

อริยสัจ๔ โดยนัยแห่งกายคตาสติ

ภิกษุทั้งหลาย ! ภิกษุผู้มีสังวรนั้นเป็นอย่างไรรู้แล้ว ? ภิกษุทั้งหลาย ! ภิกษุในธรรมวินัยนี้ เมื่อเห็นรูปด้วยตา, ฟังเสียงด้วยหู, ดมกลิ่นด้วยจมูก, ลิ้มรสด้วยลิ้น, สัมผัสโผฏฐัพพะด้วยกาย, รู้ธรรมมารมณด้วยใจ; ก็ไม่สยบอยู่ในอารมณ์ที่น่ารัก ไม่เคียดแค้นในอารมณ์อันไม่น่ารัก เป็นผู้ตั้งไว้ซึ่งกายคตาสติ มีจิตหาประมาณไม่ได้, ย่อมรู้ตามที่เป็นจริงซึ่งเจโตวิมุตติ ปัญญาวิมุตติอันเป็นที่ดับแห่งบาปอกุศลที่เกิดแล้ว แก่เขานั้น โดยสิ้นเชิง.

ภิกษุทั้งหลาย ! เปรียบเหมือนนบุรุษจับสัตว์หกชนิด อันมีที่อยู่อาศัยต่างกัน มีที่เที่ยงหากินต่างกัน มาผูกรวมกันด้วยเชือกอันมั่นคง คือ เขาจับงูมาผูกด้วยเชือกเหนียวเส้นหนึ่ง, จับจระเข้, จับนก, จับสุนัขบ้าน, จับสุนัขจิ้งจอก, และจับลิงมาผูกด้วยเชือกเหนียวเส้นหนึ่งๆ ครั้นแล้วนำไปผูกไว้กับเขื่อนหรือเสาหลักอีกต่อหนึ่ง. ภิกษุทั้งหลาย ! ครั้นนั้นสัตว์ทั้งหกชนิดเหล่านั้นมีที่อาศัยและที่เที่ยงต่าง ๆ กัน ก็ยื้อแย่งจุดดิ่งกัน เพื่อจะไปสู่ที่อาศัยและที่เที่ยงของตน ๆ: งูจะเข้าจอมปลวก, จระเข้จะลงน้ำ, นกจะบินขึ้นไปในอากาศ, สุนัขจะเข้าบ้าน, สุนัขจิ้งจอกจะไปป่าช้า, และลิงก็จะไปป่า. ภิกษุทั้งหลาย ! ในกาลใดแล ความเป็นไปภายในของสัตว์ทั้งหกชนิดเหล่านั้น มีแต่ความเมื่อยล้าแล้ว, ในกาลนั้น มันทั้งหลายก็จะพึงเข้าไปยืนเฝ้า นั่งเฝ้า นอนเฝ้า อยู่ข้างเสาเขื่อนหรือเสาหลักนั่นเอง. ข้อนี้ฉันใด;

ภิกษุทั้งหลาย ! ภิกษุรูปใด ได้อบรมกระทำให้มาก ในกายคตาสติแล้ว ตาก็จะไม่จุดเอาภิกษุนั้นไปหารูปที่น่าพอใจ, รูปที่ไม่น่าพอใจก็ไม่เป็นสิ่งที่เธอรู้สึกอึดอัดขยะแขยง; หูก็จะไม่จุดเอาภิกษุนั้นไปหาเสียงที่น่าฟัง, เสียงที่ไม่น่าฟังก็ไม่เป็นสิ่งที่เธอรู้สึกอึดอัดขยะแขยง; จมูกก็จะไม่จุดเอาภิกษุนั้นไปหากลิ่นที่น่าสูดดม, กลิ่นที่ไม่น่าสูดดมก็ไม่เป็นสิ่งที่เธอรู้สึกอึดอัดขยะแขยง; กายก็จะไม่จุดเอาภิกษุนั้นไปหาสัมผัสที่ยั่ววนใจ, สัมผัสที่ไม่ยั่ววนใจก็ไม่เป็นสิ่งที่เธอรู้สึกอึดอัดขยะแขยง; และใจก็จะไม่จุดเอาภิกษุนั้นไปหาธรรมอารมณ์ที่ถูกต้อง, ธรรมอารมณ์ที่ไม่ถูกต้องก็ไม่เป็นสิ่งที่เธอรู้สึกอึดอัดขยะแขยง; ข้อนี้ก็ฉันนั้นเหมือนกัน.ภิกษุทั้งหลาย!ภิกษุผู้มีสังวร เป็นอย่างนี้.

ภิกษุทั้งหลาย ! คำว่า "เสาเขื่อน หรือเสาหลัก" นี้เป็นคำเรียกแทนชื่อแห่งกายคตาสติ.

ภิกษุทั้งหลาย ! เพราะฉะนั้น ในเรื่องนี้ พวกเธอทั้งหลายพึงสำเหนียกใจไว้ว่า "กายคตาสติของเราทั้งหลาย จักเป็นสิ่งที่เราอบรม กระทำให้มาก กระทำให้เป็นยานเครื่องนำไปกระทำให้เป็นของที่อยู่อาศัยได้ เพียรตั้งไว้เนื่อง ๆ เพียรเสริมสร้างโดยรอบคอบ เพียรปรารภสมาสมาด้วยดี" ดังนี้. ภิกษุทั้งหลาย ! พวกเธอทั้งหลายพึงสำเหนียกใจไว้อย่างนี้แล.(บาลี พระพุทธภาษิต สฬ้า ส . ๑๘/๒๔๗/๓๕๙, ตรัสแก่ภิกษุทั้งหลาย.) พุทธพจน์

☑ ผู้ใดมีอินทรีสังวร เป็นผู้ตั้งไว้ซึ่งกายคตาสติ ผู้นั้นคือนายไปล์ ผู้เดินทางสู่นิพพาน หากกลาง จากไม่กลาง(=จิตตั้งอยู่ สภาพกลม มีอาการ) ก็ถึงศูนย์(=ไม่มีที่ตั้ง จิตหาประมาณไม่ได้ =วิมุตติ) เมื่อถึงศูนย์(=ย่อมรู้ตามจริงซึ่งเจโตวิมุตติ ปัญญาวิมุตติ ย่อมตั้งอยู่ไม่ได้(=เป็นที่ดับแห่งบาปอกุศล) เมื่อไม่มีที่ตั้ง สิ่งปรากฏ(สังขารเก่า=โลกนี้, สังขารใหม่=โลกอื่น)ก็คือ กลางในตัวเอง เป็นของว่างเปล่า(ที่สุตกลาง ที่สุดทุกข)