

# ข่าวสาร กัลยาณธรรม

| ปีที่ ๑๕ ฉบับที่ ๔๒ มกราคม ๒๕๖๒ |

ศาสนา  
แห่ง  
ปัญญา  
เพราะศึกษาเหตุปัจจัย



กำหนดการ  
การอบรมภาวนา  
ครั้งที่ ๓๙

อริยสัจแห่งจิต

จิตที่ส่งออกนอก	เป็นสมุทัย
ผลอันเกิดจากจิตที่ส่งออกนอก	เป็นทุกข์
จิตเห็นจิต	เป็นมารก
ผลอันเกิดจากจิตเห็นจิต	เป็นฉวีโร

๒๕๖๒

วัดผลด้วยตนเอง ❖ การรู้จักตัดตอน ❖ นิทานธรรม “น้ำใส”



# กายพ้นภัย ใจพ้นทุกข์

ส.มหาปัญญาภิกขุ  
(หลวงตาสุริยา)

วัดป่าโสมพนัส จ.สกลนคร



**ธรรมชาติของความสะอาด สว่าง สงบ ภายในจิต คือต้นทุนของชีวิต** ทั้งหมด การรักษาตัวปกติ เป็น**ศีล** ของจิตให้มั่นคงอยู่กับเรานานๆ การที่จิตไม่ไหลไปกับผัสสะอารมณ์ปรุงแต่งได้ เรียกว่า จิตตั้งมั่นเป็น**สมาธิ** และการที่จิตรู้แจ้งธรรมชาติของจิต หยุดคิด หยุดปรุง เป็น**ปัญญา**

พยายามเดินตามเส้นทางสายนี้ ทำให้ครบ ทั้งศีล สมาธิ ปัญญา ฟิสิกส์ขีดสูงสุดของธรรมชาติ (วิบัสสนา) ที่มันต้องเป็น คือ ตื่น เบิกบาน จนวิมุตติ หลุดจากหลงยึดติดผูกพัน กิเลสตัณหา เครื่องร้อยรัดทั้งหลายได้ นี่คือการไถของการเกิดมาเป็นมนุษย์ เป็นผู้โชคดีได้ใช้ชีวิตที่เป็นธรรมชาติที่ได้ผ่านการกลั่นกรองมาแล้ว

หากต้องการสำรวจความสุข หรือการพันทุกข์ มีฐานะเป็นเศรษฐีธรรมชาติ ย่อมมองหาความสุขจากข้างนอก อย่าหลงความสุขจากเวทนาเพียงผิวเผิน ต้องมองย้อนกลับเข้ามาภายใน ดูรู้อยู่กับกายอย่าให้หลุด เอากายเป็นฐานที่มั่นของการทำงาน พระท่านเรียกว่า **“กรรมฐาน”** อยู่กับฐาน เพื่อเอาตัวสติคอยโจมตีความคิด กิเลส ตัณหา ความรัก ความชังทั้งหลาย ที่หมุ่นเวียนเปลี่ยนหน้า (สังสารวัฏ) มาเกิดที่จิตเรา

รูปร่างนี้ เป็นเวทีของการต่อสู้ ศัตรูคือความปรุงแต่ง จิตเป็นพื้นที่เป้าหมาย ที่เราจะต้องช่วงชิงเอากลับคืนมา ความไม่รู้ (อวิชชา) ไม่รู้เนื้อรู้ตัว ไม่รู้คิด ไม่รู้อยากรู้ยึด หรือรู้แต่ไม่รู้เท่าทัน ไม่รู้กันรู้แก่ ไม่รู้จริงรู้แจ้ง ไม่รู้ถึงการเกิดการดับ... รู้ว่าทุกข์ แต่ไม่เห็นตัวทุกข์ ไม่รู้วิธีการดับทุกข์

ตัวทุกข์ มันเป็นตัวเป็นตน มันทำตัวเป็นเจ้าของ เข้ากุมพื้นที่ใจเราเอาไว้ได้ทั้งหมด เข้าไปนั่งอยู่ในหัวใจของผู้ไม่รู้ จนกระทั่งเกิดอาการหนักจิตหนักใจ คำว่า “ทุกข์” ท่านจึงแปลว่าทนไม่ไหว เป็นสภาพที่ทนไต่ยากหนักอกหนักใจแก่คนผู้หลงยึดถือ ไม่รู้จักปล่อยวาง เหตุเพราะไม่มีปัญญาเห็นแจ้งว่าเป็นทุกข์ เขาเรียก “คนแบกโลก”

ธรรมชาติความเกิดความดับในจิตนี้แหละคืออริยสัจ วางใจให้เป็นกลางๆ ว่างๆ เมื่อผัสสะ ชนะทุกการปรุงแต่ง ธรรมคือ “ทำ” ที่ตัวเรานี้ ละวางการยึดติดเวทนาทางกาย มุ่งหมายเข้าใหญ่ที่จิต อย่ามุ่งแสวงหาตำราจากข้างนอก อย่าไปหาจากใครที่ไหน ทุกข์เกิดตรงไหน ดับลงตรงนั้น

“

ผู้ที่หวัง “ทำกายให้พ้นภัย ทำใจให้พ้นทุกข์”

อย่าผลัดวันประกันพรุ่ง เพราะนานไป ใจจะก่อถอย  
เพราะนานไป ใจจะยึดติดเหตุผล นานไปใจจะติดสุขเวทนา  
นานไป กายจิตติดแก่ เจ็บ ตาย ฯลฯ  
สารพัดเหตุผลกลไกกิเลส  
เหตุแห่งความเสื่อมไกลจากพระสัทธรรม

”

สมาธิต้องตั้งมั่นอยู่ทุกการเคลื่อนไหว ต้องเป็นผู้รักชีวิต รักธรรม คือรักการกระทำ รักการปฏิบัติของตัวเอง ทำอยู่อย่างสม่ำเสมอ ทำจนธรรมผลิดอกออกผล เป็นมรรคเป็นผลฯลฯ ขึ้นไปฯลฯ จนถึงที่สุดแห่งทุกข์ได้โน่นแหละ...” ●