



อริยมรรค

หนทางอันประเสริฐสำหรับดำเนินชีวิต



พุทธทาสภิกขุ

อริยมรรค

หนทางอันประเสริฐสำหรับดำเนินชีวิต



พระธรรมเทศนา

ของ

พุทฺธกาสิกโก



จัดพิมพ์เผยแพร่

อริยมรรค

หนทางอันประเสริฐสำหรับดำเนินชีวิต

พระธรรมเทศนา ของ พุทธทาสภิกขุ

ISBN : 974 - 7587 - 74 - 2

พิมพ์ครั้งที่ ๑ : พุทธศักราช ๒๕๔๓

จำนวนพิมพ์ : ๓,๐๐๐ เล่ม

จัดพิมพ์โดย : ธรรมสภา และ สถาบันบันลือธรรม

การพิมพ์หนังสือธรรมเป็นอนุสรณ์และที่ระลึก นอกจากเป็นการจัดทำสิ่งซึ่งเป็นประโยชน์ที่คงอยู่ยืนนานแล้ว ยังเป็นการบำเพ็ญธรรมทาน คือการให้ธรรมะที่พระพุทธเจ้าตรัสสรรเสริญว่าเป็นทานอันยอดเยี่ยมอีกด้วย ผู้ปฏิบัติเช่นนี้จึงชื่อว่ามีส่วนร่วมในการเผยแผ่ธรรม อันจักอำนวยประโยชน์สุขที่แท้จริงแก่ประชาชน

ท่านที่ประสงค์จะจัดพิมพ์หนังสือธรรมที่ดีและมีคุณภาพ เพื่อเป็นที่ระลึกในทุกโอกาสของงานประเพณี อันเป็นการใช้จ่ายเงินที่ทำให้เกิดประโยชน์อย่างสูงสุด โปรดติดต่อที่...ธรรมสภา

เลขที่ ๓๕/๒๗๐ จรัญสนิทวงศ์ ๖๒ เขตบางพลัด กรุงเทพมหานคร ๑๐๗๐๐

โทรศัพท์: ๔๓๔-๔๒๖๗, ๔๓๔-๓๕๖๖, ๘๘๘-๗๙๔๐ โทรสาร: ๔๒๔-๐๓๗๕

การให้ธรรมะชนะการให้ทั้งปวง การรับธรรมะและนำไปปฏิบัติย่อมชนะการรับทั้งปวงเช่นกัน

คำนำในการจัดพิมพ์

อริยมรรค : หนทางอันประเสริฐสำหรับดำเนินชีวิต เล่มนี้ เป็นพระธรรมเทศนา ของ พระเดชพระคุณ ท่านเจ้าคุณพระธรรมโกศาจารย์ (หลวงปู่พุทธทาสภิกขุ) ที่ได้แสดงในวันอาสาฬหบูชา เมื่อปีพุทธศักราช ๒๕๐๓ ณ สวนโมกขพลาราม ได้กล่าวถึงพระธรรมที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแสดงโปรดแก่ปัญจวัคคีย์ ทั้ง ๕ คือ อริยมรรคมีองค์ ๘ ซึ่งเป็นหนทางอันประเสริฐสำหรับทุกชีวิตที่ปรารถนาจักก้าวล่วงให้พ้นจากความทุกข์ และปราศจากความทุกข์ได้ในที่สุด

หรืออีกนัยหนึ่งกล่าวคือ การดำเนินชีวิตตามทางสายกลาง อันเป็นวิธีการดำเนินชีวิตซึ่งละเว้นจากที่สุดโต่งทั้งสองฝ่าย โดยไม่เอนเอียงไปฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง ไม่ว่าฝ่ายนั้นจะเป็นสิ่งที่เรียกว่าความสุขหรือความทุกข์ก็ตาม อันเป็นหนทางที่จักพาชีวิตไปสู่สัมมาทิฐิ คือ ความเข้าใจชัดเจนในสิ่งทั้งปวงว่าเป็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ไม่ไปยึดมั่นถือมั่น เข้าใจว่ากรรมเป็นเครื่องนำสัตว์ทั้งปวงไปสู่การเกิดดี เกิดชั่ว อันเป็นความเห็นที่ถูกต้อง ที่สามารถจักนำพาชีวิตให้ถึงที่สุดแห่งความทุกข์ เพื่อให้พบกับความสุขอันประณีตและสงบเย็น ซึ่งเป็นสิ่งที่ทุกชีวิตล้วนพึงปรารถนา

หวังเป็นอย่างยิ่งว่า ท่านจักได้รับประโยชน์จากการนำหลักธรรมในหนังสือนี้ไปปฏิบัติ ซึ่งไม่เป็นที่เหลือวิสัยที่จะนำมาใช้ให้เป็นประโยชน์แก่ชีวิตในยุคปัจจุบัน เพียงขอให้ธรรมะได้ผ่านเข้าสู่จิตใจให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ ก็จักได้รับประโยชน์เป็นสันติสุขยิ่งกว่าธรรมดา ไม่น้อยทีเดียว

ด้วยความสุจริต ห่วงดี

ธรรมสภา ปรารถนาให้โลกพบกับความสุข



สาระสำคัญในอริยมรรคมีองค์ ๘

ธัมมจักกัปปวัตตนสูตร : ธรรมที่ประกาศเมื่อทรงตรัสรู้

ใจความสำคัญแห่งธัมมจักกัปปวัตตนสูตร

อริยมรรคมีองค์ ๘

หนทางอันประเสริฐสำหรับดำเนินชีวิต

องค์มรรคที่ ๑ สัมมาทิฏฐิ : ความเห็นชอบ

องค์มรรคที่ ๒ สัมมาสังกัปป : ความดำริชอบ

องค์มรรคที่ ๓ สัมมาวาจา : การพูดจาชอบ

องค์มรรคที่ ๔ สัมมากัมมันโต : การทำกรณงานชอบ

องค์มรรคที่ ๕ สัมมาอาชีโว : การหาเลี้ยงชีวิตชอบ

องค์มรรคที่ ๖ สัมมาวายาโม : ความพากเพียรชอบ

องค์มรรคที่ ๗ สัมมาสติ : ความระลึกชอบ

องค์มรรคที่ ๘ สัมมาสมาธิ : ความตั้งใจมั่นชอบ

ก้าวสู่ความสะอาด สว่าง สงบ ของชีวิต ด้วยอริยมรรคมีองค์ ๘

อริยมรรค

หนทางอันประเสริฐสำหรับดำเนินชีวิต

— • —

พระธรรมเทศนา ของ พุทธศาสนิกกุล

นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมาสมฺพุทฺธสฺส
อิทานิ อาสาฬหปุณณมีทิวเส สนนฺปิติตาย พุทฺธปริสาย กาจิ ฐมฺมิกถา กถียเต
เทวเม ภิกฺขเว อนฺตา ปพฺพชิตฺเตน น เสวิตพฺพา-ติ.
ธมฺโม สกฺกจฺจํ โสตพฺโพ-ติ.

ณ บัดนี้ จะได้วิสัชนาธรรมเทศนาธรรมจักกัปปวัตตนกถา เพื่อเป็น
เครื่องประดับสติปัญญาส่งเสริมศรัทธา — ความเชื่อและวิริยะ — ความพากเพียร
ของท่านทั้งหลายผู้เป็นพุทธบริษัท ให้เจริญออกงามก้าวหน้าในทางแห่งพระ-
ศาสนาของสมเด็จพระบรมศาสดา อันเป็นที่พึ่งของสัตว์ทั้งหลาย กว่าจะยุติลง
ด้วยเวลา.

ธรรมเทศนาในวันนี้เป็นธรรมเทศนาพิเศษ **เนื่องในโอกาสพหุชา**
อันจัดขึ้นเป็นที่ระลึกแก่การที่พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงประกาศธรรมจักร. การประกาศ
พระธรรมจักรนี้ โดยที่แท้ก็เป็นการประกาศการตรัสรู้ของพระองค์ นั่นเอง. ข้อ-
 ความแห่งธรรมจักรกับปวัตตนิสูตรนั้น เป็นข้อความที่แสดงถึงสิ่งที่พระองค์ได้ตรัสรู้
 แล้วทรงนำมาประกาศแก่สัตว์ทั้งหลาย และแก่พระปัญจวัคคีย์โดยเฉพาะเป็นพวก
 แรก; แต่ **พระสังคิตถาจารย์**ทั้งหลาย ได้ให้ชื่อพระธรรมเทศนา **นี้ว่า ธรรมจักร**
กับปวัตตนิสูตร.

เราไม่ควรจะคิดว่าสมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้า ได้ทรงเรียกพระธรรม-
 เทศนา **นี้ว่า** ธรรมจักรกับปวัตตนิสูตรด้วยพระองค์เอง แต่เรา ก็ทราบไม่ได้ว่า
 พระองค์จะทรงเรียกพระธรรมเทศนา **นี้**โดยชื่อว่าอย่างไร; แต่ก็เป็นที่แน่นอนว่า
 พระสังคิตถาจารย์เจ้าทั้งหลาย ที่ร้อยกรองพระธรรมวินัย หรือพระอาจารย์ใน
 กาลต่อมากตาม ได้ให้ชื่อธรรมเทศนา **นี้ว่า** ธรรมจักรกับปวัตตนิสูตร; สังเกตได้
 จากความหมายของคำคำ **นี้**นั่นเอง คำคำ **นี้**แปลว่า พระสูตรซึ่งเป็นเหมือนกับการ
 ยंत्रธรรมจักรให้เป็นไป, คือ **พระสูตร** **นี้** มีข้อความที่เปรียบกันได้ กับการประกาศ
 ธรรมจักรออกไปในหมู่สัตว์; **เป็นการประกาศความเป็นพระพุทธเจ้า ด้วย,**
เป็นการประกาศพระธรรมที่พระองค์ได้ตรัสรู้ แก่สัตว์โลกทั้งหลาย ด้วย, **เป็นการ**
ประกาศอำนาจของพระธรรม ซึ่งเปรียบเหมือนกับจักร และได้นามว่า ธรรมจักร
 ออกไปในหมู่สัตว์เพื่อทำลายล้างมิชฌาภิภูมิจึง หรือสิ่งอันเป็นปฏิกัมมต่อธรรม
 ทั้งหลายด้วย, มีอาการเหมือนกับการสถาปนาธรรมอาณาจักรขึ้นในโลก **นี้**โดย
 มั่นคง. เพราะฉะนั้น ข้อความแห่งพระสูตร **นี้**จึงได้ชื่อว่า ธรรมจักรกับปวัตตนิ
 ซึ่งแปลว่า การยंत्रธรรมจักรให้เป็นไปทั่ว. สิ่ง ที่ควรสนใจเป็นอย่างยิ่งก็คือ
 ข้อความในพระสูตร **นี้** ว่ามีใจความอย่างไรนั่นเอง.

พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสรู้แล้ว ทรงระลึกว่า ธรรมะที่ได้ตรัสรู้นี้เป็นของละเอียดลึกซึ้ง ไม่อยู่ในวิสัยที่คนทั้งหลายจะเข้าใจได้. พระองค์ก็ทรงท้อพระทัย มีความปรารถนาน้อยในการแสดงธรรมเสียพักหนึ่ง คือ ทรงคิดที่จะไม่แสดงธรรมที่ได้ตรัสรู้นี้; แต่พอเป็นโชคดียิ่งของหมู่สัตว์ที่ยังมีอยู่, ขอนี้ได้แก่ การที่ **กำลังแห่งพระมหากุณา** มีอยู่มากในพระชนธสันดาน กำลังแห่งพระมหากุณานั้นเอง ได้เชื้อเชิญพระผู้มีพระภาคเจ้า ให้ทรงตั้งพระทัยใหม่ คือตั้งพระทัยว่าแม้ว่าสัตว์ทั้งหลายทั้งปวงจะไม่อาจเข้าใจธรรมะนี้ แต่ก็มี **สัตว์บางพวกซึ่งเป็นอัปปรักขชาติกา** คือว่ามีธุลีในดวงตาแต่เพียงเล็กน้อย สามารถจะมีธรรมจักษุมองเห็นธรรมอันลึกซึ้งนี้ได้ จึงทรงหวังว่า สัตว์พวกนี้เอง จะเป็นผู้รู้ธรรม หรือสัตว์ที่รู้ธรรมจักษุมีบ้างเป็นแน่.

พระองค์จึงได้ทรงแนะพระทัย ในการที่จะทรงแสดงธรรม ทรงชวนชวนในการที่จะแสดงธรรมที่ได้ตรัสรู้. ทรงชวนชวนจนถึงกับ **ทรงระลึกว่าใครบ้างหนอที่จะสามารถเข้าใจธรรมะ อันลึกซึ้งนี้ได้?** ทรงระลึกทบทวนไปทบทวนมา กระทั่งระลึกได้ถึงตาบสทังสอง; แต่ก็ได้ทราบว่ายายเสียแล้ว และในที่สุด ก็มา ทรงระลึกถึง คนที่รองลงมา ก็ได้แก่ **ปัญจวัคคีย์ทั้ง ๕**. เพราะว่าคนทั้ง ๕ นี้ มีความชวนชวนที่จะรู้พระนิพพาน อันเป็นเครื่องดับทุกข์อยู่เป็นอย่างยิ่งแล้ว; หากแต่้วยังเดินไม่ถูกทาง ยังยึดมั่นถือมั่นในอะไรบางอย่างอยู่ แต่ก็ มีธุลีในดวงตาแต่เบาบาง อาจจะทำให้เกิดความสว่างขึ้นได้. พระองค์จึงทรงแนะพระทัยว่า คนทั้ง ๕ นี้ เหมาะแล้วที่จะฟังพระธรรมเทศนาเป็นพวกแรก พระองค์จึงได้เสด็จไปสู่คนทั้ง ๕ และได้ทรงแสดงธรรมจักษุกับปวัตตนสูตรนี้ หลังจากที่ได้ซักซ้อมความเข้าใจกันแล้วพอสมควร.

เรื่องที่ทรงแสดงมีใจความสำคัญ ก็คือ สิ่งที่เกิดเพราะเดินไปสุด
โต่งข้างซ้ายหรือข้างขวาไปเสียหมด ไม่ดำเนินในสายกลาง นี่เรื่องหนึ่ง, แล้ว
เรื่องถัดไปก็คือเรื่องสายกลาง, หรือทางสายกลาง, หรือการเดินไปตาม ทางสาย
กลาง ได้แก่อริยมรรคอันประกอบไปด้วยองค์ ๘, และถัดไปอีกเรื่องหนึ่งก็คือ
เรื่อง อริยสัจ ซึ่ง เป็นผลเกิดมาจากการเดินไปตามทางสายกลาง นั้นเอง.
และ ทรงประกาศยืนยันเกี่ยวกับพระองค์เองว่า เพราะรู้ริยสัจจึงได้ประกาศ
ว่า ตรัสรู้อนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณ ถ้ายังไม่รู้ริยสัจโดยสมบูรณ์ ก็ยังไม่
ประกาศพระองค์ว่า ตรัสรู้อนุตตรสัมมาโพธิญาณ จึงมีเรื่องสำคัญ ๆ คือ:-

เรื่องแรก นั้นเป็นเรื่อง บอกทางผิด อย่าไปเดินเข้า ได้แก่ทางที่ สุดโต่ง
๒ ข้างนั่นเอง. เรื่องถัดมา เป็นเรื่อง บอกทางถูกที่ควรเดิน ได้แก่อริยมรรค
มีองค์ ๘ ประการ, และเรื่องถัดมาอีก คือ เรื่องอริยสัจ นี่เป็นผลที่จะได้รับ
ในการที่เดินไปตามอริยมรรคมีองค์ ๘ ประการ รวมเป็น ๓ เรื่องด้วยกัน. และ
แสดงผลเป็นอันสงส์ว่า การรู้ริยสัจถึงที่สุดนั้นดับทุกข์ได้สิ้นเชิง ชาติสิ้น
แล้ว พรหมจรรย์จบแล้ว กิจที่จะต้องทำเพื่อความดับทุกข์นั้น ไม่มีอีกต่อไป.

เพราะฉะนั้น ท่านทั้งหลายจงกำหนดหัวข้อใจความสำคัญ ๓ ประการ
นี้ไว้ให้แม่นยำ เพื่อจะได้ไม่พินเื้อในการที่จะศึกษาและปฏิบัติ พระธรรมคำ
สอนของพระผู้มีพระภาคเจ้า. เราจะต้องรู้ว่าอะไรเป็นทางผิด, คือทางที่ไม่เดิน
ไปสู่นิพพาน; แต่เดินวนเวียนไปในวัฏฏสงสาร เกิดแล้วเกิดอีก. และอะไร
เป็นทางถูก ที่จะทำให้ตรงลี้วแน่แน่วไปยังพระนิพพาน อันเป็นที่สุดของ
วัฏฏสงสาร.

คนธรรมดาทั่วไป ก็สนใจใคร่จะได้สิ่งซึ่งเป็นความดับทุกข์กันอยู่แล้ว ไม่ใช่ว่าสัตว์ทั้งหลายทั้งปวงนั้น ไม่ต้องการความดับทุกข์; แต่เนื่องจากเข้าใจความทุกข์หรือความดับทุกข์ผิด เข้าใจไม่ตรง เข้าใจเขวไปหมด จึงไม่รู้จักความทุกข์ตามที่เป็นอย่างจริง; ไม่รู้จักสิ่งที่ดับทุกข์ได้อย่างถูกต้องตามที่เป็นอย่างจริง, ไม่รู้จักว่าอะไรเป็นความทุกข์ จนถึงกับพระองค์ต้อง ทรงแสดงชี้ระบุ ลงไปว่า ความเกิด ความแก่ เป็นต้นนั้น เป็นความทุกข์. ถ้าสรุปแล้วก็คือ ความยึดมั่นถือมั่นเบญจขันธ์นั้นเป็นความทุกข์.

คนที่ยังไม่วิสติปัญญา เรียกว่ายังมีธุลีในดวงตามากเกินไปนั้น ย่อมไปเห็นสิ่งอื่นเป็นความทุกข์, หรือเห็นความทุกข์นี้ แต่ก็ไม่ตรงตามความหมายที่แท้จริง ไปกลัวสิ่งที่ไม่ควรกลัว แล้วก็กลัวสิ่งที่ควรกลัว เช่นไม่เห็นว่าเป็นความเกิดเป็นสิ่งที่น่ากลัว ก็อยากเกิด อยากเป็นนั่นเป็นนี่ ซึ่งล้วนแต่เป็นความทุกข์ ทุกอย่างทุกประการ แล้วก็อยากจะเป็นชนิดที่เป็นความทุกข์ทุกประการอยู่นั่นเอง. นี่แหละเรียกว่า ไม่รู้จักว่าอะไรเป็นความทุกข์ จึงไม่ได้กลัวต่อความทุกข์; เรื่องจึงดำเนินไปไม่ได้ เพราะไม่รู้จักตัวปัญหาอันแท้จริงว่าได้แก่อะไร.

ด้วยเหตุฉะนั้นแหละ พระพุทธองค์จึงต้องทรงสละความเข้าใจผิดในเบื้องต้นนี้ ให้หมดไปเสียก่อน จึงได้ทรงระบุว่า การหมกมุ่นในกามคุณ นั้นก็เป็นสุดโต่งฝ่ายหนึ่ง ซึ่งไม่ใช่ทางถูก เป็นทางที่ไม่ควรเดินเข้าไปเลย และ การทรมาณตนให้ลำบาก ด้วยความเข้าใจผิด อย่างใดอย่างหนึ่งนั้น มันก็เป็นสุดโต่งอีกข้างหนึ่ง ซึ่งไม่ควรจะข้องแวะเข้าไปเลย ไม่ควรที่จะเดินตามทางนั้นเลย.

ของ^{๕๓}คุณเป็นของที่ตรงกันข้าม สิ่งแรกๆที่เรียกว่า **กามสุขัลลิกานุโยค** นั้น; หมายความว่า มีการคล้อยตามความรู้สึกของสัญชาตญาณ ที่เกี่ยวเนื่องกับกามารมณ์นั้นอย่างเต็มที่; ไม่ปิดกระแส ไม่กั้นกระแส, **ไม่ทวนกระแสแต่ประการใดเลย**, ปล่อยให้ล่องลอยไปตามความต้องการของกระแสแห่งกิเลสตัณหา มันจึงไหลลื่นไปทางสุดโต่งข้างหนึ่ง.

ทีนอกทางหนึ่งตรงกันข้าม ก็หมายความว่า เป็นผู้**ปิดกั้นกระแสอย่างชะงักงันทีเดียว**; ถึงกับทำลายอวัยวะอันเป็นที่รับความรู้สึกทางอารมณ์นั้นเสีย นี้ก็เรียกว่า เป็นการวิ่งสุดโต่งไปอีกข้างหนึ่งอีกทางหนึ่ง; แม้จะตรงกันข้ามกับทางแรก แต่ก็มิใช่ผลเป็นความไม่ดีทุกอย่างเลยอย่างเดียวกัน. รวมความแล้วมันเป็นความยึดมั่นถือมั่นอย่างบ้า ๆ บอ ๆ ด้วยกันทั้งนั้น.

อย่างแรกก็ยึดมั่นถือมั่นในอัสสาทะของกาม, อย่างหลังก็ตั้งข้อเกลียดชัง จงเกลียดจงชังอย่างล้นเหลือล้นตาต่ออัสสาทะของกามเอาเสียทีเดียว จึงไม่สามารถที่จะประพฤติปฏิบัติให้ถูกต้องตามกฎเกณฑ์ของธรรมชาติ ซึ่งเรียกกันว่าดำเนินไปด้วยสติปัญญา อย่างลุ่มหลุ่มตา เต็มไปด้วยสัมมาทิฐิ.

เพราะเหตุฉะนั้น พระองค์จึงทรงประณามที่สุดทั้ง ๒ อย่างนั้น ว่ามันเป็นเรื่องเหวี่ยงไปทางซ้ายหรือทางขวา อย่างสุดโต่งเท่านั้น, **ไม่ได้เดินไปตรงๆตามทางสายกลางเลย**. มันมัวเมาแต่เหวี่ยงซ้ายเหวี่ยงขวา สุดโต่งไปข้างนี้ที่ข้างนี้ที; วนเวียนซ้ำๆ ซากๆ อยู่ในวัฏฏสงสาร แกว่งซ้ายทีแกว่งขวาที เหมือนกับลูกตุ้มนาฬิกา สุดไปข้างหนึ่งแล้วก็แกว่งเลยไปอีกข้างหนึ่ง แกว่งไปแกว่งมาอยู่อย่างนี้ ตามความยึดมั่นถือมั่นสำคัญผิด หรือการเดาเอาเอง นึกเอาเอง แล้วมันจะเดินตรงๆไปยังที่ สุดข้างโน้นอย่างไรได้.

เราควรจะทำความรู้สึกที่เป็นอุปมาว่า **ผัสนอกนั้นเป็นนิพพาน ผัสนั้นเป็นวัฏฏสงสาร**; **ตี๋** เรียกว่า **ผัสนอก** คือ ผักที่ปลูกชนาอาศัยอยู่ หรือผักที่คนมีกิเลสอาศัยอยู่ แล้ววิ่งเลาะไปเลาะมาอยู่ตามริมผัสนั้นเอง ข้ามฟากไปผัสนั้นไม่ได้. ผัสนั้นเรียกว่า **ปาริ** คือ **ผัสนอก** หมายความว่า **นอกอำนาจของกิเลส** คือ **กิเลสตามไปไม่ถึง** ความทุกข์ตามไปไม่ถึง มันจึงเป็นผัสนอกคือผัสนั้น. นี่เป็นข้อสมมติของพระนิพพาน.

คนที่ไม่รู้ความจริงของผัสนี้และผัสนั้น ก็ยอมหลงติดอยู่ที่ผัสนี้; เพราะเหตุที่ไม่รู้ว่าผัสนั้นบ้าง, เพราะเหตุที่หลงไหลมัวเมาอยู่แต่ในสิ่งต่าง ๆ ที่มีอยู่ในผัสนี้บ้าง; เพราะฉะนั้นจึงออกไปสู่ผัสนั้นไม่ได้ คงอยู่ที่ผัสนี้ หรืออย่างดีที่สุดก็วิ่งเลาะอยู่ตามริมผัสนี้ ไม่สามารถจะออกไปสู่ผัสนั้นได้. นี่ก็เพราะไม่มีการเดินก้าวหน้ไปตามทางที่ถูกต้อง; มัวแต่เหวี่ยงซ้ายเหวี่ยงขวาอยู่ด้วยอำนาจความรักและความชัง ความชอบหรือความเกลียด ที่เรียกว่า ความยินดี ยินร้ายอยู่นั่นเอง.

ขอให้สังเกตดูเถิดว่า ข้อปฏิบัติที่เป็นหลักสำคัญในพระพุทธศาสนา นั้น ต้องการจะนำออกเสียซึ่งอภิขมาและโทมนัส ในโลกทั้งปวงเท่านั้น. อย่างในบทแห่งมหาสติปัฏฐานสูตร หรือ บทบรรยายของสัมมาสติ ก็ตาม ล้วนแต่กล่าวว่าจะกำจัดเสียซึ่งอภิขมาและโทมนัสในโลก ด้วยกันทั้งนั้น. **อภิขมา** คือ **หลงรัก**, **โทมนัส** คือ **หลงเกลียด**; **ความหลงรักในกาม** ก็คือ **กามสุขัลลิกานุโยค**, **ความหลงเกลียดในอารมณ์** เหล่านั้น ก็คือ **อตตกิลมณานุโยค**; เพราะฉะนั้น **กามสุขัลลิกานุโยค** ก็ดี **อตตกิลมณานุโยค** ก็ดี ที่แท้ก็คือตัวความยินดียินร้ายอย่างลึกซึ้งนั่นเอง. หรือจัดเป็นอภิขมา และ โทมนัส ทั้งคู่เอง; ซึ่งข้อปฏิบัติทั้งหลายต้องการจะให้นำออกเสีย.

เมื่อยังมีอภิชฌา โทมนัส ยินดียินร้าย หลงรักหลงเกลียด อยู่ใน
 สิ่งต่างๆ ในโลกนี้ ก็เรียกว่ายังยึดมั่นถือมั่นอยู่ในโลกนี้; เพราะมีความยึดมั่น
 ถือมั่นตัวเดียวเท่านั้น มันจึงทำให้หลงรักหรือหลงเกลียดได้. ความยึดมั่นถือมั่น
 นั้นมันเอียงไปทางไหนก็ได้, คือเอียงไปทางซ้ายก็ได้, เอียงไปทางขวาก็ได้;
 หมายความว่า เอียงไปในทางรักก็เรียกว่ายึดมั่นถือมั่น, เอียงไปในทางเกลียด
 ก็เรียกว่ายึดมั่นถือมั่น; แม้จะรูปร่างต่างกัน แต่ก็เป็นความยึดมั่นถือมั่นด้วยกัน.
 เพราะฉะนั้นจึงเป็นการยึดมั่นถือมั่นชนิดที่เป็นเหตุให้เกิดทุกข์ ตรงตามบทที่
 ว่า **สงขัตเตน ปญฺจุปาทานกฺขนฺธา ทุกฺขา คือเบญจขันธ์ที่ประกอบอยู่ด้วยอุปาทาน
 เป็นตัวทุกข์** ดังนี้.

หลงอยู่ในกามสุขัลลิกานุโยคก็ดี หลงอยู่ในอัตตกิลมณานุโยคก็ดี
 ล้วนแต่ติดมั่นอยู่ในเบญจขันธ์, หรือเป็นเบญจขันธ์ที่ยังประกอบอยู่ด้วยอุปาทาน
 ยึดมั่นถือมั่นในทางที่จะยินดีและในทางที่ยินร้ายอยู่นั่นเอง : แกว่งไปแกว่งมา
 ซ้ายทีขวาที อยู่ นั่นเอง, ไม่เดินไปตรงๆ ได้เลย, ไม่ก้าวหน้าออกไปสู่ฝั่งนอกคือ
 พระนิพพานได้เลย.

เพราะเหตุฉะนั้นเอง พระพุทธเจ้าท่านจึงได้**ทรงยกข้อนี้ขึ้นมากล่าวเป็น**
ข้อแรก ว่าพวกแกอย่ามัวแต่เหวี่ยงซ้ายเหวี่ยงขวา สุดโต่งข้างโน้นที่ข้างนี้ที่
 อยู่ดังนี้ นี่เป็นสำนวนที่พูดกันตรงๆ. บรรพชิตไม่ควรข้องแวะกับที่ สุดโต่ง
 ๒ อย่างนี้ เพราะมันจะเป็นการแกว่งไปแกว่งมา อยู่ที่นี่ตรงนี้ ไม่เดินตรงแนว
 ไปสู่พระนิพพานได้.

แต่ทำไมสิ่งเหล่านี้จึงเป็นเหตุแห่งความหลงอย่างที่ไม่น่าเชื่อ? เพราะ
ว่าถ้าหากว่า **มีความเข้าใจผิดต่อโลกแล้ว ย่อมมีความสำคัญผิด** หลงติดอยู่ในสิ่งที่
ไม่น่าจะติด ชนิดที่เห็นกงจักรเป็นดอกบัวไปเสียทั้งนั้น : อย่าง **กามสุขัลลิกานุโยค**
ก็เป็นกงจักรชนิดหนึ่ง เหมือนกัน แต่ก็ยังเห็นเป็นดอกบัวกันอยู่ทั่วไป; แม้
อิตถกิลมณานุโยค - การทรมานตนให้ลำบาก นี่ก็เป็นกงจักรชนิดหนึ่งเหมือนกัน.
แต่ก็มีคนบางคนหรือบางพวกหลงเห็นเป็นดอกบัวอยู่ ไม่มากนักน้อย.

นี้แสดงให้เห็นว่า แม้มันจะตรงกันข้ามถึงขนาดนั้น คนก็ยังเห็น
กงจักรเหล่านี้เป็นดอกบัวอยู่ด้วยกันทั้ง ๒ ประเภท พระองค์จึงทรงนำมาแสดง
เสียทั้ง ๒ ประเภท. อย่าได้ไปเห็นว่าเมื่อมันตรงกันข้ามแล้ว จะต้องมียึด
ข้างหนึ่ง มีถูกข้างหนึ่งเสมอไป; มันอาจจะผิดทั้ง ๒ ข้างก็ได้ ทั้งที่ตรงกันข้าม
คือเหวี่ยงไปทางซ้ายก็ผิด เหวี่ยงไปทางขวาก็ผิด. เพราะว่าที่ถูกต้องนั้นมัน ต้องเดิน
ไปตรงๆ คือเดินไปตามทางสายกลาง ตรงแนวไปยังพระนิพพาน ต่างหาก.
การที่ไปหลงยึดมั่นถือมั่นเป็นของคู่, คู่ๆ แล้วว่า ถ้านั่นหนึ่งผิด อันหนึ่ง
จะต้องถูกต้องนี้; เป็นความผิดอย่างยิ่งได้ โดยทำนองเดียวกัน; เพราะฉะนั้น
จะต้องจัดไว้ในฐานะเป็นของผิดทั้งคู่.

และที่เรียกว่า **สุดโต่ง** นั้น ก็หมายความว่ามันผิดอย่างสุดโต่ง คือว่ามัน
ผิดถึงที่สุด ไม่มีอะไรจะผิดยิ่งไปกว่านี้อีกแล้ว : แกว่งไปทางซ้ายสุดก็ผิดอย่าง
ซ้ายสุด, แกว่งไปทางขวาสุดก็ผิดอย่างขวาสุด. ต่อเมื่อเดินไปด้วยสติปัญญา
เป็นสัมมาทิฐิ ตรงกลางเท่านั้น จึงจะเป็นเรื่องที่ไม่ผิด. เราจะต้องระมัดระวัง
จะต้องจัดต้องทำให้ การเป็นอยู่ของเราทุกๆ วันนี้ ดำเนินไปแต่ในทางสาย
กลาง, อย่าให้เหวี่ยงซ้ายเหวี่ยงขวาอยู่ดังนี้.

ถ้าพูดอย่างต่ำ ๆ ง่าย ๆ อย่างธรรมดาสามัญ ก็ว่า อย่าไปบำรุงบำเรอ
มันมากเกินไป; แต่แล้วก็อย่าไปทรมานมันจนถึงกับเหือดแห้งทำอะไรไม่ได้;
มันจะต้องประคับประคองให้ดี ในลักษณะที่มันจะเดินไปได้. เหมือนอย่างว่า
เลี้ยงสัตว์ เช่นเลี้ยงม้าไว้ขี่ ถ้าไปทำให้มันอ่อนถึงที่สุด มันก็วิ่งไม่ได้ มันก็จะ
ต้องล้มลงนอนเหมือนกัน; แต่ถ้าไปทำให้มันผอมถึงที่สุด มันก็วิ่งไม่ได้
มันลุกขึ้นไม่ไหว; เพราะฉะนั้น จะต้องจัดต้องทำให้มันพอเหมาะพอดี ที่มัน
อาจจะวิ่งได้ และวิ่งเร็วที่สุด.

ชีวิตอัตภาพ ร่างกายนี้ ประกอบอยู่ด้วยจิตวิญญาณนี้ จะต้องได้รับ
การบริหารให้ถูกต้อง คืออย่าให้เอียงซ้ายสุดหรือขวาสุด โดยทำนองที่กล่าวแล้ว;
แต่ให้มันอยู่ในสภาพที่พอเหมาะพอสม. อย่าไปตามใจมัน แต่ก็อย่าไปกดขี่
ข่มเหงมัน. ฟังดูให้ดีเถิดว่า หมายความว่าอย่างไร.

การตามใจ มันนั้นหมายความว่า เอาตามทีกิเลสตัณหามันต้องการ;
ส่วนการ กดขี่ข่มเหง มันนั้น หมายความว่า ทำให้มันหมดกำลัง ถึงความเป็น
ทุกข์พลภาพ ใช้การอะไรไม่ได้ คือ นามรูปนี้เสื่อมสมรรถภาพ จนใช้การอะไรไม่
ได้. ส่วนการกระทำ ที่พอเหมาะพอสม นั้น ก็คือการควบคุมไว้ ในลักษณะ
ที่ถูกต้อง ที่มันจะดำเนินไปได้ ในลักษณะที่มันจะเป็นบทรียนอยู่ในตัวมันเอง,
มันจะเป็นแสงสว่าง อยู่ในตัวมันเอง ทำให้เรารู้ เข้าใจ เห็นแจ้ง เห็นจริง ในตัว
เราเองอย่างยั่งยืนขึ้นไปตามลำดับ ๆ จนกระทั่งรู้ความจริงถึงที่สุดว่านี่ไม่ใช่ตัว
เรา นี่เป็นเพียงธรรมชาติ, เป็นเพียงธาตุที่หมุนไปตามธรรมชาติ ไม่มีอะไรที่
เป็นตัวเรา, ไม่มีอะไร ที่จะต้องยึดถือไว้เป็นเรา หรือเป็นของเรา, ไม่มีอะไร

ที่จะต้องยึดถือไว้ในฐานะที่เป็นของน่ารักหรือน่าเกลียด, ไม่มีความรู้สึกที่เป็นความรักหรือความเกลียด; จึงไม่ต้องอยู่ในฐานะที่จะเหวี่ยงซ้ายทีขวาที ดังที่แล้มาแล้ว คือการไม่ประกอบตนอยู่ในกามสุขัลลิกานุโยค และทั้งไม่ประกอบตนอยู่ในอัตตกิลมณานุโยค นั้นเอง.

ทำให้เราเห็นได้ว่าเป็นเรื่องแรก เป็นข้อปฏิบัติเรื่องแรก ชั้นแรก หรือชั้นแรก ที่เราจะต้องตระเตรียมให้ดำเนินไปอย่างถูกต้อง โดยการเว้นการกระทำชนิดที่เป็นการสุดโต่งอย่างนี้เสีย ก็สิ้นไปเรื่องหนึ่ง ตอนหนึ่ง, คือสิ้นไปในตอนตระเตรียม; หมายความว่า เราไม่หลงทาง ไปทางซ้ายหรือทางขวา อีกต่อไป เป็นอันแน่นอนว่าเราจะเดินไปข้างหน้า.

ที่นี้ก็มาถึงเรื่องที่สอง คือเรื่องที่จะเดินไปข้างหน้านี้ จะต้องเดินไปอย่างไร? พระพุทธเจ้าท่านได้ตรัสต่อไปว่า *เอเต เต ภิกขเว อุโภ อนุเต อนุปคมม มชฌิมา ปฏิปทา ตถาคเตน อภิสมพุทธา* ดังนี้ เป็นต้น มีใจความว่า *ภิกขุทั้งหลาย มันมีทางสายกลางอยู่ทางหนึ่ง สายหนึ่ง ซึ่งไม่ไปข้างแฉะกับที่สุดโต่งทั้งสองเหล่านั้น.* ทางนี้แหละเป็นสิ่งที่ตถาคตได้ตรัสรู้ คือได้รู้พร้อมเฉพาะขึ้นมาเอง ไม่ได้เคยได้ยินได้ฟังมาจากใครที่ไหน ไม่ได้เคยได้ยินได้ฟังมาแต่ก่อนเลย เป็นการรู้แจ้งขึ้นด้วยปัญญาอันยิ่งของตถาคต ดังนี้.

อันนี้แหละที่เราเรียกกันในภายหลังว่า การตรัสรู้ของพระองค์ คือ การตรัสรู้ในเรื่องทางที่จะเดินตรงๆ แน่วไปยังพระนิพพาน นั้นเอง, และ พระองค์ทรงยืนยันกำชับลงไปว่า ทางนี้มันไม่ไปเกี่ยวข้องกับที่สุดโต่ง ๒ อย่าง

ดังที่ได้กล่าวมาแล้วข้างต้น นี่เป็นใจความสำคัญของทาง ทางนี้ ว่าต้องไม่ไปเกี่ยวกับที่สุดโต่ง ๒ ข้างนั้น.

แล้วมันไปของมันอย่างไร? พระองค์ก็ทรงจำแนกต่อไปว่า มันต้องประกอบอยู่ด้วยคุณสมบัติ คือ **มีความรู้** **ความเข้าใจ** **อย่างถูกต้อง** อยู่ในนั้น, **มีความดำริได้** **เช่นอย่างถูกต้อง** อยู่ในนั้น, **มีการพูดจาอย่างถูกต้อง** อยู่ในนั้น, **มีการประกอบกรรมทำกรณต่าง ๆ อย่างถูกต้อง** รวมอยู่ในนั้น, **มีการดำรงชีวิตเลี้ยงชีวิตเป็นอยู่อย่างถูกต้อง** อยู่ในนั้น, และ **มีความพากเพียรเพื่อให้เกิดความก้าวหน้า** **ต่อไปอย่างถูกต้อง** อยู่ในนั้น, แล้วก็มี **สติความรำลึกควบคุมสิ่งต่าง ๆ ไว้** **อย่างถูกต้อง** ให้เป็นไปอย่างถูกต้องตามเดิมอยู่ในนั้น, และ **มีสมาธิ** คือ ความแน่วแน่ มันคงทนได้ต่ออุปสรรคทุกชนิด รวมอยู่ในนั้น, ซึ่งเราเรียกกันเป็นชื่อโดยภาษาบาลี ว่า **สัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปป** เป็นลำดับไป จนถึง **สัมมาสมาธิ** ดังที่ท่านทั้งหลายได้สวดแล้วเมื่อตะกัหยก ๆ นี้เอง ว่ามีอยู่ ๘ องค์อย่างไร, และมีคำอธิบายอย่างไร.

คุณธรรมทั้ง ๘ ประการนี้ต้องมีอยู่ในทางสายนั้น ทางสายนั้น จึงจะเรียกว่า อริยมรรค หรือทางอันประเสริฐ หรือจะเรียกว่า มัชฌิมาปฏิปทา คือ ทางสายกลางของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า. ถ้าไม่มีองค์ประกอบ ๘ องค์นี้รวมอยู่ในนั้น ทางนั้นยังไม่ชื่อว่า อริยมรรค หรือ มัชฌิมาปฏิปทาของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า.

พูดให้ชัดยิ่งกว่านั้นก็คือ ยังไม่ใช่พุทธศาสนา **คือว่าถ้าคำชี้แจงแนะนำสั่งสอนเหล่าใด ไม่ประกอบอยู่ด้วยองค์ ๘ ประการนี้แล้ว ฟังรู้เถิดว่า คำแนะนำสั่งสอนเหล่านั้นไม่ใช่พุทธศาสนา,** ไม่ใช่คำแนะนำสั่งสอนของสมเด็จพระบรม-

ศาสดา; เพราะฉะนั้นเราจะต้องจำไว้เป็นหลักว่า มันจะต้องมีความหมายขององค์ ๘ ประการ มีสัมมาทิฐินี้รวมอยู่ เราจึงจะถือว่าเป็นหลักพระพุทธศาสนา หรือเป็นทางสำหรับเดินตรงแนวไปยังที่สุดของความทุกข์ กล่าวคือพระนิพพาน และเป็นสิ่งสูงสุดที่พระพุทธเจ้าท่านได้ตรัสรู้ แล้วนำมาฝากเรา มามอบให้แก่เรา.

เราจะต้องจัดจะต้องทำทุกอย่างทุกประการ ให้ชีวิตจิตใจของเราดำเนินไปตามหนทาง อันประกอบไปด้วยองค์ ๘ ประการนี้ อยู่เป็นปกติทั้งวันทั้งคืน ทั้งหลับทั้งตื่น ทีเดียว อย่าให้องค์ ๘ ประการนี้สูญหายไป. เราจะต้องเป็นอยู่ให้ชอบ, คือดำรงอยู่ให้ชอบอีกความหมายหนึ่งซึ่งพระพุทธองค์ท่านเรียกสั้น ๆ ว่า **สัมมาวิหาร** ดังที่ได้ตรัสไว้ในตอนที่พระปริณิพพานว่า **ถ้าภิกษุทั้งหลายจะพึงเป็นอยู่โดยชอบแล้วไซ้ โลกนี้ก็จะไม่ว่างจากพระอรหันต์.**

พระบาลีนั้นมีว่า **อิม เจ ภิกขุ สมมา วิหเรยฺย อสุญฺญ โลกิ อรหุ-เตหิ อสฺส** ซึ่งแปลตรง ๆ ตามพระบาลีนั้นได้ว่า **ภิกษุทั้งหลาย! ถ้าภิกษุเหล่านั้นจะพึงเป็นอยู่โดยชอบไซ้ โลกนี้ก็จะไม่ว่างจากพระอรหันต์.** ฟังดูให้ดี ๆ ในตอนนี้ท่านไม่ได้กล่าวอะไรมากมาย ท่านกล่าวสั้นที่สุดว่า **สมมา วิหเรยฺย** พึงอยู่กันโดยชอบ, พึงอยู่กันโดยชอบ, ให้อยู่กันโดยชอบเท่านั้น, แล้วัก โลกนี้ก็จะไม่ว่างจากพระอรหันต์.

เราจะอยู่กันโดยชอบได้อย่างไร? จะมีชีวิตกันหนึ่งวันหนึ่งล่วงไปโดยชอบได้อย่างไร? สติปัญญาของเราเองมีเพียงพอไหม? ที่จะทำให้เราเป็นอยู่โดยชอบ, หรือว่า เราจะต้องพึ่งสติปัญญาของพระพุทธเจ้าอีกต่อไป. ถ้าเราไม่สามารถจะเป็นอยู่ชอบ หรืออยู่โดยชอบได้ ด้วยสติปัญญาของเราเอง; เราก็ต้อง

ถ้ามั่นว่าของตัวนั้นน้อยลงๆ จิตใจมันจึงจะค่อยเบา คือมีความทุกข์น้อยลงๆ การปฏิบัติขั้นนี้ สูงขึ้นมาจากขั้นปุถุชน และเริ่มเลื่อนขั้นมาเป็นขั้นของบัณฑิต หรือของพระอริยเจ้าแล้ว คือมีตัวกู ที่เบาบางลง ลดน้อยถอยลงตามลำดับ; แต่ว่ายังไม่ถึงขั้นสุดยอด ยังมีตัวกูเหลืออยู่.

เหมือนกับที่มีสอนอยู่ในลัทธิต่างๆ ในสมัยพุทธกาล ในสมัยที่พระพุทธเจ้าท่านเกิดขึ้นนั้น ไม่ใช่ว่าจะไม่มีใครที่สอนถูกต้องเสียเลย; มีการสอนที่ถูกต้องเหมือนกัน แต่ก็ไม่สามารถจะทำให้ตัวกูหมดสิ้นได้, เพียงแต่ให้ตัวกูน้อยลงได้เท่านั้นเอง มันจึงไม่ดับทุกข์สิ้นเชิง. เพราะฉะนั้น พระพุทธองค์จึงกล้าทรงยืนยันว่า ธรรมะนั้นๆ ยังไม่พอ เพื่อจะดับทุกข์สิ้นเชิง. พระองค์จึงไม่พอใจในธรรมะเพียงเท่านั้น และทรงหลีกเลี่ยงไปค้นคว้าของพระองค์เอง จนได้ธรรมะที่สามารถดับตัวกูได้สิ้นเชิง มาสอนพวกเราทั้งหลาย, กล่าวคือ การตรัสรู้ถึงธรรมะ ที่สามารถถอนความยึดมั่นถือมั่น ว่าอัตตา หรือ อัตตนิยา ได้สิ้นเชิงนั่นเอง, เป็นการทำลายตัวกูหรือของกูให้สิ้นเชิงลงไป.

ทั้งหมดนี้สรุปความได้ว่า การปฏิบัติเกี่ยวกับตัวกูนั้นมีอยู่เป็น ๓ ชั้น : ชั้นที่หนึ่งให้มีตัวกูหรือของกูที่ดี. ชั้นที่สองให้มีตัวกูหรือของกูนั้นน้อยลงๆ และ ชั้นที่สามให้หมดตัวกูเสียเลย ดังนี้

ท่านทั้งหลายลองคิดดูต่อไปว่า เราต้องเสียเวลา พุดถึงเรื่องตัวกูที่ดี หรือตัวกูที่น้อยลงๆ ทำไมกัน? ถ้าเราสามารถที่จะยึดหลักที่หมดตัวกูได้ทันแก่เวลา. เราจะพุดกันแต่เรื่องหมดตัวกู ให้ทันแก่เวลา จะไม่เป็นการดีกว่าหรือ? ถ้าเป็นความถูกต้องอย่างนี้แล้ว เราก็ควรจะวินิจฉัยกัน ถึงเรื่องการดับหมดของ

ตัวกูจะดีกว่า; เพราะว่าเวลายังเหลือน้อยสำหรับชีวิตนี้. เมื่อยุติกันไป
ลักษณะเช่นนี้แล้ว เราก็สนใจแต่ในการปฏิบัติเพื่อทำให้หมดตัวกู ดังที่เราจะ
พูดกันทั่วไป โดยคำพูดอย่างอื่นว่า พระนิพพานนั้นเป็นอย่างไร? ทำอย่าง
ไรจึงจะบรรลุถึงนิพพาน ทนแก่ความต้องการของเรา? ดังนี้ เป็นต้น.

.....

การปฏิบัติเพื่อให้ดับเสียซึ่งตัวกูและของกู คือหมดอุปาทานที่ยึดถือ
ว่าเราว่าของเรานั้น เราอาจจะมองให้กว้างจนสามารถจะพบได้ว่า เรามีโอกาสอยู่
ถึง ๒ ประเภท คือตามปกติ ธรรมดาสามัญวันหนึ่งๆ นี้ เราก็ปฏิบัติไปเรื่อยๆ.
แต่แล้วก็จะถึงโอกาสสุดท้าย คือในขณะที่ร่างกายจะแตกดับ หรือที่เราเรียก
กันว่า ความตายมาถึง โอกาสนั้นก็จะเป็นโอกาสอย่างยิ่งอีกครั้งหนึ่ง ที่จะดับเสีย
ซึ่งตัวกู ถ้าเรารู้จักทำให้ถูกวิธี ในแบบที่เรียกว่า “ตกกระไดแล้วก็พลอยกระโจน
ให้ถูกวิธี” มันก็จะทีเดียวถึงด้วยเหมือนกัน;

แต่อุปสรรคมันเกิดขึ้น ด้วยเราสร้างขึ้นมาเอง คือว่าคนส่วนมากนั้น
มักจะถือกันเสียว่า นิพพานเป็นเรื่องสูงเกินไป อย่าไปพูดถึงเลย. พอเพื่อนฝูง
มาชวนคุยถึงเรื่องนิพพาน ก็ปฏิเสธไม่ยอมคุยด้วย; บางคนถึงกับด่าเขาด้วย
ซ้ำไป ว่าเป็นคนที่เห่อเกินไป เป็นคนที่ทะเยอทะยานมากเกินไป ถึงกับไป
สนใจในเรื่องนิพพาน ซึ่งอยู่สูงสุดเหนือวิสัยของตน. เพราะฉะนั้น เรื่อง
นิพพานจึงถูกยกไว้เป็นเรื่องที่สูง เกินไปกว่าที่จะเอามาปรึกษาหารือกัน.

ข้อนี้จะเห็นได้โดยประจักษ์ เป็นพยานชัดเจนอยู่ในหมู่พวกท่านทั้งหลาย ที่สนทนากันอยู่นั่นเอง, เป็นอุบาสกเป็นอุบาสิกาแท้ๆ ก็ยังตวาดคนที่เอาเรื่องนิพพานมาพูด, เป็นภิกษุสามเณรแท้ๆ บางทีก็เป็นเจ้าวัดเป็นสมภารด้วย ก็ยังตวาดคนที่เอาเรื่องนิพพานมาพูด; ทั้งนี้เพราะว่า เขาต้องการจะพูดเรื่องทำไรทำนา เรื่องสร้างกุฏิวิหาร สร้างนั่นสร้างนี่ให้ครึกครื้น สรวลเสเฮฮากันไปทีเดียว. หรือว่าอย่างเจียมตัวหน่อย ก็จะยอมให้พูดถึงแต่เรื่องศีล สมาธิ ปัญญา ชั้นต้นๆ ต่ำๆ ทำบุญให้ทานกันไปตามเรื่อง ไม่ยอมให้พูดถึงเรื่องนิพพาน.

ลองคิดดูเถิดว่า เมื่อวางหลักเสียอย่างนี้แล้ว เรื่องของพระนิพพาน หรือเรื่องการดับของตัวกู่นั้น มันจะลึกซึ้ง อยู่ลึกหรือว่าถึงกับสาบสูญไปได้หรือไม่? หรืออย่างไรงั้น? นี่แหละคือมูลเหตุอันแท้จริง ที่ทำให้อุบาสกอุบาสิกา ภิกษุสามเณร ไม่สนใจในเรื่องของพระนิพพาน หรือการดับตัวกูและของกู; ไปสนใจแต่เรื่องที่จะยกหูชูหาง อวดดีอวดดี ในเรื่องการศึกษาเล่าเรียน, หรือแม้แต่การปฏิบัติ ชนิดที่เห่อที่นิยมกันไปเป็นฝูงๆ เพื่อผลเป็นลาภ เป็นสักการะ เป็นอำนาจวาสนา เป็นชื่อเสียงอะไรไปเสียทั้งนั้น; ไม่เป็นไปเพื่อการดับตัวกู หรือของกูเสียเลย.

เมื่อเป็นดังนี้แล้ว หูหรือหางของตัวกู่นั้น มันก็ชูสูงมากขึ้น แล้วจะให้ทำอย่างไรงั้น? ถ้าจะไม่ให้ตายเสียก่อนที่จะรู้เรื่องนี้ คือมันจะต้องเข้าไปเสียก่อน ที่จะรู้ว่าตัวกูหรือของกูนั้นเป็นอย่างไร. นี่แหละคืออุปสรรคอันใหญ่หลวงของการปฏิบัติธรรม ที่ทำให้เกิดการเข้าถึงพุทธศาสนาไม่ได้, คือไม่เอามาถือไว้ ในฐานะเป็นเรื่องที่จะต้องเรียน ต้องรู้ หรือต้องปฏิบัติเป็นประจำวันนั้นเอง.

เพราะฉะนั้น จึงขอเตือนท่านทั้งหลายว่า ขอให้ทำให้ตรง ตามที่ พระพุทธองค์ได้ทรงขอร้องไว้ คือพระพุทธองค์ได้ทรงขอร้องไว้มากมาย เหลือที่จะกล่าวให้หมดให้สิ้นได้ในที่นี้; แต่สรุปใจความสั้น ๆ ที่สุดแล้ว อาจจะกล่าวได้ด้วยคำไม่กี่คำ คือ พระพุทธองค์ได้ทรงขอร้องให้ปฏิบัติในการที่จะควบคุม ในขณะที่มีการเห็นรูปทางตา ได้ยินเสียงทางหู ได้กลิ่นทางจมูก ได้รู้รสทางลิ้น ได้สัมผัสทางผิวกาย และเกิดความรู้สึกคิดนึกเป็นอารมณ์ขึ้นมาในใจ; หมายความว่า เมื่อ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ได้หยั่งอย่างใดอย่างหนึ่งของมันเข้ามาแล้ว จงพยายามกระทำให้สุดความสามารถ ในการที่จะควบคุมมันไว้. อย่าให้เกิดความยึดมั่นถือมั่นว่าเรา, ว่าของเราขึ้นมาแน่นอน พุตสนั่น ๆ ก็พูดอย่างนี้.

แต่ถ้าจะจาระไนออกไปอีกหน่อยก็ว่า เมื่อได้รับสัมผัส ทางตา ทางหู เป็นต้นแล้ว จะมีสติปัญญามาควบคุมให้ทันทั่วทั้งที่ ให้มันเป็นเพียงสัมผัส คือ การกระทบกันทางตาแล้ว ให้ดับไป ให้เลิกไป ให้หยุดไป.

อย่าให้มันปรุงเป็นเวทนา เป็นความสุข สนุกสนาน เอรีดอรร้อย หรือเป็นความทุกข์ ขัดอกขัดใจ ทะลึ่งตึงตังขึ้นมา. อย่าให้มันเกิดเวทนาอย่างนี้ขึ้นมา, หรือถ้าจะเกิดเวทนาเป็นรู้สึกสุขหรือทุกข์ขึ้นมาแล้ว ก็อย่าได้ยึดเอาเวทนานั้น โดยความเป็นของตน หรือโดยความเป็นตัวตน ให้เวทนานั้นมันดับไปเสีย.

อย่าให้เกิดเป็นตัณหา คือความอยากอย่างใดอย่างหนึ่งขึ้นมา เนื่องด้วยเวทนานั้น; จะเป็นตัณหาในทางอยากได้ อยากเอา ก็ตาม, จะเป็นตัณหาในทางความไม่มีความเป็นก็ตาม, หรือตัณหาในทางความไม่ให้มี ไม่ให้เป็นก็ตาม,

เป็นอย่างนี้, คือข้อความเกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นต้น, จนกระทั่งถึง ความยึดมั่น
ถือมั่นในเบญจขันธ์ ว่าเป็นตัวทุกข์; ไม่ใช่เรื่องอดอยากเป็นความทุกข์ อย่าง
ที่เข้าใจกัน. และว่าเหตุให้เกิดทุกข์นั้น คือกิเลสตัณหาต่างหาก ไม่ใช่
เรื่องความอดอยากเป็นเหตุให้เกิดทุกข์.

ควบคุมกิเลสตัณหาให้ได้เกิด ก็จะไม่ไขเรื่องความอดอยาก เรื่อง
ปากเรื่องท้องได้เป็นแน่. คนกลั้วจะทำผิดมากไปเสียอีก ในเมื่อควบคุมกิเลส
ตัณหาไม่ได้; ไปทำสิ่งที่ไม่ควรทำเข้า มันก็ยิ่งอดอยาก ทางปากทางท้อง
มากยิ่งขึ้นไปกว่าเดิม หรือเสื่อมเสียชื่อเสียงมากไปกว่าเดิม อัดคัดคับแค้นมาก
ไปกว่าเดิม; มีเงินต่งแสนต่งล้าน ก็หาความสุขไม่ได้ มีทรัพย์สมบัติท่วมหัว
ก็นอนหลับสับสนหนึ่งก็ไม่ได้ แล้วมันจะมีไปทำไมกัน แล้วนี่ก็ไม่ใช่เพราะ
อำนาจมิฉชาติปฏิบัติเบียดเบียนหรืออย่างไร.

ขอให้อลองพิจารณาดูให้ดี ก็จะเห็นได้ว่า ความทุกข์นั้นมันเกิดมาจาก
กิเลสตัณหา ไม่ใช่เกิดมาจากการที่ไม่มีอะไรจะกิน, ไม่มีอะไรจะใช้ เป็นต้น.
ควบคุมกิเลสตัณหาให้ได้ ก็จะต้องมีอะไรกิน มีอะไรใช้อย่างเหลือเฟือทีเดียว แล้ว
จะเป็นอยู่กันอย่างผาสุกทั้งอย่างโลกนี้และโลกหน้า คืออย่างผั่งนี้และผั่งนอก
ทีเดียว.

ถ้าเรามีสัมมาทิฐิ เข้าร้องเขารอยของพระพุทธเจ้า ว่าทุกข์เป็น
อย่างนี้, เหตุให้เกิดทุกข์เป็นอย่างนี้, ความดับไม่เหลือแห่งทุกข์เป็นอย่างนี้, และ
หนทางแห่งความดับไม่เหลือของทุกข์เป็นอย่างนี้, ดังนี้แล้ว ก็เรียกว่าสัมมาทิฐิ
ได้, **เข้าใจชัดแจ้งว่าสิ่งทั้งหลายทั้งปวง เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ไม่ไปยึดมั่น**

ถ้ามั่น, เข้าใจว่ากรรมเป็นเครื่องนำสัตว์ทั้งปวง ไปสู่การเกิดดี เกิดชั่ว; ถ้าเรา
ทำลายกรรมให้หมดสิ้นได้ เราก็นิพพาน ไม่ต้องเกิดดีเกิดชั่ว.

อริยมรรคมีองค์ ๘ นี้แหละ เป็นกรรมที่ ๓ ที่จะทำกรรมดีและ
กรรมชั่วให้หมดไป. รู้เรื่องกรรมที่ ๓ กันเสียบ้าง อย่างรู้เรื่องแต่กรรมดี กรรมชั่ว
อย่างเดียว.

กรรมที่ ๑ คือ ความชั่ว นำไปสู่ทุกข์ มีอบาย ทุกคติ วินิบาต.

กรรมที่ ๒ คือ กรรมดี นำไปสู่สุคติโลกสวรรค์; แต่ไม่นำไปนิพพาน

ส่วน กรรมที่ ๓ คือ อริยมรรค เป็นกรรมไม่ดำไม่ขาว เป็นกรรม
ไม่ดีไม่ชั่วนี้ นำไปสู่พระนิพพาน, เป็นการทำลายความหมุนเวียนของวัฏฏ-
สงสารให้สิ้นสุดลง.

นี่ก็เป็นลักษณะของสัมมาทิฐิในเรื่องกรรม. มีความเข้าใจถูกใน
เรื่องสามัญลักษณะ, เรื่องกรรม, เรื่องอริยสัจจ์ เป็นต้น เหล่านี้แล้ว ก็เรียกว่า
มีสัมมาทิฐิอย่างครบถ้วน เป็นองค์อันหนึ่ง.

ที่นี้ก็มาถึงสัมมาสังกัปปไป ซึ่งเป็น องค์ที่ ๒ นี้ ต้องมีมากเท่ากับ
สัมมาทิฐิเสมอไป สัมมาทิฐิเห็นชอบเท่าไร; ความปรารถนาใฝ่ฝันก็ต้อง
ชอบเท่านั้น. มองเห็นทุกข์โทษในวัฏฏสงสารเท่าไร; ความดำริในอันที่จะ
ไม่พยายาบท เบียดเบียน ก็เป็นไปเท่านั้น; เรียกว่ามีกำลังเท่ากัน แม้มี
หน้าที่ต่างกัน. ขอให้ มีสัมมาทิฐิให้มาก ๆ เกิด สัมมาสังกัปปไปก็จะมีมากขึ้น
ไปตามกำลังของสัมมาทิฐิ ก็มีกำลังแรงในอันที่จะทำความไม่ลุ่มหลงในกาม ไม่

พยายามและไม่เบียดเบียน ซึ่งเป็นความหมายสำคัญของความใฝ่ฝัน หรือสัมมาสังกัปปไปในที่นี้.

องค์ที่ ๓ สัมมาวาจา การพูดจาชอบนั้น ไม่ได้หมายแต่เพียงการพูดจาที่ปากอย่างเดียว แต่หมายถึงจิตใจด้วย; หมายความว่า การพูดนี้ ต้องออกมาจากจิตใจ; เพราะฉะนั้นถ้าใจเต็มไปด้วยสัมมาทิฐิ หรือสัมมาสังกัปปไปแล้ว ปากก็จะพูดผิดไปไม่ได้. ย่อมจะต้องพูดชอบเป็นธรรมดา คือมันจะเว้นคำที่ไม่ควรพูด, พูดแต่คำที่ควรพูด, ไม่มีเรื่องจะพูดหรือควรพูด ก็จะไม่ได้อยู่ได้ ไม่เหมือนกับคนที่ไม่มีสัมมาทิฐิ หรือไม่มีสัมมาวาจา พูดพล่อย พูดตะบัน พูดจนคนอื่นรำคาญ ไม่ได้พูดก็จะอึดอัดตาย อย่างนี้ มันเพราะการที่ไม่มีสัมมาวาจา ซึ่งมีมูลมาจากสัมมาทิฐิ.

คนทั้งหลายเขารำคาญคนพูดมาก ไม่ต้องพูดเท็จ พูดหยาบ พูดน่าเกลียดน่าชังอะไร แต่เพียงแต่พูดมากอย่างเดียวเท่านั้น เขาก็เกลียดเสียแล้ว **ไม่มีใครชอบ**; เพราะฉะนั้น การพูดมากก็ไม่ใช่อริยมรรค. ระมัดระวังอย่าพูดสิ่งที่ไม่จำเป็นจะต้องพูดเลยจะดีกว่า; อย่างน้อยคนเขาก็จะไม่รำคาญอย่างมากมายก็ได้เป็นผู้มีสัมมาวาจา ซึ่งเป็นองค์อันหนึ่งของอริยมรรค คือเราสามารถบังคับกิเลส ที่เป็นเหตุให้พูดมากนักเสียได้. เราบีบบังคับกิเลสไม่ให้มันพ่นออกมาได้ ให้มันตายด้านอยู่ข้างใน ไม่ให้มันพูด; นักพิจารณาจะเห็นว่ามันพูดเกลือกิเลสให้ร่อยหรอไปเพียงไร.

เพราะฉะนั้น สัมมาวาจา ก็ไม่ใช่เรื่องเล็กๆ น้อยๆ ไม่ใช่เรื่องศีลต่ำๆ เดี่ยวๆ แต่มัน เป็นเรื่องพูดเกลือกิเลส ที่เป็นเหตุให้คนพูดมากนักเอง.

พูดมากเกินไปก็ต้องโกหก พูดคำหยาบ พูดส่อเสียด พูดเพ้อเจ้อไปในที่สุด. ฉะนั้น ถ้าผู้ใดจะมีสัมมาวาจาให้ได้จริงๆ ก็จะต้องมีตั้งรกตงารากออกมาจาก สัมมาทิฐิด้วยเหมือนกัน; คือต้องคิดให้มาก ต้องเห็นให้มาก แล้วมันก็จะ ประหยัดปาก ประหยัดคอ ประหยัดถ้อยคำได้ เป็นสัมมาวาจาแน่.

องค์ที่ ๔ คือสัมมากัมมันโต ทำการงานชอบ หรือการกระทำชอบ นั้น ก็คล้ายๆ กันกับการพูด หากแต่ว่าเป็นการทำ. คนบางคนขยันทำ แต่ มันทำไม่ถูก มันทำชนิดที่ไม่เป็นเรื่องเป็นราว ไม่เป็นชิ้นเป็นอัน ไม่เป็น สาระแก่นสาร. เราก็เห็นคนพวกนี้ มีอยู่มากมายในโลกนี้ และไม่สำเร็จ ประโยชน์อะไร; เพราะไม่มีมูลมาจากสัมมาทิฐิว่าอะไรควรทำ, อะไร ไม่ควรทำ, และสิ่งที่ควรทำนั้น จะต้องทำอย่างไร, และทำเพื่อประโยชน์อะไร, เขาไม่คิดเห็นอย่างนี้เลย ก็ทำไปอย่างหลับหูหลับตา ทำเพื่อๆ ไปตามที่เขาเล่าลือ กัน ทำไปตามที่เขาเชิด เขาหลอก เขาหลง เขาทำให้ตื่นข่าวเล่าลือ ดังนั้น เป็นต้น.

เราจะต้องสร้าง สัมมาทิฐิเป็นรกรากของสัมมากัมมันโต ด้วย เช่นเดียวกัน มีการคิดนึกพิจารณาทบทวนสอบสวนอย่างชัดเจนแจ่มแจ้งอยู่เสมอ ไป; ให้การกระทำของเราเป็นสัมมากัมมันโตให้จงได้ ไม่ใช่เพียงแค่ไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ลักทรัพย์ เป็นต้น. เราจะต้องทำอะไรให้ดีกว่านั้น, คือว่าไม่ฆ่าสัตว์แล้ว ก็ยังจะต้องมีเมตตากรุณา, ไม่ลักทรัพย์แล้ว ก็ยังจะต้องเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่, หรือสร้างสิ่งซึ่งเป็นสาธารณประโยชน์เหล่านั้น เป็นต้น. ซึ่งมันตรงกันข้ามกับ กิเลสที่เป็นเหตุให้ทำผิด.

เราจะทำถูก ทำสิ่งที่ควรทำให้มากเสมอไป แล้วจะต้องไม่ทำเพื่อ ตน ด้วย ขอให้จำไว้ให้มั่นคง. อย่าทำเพราะเห็นแก่ตน หรือทำเพราะเห็น

แก่เกียรติยศของตน ถ้าทำอย่างนั้นมันจะได้อะไรน้อยเกินไป คือมันจะได้แต่ผลตอบแทนหรือเป็นเกียรติยศแก่ตน แล้วมันไม่ได้นิพพาน; เพราะมันไปหลงเอาของของตน หรือเอาเกียรติยศแก่ตน เสียหมด ไม่ได้ทำไปเพื่อพระนิพพาน.

การกระทำของเราจะเป็นการรักษาศีลหรือ การกระทำอะไรก็ตาม เราจะต้องหวังเอาความดับทุกข์สิ้นเชิง ที่เราเรียกกันว่า นิพพาน; ไม่ใช่ทำเพื่อแลกชื่อเสียงเอาหน้าเอาตา หรือไม่ใช่ทำเพื่อเอาสวรรค์วิมานอะไรที่ไหน แต่จะทำเพื่อนิพพาน คือทำเพื่อขุดเกลากิเลสให้ร่อยหรอหมดไป สิ้นไปจนหมดกิเลสและหมดทุกข์. เราได้ความหมดทุกข์อย่างนี้; มันสูง มันประเสริฐดีกว่าได้ชื่อได้เสียง ได้เงินได้ทอง อย่างนั้นจึงจะเรียกว่า ได้มากสมกัน.

ถ้าหากว่าเพียงแต่ได้ชื่อเสียง เงินทองเหล่านี้ มันก็ได้น้อยเกินไป คือได้แค่ชื่อเสียง เงินทองเหล่านี้, แล้วก็ไม่ได้การกำจัดกิเลสที่เป็นไปเพื่อนิพพาน.

อย่างว่าเราจะเสียสละที่ดินสักผืนหนึ่ง ให้คนเขาเดินสะดวกสบายกันวันหนึ่งตั้งร้อยคนหมื่นคน. เราคงจะเสียที่ปลูกข้าวไปสักแถวหนึ่งเท่านั้น แล้วมันจะสักกี่หนานี่ถึง; แต่ว่าถ้าเราเสียสละส่วนนั้นออกไป มันก็เสียสละกิเลสที่ทวงเหนงของเราออกไปได้ นั่นมัน เป็นไปเพื่อนิพพาน แล้วมันยังทำให้คนตั้งหมื่นตั้งพัน ที่เดิน ได้รับความสะดวกสบายนั้น พลอยได้รับประโยชน์สุขไปด้วย, มากกว่าที่เราจะได้ข้าวเปลือกเพียง ๒-๓ ทะนาน หรือเพิ่มขึ้นตั้งหนึ่ง เพราะเราไม่ยอมให้เนื้อที่นาของเราเสียไปในการทำทางเดิน.

ลองไปคิดดูกันให้มากในข้อนี้ ว่าอะไรเป็นการขาดทุน หรือได้กำไรกันแน่. นี่แหละเป็นการแสดงในข้อที่ว่า การได้ชนิดที่มาเป็นของตน หรือเพื่อตนนั้น ไม่เป็นการกระทำชนิดที่เป็นสัมมากัมมันโตด้วย. ต่อเมื่อการกระทำนั้นเป็นไปเพื่อชดเชยกลับตน ชดเชยของของตนด้วย จึงจะเป็นการสัมมากัมมันโต.

อย่าเข้าใจแต่เพียงว่าไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ลักทรัพย์ แล้วก็สัมมากัมมันโต; ถ้าทำไปเพื่อเห็นแก่ตนแล้ว มันก็มีตัวมันที่หนาเปอะปะอยู่นั่นเอง มันไม่เป็นที่ไปเพื่อพระนิพพานได้. เราจะทำอะไรในทางกาย ก็ต้องให้เป็นไปเพื่อทำลายความเห็นแก่ตน.

การทำงานชอบ พระพุทธองค์ ไม่ได้ทรงหมายถึงการหาทรัพย์มาใส่ตน หาชื่อเสียงมาใส่ตน แต่ทรงหมายถึงให้กระทำทางกายนี้ เป็นไปเพื่อชดเชยกลับของตน; ไม่ฆ่าสัตว์ ก็เพื่อชดเชยกลับของตน ไม่ลักทรัพย์ ก็เพื่อชดเชยกลับของตน ไม่ประพฤติดีในกาม ไม่อะไรต่างๆ ก็เพื่อชดเชยกลับของตน; ไม่ใช่เพื่อให้ได้อะไรมาใส่ตน ให้มากขึ้น ให้หนาขึ้น ให้รุ่งเรืองยิ่งขึ้น. ควรจะเข้าใจคำว่า สัมมากัมมันโต เสียให้ดี ให้ถูกให้ต้องเป็นลำดับขึ้นไปดังนี้.

องค์ที่ ๕ สัมมาอาชีโว ถัดไปนั้น หมายถึงการดำรงชีวิต เลี้ยงชีวิตหาเลี้ยงชีวิตอยู่อย่างชอบ : จะเป็นการหาмаกดี, การเก็บไว้บริโภคดี, การบริโภคดี ล้วนแต่จะต้องเป็นไปเพื่อความชอบธรรม และถูกต้อง; เพราะว่าถ้าเห็นแก่ปาก แก่ท้องถึงขนาดที่ทำอะไรผิดๆแล้ว เรียกว่ายังมีธุลีในดวงตาหนาเกินไป, มีฝุ่นมีทรายเข้าตาเต็มอยู่เสมอ, แล้วจะมองเห็นอะไรได้.

พระพุทธเจ้าท่านต้องการอัปปรักขชาติกา คือสัตว์ที่มีรูปในดวงตาแต่เล็กน้อย คือไม่เห็นแก่ปากแก่ท้อง ทำผิดไปตั้งแต่เรื่องปากเรื่องท้อง. เขาจะต้องทำถูกไปตั้งแต่เรื่องปากเรื่องท้อง จึงจะทำให้เรื่องอื่น ๆ เป็นไป อย่างดีได้. ว่าที่จริงเรื่องปากเรื่องท้องนี้ เป็นเรื่องสำคัญเรื่องหนึ่งเหมือนกัน เพราะว่าสัตว์ทั้งหลายทั้งปวง ตั้งอยู่ได้ด้วยอาหาร ; แต่มันต้องตั้งอยู่ด้วยอาหารที่ชอบธรรม ด้วยกิริยาอาการที่ชอบธรรม, คือเป็นไปตามทำนองคลองธรรม, คือเป็นไปในทางที่จะขุดเกลากิเลสให้เบาบางลงไปในนั่นเอง.

เพราะเหตุฉะนั้นแหละ การหาเลี้ยงชีพ ของเรานั้น จะต้องเป็นไปเพื่อการขุดเกลากิเลส ด้วย, จะต้องหาเลี้ยงชีพโดยวิธีที่เป็นการขุดเกลากิเลสของเราไปในตัว. อย่าหาเลี้ยงชีพไปในทางที่มันจะเพิ่มพูนกิเลสให้แก่เรา; แม้ว่า การหาเลี้ยงชีพนั้น คนทั้งหลายเขาจะถือกันว่า สุจริตดีแล้ว เราจะต้องมีสัมมาอาชีวะกำกับอยู่เสมอ ให้การหาเลี้ยงปากเลี้ยงท้องของเรานี้ เป็นไปแต่ในทำนองที่จะขุดเกลากิเลส, คือให้ความทุกข์น้อยลงไป.

เราจะย้ำบอกกันไปถึงไหน ในการที่จะหาความทุกข์เพิ่มให้มากขึ้น ด้วยการบำรุงบำเรอปากท้องนั้นจนเกินขอบเขต. เมื่อมันจะมี หรือเมื่อมันมีพอที่จะให้เป็นอยู่โดยสงบสุขแล้ว, มันก็ไม่ควรจะต้องลำบาก เรื่องปากเรื่องท้องให้มากเกินไปกว่านั้น จนหมดเวลาที่จะมาสนใจเรื่องความสงบ หรือเรื่องของพระนิพพาน.

จงพิจารณาดูให้ดีเถิดว่า คนที่หน้ามืด หลงใหลแต่เรื่องปากเรื่องท้อง เรื่องทรัพย์สินสมบัติ ไม่มีเวลามาสงใจเรื่องของพระพุทธเจ้า นั้น เพราะเหตุ

อะไรกัน? ตั้งแต่เกิดจนตาย จมอยู่แต่เรื่องเงิน เรื่องของ เรื่องทอง เรื่องปาก เรื่องท้อง; ไม่เคยลืมหูลืมตาต่อเรื่องพระพุทธรเจ้า; นี่ไม่ใช่ว่าเพราะเวลานั้นไม่พอ เวลานั้นมีมากพอ แต่ว่าเขาไม่สมัคร, สมัครตกอยู่ใต้อำนาจของความเห็นแก่ปากแก่ท้อง เห็นแก่เงินแก่ทอง เห็นแก่ทรัพย์สินสมบัติทางวัตถุ ทางเนื้อทางหนัง อย่างไม่ลืมหูลืมตา. นี่แหละคือบุคคลที่มีธุลีไฟผ้าในดวงตาเต็มที, ไม่สามารถจะเข้าใจธรรมะของพระพุทธรเจ้าได้; ที่มีอยู่เป็นอันมากในโลกนี้ ที่ทำให้พระพุทธรเจ้าทอดถอนใจแรก ที่ว่าไม่คิดจะแสดงธรรมเสียแล้ว; เพราะมันเป็นที่เข้าใจยากสำหรับคนทั่วไป, เราไม่ควรจะอยู่ในจำนวนของคนพวกนั้นเลย.

เราควรจะอยู่ในจำนวนของพวกที่มีธุลีในดวงตาแต่เพียงเล็กน้อย ไม่หลงเรื่องปากเรื่องท้อง จนเอามาเป็นอุปสรรคกีดขวางเรื่องของความดับทุกข์คือพระนิพพาน; เมื่อถือหลักได้อย่างนี้จึงจะเรียกว่ามีสัมมาอาชีโวอย่างถูกต้องตามทำนองคลองธรรมของสัมมาทิฐิ. พุทธสัน ๆ ว่า ให้เรื่องทำมาหากินของเราเนี่ยแหละ กลายเป็นเรื่องซุกเกลากิเลสของเราร่วมกันไปในตัว จึงจะชื่อว่าสัมมาอาชีโว; เพราะเหตุว่ามีสัมมาทิฐิ คือความเข้าใจถูกต้องเป็นรากเป็นรากอยู่ภายใต้ อยู่เบื้องล่างของสัมมาอาชีโวนั่นเอง.

องค์ที่ ๖ สัมมาวาจาโม ความปากเพียรชอบ หมายความว่าสิ่งต่าง ๆ ไม่อาจจะทำเสร็จได้ในคราวเดียว ในวันเดียว. การเดินทางสายกลางตรงแนวไปพระนิพพานนั้นก็เหมือนกันไม่สำเร็จได้ด้วยการทำเพียงครั้งเดียว ขึ้นเดียว ตอนเดียว; แต่จะต้องทำเรื่อยไป พยายามให้ก้าวหน้าเจริญรุ่งเรือง งอกงาม จนถึงผล คือมรรค ผล; เหมือนกับเราปลูกต้นไม้ เราก็ต้องระมัดระวังรักษา จนเป็นออกดอกออกผล. การปฏิบัติธรรมะนี้ก็เหมือนกัน จะต้องตั้งต้น

ปฏิบัติดำเนินไป มีการระมัดระวังรักษาเรื่อยไป จนกว่าจะออกดอกออกผล เป็นมรรค ผล นิพพานขึ้นมา. นี่เรียกว่า เอาใจใส่พยายามพากเพียร ให้เกิด ความเจริญก้าวหน้าแก่องค์มรรคทั้ง ๘ องค์ นี่เรื่อย ๆ ไป.

องค์ที่ ๗ สัมมาสติ นั้น จะต้องมีความรำลึก สำนึก ควบคุม ตน หรือจะเรียกว่า เบญจขันธ์ที่ประกอบอยู่ด้วยอุปาทาน นี้ ให้ดำเนินไปแต่ใน ทางที่จะถ่ายถอนอุปาทานอยู่เรื่อยไป. จะต้องรำลึกนึกให้ได้ตั้งแต่เบื้องต้น แล้วควบคุมมันไปตลอดสายตลอดเวลา ให้ถูก แล้วก็ถูกเรื่อยไป ไม่มีทางที่จะ กลับผิดได้. และเป็นผู้ไม่ประมาท ก็คือไม่หลงอยู่ในวิภวสงสาร; จมอยู่ แต่ในเรื่องของวัตถุ, จมอยู่แต่ในเรื่องของสิ่งของเงินทองในโลกนี้ อย่างไม่ลืมหูลืมตา. นั่นเรียกว่า หลับตา ประมาท ตาย อยู่ทีนั้น, ไม่เคยลืมหูลืมตา หรือลุก ขึ้นเดินเลย.

จะต้องลืมหูลืมตาขึ้น ในท่ามกลางสิ่งเหล่านั้น แล้วลุกขึ้นเดินออกมาจาก สิ่งเหล่านั้น. นี่เรียกว่าไม่ประมาท ไม่นอนจมอยู่ในความหลงไหลมัวเมา แล้วก็สำรวจตนเดินต่อไปเรื่อย ๆ ไป ด้วยความระมัดระวังอันนี้ จนกว่าจะถึงที่สุด. นี่เราเรียกว่า สติที่ทำความตื่น เหมือนกับลืมหูลืมตาขึ้นมา ไม่หลับอยู่อีกต่อไป, แล้วก็เดินต่อไปอย่างลืมหูลืมตา; หมายความว่าลืมหูลืมตาจากนอน, แล้วก็ลืมหูลืมตา เดินต่อไป, ด้วยมองเห็นจุดหมายปลายทางที่ถูกต้อง; แล้วเดินไปจนถึงจุดหมาย ปลายทางอันนั้น ข้อปฏิบัติในสติปัฏฐานทั้งปวง มีลักษณะอย่างนี้ทั้งนั้น. ขอให้ ไปพิจารณาดู รวมความแล้วนี่ก็คือสัมมาสติ.

องค์ที่ ๘ สัมมาสมาธิ ข้อสุดท้ายนั้น หมายถึง การมีกำลังใจ, มีกำลังของจิตอย่างหนักแน่นมั่นคง, มีอำนาจที่จะทำให้สำเร็จประโยชน์, คือมีน้ำหนักที่จะฟันฝ่าสิ่งต่างๆ หรือตัดทอนสิ่งต่างๆ หรือทำลายล้างสิ่งต่างๆ จะเรียกว่า กำลัง หรืออำนาจ หรือน้ำหนัก หรืออะไรก็สุดแท้ ของจิตนั้น; ที่จะต้องอบรมให้มีมาก จนถึงกับจะเหวี่ยงกิเลสให้กระจัดกระจายสูญหายไป. หรือจะสามารถแผดเผากิเลส ให้ไหมวอดวายเป็นจุณไป หรือจะชำระชะล้างกิเลส ให้หมดความสกปรกเศร้าหมองไป แล้วแต่เราจะเรียก. แต่รวมความแล้วก็ต้องให้มีกำลังเพียงพอ; ถ้ามีกำลังไม่เพียงพอ มันไม่สำเร็จประโยชน์อะไร.

เหมือนว่าน้ำนิดเดียว จะเอาไปดับไฟกองใหญ่ได้อย่างไร? ทุ้มๆ ที่น้ำมันสามารถดับไฟ ใครๆ ก็รู้น้ำนี้อาจจะดับไฟได้; แต่ถ้ามันไม่มีกำลังพอกันแล้ว มันก็ดับไม่ได้. อย่างนี้เป็นตัวอย่างที่แสดงให้เห็น ว่าสิ่งนั้นแม้จะมีหน้าที่ หรือมีอำนาจ มีคุณสมบัติ ที่จะทำหน้าที่อย่างนั้นแล้ว แต่ถ้ามัน ไม่มีกำลังเพียงพอ มันก็ทำไม่ได้.

เหมือนกับเรามีความรู้จะทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง; แต่ถ้าเราไม่มีแรง แล้วเราจะทำอะไรได้; ก็ต้องมีกำลังกาย กำลังความคิด หรือแรงอย่างใดอย่างหนึ่งมาด้วย จึงจะสามารถทำได้.

การจะเดินทางไปสู่พระนิพพานนั้นก็เหมือนกัน เรามีความรู้ความเห็น ความเข้าใจ ความประพฤติ การกระทำอะไรต่างๆ ครบก็จริง; แต่ถ้าเราไม่มีกำลัง สิ่งเหล่านั้นก็หยุดชะงักไปด้วย. เราจะต้องมีกำลังที่จะผลักดันสิ่งเหล่านั้นให้เป็นไปตามเรื่อง ตามทำนอง หรือว่าตามหน้าที่ของสิ่งนั้นๆ. เราจะต้อง

อบรมบมสมาธิ คือกำลังจิต ให้มีมากพอในการที่จะให้องค์มรรคอีก ๗ องค์นั้น เดินไปได้; เมื่อกำลังแห่ง **สัมมาสมาธิ** เข้าผลักไธแล้ว, **เข้าค้ำจนแล้ว** **สัมมาทวิริ** สัมมาสังกัปโป **สัมมาวาจา** สัมมากัมมันโต **สัมมาอาชีโว** **สัมมาวายาโม** **สัมมาสติ** ก็จะเป็นไปอย่างเพียงพอ, จะเป็นไปอย่างเข้มแข็งแกล้งกล้าในหน้าที่ของตน.

....

....

....

....

เป็นอันว่าเมื่อเรามีองค์แห่งมรรคทั้ง ๘ องค์ครบถ้วน โดยความหมายอย่างนี้แล้ว เราสามารถเดินไปตามทางสายกลางไม่วอกไม่เวียน ตรงแนวไปสู่ที่สุดทุกขได้. พุทกัมใหม่อีกครั้งหนึ่งสำหรับคนที่ไม่คุ้นเคยกับธรรมะชั้นสูงหรือภาษาบาลี ก็จะมีพูดว่า ทุกคนจะต้องระมัดระวังให้การเป็นอยู่ของตน หรือชีวิตชีวาของตนนี้ ประกอบอยู่ด้วยองค์ ๘ ประการ คือ:-

มี**ความรู้ความเข้าใจ**ที่ถูกต้อง แล้วก็**เลือกปรารถนา**ให้พ้นไปให้ถูกต้องตามความรู้ ความเข้าใจนั้น.

ระมัดระวัง **การพูดจา**ให้ถูกต้อง, **การทำงาน**ให้ถูกต้อง, **การเลี้ยงชีวิต**ให้ถูกต้อง คือให้ทั้ง ๓ อย่างนี้ เป็นไปเพื่อความสงบ ทั้งส่วนตัวเองและผู้อื่น เป็นไปเพื่อจะขุดเกลาคความเห็นแก่ตัวให้หมดไป ๆ ตามลำดับ.

แล้วก็**มีความพากเพียร** อย่างนั้นให้ยิ่งขึ้นไป แล้วก็จะมี **การควบคุมตัวเอง** เรียกว่าไม่ลืมตน ให้สำนึกตนอยู่ได้ เหมือนกับว่า เราไม่ยอมหลับตา เราจะไม่ลืมตาแจ่วอยู่เสมอ เห็นอะไรเป็นอะไร ตามที่เป็นจริงอย่างถูกต้องอยู่เสมอ

ดังนี้ แล้วก็ **มีสัมมาสมาธิ** ข้อสุดท้าย คือ **สร้างกำลังใจในการที่จะทำสิ่งเหล่านั้นไว้ให้มากพออยู่เสมอ**; อบรมจิตใจของตน ประคับประคองจิตใจของตน ให้อยู่ในลักษณะที่เข้มแข็ง แจ่มใส สดชื่นอยู่เสมอ. อย่าให้มีเศร้าสorrow ละห้อย ละเหี่ยว หรืออย่าให้มีกำเริบเสิบสานฟุ้งซ่านเกินประมาณไปได้; แต่ให้อยู่ในลักษณะที่พอเหมาะพอดี คล่องแคล่วต่อการที่จะกระทำการงาน ทั้งทางร่างกาย และทางจิตใจ นี่เป็นองค์สำคัญและเป็นองค์สุดท้าย.

เมื่อเป็นอยู่ได้อย่างนี้แล้ว ก็จะได้เรียกว่า เป็นอยู่ชอบ ด้วยกันทั้งนั้น. เป็นอยู่ชอบชนิดที่อยู่ในโลกนี้ก็ไม่มีความทุกข์, หรือว่าต้องการจะออกไปจากโลกนี้ ก็ออกได้ ชนิดที่เรียกว่าจะทำให้โลกนี้ไม่ว่างจากพระอรหันต์อยู่นั่นเอง. พึงดูให้ดีแล้ว ก็จะเข้าใจได้ด้วยตนเองว่า พระอรหันต์ ก็มีได้หมายความว่าอยู่ที่ไหน ไกลออกไปจากโลกนี้ ที่แท้ก็มีอยู่ในโลกนี้; จึงพูดว่า ทำโลกนี้ไม่ให้ว่างจากพระอรหันต์ หรือทำโลกนี้ให้กลายเป็นโลกของพระอรหันต์ไปเสีย ก็คือให้มีจิตใจอยู่เหนือโลก.

อย่าจมอยู่ในโลก, หลงใหลอยู่แต่ในเรื่องของโลก ไม่ลืมหัด ไม่มีสรวาง จนกระทั่งเฝ้าเข้าโลงไป, เกิดมามีแต่เป็นทาสการงาน เป็นทาสเงินทอง เป็นทาสลูกหลาน จนกระทั่งเฝ้าเข้าโลงไป ตั้งแต่เกิดจนตาย, ไม่เคยพบอะไรดีกว่านี้ ตั้งแต่เกิดจนตาย ไม่เคยลืมหัดเลย มันหลับตาอยู่เรื่อย; เหมือนกะสัตว์อะไร ชนิดหนึ่ง ซึ่งไม่เคยลืมหัดเลย หลับตาเกิดมา หลับตาเป็นอยู่ หลับตาเข้าโลงไป. คนอย่างนี้ จะทำอะไรสักทีมาน้อย ขอให้ลองนึกดู. เขาได้รับประโยชน์อะไรจากการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้าบ้าง? ก็ขอให้ลองนึกดู เสียทีที่เกิดมาเป็นมนุษย์ และพบพระพุทธศาสนาหรือไม่? ขอให้ลองนึกดู.

ถ้าเกิดมาหลับตา เป็นตัวเต่า ตัวตุ่น จนกระทั่งเน่าเข้าโลงไปตั้งน
 ธรรมจักรของพระพุทธเจ้าจะมีประโยชน์อะไร? จะส่องแสงแก่บุคคลชนิดนี้ได้
 เท่าไร? เขาจะเป็นเหมือนจวกัดกั๊กแกง หรือเป็นเหมือนกบใต้กอบัว สักมาน้อย
 เท่าไร? ขอให้ลองคิดดู.

ขอให้การอย่างนี้อ่าได้มาเป็นแก่เราเลย เราประกาศตัวเราเป็น
 พุทธบริษัท เราสวดสรรเสริญคุณพระพุทธเจ้า, สวดสรรเสริญคุณการตรัสรู้
 ของพระพุทธเจ้า, สวดสรรเสริญคุณของพระสงฆ์ผู้ปฏิบัติตามการตรัสรู้ของพระ-
 พุทธเจ้า อยู่หยกๆเมื่อตะกั๊ว และตลอดเวลาที่เดียว; แล้วเราจะมาหลับหู
 หลับตา ไม่รู้ว่าสิ่งที่ดีที่สุดในมนุษย์ควรจะได้ นั่นคืออะไรดังนี้ ได้อย่างไรกันเล่า?
 เราเกิดมาเพื่ออะไร? ควรจะลืมาดูบ้าง ว่าเกิดมาเพื่ออะไร? เกิดมาเพื่อเห็น
 แก่เงินแก่ทองจนเน่าเข้าโลงไป หรือว่าเกิดมานี้ควรจะได้พบความสะอาด สว่าง
 สงบ ของจิตใจบ้าง ซึ่งมีมันเป็นผลที่ประณีตสุขุม น่าชื่นอกชื่นใจ ยิ่งกว่าที่เงิน
 ทองข้าวของจะให้ได้.

และอีกประการหนึ่งนั้น ถ้าเราไม่มีธรรมะของพระพุทธเจ้าในข้อนี้
 แล้ว ยังมีเงินมากเท่าไร มันจะยังเป็นไฟสุมหัวเรามากเท่านั้น. ถ้าเราไม่มี
 ธรรมะของพระพุทธเจ้ามาช่วยคุ้มครองแล้ว; สิ่งที่เรามีๆนั้นแหละมันจะ
 แผลดเผาเรา, จะเผาผลาญเรา, จะฝังเราทั้งเป็นให้จมอยู่ในนรกทั้งเป็น, จน
 กระทั่งเน่าเข้าโลงไป.

แต่ถ้าเรามีธรรมะของพระพุทธเจ้า เข้ามาเป็นที่พึ่งแล้ว ไม่มีอะไร
 มาทำให้เราเป็นทุกข์ได้ เงินทอง ข้าวของ ทรัพย์สินสมบัติ ลูกหลาน บุตร ภรรยา

อะไรก็ไม่ทำให้เราเป็นทุกข์ได้; ยิ่งมีอะไร ก็ยิ่งมีมาเป็นบ่าว เป็นทาสของเรา ไม่ใช่มาเป็นนายของเรา. เพราะฉะนั้น ระวังให้ดีในการที่เราจะมีอะไร ๆ อย่างเป็นบ่าวเป็นทาสของเรานั้น. เราต้องฟังอะไร? เราต้องอาศัยอะไร? เราจะมีวัว ควาย ไร่นา ช้างม้า มีอะไรต่าง ๆ ชนิดที่ไม่มาสมอยู่บนหัวของเรา; ในใจของเรานั้นเราจะต้องมีอะไรเป็นเครื่องป้องกัน.

เราจะต้องมีธรรมจักรของพระพุทธเจ้าเป็นเครื่องต่อสู้เป็นเครื่องป้องกัน, ไซ้หรือไม้ไซ้? ถ้าเราไม่มีสิ่งนี้ สิ่งที่เราไม่นั้นแหละ มันเป็นอุปสรรคเป็นศัตรู เป็นไฟริ เป็นคูเวรแก่เรา ทรมานเราทั้งหลายทั้งต้น; ผลสุดท้ายเราก็จะต้องล้มตายเป็นแน่ เข้าโลงไปอย่างตัวเต่า ตัวตุ่น ที่ไม่เคยลืมหัดขึ้นมาในโลกนี้ มุดอยู่แต่ใต้ดิน ไม่เคยเห็นแสงตะวัน ดังนี้.

นี่แหละคืออานิสสัจอันแท้จริง ที่เราจะทำอาสาพหุชา คือศึกษาทำความรู้ ความเข้าใจ ในธรรมจักรของพระพุทธเจ้า; ให้ธรรมจักรของพระพุทธเจ้าเป็นอาวุธอันประเสริฐ ทำลายล้างอุปสรรคศัตรูของเราให้หมดไป. เราจะมี การเป็นอยู่ชอบในโลกนี้, ทำอะไรได้ต่าง ๆ โดยไม่มีความทุกข์เลย. อะไรที่ควรจะมีก็มีได้หมด, อะไรที่ไม่ควรจะมีก็ไม่ต้องมี. อะไรที่มี ๆ ก็จะมีแต่ในทางที่ทำให้เราสงบเย็น, ทำให้เรามีความสะอาด สว่างและสงบ อยู่ทั้งหลับใหล.

ให้ทรัพย์สมบัติ เงินทอง ข้าวของ อะไรต่าง ๆ นั้น มาเป็นเพียงอุปกรณ์ให้เราเป็นอยู่ด้วยความสะอาด สว่าง สงบ; ไม่ใช่ให้มันมาเป็นนายเรา หรือเป็นเครื่องผูกมัดเรา เป็นเครื่องรบกวนเรา ทรมานเรา หรือมาเป็นเครื่อง

ทำให้เราเสียชื่อว่า เป็นคนขี้เหนียว เป็นคนขีตดขีตัง ไม่เสียสละเพื่อประโยชน์ แก่เพื่อนมนุษย์ได้ แม้ในกรณีที่เราควรเสียสละ. นี่เพราะอะไร ไม่ใช่เพราะเรา เป็นบ่าวเป็นทาสมันเกินไปดอกหรือ?

ขอให้ลองคิดดู ว่าสิ่งเหล่านั้น ถ้ามันเป็นนายเรา เราก็กะแยะ; ถ้าเรา เป็นนายมัน มันแหละจึงจะพอดูได้ จึงจะเรียกว่าน่ามีไว้ ในฐานะเป็น เครื่อง อำนาจความสะดวกให้แก่เราในการที่เรามีชีวิตอยู่อย่าง สะอาด สว่าง และสงบ เพราะว่าสามารถดำเนินไปได้ในทางสายกลางของพระพุทธเจ้า คือ *อริยมรรคมีองค์ ๘* ที่ *พระพุทธองค์ตรัสว่า “เป็นสิ่งที่ฉันตรัสรู้เฉพาะด้วยตนเอง ไม่เคยได้ยินได้ฟังมาจากใคร”* ดังนี้. นี่นับว่าเรื่องของ มรรคมีองค์ ๘ ประการนี้ เป็นความสำคัญ อย่างยิ่งเกี่ยวกับมนุษย์เราโดยตรง ทำให้เราเป็นอยู่โดยชอบ และ ทำโลกนี้ ไม่ให้ว่างจากพระอรหันต์.

.....

เรื่องที่ถัดไปอีก ก็คือว่า การดำเนินไปตามองค์ ๘ ประการนี้ ทำให้รู้ *อริยสัจ ๔* อย่างสมบูรณ์, หรือว่าการรู้ *อริยสัจ ๔* อยู่เป็นพื้นฐานนั้น จะต้องมียุอยู่ในมรรคมีองค์ ๘ ประการนี้ ดังนั้นก็.

อริยสัจ ๔ นั้น แสดงให้รู้ตามที่เป็นอย่างจริงว่า ทุกข์นั้นคืออะไร, เหตุให้เกิดทุกข์นั้นคืออะไร, แก้ไขความโง่หลงต่าง ๆ ได้หมดจดสิ้นเชิง. เราไปกลัวสิ่งที่ไม่ใช่ทุกข์ ว่าเป็นทุกข์ไปเสียก็มี ทุกข์ที่แท้จริงที่น่ากลัว เรากลับ ไม่กลัว เราไม่รู้ว่าความเกิดนี้เป็นต้นเหตุของความทุกข์ เราก็นินทาที่จะเกิด อยาก

จะเกิด ทะเยอทะยานที่จะเกิดสร้างสรรค์การเกิดไม่มีที่สุด; แต่ถ้าเรารู้ว่ามีอุปาทานในการเกิดแล้ว เติ้มไปด้วยความทุกข์ เราจะได้หยุดมีอุปาทานในการเกิด คือไม่ยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นสิ่งที่น่าเกิด ไม่มีการยึดมั่นถือมั่นอะไรแล้ว เรียกว่า ไม่มีการเกิด.

อย่างไรว่าเรานั่งอยู่ที่ตรงนี้ ถ้าเราไม่ยึดมั่นถือมั่น ตัวเราว่าเป็นตัวเรา เป็นตัวกู ดั่งนี้แล้ว ตามหลักธรรมชาติถือว่า เราไม่ได้เกิดอยู่. เราอยู่เหนือความเกิดแล้วโดยสิ้นเชิง; แต่ถ้าพูดตามธรรมดา ก็พูดว่า เราเกิดแล้วมานั่งอยู่ที่นี้, เรายังเกิดเป็นคน ยังนั่งอยู่ที่นี้. ถ้าความรู้สึกอย่างนี้ยังมีอยู่ ก็หมายความว่า การเกิดของเรายังมีอยู่; แล้วเราก็จะต้องกลัวตาย, แล้วเราก็จะต้องมีปัญหาเรื่องไม่ได้ ตามที่เราต้องการ มันก็เป็นทุกข์ และเนื่องมาจากความเกิดนั่นเอง.

เรามีความยึดถือทุกสิ่งทุกอย่างที่น่ายึดถือ อย่างนี้เรียกว่า ความทุกข์ ทั้งปวงเกิดมาจากความยึดถือ : จะยึดถือในรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณก็ตาม, จะยึดถือในรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ธรรมารมณ์ก็ตาม, หรือจะยึดถือในสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ซึ่งเป็นที่ตั้งแห่งความยึดถือข้ออื่นก็ตาม, ล้วนแต่เป็นผลให้เกิดความเกิดขึ้นมาทันที คือเกิดเป็นความรู้สึกว่าเราต้องการนั้น ต้องการนี้ แล้วก็เป็นทุกข์ เพราะความต้องการนั้น. แต่ถ้าอย่าไปหลงยึดถือในสิ่งเหล่านั้น ความรู้สึกที่เราก็ไม่มีความรู้สึกที่เราต้องการนั้น ต้องการนี้ ก็ไม่มีเป็นจิตที่ยังคงวางอยู่ตามเดิม; อย่างนี้เรียกว่ายังไม่มีการเกิด, ยังไม่มีการเกิด ก็ไม่มีความทุกข์. ถ้าลงได้เกิดขึ้นมาแล้วเป็นต้องทุกข์แน่ ๆ.

การเกิดนี้ต้องอาศัยอุปาทาน; ฉะนั้น ถ้าจัดอุปาทานเสียเท่านั้น การเกิดก็ไม่มี. แม้จะนั่งอยู่ที่นี้ตั้งหลายสิบคน ถ้าไม่มีอุปาทานในตัวตนแล้ว

เรียกว่า ไม่มีการเกิด ; ไม่ต้องพูดถึงจะต้องเกิดข้างหน้า, หรือว่าเกิดที่ไม่รู้ไม่เห็น ที่เห็นกันอยู่หยก ๆ นั่งกันอยู่ตรงนั้นแหละ ลองละอุปาทานเสียให้ได้เท่านั้น หมดความยึดถือว่าตัวเราว่าของเราเสียให้ได้เท่านั้น ความเกิดก็จะสูญหายไป ดับหายไปทันที.

เหมือนกับที่ **พระพุทธเจ้าท่านตรัสว่า การเกิดนี้เป็นการเกิดครั้งสุดท้าย ;** หมายความว่า การตรัสรู้นั้นเป็นการเกิดแห่งญาณ ถึงที่สุด. รู้ว่ายังหลงด้วยอุปาทานเพียงใดแล้ว ก็ยังมีการเกิดอยู่เพียงนั้น ; หมดอุปาทานลงไปเมื่อไร ก็หมดการเกิดเพียงนั้น. เพราะฉะนั้น การเกิดหมดไปเมื่อหมดอุปาทาน, ความเกิดขึ้นสุดลง เมื่ออุปาทานสิ้นสุดลง. การตรัสรู้นั้นก็คือการสิ้นสุดของอุปาทานด้วยเหมือนกัน ; เพราะฉะนั้นพระองค์จึงตรัสว่า **อภินิเวชาติ - การเกิดนี้เป็นการเกิดครั้งสุดท้าย.**

อย่างนี้ไม่ได้หมายความว่า เกิดโดยร่างกายจากท้องแม่ครั้งสุดท้าย ; ไม่ใช่. การเกิดของจิต ที่ยึดถือด้วยอุปาทานครั้งสุดท้ายเท่านั้น ซึ่งเราสามารถจะทำให้มีได้ ในภพหรือว่าในชาติ ในปัจจุบันทันตาเห็นนี้ ได้ด้วยกันทุกคน, ประจักษ์ชัดแก่ปัญญาของเราได้ ในเมื่อเราสามารถทำให้อุปาทานความยึดมั่นถือมั่นนั้นสิ้นไป. อย่างนี้แหละจึงจะชื่อว่ารู้จักความเกิดและความสิ้นสุดของความเกิด, เป็นการ รู้วิสัยจัจ ๔ อย่างแท้จริง. **ความเกิดก็คือทุกข์, ความไม่เกิดก็คือความไม่ทุกข์.**

เรื่องอริยสัจจนั้นจะพูดเป็นความทุกข์ก็ได้ จะพูดเป็นความเกิดก็ได้ จะพูดเป็นเรื่องราวโลกก็ได้ : โลก, เหตุให้เกิดโลก, ความดับสนิทของ

โลก, หนทางให้ถึงความดับสันนิทสน์ของโลก, ดังนั้นก็ได้ หรือจะพูดว่า ความเกิด
มูลเหตุให้เกิดความเกิด, แล้วก็ความไม่เกิด, แล้วก็ทางให้ถึงความไม่เกิด, ดังนั้นก็ได้.
หรือจะพูดว่า อาสวะ : มูลเหตุให้เกิดอาสวะ, ความดับสันนิทสน์ของอาสวะ, ทางให้ถึง
ความดับสันนิทสน์ของอาสวะ, ดังนั้นก็ได้.

จะพูดอย่างไร ก็เป็นเรื่องของอริยสัจจ์ทั้งนั้น คือจะแสดงเรื่อง ๔
เรื่องเสมอไป : เรื่องที่หนึ่ง ก็คือ ทุกข์ เรื่องที่ ๒ ก็คือ เหตุให้เกิดทุกข์
เรื่องที่ ๓ ก็คือ ความไม่ทุกข์ ความดับทุกข์ได้สันติสุข และ เรื่องที่ ๔ ก็คือ
วิธีทำให้มันดับทุกข์ได้สันติสุข. นี้เรียกว่าเรื่องอริยสัจจ์. การรู้เรื่อง ๔ เรื่องนี้
เรียกว่า รู้เรื่องที่ควรรู้ถึงที่สุด ซึ่งถ้าใครรู้สมบูรณ์แล้ว คนนั้นเป็นพระพุทธรเจ้า.
ถ้าใครรู้ได้ด้วยลำพังตนเอง ก็เรียกว่าสัมมาสัมพุทธรเจ้า พระองค์ประกาศว่า
เป็นสัมมาสัมพุทธรเจ้า เพราะรู้อริยสัจจ์ ๔ นี้ โดยลักษณะสมบูรณ์ คือ
เรียกว่ามี ปรีวัฏฐ์ ๓ มีอาการ ๑๒.

ปรีวัฏฐ์ ๓ ก็หมายถึงรู้ว่า นี่เป็นอย่างนี้, นี่จะต้องทำอย่างไร,
และนี่ ทำเสร็จแล้วหรือยัง. เช่น เรื่องทุกข์ ก็ต้องรู้ว่า มันเป็นอย่างนี้ ๆ
มันต้องรู้, และรู้แล้ว. เรื่อง เหตุให้เกิดทุกข์ นั้น รู้ว่ามันเป็นอย่างนี้ ๆ ; เรื่อง
นี้ ต้องละเสีย และละได้แล้ว. เรื่อง ความดับทุกข์ นั้น รู้ว่ามันเป็นอย่างนี้ ๆ
และเรื่องนี้ ต้องทำให้แจ้งออกมา, และก็ได้ทำให้แจ้งแล้ว. เรื่อง ทางให้ถึงความ
ดับทุกข์นั้นเป็นอย่างนี้ ๆ เรื่องนี้ จะต้องทำให้มันเจริญงอกงามขึ้น, และได้ทำให้
เจริญงอกงามขึ้นถึงที่สุดแล้ว. อย่างนี้เรียกว่ารู้อริยสัจจ์อย่างสมบูรณ์ ด้วยปรีวัฏฐ์
๓ และด้วยอาการ ๑๒. อริยสัจจ์มี ๔ อย่าง แต่ละอย่าง ๆ รู้ด้วยปรีวัฏฐ์ ๓
ก็เป็นการ ๑๒.

เราควรจะสนใจรู้อะไรทั้งหลายทั้งปวงในลักษณะเช่นนี้เสมอ คือรู้อะไร
สิ่งนี้เป็นอย่างไร หน้าที่ที่เกี่ยวกับสิ่งนี้คืออะไร, และหน้าที่นั้นทำได้แล้ว
หรือยัง? อย่างนี้เรียกว่าปรัวัญญู ๓. เมื่อรู้อะไรเกี่ยวกับความทุกข์ดังนี้แล้ว
ก็เรียกว่ารู้อริยสัจจ์โดยครบถ้วนบริบูรณ์; เป็นผู้ที่ได้ใช้ธรรมจักรที่พระพุทธเจ้า
ได้หว่านให้มัน ทำลายล้างความทุกข์ให้หมดจดไปโดยสิ้นเชิง สมกับที่เรามา
ประชุมกันทำอสาพหุชาในวันนี้ ในสถานที่นี้; ก็เพื่อจะศึกษาเรื่องนี้ เพื่อจะ
มีความเข้าใจเรื่องนี้ให้แจ่มแจ้งชัดเจนยิ่งขึ้น ๆ ตามลำดับ และจะสามารถปฏิบัติให้
เดินตามทางสายกลาง ไม่แหวะซ้ายแหวะขวา ไม่แกว่งซ้ายแกว่งขวา อย่างที่แล้ว ๆ มา
อีกต่อไป.

ให้เดินไปตามอริยมรรคที่มีองค์ ๘ ประการ จากฝั่งนี้ไปสู่ฝั่งโน้น
คือนอกโลก, กล่าวคือ ภาวะที่อำนาจในโลกนี้จะไม่ครอบงำย่ำยีได้อีกต่อไป คือ
ความทุกข์ในวัฏฏสงสาร จะครอบงำย่ำยีไม่ได้อีกต่อไป. อากาโรเช่นนั้น
สมมติเรียกกันว่าเป็นการ บรรลุพระนิพพาน.

พูดตรง ๆ ก็คือว่า ทำอย่าให้ความทุกข์ครอบงำได้สิ้นเชิงเท่านั้น
ก็เรียกว่าเป็นการบรรลุพระนิพพาน และสมมติความเป็นอย่างนั้นว่า เป็นฝั่งนอก
หรือฝั่งโน้น. สัตว์ทำไม่ได้ สัตว์ทั้งหลายทำไม่ได้ จึงติดอยู่ที่ฝั่งนี้ เละไป
เละมาอยู่ที่ฝั่งนี้ ทั้งที่อยากไปใจจะขาด ก็ยังออกไปไม่ได้; แม้ว่าความทุกข์
บีบคั้นอยู่ ก็ยังไม่รู้ว่าจะทำอย่างไร นี่เพราะมีความรู้ในเรื่องการเดินทางไม่
เพียงพอ.

สัตว์ที่มีรูปในดวงตาเล็กน้อยเช่นนั้น มีหวังที่จะข้ามไปสู่ฝั่งโน้นได้
ด้วยการพยายามศึกษาในอริยมรรคมีองค์ ๘ ประการนี้ ตามลำดับไป จนกว่า

จะเพียงพอ; ส่วนสัตว์ที่ไม่ลืมหืมตาเอาเสียเลยนั้น ก็ต้องยกให้เขา. จะต้องช่วยกันนึกเสียว่า มันเป็นกรรมหนามากของสัตว์นั้นเอง, จะต้องหลับหุหลับตา ไม่มีวันลืมหืมตา จมอยู่ในความทุกข์จนกระทั่งเนาเข้าโลงไป; แต่ขอว่าอาการอย่างนั้นจงอย่ามีแก่เราเลย.

เราจะเป็นพุทธบริษัทที่มีความรู้ มีความตื่น มีความเบิกบาน สมตามความหมายของคำว่า **พุทธะ**. จงรีบตื่น คือลืมหืมตา อย่าได้เข้าใจผิด ในสิ่งที่กำลังเข้าใจผิดอยู่ หรือเคยเข้าใจผิดมาแล้ว. จงรีบชำระชะล้างแก้ไข; อย่าไปหลงติดซ้ายหรือหลงติดขวา หลงติดในของรักของหวงแห่งจนบริจาคนไม่ได้. หลงติดขวาก็คือ หลงเกลียดหลงชังในสิ่งที่ ที่แท้แล้วไม่ควรจะไปเกลียดไปชังอะไรที่ไหน. สิ่งทั้งหลายไม่ได้มีมาไว้ให้เราเกลียดหรือเรารัก; แต่เราโง่เราหลง เราบ๊อบ ไปรักหรือไปโกรธตัวเอง มันจึงมีการแกว่งซ้าย แกว่งขวา ไม่เดินไปตามทางสายกลาง.

ฉะนั้น เราอย่าไปโทษสิ่งอื่น นอกจากจะโทษความโง่ ความหลงของเราเอง. แต่บัดนี้เราจะต้องรู้ถอน จะต้องสร้างชาจากความโง่ความหลง; เพราะอำนาจของธรรมจักร เนื่องในการที่เราประกอบพิธีอาสาฬหบูชา คือศึกษาเรื่องนี้ ให้มีความเข้าใจชัดเจนแจ่มแจ้งยิ่งขึ้น เป็นแสงสว่างอย่างที่เรียกว่า ลืมหุ ลืมตาขึ้นมาทุกคราวที่เราทำอาสาฬหบูชา.

หวังว่าท่านทั้งหลาย คงจะไม่เบื่อหน่ายเอือมระอา ในการที่จะทำอาสาฬหบูชา เพราะว่าถ้าทำถูกต้องแท้จริงแล้ว มันไม่น่าเบื่อ มันไม่น่าเอือมระอา แต่ประการใด; กลับจะเป็นที่น่าพอใจพอใจ น่าทำ ยิ่งกว่าสิ่งทั้งหลาย.

ฉะนั้น จึงได้พยายามมีสติ กำหนดว่าสิ่งทั้งหลายทั้งปวงโดยรอบด้าน ให้เห็นถูกต้องตามที่เป็นจริง ว่าสิ่งทั้งหลายทั้งปวงนั้นเป็นอย่างไรแล้ว ดำเนินตนไปในทางที่ถูกที่ควร ซึ่งโดยเฉพะอย่างยิ่งแล้ว ก็ไม่แคล้วไปจากการเดินตามอริยมรรคอันมีองค์ ๘ ประการ ซึ่งเป็นใจความสำคัญของธัมมจักกัปปวัตตนสูตร ซึ่งพระองค์ได้ทรงแสดงไว้ ในฐานะที่เป็นหัวใจของธัมมจักกัปปวัตตนสูตร และเป็นสิ่งที่พระองค์ทรงทำนาย ว่าเรื่องนี้เรื่องเดียวเท่านั้น ที่ฉันไม่เคยได้ยินได้ฟังมาจากผู้อื่นผู้ใด มาก่อนเลย เป็นการรู้พร้อมเฉพาะ จึงประกาศว่าเป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า. ถ้ายังไม่รู้เรื่องนี้ ก็ไม่ประกาศว่าเป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ดังนั้น เห็นว่าเป็นเรื่องประเสริฐที่สุด สำคัญที่สุด สูงสุดในพระพุทธศาสนา.

หวังว่าท่านทั้งหลายทั้งปวงจะได้สนใจ ให้สัมพันธ์ที่เป็นเรื่องสำคัญที่สุดนั้นทุกๆ ประการ และให้การทำอสาพหุบูชาของเรา เป็นการน้อมนำจิตใจของเรา เข้าไปสู่ความสะอาด สว่าง สงบ คือ การเดินตามทางสายกลางนั้น, เข้าถึงความเป็นอันเดียวกันกับพระพุทธเจ้า พระธรรม และพระสงฆ์, หรือจะสมมติเรียกว่า บรรลุถึงความดับทุกข์สิ้นเชิง ก็มีความหมายอย่างเดียวกัน ดังนั้น, หวังว่าความประสงค์อันนี้จะเป็นผลสำเร็จ เพราะความที่เรานี้ทุกคนมีความซื่อตรงจงรักต่อพระรัตนตรัย เห็นแก่พระรัตนตรัย ยิ่งกว่าเห็นแก่ตัว, หรือของของตัว ยิ่งขึ้นทุกๆ เวลา ทุกๆ โอกาส ทุกๆ วัย เป็นลำดับไป กว่าที่จะถึงที่สุด จุดหมายปลายทาง.

ธรรมเทศนาสมควรแก่เวลา เอวัง ก็ด้วยประการฉะนี้.



อริยมรรคมีองค์ ๘

ทพญานาค หกเศียร เฉวียนฉวัด
เกี่ยวขบกัด อารมณ์หก อยู่ผูกพัน
ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ไล่ทัฬวัน
รูป เสียง กลิ่น รส นิพพะสนัน ธรรมารมณ

ทพญาครุฑ ยุทธขำ กำนาคไวั
มนุษยผ่าน ไปได้ โดยเหมาะสม
ด้วยเรือฟอง แปะลำนํ้าลม
ในธารธรรม งามอุดม สะดวกดี

มีมนุษย์ ถึงก่อน วอนเรียกขาน
ให้ทุกท่าน ตามมา อย่าผันหนี
ขอองช่วย กันและกัน ให้กันที
ถึงบุรี นิรวาณ ก่อนการตาย ฯ

หัวข้อธรรมในคำกลอน ของ หลวงพ่อพุทธทาสภิกขุ

คำขอบพระคุณ

ธรรมสภา ขอกราบขอบพระคุณ พระเดชพระคุณท่านเจ้าคุณ พระธรรมโกศาจารย์ หลวงพ่อพุทธทาสภิกขุ แห่งสวนโมกขพลาราม ไชยา สุราษฎร์ธานี องค์แสดงพระธรรมเทศนาเรื่องอริยมรรคมีองค์ ๘ เล่มนี้เป็นอย่างสูง ซึ่งเปรียบเสมือนดวงประทีปส่องทางให้ทุกชีวิตก้าวไปสู่ความถูกต้อง เพื่อความสิ้นไปแห่งอาสวะกิเลส และเป็นปัจจัยนำไปสู่พระนิพพานแก่ชาวโลกทั้งปวง

หนังสือเรื่อง อริยมรรคมีองค์ ๘ เล่มนี้ ท่านเจ้าคุณพระธรรมโกศาจารย์ หลวงพ่อพุทธทาสภิกขุ ได้แสดงพระธรรมเทศนาเพื่อสืบทอดพระธรรมที่สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ทรงแสดงแก่ปัญจวัคคีย์ ทั้ง ๕ กล่าวคืออริยมรรคมีองค์ ๘ หรืออีกนัยหนึ่งก็คือทางสายกลาง ซึ่งเป็นหนทางอันประเสริฐสำหรับการดำเนินชีวิตของมนุษย์ทุกคน ให้ก้าวล่วงพ้นจากความทุกข์ และนำพาให้ได้รับความสุขที่ประณีต สงบเย็น อันเป็นคุณค่าสูงสุดที่มนุษย์ทุกคนพึงจะได้รับ ซึ่งจักไม่ทำให้เป็นการเสียทีที่ได้เกิดมาเป็นมนุษย์ และพบพระพุทธศาสนาในชีวิตนี้

ขอกราบขอบพระคุณ มูลนิธิ กองทุน หน่วยราชการ วัด ห้องสมุด โรงเรียน ศูนย์หนังสือทั่วราชอาณาจักร และท่านสาธุชนผู้จัดพิมพ์เป็นธรรมทาน ในงานพิธีต่างๆ ที่ได้กรุณาช่วยในการเผยแพร่หนังสือเล่มนี้เป็นอย่างสูง



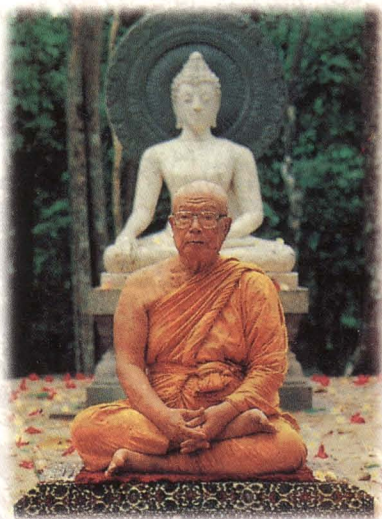
ธรรมสภาได้รับรวบรวมหนังสือและสื่อธรรมะไว้บริการแก่ท่านสาธุชน จากสำนักพิมพ์และสำนักปฏิบัติธรรมทั่วประเทศ ท่านที่สนใจเลือกชมได้ที่

ศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา

เลขที่ ๒-๖ ถนนบรมราชชนนี เขตทวีวัฒนา กทม. ๑๐๑๗๐ โทร. ๘๘๘๗๙๔๐

ริมถนนบรมราชชนนี กิโลเมตรที่ ๑๖ ก่อนถึงพุทธมณฑลสถาน เพียง ๒ กิโลเมตร

- สถาบันหนังสือธรรมะ เชิญสาธุชนร่วมฟังธรรมเทศนา ในรายการ ธรรมะ ธรรมะ ทุกวันอาทิตย์ เวลา ๐๙.๐๐-๑๐.๓๐ น. ณ ห้องประชุมสถาบันหนังสือธรรม ชั้น ๒ อาคารศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา สอบถามองค์บรรยายธรรมได้ที่ โทร. ๔๔๑๑๕๓๕



การพิมพ์หนังสือธรรมะเป็นอนุสรณ์และที่ระลึก
 นอกจากเป็นการจัดทำสิ่งซึ่งเป็นประโยชน์ที่คงอยู่ยืนนานแล้ว
 ยังเป็นการบำเพ็ญธรรมทาน คือการให้ธรรม
 ที่พระพุทธเจ้าตรัสสรรเสริญว่าเป็นทานอันยอดเยี่ยมอีกด้วย
 ผู้ปฏิบัติเช่นนี้จึงได้ชื่อว่ามีส่วนร่วมในการเผยแพร่ธรรม
 อันจะอำนวยประโยชน์สุขที่แท้จริงแก่ประชาชนสืบไป
 ท่านที่ประสงค์จัดพิมพ์เผยแพร่เป็นธรรมทาน โปรดติดต่อที่....ธรรมสภา
 ๓๕/๒๗๐ จรัลสนิทวงศ์ ๖๒ เขตบางพลัด กรุงเทพมหานคร ๑๐๗๐๐

โทร. ๔๓๔๔๒๖๗, ๔๓๔๓๕๖๖, ๔๔๑๑๕๓๕, ๘๘๘๗๙๔๐ โทรสาร ๔๒๔๐๓๗๕



ธรรมสภากราบอนุโมทนาแต่ทุกท่านที่ช่วยสมทบค่าจัดพิมพ์เล่มนี้ในราคาเล่มละ ๒๕ บาท