

๖๐



วิธีตัดเหตุแห่งทุกข์

ค้นหาทำให้คนเกิด จิตของผู้มีตัณหาย่อมชัดส่ายไปมา  
หมู่สัตว์มัวท่องเที่ยวอยู่ในสังสารวัฏ  
ทุกข์เป็นภัยใหญ่ของเขา





วิธีตัดเหตุแห่งทุกข์

๕๔๘

เรามีชีวิตอยู่ในโลกนี้ เพื่อเพิ่มเติมความบริสุทธิ์ให้กับตนเองให้ได้มากที่สุด บริสุทธิ์จนกระทั่งไปพบกับตัวตนที่แท้จริง ที่มันคงไม่มีการเปลี่ยนแปลง และมีความสุขอย่างแท้จริง พระผู้มีพระภาคเจ้า และพระอรหันตเจ้าทั้งหลาย ท่านได้พบว่า พระรัตนตรัยเป็นสิ่งประเสริฐสุด และมีอยู่แล้วในตัวของพวกเขาทุกคน เป็นธรรมชาติสงบ ละเอียดย ละเอียด ซึ่งจะนึกคิดหรือคาดคะเนเองไม่ได้ เพราะเป็นสิ่งที่เราต้องปฏิบัติให้เข้าถึงด้วยตนเอง โดยปรับใจให้ละเอียด ให้หยุดนิ่งไปตามลำดับ จนกระทั่งเข้าไปถึงแหล่งแห่งความสุข ความบริสุทธิ์ แหล่งของสติของปัญญา แล้วเราจะรู้เห็นทุกสิ่งไปตามความเป็นจริง

พระลัมมะลัมพุทเธเจ้าตรัสไว้ใน สังยุตตนิกาย สคาถวรรค ความว่า

“ตณฺหา ชเนติ ปุริส จิตฺตมสฺส วิธาวติ  
สตฺโต สํสാരมาปาติ ทุกฺขมสฺส มหฺพญํ

ตัณหาทำให้คนเกิดจิตของผู้มีตัณหาย่อมขัดสลายไปมา  
หมุ่สัตว์มีวาทองเที่ยวอยู่ในสังสารวัฏ ทุกข์เป็นภัยใหญ่ของเขา”

ตัณหา คือความทะยานอยาก ประกอบด้วยความ  
เพลิดเพลιν ยินดีในอารมณ์ต่างๆ เป็นกิเลสที่นอนเนื่องอยู่ใน  
ส่วนลึกของสรรพสัตว์ เป็นทุกข์สมุทัยสัจจ คือเหตุให้เกิดความทุกข์



วิธีตัดเหตุแห่งทุกข์

๔๔๕

การที่มนุษย์ต้องเวียนว่ายตายเกิด และมีความทุกข์กายทุกข์ใจอยู่ในปัจจุบันนี้ เพราะมีตัณหาเป็นต้นเหตุ ความทุกข์ทั้งหลายไม่ว่าจะเป็นทุกข์ประจำหรือทุกข์จร ตั้งแต่ทุกข์จากการเกิดแก่เจ็บตาย ทุกข์เพราะการพลัดพรากจากบุคคลผู้เป็นที่รัก ความเศร้าโศก พრაปีไรรำพันต่างๆ เหล่านี้ ล้วนเกิดมาจากความทะยานอยากทั้งสิ้น

เมื่อความทะยานอยากเกิดขึ้น ก็ต้องมีการแสวงหา การแสวงหาทำให้เกิดการกระทำที่ภาษาพระท่านเรียกว่ากรรม เมื่อทำกรรมก็มีวิบากเป็นผล ความทะยานอยากเป็นเหตุนำไปให้เกิดในภพภูมิต่างๆ ถ้ามีความทะยานอยากในกามภพ เรียวกว่า กามตัณหา กามตัณหา คือ ยังมีความยินดีในกามคุณทั้ง ๕ ยินดีในรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ซึ่งเป็นเหยื่อล่อของพญามาร ให้เราหลงติดอยู่ในกามาวจรภูมิ แล้วยังมี ภวตัณหา คือความอยากมีอยากเป็น ที่ทำให้ติดอยู่ในรูปภพ และวิภวตัณหา คือความทะยานอยากที่ทำให้ติดข้องอยู่ในรูปภพ ตัณหาทั้ง ๓ อย่างนี้แหละที่เป็นเหตุให้เกิดทุกข์

\*พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสเล่าถึงสมัยที่พระองค์เคยเสวยพระชาติเป็นพญานกยูงทองว่า ครั้นนั้นท่านได้อาศัยอยู่ใน



วิธีตัดเหตุแห่งทุกข์

๔๕๐

ถ้าทอง ทุกๆ เช้าก่อนที่จะออกไปหาอาหาร จะบินขึ้นไปเกาะที่ยอดเขา แล้วหันหน้าไปทางทิศตะวันออก เมื่อเห็นพระอาทิตย์กำลังจะขึ้น ท่านจะแผ่เมตตา และสวดพระปริตร เพื่อขอให้พระรัตนตรัยคุ้มครองให้ปลอดภัย แล้วจึงร่อนลงไปหากิน ครั้นตกเย็นก็จะบินไปเกาะที่ยอดเขาอีก แล้วหันหน้าไปทางทิศตะวันตก มงดูพระอาทิตย์อัสดง แผ่เมตตาสวดพระปริตร ให้พระรัตนตรัยคุ้มครองในเวลากลางคืน แล้วจึงบินกลับเข้าถ้ำ ท่านทำอย่างนี้อยู่เป็นเวลานาน ทำทุกวันไม่ได้ขาดแม้แต่วันเดียว จึงไม่เคยมีนายพรานหรือสัตว์ร้ายใดๆ มาทำอันตรายท่านได้

อยู่มาวันหนึ่ง มเหสีของพระราชาทรงพระสุบินเห็นพญานกยูงทองมาแสดงธรรมให้ฟัง จึงกราบทูลพระราชาวาอยากฟังธรรมจากพญานกยูงทองมาก พระราชาจึงให้นายพรานไปดักจับพญานกยูงทอง ซึ่งแม้ว่านายพรานจะใช้ความพยายามเพียงไร ก็จับไม่ได้ จนนายพรานหมดอายุขัยสิ้นชีวิตลง เมื่อพระมเหสีไม่ได้ดังพระประสงค์ ทำให้พระนางตรอมพระทัยและสวรรคตในที่สุด พระราชาทรงกริ้วมากถึงกับจาริกลงในแผ่นดินทองคำ “ถ้าหากใครได้กินเนื้อของนกยูงทองตัวนี้ ที่อาศัยอยู่ที่ทิวเขาในป่าหิมพานต์ จะมีชีวิตเป็นอมตะไม่แก่ไม่ตาย”

เมื่อพระราชาคองค์ใหม่มาสืบต่อราชวงศ์ ได้พบเห็นหลักฐานที่จารึกไว้ มีพระประสงค์จะได้ชีวิตเป็นอมตะ จึงส่ง



วิธีตัดเหตุแห่งทุกข์

๕๕๑

นายพรานไปคอยดักจับพญานกยูงทอง แต่ก็ไม่มีใครทำได้สำเร็จ แม้เมื่อสิ้นราชวงศ์ มีพระราชามาครองราชย์ผ่านไปอีกถึง ๖ พระองค์ ก็ยังไม่มีใครสามารถจับพญานกยูงทองได้

วันหนึ่ง นายพรานของพระราชาองค์ที่ ๗ ลังเกตเห็นว่า ทุกเช้า และทุกเย็น นกยูงทองได้สวดมนต์แผ่เมตตา จึงรู้ว่าเป็น เพราะอาณาภาพแห่งพระรัตนตรัยคุ้มครอง ก็หาอุบายที่จะทำให้อใจของนกยูงทองโพธิสัตว์ซัดส่าย ไม่ตั้งมั่น และไม่เลื่อมใสในพระรัตนตรัยอย่างที่เคยเป็นมา จึงได้นำนางนกยูงตัวหนึ่งมาเป็นเครื่องล่อพระโพธิสัตว์ เพื่อให้เป็นไปตามแผนการที่วางไว้

วันนั้น พญานกยูงทองได้ฟังเสียงของนางนกยูงที่ไพเราะจับใจ เกิดตัณหาครอบงำ กิเลสที่ตกตะกอนนอนเนื่องมายาวนานก็กำเริบขึ้นมา เกิดความกระวนกระวายใจ จนไม่สามารถเจริญพระปริตรได้ ได้บินไปหานางนกยูง แล้วกลลางไปบนพื้นโดยไม่ได้ระมัดระวังตัว เท้าทั้งสองข้างจึงสอดเข้าไปในบ่วงที่นายพรานดักไว้ ไม่สามารถจะสลัดให้หลุดได้ ยิ่งดันบ่วงก็ยิ่งรัดแน่นหนาขึ้น

นายพรานเห็นดั่งนั้นดีใจยิ่งนัก คิดว่า พรานทั้ง ๖ คน ไม่สามารถดักพญานกยูงทองได้ ต่างสิ้นชีวิตกันไปหมด แม้เราต้องเพียรพยายามอยู่ถึง ๗ ปี ในที่สุดวันนี้เราก็โดนจับได้



วิธีตัดเหตุแห่งทุกข์

๕๕๒

ในขณะที่เดียวกันก็นึกสลดใจว่า วันนี้พญานกยูงกระวนกระวายใจ  
เนื่องจากนางนกยูงเป็นเหตุ ไม่อาจแผ่เมตตาเจริญพระปริตรได้  
จึงติดบ่วงของเรา เพราะอำนาจกามตัณหาแท้ๆ ทำให้ต้อง  
ประสบทุกข์เช่นนี้ แต่ด้วยอานุภาพที่นกยูงทองแผ่เมตตาอยู่  
เป็นประจำสม่ำเสมอ จึงทำให้นายพรานเกิดความสงสาร เกิด  
ความรักความเมตตา อีกทั้งนายพรานก็ไม่ปรารถนาจะทำร้าย  
พญานกยูงอยู่แล้ว เพราะรู้ว่านกยูงตัวนี้ประพฤดิธรรม จึงได้  
ปล่อยนกยูงไป

พญานกยูงจึงได้เปล่งสำเนียงเป็นภาษามนุษย์ว่า “ท่าน  
อุตส่าห์เพียรพยายามดักจับเรานานถึง ๗ ปี เมื่อจับได้แล้วกลับ  
ปล่อยเสีย ไม่กลัวอาชญาจากพระราชาหรือ หรือว่าวันนี้ ท่าน  
งดเว้นจากปาณาติบาต” นายพรานตอบว่า “เราไม่ได้กลัว  
อาชญาแผ่นดิน แต่เรากลัวผลของบาป จากการทำร้ายท่าน  
ผู้ประพฤดิธรรม” นกยูงพระโพธิสัตว์จึงได้แสดงธรรมว่า “ผู้ไม่  
ทำปาณาติบาต และให้อภัยในสัตว์ทั้งปวง ย่อมได้รับการ  
สรรเสริญในปัจจุบัน ละโลกไปแล้ว จะมีสุคติโลกสวรรค์เป็นที่ไป  
ดูก่อนนายพราน สรรพสัตว์ทั้งหลายล้วนปรารถนาความสุข  
ดังนั้นผู้ปรารถนาความสุขจึงไม่ควรเบียดเบียนใครให้ได้รับทุกข์”

นายพรานฟังดังนี้แล้ว ก็ตั้งสติพิจารณาธรรม ตามเห็น



วิธีตัดเหตุแห่งทุกข์

๕๕๓

ธรรมเข้าไป จนได้บรรลुพระปัจเจกโพธิญาณ ณ ที่นั่นเอง  
จากนั้นท่านอธิษฐานจิตทำสังกิริยา กล่าวคำปล่อยสัตว์ ทำให้  
สัตว์ทั้งหลายที่ถูกกักขัง หลุดจากกรงได้เป็นอิสระแล้วท่าน  
เอามือลูบศีรษะ ความอิสระก็บังเกิดขึ้นอีก เพศศฤห์สัถ์ได้  
หายไป เปลี่ยนเป็นเพศบรรพชิต ผู้สมบูรณ์ด้วยเครื่องอัฐบริวาร  
พร้อมทุกอย่าง ด้วยอำนาจแห่งบุญที่ได้ทำไว้ในอดีตนั่นเอง  
ท่านได้อนุโมทนากับพยานกยุงทองที่แสดงธรรมให้ฟัง แล้วก็  
เหาะไปบำเพ็ญสมณธรรมตามอัธยาศัย

ฝ่ายพระโพธิสัตว์เมื่อพ้นจากบ่วงแล้ว พิจารณาสอน  
ตนเองว่า ที่ตัวเราต้องพลาดพลั้งติดบ่วง แพบเอาชีวิตไม่รอดนี้  
เพราะอำนาจกิเลสตัณหา ไม่สำรวมอินทรีย์ จึงขาดสติในการ  
ระลึกถึงพระรัตนตรัย ทำให้เราต้องมาติดบ่วงของนายพราน  
บ่วงของพรานว่าร้ายแล้ว แต่ยังไม่เท่าบ่วงแห่งกาม ตั้งแต่นั้นมา  
ท่านตั้งใจประพฤติพรหมจรรย์ ข่มอำนาจกิเลสกาม แล้วเริ่ม  
เจริญเมตตาจิต สวดพระปริตร ตรึกนึกถึงคุณของพระรัตนตรัย  
ตลอดอายุขัย ละโลกไปแล้ว ก็ได้ไปเกิดในสวรรค์ชั้นดุสิต เป็น  
เทพบุตรผู้มีอำนาจมาก

พระบรมศาสดา ได้ตรัสถึงกิเลสตัณหาที่ผูกมัดใจชาว  
โลกไว้ว่า “ขึ้นชื่อว่ากิเลสทั้งหลาย เป็นธรรมชาติที่หยาบ ถ้า



วิธีตัดเหตุแห่งทุกข์

๕๕๕

หากกิเลสเหล่านี้ สามารถก่อเป็นรูปร่างขึ้นมาได้ แล้วมีผู้นำไปวางไว้ที่ใดก็ตาม ที่นั้นไม่สามารถรองรับกิเลสเหล่านั้นได้ เหมือนแม่น้ำสายเล็กๆ ไม่สามารถรองรับน้ำฝน ที่ตกลงมาทั่วท้องจักรวาลได้ เพราะกิเลสเหล่านั้นแทรกซึมอยู่เต็มไปหมด จนไม่มีที่ว่างให้บรรจุ กามทั้งหลายเป็นบ่วงแห่งมาร เป็นเหตุให้เกิดความประมาทจนแทบสิ้นชีวิต”

เพราะฉะนั้น เราต้องมีสติเตือนตนเองให้ดี อย่าตกอยู่ในอำนาจของกิเลส ให้หมั่นเจริญสมาธิภาวนา ทำให้หยุดนิ่งเฉยใจต้องหยุดอย่างเดียวเท่านั้น จึงจะหลุดพ้นจากกิเลสเครื่องเศร้าหมอง เหลือไว้แต่ความบริสุทธิ์ล้วนๆ ที่เป็นวิราคะตวิราคะธรรม หหมดความทะยานอยากในรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ในกามภพ รูปภพ อรูปภพ ใจหยุดเท่านั้นจึงจะหลุดพ้นจากกิเลสอาสวะได้ หลวงปู่วัดปากน้ำ ภาษีเจริญ ท่านจึงกล่าวว่า “หยุดเป็นตัวสำเร็จ” ถ้าไม่หยุดก็ไม่สำเร็จ ดังนั้นให้หมั่นฝึกใจให้หยุดนิ่ง ไม่ว่าเราจะมีภารกิจอันใดก็ตาม อย่าให้อะไรมาเป็นอุปสรรคทำให้เราเกียจคร้านในการทำสมาธิเพียร เราจะต้องตั้งใจมั่นว่าจะปฏิบัติธรรมให้เข้าถึงพระธรรมกายภายในให้ได้

