

กฎเกณฑ์กรรม

๒. สุทธิวิ มุม ๗๒๖



หนังสืออดีตลำดับที่ ๗๘

กฎเกณฑ์กรรม : สุภีร์ ทุมทอง

พิมพ์ครั้งที่ ๑ : พฤษภาคม ๒๕๕๒

จำนวนพิมพ์ : ๑๐,๐๐๐ เล่ม

จัดพิมพ์ถวายโดย : ชมรมกัลยาณธรรม
๑๐๐ ถนนประโคนชัย ตำบลปากน้ำ อำเภอเมือง
จังหวัดสมุทรปราการ ๑๐๒๗๐ โทรศัพท์ ๐-๒๗๐๒-๗๓๕๓

จัดรูปเล่ม : บริษัท วิถีทำ จำกัด โทร ๐๘๖-๗๘๗-๘๘๐๐

แยกสี : Canna Graphic โทร ๐๘๖-๓๑๔-๓๖๕๑

ภาพปก-ภาพประกอบ: นายสหภาพ ปานทอง, น.ส.กษิรปัทม์ ปานทอง,
น.ส.บุศรปริศ ปานทอง

จัดพิมพ์โดย : บริษัท ชุมทองอุตสาหกรรมและการพิมพ์ จำกัด
๕๙/๘๑ ซอย ๘/๑ ถนนปิ่นเกล้านครชัยศรี
แขวงศาลาธรรมสพน์ เขตทวีวัฒนา
กรุงเทพมหานคร ๑๐๑๗๐
โทรศัพท์ ๐-๒๘๘๕-๗๘๗๐-๓ โทรสาร ๐-๒๘๘๕-๗๘๗๔

สัพพทานัง ธัมมทานัง ชีนาติ
การให้ธรรมะเป็นทาน ย่อมชนะการให้ทั้งปวง
www.kanlayanatam.com

คำปรารภ จาก ผู้บรรยาย

หนังสือ “กฎเกณฑ์กรรม” นี้ เรียบเรียงจากคำบรรยายในหัวข้อศึกษาและปฏิบัติธรรม ที่เป็นซ์ทองหล่อกรุงเทพฯ ซึ่งบรรยายทุกวันอังคารที่ ๑ และ ๓ ของเดือนเวลาประมาณ ๑๘.๐๐ - ๑๙.๓๐ น. คำบรรยายที่เกี่ยวกับเรื่องกรรมนี้ ถอดเทปมาจากการบรรยายครั้งที่ ๑๑ เมื่อวันที่ ๑ เมษายน ๒๕๕๑ และครั้งที่ ๑๒ เมื่อวันที่ ๒๒ เมษายน ๒๕๕๑ คุณสนทนา เอมดิษฐ์ และคุณจีระภา เข็มทอง เป็นผู้ถอดเทป ผู้บรรยายได้นำมาปรับปรุงเพิ่มเติมตามสมควร

เนื้อหาที่บรรยายนั้น ให้ความเข้าใจเกี่ยวกับกรรมเริ่มตั้งแต่มุมมองอย่างกว้างที่สุด คือ กรรมในฐานะกฎธรรมชาติ และได้แยกแยะกรรมในแง่มุมต่างๆ เพื่อให้

เกิดความเข้าใจกรรมอย่างถูกต้องและครอบคลุม โดย
วัตถุประสงค์ของการเรียนรู้เรื่องกรรม คือ การกลับมา
จิตสำนึกในการฝึกฝนพัฒนาตนเองด้วยความพากเพียร
ให้เป็นผู้มีสติสัมปชัญญะ มีความรู้ตัวในการทำ การพูด
การคิด จนกระทั่งรู้จักการประพฤติพรหมจรรย์ คือ การ
ฝึกฝนตนเองตามหลักไตรสิกขาเพื่อให้อริยมรรคเกิดขึ้น
อิสระจากกรรม ไม่ต้องมาเวียนว่ายตายเกิดอีกต่อไป

ขออนุโมทนาผู้ที่เกี่ยวข้องในการทำหนังสือเล่มนี้และ
ขอขอบคุณญาติธรรมทั้งหลายที่มีเมตตาต่อผู้บรรยาย
เสมอมา หากมีความผิดพลาดประการใด อันเกิดจาก
ความด้อยสติปัญญาของผู้บรรยาย ก็ขอมาต่อพระ
รัตนตรัยและครูบาอาจารย์ทั้งหลาย และขอโหสิกรรม
จากท่านผู้อ่านไว้ ณ ที่นี้ด้วย

สุวิริ ทุมทอง
ผู้บรรยาย



สารบัญ

กฎเกณฑ์กรรม ๑	หน้า	๘
กรรมเป็นปฏิจจสมุปปาทฝ่ายเกิดทุกข์	หน้า	๑๘
เราเป็นทายาทของกรรม	หน้า	๒๖
ความเห็นผิดเกี่ยวกับกรรม	หน้า	๔๑
กรรมกับความเพียร	หน้า	๔๘
สิ่งที่ควรทราบเกี่ยวกับกรรม ๖ อย่าง	หน้า	๕๗
กฎเกณฑ์กรรม ๒	หน้า	๘๙
รู้กรรม รู้พรหมจรรย์	หน้า	๑๒๐
กรรมเก่า กรรมใหม่	หน้า	๑๒๖
อนุสาสนี	หน้า	๑๓๕
ประวัติผู้บรรยาย อ.สุภีร์ ทุมทอง	หน้า	๑๔๑

กฎเกณฑ์กรรม ตอนที่ ๑

บรรยายวันที่ ๑ เมษายน ๒๕๕๑

ขอนอบน้อมต่อพระรัตนตรัย

สวัสดีครับท่านผู้สนใจในธรรมะทุกท่าน

จะพูดถึงเรื่อง กรรมตอนที่ ๑ เรื่องกรรมนี้จะพูด ๒ ครั้ง โดยจะอธิบายกรรมในแง่มุมต่างๆ ให้ท่านฟัง ในคราวก่อนๆ ก็ได้พูดถึงวิธีการปฏิบัติธรรม การฝึกสติสัมปชัญญะ ให้เราสามารถรู้เท่าทันความคิดความรู้สึกของตนเอง จนกระทั่งเข้าใจตนเองอย่างแจ่มแจ้ง ถึงการ

อยู่เหนือโลกได้ อันนั้นเป็นขั้นสูงสุด แต่ว่าเราทั้งหลาย ยังอยู่ในโลก ยังมีการทำกรรมวนเวียนอยู่ ดังนั้นจึงควร เข้าใจเรื่องกรรมให้ถูกต้อง เพราะการอยู่ในโลกนี้ต้องมี การทำกรรม **มีการรับรู้โลกและมีการกระทำคืนต่อโลก** เรา จะได้อยู่กับโลกได้อย่างถูกต้อง ประพฤติต่อโลกอย่างถูกต้อง ในขณะที่เรายังไม่ถึงการพ้นทุกข์ ยังไม่ได้บรรลุธรรม ก็ต้องสำรวจระวังในการกระทำต่างๆ เอาไว้

หลักความจริงกับหลักปฏิบัติต่อความจริง

คำสอนของพระพุทธเจ้านั้น ถ้าแยกออกก็มีอยู่ ๒ แนวหลักๆ

แนวที่ ๑ คือ พระองค์ทรงแสดง**ความจริงของธรรมชาติ** ธรรมชาติมันเป็นเช่นนั้นของมันเอง เป็นธรรมชาติ เป็นธาตุ ไม่มีใครที่เป็นผู้มีอำนาจอยู่เบื้องหลังเลย เป็นแต่ธรรมชาติล้วนๆ ที่เป็นไปตามเหตุปัจจัย ไม่มีใครมีอำนาจดลบันดาลอะไร พระองค์ทรงสอนเรื่อง อิทัปปัจจยตา ปฏิจจสมุปบาท ไตรลักษณ์ เพราะสิ่งนี้มี สิ่งนี้จึงมี เพราะการเกิดขึ้นของสิ่งนี้ สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น เพราะสิ่งนี้ไม่มี สิ่งนี้จึงไม่มี เพราะการดับไปของสิ่งนี้ สิ่งนี้จึงดับไป สิ่งนี้เป็นเหตุ สิ่งนี้เป็นผล สิ่งที่เป็นผลก็เป็นเหตุให้สิ่งอื่นต่อไปเรื่อยๆ ทุกสิ่งอาศัยกันและกันเกิดขึ้น ไม่มีสิ่งไหนที่อยู่ได้อย่างโดดเดี่ยวหรืออยู่ได้มันคงถาวรด้วยตัวเอง มีแต่

สิ่งที่เกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัยและแตกดับไปตามสมควร ทุกสิ่งทุกอย่างเป็นไปตามกฎไตรลักษณ์ คือ เป็นสิ่งไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา เกิดขึ้นแล้วก็ต้องดับไป คงอยู่ได้ไม่นาน อยู่ได้เพียงชั่วคราว จากไม่มีก็มา มีขึ้น จากมีแล้วก็ไปสู่ความไม่มีในที่สุด

ที่สิ่งต่างๆ มันมีเหตุจึงเกิดขึ้นแล้วเปลี่ยนแปลงไปตามเหตุ เรียกว่า **อิทัปปัจจยตา** ความมีสิ่งนี้เป็นปัจจัย จึงมีสิ่งนี้ และเรียกว่า **ปฏิจจสมุปบาท** สิ่งทั้งหลายอิงอาศัยกันและกันจึงเกิดขึ้น สิ่งไหนที่เกิดขึ้นแล้วมันก็มีลักษณะที่เป็น**ไตรลักษณ์** คือ เป็นของไม่เที่ยง เกิดขึ้นแล้วมันต้องดับไป สิ่งที่เกิดขึ้นนั้นเกิดจากปัจจัยหลายอย่าง มีปัจจัยที่ทำให้มันเกิดมากมาย ปัจจัยที่ทำให้เกิดก็เป็นของไม่เที่ยง สิ่งที่เกิดจากปัจจัยก็เลยพลอยไม่เที่ยงไปด้วย นี้เรียกว่า สิ่งนั้นมันทนอยู่ในสภาพเดิมของมันไม่ได้ มันเป็นทุกข์ ไม่สมบูรณ์ในตัวมันเอง จะเอาเป็นที่พึ่งพิงจริงๆ

ไม่ได้ และ เป็นอนัตตา ไม่สามารถบังคับบัญชาเอาตามใจชอบได้ หรือจะไปแสวงหาตัวตนถาวร แสวงหาผู้มีอำนาจบังคับนั้น ไม่สามารถที่จะหาได้ มีแต่สิ่งที่เป็นไปตามเหตุปัจจัยล้วนๆ เกิดขึ้นเป็นคราวๆ สิ่งที่เกิดขึ้นแล้วดับไป เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่มีบุคคลหรือผู้มีอำนาจอยู่เบื้องหลัง อันนี้คือกฎความจริงของธรรมชาติ

เมื่อทรงแสดงความจริงอย่างนี้แล้ว พระองค์ก็สอนวิธีการปฏิบัติเพื่อให้ได้รับประโยชน์จากความจริงด้วย เป็นคำสอนแนวที่ ๒ ซึ่งพระองค์ทรงเน้นมากเป็นพิเศษ เพราะว่าถึงพระองค์จะตรัสรู้ความจริงของธรรมชาติแล้ว ถ้าไม่มีพระธรรมต่างๆ มาสอนเรา ไม่มีวิธีการปฏิบัติมาแนะนำ เราก็ไม่สามารถเกิดปัญญาที่จะเห็นอย่างนั้นได้ *ความจริงเป็นสิ่งสำคัญ แต่ที่สำคัญกว่าคือทำอะไรจะเกิดปัญญาได้เห็นความจริง* ผู้ที่พ้นทุกข์แล้ว ผู้ที่ถึงวิมุตติหลุดพ้นแล้ว ท่านมาบอกความจริงให้ฟัง นี่ก็เป็นความรู้ของท่าน

ที่สำคัญกว่านั้นคือทำอะไรเราจะหลุดพ้นได้บ้าง อันนี้แหละที่สำคัญ

จึงมีคำสอนประเภทที่ ๒ ขึ้นมา แสดงถึง**วิธีการปฏิบัติเพื่อให้ได้รับประโยชน์จากความจริง** คือคำสอนในแนวปฏิบัติ วางกรอบหลักการในการปฏิบัติตามแนว**อริยสัจ ๔** ก็ดี เรื่องของ**กรรมก็ดี** เรื่องการปฏิบัติตามลำดับใน**ไตรสิกขา** จนกระทั่ง**อริยมรรค**ทั้งแปดสมบูรณ์ รวมทั้งข้อปฏิบัติอื่นๆ ที่เป็นคำสอนแนวจริยธรรมทั้งหมด ก็เป็นวิธีการปฏิบัติที่จะทำให้ได้รับประโยชน์จากความจริง

หลักคำสอนเรื่องอริยสัจ เป็นคำสอนประเภทหลักการที่ครอบคลุมการรู้ความจริงของธรรมชาติ นำมาใช้ในการปฏิบัติเพื่อให้ถึงการพ้นทุกข์ พระองค์สอนว่าทุกขอริยสัจให้รู้ให้แจ่มแจ้ง ให้รู้ว่ามันเป็นตัวทุกข์ ทุกข์ที่เกิดขึ้นนั้นเป็นของไม่เที่ยง เป็นของแปรปรวน มีเหตุ

เกิดขึ้นเป็นคราวๆ แล้วก็ดับไป หน้าที่ของเราคือเข้าใจ มั่นใจให้แจ่มแจ้ง ตุ่มันตามที่เป็นจริง เมื่อดูบ่อยๆ ก็เข้าใจ มีปัญญาเกิดขึ้น ตัณหาก็หมด

อริยสัจ ๔ เป็นคำสอนที่พระองค์สอนวิธีการที่เรา จะได้รับประโยชน์จากความจริง **ประโยชน์สูงสุดของความ เป็นมนุษย์คือทำให้ตนเองพ้นทุกข์** ถ้าเราเข้าใจเรื่อง อริยสัจ ๔ เพียงอย่างเดียว ก็เข้าใจทั้งกฎความจริงและ เข้าใจวิธีการปฏิบัติไปด้วยในตัว แต่บางครั้งเราไปสนใจ คำสอนแง่ใดแง่หนึ่งมากเกินไป ลืมศึกษาคำสอนอีกแง่หนึ่ง ก็อาจจะเข้าใจผิดพลาดได้ เช่น เราสนใจเรื่องกรรม เราก็ ศึกษาในเรื่องกรรมแง่มุมเดียว เราอาจจะเกิดความเข้าใจ ผิดในเรื่องอื่นๆ ได้ ฉะนั้น เวลาเราศึกษาคำสอน จึงควร ศึกษาให้ครบทุกแง่มุม ศึกษาเรื่องกฎความจริงว่าเป็น อย่างไร วิธีการปฏิบัติเพื่อให้ได้รับประโยชน์จากความจริง มีวิธีการอย่างไร โดยเฉพาะที่สำคัญก็คือเรื่องอริยสัจ ๔

ซึ่งได้อธิบายไปแล้วในครั้งก่อนๆ

อริยสัจ ๔ พูดถึงเรื่องทุกข์ คือ กายกับใจที่เปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ให้เราดูให้เข้าใจว่า แท้ที่จริงเป็นทุกข์ล้วนๆ ไม่ใช่ตัวเรานะ ไม่ใช่สุขบ้างทุกข์บ้าง ไม่ใช่เห็นทุกข์อย่างหนึ่งไปเอาทุกข์ อีกอย่างหนึ่ง **ทุกข์ให้รู้** ที่ต้องละคือตัณหา ความต้องการ ความทะยานอยากของจิต ความอยากได้ดี อยากหนีร้าย อยากจะบังคับนั้นบังคับนี้ให้ได้ดังใจ **สมุทัยนี้ควรละ นิโรธ คือพระนิพพานควรทำให้แจ้ง** ทำให้เป็นอารมณ์ของจิต จิตได้เห็นเป็นประสบการณ์ตรง **อริยมรรคมีองค์แปดควร ทำให้เจริญ**

หลักปฏิบัติที่ครอบคลุมที่สุด ก็คือหลักอริยสัจ นี้แหละ ถ้าเข้าใจอริยสัจแล้วต่อไปเราก็จะเข้าใจหลักอื่นๆ ที่พระองค์ทรงแสดงได้ดี เช่น เรื่องกรรม กรรมก็เป็น

ส่วนหนึ่งของอริยสัจนั่นเอง แต่เป็นส่วนที่ท่านอธิบายให้เห็นว่า กระบวนการเกิดทุกข์มาได้อย่างไร และการวนเวียนของวัฏฏะเป็นไปได้อย่างไร เป็นส่วนหนึ่งของอริยสัจในเรื่องทุกข์สมุทัย มรรคมีองค์แปดหรือไตรสิกขา ก็เป็นส่วนหนึ่งของอริยสัจ เป็นข้อปฏิบัติที่ทำให้ถึงความอิสระจากทุกข์ ที่เรียกว่าทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาอริยสัจ เป็นการฝึกฝนให้เกิดวิชาขึ้นมา

ถ้าพูดถึงการปฏิบัติแท้ที่จริงแล้วไม่มีอะไรมาก เป็นการสร้างวิชาให้เกิดขึ้น เมื่อมีวิชาที่สว่าง มองเห็นความจริง ที่เราวนเวียนอยู่เพราะมีวิชาเหลืออยู่ ก็เลยไปสร้างอภิสังขาร มีกิเลสต่างๆ ไปทำกรรมวนเวียน ทำกรรมแล้วก็มีวิบากเป็นผล ที่นี้ ถ้าเราต้องการพ้นจากวงจรกรรมนี้ต้องมีวิชา มีความรู้ความเข้าใจในชีวิต เมื่อหมดอวิชชา มีวิชาเกิดขึ้นก็ไม่หลงปรุงแต่งสังขาร ไม่เกิดการทำกรรมอีก ที่ยากคือความเคยชินของจิตที่มี

ความหลง มีความเห็นผิด มีความยึดมั่นถือมั่นมาก ไม่รู้ อริยสัจ จึงมีวิธีการฝึกฝนต่างๆ ที่พระองค์ทรงสอนไว้

ฉะนั้น สรุปแล้ว คำสอนแยกเป็น ๒ แนวหลักๆ คือ

- (๑) แสดงกฎความจริงแห่งธรรมชาติ
- (๒) แสดงวิธีการปฏิบัติเพื่อได้รับประโยชน์จากความจริง

กรรมเป็นปฏิจสมุปปาทฝ่ายเกิดทุกข์

วันนี้จะอธิบายเรื่องกรรม ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งในกฎธรรมชาติ กฎธรรมชาติฝ่ายที่เป็นไปตามเหตุปัจจัยหลักใหญ่ที่สุด ก็คือกฎอิทัปปัจจยตาปฏิจสมุปปาท ซึ่งมีความหมายว่า ทุกสิ่งเป็นไปตามกฎเกณฑ์ธรรมชาติ มีความสัมพันธ์และเป็นปัจจัยอิงอาศัยซึ่งกันและกัน ไม่มีสิ่งใดที่เป็นของเที่ยงแท้ถาวร และไม่มีตัวการอื่นที่เป็นผู้สร้างหรือผู้มีอำนาจบันดาล นี่คือตัวกฎแท้ๆ เราจึงไม่ต้องไปหาว่า มีใครคอยบังคับอยู่เบื้องหลัง แท้ที่จริงมีแต่ธรรมะทั้งนั้นแหละ ธรรมะล้วนๆ นะ ธรรมะเป็นไปอย่างนั้นของมันเอง เมื่อคนเข้าถึงธรรมะแล้ว ก็ไม่มีสิ่งอื่นที่จะต้องเข้าถึงอีก การเข้าถึงธรรมะคือเข้าถึงปฏิจสมุปปาท **ผู้ใดเห็นปฏิจสมุปปาทผู้นั้นชื่อว่าเห็นธรรมะ ผู้ใดเห็นธรรมะ ผู้นั้นชื่อว่าเห็นพระพุทธเจ้า**

กฎธรรมชาตินี้มีทั้งฝ่ายที่ทำให้เกิดทุกข์ และฝ่ายที่ทำให้หมดทุกข์ นี้พูดถึงกระบวนการทำงานในจิตใจเรานะ มีฝ่ายเกิดทุกข์กับฝ่ายหมดทุกข์ สิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงรู้มีมาก แต่ที่พระองค์นำมาแสดงนั้น**เฉพาะเรื่องทุกข์กับการพ้นไปแห่งทุกข์เท่านั้น** เพราะว่า เรื่องอื่นๆ เป็นความรู้ที่เกินจำเป็นสำหรับเราทั้งหลาย เราอาจมีความรู้สร้างเครื่องมือต่างๆ มากมาย มาใช้สำหรับอำนวยความสะดวก ให้เรามีชีวิตที่สะดวกสบายขึ้น อย่างนั้นก็ดีเหมือนกัน แต่ไม่ทำให้พ้นทุกข์จริง ที่พระองค์สอนจริงๆ ก็คือเรื่องทุกข์กับการพ้นไปแห่งทุกข์

คำสอนที่เกี่ยวกับกระบวนการเกิดทุกข์วนเวียนเป็นปฏิจสมุปปาทฝ่าย**สมุทยวาระ** และคำสอนที่เกี่ยวกับกระบวนการพ้นทุกข์ เป็นปฏิจสมุปปาทฝ่าย**นิโรธวาระ** ทั้งฝ่ายเกิดทุกข์และการพ้นไปแห่งทุกข์นี้เป็นกฎเกณฑ์ตามธรรมชาติล้วนๆ มีความสัมพันธ์เป็นปัจจัยอิงอาศัยกัน

กรรมก็เป็นส่วนหนึ่งในนั้น เป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการ ทำให้เกิดทุกข์ เป็นปฏิจจสมุปบาทสายเกิดทุกข์ เราอยู่ในโลกก็ต้องทำกรรมวนเวียนไป แต่ต้องทำกรรมให้มันถูกละกรรมที่ไม่ดีออกไป ทำกรรมดี และให้ดีกว่านั้นคือ อยู่เหนือกรรม

กระบวนการเกิดทุกข์นี้ ถ้าพูดให้ย่อที่สุด ท่านจัดเป็นอย่างนี้ คือ มีกิเลส กรรม วิบาก เป็นของวนเป็นวงกลม เรามีกิเลสในใจ มีความไม่รู้หรือริยสัจ อยากได้ดี อยากหนีร้าย ก็ไปทำกรรม ทำกรรมเพื่อตัวเรา เพราะรู้สึกที่เรามันตัวดีตัววิเศษ เป็นตัวสุข ตัวที่จะทำให้ถึงการพ้นทุกข์ ตัวที่จะถึงพระนิพพาน แม้แต่นักปฏิบัติธรรมก็คิดอย่างนั้นเหมือนกัน แต่พระพุทธเจ้าไม่ได้สอนอย่างนั้น ทรงสอนว่าไม่มีตัวเราจริง ความรู้สึกว่าเป็นตัวเรานี้เริ่มต้นผิด เริ่มต้นว่ามีตัวเรา อยากให้ตัวเรามีความสุข อยากให้ตัวเราพ้นทุกข์ อยากให้ตัวเราถึงพระนิพพาน ก็ไปหาวิธี

ปฏิบัติธรรมต่างๆ นานา อันนี้ก็เกิดกิเลสขึ้นมา เราก็ไปทำกรรม ได้เป็นคนดีอย่างที่เราคาดเอาไว้ ได้เป็นนักปฏิบัติธรรม ได้ใจสงบไม่ฟุ้งซ่าน จนบางคนไปเป็นพรหม แต่ละคนเก่งไม่เหมือนกัน มีกิเลสไปทำกรรม เมื่อมีการทำกรรมก็ได้รับผลของกรรม ดีบ้าง ไม่ดีบ้าง สุขบ้าง ทุกข์บ้าง ก็ยังไม่รู้ความจริง มีกิเลส ไปทำกรรม ได้รับผลวิบาก วนเวียนเป็นวงกลมอย่างนี้ เป็นวัฏฏะ

ในการทำกรรมนั้น ก็ทำให้เราเป็นคนดีบ้าง มีความรู้สึกว่าเป็นนักปฏิบัติธรรมบ้าง มีความรู้สึกที่เราเป็นนั่นเราเป็นนี่บ้าง มีความรู้สึกที่เราเก่งขึ้นบ้าง มีความรู้สึกที่เราสามารถบังคับสิ่งนั้นบังคับสิ่งนี้ได้บ้าง หนึ่ง นานๆ บังคับไม่ให้เจ็บหลังก็ได้ อะไอย่างนี้ ที่รู้สึกว่ามีตัวเรา ที่รู้สึกว่าจะบังคับได้ ก็เกิดจากกิเลสของเรานั้นเอง พระพุทธเจ้าท่านสอนว่ามันบังคับไม่ได้ การที่เรารู้สึกว่าเป็นนักปฏิบัติธรรม เป็นคนดี ก็เป็นอาการของทุกข์

อย่างหนึ่ง แต่เป็นทุกข์แบบคนดี คนไม่ดีก็ทุกข์แบบ
คนไม่ดี คนดีก็ทุกข์แบบคนดี เทวดาก็ทุกข์แบบเทวดา
พรหมก็ทุกข์แบบพรหม นักปฏิบัติก็ทุกข์แบบนักปฏิบัติ
เพราะยังมีความรู้สึกว่ามีเรา

ทุกข์เกิดขึ้นเพราะมีตัณหาอุปาทาน เกิดการทำกรรม
เกิดทุกข์ ทุกข์ที่เกิดขึ้นคือความรู้สึกว่า มีเราเป็นคนใด
คนหนึ่ง ไม่ได้เกิดความรู้สึกว่า แท้ที่จริงแล้ว ไม่มีเราจริง
มีแต่กายกับใจมันทำงานของมันไป จิตคิดดีก็เรื่องของจิต
จิตคิดไม่ดีก็เรื่องของจิต จะสุขก็เรื่องของจิต จะทุกข์ก็
เรื่องของจิต จะถึงพระนิพพานก็เรื่องของจิต ไม่เกิด
ความรู้สึกอย่างนี้ เราเกิดความรู้สึกว่า มีเราทำได้ การที่
เราต้องการดี ทำดี นี้ก็เกิดจากกิเลสได้เหมือนกัน

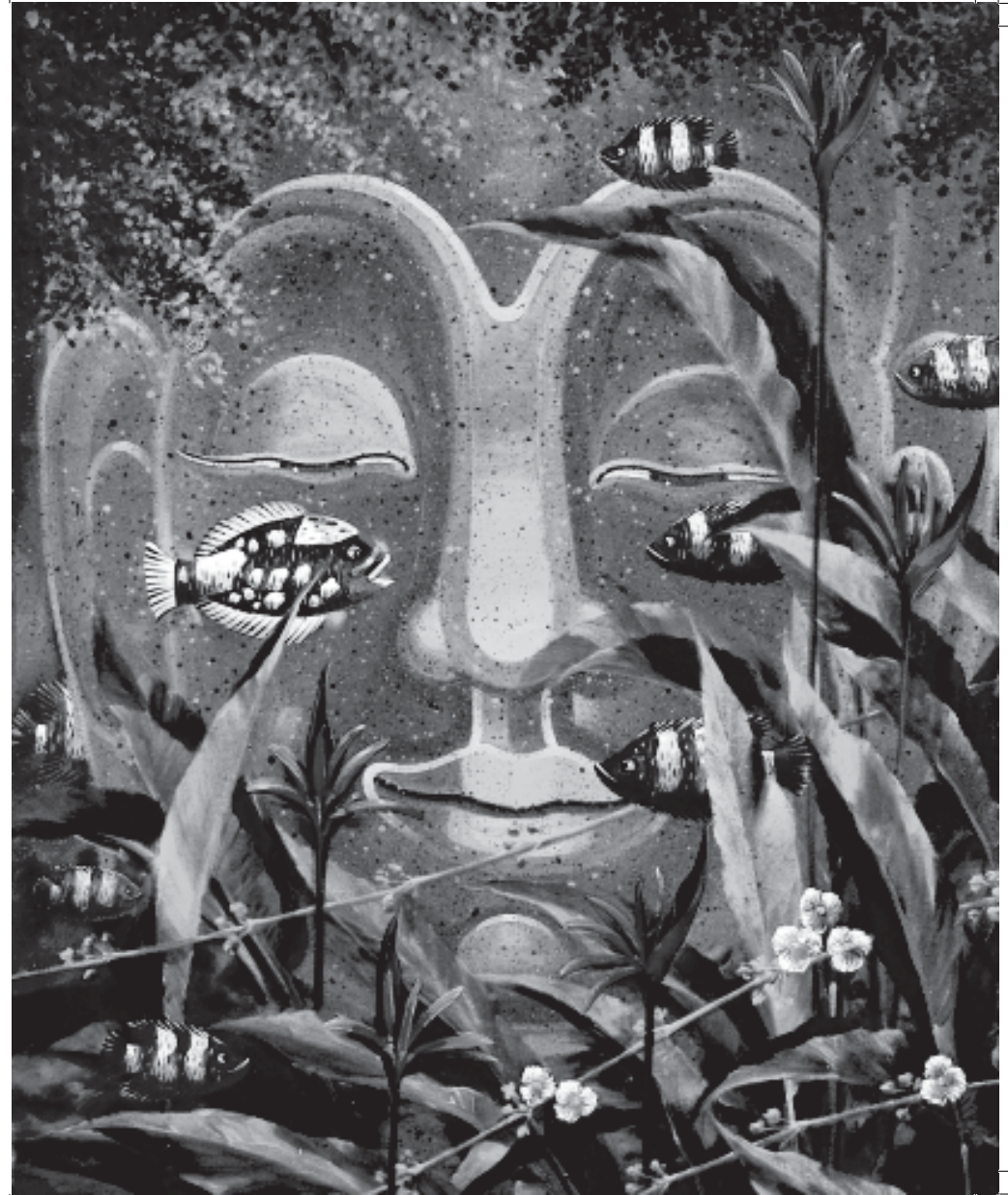
ถ้ามีกิเลสมากๆ เห็นแก่ตัวมากๆ ก็อาจไปทำผิด
ศีลธรรมอะไรต่างๆ ได้ ฆ่าสัตว์ ลักทรัพย์ ประพฤติผิด

ในกาม พวดโกหก เป็นคนไม่ดี จะได้รับวิบากที่ไม่ดี ตาย
ไปก็ไปเกิดในอบายภูมิ กระบวนการปฏิเสธสมุปปาทสหาย
เกิดทุกข์นี้ เป็นทางฝ่ายดีก็ได้ ฝ่ายไม่ดีก็ได้ เรียกว่า การ
สร้าง**อภิสังขาร** ฝ่ายไม่ดีเรียก **อบุญญาภิสังขาร** ฝ่ายดี
เรียก **บุญญาภิสังขาร** กับ **อเนญชาภิสังขาร**

เวลาละกรรมนั้น เราละกรรมที่ไม่ดีก่อน ละภพ
ภูมิที่ไม่ดีก่อน ไม่ใช่จะละทั้งหมดเลยทีเดียว อย่างเช่น
ท่านที่เป็นพระโสดาบันแล้วไม่มีทางไปเกิดอบายภูมิแล้ว
ปิดอบายภูมิได้แล้ว นี่ท่านละภพภูมิที่ไม่ดีหมดแล้ว ภพ
ภูมิที่ดียังเหลืออยู่ ถ้ายังไม่เป็นพระอรหันต์ก็ยังไม่เกิดอีก
จิตใจเราก็ทำนองเดียวกัน ถ้าเรารู้เท่าทันความคิดความ
รู้สึกของตนเอง ความรู้สึกฝ่ายลบก็จะค่อยๆ หายไป ความ
รู้สึกฝ่ายบวกก็จะมากขึ้นๆ ไปตามลำดับ มีความเมตตา
เห็นอกเห็นใจคนอื่นมากขึ้น เห็นว่า สัตว์ทั้งหลายเป็น
เพื่อนเกิด แก่ เจ็บ ตาย ด้วยกันทั้งนั้น มีหิริโอตตปปะ

๒๔ กฏเกณฑ์กรรม

เพิ่มมากขึ้น ถ้ามีสัมมาทิฐิก็จะไม่ติดข้องในสภาวะเหล่านี้
จิตใจก็มีศีล มีสมาธิ มีปัญญา แต่ไม่ติดข้องในศีล
ในสมาธิ ปัญญาเหล่านั้น เห็นว่าสิ่งเหล่านั้นเป็นแพสำหรับ
ข้ามไปเท่านั้นเอง



เราเป็นทายาทของกรรม

ดูความหมายของคำว่า **กรรม** ก่อน ตามกรรมนิยาม กฎของกรรมนั้นเป็นกฎที่ว่าด้วยการกระทำโดยมีเจตนาของมนุษย์ ซึ่งเป็นปัจจัยส่วนหนึ่งในการทำให้สิ่งต่างๆ เปลี่ยนแปลง เป็นกฎที่เป็นความรับผิดชอบของมนุษย์ ซึ่งกฎของกรรมนี้เป็นกฎใหญ่ของมนุษย์ **คนที่เกิดมาเป็นมนุษย์นี้ถือว่าเป็นชุมทางที่เราจะเลือกไปไหนก็ได้** จะเลือกไปเป็นเทวดาก็ได้ จะเลือกไปเป็นพรหมก็ได้ แม้บางคนไม่อยากจะไปอบายภูมิ แต่เข้าใจผิด มีอริชชามาก มีมิจฉาทิฐิมาก ทำความชั่วก็ไปอบายภูมิได้ หรือบางคน มีปัญญามาก พัฒนาตนเองจนกระทั่งพ้นทุกข์ อยู่เหนือโลก ไม่เกิดอีก อย่างนี้ก็ได้ ฉะนั้น ภพภูมิมนุษย์นี้เป็นชุมทางสำหรับเลือกไปภพภูมิต่างๆ บางคนมีอินทรีย์แก่กล้า หรือมีบารมีเต็ม ก็สามารถบรรลุธรรมได้ถึงขั้นสูงสุด เพราะในภูมิมนุษย์มีการประพฤติพรหมจรรย์อันยอดเยี่ยม

ตัวกรรมนิยามนี้เป็นการกระทำโดยเจตนาของมนุษย์ ซึ่งสัตว์ทั้งหลายไม่ค่อยมี สัตว์ต่างๆ นั้น เกิดในอบายภูมิแล้ว ส่วนใหญ่เกิดมารับผลของกรรมอย่างเดียว ใช้สัญชาตญาณในการดำเนินชีวิต ไม่เหมือนมนุษย์ มนุษย์นี้ไม่ได้ใช้สัญชาตญาณอย่างเดียว มีกรรมเก่าด้วย และก็มีกรรมใหม่ที่ประกอบด้วยเจตนาทั้งทางกาย ทางวาจา ทางใจ สามารถเปลี่ยนแปลงสิ่งต่างๆ ได้มาก โดยเฉพาะอุปนิสัยใจคอ ฉะนั้น จึงอยู่ที่ว่า เราจะเลือกเป็นคนดี เลือกจะไปสบาย เลือกจะไปสุคติโลกสวรรค์ หรือเลือกที่จะถึงการพ้นทุกข์ เลือกที่จะออกจากโลก มนุษย์มีความสามารถพิเศษ กฎแห่งกรรมจึงเป็นของมนุษย์แท้ๆ

ท่านได้เกิดเป็นมนุษย์แล้วก็ควรภูมิใจ พระพุทธเจ้าตรัสว่า มนุษย์นี้ดีกว่าเหล่าเทวดาอยู่หลายประการด้วยกัน เทวดาดีกว่ามนุษย์ในแง่ของอายุยาวกว่า ทรัพย์สมบัติ

เยอะกว่า แต่มนุษย์ดีกว่า โนเงว่า มนุษย์มีทั้งสุขและทุกข์ จะทำให้มีสติปัญญาเร็วขึ้น มีความพากเพียรเข้มแข็งมากกว่า **กฏแห่งกรรมนี้แหละเป็นกฏของมนุษย์โดยตรง** ถ้าอยากให้สิ่งใดสิ่งหนึ่งเปลี่ยนแปลง เราก็ใช้ **กฏแห่งกรรมคือการกระทำโดยเจตนาเป็นหัวหน้าทำลง** ไปสิ่งต่างๆ ก็จะเปลี่ยนแปลง แต่สิ่งต่างๆ จะเปลี่ยนแปลงอย่างไรนั้น ก็มีกฎธรรมชาติอื่นๆ แวดล้อมอยู่ด้วย

กฎธรรมชาตินั้นไม่ใช่มีกฏแห่งกรรมอย่างเดียว กรรมเป็นเพียงส่วนหนึ่ง แต่กฏแห่งกรรมนี้เป็นความรับผิดชอบของมนุษย์ ฉะนั้น หากเราลงมือทำจึงมีโอกาสที่จะเปลี่ยนแปลงได้มาก แม้แต่ชีวิตเราเอง ถ้าเราขยันฝึกฝน เราต้องการเป็นคนดี เราก็ปรับปรุงตัว ทำตัวเป็นคนดีมีศีลธรรม มีจิตใจที่ดีงาม ต่อไปเราก็ไปสู่คติโลกสวรรค์ หรือการประพฤติพรหมจรรย์เพื่อถึงความสิ้นทุกข์ มนุษย์สามารถทำได้

ตัวเรานี้แหละมีกรรมเป็นของตน เป็นทายาทของกรรม ไม่ใช่ทายาทของคนอื่น ไม่ใช่ทายาทของผู้มีอำนาจ ไม่ใช่ทายาทของใครทั้งนั้น เป็นทายาทของกรรมที่ตนได้ทำมาแล้ว ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ใน *อังคุตตรนิกาย ปัญจกนิบาต ฐานสูตร* ว่า

*กมฺมสฺสโกมฺหิ กมฺมทายาทो กมฺมโยนิ กมฺมพณฺธุ
กมฺมปฏิสฺสรโณ, ยํ กมฺมํ กริสฺสามิ กลฺยาณํ वा ปาปกํ वा,
ตสฺส ทายาทो ภวิสฺสามิ*

*เรามีกรรมเป็นของตน มีกรรมเป็นทายาท มีกรรมเป็นกำเนิด มีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์ มีกรรมเป็นที่อาศัย เรา
กระทำความใด ดีก็ตามชั่วก็ตาม เราจักเป็นทายาทของ
กรรมนั้น*

เราเป็นผู้มีกรรมเป็นของตน ที่เราได้เกิดมาเป็นมนุษย์นี้ สมบัติอันหนึ่งที่เราได้ติดตัวมาคือกรรม **กรรมเก่าที่เราได้มา คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ** นับจากชาติอันมีเบื้องต้นซึ่งหาที่สุดไม่ได้ ที่เราได้มาคือกรรมเก่าที่เราได้ทำเอาไว้แล้ว ได้ตา ได้หู ได้จมูก ได้ลิ้น ได้กาย และได้ใจ พร้อมทั้งคุณภาพของใจที่เป็นอย่างนี้ เป็นคนที่มีอุปนิสัยใจคออย่างนี้ คุณภาพของใจนี้สำคัญ เราอยากรู้ว่า ในอดีตเราเป็นคนอย่างไร ทำกรรมชนิดไหนมามาก เราก็มองดูที่คุณภาพของใจเราก็ได้ เมื่อเรากระทบอารมณ์ต่างๆ แล้วเกิดปฏิกิริยาของใจตามความเคยชินอย่างไรบ้าง นั้นแหละคือกรรมเก่าที่เราได้สะสมมาตั้งแต่ชาติก่อนๆ

เราอยากจะทำตรงไหนให้มันดีขึ้น เราก็ฝึกฝนเอาเวลามีคนด่าเรา ปกติเราก็โกรธเขา แต่ที่จริงแล้วไม่ได้ อยู่ที่คนด่า แต่อยู่ที่คุณภาพของใจ หากเราไม่เข้าใจเรื่องกรรม เราก็โยนความผิดไปที่อื่น หากคนผิดว่า มีคนนั้น

มาด่าเรา เราจึงโกรธ หากคนนั้นไปด่าพระอรหันต์ พระอรหันต์ก็เฉยๆ มีแต่เมตตาสงสาร ไม่เกี่ยวกับเสียงด่าเลย เกี่ยวกับคุณภาพของใจ ที่ทำให้เป็นอย่างนั้น หากคุณภาพของใจเราไม่ดี มีอวิชชามาก เมื่อมีการกระทบกับอารมณ์แล้ว เกิดเวทนา ก็จะเกิดตัณหาอุปาทาน ทำให้หลงไปทำกรรมใหม่ๆ อีก จิตใจเราที่เป็นอยู่ตอนนี้แหละ คือสิ่งที่เราได้มาจากกรรม เราเกิดตายเป็นเวลานาน ไม่ถ้วน ได้ปัญญามาเท่านี้แหละ

แต่ที่จริงแล้ว อารมณ์หรือสิ่งเร้าภายนอกไม่มีผลมากนัก ที่มีผลจริงๆ ก็คือคุณภาพของใจ ถ้ามีคนมาด่าเรา เราโกรธ ก็เพราะเราไม่มีสติปัญญา ถ้ามีคนมีปัญญาเขาก็เกิดความสงสาร คนที่ด่าผู้อื่นนี่น่าสงสารนะ เขาโกรธแล้ว ใจโดนบีบคั้นเจ็บปวดเป็นทุกข์ ถ้ามีปัญญามากกว่านั้นขึ้นไปอีก เห็นว่า เสียงเป็นสักแต่สิ่งที่กระทบหูแล้วก็ดับไป ไร้แก่นสารสาระ ไม่มีตัวตนใดๆ วางเฉยได้

ผู้ที่วางเฉยได้ทุกอารมณ์คือพระอรหันต์ พระอรหันต์ ท่านมีอุเบกขาในสิ่งทั้งหลายที่ปรากฏทางตา ทางจมูก ทางหู ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ

ฉะนั้น แท้ที่จริงแล้ว อารมณ์หรือสิ่งเร้าภายนอก ไม่มีผลอะไร แต่โดยส่วนใหญ่เราไม่ได้คิดอย่างนี้ เราคิดว่า มีคนอื่นที่เบียดเบียนทำร้ายเรา คนอื่น และสิ่งแวดล้อม สถานการณ์ภายนอกเป็นคนผิด เราเป็นฝ่ายถูก อากาโร เหล่านี้แสดงว่าเราเข้าใจเรื่องกรรมยังไม่ถูก เราชอบหาว่าใครเป็นคนทำผิด สามีว่าเราแล้วเราเลยโกรธ สามีเป็นคนผิด อย่างนี้เป็นต้น

หากเข้าใจเรื่องของกรรมแล้ว เราจะย้อนกลับมาดูที่เจตนาในใจเราเอง เรามีเจตนาในใจอย่างไร เป็นกุศล หรือเป็นอกุศล ดีหรือไม่ดี เป็นบวกหรือเป็นลบ ค่อยๆ ละเจตนาที่ไม่ดี ที่เห็นแก่ตัว ที่ทำร้ายคนอื่นออกไป

แล้วพัฒนาให้ดีขึ้น ถ้าเหนือขึ้นไปกว่านั้น ก็เหนือทั้งดี และไม่ดี มีสติสัมปชัญญะ มีปัญญาเห็นความจริง

แท้ที่จริง ตัวเราที่ได้มานี้ เป็นสิ่งที่ได้มาจากกรรม นั้นแหละ ดังในบาลีท่านว่า **กมฺมสฺสโกมฺหิ** เรามีกรรมเป็นของตน **กมฺมทายาทิ** มีกรรมเป็นทายาท **กมฺมโยนิ** มีกรรมเป็นกำเนิด **กมฺมพฺนฺธุ** มีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์ **กมฺมปฏิสฺสโร** มีกรรมเป็นที่อาศัย

ชีวิตคือตัวเรา มีทั้งกรรมเก่าและกรรมใหม่ กรรมเก่า คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ พร้อมทั้งคุณภาพของใจที่เราได้มาจากการกระทำในอดีต ส่วนกรรมใหม่คือ สิ่งที่เรากระทำลงไปในปัจจุบัน **เราอาศัยทวารทั้ง ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ รับรู้อารมณ์ต่างๆ แล้วเราก็ทำคืนไปทางทวาร ๓ ทางกาย ทางวาจา ทางใจ เป็นการ ทำกรรมใหม่** กรรมที่ทำนี้เป็นของเราละ เราจะกระทำ

กรรมอันใด เป็นกรรมดีก็ตาม กรรมไม่ดีก็ตาม เราจะเป็น
ทายาทของกรรมนั้น

เราได้ร่างกายจิตใจมาแล้วด้วยกรรมเก่า สิ่งนี้เลือก
ไม่ได้ เป็นต้นทุนเดิม อยู่ที่เราจะเลือกทำกรรมใหม่อย่างไร
กรรมใหม่นี้มีทั้งทางกาย ทางวาจา ทางใจ แต่ในทาง
พระพุทธศาสนานั้น ท่านเน้นที่กรรมทางใจคือความคิด
ของเรา กรรมเก่าที่เราสะสมเอาไว้ เป็นความเคยชินของจิต
เป็นบุคลิกลักษณะ อุปนิสัยใจคอ จะแสดงออกมาเป็น
ปฏิกิริยาต่ออารมณ์เวลาที่เรารับรู้

พอเรากระทบกับอารมณ์แล้วก็มีปฏิกิริยาทางใจขึ้นมา
รู้สึกพอใจ ไม่พอใจ โลก โกรธ หลง อยากได้ อิจฉา อย่าง
นี้เป็นต้น สิ่งเหล่านี้เกิดตามความเคยชิน ตามคุณภาพ
ของจิต ถ้าเราฝึกสติสัมปชัญญะ ก็ให้เรารู้ทันลงไปว่า
จิตรู้สึกอย่างไรๆ จิตใจเป็นอย่างไรๆ รู้กิเลสต่างๆ ที่จิต

ปรุงขึ้นมาเมื่อมีการกระทบอารมณ์ ถ้ามีสติสัมปชัญญะดี
กิเลสก็ไม่ครอบงำจิต เราก็ไม่ทำตามกิเลส กรรมเก่าใน
กรณีนั้นก็หมดอำนาจลงไป กรรมเก่ามีอีกเยอะ กระทบ
อารมณ์ใหม่ ก็มีปฏิกิริยาเกิดขึ้นมาตามสมควร

ทีนี้ เวลาที่กระทบอารมณ์แล้ว ถ้าเรารู้ไม่ทัน
สมมติว่า ได้ยินเสียงด่า เราโกรธ รู้ไม่ทันความโกรธ ความ
โกรธก็ครอบงำใจ ความโกรธที่ครอบงำใจเรานี้เป็นกิเลส
เราก็เกิดความคิดและไปพูดไปทำอะไรบางอย่าง การคิด
การพูด การกระทำนั้นเป็นกรรม ความคิดของเราเป็นมโน
กรรม พูดออกไปก็เป็นวจีกรรม ทำออกไปทางกายเป็น
กายกรรม เราก็จะได้รับผลของกรรมต่อไป เริ่มต้นตั้งแต่
ทำกรรมก็ได้รับผลแล้ว คือจิตใจไม่ดี จิตใจสะสมความ
เคยชินที่จะโกรธต่อไปอีก กลายเป็นคนโกรธง่าย รุ่มร้อน
คนรอบข้างก็ไม่ชอบ ส่วนผลวิบากยังไม่ต้องพูดถึงก็ได้
เอาแค่ผลที่เห็นชัดๆ นี้ก็มากมายแล้ว จิตใจเป็นทุกข์นี้

ก็เป็นผลในขณะที่ทำ คนอื่นไม่ชอบหน้า หรืออาจจะมีเรื่องกันจนเขาทำร้ายเอา อย่างนี้ก็เป็นผลชัดๆ ในปัจจุบันนี้เป็นกระบวนการของวงกลมกิเลส กรรม วิบาก

การที่เราทำกรรมด้วยอำนาจวิชา คือความไม่รู้ อริยสัจ จึงก่อให้เกิดผลซับซ้อนเต็มไปหมด เรามัวแต่หลงไม่รู้เท่าทันความคิดความรู้สึกตัวเอง จึงคิดสะเปะสะปะไปทั่ว กิเลสก็เกิดขึ้นครอบงำใจ เราไปทำตาม เกิดกรรมในชีวิตเราดูเหมือนว่า เราเห็น ได้ยิน ดมกลิ่น เจอเรื่องนั้นเรื่องนี้เยอะแยะ สับสนไปหมด เพราะว่าเราทำกรรมสะเปะสะปะ ผลที่ออกมาจึงดูสะเปะสะปะไปด้วย อาการสะเปะสะปะมากที่สุด ก็คือความคิดของเราเอง คิดเรื่องนั้นเรื่องนี้ไปทั่ว หยุดไม่ได้ รู้ไม่ทันก็เกิดกิเลสครอบงำใจไปทำกรรม สิ่งที่เราได้พบเห็นจึงสะเปะสะปะไปด้วย อันนี้ก็เป็นผลของกรรม ต้องยอมรับไป

ถ้าจะพัฒนากรรมให้ดี หน้าที่ของเรานั้นต้องฝึกสติสัมปชัญญะ ให้รู้เท่าทันความคิดความรู้สึกของเรา เวลาเรารู้เท่าทันความคิดความรู้สึก เราก็ไม่คิดสะเปะสะปะไป กิเลสก็ไม่ครอบงำจิต ไม่หลงไหลไปตามความรู้สึกที่เกิดขึ้น เวลาจะตัดสินใจทำอะไรก็ทำด้วยความมีสติ มีความรู้ตัว อย่างนี้กรรมก็ดีขึ้น ผลที่ได้รับก็ดีขึ้นตาม

ถ้าเราเข้าใจเรื่องของกรรมโดยถูกต้องแล้ว ไม่มีคนอื่นเลยที่จะรับผิดชอบแทนเรา มีเราเท่านั้นแหละเป็นคนรับผิดชอบทั้งหมด โดยปกติเราชอบหาคนผิด ไม่ชอบรับผิดชอบ อยากรู้อยากเห็นฝ่ายถูก อยากรู้ได้ดี หนีร้าย เพราะจิตใจเรานั้นโดยปกติมีมูลเป็นฝ่ายอกุศล มีความหลงไปตามรูปเสียง กลิ่น รส สัมผัส หลงไปตามเรื่องต่างๆ นี่เป็นโมหมูล รู้สึกขาดแคลน รู้สึกพร่อง ไม่เต็ม คอยแสวงหาสิ่งนั้น สิ่งนี้มาถมให้เต็มส่วนที่รู้สึกขาด อยากรู้อยากเห็น อยากรู้อยากได้ บางคนมีเยอะแล้วก็ยังรู้สึกขาดอยู่ดี ไปแสวงหามาเพิ่ม

อยู่เรื่อย นี่เป็น**โลกมุล** และอยู่บนพื้นฐานของความกลัว กลัวเขาจะว่า กลัวจะไม่มั่นคง กลัวจะไม่ปลอดภัย กลัวคนอื่นเขาจะมองอย่างนั้นอย่างนี้ กลัวนั่นกลัวนี่ไปทั่ว จนกระทั่งถึงสิ่งที่ไม่เคยเห็น เช่น กลัวผี นี่เป็น**โทสมุล** เมื่อมือกุศลเป็นมุล ก็มีโอกาสไปทำกรรมไม่ดีได้มาก

ฉะนั้น ที่เราทั้งหลายได้มีโอกาสเจอพระพุทธรูปศาสนา ที่สอนให้ฝึกสติสัมปชัญญะ ให้มารู้ทันความคิดความรู้สึกของเรา เป็นประโยชน์มหาศาลเลยนะ การมีสติจะคอยช่วยเราไม่ให้ทำสิ่งที่ผิดพลาด ถ้ายังไม่พ้นทุกข์ เราก็ได้ทำกรรมดี ได้รับผลที่ดี เป็นอยู่ก็ไม่ทุกข์มาก ตายแล้ว ก็ไปเกิดในภพภูมิที่ดี

เราต้องหัดรู้ทันความรู้สึก ความโกรธเกิดขึ้นก็รู้ ความโลภเกิดขึ้นก็รู้ ความอิจฉาเกิดขึ้นก็รู้ พอใจก็รู้ ไม่พอใจก็รู้ หลงคิดไปก็รู้ เมื่อรู้ทันกิเลส กิเลสก็ไม่

ครอบงำจิต ไม่เกิดการทำความผิด นี่ก็เป็นประโยชน์ของการมีสติ จะทำให้มีศีล มีกายวาจาดีมากขึ้น จะทำให้มีจิตเป็นปกติ ไม่หลงไปตามอำนาจของอภิชฌาและโทมนัสต่อไปก็จะเกิดสมาธิ เกิดปัญญาเป็นลำดับไป



ความเห็นผิดเกี่ยวกับกรรม

เพื่อให้เข้าใจเรื่องกรรมโดยถูกต้อง ก็ต้องละความเห็นผิดที่ไม่สอดคล้องกับกรรมออกไปก่อน ในสมัยพุทธกาลนั้น มีกลุ่มที่เห็นผิดเกี่ยวกับกรรมอยู่ ๓ กลุ่ม พระพุทธเจ้าตรัสไว้ใน *อังคุตตรนิกาย ติกนิบาต ติตถายตนสูตร* เวลาศึกษาทำความเข้าใจเรื่องของกรรม ก็อย่าให้ไปเข้ากับความเห็นผิดเหล่านี้ ซึ่งความเห็นที่ไม่ถูกต้อง จะเป็นไปทางอกิริยาคือไม่ก่อให้เกิดการกระทำ ไม่ก่อให้เกิดจิตสำนึกในการที่จะละสิ่งที่ไม่ดี เพิ่มพูนสิ่งที่ดี ไม่ก่อให้เกิดการฝึกฝนสติสัมปชัญญะ ไม่ก่อให้เกิดการสำรวมระวังอินทรีย์ ปล่อยไปตามยถากรรม อาจจะถูกเหมือนปลงได้อยู่ แต่ไม่ได้ฝึกฝนตนเองอะไร สติก็ไม่มี สัมปชัญญะก็ไม่มี ไม่มีการรักษาคุ่มครองทวาร ก็เลสก็ยิ่งเกิดขึ้นครอบงำได้มากเหมือนเดิม ลักษณะนี้เรียกว่า เกิดความ

เห็นผิดเกี่ยวกับกรรม จึงทำให้เกิดความประมาท ไม่ทำให้เกิดการรู้สึกว่าจะต้องฝึกฝนตนเอง

พระพุทธเจ้าแสดงลัทธิความเห็นผิดเกี่ยวกับกรรมเอาไว้ ๓ ลัทธิด้วยกัน คือ

ลัทธิที่ ๑ **ปุพเพกตเหตุวาท** ความเห็นผิดคิดว่า สุขทุกข์ทั้งปวงเป็นผลของกรรมเก่าทั้งนั้น อាកาที่ที่เราไม่มีความรับผิดชอบ ไม่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงอะไรขึ้นมาเลย เราโยนความผิดไปที่อื่น หากคนผิด เวลามีสุข มีทุกข์ หรือไม่ทุกข์ไม่สุข ตัวเองดีบ้าง ไม่ดีบ้าง ก็โทษกรรมเก่า การทำไม่ดีที่เกิดขึ้นก็โทษกรรมเก่า เราสะสมมาแบบนี้ เลยเป็นคนแบบนี้ เป็นคนมักโกรธเหมือนเดิม โลกมากเหมือนเดิม ขี้ฉ้อฉลเหมือนเดิม ฆ่าสัตว์ตัดชีวิตเหมือนเดิม ประพฤติเบียดเบียนคนอื่นเหมือนเดิม ไม่มี

การพัฒนาปรับปรุงตนเอง โทษกรรมเก่าไปเสีย จะได้ไม่ต้องทำอะไร ได้รับผลอะไรต่างๆ ก็คิดว่าเป็นกรรมเก่า ไม่พยายามชวนชวหายหาวิธีป้องกัน หรือผ่อนหนักให้เป็นเบา

ลัทธิที่ ๒ **อิสสรนิมมานเหตุวาท** ความเห็นผิดคิดว่า สุขทุกข์ทั้งปวงเป็นผลจากการบันดาลของผู้มีอำนาจ มีความเห็นว่า มีผู้มีอำนาจที่เป็นผู้ยิ่งใหญ่ สามารถให้คุณให้โทษกับเราได้ ลักษณะของผู้มีอำนาจก็แตกต่างกัน บางคนก็นึกไปถึงผีสังเทวดา บางคนก็นึกไปถึงใครก็ไม่รู้ที่ดูสิกลับ แต่รู้สึกว่า มีผู้มีอำนาจอยู่เบื้องหลังการได้รับหรือไม่ได้รับอะไร หน้าที่เราก็ต้องไหว้ วิงวอน ทำความเคารพ สวดอ้อนวอน เมื่อเป็นเช่นนี้ก็ไม่ย้อนกลับมาพัฒนาตนเอง ไม่พยายามพึ่งตนเอง ส่วนการนับถือพระพุทธศาสนานั้น ถือพระรัตนตรัยเป็นสิ่งสำคัญ เราถอนตนเองออกมาจากสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลาย มาทำตามคำ

แนะนำของท่าน ท่านสอนให้เราพึ่งตนเอง ต้องพัฒนาตนเองให้เป็นที่พึ่งได้ ทำความดีด้วยตัวเราเอง ฝึกสติสัมปชัญญะ ไม่ต้องไปหวังพึ่งผู้มีอำนาจภายนอก

ลัทธิที่ ๓ **อเหตุอปัจจยวาท** ความเห็นผิดคิดว่า สุขทุกข์ทั้งปวงเป็นไปแล้วแต่โชคชะตา เป็นความบังเอิญ หรืออยู่ดี ๆ มันก็เกิดขึ้น เมื่อคิดอย่างนี้ก็คอยแต่โชควาสนาคอยว่าจะเมื่อไหร่จะฟลุ๊ค ไม่มีการลงมือฝึกฝนพัฒนาตนเอง

ความเห็นผิดเกี่ยวกับกรรมทั้ง ๓ อย่างนี้มีมาตั้งแต่สมัยพุทธกาล เป็นความเห็นที่มองออกไปที่สิ่งภายนอก ไม่ได้มองมาที่เราเอง ไม่เป็นไปเพื่อการเริ่มต้นพัฒนาปรับปรุงตนเอง

หากเราไม่เข้าใจเรื่องของกรรมอย่างถูกต้อง ก็อาจจะมีความเห็นโน้มเอียงไปทางที่ผิดนั้น เช่น เห็นว่า สุข

ทุกข์ทั้งปวงเป็นผลของกรรมเก่า มาจากกรรมเก่า เราจะทำไม่ดีก็มาจากกรรมเก่า บางคนก็ชอบโยนไปอย่างนี้ เวลาเห็นคนอื่นเขาเป็นคนดี ร่ำรวย มีความสามารถ ก็คิดว่ากรรมเก่าเขาทำมาดี เขาก็เลยได้ ทั้งที่โดยความจริงคนที่เขาเป็นคนดี ร่ำรวย มีความสามารถ เขาก็ต้องอาศัยความพากเพียรพยายามฝึกฝนในปัจจุบัน เมื่อมีความเห็นผิดคิดว่า เขาเป็นอย่างนั้นเพราะกรรมเก่า เราก็เป็นอย่างนี้เพราะกรรมเก่า ตัวเราเองก็ขี้เกียจต่อไป นอนเล่นต่อไป ประมาทต่อไปอีก ปล่อยให้ตัวเองไปวันๆ อย่างนั้นแหละ ไม่ได้ฝึกฝนตนเองอะไรเลย *กรรมเก่ามีจริง เทวดา มาร พรหมก็มีจริง แต่ที่เราได้รับสุขทุกข์นั้นไม่ใช่เป็นผลของกรรมเก่าทั้งหมด เป็นเพียงบางส่วนเท่านั้น มาจากความเพียรในปัจจุบันและสิ่งแวดล้อมต่างๆ หลากอย่าง*

เทวดามีจริง แต่ไม่ใช่ว่าเทวดาจะมาช่วยเรา เทวดาที่ดีก็จะมาช่วยเฉพาะคนที่เห็นว่าสมควรจะช่วย ถ้าเราไป

๔๖ กฏเกณฑ์กรรม

กราบไหว้อ้อนวอนขอร้องให้เทวดามาช่วย เทวดาองค์ไหนมา เทวดาองค์นั้นทำทางจะไม่น่าไว้ใจ ต้องขอร้องจึงค่อยมา ในพระไตรปิฎกนั้นก็มึเรื่องเทวดามาช่วยมนุษย์บ้างเหมือนกัน แต่เทวดาเขามาเอง อย่างพระพุทธเจ้าหรือพระเถระที่ทรงคุณ เทวดาก็มาหาเอง เทวดาองค์ไหนที่ต้องขอร้องจึงค่อยมา เทวดานั้นไม่ค่อยน่าไว้ใจเท่าไร อย่างน้อยที่สุดก็ทำให้เราหลงมกยไป ไม่คิดพึ่งตนเอง มัวแต่ยุ่งกับเรื่องเทวดาจะมาช่วย อวิชชายังอยู่เหมือนเดิม ไม่ได้สอนให้เราฝึกสติสัมปชัญญะ เพื่อพัฒนาตนเองให้เป็นที่พักของตนเองได้ มุ่งแต่ว่าเราจะได้นั้นจะได้นี้ เทวดาจะบันดาลสิ่งนั้นสิ่งนี้ให้เรา อย่างนี้ก็ยงหลงเหมือนเดิม



กรรมกับความเพียร

ความเข้าใจเรื่องกรรมในพระพุทธศาสนา *ต้องเกี่ยว* *เนื่องกับความพากเพียร* มีการลงมือทำ *ปรับปรุงแก้ไข* *ละสิ่งที่ไม่ดี* *ทำสิ่งที่ดีเพิ่มขึ้น* คำสอนของพระพุทธเจ้านั้น เวลาเรียกชื่อก็เรียกได้หลายชื่อ เรียกว่า เป็นกรรมวาที กิริยาที วิริยาที อย่างนี้ก็ได้อีก

กรรมวาที หมายความว่า พระพุทธศาสนาสอนเรื่อง กรรม กรรมที่เราทำดีหรือไม่ดีนั้นมีผล และสอนละเอียด ลงไปว่า กรรมคืออะไร เหตุเกิดของกรรมคืออะไร ความ อิศระจากกรรมคืออะไร วิธีการปฏิบัติที่จะทำให้ อิศระ จากกรรม อยู่เหนือกรรมทำอย่างไรบ้าง กรรมเก่าคืออะไร กรรมใหม่คืออะไร จะแยกแยะให้เห็นอย่างชัดเจน อย่าง นี้เรียกว่ากรรมวาที สอนให้รู้ว่า ตัวเราทั้งหลายที่นั่งกัน อยู่ที่นี่ ก็เป็นทายาทของกรรม ได้ทำกรรมเก่ามา จึงได้

เป็นบุคคลนี้ รูปร่างหน้าตาอย่างนี้ ผิวพรรณอย่างนี้ มี ตระกูลนี้ และมีการทำกรรมใหม่ เป็นเหตุให้วนเวียนไป เรื่อยๆ จากบุคคลนี้เปลี่ยนแปลงตามกรรม และยังสอน วิธีการที่จะหมดกรรม ไม่ต้องมาวนเวียนต่อไปอีกด้วย

พระพุทธศาสนาไม่ได้สอนให้พึ่งสิ่งภายนอก สอน ให้เราพึ่งตนเอง **แต่การจะพึ่งตนเองได้นั้น เราต้องทำให้** **ตนเองเป็นที่พึ่งได้** เราจึงต้องมาฝึกฝนเอาตามวิธีการที่ ท่านแนะนำไว้ หากเราไม่มีความรู้เลย อย่างนี้จะพึ่งตนเอง นั้นยังทำไม่ได้ คนที่จะพึ่งตนเองได้นั้น คือคนที่ฝึกฝน ตนเอง มีสติสัมปชัญญะ มีคุณธรรมความดีด้านต่างๆ มีศีล มีสมาธิ มีปัญญา ถ้าเป็นที่พึ่งได้แน่นอนจริงๆ ไม่ต้องตกไปวนเวียนฝ่ายอบายภูมิอีก เราก็ต้องฝึกฝน ให้เกิดปัญญาเป็น **พระโสดาบัน** อย่างนี้เป็นที่พึ่งของตน ได้จริง

คนที่จะเป็นที่พึ่งของตนเองได้ ต้องเป็นคนที่ต้องฝึกฝนพัฒนาตนเอง ฝึกฝนสติสัมปชัญญะ คนไหนยังมีความไม่ดีอยู่มาก ยังมีการทำผิดพลาดทางกายทางวาจา ยังมีการไปเบียดเบียนผู้อื่น ในตอนต้นก็ให้ฝึกโดยละสิ่งที่ไม่ดีออกไป ทำความดีให้มาก รู้จักทำบุญ ให้ทาน รักษาศีล มีจิตใจเมตตากรุณา หวังดีต่อผู้อื่น แล้วก็ไม่หยุดอยู่แค่นั้น ให้เหนือดีขึ้นไปอีก โดยการรู้กายรู้ใจให้เกิดปัญญาเห็นความจริง ละความเห็นผิด ละความยึดมั่นถือมั่นไป

กิริยวาที หมายความว่า เป็นคำสอนที่แสดงถึงสิ่งไหนควรทำ สิ่งไหนไม่ควรทำ ชี้ลงไปให้แจ่มชัดทีเดียวว่า อันนี้ควรทำ อันนี้ไม่ควรทำ อันนี้ควรเว้น อันนี้ควรทำให้มาก เป็นการสอนที่มีเหตุผล ทำไม่จึงไม่ควรคบคนพาล ทำไม่จึงควรคบบัณฑิต อกุศลไม่ควรทำ กุศลควรทำ ทำไม่

อกุศลไม่ควรทำ ทำไม่กุศลควรทำ ก็จะบอกเหตุผลรองรับเอาไว้ เพราะแท้ที่จริง ธรรมะตามความเป็นจริงเป็นเช่นนั้น พระพุทธเจ้าก็นำมาบอก ให้เราละสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์ ทำแต่สิ่งที่เป็นประโยชน์ เป็นไปเพื่อความพ้นทุกข์

วิริยวาที หมายความว่า เป็นคำสอนสรรเสริญความเพียร พอสอนเรื่องกรรมมีผล สิ่งไหนควรทำ สิ่งไหนไม่ควรทำแล้ว ก็สรรเสริญความพากเพียรที่ถูกต้อง ไม่ใช่สรรเสริญความเพียรผิด บางคนขยันมากแต่ทำผิดก็ไม่ดีนะ ท่านสอนว่า ถ้าผิดแล้วอย่าไปขยัน ถ้าผิดให้ชี้แจงดีกว่า ถ้าถูกให้ขยัน ห้ามชี้แจง เราจึงต้องศึกษาให้เข้าใจว่า ท่านสอนให้เราขยันเรื่องอะไร เราก็ลงมือทำด้วยความขยันหมั่นเพียร นี้เรียกว่าวิริยวาที

ดังนั้น การเข้าใจในหลักกรรมโดยถูกต้อง มุ่งหมายไปถึงการลงมือพัฒนากรรมใหม่ด้วยความพากเพียร ไม่หลงลืม มีการรักษาคัมภีร์ครองทวาร มีสติ มีสัมปชัญญะ การที่จะทำกรรมนั้นะ มาจากกรรมเก่าก่อน เรามีตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ไว้คอยรับรู้โลก กระทบอารมณ์แล้วก็เกิดปฏิกิริยาโต้ตอบ ความเคยชินของใจเราก็เกิดขึ้นมา เกิดความรู้สึกขึ้น หากเราไม่รู้ไม่ทัน ความรู้สึกก็ครอบงำใจให้เราไปทำกรรมใหม่

หน้าที่ของเราก็คือพากเพียรรู้ทันกระบวนการทำงานเหล่านี้ ถ้ายังทำกรรมอยู่ก็ให้ทำกรรมดี ยิ่งไปกว่านั้นเราก็ฝึกที่จะไม่หลงลืม มีความรู้ตัว รู้เท่าทันความรู้สึกต่างๆ ที่เกิดขึ้น ไม่หลงไปทำกรรมตามกิเลส คอยรักษาคัมภีร์ครองทวาร โดยการมีสติสัมปชัญญะเมื่อมีการรับรู้อารมณ์ ความเข้าใจเรื่องกรรมที่ถูกต้องนี้จะ

เกี่ยวเนื่องกับความเพียรอยู่เสมอ หากไม่เป็นไปเพื่อความเพียร ก็แสดงว่ายังมีความเข้าใจที่ผิดพลาดอยู่

พระพุทธเจ้าตรัสไว้ในติดตถายตนสูตรว่า

ปุพฺพเพทํ โข ปน ภิกฺขเว สารโต ปจฺจาคฺคจฺจตํ,
น โหติ ฉนฺโท วา วายาโม วา อิทํ วา กรณียํ อิทํ วา
อกรณียนติ, อิติ ... มุจฺจสฺสตีนํ อนารกฺขานํ วิหฺรตํ น
โหติ ปจฺจตฺตํ สหฺมมฺมิโก สมณวาโท

เมื่อบุคคลยึดถือกรรมที่ทำไว้ในปางก่อน โดยความเป็นแก่นสาร, ฉันทะ หรือความพยายามว่า “สิ่งนี้ควรทำ หรือสิ่งนี้ไม่ควรทำ” ก็ย่อมไม่มี, เมื่อเป็นเช่นนั้น...สมณวาทะที่สมควร ที่เป็นของเฉพาะตัว ย่อมไม่มีแก่บุคคลผู้มีสติหลงลืม ผู้ไม่รักษาคัมภีร์ครองทวาร

ถ้าเราไปเห็นผิดว่า สุขทุกข์ทั้งหมดเป็นเรื่องของกรรมเก่าก็ดี ผู้มีอำนาจบันดาลก็ดี หรือเป็นไปตามโชคชะตาก็ดี เราโทษสิ่งภายนอก ไม่ได้มองมาที่ภายในตนเอง เมื่อโทษสิ่งเหล่านั้นแล้ว จันทรหะคือความพอใจหรือความเพียรพยายามว่า สิ่งนี้ควรทำหรือสิ่งนี้ไม่ควรทำก็ยอมไม่เกิดขึ้น มีแต่ปล่อยปละละเลย ไม่ได้มีการปรับปรุงแก้ไขอะไรให้ดีขึ้น ไม่ได้ฝึกฝน ศึกษาหาความรู้ เพื่อป้องกันความผิดพลาดที่อาจจะเกิดอีก มีแต่ความหลงลืม

แต่ถ้าเรารู้เรื่องกรรมโดยถูกต้อง เวลาเราหลงไปทำไม่ดี พลาดพลั้งไป เราจะเกิดความรู้สึกบางอย่างว่า อันนี้ไม่ควรทำ ต้องเอาสิ่งนี้เป็นเครื่องเตือนใจ ไม่ประมาท ฝึกฝนตนเองให้มีสติมากขึ้น ระวังมากขึ้น คราวต่อไปจะได้ไม่เกิดความผิดพลาดอีก เมื่อมีสติ รู้สึกตัวได้บ่อยๆ อย่างนี้ หิริโอตตตบปะก็เกิดขึ้น การงดเว้นสิ่งที่ไม่ดีก็จะ

เกิดขึ้น ศีลก็จะมีเกิดขึ้น สมาธิและปัญญา ก็จะค่อยๆ ตามมา

นี่เป็นการเข้าใจเรื่องกรรมที่ถูกต้อง ทำให้เราเห็นว่า สิ่งไหนควรทำ สิ่งไหนไม่ควรทำ เราฝึกฝนจิตใจตนเองเป็นสำคัญ ถ้าไปถือเรื่องอื่นเป็นสำคัญ ก็เข้าใจเรื่องของกรรมไม่ถูกต้อง ไม่เกิดการพัฒนาตนเอง การปฏิบัติธรรมก็ไม่ดี ความเป็นผู้สงบก็ไม่มี กลายเป็นผู้มีแต่ความหลงลืม มัวเมา ประมาท ไม่รักษาคุ้มครองอินทรีย์ เมื่อมีการรับรู้อารมณ์ต่างๆ ไม่มีสติ ไม่รู้ทันความยินดี ยินร้าย



สิ่งที่ควรทราบเกี่ยวกับกรรม ๖ อย่าง

พระพุทธเจ้าแสดงพระธรรมหมวดต่างๆ นั้น ทรงแสดงจากการรู้จริง มองเห็นความจริงทั้งหมดแล้วหยิบมาแสดง อุปมาเหมือนกับคนอยู่บนยอดภูเขาแล้วก็มองลงมา เห็นทุกอย่างชัดเจนแจ่มแจ้งแล้ว รู้ว่า การที่จะขึ้นไปถึงบนภูเขานั้นทำอย่างไร มีจุดพักเหนื่อยอยู่ก็ที่มีรายละเอียดในแต่ละทางอย่างไรบ้าง จึงนำทางนั้นมาบอกโดยละเอียด ฉะนั้น คำสอนจึงครอบคลุมและเข้าใจง่าย แสดงโดยมุมมองของคนที่อยู่ข้างบนมองลงมาข้างล่าง

แต่เราโดยส่วนใหญ่ที่อธิบายธรรมะกันนั้น อธิบายจากข้างล่างขึ้นไปหาข้างบน คำอธิบายของเราทั้งหลาย จึงได้แต่รายละเอียด เนื้อหามากมายและเต็มไปด้วยความสับสน คือ เราเป็นแบบ ปรียัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ พระพุทธเจ้าไม่ได้เรียนปรียัติ ไปปฏิบัติ แล้วเกิดปฏิเวธ

พระองค์ปฏิบัติมาก่อน รู้แจ้งทุกอย่างแล้วจึงนำมาสอน คำสอนของพระองค์จึงครอบคลุม เข้าใจง่าย ขอให้เราค่อยๆ ศึกษาไปก็จะเข้าใจได้

ถ้าเราศึกษาคำสอนของพระองค์ก่อนแล้วค่อยไปฟังคนอื่นจะเข้าใจง่าย แต่ถ้าเราฟังคนอื่นก่อนแล้วมาฟังพระพุทธเจ้า เราจะงง เพราะเราเรียนแต่ของคนอื่นมา อย่างเรื่องของกรรมก็เช่นเดียวกัน เวลาที่เราไปเรียนตามที่ต่างๆ เขาจะสอนแง้ใดแง่หนึ่ง เราก็จำแต่แง่นั้นมา เข้าใจเหมือนกัน แต่เข้าใจแง่เดียว บางทีก็มีแต่รายละเอียดปลีกย่อยเยอะเยาะเหลือเกิน มองไม่เห็นภาพรวม

การสอนธรรมะของพระพุทธเจ้ากับที่เราเรียนรู้ที่ไม่เหมือนกันนะ พระพุทธเจ้าปฏิบัติคือตรัสรู้ก่อน แล้วนำความจริงมาสอน เราทั้งหลายนี้เป็นสาวก เราเรียนบริยัติแล้วนำไปปฏิบัติให้เข้าถึงธรรมะที่ท่านแสดงไว้ แล้ว

จึงปฏิบัติคือบรรลุธรรม รู้แจ้งเห็นจริงดังที่ทรงแสดงเอาไว้ ตอนที่เรายังไม่รู้แจ้งเห็นจริง เราเชื่อพระองค์ไว้ก่อน ค่อยๆ ประพฤติปฏิบัติไป ก็จะเข้าใจธรรมะได้

ผมได้พูดถึงเรื่องกรรมเป็นแนวคิดแบบกว้างๆ ไปแล้ว ต่อไปจะพูดถึงที่ควรทราบเกี่ยวกับกรรม ในอังคุตตรนิกาย นกกนิบาต นิพเพธิกสูตร พระพุทธเจ้าตรัสสิ่งที่ควรทราบเกี่ยวกับกรรมไว้ ๖ อย่างด้วยกัน ในพระสูตรอื่นๆ พระองค์ก็แสดงเรื่องของการปฏิบัติไว้หลากหลาย แต่โดยเนื้อหานั้นก็คล้ายๆ กันนั่นเอง พระองค์ตรัสว่า

กมมํ ภิกฺขเว เวทิตพฺพํ,
กมฺมานํ นินทานสมฺภาโว เวทิตพฺโพ,
กมฺมานํ เวมตฺตตทา เวทิตพฺพา,
กมฺมานํ วิปาโก เวทิตพฺโพ,
กมฺมนิโรโธ เวทิตพฺโพ,

กมฺมนิโรธคามินี ปฏิปทา เวทิตพฺพา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลายเธอทั้งหลายพึงทราบ

- (๑) กรรม
- (๒) เหตุเกิดแห่งกรรม
- (๓) ความต่างกันแห่งกรรม
- (๔) วิบากแห่งกรรม
- (๕) ความอิสระจากกรรม
- (๖) ข้อปฏิบัติให้ถึงความอิสระจากกรรม

ในพระสูตรนี้ ทรงแสดงสิ่งควรทราบเกี่ยวกับเรื่องกรรมไว้ ๖ อย่าง ครอบคลุมเพียงพอที่จะทำให้เราเข้าใจเรื่องกรรมได้เป็นอย่างดี ข้อ ๕ กับ ข้อ ๖ ความอิสระแปลมาจากคำว่า นิโรธ นิโรธ ในภาษาไทยเรานิยมแปลว่า ความดับ ความจริงไม่ใช่แปลว่าความดับ นิ แปลว่า ไม่มี โธ แปลว่า เครื่องคุมขังจิต หรือ สังสารวัฏที่

วนเวียนไปไม่สิ้นสุด การไม่มีเครื่องคุมขังจิต ไม่มีการวนเวียน ไม่มีการเกิดขึ้น การหมดเหตุที่จะทำให้เกิด เรียกว่านิโรธ จะแปลว่า ความพ้นไป ความไม่มี อย่างนี้ก็ได้ การถึงนิโรธก็คือความอิสระจากทุกข์ กายกับใจ ชั้น ๕ ทำงานไป แต่อยู่เหนอมนั้น อิสระจากมัน จิตปล่อยวางไป ไม่ข้องเกี่ยวกันอีก นี้เรียกว่า ถึงนิโรธ

นิโรธนั้นท่านมีใช้มาก ในปัจจุจสมุพบาทฝ่ายนิโรธวาระ ฝ่ายที่ไม่มีทุกข์ ฝ่ายพ้นทุกข์ เช่น เวทนานิโรธ หมายถึง อิสระจากเวทนา อยู่เหนือเวทนา เวทนาไม่มี อิทธิพลต่อใจอีก ไม่ใช่ไปดับเวทนา บางท่านพอได้ยินเรื่องดับเวทนา จะได้ดับตัณหา ก็ตั้งท่าจะดับเวทนาอย่างโน้นอย่างนี้ไป บางท่านนั่งไปนานๆ ปวดหลังก็กำหนดเพื่อจะดับเวทนา พอทุกข์เวทนาหายไป กลายเป็นเฉยๆ ก็นึกว่าดับได้ ความจริง เฉยๆ ก็เป็นเวทนาชนิดหนึ่งเหมือนกัน เราไม่ได้ฝึกหัดดับเวทนา เรารู้เวทนา

เราศึกษาเพื่อให้ไม่เข้าใจผิด ไม่หลงยึดมั่นถือมั่นในเวทนา อยู่เหนือเวทนา เวทนาทำอะไรใจไม่ได้อีกต่อไป ทุกขเวทนา เกิดขึ้นใจไม่เกิดความหวั่นไหว ไม่ดิ้นรนหนีเวทนาที่เป็น ทุกข์ ไม่ดิ้นรนแสวงหาเวทนาที่เป็นสุข หรือไม่ไปนั่งอยู่กับเวทนาที่มันเฉยๆ การอยู่เหนือเวทนา พ้นจากอำนาจของเวทนา อย่างนี้เรียกว่า เวทนานิโรธ จิตอยู่เหนือเวทนา ไม่หลงปรุงแต่ง ไม่หลงชวนชวาย ไม่หลงดิ้นรนไปตามเวทนา

ผัสสะก็โดยทำนองเดียวกัน *ผัสสนิโรธ* คือ จิตที่เหนือผัสสะ อิศระจากผัสสะ ไม่หลงปรุงแต่ง ไม่หลงยินดียินร้าย ไม่แสวงหา ไม่ดิ้นรนชวนชวายไปหาอารมณ์มากกระทบ ถึงแม้จะมีการกระทบ ใจก็ไม่เกิดความดิ้นรน อย่างนี้เรียกว่า **อยู่เหนือผัสสะ**

กรรมก็โดยทำนองเดียวกัน เรามีกิเลสจึงเกิดการ ทำกรรมแล้วเกิดวิบาก *กัมมนิโรธ* คืออิสระจากกรรม ไม่มีการทำกรรม ไม่เกิดกระบวนการอันก่อทุกข์ขึ้นมา ด้วยการมีสติสัมปชัญญะรู้เท่าทัน ถ้าผู้ที่มีปัญญา มีวิชาอย่าง สูงสุด อวิชาไม่มีเลย ไม่หลงเลย ก็ไม่ก่อกรรมอะไรขึ้นมาอีกเลย ท่านนี้คือพระอรหันต์นั่นเอง แต่ถ้าเป็นผู้ที่ยัง มีอวิชาเหลืออยู่ ก็มีการทำกรรมบ้างบางส่วนตามลำดับ อย่างเราทั่วไปก็ทำกรรมมากมาย ส่วนพระอรหันต์บุคคลนี้ น้อยลงตามลำดับ

ในตอนต้นๆ เรายังทำกรรมเยอะก็ให้ทำกรรมดี เข้าไว้ให้มากๆ จริงอยู่ว่า เราปฏิบัตินี้เพื่ออยู่เหนือกรรม **แต่การจะอยู่เหนือกรรมได้ ต้องอาศัยกรรมดีเป็นพื้นฐาน เท่านั้น** ไม่ใช่ว่า ดีก็ไม่เอา ชั่วก็ไม่เอา ฉันทิ์เลยเฉยๆ ไม่ทำอะไร ไม่ใช่ออย่างนั้น อยู่เหนือกรรมจึงจะพ้นทุกข์ได้ แต่การที่จะอยู่เหนือกรรมได้ต้องอาศัยฝ่ายดีมาก่อน

ในการศึกษาธรรมะตอนต้นก็ต้องอาศัยเจตนาหรืออาศัยตัณหานำมา เช่น อยากฟังธรรมให้รู้เรื่อง อยากเป็นคนดี อยากมีความสุข นี่ก็เป็นตัณหา แต่ไม่เป็นไรก็ศึกษาไป เมื่อเข้าใจแล้วก็ค่อยๆ ละความอยาก การให้ทานก็ดี การสมทานศีลก็ดี การฝืนใจตนเองในการไม่พูดคำที่ไม่ดี ฝืนใจไม่กระทำการที่ไม่ดี หรือฝืนใจทำบางอย่างที่ทำให้จิตใจเราดีขึ้น ให้มีความสำคัญตัวน้อยลงอย่างนี้ เราก็ควรฝึกฝน หากเราปล่อยไป ไม่ฝืนทำบ้างเลย จิตใจก็ยิ่งแข็งกระด้างอยู่เหมือนเดิม **ตอนแรก ละไม่ดี ไปทำดี แต่ท้ายที่สุดก็ต้องอยู่เหนือทั้งดีและไม่ดี**

๑. เจตนาเป็นตัวกรรม

ข้อที่ ๑ กรรมคืออะไร พระพุทธเจ้าตรัสว่า
เจตนาหํ ภิกขเว กมฺมํ วทามิ,
เจตยิตฺวา กมฺมํ กโรติ กาเยน วาจาย มนสา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย **เรากล่าวเจตนาว่าเป็นตัวกรรม**
บุคคลคิดแล้ว จึงกระทำการด้วยกาย วาจา ใจ

ตัวกรรม คือ ตัวเจตนา ตัวความตั้งใจที่จะทำอย่างใดอย่างหนึ่ง อากาโรที่จิตมีเจตนา คือคิดแล้วจึงกระทำการทางกายก็มี ทางวาจาก็มี ทางใจก็มี เหล่านี้เป็นกรรมใหม่ เวลาเราคิดด้วยใจนั้นเป็นมโนกรรม คิดแล้วพูดออกมาทางวาจาเป็นวจีกรรม คิดแล้วกระทำทางกายเป็นกายกรรม ตัวเจตนาที่แต่ละเป็นตัวกรรม เป็นตัวก่อให้เกิดการกระทำที่แตกต่างกันไปในแต่ละคน เมื่อมีการกระทำกรรมที่แตกต่างกัน ผลก็ย่อมแตกต่างกัน

จุดเริ่มต้นก่อนที่จะเกิดทำกรรม ก็เกิดกิเลสขึ้นมาก่อน กิเลสที่เกิดขึ้นมานี้เกิดจากความเคยชินในใจเรา เรียกว่า **กรรมเก่า** ตัวกรรมเก่า คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย

และใจที่เราได้มา เราได้กายใจมาเป็นตัวเราที่เห็นอยู่นี้ ได้ใจ ก็รวมถึงคุณภาพของใจด้วย คุณภาพของใจนี้ก็เป็นอุปนิสัย ใจคอของเรานั้นเอง สิ่งเหล่านี้อยู่ลึก เราเลยไม่ค่อยเห็น เท่าไหร่ เห็นตอนมันเกิดขึ้นเรียบร้อยแล้ว เกิดเป็น ความรู้สึกในใจเรา ตัวกรรมไม่ใช่จิต แต่เป็นตัวพาจิตไป ตามที่ต่างๆ ไปเกิดที่นั่นบ้างที่นี่บ้าง ภาชชาภิรกรรม เรียกว่า **เจตสิก** เจตสิกปรุงทำให้เกิดจิตชนิดนั้นๆ ขึ้นมา ใคร ทำกรรมชนิดไหนบ่อยๆ เคยชินแบบไหนมามาก มันก็ ปรุงเจตสิกประเภทนั้นๆ ขึ้นมา พอปรุงเจตสิกเกิดขึ้นก็ เป็นจิตชนิดหนึ่ง เช่น โภคะมูลจิต จิตที่มีความต้องการ เป็นพื้นฐาน โทสมูลจิต จิตที่มีความไม่พอใจเป็นพื้นฐาน โมหมูลจิต จิตที่มีความหลงเป็นพื้นฐาน เป็นต้น

ตัวกรรมใหม่ เป็นตัวเจตนา เป็นตัวปรุงแต่ง ทำให้ เกิดการกระทำทางกาย ทางวาจา ทางใจ **ทางพระพุทธ ศาสนาให้ความสำคัญกับมโนกรรม** ความเห็นอื่นๆ เขา

มีความเห็นว่า กายกรรมนั้นหนักที่สุด แต่พระพุทธเจ้า บอกว่า กรรมที่หนักที่สุดคือมโนกรรม เพราะกรรมทุก อย่างเกิดทางใจก่อน คนไหนเกิดความคิดความรู้สึกเป็น **มิจฉาทิฐิ** ก็ทำกรรมผิดพลาดได้มากมาย จนกระทั่งถึงทำ สงครามล้างเผ่าพันธุ์ก็ได้ หนักกว่ากายกรรมเยอะ ใน ทางตรงข้าม ถ้าเป็นฝ่ายดีก็เหมือนกัน หากทางใจเป็น **สัมมาทิฐิ** ก็จะทำความดีได้อย่างมากมาย จนกระทั่งถึง ความพ้นทุกข์ก็ได้

๒. ผัสสะเป็นเหตุเกิดแห่งกรรม

ข้อที่ ๒

กตโม จ ภิกขเว กมฺมานํ นิตานสมฺภโว?

ผลฺโส ภิกขเว กมฺมานํ นิตานสมฺภโว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เหตุเกิดแห่งกรรม คืออะไร

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย **ผัสสะเป็นเหตุเกิดแห่งกรรม**

นิทานสมภโว แปลว่า เหตุเกิด, ต้นตอ, สิ่งที่ทำให้เกิด นี่แสดงถึงว่า กรรมนั้นก็ไม่ได้เป็นตัวเป็นตนเที่ยงแท้ถาวรอะไร เป็นแต่เพียงสิ่งที่เกิดจากเหตุเท่านั้น เป็นสิ่งที่อิงอาศัยปัจจัยเกิด เมื่อเกิดแล้วก็แปรปรวนไปเหมือนสภาวะอื่นๆ

คำว่า ผัสสะเป็นเหตุเกิดแห่งกรรม นั้นหมายความว่า เมื่อกระทบสัมผัสแล้ว จึงเกิดการทำความกรรมขึ้นภายหลัง ตากระทบรูป เกิดการมองเห็นเรียกว่า จักขุวิญญาณ กระบวนการนี้เรียก **จักขุสัมผัส** เมื่อมีการรับรู้ทางตาแล้ว ก็จะเกิดปฏิกิริยาตอบสนองต่อสิ่งที่สัมผัส ปฏิกิริยาตอบสนองนี้เกิดตามความเคยชินอันเป็น **กรรมเก่า** เราก็คิดและเจตนาที่จะทำทางใจบ้าง ทางกายบ้าง ทางวาจาบ้าง นี่เป็นการ **ทำความใหม่**

การที่จะเข้าใจเหตุเกิดของกรรม ต้องศึกษาเรียนรู้เรื่องชีวิตสัมผัสกับโลก ชีวิตเรามีความสัมพันธ์กับโลก ๒ ภาคด้วยกัน

ภาคที่ ๑ **รับรู้** ส่วนนี้เป็นผลของกรรมเก่าที่เราได้ทำมา ไม่มีคนอื่นเป็นคนทำให้ เรารับรู้โลกโดยอาศัยทวารทั้ง ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ สิ่งเหล่านี้เป็นผลของกรรมเก่า เป็น **อายตนะภายใน** ไปกระทบกับอารมณ์คือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ธรรมารมณ์ เกิดการมองเห็น ได้ยิน ได้กลิ่น ลิ้มรส สัมผัสทางกาย รู้สึกทางใจ เป็น **ผลของกรรม** โดยปกติเราชอบหาว่า คนอื่นทำให้เราเป็น อย่างนั้นอย่างนี้ แท้จริงแล้วเราเป็นคนทำเองล้วนๆ เลย เวทีนี้เป็นเวทีที่เราสร้างขึ้นเอง เราได้เกิดมาเป็นคนนี้ได้รับรู้สิ่งต่างๆ ตามกรรมที่ทำมาก่อนและขึ้นอยู่กับกรรมปัจจุบันด้วย

บางที่เราเข้าใจไปแง่เดียว คือ เวลาเห็นแล้ว ได้ยินแล้ว ไปมองแต่แง่เดียวว่า การเห็น เรียกว่าจักขุวิญญาณ เป็นวิบาก เป็นผลของกรรมเก่า จริงอยู่มันเป็นผลของกรรมเก่า แต่ว่าที่มันเกิดขึ้นได้นั้น ไม่ใช่เพราะกรรมเก่าอย่างเดียว อาศัยเหตุอื่นๆ อีกมากมาย กรรมเก่าเป็นเพียงเหตุหนึ่งเท่านั้น การที่เรามีแนวคิดมุมมองเหตุเดียว ผลเดียว ไม่มองแง่มุมอื่นๆ เกิดความยึดมั่น เรียกว่าจิตเกิดมิจฉาทิฐิ ความจริงนั้น มีเหตุมากมายที่ทำให้เกิดการมองเห็นครั้งหนึ่งๆ เรายังตาดีอยู่ด้วย มีอารมณ์อันเป็นสิ่งภายนอกด้วย มีถนนด้วย มีเรายืนอยู่ตรงนั้นด้วย มีรถคันนั้นด้วย มีอากาศอย่างนั้นด้วย มีแสงสว่างด้วย มีเหตุอื่นๆ อีกมากมายที่ก่อให้เกิดจักขุวิญญาณนี้ ผลของกรรมนี้ เราห้ามไม่ได้ ที่จะมีประโยชน์แท้จริงคือการพัฒนากรรมใหม่ ท่านจึงสอนให้มีสติ คຸມครองทวาร มองให้เห็นว่า สิ่งนี้ควรทำ สิ่งนี้ไม่ควรทำ สิ่งนี้ควรเว้น สิ่งนี้ไม่ควรเว้น เป็นแบบกรรมวาที กิริยวาที วิริยวาที

ภาคที่ ๒ แสดงออกหรือกระทำ โดยอาศัยทวาร ๓ คือ กาย วาจา ใจ เวลาเราสัมผัสกับโลก หากรู้ไม่ทัน ไม่เกิดสติปัญญา ก็เกิดกิเลส ไปทำกรรมแล้วเกิดวิบาก พระพุทธเจ้าท่านสอนให้รู้ทันตรงการรับรู้ ถ้ารู้ไม่ทันตรงการรับรู้ ก็ให้รู้เจตนาที่ก่อให้เกิดการกระทำ เพื่อควบคุมการกระทำไม่ให้เกิดความผิดพลาด ถ้าดีที่สุดเลยนะ รู้ทันผัสสะ รู้ทันเวทนา ก็ไม่เกิดตัณหา ไม่เกิดความทะยานอยากของจิต ไม่เกิดการดิ้นรนของจิต รู้เท่าทันเวทนา อยู่เหนือเวทนา สุขที่ไม่ดิ้นรน ทุกข์ที่ไม่ดิ้นรน เป็นการรู้เท่าทันกระบวนการทำงานของขันธ์ ก็จะไม่เกิดตัณหาใดๆ ขึ้นมา ไม่เกิดดวงจรของกรรมเกิดขึ้น โดยส่วนใหญ่เราจะรู้ไม่เท่าทัน ขาดสติปัญญา เพราะหลงอยู่กับโลกมานาน

โลกที่เราได้มาก็เพราะกรรมที่เราทำนั่นเอง เราทำเองกับมือเลย ไม่ใช่คนอื่นทำให้ ถ้าเราอยากไปโลกอื่นที่ดี

ที่สว่างไสว ที่เปิดกว้าง ดีกว่าที่เป็นอยู่ที่นี่ เราก็สร้างกรรมใหม่ให้ดีกว่าเดิม สิ่งที่เกิดในภพภูมิต่างๆ นี้คือจิต ตัวบ่งภพภูมิที่อยู่ในจิตคือความรู้สึกในจิต เราสามารถรู้ได้ตั้งแต่ตอนนี้นะ หลังจากจบชาตินี้แล้วเราจะไปภพภูมิไหน ถ้าเราไม่มีกรรมแรงๆ ที่เป็น**ครุกรรม** ฝ้ายไม่ดี คือ ไม่ได้ฆ่าพ่อฆ่าแม่ ไม่ได้ฆ่าพระอรหันต์ หรือฝ้ายดี เราไม่ได้ทำมาน กรรมที่จะนำเราไปเกิดก็คือ**อาจินณกรรม** กรรมที่มันเคยชินอยู่ในใจ จิตของเราเคยชินแบบไหน เคยชินที่จะเปิดกว้าง เคยชินที่จะเห็นอกเห็นใจคนอื่น เห็นคนอื่นเป็นเพื่อนเป็นมิตร หน้าตาเบิกบานยิ้มแย้มแจ่มใสอยู่เสมอ ถ้าจิตเราเป็นอย่างนี้ ก็แน่นอนว่า ชาติต่อไปเราก็ไปเกิดในภพภูมิอย่างนั้น คุณภาพของใจคือตัวกรรมเก่า เหมือนที่เราได้มาในชาตินี้นั่นแหละ

หน้าที่ของเราในชาตินี้ คือ ถ้ายังไม่หมดทุกข์ ยังไม่ได้เป็นพระอริยเจ้าก็พยายามรักษาศีลให้ดี หมั่นทำ

ความดีเอาไว้ ให้จิตมีเมตตา มีความเปิดกว้าง เห็นอกเห็นใจคนอื่น ไม่เห็นแก่ตัว อย่างนี้เราก็จะไปเกิดในภพภูมิที่มันเปิดกว้าง เบาสบาย ร่มเย็น ไม่เร่าร้อน แต่ในทางตรงข้าม ถ้าจิตใจของเราคับแคบ บีบตัวเข้ามา เห็นแก่ตัว มีแต่ความรู้สึกขาดแคลน อยากจะเอานั่นเอานี่ อยู่เรื่อย อาการที่จิตรู้สึกขาดแคลนมันเป็นพวกเปรต เปรตหากินยากลำบาก ไม่อิมท้องสักที ปากนิดเดียวแต่ท้องโต มันก็รู้สึกขาดอยู่ตลอด อาการที่จิตเรารู้สึกขาดอยู่เรื่อย เห็นสิ่งนั้นก็อยากได้ เห็นสิ่งนี้ก็อยากได้ พวกนี้เป็นอาการของเปรต ถ้าเราสะสมความรู้สึกอย่างนี้ไปมากๆ ลักหน้อยก็จะไปเกิดเป็น**เปรต** เพราะคุณภาพของจิตเราเป็นอย่างนั้น หรือหากมีจิตเร่าร้อน มีความกลัวอยู่เสมอ มีความเคียดแค้นชิงชัง มักโกรธพยาบาท ก็เป็นลักษณะของ**สัตว์นรก** หากมีความหลงมกมายมาก หลงไปตามมรรฐปลีเสียง หลงไปตามของมีนเมาต่างๆ อย่างนี้ก็เป็นลักษณะ**สัตว์เดรัจฉาน**

ดังนั้น หากเรายังอยู่ในโลก ยังไม่ได้ออกจากโลก ก็ให้หมั่นทำกรรมดี ฝึกฝนสติสัมปชัญญะให้มากๆ หมั่นสังเกตจิตใจของตนเอง ให้มีสติรู้จิตใจตนเอง เราไม่ได้รังเกียจซึ่งสิ่งที่ไม่ดี เพราะการรังเกียจสิ่งที่ไม่ดี ก็เป็นความไม่ดีอย่างหนึ่ง ให้ความรู้ เห็นโทษภัย ให้เกิดความละเอียด ความเกรงกลัว ไม่ทำไปตามความหลงหรือความยินดียินร้าย

ให้คอยสังเกตจิตใจตนเองจะรู้ได้ว่า จิตใดเป็นกุศลจริงๆ จิตใดเป็นอกุศล บางครั้งภายนอกดูเหมือนดีนะ พูดก็ดี ทำก็ดี แต่ทำเพราะอยากให้ตัวเองมีความสำคัญ อยากให้คนอื่นรู้ว่าเราเป็นคนดี นี่ก็เป็นความโลภอย่างหนึ่ง เป็นความรู้สึกขาด

เมื่อมีการรับรู้ทางตา หู จมูก ลิ่น ภายใจแล้ว ก็เกิดการกระทำ ทางกาย ทางวาจา ทางใจ เวลาจะกระทำ

ก็เกิดความคิดทางใจเป็นมโนกรรมก่อน ทีนี้ ถ้ายังรู้ไม่ทันตอนที่คิด เราก็มีเกราะกันเอาไว้ ไม่ให้ทำอะไรที่รุนแรงจนไปเบียดเบียนผู้อื่น มีศีลสิกขาบทคอยกันเอาไว้ แท้ที่จริงแล้ว เรื่องสิกขาบทนี่เป็นการกันปลายทาง แต่เป็นการปฏิบัติต้นทาง ผู้ที่ยังมีอินทรีย์อ่อน ไม่ค่อยรู้เรื่องอะไรให้สมทานสิกขาบท ปฏิบัติตามและระวังอย่าไปล่วงสิกขาบท ฝึกสติสัมปชัญญะให้มากขึ้น เมื่อสามารถรู้ทันจิตก็จะรักษาที่จิต โอกาสที่จะทำผิดพลาดก็จะลดลง

ในภาครับรู้ มีตาไปกระทบกับรูป เกิดจักขุวิญญาณ เป็นจักขุสัมผัส ตัวสัมผัสนี้เป็นเหตุเกิดของกรรม เหตุต้นตอของการทำกรรมคือผัสสะ ถ้าอยากจะรู้จักกรรม ก็ดูตรงที่กระทบอารมณ์ ความรู้สึกที่เกิดขึ้นในใจเป็นกรรมเก่า เป็นผลจากการสั่งสมความเคยชินของจิต เมื่อมีความรู้สึกบางอย่างครอบงำใจ เราเจตนาว่าจะทำอะไร

ต่อมา นี่เป็นกรรมใหม่ ช่วงแรกๆ สิ่งที่เราจะช่วยให้ดีก็คือ ทำอะไรให้ช้าลงกว่าเดิมหน่อย แต่ไม่ใช่ไปพูดซ้ำๆ เนิบๆ ผิดปกติอะไรนะ เช่นว่า แต่เดิม เราคิดอะไรได้ก็พูดเลย พูดมากเหลือเกิน ต่อไปเราต้องเตือนตนเองว่าอย่าไปพูดมาก ให้หยุด ไม่จำเป็นไม่ต้องพูด ถ้าแสดงความคิดเห็นแล้วไม่เกิดผลประโยชน์อะไร ก็ไม่ต้องแสดงความคิดเห็น ให้สังเกตจิตใจ เราก็จะเห็นเจตนาในใจได้มากขึ้น

ทางกายเราก็ทำนองเดียวกัน คำว่า ช้าลง ในที่นี้ไม่ใช่หมายความว่า ให้ไปเดินช้าๆ หรือไปทำอะไรช้าๆ อืดอาด หมายถึงว่า แต่เดิม เราเคยทำด้วยความรีบร้อน ไม่คิดหน้าคิดหลัง ต่อมาก็ให้หยุดดูความรู้สึก ดูความคิดตัวเองบ้าง จะช่วยให้มีสติระดับหนึ่ง ช่วยทำให้เราไม่กระทำผิดพลาดออกไป

ผัสสะทางทวารทั้ง ๖ เป็นดังนี้

ตากระทบกับรูป เกิดจักขุวิญญาณ คือการเห็น เป็นจักขุสัมผัส

หูกระทบกับเสียง เกิดโสตวิญญาณ คือได้ยิน เป็นโสตสัมผัส

จมูกกระทบกับกลิ่น เกิดฆานวิญญาณ คือดมกลิ่น เป็นฆานสัมผัส

ลิ้นกระทบกับรส เกิดชีวหาวิญญาณ คือลิ้มรส เป็นชีวหาสัมผัส

กายกระทบกับสัมผัสทางกาย เกิดกายวิญญาณ คือรู้สัมผัสทางกาย เป็นกายสัมผัส

ใจกระทบกับเรื่องที่เกิดหรือความรู้สึกต่างๆ เกิดมโนวิญญาณ คือการรู้ทางใจ เป็นมโนสัมผัส

สิ่งเหล่านี้เป็นต้นตอของกรรม ซึ่งก็คือการรับรู้โลกทาง ๖ ทวาร เมื่อเกิดผัสสะแล้วก็เกิดเวทนา คือ ความรู้สึก สุขบ้าง ทุกข์บ้าง สบายใจบ้าง ไม่สบายใจบ้าง เฉยๆ บ้าง เมื่อเกิดความรู้สึกแล้ว ก็จะเกิดสังขารปรุงแต่งขึ้นมา ดีบ้าง ไม่ดีบ้าง สังขารนี้มีเจตนาเป็นหัวหน้า เป็นความจงใจกระทำเพื่อตัวเรา เพราะหลงเข้าใจผิดคิดว่า มีเราแล้วก็ยึดขึ้น เจตนาจะกระทำเพื่อตัวเราเรียกว่า **สัญญาเจตนา** เริ่มจากคิดทางใจเรียกว่า **มโนสัญญาเจตนา** เราารู้สึกว่ามีเรา ก็ทำทางกาย ทางวาจา ทางใจ อย่างนี้เป็นกรรม ส่วนพระอรหันต์นั้นไม่มีความรู้สึกว่ามีตัวเรา ไม่มีความยึดมั่นถือมั่น ท่านทำทุกอย่างทางกาย ทางวาจา ทางใจ สอนหนังสือ บรรยายธรรม แต่ไม่มีการทำกรรมเลย เป็นแต่กิริยา ลักแต่ว่ากระทำ เพราะไม่มีความยึดมั่นถือมั่น ไม่ได้ทำเพื่อตัวเรา

ความรู้สึกว่ามีตัวเรา เกิดความยึดมั่นถือมั่นแล้ว ก็ทำเพื่อตัวเรา นี่เป็นการก่อภพ ก่อการกระทำขึ้น เป็นกรรม เนื่องจากเกิดผัสสะแล้ว เกิดความรู้สึกขึ้น เราไม่มีสติสัมปชัญญะ รู้ไม่ทัน ก็เลยปรุงแต่ง กระบวนการนี้ตามปฏิจจสมุปบาทบอกว่า **เกิดตัณหา อุปาทาน แล้วเกิดกรรมภพ** ไปทำกรรมวนเวียนเป็นวงจรของทุกข์ สังขารดีบ้าง ไม่ดีบ้าง มีเจตนาเป็นหัวหน้าจัดแจงปรุงแต่งการกระทำทั้ง ๓ ทวาร

สำหรับผู้ที่ไม่มีสติสัมปชัญญะ รู้ว่าเป็นเพียงการกระทบเท่านั้น รู้ว่าเป็นความรู้สึกเท่านั้น รู้ว่าเป็นความคิดนึกเท่านั้น รู้ว่าเป็นเพียงสภาวะต่างๆ เท่านั้นที่เกิดขึ้น ทำหน้าที่ของมันเป็นคราวๆ ไป สิ่งเหล่านั้นไม่ครอบงำใจ จะไม่รู้สึกว่ามีตัวเราจริง การกระทำที่ประกอบด้วยสติสัมปชัญญะอย่างเต็มเปี่ยม ไม่เป็นกรรม แต่ถ้าไม่มีสติสัมปชัญญะ ความรู้สึกว่ามีตัวเรานี้จะครอบงำใจ รู้สึกว่า

เราเป็นคนนั้น เราเป็นคนนี้ เวลาที่มีความรู้สึกว่ามีเรา ก็ จะเกิดการกระทำอะไรบางอย่างเพื่อเรา อย่างนี้เป็นกรรม เกิดการทำดีบ้าง ไม่ดีบ้าง เราทั้งหลายทั่วไปที่เป็นปุถุชนนี้ ถ้าไม่ได้ฝึกสติสัมปชัญญะให้มากพอ ก็ไม่สามารถจะ รู้ทันกระบวนการทำงานนี้ได้

ดังนั้น ก็ต้องมีกรอบกันตัวเองไม่ให้ทำผิดพลาด เอาไว้ก่อน ต่อไป ถ้าเราได้ฝึกสติสัมปชัญญะไปพอสมควร ได้เห็นจิตใจตนเอง เห็นกายใจโดยความเป็นขั้นๆ มัน ทำงานได้เองของมัน เราจะสามารถมองเห็นว่า ตอนไหน ที่เกิดกระทำกรรมขึ้น ตอนไหนที่มีสติสัมปชัญญะรู้เท่าทันแล้วไม่เกิดการปรุงแต่งทำกรรม อย่างนี้จะเห็นอริยสัจ ในจิต เห็นว่า ทุกข์ในจิตเกิดขึ้นมาได้อย่างไร และทุกข์ ไม่เกิดขึ้นเพราะเหตุไร ทุกข์เกิดขึ้นเพราะมีความหลง จน เกิดความรู้สึกว่า มีเรา มีของเรา ก็ไปทำอะไรเพื่อเรา ตะครุบนั่น ตะครุบนี โดยคิดว่าจะทำให้เรามีความสุข

เห็นสิ่งที่ปรากฏทางตาแล้วก็ตะครุบ เอาเป็นจริงเป็นจัง เห็นข่าวในหนังสือพิมพ์ก็เข้าไปรู้สึกเป็นจริงเป็นจัง เข้าไป มีอารมณ์ร่วมกับเรื่องนั้นเรื่องนี้ ก็จะเกิดทุกข์ขึ้น แล้ว เกิดการทำกรรมตามมา อย่างนี้เข้าสู่วงจรของทุกข์แล้ว

การปรุงแต่งการกระทำทางกาย เรียกว่า**กายสังขาร** เริ่มจาก**กายสัญญาเจตนา** เจตนากระทำทางกายเพื่อเรา มี ทางออกของการกระทำเรียกว่า**กายทวาร** เป็น**กายกรรม** ตัวกรรมแท้ๆ ก็ดูที่ตัวสัญญาเจตนา ไม่ได้ดูที่การกระทำที่ ออกมาทางกาย การกระทำที่ออกมาทางกายยังบอกไม่ได้ ต้องดูที่ตัวเจตนาในใจ เช่น การฆ่าสัตว์ก็ดูที่เจตนาว่าเรามี เจตนาฆ่าหรือไม่ บางทีเราขับรถไปเหยียบแมวตาย เรา ไม่ได้มีเจตนาจะฆ่าเลย อย่างนี้ ก็ไม่ได้เป็นการฆ่าสัตว์ เราดูเจตนาที่อยู่ในจิต ในการที่เราฝึกให้ตนเองมีสติ ไม่ล่วงลึกลงไป แต่ที่จริงเป็นการเฝ้าดูเจตนาในใจ เวลา ที่จะทำทางกายทางวาจา จะทำให้จิตมีสติ ที่เราฝึก

สติสัมปชัญญะ เป็นการพัฒนาความสามารถในการเฝ้าดู เพื่อให้รู้ทันจิตตนเองในตอนที่จะทำ จะพูด ทำให้จิตมีศีล เป็นปกติ ไม่ถูกอกิขณาและโทมนัสครอบงำ จนไปทำ ผิดพลาดทางกาย ทางวาจา

กรรมแท้ๆ อยู่ที่จิตนะ ที่เราฝึกฝนก็ฝึกที่จิต ที่ ทั่วกายสัญญาเจตนา ไม่ได้ดูที่อาการทางกาย เช่น เราชักขาลิกขาบทข้อที่ ๑ ไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ใช่ว่า นอนอยู่บ้านเฉยๆ ก็ถือว่ามีศีลแล้ว ไม่ใช่อย่างนั้นนะ เราไม่ไปฆ่าสัตว์ ไม่ไปทำล่วงละเมิดสิกขาบทก็ดีแล้ว แต่เรื่องมีศีลนี้ต้องดูให้ละเอียดอีกที่ จิตยังเต็มไปด้วยอกุศลนั้นไม่ใช่จิตที่มีศีล **ศีลนั้นเป็นสภาวะจิตที่เป็นกุศล** เป็นกุศลประเภทเจตนา งดเว้นจากการกระทำที่ไม่ดี การที่เรามีศีลก็คือเรารู้ทัน เจตนาเวลาจะทำ จะพูด แล้วงดเว้นการกระทำที่เกิดจาก จิตอกุศล เว้นการกระทำด้วยเจตนาที่ไม่ดีออกไป

ในการฝึกให้จิตมีศีลนั้น ก็เป็นการที่เราเฝ้าดูเจตนา ทางใจให้เห็นว่า ที่พูดนี้พูดด้วยเจตนาอะไร ถ้าพูดด้วย เจตนาที่ไม่ดี เบียดเบียนคนอื่น โทกหก เพื่อเจ้าเกิน ความจำเป็น พูดเพื่อเอาหน้าเอาตาให้คนอื่นรักเรา อย่างนี้ เป็นต้น ก็ให้เลิกการพูดเหล่านั้น เราละเว้นการพูดด้วย เจตนาไม่ดี พูดแต่คำที่ดี มีเจตนาบริสุทธิ์ พูดตาม ความเหมาะสม นี่เป็นวิสุทธิจริต เราจึงต้องเตือนตนเอง บ่อยๆ ให้ระลึกได้บ่อยๆ จนมีสติรู้เท่าทัน **วิสุทธิเจตนา**

ตัวสัญญาเจตนา เกิดเพราะมีความรู้สึกละ มีตัวเรา มีของเรา จึงเกิดการกระทำที่ดีบ้าง ไม่ดีบ้างเพื่อตัวเรา เรียกว่าการทำ **ภิสังขาร** เป็นฝ่ายบุญก็ได้ ฝ่ายบาปก็ได้ เป็นวงกลมของกองทุกข์ที่วนเวียนไป แต่พระพุทธศาสนา นั้นสอนเหนือกรรม คือย้อนกลับมาศึกษาเรียนรู้ที่กายที่ใจ ให้เกิดปัญญาเห็นว่า ไม่มีตัวเราจริง ไม่มีตัวสุข ตัวดี

ตัววิเศษอะไร มีแต่ทุกข์ทั้งนั้น ก็จะปล่อยวางความยึดมั่นถือมั่น ไม่มีการทำกรรมอีก

พระพุทธเจ้าอุบัติขึ้นในโลก ทรงประกาศพรหมจรรย์ คือวิธีการปฏิบัติอันประเสริฐสุด ทำให้หมดทุกข์ได้จริง สอนให้มีปัญญารู้ความจริงว่า ทุกอย่างที่เกิดขึ้นนั้น เป็นเพียงขันธ์ที่เกิดขึ้นเป็นคราวๆ ไม่ใช่ตัวเรา ไม่ใช่สิ่งเที่ยงแท้ถาวรอะไร **เวทนา** คือ ความรู้สึก เกิดขึ้นแล้วก็ดับไป ภายรู้สึกไม่ได้ ภายมันเจ็บปวดไม่ได้ ความเจ็บปวดเป็นเวทนา **สัญญา** คือ ความจำได้หมายรู้ ผุดขึ้นมาตามผัสสะ พอกระทบสิ่งนี้ก็ผุดเรื่องนั้นขึ้นมา กระทบอีกสิ่งหนึ่งก็ผุดเรื่องอื่นๆ ขึ้นมา บางครั้งจำได้ บางครั้งจำไม่ได้ **สังขาร** ก็นำเวทนาและสัญญามาปรุงต่อ หากเราไม่มีสติสัมปชัญญะรู้ไม่ทัน ก็ถูกมันครอบงำให้ไปทำกรรมเพื่อตัวเอง ถ้าเรา รู้เท่าทันกระบวนการทำงาน ก็จะไม่ถูกครอบงำ ไม่เกิดการยึดว่าเป็นเรา เป็นของเราขึ้นมา

ส่วน**มโนสังขาร** เริ่มจาก**มโนสัญญาเจตนา** คิดจะทำอะไรเพื่อเรา อาศัยทางใจเป็นทางออกของการกระทำ ทำกรรมทาง**มโนทวาร** เป็น**มโนกรรม** ซึ่งมโนกรรมนี้สำคัญที่สุด การฝึกฝนก็คือฝึกให้รู้ทันเจตนาทั้ง ๓ คือ กายสัญญาเจตนา วจิสัญญาเจตนา มโนสัญญาเจตนา ไม่ให้มีเจตนาไปทำผิดพลาด ไม่ไปทำอะไรที่รุนแรง เบียดเบียนตนเองและเบียดเบียนคนอื่น ที่แยกเป็นประเภท คือ **กายกรรม ๓ วจกรรม ๔ มโนกรรม ๓** ให้ทำกรรมที่เป็นกุศลอยู่เสมอ เรียกว่ากุศลกรรมบถ ๑๐ ประการ เมื่อประพฤติถูกต้องอยู่เสมอ ตัวกุศลกรรมบถ ๑๐ นี้จะช่วยรักษาเรา อย่างน้อยที่สุดก็เป็นเหตุให้เกิดเป็นมनुษย์อีกเบาใจได้ระดับหนึ่งว่า ไม่ไปเกิดในอบาย

สำหรับทางใจ ก็อย่าไป**มือภิขณา** คือความเพ่งเล็งอยากได้ของคนอื่น ฝึกให้เป็นคนคิดเสียสละ รู้จักแบ่งปัน ไม่พยายาบาท ไม่ไปคิดปองร้าย ไม่คิดผูกเวรกับใครๆ

มีแต่ความหวังดี ปรารถนาดี อยากให้คนอื่นมีความสุข ไม่มี**มิจจาทีฐิ** ไม่มีความเห็นที่ผิดพลาด เป็นผู้มีความเห็นที่ถูกต้อง เช่น เห็นว่า ทานที่ให้แล้วมีผล การบูชา มีผล พ่อแม่มีคุณ กรรมที่ทำแล้วมีผล เป็นต้น

เมื่อเรายังอยู่ในโลก ก็ได้รับสุขบ้างทุกข์บ้าง ยังต้องทำกรรมอยู่ ก็พยายามทำกรรมที่ดี จะได้ไม่ทุกข์กับโลกมากนัก เพราะกรรมดีทำให้ได้รับผลดี เป็นความสุข กรรมชั่วทำให้ได้รับผลไม่ดี เป็นความทุกข์ เราเรียนรู้เรื่องกรรมเอาไว้จะได้ปฏิบัติตนได้ถูกต้อง จะได้ไม่เจ็บปวดกับโลกมากนัก ถ้าจะให้ดียิ่งกว่านั้น ก็คือฝึกสติ สัมปชัญญะให้เกิดปัญญา รู้เท่าทันกระบวนการทำงานของการปรุงแต่ง ตั้งแต่ผัสสะ เวทนา รู้ทันสังขาร รู้ทันการปรุงแต่งของจิต ไม่หลงเข้าใจผิด ไม่เกิดความยึดมั่นถือมั่น

ที่เราฝึกสติสัมปชัญญะ เจริญสมณะวิปัสสนา ก็เพื่อให้มีปัญญารู้ทันอย่างนี้ ถึงแม้จะยังรู้ไม่ทัน สติ สัมปชัญญะก็เป็นตัวช่วยให้เราละกรรมที่ไม่ดี ทำกรรมที่ถูกต้องดีงาม จิตเกิดความละเอียดและเกรงกลัวต่อบาปอกุศล ก็จะเกิดศีล ไม่ถูกอกุศลโทมนัสครอบงำใจ จิตมีศีลเป็นปกติ เป็นการฝึก**อธิศีลสิกขา** ต่อมาก็ฝึกรู้จิตใจให้ละเอียดยิ่งขึ้นไป เป็นการฝึก**อธิจิตสิกขา** เมื่อรู้เท่าทันจิตใจของตนเอง จิตเป็นกุศลก็รู้ เป็นอกุศลก็รู้ ดีก็รู้ ไม่ดีก็รู้ รู้เท่าทันไปหมด จิตก็จะไม่หลงยินดียินร้ายเมื่อรับรู้อารมณ์ต่างๆ จะละกิเลสนิวรณ์ต่างๆ ได้ จิตจะมีความเบิกบาน อ่อนเบา ผ่องใส เอิบอím เป็นสมาธิ เป็นจิตที่มีความตั้งมั่น ตามดูกายดูใจตามที่เป็นจริงก็จะเกิดปัญญา เป็นการฝึก**อธิปัญญาสิกขา**



กฎเกณฑ์กรรม ตอนที่ ๒

บรรยายวันที่ ๒๒ เมษายน ๒๕๕๑

ขอนอบน้อมต่อพระรัตนตรัย

สวัสดีครับท่านผู้สนใจในธรรมะทุกท่าน

เรื่องกรรมนั้นก็เป็นการสอนที่สำคัญ เพราะเป็นคำสอนในแง่ทำให้เราอยู่กับโลกได้อย่างถูกต้อง การทำกรรมนี้เกิดจากการตั้งรณทางใจ อยากให้ตัวเองดี อยากให้ตัวเองมีความสุข ในเมื่อยังต้องตั้งรณอย่างนี้ ก็ตั้งรณไปฝ่ายดีซะก่อน แต่ถ้าจะให้ดีกว่านั้น ก็คือปล่อยวางทั้งดีทั้งไม่ดี มีปัญญาเห็นแจ้งตามความจริง จิตใจหมดความ

ดีนรณ แบบนี้เป็นวิปัสสนา เป็นแบบเหนือโลก จะพ้นจากทุกข์ทั้งปวงได้

ที่นี้ ในระหว่างยังเกิดวนเวียนอยู่ก็ต้องทำกรรมให้ถูกต้อง อย่างน้อยยังต้องอยู่ในโลกใบนี้ ก็จะได้ไม่บาดเจ็บมากนัก คือมีความสุขตามสมควร แล้วก็มิโอกาสได้ยินได้ฟังพระธรรม ฟีกฝนตนเองไปเรื่อยๆ ไม่ต้องไปทนทุกข์ทรมาน ไม่ต้องไปตกอบายภูมิ อะไรพวกนี้

ในตอนที ๑ ผมได้พูดมาถึงสิ่งที่ควรทราบเกี่ยวกับกรรม ซึ่งพระผู้มีพระภาคได้ตรัสเอาไว้ใน อังคุตตรนิกาย ฉักกนิบาต นิพเพธิกสูตร ซึ่งมีอยู่ ๖ ประการ โดยปกติเวลาเราพูดถึงเรื่องกรรม เราก็จะพูดด้วนๆ เช่นว่า กรรมคือการกระทำด้วยเจตนา ทำแล้วได้รับผลอย่างนั้นอย่างนี้ ยังเข้าใจไม่ครบถ้วนสมบูรณ์ บางทีก็เข้าใจกรรมเป็นผู้มีอำนาจใหญ่ เหมือนกับพระเจ้าองค์หนึ่ง อย่างนี้ก็มี

พระผู้มีพระภาคได้ตรัสสิ่งที่ควรทราบเกี่ยวกับกรรมไว้ ๖ อย่างด้วยกัน พระองค์ตรัสว่า ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายพึงทราบ

- (๑) กรรม
- (๒) เหตุเกิดแห่งกรรม
- (๓) ความต่างกันแห่งกรรม
- (๔) วิบากแห่งกรรม
- (๕) ความอิสระจากกรรม
- (๖) ข้อปฏิบัติให้ถึงความอิสระจากกรรม

กรรมคือการกระทำที่ประกอบด้วยเจตนา ตัวเจตนา นั้นแหละเป็นกรรม ตัวการกระทำออกมาทางกาย ทางวาจา ทางใจ นี่เป็นทวารออกของกรรม ตัวกรรมแท้ๆ ก็คือตัวเจตนาในใจ ถ้าใครอยากเห็นกรรมก็ให้ดูเจตนาในใจ เวลาจะทำ จะพูด มันจะมีความคิดและมีเจตนามาก่อน อันนั้นแหละคือตัวกรรม เรียกว่าสัญเจตนา

ด้วยความที่เรายังมีความเข้าใจผิดมีความยึดมั่น
ถือมั่นในกายในใจอยู่ ก็คิดว่ากายใจนี้เป็นตัวเรา เป็นตัวดี
ตัววิเศษ เราชรักตัวเอง เราก็อยากจะให้ตัวเรานี้ได้ดีมี
ความสุข ก็เกิดเจตนาจะทำเพื่อเราอย่างใดอย่างหนึ่ง ตัว
เจตนาในเวลาจะทำอะไรออกมาทางกาย เรียกว่า**กายสัญญา
เจตนา** ออกมาเป็นกายกรรม เจตนาพูดทางวาจา เรียกว่า
วจีสัญญาเจตนา ออกมาเป็นวจีกรรม เจตนาจะทำทางใจ
เรียกว่า**มโนสัญญาเจตนา** ออกมาเป็นมโนกรรม

ส่วนใหญ่เราจะพูดถึงกายกรรม ๓ วจีกรรม ๔
มโนกรรม ๓ ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นปลายทางนะ ตัวกรรมแท้ๆ
นี้เป็นตัวเจตนา เจตนาจะทำเพื่อตัวเรา มันเข้าใจผิด
มันยึด นี้กว่ามีตัวเรา พอยึดว่ามีเราอยู่ก็ต้องทำเพื่อเรา

เราทั้งหลายคิดอะไรก็เพื่อตัวเราทั้งนั้นเลย นี้เรียก
ว่ามโนกรรม มโนกรรมจึงเยอะที่สุด พระพุทธเจ้าจึงเน้น

เรื่องมโนกรรมเป็นสิ่งสำคัญที่สุด ถ้ามโนกรรมยังมีอยู่ ก็
ให้คิดพิจารณาฝ่ายดีเข้าไป ให้ทาน รักษาศีล ให้เป็นคน
ที่เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ให้อภัยทาน มีจิตคิดเมตตา เป็นต้น
นี่ก็เป็นการปรับมโนกรรมให้มันดีขึ้น เพราะไหนๆ ก็ต้อง
คิด ก็คิดให้ดี ให้เป็นประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่น

ถ้าเราไม่ฝึกหัด จิตก็พร้อมที่จะลงต่ำอยู่เสมอ จิต
เราโดยทั่วไป ถ้าเราไม่ได้ฝึกฝน ไม่มีสติปัญญา จะมี
ลักษณะอย่างหนึ่งคือโน้มเอียงลงต่ำ เราลองสังเกตดูนะ
ถ้าไม่ฝึกตนเอง หรือไม่เตือนตนเองเอาไว้ มันจะชอบ
คิดเรื่องไม่ดีอยู่เรื่อย ชอบคิดให้เกิดความทุกข์ เกิดความ
เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น บางทีไม่มีเรื่องอะไร เรื่องที่
ทำให้เกิดความทุกข์นี้ไม่ได้ ส่วนเรื่องที่ทำให้ทุกข์ชอบจำได้
ชอบคิด จิตเรามันเป็นอย่างนี้

อาการที่จิตเราชอบไหลลงต่ำนี้ จะเป็นความเคยชิน

เมื่อมีความเคยชินนานๆ ไปแล้ว ก็จะถูกผู้คนถูกสังคม ชักจูงให้ทำกรรมชั่วได้ง่าย พระพุทธเจ้าท่านจึงบอกว่า *กรรมชั่วคนชั่วทำงานง่าย แต่กรรมชั่วคนดีทำยากนะ กรรมดี นั้นคนดีทำงานง่าย* คนชั่วบอกว่าทำดีแต่ละที่ยากจริงๆ การ ทำยากหรือง่ายอยู่ที่คุณภาพจิต

เหตุเกิดของกรรมคือผัสสะ การกระทบอารมณ์ เกิด การรับรู้ขึ้น ได้เห็นรูปทางตาแล้ว ได้ยินเสียงทางหูแล้ว ดมกลิ่นทางจมูกแล้ว ลิ้มรสทางลิ้นแล้ว ถูกต้องสัมผัส ทางกายแล้ว คิดนี้รู้สึกทางใจแล้ว ก็เกิดความรู้สึกขึ้น เรียกว่าเวทนา ที่นี้ นอกจากเวทนาแล้ว ยังมีสัญญาผุด ขึ้นมาด้วย สัญญาคือความจำได้หมายรู้ เวทนาและ สัญญานี้เป็นตัวปรุงแต่งจิต ภาษาบาลีเรียกว่า **จิตสังขาร**

จิตเราที่ปรุงดีบ้าง ไม่ดีบ้าง เกิดจากความรู้สึกคือ เวทนามกับสัญญาที่มาพร้อมกันกับผัสสะ เราเห็นหน้าคนนี่แล้ว

เป็นคนรู้จัก รู้สึกชอบหน้า จิตก็ปรุงแต่งไปอย่างหนึ่ง ทำให้ เกิดความคิด เกิดคำพูด เกิดการกระทำทางกาย เห็น หน้าอีกคนแล้วไม่ชอบ จิตก็ปรุงแต่งไปอีกแบบหนึ่ง ทำให้เกิดความคิด เกิดคำพูด เกิดการกระทำทางกาย เปลี่ยนแปลงไปตามความไม่ชอบนั้น อย่างนี้เรียกว่า เห็น แล้วเกิดความรู้สึกขึ้น รู้สึกชอบ รู้สึกไม่ชอบ รู้สึกว่า คนนี้ดี คนนี้ไม่ดี คนนี้น่าเข้าใกล้ คนนี้น่าออกห่างๆ ยิ่งถ้าเป็นญาติเรา หรือคนที่เคยทำไม่ดีกับเรา ก็จะมีรู้สึก แตกต่างออกไปมากขึ้น

นอกจากเวทนาแล้วก็มีสัญญาด้วย เราเห็นหน้า คนนี้แล้วจำได้ว่าเขาชื่อใคร จำได้ว่าคนนี้เคยยืมเงินเรา ไม่ได้ใช้คืน ตอนนีเขารวยแล้ว เขาโกงเราไปแต่รวย เราก็จะเกิดความคิดจะทำอย่างหนึ่งขึ้นมา กายวาจาก็ เปลี่ยนแปลงไป ตัวความคิดที่เกิดขึ้นมาอย่างนี้ เป็น มโนกรรม กระทำออกไปทางกายเป็นกายกรรม พูดทาง

วาจาเป็นวจีกรรม เกิดผัสสะ มีการรับรู้อารมณ์ จึงเกิด
เวทนา เกิดสัญญา และเกิดการกระทำที่แตกต่างกัน
ติดตามมา ฉะนั้น ตัวต้นตอของกรรม คือผัสสะ

สัญญาเก่าๆ โดยส่วนใหญ่ที่เราเก็บเอาไว้คือสัญญา
ที่ประกอบไปด้วยอคติ เจือด้วยความเห็นผิด อันไหนที่
เป็นฝ่ายเรา ของเรา จะให้ค่าเป็นบวก ฝ่ายคนอื่น ให้
ค่าเป็นลบ เวลาเราทำอะไรลงไปจึงเกิดความผิดพลาด
ได้มาก ถ้าลูกเราไปทะเลาะกับลูกอื่น ลูกเราก็จะเป็น
ฝ่ายถูกไว้ก่อน คนที่เป็นฝ่ายเราทำอะไรก็ดูเข้าท่าไปหมด
คนที่เป็นฝ่ายคนอื่นทำอะไรก็ดูไม่เข้าท่าเลย มันตรงข้าม
กันอย่างนี้ เราจึงต้องระวังความรู้สึกตัวเองดีๆ เพราะถ้า
ไม่ระวังจะทำให้เกิดความผิดพลาดได้ง่าย

ผัสสะนั้นเป็นตัวรับผลของกรรมเก่า และเป็นต้นตอ
ทำให้เกิดกรรมใหม่ ถ้าอยากดูผลของกรรมเก่าก็ดูตรง

ผัสสะ โดยเฉพาะคุณภาพใจเรา ถ้าอยากจะรู้ว่าเรา
สะสมอะไรมาบ้าง ก็ดูตอนกระทบอารมณ์แล้วมีปฏิกิริยา
ตอบสนองอย่างไร ความรู้สึกต่างๆ ที่เกิดขึ้นเป็น
ปฏิกิริยาโต้ตอบนี้ เรียกว่าผลของกรรมเก่า คุณภาพใจ
เรานี้ก็เป็นผลของกรรมเก่า ที่เราสะสมมาจนเป็นบุคคลนี้
ในปัจจุบัน

ตอนที่กระทบผัสสะเป็นการแสดงถึงผลของกรรม
ด้วย และเป็นเหตุให้เกิดการทำความใหม่ด้วย พอ
ทำความใหม่ก็มีผลเป็นวิบากต่อไปอีก เราได้รับสิ่งที่น่า
พอใจบ้างไม่น่าพอใจบ้าง ด้วยความไม่รู้ก็เกิดกิเลสไป
ทำความแล้วได้รับผล วนเวียนกันเป็นวงกลม อย่างนี้
แหละเรียกว่าการวนเวียนเป็น**วัฏฏะ**

กรรมและเหตุเกิดแห่งกรรมได้บรรยายไปในคราว
ที่แล้ว วันนี้จะบรรยายเกี่ยวกับความต่างกันแห่งกรรม

วิบากแห่งกรรม ความอิสระจากกรรม และข้อปฏิบัติให้
ถึงความอิสระจากกรรม

๓. ความต่างกันแห่งกรรม

สิ่งที่ควรทราบเกี่ยวกับกรรมข้อที่ ๓ คือ ความ
แตกต่างกันแห่งกรรม พระพุทธเจ้าตรัสว่า

กตมา จ ภิกขเว กมฺมานํ เวมตฺตตา ?

อตฺถิ ภิกขเว กมฺมํ นิริยเวทนียํ, อตฺถิ กมฺมํ
ติรจฺฉานโยนิเวทนียํ, อตฺถิ กมฺมํ เปตฺติวิสัยเวทนียํ, อตฺถิ
กมฺมํ มนุสฺสโลกเวทนียํ, อตฺถิ กมฺมํ เทวโลกเวทนียํ, อยํ
วุจฺจติ ภิกขเว กมฺมานํ เวมตฺตตา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลายความต่างกันแห่งกรรม คืออะไร
ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย กรรมที่พึงเสวยผลในนรกก็มี
กรรมที่พึงเสวยผลในกำเนิดสัตว์ดิรัจฉานก็มี กรรมที่พึง

เสวยผลในแดนเปรตก็มี กรรมที่พึงเสวยผลในมนุษย์โลก
ก็มี กรรมที่พึงเสวยผลในเทวโลกก็มี ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย
นี้เรียกว่า ความต่างกันแห่งกรรม

ตัวกรรมแท้ๆ คือคุณภาพใจเราเอง ใจนี้มันไม่รู้
สึกอะไร เป็นธาตุรู้เฉยๆ แต่ตัวที่ปรุงแต่งใจมีเจตนาเป็น
หัวหน้า เป็นตัวกรรม ถ้ามีเจตนาเป็นหัวหน้าไปทำฝ่ายดี
คุณภาพของใจก็เป็นอย่างหนึ่ง คุณภาพของใจนั้นภาษา
อภิธรรมเรียกว่า**เจตสิก** เจตสิกฝ่ายดีเกิดประกอบกับจิต
มีเจตนาเป็นหัวหน้าไปทำกรรมดีเรียกว่า**กุศลกรรม** มี
เจตนาเป็นหัวหน้าไปทำไม่ดี อกุศลเจตสิกก็เกิดประกอบ
กับจิต จิตนั้นก็เลยกลายเป็นอกุศล การกระทำก็เป็น
อกุศลกรรม

คุณภาพของใจเก่าๆ จะออกมาในรูปความรู้สึก
เป็นปฏิกริยาตอบสนองต่ออารมณ์ เวลาเรากระทบอารมณ์

เห็นแล้ว ได้ยินเสียงแล้ว ดมกลิ่นแล้ว ลิ้มรสแล้ว สัมผัสทางกายแล้ว คิดนี้ก็รู้สึกทางใจแล้ว ใจเรามีปฏิกริยาอย่างไรนั้นแหละตัวกรรมเก่าที่สะสมอยู่ จะมีคุณภาพ ๒ อย่าง คือ ดี กับ ไม่ดี แล้วแต่การสะสมของแต่ละคน มากน้อยแตกต่างกันไป กลายเป็นจริต อุปนิสัยของแต่ละคน

ดูก่อนมิใช่ทั้งหลาย กรรมที่พึงเสวยผลในนรกก็มี การเสวยผลเป็นความรู้สึกในใจ เราก็รู้สึกได้ เวลาใจร้อน ใจโกรธเคือง ชุ่นแค้น ใจจะมีความร้อนแผดเผา จนกระทั่งออกมาทางรูป ทำให้หน้าตาเปลี่ยนไป กรรมประเภทอย่างนี้นะเรียกว่า *นิริยเวทนีย* ใครสะสมอย่างนี้มากๆ กรรมนี้ก็สร้างรูปใหม่ขึ้นมาให้ได้รับผลเป็นความเร่าร้อนในนรก

กรรมนี้จะสะสมไว้ในจิต จิตจะสร้างนามรูปชนิดใหม่ๆ ขึ้นมาตามความยึดถือนั้น ใครสะสมกรรมชนิด

ไหนเอาไว้มาก พอกายนี้แตกทำลายไป ก็จะสร้างรูปชนิดใหม่ตามกรรมที่เราทำเอาไว้ เรียกตามสมมติว่าไปเกิดในภพภูมิต่างๆ เป็นสัตว์นรก เป็นสัตว์เดรัจฉาน เป็นเปรต เป็นเทวดา เป็นต้น

กรรมที่ทำบ่อยๆ เรียกว่า **อาจิณณกรรม** ในการให้ผลนำเกิดนั้น ถ้าไม่มีกรรมอื่นมาแทรก อาจิณณกรรมนั่นเองจะให้ผล กรรมที่สามารถให้ผลก่อนอาจิณณกรรมคือ **ครุกรรม** กรรมหนัก เช่น คนที่ได้ฌาน ฌานไม่เสื่อมก็ไปเกิดพรหมโลก นี้ฝ่ายดี ส่วนฝ่ายไม่ดี เช่น คนฆ่าพ่อฆ่าแม่เป็นการทำอนันตริยกรรม อย่างนี้ก็ไปอบายหนักนอนเลย และกรรมที่ใจห่วงเอาไว้ตอนใกล้จะตาย เรียกว่า **อาสันนกรรม** ถ้าไม่มีครุกรรมและอาสันนกรรม กรรมที่เราทำเป็นประจำจะให้ผล

กรรมที่พึงเสวยผลในกำเนิดสัตว์ดิรัจฉานก็มี จิตที่

มันชอบหลง งมงาย ฟุ้งซ่านไป เรื่องนั้นที่เรื่องนี้ที่ ฟุ้งไปทั่ว หลงว่ามีตัวเราของเรา วันๆ มีแต่ความหลง หลงคิดแต่ เรื่องโน้นเรื่องนี้ บวก ลบ คูณ หาร ตัวเลขเท่านั้นเท่านั้น คนนั้นเป็นอย่างนั้น คนนี้เป็นอย่างนี้ ประเทศนั้น ประเทศนี้ มีเรื่องราวอย่างนั้นอย่างนี้ วนเวียนไปนะ นี่เป็นลักษณะ ของจิตที่หลง มีโสมพะมาก

กรรมที่พึงเสวยผลในแดนเปรตก็มี จิตที่เสวยผล ในแดนเปรตก็คือจิตใจคับแคบ เห็นแก่ตัว มีเท่าไรก็ไม่พอ ไม่รู้จักคิดจะให้คนอื่น คิดจะเอามาเป็นของตน อย่างเดียว เป็นลักษณะจิตแบบเปรต เรามีสิ่งของเยอะ เยอะแต่รู้สึกเหมือนไม่มี ไม่สามารถจะสละให้คนอื่นได้ มีเงินเป็นร้อยล้าน แต่ไม่สามารถจะสละให้คนอื่นได้ เรา ไม่ได้คิดว่าชาตินี้มีเงินเยอะหรือน้อยนะ ดูว่าจิตเป็นยังไง เงินเยอะนั้นอาจจะไม่ได้ใช้ก็ได้ เราอาจจะตายไปก่อน ลูกเอาไปใช้แล้ว เราดูที่คุณภาพของจิต ถ้าจิตมีแต่ความ

เห็นแก่ตัว การให้ออกไปลำบาก ถ้าไปเกิดเป็นเปรต ก็จะเป็นอย่างนั้น คือหากินลำบาก หาได้ไม่พอร่อม ไม่พอยาไส้ อาหารหาได้ยาก เช่น ปากเล็กนิดเดียว ฟุงโต ดูดอาหารเข้ามาไม่เต็มสักที อย่างนี้เป็นต้น ที่พูดนี้ไม่ได้ชู่ณะ พูดเรื่องจริงให้ฟัง เป็นการเตือนกันว่า เรายังอยู่ในโลก ต้องทำกรรมให้ดี

กรรมที่พึงเสวยผลในมนุษยโลกก็มี มนุษย์ก็แบบเรา ทั่วไปนะ มีสุขบ้าง มีทุกข์บ้าง สบายบ้าง ลำบากบ้าง ปนเปกกันไป มีทุกข์มีความเดือดร้อนก็ไม่ถึงกับรุนแรงมากนัก เกิดจากความเป็นผู้มีศีล ไม่ไปเบียดเบียนใครๆ ให้ล่วงศีล หรือล่วงกรรมบถ การรักษาความเป็นมนุษย์ไว้ ท่านก็จะวางกรอบอย่างน้อยก็ให้มีศีล ๕ เป็นพื้น แล้วก็ให้เพิ่มด้วยการรักษากรรมบถทั้ง ๑๐ ให้ครบถ้วน กายกรรม ๓ วจีกรรม ๔ มโนกรรม ๓ มีศีล กาย วาจาถูกต้อง ไม่อยากได้ของคนอื่น ไม่ผูกอาฆาตพยาบาท

และมีสัมมาทิฐิ ก็จะรักษาภพภูมิมนุษย์เอาไว้ได้ เรียก
กุศลกรรมบถว่า **มนุษยธรรม** หมายถึงธรรมะที่ทำให้เป็น
มนุษย์ รักษาความเป็นมนุษย์เอาไว้ได้ ถ้าไม่มีธรรมะเหล่านี้
ถึงกายจะมีรูปร่างเป็นมนุษย์ จิตใจก็เป็นอย่างอื่นไปแล้ว
เมื่อกายแตกดับ ก็จะได้รูปร่างตามสมควรแก่กรรม

กรรมที่พึงส่วยผลในเทวโลกก็มี เทวโลกก็เหนือกว่า
มนุษย์ขึ้นไปอีก จิตละเอียดกว่ามนุษย์ จิตที่ละเอียดกว่า
มนุษย์เป็นจิตกุศลที่รู้จักปล่อยวางสมบัติมนุษย์ ไม่หลง
ยินดีสมบัติเหล่านั้น มีการแบ่งปัน เสียสละออกไป ไม่
ติดข้อง หรือบางคนชอบความสงบ ไม่ชอบรูป เสียง กลิ่น
รส สัมผัส อย่างมนุษย์เราทั่วไป

มนุษย์เราทั่วไปก็ทำหน้าที่หาเงินหาทองมาเลี้ยงชีพ
หาด้วยวิธีที่สุจริต ไม่เบียดเบียน ไม่คดโกงใคร ไม่ผิด
ศีลธรรม ได้มาแล้วก็ใช้สอยโดยธรรม แต่บางคนนี้

นอกจากจะเลี้ยงชีพอย่างที่กล่าวมาแล้ว เขายังสละออกไปได้
ลดละความเห็นแก่ตัว เห็นอกเห็นใจคนอื่นอยู่เสมอ จิต
มีเมตตากรุณา ใจเบาสบายกว่ามนุษย์ทั่วไป นี่เหนือกว่า
มนุษย์ทั่วไป คนอย่างนี้ตายก็ไปสู่คติที่สูงกว่ามนุษย์อีก
ไปเป็นเทวดา หรือบางพวกทำความสงบของจิตได้ ใจยินดี
อยู่กับความสงบที่เป็นฌานนั้น ตายก็ไปเกิดที่พรหมโลก

นี่คือความต่างของกรรม ซึ่งก็อยู่ที่จิตใจ แต่ละคน
ไม่เหมือนกัน เพราะกรรมที่อยู่ในใจนั้นไม่เหมือนกัน
เราอยู่ในโลก ทำกรรม ก็วนเวียนไปในนรกบ้าง สัตว์
เดรัจฉานบ้าง ภูมิของเปรตบ้าง มนุษย์บ้าง เทวโลกบ้าง
วนเวียนไปอย่างนี้ ไม่มีสิ้นสุดนะ เป็นการหมุนเวียน
เปลี่ยนไปของกองทุกข์ เรียกว่า**วัฏฏทุกข์** ถ้าเรายังอยู่ใน
วัฏฏทุกข์ก็ให้อยู่แถวๆ มนุษย์หรือเทวโลกก็แล้วกัน อย่า
ไปอยู่ล่างๆ นะ อยู่ล่างๆ จะลำบาก

ภพมนุษย์เรานี้ สามารถเรียนรู้และทำกรรมใหม่ได้ ดีที่สุด ดีกว่าพวกเทวดาอีก เทวดานั้นได้รับผลดีเยอะ ก็มีความสุขสบาย พวกพรหมก็มีแต่ใจสงบ แต่การศึกษา และการทำกรรมใหม่นั้นมีโอกาสน้อยกว่า ส่วนพวกสัตว์ นรก สัตว์เดรัจฉาน และเปรต ส่วนใหญ่ก็จะรับผลฝ่าย ไม่ดีทั้งนั้น ไม่มีเวลามาคิดทำความดี มีแต่ความหลง ไม่รู้ เรื่องบุญเรื่องบาปอะไร ไม่มีเวลามาคิดทำกรรมดี เรียกว่าคอยรับผลอย่างเดียว เราก็ดูสัตว์ทั้งหลายนะ เห็นไหม วันๆ ไม่ได้ทำอะไรหรอก ถึงเวลาก็กิน นอน สืบพันธุ์ วนเวียนไปอย่างนั้น อยู่กันตามสัญชาตญาณไปวันๆ เท่านั้น

ฉะนั้น เป็นมนุษย์แบบเรานี้ดีที่สุดแล้ว ถ้ารู้คำสอน ก็จะได้ฝึกฝนตนเองให้ยิ่งขึ้นไป ทำกรรมที่ดีหรือดีกว่านั้น ก็คือเหนือกรรมขึ้นไปอีก

๔. วิบากแห่งกรรม

อันที่ ๔ วิบากแห่งกรรม คือ ผลของกรรมที่จะได้รับ กรรมจะให้ผลตอนไหนบ้าง พระพุทธเจ้าตรัสว่า

กตโม จ ภิกฺขเว กมฺมานํ วิปาโก ?

ตีวิชาหํ ภิกฺขเว กมฺมานํ วิปากํ วทามิ ทิฏฺฐเฐว ฌมฺเม,
อุปฺปชฺเช วา, อุปฺเป วา ปริยาเย

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิบากแห่งกรรม คืออย่างไร ?

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เรากล่าววิบากแห่งกรรมว่ามี

๓ ประการ คือ

๑. กรรมที่พึงเสวยในปัจจุบัน
๒. กรรมที่พึงเสวยในอัตภาพถัดไป
๓. กรรมที่พึงเสวยในอัตภาพต่อๆ ไป

ผลของกรรมนั้นมีหลายอย่าง ในที่นี้พูดเรื่องวิบาก วิบากคือผลที่สูงงมเป็นนามธรรม ได้เห็น ได้ยิน ได้กลิ่น รู้รส สัมผัส ได้รู้สึกทางใจ เป็นจิตเกิดขึ้นรับผลเหมาะแก่กรรมที่ทำไว้ แยกเป็นจักขุวิญญาณ โสตวิญญาณ สนาหวิญญาณ ชิวหาวิญญาณ กายวิญญาณ และมโนวิญญาณ นี่เป็น**วิบาก** อุปมาเหมือนเราปลูกข้าว เมล็ดข้าวเปลือก เป็นเหมือนตัวกรรม เราปลูกลงไป จนข้าวเติบโต เป็นต้น ข้าว ออกใบ ออกดอก ออกรวง ได้เมล็ดข้าวเปลือกที่สูงงม เมล็ดข้าวเปลือกเก่าที่เราปลูกตอนแรกเหมือนกรรม เมล็ดข้าวเปลือกใหม่ที่ได้มาเหมือนกับวิบาก แต่นอกจากวิบากแล้ว ยังมีผลอื่นๆ ด้วย ต้นข้าว ใบข้าว ฟาง อันนี้เป็นผลแต่ไม่ได้เป็นวิบาก และก็มีส่วนที่เกี่ยวข้องอื่นๆ ในกระบวนการ เช่น ดินบริเวณนั้น ฝน แดด น้ำ แมลง ฯลฯ มีสิ่งเกี่ยวข้องกันมากมายเหลือเกิน

ในการทำกรรมนั้น มีผลเกิดขึ้นและมีสิ่งที่เกี่ยวข้องมากมาย ปกติเราจะรู้เพียงแค่ว่า มองไม่เห็นภาพรวม ดังนั้น จึงต้องระวัง ให้มีเจตนาที่ดีในการกระทำ **นอกจากมีเจตนาที่ดีแล้วยังต้องมีปัญญาด้วย** ส่วนวิบากของกรรมนั้นท่านไม่ให้เกิดมาก เพราะคิดแล้วจะเป็นบ้า เป็นเรื่อง **อจินไตย** คือสิ่งที่ไม่ควรคิด ซึ่งมีอยู่ ๔ เรื่อง คือ **วิสัยของพระพุทธเจ้า วิสัยของผู้ได้ฌาน วิบากของกรรม และการคิดเรื่องโลก**

พระพุทธเจ้าเน้นให้เราทำกรรมใหม่ให้ดี ไม่ต้องไปคิดเรื่องวิบากว่าจะได้เมื่อไหร่ ผลของการทำดีก็มีผลแก่เราโดยตรง ทำความดีบ่อยๆ จิตใจก็เคยชิน ทำความดีได้ง่ายขึ้น ผู้คนก็รักใคร่ ได้รับเสียงสรรเสริญ ได้ลาภ ได้ยศ ตามสมควร อยู่ด้วยความสบายใจ ไม่เดือดร้อนใจ ไม่ต้องกลัวตกอับ อย่างนี้เป็นต้น

๕. ความอิสระจากกรรม

อันที่ ๕ ความอิสระจากกรรม จะไม่เกิดการทำความ
อีก ทำได้อย่างไร ไม่เกิดวงกลม ของกิเลส กรรม วิบาก
ก็ต้องอิสระจากกรรม พระองค์ตรัสว่า

กตโม จ ภิกขเว กมฺมนิโรโธ ?
ผลฺสนิโรโธ ภิกขเว กมฺมนิโรโธ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความอิสระจากกรรม คืออย่างไร
ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความอิสระจากผัสสะ คือ ความ
อิสระจากกรรม

ถ้าผัสสะครอบงำไม่ได้ อยู่เหนือผัสสะ ก็ไม่มีการ
ทำกรรม คำว่า อยู่เหนือผัสสะ ไม่ใช่ไม่มีผัสสะ แต่คือ
การรู้เท่าทันผัสสะ เมื่อรับผัสสะแล้วใจก็ไม่หวั่นไหวหรือ
ไม่ดิ้นรนไปตามสิ่งกระทบ ได้ยินเสียงเพราะๆ ใจก็ไม่

หวั่นไหวไปตามเสียงนั้น ได้ยินเสียงที่ไม่เพราะ ใจก็ไม่
หวั่นไหวไปตาม ความสุขเกิดขึ้นก็ไม่หวั่นไหวไปตาม ความ
ทุกข์เกิดขึ้นก็ไม่หวั่นไหวไปตาม เป็นผู้วางเฉยได้ อย่าง
นี้ไม่เกิดกรรมเลย ซึ่งการจะอยู่เหนือผัสสะก็ต้องมีวิธีการ
ฝึกฝน อย่างเราธรรมดาคงทำไม่ได้ เราได้ยินเสียงเพราะๆ
ก็ชอบแล้ว เข้าไปมีอารมณ์ร่วม นี้เรียกว่าสวຍเวทนาแล้ว
หากรู้ไม่ทันก็จะเกิดการทำความต่อไป ได้ยินเสียงที่ไม่
เพราะหรือเสียงต่ำเราก็ไม่ชอบแล้ว นี้ก็สวຍเวทนา ความ
โกรธก็เกิดขึ้นครอบงำใจ หลงไปทำความแล้ว ฉะนั้น ต้อง
มีการฝึกฝนจึงจะถึงความอิสระจากกรรมได้ แต่ให้ทราบ
ไว้ก่อนว่า ความอิสระจากผัสสะ นั้นแหละคือความอิสระ
จากกรรม ให้หัดรู้ทันสภาวะต่างๆ ซึ่งล้วนแต่เกิดจากผัสสะ
ทั้งนั้น เมื่อไม่หลงไปตามมัน จึงจะอิสระจากกรรมได้

หากสภาวะที่ไม่ดีเกิดขึ้น ท่านก็คิดว่าทำอย่างไรจะดี
อย่างนี้ใจเกิดการดิ้นรนขึ้นมาแล้ว เกิดการทำความวนเวียน

แต่ถ้าสถานะที่ไม่ดีเกิดขึ้น รู้ทันมันว่า เป็นสถานะอย่างหนึ่ง เป็นของไม่เที่ยง ไม่ใช่ตัวตน บังคับไม่ได้ ใจไม่ไหวไปตามเลย อย่างนี้ไม่เกิดการทำความ โดยปกติหนักปฏิบัติทั้งหลายก็ไปสร้างกรรมวนเวียน ส่วนใหญ่สร้างกรรมฝ่ายดี รักษาดีให้อยู่ยาวนานๆ ทำใจให้นิ่งๆ แล้วก็พยายามรักษาให้มันนิ่งอยู่ยาวนานๆ อย่างนี้ก็ดีอยู่ แต่ก็เป็นการทำความไม่พ้นกรรม ไม่อิสระจากกรรม

ให้รู้ไว้ว่า ตอนไหนเป็นกรรม เกิดการกระทำทางใจขึ้น ตอนไหนอิสระจากกรรม ไม่เกิดการกระทำ ที่จะอิสระจากกรรมคืออิสระจากผัสสะ เมื่อความเสื่อมเกิดขึ้นก็ไม่หวั่นไหวไปตาม ความเจริญก้าวหน้าเกิดขึ้น ก็ไม่หวั่นไหวไปตาม บางคนปฏิบัติธรรมไป ความเศร้าหมองเกิดขึ้นทั้งวัน เกิดการดิ้นรนว่า จะทำยังไงดินะจึงจะหายหาวิธีปฏิบัติอย่างโน้นอย่างนี้ อย่างนี้ก็เกิดกรรมขึ้นมาแล้ว บางคนจิตใจดีงามผ่องใสก็ขยันมาก นี่ก็เกิดกรรมเหมือนกัน

แต่ถ้ารู้เท่าทัน ตอนนี่จิตเศร้าหมองเกิดขึ้น ดูลงไป แล้วไม่เกิดการดิ้นรนชวนชวาย รู้ไปอย่างที่มีนเป็น เห็นว่าเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ก็ไม่เกิดกรรมขึ้นมา

ที่นี้ บางทีจิตใจดีงาม ใจก็ไม่หวั่นไหวเลย ก็เห็นเป็นเพียงสถานะอย่างหนึ่งที่เกิดขึ้นแล้วก็เปลี่ยนแปลงไปเสมอทั้งฝ่ายเสื่อมทั้งฝ่ายดี อย่างนี้ไม่เกิดกรรมขึ้นมา อันนี้เรียกว่า **วิปัสสนา** ซึ่งดูเหมือนยากมาก แต่โดยความจริงแล้วเรียบง่าย เพราะไม่ต้องทำอะไรเพิ่ม ที่มีนยาก เพราะเรามัวแต่จะทำ กลัวจะไม่ดี กลัวจะเสื่อม กลัวจะไม่ได้บรรลุ เราอยากเป็นคนดี ตอนไม่ปฏิบัติเป็นคนไม่ดี พอเป็นนักปฏิบัติก็เลยจะเป็นคนดี การจะเป็นคนดีก็เป็นยากอย่างนี้แหละ เพราะมัวแต่ทำอยู่ เลยเกิดการทำความ เพียรพยายามทำให้มันดี และรักษาดีเอาไว้ยาวนานๆ

ใจที่ดิ้นรนหลงไปทำกรรม เนื่องจากมันไม่ยอมรับความจริง ใจเกิดการดิ้นรนไปทางใดทางหนึ่ง ถ้าสภาวะที่ดีเกิดขึ้น ใจก็เกิดการดิ้นรนไปทางหนึ่ง ดิ้นรนในทางที่จะรักษา แสวงหาให้มันถาวร เทียงอยู่อย่างนั้น น่าจะอยู่อย่างนี้นานๆ หน่อย ถ้าสภาวะฝายไม่ดีเกิดขึ้น ก็หาทางให้มันหาย หาวิธีปฏิบัติ หารูปแบบต่างๆ มาป้องกันมันเอาไว้ ไม่ให้มันเกิด เมื่อมันมาแล้ว ก็พยายามหาวิธีการทำลายมัน

โดยความจริง ผัสสะก็มีทั้งดีและไม่ดี เราฝึกเพื่อรู้เท่าทัน ไม่หลงไปตามมัน จึงจะอิสระจากมันได้ ดีก็รู้ ไม่ดีก็รู้ เลื่อมก็รู้ เจริญก็รู้ สุขก็รู้ ทุกข์ก็รู้ เป็นสิ่งเท่ากัน อย่างนี้เกิดปัญญา ปัญญารู้ก็รู้ทั้งสองอย่างนะ ทั้งดีทั้งไม่ดี เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา เท่ากัน **เวลาปล่อยวางก็ปล่อยวางทั้งสองอย่าง ปล่อยวางทั้งดี ปล่อยวางทั้งไม่ดี** ไม่ใช่ปล่อยวางไม่ดีจะไปเอาดี ไม่ใช่อย่างนั้น

๖. ข้อปฏิบัติให้ถึงความอิสระจากกรรม

อันที่ ๖ ข้อปฏิบัติให้ถึงความอิสระจากกรรม ก็คือ อริยมรรค ๘ มีสัมมาทิฐิ เป็นต้น จนกระทั่งถึงสัมมาสมาธิ ถ้าอยากจะอิสระจากกรรม ไม่ต้องมาดิ้นรนทำกรรมวนเวียนอยู่อย่างนี้ ไม่ต้องมาเวียนเกิดเวียนตายไปตามกรรม อย่างที่เป็นอยู่ที่นี่ เราก็ต้องมาฝึกฝนตนเอง ฝึกให้มีสติสัมปชัญญะ ให้เกิดศีล สมาธิ ปัญญา เมื่อสมบุรณ์ อริยมรรค ๘ ก็เกิดขึ้น ได้เห็นพระนิพพาน ทำลายกิเลสได้ อิสระจากผัสสะ อิสระจากกรรม **มีหนทางเดียวนี้แหละ** ไนบาลีท่านว่า

อยมเว อริโย อภฺจฺจคฺโก มคฺโค กมฺมนิโรธคามินี
ปฏิบัติทา, เสยฺยติทฺ : สมฺมาทิฏฺฐิ ... สมฺมาสมาธิ
อริยมรรคมีองค์ ๘ นี้ เป็นข้อปฏิบัติให้ถึงความ
อิสระจากกรรม ได้แก่ สัมมาทิฏฐิ ... สัมมาสมาธิ

คำสอนของพระพุทธเจ้าสอนไว้ครบถ้วนนะ ถ้าเรายังทำกรรมอยู่ ท่านก็บอกไว้ว่า กรรมจะพานเวียนไปไหนได้บ้าง พาไปนรกก็มี สัตว์เดรัจฉานก็มี เปเรตก็มี มนุษย์ก็มี เทวดาก็มี ให้ผลเมื่อไหร่บ้าง ให้ผลในชาติปัจจุบันก็มี ให้ผลชาติหน้าก็มี ให้ผลในชาติถัดจากนั้นไปอีกก็มี ความอิสระจากกรรมอย่างไร คืออิสระจากผัสสะ ผัสสะไม่มีอิทธิพลมาทำให้ใจหวนไหวได้ และบอกข้อปฏิบัติที่ทำให้อิสระจากกรรม คืออริยมรรค มีองค์ ๘

อริยมรรค ๘ นี้เกิดพร้อมกับ**มรรคจิต** ในคนหนึ่งๆ ที่เกิดตายสืบต่อกันอย่างยาวนานนี้ อริยมรรคเกิดเพียง ๔ ครั้งเท่านั้น ก็ได้เป็นพระอรหันต์แล้ว

ครั้งแรกเกิดโสดาปัตติมรรค ได้เป็นพระโสดาบัน
ครั้งที่สองเกิดสกทาคามิมรรค ได้เป็นพระสกทาคามี
ครั้งที่สามเกิดอนาคามิมรรค ได้เป็นพระอนาคามี

ครั้งที่สี่เกิดอรหัตตมรรค ก็ได้เป็นพระอรหันต์
เท่านั้นทั้งหมดเรื่องแล้ว อิสระจากกรรมโดยสิ้นเชิงแล้ว

ที่เราปฏิบัติกรรม ฝึกสติสัมปชัญญะ นี้ยังไม่ใช่อริยมรรคมีองค์ ๘ เป็นขั้นการฝึก เป็นการทำความเพียรเพื่อให้อริยมรรคเกิดขึ้น เราฝึกไปตามไตรสิกขา ให้เกิดศีลสมาธิ ปัญญา ไปตามลำดับ พอสมบุรณ์ระดับหนึ่ง อริยมรรคเกิดขึ้นครั้งที่หนึ่ง ทำลายกิเลสคืออสังกาสกขันธ์ วิจิกิจฉาสีลพทปรามาส ได้เด็ดขาด ได้เป็น**พระโสดาบัน**มีศีลสมบุรณ์ อริยมรรคเกิดขึ้นครั้งที่สอง ทำลายราคะ โทสะ โมหะ ที่หยาบๆ ได้ ได้เป็น**พระสกทาคามี** อริยมรรคเกิดขึ้นครั้งที่สาม ทำลายกามราคะและปฏิฆะได้ ได้เป็น**พระอนาคามี** มีสมาธิสมบุรณ์ อริยมรรคเกิดขึ้นครั้งที่สี่ ทำลายรูปราคะ อรูปราคะ มานะ อุทธัจจะ และอวิชชา ได้เป็น**พระอรหันต์** มีปัญญาสมบุรณ์

๑๑๘ กฏเกณฑ์กรรม

ฉะนั้น เวลาเราศึกษาเรื่องกรรมก็ควรศึกษาให้ครบ ๖ เรื่องอย่างนี้นะ กรรมคืออะไร เหตุเกิดแห่งกรรมคืออะไร ความต่างแห่งกรรมคืออะไร วิบากแห่งกรรมคืออะไร ความอิสระจากกรรมคืออะไร ข้อปฏิบัติให้ถึงความอิสระจากกรรมคืออะไร รู้ให้ครบอย่างนี้ จะได้นำไปประพฤติปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง



รู้กรรม รู้พรหมจรรย์

ในสิ่งที่ควรทราบเกี่ยวกับกรรมนี้ พระพุทธเจ้า ท่านเน้นเรื่องกรรมนิโรธ กับ กรรมนิโรธคามินีปฏิปทา ให้เราทั้งหลายพากเพียรประพฤติพรหมจรรย์คือไตรสิกขา เพื่อให้อริยมรรคเกิดขึ้น **การรู้เรื่องกรรมก็เพื่อรู้จักพรหมจรรย์ จะได้ฝึกฝนตนเองให้อิสระจากกรรม ไม่ต้องมาเกิดอีก** ไม่ใช่รู้เรื่องกรรมเพื่อไปทำกรรมเยอะๆ และไม่ใช้สอนเรื่องกรรม เพื่อให้ไปทำกรรม จะได้ไปเกิดที่นั่นที่นี้ แต่สอนเรื่องกรรม เพื่อให้ทราบว่า เพราะมีการทำกรรม เราทั้งหลายจึงเวียนเกิดเวียนตาย ไปทุกคติบ้าง ไปสูคติบ้าง เคยเป็นมาหมดแล้ว ทั้งสัตว์นรก สัตว์เดรัจฉาน เปเรต เทวดา พรหม หรือมนุษย์ในลักษณะต่างๆ คนรวยก็เคยเป็นมาแล้ว คนจนก็เคยเป็นมาแล้ว พระราชาก็เคยเป็นมาแล้ว ยาจกก็เคยเป็นมาแล้ว **ควรแล้วที่จะเบือนหน้า**

ในการเกิด มาประพฤติพรหมจรรย์ ให้เกิดปัญญา ไม่หลงไปกับโลกซึ่งเกิดจากผัสสะเท่านั้นเอง

การทำความดีนั้นเป็นทางผ่าน เพื่อให้เกิดปัญญา เข้าใจความจริง ละความเห็นผิดและความยึดมั่นถือมั่นว่ามีตัวเราจริง ไม่ได้ต้องการดี แต่เพื่อให้จิตพร้อมสำหรับการศึกษา ให้ทานก็เพื่อเป็นประโยชน์เกื้อกูลต่อการประพฤติพรหมจรรย์ รักษาสิกขาบทต่างๆ เพื่อเกื้อกูลต่อการประพฤติพรหมจรรย์ เป็นไปเพื่อละความเห็นผิดว่ามีตัวเราจริง และละความยึดมั่นถือมั่นในโลก

ท่านสรุปประโยชน์ของความรู้เรื่องกรรมไว้ในตอนท้ายว่า

ยโต โข ภิกขเว อริยสาวโก เอวํ กมฺมํ ปชานาติ,
เอวํ กมฺมานํ นินทานสมฺภวํ ปชานาติ, ... เอวํ กมฺมนิโรธ
คามินี ปฏิปทํ ปชานาติ, โส อิมํ นิพเพธิกํ พุทฺทมจจริยํ
ปชานาติ กมฺมนิโรธํ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เพราะอริยสาวกผู้ทรงธรรมอย่างนี้,
รู้เหตุเกิดแห่งกรรมอย่างนี้ ... รู้ข้อปฏิบัติให้ถึงความอิสระ
จากกรรมอย่างนี้, อริยสาวกนั้นย่อมรู้จักพรหมจรรย์ อัน
เป็นเหตุชำระแรกกิเลส อันเป็นความอิสระจากกรรม

ที่สอนเรื่องกรรมโดยแยกแยะเป็น ๖ อย่างนี้
ก็มีวัตถุประสงค์ว่า อริยสาวกนั้นย่อมรู้จักพรหมจรรย์
อันเป็นเหตุชำระแรกกิเลส อันเป็นความอิสระจากกรรม
ท่านสอนเรื่องกรรมก็เพื่อให้รู้จักพรหมจรรย์ คือ ไตรสิกขา
เพราะไตรสิกขานี้แหละเป็นเหตุให้อริยมรรคเกิดขึ้น ทำลาย
กิเลสได้โดยสิ้นเชิง ได้เห็นพระนิพพาน

อริยมรรค ๘ ประการเป็นกรรมนิโรธคามินีปฏิปทา
ซึ่งกรรมนิโรธคามินีปฏิปทานี้จะเกิดไม่ได้ ถ้าไม่มีพรหม
จรรย์ และถ้าไม่มีกรรมนิโรธคามินีปฏิปทา กรรมนิโรธ
คือพระนิพพาน อันเป็นสภาวะที่อิสระจากกรรมก็ไม่ปรากฏ

พระพุทธเจ้าสอนเรื่องกรรมมาทั้งหมดนี้แหละ ก็
ต้องการให้เรารู้จักพรหมจรรย์อันเป็นเครื่องชำระแรกกิเลส
เป็นความอิสระจากกรรม เพื่อให้เราประพฤติปฏิบัติตาม
พรหมจรรย์ได้โดยถูกต้อง ใครจะปฏิบัติแนวไหนก็ได้
ตามสมควร แต่ให้อยู่ในหลักพรหมจรรย์ ในหลักของ
ไตรสิกขา อริศีลสิกขา อริจิตตสิกขา อริปัญญาสิกขา
เพื่อให้เกิดศีล สมาธิ ปัญญา ถ้าอยู่ในหลักนี้โดยถูกต้อง
มีเหตุสมควรอริยมรรค ๘ ก็เกิดได้ เห็นพระนิพพาน
ทำลายกิเลสไปได้โดยสิ้นเชิง ถึงกรรมนิโรธ คือความ
อิสระจากกรรม ไม่ต้องมาวนเวียนในวัฏฏะทุกข์อีกต่อไป

เราเรียนเรื่องกรรมก็เพื่อประพฤติพรหมจรรย์ ถ้ายังทำอะไรไม่เป็นเลย เราก็หัดพรหมจรรย์ด้านศีลก่อน **สมาทานสิกขาบท** แล้วก็ฝึกฝนตนเองให้อยู่ในกรอบ ฝึกฝนสติสัมปชัญญะให้มากขึ้น หัดรู้ตัวให้บ่อยๆ เพื่อให้รู้ทันเจตนาในใจ คอยสังเกตเจตนาในใจเอาไว้ เวลาจะกระทำทางกาย เวลาจะพูด ดูให้เห็นว่า พูดด้วยจิตอะไร คิดยังไงถึงพูดอย่างนี้

ขอให้หมั่นสังเกตจิตใจตนเองนะ สังเกตเห็นบ่อยๆ ก็จะเกิดความละเอียดและความเกรงกลัวขึ้นมา จะเกิดการงดเว้น จิตเกิดการงดเว้นเพราะมีความละเอียด **hiri โอตตัมปะ เป็นปัจจัยให้เกิดศีล** ศีลแท้ๆ ก็คือเจตนางดเว้น จะละหุจริตต่างๆ ได้ ทำสุจริต กายวาจาใจดี ไม่เบียดเบียน ทำร้ายผู้อื่น มีแต่ความเมตตากรุณาเห็นใจกัน จิตจะมีความเป็นปกติ อันนี้เป็นศีล

ตัวศีลนี้อยู่ที่จิต ไม่ได้ดูที่อาการภายนอก บางคนดูภายนอกดีมากเลยนะ พูดเพราะ จะบอกมีศีลดี ก็ยังไม่ใช่ว่า บางทีพูดเพราะ แต่มีเจตนาเสียดแทงคนอื่น อยู่ด้วยกันแบบเดียวอาจจะยังไม่รู้ว่าใครมีศีล แต่ถ้าอยู่ด้วยกันนานๆ ก็ดูออกได้ ถ้าคนไม่มีศีลจริง จะรักษาดีเอาไว้ไม่ได้ เดี่ยวก็ระเบิด

กรรมเก่า กรรมใหม่

ต่อไปอีกพระสูตรหนึ่ง ในสังยุตตนิกาย สฬายตนวรรค กรรมนิโรธสูตร พระพุทธเจ้าแสดงความรู้เกี่ยวกับกรรม ๔ อย่างด้วยกัน พระองค์ตรัสว่า

นวปุราณานิ ภิกขเว กมฺมานิ เทเสสฺสามิ
กมฺมนิโรธญฺจ กมฺมนิโรธคามินิญฺจ ปฏิปทํ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เราตถาคตจะแสดง

- (๑) กรรมเก่า
- (๒) กรรมใหม่
- (๓) ความอิสระจากกรรม
- (๔) ข้อปฏิบัติให้ถึงความอิสระจากกรรม

พระพุทธเจ้าทรงแสดงครอบคลุมเป็นหลักเอาไว้ เวลาเราศึกษาก็ต้องเข้าใจอย่างนี้ จะง่ายในการศึกษาธรรมะต่อไป บางคนไปเรียนเรื่องกรรมเงาใดเงาหนึ่งชะละเอียดเลย เรียนมากเกินไปเลยง ให้เรียนสั้นๆ ได้ครอบเอาไว้ก่อน จะได้ไม่งง เมื่อได้ครอบเป็นหลักแล้ว รายละเอียดเราจะไปแตกย่อยขนาดไหนก็ได้ ในพระสูตรนี้ท่านขยายความว่า

กตมญฺจ ภิกขเว ปุราณกมฺมํ ?

จกฺขุํ ภิกขเว ปุราณกมฺมํ อภิสงฺขตํ อภิสญฺเจตยิตํ
เวทนิยํ ทฺวฺจพฺพํ ... โสตํ ... ฆานํ ... ชิวหา ... กาโย ... มโน
ปุราณกมฺโม อภิสงฺขโต อภิสญฺเจตยิตโต เวทนิโย ...

ดูก่อนภิกษุทั้งหลายกรรมเก่า เป็นอย่างไร

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ตา ฟังทราบว่าเป็นกรรมเก่า
ถูกปัจจัยปรุงแต่ง สำเร็จด้วยเจตนา เป็นที่ตั้งแห่งเวทนา

หู ... จมูก ... ลิ้น ... กาย ... ใจ ฟังทราบว่าเป็นกรรมเก่า ถูกปัจจัยปรุงแต่ง สำเร็จด้วยเจตนา เป็นที่ตั้งแห่งเวทนา

อย่างหนึ่ง **ปุราณกมฺมํ กรรมเก่า** ก็คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ สิ่งเหล่านี้เป็นผลของกรรม เกิดจากกรรมเก่าๆ ที่เราเคยทำเอาไว้แล้ว ประมวลมาจนเป็นสิ่งที่เหมาะสมเป็นตัวเราหนึ่งอยู่หนึ่งแหละ แต่ละคนก็แตกต่างกันไปตามกรรม ทำกรรมดีก็ปรุงแต่งให้ดูดี ทำกรรมไม่ดีหรือไม่ประณีตก็ปรุงแต่งให้ดูไม่ดี ชิ้นส่วนแต่ละอย่างที่เป็นอวัยวะของเราเนี่ย มีความละเอียดปลีกย่อยไม่เหมือนกันเลย ก็เพราะแต่ละคนทำกรรมมาแตกต่างกัน นับตั้งแต่ผิวพรรณ รูปร่าง ทรวดทรง ฯลฯ รวมไปถึงคุณภาพของใจ ที่เป็นอุปนิสัยใจคอ ความเคยชิน จริต อหิยาภัยต่างๆ เกิดจากกรรมเก่าปรุงแต่งขึ้นมา

เมื่อมีตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ มาแล้ว ก็มีการรับรู้โลก เรียกว่าผัสสะ ทำให้เกิดความรู้สึกต่อโลกและทำกรรมใหม่ต่อไปอีก ตา หู เป็นต้นเหล่านี้ จึงเป็นที่ตั้งของเวทนา ทำให้เกิดความรู้สึก เมื่อเห็นก็รู้สึก อยากรู้อย่างหนึ่ง เมื่อคิดนึกก็รู้สึกอย่างใดอย่างหนึ่ง

ที่มีสิ่งนั้นสิ่งนี้ขึ้นมามากมาย เป็นตัวเรา ของเรา เป็นเขา ของเขา ก็เกิดจากตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ นั้นแหละ ส่วนนี้เป็นผลของกรรม เป็นกรรมเก่า เราทำมาอาศัยกรรมเก่าแล้วกระทบผัสสะกับโลก เกิดความรู้สึกกับโลก หลงโลก เข้าใจผิด หลงยึดมั่นจริงจังกับโลกก็ทำกรรมใหม่วนเวียน ออกจากวงจรนี้ไม่ได้ เลยต้องเกิดตายวนเวียนไม่สิ้นสุด

กตมญจ ภิกขเว นวกมฺม?
ยํ โข ภิกขเว เอตฺรหิ กมฺมํ กโรติ กาเยน วาจา
มฺนสา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย กรรมใหม่ เป็นอย่างไร
ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย คือ กรรมที่บุคคลทำด้วยกาย
วาจา ใจ

นวกมฺม กรรมใหม่ คือการกระทำ เรามีกรรมเก่า
มาแล้ว คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ กระทบผัสสะ เกิด
เวทนา ตัณหา อุปาทาน แล้วก็ทำกรรมใหม่ทางกาย ทาง
วาจา ทางใจ เป็นกรรมดีบ้าง ไม่ดีบ้าง กรรมดีเรียกว่า
กุศลกรรม กรรมไม่ดีเรียกว่าอกุศลกรรม

กตโม จ ภิกขเว กมฺมณโรโธ?
โย โข ภิกขเว กายกมฺมวจีกมฺมมโนกมฺมสฺส นโรธา
วิมุตฺตี ผุสฺติ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความอิสระจากกรรม เป็น
อย่างไร

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย คือ บุคคลถูกต้องวิมุตติ
เพราะความหมดไปแห่งกายกรรม วจีกรรม และมโนกรรม

ความอิสระจากกรรม การไม่มีเหตุที่จะให้ทำกรรม
อีก คือ ถึงวิมุตติ ความหลุดพ้น หมดความยึดมั่นถือ
มั่นในชั้น ๕ อันเป็นตัวทุกข์ ใจอิสระจากกรรม ไม่มีการ
ปรุงแต่งตั้งนรชนขวยจะทำโน่นทำนี่เพื่อเรา ส่วนข้อ
ปฏิบัติให้ถึงความอิสระ คืออริยมรรค ๘ ดังบาลีว่า

กตมา จ ภิกขเว กมฺมนิโรธคามินี ปฏิปทา?
อ ยเมว อริโย อญฺจสิโก มคฺโค, เสดยเถปิ:
สมฺมาทิฏฺฐิ สฺมาสงฺกปโป สฺมมาวาจา สฺมากมฺมนโธ
สมฺมาอาชีโว สฺมมาวาจาโม สฺมาสตี สฺมาสมาธิ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ปฏิปทาที่ทำให้ถึงความอิสระ
จากกรรม เป็นอย่างไร

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย คือ อริยมรรคมีองค์ ๘ ได้แก่
สัมมาทิฏฺฐิ สฺมาสังฺกัปปะ สฺมมาวาจา สฺமாகมฺมันตะ
สมฺมาอาชีวะ สฺมมาวาจาโม สฺมาสตี สฺมาสมาธิ

พระสูตรนี้ล้วนๆ แสดงความเข้าใจเรื่องกรรมครบ
ถ้วนทีเดียว แสดงการเกิดขึ้นเป็นไปของทุกข์ มีกรรมเก่า
กรรมใหม่ หมุนเวียนเป็นวัฏฏ์ทุกข์ เป็นวงจรสายเกิดทุกข์
อีกส่วนหนึ่ง แสดงความอิสระจากกรรม หมุดกรรม ไม่มี
กรรม และข้อปฏิบัติคืออริยมรรค ๘ ประการ เป็นฝ่าย

หมดทุกข์ โดยสรุปแล้ว พระองค์ตรัสแค่ ๒ เรื่องเท่านั้น
คือเรื่องทุกข์กับการพ้นทุกข์ ไม่ว่าจะที่ไหนๆ ก็ตรัสอย่างนี้
ถ้าเราเข้าใจธรรมชาติของพระพุทธรเจ้า ก็จะมีว่าพระองค์
สอนแต่เรื่องนี้ พระองค์เน้นไปที่การประพฤตินิปฏิบัติ การ
ประพฤดิพรหมจรรย ให้อริยมรรค ๘ เกิดขึ้น ให้ถึงการ
พ้นทุกข์ได้จริง



อนุสาสนี

พระองค์ทรงแสดงพระสูตรนี้ ก็สอนเพื่อให้เรื่อง
ประพจน์พรหมจรรย์ ไม่มัวแต่ประมาทหลงลืมไป ไม่มัว
แต่เห็นเรื่องอื่นสำคัญกว่าเรื่องนี้ **เรื่องสำคัญที่สุดสำหรับ**
เราทั้งหลาย ก็คือการประพจน์พรหมจรรย์ ทำตัวเองให้
พ้นทุกข์ หรือไกลต่อการพ้นทุกข์เข้าไปอีก จะหมดทุกข์ก็
โดยการมีปัญญา รู้ทุกข์ตามความเป็นจริง

ที่พระองค์สอนเรื่องกรรมเก่า กรรมใหม่ กัมมณีโรธ
และกัมมณีโรธคามินีปฏิปทา นี้ ไม่ใช่สอนแล้วให้ไปทำกรรม
แต่สอนให้ภาวนา เพื่อจะอิสระจากกรรม จะได้ไม่เดือด
ร้อนภายหลัง สอนเพื่อให้รู้ว่า แท้ที่จริงแล้ว มีแต่ทุกข์
เท่านั้นที่เกิดวนเวียนไปไม่สิ้นสุด เพราะยังมีการทำกรรมอยู่
ฉะนั้น **ให้เห็นโทษของความเกิด** เพราะความเกิดนำความ
แก่ ความเจ็บ ความตาย และทุกข์อื่นๆ มาให้มากมาย

สอนเพื่อให้รู้จักพรหมจรรย์ รู้จักวิธีที่จะออกจากวงกลม
อันโหดร้ายนี้ วัฏฏะนั้นหาที่ สุดเบื้องต้นและเบื้องปลายไม่
ได้ มันเป็นวงกลม เรียกว่า **สังสารวัฏ** คือวงกลม การ
วนเวียนไปของชั้นๆ ายตนะ ธาตุ เป็นการวนเวียนไป
ของกองทุกข์

พระผู้มีพระภาคได้ตรัสสรุปไว้ตอนท้ายพระสูตรนี้ว่า

อิติ โข ภิกขเว เทสิตํ มยา ปุราณกมมํ, เทสิตํ
นวกมมํ, เทสิตโต กมฺมณีโรโธ, เทสิตา กมฺมณีโรธคามินี
ปฏฺิปปทา, ยํ โข ภิกขเว สตุถารา กรณียํ สวากานํ
หิตะสิทา อนุกมฺปะเกน อนุกมฺปะ อูปาทาย, กตํ โว ตํ มยา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย กรรมเก่าเราได้แสดงแล้ว
กรรมใหม่เราได้แสดงแล้ว ความอิสระจากกรรมเราได้
แสดงแล้ว และข้อปฏิบัติที่ทำให้ถึงความอิสระจากกรรม

เราได้แสดงแล้ว ด้วยประการฉะนี้, ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย
กิจใดที่ศาสดาผู้แสวงหาประโยชน์เกื้อกูล ผู้อนุเคราะห์
พึงอาศัยความอนุเคราะห์ กระทำแก่สาวกทั้งหลาย กิจ
นั้นเราได้กระทำแล้วแก่เธอทั้งหลาย

พระองค์ทรงแสดงเกี่ยวกับกรรม เป็นกิจที่ศาสดา
ควรกระทำแก่สาวก พระองค์ได้ทำกิจแล้ว ส่วนหน้าที่
ของเราทั้งหลายก็ต้องไปฝึกฝนภาวนา มีบาลีต่อไปว่า

เอตานิ ภิกขเว รุกฺขมุลาณี, เอตานิ สุญฺญาคารานี,
ฌายถ ภิกขเว, มา ปมาทตถ,
มา ปจฺฉา วิปฺปฏิสารีเน อหุตถ,
อโย โว อมฺหากํ อนุสาสนี

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นั้นโคนไม้ นั้นสถานที่ว่างจาก
เรือน

เธอทั้งหลายจงปฏิบัติสมณะและวิปัสสนา จงอย่า
ประมาท

อย่าเป็นผู้ที่มีความร้อนใจในภายหลังเลย
นี่คือคำพร่ำสอนของเราสำหรับเธอทั้งหลาย

อนาสานี คือ คำพร่ำสอน คำตักเตือน คำที่คอย
บอกอยู่เสมอ บอกอยู่บ่อยๆ ให้นำไปปฏิบัติ เพื่อจะ
ได้เกิดปัญญา สามารถเป็นที่พึ่งให้แก่ตนได้ คือให้ไป
เจริญสมณะและวิปัสสนา มีความไม่ประมาท รู้ตัวอยู่เสมอ

ฉมายถ แปลว่า จงฟัง จงใส่ใจ แปลโดยเนื้อความว่า
จงปฏิบัติสมณะและวิปัสสนา ถ้าใส่ใจตัวอารมณ์ รู้อยู่ที่
ตัวอารมณ์ อยู่ให้จิตสบาย มีกำลัง เรียกว่าทำ**สมณะ** ถ้า
ใส่ใจลักษณะของตัวอารมณ์ คือเห็นความไม่เที่ยง เป็น
ทุกข์ เป็นอนัตตา ของตัวอารมณ์ เรียกว่า**วิปัสสนา**

มา ปมาทตถ เธอทั้งหลายจงอย่าประมาท ให้เห็น
คุณค่าของเวลา มีสติ มีความรู้ตัวอยู่เสมอ รู้ที่อยู่ในกาย
ในใจ การหลงลืม มัวแต่เหม่อลอย หลงเพลินไปกับ
สิ่งต่างๆ เรียกว่า ประมาท

ในการปฏิบัติ ต้องหัดมีสติ ไม่ประมาท ไม่ลืมกาย
ไม่ลืมใจ ให้รู้กาย ให้รู้ใจ กายเดิน ยืน นั่ง นอน เขยียด
คู้ กระดิกแขน กระดิกขา ก็ให้รู้ว่ากายมันเป็นอย่างนั้น
รู้ความรู้สึก ปวดหลังก็ให้รู้ว่าปวดหลัง เจ็บตรงนั้นปวด
ตรงนี้ก็ให้รู้ หิวก็รู้ว่ามันหิว สบายใจรู้ว่าสบายใจ ไม่
สบายใจรู้ว่าไม่สบายใจ รู้จิตใจที่เปลี่ยนแปลงอยู่ มีราคะ
ไม่มีราคะ มีโทสะ ไม่มีโทสะ หลง ไม่หลง หดหู่
ฟุ้งซ่าน สงบ ไม่สงบ วิตกกังวลรู้ว่าวิตกกังวล เครียด
รู้ว่าเครียด อย่างนี้เรียกว่าไม่หลงลืม ไม่ประมาท มีสติ
เมื่อมีสติ ก็ให้เจริญสมณะและวิปัสสนาต่อไป

ดังนั้น ให้รีบปฏิบัติ รีบฝึกฝนเข้าไว้จะได้ไม่เสียใจ
ในภายหลัง อายุมากจะลำบาก ตอนเป็นหนุ่มเป็นสาว
ตื่นเช้าก็ได้ นอนตึกๆ ก็ได้ เดินไปเดินมาได้สบาย มี
กำลัง ฝึกสติได้ดี อายุมากทำอย่างนั้นไม่ได้ นั่งแป็บ
เดียวก็หลับ นั่งนานๆ ก็ปวดหลัง เดินนานๆ ก็ปวดขา
อย่างนี้ละ กายยังดีอยู่ก็ใช้ให้เกิดประโยชน์อย่างเต็มที่
ให้ปฏิบัติสมณะวิปัสสนา ให้ไม่ประมาท **พระองค์เป็นเพียง
คนบอกทาง ส่วนการเดินนั้น เราต้องทำเอาเอง** นี้แหละ
เป็นคำพร่ำสอนของพระพุทธเจ้า

ประวัติผู้บรรยาย อาจารย์สุกักร ฑุมทอง



วันเดือนปีเกิด

วันที่ ๑๓ พฤษภาคม ๒๕๑๕

บ้านหนองชะ ต.หนองชะ อ.ลำโรงทาบ จ.สุรินทร์

การศึกษา

- เปรียญธรรม ๔ ประโยค
- ประกาศนียบัตรบาลีใหญ่ วัดท่ามะโอ จ.ลำปาง
- วิศวกรรมศาสตรบัณฑิต สาขาวิศวกรรมไฟฟ้า
มหาวิทยาลัยขอนแก่น

งานปัจจุบัน (พ.ศ. ๒๕๕๒)

- ผู้จัดการฝ่ายจัดซื้อ บริษัท บางกอกฟร้อพเพอร์ตี้
คอร์ปอเรชั่น จำกัด
- คณะกรรมการโครงการแปลพระไตรปิฎกนิสสยะ
และตรวจชำระคัมภีร์

- อาจารย์สอนพิเศษปริญญาตรีชั้นปีที่ ๓ และ ๔
วิชาพระอภิธรรมปิฎก มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาลีศึกษามหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย จ.นครปฐม
- บรรยายธรรมตามสถานที่ต่างๆ ทั้งในกรุงเทพฯ และต่างจังหวัด
- เผยแพร่ธรรมะทางเว็บไซต์ www.ajsupee.com



ปฏิสนธิระณะระปะนะคาถา (คาถาเป็นที่ตั้งแห่งความปรารถนา)

หันทะ มะย้ง ปฏิสนธิระ ระปะนะ คาถาโย ภะณมะ เส
มาเถิดพวกเรามากล่าวสรรเสริญคาถาเป็นที่ตั้งแห่งความปรารถนากันเถิด

ยันทานี เม กะตัง ปุญญัง เตนาเนนุททีเสนะ จะ
ชิปปัง สัจฉิกะเรยยาหัง รัมเม โลกุตตะเร นะวะ
บุญใดที่ข้าพเจ้าได้ทำในบัดนี้ เพราะบุญนั้นและการอุทิศแผ่ส่วนบุญนั้น
ขอให้ข้าพเจ้าทำให้แจ้งในโลกุตตรธรรมเถ่าในทันที

สะเจ ตาระ อะภัพโพหัง สังสาเร ปะนะ สังสะรัง
ถ้าข้าพเจ้าเป็นผู้อภัพอยู่ ยังท่องเที่ยวไปในวัฏสงสาร

นิยะโต โพธิสัตโตวะ สัมพุทเธนะ วิทยาเกโต

นาฏฐาระสะปี อาภัพพะ ฐานานี ปาปุณเยยะหัง
ขอให้ข้าพเจ้าเป็นเหมือนโพธิสัตว์ผู้เที่ยงแท้ ได้รับพยากรณ์
แต่พระพุทธรเจ้าแล้ว ไม่ถึงฐานะแห่งความอภัพ ๑๘ อย่าง

ปัญจะเวรานี วัชเชยย้ง ระเมยย้ง สีละรักขะเน

ปัญจะกาเม อะลัคโคหัง วัชเชยย้ง กามะป้งกะโต

ข้าพเจ้าพึงเว้นจากการเวรทั้งห้า พึงยินดีในการรักษาศีล
ไม่เกาะเกี่ยวในคุณทั้งห้า พึงเว้นจากเบื่อกตมกล่าวคือกาม

ทุททิกุฏฐิยา นะ ยุชเชยยัง สังยุชเชยยัง สุทิกุฏฐิยา
บาเป มิตเต นะ เสเวยยัง เสเวยยัง ปณทิตเต สะหา
ขอให้ข้าพเจ้าไม่พึงประกอบด้วยทิกุฏฐิชั่ว พึงประกอบด้วยทิกุฏฐิดีงาม
ไม่พึงคบมิตรชั่ว พึงคบแต่บัณฑิตทุกเมื่อ

สังฆาสะติริโรตตปปา ตาปักขันติคุณากะโร
อัปปะสัยโห วะ สัตตทุทติ เหยยยัง อะมันทะมุยะกะโร
ขอให้ข้าพเจ้าเป็นบ่อเกิดแห่งคุณ คือ ศรัทธา สติ หิริ โอตตปปะ
ความเพียรและขันติ พึงเป็นผู้ที่ศัตรูครอบงำไม่ได้ ไม่เป็นคนเขลา
คนหลงมกมาย

สังพยายาปาเยสุ เณโก รัมมัตถะโกวิโท
ญฺเวยเย วัตตัตวะสัชชังเม ญฺญาถัง อะเมวะ มาลุตโต
ขอให้ข้าพเจ้าเป็นผู้ฉลาดในอุบายแห่งความเลื่อมและความเจริญ
เป็นผู้ใฝ่เยบแหลมในอรรถและธรรม ขอให้ญาณของข้าพเจ้าเป็นไป
ไม่ข้องขัดในธรรมที่ควรรู้ ดุจลมพัดไปในอากาศฉะนั้น

ยา กาจิ กุสะลา มยาสา สุขนะ สิขณะตัง สะหา
เอวััง วุตตา คุณา สัพเพ โหนตุ มัยหัง ภาเว ภาเว
ความปรารถนาใดๆ ของข้าพเจ้าที่เป็นกุศล ขอให้สำเร็จโดยง่ายทุกเมื่อ
คุณที่ข้าพเจ้ากล่าวมาแล้วทั้งปวงนี้ จงมีแก่ข้าพเจ้าทุกๆ ภา

ยะหา อุปปัชชะติ โลเก สัมพุทธโร โมกขะเทสะโก
ตตะหา มุตโต กุกัมเมทติ สัทธโรกาโส ภาเวยยะหัง
เมื่อใด พระสัมมาสัมพุทธเจ้าผู้แสดงธรรมเครื่องพ้นทุกข์เกิดขึ้นแล้ว
ในโลก เมื่อนั้น ขอให้ข้าพเจ้าพ้นจากกรรมอันชั่วช้าทั้งหลาย เป็นผู้
ได้โอกาสแห่งการบรรลุธรรม

มะนุสสัสตัตถุจะ ลิงคัถุจะ ปีพพัชชัญญุปะสัมปะทัง
ละภิตวา เปสะโล สีสึ ธาเรยยัง สัตถุสาสะนัง
ขอให้ข้าพเจ้าได้ความเป็นมนุษย์ ได้เพศบริสุทธิ์ ได้บรรพชาอุปสมบท
แล้วเป็นคนรักศีล มีศีล ทรงไว้ซึ่งพระศาสนาของพระศาสดา

สุขาปะฏิปะโท ชิปปา- ภิญญู สังฆิกะเรยยะหัง
อะระหัตตปณะลัง อัคคัง วิชชาทิกุณณะลังกะตัง
ขอให้เป็นผู้มีการปฏิบัติโดยสะดวก ตรัสรู้ได้พลัน กระทำให้แจ้งซึ่ง
อรรถัตถผลอันเลิศอันประดับประดาด้วยธรรม มีวิชชา เป็นต้น

ยะทิ นุปปัชชะติ พุทธโร กัมมัง ปะริปุรัญญะ เม
เอวััง สันเต ละภายยาหัง ปังเจกะโพธิมุตตะมันติ
ถ้าหากพระพุทเจ้าไม่บังเกิดขึ้น แต่กุศลกรรมของข้าพเจ้าเต็มเปี่ยม
แล้ว เมื่อเป็นเช่นนั้น ขอให้ข้าพเจ้าพึงได้ญาณ เป็นเครื่องรู้ เฉพาะ
ตนอันสูงสุด เทอญ

รายนามผู้ร่วมศรัทธาพิมพ์หนังสือกฎเกณฑ์กรรม

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๑	คุณณรงค์ฤทธิ์ - คุณรัชดา - ด.ช.นพพรพรช อุปถัมภ์	๑๐,๐๐๐
๒	ดร.ประไพศรี สุทัศน์ ณ อยุธยา	๕,๐๐๐
๓	คุณอุบลวรรณ รัตติธรรม	๔,๗๕๐
๔	คุณประณีตญา มกรากร	๔,๒๕๐
๕	คุณศิริอร ไพฑารวิจิตรนุช	๔,๐๐๐
๖	คุณสำราญ ธรรมเนียมอินทร์	๓,๖๕๐
๗	คุณอำนวยการ เจริญทองเลิศ	๓,๐๐๐
๘	พญ.แหวตา - คุณผาณิตา - คุณภาณุ หลุยส์สุวรรณ	๓,๐๐๐
๙	คุณบุษบา ศรีวานิช	๒,๖๒๐
๑๐	คุณนิตยา สุริยวงศ์ และเพื่อนๆ	๒,๒๐๐
๑๑	คุณนฤมล สโรบล	๒,๐๕๐
๑๒	คุณสุเมธ อุปนิสากร	๒,๐๐๐
๑๓	คุณกัญญารัตน์ อยู่เย็น	๒,๐๐๐

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๑๔	คุณสมศักดิ์ - คุณสรัญญา ประสานสรรพกิจ	๒,๐๐๐
๑๕	คุณรำไพ เซาร์ชัย	๒,๐๐๐
๑๖	คุณพ่อวงษ์ - คุณแม่ทรงศนี้อย ศาสตร์เปล่งแสง	๒,๐๐๐
๑๗	ผู้ไม่ประสงค์ออกนาม	๒,๐๐๐
๑๘	คุณบัวสวรรค์ เสนาศรี	๑,๖๔๐
๑๙	คุณกาญจนา แต่งไทย	๑,๕๖๐
๒๐	คุณนิญาณี บวรวงศ์กนก	๑,๔๕๐
๒๑	คุณถนอมสิน เย็นสุข, คุณอรทัย แซ่เตี๋ย	๑,๓๕๐
๒๒	คุณจวีวรรณ - คุณชนเชียร - คุณนัฐพงษ์ - คุณอารีสา ภูทอง	๑,๒๐๐
๒๓	คุณณัด - คุณสุกัญญา ศิลอนันต์วนิช	๑,๐๐๐
๒๔	คุณธัญลักษณ์ลักษณ วังศาโรจน์	๑,๐๐๐
๒๕	คุณศศิธร ศรีวิชิรคุปต์	๑,๐๐๐
๒๖	คุณเรวัตร์ - คุณณัชชา สุวรรณกิตติ และครอบครัว	๑,๐๐๐

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๒๗	คุณโชคชัย - คุณวิลาวัลย์ อิงคชัยกุลรัชต์	๑,๐๐๐
๒๘	คุณวิรุณภัทร์ วงศ์วรวัชร	๑,๐๐๐
๒๙	น.ต.ทศพล ฉายานนท์	๑,๐๐๐
๓๐	คุณกนกพิมพ์	๑,๐๐๐
๓๑	คุณสุภาวดี ธนสีลังกูร	๑,๐๐๐
๓๒	คุณเรวัต-คุณวัลยา แสงนิล	๑,๐๐๐
๓๓	คุณอรุณี ไชยรัตน์ติเวช	๙๐๐
๓๔	คุณจิตติภค กิจกาญจน์ไพบูลย์	๘๓๐
๓๕	คุณอรุณ มงคลเกียรติชัย	๘๔๐
๓๖	คุณสมพร ปานยินดี	๘๐๐
๓๗	คุณสุจิตรา ชวนะนันท์	๖๒๐
๓๘	คุณนवलอนงค์ นิรมานธรรมกุล	๖๐๐
๓๙	คุณสุเทพ โจษวรรค์นุสนธิ์	๕๓๐
๔๐	พญ.กุลนที แสงนาค	๕๐๐
๔๑	คุณสมหวัง ศรีนิล	๕๐๐
๔๒	คุณญาณภัค ธารวณ	๕๐๐
๔๓	ผู้ไม่ประสงค์ออกนาม	๕๐๐

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๔๔	คุณรชต ชอบธรรมสกุล	๕๐๐
๔๕	คุณเมธีริณธ์ นันทพูลทรัพย์	๕๐๐
๔๖	คุณเอื้อมพร - คุณสุชาติ - คุณธนาพัฒน์ ชัยประภา, คุณละม่อม ชุ่มชื่น	๕๐๐
๔๗	คุณเชียม แซ่เท้น	๕๐๐
๔๘	คุณนิรมล ตันติพูลธรรม	๕๐๐
๔๙	คุณสมลักษณ์ วงศ์ฤชุ	๕๐๐
๕๐	คุณวรรณิ มาศวัฒนกิจ	๕๐๐
๕๑	คุณยุพิน เทียนอุดม	๕๐๐
๕๒	พ.ต.อ.บุญเสริม - คุณยุพดี ศรีชมภู	๕๐๐
๕๓	คุณอังคณา แก้วประกอบ	๕๐๐
๕๔	คุณพรพรรณ แก้วมณีชัย	๕๐๐
๕๕	คุณศิววรรณ ชันริต	๔๓๐
๕๖	คุณประสงค์ พรจินดารักษ์	๔๑๐
๕๗	คุณปราณี สีหพาหุ	๓๗๐
๕๘	คุณพัฒน์นรี ทัพญ์ธนนท์	๓๖๐
๕๙	คุณศุภณัฐ คงเครือ	๓๕๐

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๖๐	คุณชัยโรจน์ วีระปิติพัฒน์	๓๑๐
๖๑	คุณบุญชู เตชะอำนาจ	๓๐๐
๖๒	คุณวิจิตร - คุณเรไร สุวรรณกิตติ	๓๐๐
๖๓	คุณกัญจน์ณัฐ เทอญฐีพิพ	๓๐๐
๖๔	คุณเสรีภาพ ชาทิพา, คุณประภาพรรณ เหมือนเพชร	๓๐๐
๖๕	คุณจินตนา ศุภมิตรพิบูลย์	๓๐๐
๖๖	คุณนิยม จิราพงษ์	๓๐๐
๖๗	คุณสุภัคจินันท์ วันแสงสันต์	๓๐๐
๖๘	คุณจารุวรรณ เขียวมณี	๒๕๕
๖๙	คุณอรอนงค์ สงสยาม	๒๕๐
๗๐	คุณอัครินี อัครวิวัฒนกุล	๒๒๐
๗๑	คุณอนุชา หาไสย	๒๒๐
๗๒	คุณสิริลดา อเนกบุญสภาพร	๒๐๐
๗๓	คุณพรवीณ์ จิรัฐตยากร	๒๐๐
๗๔	พระชัยพร จันทวงศ์	๒๐๐
๗๕	คุณจิตพรณี และครอบครัว	๒๐๐

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๗๖	พลเอกวรเดช - คุณวิสาชา ภูมิจิตร	๒๐๐
๗๗	คุณนงเยาว์ เลือโต	๒๐๐
๗๘	คุณขวัญ	๒๐๐
๗๙	คุณพรศรี มีประเสริฐ	๒๐๐
๘๐	คุณจรรยา ชาญธนาภักดิ์	๑๗๐
๘๑	คุณศุภเลิศ กิจขจรไพบูรณ์	๑๖๕
๘๒	ผู้ไม่ประสงค์ออกนาม	๑๖๐
๘๓	คุณอัครินี อัครวิวัฒนกุล	๑๕๐
๘๔	คุณสวา หมอรัตน์	๑๕๐
๘๕	คุณฐานันท์กัญญารัตน์ บุญดี	๑๕๐
๘๖	คุณรุจนา บรรจงศิลป์	๑๔๐
๘๗	คุณนิรมล ทวยทานนท์	๑๒๐
๘๘	คุณดุษฎี วงษ์ศรี	๑๑๐
๘๙	คุณณรงค์ชัย วงษ์จิตรเพ็ชร	๑๐๐
๙๐	คุณสิริพร โคกภูมิพันธ์	๑๐๐
๙๑	ครอบครัวสีม่วง และครอบครัวทอง	๑๐๐
๙๒	คุณกรีนรัตน์ จิรัฐติกานนท์	๑๐๐

