

# กฎเกณฑ์กรรม

สุกัร้ ทุมทอง

## กฎเกณฑ์กรรม

โดย สุภีร์ ทุมทอง

พิมพ์ครั้งที่ ๑ เมษายน ๒๕๕๔

อาจารย์สุภีร์ ทุมทอง

จำนวน ๓๕,๐๐๐ เล่ม

ภาพปก / ภาพประกอบ โกลินทร์ ชาวงาม

แบบปก / รูปเล่ม กิ่งกรุณา ไพบูลย์

### ดำเนินการผลิตโดย สำนักพิมพ์ฟรีมายด์

27/33 ซอยศรีบำเพ็ญ ถนนพระราม 4 แขวงทุ่งมหาเมฆ

เขตสาทร กรุงเทพฯ 10120 โทรศัพท์ 0-2637-8600 โทรสาร 0-2637-8601

<http://www.freemindbook.com>

### พิมพ์ที่ ห้างหุ้นส่วนจำกัด ภาพพิมพ์

296 ซอยอรุณอมรินทร์ แขวงบางยี่ขัน เขตบางพลัด กรุงเทพฯ 10700

โทรศัพท์ 0-2433-0026-7 โทรสาร 0-2433-8557

แจกเป็นธรรมทาน ห้ามจำหน่าย

[www.ajsupee.com](http://www.ajsupee.com)

## คำนำ

หนังสือ “กฎเกณฑ์กรรม” นี้ เรียบเรียงจากคำบรรยาย ๒ แห่ง คือ บทที่ ๑ และบทที่ ๒ เรียบเรียงจากคำบรรยายในหัวข้อศึกษาและปฏิบัติธรรม ที่เป็นซ์ทองหล่อ กรุงเทพฯ คุณเอมวดี เกียรติศิริ และคุณจิระภา เข็มทอง เป็นผู้ถอดเทป ส่วนบทที่ ๓ เรียบเรียงจากคำบรรยายบรรยายในหัวข้อ สาระธรรมจากพระสุตตันตปิฎก ที่ชมรมคนรู้ใจ กรุงเทพฯ คุณชญัญญัก พงศ์ชยกร และคุณธนากร ต่อศรี เป็นผู้ถอดเทป ผู้บรรยายได้นำมาปรับปรุงเพิ่มเติมตามสมควร

เนื้อหาที่บรรยายนั้น ให้ความเข้าใจเกี่ยวกับกรรม เริ่มตั้งแต่มุมมองอย่างกว้างที่สุด คือ กรรมในฐานะกฎธรรมชาติ และได้แยกแยะกรรมในแง่มุมต่างๆ เพื่อให้เกิดความเข้าใจกรรมอย่างถูกต้องและครอบคลุม และสรุปความเข้าใจเกี่ยวกับกรรม ๕ เรื่อง คือ (๑) สุขทุกข์ใครทำให้ (๒) ไม่มีวิญญาณไปเสวยวิบาก (๓) การแก้กรรม (๔) การชำระล้างกรรม (๕) ความสิ้นกรรม โดยวัตถุประสงค์ของการเรียนรู้เรื่องกรรม คือ การกลับมามีจิตสำนึกในการฝึกฝนพัฒนาตนเองด้วยความพากเพียร ให้เป็นผู้มีสติสัมปชัญญะ มีความรู้ตัวในการทำ การพูด การคิด จนกระทั่งรู้จักการประพฤติพรหมจรรย์ คือ การฝึกฝนตนเองตาม

# สารบัญ

หลักไตรสิกขาเพื่อให้อริยมรรคเกิดขึ้น อิศระจากกรรม ไม่ต้องมาเวียน  
ว่ายตายเกิดอีกต่อไป

ขอนุโมทนาผู้ที่เกี่ยวข้องในการทำหนังสือเล่มนี้ และขอขอบคุณ  
ญาติธรรมทั้งหลายที่มีเมตตาต่อผู้บรรยายเสมอมา หากมีความผิดพลาดประการใด อันเกิดจากความด้อยสติปัญญาของผู้บรรยาย ก็ขอ  
ขมาต่อพระรัตนตรัยและครูบาอาจารย์ทั้งหลาย และขอโหสิกรรมจาก  
ท่านผู้อ่านไว้ ณ ที่นี้ด้วย


สุภีร์ ทุมทอง  
ผู้บรรยาย

<b>กฎเกณฑ์กรรม ๑</b>	๙
กรรมเป็นปฏิจจสมุบาทผ่ายเกิดทุกข์	๑๔
เราเป็นทายาทของกรรม	๑๘
ความเห็นผิดเกี่ยวกับกรรม	๒๗
กรรมกับความเพียร	๓๑
สิ่งที่ควรทราบเกี่ยวกับกรรม ๖ อย่าง	๓๖
<b>กฎเกณฑ์กรรม ๒</b>	๕๗
รู้กรรม รู้พรหมจรรย์	๗๗
กรรมเก่า กรรมใหม่	๘๐
อนุสาสนี	๘๕
<b>กฎเกณฑ์กรรม ๓</b>	๙๑
สุขทุกข์ใครทำให้	๑๐๕
ไม่มีวิญญูณไปเสวยวิบาก	๑๑๖
การแก้กรรม	๑๒๗
การชำระล้างกรรม	๑๓๕
ความสิ้นกรรม	๑๕๑



# กฎเกณฑ์กรรม

สุกัร ทุมทอง



ทุกข์และการหันไม่แรงทุกข์นี้ เริ่มกฎเกณฑ์ตามธรรมชาติล้วนๆ  
มีความสัมพันธ์มีใจจับอิงอาศัยกัน กรรมก็มีส่วนหนึ่งในนั้น เป็น  
ส่วนหนึ่งของกระบวนการทำให้เกิดทุกข์ เริ่มบัญญัติสมมุติภาพสาบเกิดทุกข์  
เราอยู่ในโลกก็ต้องทำกรรมวนเวียนไม่ แต่ต้องทำกรรมให้มันถูก ละกรรม  
ที่ไม่ดีออกไป ทำกรรมดี และในดีที่กว่านั้นดีอยู่นั่นคือกรรม

## กฎเกณฑ์กรรม ๑

บรรยายวันที่ ๑ เมษายน ๒๕๕๑

ขอนอบน้อมต่อพระรัตนตรัย

สวัสดีครับท่านผู้สนใจในธรรมะทุกท่าน

วันนี้บรรยายศึกษาและปฏิบัติธรรม ครั้งที่ ๑๑ นะครับ จะพูดถึงเรื่อง กรรมตอนที่ ๑ เรื่องกรรมนี้จะพูด ๒ ครั้ง โดยจะอธิบายกรรมในแง่มุมต่างๆ ให้ท่านฟัง ในคราวก่อนๆ ผมก็ได้พูดถึงวิธีการปฏิบัติธรรมการฝึกสติสัมปชัญญะให้เราสามารถรู้เท่าทันความคิดความรู้สึกของตนเองจนกระทั่งเข้าใจตนเองอย่างแจ่มแจ้ง ถึงการอยู่เหนือโลกได้ อันนั้นเป็นขั้นสูงสุด แต่ว่าเราทั้งหลายยังอยู่ในโลก ยังมีการทำกรรมวนเวียนอยู่ ก็ควรเข้าใจเรื่องกรรมให้ถูกต้อง เพราะการอยู่ในโลกนี้ต้องมีการทำกรรม มีการรับรู้โลกและมีการกระทำคืนต่อโลก เราจะได้อยู่กับโลกได้อย่าง

ถูกต้อง ประพฤติต่อโลกอย่างถูกต้อง ในขณะที่เรายังไม่ถึงการพ้นทุกข์  
ยังไม่ได้บรรลุธรรม ก็ต้องสำรวมระวังในการกระทำเอาไว้

## หลักความจริงกับหลักปฏิบัติต่อความจริง

คำสอนของพระพุทธเจ้า นั้น ถ้าแยกออกก็มีอยู่ ๒ แนวหลักๆ  
แนวที่ ๑ คือ พระองค์ทรงแสดงความจริงของธรรมชาติ ธรรมชาติ  
มันเป็นเช่นนั้นของมันเอง เป็นธรรมะ เป็นธาตุ ไม่มีใครที่เป็นผู้มีอำนาจ  
อยู่เบื้องหลังเลย เป็นแต่ธรรมะล้วนๆ ที่เป็นไปตามเหตุปัจจัย ไม่มีใคร  
มีอำนาจดลบันดาลอะไร พระองค์ทรงสอนเรื่อง อิทัปปัจจยตาปฏิจ-  
สมุปบาท ไตรลักษณ์ เพราะสิ่งนี้มี สิ่งนี้จึงมี เพราะการเกิดขึ้นของ  
สิ่งนี้ สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น เพราะสิ่งนี้ไม่มี สิ่งนี้จึงไม่มี เพราะการดับไปของ  
สิ่งนี้ สิ่งนี้จึงดับไป สิ่งนี้เป็นเหตุ สิ่งนี้เป็นผล สิ่งที่เป็นผลก็เป็นเหตุให้  
สิ่งอื่นต่อไปเรื่อยๆ ทุกสิ่งอาศัยกันและกันเกิดขึ้น ไม่มีสิ่งไหนที่อยู่ได้  
อย่างโดดเดี่ยวหรืออยู่ได้มั่นคงถาวรด้วยตัวเอง มีแต่สิ่งที่เกิดขึ้นเพราะ  
เหตุปัจจัยและแตกดับไปตามสมควร ทุกสิ่งทุกอย่างเป็นไปตามกฎไตร  
ลักษณ์ คือ เป็นสิ่งไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา เกิดขึ้นแล้วก็ต้อง  
ดับไป คงอยู่ได้ไม่นาน อยู่ได้เพียงชั่วคราว จากไม่มีก็มาขึ้น จากมี  
แล้วก็ไปสู่ความไม่มี

ที่สิ่งต่างๆ มันมีเหตุจึงเกิดขึ้นแล้วเปลี่ยนแปลงไปตามเหตุ เรียกว่า  
**อิทัปปัจจยตา** ความมีสิ่งนี้เป็นปัจจัย จึงมีสิ่งนี้ และเรียกว่า **ปฏิจสมุ-  
ปบาท** สิ่งทั้งหลายอิงอาศัยกันและกันจึงเกิดขึ้น สิ่งไหนที่เกิดขึ้นแล้วมันก็  
มีลักษณะที่เป็น**ไตรลักษณ์** คือ เป็นของไม่เที่ยง เกิดขึ้นแล้วมันต้อง  
ดับไป สิ่งที่เกิดขึ้นนั้นเกิดจากปัจจัยหลายอย่าง มีปัจจัยที่ทำให้มันเกิด  
มากมาย ปัจจัยที่ทำให้เกิดก็เป็นของไม่เที่ยง สิ่งที่เกิดจากปัจจัยก็เลย  
พลอยไม่เที่ยงไปด้วย นี่เรียกว่า สิ่งนั้นมันทนอยู่ในสภาพเดิมของมัน  
ไม่ได้ มันเป็นทุกข์ ไม่สมบูรณ์ในตัวมันเอง จะเอาเป็นที่พึ่งพิงจริงๆ  
ไม่ได้ และ เป็นอนัตตา ไม่สามารถบังคับบัญชาเอาตามใจชอบได้ หรือ  
จะไปแสวงหาตัวตนถาวรแสวงหาผู้มีอำนาจบังคับนั้นไม่สามารถที่จะหาได้  
มีแต่สิ่งที่เป็นไปตามเหตุปัจจัยล้วนๆ เกิดขึ้นเป็นคราวๆ สิ่งที่เกิดขึ้น  
แล้วดับไป เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่มีบุคคลหรือผู้มีอำนาจอยู่  
เบื้องหลัง อันนี้คือกฎความจริงของธรรมชาติ

เมื่อทรงแสดงความจริงอย่างนี้แล้ว พระองค์ก็สอนวิธีการปฏิบัติ  
เพื่อให้ได้รับประโยชน์จากความจริงด้วย เป็นคำสอนแนวที่ ๒ ซึ่ง  
พระองค์ทรงเน้นมากเป็นพิเศษ เพราะว่าถึงพระองค์จะตรัสรู้ความจริง  
ของธรรมชาติแล้ว ถ้าไม่มีพระธรรมต่างๆ มาสอนเรา ไม่มีวิธีการปฏิบัติ  
มาแนะนำ เราก็ไม่สามารถเกิดปัญญาที่จะเห็นอย่างนั้นได้ ความจริงเป็น  
สิ่งสำคัญ แต่ที่สำคัญกว่าคือทำอย่างไรให้เกิดปัญญาได้เห็นความจริง

ผู้ที่พ้นทุกข์แล้ว ผู้ที่ถึงวิมุตติหลุดพ้นแล้ว ท่านมาบอกความจริงให้ฟัง นี้ ก็เป็นความรู้ของท่าน ที่สำคัญกว่านั้นคือทำอะไรเราจะหลุดพ้นได้บ้าง อันนี้แหละที่สำคัญ

จึงมีคำสอนประเภทที่ ๒ ขึ้นมา แสดงถึง**วิธีการปฏิบัติเพื่อให้ได้ รับประโยชน์จากความจริง** คือคำสอนในแนวปฏิบัติ วางกรอบหลักการ ในการปฏิบัติตามแนว**อริยสัจ ๔** กัถิ เรื่องของ**กรรม**กัถิ เรื่องการปฏิบัติ ตามลำดับใน**ไตรสิกขา** จนกระทั่ง**อริยมรรค**ทั้งแปดสมบูรณ์ รวมทั้ง ข้อปฏิบัติอื่นๆ ที่เป็นคำสอนแนวจริยธรรมทั้งหมด ก็เป็นวิธีการปฏิบัติ ที่จะทำให้ได้รับประโยชน์จากความจริง

หลักคำสอนเรื่องอริยสัจ เป็นคำสอนประเภทหลักการที่ ครอบคลุมการรู้ความจริงของธรรมชาติ นำมาใช้ในการปฏิบัติเพื่อให้ถึงการพ้นทุกข์ พระองค์สอนว่า ทุกขอริยสัจให้รู้ให้แจ่มแจ้ง ให้รู้ว่ามันเป็น ตัวทุกข์ ทุกข์ที่เกิดขึ้นนั้นเป็นของไม่เที่ยง เป็นของแปรปรวน มีเหตุเกิดขึ้นเป็นคราวๆ แล้วก็ดับไป หน้าที่ของเราคือเข้าใจมันให้แจ่มแจ้ง ดู มันตามที่เป็นจริง เมื่อดูบ่อยๆ ก็เข้าใจ มีปัญญาเกิดขึ้น ตัณหาก็หมด

อริยสัจ ๔ เป็นคำสอนที่พระองค์สอนวิธีการที่เราจะได้รับ ประโยชน์จากความจริง **ประโยชน์สูงสุดของความเป็นมนุษย์คือทำให้ ตนเองพ้นทุกข์** ถ้าเราเข้าใจเรื่องอริยสัจ ๔ เพียงอย่างเดียว ก็เข้าใจทั้ง กฎความจริงและเข้าใจวิธีการปฏิบัติไปด้วยในตัว แต่บางครั้งเราไป

สนใจคำสอนแง่ใดแง่หนึ่งมากเกินไป สัมผัสคำสอนอีกแง่หนึ่ง ก็อาจ จะเข้าใจผิดพลาดได้ เช่น เราสนใจเรื่องกรรม เราก็กศึกษาในเรื่องกรรม แง่มุมเดียว เราอาจจะเกิดความเข้าใจผิดในเรื่องอื่นๆ ได้ ฉะนั้น เวลา เราศึกษาคำสอน จึงควรศึกษาให้ครบแ่งมุม ศึกษาเรื่องกฎความจริงว่า เป็นอย่างไร วิธีการปฏิบัติเพื่อให้ได้รับประโยชน์จากความจริงมีวิธีการ ใดๆ โดยเฉพาะที่สำคัญก็คือเรื่องอริยสัจ ๔ ซึ่งผมได้อธิบายไปแล้ว ในครั้งก่อนๆ

อริยสัจ ๔ พูดถึงเรื่องทุกข์ คือ กายกับใจที่เปลี่ยนแปลงอยู่ ตลอดเวลา เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ให้เราดูให้เข้าใจว่า แท้ ที่จริงเป็นทุกข์ล้วนๆ ไม่ใช่ตัวเรานะ ไม่ใช่สุขบ้างทุกข์บ้าง ไม่ใช่หนีทุกข์ อย่างไม่ไปเอาทุกข์อีกอย่างหนึ่ง **ทุกข์ให้รู้** ที่ต้องละคือตัณหา ความ ต้องการ ความทะยานอยากของจิต ความอยากได้ดี อยากหนีร้าย อยาก จะบังคับนั่นบังคับนี่ให้ได้ตั้งใจ **สมุทัยนี้ควรละ นิโรธคือพระนิพพาน ควรทำให้แจ้ง** ทำให้เป็นอารมณ์ของจิต จิตได้เห็นเป็นประสบการณ์ตรง **อริยมรรคมีองค์แปดควรทำให้เจริญ**

หลักปฏิบัติที่ครอบคลุมที่สุดก็คือหลักอริยสัจนี้แหละ ถ้าเข้าใจ อริยสัจแล้วต่อไปเราก็จะเข้าใจหลักอื่นๆ ที่พระองค์ทรงแสดงได้ดี เช่น เรื่องกรรม กรรมก็เป็นส่วนหนึ่งของอริยสัจนั่นเอง แต่เป็นส่วนที่ท่าน อธิบายให้เห็นว่า กระบวนการเกิดทุกข์มาได้อย่างไร และการวนเวียน

ของวิญญูจะเป็นไปได้อย่างไร เป็นส่วนหนึ่งของอริยสังขในเรื่องทุกขสมุทัย มรรคมีองค์แปดหรือไตรสิกขาที่เป็นส่วนหนึ่งของอริยสังข เป็นข้อปฏิบัติที่ทำให้ถึงความอิสระจากทุกข์ ที่เรียกว่าทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาอริยสังข เป็นการฝึกฝนให้เกิดวิชชาขึ้นมา

ถ้าพูดถึงการปฏิบัติแท้ที่จริงแล้วไม่มีอะไรมาก เป็นการสร้างวิชชาให้เกิดขึ้น เมื่อมีวิชชาก็สว่าง มองเห็นความจริง ที่เราวนเวียนอยู่ เพราะมีอวิชชาเหลืออยู่ ก็เลยไปสร้างอภิสังขาร มีกิเลสต่างๆ ไปทำกรรมวนเวียน ทำกรรมแล้วก็มีวิบากเป็นผล ทีนี้ ถ้าต้องการพ้นจากวงจรกรรมนี้ต้องมีวิชชา มีความรู้ความเข้าใจในชีวิต เมื่อหมดอวิชชา มีวิชชาเกิดขึ้นก็ไม่หลงปรุงแต่งสังขาร ไม่เกิดการทำความผิด ที่ยากคือ ความเคยชินของจิตที่มีความหลง มีความเห็นผิด มีความยึดมั่นถือมั่นมาก ไม่รู้อริยสังข จึงมีวิธีการฝึกฝนต่างๆ ที่พระองค์สอนไว้ ฉะนั้น สรุปแล้ว คำสอนแยกเป็น ๒ แนวหลักๆ คือ (๑) แสดงกฎความจริงแห่งธรรมชาติ (๒) แสดงวิธีการปฏิบัติเพื่อได้รับประโยชน์จากความจริง

### กรรมเป็นปฏิจลสมุปบาทฝ่ายเกิดทุกข์

วันนี้จะอธิบายเรื่องกรรม ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งในกฎธรรมชาติ กฎธรรมชาติฝ่ายที่เป็นไปตามเหตุปัจจัยหลักใหญ่ที่สุด คือกฎอิทัปปิจจยตา ปฏิจลสมุปบาท ซึ่งมีความหมายว่า ทุกสิ่งเป็นไปตามกฎเกณฑ์ธรรมชาติ

มีความสัมพันธ์และเป็นปัจจัยอิงอาศัยซึ่งกันและกัน ไม่มีสิ่งใดที่เป็นของเที่ยงแท้ถาวร และไม่มีตัวการอื่นที่เป็นผู้สร้างหรือผู้อำนาจบันดาล นี่คือตัวกฎแท้ๆ เราจึงไม่ต้องไปหาว่า มีใครคอยบังคับอยู่เบื้องหลัง แท้ที่จริงมีแต่ธรรมะทั้งนั้นแหละ ธรรมะล้วนๆ นะ ธรรมะเป็นไปอย่างนั้น ของมันเอง เมื่อคนเข้าถึงธรรมะแล้ว ก็ไม่มีสิ่งอื่นที่จะต้องเข้าถึงอีก การเข้าถึงธรรมะคือเข้าถึงปฏิจลสมุปบาท **ผู้ใดเห็นปฏิจลสมุปบาทผู้นั้นชื่อว่า เห็นธรรมะ ผู้ใดเห็นธรรมะ ผู้นั้นชื่อว่าเห็นพระพุทธเจ้า**

กฎธรรมชาตินี้มีทั้งฝ่ายที่ทำให้เกิดทุกข์ และฝ่ายที่ทำให้หมดทุกข์ นี่พูดถึงกระบวนการทำงานในจิตใจเราจะมีฝ่ายเกิดทุกข์กับฝ่ายหมดทุกข์ สิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงรู้มีมาก แต่ที่พระองค์นำมาแสดงนั้นเฉพาะเรื่อง **ทุกข์กับการพ้นไปแห่งทุกข์เท่านั้น** เพราะเรื่องอื่นๆ เป็นความรู้ที่เกินจำเป็นสำหรับเราทั้งหลาย เราอาจมีความรู้สร้างเครื่องมือต่างๆ มากมาย มาใช้สำหรับอำนวยความสะดวก ให้เรามีชีวิตที่สะดวกสบายขึ้น อย่างนั้นก็ดีเหมือนกัน แต่ไม่ทำให้พ้นทุกข์จริง ที่พระองค์สอนจริงๆ ก็คือเรื่อง **ทุกข์กับการพ้นไปแห่งทุกข์**

คำสอนที่เกี่ยวกับกระบวนการเกิดทุกข์วนเวียน เป็นปฏิจลสมุปบาทฝ่ายสมุทยวาระ และคำสอนที่เกี่ยวกับกระบวนการพ้นทุกข์ เป็นปฏิจลสมุปบาทฝ่ายนิโรธวาระ ทั้งฝ่ายเกิดทุกข์และการพ้นไปแห่งทุกข์นี้เป็นกฎเกณฑ์ตามธรรมชาติล้วนๆ มีความสัมพันธ์เป็นปัจจัยอิงอาศัยกัน



กรรมก็เป็นส่วนหนึ่งในนั้น เป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการทำให้เกิดทุกข์ เป็นปฏิจจสมุปบาทสายเกิดทุกข์ เราอยู่ในโลกก็ต้องทำกรรมวนเวียนไป แต่ต้องทำกรรมให้มันถูก **ละกรรมที่ไม่ดีออกไป ทำกรรมดี และให้ดีกว่านั้นคืออยู่เหนือกรรม**

กระบวนการเกิดทุกข์นี้ ถ้าพูดให้ย่อที่สุด ท่านจัดเป็นอย่างไร คือมี **กิเลส กรรม วิบาก** เป็นของวนเป็นวงกลม เรามีกิเลสในใจ มีความไม่รู้ร้อยล้าน อยากได้ดี อยากหนี้ร้าย ก็ไปทำกรรม ทำกรรมเพื่อตัวเอง เพราะรู้สึกว่าเรามันตัวดีตัววิเศษ เป็นตัวสุข ตัวที่จะทำให้เกิดการพ้นทุกข์ ตัวที่จะถึงพระนิพพาน แม้แต่นักปฏิบัติธรรมก็คิดอย่างนั้นเหมือนกัน แต่พระพุทธเจ้าไม่ได้สอนอย่างนั้น ทรงสอนว่าไม่มีตัวเราจริง ความรู้สึกว่าเป็นตัวเรานี้เริ่มต้นผิด เริ่มต้นว่ามีตัวเรา อยากให้ตัวเรามีความสุข อยากให้ตัวเราพ้นทุกข์ อยากให้ตัวเราถึงพระนิพพาน ก็ไปหาวิธีปฏิบัติธรรมต่างๆ นานา อันนี้ก็เกิดกิเลสขึ้นมา เราก็ก็นำไปทำกรรม ได้เป็นคนดีอย่างไร เราคาดเอาไว้ ได้เป็นนักปฏิบัติธรรม ได้ใจสงบไม่ฟุ้งซ่าน จนบางคนไปเป็นพรหม แต่ละคนเก่งไม่เหมือนกัน มีกิเลสไปทำกรรม เมื่อมีการทำกรรมก็ได้รับผลของกรรม ดีบ้าง ไม่ดีบ้าง สุขบ้าง ทุกข์บ้าง ก็ยังไม่รู้ความจริง มีกิเลส ไปทำกรรม ได้รับผลวิบาก วนเวียนเป็นวงกลมอย่างนี้เป็นวัฏฏะ

ในการทำกรรมนั้น ก็ทำให้เราเป็นคนดีบ้าง มีความรู้สึกว่าเป็นนักปฏิบัติธรรมบ้าง มีความรู้สึกว่าเป็นนั่นเราเป็นนี่บ้าง มีความรู้สึกว่าเป็นเราเก่งขึ้นบ้าง มีความรู้สึกที่เราสามารถบังคับสิ่งนั้นบังคับสิ่งนี้ได้บ้างนั่นนั่น บังคับไม่ให้เจ็บหลังก็ได้ อะไรวางนี้ ที่รู้สึกว่ามีตัวเรา ที่รู้สึกว่าบังคับได้ ก็เกิดจากกิเลสของเรานั่นเอง พระพุทธเจ้าท่านสอนว่า มันบังคับไม่ได้ การที่เรารู้สึกว่า เป็นนักปฏิบัติธรรม เป็นคนดี ก็เป็นอาการของทุกข์อย่างหนึ่ง แต่เป็นทุกข์แบบคนดี คนไม่ดีก็ทุกข์แบบคนไม่ดี คนดีก็ทุกข์แบบคนดี เทวดาก็ทุกข์แบบเทวดา พรหมก็ทุกข์แบบพรหม นักปฏิบัติก็ทุกข์แบบนักปฏิบัติ เพราะยังมีความรู้สึกว่ามีเรา

ทุกข์เกิดขึ้นเพราะมีต้นเหตุอุปาทาน เกิดการทำกรรม เกิดทุกข์ทุกข์ที่เกิดขึ้นคือความรู้สึกว่ามีเราเป็นคนใดคนหนึ่ง ไม่ได้เกิดความรู้ว่าแท้ที่จริงแล้ว ไม่มีเราจริง มีแต่กายกับใจมันทำงานของมันไป จิตคิดดีก็เรื่องของจิต จิตคิดไม่ดีก็เรื่องของจิต จะสุขก็เรื่องของจิต จะทุกข์ก็เรื่องของจิต จะถึงพระนิพพานก็เรื่องของจิต ไม่เกิดความรู้อย่างนี้ เราเกิดความรู้สึกว่ามีเราที่ทำได้ การที่เราต้องการดี ทำดี นี่ก็เกิดจากกิเลสได้เหมือนกัน

ถ้ามีกิเลสมากๆ เห็นแก่ตัวมากๆ ก็อาจไปทำผิดศีลธรรมอะไรต่างๆ ได้ ฆ่าสัตว์ ลักทรัพย์ ประพฤติผิดในกาม พุดโกหก เป็นคนไม่ดี จะได้รับวิบากที่ไม่ดี ตายไปก็ไปเกิดในอบายภูมิ กระบวนการปฏิจจสมุปบาท

สายเกิดทุกขันธ์ เป็นทางฝ่ายดีก็ได้ ฝ่ายไม่ดีก็ได้ เรียกว่าการสร้าง**อภิสังขาร** ฝ่ายไม่ดีเรียก**ปฏญญาภิสังขาร** ฝ่ายดีเรียก**ปฏญญาภิสังขาร** กับ **อนัญชาภิสังขาร**

เวลาละกรรมนั้น เราละกรรมที่ไม่ดีก่อน ละภพภูมิที่ไม่ดีก่อน ไม่ใช่จะละทั้งหมดเลยทีเดียว อย่างเช่น ท่านที่เป็นพระโสดาบันแล้วไม่มีทางไปเกิดอบายภูมิแล้ว ปิดอบายภูมิได้แล้ว นี่ท่านละภพภูมิที่ไม่ดีหมดแล้ว ภพภูมิที่ดียังเหลืออยู่ ถ้ายังไม่เป็นพระอรหันต์ก็ยังไม่เกิดอีก จิตใจเราก็ทำนองเดียวกัน ถ้าเรารู้เท่าทันความคิดความรู้สึกของตนเอง ความรู้สึกฝ่ายลบก็จะค่อยๆ หายไป ความรู้สึกฝ่ายบวกก็จะมากขึ้นๆ ไปตามลำดับ มีความเมตตาเห็นอกเห็นใจคนอื่นมากขึ้น เห็นว่า สัตว์ทั้งหลายเป็นเพื่อนเกิด แก่ เจ็บ ตาย ด้วยกันทั้งนั้น มีหิริโอตตัมปะเพิ่มมากขึ้น ถ้ามีสัมมาทิฐิก็จะไม่ติดข้องในสภาวะเหล่านี้ จิตใจก็จะมีศีล มีสมาธิ มีปัญญา แต่ไม่ติดข้องในศีล ในสมาธิ ปัญญาเหล่านั้น เห็นว่าสิ่งเหล่านั้นเป็นแพสำหรับข้ามไปเท่านั้นเอง

## เราเป็นทายาทของกรรม

ดูความหมายของคำว่า **กรรม** ก่อน ตามกรรมนิยาม กฎของกรรม นั้นเป็นกฎที่ว่าด้วยการกระทำโดยมีเจตนาของมนุษย์ ซึ่งเป็นปัจจัยส่วนหนึ่งในการทำให้สิ่งต่างๆ เปลี่ยนแปลง เป็นกฎที่เป็นความ

รับผิดชอบของมนุษย์ ซึ่งกฎของกรรมนี้เป็นกฎใหญ่ของมนุษย์นะ **คนที่เกิดมาเป็นมนุษย์นี่ถือว่า เป็นชุมทางที่เราจะเลือกไปไหนก็ได้** จะเลือกไปเป็นเทวดาก็ได้ จะเลือกไปเป็นพรหมก็ได้ แม้บางคนไม่อยากจะเลือกไปอบายภูมิ แต่เข้าใจผิด มีอวิชชามาก มีมิจฉาทิฐิมาก ทำความชั่วก็ไปอบายภูมิได้ หรือบางคนมีปัญญามาก พัฒนาตนเองจนกระทั่งพ้นทุกข์ อยู่เหนือโลก ไม่เกิดอีก อย่างนี้ก็ได้ ฉะนั้น ภพภูมิมนุษย์นี้เป็นชุมทางสำหรับเลือกไปภพภูมิต่างๆ บางคนมีอินทรีย์แก่กล้าหรือมีบารมีเต็ม ก็สามารถบรรลุธรรมได้ถึงขั้นสูงสุด เพราะในภูมิมนุษย์มีการประพัตติพรหมจรรย์อันยอดเยี่ยม

ตัวกรรมนิยามนี้เป็นการกระทำโดยเจตนาของมนุษย์ ซึ่งสัตว์ทั้งหลายไม่ค่อยมี สัตว์ต่างๆ นั้น เกิดในอบายภูมิแล้ว ส่วนใหญ่เกิดมารับผลของกรรมอย่างเดียว ใช้สัญชาตญาณในการดำเนินชีวิต ไม่เหมือนมนุษย์ มนุษย์นี้ไม่ได้ใช้สัญชาตญาณอย่างเดียว มีกรรมเก่าด้วย และก็มีกรรมใหม่ที่ประกอบด้วยเจตนาทั้งทางกาย ทางวาจา ทางใจ สามารถเปลี่ยนแปลงสิ่งต่างๆ ได้มาก โดยเฉพาะอุปนิสัยใจคอ ฉะนั้นจึงอยู่ที่ว่า เราจะเลือกเป็นคนดี เลือกจะไปสบาย เลือกจะไปสุดดีโลก สวรรค์ หรือเลือกที่จะถึงการพ้นทุกข์ เลือกที่จะออกจากโลก มนุษย์มีความสามารถพิเศษ กฎแห่งกรรมจึงเป็นของมนุษย์แท้ๆ

ท่านได้เกิดเป็นมนุษย์แล้วก็ควรภูมิใจ พระพุทธเจ้าตรัสว่า มนุษย์นี้ดีกว่าเหล่าเทวดาอยู่หลายประการด้วยกัน เทวดาดีกว่ามนุษย์ ในแง่ของอายุยาวกว่า ทรัพย์สมบัติเยอะกว่า แต่มนุษย์ดีกว่า ในแง่ว่า มนุษย์มีทั้งสุขและทุกข์ จะทำให้มีสติปัญญาเร็วขึ้น มีความพากเพียร เข้มแข็งมากกว่า **กฎแห่งกรรมนี้แหละเป็นกฎของมนุษย์โดยตรง ถ้าอยากให้สิ่งใดสิ่งหนึ่งเปลี่ยนแปลง เราก็ใช้กฎแห่งกรรมคือการกระทำ โดยเจตนาเป็นหัวหน้าทำลงไป** สิ่งต่างๆ ก็เปลี่ยนแปลง แต่สิ่งต่างๆ จะเปลี่ยนแปลงอย่างไรนั้น ก็มีกฎธรรมชาติอื่นๆ แวดล้อมอยู่ด้วย

กฎธรรมชาตินั้นไม่ใช่มีกฎแห่งกรรมอย่างเดียว กรรมเป็นส่วนหนึ่ง แต่กฎแห่งกรรมนี้เป็นความรับผิดชอบของมนุษย์ ฉะนั้น หากเราลงมือทำจึงมีโอกาสที่จะเปลี่ยนแปลงได้มาก แม้แต่ชีวิตเราเองนะ ถ้าเราขยันฝึกฝน เราต้องการเป็นคนดี เราก็ปรับปรุงตัว ทำตัวเป็นคนดีมีศีลธรรม มีจิตใจที่ดีงาม ต่อไปเราก็ไปสู่คติโลกสวรรค์ หรือการประพาศิตพรหมจรรย์เพื่อถึงความสิ้นทุกข์ มนุษย์สามารถทำได้

ตัวเรานี้แหละมีกรรมเป็นของตน เป็นทายาทของกรรม ไม่ใช่ทายาทของคนอื่น ไม่ใช่ทายาทของผู้มีอำนาจ ไม่ใช่ทายาทของใครทั้งนั้น เป็นทายาทของกรรมที่ตนได้ทำมาแล้ว

ดั่งที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ใน*อังคุตตรนิกาย ปัญจกนิบาต ฐานสูตร* ว่า

**กมฺมสฺสโกมฺหิ กมฺมทายาทิ กมฺมโยนิ**

**กมฺมพณฺธุ กมฺมปฏฺฐิสฺสโร,**

**ยํ กมฺมํ ภริสฺสามิ กลฺยาณํ วา ปาปํ กํ วา,**

**ตสฺส ทายาทิ ภริสฺสามิ**

เรามีกรรมเป็นของตน มีกรรมเป็นทายาท มีกรรม

เป็นกำเนิด มีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์ มีกรรมเป็นที่อาศัย

เรากระทำกรรมใด ดีก็ตามชั่วก็ตาม

เราก็จักเป็นทายาทของกรรมนั้น

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

อารมณ์ต่างๆ แล้วเกิดปฏิกิริยาของใจตามความเคยชินอย่างไรบ้าง นั้นแหละคือกรรมเก่าที่เราได้สะสมมาตั้งแต่ชาติก่อนๆ

เราอยากจะแก้ตรงไหนให้มันดีขึ้น เราก็ฝึกฝนเอา เวลามีคนด่าเราปกติเราก็โกรธเขา แต่ที่จริงแล้วไม่ได้อยู่ที่คนด่า แต่อยู่ที่คุณภาพของใจ หากเราไม่เข้าใจเรื่องกรรม เราก็โยนความผิดไปที่อื่น หากคนผิดว่า มีคนนั้นมาด่าเรา เราจึงโกรธ หากคนนั้นไปด่าพระอรหันต์ พระอรหันต์ก็เฉยๆ มีแต่เมตตาสงสาร ไม่เกี่ยวกับเสียงด่าเลย เกี่ยวกับคุณภาพของใจ ที่ทำให้เป็นอย่างนั้น หากคุณภาพของใจเราไม่ดี มีอวิชชามาก เมื่อมีการกระทบกับอารมณ์แล้ว เกิดเวทนา ก็จะเกิดตัณหาอุปาทาน ทำให้หลงไปทำกรรมใหม่ๆ อีก จิตใจเราที่เป็นอยู่ตอนนี้แหละ คือสิ่งที่เราได้มาจากกรรม เราเกิดตายเป็นเวลานับไม่ถ้วน ได้ปัญญามาเท่านั้นแหละ

แต่ที่จริงแล้ว อารมณ์หรือสิ่งเร้าภายนอกไม่มีผลมากนัก ที่มีผลจริงๆ ก็คือคุณภาพของใจ ถ้ามีคนมาด่าเรา เราโกรธ ก็เพราะเราไม่มีสติปัญญา ถ้าด่าคนมีปัญญาเขาก็เกิดความสงสาร คนที่ด่าผู้อื่นนั้นน่าสงสารนะ เขาโกรธแล้ว ใจโดนบีบคั้นเจ็บปวดเป็นทุกข์ ถ้ามีปัญญามากกว่านั้นขึ้นไปอีก เห็นว่า เสียงเป็นสักแต่สิ่งที่กระทบหูแล้วก็ดับไป ไร้แก่นสารสาระ ไม่มีตัวตนใดๆ วางเฉยได้ ผู้ที่วางเฉยได้ทุกอารมณ์คือพระอรหันต์ พระอรหันต์ท่านมีอุเบกขาในสิ่งทั้งหลายที่ปรากฏทางตา ทางจมูก ทางหู ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ

ฉะนั้น แต่ที่จริงแล้ว อารมณ์หรือสิ่งเร้าภายนอกไม่มีผลอะไร แต่โดยส่วนใหญ่เราไม่ได้คิดอย่างนี้ เราคิดว่า มีคนอื่นที่เบียดเบียนทำร้ายเรา คนอื่น สิ่งแวดล้อม สถานการณ์ภายนอกเป็นคนผิด เราเป็นฝ่ายถูก อากาเรเหล่านี้แสดงว่าเราเข้าใจเรื่องกรรมยังไม่ถูก เราชอบหาว่า ใครเป็นคนทำผิด สามิว่าเราแล้วเราเลยโกรธอย่างนี้ สามิเป็นคนผิด อย่างนี้เป็นต้น

หากเข้าใจเรื่องของกรรมแล้ว เราจะย้อนกลับมาดูที่เจตนาในใจเราเอง เรามีเจตนาในใจอย่างไร เป็นกุศลหรือเป็นอกุศล ดีหรือไม่ดี เป็นบวกหรือเป็นลบ ค่อยๆ ละเจตนาที่ไม่ดี ที่เห็นแก่ตัว ที่ทำร้ายคนอื่นออกไป แล้วพัฒนาให้ดีขึ้น ถ้าเหนือขึ้นไปกว่านั้น ก็เหนือทั้งดีและไม่ดี มีสติสัมปชัญญะ มีปัญญาเห็นความจริง

แต่ที่จริง ตัวเราที่ได้มานี้ เป็นสิ่งที่ได้มาจากกรรมนั้นแหละ ดังในบาลีท่านว่า *กมฺมสฺสโกมฺหิ เรมิกรรมเป็นของตน กมฺมทายาทิ มิกรรมเป็นทายาท กมฺมโยนิ มิกรรมเป็นกำเนิด กมฺมพฺนฺธุ มิกรรมเป็นเผ่าพันธุ์ กมฺมปฏฺิสรฺโณ มิกรรมเป็นที่อาศัย*

ชีวิตคือตัวเรา มีทั้งกรรมเก่าและกรรมใหม่ กรรมเก่า คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ พร้อมทั้งคุณภาพของใจที่เราได้มาจากการกระทำในอดีต ส่วนกรรมใหม่คือสิ่งที่เรากระทำลงไปในปัจจุบัน เราอาศัย**ทวารทั้ง ๖** คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ รับรู้อารมณ์ต่างๆ แล้วเราก็ทำคืนไปทาง**ทวาร ๓** ทางกาย ทางวาจา ทางใจ เป็นการทำความใหม่ กรรมที่ทำนี้

เป็นของของเรานะ เราจะกระทำความผิดอันใด เป็นกรรมดีก็ตาม กรรมไม่ดีก็ตาม เราจะป็นทายาทของกรรมนั้น

เราได้ร่างกายจิตใจมาแล้วด้วยกรรมเก่า สิ่งนี้เลือกไม่ได้ เป็นต้นทุนเดิม อยู่ที่เราจะเลือกทำกรรมใหม่อย่างไร กรรมใหม่นี้มีทั้งทางกาย ทางวาจา ทางใจ แต่ในทางพระพุทธศาสนานั้น ท่านเน้นที่กรรมทางใจคือความคิดของเรา กรรมเก่าที่เราสะสมเอาไว้ เป็นความเคยชินของจิต เป็นบุคลิกลักษณะอุปนิสัยใจคอ จะแสดงออกมาเป็นปฏิกิริยาต่ออารมณ์เวลาที่เรารับรู้

พอเรากระทบกับอารมณ์แล้วก็มีปฏิกิริยาทางใจขึ้นมา รู้สึกพอใจ ไม่พอใจ โสภ โกรธ หลง อยากได้ อิจฉา อย่างนี้เป็นต้น สิ่งเหล่านี้เกิดตามความเคยชิน ตามคุณภาพของจิต ถ้าเราฝึกสติสัมปชัญญะก็ให้เรา รู้ทันลงไปว่า จิตรู้สึกอย่างไร จิตใจเป็นอย่างไร รู้กิเลสต่างๆ ที่จิตปรุงรุ่มขึ้นมาเมื่อมีการกระทบอารมณ์ ถ้ามีสติสัมปชัญญะดี กิเลสก็ไม่ครอบงำจิต เราก็ไม่ทำตามกิเลส กรรมเก่าในกรณีนั้นก็หมดอำนาจลงไป กรรมเก่ามีอีกเยอะ กระทบอารมณ์ใหม่ ก็มีปฏิกิริยาเกิดขึ้นมาตามสมควร

ทีนี้ เวลาที่กระทบอารมณ์แล้ว ถ้าเรารู้ไม่ทัน สมมติว่า ได้ยินเสียงด่าเราโกรธ รู้ไม่ทันความโกรธ ความโกรธก็ครอบงำใจ ความโกรธที่ครอบงำใจเราเป็นกิเลสเราก็เกิดความคิดและไปพูดไปทำอะไรบางอย่าง การคิด การพูด การกระทำนั้นเป็นกรรม ความคิดของเราเป็นมโนกรรม

พูดออกไปก็เป็นวจีกรรม ทำออกไปทางกายเป็นกายกรรม เราก็จะได้รับผลของกรรมต่อไป เริ่มต้นตั้งแต่ทำกรรมก็ได้รับผลแล้ว คือจิตใจไม่ดี จิตใจสะสมความเคยชินที่จะโกรธต่อไปอีก กลายเป็นคนโกรธง่าย รุ่มร้อน คนรอบข้างก็ไม่ชอบ ส่วนผลวิบากยังไม่ต้องพูดถึงก็ได้ เอาแค่ผลที่เห็นชัดๆ นี้ก็มากมายแล้ว จิตใจเป็นทุกข์นี้ก็เป็นผลในขณะที่ทำ คนอื่นไม่ชอบหน้า หรืออาจจะมึนเรื่องกันจนเขาทำร้ายเอา อย่างนี้ก็เป็นผลชัดๆ ในปัจจุบัน นี้เป็นกระบวนการของวงกลมกิเลส กรรม วิบาก วนเวียนไป

การที่เราทำกรรมด้วยอำนาจวิชา คือความรู้หรือยล จึงก่อให้เกิดผลซับซ้อนเต็มไปหมด เรามัวแต่หลง ไม่รู้เท่าทันความคิดความรู้สึกตัวเอง จึงคิดสะเปะสะปะไปทั่ว กิเลสก็เกิดขึ้นครอบงำใจ เราไปทำตาม เกิดกรรม ในชีวิตเราดูเหมือนว่า เราเห็น ได้ยิน ดมกลิ่น เจอ เรื่องนั้นเรื่องนี้เยอะแยะ สับสนไปหมด เพราะว่าเราทำกรรมสะเปะสะปะ ผลที่ออกมาจึงดูสะเปะสะปะไปด้วย อาการสะเปะสะปะมากที่สุดก็คือ ความคิดของเราเอง คิดเรื่องนั้นเรื่องนี้ไปทั่ว หยุดไม่ได้ รู้ไม่ทันก็เกิดกิเลสครอบงำใจ ไปทำกรรม สิ่งที่เราได้พบเห็นจึงสะเปะสะปะไปด้วย อันนี้ก็เป็นผลของกรรมต้องยอมรับไป

ถ้าจะพัฒนากรรมให้ดี หน้าที่ของเรานั้นต้องฝึกสติสัมปชัญญะให้ รู้เท่าทันความคิดความรู้สึกของเรา เวลาเรารู้เท่าทันความคิดความรู้สึก เราก็ไม่คิดสะเปะสะปะไป กิเลสก็ไม่ครอบงำจิต ไม่หลงไหลไปตามความ

รู้สึกที่เกิดขึ้น เวลาจะตัดสินใจทำอะไรก็ทำด้วยความมีสติ มีความรู้ตัว  
อย่างนี้กรรมก็ดีขึ้น ผลที่ได้รับก็ดีขึ้นตาม

ถ้าเราเข้าใจเรื่องของกรรมโดยถูกต้องแล้ว ไม่มีคนอื่นเลยที่จะ  
รับผิดชอบแทนเรา มีเราเท่านั้นแหละเป็นคนรับผิดชอบทั้งหมด โดย  
ปกติเราชอบหาคนผิด ไม่ชอบรับผิดชอบ อยากให้เราเป็นฝ่ายถูก อยากได้ดี  
หนี้ร้าย เพราะจิตใจเรานั้นโดยปกติมีมูลเป็นฝ่ายอกุศล มีความหลงไป  
ตามรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส หลงไปตามเรื่องต่างๆ นี่เป็น**โมหมูล** รู้สึก  
ขาดแคลน รู้สึกพร่อง ไม่เต็ม คอยแสวงหาสิ่งนั้นสิ่งนี้มาถมให้เต็มส่วน  
ที่รู้สึกขาด อยากได้นั้นอยากได้นี้ บางคนมีเยอะแล้วก็ยังรู้สึกขาดอยู่ดี  
ไปแสวงหามาเพิ่มอยู่เรื่อย นี่เป็น**โลภมูล** และอยู่บนพื้นฐานของความกลัว  
กลัวเขาจะว่า กลัวจะไม่มั่นคง กลัวจะไม่ปลอดภัย กลัวคนอื่นเขาจะ  
มองอย่างนั้นอย่างนี้ กลัวนั้นกลัวนี้ไปทั่ว จนกระทั่งถึงสิ่งที่ไม่เคยเห็น  
เช่น กลัวผี นี่เป็น**โทสมูล** เมื่อมีอกุศลเป็นมูล ก็มีโอกาสไปทำกรรมไม่ดี  
ได้มาก

ฉะนั้น ที่เราทั้งหลายได้มีโอกาสเจอพระพุทธศาสนา ที่สอนให้ฝึก  
สติสัมปชัญญะ ให้มารู้ทันความคิดความรู้สึกของเรา เป็นประโยชน์  
มหาศาลเลยนะ การมีสติจะคอยช่วยเราไม่ให้ทำสิ่งที่ผิดพลาด ถ้ายังไม่  
พันทุกข์ เราก็ได้ทำกรรมดี ได้รับผลที่ดี เป็นอยู่ก็ไม่ทุกข์มาก ตายแล้ว  
ก็ไปเกิดในภพภูมิที่ดี

เราต้องหัดรู้ทันความรู้สึก ความโกรธเกิดขึ้นก็รู้ ความโลภเกิดขึ้น  
ก็รู้ ความอิจฉาเกิดขึ้นก็รู้ พอใจก็รู้ ไม่พอใจก็รู้ หลงคิดไปให้ก็รู้ เมื่อ  
รู้ทันกิเลส กิเลสก็ไม่ครอบงำจิต ไม่เกิดการทำความผิด นี่ก็เป็นประโยชน์  
ของการมีสติ จะทำให้มีศีล มีกายวาจาดีมากขึ้น จะทำให้มีจิตเป็นปกติ  
ไม่หลงไปตามอำนาจของภิชณาและโทมนัส ต่อไปก็จะเกิดสมาธิ เกิด  
ปัญญาเป็นลำดับไป

## ความเห็นผิดเกี่ยวกับกรรม

เพื่อให้เข้าใจเรื่องกรรมโดยถูกต้อง ก็ต้องละความเห็นผิดที่ไม่  
สอดคล้องกับกรรมออกไปก่อน ในสมัยพุทธกาลนั้นมีกลุ่มที่เห็นผิด  
เกี่ยวกับกรรมอยู่ ๓ กลุ่ม พระพุทธเจ้าตรัสไว้ใน**อังกุตตรนิกาย ติกนิบาต  
ติตถายตนสูตร** เวลาศึกษาทำความเข้าใจเรื่องของกรรม ก็อย่าให้ไปเข้ากับ  
ความเห็นผิดเหล่านี้ **ซึ่งความเห็นที่ไม่ถูกต้อง จะเป็นไปทางอกิริยา  
คือไม่ก่อให้เกิดการกระทำ ไม่ก่อให้เกิดจิตสำนึกในการที่จะละสิ่งที่ไม่ดี  
เพิ่มพูนสิ่งที่ดี ไม่ก่อให้เกิดการฝึกฝนสติสัมปชัญญะ ไม่ก่อให้เกิดการ  
สำรวมระวังอินทรีย์** ปล่อยไปตามยถากรรม อาจจะถูกเหมือนปลงได้อยู่  
แต่ไม่ได้ฝึกฝนตนเองอะไร สติก็ไม่มี สัมปชัญญะก็ไม่มี ไม่มีการรักษา  
คุ้มครองทวาร กิเลสก็ยิ่งเกิดขึ้นครอบงำได้มากเหมือนเดิม ลักษณะนี้  
เรียกว่า เกิดความเห็นผิดเกี่ยวกับกรรม จึงทำให้เกิดความประมาท ไม่

ทำให้เกิดความรู้สึกว่าต้องฝึกฝนตนเอง พระพุทธเจ้าแสดงลัทธิความเห็นผิดเกี่ยวกับกรรมเอาไว้ ๓ ลัทธิด้วยกัน คือ

ลัทธิที่ ๑ **บุพเพกตเหตุวาท** ความเห็นผิดคิดว่า *สุขทุกข์ทั้งปวงเป็นผลของกรรมเก่าทั้งนั้น* อาการที่เราไม่มีความรับผิดชอบ ไม่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงอะไรขึ้นมาเลย เราโยนความผิดไปที่อื่น หากคนผิดเวลาไม่สุข มีทุกข์ หรือไม่ทุกข์ไม่สุข ตัวเองดีบ้าง ไม่ดีบ้าง ก็โทษกรรมเก่า การทำไม่ดีที่เกิดขึ้นก็โทษกรรมเก่า เราสะสมมาแบบนี้ เลยเป็นคนแบบนี้ เป็นคนมักโกรธเหมือนเดิม โลกมากเหมือนเดิม ซื่อจรรยาเหมือนเดิม ฆ่าสัตว์ตัดชีวิตเหมือนเดิม ประพฤติเบียดเบียนคนอื่นเหมือนเดิม ไม่มีการพัฒนาปรับปรุงตนเอง โทษกรรมเก่าไปเสีย จะได้ไม่ต้องทำอะไร ได้รับผลอะไรต่างๆ ก็คิดว่าเป็นกรรมเก่า ไม่พยายามชวนชวหายหาวิธีป้องกันหรือผ่อนหนักให้เป็นเบา

ลัทธิที่ ๒ **อิสสรนิมมานเหตุวาท** ความเห็นผิดคิดว่า *สุขทุกข์ทั้งปวงเป็นผลจากการบันดาลของผู้มีอำนาจ* มีความเห็นว่า มีผู้มีอำนาจที่เป็นผู้ยิ่งใหญ่ สามารถให้คุณให้โทษกับเราได้ ลักษณะของผู้มีอำนาจก็แตกต่างกัน บางคนก็นึกไปถึงผีสังเวยตา บางคนก็นึกไปถึงใครก็ไม่รู้ที่ดูสิกลับ แต่รู้สึกว่ามีผู้มีอำนาจอยู่เบื้องหลังการได้รับหรือไม่ได้รับอะไร หน้าที่เราที่ต้องไหว้ วิงวอน ทำความเคารพ สวดอ้อนวอน เมื่อเป็นเช่นนี้ก็อย่าย้อนกลับมาพัฒนาตนเอง ไม่พยายามพึ่งตนเอง ส่วนการ

นับถือพระพุทธศาสนานั้น ถือพระรัตนตรัยเป็นสำคัญ เราของตนเองออกมาจากสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลาย มาทำตามคำแนะนำของท่าน ท่านสอนให้เราพึ่งตนเอง ต้องพัฒนาตนเองให้เป็นที่พึ่งได้ ทำความดีด้วยตัวเอง ฝึกสติสัมปชัญญะ ไม่ต้องไปหวังพึ่งผู้มีอำนาจภายนอก

ลัทธิที่ ๓ **อเหตุปัจจัยวาท** ความเห็นผิดคิดว่า *สุขทุกข์ทั้งปวงเป็นไปแล้วแต่โชคชะตา* เป็นความบังเอิญ หรืออยู่ดีๆ มันก็เกิดขึ้น เมื่อคิดอย่างนี้ก็คอยแต่โชคความสา คอยว่าเมื่อไหร่จะพลีศุ ไม่มีการลงมือฝึกฝนพัฒนาตนเอง

ความเห็นผิดเกี่ยวกับกรรมทั้ง ๓ อย่างนี้มีมาตั้งแต่สมัยพุทธกาล เป็นความเห็นที่มองออกไปที่สิ่งภายนอก ไม่ได้มองมาที่เราเอง ไม่เป็นไปเพื่อการเริ่มต้นพัฒนาปรับปรุงตนเอง

หากเราไม่เข้าใจเรื่องของกรรมอย่างถูกต้อง ก็อาจจะมีความเห็นโน้มเอียงไปทางที่ผิดนั้น เช่น เห็นว่า *สุขทุกข์ทั้งปวงเป็นผลของกรรมเก่า* มาจากกรรมเก่า เราจะทำไม่ดีก็มาจากกรรมเก่า บางคนก็ชอบโยนไปอย่างนี้ เวลาเห็นคนอื่นเขาเป็นคนดี ร่ำรวย มีความสามารถ ก็คิดว่ากรรมเก่าเขาทำมาดี เขาก็เลยได้ ทั้งที่โดยความจริงคนที่เขาเป็นคนดี ร่ำรวย มีความสามารถ เขาก็ต้องอาศัยความพากเพียรพยายามฝึกฝนในปัจจุบัน เมื่อมีความเห็นผิดคิดว่า เขาเป็นอย่างนั้นเพราะกรรมเก่า เราก็เป็นอย่างนี้เพราะกรรมเก่า ตัวเราเองก็ชี้แจงต่อไป นอนเล่นต่อไป



ประมาทต่อไปอีก ปล่อยให้ตัวเองไปวันๆ อย่างนั้นแหละ ไม่ได้ฝึกฝนตนเองอะไรเลย **กรรมเก่ามีจริง เทวดา มาร พรหมก็มีจริง แต่ที่เราได้รับสุขทุกข์นั้นไม่ใช่เป็นผลของกรรมเก่าทั้งหมด เป็นเพียงบางส่วนเท่านั้น มาจากความเพียรในปัจจุบันและสิ่งแวดล้อมต่างๆ หลากอย่าง**

เทวดามีจริง แต่ไม่ใช่ว่าเทวดาจะมาช่วยเรา เทวดาที่ดีก็จะมาช่วยเฉพาะคนที่เห็นว่าสมควรจะช่วย ถ้าเราไปกราบไหว้อ้อนวอนขอร้องไห้ เทวดามาช่วย เทวดาองค์ไหนมา เทวดาองค์นั้นทำทางจะไม่นำไปไว้ใจ ต้องขอร้องจึงค่อยมา ในพระไตรปิฎกนั้นก็มีการเล่าเรื่องเทวดามาช่วยมนุษย์บ้างเหมือนกัน แต่เทวดาเขามาเอง อย่างพระพุทธเจ้าหรือพระเถระที่ทรงคุณ เทวดาก็มาหาเอง เทวดาองค์ไหนที่ต้องขอร้องจึงค่อยมา เทวดานั้นไม่ค่อยนำไปไว้ใจเท่าไร อย่างน้อยที่สุดก็ทำให้เราหลงมกเข้าไป ไม่คิดพึ่งตนเอง มัวแต่ยุ่งกับเรื่องเทวดาจะมาช่วย อวิชชาก็ยังอยู่เหมือนเดิม ไม่ได้สอนให้เราฝึกสติสัมปชัญญะเพื่อพัฒนาตนเองให้เป็นที่พึ่งของตนเองได้ มุ่งแต่ว่าเราจะได้นั้นจะได้นี้ เทวดาจะบันดาลสิ่งนั้นสิ่งนี้ให้เรา อย่างนี้ก็ยิ่งหลงเหมือนเดิม

### **กรรมกับความเพียร**

ความเข้าใจเรื่องกรรมในพระพุทธศาสนา ต้องเกี่ยวเนื่องกับความพากเพียร มีการลงมือทำ ปรับปรุงแก้ไข ละสิ่งที่ไม่ดี ทำสิ่งที่ดี



**เพิ่มขึ้น** คำสอนของพระพุทธเจ้าในเวลานั้นเวลาเรียกชื่อก็เรียกได้หลายชื่อ เรียกว่า เป็นกรรมวาที กิริยวาที วิริยวาที อย่างนี้ก็ได้

**กรรมวาที** หมายความว่า พระพุทธศาสนาสอนเรื่องกรรม กรรมที่เราทำดีหรือไม่ดีนั้นมีผล และสอนละเอียดลงไปว่า กรรมคืออะไร เหตุเกิดของกรรมคืออะไร ความอิสระจากกรรมคืออะไร วิธีการปฏิบัติที่จะทำให้อิสระจากกรรม อยู่เหนือกรรมทำอย่างไรบ้าง กรรมเก่าคืออะไร กรรมใหม่คืออะไร จะแยกแยะให้เห็นอย่างชัดเจน อย่างนี้เรียกว่ากรรมวาที สอนให้รู้ว่า ตัวเราทั้งหลายที่นั่งกันอยู่นี้ ก็เป็นทายาทของกรรม ได้ทำกรรมเก่ามา จึงได้เป็นบุคคลนี้ รูปร่างหน้าตาอย่างนี้ ผิวพรรณอย่างนี้มีตระกูลนี้ และมีการทำกรรมใหม่ เป็นเหตุให้วนเวียนไปเรื่อยๆ จากบุคคลนี้เปลี่ยนแปลงตามกรรม และยังสอนวิธีการที่จะหมดกรรม ไม่ต้องมาวนเวียนต่อไปอีกด้วย

พระพุทธศาสนาไม่ได้สอนให้พึ่งสิ่งภายนอก สอนให้เราพึ่งตนเอง **แต่การจะพึ่งตนเองได้นั้น เราต้องทำให้ตนเองเป็นที่พึ่งได้** เราจึงต้องมาฝึกฝนเอาตามวิธีการที่ท่านแนะนำไว้ หากเราไม่มีความรู้เลย อย่างนี้จะพึ่งตนเองนั้นยังทำไม่ได้ คนที่จะพึ่งตนเองได้นั้น คือคนที่ฝึกฝนตนเอง มีสติสัมปชัญญะ มีคุณธรรมความดีด้านต่างๆ มีศีล มีสมาธิ มีปัญญา ถ้าเป็นที่พึ่งได้แน่นอนจริงๆ ไม่ต้องตกไปวนเวียนฝ่ายอบายภูมิอีก เราก็ต้องฝึกฝนให้เกิดปัญญาเป็น**พระโสดาบัน** อย่างนี้เป็นที่พึ่งของตนได้จริง

คนที่จะเป็นที่พึ่งของตนเองได้นั้น ต้องเป็นคนที่ฝึกฝนพัฒนาตนเอง ฝึกฝนสติสัมปชัญญะ คนไหนยังมีความไม่ได้อยู่มาก ยังมีการทำผิดพลาดทางกายทางวาจา ยังมีการไปเบียดเบียนผู้อื่น ในตอนต้นก็ให้ฝึกโดยละสิ่งไม่ต้อออกไป ทำความดีให้มาก รู้จักทำบุญ ให้ทาน รักษาศีล มีจิตใจเมตตากรุณา หวังดีต่อผู้อื่น แล้วก็ไม่หยุดอยู่แค่นั้น ให้เหนือดีขึ้นไปอีก โดยรู้กายรู้ใจให้เกิดปัญญาเห็นความจริง ละความเห็นผิดละความยึดมั่นถือมั่นไป

**กิริยวาที** หมายความว่า เป็นคำสอนที่แสดงถึงสิ่งไหนควรทำ สิ่งไหนไม่ควรทำ ชี้ลงไปให้แจ่มชัดทีเดียวว่า อันนี้ควรทำ อันนี้ไม่ควรทำ อันนี้ควรเว้น อันนี้ควรทำให้มาก เป็นการสอนที่มีเหตุผล ทำไม่จึงไม่ควรคบคนพาล ทำไม่จึงควรคบบัณฑิต อกุศลไม่ควรทำ กุศลควรทำ ทำไม้อกุศลไม่ควรทำ ทำไม้อกุศลควรทำ ก็จะบอกเหตุผลรองรับเอาไว้ เพราะแท้ที่จริง ธรรมะตามความเป็นจริงเป็นเช่นนั้น พระพุทธเจ้าก็นำมาบอกให้เราละสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์ ทำแต่สิ่งที่เป็นประโยชน์ เป็นไปเพื่อความพ้นทุกข์

**วิริยวาที** หมายความว่า เป็นคำสอนสรรเสริญความเพียร พอสอนเรื่องกรรมมีผล สิ่งไหนควรทำ สิ่งไหนไม่ควรทำเช่นนี้แล้ว ก็สรรเสริญความพากเพียรที่ถูกต้อง ไม่ใช่สรรเสริญความเพียรผิด บางคนขยันมากแต่ทำผิดก็ไม่ดีนะ ท่านสอนว่า ถ้าผิดแล้วอย่าไปขยัน ถ้า

ผิดให้ชี้แจงดีกว่า ถ้าถูกให้ขยับ ห้ามชี้แจง เราจึงต้องศึกษาให้เข้าใจว่า ท่านสอนให้เราขยับเรื่องอะไร เราก็ลงมือทำด้วยความขยันหมั่นเพียร นี้ เรียกว่าวิริยวาที

ดังนั้น การเข้าใจในหลักกรรมโดยถูกต้อง มุ่งหมายไปถึงการลงมือพัฒนากรรมใหม่ด้วยความพากเพียร ไม่หลงลืม มีการรักษา คัมภีร์ครองทวาร มีสติ มีสัมปชัญญะ การที่จะทำกรรมนั้นะ มาจากกรรมเก่าก่อน เรามีตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ไว้คอยรับรู้โลก กระทบอารมณ์ แล้วก็เกิดปฏิกิริยาโต้ตอบ ความเคยชินของใจเราก็เกิดขึ้นมา เกิดความรู้สึกขึ้น หากเราไม่รู้ทัน ความรู้สึกก็ครอบงำใจ ให้เราไปทำกรรมใหม่

หน้าที่ของเราคือพากเพียรรู้ทันกระบวนการทำงานเหล่านี้ ถ้ายังทำกรรมอยู่ก็ให้ทำกรรมดี ยิ่งไปกว่านั้นเราก็ฝึกที่จะไม่หลงลืม มีความรู้ตัว รู้เท่าทันความรู้สึกต่างๆ ที่เกิดขึ้น ไม่หลงไปทำกรรมตามกิเลส คอยรักษา คัมภีร์ครองทวาร โดยการมีสติสัมปชัญญะเมื่อมีการรับรู้อารมณ์ ความเข้าใจเรื่องกรรมที่ถูกต้องนี้จะเกี่ยวเนื่องกับความเพียรอยู่เสมอ หากไม่เป็นไปเพื่อความเพียรก็แสดงว่า ยังมีความเข้าใจที่ผิดพลาดอยู่

พระพุทธเจ้าตรัสไว้ในตติยตถายตนสูตรว่า

บุพเพกตฺ โข ปน ภิกฺขเว สารโต ปจฺจาคจฺจตฺ, น โหติ  
จฺนฺโต วา วายาโม วา อิทฺ วา กรณียํ อิทฺ วา  
อกรณียนฺตฺ, อิติ... มุฏฺจสฺสตีนํ อนารกฺขานํ วิหฺรตํ  
น โหติ ปจฺจตฺตํ สหณฺมมฺโก สมณวาโท

เมื่อบุคคลยึดถือกรรมที่ทำไว้ในปางก่อน โดยความเป็นแก่นสาร, จันท์หะ หรือความพยายามว่า “สิ่งนี้ควรทำ หรือสิ่งนี้ไม่ควรทำ” ก็ยอมไม่มี, เมื่อเป็นเช่นนั้น...สมณวาทะที่สมควร ที่เป็นของเฉพาะตัว ย่อมไม่มีแก่บุคคลผู้มีสติหลงลืม ผู้ไม่รักษา คัมภีร์ครองทวาร

ถ้าเราไปเห็นผิดว่า สุขทุกข์ทั้งหมดเป็นเรื่องของกรรมเก่าก็ดี ผู้มีอำนาจบันดาลก็ดี หรือเป็นไปตามยถากรรมก็ดี เราโทษสิ่งภายนอก ไม่ได้มองมาที่ภายในตนเอง เมื่อโทษสิ่งเหล่านั้นแล้ว จันท์หะคือความพอใจหรือความเพียรพยายามว่าสิ่งนี้ควรทำหรือสิ่งนี้ไม่ควรทำก็ยอมไม่เกิดขึ้น มีแต่ปล่อยปละละเลย ไม่ได้มีการปรับปรุงแก้ไขอะไรให้ดีขึ้น ไม่ได้ฝึกฝนศึกษาหาความรู้เพื่อป้องกันความผิดพลาดที่อาจจะเกิดอีก มีแต่ความหลงลืม

แต่ถ้าเรารู้เรื่องกรรมโดยถูกต้อง เวลาเราหลงไปทำไม่ดี พลาดพลั้งไป เราจะเกิดความรู้สึกบางอย่างว่า อันนี้ไม่ควรทำ ต้องเอาสิ่งนี้

เป็นเครื่องเตือนใจ ไม่ประมาท ฝึกฝนตนเองให้มีสติมากขึ้น ระวังมากขึ้น คราวต่อไปจะได้ไม่เกิดความผิดพลาดอีก เมื่อมีสติ รู้สึกตัวได้บ่อยๆ อย่างนี้ หิริโอตตปตะก็เกิดขึ้น การงดเว้นสิ่งที่ไม่ดีก็จะเกิดขึ้น ศีลก็จะมีเกิดขึ้น สมภาสิและปัญญา ก็จะค่อยๆ ตามมา

นี่เป็นการเข้าใจเรื่องกรรมที่ถูกต้อง ทำให้เราเห็นว่า สิ่งไหนควรทำ สิ่งไหนไม่ควรทำ เราฝึกฝนจิตใจตนเองเป็นสำคัญ ถ้าไปถือเรื่องอื่นเป็นสำคัญ ก็เข้าใจเรื่องของกรรมไม่ถูกต้อง ไม่เกิดการพัฒนาตนเอง การปฏิบัติธรรมก็ไม่มี ความเป็นผู้สงบก็ไม่มี กลายเป็นผู้มีแต่ความหลงลืม มัวเมา ประมาท ไม่รักษาคุ้มครองอินทรีย์เมื่อมีการรับรู้อารมณ์ต่างๆ ไม่มีสติ ไม่รู้ทันความยินดียินร้ายเมื่อรับรู้อารมณ์

## สิ่งที่ควรทราบเกี่ยวกับกรรม ๖ อย่าง

พระพุทธเจ้าแสดงพระธรรมหมวดต่างๆ นั้น ทรงแสดงจากการ รู้จริง มองเห็นความจริงทั้งหมดแล้วหยิบมาแสดง อุปมาเหมือนกับคน อยู่บนยอดภูเขาแล้วก็มองลงมา เห็นทุกอย่างชัดเจนแจ่มแจ้งแล้ว รู้ว่า การที่จะขึ้นไปถึงบนภูเขานั้นทำอย่างไร มีจุดพักเหนื่อยอยู่ที่ไหน มี รายละเอียดในแต่ละทางอย่างไรบ้าง จึงนำทางนั้นมาบอกโดยละเอียด ฉะนั้น คำสอนจึงครอบคลุมและเข้าใจง่าย แสดงโดยมุมมองของคนที่อยู่ข้างบนมองลงมาข้างล่าง

แต่เราโดยส่วนใหญ่ที่อธิบายธรรมะกันนั้น อธิบายจากข้างล่างขึ้นไปหาข้างบน คำอธิบายของเราทั้งหลายจึงได้แต่รายละเอียด เนื้อหามากมายและเต็มไปด้วยความสับสน คือ เราเป็นแบบ ปริยัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ พระพุทธเจ้าไม่ได้เรียนปริยัติ ไปปฏิบัติ แล้วเกิดปฏิเวธ พระองค์ปฏิเวธก่อน รู้แจ้งทุกอย่างแล้วจึงนำมาสอน คำสอนของพระองค์จึงครอบคลุม เข้าใจง่าย ขอให้เราค่อยๆ ศึกษาไปก็จะเข้าใจได้

ถ้าเราศึกษาคำสอนของพระองค์ก่อนแล้วค่อยไปฟังคนอื่นจะเข้าใจง่าย แต่ถ้าเราฟังคนอื่นก่อนแล้วมาฟังพระพุทธเจ้า เราจะงง เพราะเราเรียนแต่ของคนอื่นมา อย่างเรื่องของกรรมก็เช่นเดียวกัน เวลาที่เราไปเรียนตามที่ต่างๆ เขาจะสอนแง้โตแง้หนึ่ง เราก็จำแต่แง้หนึ่งมา เข้าใจเหมือนกัน แต่เข้าใจแง้เดียว บางทีก็มีแต่รายละเอียดปลีกย่อยเยาะเย้ยเหลือเกิน มองไม่เห็นภาพรวม

การสอนธรรมะของพระพุทธเจ้ากับที่เราเรียนรู้ที่ไม่เหมือนกันนะ พระพุทธเจ้าปฏิเวธคือตรัสรู้ก่อนแล้ว นำความจริงมาสอน เราทั้งหลายนี้เป็นสาวก เราเรียนปริยัติแล้วนำไปปฏิบัติให้เข้าถึงธรรมะที่ท่านแสดงไว้ แล้วจึงปฏิเวธคือบรรลธรรม รู้แจ้งเห็นจริงดังที่ทรงแสดงเอาไว้ ตอนที่เรายังไม่รู้แจ้งเห็นจริง เราเชื่อพระองค์ไว้ก่อน ค่อยๆ ประพฤติปฏิบัติไป ก็จะเข้าใจธรรมะได้

ผมได้พูดถึงเรื่องกรรมเป็นแนวคิดแบบกว้างๆ ไปแล้ว ต่อไปจะพูดสิ่งที่ควรทราบเกี่ยวกับกรรม

ในอังคุตตรนิกาย ฉักกนิบาต นิพเพธิกสูตร พระพุทธเจ้าตรัสสิ่งที่ควรทราบเกี่ยวกับกรรมไว้ ๖ อย่างด้วยกัน ในพระสูตรอื่นๆ พระองค์ก็แสดงเรื่องของกรรมไว้หลากหลาย แต่โดยเนื้อหานั้นก็คล้ายๆ กันนั่นเอง พระองค์ตรัสว่า

- กมฺมํ ภิกฺขเว เวทิตฺตพฺพํ,
  - กมฺมานํ นิทานสมฺภโว เวทิตฺตพฺโพ,
  - กมฺมานํ เวมตฺตตา เวทิตฺตพฺพา,
  - กมฺมานํ วิปาโก เวทิตฺตพฺโพ,
  - กมฺมนิโรธो เวทิตฺตพฺโพ,
  - กมฺมนิโรธคามินี ปฏิปทา เวทิตฺตพฺพา
- ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายพึงทราบ
- (๑) กรรม
  - (๒) เหตุเกิดแห่งกรรม
  - (๓) ความต่างกันแห่งกรรม
  - (๔) วิบากแห่งกรรม

(๕) ความอิสระจากกรรม

(๖) ข้อปฏิบัติให้ถึงความอิสระจากกรรม

ในพระสูตรนี้ ทรงแสดงสิ่งที่ควรทราบเกี่ยวกับเรื่องกรรมไว้ ๖ อย่างครอบคลุมเพียงพอที่จะทำให้เราเข้าใจเรื่องกรรมได้เป็นอย่างดี ข้อ ๕ กับข้อ ๖ ความอิสระ แปลมาจากคำว่า นิโรธ นิโรธ ในภาษาไทยเรานิยมแปลว่าความดับ ความจริงไม่ใช่แปลว่าความดับ นิ แปลว่า ไม่มี โธ แปลว่า เครื่องคุมขังจิต หรือ สังการวัฏที่วนเวียนไปไม่สิ้นสุด **การไม่มีเครื่องคุมขังจิต ไม่มีการวนเวียน ไม่มีการเกิดขึ้น การหมดเหตุที่จะทำให้เกิดเรียกว่านิโรธ** จะแปลว่า ความพ้นไป ความไม่มี อย่างนี้ก็ได้อีก การถึงนิโรธก็คือความอิสระจากทุกข์ กายกับใจ ชั้น ๕ ทำงานไป แต่อยู่เหนือมัน อิสระจากมัน จิตปล่อยวางไป ไม่ข้องเกี่ยวกับอีก นี่เรียกว่า ถึงนิโรธ

นิโรธนั้นท่านมีใช้มาก ในปฏิจจสมุพบาทฝ่ายนิโรธวาระ ฝ่ายที่ไม่มีทุกข์ ฝ่ายพ้นทุกข์ เช่น เวทนานิโรธ หมายถึง อิสระจากเวทนา อยู่เหนือเวทนา เวทนาไม่มีอิทธิพลต่อใจอีก ไม่ใช่ไปดับเวทนา บางท่านพอได้ยินเรื่องดับเวทนา จะได้ดับตัณหา ก็ตั้งท่าจะดับเวทนาอย่างโน้นอย่างนี้ไป บางท่านนั่งไปนานๆ ปวดหลังก็กำหนดเพื่อจะดับเวทนา พอทุกข์เวทนาหายไป กลายเป็นเฉยๆ ก็นึกว่าดับได้ ความจริง เฉยๆ ก็เป็นเวทนาชนิดหนึ่งเหมือนกัน เราไม่ได้ฝึกหัดดับเวทนา เรารู้เวทนา เรา

ศึกษาเพื่อให้ไม่เข้าใจผิด ไม่หลงยึดมั่นถือมั่นในเวทนา อยู่เหนือเวทนา เวทนาทำอะไรใจไม่ได้อีกต่อไป ทุกขเวทนาเกิดขึ้นใจไม่เกิดความหวั่นไหว ไม่ได้ดิ้นรนหนีเวทนาที่เป็นทุกข์ ไปดิ้นรนแสวงหาเวทนาที่เป็นสุข หรือไม่ไปนั่งอยู่กับเวทนาที่มันเฉยๆ การอยู่เหนือเวทนา พ้นจากอำนาจของเวทนา อย่างนี้เรียกว่า **เวทนานิโรธ** จิตอยู่เหนือเวทนา ไม่หลงปรุงแต่ง ไม่หลง ขวนขวาย ไม่หลงดิ้นรนไปตามเวทนา

ผัสสะก็โดยทำนองเดียวกัน **ผัสสนิโรธ** คือ จิตที่เหนือผัสสะ อิศระ จากผัสสะ ไม่หลงปรุงแต่ง ไม่หลงยินดียินร้าย ไม่แสวงหา ไม่ได้ดิ้นรน ขวนขวายไปหาอารมณ์มากระทบ ถึงแม้จะมีการกระทบ ใจก็ไม่เกิดความดิ้นรน อย่างนี้เรียกว่า **อยู่เหนือผัสสะ**

กรรมก็โดยทำนองเดียวกัน เรามีกิเลสจึงเกิดการทำความชั่วแล้ว เกิดวิบาก **กัมมนิโรธ** คือ อิศระจากกรรม ไม่มีการทำความชั่ว ไม่เกิด กระบวนการอันก่อทุกข์ขึ้นมา ด้วยการมีสติสัมปชัญญะรู้เท่าทัน ถ้าผู้ที่มีปัญญา มีวิชาอย่างสูงสุด อวิชาไม่มีเลย ไม่หลงเลย ก็ไม่ก่อกรรม อะไรขึ้นมาอีกเลย ท่านนี้คือพระอรหันต์นั่นเอง แต่ถ้าเป็นผู้ที่ยังมี อวิชาเหลืออยู่ ก็มีการทำความชั่วบ้างบางส่วน ตามลำดับนะ อย่างเรา ทั่วไปก็ทำความชั่วมากมาย ส่วนพระอรหันต์ก็ค่อยลดลงตามลำดับ

ในตอนต้นๆ เรายังทำความเยอะก็ให้ทำความดีเข้าไปให้มากๆ จริงอยู่ว่า เราปฏิบัตินี้เพื่ออยู่เหนือกรรม **แต่การจะอยู่เหนือกรรมได้**

**ต้องอาศัยกรรมดีเป็นพื้นฐานเท่านั้น** ไม่ใช่ว่า ดีก็ไม่เอา ชั่วก็ไม่เอา ฉัน ก็เลยเฉยๆ ไม่ทำอะไร ไม่ใช้อย่างนั้น อยู่เหนือกรรมนะจึงจะพ้นทุกข์ได้ แต่การที่จะอยู่เหนือกรรมได้อาศัยฝ่ายดีมาก่อน

ในการศึกษาธรรมะตอนต้นก็ต้องอาศัยเจตนาหรืออาศัยตัณหา นำมา เช่น อยากฟังธรรมให้รู้เรื่อง อยากเป็นคนดี อยากมีความสุข นี่ก็เป็นตัณหา แต่ไม่เป็นไร ก็ศึกษาไป เมื่อเข้าใจแล้วก็ค่อยๆ ละความอยาก การให้ทานก็ดี การสมาทานศีลก็ดี การฝึใจตนเองในการไม่พูดคำที่ไม่ดี ฝึใจไม่กระทำการที่ไม่ดี หรือฝึใจทำบางอย่างที่ทำให้จิตใจเรา ดีขึ้น ให้มีความสำคัญตัวน้อยลง อย่างนี้ เราก็ควรฝึกฝน หากเราปล่อยไป ไม่ฝึใจทำบ้างเลย จิตใจก็ยังแข็งกระด้างอยู่เหมือนเดิม **ตอนแรก ละไม่ดี ไปทำดี แต่ท้ายที่สุดก็ต้องอยู่เหนือทั้งดีและไม่ดี**

## ๑. เจตนาเป็นตัณกรม

ข้อที่ ๑ กรรมคืออะไร พระพุทธเจ้าตรัสว่า

**เจตนาหิ ภิกขเว กมฺมํ วทามิ,**

**เจตยิตฺวา กมฺมํ กโรติ** กาเยน วาจา ย มนสา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เรากล่าวเจตนาว่าเป็นตัณกรม

บุคคลคิดแล้ว จึงกระทำความกรรมด้วยกาย วาจา ใจ

ตัวกรรม คือ ตัวเจตนา ตัวความตั้งใจที่จะทำอย่างใดอย่างหนึ่ง อากาโรที่จิตมีเจตนา คือคิดแล้วจึงกระทำกรรมทางกายก็มี ทางวาจาก็มี ทางใจก็มี เหล่านี้เป็นกรรมใหม่ เวลาเราคิดด้วยใจนั้นเป็นมโนกรรม คิดแล้วพูดออกมาทางวาจาเป็นวจีกรรม คิดแล้วกระทำทางกายเป็นกายกรรม ตัวเจตนาที่แต่ละเป็นตัวกรรม เป็นตัวก่อให้เกิดการกระทำที่แตกต่างกัน ไปในแต่ละคน เมื่อมีการกระทำกรรมที่แตกต่างกัน ผลก็ย่อมแตกต่างกัน

จุดเริ่มต้นก่อนที่จะเกิดทำกรรม เกิดกิเลสขึ้นมาก่อน กิเลสที่เกิดขึ้นมานี้เกิดจากความเคยชินในใจเรา เรียกว่า **กรรมเก่า** ตัวกรรมเก่า คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจที่เราได้มา เราได้กายใจมาเป็นตัวเราที่เห็น อยู่นี้ ได้ใจก็รวมถึงคุณภาพของใจด้วย คุณภาพของใจนี้ก็เป็นอุปนิสัย ใจคอของเรานั่นเอง สิ่งเหล่านี้ที่อยู่ลึก เราเลยไม่ค่อยเห็นเท่าไร เห็น ตอนมันเกิดขึ้นเรียบร้อยแล้ว เกิดเป็นความรู้สึกในใจเรา ตัวกรรม ไม่ใช่จิต แต่เป็นตัวพาจิตไปตามที่ต่างๆ ไปเกิดที่นั่นบ้างที่นี้บ้าง ภาษา อภิธรรม เรียกว่า **เจตสิก** เจตสิกปรุงทำให้เกิดจิตชนิดนั้นๆ ขึ้นมา ใครทำกรรมชนิดไหนบ่อยๆ เคยชินแบบไหนมามาก มันก็ปรุงเจตสิก ประเภทนั้นๆ ขึ้นมา พอปรุงเจตสิกเกิดขึ้นก็เป็นจิตชนิดหนึ่ง เช่น **โลภมูลจิต** จิตที่มีความต้องการเป็นพื้นฐาน **โทสมูลจิต** จิตที่มีความไม่พอใจเป็นพื้นฐาน **โมหมูลจิต** จิตที่มีความหลงเป็นพื้นฐาน เป็นต้น

ตัวกรรมใหม่ เป็นตัวเจตนา เป็นตัวปรุงแต่ง ทำให้เกิดการกระทำ ทางกาย ทางวาจา ทางใจ **ทางพระพุทธศาสนาให้ความสำคัญกับมโนกรรม** ความเห็นอื่นๆ เขามีความเห็นที่ว่า กายกรรมนั้นหนักที่สุด แต่พระพุทธเจ้าบอกว่า กรรมที่หนักที่สุดคือมโนกรรม เพราะกรรมทุกอย่างเกิดทางใจก่อน คนไหนเกิดความคิดความรู้สึกเป็น**มิจฉาทิฎฐิ** ก็ทำกรรมผิดพลาดได้มากมาย จนกระทั่งถึงทำสงครามล้างเผ่าพันธุ์ก็ได้ หนักกว่ากายกรรมเยอะ ในทางตรงข้าม ถ้าเป็นฝ่ายดีก็เหมือนกัน หากทางใจเป็น**สัมมาทิฎฐิ** ก็จะทำความดีได้อย่างมากมาย จนกระทั่งถึงความพ้นทุกข์ก็ได้

## ๒. ผัสสะเป็นเหตุเกิดแห่งกรรม

ข้อที่ ๒ เหตุเกิดแห่งกรรม พระพุทธเจ้าตรัสว่า

กตโม จ ภิกขเว กมฺมานํ นิทานสมฺภโว

ผลฺโส ภิกขเว กมฺมานํ นิทานสมฺภโว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เหตุเกิดแห่งกรรม คืออะไร

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ผัสสะเป็นเหตุเกิดแห่งกรรม

นิทานสมภโว แปลว่า เหตุเกิด, ต้นตอ, สิ่งที่ทำให้เกิด นี้แสดงถึงว่า กรรมนั้นก็ไม่ได้เป็นตัวเป็นตนเที่ยงแท้ถาวรอะไร เป็นแต่เพียงสิ่งที่เกิดจากเหตุเท่านั้น เป็นสิ่งที่อิงอาศัยปัจจัยเกิด เกิดแล้วก็แปรปรวนไปเหมือนสภาวะอื่นๆ

คำว่า ผัสสะเป็นเหตุเกิดของกรรม นั้นหมายความว่า เมื่อกระทบสัมผัสแล้ว จึงเกิดการทำความกรรมขึ้นภายหลัง ตากระทบรูป เกิดการมองเห็นเรียกว่าจักขุวิญญาณ กระบวนการนี้เรียก**จักขุสัมผัส** เมื่อมีการรับรู้ทางตาแล้วก็จะเกิดปฏิกิริยาตอบสนองต่อสิ่งที่สัมผัส ปฏิกิริยาตอบสนองนี้เกิดตามความเคยชินอันเป็นกรรมเก่า เราก็คิดและเจตนาที่จะทำทางใจบ้าง ทางกายบ้าง ทางวาจาบ้าง นี่เป็นการทำความใหม่

การที่จะเข้าใจเหตุเกิดของกรรม ต้องศึกษาเรียนรู้เรื่องชีวิตสัมพันธ์กับโลก ชีวิตเรามีความสัมพันธ์กับโลก ๒ ภาคด้วยกัน

ภาคที่ ๑ **รับรู้** ส่วนนี้เป็นผลของกรรมเก่าที่เราได้ทำมา ไม่มีคนอื่นเป็นคนทำให้ เรารับรู้โลกโดยอาศัยทวารทั้ง ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ สิ่งเหล่านี้เป็นผลของกรรมเก่า เป็น**อายตนะภายใน** ไปกระทบกับอารมณ์คือรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ธรรมารมณ์ เกิดการมองเห็น ได้ยิน ได้กลิ่น ลิ้มรส สัมผัสทางกาย รู้สึกทางใจ เป็นผลของกรรม โดยปกติเราชอบหาว่า คนอื่นทำให้เราเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ แท้จริงแล้วเราเป็นคนทำเองล้วนๆ เลย เวทีนี้เป็นเวทีที่เราสร้างขึ้นมาเอง เราได้เกิดมา

เป็นคนนี้ ได้รับรู้สิ่งต่างๆ ตามกรรมที่ทำมาก่อนและขึ้นอยู่กับกรรมปัจจุบันด้วย

บางที่เราเข้าใจไปแฉงเดียว คือ เวลาเห็นแล้ว ได้ยินแล้ว ไปมองแต่แฉงเดียวว่า การเห็น เรียกว่าจักขุวิญญาณ เป็นวิบาก เป็นผลของกรรมเก่า จริงอยู่มันเป็นผลของกรรมเก่า แต่ว่าที่มันเกิดขึ้นได้นั้น ไม่ใช่เพราะกรรมเก่าอย่างเดียว อาศัยเหตุอื่นๆ อีกมากมาย กรรมเก่าเป็นเพียงเหตุหนึ่งเท่านั้น การที่เรามีแนวคิดมูมมองเหตุเดียวผลเดียว ไม่มองแง่มุมอื่นๆ เกิดความยึดขึ้น เรียกว่าจิตเกิดมิจฉาทิภูฏิ ความจริงนั้นมีเหตุมากมายที่ทำให้เกิดการมองเห็นครั้งหนึ่งๆ เราแย้งตาที่อยู่ด้วย มีอารมณ์อันเป็นสิ่งภายนอกด้วย มีถนนด้วย มีเรายืนอยู่ตรงนั้นด้วย มีรถคันนั้นด้วย มีอากาศอย่างนั้นด้วย มีแสงสว่างด้วย มีเหตุอื่นๆ อีกมากมายที่ก่อให้เกิดจักขุวิญญาณนี้ ผลของกรรมนี้ เราห้ามไม่ได้ ที่จะมีประโยชน์แท้จริงคือการพัฒนากรรมใหม่ ท่านจึงสอนให้มีสติ คຸມครอง ทวารมองเห็นว่า สิ่งนี้ควรทำ สิ่งนี้ไม่ควรทำ สิ่งนี้ควรเว้น สิ่งนี้ไม่ควรเว้น เป็นแบบกรรมวาที กิริยาที วิริยาที

ภาคที่ ๒ **แสดงออกหรือกระทำ** โดยอาศัยทวาร ๓ คือ กาย วาจา ใจ เวลาเราสัมพันธ์กับโลก หากรู้ไม่ทัน ไม่เกิดสติปัญญา ก็เกิดกิเลสไป ทำกรรมแล้วเกิดวิบาก พระพุทธเจ้าท่านสอนให้รู้ทันตรงการรับรู้ ถ้ารู้ไม่ทันตรงการรับรู้ ก็ให้รู้เจตนาที่ก่อให้เกิดการกระทำ เพื่อควบคุมการ

กระทำไม่ให้เกิดความผิดพลาด ถ้าดีที่สุดเลยนะ รู้ทันผัสสะ รู้ทันเวทนา ก็ไม่เกิดตัณหา ไม่เกิดความทะยานอยากของจิต ไม่เกิดการดิ้นรนของจิต รู้เท่าทันเวทนาอยู่เหนือเวทนา สุขก็ไม่ดิ้นรน ทุกข์ก็ไม่ดิ้นรน เป็นการรู้เท่าทันกระบวนการทำงานของขันธ์ ก็จะไม่เกิดตัณหาใดๆ ขึ้นมา ไม่เกิดวงจรของกรรมเกิดขึ้น โดยส่วนใหญ่เราจะรู้ไม่เท่าทัน ขาดสติปัญญา เพราะหลงอยู่กับโลกมานาน

โลกที่เราได้มาก็เพราะกรรมที่เราทำนั่นเอง เราทำเองกับมือเลยไม่ใช่คนอื่นทำให้ ถ้าเราอยากไปโลกอื่นที่ดี ที่สว่างไสว ที่เปิดกว้าง ดีกว่าที่เป็นอยู่นี้ เราก็สร้างกรรมใหม่ให้ดีกว่าเดิม สิ่งที่เกิดในภพภูมิต่างๆ นี้คือจิต ตัวบ่งภพภูมิที่อยู่ในจิตคือความรู้สึกในจิต เราสามารถรู้ได้ตั้งแต่ตอนนั้นนะ หลังจากจบชาตินี้แล้วเราจะไปภพภูมิไหน ถ้าเราไม่มีกรรมแรงๆ ที่เป็น**ครุกรรม** ฝายไม่ดี คือ ไม่ได้ฆ่าพ่อฆ่าแม่ ไม่ได้ฆ่าพระอรหันต์ หรือฝายดี เราไม่ได้ทำฉาน กรรมที่จะนำเราไปเกิดก็คือ**อาจิณณกรรม** กรรมที่มันเคยชินอยู่ในใจ จิตของเราเคยชินแบบไหน เคยชินที่จะเปิดกว้าง เคยชินที่จะเห็นอกเห็นใจคนอื่น เห็นคนอื่นเป็นเพื่อนเป็นมิตร หน้าตาเบิกบานยิ้มแย้มแจ่มใสอยู่เสมอ ถ้าจิตเราเป็นอย่างนี้ ก็แน่นอนว่า ชาติต่อไปเราก็ไปเกิดในภพภูมิอย่างนั้น คุณภาพของใจคือตัวกรรมเก่า เหมือนที่เราได้มาในชาตินี้นั่นแหละ

หน้าที่ของเราในชาตินี้ คือ ถ้ายังไม่หมดทุกข์ ยังไม่ได้เป็นพระอริยะเจ้าก็พยายามรักษาดีให้ดี หมั่นทำความดีเอาไว้ ให้จิตมีเมตตา มีความเปิดกว้าง เห็นอกเห็นใจคนอื่น ไม่เห็นแก่ตัว อย่างนี้เราก็จะไปเกิดในภพภูมิที่มันเปิดกว้าง เบาสบาย ร่มเย็น ไม่เร่าร้อน แต่ในทางตรงข้าม ถ้าจิตใจของเราคับแคบ บีบตัวเข้ามา เห็นแก่ตัว มีแต่ความรู้สึกขาดแคลน อยากจะเอานั่นเอานี่อยู่เรื่อย อาการที่จิตรู้สึกขาดแคลนมันเป็นพวกเปรต เปรตหากินยากลำบาก ไม่อึดท้องสักที ปากนิดเดียวแต่ท้องโต มันก็รู้สึกขาดอยู่ตลอด อาการที่จิตเรารู้สึกขาดอยู่เรื่อย เห็นสิ่งนั้นก็อยากได้ เห็นสิ่งนี้ก็อยากได้ พวกนี้เป็นอาการของเปรต ถ้าเราสะสมความรู้สึกอย่างนี้ไปมากๆ สักหน่อยก็จะไปเกิดเป็น**เปรต** เพราะคุณภาพของจิตเราเป็นอย่างนั้น หรือหากมีจิตเร่าร้อน มีความกลัวอยู่เสมอ มีความเคียดแค้นชิงชัง มักโกรธพยาบาท ก็เป็นลักษณะของ**สัตว์นรก** หากมีความหลงมกมายมาก หลงไปตามรูป เสียง หลงไปตามของมีนเมาต่างๆ อย่างนี้ก็เป็นลักษณะ**สัตว์เดรัจฉาน**

ดังนั้น หากเรายังอยู่ในโลก ยังไม่ได้ออกจากโลก ก็ให้หมั่น**ทำกรรมดี ฝึกฝนสติสัมปชัญญะให้มากๆ หมั่นสังเกตจิตใจของตนเอง ให้มีสติรู้จิตใจตนเอง** เราไม่ได้รังเกียจชิงชังสิ่งที่ไม่ดี เพราะการรังเกียจสิ่งที่ไม่ดี ก็เป็นความไม่ดีอย่างหนึ่ง ให้เราดูเห็นโทษภัย ให้เกิดความละอาย ความเกรงกลัว ไม่ทำไปตามความหลงหรือความยินดียินร้าย



ให้คอยสังเกตจิตใจตนเองจะรู้ได้ว่า จิตใดเป็นกุศลจริงๆ จิตใดเป็นอกุศล บางครั้งภายนอกดูเหมือนดีนะ พุทก็ดี ทำก็ดี แต่ทำเพราะอยากให้ตัวเองมีความสำคัญ อยากให้คนอื่นรู้ว่าเราเป็นคนดี นี่ก็เป็นความโลภอย่างหนึ่ง เป็นความรู้สึกลึกซึ้ง

เมื่อมีการรับรู้ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจแล้ว ก็เกิดการกระทำทางกาย ทางวาจา ทางใจ เวลาจะกระทำก็เกิดความคิดทางใจเป็นมโนกรรมก่อน ทีนี้ ถ้ายังรู้ไม่ทันตอนที่คิด เราก็มีเกาะกันเอาไว้ ไม่ให้กระทำอะไรที่รุนแรงจนไปเบียดเบียนผู้อื่น มีศีล**สิกขาบท**คอยกันเอาไว้ แต่ที่จริงแล้ว เรื่องสิกขาบทนี่เป็นการกันปลายทาง แต่เป็นการปฏิบัติต้นทาง ผู้ที่ยังมีอินทรีย์อ่อน ไม่ค่อยรู้เรื่องอะไรให้สมาทานสิกขาบทปฏิบัติตามและระวังอย่าไปล่วงสิกขาบท ผีกลตีสัมปชัญญะให้มากขึ้น เมื่อสามารถรู้ทันจิตก็จะรักษาที่จิต โอกาสที่จะทำผิดพลาดก็จะลดลง

ในภาครับรู้ มีตาไปกระทบกับรูป เกิดจักขุวิญญาณ เป็นจักขุสัมผัส ตัวสัมผัสนี้เป็นเหตุเกิดของกรรม เหตุต้นตอของการทำกรรมคือผัสสะ ถ้าอยากจะรู้จักกรรมก็ดูตรงที่กระทบอารมณ์ ความรู้สึกที่เกิดขึ้นในใจ เป็นกรรมเก่า เป็นผลจากการสั่งสมความเคยชินของจิต เมื่อมีความรู้สึกบางอย่างครอบงำใจ เราเจตนาว่าจะทำอะไรต่อมา นี่เป็นกรรมใหม่ ช่วงแรกๆ สิ่งที่เราจะช่วยให้ได้ดีก็คือ ทำอะไรให้ช้าลงกว่าเดิมหน่อย แต่ไม่ใช่ไปพูดซ้ำๆ เนิบๆ ผิดปกติอะไรนะ เช่นว่า แต่เดิม เราคิดอะไรได้ก็พูดเลย

พูดมากเหลือเกิน ต่อไปเราต้องเตือนตนเองว่า อย่าไปพูดมาก ให้หยุด ไม่จำเป็นไม่ต้องพูด ถ้าแสดงความเห็นแล้วไม่เกิดผลประโยชน์อะไร ก็ไม่ต้องแสดงความเห็น ให้สังเกตจิตใจ เราก็จะเห็นเจตนาในใจได้มากขึ้น

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

ผัสสะทางทวารทั้ง ๖ เป็นดังนี้

ตากระทบกับรูป เกิดจักขุวิญญาณ คือการเห็น เป็นจักขุสัมผัส

หูกระทบกับเสียง เกิดโสตวิญญาณ คือได้ยิน เป็นโสตสัมผัส

จมูกกระทบกับกลิ่น เกิดฆานาวิญญาณ คือดมกลิ่น เป็นฆานาสัมผัส

ลิ้นกระทบกับรส เกิดชีวหาวิญญาณ คือลิ้มรส เป็นชีวหาสัมผัส

กายกระทบกับสัมผัสทางกาย เกิดกายวิญญาณ คือสัมผัสทางกาย เป็นกายสัมผัส

ใจกระทบกับเรื่องที่เกิดหรือความรู้สึกต่างๆ เกิดมนโวิญญาณ คือการรู้ทางใจ เป็นมนโสัมผัส

สิ่งเหล่านี้เป็นต้นตอของกรรม ซึ่งก็คือการรับรู้โลกทาง ๖ ทวาร เมื่อเกิดผัสสะแล้วก็เกิดเวทนา คือ ความรู้สึก สุขบ้าง ทุกข์บ้าง สบายใจบ้าง ไม่สบายใจบ้าง เฉยๆ บ้าง เมื่อเกิดความรู้สึกแล้ว ก็จะเกิดสังขาร ปรุณแต่งขึ้นมา ดีบ้าง ไม่ดีบ้าง สังขารนี้มีเจตนาเป็นหัวหน้า เป็นความจงใจกระทำเพื่อตัวเรา เพราะหลงเข้าใจผิดคิดว่า มีเราแล้วก็ยึดขึ้นเจตนา จะทำเพื่อตัวเราเรียกว่า **สังขเจตนา** เริ่มจากคิดทางใจเรียกว่า **มโนสังขเจตนา** เราารู้สึกว่ามีเรา ก็ทำทางกาย ทางวาจา ทางใจ อย่างนี้เป็นกรรม ส่วนพระอรหันต์นั้นไม่มีความรู้สึกว่ามีตัวเรา ไม่มีความยึดมั่นถือมั่น ท่านทำทุกอย่างทางกาย ทางวาจา ทางใจ สอนหนังสือ บรรยายธรรม แต่ไม่มีการทำกรรมเลย เป็นแต่กิริยา ลักแต่ว่ากระทำ เพราะไม่มีความยึดมั่นถือมั่น ไม่ได้ทำเพื่อตัวเรา

ความรู้สึกว่า มีตัวเรา เกิดความยึดมั่นถือมั่นแล้วก็ทำเพื่อตัวเรา นี่เป็นการก่อกอง ก่อการกระทำขึ้น เป็นกรรม เนื่องจากเกิดผัสสะแล้วเกิดความรู้สึกขึ้น เราไม่มีสติสัมปชัญญะ รู้ไม่ทัน ก็เลยปรุณแต่งกระบวนการนี้ตามปฏิจสุมุขบาทบอกว่า **เกิดตัณหา อุปาทาน แล้วเกิดกรรมภพ** ไปทำกรรมวนเวียนเป็นวงจรของทุกข์ สังขารดีบ้าง ไม่ดีบ้าง มีเจตนาเป็นหัวหน้าจัดแจงปรุณแต่งการกระทำทั้ง ๓ ทวาร

สำหรับผู้ที่มีสติสัมปชัญญะ รู้ว่าเป็นเพียงการกระทบเท่านั้น รู้ว่าเป็นความรู้สึกเท่านั้นรู้ว่า เป็นความคิดนึกเท่านั้นรู้ว่า เป็นเพียงสภาวะต่างๆ

เท่านั้นที่เกิดขึ้น ทำหน้าที่ของมันเป็นคราวๆ ไป สิ่งเหล่านั้นไม่ครอบงำใจ จะไม่รู้สึกว่ามีตัวเราจริง การกระทำที่ประกอบด้วยสติสัมปชัญญะอย่างเต็มเปี่ยม ไม่เป็นกรรม แต่ถ้าไม่มีสติสัมปชัญญะ ความรู้สึกว่ามีตัวเรานี้จะครอบงำใจ รู้สึกว่าเราเป็นคนนั้น เราเป็นคนนี้ เวลาที่มีความรู้สึกว่ามีเรา ก็จะเกิดการกระทำอะไรบางอย่างเพื่อเรา อย่างนี้เป็นกรรม เกิดการทำดีบ้าง ไม่ดีบ้าง เราทั้งหลายทั่วไปที่เป็นปุถุชนนี้ ถ้าไม่ได้ฝึกสติสัมปชัญญะให้มากพอ ก็ไม่สามารถจะรู้ทันกระบวนการทำงานนี้ได้

ดังนั้น ก็ต้องมีกรอบกันตัวเองไม่ให้ทำผิดพลาดเอาไว้ก่อน ต่อไปถ้าเราได้ฝึกสติสัมปชัญญะไปพอสมควร ได้เห็นจิตใจตนเอง เห็นกายใจ โดยความเป็นขันธ์ มันทำงานได้เองของมัน เราจะสามารถมองเห็นว่า ตอนไหนที่เกิดกระทำกรรมขึ้น ตอนไหนที่มีสติสัมปชัญญะรู้เท่าทันแล้วไม่เกิดการปรุณแต่งทำกรรม อย่างนี้จะเห็นอริยสังขันธ์ เห็นว่า ทุกข์ในจิตเกิดขึ้นมาได้อย่างไร และทุกข์ไม่เกิดขึ้นเพราะเหตุไร ทุกข์เกิดขึ้นเพราะมีความหลง จนเกิดความรู้สึกว่า มีเรา มีของเรา ก็ไปทำอะไรเพื่อเรา ตะครุบนั้น ตะครุบนี้ โดยคิดว่าจะทำให้เรามีความสุข เห็นสิ่งที่ปรากฏทางตาแล้วก็ตะครุบ เอาเป็นจริงเป็นจัง เห็นข่าวในหนังสือพิมพ์ก็เข้าไปรู้สึกเป็นจริงเป็นจัง เข้าไปมีอารมณ์ร่วมกับเรื่องนั้นเรื่องนี้ ก็จะเกิดทุกข์ขึ้น แล้วเกิดการทำกรรมตามมา อย่างนี้เข้าสู่วงจรของทุกข์แล้ว

การปรุงแต่งการกระทำทางกาย เรียกว่า**กายสังขาร** เริ่มจาก**กายสังขาร** เจตนากระทำทางกายเพื่อเรา มีทางออกของการกระทำเรียกว่า**กายวาจา** เป็น**กายกรรม** ตัวกรรมแท้ๆ ก็ดูที่ตัวสังขาร ไม่ได้ดูที่การกระทำที่ออกมาทางกาย การกระทำที่ออกมาทางกายยังบอกไม่ได้ ต้องดูที่ตัวเจตนาในใจ เช่น การฆ่าสัตว์ก็ดูที่เจตนาว่าเรามีเจตนาฆ่าหรือไม่ บางที่เราขับรถไปเหยียบแมวตาย เราไม่ได้มีเจตนาจะฆ่าเลย อย่างนี้ ก็ไม่ได้เป็นการฆ่าสัตว์ เราดูเจตนาที่อยู่ในจิต ในการที่เราฝึกให้ตนเองมีศีล ไม่ล่วงลิกขาบท แต่ที่จริงเป็นการเฝ้าดูเจตนาในใจ เวลาที่จะทำทางกายทางวาจา จะทำให้จิตมีศีล ที่เราฝึกสติสัมปชัญญะ เป็นการพัฒนาความสามารถในเฝ้าดู เพื่อให้รู้ทันจิตตนเองในตอนที่จะทำ จะพูด ทำให้จิตมีศีล เป็นปกติ ไม่ถูกอกิขณาและโทมนัสครอบงำ จนไปทำผิดพลาดทางกายทางวาจา

กรรมแท้ๆ อยู่ที่จิตนะ ที่เราฝึกฝนก็ฝึกที่จิต ที่ตัวกายสังขารไม่ได้ดูที่อาการทางกาย เช่น เรารักษาลิกขาบทข้อที่ ๑ ไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ใช่ว่านอนอยู่บ้านเฉยๆ ก็ถือว่ามีศีลแล้ว ไม่ใช่อย่างนั้นนะ เราไม่ไปฆ่าสัตว์ ไม่ไปทำล่วงละเมิดลิกขาบทก็ดีแล้ว แต่เรื่องมีศีลนี้ต้องดูให้ละเอียดอีกที่จิตยังเต็มไปด้วยอกุศลนั้นไม่ใช่จิตที่มีศีล **ศีลนั้นเป็นสภาวะจิตที่เป็นกุศล** เป็นกุศลประเภทดเว้นจากการกระทำที่ไม่ดี การที่เรามีศีลก็คือเรารู้ทันเจตนาเวลาจะทำ จะพูด แล้วงดเว้นการกระทำที่เกิดจากจิตอกุศล

เว้นการกระทำด้วยเจตนาที่ไม่ดีออกไป

ในการฝึกให้จิตมีศีลนั้น ก็เป็นการที่เราเฝ้าดูเจตนาทางใจให้เห็นว่าที่พูดนี้พูดด้วยเจตนาอะไร ถ้าพูดด้วยเจตนาที่ไม่ดี เบียดเบียนคนอื่น โทก เพื่อเจ้อเกินความจำเป็น พูดเพื่อเอาหน้าเอาตาให้คนอื่นรักเรา อย่างนี้เป็นต้น ก็ให้เลิกการพูดเหล่านั้น เราละเว้นการพูดด้วยเจตนาไม่ดี พูดแต่คำที่ดี มีเจตนาบริสุทธิ์ พูดตามความเหมาะสม นี่เป็นวจีสัจจัต เราจึงต้องเตือนตนเองบ่อยๆ ให้ระลึกได้บ่อยๆ จนมีสติรู้เท่าทัน**วจีสัญเจตนา** ตัวสังขารเจตนา เกิดเพราะมีความรู้สึกว่ามีตัวเรา มีของเรา จึงเกิดการกระทำที่ดีบ้าง ไม่ดีบ้างเพื่อตัวเรา เรียกว่า**การกระทำอกิสังขาร** เป็นฝ่ายบุญก็ได้ ฝ่ายบาปก็ได้ เป็นวงกลมของกองทุกข์ที่วนเวียนไป แต่พระพุทธศาสนานั้นสอนเหนือกรรม คือย้อนกลับมาศึกษาเรียนรู้ที่กายที่ใจ ให้เกิดปัญญาเห็นว่า ไม่มีตัวเราจริง ไม่มีตัวสุข ตัวดี ตัววิเศษอะไร มีแต่ทุกข์ทั้งนั้น ก็จะปล่อยวางความยึดมั่นถือมั่น ไม่มีการทำกรรมอีก

**พระพุทธเจ้าอุบัติขึ้นในโลก ทรงประกาศพรหมจรรย์ คือวิธีการปฏิบัติอันประเสริฐสุดทำให้หมดทุกข์ได้จริง** สอนให้มีปัญญารู้ความจริงว่าทุกอย่างที่เกิดขึ้นนั้น เป็นเพียงขั้นที่ที่เกิดขึ้นเป็นคราวๆ ไม่ใช่ตัวเรา ไม่ใช่สิ่งเที่ยงแท้ถาวรอะไร **เวทนา** คือ ความรู้สึก เกิดขึ้นแล้วก็ดับไป กายรู้สึกไม่ได้ กายมันเจ็บปวดไม่ได้ ความเจ็บปวดเป็นเวทนา **สัญญา** คือ ความจำได้หมายรู้ ผุดขึ้นมาตามผัสสะ พอกระทบสิ่งนี้ก็ผุดเรื่องนั้นขึ้นมา


กระทบอีกสิ่งหนึ่งก็ผิดเรื่องอื่นๆ ขึ้นมา บางครั้งจำได้ บางครั้งจำไม่ได้ **สังขาร**ก็นำเวทนาและสัญญามาปรุงต่อ หากเราไม่มีสติสัมปชัญญะรู้ไม่ทัน ก็ถูกมันครอบงำให้ไปทำการเพื่อตัวเราถ้าเรารู้เท่าทันกระบวนการทำงาน ก็จะไม่ถูกครอบงำ ไม่เกิดการยึดว่าเป็นเรา เป็นของเราขึ้นมา

ส่วน**มโนสังขาร** เริ่มจาก**มโนสัญญาเจตนา** คิดจะทำอะไรเพื่อเรา อาศัยทางใจเป็นทางออกของการกระทำ ทำกรรมทาง**มโนทวาร** เป็น**มโนกรรม** ซึ่งมโนกรรมนี้สำคัญที่สุด การฝึกฝนก็คือฝึกให้รู้ทันเจตนาทั้ง ๓ คือ กายสัญญาเจตนา วจีสัญญาเจตนา มโนสัญญาเจตนา ไม่ให้มีเจตนาไปทำผิดพลาด ไม่ไปทำอะไรที่รุนแรง เบียดเบียนตนเองและเบียดเบียนคนอื่น ที่แยกเป็นประเภท คือ กายกรรม ๓ วจีกกรรม ๔ มโนกรรม ๓ ให้ทำการที่เป็นกุศลอยู่เสมอ เรียกว่ากุศลกรรมบถ ๑๐ ประการ เมื่อประพฤติดูถูกต้องอยู่เสมอ ตัวกุศลกรรมบถ ๑๐ นี้จะช่วยรักษาเรา อย่างน้อยที่สุดก็เป็นเหตุให้ได้เกิดเป็นมนุษย์อีก เมาใจได้ระดับหนึ่งว่า ไม่ไปเกิดในอบาย

สำหรับทางใจ ก็อย่าไปมี**อภิขมา** คือความเพ่งเล็งอยากได้ของคนอื่น ฝึกให้เป็นคนคิดเสียสละ รู้จักแบ่งปัน ไม่**พยาบาท** ไม่ไปคิดปองร้าย ไม่คิดผูกเวรกับใครๆ มีแต่ความหวังดี ปรารถนาดี อยากให้คนอื่นมีความสุข ไม่มี**มิฉชาติภูติ** ไม่มีความเห็นที่ผิดพลาด เป็นผู้มีความเห็นที่ถูกต้อง เช่น เห็นว่า ทานที่ให้แล้วมีผล การบูชามีผล พ่อแม่มีคุณ กรรมที่ทำแล้วมีผล เป็นต้น

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

ที่เราฝึกสติสัมปชัญญะ เจริญสมถะวิปัสสนา ก็เพื่อให้มีปัญญา รู้ทันอย่างนี้ ถึงแม้จะยังรู้ไม่ทัน สติสัมปชัญญะก็เป็นตัวช่วยให้เราละกรรมที่ไม่ดี ทำกรรมที่ถูกต้องดีงาม จิตเกิดความละเอียดและเกรงกลัวต่อบาปอกุศล ก็จะเกิดศีล ไม่ถูกอกิขมาโทมนัสครอบงำใจ จิตมีศีลเป็นปกติ เป็นการฝึก**อริศีลสิกขา** ต่อมาก็ฝึกรู้จิตใจให้ละเอียดยิ่งขึ้นไป เป็นการฝึก**อริจิตตสิกขา** เมื่อรู้เท่าทันจิตใจของตนเอง จิตเป็นกุศลก็รู้เป็นอกุศลก็รู้ ดีก็รู้ ไม่ดีก็รู้ รู้เท่าทันไปหมด จิตก็จะไม่หลงยินดียินร้าย เมื่อรับรู้อารมณ์ต่างๆ จะละกิเลสนิวรณ์ต่างๆ ได้ จิตจะมีความเบิกบานอ่อนเบา ผ่องใส เอิบอิ่ม เป็นสมาธิ เป็นจิตที่มีความตั้งมั่น ตามดูกายดูใจตามที่เป็นอย่างจริงก็จะเกิดปัญญา เป็นการฝึก**อริปัญญาสิกขา**



การรู้เรื่องกรรมก็เพื่อรู้จักพระนวมจรรย์ จะได้ฝึกฝนตนเองในอิสระ  
จากกรรม ไม่ต้องมาเกิดอีก ไม่ใช่รู้เรื่องกรรมเพื่อไม่ทำกรรมอะไรๆ นะ  
ไม่ใช่สอนเรื่องกรรม เพื่อไม่ให้ทำกรรม จะได้ไม่เกิดที่นั่นที่นี่ แต่สอน  
เรื่องกรรม เพื่อให้เห็นว่า เพราะมีการทำกรรม เราทั้งนลายจึงเวียนเกิด  
เวียนตาย... ครรแล้วก็จะเมื่อนำงในการเกิด มาประพฤติพระนวมจรรย์  
ในเกิดมีเหตุ ไม่หลงไปกับโลกซึ่งเกิดจากผัสสะเท่านั้นเอง

## กฎเกณฑ์กรรม ๒

บรรยายวันที่ ๒๒ เมษายน ๒๕๕๑

ขอนอบน้อมต่อพระรัตนตรัย

สวัสดีครับท่านผู้สนใจในธรรมะทุกท่าน

วันนี้ก็บรรยายศึกษาและปฏิบัติธรรมครั้งที่ ๑๒ ว่าด้วยเรื่อง “กรรม”  
ตอนที่ ๒ ในคราวที่แล้วพูดถึงเรื่องกรรมยังไม่จบ เรื่องกรรมนั้นก็  
คำสอนที่สำคัญเพราะเป็นคำสอนในแง่ทำให้เราอยู่กับโลกได้อย่างถูกต้อง  
การทำกรรมนี้เกิดจากการตั้งนทางใจ อยากให้ตัวเองดี อยากให้ตัวเอง  
มีความสุข ในเมื่อยังต้องตั้งนทางอย่างนี้ ก็ไปฝ่ายดีซะก่อน แต่ถ้าจะให้  
ดีกว่านั้น ก็คือปล่อยวางทั้งดีทั้งไม่ดี มีปัญญาเห็นแจ้งความจริง จิตใจ  
หมดความตั้งน แบบนี้เป็นวิปัสสนา เป็นแบบเหนือโลก จะพ้นจาก  
ทุกข์ทั้งปวงได้

ที่นี้ในระหว่างยังเกิดวนเวียนอยู่ก็ต้องทำกรรมให้ถูกต้องอย่างน้อย  
ยังอยู่ในโลกก็ไม่ขาดเจ็บมากนัก คือมีความสุขตามสมควร แล้วก็  
โอกาสได้ยินได้ฟังพระธรรม ฟังฝนตนเองไปเรื่อยๆ ไม่ต้องไปทนทุกข์  
ทรมาน ไม่ต้องไปตบทอบายภูมิ อะไรพวกนี้

ในตอนที ๑ ผมได้พูดมาถึงสิ่งที่ควรทราบเกี่ยวกับกรรม ซึ่ง  
พระผู้มีพระภาคได้ตรัสเอาไว้ใน อังคุตตรนิกาย ฉกกนิบาต นิพเพธิกสูตร  
ซึ่งมีอยู่ ๖ ประการ โดยปกติเวลาเราพูดถึงเรื่องกรรม เราก็จะพูดด้วย  
เช่นว่า กรรมคือการกระทำด้วยเจตนา ทำแล้วได้รับผลอย่างนั้นอย่างนี้  
ยังเข้าใจไม่ครบถ้วนสมบูรณ์บางทีก็เข้าใจกรรมเป็นผู้มีอำนาจใหญ่เหมือน  
กับพระเจ้าองค์หนึ่ง อย่างนี้ก็มิ

พระผู้มีพระภาคได้ตรัสสิ่งที่ควรทราบเกี่ยวกับกรรมไว้ ๖ อย่าง  
ด้วยกัน พระองค์ตรัสว่า *ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายพึงทราบ (๑)  
กรรม (๒) เหตุเกิดแห่งกรรม (๓) ความต่างกันแห่งกรรม (๔) วิบาก  
แห่งกรรม (๕) ความอิสระจากกรรม (๖) ข้อปฏิบัติให้ถึงความอิสระจาก  
กรรม*

กรรม คือการกระทำที่ประกอบด้วยเจตนา ตัวเจตนาที่นั่นแหละ  
เป็นกรรม ตัวการกระทำออกมาทางกาย ทางวาจา ทางใจ นี่เป็นทวาร  
ออกของกรรม ตัวกรรมแท้ๆ ก็คือตัวเจตนาในใจ ถ้าใครอยากเห็น  
กรรมก็ให้ดูเจตนาในใจ เวลาจะทำ จะพูด มันจะมีความคิดและมีเจตนา

มาก่อน อันนั้นแหละคือตัวกรรม เรียกว่าสัญเจตนา

ด้วยความที่เรายังมีความเข้าใจผิดมีความยึดมั่นถือมั่นในกาย  
ในใจอยู่ ก็คิดว่ากายใจนี้เป็นตัวเรา เป็นตัวดี ตัววิเศษ เรารักตัวเอง เรา  
ก็อยากจะให้ตัวเรานี้ได้ดีมีความสุข ก็เกิดเจตนาจะทำเพื่อเราอย่างใด  
อย่างหนึ่ง ตัวเจตนาใช้เวลาจะทำอะไรออกมาทางกาย เรียกว่า**กาย  
สัญเจตนา** ออกมาเป็นกายกรรม เจตนาพูดทางวาจา เรียกว่า**วจี  
สัญเจตนา** ออกมาเป็น วจีกรรม เจตนาจะทำทางใจ เรียกว่า**มโน  
สัญเจตนา** ออกมาเป็นมโนกรรม

ส่วนใหญ่เราจะพูดถึงกายกรรม ๓ วจีกรรม ๔ มโนกรรม ๓ ซึ่ง  
สิ่งเหล่านี้เป็นปลายทางนะ ตัวกรรมแท้ๆ นี่เป็นตัวเจตนา เจตนาจะทำ  
เพื่อตัวเรา มันเข้าใจผิด มันยึด นี้กว่ามีตัวเรา พอยึดว่ามีเราอยู่ก็ต้องทำ  
เพื่อเรา

เราทั้งหลายคิดอะไรก็เพื่อตัวเราทั้งนั้นเลย นี่เรียกว่า**มโนกรรม**  
มโนกรรมจึงเยาะที่สุดพระพุทธเจ้าจึงเน้นเรื่องมโนกรรมเป็นสิ่งสำคัญที่สุด  
ถ้ามโนกรรมยังมีอยู่ ก็ให้คิดพิจารณาฝ่ายดีเข้าไป ให้ทาน รักษาศีล ให้  
เป็นคนดีเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ให้อภัยทาน มีจิตคิดเมตตา เป็นต้น นี่ก็  
เป็นการปรับมโนกรรมให้มันดีขึ้น เพราะไหนๆ ก็ต้องคิด ก็คิดให้ดี ให้  
เป็นประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่น

ถ้าเราไม่ฝึกหัด จิตก็พร้อมที่จะลงต่ำอยู่เสมอ จิตเราโดยทั่วไป ถ้าเราไม่ได้ฝึกฝน ไม่มีสติปัญญา จะมีลักษณะอย่างหนึ่งคือโน้มเอียงลงต่ำ เราลองสังเกตดูนะ ถ้าไม่ฝึกตนเอง หรือไม่เตือนตนเองเอาไว้ มันจะชอบคิดเรื่องไม่ดีอยู่เรื่อย ชอบคิดให้เกิดความทุกข์ เกิดความเบียดเบียนตนเองและผู้อื่น บางทีไม่มีเรื่องอะไร เรื่องที่ทำให้เกิดความสุขนึกไม่ได้ ส่วนเรื่องที่ทำให้ทุกข์ชอบจำได้ ชอบคิด จิตเรามันเป็นอย่างนี้

อาการที่จิตเราชอบไหลลงต่ำนี้ จะเป็นความเคยชิน เวลาความเคยชินนานๆ ไปแล้ว ก็จะถูกผู้คนถูกสังคัมชักจูงให้ทำกรรมชั่วได้ง่าย พระพุทธเจ้าท่านจึงบอกว่า *กรรมชั่วคนชั่วทำงานง่าย แต่กรรมชั่วมนดีทำงานยาก* *กรรมดีนั้นคนดีทำงานง่าย* คนชั่วบอกว่าทำดีแต่ละที่ยากจริงๆ การทำยากหรือง่ายอยู่ที่คุณภาพจิต

เหตุเกิดของกรรมคือผัสสะ การกระทบอารมณ์ เกิดการรับรู้ขึ้นได้ เห็นรูปทางตาแล้ว ได้ยินเสียงทางหูแล้ว ดมกลิ่นทางจมูกแล้ว ลิ้มรสทางลิ้นแล้ว ถูกต้องสัมผัสทางกายแล้ว คิดนึกรู้สึกทางใจแล้ว ก็เกิดความรู้สึกขึ้น เรียกว่าเวทนา ที่นี้ นอกจากเวทนาแล้ว ยังมีสัญญาผุดขึ้นมาด้วยสัญญาคือความจำได้หมายรู้เวทนาและสัญญานี้เป็นตัวปรุงแต่งจิต ภาษาบาลีเรียกว่า **จิตตสังขาร**

จิตเราที่ปรุงดีบ้าง ไม่ดีบ้าง เกิดจากความรู้สึกคือเวทนามับสัญญาที่มาพร้อมกับผัสสะ เราเห็นหน้าคนนี่แล้ว เป็นคนรู้จัก รู้สึก

ชอบหน้า จิตก็ปรุงแต่งไปอย่างหนึ่ง ทำให้เกิดความคิด เกิดคำพูด เกิดการกระทำทางกายเห็นหน้าอีกคนแล้วไม่ชอบ จิตก็ปรุงแต่งไปอีกแบบหนึ่ง ทำให้เกิดความคิด เกิดคำพูด เกิดการกระทำทางกายเปลี่ยนแปลงไปตามความไม่ชอบนั้น อย่างนี้เรียกว่า เห็นแล้วเกิดความรู้สึกขึ้น รู้สึกชอบ รู้สึกไม่ชอบ รู้สึกว่าคนนี่ดี คนนี่ไม่ดี คนนี่น่าเข้าใกล้ คนนี่น่าออกห่างๆ ยิ่งถ้าเป็นญาติเรา หรือคนที่เคยทำไม่ดีกับเรา ก็จะรู้สึกแตกต่างออกไปมากขึ้น

นอกจากเวทนาแล้วก็มีสัญญาด้วย เราเห็นหน้าคนนี่แล้วจำได้ว่าเขาคือใคร จำได้ว่าคนนี่เคยยืมเงินเราแล้ว ไม่ได้ใช้คืน ตอนนี้อายุแล้ว เขาโกงเราไปแล้วรวย เราก็จะเกิดความคิดจะทำอย่างหนึ่งขึ้นมา กายวาจาก็เปลี่ยนแปลงไป ตัวความคิดที่เกิดขึ้นมาอย่างนี้ เป็นมโนกรรมกระทำออกไปทางกายเป็นกายกรรม พุดทางวาจาเป็นวจีกรรม เกิดผัสสะมีการรับรู้อารมณ์ จึงเกิดเวทนา เกิดสัญญา และเกิดการกระทำที่แตกต่างกันติดตามมา ฉะนั้น ตัวต้นตอของกรรม คือผัสสะ

สัญญาเก่าๆ โดยส่วนใหญ่ที่เราเก็บเอาไว้คือสัญญาที่ประกอบไปด้วยอคติ เจือด้วยความเห็นผิด อันไหนที่เป็นฝ่ายเรา ของเรา จะให้ค่าเป็นบวก ฝ่ายคนอื่น ให้ค่าเป็นลบ เวลาเราทำอะไรลงไปจึงเกิดความผิดพลาดได้มาก ถ้าลูกเราไปทะเลาะกับลูกคนอื่น ลูกเราก็จะเป็นฝ่ายถูกไว้ก่อน คนที่เป็นฝ่ายเราทำอะไรก็ดูเข้าท่าไปหมด คนที่เป็นฝ่าย

คนอื่นทำอะไรก็ดูไม่เข้าท่าเลย มันตรงข้ามกันอย่างนี้ เราจึงต้องระวังความรู้สึกตัวเองดีๆ เพราะถ้าไม่ระวังจะทำให้เกิดความผิดพลาดได้ง่าย

ผัสสะนั้นเป็นตัวรับผลของกรรมเก่า และเป็นต้นตอทำให้เกิดกรรมใหม่ ถ้าอยากดูผลของกรรมเก่าก็ดูตรงผัสสะ โดยเฉพาะคุณภาพใจเรา ถ้าอยากจะทำอะไรมาบ้าง ก็ดูตอนกระทบอารมณ์แล้ว มีปฏิกิริยาตอบสนองอย่างไร ความรู้สึกต่างๆ ที่เกิดขึ้นเป็นปฏิกิริยาโต้ตอบนี้ เรียกว่าผลของกรรมเก่า คุณภาพใจเรานี้ก็เป็นผลของกรรมเก่าที่เราสะสมมาเป็นบุคคลนี้ในปัจจุบัน

ตอนที่กระทบผัสสะเป็นการแสดงถึงผลของกรรมด้วย และเป็นเหตุให้เกิดการทำกรรมใหม่ด้วยพอทำกรรมใหม่ก็มีผลเป็นวิบากต่อไปอีก เราได้รับสิ่งที่น่าพอใจบ้างไม่น่าพอใจบ้าง ด้วยความไม่รู้ก็เกิดกิเลสไปทำกรรมแล้วได้รับผล วนเวียนกันเป็นวงกลม อย่างนี้แหละเรียกว่าการวนเวียนเป็นวัฏฏะ

กรรมและเหตุเกิดแห่งกรรมได้บรรยายไปในคราวที่แล้ว วันนี้จะบรรยายเกี่ยวกับความต่างกันแห่งกรรม วิบากแห่งกรรม ความอิสระจากกรรม และข้อปฏิบัติให้ถึงความอิสระจากกรรม

### ๓. ความต่างกันแห่งกรรม

สิ่งที่ควรทราบเกี่ยวกับกรรมข้อที่ ๓ คือ ความแตกต่างกันแห่งกรรม พระพุทธเจ้าตรัสว่า

**กตมา จ ภิกขเว กมฺมานํ เวมตฺตตา**

**อตุถิ ภิกขเว กมฺมํ นิรยเวทนียํ, อตุถิ กมฺมํ ติรัจฺจาน-  
โยนิเวทนียํ, อตุถิ กมฺมํ เปตฺติวิสยเวทนียํ, อตุถิ กมฺมํ  
มनुสฺสโลกเวทนียํ, อตุถิ กมฺมํ เทวโลกเวทนียํ,  
อญํ วุจฺจติ ภิกขเว กมฺมานํ เวมตฺตตา**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลายความต่างกันแห่งกรรม คืออะไร

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย กรรมที่พึงเสวยผลในนรกก็มี กรรมที่พึงเสวยผลในกำเนิดสัตว์ดิรัจฉานก็มี กรรมที่พึงเสวยผลในแดนเปรตก็มี กรรมที่พึงเสวยผลในมนุษย์โลกก็มี กรรมที่พึงเสวยผลในเทวโลกก็มี ดูก่อน ภิกษุทั้งหลายนี้เรียกว่า ความต่างกันแห่งกรรม

ตัวกรรมแท้ๆ คือคุณภาพใจเรานี่เอง ใจนี้มันไม่รู้สึกละอะไร เป็นธาตุรู้เฉยๆ แต่ตัวที่ปรุงแต่งใจมีเจตนาเป็นหัวหน้าเป็นตัวกรรม ถ้ามีเจตนาเป็นหัวหน้าไปทำฝ่ายดี คุณภาพของใจก็เป็นอย่างหนึ่ง คุณภาพ



ของใจนั้นภาษาอภิธรรมเรียกว่า**เจตสิก** เจตสิกฝ่ายดีเกิดประกอบกับจิต มีเจตนาเป็นหัวหน้าไปทำกรรมดีเรียกว่า**กุศลกรรม** มีเจตนาเป็นหัวหน้า พาไปทำไม่ดี อกุศลเจตสิกก็เกิดประกอบกับจิต จิตนั้นก็เลยกลายเป็น อกุศล การกระทำก็เป็น**อกุศลกรรม**

คุณภาพของใจเก่าๆ จะออกมาในรูปความรู้สึก เป็นปฏิกิริยาตอบสนองต่ออารมณ์ เวลาเรากระทบอารมณ์ เห็นแล้ว ได้ยินเสียงแล้ว ดมกลิ่นแล้ว ลิ้มรสแล้ว สัมผัสทางกายแล้ว คิดนี้รู้สึกทางใจแล้ว ใจเรามีปฏิกิริยาอย่างไร นั้นแหละตัวกรรมเก่าที่สะสมอยู่ จะมีคุณภาพ ๒ อย่าง คือ ดี กับ ไม่ดี แล้วแต่การสะสมของแต่ละคน มากน้อย แตกต่างกันไป กลายเป็นจิต อุปนิสัยของแต่ละคน

ดูก่อนมิทษทั้งหลาย กรรมที่พึงเสวยผลในนรกก็มี การเสวยผล เป็นความรู้สึกในใจ เราก็รู้สึกได้ เวลาใจร้อนรน โกรธเคือง ชุนแค้น ใจ จะมีความร้อนแผดเผา จนกระทั่งออกมาทางรูป ทำให้หน้าตาเปลี่ยนไป กรรมประเภทอย่างนี้เรียกว่า *นิริยเวทนีย* ใครสะสมอย่างนี้มากๆ กรรม นี้ก็จะสร้างรูปใหม่ขึ้นมาให้ได้รับผลเป็นความเวรร้อนในนรก

กรรมนี้จะสะสมปัจจัยไว้ จิตจะสร้างนามรูปชนิดใหม่ๆ ขึ้นมา ตามความยึดถือนั้น ใครสะสมกรรมชนิดไหนเอาไว้มาก พอกายนี้แตก ทำลายไป ก็จะสร้างรูปชนิดใหม่ตามกรรมที่เราทำเอาไว้ เรียกตามสมมติ ว่าไปเกิดในภพภูมิต่างๆ เป็นสัตว์นรก เป็นสัตว์เดรัจฉาน เป็นเปรต

เป็นเทวดา เป็นต้น

กรรมที่ทำบ่อยๆ เรียกว่า**อาจิณณกรรม** ในการให้ผลนำเกิดนั้น ถ้าไม่มีกรรมอื่นมาแทรก อาจิณณกรรมนั้นเองจะให้ผล กรรมที่สามารถ ให้ผลก่อนอาจิณณกรรม คือ**ครุกรรม** กรรมหนัก เช่น คนที่ได้มาน ฉาน ไม่เลื่อมก็ไปเกิดในพรหมโลก นี้ฝ่ายดี ส่วนฝ่ายไม่ดี เช่น คนฆ่าพ่อฆ่า แม่เป็นการทำ**อนันตริยกรรม** อย่างนี้ก็ไปอบายเน่นอนเลย และกรรมที่ ใจหวังเอาไว้ตอนใกล้จะตาย เรียกว่า**อาสันนกรรม** ถ้าไม่มีครุกรรม และ**อาสันนกรรม** กรรมที่เราทำเป็นประจำจะให้ผล

กรรมที่พึงเสวยผลในกำเนิดสัตว์ดิรัจฉานก็มี จิตที่มันชอบหลง มงาย ฟุ้งซ่านไป เรื่องนั้นที่เรื่องนี้ที่ ฟุ้งไปทั่ว หลงว่ามีตัวเราของเรา วันๆ มีแต่ความหลง หลงคิดแต่เรื่องโน้นเรื่องนี้ บวก ลบ คูณ ทหาร ตัวเลข เท่านั้นเท่านั้น คนนั้นเป็นอย่างนั้น คนนี้เป็นอย่างนี้ ประเทศนั้น ประเทศนี้ มีเรื่องราวอย่างนั้นอย่างนี้ วนเวียนไปนะ นี่เป็นลักษณะของจิตที่หลง มี โมหะมาก

กรรมที่พึงเสวยผลในแดนเปรตก็มี จิตที่เสวยผลในแดนเปรตก็คือจิตใจคับแคบ เห็นแก่ตัว มีเท่าไรก็ไม่พอ ไม่รู้จักคิดจะให้คนอื่น คิด จะเอามาเป็นของตนอย่างเดียว เป็นลักษณะจิตแบบเปรต เรามีสิ่งของ เยอะแยะแต่รู้สึกว่ามีเหมือนไม่มี ไม่สามารถจะสละให้คนอื่นได้ มีเงินเป็น ร้อยล้าน แต่ไม่สามารถจะสละให้คนอื่นได้ เราไม่ได้ดูว่าชาตินี้มีเงิน

เยอะหรือน้อยนะ ดูว่าจิตเป็นยังไง เงินเยอะนั้นอาจจะไม่ได้ใช้ก็ได้ เราอาจจะตายไปก่อน ลูกเอาไปใช้แล้ว เราดูที่คุณภาพของจิต ถ้าจิตมีแต่ความเห็นแก่ตัว การให้ออกไปลำบาก ถ้าไปเกิดเป็นเปรต ก็จะเป็นอย่างนั้น คือหากินลำบาก หาได้ไม่พออิม ไม่พอยาไส้ อาหารหาได้ยาก เช่น ปากเล็กนิดเดียว พุงโต ดูอาหารเข้ามาไม่เต็มลัทธิ อย่างนี้เป็นต้น ที่พูดนี้ไม่ได้ขู่นะ พูดเรื่องจริงให้ฟัง เป็นการเตือนกันว่า เรายังอยู่ในโลก ต้องทำกรรมให้ดี

*กรรมที่พึงสวดยผลในมนุษย์โลกก็มี* มนุษย์ก็แบบเราทั่วไปนะ มีสุขบ้าง มีทุกข์บ้าง สบายบ้าง ลำบากบ้าง ปนเปกันไป มีทุกข์มีความเดือดร้อนก็ไม่ถึงกับรุนแรงมากนัก เกิดจากความเป็นผู้มีศีล ไม่ไปเบียดเบียนใครๆ ให้ล่วงศีล หรือล่วงกรรมบถ การรักษาความเป็นมนุษย์ไว้ ท่านก็จะวางกรอบอย่างน้อยก็ให้มีศีล ๕ เป็นพื้น แล้วก็ให้เพิ่มด้วยการรักษาคุณกรรมบถทั้ง ๑๐ ให้ครบถ้วน กายกรรม ๓ วจีกรรม ๔ มโนกรรม ๓ มีศีล กายวาจาถูกต้อง ไม่อยากได้ของคนอื่น ไม่ผูกอาฆาตพยาบาทและมีสัมมาทิฐิ ก็จะรักษาภพภูมิมนุษย์เอาไว้ได้ เลยเรียกคุณกรรมบถว่า **มนุษย์ธรรม** ธรรมะที่ทำให้เป็นมนุษย์ รักษาความเป็นมนุษย์เอาไว้ได้ ถ้าไม่มีธรรมะเหล่านี้ ถึงกายจะมีรูปร่างเป็นมนุษย์ จิตใจก็เป็นอย่างอื่นไปแล้ว เมื่อกายแตกดับ ก็จะได้รูปร่างตามสมควรแก่กรรม

*กรรมที่พึงสวดยผลในเทวโลกก็มี* เทวโลกก็เหนือกว่ามนุษย์ขึ้นไปอีก จิตละเอียดกว่ามนุษย์ จิตที่ละเอียดกว่ามนุษย์ จิตเป็นกุศล รู้จักปล่อยวางสมบัติมนุษย์ ไม่หลงยินดีสมบัติเหล่านั้น มีการแบ่งปัน เสียสละออกไป ไม่ติดข้อง หรือบางคนชอบความสงบ ไม่ชอบรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส อย่างมนุษย์เราทั่วไป

มนุษย์เราทั่วไปก็ทำหน้าที่หาเงินหาทองมาเลี้ยงชีพหาด้วยวิธีที่สุจริต ไม่เบียดเบียน ไม่คดโกงใคร ไม่ผิดศีลธรรม ได้มาแล้วก็ใช้สอยโดยธรรม แต่บางคนนั้นนอกจากจะเลี้ยงชีพอย่างที่ถูกกล่าวมาแล้ว เขายังสละออกได้ ลดละความเห็นแก่ตัว เห็นอกเห็นใจคนอื่นอยู่เสมอ จิตมีเมตตากรุณาใจเบาสบายกว่ามนุษย์ทั่วไป นี่เหนือกว่ามนุษย์ทั่วไป คนอย่างนี้ตายไปก็ไปสูคติที่สูงกว่ามนุษย์อีก ไปเป็นเทวดา หรือบางพวกทำความสงบของจิตได้ใจยินดีอยู่กับความสงบที่เป็นถาวรนั้น ตายไปก็เกิดที่พรหมโลก

นี่คือความต่างของกรรม ซึ่งก็อยู่ที่จิตใจ แต่แต่ละคนไม่เหมือนกัน เพราะกรรมที่อยู่ในใจนั้นไม่เหมือนกัน เราอยู่ในโลก ทำกรรม ก็วนเวียนไปในนรกบ้าง สัตว์เดรัจฉานบ้าง ภูมิของเปรตบ้าง มนุษย์บ้าง เทวโลกบ้าง วนเวียนไปอย่างนี้ ไม่มีสิ้นสุดนะ เป็นการหมุนเวียนเปลี่ยนไปของกองทุกข์ เรียกว่า **วัฏฏทุกข์** ถ้าเรายังอยู่ในวัฏฏะทุกข์ก็ให้อยู่เฉยๆ มนุษย์ หรือเทวโลก ก็แล้วกัน อย่าไปอยู่ล่างๆ นะ อยู่กลางๆ จะลำบาก

ภพมนุษย์เรานี้ สามารถเรียนรู้และทำกรรมใหม่ได้ดีที่สุด ดีกว่าพวกเทวดาอีก เทวดานั้นได้รับผลดีเยอะ ก็มีมีความสุขสบาย พวกพรหมก็มีแต่ใจสงบ แต่การศึกษาและการทำกรรมใหม่นั้นมีโอกาสน้อยกว่า ส่วนพวกสัตว์นรก สัตว์เดรัจฉาน และเปรต ส่วนใหญ่ก็จะรับผลฝ่ายไม่ดีทั้งนั้น ไม่มีเวลามาคิดทำความดี มีแต่ความหลง ไม่รู้เรื่องบุญเรื่องบาปอะไร ไม่มีเวลามาคิดทำกรรมดี เรียกว่าคอยรับผลอย่างเดียว เราก็ดูสัตว์ทั้งหลายนะ เห็นไหม วันๆ ไม่ได้ทำอะไรหรอก ถึงเวลาก็กิน นอน สืบพันธุ์ วนเวียนไปอย่างนั้น อยู่กันตามสัญชาตญาณไปวันๆ เท่านั้น

ฉะนั้น เป็นมนุษย์แบบเรานี้ดีที่สุดแล้ว ถ้ารู้คำสอนก็จะได้ฝึกฝนตนเองให้ยิ่งขึ้นไป ทำกรรมที่ดีหรือดีกว่านั้นก็คือเหินกรรมขึ้นไปอีก

#### ๔. วิบากแห่งกรรม

อันที่ ๔ วิบากแห่งกรรม คือ ผลของกรรมที่จะได้รับ กรรมจะให้ผลตอนไหนบ้าง พระพุทธเจ้าตรัสว่า

กตโม จ ภิกขเว กมฺมานํ วิปาโก

ติวิธาหํ ภิกขเว กมฺมานํ วิปากํ วทามิ ทิฏฺฐเจว ญฺมฺเม,

อุปฺปชฺเช วา, อปฺเร วา ปฺริยาเย

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิบากแห่งกรรม คืออย่างไร

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เรากล่าววิบากแห่งกรรมว่ามี ๓

ประการ คือ

๑. กรรมที่พึงเสวยในปัจจุบัน
๒. กรรมที่พึงเสวยในอภัพถัดไป
๓. กรรมที่พึงเสวยในอภัพต่อไป

ผลของกรรมนั้นมีหลายอย่าง ในที่นี้พูดเรื่องวิบาก วิบากคือผลที่สูงงอมเป็นนามธรรม ได้เห็น ได้ยิน ได้กลิ่น รู้รส สัมผัส ได้รู้ลึกลงใจ เป็นจิตเกิดขึ้นรับผลเหมาะแก่กรรมที่ทำไว้ แยกเป็นจักขุวิญญาณ ใสตวิญญาณ ฆานวิญญาณ ชิวหาวิญญาณ กายวิญญาณ และ มโนวิญญาณ นี่เป็นวิบาก อุปมาเหมือนเราปลูกข้าว เมล็ดข้าวเปลือก เป็นเหมือนตัวกรรม เราปลูกลงไป จนข้าวเติบโต เป็นต้นข้าว ออกใบ ออกดอก ออกรวง ได้เมล็ดข้าวเปลือกที่สูงงอม เมล็ดข้าวเปลือกเก่าที่เราปลูกตอนแรกเหมือนกรรม เมล็ดข้าวเปลือกใหม่ที่ได้มาเหมือนกับวิบาก แต่นอกจากวิบากแล้ว ยังมีผลอื่นๆ ด้วย ต้นข้าว ใบข้าว ฟาง อันนี้เป็นผลแต่ไม่ได้เป็นวิบาก และก็มีส่วนที่เกี่ยวข้องอื่นๆ ในกระบวนการ เช่น ดินบริเวณนั้น ฝน แดด น้ำ แมลง ฯลฯ มีสิ่งเกี่ยวข้องกันมากมาย เหลือเกิน

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

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

## ๕. ความอิสระจากกรรม

อันที่ ๕ ความอิสระจากกรรม จะไม่เกิดการทำกรรมอีก ทำได้ อย่างไร ไม่เกิดดวงกลมของกิเลส กรรม วิบาก ก็ต้องอิสระจากกรรม พระองค์ตรัสว่า

**กตโม จ ภิกขเว กมฺมณิโรโธ  
ผลฺสนิโรโธ ภิกขเว กมฺมณิโรโธ**

**ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความอิสระจากกรรม คืออย่างไร  
ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความอิสระจากผัสสะ คือ  
ความอิสระจากกรรม**

ถ้าผัสสะครอบงำไม่ได้ อยู่เหนือผัสสะ ก็ไม่มีการทำกรรม คำว่า อยู่เหนือผัสสะ ไม่ใช่ไม่มีผัสสะนะ แต่คือารู้เท่าทันผัสสะ เมื่อรับผัสสะแล้วใจก็ไม่หวั่นไหวหรือไม่เดินรนไปตาม ได้ยินเสียงเพราะๆ ใจก็ไม่หวั่นไหวไปตาม ได้ยินเสียงที่ไม่เพราะ ใจก็ไม่หวั่นไหวไปตาม ความสุขเกิดขึ้นก็ไม่หวั่นไหวไปตาม ความทุกข์เกิดขึ้นก็ไม่หวั่นไหวไปตาม เป็นผู้วางเฉยได้ อย่างนี้ไม่เกิดกรรมเลย ซึ่งการจะอยู่เหนือผัสสะก็ต้องมีวิธีการฝึกฝน อย่างเราธรรมดาทำไม่ได้ เราได้ยินเสียงเพราะๆ ก็ชอบแล้ว เข้าไปมีอารมณ์ร่วม นี้เรียกว่าสวຍเวทนาแล้ว หากรู้ไม่ทันก็จะเกิดการทำกรรมต่อไป ได้ยินเสียงที่ไม่เพราะหรือเสียงด่าเราก็ไม่ชอบแล้ว นี่ก็สวຍเวทนา ความโกรธก็เกิดขึ้นครอบงำใจ หลงไปทำกรรมแล้ว ฉะนั้น ต้องมีการฝึกฝนจึงจะถึงความอิสระจากกรรมได้ แต่ให้ทราบไว้ก่อนว่า ความอิสระจากผัสสะ นั่นแหละคือความอิสระจากกรรม ให้หัดรู้ทันสภาวะต่างๆ ซึ่งล้วนแต่เกิดจากผัสสะทั้งนั้น เมื่อไม่หลงไปตามมัน จึงจะอิสระจากกรรมได้

หากสถานะที่ไม่ดีเกิดขึ้น ท่านก็คิดว่าจะทำยังไงจะดี อย่างนี้ใจเกิดการตื่นขึ้นมาแล้ว เกิดการทำกรรมวนเวียน แต่ถ้าสถานะที่ไม่ดีเกิดขึ้น รู้ทันมันว่า เป็นสถานะอย่างหนึ่ง เป็นของไม่เที่ยง ไม่ใช่ตัวตน บังคับไม่ได้ ใจไม่ไหวไปตามเลย อย่างนี้ไม่เกิดการทำความ โดยปกติ นักปฏิบัติทั้งหลายก็ไปสร้างกรรมวนเวียน ส่วนใหญ่สร้างกรรมฝ่ายดี รักษาดีให้อยู่นานๆ ทำใจให้หนึ่งๆ แล้วก็พยายามรักษาให้มันหนึ่งอยู่นานๆ อย่างนี้ก็ดีอยู่ แต่ก็เป็นการทำความ ไม่พ้นกรรม ไม่อิสระจากกรรม

ให้หัดรู้ว่า ตอนไหนเป็นกรรม เกิดการกระทำทางใจขึ้น ตอนไหนอิสระจากกรรม ไม่เกิดการกระทำ ที่จะอิสระจากกรรมคืออิสระจากผัสสะ ไม่ว่าความเสื่อมเกิดขึ้น ก็ไม่หวั่นไหวไปตาม ความเจริญก้าวหน้าเกิดขึ้น ก็ไม่หวั่นไหวไปตาม บางคนปฏิบัติธรรมไป ความเศร้าหมองเกิดขึ้นทั้งวัน เกิดการตื่นขึ้นมาว่า จะทำยังไงดีนะจึงจะหาย ทาวิธีปฏิบัติอย่างโน้นอย่างนี้ อย่างนี้ก็เกิดกรรมขึ้นมาแล้ว บางคนจิตใจดีงามส่องใสก็ขยันมาก นี่ก็เกิดกรรมเหมือนกัน แต่ถ้ารู้เท่าทัน ตอนนี่จิตเศร้าหมองเกิดขึ้น ดูลงไปแล้วไม่เกิดการตื่นนอนขวยรู้ไปอย่างที่มีมันเป็น เห็นว่าเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ก็ไม่เกิดกรรมขึ้นมา

ที่นี่ บางทีจิตใจดีงาม ใจก็ไม่หวั่นไหวเลย ก็เห็นเป็นเพียงสถานะ อย่างหนึ่งที่เกิดขึ้นแล้วก็เปลี่ยนแปลงไป เสมอกันทั้งฝ่ายเสื่อมทั้งฝ่ายดี

อย่างนี้ไม่เกิดกรรมขึ้นมา อันนี้เรียกว่า **วิปัสสนา** ซึ่งดูเหมือนยากมาก แต่โดยความจริงแล้วเรียบง่าย เพราะไม่ต้องทำอะไรเพิ่ม ที่มันยาก เพราะเราว่ามันจะทำ กลัวจะไม่ดี กลัวจะเสื่อม กลัวจะไม่ได้บรรลุ เราอยากเป็นคนดี ตอนไม่ปฏิบัติเป็นคนไม่ดี พอเป็นนักปฏิบัติก็เลยจะเป็นคนดี การจะเป็นคนดีก็เป็นยากอย่างนี้แหละ เพราะว่ามันแต่ทำอยู่ เลยเกิดการทำความ เพียรพยายามทำให้มันดี และรักษาดีเอาไว้ยาวนานๆ

ใจที่ตื่นนอนลงไปทำความ เนื่องจากมันไม่ยอมรับความจริง ใจเกิดการตื่นนอนไปทางใดทางหนึ่ง ถ้าสถานะที่ดีเกิดขึ้น ใจก็เกิดการตื่นนอนไปทางหนึ่ง ตื่นนอนในทางจะรักษา แสงทำให้มันถาวร เที่ยงอยู่อย่างนั้น น่าจะอยู่อย่างนี้นานๆ หน่อย ถ้าสถานะฝ่ายไม่ดีเกิดขึ้น ก็หาทางให้มันหาย ทาวิธีปฏิบัติ ทารูปแบบต่างๆ มากันมันเอาไว้ ไม่ให้มันเกิด มันมาแล้ว ก็พยายามทาวิธีการทำลายมัน

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



## ๖. ข้อปฏิบัติให้ถึงความอิสระจากกรรม

อันที่ ๖ ข้อปฏิบัติให้ถึงความอิสระจากกรรม ก็คือ อริยมรรค ๘ มีสัมมาทิฐิ เป็นต้น จนกระทั่งถึงสัมมาสมาธิ ถ้าอยากจะอิสระจากกรรม ไม่ต้องมาดิ้นรนทำกรรมวนเวียนอยู่อย่างนี้ ไม่ต้องมาเวียนเกิดเวียนตาย ไปตามกรรมอย่างเป็นอยู่นี้ เราก็ต้องมาฝึกฝนตนเอง ฝึกให้มีสติสัมปชัญญะ ให้เกิดศีล เกิดสมาธิ ปัญญา เมื่อสมบูรณ์ อริยมรรค ๘ ก็เกิดขึ้น ได้เห็นพระนิพพาน ทำลายกิเลสได้ อิสระจากผัสสะ อิสระจากกรรม **มีทางนี้ทางเดียว**นี้แหละ ในบาลีท่านว่า

**อยมเว อริโย อฏฺฐจฺจโก มคฺโค กมฺมณีโรธคามินี ปฏิปทา,**

**เสยฺยถิ ː สมฺมาทิฏฺฐิ...สมฺมาสมาธิ**

อริยมรรคมีองค์ ๘ นี้ เป็นข้อปฏิบัติให้ถึงความอิสระจากกรรม ได้แก่ สัมมาทิฐิ...สัมมาสมาธิ

คำสอนของพระพุทธเจ้าสอนไว้ครบถ้วนนะ ถ้าเรายังทำกรรมอยู่ ท่านก็บอกไว้ว่า กรรมจะพานเวียนไปไหนได้บ้าง พาไปนรกก็มี สัตว์เดรัจฉานก็มี เปรตก็มี มนุษย์ก็มี เทวดาก็มี ให้ผลเมื่อไหร่บ้าง ให้ผลในชาติปัจจุบันก็มี ให้ผลชาติหน้าก็มี ให้ผลในชาติถัดจากนั้นไปอีกก็มี ความอิสระจากกรรมอย่างไร คืออิสระจากผัสสะ ผัสสะไม่มีอิทธิพลมาทำให้

ใจห้วนไหวได้ และบอกข้อปฏิบัติที่ทำให้อิสระจากกรรม คืออริยมรรค ๘  
อริยมรรค ๘ นี้เกิดพร้อมกับ**มรรคจิต** ในคนหนึ่งๆ ที่เกิดตายสืบ  
ต่อกันอย่างยาวนานนี้ อริยมรรคเกิดเพียง ๔ ครั้งเท่านั้น ก็ได้เป็นพระ  
อรหันต์แล้ว

ครั้งแรกเกิดโสดาปัตติมรรค ก็ได้เป็นพระโสดาบัน  
ครั้งที่สองเกิดสกทาคามีมรรค ได้เป็นพระสกทาคามี  
ครั้งที่สามเกิดอนาคามีมรรค ได้เป็นพระอนาคามี  
ครั้งที่สี่เกิดอรหัตตมรรค ได้เป็นพระอรหันต์  
เท่านี้ก็หมดเรื่องแล้ว อิสระจากกรรมโดยสิ้นเชิงแล้ว

ที่เราปฏิบัติธรรม ฝึกสติสัมปชัญญะ นี่ยังไม่ใช่อริยมรรคมองค์ ๘  
เป็นขั้นการฝึก เป็นการทำความดีเพื่อให้อริยมรรคเกิดขึ้น เราฝึกไปตาม  
ไตรสิกขา ให้เกิดศีล สมาธิ ปัญญา ไปตามลำดับ พอสมบูรณ์ระดับหนึ่ง  
อริยมรรคเกิดขึ้นครั้งที่หนึ่ง ทำลายกิเลสคือสักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา  
สีลัพพตปรามาส ได้เด็ดขาด ได้เป็นพระโสดาบันมี**ศีลสมบุรณ์**  
อริยมรรคเกิดขึ้นครั้งที่สอง ทำลายราคะ โทสะ โมหะ ที่หยาบๆ ได้  
ได้เป็นพระสกทาคามี อริยมรรคเกิดขึ้นครั้งที่สาม ทำลายกามราคะและ  
ปฏิฆะได้ ได้เป็นพระอนาคามี มี**สมาธิสมบุรณ์** อริยมรรคเกิดขึ้นครั้งที่สี่  
ทำลายรูปราคะ อรูปราคะ มานะ อุทธัจจะ และอวิชชา ได้เป็นพระอรหันต์  
มี**ปัญญาสมบุรณ์**

ฉะนั้น เวลาเราศึกษาเรื่องกรรมก็ควรศึกษาให้ครบ ๖ เรื่องอย่าง  
นี้นะ กรรมคืออะไร เหตุเกิดแห่งกรรมคืออะไร ความต่างแห่งกรรมคืออะไร  
วิบากแห่งกรรมคืออะไร ความอิสระจากกรรมคืออะไร ข้อปฏิบัติให้ถึง  
ความอิสระจากกรรมคืออะไร รู้ให้ครบอย่างนี้ จะได้นำไปประพฤติ  
ปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง

## รู้กรรม รู้พรหมจรรย์

ในสิ่งที่ควรทราบเกี่ยวกับกรรมนี้ พระพุทธเจ้าท่านเน้นเรื่อง  
กรรมนิโรธ กับ กรรมนิโรธคามินีปฏิปทา ให้เราทั้งหลายพากันเพียร  
ประพฤติพรหมจรรย์คือไตรสิกขา เพื่อให้อริยมรรคเกิดขึ้น **การรู้เรื่อง  
กรรมก็เพื่อรู้จักพรหมจรรย์ จะได้ฝึกฝนตนเองให้อิสระจากกรรม  
ไม่ต้องมาเกิดอีก** ไม่ใช่รู้เรื่องกรรมเพื่อไปทำกรรมเยอะๆ นะ ไม่ใช่สอน  
เรื่องกรรม เพื่อให้ไปทำกรรม จะดีไปเกิดที่นั่นที่นี้ แต่สอนเรื่องกรรม  
เพื่อให้ทราบว่ เพราะมีการทำกรรม เราทั้งหลายจึงเวียนเกิดเวียนตาย  
ไปทุกติบ่าง ไปสุดติบ่าง เคยเป็นมาหมดแล้ว ทั้งสัตว์นรก สัตว์เดรัจฉาน  
เปรต เทวดา พรหม หรือมนุษย์ในลักษณะต่างๆ คนรวยก็เคยเป็นมาแล้ว  
คนจนก็เคยเป็นมาแล้ว พระราชาก็เคยเป็นมาแล้ว ยาจกก็เคยเป็นมาแล้ว  
**ควรแล้วที่จะเบี่ยงหน่ยในการเกิด** มาประพฤติพรหมจรรย์ ให้เกิดปัญญา  
ไม่หลงไปกับโลกซึ่งเกิดจากผัสสะเท่านั้นเอง

การทำคามดีนั้นเป็นทางผ่าน เพื่อให้เกิดปัญญาเข้าใจความจริง ละเอียดเห็นผิดและความยึดมั่นถือมั่นว่ามีตัวเราจริง ไม่ได้ต้องการดี แต่เพื่อให้จิตพร้อมสำหรับการศึกษา ให้ทานก็เพื่อเป็นประโยชน์เกื้อกูลต่อการประพฤติพรหมจรรย์ รักษาสิกขาบทต่างๆ เพื่อเกื้อกูลต่อการประพฤติพรหมจรรย์ เป็นไปเพื่อละความเห็นผิดว่ามีตัวเราจริง และละความยึดมั่นถือมั่นในโลก

ท่านสรุปประโยชน์ของความรู้อะไรเรื่องกรรมไว้ในตอนท้ายว่า

**ยโต โข ภิกขเว อริยสาวโก เอวံ กมฺมํ ปชานาติ, เอวံ กมฺมานํ นิทานสมุทฺทํ ปชานาติ, ...เอวံ กมฺมนิโรธคามินิ ปฏิปทํ ปชานาติ, โส อิมํ นิพฺพเอธิกํ พุทฺทมจฺริยํ ปชานาติ กมฺมนิโรธํ**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เพราะอริยะสาวกรู้กรรมอย่างนี้, รู้เหตุเกิดแห่งกรรมอย่างนี้...รู้ข้อปฏิบัติให้ถึงความอิสระจากกรรมอย่างนี้, อริยะสาวกนั้นย่อมรู้จักพรหมจรรย์ อันเป็นเหตุฆ่าแรกกิเลส อันเป็นความอิสระจากกรรม

ที่สอนเรื่องกรรมโดยแยกแยะเป็น ๖ อย่างนี้ ก็มีวัตถุประสงค์ว่า อริยสาวกนั้นย่อมรู้จักพรหมจรรย์ อันเป็นเหตุฆ่าแรกกิเลส อันเป็นความอิสระจากกรรม ท่านสอนเรื่องกรรมก็เพื่อให้รู้จักพรหมจรรย์ คือ

**ไตรสิกขา** เพราะไตรสิกขานี้แหละเป็นเหตุให้อริยมรรคเกิดขึ้น ทำลายกิเลสได้โดยสิ้นเชิง ได้เห็นพระนิพพาน

อริยมรรค ๘ ประการเป็นกรรมนิโรธคามินีปฏิบัติทา ซึ่งกรรมนิโรธคามินีปฏิบัติทาจะเกิดไม่ได้ ถ้าไม่มีพรหมจรรย์ และถ้าไม่มีกรรมนิโรธคามินีปฏิบัติทา กรรมนิโรธคือพระนิพพาน อันเป็นสภาวะที่อิสระจากกรรมก็ไม่ปรากฏ

พระพุทธเจ้าสอนเรื่องกรรมมาทั้งหมดนี้ละ ก็ต้องการให้เรา รู้จักพรหมจรรย์อันเป็นเครื่องฆ่าแรกกิเลส เป็นความอิสระจากกรรม เพื่อให้เราประพฤติปฏิบัติตามพรหมจรรย์ได้โดยถูกต้อง ใครจะปฏิบัติแนวไหนก็ตามสมควรนะ แต่ให้อยู่ในหลักพรหมจรรย์ ในหลักของไตรสิกขา **อริศีลสิกขา อริจิตตสิกขา อริปัญญาสิกขา** เพื่อให้เกิดศีล สมาธิ ปัญญา ถ้าอยู่ในหลักนี้โดยถูกต้อง มีเหตุสมควรอริยมรรค ๘ ก็เกิดได้ เห็นพระนิพพาน ทำลายกิเลสได้ไปโดยสิ้นเชิง ถึงกรรมนิโรธ คือความอิสระจากกรรม ไม่ต้องมาวนเวียนในวัฏฏะทุกข์อีกต่อไป

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



ขอให้ห่มนุ่งสังเกตจิตใจตนเองนะ สังเกตเห็นบ่อยๆ ก็จะทำให้เกิด ความละเอียดและความเกรงกลัวขึ้นมา จะเกิดการงดเว้น จิตเกิดการ งดเว้นเพราะมีความละเอียด **หิริโอตตปละเป็นปัจจัยให้เกิดศีล** ศีลแท้ๆ ก็คือเจตนางดเว้น จะละทุจริตต่างๆ ได้ ก็ทำสุจริต กายวาจาใจดี ไม่ เบียดเบียนทำร้ายผู้อื่น มีแต่ความเมตตากรุณาเห็นใจกัน จิตจะมีความ เป็นปกติ อันนี้เป็นศีล

ตัวศีลนี้อยู่ที่จิต ก็ไม่ได้ดูที่อาการภายนอก บางคนดูภายนอก ดีมากเลยนะ พูดเพราะ จะบอกมีศีลดี ก็ยังไม่ใช่ บางทีพูดเพราะ แต่มี เจตนาเสียดแทงคนอื่น อยู่ด้วยกันแป๊บเดียวอาจจะยังไม่รู้ว่าใครมีศีล แต่ถ้าอยู่ด้วยกันนานๆ ก็ดูออกได้ ถ้าคนไม่มีศีลจริง จะรักษาดีเอาไว้ ไม่ได้ เดี่ยวก็ระเบิด

## กรรมเก่า กรรมใหม่

ต่อไปอีกพระสูตรหนึ่ง ในสังยุตตนิกาย สฬายตนวรรค กรรม นิโรธสูตร พระพุทธเจ้าแสดงความรู้เกี่ยวกับกรรม ๔ อย่างด้วยกัน พระองค์ตรัสว่า

## นพปฺรชณานิ ภิกฺขเว กมฺมานิ เทเสสุสสามิ กมฺมฺนิโรธญฺจ กมฺมฺนิโรธคามินิญฺจ ปฏิปทํ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เราตถาคตจะแสดง

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

พระพุทธเจ้าทรงแสดงครอบคลุมเป็นหลักเอาไว้ เวลาเราศึกษา ก็ ต้องเข้าใจอย่างนี้ จะง่ายในการศึกษาระยะต่อไป บางคนไปเรียนเรื่อง กรรมแง่ใดแง่หนึ่งชะละเอียดยเลย เรียนมากเกินไปเลยงง ให้เรียนสั้นๆ ได้กรอบเอาไว้ก่อน จะได้ไม่งง เมื่อได้กรอบเป็นหลักแล้ว รายละเอียด เราจะไปแตกย่อยขนาดไหนก็ได้ ในพระสูตรนี้ท่านขยายความว่า

## กตมฺญฺจ ภิกฺขเว ปฺรชณกมฺมํ

จกฺขุํ ภิกฺขเว ปฺรชณกมฺมํ อภิสฺสขตํ อภิสฺสญฺเจตยิตํ  
เวทณียํ ทฎฺฐจฺพทํ...โสตํ...ฆานํ...ชีวหา...กาโย...มโน  
ปฺรชณกมฺโม อภิสฺสขโต อภิสฺสญฺเจตยิตโต เวทนียโ...

ดูก่อนภิกษุทั้งหลายกรรมเก่า เป็นอย่างไร  
ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ตา ฟังทราบว่าเป็นกรรมเก่า ถูก  
ปัจจัยปรุงแต่ง สำเร็จด้วยเจตนา เป็นที่ตั้งแห่งเวทนา  
หู...จมูก...ลิ้น...กาย...ใจ ฟังทราบว่าเป็นกรรมเก่า  
ถูกปัจจัยปรุงแต่ง สำเร็จด้วยเจตนา เป็นที่ตั้งแห่งเวทนา

อย่างทีหนึ่ง **ปรุณณกมฺมํ กรรมเก่า** ก็คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ  
สิ่งเหล่านี้เป็นผลของกรรม เกิดจากกรรมเก่าๆ ที่เราเคยทำเอาไว้แล้ว  
ประมวลมาจนเป็นสิ่งที่สมมติว่าเป็นตัวเรานั่งอยู่นี้แหละ แต่ละคนก็  
แตกต่างกันไปตามกรรม ทำกรรมดีก็ปรุงแต่งให้ดูดี ทำกรรมไม่ดีหรือ  
ไม่ประณีตก็ปรุงแต่งให้ดูไม่ดี ชิ้นส่วนแต่ละอย่างที่เป็นอวัยวะของเรานี้  
มีความละเอียดปลีกย่อยไม่เหมือนกันเลย ก็เพราะแต่ละคนทำกรรมมา  
แตกต่างกัน นับตั้งแต่ผิวพรรณ รูปร่าง ทรวดทรง ฯลฯ รวมไปถึง  
คุณภาพของใจ ที่เป็นอุปนิสัยใจคอ ความเคยชิน จริต อหิชาตัณหาต่างๆ เกิด  
จากกรรมเก่าปรุงแต่งขึ้นมา

เมื่อมีตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ มาแล้ว ก็มีการรับรู้โลก เรียกว่า  
ผัสสะ ทำให้เกิดความรู้สึกต่อโลกและทำกรรมใหม่ต่อไปอีก ตา หู เป็นต้น  
เหล่านี้จึงเป็นที่ตั้งของเวทนา ทำให้เกิดความรู้สึก เมื่อเห็นก็รู้สึกอย่างไร  
อย่างหนึ่ง เมื่อคิดนึกก็รู้สึกอย่างไรอย่างหนึ่ง

ที่มีสิ่งนั้นสิ่งนี้ขึ้นมามากมาย เป็นตัวเรา ของเรา เป็นเขา ของเขา  
ก็เกิดจากตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ นั้นแหละ ส่วนนี้เป็นผลของกรรม เป็น  
กรรมเก่า เราทำมา อาศัยกรรมเก่าแล้วกระทบผัสสะกับโลก เกิดความ  
รู้สึกกับโลก หลงโลก เข้าใจผิด หลงยึดมั่นจริงจังกับโลกก็ทำกรรมใหม่  
วนเวียน ออกจากวงจรนี้ไม่ได้ เลยต้องเกิดตายวนเวียนไม่สิ้นสุด

**กตมณฺจ ภิกฺขเว นวกมฺมํ**

**ยํ โช ภิกฺขเว เอตฺรทฺธิ กมฺมํ กโรติ**

**กาเยน วาจาเย มนสา**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย กรรมใหม่ เป็นอย่างไร

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย คือ กรรมที่บุคคลทำ

ด้วยกาย วาจา ใจ

**นวกมฺมํ กรรมใหม่** คือการกระทำ เรามีกรรมเก่ามาแล้ว คือ ตา หู  
จมูก ลิ้น กาย ใจ กระทบผัสสะ เกิดเวทนา ตัณหา อุปาทาน แล้วก็  
ทำกรรมใหม่ทางกาย ทางวาจา ทางใจ เป็นกรรมดีบ้าง ไม่ดีบ้าง กรรมดี  
เรียกว่ากุศลกรรม กรรมไม่ดีเรียกอกุศลกรรม

กตโม จ ภิกขเว กมฺมนิโรโธ

โย โช ภิกขเว กายกมฺมวจิกมฺมโนกมฺมสุส นิโรธา

วิมุตฺติ มุสฺติ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความอิสระจากกรรม เป็นอย่างไร

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย คือ บุคคลถูกต้องวิมุตติ เพราะ

ความหมดไปแห่งกายกรรม วจกรรม และมนกรรมได้

ความอิสระจากกรรม การไม่มีเหตุที่จะให้ทำกรรมอีก คือ ถึงวิมุตติ ความหลุดพ้น หมดความยึดมั่นถือมั่นในขั้นที่ ๕ อันเป็นตัวทุกข์ ใจ อิสระจากกรรม ไม่มีการปรุงแต่งดี้นรณชนชวายจะทำโน่นเพื่อเรา ส่วน ข้อปฏิบัติให้ถึงความอิสระ คืออริยมรรค ๘ ดังบาลีว่า

กตมา จ ภิกขเว กมฺมนิโรธคามินิ ปฏิปทา

อยมเว อริโย อฏฺฐงฺคโก มคฺโค, เสยฺยถิทํ: สมฺมาทิฏฺฐิ

สมฺมาสจฺจปโป สมฺมาวาจา สมฺมากมฺมโนโต

สมฺมาอาชีโว สมฺมาวายาโม สมฺมาสติ สมฺมาสมาธิ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ปฏิปทาที่ให้ถึงความอิสระจากกรรม

เป็นอย่างไร

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย คือ อริยมรรคมีองค์ ๘ ได้แก่

สัมมาทิฏฐิ สัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ

สัมมาอาชีวะ สัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ

พระสูตรนี้สั้นๆ แสดงความเข้าใจเรื่องกรรมครบถ้วนทีเดียว แสดง การเกิดขึ้นเป็นไปของทุกข์ มีกรรมเก่า กรรมใหม่ หมุนเวียนเป็นวัฏฏ์ทุกข์ เป็นวงจรสายเกิดทุกข์ อีกส่วนหนึ่ง แสดงความอิสระจากกรรม หมดกรรม ไม่มีกรรม และข้อปฏิบัติคืออริยมรรค ๘ ประการ เป็นฝ่ายหมดทุกข์ โดยสรุปแล้ว **พระองค์ตรัสแค่ ๒ เรื่องเท่านั้นคือเรื่องทุกข์กับการพ้นทุกข์** ไม่ว่าที่ไหนๆ ก็ตรัสอย่างนี้ ถ้าเราเข้าใจธรรมชาติของพระพุทธเจ้า ก็จะรู้ว่าพระองค์สอนแต่เรื่องนี้ พระองค์เน้นไปที่การประพฤติปฏิบัติ การประพฤติพรหมจรรย์ ให้อริยมรรค ๘ เกิดขึ้น ให้ถึงการพ้นทุกข์ ได้จริง

อนุสาสนี

พระองค์ทรงแสดงพระสูตรนี้ก็สอนเพื่อให้เร่งประพฤติพรหมจรรย์ ไม่มัวแต่ประมาทหลงลืมไป ไม่มัวแต่เห็นเรื่องอื่นสำคัญกว่าเรื่องนี้ **เรื่องสำคัญที่สุดสำหรับเราทั้งหลาย ก็คือการประพฤติพรหมจรรย์ ทำตัวเอง ให้พ้นทุกข์** หรือใกล้ต่อการพ้นทุกข์เข้าไปอีก จะหมดทุกข์ก็โดยการมี ปัญญา รู้ทุกข์ตามความเป็นจริง

ที่พระองค์สอนเรื่องกรรมเก่า กรรมใหม่ กัมมณีโรธ และ กัมมณีโรธคามินีปฏิปทา นี้ ไม่ใช่สอนแล้วให้ไปทำกรรม แต่สอนให้ ภาวนา เพื่อจะอิสระจากกรรม จะได้ไม่เดือดร้อนภายหลัง สอนเพื่อให้รู้ว่า แท้ที่จริงแล้ว มีแต่ทุกข์เท่านั้นที่เกิดวนเวียนไปไม่สิ้นสุด เพราะยังมีการทำกรรมอยู่ ฉะนั้น **ให้เห็นโทษของความเกิด** เพราะความเกิด นำความแก่ ความเจ็บ ความตาย และทุกข์อื่นๆ มาให้มากมาย สอน เพื่อให้รู้จักพรหมจรรย์ รู้จักวิธีที่จะออกจากวงกลมอันโหดร้ายนี้ วัฏฏะ นั้นหาที่สุดเบื้องต้นและเบื้องปลายไม่ได้ มันเป็นวงกลม เรียกว่า **สังสารวัฏ** คือวงกลมของการวนเวียนไปของชั้นๆ อายตนะ ธาตุ เป็นการวนเวียน ไปของกองทุกข์ พระผู้มีพระภาคได้ตรัสสรุปไว้ตอนท้ายพระสูตรนี้ว่า

**อิติ โข ภิกขเว เทสิตं มया ปุจฉามมมं, เทสิตं  
นวกมมมं, เทสิตโต กมฺมณีโรธ, เทสิตตา กมฺมณีโรธคามินี  
ปฏิปทา, ยं โข ภิกขเว สตุตฺตารา กรณียं สาวกานं  
หิตะสิณา อนุกมฺปเกน อนุกมฺปิ อุปาทาย, กตं โว ตं  
มया**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย กรรมเก่าเราได้แสดงแล้ว กรรมใหม่ เราได้แสดงแล้ว ความอิสระจากกรรมเราได้แสดงแล้ว และข้อปฏิบัติที่ทำให้ถึงความอิสระจากกรรมเราได้

แสดงแล้ว ด้วยประการฉะนี้, ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย กิจใด ที่ศาสดาผู้แสวงหาประโยชน์เกื้อกูล ผู้อ่อนนุเคราะห์ พึง อาศัยความอ่อนนุเคราะห์ กระทำแก่สาวกทั้งหลาย กิจนั้น เราได้กระทำแล้วแก่เธอทั้งหลาย

พระองค์ทรงแสดงเกี่ยวกับกรรม เป็นกิจที่ศาสดาควรกระทำแก่ สาวก พระองค์ได้ทำกิจแล้ว ส่วนหน้าที่ของเราทั้งหลายก็ต้องไปฝึกฝน ภาวนา มีบาลีต่อไปว่า

**เอตานิ ภิกขเว รุกฺขมุลาณี, เอตานิ สุนฺณมาคารานิ**

**ฉายถ ภิกขเว, มา ปมาทตถ,**

**มา ปจฺฉา วิปฺปฏิสาริโน อหฺวตถ,**

**อโย โว อมฺหากं อนุสาสนี**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นั้นโคนไม้ นั้นสถานที่ว่างจากเรือน

เธอทั้งหลายจงปฏิบัติสมณะและวิปัสสนา จงอย่าประมาท

อย่าเป็นผู้มีความเดือดร้อนใจในภายหลังเลย

นี่คือคำพรั่ำสอนของเราสำหรับเธอทั้งหลาย

**อนุสาสนี** คือ คำพร่ำสอน คำตักเตือน คำที่คอยบอกอยู่เสมอ บอก อยู่บ่อยๆ ให้นำไปปฏิบัติ เพื่อจะได้เกิดปัญญา สามารถเป็นที่พึ่งให้ แก่ตนได้ คือให้ไปเจริญสมณะและวิปัสสนา มีความไม่ประมาท รู้ตัวอยู่ เสมอ

ฉวยถ แปลว่า จงเพ่ง จงใส่ใจ แปลโดยเนื้อความว่า จงปฏิบัติ สมณะและวิปัสสนา ถ้าใส่ใจตัวอารมณ์ รู้อยู่ที่ตัวอารมณ์ อยู่ให้จิตสบาย มีกำลัง เรียกว่าทำ**สมณะ** ถ้าใส่ใจลักษณะของตัวอารมณ์ คือเห็นความ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ของตัวอารมณ์ เรียกว่า**วิปัสสนา**

มา ปมาทตถ เธอทั้งหลายจงอย่าประมาท ให้เห็นคุณค่าของเวลา มีสติ มีความรู้ตัวอยู่เสมอ รู้อยู่ในกายในใจ การหลงลืม มัวแต่เหม่อลอย หลงเพลินไปกับสิ่งต่างๆ เรียกว่าประมาท

ในการปฏิบัติ ต้องหัดมีสติ ไม่ประมาท ไม่ลืมหาย ไม่ลืมหายใจ ให้รู้กาย ให้รู้ใจ กายเดิน ยืน นั่ง นอน เหยียด คู้ กระดิกแขน กระดิกขา ก็ให้รู้ว่ากายมันเป็นอย่างนั้น รู้ความรู้สึก ปวดหลังก็ให้รู้ว่าปวดหลัง เจ็บตรงนั้นปวดตรงนี้ก็ให้รู้ หิวก็รู้ว่ามันหิว สบายใจรู้ว่าสบายใจ ไม่สบายใจรู้ว่าไม่สบายใจ รู้จิตใจที่เปลี่ยนแปลงอยู่ มีโรคะ ไม่มีโรคะ มีโทษะ ไม่มีโทษะ หลง ไม่หลง หดหู่ ฟุ้งซ่าน สงบ ไม่สงบ วิตกกังวลรู้ว่าวิตกกังวล เครียดรู้ว่าเครียด อย่างนี้เรียกว่าไม่หลงลืม ไม่ประมาท มีสติ เมื่อมีสติ ก็ให้เจริญสมณะและวิปัสสนาต่อไป

ดังนั้น ให้รับปฏิบัติ รับประทานอาหารเข้าไว้จะได้ไม่เสียใจในภายหลัง อายุ มากจะลำบาก ตอนเป็นหนุ่มเป็นสาว ตื่นเช้าก็ได้ นอนตึกๆ ก็ได้ เดินไป เดินมาได้สบาย มีกำลัง ผักสดได้ดี อายุมากทำอย่างนั้นไม่ได้ นั่งแป็บ เดียวก็หลับ นั่งนานๆ ก็ปวดหลัง เดินนานๆ ก็ปวดขา อย่างนี้ละ กาย ยังดีอยู่ก็ใช้ให้เกิดประโยชน์อย่างเต็มที่ ให้ปฏิบัติสมณะวิปัสสนา ให้ไม่ ประมาท **พระองค์เป็นเพียงคนบอกทาง ส่วนการเดินทาง เราต้องทำ เาเอง** นี้แหละเป็นคำพร่ำสอนของพระพุทธเจ้า

ไม่ว่าจะเป็นเหตุ ไม่ว่าจะเป็นคน ล้วนแต่ไม่มีตัวตนทั้งนั้น กรรม  
ก็ไม่มีตัวตน เกิดเพราะเหตุปัจจัย วิบากก็ไม่มีตัวตน เกิดเพราะเหตุปัจจัย  
แม้ทางกมฺมิจ ทัชชัง ๕ ที่เกิดดับเครื่องนแผลงสืมต่อกันไม่ในขุณฺหํ

## กฎเกณฑ์กรรม ๓

บรรยายวันที่ ๘ มิถุนายน ๒๕๕๓

ขอนอบน้อมต่อพระรัตนตรัย

สวัสดีครับท่านผู้สนใจในธรรมะทุกท่าน

วันนี้บรรยายสาระธรรมจากพระสูตรต้นตปิฎก ตอนที่ ๓๕ ชื่อ หัวข้อว่า ความเข้าใจเรื่องกรรม ตอนที่ ๔ สำหรับการบรรยายชุดสาระธรรมจากพระสูตรต้นตปิฎก ผมก็ได้รวบรวมสาระของธรรมะ หมวดนั้นบ้าง หมวดนี้บ้าง จากพระสูตรต่างๆ ที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงเอาไว้ ยาวบ้าง สั้นบ้าง มาให้ท่านทั้งหลายได้ฟัง และได้พิจารณากัน

ในการบรรยายวันนี้ เป็นตอนที่ ๓๕ ว่าด้วยเรื่อง ความเข้าใจเรื่องกรรม ตอนที่ ๔ ความเข้าใจเรื่องกรรมก็พูดมาแล้ว ๓ ครั้ง พูดจนลืมไปแล้ว เพราะว่าหยุดไปนานมาก คนพูดก็ลืม คนฟังก็คงลืม แต่ไม่เป็นไร นะครับ

ในเรื่องของกรรมที่ได้พูดไปแล้ว ๓ ครั้งนั้น ก็เป็นความเข้าใจ เรื่องของกรรมตั้งแต่ต้นคือ กรรมนั้นมันก็เหมือนธรรมชาติที่เป็นของ ไม่มีตัวไม่มีตน เป็นอนัตตา ไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตน อิงอาศัยเหตุปัจจัยเกิดขึ้น เมื่อสิ่งนี้มี สิ่งนั้นมันจึงมี เพราะความเกิดขึ้นของสิ่งนี้ สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น เมื่อ สิ่งนี้ไม่มี สิ่งนี้ก็ไม่มี เพราะการดับไปของสิ่งนี้ สิ่งนี้จึงดับไป

ขนาดตัวเราผู้ทำกรรมนี้ยังไม่มีตัวตนเลย ตัวกรรมซึ่งเป็นตัวเจตนา ก็ย่อมไม่มีตัวไม่มีตนเช่นเดียวกัน ขนาดตัวเรานี้ยังเป็นของไม่แน่ไม่นอน เกิดเพราะเหตุเพราะปัจจัย กรรมที่มันเกิดขึ้นเป็นครั้งๆ ก็เป็นของไม่แน่ ไม่นอน อิงอาศัยเหตุปัจจัยเกิดขึ้นเช่นเดียวกัน กรรมนั้นเป็นธรรมชาติฝ่าย สังขาร เวลาพูดถึงเรื่องของกรรม ก็ได้ขยายความให้เห็นว่า ตัวกรรมแท้ๆ นั้นคืออะไร **ตัวกรรมแท้ๆ คือเจตนาที่มันเกิดขึ้นเป็นครั้งๆ เป็นความ จงใจที่พิเศษ ที่ต้องการจะบางอย่างใดอย่างหนึ่ง ทางกาย ทางวาจา หรือ ทางใจ นี้เรียกว่าตัวกรรม**

**เหตุเกิดของกรรมคือผัสสะ** เพื่อแสดงให้เห็นว่า กรรมนั้นมันไม่ได้มีตัวตนอะไร อิงอาศัยผัสสะจึงเกิดเจตนาขึ้น เราทั้งหลายได้กรรมเก่า อันได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ได้คุณภาพกายและคุณภาพใจมา อย่างนี้ ด้วยผลของกรรมเก่าที่เคยทำมา เคยสะสมมาตั้งแต่อดีต จนกระทั่งถึงที่สะสมมาในชาตินี้ ที่เราเรียนหนังสือมาก็ดี ที่พ่อแม่สอนให้ก็ดี สังคมใส่ข้อมูลให้ก็ดี ทัศนคติ อุดมคติที่นับถือกันก็ดี มันเป็นพื้นฐานเดิม

จนกระทั่งประมวลเป็นสิ่งที่สมมติเรียกว่าตัวเราในขณะนี้ อันนี้เป็นส่วนของกรรมเก่า เมื่อเรากระทบอารมณ์แล้วก็เกิดความรู้สึกกับสิ่งนั้นๆ ขึ้น

ดังนั้น **ตา หู จมูก ลิ้น กายและใจ อันเป็นที่ตั้งของความรู้สึก นี้ ท่านจึงเรียกว่า** กรรมเก่า เมื่อกรรมเก่าทำงานเรียบร้อยแล้ว เกิดความรู้สึกขึ้น ในบางผัสสะเราก็มีเจตนาจะทำบางอย่างกับมัน เจตนาที่จะทำ บางอย่างอันนี้แหละเรียกว่า “กรรม” เป็น**กรรมใหม่ เจตนาอันนี้แหละ เป็นกรรม**

เราทั้งหลายนี้ไม่ได้ทำกรรมอยู่ตลอดเวลาหรอก เป็นแค่บริหาร กรรมเก่าให้มันพอเป็นไปได้ เรียกว่าบริหารทุกข์ ได้ตัวทุกข์มาแล้วก็ต้องบริหารไป ตัวกรรมมันจะเกิดขึ้นเมื่อมีการกระทบอารมณ์แล้วเกิด ความรู้สึก และต่อจากความรู้สึกแล้ว ยังมีเจตนาที่จะทำที่พิเศษอย่างใด อย่างหนึ่งด้วย จะทำทางกายก็ดี ทางวาจาที่ดี ทางใจที่ดี อันนี้เป็นกรรม

เจตนาที่เราทำกันนั้นก็มีความแตกต่างกัน บางเจตนาที่รุนแรง เราย้อนเหมือนนรก คือจะเอาให้ตายกันไปข้างหนึ่ง ถ้าเราอยู่เขาก็ต้อง ไม่อยู่ ถ้าเราชนะเขาก็ต้องแพ้ อะไรอย่างนี้ เป็นเจตนาที่จะทำแบบ เราย้อนรุนแรง มีการเบียดเบียนกัน แย่งชิงกัน ทำลายประโยชน์ของ ฝ่ายอื่น จนกระทั่งถึงมีการทำลายชีวิตกัน อันนี้เป็น**กรรมแบบนรก**

บางเจตนาที่ทำด้วยความรู้สึกอยากได้ อยากไม่รู้จักพอสักที รักษาผลประโยชน์ฝ่ายตนเองเป็นหลัก ส่วนคนอื่นๆ หรือฝ่ายอื่นจะเป็น

อย่างไรก็ช่างเขา ใจนั้นมีความทิว อยากรู้ได้นั้นได้นี้ ไม่รู้จักอ้อมจักเต็ม อันนี้เป็น**กรรมแบบเปรต**

บางเจตนาที่ทำตามความหลงเชื่อคนอื่นเขา ทำแบบหลงๆ ไป เขาว่าดีก็ว่าดีตามเขา เขาว่าไม่ดีก็ว่าไม่ดีตามเขา เขาบอกว่าถูกก็ถูกตามเขา ถ้าไม่ทำก็กลัวว่าจะผิด หรือกลัวผีจะหักคอบ้าง ก็ต้องทำตามๆ เขาไป อันนี้เป็น**กรรมแบบสัตว์เดรัจฉาน**

บางเจตนาทำแบบมนุษย์ ใจมีหิริ มีโอตตปปะ ละเว้นกรรมชั่วได้ ละทุจริต ทำแต่สุจริต อันนี้เรียกว่าเป็น**กรรมแบบมนุษย์**

ถ้าสูงขึ้นไปกว่านั้น ก็เป็น**กรรมแบบเทวดา** คือ นอกจากมีศีลแล้วยังไม่ห่วงใยกังวลในสมบัติแบบมนุษย์ ไม่ติดข้องสมบัติมนุษย์ เสียสละได้ มีจิตใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อคนอื่น มีความเมตตากรุณาต่อคนอื่น ไม่ชอบความสุขแบบมนุษย์ทั่วไป ชอบความสุขที่เกิดขึ้นทางด้านจิตใจมากกว่า ความสุขที่เกิดจากการเสียสละ ความสุขจากการออกจากกามคุณ มาทำสมาธิ เข้าฌาน อันนี้เป็น**เจตนาที่จะทำแบบเทวดาบ้าง แบบพรหมบ้าง**

กรรมมีลักษณะแตกต่างกันไป แล้วแต่ว่าเราจะมีเจตนาลักษณะเช่นใดในเวลาใด เพราะมันเกิดขึ้นเป็นครั้งๆ กรรมนั้นเมื่อได้ทำไปแล้ว หากมีเหตุปัจจัยพร้อม ผลของกรรมก็เกิดขึ้น เรียกว่า **“วิบาก”** บางกรรมก็ให้ผลทันทีในขณะที่ทำนั้นแหละ ให้ทันตาเห็นก็มี บางกรรมก็ให้

ผลในลำดับถัดจากนั้นไป หลายชั่วโมงบ้าง หลายวันบ้าง หลายเดือนบ้าง บางกรรมก็ให้ผลในลำดับถัดๆ จากนั้นไปอีก หลายๆ เดือน หลายๆ ปี บางกรรมก็ให้ผลในชาตินี้ บางกรรมก็ให้ผลในชาติหน้า บางกรรมก็ให้ผลในชาติถัดๆ จากนั้นไปอีก

การให้ผลของกรรมจึงมีความสลับซับซ้อนมาก ไม่สามารถจะไปจำกัดได้ว่า มันจะให้ผลเมื่อไหร่ ตอนไหน คอยดูอยู่ว่าเมื่อไหร่กรรมจะให้ผล บางทีกรรมก็ให้ผลไม่ทันใจพวกที่คอยตั้งตาอยู่ พวกไปคิดเรื่องกรรมและวิบาก จึงมีโอกาสเป็นบ้าและเดือดร้อนใจ

เราทั้งหลายเรียนเรื่องกรรมไปแล้ว ก็อย่าไปคิดมาก ผมผู้สอนยังไม่คิดมากเลยนะ ท่านที่เรียนก็อย่าไปคิดมากก็แล้วกัน เดี่ยวจะเป็นบ้าเอาเอาพอสมควร บางคนถึงวัน หมกมุ่น ครุ่นคิดอยู่แต่เรื่องกรรมและผลของกรรมนี้แหละ ทั้งๆ ที่พระพุทธเจ้าเตือนเอาไว้แล้วว่า มันเป็นเรื่อง**อจินไตย** คือเรื่องที่ไม่ควรคิด เรื่องที่คิดแล้วก็รู้ความจริงไม่ได้ อย่าไปคิดมาก คิดแล้วจะทำให้เป็นบ้าเดือดร้อนใจ

นี่ก็เป็นเรื่องของคารวนเวียนไปตามกรรม ซึ่งไม่มีตัว ไม่มีตน ไม่มีสัตว์ ไม่มีบุคคลอะไร เกิดและเป็นไปตามเหตุตามปัจจัย ที่นี้ พระพุทธเจ้าทรงรู้อย่างครบถ้วนสมบูรณ์แล้ว ทรงสอนเหนือขึ้นไปกว่านั้นด้วย คือสอน**กรรมนิโรธ** ความสิ้นกรรม ความไม่มีกรรม อิศระจากวงจรของกรรม อยู่เหนือกรรมไป แล้วก็บอกข้อปฏิบัติที่จะทำให้ถึงความสิ้นกรรมด้วย



คือ **อริยมรรคมีองค์ ๘ ประการ** เริ่มตั้งแต่การฝึกฝนให้มีสติสัมปชัญญะ ตามหลักสติปัฏฐานทั้ง ๔ จนกระทั่งเกิด คีล สมาธิ ปัญญา เมื่อสมบุรณ์ก็เกิดอริยมรรคมีองค์ ๘ ขึ้น นี่เป็น **กรรมนิโรคาณีนีปฏิปทา**

ที่พระพุทธเจ้าสอนเรื่องกรรมและผลของกรรม ก็เพื่อให้เราทั้งหลายนั้นเบื่อหน่าย คลายกำหนดจากโลกนี้ พระองค์สอนเรื่องสัตว์ทั้งหลายนั้นวนเวียนไปตามกรรมของตน สัตว์ทั้งหลายถูกกรรมนั้นจำแนกให้เลวและประณีตต่างกัน บางคนอายุยาว บางคนอายุสั้น บางคนโรครุนแรง บางคนโรคน้อย บางคนผิวพรรณดี บางคนผิวพรรณไม่ดี บางคนเกิดในตระกูลดี บางคนเกิดในตระกูลต่ำ บางคนร่ำรวย บางคนยากจน บางคนมีอำนาจ บางคนไร้อำนาจ บางคนมีปัญญามาก บางคนก็มีปัญหาน้อย บางคนเป็นคนดี บางคนเป็นคนเลว

พระองค์สอนเรื่องนี้ ก็เพื่อให้เราเลิกคาดหวังอะไรจากคนอื่น ให้เห็นว่าสัตว์ทั้งหลายนั้น ล้วนแต่เป็นไปอย่างนั้นของเขา เป็นไปตามกรรมของเขานั้นเอง ไม่ใช่เฉพาะเราคนเดียวที่เป็นไปตามกรรม คนอื่นก็เป็นไปตามกรรมเหมือนกัน มันมีแต่วนเวียนไปอย่างนี้ เมื่อยอมรับความจริงได้ เลิกอยากเปลี่ยนแปลงคนอื่น เบื่อหน่ายต่อการเป็นสัตว์โลกที่วนเวียนไปตามกรรม เบื่อหน่ายการเกิด แก่ เจ็บ ตาย ซ้ำๆ ซากๆ พิจารณาเห็นอย่างนี้มรรคหรือหนทางที่จะปฏิบัติตามหลักของพรหมจรรย์คือ อริยมรรคมีองค์ ๘ ก็จะเกิดขึ้น

ถ้าเรียนเรื่องกรรมไม่เข้าใจ เราจะหลงไปตามกรรม วนเวียนหัวหมุน เป็นทุกข์ เราร้อนกับโลกไป สิ่งที่ดีเราก็อึด สิ่งที่ไม่ดีเราก็อ้าง บุญก็อยากได้ บาปก็ไม่อยากได้ คนดีก็ชอบเขา คนไม่ดีก็เกลียดเขา มันก็เป็นทุกข์เหมือนเดิม แต่ถ้าเรียนเข้าใจแล้ว ก็เป็นไปเพื่อจะอยู่เหนือสิ่งทั้งหลายทั้งปวง **เพราะสังขารทั้งหลายทั้งปวงนั้น มันเป็นที่พึ่งไม่ได้จริง มันเป็นของเกิดดับ เป็นของเปลี่ยนแปลง ที่พึ่งมีอย่างเดียวเท่านั้นก็คือ พระนิพพาน**

เรื่องกรรมที่ได้บรรยายไปแล้ว ก็แสดงให้เห็นมุมมองเกี่ยวกับกรรม ตั้งแต่เรื่องที่ยิ่งกว้างที่สุด คือ **มันเป็นกฎธรรมชาติ ธรรมชาติ มันเป็นอย่างนั้นของมัน มันไม่มีตัวไม่มีตน** เป็นสิ่งที่อิงอาศัยเหตุปัจจัยเกิดขึ้น เกิดขึ้นเป็นครั้งๆ เกิดเมื่อมีเหตุ และดับไปเมื่อหมดเหตุ เกิดมาแล้ว ก็เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา เหมือนธรรมชาติที่เป็นสังขารอื่นๆ

เราทั้งหลายเรียนเรื่องกรรมแล้วก็อย่าไปหลง หรือไปหมกมุ่นมากจนเกินไป **พระพุทธเจ้าสอนเรื่องกรรม ก็เพื่อให้เราทั้งหลายนั้นขยัน พากเพียร ประพฤติพรหมจรรย์ เพื่อที่จะอยู่เหนือวงจรของกรรมนั้น** เพราะวงจรของกรรมนั้นเป็นวงจรของทุกข์ คือเกิดกิเลส มีอวิชชา ไม่รู้ อริยสัจ ไม่รู้ความจริง ก็เกิดความอยาก มีเจตนาที่จะทำเพื่อตนเอง ให้ตนเองดี ให้ตนเองเป็นสุข ก็ทำกรรม เมื่อทำกรรมแล้ว ก็เกิดวิบาก ได้รับผลเป็นสุขบ้างทุกข์บ้าง ดีบ้างไม่ดีบ้าง แล้วก็หยุดอยากไม่ได้ เพราะความไม่รู้มันยังอยู่เหมือนเดิม

เมื่อหยุดอยากไม่ได้ก็ทำใหม่ ทำใหม่ก็ได้รับผลมาใหม่ เป็นสุขบ้าง ทุกข์บ้างอันใหม่ ก็หยุดอยากไม่ได้เหมือนเดิมอีก หยุดอยากไม่ได้ก็ทำใหม่อีก มันก็เวียนวนเป็นวงกลมไปอย่างนี้ เพราะว่ายังไม่รู้วิธีสลัก

พระพุทธเจ้าตรัสรู้ความจริง รู้ข้อเท็จจริงอันนี้แล้ว จึงบอกให้เราทั้งหลายนั้นฝึกฝนตนเอง เพื่อให้เกิดวิชชา เกิดปัญญาเพื่อรู้แจ้งอริยสัจ จะได้เลิกวนเวียนตามวงจรนั้นไป ถ้ายังไม่รู้วิธีสลัก ไม่เข้าใจความจริง เราก็จะตกอยู่ภายใต้วงจรนั้น วนเวียนไปเรื่อยๆ หากยังมีความเข้าใจผิด มีความยึดมั่นถือมั่นว่า ภายใต้นี้ใจนี้ มันเป็นตัวเรา เป็นของเรา ก็ต้องทำเพื่อมันไปเรื่อยๆ

แต่ความจริงนั้น อตตาทัตตน หรือตัวเรานั้นมันไม่มีหรอก มีแต่นามกับรูปที่เกิดเพราะเหตุเพราะปัจจัย มีนามกับรูป แต่ไม่มีเรา เรานั้นมันเป็นเพียงสิ่งที่เกิดขึ้นในความคิดและความรู้สึก เกิดมาจากความยึดถือเป็นครั้งๆ เท่านั้นเอง ไม่ได้มีจริงอะไร **ขั้นที่ ๔ ที่เกิดขึ้นและเป็นไปตามเหตุตามปัจจัยนั้นมี แต่ตัวเรานั้นมันไม่มี**

นี่ก็สรุปความเข้าใจเรื่องของการที่พูดไปแล้วในตอน ๑ และตอนที่ ๒ ส่วนตอนที่ ๓ ก็ได้บรรยายมุมมองปลีกย่อยลงไปอีกพอสมควร คือในหลักของพระพุทธศาสนานั้น เมื่อเรียนอะไรแล้ว ถ้าเรียนโดยถูกต้องจะเป็นไปเพื่อความเพียร ชยันตังแข็ง ก้าวไปข้างหน้าเรื่อยไป ไม่ประมาท เหมือนที่เราสวดกันเมื่อคืนนี้ พระองค์สอนให้รู้ความจริงว่า สิ่งทั้งหลาย

ทั้งปวงนั้น มีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา มีความไม่แน่นอน ฉะนั้น ต้องไม่ประมาท

ไม่ใช่ว่า สอนให้ไปยึดถือเอาอันใดอันหนึ่ง พอได้แล้วก็ประมาทอยู่อย่างนี้ยังใช้ไม่ได้ ต้องเห็นว่า สิ่งทั้งหลายทั้งปวงนั้น มันไม่แน่นอน จึงจะไม่ประมาท เป็นหลักคำสอนที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน

บางที่เราไม่เข้าใจ มาปฏิบัติธรรมหาสุข พอได้สุขแล้วก็ประมาท บางทีก็เรื่องภายนอก 噢.. ประเทศมันรุ่มร้อน ไม่สงบ ก็ตื่นตูมขึ้นมาทีหนึ่ง พอสงบแล้วก็ประมาท อันนี้ก็ไม่ได้อะไร เพราะไม่เข้าใจหลักคำสอนของพระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าท่านให้เห็นความไม่แน่นอน ความไม่เที่ยง ความเสื่อมไปเป็นธรรมดา ตอนนี้อย่างเรายังติดอยู่ หายใจเข้าหายใจออกได้อยู่ แต่มันแน่นไหม ไม่แน่นะ หมุนคอได้อยู่ดีๆ แต่ไม่แน่น เบ็บเดียว หมุนไม่ได้แล้ว ลืมหายใจไปแล้ว ฉะนั้น ต้องไม่ประมาท

ตอนนี้ร่างกายเรากำลังดีอยู่ ขาดินไปเดินมาได้ อยู่ต่อไปไม่แน่ อาจจะเดินไม่ได้ก็ได้ เราจึงต้องไม่ประมาท เพื่อนเราตอนนี้ยังเป็นฝ่ายเราอยู่ เวลาพูดอะไรก็อย่าไปเปิดเผยมากเกินไป เพราะมันแน่นไหม ไม่แน่น เดียว ลึกหน่อย เขาอาจจะแฉเราก็ได้

แต่เราทั้งหลายนี้โดยส่วนใหญ่ เวลาเข้าไปเกี่ยวข้องกับอะไรแล้ว มีอะไรแล้ว ได้มันได้มันแล้ว พวกมันประมาท ตอนนี้อย่างเรากำลังดีอยู่ก็ประมาท ประมาทในร่างกาย ประมาทในความไม่ป่วยไข้ บางคนแก่จะตายอยู่

แล้วก็ยังประมาทอยู่ ที่เป็นเช่นนั้น ก็เพราะว่าไม่เห็นความไม่แน่ไม่นอน เรียนธรรมะแล้วก็จะเอานั่นจะเอานี้ จะเอาบุญบ้าง จะเอาความสงบบ้าง จะเอาความสุขบ้าง

แต่พระพุทธเจ้าไม่ได้สอนให้เอาสิ่งเหล่านั้น สอนให้เข้าใจว่า **สังขารทุกสิ่งทุกอย่างนั้นมันเป็นของไม่เที่ยงเป็นของเสื่อมไปเป็นธรรมดา แล้วก็ให้ไม่ประมาท คือมีสติอยู่เสมอ อย่าไปหลงลืม อย่าไปมัวเมา**

เรื่องของกรรมก็ทำนองเดียวกัน ถ้าเราเรียนโดยถูกต้อง ก็จะเป็นไปเพื่อความไม่ประมาท ถ้าเรียนเรื่องกรรมไปแล้ว ประมาทอยู่เหมือนเดิม ยังขาดสติอยู่เหมือนเดิม โยนเรื่องต่างๆ ที่เกิดขึ้น ให้เป็นความผิดของคนอื่นบ้าง เป็นของกรรมเก่าบ้าง เป็นของเจ้ากรรมนายเวรบ้าง ตัวเอง ยังขาดสติสัมปชัญญะเหมือนเดิม ขาดความสำรวมทางทวารทั้ง ๖ ไม่สำรวมทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ไม่ได้ฝึกฝนตนเองอะไรเลย อย่างนี้ก็ชื่อว่า เราเรียนเรื่องกรรมแล้วก็ผิดพลาด

เราทั้งหลายเรียนรู้เรื่องกรรมมานานแล้ว ในเมืองไทยเราเห็นเรื่องนี้กันมาตั้งแต่ไหนแต่ไรแล้ว ก็ยังประมาทเหมือนเดิม ขาดสติเหมือนเดิม อย่างนี้ก็แสดงให้เห็นว่า การเรียนนั้นมันไม่ถูกต้อง เรียนจะเอาแต่ดี ไม่ดีก็ไม่เอา ไม่เรียนให้เข้าใจธรรมะ เข้าใจความไม่มีตัวตน ให้เห็นความไม่แน่ไม่นอน ความไม่เที่ยง ความไม่สามารถบังคับบัญชาสิ่งใดๆ ได้ จึงประมาทอยู่เหมือนเดิม พวกนั้นจะเอานั่นจะเอานี้ มีความทุกข์หรือ

เหตุการณ์เกิดขึ้น ก็โยนไปที่คนอื่นนอกตัว ไม่ปรับปรุงแก้ไข ไม่ฝึกให้มีสติสัมปชัญญะ ไม่ฝึกฝนให้พึ่งตนเองได้ มีแต่การปลอบใจตนเองเป็นคราวๆ ไป

บางคนเขามีแฟนไม่ดี แฟนตะเอาหรือทุบตีเอา โอ๊ย.. หมอนี่สงสัยจะเป็นเจ้ากรรมนายเวรกันมา ฉะนั้น ก็ทนๆ อยู่ต่อไป ใช้เวรใช้กรรมกันไป โดนมันต่อยทุกวัน ก็ทนไป ทุกข์ทรมานไปกับ**มิจจาทิฎฐิ** ของตนเองนั่นแหละ

แท้ที่จริงแล้ว **พระพุทธเจ้าแสดงธรรมะ ก็เพื่อให้เห็นความไม่แน่ไม่นอนของโลกนี้ เพื่อให้เราทั้งหลายนั้นไม่ประมาท เลิกเห็นผิด เลิกยึดมั่นเสีย** เพราะอะไรที่เราไปยึดเข้าแล้ว จะไม่มีโทษนั้นไม่มีเลย เลิกหาจุดปลอดภัยในโลก จุดปลอดภัยมีที่เดียวเท่านั้นคือพระนิพพาน

การทำกรรมก็ทำนองเดียวกัน ถึงเราจะทำดีมาเยอะ แน่นนอนไหมไม่แน่หรืออก แต่เรานั้นชอบประมาท พอทำดีเยอะ แหม.. แน่นนอนแล้วฉันจะไปสวรรค์แล้ว นั่นประมาทมากทีเดียวละ ยังขาดสติสัมปชัญญะเหมือนเดิม ใครจะไปรู้ว่าอะไรจะเกิดขึ้นในอนาคต ถึงตอนนี้จะทำบุญเยอะกลับไปบ้านมีเรื่องอะไรเกิดขึ้นบ้าง เดี่ยวมีเรื่องขึ้นมาก็เป็นทุกข์ บุญที่ไปทำมาก็ช่วยไม่ได้

โดยส่วนใหญ่เราจะเป็นอย่างนั้น ไปทำบุญ ได้บุญแล้วก็ประมาทกิเลสก็มากเหมือนเดิม ภรรยาไปทำบุญ เข้าวัดแล้ววัดเล่า ๑๐ วัด

๒๐ วัด กลับไปถึงบ้าน ก็บ่นสามีเหมือนเดิม สามีก็เลยเซ็ง โอ้ย... มันเข้าวัดดีทำไหนเนีย เลยไม่อยากเข้าวัด เพราะไม่เห็นเปลี่ยนนิสัยอะไรได้ ได้บุญแล้วประมาท มันก็เป็นอย่างนี้

แท้ที่จริงแล้ว เราศึกษาให้เข้าใจว่า สิ่งทั้งหลายมันไม่แน่ไม่นอน ถึงตอนนี้ใจจะสบายอยู่มีความสงบอยู่ไปไหว้พระสวดมนต์แล้วมีความสุข แต่มันแน่ไหม ไม่แน่ ฉะนั้น จึงต้องไม่ประมาท ให้มีสติอยู่เสมอ รู้ลมหายใจเข้าลมหายใจออก เดินไป เดินมา เหยียด คู้ ให้มีสติ ให้มีความรู้ตัวไว้

เรื่องผลของกรรมก็เช่นเดียวกัน ถ้าเราไปโยนความรับผิดชอบให้กรรมเก่า หรือโยนให้เทวดา มันทำให้เราเป็นสุขเป็นทุกข์ อย่างนี้ก็ไม่ได้ ผิดตนเอง ฉะนั้น เรื่องของกรรม ถ้าเข้าใจโดยถูกต้องก็จะเป็นไปเพื่อความเพียร พระพุทธเจ้าจึงเป็นศาสดาที่สอนเรื่องของกรรม เรื่องกระทำมีผล เรียกว่า**กรรมวาตะ** บอกให้กระทำการที่ควรทำ ให้ละเว้นสิ่งที่ควรเว้น ให้มาทำการฝึกฝนตนเอง เรียกว่า**กิริยวาตะ** อันไหนควรทำก็รีบทำ อันไหนไม่ควรทำก็งดเว้นไป ไม่ใช่ฟังไปแล้วก็อยู่นิ่ง ไม่มีกรรมกระทำเกิดขึ้น ต้องมีการกระทำเกิดขึ้น จึงจะได้ผล ถ้าไม่มีการกระทำเกิดขึ้น ไม่มีกรรมฐานเกิดขึ้น ก็ไม่ได้ผลอะไร ผมพูดให้ท่านฟัง การมีสติเป็นอย่างนี้ ดูลมหายใจเข้าหายใจออก เดินไปเดินมาอย่างมีสติ ให้มีความรู้ตัวนะ พูดให้ท่านฟังท่านก็เข้าใจ แต่ทำได้ไหม ทำไม่ได้ เพราะไม่มีที่ตั้งของการกระทำ

ฉะนั้น **จึงต้องไปฝึกทำกรรมฐาน ดูลมหายใจเข้าหายใจออกบ้าง เดินไปเดินมาบ้าง ทำกรรมฐานต่างๆ เพื่อให้กรรมฐานนั้นสอนเรา** จะได้เป็นผู้ที่ทำการต่างๆ ด้วยความรู้ตัว เหมือนกับการขับรถ เวลาเราดูเขา สอนขับรถ เวลาขับรถนะ หนึ่งอย่างนั้นะ หนึ่งแล้วก็เหยียบเบรค เหยียบคันเร่งอย่างนั้นะ หมุนพวงมาลัยอย่างนั้นะ ง่ายไหม โอ้ย...ง่ายเหมือนจะขับเป็นเลย แต่พอจะขับจริงเป็นยังงี้บ้าง โครมอยู่เรื่อย ดูเหมือนมันง่าย แต่ทำไม่เป็นหรอก จนกว่าการงานหรือว่าการกระทำนั้นมันจะสอนเรา

คำสอนที่พระพุทธเจ้าสอนก็เหมือนกัน พระองค์สอนว่าไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา เราฟังดูแล้วก็เข้าใจอยู่ เข้าใจแล้วทำได้ไหม ทำไม่ได้ เพราะว่ามันไม่เกิดการกระทำ พอไม่เกิดการกระทำ ไม่มีตัวกรรมฐาน เป็นเครื่องสอน มันก็ทำไม่ได้ ยอมรับความจริงไม่ได้ เหมือนกับการงานอื่นๆ เราเรียนมาจากครูเยอะเยอะ เหมือนจะทำได้เป็นเลย แต่ทำเป็นไหม ทำไม่เป็น ดูคนอื่นทำนี่มันง่ายนิดเดียว แต่เวลาเราทำจริง มันทำไม่ได้ ฉะนั้น ต้องให้การทำงานนั้นเป็นเครื่องสอน

เราทั้งหลายนี้โดนสอนมาให้ปล่อยวางนะ ฟังดูเข้าที่ดีเหมือนกันนะ ปล่อยแล้ววาง ดูง่ายดี แต่เป็นยังงี้บ้าง พอไปถึงบ้าน สามีมันจะไปมีเมียบ่อย ปล่อยไหวไหม มันปล่อยไม่ได้ มันวางไม่ลงแล้ว อย่างนี้ก็เพราะว่ากรรมฐานหรือการกระทำยังไม่ดี

การกระทำทางด้านจิตใจเรียกว่ากรรมฐาน ที่ตั้งของการกระทำ ให้การกระทำนั้นเป็นครูสอน ก็จะเกิดความรู้ขึ้น ให้ขยันหมั่นเพียร ทำกรรมฐาน ผีกลตนเอง ก้าวไปข้างหน้าไม่ย่อท้อ ไม่หยุดอยู่กับที่ จนกระทั่งสามารถรู้เห็นด้วยตนเอง ได้ผลที่ตนเห็นเอง ฟังตนเองได้ คำสอนเช่นนี้เรียกว่า**วิริยวาหะ**

นี่ก็เป็นความเข้าใจเรื่องกรรม ที่ได้พูดไปแล้วในคราวก่อนๆ ทั้งเรื่องความเข้าใจในแง่มุมที่กว้างที่สุด และในมุมที่แคบลงมา ก็เพื่อให้เข้าใจความไม่มีตัวไม่มีตน ธรรมชาติทั้งหลายทั้งปวงนั้นเป็นอนัตตา ถ้าเป็นฝ่ายสังขาร ก็เป็นสิ่งที่เกิดเพราะเหตุเพราะปัจจัย อิงอาศัยกันและกันเกิดขึ้น เมื่อฟังแล้ว จะได้เห็นความไม่แน่ไม่นอนของสิ่งทั้งหลาย มันเกิดขึ้นตามเหตุปัจจัย มันไม่ได้เกิดตามใจปรารถนาของเรา บางเรื่องมันยังสมปรารถนาอยู่ แต่มันก็ไม่แน่ เพราะมันไม่ได้เกิดตามใจปรารถนา มันเกิดตามเหตุ บางอย่างมันสมปรารถนา บางอย่างมันไม่สมปรารถนา ฉะนั้น ในตอนที่เรายังสมปรารถนาอยู่ ถ้าเรามัวประมาทไป สักหน่อย มันแปรปรวนเป็นอย่างอื่น เราก็จะเป็นทุกข์

พระพุทธเจ้าจึงรวบรวมคำสอนลงมาให้เห็นว่า สังขารสิ่งปรุงแต่งทั้งหลายทั้งปวงนั้น มันมีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา มันไม่แน่ไม่นอน **ให้เราั่นไม่ประมาท เร่งฝึกฝนตนเอง ทำประโยชน์ที่ควรจะทำให้สำเร็จด้วยความไม่ประมาท** ก็มียู่เท่านั้นแหละคำสอน เรียนเรื่องอะไร

แล้วก็ให้ความเข้าใจแบบนี้ไป

วันนี้ บรรยายตอนที่ ๓๕ ก็จะบรรยายความเข้าใจเรื่องกรรม ตอนที่ ๔ คงจะเป็นตอนสุดท้ายแล้ว จะรวบรวมสาระมาจากพระสูตรตันตปิฎก แล้วก็แยกเป็นข้อๆ เป็นเรื่องปลีกย่อยเกี่ยวกับกรรม เพราะเรื่องใหญ่ๆ นั้นได้พูดไปหมดแล้ว จะพูดแยกเป็นข้อๆ มี ๕ ข้อด้วยกัน

## ข้อที่ ๑ สุขทุกข์ใครทำให้

ความสุขความทุกข์ที่เกิดขึ้น ใครเป็นคนทำให้เรา ที่เราสุขเราทุกข์ นี่ใครทำให้ เราโยนไปที่คนอื่นบ้าง โยนไปที่เหตุการณ์ภายนอกบ้าง บางทีหาคณโยนไม่ได้ ก็โยนให้กรรมเก่าเป็นคนทำให้บ้าง เจ้ากรรมนายเวรเป็นคนทำให้บ้าง บางทีก็เทวดาฟ้าดินเป็นคนทำให้บ้าง ถ้าเห็นตัวคนอยู่ สามีเป็นคนทำบ้าง คนที่มันดำเราเป็นคนทำบ้าง บางคนก็ดีขึ้นมาหน่อย มองมาที่ตัวเอง โอ...เราทำเอง อย่างนี้ก็เหมือนกัน

ถ้าเห็นว่าคนอื่นทำให้ เกิดจากคนอื่น ก็พยายามจะแก้คนอื่น เห็นว่าเกิดจากเหตุการณ์ก็พยายามแก้เหตุการณ์ เห็นว่าตัวเองทำ ก็พยายามจะแก้ตนเอง ความจริงมันไม่มีทั้งตนเอง ไม่มีทั้งคนอื่น เพราะทุกสิ่งเกิดจากเหตุปัจจัย

สุขทุกข์ที่เกิดขึ้นนั้นมาจากใคร ใครเป็นคนทำให้ เราทั้งหลาย อาจจะมีคำถามอย่างนี้ เรื่องนี้ก็มิใช่ผู้มาถามพระพุทธเจ้าเหมือนกัน มาจาก

พระสูตรชื่อว่าติมพุกขสูตร ในคัมภีร์สังยุตตนิกาย นิทานวรรคพระไตรปิฎกเล่มที่ ๑๗ ข้อ ๕๔

ปริพาชกคนหนึ่งชื่อติมพุกขะ เป็นนักบวชนอกศาสนา เขามีความเห็นเกี่ยวกับสุขกับทุกข์ที่ผิดๆ พลาดๆ อยู่ เลยมาถามพระพุทธรเจ้า เขาตั้งคำถามขึ้นมาว่า

### กิ นุ โข โภ โคตม สยงค์ สุขทุกข์

ข้าแต่ท่านพระโคตมผู้เจริญ สุขและทุกข์ตัวเองกระทำ ไช้หรือไม่

สยงค์ แปลว่า *ตัวเองกระทำ* ทำด้วยตนเอง สุขกับทุกข์นี้เราทำเองใช่ไหม คำถามนี้ดูเข้าท่าเหมือนกัน ถ้าตอบว่าใช่หรือไม่ใช่ ก็เข้าไปส่วนสุดข้างใดข้างหนึ่ง เพราะแท้ที่จริงแล้ว มันไม่มีตัวเอง ไม่มีตัวตนอะไรไม่เกี่ยวกับมีหรือไม่มี มีก็ได้ เมื่อมันเกิด เมื่อสิ่งนี้มี สิ่งนี้มันจึงมีขึ้น มีเมื่อมันเกิด และก็ได้เกิดมาลอยๆ เพราะการเกิดขึ้นของสิ่งนี้ สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น มันเกิดมาเพราะเหตุเพราะปัจจัย จะบอกว่าไม่มีก็ได้ ไม่มีเมื่อมันหมดเหตุ มันจึงดับไป เพราะสิ่งนี้ไม่มี สิ่งนี้จึงไม่มี เพราะการดับไปของสิ่งนี้ สิ่งนี้จึงดับไป ฉะนั้น จึงไม่ได้เข้าไปข้างมีและข้างไม่มี

ข้างเที่ยงแท้หรือข้างขาดสูญ ข้างตนเองและข้างคนอื่น ไม่มีการเข้าไปสองข้างอย่างนั้น มีแต่เห็นว่า สิ่งทั้งหลายเป็นไปตามเหตุตามปัจจัย **เมื่อเห็นความจริงว่า ทุกสิ่งเกิดขึ้นเมื่อมีเหตุ** ความเห็นข้างขาดสูญก็หมดไป **เมื่อเห็นความจริงว่า ทุกสิ่งล้วนดับไปเมื่อหมดเหตุ** ความเห็นข้างเที่ยงก็หมดไป

ปริพาชกท่านนี้ไม่รู้ธรรมะตามความจริง ก็เลยถามอย่างนั้น พระพุทธรเจ้าตรัสว่า

### มา เหว่ ติมพุกข

ดูก่อนติมพุกขะ อย่าได้กล่าวอย่างนั้น

คำถามที่ ๒ เขาถามต่อไปว่า

### กิ ปน โภ โคตม ปริงค์ สุขทุกข์

ข้าแต่ท่านโคตมผู้เจริญ สุขและทุกข์คนอื่นกระทำ ไช้หรือไม่

### มา เหว่ ติมพุกข

ดูก่อนติมพุกขะ อย่าได้กล่าวอย่างนั้น พระพุทธรเจ้าตอบ

ปรกต์ แปลว่า คนอื่นกระทำ สุขและทุกข์นั้นคนอื่นกระทำให้ใช้ไหม ที่เราโกรธเขา ไม่พอใจเขา เป็นทุกข์ใจอยู่นี้ เครียดอยู่นี้ คนอื่นกระทำ ใช้หรือไม่ น่าจะใช้เหมือนกันนะ บางเหตุการณ์ก็ดูเหมือนคนอื่นทำจริงๆ ชะด้วย ถ้าเป็นคนที่ยังมีความคิดผิดว่ามีตัวมีตนอยู่ มีตัวเรา มีคนอื่น มองอะไรก็มีดีและติดตันอยู่ในเรื่องตัวตน หลงไปตามสมมติบัญญัติ ติดอยู่แค่ความจำหมายของทางโลกๆ มองไม่ทะลุ

ถ้าเป็นคนที่มีรู้และเข้าใจความจริงตามคำสอนของพระพุทธเจ้า คำถามเหล่านี้ก็จะหมดไปโดยสิ้นเชิง ขนาดตัวเรายังไม่รู้เลย คนอื่นจะมี มัย ตัวเราผู้ทำกรรมยังไม่รู้ตัวไม่มีตนเลย กรรมที่กระทำย่อมไม่มีตัวตน เหมือนกัน เรายังไม่เที่ยง ไม่แน่ไม่นอนเลย กรรมที่ทำก็ไม่เที่ยง ไม่แน่ ไม่นอนเหมือนกัน สุขทุกข์ที่เกิดก็ล้วนไม่มีตัวตน ไม่แน่ไม่นอนเหมือนกันนั่นแหละ

บางคนเขาทำดีแล้วก็เหงนคอ คอยมองอยู่ว่า เมื่อไหร่ความดีจะให้ผล อย่างนี้มันเป็นความหวังลมๆ แล้งๆ เท่านั้นเอง ขนาดตัวเองยังไม่แน่ไม่นอนเลย กรรมดีที่ทำ มันจะแน่นอนไหม แล้วเมื่อไหร่มันจะให้ผล มองไปสิ เราทำดีแล้วก็แล้วกันไป ส่วนผลก็ปล่อยมันไปตามเหตุ คนไม่เข้าใจธรรมะไม่เชื่อมั่นในสังขารก็ไม่ปล่อยให้เป็นเรื่องของธรรมะ เขาก็หวังผลลมๆ แล้งๆ ไปอย่างนั้นนั่นเอง

คำถามที่ ๓

**ก็ นุ โข โภ โคตม สยักตณฺจ ปรักตณฺจ สุขทุกฺขั**

ข้าแต่ท่านพระโคตมผู้เจริญ สุขและทุกข์ ตัวเองกระทำ ก็มี คนอื่นกระทำก็มี ใช้หรือไม่

**มา เทวํ ติมฺพรุทฺท**

ดูก่อนติมพรุททชะ อย่าได้กล่าวอย่างนั้น พระพุทธเจ้าตอบ

เขาถามว่า สุขและทุกข์ ตัวเองกระทำก็มี คนอื่นกระทำก็มี ใช้หรือไม่ พระพุทธเจ้าตอบว่า *อย่าได้กล่าวอย่างนั้น* คืออย่าถามแบบนี้ เพราะตั้งคำถามไม่ถูก ถามเกี่ยวกับเรื่องบุคคล ตัวตนแล้ว ไม่ถูกทั้งนั้น เพราะมันไม่มีจริง เมื่อตั้งคำถามผิด คำตอบก็ย่อมผิดทั้งนั้น ตอบไปก็ยังมีแต่ทำให้เข้าใจผิด ยึดถือว่ามีตัวมีตนหนักขึ้นไปกว่าเดิม

เราทั้งหลายชอบถามกันนะ ผมทำกรรมดีแล้ว ผมจะเป็นอย่างไรต่อไปจะได้รับความสุขใช้ไหม จะได้ไปสวรรค์หรือเปล่า ทำชั่วแล้วจะไปอบายใช้ไหม สุขทุกข์นี้มาจากไหน กรรมเก่าทำให้ เจ้ากรรมนายเวรทำให้ ตัวเองทำ คนอื่นทำ ตัวเองทำก็มี คนอื่นทำก็มี ทำแล้วจะได้โน่นได้นี้ เป็นเรา เป็นตัวเป็นตนมาตั้งแต่ต้น มันก็ผิดไปตั้งแต่ต้นทีเดียว พระพุทธเจ้าบอกว่า *อย่าได้กล่าวอย่างนั้น* เพราะตั้งคำถามผิด เมื่อตั้งคำถามผิด คำตอบก็ไม่มีทางถูกต้องไปได้



ปริพพาชกถามต่อไปเป็นคำถามที่ ๔

**กั ปน โภ โคตม อสยการํ อปรการํ อธิจฺสมุปนฺนํ  
สุขทุกขํ**

ข้าแต่ท่านพระโคตมผู้เจริญ สุขและทุกข์ ตัวเองก็ไม่ได้  
กระทำ คนอื่นก็ไม่ได้กระทำ เกิดขึ้นมาลอยๆ ไร้หรือไม่มี  
**มา เทวํ ติมฺพฺรูกฺข**

ดูก่อนติมพรุกขะ อย่าได้กล่าวอย่างนั้น พระพุทธเจ้าตอบ

ในพระสูตรนี้ เขาก็ถามไว้ครบทีเดียว สุขและทุกข์นั้น ตัวเอง  
กระทำใช่ไหม หรือว่าคนอื่นกระทำ หรือว่าตัวเองกระทำก็มี คนอื่น  
กระทำก็มี หรือว่าไม่ใช่ตัวเองกระทำ ไม่ใช่คนอื่นกระทำ เกิดขึ้นมาลอยๆ  
พระพุทธเจ้าก็บอกว่า อย่ากล่าวอย่างนั้นทั้งหมด

พระพุทธเจ้าไม่ได้ตรัสอย่างนั้น ทรงแสดงธรรมะที่เป็นกลางๆ  
เท่านั้น พระองค์ตรัสว่า

**เอเต เต ติมฺพฺรูกฺข อุโป อนุเต อนุปคฺมม มฺขฺเชน  
ตถาคโต ธมฺมํ เทเสติ**

ดูก่อนติมพรุกขะ ตถาคตไม่เข้าไปในส่วนสุดทั้งสองอย่าง  
เหล่านี้ แสดงธรรมะในท่ามกลางเท่านั้น



พระองค์นี้ไม่เข้าไปข้างใดข้างหนึ่ง ไม่เข้าไปข้างมีหรือข้างไม่มี ไม่เข้าไปข้างตัวเองมีหรือตัวเองไม่มี ไม่เข้าไปข้างคนอื่นมี หรือคนอื่นไม่มี แต่แสดงธรรมะในท่ามกลาง แสดงธรรมะที่เป็นสายกลางเท่านั้น จึงไม่มีสิ่งทีให้ไปหลงยึดถือได้ แล้วได้แจกแจงว่า

*อวิชชาปจฺจยา สงฺขารา เพราะอวิชชาเป็นปัจจัย สังขารทั้งหลาย จึงมี เป็นต้นไป ถ้าเป็นเรื่องสุขทุกข์ ส่วนที่เป็นเวทนา ก็ทรงแสดงว่า ผัสสปจฺจยา เวทนา เพราะผัสสะเป็นปัจจัย เวทนาจึงมี*

เพราะกระทบผัสสะชนิดที่จะทำให้เกิดสุข สุขจึงเกิดขึ้น เพราะกระทบผัสสะชนิดที่จะทำให้เกิดทุกข์ ทุกข์จึงเกิดขึ้น เมื่อผัสสะหายไป สุขก็ดับไป ทุกข์ก็ดับไป สุขทุกข์ก็ไม่ได้มีตัวตน เกิดเพราะเหตุ และเหตุที่ทำให้มันเกิดก็ไม่ได้มีตัวมันอีกเหมือนกัน จะไปหาตัวตนว่า ตัวเองทำคนอื่นทำ หรือตัวเองทำก็มี คนอื่นทำก็มี ก็ย่อมเป็นไปได้ มันเกิดมาเพราะมีเหตุ และก็หมดไปเพราะหมดเหตุ จะบอกว่ามันมาลอยๆ ก็ไม่ได้

ฉะนั้น ถ้ากล่าวถึงเรื่องใครเป็นคนทำให้ ย่อมผิดพลาดมาตั้งแต่คำถามเลยทีเดียว ทุกข์อันนี้ใครทำให้ นี่ผิดพลาดตั้งแต่เริ่มต้นเลยทีเดียว มีตัวเรามาตั้งแต่ต้น **แท้ที่จริงแล้ว เรานั้นมันไม่มี ในอดีตก็ไม่มี ในอดีตก็เป็นเพียงขันธ์ทั้ง ๕ ที่เกิดขึ้นเพราะมีเหตุและดับไปแล้ว เราในอนาคตมันก็ไม่ใช่อีกเหมือนกัน เป็นขันธ์ทั้ง ๕ ที่จะเกิดขึ้นเมื่อมีเหตุเกิดแล้วก็ดับไปเมื่อหมดเหตุ ในปัจจุบันมีเราใหม่ ไม่มี มีแต่ขันธ์ทั้ง ๕**

**ที่ปรุงแต่งกันขึ้นเป็นครั้งๆ เกิดแล้วก็ดับไปเหมือนกัน** ขันธ์ที่เกิดขึ้นเป็นไปตามเหตุปัจจัยมี แต่ตัวเราไม่มี ตัวเรานั้นเป็นเพียงสมมติบัญญัติใช้ในการสื่อสารกันเท่านั้นเอง

เมื่อเข้าใจอย่างนี้แล้ว การที่จะสงสัยว่า โอ...เราทำกรรมอะไรมาหนอ จึงมานั่งอยู่ตรงนี้ โอ...เราทำกรรมนี้แล้วจะไปเกิดที่ไหนหนอ จะมีไหม ก็ย่อมไม่มีโดยเด็ดขาดทีเดียว แต่เราทั้งหลายพากันวนเวียนอยู่แต่เรื่องเหล่านี้แหละ ทำกรรมอะไรมาหนอ จึงได้มาเจอคนนี่ สงสัยว่าได้ทำบุญร่วมชาติตักบาตรร่วมขันกับคนนี่ๆ ทำยังงั้นจะเจอคู่แท้ อะไรของเขาก็ไม่รู้ ขนาดตัวเองยังไม่แท้เลย คู่เรามันจะแท้ได้ยังไงก็ 모르 มันก็วนเวียนๆ กันไปอยู่เท่านั้นแหละ

บางคนเขาสนใจเรื่องกรรมวนเวียน ทำกรรมนั้นแล้วได้อย่างนี้ ทำกรรมนี้แล้วได้อย่างนั้น ทำอย่างนี้แล้วจะไปเกิดอย่างนั้น ดูเหมือนน่าอัศจรรย์เหลือเกิน แต่การสนใจกรรมลักษณะเช่นนั้นไม่ได้พิเศษอะไรเลย เป็นความเข้าใจของพวกเขาเห็นผิดและมีความยึดถือตัวตนเท่านั้นเอง เขาไม่กล้าที่จะไม่มีตัวตน พอทำดีก็ต้องมีเครื่องหลอกหลอนตนเองหน่อย กรรมที่เราทำไว้ดีแล้วนี้จะให้ผลในอนาคต มีตัวเขาเป็นคนรับผล ถ้าไม่คิดถึงผลจะกล้าทำดีไหม ไม่ค่อยกล้าทำ จะทำดีแต่ละทีก็เพื่อตัวตน ให้ตัวเองดูดี ได้ดี มีตัวตนไปคอยรับผล แล้วก็ปันโน่นปันนี้ไปเรื่อย

เขาทำดีก็อยากได้รับผลของกรรมดี ก็บ่นว่า โอ้...เราทำดีนี้ไม่มีใครเห็นเลยนะ เขาก็บ่นไป แต่ตอนทำชั่วเขาไม่ว่านะ ตอนทำชั่วไม่มีใครเห็นนะดีแล้ว ตอนทำดีนะบ่นที่เดียวแหละ แหม... ทำดีไม่มีคนเห็นเลย เขาว่าอย่างนี้ แต่ความจริง มันไม่แน่ ทำชั่วอาจจะมีคนเห็น หรือไม่มีคนเห็นก็ได้ ทำดีอาจจะมีคนเห็นหรือไม่มีคนเห็นก็ได้เหมือนกัน

ทุกสิ่งทุกอย่างล้วนเป็นไปตามเหตุตามปัจจัย การทำกรรม ก็เกิดจากกิเลสตัณหาอุปาทาน เมื่อไม่รู้ก็เกิดตัณหา คือ ความอยากได้ผลอย่างใดอย่างหนึ่งเพื่อตัวเอง เกิดความยึดถือก็ไปทำทางกาย วาจา ใจ เป็นกรรม ทำกรรมแล้วก็ได้รับผลเป็นวิบาก สุขบ้างทุกข์บ้าง ที่นี้ เมื่อสุขบ้างทุกข์บ้างเกิดขึ้นแล้ว มันก็สนองความอยากไม่ได้จริง ใจมันไม่อึด มันหิว ก็ต้องทำอีก หาความสุขและความสงบอันแท้จริงไม่ได้

ดังนั้น ในข้อที่ว่าสุขทุกข์ใครทำให้呢 ไม่มีใครทำให้ มีแต่ทุกสิ่งทุกอย่างล้วนเป็นไปตามเหตุ เกิดเมื่อมีเหตุ แล้วก็ดับไปเมื่อหมดเหตุ ถ้าจะถามก็ถามว่า เพราะอะไรเป็นปัจจัย สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น อย่างนี้จึงจะมีคำตอบ ตั้งคำถามได้ถูกต้องถามตามเหตุตามปัจจัย **เพราะผัสสะเป็นปัจจัย เวทนาจึงเกิดขึ้น** เพราะผัสสะชนิดนี้เกิดขึ้น ความรู้สึกชนิดนี้จึงเกิดขึ้น เพราะรู้สึกอย่างนี้ จึงทำอย่างนี้ เพราะคิดอย่างนี้ จึงพูดอย่างนี้ มีเราผู้คิดอย่างนี้ใหม่ มีเราผู้พูดอย่างนี้ใหม่ มีเราผู้ทำอย่างนี้ใหม่ ไม่มี มีแต่ความรู้สึกอย่างนี้มันเกิดขึ้น แล้วก็เกิดเวทนาเกิดขึ้น ทำให้เกิดการกระทำทาง

กายบ้าง ทางวาจาบ้าง ทางใจบ้าง ไม่มีตัวเราผู้ทำกรรม และไม่มีตัวเราผู้รับผลของกรรมอะไร

บางคนไปยึดถือการกระทำว่าเป็นตัวเราก็มี พอคิดดีก็ว่าเราดี พอคิดไม่ดีก็ว่าเราเลว พอทำดีก็ว่าเราดี พอทำเลวก็ว่าเราเลว ยึดการกระทำเป็นตัวเราอีก คนอื่นพูดไม่ดี ก็ว่าไอ้หมอนี่มันเลวเอาคำพูดที่เกิดเป็นครั้งๆ เป็นตัวคนอื่นไป แท้ที่จริงแล้ว ความคิดอย่างนี้ๆ มันเกิดขึ้น จึงเกิดเจตนาอย่างนี้ๆ จึงเกิดการกระทำอย่างนี้ๆ ทุกสิ่งที่เกิดขึ้นล้วนตกอยู่ภายใต้ความไม่แน่นอน ต้องเสื่อมไปเป็นธรรมดาทั้งหมดนั่นแหละ จะหาตัวตนในที่ใดที่หนึ่ง ย่อมเป็นไปไม่ได้

นามรูปนั้นมี แต่ตัวตนนั้นไม่มี ขันธุ์ทั้ง ๕ รูปขันธุ์ เวทนาขันธุ์ สัญญาขันธุ์ สังขารขันธุ์ วิญญาณขันธุ์ ที่เกิดขึ้นและเป็นไปตามเหตุตามปัจจัยนั้นมี มีเมื่อมันเกิด แล้วก็ไม่มีเมื่อมันดับไป แต่ตัวตนไม่มีจริง ดังนั้น **จึงไม่ต้องละตัวตนอะไร เพราะตัวตนมันไม่มีจริง ก็ปล่อยมัน ไม่มีจริงอยู่อย่างนั้นแหละให้ละความเห็นผิดและละความยึดมั่นถือมั่นไป**

พอเราเห็นความจริงว่า โอ้...มีแต่นามกับรูป มีแต่ขันธุ์ทั้ง ๕ ที่เป็นไปตามเหตุตามปัจจัย เข้าใจถูกแล้ว อัดตาตัวตนที่มันไม่เคยมี มันก็ไม่มีอยู่อย่างนั้นนั่นแหละ ความจริง มันไม่เคยมีมาแต่ไหนแต่ไรแล้ว แต่เราไปคิดให้มันมีขึ้นมา ให้มันเป็นผีมาหลอกตัวเอง เข้าใจผิดเอง เหมือนผมมานั่งอยู่ที่นี้ มีอาจารย์สุภีร์ใหม่เนี่ย ไม่มีหรอก มีแต่นามกับรูป หรือ

ชั้นที่ ๕ ที่ขึ้นไปตามเหตุตามปัจจัย สัตว์ บุคคล อตตตา ตัวตน ผู้หญิง ผู้ชาย คนดี คนเลว เป็นสิ่งที่สมมติ ใช้สื่อสารให้เป็นที่เข้าใจกัน จะได้ปฏิบัติต่อกันอย่างถูกต้อง

พระพุทธเจ้าแสดงสังขารทั้งหลายเป็นไปตามเหตุปัจจัย กรรมจำแนกสัตว์ให้เลวและประณีต **ตัวกรรมนี้เป็นเหตุเป็นปัจจัยหนึ่ง พอเราเข้าใจเรื่องเหตุปัจจัย ก็จะได้เลิกคาดหวังอะไรกับคนอื่น** จะได้หมดปัญหาเรื่องคนนั้นคนนี้ทำไม่ได้ตั้งใจ และเลิกทำตามความคาดหวังของคนอื่น จะได้มุ่งสู่หนทางสู่ความพ้นทุกข์ที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสเอาไว้

เหมือนผมก็ไปตามกรรมของตน มาที่นี่แล้วก็ไป ท่านทั้งหลายก็อย่ามามีปัญหาอะไรกับผมนะ มาหลงรักก็มีปัญหาอย่างหนึ่ง มาหลงเกลียดก็มีปัญหาอย่างหนึ่ง อย่ายึดถือเอาอะไร ไม่ใช่เฉพาะผมที่เป็นไปตามกรรม ท่านก็เป็นไปตามกรรม คนอื่นๆ ก็เป็นไปตามกรรมเหมือนกัน **ทุกคนล้วนเป็นไปตามกรรม** สำหรับข้อที่ ๑ ที่ว่าสุขทุกข์ใครทำให้ สรูปแล้วก็ไม่มีส่วนไหนอะไร ไม่มีเรื่องใครคนไหนทำให้ มีแต่สิ่งที่เป็นไปตามเหตุปัจจัย

## ข้อที่ ๒ ไม่มีวิญญานไปเสวยวิบาก

เราทั้งหลายนั้นยังไม่ได้ละความเห็นผิด บางทีศึกษาธรรมแล้วไม่เข้าใจ หรือเข้าใจไม่แจ่มแจ้ง พวกนี้ยึดถือสภาวะต่างๆ เป็นตัวเป็นตน

บางคนยึดรูป บางคนยึดเวทนา บางคนยึดสัญญา บางคนยึดสังขาร แต่ที่ยึดหนักที่สุดก็คือวิญญาน ซึ่งเป็นตัวรู้หรือธาตุรู้

แท้ที่จริง**วิญญาน**ก็ไม่มีตัวไม่มีตนเหมือนกัน เป็นหนึ่งในชั้นที่ ๕ มีลักษณะสามัญเหมือนกับสังขารอื่นๆ นั้นแหละ เกิดเมื่อมีเหตุแล้วก็ดับไปเมื่อหมดเหตุเหมือนกัน แต่บางคนนั้น เขายึดถือเป็นตัวเป็นตนมาก เขาก็คิดว่า โอ้...เราทำดีบ้างไม่ดีบ้าง มันก็สะสมไว้ในวิญญาน แล้ววิญญานนี้ก็ชอบบุญชอบบาปที่ทำเอาไว้ ไปรับผลที่โน่นที่นี่ มีวิญญานไปเสวยวิบาก เสวยผลของกรรมที่ทำดีบ้างไม่ดีบ้าง รูปร่างกายรวมทั้งความรู้สึกนึกคิดแตกทำลายไป มีวิญญานไปเกิดที่นั่นที่นี่ อะไรก็ผ่านไป แต่วิญญานที่ไปเกิด เสวยผลของกรรมเช่นนั้นไม่มีเลย เพราะวิญญานเกิดที่ไหนมันก็ดับไปที่นั่น มันก็ได้ชื่อต่างๆ ตามเหตุที่ทำให้มันเกิด อาศัยตาและรูปกระทบกัน เกิดวิญญานหรือการรับรู้ขึ้น ก็เรียกว่า**จักขุวิญญาน** เป็นการรับรู้ทางตา ได้ชื่อตามสิ่งที่ทำให้มันเกิด แสดงให้เห็นว่าวิญญานมันไม่ได้มีส่วนไหนอะไร อาศัยจักขุประสาทดีและมีรูปมากระทบ มีแสงสว่าง มีมนสิการใส่ใจถึงอารมณ์ จักขุวิญญานก็เกิดขึ้น ไม่ต้องมีส่วนไหนอยู่เบื้องหลังอะไร แล้วก็ไม่ต้องไปสะสมอะไรให้ยุ่งยาก มันเกิดแล้วมันก็ดับ **โสตวิญญาน** **ฆานวิญญาน** **ชีวหาวิญญาน** **กายวิญญาน** **มโนวิญญาน** ก็โดยทำนองเดียวกัน

ที่นี้บางคนไม่เข้าใจ เขาก็เห็นผิดคิดว่าวิญญานนี้แหละไปเกิด แล้ว ก็เสวยผลตรงโน้นตรงนี้ รูปนี้สักหน่อยแก่ตายไป ความดีหรือความไม่ดี ก็สะสมเอาไว้ในวิญญานนี้แหละ บางคนก็ยึดถือความเห็นอย่างนี้เอาไว้ ปลอบใจตนเอง เจอคนไม่ดี ก็คิดว่า เดี่ยวสักหน่อยเขาจะได้รับผล กรรม จะลงโทษ เดียวก็ไปเกิดอบายแล้ว มัวแต่รออยู่อย่างนั้นนั่นแหละ ไม่ได้ จัดการให้มันถูกต้อง ไม่จับเข้าคุกให้มันเรียบร้อยไป เขาจะได้ไม่มี โอกาสทำความผิดอีก มัวแต่รอให้เขาได้เสวยผลของกรรมเอง นี่กว่า กรรมมีตัวตนไปอีก

วิญญานชนิดที่ไปเสวยผลวิบากดีบ้างไม่ดีบ้าง ที่โน่นที่นี้ มันไม่มีจริง **มันมีแต่วิญญานที่เกิดเพราะมีเหตุ เกิดแล้วก็ดับเท่านั้น** วิญญาน ชนิดที่เป็นตัวตนเที่ยงแท้ ไปเกิดที่นั่นที่นี้ หอบโน่น หอบนี้ไปได้ เป็น ความเห็นของพวกเขาเข้าใจผิดเท่านั้นเอง

ใน*มัชฌิมนิกาย มูลปัณณาสกั มหาตัตถาสังขยสูตร พระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๒ ข้อ ๓๙๘* มีภิกษุรูปหนึ่งชื่อว่าสาติ ท่านคิดว่าเข้าใจคำสอน ของพระพุทธเจ้าดีแล้ว ก็เลยกล่าวความเห็นของตนเองว่า ได้เข้าใจ คำสอนของพระพุทธเจ้าดีแล้ว สิ่งที่ท่องเที่ยววนเวียนไป เกิดภพนั้น บ้างภพนี้บ้าง ก็คือวิญญาน ไม่ใช่สิ่งอื่น เราทั้งหลายโดยส่วนใหญ่ ถ้าไม่ได้ศึกษาธรรมะหรือศึกษาแล้วไม่เข้าใจ ก็จะพากันมีความเห็น อย่างนี้อยู่ ภิกษุสาติกล่าวตอบพระพุทธเจ้าว่า

**เอวํ พุยา ไช อหํ ภนฺเต ภควตา ธมฺมํ เทสิตํ  
อาชานามิ**

**ยถา ตเวทิตํ วิญฺญาณํ สนฺธาตติ สํสฺรติ อนนฺตํ**

ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ข้าพระองค์กล่าวอย่างนี้ว่า ข้าพเจ้า ได้รู้ธรรมะที่พระผู้มีพระภาคทรงแสดงแล้วอย่างทั่วถึง คือ วิญญานนี้มันแหละท่องเที่ยววนเวียนไป ไม่ใช่สิ่งอื่น

วิญญานท่องเที่ยวไป หอบเอาบุญและบาป เกิดภพโน้นบ้างเกิด ภพนี้บ้าง ไปเสวยผลกรรมที่เคยทำไว้ เราทั้งหลายเข้าใจอย่างนี้ใหม่ มี วิญญานไปเกิดภพโน้นภพนี้ พวกที่ยังยึดถือเป็นตัวตน เขาจะคิด อย่างนี้อยู่เสมอ แต่วิญญานอย่างนี้ไม่มี วิญญานมันเกิดแล้วดับไปเลย วิญญานทางตา เกิดที่ตาแล้วก็ดับที่ตา วิญญานทางหู เกิดที่หูแล้วก็ดับ ที่หู วิญญานทางใจ เกิดที่หทัยแล้วก็ดับที่หทัย ไม่มีวิญญานชนิดที่ถือ เอาอะไรอย่างใดอย่างหนึ่ง ข้ามนไปเกิดที่โน่นที่นี้ ไม่มีจริง แต่ภิกษุรูปนี้ ท่านเห็นว่า วิญญานนี้มันแหละท่องเที่ยววนเวียนไป ไม่ใช่สิ่งอื่น

พระพุทธเจ้าสอบถามว่า

**กตมํ ตํ สาติ วิญฺญาณํ**

ดูก่อนสาติ วิญญานนั้นเป็นอย่างไรเล่า

พระพุทธเจ้าถามถึงวิญญานตามความเห็นของภิกษุสาติ ท่าน  
ตอบลักษณะของวิญญานตามความเห็นของตนว่า

**ยวายํ ภนฺเต วโห เวทฺथโย ตตฺร ตตฺร กลฺยาณ-  
ปฺปาทกานํ กมฺมานํ วิปาทํ ปฏฺฐิสฺสเวทฺติ**

ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ วิญญานนี้ก็คือตัวรู้ ตัวรู้สึก และ  
ตัวผู้เสวยวิบากแห่งกรรมทั้งหลายทั้งดีและไม่ดีในที่นั้นๆ

วโห แปลว่า ตัวรู้ ผู้ที่รู้ว่าอะไรเป็นอะไร

เวทฺथโย แปลว่า ตัวรู้สึก ผู้ที่รู้สึกสบายใจบ้าง ไม่สบายใจบ้าง  
สุขบ้าง ทุกข์บ้าง

ตตฺร ตตฺร กลฺยาณปฺปาทกานํ กมฺมานํ วิปาทํ ปฏฺฐิสฺสเวทฺติ แปลว่า  
ตัวผู้ที่เสวยวิบากของกรรมทั้งหลายทั้งดีและไม่ดี ทั้งบุญและบาป ใน  
ภพภูมิที่ตนไปเกิดนั้นๆ ท่องเที่ยวไปเรื่อยๆ ไปรับผลที่ตนทำเอาไว้แล้ว

เราทั้งหลายเคยรู้สึกอย่างนี้ไหม วิญญานชนิดที่เป็นตัวรู้ เป็นตัว  
รู้สึก และตัวที่จะไปเสวยวิบากของกรรมทั้งหลาย ทั้งดีและชั่วนะ ตัวที่  
วนเวียนไปที่โน่นที่นี่ มีไหม ความจริงมันไม่มีวิญญานที่เที่ยงแท้เป็นตัว  
เป็นตนอย่างนั้นหรอก ถ้าความทุกข์มันจะเกิดขึ้น มันก็เกิดเมื่อมีเหตุ เกิด  
แล้วก็ดับไป ไม่มีวิญญานไปเสวยทุกข์นั้นอีก **วิญญานมันเป็นเพียงสิ่ง**

**ที่รู้อารมณ์ รู้เป็นคราวๆ เกิดแล้วก็ดับไป มันก็เกิดที่นั่นแล้วก็ดับที่นั่น  
เกิดพร้อมกันดับพร้อมกันกับเวทธานั้นแหละ** พอมีเหตุปัจจัยมันก็เกิด  
วิญญานขึ้น เป็นตัวรู้ตัวใหม่ ไม่ใช่วิญญานตัวเดิมนี้ไปเสวยสุขทุกข์อะไร  
ที่รู้สึกว่าเป็นสุข เราเป็นทุกข์ นี่มันไม่ใช่ เราเข้าใจผิดเฉยๆ ความ  
สุขเกิดขึ้นเมื่อมีเหตุ หมดเหตุก็ดับ ความทุกข์เกิดขึ้นเมื่อมีเหตุ หมด  
เหตุก็ดับ สุขทุกข์นั้นมันเมื่อมันเกิด แต่ตัวเราผู้เป็นสุขเป็นทุกข์ไม่มี ตัวเรา  
ผู้เสวยวิบากไม่มี ไม่มีวิญญานชนิดที่จะไปเสวยวิบากของกรรมทั้งหลาย  
ทั้งดีและชั่ว ไม่มีตัวตนอะไรอย่างนั้น

ถ้ามีเจตนาดีเกิดขึ้น ก็เป็นกรรมดี ทำแล้วก็แล้วกันไป เกิดจาก  
เจตนาที่เกิดเป็นครั้งๆ เกิดแล้วก็ดับไป ถ้าผลของมันจะเกิด มันมีเหตุ  
พร้อมมันก็เกิด หมดเหตุก็ดับไปอีก ไม่มีตัวตนอะไรอีกเหมือนกัน **ไม่ว่า  
จะเป็นเหตุ ไม่ว่าจะเป็ผล ล้วนแต่ไม่มีตัวตนทั้งนั้น กรรมก็ไม่มีตัวตน  
เกิดเพราะเหตุปัจจัยวิบากก็ไม่มีตัวตน** เกิดเพราะเหตุปัจจัย เป็นกายกับใจ  
ขันธทั้ง ๕ ที่เกิดดับเปลี่ยนแปลงสลับต่อกันไปไม่หยุดนิ่ง

ที่นี้ บางคนไม่เข้าใจเขาก็คิดว่า เอ้อ...เราทำเหตุไว้แล้วก็จะได้ไป  
เสวยผล คิดอย่างนั้นไปซะอีก เหตุก็คือเหตุ ทำแล้วก็แล้วกันไป เกิด  
แล้วก็ดับแล้ว กรรมก็คือกรรม เกิดเพราะมีเหตุ เกิดแล้วก็ดับแล้ว ผล  
ของกรรม ถ้ามีเหตุปัจจัยพร้อม ก็เกิดแล้วก็ดับเหมือนกัน ล้วนเป็น  
สังขารเหมือนกันทั้งเหตุและผล ไม่มีตัวตนอะไร

สำหรับผู้ที่มีความเห็นว่า วิญญาณที่เป็นตัวรู้ ตัวรู้สึก ไปสลาย  
วิบากของกรรมทั้งหลาย ทั้งดีและไม่ดี ท่องเที่ยววนเวียนไป พระพุทธเจ้า  
เรียกว่า **โมฆบุรุษ** แปลว่า *คนเปล่า* เรียนธรรมะซะเปล่าไม่เห็นรู้เรื่อง ไม่มี  
สติปัญญา เขาพูดก็เหมือนไม่ได้พูด พูดผิด พูดไม่รู้เรื่อง เกิดก็เหมือน  
ไม่ได้เกิด พระองค์ตรัสว่า

**กสฺส นุ โข นาม ตฺวํ โมฆบุริสฺส มยา เอวํ ธมฺมํ เทสิตํ  
อาชานาสิ**

ดูก่อนโมฆบุรุษ เธอได้รู้ทั่วถึงธรรมะ อันเราตถาคต  
แสดงแล้วอย่างนี้แก่ใครเล่า

พระองค์ไม่ได้แสดงธรรมะอย่างนี้แก่ใคร ไปได้ยิน หรือจำมาจาก  
ใครที่ไหน

**นนุ มยา โมฆบุริสฺส อเนกปริยาเยน ปฏิจฺจสมุปปนฺนํ  
วิญฺญาณํ วุตฺตํ**

**อญฺจตฺร ปจฺจยา นตฺถิ วิญฺญาณสฺส สมฺภโว**

ดูก่อนโมฆบุรุษ ก็วิญญาณที่เป็นปัจจุสมุปปีนธรรม คือ  
ธรรมะที่อิงอาศัยปัจจัยเกิดขึ้น อันเราตถาคตแสดงแล้ว

โดยอเนกประการไม่ใช่หรือว่า เว้นจากเหตุปัจจัยแล้ว  
การเกิดขึ้นของวิญญาณย่อมไม่มี

เวลาแสดงถึงเรื่องวิญญาณนี้ พระพุทธเจ้าไม่ได้พูดถึงตัวตนอะไร  
แต่พูดถึง**ปัจจุสมุปปีนธรรม คือธรรมะอิงอาศัยปัจจัยเกิด ธรรมะ  
ชนิดที่เป็นผลเกิดมาจากเหตุ** เว้นจากเหตุปัจจัยแล้ว การเกิดขึ้นของ  
วิญญาณย่อมไม่มี ไม่ได้พูดถึงสิ่งที่มีตัวตนอะไร เวลาพูดถึงรูปก็ไม่ได้  
พูดถึงรูปว่ามันเป็นตัวตน รูปนี้ก็เป็นปัจจุสมุปปีนธรรม คือสิ่งที่  
อิงอาศัยปัจจัยเกิดขึ้นเหมือนกัน เวลาที่พูดถึงเวทนา ก็แสดงให้เห็นว่า  
เวทนานี้เป็นปัจจุสมุปปีนธรรม คือมันเกิดเพราะมีเหตุ สัญญา สังขาร  
ทั้งหลายก็ทำนองเดียวกัน ไม่ได้พูดถึงสิ่งที่มีตัวตน แต่พูดถึงสิ่งที่ไร้ตัวตน  
มันเกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัย

เหมือนเราพูดถึงรถยนต์รถนี้มันไม่มีจริงใช่ไหม พูดถึงสิ่งที่ไม่จริง  
พูดถึงสิ่งที่ประกอบขึ้นจากส่วนประกอบหลายๆ อย่าง ที่สมมติเรียกกัน  
ว่ารถ เวลาเราแยกส่วนประกอบออกไปก็มีล้อ ตัวถัง เครื่องยนต์ ประตูล้อ  
แยกออกไปทีละส่วนๆ ก็ไม่มีตัวรถอยู่จริง รถนี้เป็นคำพูดเฉยๆ เป็น  
คำสมมติเพื่อสื่อสารกัน แม้เมื่อแยกย่อยออกไปอย่างนั้นแล้ว ส่วน  
ประกอบย่อยๆ ซึ่งเป็นส่วนประกอบของรถนั้น ก็ไม่ได้มีจริงอีก ล้อก็  
ไม่ได้มีอยู่จริง เพราะล้อก็เกิดขึ้นเพราะมีเหตุเหมือนกัน เกิดจาก

ยางพาราและส่วนอื่นๆ ประกอบกันเป็นล้อ เครื่องยนต์ก็ไม่ได้มีจริงอีก เหมือนกัน เพราะเครื่องยนต์ก็เกิดเพราะส่วนประกอบหลายๆ อย่าง และส่วนประกอบที่ทำให้มันเกิด ก็มาจากเหตุปัจจัยอีกเหมือนกัน

เมื่อพระพุทธองค์แยกชีวิตเรานี้ ให้เห็นความจริงว่า เป็นส่วนประกอบของขันธ์ทั้ง ๕ คือรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ รูปก็ไม่ได้มีตัวตน เกิดเพราะมีเหตุแล้วดับไป มาจากความเปลี่ยนแปลงและเปลี่ยนไปเรื่อยๆ ไม่มีหยุดนิ่งเลย เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ก็เหมือนกัน จึงใช้คำบาลีเป็น

### ปฏิจสุมฺปนฺนํ วิญญาณํ

วิญญาณซึ่งเป็นสิ่งที่อิงอาศัยปัจจัยเกิดขึ้น

กล่าวถึงสิ่งที่เป็นผลมาจากเหตุปัจจัยหลายอย่าง นอกจากเหตุ นอกจากปัจจัยแล้ว การเกิดขึ้นของวิญญาณย่อมไม่มี จะไปหาตัวตนที่ใดที่หนึ่งไม่ได้เลย จะไปหารถจริงๆ ก็ไม่ได้ จะไปหาล้อรถจริงๆ ก็ไม่ได้ ไม่มีตัวตนนั้นๆ อยู่จริง เพราะมันล้วนมาจากความเปลี่ยนแปลง แล้วก็เปลี่ยนแปลงมาเรื่อยๆ ไม่เคยหยุดนิ่ง

เหมือนส่วนประกอบในร่างกายเรานี้ แขนเรานี้ จะบอกว่าแขนของเรา ก็เป็นเพียงคำสมมติ ใช้ในการสื่อสารกัน มันเป็นของ

เปลี่ยนแปลงมาเรื่อยๆ เริ่มตั้งแต่ธาตุของพ่อของแม่เป็นจุดเริ่มต้น แล้วเอาธาตุของโลกใส่เข้าไป ซากเปิด ไก่ ปลา ข้าว แต่ละส่วนล้วนแต่เปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ จะไปยึดถือว่าเป็นอะไรจริงๆ ขึ้นมาย่อมไม่ได้ เราใช้เป็นคำพูดสำหรับสื่อสารกันทางโลกเท่านั้นเอง ท่านจึงว่า ตัวตน คนนั้น คนนี้ หญิง ชาย เป็นเพียง**โลกโวหาร** เป็นคำพูดของชาวโลกเท่านั้นเอง เมื่อเรารู้เท่านั้นก็ไม่มีอะไร

นี่เป็นความเห็นผิดของภิกษุชื่อว่าสาติ เข้าใจผิดคิดว่า มีวิญญาณ ไปเกิดที่นั่นที่นี้ วนเวียนกันไป

พระพุทธเจ้าถามว่า วิญญาณชนิดไหนละ

ตอบว่า วิญญาณที่เป็นตัวรู้ เป็นตัวรู้สึก เป็นตัวที่ไปเสวยวิบากของกรรมทั้งดีและชั่ว

พระพุทธเจ้าก็เลยบอกว่า โมฆบุรุษ เป็นบุรุษเปล่าไปแล้ว เป็นผู้ที่ไม่รู้เรื่อง เพราะพระองค์ตรัสโดยอเนกประการว่า วิญญาณนั้นเป็นสิ่งที่ เป็นปฏิจสุมฺปนฺนํ นธรรม คือธรรมะที่เกิดขึ้นเพราะอาศัยเหตุปัจจัย และเหตุปัจจัยที่ทำให้มันเกิดก็อาศัยเหตุปัจจัย และ**เหตุปัจจัยของเหตุปัจจัยก็อาศัยเหตุปัจจัยอีกเหมือนกัน จึงไม่มีตัวตนอยู่จริงเลยซักทีเดียว ผู้ที่รู้แจ้งแทงตลอดความจริงเท่านั้น จึงจะสรุปความจริงอย่างนี้ได้** ถ้าผู้ไม่รู้จริง ก็จะไปติดตันที่นั่นบ้างที่นั่นบ้างอยู่เรื่อยๆ ทีเดียว

พระองค์ตรัสบอกว่า

### อนนต์ร ปจฺจยา

เว้นจากเหตุปัจจัยแล้ว

### นตฺถิ วิญญาณสฺส สมฺภาโว

การเกิดขึ้นของวิญญาณย่อมไม่มี

เมื่อพูดถึงวิญญาณขึ้นมาย่อมแสดงให้เห็นถึงเหตุปัจจัยอีกมหากาลที่ทำให้เกิดวิญญาณนี้ขึ้น **เหตุปัจจัยหลายอย่างเป็นปัจจัยให้เกิดผลหลายอย่าง** มากมายสลับซับซ้อนไม่สามารถไปจำกัดหรือจำเพาะเจาะจงได้ แต่ตอนนี้ หยิบมาพูดแค่เรื่องวิญญาณ ซึ่งเป็น**ปฏิจฺจสมุปปັນนะ** คือสิ่งที่อิงอาศัยปัจจัยเกิดขึ้นแล้ว ภาษาไทยเราก็คือผลที่มาจากเหตุนั่นเอง ผลนั้นมันมาจากเหตุ แต่เหตุนั้นมีหลากหลาย เป็นอนนทปริยาย ตัวเหตุท่านเรียกว่า**ปฏิจฺจสมุปปาพะ**

ฉะนั้น ถ้าใครยังเข้าใจเรื่องวิญญาณ ท่องเที่ยว วนเวียน ไปเกิด ไปเสวยสุข เสวยทุกข์ เสวยผลของกรรมอย่างโน้นอย่างนี้ ก็ให้เข้าใจเสียใหม่ กรรมที่เราทำ ไม่ว่าจะดีและไม่ดี ก็ไม่มีตัวตน เกิดแล้วก็ดับไป ไม่แน่มั่นนอน ผลของกรรมนั้น ถ้ามันมีเหตุมันก็เกิด ไม่มีเหตุก็ไม่เกิด ไม่แน่มั่นนอนเหมือนกัน ไม่มีตัวไม่มีตนเหมือนกัน

## ข้อที่ ๓ การแก้กรรม

ข้อนี้ท่านทั้งหลายคงจะชอบกันนะ ได้ยินพูดกันเยอะเหลือเกินแล้ว การแก้กรรม พระพุทธเจ้าก็บอกเรื่องนี้เหมือนกัน เรื่องการแก้กรรม การแก้กรรมเก่าๆ ที่มันไม่ดี ที่ได้พลาดพลั้งขาดสติ หลงทำไปแล้ว ในพระสูตรต่างๆ มากมาย พระพุทธเจ้าก็ตรัสด้วยคำๆ เดียวกันนี้แหละ

ผมจะยกตัวอย่างมาจากที่**ขนิกาย สีสักขันธวรรค สามัญญผลสูตร พระไตรปิฎกเล่มที่ ๙ ข้อ ๒๕๑**

พระสูตรนี้แสดงแก่พระเจ้าอชาตศัตรู พระเจ้าอชาตศัตรูนั้นฆ่าพ่อคือพระเจ้าพิมพิสาร ซึ่งเป็นพระโสดาบัน เป็นผู้ทรงธรรม นี้ขนาดเป็นพระโสดาบันเลี้ยงลูก ลูกยังฆ่าตัวเองเลยนะ เราทั้งหลายเลี้ยงลูกไปตามความสามารถ มันดีบ้าง ไม่ดีบ้าง ก็ช่างมันเถอะ อยาไปสนใจมันมากนัก นี้ขนาดพระโสดาบันเลี้ยงลูก ลูกยังฆ่าพ่อเลย ไม่ใช่ว่าเป็นอริยเจ้าแล้ว จะเลี้ยงลูกให้ดีได้เสมอไป ฉะนั้น เราทั้งหลายเลี้ยงแล้วลูกมันไม่ค่อยดี ก็ไม่เป็นไรหรอก มันเป็นคนธรรมดา

บางท่านเป็นพระโสดาบันทั้งสามภรรยา ก็แนะนำลูกให้มาเลื่อมใสในพระศาสนาไม่ได้ ต้องทำอุบายให้ไปไหว้ทิศ ดังใน**สิงคาลกสูตร** ที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงแก่สิงคาลกมาณพ ก็พ่อหนุ่มนี้มีพ่อแม่เป็นพระโสดาบัน แต่ก็ยังไม่ยอมเลื่อมใสในพระพุทธศาสนา ก่อนตายพ่อก็เลยออกอุบายให้ไปไหว้ทิศ เพื่อจะได้มีโอกาสฟังวิธีการไหว้ทิศแบบพระอริยเจ้า จนเป็นที่มาของพระสิงคาลกสูตร



ที่นี่ หลังจากทำปิตุฆาต ฆ่าพระเจ้าพิมพิสารแล้ว พระเจ้า  
อชาตศัตรูก็รู้สึกสำนึกผิด เสียใจกับสิ่งที่ตัวเองทำ รู้สึกเดือดร้อนใจ ก็  
ไปหาอาจารย์นั้นอาจารย์นี้ อาจารย์นั้นก็บอกอย่างนี้ อาจารย์นี้ก็บอก  
อย่างนั้น ก็ไม่หายทุกข์ใจ หมอชีวกโกมารภัจจ์ก็เลยแนะนำให้ไปเฝ้า  
พระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าทรงแสดงสามัญญผลสูตร เป็นการตอบ  
คำถามของพระเจ้าอชาตศัตรู ซึ่งเป็นพระสูตรแสดงรายละเอียดเกี่ยวกับ  
ผลที่ผู้ปฏิบัติจะพึงได้เห็นเองในชาติปัจจุบัน คือ**ถ้าปฏิบัติฝึกฝนตาม  
หลักพระมจรยที่พระพุทธเจ้าประกาศเอาไว้ดีแล้ว ก็จะเป็นผู้ที่สงบ  
ระงับด้วยศีล ด้วยสมาธิ ด้วยปัญญาไปตามลำดับ จนกระทั่งรู้อรียสัจ  
แล้วหมดสิ้นอาสวะไป**

พอฟังพระธรรมเทศนาจบแล้ว พระเจ้าอชาตศัตรูก็เลยขอขมา  
พระพุทธเจ้า บอกว่า ข้าพระองค์นี้ได้ทำผิดอย่างมหาดล เพราะความที่  
ตนเองเป็นคนโง่ คนหลง หลงเชื่อปาปมิตร แล้วก็ฆ่าพ่อตนเอง

พระพุทธเจ้าก็เลยบอกวิธีแก้กรรมเอาไว้ ซึ่งก็เหมือนในสูตรอื่นๆ  
เวลาที่ภิกษุทำไม่ดี ไปขอขมาพระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าก็จะตรัสอย่างนี้  
เหมือนกัน นี่เป็นวิธีแก้กรรมตามหลักพระพุทธศาสนา พระองค์ตรัสว่า

**ยโต จ โข ตูว มหาราช อจฺจย อจฺจยโต ทิสฺวา  
ยถาธมฺมํ ปฏิทโรลฺลึ**

**ดูก่อนมหาบพิตร ในกาลใดแล พระองค์เห็นโทษโดย  
ความเป็นโทษ แล้วกระทำคืนตามธรรมะ**

มองเห็นโทษโดยความเป็นโทษ มองเห็นสิ่งที่เคยกระทำนั้นแหละ  
มองไปที่ตัวการกระทำ เห็นการกระทำที่ไม่ดีว่ามันเป็นสิ่งไม่ดี เช่น พุด  
โกหกไม่ดี เราก็มองเห็น อ้อ...โกหกไม่ดี มองการฆ่าสัตว์ อ้อ.. การฆ่า  
สัตว์ไม่ดี การฆ่าพ่อไม่ดี ไม่ใช่มองว่าตัวเองเลวนะ มองเห็นโทษโดย  
ความเป็นโทษ เห็นสิ่งที่ไม่ดีโดยความเป็นสิ่งที่ไม่ดี แล้วกระทำคืนตาม  
ธรรมะ กระทำคืนให้มันถูกต้องเหมาะสม สอดคล้องกับเหตุปัจจัย

**ปฏิทโรลฺลึ** แปลว่า **กระทำคืน แก้ไข เปลี่ยนแปลง ทำให้มันดีขึ้น** ถ้า  
จะถามว่าแก้กรรมมาจากภาษาบาลีว่าอะไร ก็มาจากคำนี้ ปฏิทโรลฺลึ ถ้า  
ผูกเป็นคำนามก็ว่า ปฏิทรม

จะกระทำคืนกันอย่างไร ให้มันถูกต้องตามธรรมะ ตรงตามเหตุ  
ปัจจัย พระองค์บอกว่า **ในกาลใดแล พระองค์เห็นโทษโดยความเป็นโทษ  
แล้วกระทำคืนตามธรรมะ**

**ตฺนฺเต มยฺ ปฏิคฺคณฺหาม**

**เราตถาคตย่อมน้อมรับความผิดของพระองค์นั้น**

เวลาขอขมานี้แหละ ถ้ากระทำความผิดตามธรรมชาติ แก่กรรมตามธรรมชาติ  
แก้ไขให้ถูกต้องตามหลักเหตุผล จะรับรองให้ แต่ถ้าไม่กระทำความผิดตาม  
ธรรมชาติอย่างที่ยกมานี้ ไม่ยอมรับ คือไม่ใช่แนวทางที่พระองค์แนะนำ ไม่ใช่  
วิธีของพระพุทธเจ้า

ฉะนั้น เราทั้งหลายนะ หากเคยทำผิดมาแล้ว ถ้าอยากเจริญใน  
อริยวินัย เป็นผู้ที่พระพุทธเจ้ารับรอง เราต้องทำคืนให้ถูกต้องตามธรรมชาติ  
ทำอย่างไรละ พระองค์ตรัสต่อไปว่า

### **วฑฺฒติ เสดสา มหาราช อริยสุต วินย**

ดูก่อนมหาบพิตร ก็การกระทำเช่นนี้เป็นความเจริญใน  
อริยวินัย

### **โย อจฺจยํ อจฺจยโต ทิสฺวา**

### **ยถาธมฺมํ ปฏิกโรติ**

### **อายุติ สํวรํ อาปชฺชติ**

คือ บุคคลใดเห็นโทษโดยความเป็นโทษแล้ว  
ยอมกระทำความผิดตามธรรมชาติ  
ได้แก่ เข้าถึงความสำรวมระวางในกาลต่อไป

นี่แหละคือวิธีแก้กรรมวิธีแก้ไขปรับปรุงให้ดีขึ้นตามที่สมควรแก่เหตุ  
คือเห็นว่ามันนั้นมันเป็นโทษ เห็นโทษโดยความเป็นโทษ ก็หยุดทำ แล้ว  
เข้าถึงความสำรวมในกาลต่อไป

สํวรํ แปลว่า สำรวมระวาง คือให้มีสติสัมปชัญญะไว้ เดิมเคยทำผิด  
ก็อย่าไปทำผิดอีก เดิมเคยทำพลาดบ่อยๆ ก็ให้มันพลาดน้อยลงๆ จน  
ไม่พลาดอีก เดิมเคยด่าคนอื่นเขา เห็นว่าการด่าคนอื่นนั้นมันไม่ดี ก็อย่า  
ไปด่าอีก แล้วก็สำรวมระวาง ฝึกให้มีสติสัมปชัญญะ คอยป้องกันระวางไว้  
นี่ถ้าทำแบบนี้ พระองค์จะรับรองให้ ถ้าทำแบบอื่นพระองค์ไม่รับรอง  
วิธีอื่นพระองค์ไม่ได้บอกไม่ได้สอน

ฉะนั้น เราทั้งหลายถ้าอยากจะทำกรรม ต้องแก้แบบนี้ พระพุทธเจ้า  
รับรองให้ ส่วนถ้าแก้แบบนี้ พระพุทธเจ้าไม่รับรองให้ ในเมื่อ  
พระพุทธเจ้าไม่รับรอง จะถูกหรือผิด จะได้ดีหรือไม่ดี ก็ตกอยู่ภายใต้  
ความไม่แน่นอนนอน แก่กันไป ๑๐๐ คน อาจจะได้ดี ๕๐ หรือไม่ดี ๕๐  
อันนี้ก็แล้วแต่เออะ แต่ไม่ใช่วิธีที่พระพุทธเจ้าสั่งสอน ที่พระองค์รับรอง  
จริงๆ ก็คือ ให้เห็นโทษโดยความเป็นโทษ แล้วกระทำความผิดตามธรรมชาติ คือ  
ให้ถึงการสำรวมระวางในกาลต่อไป เราทำผิดแล้วก็แล้วไป เห็นว่ามันผิด  
แล้วก็หยุด หยุดแล้วก็สำรวมระวาง

คนเคยทำผิดมา ให้หยุดแล้วสำรวมระวาง อย่างเรื่อง**องคฺลิมาล**  
เคยฆ่าคนมาตั้งเยอะ ไล่ตามพระพุทธเจ้าไปหมายจะฆ่าเอานี้ว ไล่ไม่ทัน

ก็บอกว่า “สมณะๆ หยุดๆ” พระพุทธเจ้าก็บอกว่า “เราหยุดแล้ว แต่ท่านยังไม่หยุด”

องคูลีมาลก็สงสัย เอ๊ะ...เรานี่ หอบแฮ่กๆ ไล่ไม่ทันแล้ว หยุดอยู่ สมณะยังเดินอยู่ สมณะนี่โกหกหละมั้ง ก็เลยถาม พระพุทธเจ้าก็เลยบอกว่า “เราหยุดแล้ว หยุดการฆ่า การเบียดเบียน ส่วนท่านยังไม่หยุด” พอฟังเท่านั้นเอง องคูลีมาลก็เข้าใจว่า โอ...แค่หยุดเท่านั้นเอง ถึงจะทำผิดอะไรมาเยอะเยะมากมาย ให้หยุดเท่านั้น และก็สำรวมระวังต่อไป ก็หยุดฆ่าและขอบวชเพื่อฝึกฝนความสำรวมระวังทันที เท่านั้นก็เจริญสว่างไสวในอริยวินัยได้ ดุจพระจันทร์พ้นแล้วจากเมฆ ฉะนั้น

เพราะโดยความจริงแล้ว กรรมมันไม่มีตัวตนอะไร ไม่ได้เป็นตัวเป็นตนจะมาเอาคืน ไม่มีเจ้ากรรมนายเวรที่เป็นตัวตนอะไรนั้น มีแต่ว่าสิ่งต่างๆ มันเกิดเพราะมีเหตุ เกิดแล้วมันก็ดับแล้ว กรรมมันเกิดแล้วก็ดับแล้ว ทำผิดแล้วก็แล้วกันไป ผลมันจะเกิดหรือเปล่า มันก็ตกอยู่ภายใต้ความไม่แน่นอนเหมือนกัน เพียงแต่รู้ว่ามันผิด ก็หยุด หยุดแล้ว ก็สำรวมระวังในโอกาสต่อไป ก็จบแล้ว

แต่เราทั้งหลายแก้กันอย่างนี้หรือเปล่า จะแก้กรรมที่ก็ต้องหาหัวหมูมาไหว้วอน ไ้อ้โฮ...จะด่าทำไมเกินควรแล้ว ทำไม่ดีมาตั้งเยอะ หัวหมูอันเดียวก็สิ้นสุดกันไป อย่างนั้นหรือ ไม่มีการฝึกฝนตนเองให้สำรวมระวังเลย

ดังนั้น เห็นโทษโดยความเป็นโทษ ไม่ต้องไปทำพิธีกรรมอะไรให้มันยุ่งยากก็ได้ เราทั้งหลายนี้เที่ยวไปขอโทษคนโน้นคนนี้ โดยคิดว่าเขาจะให้อภัย แต่มันไม่แน่หรอก เราลองดูก็ได้ เราเคยทำไม่ดีกับคนนี้อาไว้ ๑๐ ปีที่แล้ว เรายังอยากจะเป็นคนดีขึ้นมา ก็ไปขอโทษเขา คุณครับ ผมเคยด่าคุณเมื่อ ๑๐ ปีที่แล้ว ขอโทษด้วยนะครับ เขาอาจจะต้อยเขาก็ได้ เพราะอะไร เขาอุตสาห์ลืมไปแล้วยังมารื้อฟื้นเรื่องไม่เป็นเรื่องอีก แต่โดยส่วนใหญ่เราชอบคิดข้างเดียวว่า ถ้าเราไปขอโทษเขาคงจะให้อภัยแน่ๆ เลย ชอบคิดอย่างนี้ ไม่มีอะไรมันเที่ยงอย่างนั้นหรอก มันไม่แน่ ดังนั้น **จึงต้องไม่ประมาท** นั่นแหละคือวิธีที่ถูกต้องที่สุด เป็นความเจริญในอริยวินัยที่พระพุทธเจ้าบอกเอาไว้

แม้แต่คนเคยฆ่าพ่อก็ยังเจริญในอริยวินัยได้ ถ้ารู้วิธีที่ถูกต้อง เพียงแต่ว่าการฆ่าพ่อนั้นเป็นอนันตริยกรรม ต้องได้รับผลในนรกแน่นอนในชาติต่อไป พอหมดจากนรกก็ค่อยว่ากันต่อไป ถ้าไม่ทำอนันตริยกรรมฆ่าคนมาเยอะเยะ ก็เจริญในอริยวินัยได้ **เพียงแต่หยุดแล้วก็สำรวมระวังต่อไปเท่านั้น**

เราทั้งหลายนั้น นานๆ ทำเลวทีหนึ่ง ไซ้ใหม่ ไม่ได้เลวมากเท่าไร ถ้ารู้ว่า โอ...อันนั้นมันไม่ดี มันทำร้ายเบียดเบียนตนเองและคนอื่น เหล่าวิญญูชนท่านติเตียน ก็หยุด หยุดแล้วก็สำรวม ไม่ทำผิดอีก เท่านั้นก็พอแล้ว ส่วนใครจะมาว่าเรา เป็นคนเลว เป็นคนไม่ดี ต้องตกนรกหมกไหม้ ไม่ได้



พูดไม่ได้เกิด อย่างนั้นอย่างนี้ อย่าไปเชื่อเขามาก ให้เชื่อพระพุทธเจ้าไว้  
แค่เห็นโทษโดยความเป็นโทษ แล้วก็หยุด จะเลวมาขนาดไหน มันก็ดับ  
ไปแล้ว ก็ไม่ได้มีตัวตนอะไร ให้สำรวจระวังต่อไปก็พอ

#### ข้อที่ ๔ การชำระล้างกรรม

ข้อนี้ยิ่งกว่าการแก้กรรมอีก มีการชำระล้างกรรมได้ด้วย **สิ่งที่ชำระล้างหรือน้ำสำหรับล้างให้เราบริสุทธิ์ สะอาดขึ้น จนกระทั่งผงใสบริสุทธิ์ สะอาด หหมดจด นี่ก็คืออริยมรรคมีองค์ ๘ หรือพรหมจรรย์นั่นเอง** นี่ก็เป็นการใช้คำตามแบบชาวโลก เขานิยมพูดถึงการล้างบาปล้างกรรมกัน ล้างสิ่งไม่ดี ล้างเสียดจัญไร อะไรอย่างนี้ ในคำสอนของพระพุทธเจ้าก็มีคำแนะนำเกี่ยวกับเรื่องนี้เหมือนกัน

ความจริง มันไม่มีตัวไม่มีตนที่จะไปล้างได้ มีแต่ข้อปฏิบัติที่ถูกต้อง อันเป็นเหตุให้พ้นจากกรรมไป คือการประพฤติพรหมจรรย์นั้นแหละจะล้างกรรมได้

เราทั้งหลายถ้าอยากจะรื้อวงจรของกรรมไป อยากจะหมดการวนเวียน ก็ให้มาประพฤติพรหมจรรย์ ฝึกฝนโดยวิธีที่มันถูกต้อง กรรมที่ทำแล้วก็จะไม่ให้ผลอีกเลย ไม่ใช่ว่า โอ...เราทำไม่ดีไปแล้ว จะต้องได้รับผลไม่ดี ทำดีแล้ว จะต้องได้รับผลดี มันไม่ใช่อย่างนั้นเสมอไป ถ้าพูดอย่างนั้น ก็เป็นการปฏิเสธพรหมจรรย์ของพระพุทธเจ้า เพราะถึงเรา

จะทำไม่ดี ก็ไม่ต้องได้รับผลก็ได้ ทำดีก็ไม่ต้องได้รับผลก็ได้อีกเหมือนกัน เพราะทุกสิ่งมันไม่เที่ยง ไม่แน่นอน มันเกิดเพราะมีเหตุ

ตัวกรรมนั้นเป็นเจตนาที่ไม่มีตัวตนเกิดเพราะเหตุเกิดแล้วก็ดับแล้ว ผลมันจะเกิดหรือไม่เกิด มันก็เป็นอีกเรื่องหนึ่ง **ทุกสิ่งมันยอมเกิดเพราะมีเหตุ เมื่อไม่มีเหตุมันก็ไม่เกิด เราจึงสามารถประพุดิตพรหมจรรย์เพื่อละเหตุของทุกข์ ละเหตุของกรรม ละเหตุที่จะทำให้เกิดผลของกรรม เมื่อหมดเหตุ มันก็หมดโอกาสที่จะเกิด ไม่มีทุกข์เกิดขึ้น ไม่มีกรรมเกิดขึ้น ไม่มีผลของกรรมเกิดขึ้น อย่างนี้ก็ได้**

เราทั้งหลายชอบพูดกันว่า *เธอทำไม่ดี ต้องตกนรกนะ* ไอ้คนพูดนั้นแหละมันจะตกนรกซะเอง เพราะมีมีจกชาติภูมิ

*เธอทำบุญนะ แล้วจะได้ไปสวรรค์* เขาพูดอย่างนี้ ถ้าเชื่อถือตามเขาอย่างนี้อย่างไม่มีลืมหูลืมตา ก็อาจจะหลงไปได้ง่ายๆ ไม่มีอะไรมันแน่นอนหรอก จึงต้องไม่ประมาทเท่านั้น พระพุทธเจ้าท่านสอน รวบคำสอนลงมาเป็นปัจฉิมโอวาทให้ง่ายๆ แต่เวลาเราเรียน เป็นยังไงกันบ้าง กระโดดไปทางโน้น กระโดดไปทางนี้ เข้ารกเข้าพง วนเวียนกันไป

ในเรื่องการชำระล้างกรรม จะต้องมีความเข้าใจที่ถูกต้องก่อน จึงจะมีพรหมจรรย์ได้ คือการดำเนินชีวิตที่ประเสริฐ ทำให้ลบล้างกรรมเก่าๆ ได้ ให้มันไม่สามารถนำเราไปสู่อบายได้ ถ้ามีความเห็นผิด พรหมจรรย์ก็จะมี การชำระล้างกรรมก็จะเป็นไปได้ ความผิดพลาดที่เคยทำเอาไว้ก็จะนำเขาไปอบาย ทำให้เขาประสบกับความทุกข์ได้

ในอังคุตตรนิกาย ติกนิบาต โฉนทสุตฺร พระไตรปิฎกเล่ม ๒๐ ข้อ ๑๐๑ พระพุทธเจ้าตรัสว่า

**โย โข ภิกขเว เอวํ วเทยย  
ยถา ยถายํ ปุริโส กมมํ กโรติ  
ตถา ตถา ตํ ปฏิสเวทียติ**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย บุคคลใดกล่าวอย่างนี้ว่า  
บุคคลนี้ยอมทำกรรมโดยประการใดๆ  
เขายอมได้เสวยกรรมนั้นโดยประการนั้นๆ

ทำอะไร ก็จะได้เช่นนั้น ทำดีก็ได้ดี ทำชั่วก็ได้ชั่ว อย่างนี้ทำกรรมโดยประการใดๆ ก็จะได้เสวยกรรมอย่างนั้นๆ นั้นแหละ ได้เสวยผลแบบเดียวกับที่กระทำนั้นแหละ

**เอวํ สนตํ ภิกขเว พุทธมจฺริยวาโส น โหติ  
โอภาโส น ปญฺญา ยติ สมมา ทุกฺขสฺส อนฺตกิริยา ย**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เมื่อเป็นเช่นนั้น การอยู่ประพุดิต  
พรหมจรรย์ก็ยอมไม่มี  
โอกาสเพื่อการกระทำที่สุดแห่งทุกข์โดยชอบก็ยอมไม่  
ปรากฏ

ถ้าทำดีก็ต้องได้ดี ทำชั่วก็ต้องได้ชั่ว ทำดีแล้วยังต้องคอยรับดีอยู่ ทำชั่วแล้วยังต้องคอยรับชั่วอยู่ การประพาศพรหมจรรย์ก็ไม่ได้ เพราะมีแต่คอยรับผล ต้องมีตัวมีตนไปรับผลอยู่เรื่อย ไม่มีทางหมด ไม่มีทางสิ้นสุดสักที ออกจากวงจรของโลกไม่ได้ การประพาศพรหมจรรย์ ที่พระพุทธเจ้าทรงประกาศเอาไว้ดีแล้ว เป็นไปเพื่อความสิ้นทุกข์ เพื่อความสิ้นกรรม ก็ถูกปฏิเสธไป

บางคนเขาก็พูดดีนะ ไม่มีใครใหญ่เกินกรรม อย่างนี้ ฟังเข้าทำดีเหมือนกัน ถ้าไม่มีพระพุทธเจ้าก็ใช่อยู่ ถ้ามีพระพุทธเจ้าอุบัติขึ้นมาแล้ว เรื่องกรรมเป็นเรื่องเล็กน้อย เป็นเรื่องวนเวียนอยู่กับโลก เป็นเรื่องของพวกเห็นผิดและพวกยึดมั่นถือมั่น พวกที่ไม่รู้หรือริยสังเท่านั้นเอง พระพุทธเจ้าเห็นอกกรรมไป สิ้นกรรมไป หมดกรรมไปแล้ว

ถ้าเราบอกว่า ไอ้... เกิดแล้วต้องตายเป็นธรรมดา ถ้าไม่มีพระพุทธเจ้าก็ใช้ได้อยู่ แต่ถ้ามีพระพุทธเจ้าแล้วเกิดตายก็เป็นเรื่องประจำโลก เกิดตายนี้เรื่องเล็ก เพราะท่านสอน **อมตะคือความไม่ตาย** ใหญ่กว่ากันเยอะ **พ้นจากความเกิด พ้นจากความแก่ พ้นจากความตาย หมดนามรูป หมดกองทุกข์ไปโดยสิ้นเชิง**

คำกล่าวในพระสูตรนี้ก็เหมือนกัน **บุคคลนี้ย่อมทำกรรมโดยประการใดๆ เขาย่อมได้ส่วยกรรมนั้นโดยประการนั้นๆ** เมื่อเป็นเช่นนั้น การอยู่ประพาศพรหมจรรย์ก็ย่อมไม่มี **โอกาสเพื่อการกระทำที่สุดแห่งทุกข์โดยชอบก็ย่อมไม่ปรากฏ**

โดยความเป็นจริงแล้ว สังขารทั้งปวงล้วนไม่เที่ยง กรรมคือเจตนา เกิดเพราะเหตุมันก็ไม่เที่ยง ทำกรรมเสร็จแล้วก็ดับแล้ว มันเป็นของเกิดดับ เมื่อกรรมดับไป พรหมจรรย์ก็เกิดได้ มรรคก็เกิดได้ ผลของกรรม เกิดเพราะมีเหตุ หมดเหตุก็ดับไป เมื่อผลของกรรมดับไป พรหมจรรย์ก็เกิดได้ มรรคก็เกิดได้ โอกาสเพื่อการกระทำที่สุดแห่งทุกข์ก็ย่อมมีได้ เพราะมันไม่เที่ยง จึงมีโอกาที่สิ่งอื่นจะเกิดขึ้นได้

ถ้าบุคคลใดมีความเห็นว่า บุคคลนี้ทำกรรมโดยประการใดๆ เขาย่อมได้ส่วยกรรมนั้นโดยประการนั้นๆ พรหมจรรย์ก็ย่อมไม่มีสำหรับเขา โอกาสเพื่อการกระทำที่สุดแห่งทุกข์โดยชอบก็ย่อมไม่ปรากฏ

ส่วนบุคคลใดที่มีความเห็นสอดคล้องกับความจริง การอยู่ประพาศพรหมจรรย์ย่อมมีได้ และโอกาสในการกระทำที่สุดแห่งทุกข์ย่อมปรากฏ

**โย จ โข ภิกษเว เอว วเทยย**

**ยถา ยถา เวทนิยํ อयํ ปุริโส กมมํ กโรติ**

**ตถา ตตาสส วิปากํ ปฏิสเวทียติ**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย บุคคลใดกล่าวอย่างนี้ว่า

บุคคลนี้ย่อมทำกรรมที่พึงให้ผลได้โดยประการใดๆ

เขาย่อมส่วยวิบากของกรรมนั้นโดยประการนั้นๆ

คำในประโยคนี้ก็ดูคล้ายๆ กับประโยคก่อนหน้านั้น แต่ไม่เหมือนกัน กล่าวออกมาจากความเห็นที่แตกต่างกัน เป็นคำกล่าวที่แสดงถึงความไม่มีตัวตน เป็นไปตามเหตุปัจจัย

เวทนิย แปลว่า *ที่พึงให้ผลได้ ที่พึงเสวยผลได้* แสดงถึงสิ่งนั้นจะเกิดขึ้นได้ถ้าเหตุปัจจัยพร้อม ถ้าเหตุปัจจัยบกพร่องไป ขาดเหตุปัจจัย บางอย่างไปก็เกิดไม่ได้

คำว่า *เวทนิย กมมัม กรรมที่พึงให้ผลได้* นี้แสดงให้เห็นว่า เฉพาะบางกรรม ที่มีเหตุปัจจัยพร้อมจึงให้ผลได้ บางกรรมที่เหตุปัจจัยไม่พร้อมก็ให้ผลไม่ได้ กรรมทำแล้วก็ดับไปแล้ว ถ้ามันมีเหตุปัจจัยพร้อม อันนี้ก็ให้ผล ถ้าเหตุปัจจัยไม่พร้อมก็ไม่ให้ผล เราทำบุญ บุญนั้นเป็นชื่อของความสุข บุญเกิดขึ้นแล้วก็ดับไป ส่วนความสุขจะเกิดขึ้นหรือไม่ เหตุปัจจัยพร้อมก็เกิด เหตุปัจจัยไม่พร้อมก็ไม่เกิด

ถ้าอยากให้สิ่งดีๆ ให้ผลได้ง่าย พระพุทธเจ้าก็แสดงเหตุเอาไว้ เช่นว่า **ความปรารถนาของผู้มีศีลนั้น ย่อมประสบความสำเร็จได้** ท่านทำบุญแล้ว อยากมีความสุข ท่านก็ต้องฝึกจิตใจให้มีศีล ใช้ชีวิตอย่างถูกต้อง สำรวมระวัง ละทุจริต มีความรู้ตัวในการทำ พุทฺ คิตฺ อย่างนี้ความปรารถนาของท่านจะสำเร็จ ทำบุญแล้ว ความสุขจะเกิดขึ้นได้ง่าย ไม่ใช่ว่า โอ...เราทำบุญแล้ว บุญเป็นชื่อของความสุข ทำบุญไว้เยอะๆ ทำแล้วก็นอนรอความสุข แต่ก็ยังทุกข์เหมือนเดิม เพราะอะไร เพราะตัวเองไม่มีศีล

ขาดศีล ยังทำทุจริตด้วยกาย วาจา ใจ เหมือนเดิม ความปรารถนาก็ไม่อาจจะประสบความสำเร็จได้ เพราะเหตุปัจจัยไม่พร้อม

โอ...เรายากจนเหลือเกิน คงเป็นเพราะว่าไม่ได้ทำบุญมา คงเป็นคนชู้ตระหนี่ ไม่ได้บริจาคทรัพย์สิน ก็พากันบริจาคหยอดตู้ นั่น หยอดตู้ นี่ เอลละ.. ทำบุญแล้วทำอะไร รวย ซ้อลลอตเตอรี่สักใบหนึ่ง หวังลมๆ แล้งๆ ไปอีก มันไม่ใช่อย่างนั้นหรอก ต้องทำเหตุให้พร้อม ถ้าอยากจะทำบุญ มันก็รวยได้ แต่ต้องเป็นคนมีศีล เป็นคนไม่ประมาท เป็นคนขยันขันแข็งในการทำงาน ไม่หมกงาน ไม่เป็นพวกดินพอกหางหมู ฉลาดในการทำงาน ทำด้วยสติสัมปชัญญะ มันก็รวยได้ หรือไม่รวยมาก ก็พอมีอยู่มีกิน อย่างนี้ท่านจึงว่า ความปรารถนาของผู้มีศีลนั้น ย่อมประสบความสำเร็จได้ ส่วนความปรารถนาของคนไม่มีศีล ก็เหงานคอรอไปเรื่อยๆ ก่อน

กรรมที่ทำไปแล้วนี้ ต้องเป็นกรรมชนิดที่พร้อมที่จะให้ผล มีเหตุปัจจัยพร้อมก่อน วิชาจึงเกิดขึ้น ก็เรียกว่าบุคคลนั้นได้เสวยวิชาของกรรมนั้น วิชาของกรรมจะเกิดตอนไหนก็แล้วแต่เหตุ อาจเกิดตอนนั้นเลยก็ได้ ลำดับถัดไปก็ได้ หรือลำดับถัดๆ จากนั้นไปอีกยาวนาน จนลืมไปแล้วก็ได้ แต่ต้องมีเหตุปัจจัยพร้อมก่อนมันจึงจะให้ผล ถ้าเหตุปัจจัยไม่พร้อม มันก็ไม่ให้ผล

กรรมก็เกิดดับ วิชา ก็เกิดดับ เป็นของไม่มีตัวตน ถ้ามีความเห็นอย่างนี้ การอยู่ประพฤติพรหมจรรย์จึงจะมีได้ การออกจากวงจรของ

กรรมจึงมีได้ ก็ถึงความสิ้นทุกข์ไป ฉะนั้น ทำดีแล้วไม่จำเป็นต้องได้รับผลดีก็ได้ เพราะเป็นอรหันต์ไปซะก่อน ทำชั่วก็ไม่จำเป็นต้องได้รับผลชั่วก็ได้ เพราะบรรลुरुธรรมเป็นพระอรียเจ้าไปเสียก่อน พรหมจรรย์นี้มีผลมาก มีอานิสงส์มากอย่างนี้

**เอวํ สนตํ ภิกขเว พุทฺทมจริยวาโส โหติ**

**โอกาสโต ปณฺณายติ สมฺมา ทุกฺขสฺส อนฺตกิริยาย**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เมื่อเป็นเช่นนั้น การอยู่ประพฤติพรหมจรรย์ย่อมมีได้

โอกาสเพื่อการกระทำที่สุดแห่งทุกข์โดยชอบก็ย่อมปรากฏ

เราทำดีหรือไม่ดีนะ กรรมมันเกิดแล้วมันก็ดับแล้ว โอกาสของพรหมจรรย์ หรือ อริยมรรคก็เกิดขึ้นได้ ถ้าเราเข้าใจโดยถูกต้อง แล้วหมั่นฝึกฝนเอาไว้ เราก็จะรู้ว่า ถึงแม้จะเคยทำไม่ดีบ้าง แต่การกระทำที่ไม่ดีนั้น มันเกิดแล้วดับ เมื่อมันดับไปแล้ว ใจก็ยังปกติได้เหมือนเดิม เราจึงไม่ได้เลวอะไรมาก นานๆ เลวทีหนึ่ง เพราะไม่ได้ด่าใครตลอดใช้ไหม นานๆ ด่าทีหนึ่ง ด่าเสร็จแล้วมันดับไปเราก็เป็นคนปกติ เลวบ้างเหมือนกันแต่ไม่ได้เลวมากมายอะไร เพียงแต่ให้สำรวมระวังต่อไป

ที่นี้ บางคนชอบคิดว่าตัวเองเลวเหลือเกิน มันก็เลวมาก เพราะมีมิจจาภิกขุ ไม่ใช่เลวเพราะทำเลวนะ เลวเพราะความเห็นผิด โดยส่วนใหญ่เราทั้งหลายที่ไปอบายนี้ ไม่ใช่ไปเพราะว่าทำผิด แต่ไปเพราะว่ามีความเห็นผิด

พระพุทธเจ้าบอกว่า ชนทั้งหลายที่ยังไม่รู้จักปฏิบัติจสมุปปาท เขาก็ยังยุ่งเหยิงเหมือนด้ายของช่างทุก เป็นกระจุกเหมือนกระจุกด้าย วนเวียนอยู่อย่างนั้นนั่นแหละ ไม่อาจพ้นอบาย ทุกคติ วินิบาต นรกไปได้ ดังนั้นที่เขาไปอบายโดยส่วนใหญ่ นั้น ไม่ใช่ไปเพราะทำผิดรุนแรงมากมาย แต่ไปเกิดอย่างนั้นอยู่เรื่อยเพราะว่ามีความเห็นผิด แต่เมื่อใด มีความเห็นถูกต้องแล้ว **มีสัมมาภิกขุ เขาย่อมไม่ไปอบายอีก**

แต่เราทั้งหลายชอบคิดกันว่า ทำบาปแล้วจะไปอบาย ทำบุญเยอะๆ แล้วจะไปสวรรค์ ความจริงฯ มันไม่ใช่ มันไม่แน่นอนนั้นเสมอไป ต้องดูความเห็น **ยิ่งเห็นผิดมากเท่าไร ก็ยิ่งไปอบายง่ายเท่านั้น ยิ่งเห็นถูกมากเท่าไร ก็ยิ่งห่างจากอบายออกไปเรื่อยๆ จนกระทั่งเห็นถูกต้องเป็นพระโสดาบัน ก็ปิดอบายไป อันนี้ต้องเข้าใจดีๆ นะ**

บุคคลบางคนทำบาปกรรมเล็กๆ น้อยๆ กรรมนั้นก็ไม่นำเขาไปนรกได้ บุคคลบางคนทำบาปกรรมเล็กๆ น้อยๆ กรรมนั้นไม่สามารถนำเขาไปนรกได้ เพราะอะไร ความชั่วนั้นทุกคนก็เคยทำกันมาทั้งนั้น มากบ้าง น้อยบ้าง ฆ่าสัตว์ ลักทรัพย์ ประพฤติผิดในกาม พูตโกหก ด่าว่าคนอื่น



หรืออะไรๆ ต่างมากมาย ทำกรรมอย่างนี้เหมือนกัน บางคนก็ถูกนำไปนรก บางคนก็ไม่ได้ไป มันมีความต่างกันอย่างไรระหว่างบุคคล ๒ คนนี้

บางท่านชอบคิดว่า โอ้ย...ทำบาปเยอะๆ จะไปอบาย ทำบุญเยอะๆ จะไปสวรรค์ มันไม่ใช่อย่างนั้นเสมอไปนะ มันอยู่ที่การฝึกฝนตนเอง และการใช้ชีวิตในปัจจุบันเป็นหลัก

บุคคลบางคนทำบาปกรรมเล็กๆ น้อยๆ บาปกรรมนั้นก็นำไปนรกได้ เพราะว่าเขาไม่ได้ฝึกฝนตนเอง เป็นคนเห็นผิด เป็นคนศีลไม่ดี สมาริไม่ดี ปัญญาไม่ดี อยู่กับการฝึกฝนในปัจจุบัน ไม่ได้อยู่ที่ว่าทำอะไรมาเยอะขนาดไหน ถึงเคยทำความผิดมาขนาดไหน ถ้าฝึกฝนตนเอง ให้มีศีล สมาริ ปัญญา เขาย่อมห่างจากอบาย และพ้นจากอบายไปได้ อันนี้จึงเรียกว่าการชำระล้างกรรม พระพุทธเจ้าตรัสว่า

### **อิธ ภิกขเว เอกจฺจสฺส ปุคฺคสฺส อปฺปมตฺตมฺปิ**

#### **ปาปกมฺมํ กตํ ตเมณฺ์ นิริยํ อฺปนเนติ**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย บาปกรรมแม้เพียงปริมาณเล็กน้อย อันบุคคลบางคนในโลกนี้กระทำแล้ว บาปกรรมนั้นย่อม นำเขาไปสู่ นรกได้ นี้คนกลุ่มที่ ๑

### **อิธ ปน ภิกขเว เอกจฺจสฺส ปุคฺคสฺส ตาทิสฺสเยว** **อปฺปมตฺตกํ ปาปกมฺมํ กตํ ทิฏฺฐณฺมเวทนียํ โทติ** **นानุปี ชายติ พหุเทว**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย บาปกรรมแม้เพียงปริมาณเล็กน้อย เช่นนั้นนั่นแหละ อันบุคคลบางคนในโลกนี้กระทำแล้ว เป็น สิ่งที่พึงได้เสวยผลในชาติปัจจุบันเท่านั้น ย่อมไม่ปรากฏ ผลในภพถัดไป นี้คนกลุ่มที่ ๒

ต่างกันไหม ๒ คนนี้ บาปกรรมเล็กๆ น้อยๆ นี้ก็ทำเอาไว้แล้ว บุคคลหนึ่ง บาปกรรมเล็กๆ น้อยๆ นี้ก็นำเขาไปนรกได้ อีกบุคคลหนึ่ง ถ้า กรรมนั้นให้ผล ก็จะได้รับผลเฉพาะในปัจจุบัน ไม่สามารถนำเขาไปนรกได้ หากยังต้องเกิดอีก ก็มีแต่กรรมที่ดีกว่า เป็นบุญเป็นกุศลเท่านั้นจะนำเขา ไปสู่ที่ต่างๆ ได้ คือเขาไปเกิดในสุคติโลกสวรรค์นั่นเอง

ทั้งๆ ที่ทำบาปกรรมนี้เหมือนกันนะ คนหนึ่งถูกนำไปนรกได้ อีก คนหนึ่งไม่ถูกนำไปอบาย มันต่างกัน ดังนั้น ตัวกรรมที่กระทำแล้วนี้ ไม่ใช่ ตัววัดนะ ไม่ใช่ว่าทำกรรมเหมือนกันแล้วจะไปเหมือนกัน มันอยู่ที่ คุณภาพภายใน พระองค์ขยายความต่อไปว่า

**อิธ ภิกขเว เอกจโจ ปุคฺคโล อภาวิตกาโย โหติ  
อภาวิตสีโล อภาวิตจิตฺโต อภาวิตปญฺโญ ปริตฺโต  
อปฺปตฺโตโม อปฺปทุกฺขวิหารี**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย บุคคลบางคนในโลกนี้ เป็นผู้มียาก  
ไม่ได้พัฒนา มีศีลไม่ได้พัฒนา มีจิตไม่ได้พัฒนา มีปัญญา  
ไม่ได้พัฒนา เป็นผู้มียากน้อย มีใจที่ไม่กว้างขวาง ดำเนิน  
ชีวิตอยู่เป็นทุกข์ด้วยเรื่องเล็กๆ น้อยๆ

อภาวิตกาโย เป็นผู้มียากไม่ได้พัฒนา ไม่ฝึกฝนในด้านกายภาพ  
ด้านความสัมพันธ์กับสิ่งภายนอกต่างๆ ความสัมพันธ์กับวัตถุสิ่งของ  
เครื่องใช้ต่างๆ ความสัมพันธ์กับตำแหน่งหน้าที่หรือผู้คนในสังคม ยัง  
ตกเป็นทาสของสิ่งต่างๆ ในโลกที่ตนเข้าไปเกี่ยวข้อง สมมติตกเป็นทาสเงิน  
เวลาจะตายก็นึกถึงเงิน อ้อ...เงินอยู่ที่ธนาคารนั้น ยังไม่ได้จัดการ ตายปั๊บ  
เป็นตุ๊กแกเกาะอยู่แถวๆ ธนาคารนั้นแหละ อย่างนี้ก็อันตรายมาก

อภาวิตสีโล เป็นผู้มียากไม่ได้พัฒนา ไม่ฝึกฝนให้มีสติสัมปชัญญะ  
ไม่สามารถละเว้นทุจริต เป็นคนไม่มีศีล เป็นคนที่ทุศีล ศีลแตกอยู่เรื่อย  
ทำผิดด้านกายวาจา อย่างตอนนี้ท่านก็มีศีลอยู่ใช่ไหม ยังปกตติอยู่ไม่ได้  
ทำผิด ถ้าไม่ได้ฝึกไว้ละ ลักหน้อยมีคนด่าท่าน ทุศีล ศีลแตก ถูกความ  
โกรธครอบงำ ไปด่าคนอื่น หรือไปทำร้ายเขาก็มี

อภาวิตจิตฺโต มีจิตไม่ได้พัฒนา ไม่ได้ฝึกฝนให้จิตมีสมาธิ ไม่มี  
ความตั้งมั่นของจิต มีจิตซัดส่ายไปตามอารมณ์ต่างๆ

อภาวิตปญฺโญ มีปัญญาไม่ได้พัฒนา ไม่มีปัญญาเห็นความจริง  
ไม่ได้รู้แจ้งอริยสัจ

ปริตฺโต เป็นผู้มียากน้อย ไม่มีคุณธรรมเกิดขึ้นในจิตใจ

อปฺปตฺโตโม เป็นผู้มียากที่ไม่กว้างขวาง มีใจคับแคบ คิดถึงแต่  
ผลประโยชน์ของตนเอง รักษาแต่ผลประโยชน์ของตนเอง หรือพวกพ้อง  
ของตัวเอง เป็นพวกเห็นแก่ตัว

อปฺปทุกฺขวิหารี เป็นผู้ดำเนินชีวิตอยู่เป็นทุกข์ด้วยเรื่องเล็กๆ น้อยๆ  
มีปัญหาในชีวิตมาก มีเรื่องเครียด เรื่องวิตกกังวลมาก เรื่องไม่น่าจะเป็น  
ทุกข์ก็เป็นทุกข์

**เอวรูปสฺส ภิกขเว ปุคฺคลสฺส อปฺปมตฺตกมฺปิ ปาปกมฺมํ  
กตํ ตเมณํ นิรยํ อุปเนติ**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย บาปกรรมแม้เพียงประมาณเล็กน้อย  
อันบุคคลลักษณะเช่นนี้กระทำแล้ว บาปกรรมนั้นย่อมนำ  
เขาไปสู่นรกได้

บาปกรรมเล็กๆ น้อยๆ ที่เขาทำ นำเขาไปนรกได้ เพราะอะไร เพราะมีกายไม่ได้พัฒนา ไม่ได้พัฒนาศีล ไม่ได้พัฒนาจิต ไม่ได้พัฒนาปัญญา ใช้ชีวิตประกอบด้วยความทุกข์มาก มีเรื่องวิตกกังวลเรื่องนั้นเรื่องนี้เยอะ เราทั้งหลายเคยทำผิดเยอะไหม ถ้ายังไม่พัฒนาตนเอง ยังไม่ได้พัฒนาให้มีสติสัมปชัญญะ ไม่มีศีล สมาธิ ปัญญา กรรมเล็กๆ น้อยๆ นั้นก็สามารถนำไปบอขายได้ **ไม่ได้ไปบอขายเพราะทำกรรมไม่ดีอะไรก็หาหรอก แต่เป็นเพราะยังเห็นผิดอยู่ ไม่ได้พัฒนาตนเอง ใช้ชีวิตด้วยความทุกข์ ใช้ชีวิตแบบใจคับแคบอยู่**

ถ้าเป็นอีกบุคคลหนึ่ง ก็ตรงกันข้ามกับบุคคลนี้ พระพุทธเจ้าตรัสว่า

**อิธ ภิกขเว เอกจโจ ปุคฺคโล ภาวิตกาโย โหติ  
ภาวิตสีโล ภาวิตจิตฺโต ภาวิตปญฺโญ อปริตฺโต  
มหตฺตา อปฺปมาณวិหารี**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย บุคคลบางคนในโลกนี้ เป็นผู้ที่มีกายที่ได้พัฒนาแล้ว มีศีลที่ได้พัฒนาแล้ว มีจิตที่ได้พัฒนาแล้ว มีปัญญาที่ได้พัฒนาแล้ว เป็นผู้ที่มีคุณไมใช่น้อยๆ มีใจกว้างขวาง ดำเนินชีวิตอยู่ด้วยใจไม่มีประมาณ

*ภาวิตกาโย เป็นผู้ที่มีกายที่ได้พัฒนาแล้ว เป็นผู้ที่มีกฝนตนเองสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม สัมพันธ์กับสิ่งของเครื่องใช้ ใช้ถูกต้องตามวัตถุประสงค์ ใช้ด้วยสติปัญญา ไม่ตกเป็นทาสสิ่งต่างๆ ในโลก*

*ภาวิตสีโล มีศีลที่ได้พัฒนาแล้ว เป็นผู้ที่มีศีล ละเว้นทุจริตด้านกายด้านวาจา และด้านใจ*

*ภาวิตจิตฺโต มีจิตที่ได้พัฒนาแล้ว เป็นผู้ที่มีจิตตั้งมั่น ไม่หวั่นไหว ไม่หลงยินดียินร้ายไปตามอารมณ์ต่างๆ*

*ภาวิตปญฺโญ มีปัญญาที่ได้พัฒนาแล้ว มีปัญญาเห็นความจริง รู้แจ้งอริยสัจ*

*อปริตฺโต เป็นผู้ที่มีคุณไมใช่น้อยๆ มีคุณธรรมต่างๆ ที่ดีงามเป็นอันมาก*

*มหตฺตา มีใจกว้างขวาง ไม่คับแคบ ไม่เห็นแก่ตัว เห็นสัตว์ทั้งหลายเป็นเพื่อนเป็นมิตรเสมอกัน*

*อปฺปมาณวิหารี ดำเนินชีวิตอยู่ด้วยใจไม่มีประมาณ ไม่มีกิเลสชนิดที่จะมาทำให้เกิดความยึดถือ ใจจึงไม่มีประมาณ ไม่มีขอบเขต อยู่เป็นสุขอย่างอิสระ*

คุณสมบัติอย่างนี้ที่กล่าวมานี้ ถ้าฝึกฝนจนครบถ้วนสมบูรณ์ ก็เป็นพระอรหันต์หมดสิ้นกิเลสโดยสิ้นเชิง สำหรับผู้ที่ยังไม่สมบูรณ์ ก็มีคุณธรรมที่ลดหลั่นกันลงไปตามสมควร พระองค์สรุปว่า

ดูก่อนนิกขุทั้งหลาย บาบกรรมแม้เพียงประมาณเล็กน้อยเช่นนั้น  
นั้นแหละ อันบุคคลบางคนลักษณะเช่นนี้กระทำแล้ว เป็นสิ่งที่พึงได้  
เสวยผลในชาติปัจจุบันเท่านั้น ย่อมไม่ปรากฏผลในภพถัดไป

พวกเราทั้งหลายชอบพูดบอกว่า ทำไม่ดีแล้วจะไปอบาย ความ  
จริงไม่ใช่เสมอไปนะ ถึงเคยทำไม่ดีมา ถ้าบุคคลใดที่ฝึกฝนตนเอง มี  
สติสัมปชัญญะ มีศีล สมาธิ ปัญญา เขาย่อมห่างจากอบายไปเรื่อยๆ จน  
กระทั่งปิดอบายได้

นี่นะ การชำระล้างกรรม ทำให้กรรมหมดไป ทำให้มันให้ผลไม่ได้  
ชำระล้างได้โดยการประพฤติพรหมจรรย์ คือ ฝึกฝนให้เป็นผู้มีกายที่ได้  
พัฒนาแล้ว มีศีลที่ได้พัฒนาแล้ว มีจิตที่ได้พัฒนาแล้ว มีปัญญาที่ได้  
พัฒนาแล้ว ฉะนั้น ถึงเราจะทำกรรมไม่ดีมาเยอะ เพียงแต่หยุด แล้วก็  
สำรวมระวัง มีสติ มีความรู้ตัว ในการทำ พูด คิด ไม่ทำผิดอีก นี่ก็  
เป็นการแก้ไขที่ถูกต้องแล้ว เป็นความเจริญในอริยวินัย หากมีศีล สมาธิ  
ปัญญา ก็ยิ่งห่างจากอบายไปเรื่อยๆ กรรมที่เคยทำก็ให้ผลไม่ได้ และ  
หากอริยมรรคเกิดขึ้นก็ปิดอบายไป เป็นผู้แน่นอนแล้ว

## ๕. ความสิ้นกรรม

ตอนนี้พูดถึงความสิ้นกรรม ไม่มีกรรม กรรมดับสนิท หมดไป พอ  
สิ้นกรรมก็สิ้นทุกข์ เพราะกรรมนั้นมันเกิดจากกิเลส มีความไม่รู้ อริยสัง  
ก็เกิดความอยากได้เพื่อตนเอง อยากให้ตัวเองเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ แล้ว  
ก็ไปทำกรรมตามความยึดถือ ทำกรรมแล้วก็ได้รับผลวิบาก เป็นสุขบ้าง  
ทุกข์บ้าง ดีบ้างไม่ดีบ้าง พอได้รับผลสุขบ้างทุกข์บ้าง ก็ยังไม่หมดอวิชชา  
ก็ไม่หมดตัณหา มันไม่อ้อม ก็ทำวนเวียนไปเรื่อยๆ

แต่เมื่อใด เราฝึกฝนจนรู้ความจริง ตัณหาก็ถูกละได้ ละความอยาก  
ละความต้องการ ละความคาดหวังได้ นั้นแหละจึงจะสิ้นกรรม **กรรม  
สิ้นไป ทุกข์ก็สิ้นไป**

ที่เรียนเรื่องกรรมนี่นะไม่ใช่เพื่อให้ท่านทั้งหลายไปทำกรรมให้เยอะๆ  
หรือทำแต่เรียนเพื่อที่จะฝึกฝนตนเองให้ถูกวิธี ถ้ายังทำผิดอยู่ จะได้  
แก้ไขให้ถูกต้อง หยุดแล้วก็สำรวมระวัง แล้วก็ชำระล้าง ลดโอกาสที่สิ่ง  
ไม่ดีจะมาให้ผล จนกระทั่งปิดไปได้ แล้วก็ถึงที่สุด คือให้สิ้นกรรม หมด  
กรรมไป เริ่มต้นก็สิ้นกรรมไม่ดีก่อน ท้ายสุดแม้แต่ดีก็ไม่เอาด้วย หนทาง  
ฝึกฝนก็ตามหลักโพธิปักขิยธรรม มีอริยมรรคมีองค์ ๘ ประการ  
เป็นกลุ่มสุดท้าย ซึ่งได้บรรยายไปแล้วคร่าวๆ ก็นั่งไปทบทวนดู  
นะครับ

ในสังยุตตนิกาย มหาวารวรรค ขยสูตร พระไตรปิฎกเล่มที่ ๑๙  
ข้อ ๒๐๗ พระพุทธเจ้าตรัสว่า

### ตณฺหา ย ปทานา กมฺมํ ปทียติ

เพราะละตัณหาได้ กรรมย่อมถูกละได้

เมื่อเกิดปัญญา รู้ความจริงว่า สังขารทั้งปวงมันเป็นอย่างนั้น เป็นไปตามเหตุตามปัจจัย เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา จนได้รู้ริยัลจก็ละตัณหาได้ กรรมก็ถูกละได้ เจตนาจะทำเพื่อตนเอง จะเอานั่นจะเอานี้เพื่อตนเองก็ไม่มี การกระทำก็เป็นเพียงสักว่าการกระทำ เป็นเพียงกิริยาเท่านั้นเอง

### กมฺมสฺส ปทานา ทุกฺขํ ปทียติ

เพราะละกรรมได้ ทุกข์ย่อมถูกละได้

ถ้ายังไปทำกรรมเพื่อตัวเอง ตามกำลังของตัณหาอุปาทาน ก็เป็น การก่อภพก่อชาติ ความเกิดขึ้นของกองทุกข์ก็มีไปเรื่อยๆ จนกว่าจะละกรรมได้นั้นแหละ ทุกข์จึงจะถูกละได้ พระองค์สรุปว่า

### อิตฺติ โข อุกฺทายิ ตณฺหุทฺทเย กมฺมกฺุชโย,

### กมฺมกฺุชโย ทุกฺกฺุชโย

ดูก่อนอุทายิ ด้วยเหตุมีประมาณเท่านั้นแล เพราะความ  
สิ้นไปของตัณหา ความสิ้นไปของกรรมจึงมีได้

เพราะความสิ้นไปของกรรม ความสิ้นไปของทุกข์จึงมีได้

ถ้าเราเรียนเรื่องกรรมแล้ว มัวแต่ไปหลงทำกรรมวนเวียนอยู่ ก็ย่อมไม่อาจจะพ้นไปจากทุกข์ได้ เพราะความสิ้นกรรมเท่านั้น ความสิ้นทุกข์จึงมีได้ กรรมจะถูกละได้ก็ต่อเมื่อละตัณหาได้ ตัณหาจะถูกละได้ก็ต่อเมื่อรู้ความจริงของสิ่งทั้งหลายทั้งปวงตามที่มันเป็นจริงรู้จนเลิกอยากได้ อยากเอา อยากมี อยากเป็น พอเลิกอยาก เลิกคาดหวัง ตัณหาก็ไม่มี ที่จะทำให้ตัวเอง ให้ตัวเองได้นั้นได้นี้ก็ไม่มี กรรมไม่มี ทุกข์ก็ไม่มี ก็จบเรื่องกันไป

พระพุทธเจ้านั้นเป็นผู้ที่ถึงความสิ้นไปของกรรมทั้งปวงแล้วพระองค์ได้ทำก่อน แล้วก็บอกทางให้เราทั้งหลายแล้ว

ในขุททกนิกาย อิติวุตตกะ โลกสูตร พระไตรปิฎกเล่มที่ ๒๕ ข้อ ๑๑๒ มีคาถาแสดงคุณของพระพุทธเจ้าเอาไว้ว่า

เอส ชินาสโว พุทโธ      อนิเมะ ฉินุนสสโย  
สพพกมมกขย ปตโต      วิมุตโต อุปติสงขเย  
เอส โส ภควา พุทโธ      เอส สีโห อนุตตโร  
สเทวกสส โลกสส      พรหมจกั ปวตตยิ

พระพุทธเจ้าพระองค์นั้น เป็นพระชินาสพ เป็นผู้ไม่เบียดเบียน เป็นผู้มีความสงสัยสิ้นไปแล้ว เป็นผู้ถึงแล้ว ซึ่งความสิ้นไปแห่งกรรมทั้งปวง เป็นผู้หลุดพ้นแล้วเพราะความสิ้นไปของอุปธิ พระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้น ผู้เป็นประดุจสีหะ เป็นผู้ไม่มีผู้ใดยิ่งกว่า ทรงประกาศพรหมจักร แก่ชาวโลก พร้อมทั้งเทวโลก

ในคานานี้มีคำว่า *สพพกมมกขย ปตโต* เป็นผู้ถึงแล้วซึ่งความสิ้นไปแห่งกรรมทั้งปวง นี่เป็นคุณของพระพุทธเจ้า พระองค์ถึงความสิ้นไปแห่งกรรมทั้งปวง ทรงทำก่อนแล้ว ตอนออกบวช พญามารก็มาหลอกล่อบอกว่า พระองค์จะไปครองราชย์เถิด จะได้เป็นพระเจ้าจักรพรรดิ มีทรัพย์เงินทองมากมาย ได้ทำบุญเยอะๆ จะได้ช่วยเหลือที่ดีๆ พระพุทธเจ้าก็บอกกับมารว่า *ดูก่อนมารผู้มีบาป* ท่านจงไปพูดเรื่องบุญกับคนที่ไม่ต้องการบุญเถอะ

เราทั้งหลายผู้เป็นลูกศิษย์พระพุทธเจ้าทั้งหลาย เป็นยังงั้นบ้างอยากได้บุญ ตกอยู่ภายใต้บ่วงมารกัน กราบเข้ากราบเย็น เพราะ

ต้องการบุญอยู่นั้นแหละ แต่ที่พระพุทธเจ้าแสดงธรรมนั้น ก็เพื่อให้เราทั้งหลายประพฤติพรหมจรรย์เพื่อความสิ้นไปแห่งทุกข์โดยชอบ

สรุปเรื่องที่บรรยายมาในวันนี้ ก็มีความเข้าใจเกี่ยวกับกรรม ๕ ข้อ ท่านทั้งหลายก็ลองไปพิจารณาดู สิ่งไหนที่ยังมีความเข้าใจผิดอยู่ ก็จะได้มีความเข้าใจที่ถูกต้องขึ้น โดยอาศัยสาระจากพระสูตรตันตปิฎก

**ข้อที่ ๑ สุขทุกข์ใครทำให้** ไม่มีใครทำให้นะ มีแต่สิ่งที่เกิดขึ้นเป็นไปตามเหตุตามปัจจัย

**ข้อที่ ๒ ไม่มีวิญญูณไปเสวยวิบาก** ไม่มีวิญญูณชนิดที่หอบกรรมหอบเอาบุญบาปไปเสวยผลที่นั่นที่นี้ ไม่มีวิญญูณที่เป็นตัวตนอย่างนั้น มีแต่วิญญูณที่เกิดมีเหตุ เกิดแล้วก็ดับไป

**ข้อที่ ๓ การแก้กรรม** ให้เห็นว่ามันไม่ดีแล้วก็หยุดแล้วก็สำรวมระวัง นี่เป็นความเจริญในอริยวินัย

**ข้อที่ ๔ การชำระล้างกรรม** คือการประพฤติพรหมจรรย์ ฝึกฝนตนเองให้เป็นผู้ที่มีกายที่ได้พัฒนาแล้ว คีลที่ได้พัฒนาแล้ว จิตที่ได้พัฒนาแล้ว ปัญญาที่ได้พัฒนาแล้ว บาปกรรมที่เคยทำที่ไม่สามารถนำไปนรกได้

**ข้อที่ ๕ ความสิ้นกรรม** ละตัดหน้าได้ กรรมก็สิ้นไป สิ้นกรรมก็จะสิ้นทุกข์ไป ก็จบกันเท่านั้น

หมดเวลาแล้ว ขออนุโมทนาทุกท่านครับ

อุปนิยติ ชีวิตมปฺปมายุํ  
ชฺรูปนิตฺตสฺส น สฺนฺติ ตาณฺนา  
เอตํ ภยํ มรณฺณ เปกฺขมาโน  
โลกามิสํ ปชฺเต สฺนฺติเปกฺโข

ชีวิตคืออายุมีประมาณน้อย ถูกชราต้อนเข้าไปเรื่อย  
บุคคลเมื่อเข้าถึงชราแล้ว เครื่องต้านทานย่อมไม่มี  
บุคคลเมื่อพิจารณาเห็นภัยนี้ในมรณะ  
พึงละอามิสในโลกเสีย มุ่งมองหาสันติเกิด  
สํ.ส. ๑๕/๓

จกฺขุณา สํวโร สาสฺนุ สาสฺนุ โสเตน สํวโร  
ฆาเนน สํวโร สาสฺนุ สาสฺนุ ชิวฺหาย สํวโร  
กาเยน สํวโร สาสฺนุ สาสฺนุ วาจา สํวโร  
มฺนสา สํวโร สาสฺนุ สาสฺนุ สพฺพตฺถ สํวโร  
สพฺพตฺถ สํวโร ภิกฺขุ สพฺพทุกฺขา ปมฺจฺจติ

ความสำรวมทางตาเป็นสิ่งดี  
ความสำรวมทางหูเป็นสิ่งดี  
ความสำรวมทางจมูกเป็นสิ่งดี  
ความสำรวมทางลิ้นเป็นสิ่งดี  
ความสำรวมทางกายเป็นสิ่งดี  
ความสำรวมทางวาจาเป็นสิ่งดี  
ความสำรวมทางใจเป็นสิ่งดี  
ความสำรวมในทวารทั้งปวงเป็นสิ่งดี  
ภิกษุผู้สำรวมแล้วในทวารทั้งปวง  
ย่อมพ้นจากทุกข์ทั้งปวงได้  
ชฺ.น. ๒๕/๓๖๐-๓๖๑

น ปเรส์ วิโลมานิ  
น ปเรส์ กตาคต์  
อตุตโน ว อเวกเขยุย  
กตานิ อกตานิ จ

บุคคลไม่พึงใส่ใจคำพูดแสดงหูของชนทั้งหลายเหล่านี้  
ไม่พึงเพ่งมองกิจที่ทำแล้วหรือยังไม่ได้ทำ  
ของชนทั้งหลายเหล่านี้  
พึงตรวจดูกิจทั้งหลายที่ทำแล้วหรือยังไม่ได้ทำ  
ของตนเท่านั้น  
ขุ.ธ. ๒๕/๕๐

หากท่านใดสนใจในงานบรรยายธรรม หนังสือ บทความอื่นๆ  
ของอาจารย์สุกัร สามารถเข้าไปค้นหาข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่

[www.ajsupee.com](http://www.ajsupee.com)

และสามารถขอรับธรรมบรรยายในรูปแบบต่างๆ ดังนี้

- หนังสือที่พิมพ์แจกเป็นธรรมทาน ติดต่อขอรับได้ที่คุณสุคนธ์  
ชมรมจริยธรรม ตึกประสาทวิทยาชั้น 2 โรงพยาบาลศิริธัญญา  
จังหวัดนนทบุรี โทร.02-968-9954 โดยดูรายชื่อหนังสือได้ที่  
[www.ajsupee.com](http://www.ajsupee.com)

- หนังสือที่พิมพ์แจกเป็นธรรมทานโดยชมรมกัลยาณธรรม  
สามารถติดต่อขอรายละเอียดได้จากชมรมกัลยาณธรรมที่  
[www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

- ขอรับหนังสือ และ mp3 ได้ฟรีทางไปรษณีย์ โดยส่งชื่อที่อยู่  
ของผู้รับ และชื่อหนังสือ mp3 ที่ต้องการ ไปที่ [suriya2k@gmail.com](mailto:suriya2k@gmail.com)

สอบถามรายละเอียดได้ที่ คุณสุริยา โทร. 081-611-7122  
ดูรายชื่อ หนังสือและ mp3 ได้ที่ [www.ajsupee.com](http://www.ajsupee.com)



