

วิจารณ์หนังสือ : Book Reviews

กุญแจภาวนา*

The Key to Meditation

ผู้เขียน: พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท)

Author: Buddhadasa

สุदारัตน์ ต่ายธานี และพระราชพัฒน์นวัชรบัณฑิต

Sudarat Taithani and Phrarajpatthanawatcharabundit

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตขอนแก่น

Mahschulalongkornrajavidyalaya, Khon Kaen Campus, Thailand

Corresponding Author, E-mail: Dr.sudarat11@gmail.com

บทคัดย่อ

หนังสือกุญแจภาวนา เป็นหนังสือที่รวบรวมโอวาทธรรมะของหลวงปู่ชา สุภทฺโท ที่ได้มุ่งนำเสนอแก่นของประสบการณ์การปฏิบัติเจริญภาวนาในทุกแง่มุม ด้วยการแบ่งโครงสร้างเนื้อหาออกเป็น 3 หัวข้ออย่างชัดเจน และภายในแต่ละส่วนก็มีรายละเอียดปัญหาปลีกย่อยลึกลงไปอีก สำหรับส่วนที่ 1 ทำอย่างไรจึงจะออกจากทุกข์ได้ ได้กล่าวถึงการรู้จากปริยัติ ว่าต่างกับรู้จากปฏิบัติอย่างกว้างๆ ได้แก่ การอุปมา ความแตกต่างว่าเหมือนเราตกจากยอดไม้ ในส่วนที่ 2 การทำนั้นทำอย่างไร โดยได้กล่าวว่า ถ้าจะปฏิบัติต้องเดินทางสายกลาง เราจะไม่เอาใจใส่ความสุข ความทุกข์ และในส่วนที่ 3 อัตโนมัตติของจิต เป็นการกล่าวถึงคำจำกัดความของอัตโนมัตติของจิต ว่าเป็น จิตที่เป็นอยู่โดยไม่ได้แต่งมัน แต่ถ้าถึงจุดมันจะเป็นของมันเอง ซึ่งหนังสือเล่มนี้ยังให้ข้อคิดเตือนใจ และวิธีจัดการกับอุปสรรคในการปฏิบัติธรรม คือ กุญแจสำหรับเปิดประตูสู่ปัญญาด้วย ทำให้ผู้อ่านเห็นว่าการเจริญภาวนาสำคัญกับชีวิตมาก เป็นหลักธรรมแก่นแท้ของพระพุทธศาสนาที่ไม่ค่อยมีใครพูดถึงมากนัก ถึงแม้ศัพทบาลีอยู่มาก จึงต้องอาศัยการตีความเพิ่มเติม แต่หนังสือเล่มนี้ก็เปี่ยมไปด้วยสาระอันทรงคุณค่า เปิดโลกทัศน์ให้เข้าใจหลักธรรมที่ถูกต้อง ให้รู้จักวิธีแก้ปัญหาที่อันเปรียบเสมือนกุญแจสำคัญสำหรับการปฏิบัติเจริญภาวนา ตลอดจนชี้แนะแนวทางปฏิบัติที่ตรงประเด็น

*ได้รับบทความ: 22 กันยายน 2566; แก้ไขบทความ: 25 ธันวาคม 2566; ตอรับตีพิมพ์: 25 ธันวาคม 2566

Received: September 22, 2023; Revised: December 25, 2023; Accepted: December 25, 2023



แก่การหลุดพ้นจากกองทุกข์กิเลสทั้งปวง

คำสำคัญ: กุญแจ; ภาวนา

Abstract

The Key to Meditation is a book that compiles the teachings of Venerable Ajahn Suphato, presenting various aspects of the practice of meditation. The content is divided into three clear sections, each delving deeper into specific issues. In the first section, it discusses the difference between knowledge gained from observation and knowledge gained from practice. It uses the analogy of falling from a tree branch to illustrate the distinction. The second section explores how to practice meditation, emphasizing the need to tread the middle path without being attached to happiness or suffering. Lastly, the third section delves into the concept of the automatic mind, defining it as the mind that exists without deliberate creation, but becomes its own entity when reaching a certain point. This book also provides reflections and techniques for dealing with obstacles in the practice of meditation. It serves as a key to unlock wisdom, highlighting the importance of meditation in life as a fundamental principle of Buddhism that is often overlooked. While the book contains Pali terminology that requires additional interpretation, it is filled with valuable insights, providing a correct understanding of the underlying principles and offering practical guidance for overcoming suffering and defilements.

Keywords: Key; Meditation

1. บทนำ

หนังสือ “กุญแจภาวนา” เป็นหนังสือที่รวบรวมโอวาทของท่านหลวงปู่ชา สุภทฺโท หรือ พระโพธิญาณเถร ณ วัดหนองป่าพง ตำบลโนนผึ้ง อำเภอวารินชำราบ จังหวัดอุบลราชธานี เมื่อปี พ.ศ. 2547 และนำมาจัดพิมพ์ซ้ำเป็นครั้งที่ 5 เมื่อปี พ.ศ. 2554 เป็นมรดกธรรมอีสาน ที่ได้รับการเรียบเรียงโดยศูนย์เผยแพร่มรดกธรรม ซึ่งกาลเวลาไม่ได้ลดทอนคุณค่าในตัวโอวาทธรรมเลย มีแต่ยิ่งเพิ่มคุณค่า โดยเฉพาะนักปฏิบัติธรรมที่ต้องหลุดพ้นจากการเวียนว่ายอยู่ในวัฏสงสาร หรือจากโลกที่เต็มไปด้วยวัตถุนิยม อันเป็นบ่อเกิดแห่งความทุกข์ เนื่องจากสภาวะธรรมของท่านมีความมุ่งหมายที่จะเผยแพร่ปัญหาในทุกแง่มุมที่เป็นแนวทางต่อการปฏิบัติ เพื่อให้สาธุชนทั้งหลายได้เข้าถึงและเข้าใจแก่นของการเจริญภาวนา



ของพระพุทธศาสนา ที่แม้จะเป็นเรื่องยากแต่เมื่อมีความเข้าใจที่ถูกต้องและปราศจากความลังเลสงสัย ย่อมส่งผลให้การปฏิบัติธรรมก้าวหน้าไปอย่างรวดเร็ว โดยท่านได้ถ่ายทอดด้วยโอวาทที่หลากหลาย อันจะทำให้ผู้อ่านเข้าถึงเจตนารมณ์พร้อมทั้งคิดวิเคราะห์ตามสาระนั้นอย่างมีรู้เปื้อ หนังสือเล่มนี้มีเลข ISBN: 974-8430-45-6 พิมพ์บนกระดาษถนอมสายตา ขนาดประมาณครึ่งหน้ากระดาษ A5 มีความหนา 97 หน้า ตีพิมพ์ครั้งที่ 5 เมื่อปี พ.ศ. 2554 โดยโรงพิมพ์เดือนตุลาคม

2. โครงสร้างหนังสือ

หนังสือกุญแจภavana เป็นโอวาทของหลวงปู่ชา สุภทฺโท ประกอบไปด้วยโครงสร้าง 3 หัวข้อหลัก ได้แก่ หัวข้อที่ 1 ทำอย่างไรจึงจะออกจากทุกข์ได้ คือ หลวงปู่ชา สุภทฺโท ท่านให้ค้นหาสาเหตุของทุกข์ขึ้น ไปเรื่อยๆ หากพูดตามหลักของปริยัติก็คือ ศีล สมาธิ ปัญญา หัวข้อที่ 2 การทำนั้นทำอย่างไร คือ ท่านให้ ผินใจตัวเอง ด้วยการที่ว่า ใจเราคิดไปทางนี้ให้ไปทางโน้น ใจเราคิดไปทางโน้นให้มาทางนี้ เหตุที่ท่านต้อง ผินใจ หัวข้อที่ 3 อัตโนมัตติของจิต คือ จิตที่เป็นอยู่ ไม่ได้แตงมัน หัดเบื่องแรกมันก็เป็นเลย ถ้าเราทำอยู่ อย่างนั้น จะมีอาการอย่างหนึ่งแปลกๆ ขึ้นมา

เป็นโอวาทพิเศษของหลวงปู่ชา สุภทฺโท เมื่อวันแรม 15 ค่ำเดือนยี่ ซึ่งตรงกับวันที่ 17 มกราคม พ.ศ. 2512 เนื้อหาในหนังสือเล่มนี้ประกอบด้วยสาระสำคัญมากมาย ที่ว่าด้วยการศึกษาระยะในทาง พระพุทธศาสนานั้น ศึกษาไปเพื่อหาทางพ้นทุกข์ เพื่อความสงบสุขเป็นจุดสำคัญ ด้วยการศึกษารูป รส กลิ่น เสียง รสชาติ เรื่องนาม เรื่องจิต เรื่องเจตสิก เพื่อความหลุดพ้นจากทุกข์ ท่านให้ย่นตนว่าอะไรที่เกิดขึ้นมาจากผู้รู้ เมื่อผู้รู้รู้ตามความเป็นจริงของจิตหรือเจตสิกเหล่านี้สิ่งเหล่านี้มีแต่ของทั้งทั้งหมด ไม่ควรเข้าไปยึดไปหมาย มันทั้งนั้น จิตหรือเจตสิกเป็นอนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา และจิตมิใช่สัตว์ มิใช่บุคคล มิใช่ตัว มิใช่ตน มิใช่เรามิใช่เขา ถ้าความสงบหายไปทุกข์ก็จะเกิด เพราะความสงบของสมณะเป็นตัวสมุทัยมันจึงเป็นเหตุให้เกิด ทุกข์ พระศาสดามองเห็นแล้วว่าไม่จบ ภัยยังไม่สิ้น ชาตียังมีอยู่ พรหมจรรย์ไม่จบ ที่มันไม่จบเพราะมันยังมีทุกข์อยู่ จึงจำเป็นที่จะต้องเอาตัวสมณะตัวสงบนี้มาพิจารณาต่อไปอีก ค้นหาเหตุผลจนกระทั่งท่านไม่คิด ในความสงบ ความสงบก็เป็นสังขารอันหนึ่งก็เป็นสมมุติเป็นบัญญัติอีก ติดอยู่นี้ก็ติดสมมุติติดบัญญัติ เมื่อติดสมมุติติดบัญญัติก็ติดภพติดชาติภพชาติก็คือความดีใจในความสงบ เมื่อหายความฟุ้งซ่านก็ติดความ สงบ ก็เป็นภพอีกเกิดอยู่อย่างนี้ ภพชาติเกิดขึ้นมา เราสงบ เราฟุ้งซ่าน เราดี เราชั่ว เราสุข เราทุกข์ อันนี้ ก็เป็นภพเป็นชาติอยู่อีก เป็นทุกข์อีก ถ้าสุขหายไปก็กลายเป็นทุกข์ ถ้าทุกข์หายไปก็กลายเป็นสุขก็ต้อง วนเวียนไปนรกสวรรค์อยู่ไม่หยุดยั้ง (พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท), 2550, หน้า 1-90)

ผู้วิจารณ์เห็นว่า วิธีการอธิบายค่อนข้างละเอียดว่า ปัญหาคืออะไรและแก้ไขอย่างไร โดยจะลำดับ ประเด็นปัญหาย่อยที่อยู่ภายในบทเป็นข้อๆ และในแต่ละประเด็นปัญหาย่อยก็จะเรียบเรียงเป็นร้อยแก้วที่ สอดคล้องสัมพันธ์กัน ตลอดจนมีการอธิบายขยายความประกอบกับยกตัวอย่างจากประสบการณ์ของหลวง



บูชาโดยตรง เสมอ เพื่อให้ผู้อ่านเข้าใจเนื้อหาความไปในทิศทางเดียวกันได้ง่ายขึ้น ทั้งนี้ในแต่ละบทเริ่มต้นตั้งแต่ประเด็นที่ 2 เป็นต้นไปจะมีเนื้อหาของบทเรียนใหม่ที่ลึกซึ้งเข้าไปเรื่อยๆ ไม่เพียงเท่านั้นการนำเสนอเนื้อหา ยังชวนให้ผู้อ่านอดทนติดตามสาระต่างๆของมรรคาปฏิบัติ ของหลวงปู่ชา ที่มีมากถึง 97 หน้า และเห็นประโยชน์ของการศึกษานี้ ดังจะเห็นได้จากข้อความข้อเรื่อง คือ กุญแจภavana ซึ่งหมายถึง ตั้งต้นสนใจศึกษา “กุญแจ” เรียกว่า ทางพันทุกซ์ เพื่อต่อไปจะได้ก้าวหน้าในการเจริญภาวนาได้เร็วขึ้น

3. เนื้อหาโดยย่อ

หนังสือเล่มกุญแจภavanaนี้มีเนื้อหาอยู่ทั้งหมด 3 หัวข้อ ซึ่งมีรายละเอียดแต่ละประเด็น ดังนี้

หัวข้อที่ 1 ทำอย่างไรจึงจะออกจากทุกข์ได้ คือ หลวงปู่ชา สุภทฺโท ท่านให้ค้นหาสาเหตุของทุกข์ ขึ้นไปเรื่อยๆ หากพูดตามหลักของปริยัติก็คือ ศีล สมาธิ ปัญญา โดยให้พิจารณา และนำไปปฏิบัติ ซึ่งการปฏิบัตินี้ต้องให้ปัญญามาก่อน ทั้งนี้ ปัญญาต้องพิจารณาให้ทัน การควบคุมกายวาจาจึงจะบริสุทธิ์ได้ ถ้ารู้จักอาการของกายวาจาที่สุจริต หรือทุจริตแล้ว ก็เห็นผลที่ปฏิบัติ ถ้าเห็นผลที่ปฏิบัติแล้วก็จะละสิ่งที่ชั่ว ประพฤติสิ่งที่ดีละสิ่งที่ผิด ประพฤติสิ่งที่ถูก เป็นศีล ถ้ามันรับผิดชอบให้ถูกแล้ว ใจก็จะแน่วแน่เข้าไปอีก มันคง มีได้ลงเลสงสัยในกายวาจาของเรา เป็นสมาธิ เมื่อรู้เรื่อยๆ ไป ก็จะเกิดปัญญา เมื่อรู้ตามความเป็นจริงตามสภาวะของมัน สัญญาจะหลุดเลย และกลายเป็นตัวปัญญา (พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท), 2550, หน้า 1-30) ซึ่งมีความสอดคล้องกับพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ประยุทธ์ ปยุตฺโต) ที่กล่าวว่า ปัญหาของการเจริญภาวนา คือ การสอนกันมากแต่ทฤษฎี สอนให้ท่องจำเรื่อง ศีล สมาธิ ปัญญา แต่ไม่ได้สอนเรื่องการปฏิบัติเลย ผู้วิจารณ์เห็นว่าก็เป็นเรื่องจริงที่ปรากฏขึ้นในประเทศเรา ไม่ว่าจะสอนในวัด ในโรงเรียนก็ล้วนแต่เน้นทฤษฎี จึงทำให้ไม่พ้นจากทุกข์เสียที (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ประยุทธ์ ปยุตฺโต), 2555, หน้า 11-14)

ผู้วิจารณ์เห็นว่า ประเด็นออกจากทุกข์ โดยการเรียนรู้เรื่องลำดับขั้นของการปฏิบัติอันเกี่ยวกับวิธีออกจากทุกข์ที่ยากขึ้นไปเรื่อยๆ เป็นไปตามหลักของปริยัติก็คือ ศีล สมาธิ ปัญญา ซึ่งระบุว่า ศีล คือ รู้จักอาการของกายวาจาที่สุจริต หรือทุจริต, สมาธิ คือ มันคงมีได้ลงเลสงสัยในกายวาจาของเรา และปัญญา คือ รู้ตามความเป็นจริงตามสภาวะของมัน แต่สำหรับปัญหาที่จะต้องใช้ “กุญแจ” เพื่อไขในเรื่องนี้ คือ “รู้จักปริยัติ ต่างกับรู้จักปฏิบัติ” เมื่อรู้จักความแตกต่างกันของสองอย่างนี้แล้ว ก็จะเข้าใจหลักการความสอดคล้องของปริยัติและปฏิบัติว่าเอื้อต่อกันอย่างไร

หัวข้อที่ 2 การทำนั้นทำอย่างไร คือ แนวทางในการปฏิบัติให้พันทุกซ์ โดยท่านให้ฝึกใจตัวเอง เพราะว่าจิตผู้ประวัติธรรมใหม่ ใจเราคิดไปทางนี้ให้ไปทางโน้น ใจเราคิดไปทางโน้นให้มาทางนี้ได้ง่าย เหตุที่ท่านต้องฝึกใจ เพราะใจถูกกิเลสพอกมา มันยังไม่ได้ฝึกหัดตัดแปลง พระองค์จึงไม่ให้เชื่อมั่น ยังไม่เป็นที่ลืมนึกถึงเป็นธรรม เพราะใจมันยังไม่แข็งแรงไม่ขาว จะไปเชื่อมั่นได้อย่างไร เพราะใจเป็นกิเลส หากไม่ฝึก หากอยากสบาย กามสุขัลลิกานุโยค คือ การติดสุข มันจะไปได้อย่างไรถ้าหากเอากาม เมื่อเอาความสบาย



ไม่ได้แล้ว ความสุขไม่ได้แล้ว ก็ไม่พอใจ โกรธขึ้นมาก็เป็นทุกข์ เป็นโทสธรรม ก็เป็นอรรถกถาญาณโยโค ซึ่งไม่ใช่หนทางของผู้สงบ ไม่ใช่หนทางของผู้ระงับ (พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท), 2550: 31-55) เมื่อพิจารณาแล้วก็เห็นจริงตามที่ท่านหลวงปู่ชาบรรยาย และสอดคล้องกับคำพูดของท่านภิกขุปัญญานันทะ ได้กล่าวไว้ในหนังสือชนะทุกข์ โดยภิกขุปัญญานันทะ ว่า “การอยู่ด้วยปัญญาก็คืออยู่ด้วยรู้เท่าทัน ในสิ่งนั้นๆ ว่าสิ่งนั้นคืออะไร มันเกิดจากอะไร เมื่อเกิดขึ้นแล้วทำให้เราเป็นอะไรขึ้นมา เป็นทุกข์เป็นสุข หรือว่าเดือดร้อนสงบเย็นรุ่มรวย... ในขณะที่เรารู้เท่าทันในสิ่งนั้นๆ เราก็จะไม่หลงใหลมัวเมา อันนี้เป็นการกระทำที่เราควรกระทำ เพราะเป็นหน้าที่ของชีวิต (อมร รัตนกุล, 2525, หน้า 47-48)

ผู้วิจารณ์เห็นว่า แนวทางประเพณีที่หลวงปู่ชาแนะนำ เป็นสิ่งที่อยู่ในหลักคำสอนที่พระพุทธเจ้า ทรงสั่งสอนไว้อย่างสอดคล้อง โดยให้เริ่มที่การฝึกใจตัวเอง ฝึกหัดตัดแปลงโดยเราจะไม่เอาใจใส่ความสุข ความทุกข์ เราจะวางสุข เราจะวางทุกข์ สัมมาปฏิบัติต้องเดินสายกลาง แต่ก็ให้เป็นผู้รับทราบไว้เท่านั้น อย่าเข้าไปหมายในอารมณ์นั้น กล่าวคือ ถ้าดีก็ให้รู้ว่าดี ถ้าไม่ดีก็ให้รู้ว่าไม่ดี ซึ่งสิ่งนี้เป็นของสมมุติบัญญัติ ถ้าจะดีจะชั่วก็เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาทั้งนั้น เป็นของไม่แน่นอน ไม่ควรยึดมั่น ถือมั่น ถ้าทำได้อย่างนี้เรื่อยๆ ไป ปัญญาจะเกิดเอง โดยสรุป คือ ให้ทั้งอารมณ์ทั้งหมดนั้นลงไปทีฏฐาไตรลักษณ์ ได้แก่ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา

หัวข้อที่ 3 อัตโนมัตติของจิต คือ จิตที่เป็นอยู่ ไม่ได้แตงมัน หัดเบี่ยงแถมมันก็เป็นเลย ถ้าเราทำอยู่ อย่างนั้น จะมีอาการอย่างหนึ่งแปลกๆ ขึ้นมา คือ เวลาไปนอน ตั้งใจแล้วว่านอน เคนนอนกรนหรือนอน ละเมอ กัดฟัน หรือนอนดิ้นนอนขวาง ถ้าจิตเป็นอย่างนี้แล้วสิ่งเหล่านั้นจะแย่หมด ถึงจะหลับสนิทตื่นขึ้นมาแล้ว มีอาการคล้ายกับไม่ได้นอนเหมือนไม่ได้หลับแต่จะไม่่งว่ง เมื่อก่อนเราเคนนอนกรน ถ้าเราทำจิตใจ ให้ตื่นแล้วจะไม่กรน เพราะจิตตื่นอยู่ตลอดทั้งวันทั้งคืน วิธีก็คือให้เราวางใจสบายๆ หายใจก็ให้พอดี อย่าเอาสั้นเอายาว อย่าไปแตงมัน กายก็ให้สบาย ทำเรื่อยไป ถ้าเราทำภาวณา อย่าให้กิเลสตัณหา มันรู้เงื่อนไขรูปลายได้ “ท่านจะเอาอย่างไร” มันมาถามเรา “จะเอาขนาดไหน จะเอาประมาณเท่าไร ดึกเท่าไร” ไม่ต้องอธิฐาน พยายามฝึกหัดไป บางครั้งจิตสงบ ความเจ็บปวดทางร่างกายก็หยุด เรื่องปวดแข็งปวดชา มันจะหายไปเอง (พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท), 2545, หน้า 56-90) สอดคล้องกับคำกล่าวของท่านภิกขุปัญญานันทะที่ได้กล่าวไว้ในหนังสือชนะทุกข์ โดยภิกขุปัญญานันทะว่า “ค้นหาทั้งสามประการ คือ กามตัณหาที่ตาม ภาวตัณหา วิภาวตัณหา เป็นเหตุให้เกิดอีก อยากได้อยากมีอยากเป็นในเรื่องนั้นๆ ไม่รู้จักไม่รู้สิ้น เกิดแล้วเกิดอีก” เพราะฉะนั้นการเจริญภาวนาให้จิตใจสงบ และเกิดสมาธิธรรมได้ ต้องปล่อยจิตให้เป็นอัตโนมัตติ กายก็ให้เป็นปกติ (อมร รัตนกุล, 2525, หน้า 12-14)

ผู้วิจารณ์เห็นว่า บทนี้ได้ให้คำจำกัดความของอัตโนมัตติของจิต ที่เข้าใจได้ง่าย คือ จิตที่เป็นอยู่โดย ไม่ได้แตงมัน แต่ถ้าถึงจุดมันจะเป็นของมันเอง คือ ให้เราวางใจสบายๆ หายใจก็ให้พอดี อย่าเอาสั้นเอายาว อย่าไปแตงมัน กายก็ให้สบาย ทำเรื่อยไป มันจะถามเราว่า จะเอากี่ทุ่ม จะเอานานเท่าไร มันมาถามเรื่อยรอก เราต้องทราดมันว่า “เฮ้ย อย่ามายุ่ง” ต้องปราบมันไว้เสมอ เพราะพวกนี้มีแต่กิเลสมาทวนทั้งนั้น อย่าเอาใจ



ใส่มัน เราต้องพูดว่า “กูอยากพักเร็วพักช้าไม่ผิดกบาลใครหรอก กูอยากนั่งอยู่ตลอดคืน มันจะผิดใคร จะมากวนกูทำไม” ต้องตัดมันไว้อย่างนี้ แล้วเราก็นั่งเรื่อยไปตามเรื่องของเร วางใจสบาย ก็เลยสงบ ถ้าเราทำ ภาวนา แล้วกำหนด“จะเอาอย่างไร” “จะเอาขนาดไหน จะเอาประมาณเท่าไร ดึกเท่าไร” อำนาจกิเลสมัน จะเล่นงานเราทันที นั่งไปยังไม่ถึงชั่วโมงต้องรื้อนรอนออกจากสมาธิแล้วก็เกิดนิมิตว่า “แห่ม มันจะตายหรือ ยิ่งกันนะ” ว่าจะเอาให้มันแน่น มันก็ไม่แน่นอน ตั้งสัจจะไว้ก็ไม่ได้ตั้ง ตั้ง คิดทุกขใส่ตัวเอง อันนี้เป็นเหตุให้ผู้วิจารณ์ เข้าใจว่า สภาธรรมจะเกิดขึ้นได้ก็เพราะการกระทำอย่างพอดี การที่เราทำโดยตั้งสัจจะไว้ จะเป็นการปรุง แต่งจิตให้ไม่เป็นกลาง ไม่อยู่บนหนทาง “สัมมาปฏิบัติ” ทางสองข้างมันก็ไม่ไปกลางๆ สักที ข้ามตรงกลาง ไปเรื่อยมองไม่เห็นสักที วิ่งไปวิ่งมาอยู่อย่างนั้น ไม่อยู่ตรงที่ไม่มีภพไม่มีชาติเสียทีเพราะติดอยู่ในตัณหา

4. สรุป

หนังสือกุญแจภาวนา เป็นโอวาทของหลวงปู่ชา สุภทฺโท ที่ได้มุ่งนำเสนอแก่นของการปฏิบัติเจริญ ภาวนาในทุกแง่มุม ด้วยการแบ่งโครงสร้างเนื้อหาออกเป็น 3 ส่วนอย่างชัดเจน และภายในแต่ละส่วนก็มี รายละเอียดปัญหาปลีกย่อยลึกลงไปอีก สำหรับส่วนที่ 1 ทำอย่างไรจึงจะออกจากทุกข์ได้ ได้กล่าวถึง การรู้จากปริยัติ ว่าต่างกับรู้จากปฏิบัติอย่างกว้างๆได้แก่การอุปมา ความแตกต่างว่าเหมือนเราตกจากยอด ไม้ ในส่วนที่ 2 การทำนั้นทำอย่างไร คือ ถ้าจะปฏิบัติต้องเดินทางสายกลาง เราจะไม่เอาใจใส่ความสุข ความทุกข์ และในส่วนที่ 3 อัตโนมัตินของจิต คือ ได้ให้คำจำกัดความของอัตโนมัตินของจิต ที่ถูกต้อง คือ จิตที่เป็นอยู่โดยไม่ได้แต่งมัน แต่ถ้าถึงจุดมันจะเป็นของมันเอง คือ ให้เราวางใจสบายๆ หายใจก็ให้พอดี อย่าเอาสั้นเอายาว อย่าไปแต่งมัน กายก็ให้สบาย ทำไปเรื่อยๆ

หนังสือเล่มนี้มีได้เสนออุปสรรคในการปฏิบัติเท่านั้น แต่ยังให้ข้อคิดเตือนใจ และวิธีจัดการกับ อุปสรรคในการปฏิบัติธรรม คือ กุญแจสำหรับเปิดประตูสู่ปัญญาด้วย นอกจากนี้ยังทำให้ผู้อ่านสะท้อนคิด ว่าการเจริญภาวนาสำคัญกับชีวิตมาก ซึ่งหลักการเล่าเรื่องที่ใช้อุปมาโวหารและสาธกโวหารเป็นหลักในการ อธิบายขยายความ หรือประชดประชันสิ่งที่เป็นอยู่ในปัจจุบันนี้ เนื่องจากเป็นหลักธรรมแก่นแท้ของ พระพุทธศาสนาที่ไม่ค่อยมีใครพูดถึงมากนัก อีกทั้งมีศัพท์บาลีอยู่มาก จึงค่อนข้างเป็นเรื่องยากสำหรับ สาธุชนคนทั่วไปที่เพิ่งเริ่มศึกษาหลักธรรม แต่อย่างไรก็ตามหนังสือเล่มนี้ก็เต็มไปด้วยสาระอันทรงคุณค่า เปิดโลกทัศน์ให้เข้าใจหลักธรรมที่ถูกต้อง รู้เท่าทันปัญหาที่เป็นกุญแจสำคัญต่อการปฏิบัติเจริญภาวนา ตลอดจนถึงแนะแนวทางปฏิบัติที่ตรงประเด็นแก่การหลุดพ้นจากกองทุกข์กิเลสทั้งปวง

จุดเด่น การใช้ภาษาหนังสือเล่มนี้ ได้ใช้คำอุปมาในการเปรียบเทียบเพื่อให้ผู้อ่านเห็นภาพชัดเจน ว่าสิ่งที่กล่าวนั้นมีลักษณะอย่างไร มีน้ำเสียงเป็นอย่างไร จัดว่าเป็นจุดเด่นที่ทำให้สาระวิชาการทางธรรมไม่น่าเบื่อและชวนติดตาม ตัวอย่างอุปมาในเรื่อง คือ สมถะและวิปัสสนา อยู่ด้วยกัน โดย“ภาวนาก็เหมือนกับไม้ท่อนเดียว วิปัสสนาอยู่ปลายท่อนทางนี้ สมถะอยู่ปลายท่อนทางนั้น ถ้าเรายกไม้ท่อนนี้ขึ้นปลายท่อน



“ไม่จะขึ้นข้างเดียวหรือทั้งสองข้าง ถ้ายกไม้ท่อนนี้ขึ้นปลายทั้งสองก็จะขึ้นด้วย” นอกจากนี้ยังใช้ถ้อยคำที่ทำให้ผู้อ่านรู้สึกสะเทือนอารมณ์ ขวนให้คิดตาม ดังจะเห็นได้จากประโยคต่อไปนี้ “ขันธห้า หรือความสงบ ล้วนยึดติดไม่ได้” “ไม่ดีใจไม่เสียใจ คือไม่เกิดไม่ตาย” “ปัญญามาก่อนศีลสมาธิ” เป็นต้น นอกจากนี้ผู้วิจารณ์ได้สังเกตเห็นว่าการดำเนินเรื่องส่วนใหญ่ใช้สาธกโวหาร ที่มุ่งให้ความชัดเจนของเนื้อความ ด้วยการยกตัวอย่าง ซึ่งในที่นี้ก็สามารถเลือกตัวอย่างได้เหมาะสมและทำให้เข้าใจเรื่องนั้นได้ถ่องแท้มากขึ้น เช่น ในการอธิบายเรื่องวัตถุนิยม ได้ยกตัวอย่างว่าการสืบพันธุ์ตามธรรมชาติไม่ใช่วัตถุนิยม แต่เรื่องกามารมณ์เป็นวัตถุนิยม ซึ่งบางตัวอย่างก็ทำผู้อ่านได้พินิจพิจารณาเหตุผลตามไปด้วย เช่น การอธิบายว่ารู้จักปริยัติ ต่างกับรู้จักปฏิบัติ โดยยกตัวอย่างประโยค “อุปมาเหมือนเรตกจากยอดไม้ ก็ตบถึงดินโน้น ไม่รู้ว่ามันผ่านกิ่งไหนบ้างจิตเมื่อถูการมณฺ์ปู้ขึ้นมา ถ้าชอบใจก็ถึงดีโน้น อันที่ติดต่อกันเราไม่รู้มัน ไปตามทีปริยัติรู้มันเอง แต่มันก็ไปนอกปริยัติด้วย มันไม่บอกว่าตรงนี้เป็นอวิชา ตรงนี้เป็นสังขาร ตรงนี้เป็นวิญญาน ตรงนี้เป็นนามรูป มันไม่ได้ให้ท่านมหาอ่านอย่างนั้นหรอก เหมือนกับการตกจากต้นไม้ ท่านพูดถึงขณะจิตอย่างเต็มทีของมันจริงๆ อาตมาจึงมีหลักเทียบว่า เหมือนกับการตกจากต้นไม้ เมื่อมันพลาดจากต้นไม้ไปปู้ มิได้คณนาว่ามันก็นิ้วก็ฟุต เห็นแต่มันตมถึงดินเจ็บแล้ว” เป็นต้น กลยุทธ์การตั้งคำถามที่ไม่ต้องการคำตอบก็เป็นการเรียบเรียงคำที่เรียกความสนใจจากผู้อ่านได้ไม่น้อย เช่น “สภาวะธรรม เกิดเองเป็นเองพอดี” นอกจากนี้ยังสังเกตเห็นว่ามีการใช้ข้อคิดเพื่อโน้มน้าวให้ปฏิบัติตามที่ผู้เขียนประสงค์ขณะดำเนินเรื่อง เช่น “หน้าที่ของเราคือทำความเพียร” “คนทำได้” เป็นต้น

สิ่งที่อยากนำเสนอ สิ่งที่ผู้วิจารณ์อยากเสนอเกี่ยวกับหนังสือเล่มนี้ก็คือ สำหรับการอ่านหนังสือเล่มนี้ให้เข้าใจได้อย่างรวดเร็ว ผู้อ่านต้องมีความรู้พื้นฐานทางธรรมมากพอสมควร หรือมีประสบการณ์ในการอ่านหรือการเรียนรู้ธรรมมาก่อน ยากพอสมควรแก่ผู้ศึกษาธรรม หรือนักภวานามือใหม่ ยกตัวอย่างเช่น “เรียนตามแบบ รบนอกแบบ” ผู้อ่านที่ไม่เคยรู้มาก่อน ว่ารบนอกแบบคืออะไร ก็ย่อมเป็นเรื่องยากที่จะเข้าใจ อาจกล่าวได้ว่าผู้อ่านต้องเข้าใจความหมายของ “การรบ” นี้ เสียก่อนจึงจะเข้าใจลึกซึ้งทันตลอดจนเข้าใจว่าปัญหาต่อการเจริญภาวนาใดเป็นอุปสรรคต่อการพ้นทุกข์ เพื่อนิพพาน อีกตัวอย่างคือเรื่องปัญญา ควรให้ความหมายของปัญญาอย่างชัดเจน โดยมีการอ้างอิงข้อมูล เพราะผู้อ่านทราบเพียงว่า “มีสติดูจิตเห็นความคิดเกิดปัญญา” แต่ไม่ได้ทราบว่าแท้จริงว่าปัญญามีลักษณะเป็นอย่างไร อีกทั้งผู้อ่านก็ยังขาดข้อมูลในการเปรียบเทียบประเด็นดังกล่าว นี่เป็นตัวอย่างที่สะท้อนให้เห็นว่าผู้เขียนคิดว่าผู้อ่านน่าจะเข้าใจ เลยไม่ได้อธิบายรายละเอียด

นอกจากนี้ ยังมีการใช้ศัพท์บาลีหลายคำ ซึ่งบางคำก็ได้มีการอธิบายขยายความให้ผู้อ่านเข้าใจ ขณะที่ก็มีหลายคำที่มีได้ให้ข้อมูลไว้ เช่น เจตสิก, อจฺเณทสิฏฺฐ, อวิชา, ปฏิจฺจสมุปบาทธรรม, โสกะปริเทวะ, ขันธห้า, โลภวิทู เป็นต้น อาจทำให้ผู้อ่านไม่เข้าใจเนื้อหาในบางส่วนบางตอนและอาจนำไปสู่การทำลายอรรถรสในการอ่านได้ เนื่องจากผู้อ่านอาจต้องหยุดชะงักการอ่านเพื่อค้นหาความหมายของคำ



เพื่อนำมาประติดประต่อกับเรื่องที่กำลังอ่านอยู่ ทั้งนี้การพบเจอศัพท์ทางธรรมมากไป อาจทำให้ผู้อ่านรู้สึก ว่าธรรมะเป็นเรื่องยาก ทั้งนี้หากมุ่งหมายให้บุคคลทั่วไปเป็นผู้รับสาร ควรใช้ศัพท์เทคนิคให้น้อยลง หรือ ควรอธิบายเชิงอรรถเพื่อให้ผู้อ่านได้เข้าใจในเรื่องนั้นเสียก่อน และผู้วิจารณ์ค่อนข้างเห็นแย้งกับประเด็นที่ ว่า ปัญญามาก่อนศีลสมาธิ เป็นหลักการของการปฏิบัติธรรมที่ไม่สอดคล้องกับหลักของไตรสิกขาที่ผู้วิจารณ์ ที่ศึกษามา การบำเพ็ญเพียรให้บรรลุผลมี 3 วิธี คือ โดยศีล โดยสมาธิ และโดยปัญญา ดังเช่น พระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงไว้ ทั้งนี้ สมาธิจะเกิดขึ้นไม่ได้ ถ้าไม่มีศีลเป็นพื้นฐาน ถ้าศีลไม่บริสุทธิ์เพียงพอการ นั่งสมาธิก็ไม่เป็นผล ก็เพราะธรรมชาติของมนุษย์นั้นเกิดมาพร้อมกับภาระต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นขราสาหรือพระ สงฆ์ล้วนก็มีหน้าที่และภาระต่างๆผู้วิจารณ์มีความเห็นว่าภาระของมนุษย์เป็นธรรมชาติที่มนุษย์ต้องประสบ หรือบางคนอาจใช้เป็นข้ออ้างในการหลีกเลี่ยงการปฏิบัติธรรม อีกทั้งการปฏิบัติธรรมตามที่เข้าใจนั้น ฉะนั้น การที่มีเครื่องควบคุมผัสสะ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ บ่อเกิดแห่งกิเลสเป็นสิ่งที่จำเป็นพื้นฐานของการเดิน ทางแห่งการพ้นทุกข์

5. องค์ความรู้ที่ได้รับ

ท่านหลวงปู่ชา สุภทฺโท มีเจตนารมณ์อย่างแน่วแน่ในการนำเสนอสาระธรรมที่ยากแต่เป็นแก่น ของการเจริญภาวนาโดยแท้ ซึ่งมุ่งหวังให้ผู้อ่านค้นหาตนเองว่าตนปฏิบัติถูกหรือไม่ และต้องการอะไรกัน แน่ ระหว่างความสุขกับความทุกข์ ซึ่งจะเห็นได้ว่าได้แบ่งประเภทของเนื้อหาในโอวาท ด้วยเริ่มจากระดับการ เจริญภาวนาขั้นพื้นฐานและค่อยเพิ่มความลึกซึ้งในอารมย์ของสภาวะธรรมขึ้นเรื่อยๆ โดยท่านพยายาม ถ่ายทอดองค์ความรู้ที่ตนได้ศึกษามา ในทุกแง่มุมของปัญหาต่อการปฏิบัติธรรม ซึ่งมีได้ศึกษาเฉพาะแต่ใน ตำราของพุทธศาสนาเท่านั้น แต่ยังสอดแทรกประสบการณ์ที่ท่านได้ประสบพบเจอด้วยตนเองด้วย ในบาง ช่วงบางตอนก็มีน้ำเสียงประชดประชันเพื่อให้สะท้อนความคิด เช่น “การปฏิบัติคือการฝืนใจตัวเอง” “การ ปฏิบัติ ต้องตั้งใจและพยายาม” “นักปฏิบัติต้องรักษาวินัย และเชื่อฟังอาจารย์” ทั้งหมดทั้งมวลนี้ก็เพื่อให้ ปุณฺณชนคนทั่วไปได้ขจัดอุปสรรคในการปฏิบัติเจริญภาวนา และมุ่งมั่นอย่างถูกวิธี เพื่อก้าวไปสู่ความดับทุกข์ นิรันดร์โดยแท้

เอกสารอ้างอิง

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). (2555ช). *พุทธธรรม*. กรุงเทพฯ: มูลนิธิบรรจงสนธิ และสำนักสหปฏิบัติ.
พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท). (2550). *กุญแจภาวนา*. (พิมพ์ครั้งที่ 4). อุบลราชธานี: ศูนย์เผยแผ่ธรรมดก
ธรรม.

อมร รัตนกุล. (2525). *ชนะทุกข์ โดย ฝึกขุปัญญานั่นแหละ*. กรุงเทพฯ: อำนวยสาสน์.