



คู่มือธรรมะ
ฉบับอ่านง่าย! เข้าใจง่าย



ธรรมะเพื่อการพัฒนาตน
สู่ความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์



ไตรสิกขา

ขั้นของการปฏิบัติศาสนา



พุทธทาสภิกขุ



อ่านสิบรอบ คิดสิบทน ฝึกฝนปัญญา ฉลาดใช้ เฉลียวคิด ชีวิตมีสติ สนุก สุข สงบ เย็น

คู่มือฉบับพิเศษ ๕

ฉบับอ่านง่าย กระจ่าง

เร็ว

ไตรสิกขา

(เบื้องหลังการปฏิบัติศาสนา)

พุทธทาสภิกขุ.

พุทธทาสภิกขุ.



Dhamma Guide : D.G. ณัฐพันธ์ ปิ่นทวีเกียรติ

ออกแบบปก : อนุจิต คำขอมเมือง

ภาพประกอบ : สมควร กงคิลา

บรรณาธิการสาระ : ศักดิ์สิทธิ์ พันธุ์ชัย

บรรณาธิการศิลปะ : อนุจิต คำขอมเมือง

รูปเล่ม/จัดอาร์ต : วันดี ตามที่ของตรง

ระดมธรรม นำสันติสุข



“ขอให้คิดดูเถิด

โลกปัจจุบันนี้กำลังเป็นอย่างไร

ถ้าเห็นว่าโลกกำลังเปลี่ยนไปสู่ความวิनाศแล้ว

เราก็จะต้องนึกถึงถึงการแก้ไข ถ้ามันเดินไปผิด เราก็ต้องถอยหลังมาหาความถูกต้อง เดินไปมันก็ยิ่งผิดมากไป หรือจะออกซ้ายๆ ซ้ายๆ มันก็คงจะไม่ถูกต้อง ถ้าเมื่อสมัยโบราณแต่กาลก่อนมันถูกต้อง คือมันไม่มีเหตุการณ์เลวทรามอย่างนี้ ก็จำเป็นอยู่เอง ที่จะต้องถอยหลังเข้าคลองไปหาความถูกต้องนั้น

เดี๋ยวนี้มันมีความเปลี่ยนแปลง ในการมีธรรมะของแต่ละคน ที่นี้เราก็จะระดมธรรมนี้ ก็เพื่อโลกปัจจุบันนี้ อย่าได้เลวต่อไปอีก เพราะมันเลวมากพอแล้ว ย้อนกลับมากหาความปลอดภัย เพื่อจะได้เป็นโลกที่อยู่ในรูปแบบที่สมบูรณ์ ที่พึงปรารถนา เรียกว่าเป็นโลกที่มันมีความสะอาด มีความสว่าง มีความสงบ อยู่ในจิตใจของมนุษย์ตามสมควร ถ้าคนแต่ละคนมีความสะอาด สว่าง สงบ สามอย่างนี้อยู่ในจิตใจแล้ว โลกนี้ก็เป็นโลกแห่งความสะอาด สว่าง สงบ โดยไม่ต้องสงสัย เราอยากจะมีโลกในรูปแบบที่น่าชื่นใจ น่าปรารถนา เราจึงต้องมีการแก้ไข”

พุทธกาล จักอยู่ไป ไม่มีตาย

ขาดกาล ๒๗ พ.ศ. ๒๕๔๙

มรณกาล ๘ พ.ศ. ๒๕๓๖

คำนำสำนักพิมพ์

ธรรมบรรยายชุด **“คู่มือมนุษย์”** ของพระเดชพระคุณ พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาส อินทปัญโญ) หรือหลวงปู่พุทธทาสภิกขุ แห่งสวนโมกขพลาราม อำเภอไชยา จังหวัดสุราษฎร์ธานี เป็นหนึ่งในผลงานซึ่งถือว่าเป็นเพชรน้ำเอกที่ได้รับการยอมรับและเป็นที่ยินชมชอบจากชาวพุทธอย่างกว้างขวางจนมีการนำไปแปลเป็นภาษาต่างๆ ในหลายประเทศ ทั้งนี้ก็เพราะหลวงปู่พุทธทาสภิกขุได้บรรยายเรื่องสำคัญที่สุดที่มนุษย์ทุกคนควรจะต้องรู้ และควรจะต้องปฏิบัติตามให้จงได้ เพื่อความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์แบบอย่างแท้จริง

ธรรมบรรยายชุดนี้ หลวงปู่พุทธทาสได้บรรยายอบรมผู้ที่ได้รับการโปรดเกล้าฯ เป็นตุลาการ รุ่นปี ๒๕๕๔ ณ ห้องบรรยายของเนติบัณฑิตยสภา ระหว่างวันที่ ๒-๒๒ พฤษภาคม ๒๕๕๔ รวมทั้งหมด ๑๐ ครั้ง ๑๐ หัวเรื่อง ดังนี้

- ครั้งที่ ๑ : **ใจความสำคัญของพุทธศาสนา**
(พุทธศาสนามุ่งชี้อะไรเป็นอะไร) (๒ พ.ศ. ๒๕๕๔)
- ครั้งที่ ๒ : **ไตรลักษณ์ (ลักษณะสามัญของสิ่งทั้งปวง)** (๔ พ.ศ. ๒๕๕๔)
- ครั้งที่ ๓ : **อุปาทาน ๔ (อำนาจของความยึดติด)** (๗ พ.ศ. ๒๕๕๔)
- ครั้งที่ ๔ : **ไตรสิกขา (ขั้นของการปฏิบัติศาสนา)** (๘ พ.ศ. ๒๕๕๔)
- ครั้งที่ ๕ : **เบญจขันธ์ (คนเราติดอะไร)** (๙ พ.ศ. ๒๕๕๔)
- ครั้งที่ ๖ : **สมาธิและวิปัสสนาตามธรรมชาติ (๑๑ พ.ศ. ๒๕๕๔)**
(การทำให้รู้แจ้งตามวิถีธรรมชาติ)

- ครั้งที่ ๗ : สมาธิและวิปัสสนาตามหลักวิชาในรูปเทคนิค
(การทำให้รู้แจ้งตามหลักวิชา) (๓๔ พ.ศ. ๒๕๔๔)
- ครั้งที่ ๘ : อริยบุคคลกับการละกิเลส (ลำดับแห่งความหลุดพ้นจากโลก)
(๓๗ พ.ศ. ๒๕๔๔)
- ครั้งที่ ๙ : พุทธศาสนากับคนทั่วไป (พุทธศาสนาสอนศิลปะการเป็นคน)
(๓๗ พ.ศ. ๒๕๔๔)
- ครั้งที่ ๑๐ : ตูลาการตามอุดมคติแห่งพระพุทธศาสนา (ภาคสรุปความ)
(๒๒ พ.ศ. ๒๕๔๔)

ด้วยทาง สำนักพิมพ์เลี้ยงช้าง เพียรเพื่อพุทธศาสน์ ได้เล็งเห็นคุณค่าและประโยชน์สุขที่ผู้อ่านจะพึงได้รับ จึงได้นำธรรมบรรยายชุด **“คู่มือมนุษย์”** ทั้ง ๑๐ หัวเรื่องมาจัดพิมพ์ใหม่ โดยจัดแยกเป็น ๑๐ เล่มตามหัวข้อ เน้นให้เป็นฉบับที่อ่านง่าย เข้าใจง่าย เพื่อความสะดวกในการศึกษาแก่ผู้อ่าน โดยได้เพิ่มภาพประกอบพร้อมคำการ์ตูน ชูคำเด่น เน้นข้อความ ตั้งหัวข้อใหญ่ หัวข้อย่อย แบ่งวรรคตอน ขอยย่อหน้าใหม่ ใส่สีเส้น เสริมธรรมให้ผู้อ่านอ่านได้เข้าใจง่ายขึ้น เมื่ออ่านไปที่ละเล่ม ทีละหัวเรื่องแล้ว จะทำให้เราเข้าใจหลักธรรมคำสั่งสอนและหลักปฏิบัติที่ถูกต้องทางพุทธศาสนาเพิ่มมากขึ้น

หนังสือ **“คู่มือมนุษย์ ฉบับอ่านง่าย เข้าใจง่าย เรื่อง ไตรสิกขา (ขั้นของการปฏิบัติศาสนา)”** เล่มนี้ จัดเป็นธรรมบรรยายลำดับที่ ๔ มีเนื้อหาสาระสำคัญที่มุ่งเน้นให้ผู้อ่านได้เห็นชัดว่า หลัก **“ไตรสิกขา”** หรือ สิล สมาธิ ปัญญา นี้ เป็นหลักปฏิบัติสำคัญที่มีไว้เพื่อดับต้นตอแห่งความทุกข์ทั้งหลายทั้งปวงอันเกิดจากอุปาทาน (ความยึดมั่นถือมั่น) ทั้ง ๔ ประการ จนกระทั่งเข้าถึงพระนิพพานอันเป็นจุดมุ่งหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา

ตั้งคำถามของท่านพุทธทาสภิกขุที่ว่า...

“หลักไตรสิกขาทั้ง ๓ ข้อนี้จะไม่คัดค้านกับศาสนาไหนเลย
ในเมื่อศาสนานั้นต้องการจะแก้ปัญหาต่างๆ
ที่เป็นความทุกข์ของมนุษย์”

ดังนั้นจึงหวังเป็นอย่างยิ่งว่า หนังสือเล่มนี้จะเป็นคู่มือช่วยชี้ทาง
ให้เราทุกคนได้พบเจอแสงสว่างแห่งชีวิต เพื่อมุ่งสู่เส้นทางแห่งการดับทุกข์
อย่างสิ้นเชิง สมกับที่ได้เกิดมาเป็นมนุษย์

ขออนุโมทนา

สำนักพิมพ์เสียงเขียน เพียรเพื่อพุทธศาสนา



โปรดใช้เล่มนี้ใส่คู่มสอดคู่ & อ่านแล้ว -> แบ่งกันอ่านหลายท่านจะดี
อ่านสิบรอบ ระดมสมองฝึกสติปัญญา ฝึกฝนปัญญา ทัศนคติการประพฤติใช้ในวิถีประจำวัน
จิตมีสติสัมปชัญญะ รู้เท่าคนธรรมดาดี อดทนได้ เติบโตได้ดี ชีวิตสุขภาพ สุขสงบ แน่น เหนียวเหนียวหนักหนา
คำพิพากษาดีเยี่ยม เพียรเพื่อพุทธศาสนา ปวารณาให้ทุกครอบครัวมีความสุข

กราบนมัสการและกราบสวัสดิ ผู้มีบุญทุกท่าน

“มนุษย์จำต้องมี ‘คู่มือมนุษย์’ ด้วยหรือ ??”

หลายๆ ท่านอาจจะเกิดความสงสัยขึ้นมาในใจ เมื่อได้เห็นหนังสือ
ชื่อแปลกๆ เล่มนั้นะครับ

“เฮ้ !! แล้ว มนุษย์ คืออะไร ??”

“แล้วเราเป็น มนุษย์ หรือเปล่า ??”

“เราไม่ใช่ มนุษย์ หรือ ??”

“คนคือมนุษย์ ?? มนุษย์ก็คือคนนี่ ??”

หากคุณเข้าใจง่ายๆ แบบนี้แล้วละก็...

“หนังสือคู่มือมนุษย์” ของท่านพุทธทาสภิกขุ

ฉบับอ่านง่าย เข้าใจง่าย

โดย **สำนักพิมพ์เสียงเชียงใหม่เพื่อพุทธศาสนา**

ที่คุณถืออยู่ในมือเล่มนี้จะทำให้คุณได้รับความกระจ่างชัดมากขึ้น
เรื่อยๆ จนคุณต้องอุทานออกมาว่า...

“เราต้องกลับไปเป็น มนุษย์ ให้ได้ !!” ในที่สุด

 **เสียงเชียงใหม่เพื่อพุทธศาสนา** 

สารบัญ

“ไตรสิกขา” มีความสำคัญเพื่อการดับทุกข์
อันเกิดจากอุปาทาน

๘



“ศีลสิกขา” ข้อปฏิบัติเบื้องต้นเพื่อเตรียมความพร้อมสู่ความรู้นั้น

๒๕

“สมาธิ” ชันฝึกฝนอบรมจิตให้พร้อมแก่การนำไปใช้ประโยชน์

๓๑



๓๘

ฝึกสมาธิถูกต้อง

“ปัญญา” คือความเห็นแจ้งก็เกิด

๔๔

ความเห็นแจ้ง จนเกิดความรู้สึกเบื่อหน่าย

คลายจากสิ่งที่หลง คือ **ปัญญา**ในพุทธศาสนา



“ไตรสิกขา” เป็นหลักปฏิบัติที่สามารถตัดอุปาทาน
ถอนตนจากความเป็นทาสได้จริง

๕๕

๕๕

“แะเล่าชาคก” : มักกฎชาคก ว่าด้วยสิ่งเจ้าเล่า

๖๖

“ธรรมะสวัสตี” : ความจริงของชีวิต



๗๗

“ความสุข” จากการเจริญสติด้วย **“พุทธโธ”** ในชีวิตประจำวัน

ไตรสิกขา : หน่อของการปฏิบัติศาสนา

๑. “ไตรสิกขา” มีความสำคัญเพื่อการดับทุกข์
อันเกิดจากอุปาทาน




ท่านที่จะเป็นผู้พิพากษาทั้งหลาย อาตมาได้บรรยายให้ทราบ
ในการบรรยายครั้งแรกที่สุด ถึงข้อที่ว่า...

หลักพระพุทธศาสนาทุกๆ เรื่อง ล้วนแต่สรุปลงได้ในหลักที่ว่า
เป็นการแสดงให้เห็นแจ้งตามที่เป็นจริงในสิ่งทั้งปวง
ว่าอะไรเป็นอะไร จนปฏิบัติถูกต้องสิ่งนั้นๆ เท่านั้นเอง

ข้อนี้เท่ากับเป็นการกล่าวได้อีกอย่างหนึ่งว่า พระไตรปิฎกทุกๆ
หน้า ล้วนแต่เป็นคำบอกกล่าวที่ว่า “อะไรเป็นอะไร” เท่านั้น

• บรรยายอบรมผู้ที่จะเป็นผู้พิพากษา ณ ห้องบรรยายของเนติบัณฑิตยสภา ๘ พ.ศ.
๒๕๕๑๕ ขณะดำรงสมณศักดิ์เป็นพระราชกษัตริย์ชั้นสามัญที่ พระอริยวิมลธรรม

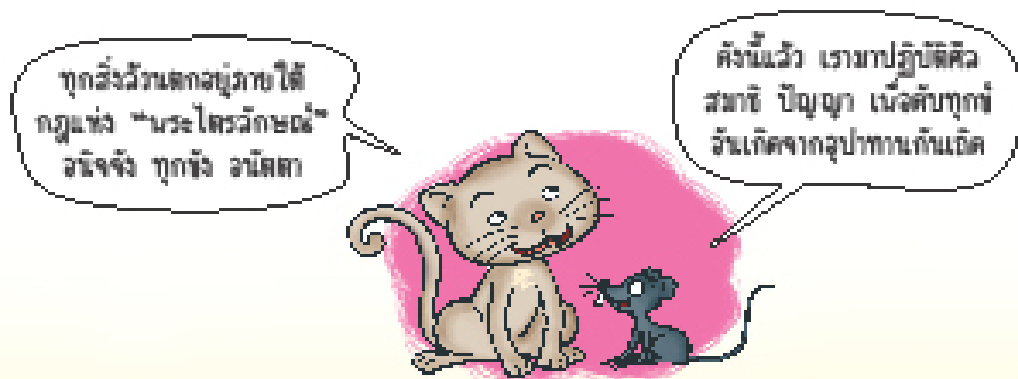
•  ติดตามอ่านหัวข้อนี้ได้ใน คู่มือมนุษย์ ฉบับอ่านง่าย เข้าใจง่าย เล่ม ๑
: ใจความสำคัญของพุทธศาสนา (พุทธศาสนามุ่งชื่ออะไรเป็นอะไร)
โดย สำนักพิมพ์เลี้ยงชีพ เพียรเพื่อพุทธศาสน์

ในครั้งถัดมาได้บรรยายให้ทราบชัดเจนไปว่า ที่ว่าอะไรเป็นอะไร
นั้น ใจความที่สำคัญที่สุดก็คือ...

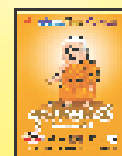
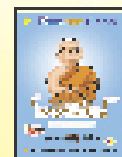
ทุกสิ่งเป็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ไม่มีอะไรที่น่าหลงไหล
ปรารถนาหรือน่ายึดถือเลย อันเรียกว่า **“เรื่องไตรลักษณ์”***

ถัดมาอีก ได้แสดงให้ทราบว่า...

การที่เข้าไปหลงไหลในสิ่งต่างๆ ทั้งที่มันเป็น อนิจจัง ทุกขัง
อนัตตา นั้นเป็นเพราะการผูกพันของ **“อุปาทาน”***
หรือความยึดถือถึง ๔ ประการ ค้ำยันอำนาจของอวิชชา
จึงได้เป็นทุกข์นานาชนิดและไม่สร้าง



- * ดิศคามอ่านหัวข้อนี้ได้ใบ คู่มือมนุษย์ ฉบับอ่านง่าย เข้าใจง่าย เล่ม ๒ : ไตรลักษณ์ (ลักษณะสามัญของสิ่งทั้งปวง) โดย สำนักพิมพ์เสียงเขียน เพียรเพื่อพุทธศาสนา
- * ดิศคามอ่านหัวข้อนี้ได้ใบ คู่มือมนุษย์ ฉบับอ่านง่าย เข้าใจง่าย เล่ม ๓ : อุปาทาน ๔ (อำนาจของความยึดถือ) โดย สำนักพิมพ์เสียงเขียน เพียรเพื่อพุทธศาสนา



ทุกข์ที่เกิดจากอุปาทานมีหลายระดับ จึงต้องมีวิธีแก้ ๓ ชั้น คือ สมาธิ ปัญญา

ทั้งหมดนี้เป็นใจความสำคัญของพระพุทธศาสนาส่วนหนึ่ง อันเป็นส่วนที่ลึกซึ้ง และเป็นใจความสำคัญที่เราจะต้องเข้าใจถึงในเบื้องต้นเสียก่อน เราจึงจะเข้าใจในข้อปฏิบัติต่างๆ ที่มีอยู่เป็นหมวดเป็นหมู่ เพื่อดับความทุกข์ต่างๆ ที่มีผลมาจากตัณหาหรืออุปาทานเหล่านั้นได้โดยง่าย

ฉะนั้นในวันนี้ เราก็มารวมวาระที่จะต้องบรรยายให้ทราบกันต่อไปว่าทำอย่างไรหรือมีวิธีใดที่จะตัดอุปาทานเหล่านั้นเสียให้ได้ โดยเฉพาะหลักพุทธศาสนาต่างๆ ไป เราจะได้ยินได้ฟังคำต่างๆ ที่บัญญัติไว้เฉพาะเป็นอันมาก แต่เกี่ยวกับกรรมนี้ก็คือคำ ๓ คำที่เรียกว่า คือ สมาธิ ปัญญา

ศีล สมาธิ ปัญญา นี้ มีมูลสำคัญอยู่ตรงที่มีไว้เพื่อดับความทุกข์ อันเกิดมาจากอุปาทาน ๔ ประการ ดังที่กล่าวแล้วนั่นเอง ข้อปฏิบัติสำหรับให้ทุกคนปฏิบัติกัน ท่านมีลำดับไว้เป็นขั้นๆ สำหรับคนที่ยังไม่สามารถเพียงพอที่จะปฏิบัติในขั้นสูง ก็มีข้อปฏิบัติขั้นๆ ให้ปฏิบัติไปก่อน แล้วก็จะค่อยก้าวเข้าไปหาข้อปฏิบัติขั้นสูงที่จะตัดอุปาทาน หรือศกกิเลสส่วนลึกใค้อยู่คือ เหตุนี้จึงต้องมีข้อปฏิบัติหรือสิกขาเป็นขั้นๆ



ค่อยๆ อ่าน ค่อยๆ คิด

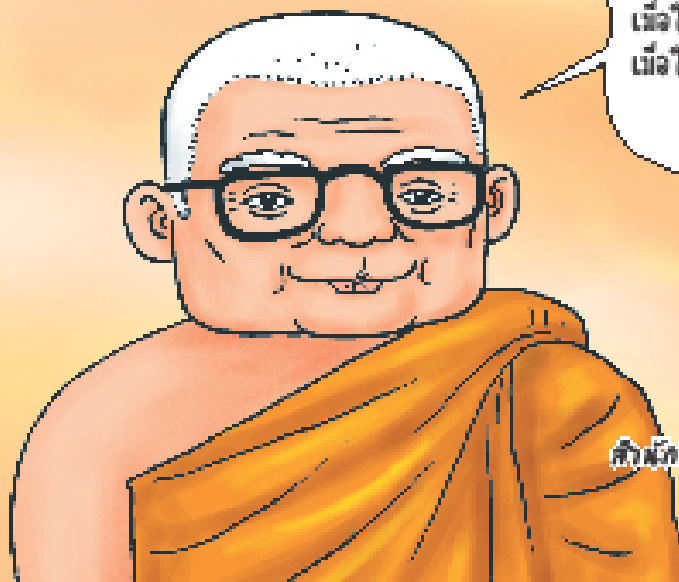
คร่ำครึคิดขี้คิด หยุดหักสีกนิค ทำขิตให้สงบ ฉักพบทางออก

ขั้นที่ ๑ “ศีล” การประพฤติกาย วาจา ไม่ให้เกิดโทษ ทั้งแก่ตนและผู้อื่น

ข้อปฏิบัติ ๓ ขั้น ที่เรียกว่า “ไตรสิกขา” หรือสิกขา ๓ อย่างนั้น
ขั้นแรกที่สุดเรียกว่า...

**“ศีล” หมายถึง การประพฤติดีประพฤติถูก
ตามหลักทั่วๆ ไปที่มีหลักอยู่ว่า
ไม่เป็นการทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน
ไม่ทำตนให้เดือดร้อน**

ในการที่เกี่ยวข้องกันอยู่เป็นสังคมมนุษย์ หรือเกี่ยวข้องกัน
ภายในครอบครัว หรือแม้ที่สุดที่เกี่ยวข้องกับสิ่งของเครื่องใช้สอยต่างๆ
ที่เป็นของจำเป็นแก่ชีวิต ซึ่งทั้งหมดนั้น เราจะต้องปฏิบัติให้ถูกต้อง
ในลักษณะที่จะไม่เกิดโทษหรือเกิดอันตรายขึ้นจากสิ่งเหล่านี้



เมื่อใจมีศีล ใจจะเป็นปรกติ ไม่เศร้าหมอง
เมื่อใจเป็นปรกติ ไม่เศร้าหมอง ใจก็จะตั้งมั่นเป็นสมาธิ
เมื่อใจตั้งมั่นเป็นสมาธิแล้ว เราจะสามารถมองเห็นทุกสิ่ง
ตามความเป็นจริง จนเกิดปัญญา
นี่แหละ “ไตรสิกขา” คือ สมาธิ ปัญญา

ข้อปฏิบัติเหล่านี้ ในขั้นนี้ เรียกว่า ศิล ถ้าเรียกเต็มทีก็เรียกว่า “ศิลปศึกษา” แปลว่า สิ่งที่ควรศึกษาหรือควรอบรมที่เป็นขั้นศิลปะ

แม้จะมีการจำแนกไว้เป็น ศิลหัตถ์ ศิลแปด หรือศิลป ๒๒๗ และอื่นๆ อีกเป็นอันมากก็ตาม แต่รวมใจความแล้วก็อยู่ตรงที่ เป็นการปฏิบัติเพื่อความปรกตีสงบเรียบร้อย ปราศจากโทษขั้นต้นๆ ที่เป็นไปทางกาย ทางวาจา ทั้งที่เกี่ยวกับสิ่งคมหรือส่วนตัว หรือสิ่งของต่างๆ ที่จำเป็นแก่การอยู่ ดังที่กล่าวมานี้ทั้งนั้น

รายละเอียดเรื่องศิลปอื่นๆ จะหาศึกษาได้จากตำรับตำราอันว่า ด้วยเรื่องนั้นโดยเฉพาะ เป็นรายๆ ไป



ศิลป แปลว่า ความเป็นปรกติ หากเรารักษาศิลที่ใจเพียงข้อเดียว คือ คอยมีสติระลึกรู้กายและใจ ไม่หลง ไม่โกรธ ไม่โลภ ไม่ไหลไปตามกระแส แห่งกิเลสตัณหา เท่ากับเรารักษาศิลทั้งหมด ตั้งนี้แล้ว หมั่นฝึกเจริญสติ เจริญวิปัสสนากรรมฐานตามแนวทางที่พระพุทธรองค์ทรงสั่งสอนกันเถิด

ขั้นที่ ๒ “สมาธิ” การฝึกบังคับจิตใจ ให้อยู่ในภาวะที่พร้อมทำหน้าที่



ศึกษาขั้นที่ ๒ ที่สูงขึ้นไปอีก เรียกว่า...

“สมาธิ” จอมนี้ได้แก่

**การที่ผู้นั้นสามารถบังคับจิตใจของตัวเองได้
ในสภาพที่จะใช้ให้เป็นประโยชน์มากที่สุดตามที่ตนต้องการ**

ขอให้นักศึกษาทั้งหลายตั้งข้อสังเกตความหมายของคำว่าสมาธิไว้ให้ถูกต้อง

โดยมากท่านทั้งหลายย่อมจะได้ยินได้ฟังมาแต่ก่อนว่า สมาธินั้นคือ ความตั้งใจมั่น แน่วแน่ ถึงกับว่าผู้นั้นแน่นิ่งเหมือนกับท่อนไม้หรือคนตายไปเลยอย่างนั้นเสียโดยมาก หรือที่ติดว่านั้นก็มักจะกล่าวกันแต่เพียงว่าเป็นจิตที่สงบ เป็นจิตที่บริสุทธิ์ แต่ลักษณะเพียง ๒ อย่างนั้นยังไม่ใช่ความหมายอันแท้จริงของสิ่งที่เราเรียกว่า สมาธิโดยสมบูรณ์



เพราะยังมีอีกคำหนึ่ง ซึ่งถ้ากล่าวโดยภาษาไทย ก็ได้แก่...

การทำจิตนั้นให้เหมาะสมที่จะให้ทำการงานทางจิต เป็นการ บังคับจิต ผูกฝนจิต หรืออบรมจิต หรืออะไรก็สุดแท้ ให้จิตอยู่ในลักษณะ ที่พร้อม ที่มีสมรรถภาพถึงที่สุดในการที่จะปฏิบัติหน้าที่ทางจิต ข้อนี้อเอง เป็นความมุ่งหมายอันแท้จริงของสิ่งที่เรียกว่า “สมาธิ”

การกล่าวเช่นนี้มีหลักในพุทธวจนะนั่นเอง พระองค์ทรงแสดง ลักษณะของจิตด้วยคำอีกคำหนึ่งซึ่งเป็นคำสำคัญที่สุด คือคำว่า กมมนิโย แปลว่า สมควรแก่การทำงาน และคำนี้เป็นคำสุดท้ายที่ทรงแสดงลักษณะ ของจิตที่เป็นสมาธิ

เพราะฉะนั้น ขอให้เข้าใจคำว่า **สมาธิ** นี้ ว่ามีความมุ่งหมายถึง **การบังคับจิต สามารถบังคับจิตให้ตั้งอยู่ในภาวะที่พร้อมที่สุด ที่จะทำการงานในทางจิต ไม่ใช่ให้บริสุทธิ์ใจๆ ไม่ใช่ให้ตั้งมั่นสงบเงียบ หรือแน่นิ่งไปอย่างเฉียวก็หาไม่ได้** ข้อนี้อมีความหมายที่กำกวมอันอาจทำให้เข้าใจผิดได้ดังนี้



ขยใจเจ้า...บุท
ขยใจจอก...โฮ
นั่งดูกายมันขยใจเจ้าและจอก
ใจมันไปคิดจเว้มบุทไร
ก็ใช้คยรู้ เราบังคับมันไม่ได้
นี่แหละคยจริง

การฝึกสมาธิ นอกจากจะได้ความสงบ
ยังก่อให้เกิดปัญหาที่เรอใจจจ
ชุกจจ อจลลลล จอจกายใจคยนี้เอง

ลาๆ