



พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสสอนว่า.....

ชั้น ๕ เป็ตัวทุกข์ (ทุกขอริยสังข)

เป็นธรรมที่ควรรู้ (ต้องกำหนดรู้)

อุปาทานคือความยึดมั่นถือมั่นในชั้นทั้ง ๕ เป็นสมุหทัย

คือเหตุที่ทำให้เกิดทุกข์

เป็นธรรมที่ควรละ

เจริญวิปัสสนากรรมฐานเพื่อประหามกิเลส-ค้นหา-อุปาทาน

โดยการกำหนดรู้ธรรมที่ควรรู้ (ชั้น ๕ อายุตนะ ๑๒ ธาตุ ๑๘ เป็นต้น)

ตามความเป็นจริง (ตามสภาวะ หรืออีกนัยหนึ่งคือปรมาัตถธรรม หรือรูป นาม)

โดยไม่ปรุงแต่ง (ด้วยการคิดนึก หรือปรุงแต่งด้วยเจตสิก)

เป็นปัจจุบัน (สภาพจิตที่ "รู้" โดยไม่ปรุงแต่ง ไม่คิดนึก จึงเท่าทันต่อสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นตั้งอยู่และดับไปเป็นปัจจุบัน)

ด้วยความปล่อยวาง (สภาพรู้ หรือผู้รู้ หรือจิตรู้ ที่ประกอบด้วยอุเบกขาเจตสิก)

จนเกิดปัญญา (ภาวนามยปัญญา)

ละกิเลสได้ชั่วคราว (ตึงคปทาน)

หรือดับกิเลสถาวร (สมุทเฉทปทาน ด้วยปัญญาในองค์มรรค)

ดังนั้นการปฏิบัติธรรมตามคำสอนของครูอาจารย์ที่ให้ "จัดการดับเหตุ แล้วผลจะดับ ด้วยการเจริญองค์มรรค ๘ นั้น

ในทางปฏิบัติ จึง "ไม่ได้หมายความว่าให้ ไปตั้งหน้าตั้งตาจัดการดับเหตุ จริงๆ"

แต่ "ให้กำหนดรู้ทุกข์" แล้ว "เหตุแห่งทุกข์จะถูกละ หรือดับไปตัวเอง" ด้วยปัญญาในองค์มรรคเมื่อถึงพร้อมด้วยปัจจัย

เพราะ "การดับ หรือการละ เหตุแห่งทุกข์คือ ตัณหา-อุปาทาน" นั้น

เป็น "ผล" ของการกำหนดรู้ทุกข์ดังที่ได้กล่าวไว้โดยย่อข้างต้น

กล่าวอีกนัยหนึ่งก็คือ เมื่อกำหนดรู้ได้ตรงสภาวะจนเกิดปัญญาเห็นไตรลักษณ์

"ผล" คือการละ ตัณหา-อุปาทาน (เหตุแห่งทุกข์) จะเกิดขึ้นเองโดยไม่ต้องไปจัดการอะไร

หน้าที่ของผู้ปฏิบัติคือ...เพียง กำหนดรู้ทุกข์

ดังคำสอนของพระพุทธองค์ที่ทรงกล่าวไว้ว่า

ทุกขัง อริยสัจจัง (ความทุกข์เป็นสัจจะ เป็นความจริงอันประเสริฐ)

จึงต้องทำความรู้จักความจริงอันประเสริฐนี้จนใจรู้แจ้ง

การปฏิบัติธรรมจึงไม่ใช่ไปจัดการกับเหตุแห่งทุกข์ (ตัณหา-อุปาทาน)

เพราะเหตุแห่งทุกข์จะดับได้ ก็ด้วยเหตุปัจจัยที่ถึงพร้อม

และเหตุปัจจัยที่จะทำให้เหตุแห่งทุกข์ (ตัณหา-อุปาทาน) ดับ

ก็คือ การกำหนดรู้ทุกข์ให้ตรงสภาวะ

แต่หากพยายามไปจัดการให้ ตัณหา-อุปาทาน อันเป็นเหตุแห่งทุกข์ ดับเสียแล้ว

ก็เป็นธรรมตัณหา เป็นการเจริญตัณหา เป็นตัวเป็นตนขึ้นมาทันที

ดังที่หลวงปู่เอี่ยม สำนักวิปัสสนาวังสันติบรรพต พัทลุง ได้กล่าวไว้ว่า

"ไม่ใช่พยายามจะปล่อยอุปาทานในชั้น ๕ แต่เมื่อปล่อยความเห็นผิดที่จิตไปยึดถือจิต อุปาทานในชั้น ๕ ก็หลุดออกทั้งหมด ยิ่งพยายามปล่อยชั้น ๕ เมื่อนั้นก็มีตัวตนอยู่นั่นเอง"

หมายเหตุ: คำว่า "เหตุ" และ "ผล"

"เหตุดับ" และ "ผลดับ" ในที่นี้ หมายความว่าตามนัย เหตุและผลในอริยสัจธรรม

วิรังรอง

๓ มีย. ๕๕

<https://www.facebook.com/notes/วิรังรอง-ทัฬหะรังสี-wirangrong-dabbaransi/ว่าด้วยเรื่อง-ชั้น-๕-และอุปาทาน/467945046624040>