

๒๙



ผู้ไม่ประมาท
ย่อมถึงบรมสุข

อย่ามัวแต่ประมาท
อย่ามัวแต่สนิทชิดชอบในกาม
เพราะผู้ไม่ประมาท พิจารณาอยู่ ย่อมถึงบรมสุข





ผู้ไม่ประมาทย่อมถึงบรมสุข

๒๕๔

ความไม่ประมาทเป็นคุณธรรมที่สำคัญอย่างยิ่ง คำสอนของพระลัมมาสัมพุทธเจ้าตลอด ๔๕ พรรษา ต่างมาประชุมรวมกันอยู่ในความไม่ประมาททั้งสิ้น ดังจะเห็นได้จากปัจฉิมโอวาทก่อนปรินิพพาน ที่พระพุทธองค์ตรัสเตือนภิกษุทั้งหลาย ให้นึกถึงสังขารร่างกายที่ไม่เที่ยง เกิดขึ้น ตั้งอยู่ และเสื่อมสลายไป เมื่อพิจารณาเช่นนี้ จะได้ไม่ยึดมั่นถือมั่นสิ่งใดในโลก แล้วดำรงชีวิตอยู่ด้วยความไม่ประมาท คือ ดำเนินจิตอยู่ในหนทางสายกลาง มีสติควบคุมใจ ให้หยุดอยู่ที่ศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ ตลอดเวลา

พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ใน สังยุตตนิกาย สคาถวรรค ว่า

“มา ปมาทมนุญญเชถ มา กามรติสนถว
อปปมตโต ทิ ฌายนโต ปปโปติ ปรมํ สุขํ

อย่ามัวแต่ประมาท อย่ามัวแต่สนิทชิตชอบในกาม
เพราะผู้ไม่ประมาท พิจารณาอยู่ ย่อมถึงบรมสุข”

สิ่งทั้งหลายทั้งปวงในโลกนี้ ไม่ว่าจะเป็นคน สัตว์ หรือ สิ่งของก็ตาม ล้วนมีความไม่เที่ยง แปรปรวนอยู่ตลอดเวลา เปลี่ยนแปลงไปสู่ความเสื่อมโทรมทุกอนุนิภาติ และในที่สุดต้องแตกดับสลายไป มนุษย์ทุกคนเกิดมาแล้วก็ต้องตาย แม้แต่พระ-
ลัมมาสัมพุทธเจ้าผู้เป็นเลิศกว่าใครในภพสาม ยังต้องทิ้งพระ-



ผู้ไม่ประมาทยอมถึงบรมสุข

๒๕๕

วรกายของพระองค์ไว้ในโลก และดับขันธปรินิพพาน

ก่อนที่พระผู้มีพระภาคเจ้าจะเสด็จดับขันธปรินิพพานนั้น พระพุทธรองค์ได้ตรัสปัจฉิมโอวาทว่า “ภิกษุทั้งหลาย บัดนี้เราขอเตือนพวกเธอว่า สังขารทั้งปวง มีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา พวกเธอจงยังความไม่ประมาทให้ถึงพร้อมเถิด” จากนั้นพระองค์ทรงเข้าปฐมฌาน ออกจากปฐมฌาน เข้าออกทุติยฌาน ตติยฌาน และจตุตถฌานตามลำดับ แล้วเข้าออกอากาศานัญญาจตณฌาน วิญญูญาณัญญาจตณฌาน อาภิญญาญญาจตณฌาน เนวสัญญานาสัญญาจตณฌานจนถึงสัญญาเวทยิตนิโรธสมาบัติ ทำทั้งอนุโลมและปฏิโลม พอกจิตให้บริสุทธิ์ถึงที่สุด

เมื่อออกจากสัญญาเวทยิตนิโรธสมาบัติ ทรงย้อนกลับไปเข้าออกเนวสัญญานาสัญญาจตณฌาน เรื่อยลงไปจนถึงปฐมฌาน จากนั้นทรงเข้าออกทุติยฌาน ตติยฌาน และจตุตถฌานตามลำดับอีก เมื่อออกจากจตุตถฌานแล้ว พระพุทธรองค์ก็เสด็จดับขันธปรินิพพาน ขณะเดียวกันนั่นเอง แผ่นดินก็หวั่นไหว กึกก้องราวกับแผ่นดินจะทรุดลงไป หลังจากพระผู้มีพระภาคเจ้าเสด็จดับขันธปรินิพพาน ท้าวสหัมบดีพรหมได้กล่าวคาถาว่า “สัตว์ทุกหมู่เหล่าจะต้องทอดทิ้งร่างกายไว้ในโลกโดยแท้ ดูแต่พระบรมศาสดาผู้เป็นเลิศหาใครเปรียบมิได้ในโลก ยังต้องปรินิพพาน”



ผู้ไม่ประมาทย่อมถึงบรมสุข

๒๕๖

ส่วนท้าวสักกะจอมเทพกล่าวคาถาว่า “สังขารทั้งหลาย
ทั้งปวงไม่เที่ยง มีความเกิด และความเสื่อมเป็นธรรมดา เกิด
ขึ้นแล้วย่อมดับไป มีแต่พระนิพพานนั้นแหละที่เป็นบรมสุข”
แม้แต่พระบรมศาสดา ซึ่งเต็มเปี่ยมด้วยพระบุญญาบารมี มี
พระวรกายประกอบด้วยลักษณะมหาบุรุษครบถ้วน เมื่อถึง
คราวหมดอายุขัย ก็ยังต้องเสด็จดับขันธปรินิพพาน ทอดทิ้ง
พระวรกายของพระองค์ไว้ในโลกนี้ พระปัจเจกพุทธเจ้า ที่ท่าน
ตรัสรู้ธรรมด้วยตนเอง โดยไม่มีครูสอน และก็ไม่สอนใคร พระ-
อัครสาวกทั้ง ๒ องค์ จนถึงพระอสีติมหาสาวก ผู้เป็นเลิศใน
ด้านต่างๆ ๘๐ องค์ และพระอรหันตสาวกที่มีมากมายนับ
ประมาณไม่ได้ ในที่สุดต่างต้องทอดทิ้งร่างกายไว้ในโลกนี้ เอา
ไปด้วยไม่ได้เหมือนกันทั้งนั้น

พระอนาคามี ผู้ละสังโยชน์เบื้องต่ำได้หมดสิ้น พระ-
สกิทาคามี ซึ่งชำระราคะโทสะ โมหะ ให้เบาบางลงไปได้ พระ-
โสดาบัน ผู้ซึ่งไม่ยึดมั่นถือมั่นในชั้น ๕ หายสงสัยในพระรัตนตรัย
มีศีล ๕ บริสุทธิ์ และผู้ที่เข้าถึงธรรมกายโคตรภู เป็นโคตรภูบุคคล
ครอบงำทำลายความเป็นปุถุชน แต่ยังไม่เข้าถึงความเป็นอริย
บุคคล ยังอยู่ตรงกึ่งกลางระหว่างปุถุชนกับพระอริยเจ้า มีความ
สุข เย็นกายเย็นใจ อยู่ในธรรมกายโคตรภู ตลอดถึงฉานลาภี
บุคคล ผู้เข้าถึงฉานสมาบัติ มีฉานเป็นเครื่องอยู่ เป็นสุขในปัจจุบัน



ผู้ไม่ประมาทย่อมถึงบรมสุข

๒๕๓

ทั้งหมดนี้เมื่อถึงขีดถึงคราวหมดอายุขัย ก็ต้องละทิ้งร่างกายไว้ในโลกนี้เหมือนกัน

พวกเรา ก็เช่นเดียวกัน ลักรวันหนึ่งจะต้องทอดทิ้งร่างกายที่เปื่อยเน่าไว้ในโลกเหมือนกัน เราต้องตายแน่ๆ แต่จะตายวันไหน เวลาไหน สถานที่ใด นั้นเรากำหนดไม่ได้ หรือเราจะกะคะเนว่า อายุเราจะต้องเท่านั้นเท่านั้นเราจึงจะยอมตายก็กำหนดไม่ได้ บังคับไม่ได้อีกเช่นกัน

ถ้าหากเราหมั่นนึกถึงความตายเช่นนี้ เราจะได้ไม่มัวเมาในชีวิต ไม่มัวเมาวังยังเป็นหนุ่มเป็นสาว ไม่หลงมัวเมาในลาภ ยศ สรรเสริญ ในความสุขเล็กๆ น้อยๆ เราจะได้สละ ละ เลิก ปล่อยาวจากสิ่งเหล่านี้ได้

ในขณะที่ยังมีชีวิตอยู่ ทุกชีวิตล้วนเต็มไปด้วยความทุกข์ เพราะความทุกข์ทั้งหลายมารวมประชุมอยู่ที่กายมนุษย์ ทุกข์ที่เกิดจากความแก่ ความเจ็บ ความตาย ความทุกข์เกิดจากกิเลสที่เผาใจให้เราร้อนบ้าง เกิดจากการทำมาหากินบ้าง เกิดจากการแสวงหาทรัพย์ แล้วต้องคอยรักษา หวงแหนทรัพย์ไว้ เหล่านี้เป็นต้น ชีวิตจึงมีแต่ความทุกข์ทรมานตลอดเวลา ความทุกข์จะเกิดขึ้นวันใด เวลาใด สถานที่ใดก็กำหนดไม่ได้

เพราะฉะนั้น การที่เรามีชีวิตอยู่ เพื่อจะแสวงหาสิ่งที่



ผู้ไม่ประมาทย่อมถึงบรมสุข

๒๕๘

ทำให้ใจเรามั่นคงที่สุด ไม่มีความทุกข์เจือปนเลยแม้แต่นิดเดียว มีความสุขอย่างแท้จริง สิ่งนี้มีอยู่ในกลางตัวของเรานี้แหละ ที่ ศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ ซึ่งเป็นแหล่งของสติ ของปัญญา เมื่อ ใจเรากลับเข้าไปสู่ภายในตัว ไปหยุดอยู่ที่ศูนย์กลางกาย ความรู้ เห็นไปตามความเป็นจริงก็จะเกิดขึ้น เมื่อรู้เห็นตามความเป็นจริงแล้ว เราจะเบื่อหน่ายในทุกข์ ซึ่งจะเป็นเหตุให้คลายความ กำหนด คลายความยึดมั่นถือมั่นในสิ่งทั้งหลาย เมื่อคลายความ กำหนด จิตของเราจะปล่อยวาง เมื่อปล่อยวางจากสิ่งภายนอก ก็จะเข้าถึงธรรมกายภายในตัว

ธรรมกายนั่นแหละ เป็นเนื้อหนังของความสุขที่แท้จริง ถ้าเราเข้าถึง เป็นอันหนึ่งอันเดียวกับธรรมกายได้เมื่อไร ความสุขที่แท้จริงจะเป็นของเรา เราจะเข้าถึงตัวตนที่แท้จริง จะเห็นหน้าตาที่แท้จริงของเรา และจะพ้นจากสิ่งทั้งหลายทั้งปวง ที่ เป็นเหตุให้เกิดความทุกข์ทรมาน

เพราะฉะนั้น เป้าหมายของการเกิดมามีชีวิตในแต่ละ ภพแต่ละชาติ เพื่อแสวงหาธรรมกายที่มีอยู่ในตัวของเราเอง ถ้าอยากจะหลุดพ้นจากทุกข์ทั้งหลาย จากกิเลสทั้งหลายที่เป็น เหตุให้เกิดความทุกข์ เราจะต้องหยุดใจของเราที่ศูนย์กลางกาย สดุดปลายทาง คือ อายตณนิพพาน ถ้าอยากจะเลิกเวียนว่ายตาย เกิด ใจต้องอยู่ในศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ แต่ถ้าอยากจะเวียน



ผู้ไม่ประมาทย่อมถึงบรมสุข

๒๕๕

ว้ายตายเกิด ยังอยากจะมีความทุกข์ ก็ให้เอาใจออกห่างจากฐานที่ ๗ ไปติดรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส และคิดวนเวียนกับสิ่งทั้งหลายอย่างนั้น นั่นแหละจะเวียนว้ายตายเกิด เกิดเรื่อยไป ยิ่งเกิดบ่อยๆ ก็เป็นทุกข์บ่อยๆ

เมื่อเรารู้เช่นนี้ ผู้มีปัญญาเป็นบัณฑิตนักปราชญ์ จะต้องนำใจหยุดอยู่ที่ตรงนี้ ที่ศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ ต้องดำเนินชีวิตอยู่ด้วยความไม่ประมาท ความประมาท หมายถึง ปล่อยสติให้หลุดจากใจ ไม่ได้ระคองใจให้หยุดอยู่ที่ฐานที่ ๗ ใจจึงแวบไปคิดเรื่องรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ต่างๆ เหล่านั้น

ถ้าจะบรรเทาความประมาทด้วยความไม่ประมาท จะต้องเอาสติคุมใจ ให้หยุดอยู่ที่ฐานที่ ๗ หยุดนิ่งมั่นคงอยู่ที่ตรงนี้ แล้วจิตของเราจะไม่หวั่นไหวในโลกธรรมทั้งหลาย หยุดได้อย่างนี้ได้ชื่อว่าไม่ประมาท เป็นผู้ที่ดับความกระหาย ดับความกระวนกระวายใจได้ เพราะฉะนั้น ให้เราตระหนักถึงความสำคัญของฐานที่ ๗ กันทุกคน

