชื่อว่าฝึกปัญญา ฝึกความฉลาดรอบรู้ให้เกิดขึ้นแก่ตัวเอง ปัญญาเดิมเรามีอยู่แล้วแต่ยังไม่เคยฝึก ให้เราได้เริ่มฝึกปัญญาเรานับแต่บัดนี้เป็นต้นไป ให้ฝึกคิดพิจารณาตามหลักความจริง คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา และฝึกคิดพิจารณาว่าไม่มีสิ่งใดเป็นของเราที่แน่นอน อีกไม่นานก็จะพลัดพรากจากกันดังนี้

หนังสือปัญญาบรมใจที่ข้าพเจ้าได้อธิบายในเรื่องสัปปริสธรรม ๗ เรื่องกาลามสูตรนี้ เป็นอุบายที่จะนำไปปฏิบัติได้เป็นอย่างดี คิดว่าผู้อ่านจะเข้าใจความหมายในธรรมแต่ละข้อ พอจะนำไปปฏิบัติได้ กิริยาวาจาของเรามีความบกพร่องที่ตรงไหน เราต้องแก้ไขปรับปรุงให้ดีขึ้น มิใช่ว่าจะปล่อยเรียกรวดไปตามความคะนองของตัวเอง และก่อให้เกิดปัญหาในสังคมทั่วไป อยากทำอะไรก็ทำไปตามใจชอบ จะพูดอะไรก็พูดไปตามที่อยากจะทำ จึงเป็นผู้หลงลืมตัวไปตามมาเน้ออดีตตา จนทำให้คนอื่นเดือดร้อนเพราะการทำการพูดของเรา ขอให้ทุกท่านที่ได้อ่านหนังสือนี้แล้ว จงปฏิบัติตัวเองให้เป็นไปตามธรรม ดังที่ข้าพเจ้าได้อธิบายนี้ด้วยเทอญ.

พระอาจารย์ทูล ขิปปปัญญา

