



ผู้มีจิตเกษม

นักปราชญ์ทั้งหลายไม่ได้กล่าวว่า เครื่องจองจำที่ทำ
ด้วยเหล็ก ทำด้วยไม้และทำด้วยหญ้า เป็นเครื่องจองจำที่มัน
นักปราชญ์ทั้งหลายกล่าวว่าความรักใคร่ในแก้วมณีและกษัตริย์
ความอาลัยในบุตรและภรรยาทั้งหลาย เป็นเครื่องจองจำที่มัน
พาให้ตกต่ำ เป็นเครื่องจองจำที่ผูกหย่อนๆ แต่แก้ยาก นักปราชญ์
ทั้งหลายตัดเครื่องจองจำเช่นนั้นแล้วออกบวช เป็นผู้ไม่มีความ
อาลัย เพราะละกามทั้งหลายได้



ผู้มีจิตเกษม

๕๑๖

ผู้ที่ถูกคุมขัง เมื่อได้รับอิสรภาพหลุดพ้นจากเครื่องพันธนาการแล้ว ย่อมมีอิสระเสรี มีความสุขกายสบายใจฉันทผู้ที่ทำพระนิพพานให้แจ้ง หลุดพ้นจากกิเลสเครื่องร้อยรัดทั้งหลายแล้ว ย่อมมีจิตเกษมฉนนั่น ผู้รู้ทั้งหลายตั้งแต่พระพุทธเจ้า พระปัจเจกพุทธเจ้าและพระอรหันต์ทั้งหลาย ท่านเป็นผู้มีจิตเกษมจากโยคะ หลุดพ้นจากกิเลสเครื่องร้อยรัดทั้งปวง จึงมีแต่ความปลอดภัยปลอดโปร่งเบาสบาย เหมือนนกของหนักลงจากป่าได้ หรือเหมือนหลุดพ้นจากเครื่องผูกมัดมาได้ มีความสุขกายสุขใจ เพราะสภาวะใจใสบริสุทธิ์ ไม่ขุ่นมัว มีอุเบกขาธรรม ไม่ยินดียินร้ายในโลกธรรมทั้งหลาย ซึ่งเป็นผลที่เกิดจากการทำสมาธิภาวนาจนถึงจุดที่จิตมีความเกษม

พระลัมมะลัมพุทเธเจ้าตรัสไว้ใน พันธสูตร ว่า

“นักปราชญ์ทั้งหลายไม่ได้กล่าวว่า เครื่องจองจำที่ทำด้วยเหล็ก ทำด้วยไม้และทำด้วยหญ้า เป็นเครื่องจองจำที่มัน

นักปราชญ์ทั้งหลายกล่าวว่าความรักใคร่ในแก้วมณี และกุนทล ความอาลัยในบุตรและภรรยาทั้งหลาย เป็นเครื่องจองจำที่มัน พาให้ตกต่ำ เป็นเครื่องจองจำที่ผูกหย่อนๆ แต่แก้ยาก

นักปราชญ์ทั้งหลายตัดเครื่องจองจำเช่นนั้นแล้ว



สุวนิจิต-เกษม

๕๑๓

ออกบวช เป็นผู้ไม่มีความอาลัย เพราะละกามทั้งหลายได้”

ชีวิตเราเหมือนถูกจองจำโดยมีโลกเป็นคุกขนาดใหญ่ทันทีที่เราลืมตาดูโลก เราต้องผจญกับภัยนานาชนิดที่พร้อมจะทำให้เราถึงแก่ความตายได้ในทุกอนูวินาที เหมือนคนลอยคออยู่กลางทะเลที่มีคลื่นลม โหมกระหน่ำตัวเรามีแต่จะจมลง และเป็นอาหารของสัตว์ร้ายในทะเล ภัยในชีวิตเป็นอย่างนี้เหมือนกัน พอเกิดมาเราก็มีภัยต่างๆ คอยดักรออยู่เจียบๆ รุกรานนำไปสู่ความตาย คือชาติภัย เป็นภัยจากการเกิด บางคนตายตั้งแต่อายุในครรภ์มารดายังไม่ทันได้เกิดเลย หรือบางคนเกิดมาลืมตาดูโลกได้ไม่กี่นาทีแล้วตายก็มี อุปมาเหมือนเสื้อที่ชุ่มอยู่ในที่อำพรางรอเวลาที่เหยื่อเผลอก็จะตะครุบเหยื่อนี้ให้ถึงแก่ความตาย

ภัยข้างขวาคือชราภัย เป็นภัยนำความแก่ความชรามาให้ ภัยด้านซ้ายคือพยาธิภัย ภัยจากความเจ็บไข้ได้ป่วย ภัยด้านหน้าคือมรณภัย เป็นภัยจากความตายที่ประจันหน้าเราอยู่ ภัยเหล่านี้รู้มัลลัมเราทั้งซ้ายขวาล้วนหลังทุกทิศทางเลย ไม่มีผู้ใดสามารถหลีกเลี่ยงได้ มันพร้อมที่จะเข้ามาทำร้ายเราให้ถึงแก่ความตายได้ในทุกขณะ นี่เฉพาะภัยภายในซึ่งมาพร้อมกับการเกิดของเรา ยังมีภัยภายนอกอีกที่เราต้องพยายามหลบหลีกอยู่ตลอดเวลา



ผู้มีจิตเกษม

๕๑๘

ภัยภายนอกตัว เช่น ภัยจากคนพาล ภัยจากผู้ไม่ปรารถนาดี ภัยจากพวกมิจฉาทิฐิ นอกจากนี้ยังมีภัยจากธรรมชาติ เช่น น้ำท่วม ไฟไหม้ แผ่นดินไหว ต้องคอยอพยพหลบหนีกันเป็นประจำอย่างที่เราพบเห็นกันทางสื่อต่างๆ หรือบางท่านเคยประสบพบเจอด้วยตนเอง ชนิดที่ว่าเกือบเอาชีวิตไม่รอดมาแล้ว

เท่านั้นยังไม่พอ ยังมีภัยซึ่งเกิดจากผลกรรมที่เคยทำไว้ในอดีต ตามมาส่งผลในภพชาตินี้ บางท่านเมื่อกรรมตามทันชีวิตที่พบเจอแต่สิ่งที่ไม่ลืมนึกว่า เคยเบียดเบียนสัตว์ไว้ ทำให้ต้องเจ็บไข้ได้ป่วยพิกลพิการ มีโรคประจำตัวสารพัด เคยโกหกไว้มาก ทำให้ความจำเลอะเลือน หลงลืมสติ ไปลักขโมยคดโกงใครไว้ พอเขาจับได้ต้องถูกจองจำถูกลงโทษ อกุศลกรรมทุกอย่างที่เราเคยทำไว้ จะจดจำได้หรือไม่ก็ตาม เมื่อถึงคราวให้ผลแล้ว มีวิบากเป็นความทุกข์ทรมาน

การที่เราต้องตกอยู่ท่ามกลางวงล้อมของภัยทั้งหลาย ดันกันไม่หลุด เกิดแล้วตาย ตายแล้วเกิด ต้องทนทุกข์ทรมานกันอยู่อย่างนี้มานับภพนับชาติไม่ถ้วน เพราะเราถูกเครื่องผูกคือ โยคะ ซึ่งแปลว่าเครื่องผูกสัตว์ไว้ในภพ เครื่องผูก คือ กามโยคะ ความยินดีพอใจในกามคุณ อยากฟังเสียงเพราะๆ อยากทานอาหารอร่อยๆ อยากเห็นรูปสวยๆ ได้สัมผัสที่นุ่มนวล ได้ดมกลิ่นหอมๆ ได้นึกคิดในสิ่งที่ชอบใจ ความพอใจในเบญจกามคุณ



ผู้มีจิตเกษม

๕๑๕

ทั้งหลายเหล่านี้ เป็นเหมือนเชือกเกลียวแรกที่ผูกมัดตัวเราไว้

ภวโยคะ คือ ความยินดีพอใจในรูปฌาน และอรุณฌาน มัดให้ติดอยู่กับรูปภพและอรุณภพ คือ เมื่อได้เจอความสุขจากการที่ใจเริ่มสงบ ทำสมาธิจนได้รูปฌาน ติดอยู่ในความสุขจากอารมณ์ของฌาน ตายไปเกิดเป็นรูปพรหม หรืออรุณพรหม ซึ่งยังไม่พ้นจากคุกของภพสาม พอหมดบุญต้องลงมาเกิดเจอเจอะเจอภัยต่างๆ อีก

ทิฏฐิโยคะ คือ ความยึดมั่นถือมั่นความคิดเห็นที่ผิดๆ ไม่เข้าใจว่าอะไรเป็นนิจจัง เป็นสุขซึ่งเป็นอัตตา มีความเห็นผิดว่าพ่อแม่ไม่มีพระคุณบ้าง เห็นว่าโลกนี้โลกหน้าไม่มีบ้าง เห็นว่าตนเองจะพ้นทุกข์ได้ ด้วยการบวงสรวง อ้อนวอนบุญเขา ต้นไม้คนทรงผีสิงหรือลืงคักดีลืงธีบ้าง ใจยังมีติดมิด ยังไปหลงติดกับความเห็นผิดๆ อยู่

อวิชชาโยคะคือความไม่รู้แจ้งในพระสัทธรรม เนื่องจากความสว่างของใจยังไม่พอ ทำให้ไม่เห็นอริยสัจ ๔ ไม่รู้จักทุกข์ พิจารณาไม่ออกว่าต้นเหตุแห่งทุกข์นั้นคืออะไร จะดับทุกข์ได้อย่างไรและหนทางดับทุกข์ก็มองไม่ออก

เครื่องผูกมัดเหล่านี้เปรียบเหมือนเชือก ๔ เกลียว ที่ผูกมัดตัวเราไว้กับภพ ทำให้ต้องเวียนว่ายตายเกิดในวัฏสงสารไม่รู้



ผู้มีจิตเกษม

๕๒๐

จบสิ้น ลัทธิโลกต้องพบกับภัยทั้งหลาย ดิ้นกันไม่หลุด จิตจึงไม่พบกับความเกษมสำราญ มีสุขมีทุกข์คลุกเคล้ากันไป สุขๆ ดิบๆ จะหาสุขจริงๆ นั้น ยังหาไม่พบ มีแต่หลงเพลิดเพลินไปวันๆ สภาวะของจิตเกษมจึงไม่เคยพบเจอไม่เคยรู้จัก

จิตเกษม หมายถึง สภาพจิตที่ไม่มีกิเลสเครื่องร้อยรัดหลงเหลืออยู่เลย โยคะหรือเครื่องผูกมัดตัวไว้ในภพ เชือกทั้ง ๔ เกลียวนั้น ได้ถูกฟันขาดสะบั้นไปแล้ว จิตเป็นอิสระเสรี เหมือนนกที่ถูกปล่อยออกจากกรง ไม่ติดขัดอึดอัดอีกต่อไป จึงมีความสุขอย่างแท้จริง พอกิเลสหมดก็พ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด ผู้ที่จะมีจิตเกษมได้อย่างแท้จริง คือ ผู้ที่มีใจหยุดนิ่งแช่มอยู่ในนิพพานตลอดเวลา ซึ่งหมายถึงพระอริยเจ้าหรือพระอรหันต์ทั้งหลาย

มีเรื่องเล่าว่า *ในสมัยพุทธกาล พระสุปปิยเถระ ท่านได้เกิดเป็นลูกของคนเฝ้าป่าช้า ในนครสาวัตถี ตั้งแต่ยังเป็นเด็ก มักจะได้รับการดูถูกเหยียดหยาม จากเพื่อนฝูงเป็นประจำ เพราะผู้ที่ประกอบอาชีพเกี่ยวกับศพ ไม่เป็นที่นิยมยกย่องของคนในทุยุคทุกสมัย และท่านมักจะถูกเพื่อนรุ่มเดียวกันกลั่นแกล้ง

*มก. สุปปิยเถรคาถา เล่ม ๕๐ หน้า ๑๙๘



ผู้มีจิตเกษม

๕๒๑

เป็นประจำ ชีวิตของท่านตั้งแต่ในวัยเด็กจนกระทั่งชรา
ช่างน่ารื่นทุดทุดหู่เหลือเกิน

เมื่อพิจารณาเห็นว่าชีวิตเต็มไปด้วยความทุกข์อย่างนี้
เลยอยากจะแสวงหนทางให้หลุดพ้นจากทุกข์ ท่านได้เข้าไปหา
พระโสปากเถระผู้เคยเป็นเพื่อนรัก ไปขอฟังธรรมในสำนักของ
พระโสปากเถระ เมื่อฟังธรรมแล้วท่านเกิดความสลดสังเวชใน
การอยู่ครองเรือนว่า เป็นภาระอันหนักหน่วง มีแต่จะนำเรื่อง
ร้อนรุ่มใจมาให้ และการหาโอกาสทำใจให้บริสุทธิ์หยุดนิ่งนั้น
เป็นไปได้ยากยิ่งนัก จึงตัดสินใจออกบวชแสวงหาโมกขธรรม
ตามพระเถระ

พอออกบวชได้ไม่กี่วัน เนื่องจากท่านมีจิตที่ปลงสังเวช
อยู่แล้ว พอเอาใจกลับมาไว้ที่กลางตัวในหนทางสายกลาง
ฝึกฝนใจให้บริสุทธิ์หยุดนิ่งในทุกอิริยาบถ ใจไม่ออกห่างจาก
กลางกายเลย ในที่สุดท่านสามารถบรรลุธรรมเป็นพระอรหันต์
เป็นผู้มีจิตเกษมจากโยคะ ปราศจากกิเลสเครื่องร้อยรัดอีกต่อไป
ท่านได้กล่าวธรรมภาษิตไว้ว่า “บุคคลผู้มีความเพียร ถึงจะแก่
แต่เฝ้ากิเลสให้เร่าร้อน พึงบรรลุนิพพานอันไม่รู้จักแก่ เป็นธรรม
อันสงบเกษมจากโยคะ ทารธรรมอื่นยิ่งกว่ามิได้”

จากเรื่องนี้จะเห็นได้ว่า การรู้จักปล่อยวางภาระอันหนัก-



ผู้มีจิตเกษม

๕๒๒

หน่วง แล้วนำใจกลับมาวางไว้ในตำแหน่งที่ตั้งดั้งเดิมของใจ คือที่ศูนย์กลางกายฐานที่ ๓ มีอาณิสสส์มากมายถึงเพียงนี้ เราจะเข้าไปพบกับของจริง ที่มีคุณสมบัติเป็นนิจจัง เป็นสุขัง เป็นอัตตา ทำให้จิตเกษม ปราศจากโยคะ คือ กิเลสเครื่องร้อยรัดทั้งหลาย

การทำสมาธิภาวนาเป็นทางลัดที่สุด ที่จะทำให้ใจบริสุทธิ์หลุดพ้นจากกิเลสอาสวะทั้งปวง สามารถทำลายไช้ตรวนที่ร้อยรัดเราไว้ในภพทั้งสาม จะทำให้เราเข้าถึงอิสรเสรีที่แท้จริงที่รอดพ้นจากภัยทั้งหลาย ทั้งที่เป็นภัยภายในและภัยภายนอก ดังที่หลวงพ่อดิกล่าวมาข้างต้น รวมไปถึงภัยในโลกนี้กับภัยในโลกหน้าและภัยในสังสารวัฏ ดังนั้นให้ทุกท่านหมั่นฝึกฝนใจให้หยุดนิ่งอยู่ตลอดเวลา ไม่ช้าเราก็จะเป็นผู้ที่มีจิตเกษมได้เหมือนกัน เราจะมีพระรัตนตรัย เป็นที่พึ่งที่ระลึกที่แท้จริงกันทุกคน

