

กิเลส

Defilement's

(บทที่ 6 ในหนังสือแสดงปาฐกถาเรื่องจิต ของพันเอกปิ่น มุทุกันต์
จัดพิมพ์ครั้งแรกเมื่อวันที่ 25 ธันวาคม 2495 โดยมหาบัณฑิตวิทยาลัย)

กิเลสคืออะไร

เมื่อพูดถึงเรื่องจิตแล้ว จะเว้นไม่พูดถึงเรื่องกิเลสเลยดูไม่สมควร เพราะกิเลสมีส่วนเกี่ยวข้องกับจิตอยู่มาก ในฐานะเป็นศัตรูตัวร้ายกาจของจิต และคอยทำลายจิตอยู่เสมอ ผู้ศึกษาเรื่องจิตจะต้องศึกษาเรื่องกิเลสควบกันไปด้วย เหมือนกับเราเรียนวิชาเพาะปลูก เราก็จะต้องเรียนเรื่องตัวเพลี้ยตัวแมลงซึ่งเป็นศัตรูพืชด้วย หรือเหมือนกับเราเรียนสุขวิทยาก็ควรเรียนเชื้อโรคด้วย กิเลสก็มีพฤติกรรมคล้ายๆ กับตัวศัตรูพืช หรือตัวโรคนั้นเอง ต่างแต่กิเลสเป็นพวกนามธรรม และเป็นศัตรูแก่จิต หรือเป็นเชื้อโรคทางจิตใจเท่านั้น

คำว่า "กิเลส" แปลตามตัวว่า เครื่องเศร้าหมองจิต หรือสิ่งที่ทำจิตให้เศร้าหมอง แปลอย่างนี้่อมความไว้ได้หลายชั้น คือ ทำให้เรารู้ได้ว่ากิเลสเป็นอันหนึ่งต่างหากจากจิต จิตคงเป็นจิต ไม่ใช่กิเลส และกิเลสก็ไม่ใช่จิต แต่กิเลสมีอำนาจทำให้จิตเศร้าหมองได้ และโดยคำแปลอันเดียวกันนี้ยังส่งความให้เราไปถึงว่า ลักษณะของจิตที่แท้จริง ต้องไม่เศร้าหมอง แต่มาเศร้าหมองเพราะกิเลสนี้แหละ

กิเลสเกิดขึ้นได้อย่างไร

หวังว่าท่านผู้ฟังคงจะจำได้ว่า จิตของคนเราทำงานได้ 6 ทาง คือรู้สึกของรูปทางตา 1 รู้สึกเสียงของรูปทางหู 1 รู้กลิ่นของรูปทางจมูก 1 รู้รสของรูปทางลิ้น 1 รู้เย็นร้อนอ่อนแข็งของรูปทางกาย 1 รู้เรื่องของรูป (อารมณ์) ทางใจ 1 เป็น 6 ทางด้วยกัน

รูป เสียง กลิ่น รส ผัสสะ และอารมณ์ที่ผ่านมาถึงจิตนั้นมี 2 ประเภท คือดีอย่างหนึ่ง ไม่ดีอย่างหนึ่ง (ที่ว่าดีหรือไม่ดีในที่นี้ ตัดสินด้วยความพอใจของแต่ละคน) ถ้าประสบกับฝ่ายดี ความรักก็เกิดขึ้นในจิต ถ้าประสบฝ่ายไม่ดี ความชังก็เกิดขึ้นในจิต รักจัดๆ ชังจัดๆ ความหลงก็เกิดขึ้นในจิต (ในอารมณ์ที่ชังจิตก็หลงได้ คือหลงชัง) รัก ชัง หลง 3 อย่างนี้คือตัวกิเลส กิเลสเกิดขึ้นในจิตได้ดังนี้ ที่ยกมาพูดเฉพาะกิเลสที่เป็นต้นเค้า

โทษของกิเลส

กิเลสหุ้มจิต

กิเลสเกิดขึ้นแล้ว ย่อมหุ้มห่อจิต นานวันเข้าจิตก็ยิ่งถูกหุ้มห่อขึ้นหลายชั้น จิตที่ถูกกิเลสหุ้มห่อจนหนาแล้ว ภาษาพระเรียกว่า "ปุถุชน" แปลว่า "คนหนา" ที่ว่ากิเลสหุ้มจิตนั้น ข้าพเจ้าไม่รู้ว่า จะแสดงให้ท่านผู้ฟังเห็นได้อย่างไร จึงขอวาดภาพให้ดูดังนี้

ภาพกิเลสหุ้มจิต



นี่แสดงเฉพาะเรื่องความโกรธอย่างเดียว คนเราที่ว่าโกรธๆ นั้น ไม่ใช่อะอะก็โกรธก็เกิดขึ้นมาทีเดียว แต่มีอาการแปรไปหลายอย่าง สำหรับข้าพเจ้าเห็นว่า พอเห็นรูป ฟังเสียง ฯลฯ ฝ่ายที่ไม่ดี **ปฏิกะ** ความขัดใจเกิดขึ้นก่อน ถ้าระงับไม่ได้ **โกธะ** ความเดือดดาลแห่งจิตก็เกิดขึ้น ถ้าระงับไม่ได้ **โทสะ** ความประทุษร้ายก็เกิดขึ้น ถ้าระงับไม่ได้ **พยาบาท** ความจงล้างจงผลาญก็เกิดขึ้น และแสดงออกเป็น **โทสะคตติ** ต่อไป สิ่งเหล่านี้หุ้มห่อจิตจนหนา หนาจริงๆ เสียด้วย สังเกตดูคนที่รักมากๆ โกรธมากๆ โง่มากๆ ถึงจะถูกใครว่า พอที่จะอายก็ไม่อาย พอที่จะเจ็บก็ไม่เจ็บ หรือได้รับการอบรมสั่งสอนพอดีพอร้าย คำสอนไม่เข้าถึงจิต ถูกกิเลสที่หุ้มปะทะไว้หมด ท่านผู้ฟังคงจะเคยเห็นหรืออย่างน้อยคงจะได้อ่านข่าวในหนังสือพิมพ์เกี่ยวกับเรื่องที่ว่า คนกำลังโกรธ ทะเลาะกัน อย่างดุเดือด พอมีใครไปห้ามเข้า เลยพาลหาเรื่องทะเลาะคนที่ห้ามนั้น บางรายถึงกับทำร้ายคนห้ามก็มี นี่เป็นเรื่องของกิเลสหุ้มจิตแท้ๆ คำห้ามปรามหรือการสั่งสอนชี้แจงเข้าไปถึงจิตไม่ได้ ถูกกิเลสปะทะไว้หมด การอบรมสั่งสอนคนอื่นนั้น ความจริงเราต้องหาจังหวะเหมือนกัน จึงจะไม่เสียแรงเปล่า

กิเลสทำให้การตัดสินใจผิดพลาด

ขอให้ท่านผู้ฟังมองดูรอบๆ ตัวท่าน นี่แหละสิ่งต่างๆ ในโลกเขาก็เป็นอยู่อย่างนี้ โนนขาว โนนเขียว โนนเหลือง ถ้าท่านมองโลกด้วยตาเปล่า ท่านก็จะเห็นโลกตามความเป็นจริง คือขาวก็

เห็นเป็นขาว เขียวก็เห็นเป็นเขียว เหลืองก็เห็นเป็นเหลือง แต่ถ้าท่านเอาแว่นสีต่างๆ มาบังตาท่าน เสียแล้วมอง ท่านก็จะเห็นสิ่งต่างๆ คลาดเคลื่อนไปจากความเป็นจริง ถ้าท่านใช้แว่นเขียวก็น่าจะเห็น สิ่งต่างๆ เขียวป๋อไปหมด ถ้าท่านใช้แว่นแดง ท่านก็จะเห็นสิ่งต่างๆ แดงแจ๋ไปด้วย ถ้าท่านใช้แว่นดำ ท่านก็จะเห็นสิ่งต่างๆ ดำมืดไปด้วย ความจริงสิ่งเหล่านี้ไม่ได้เขียว แดง ดำ ตาของท่านก็ไม่ได้เขียว แดง ดำ แว่นต่างๆ ที่มีสีอย่างนั้น และทำให้ท่านเห็นผิดไป นี่ว่าถึงการมองด้วยตาเนื้อ

การมองด้วยตาเนื้อคือจิตก็เหมือนกัน แว่นสำหรับบังจิตมีอยู่ 3 แว่น คือ แว่นรัก แว่นชัง แว่นเขลา จิตที่ถูกแว่นคือกิเลสเหล่านี้บังแล้ว ย่อมเห็นคลาดเคลื่อนไปได้เหมือนกัน ขอโทษเถอะ ผมขอพูดอย่างตนเองให้ฟังกันง่ายๆ โปรดคิดถึงคนที่ท่านรัก หรือพูดง่ายๆ คือคู่รักของท่านนะ อัน ที่จริงคนที่เรารัก ก็ไม่วิเศษวิโสอะไรมากนัก พอๆ กับชาวบ้านชาวเมืองนั่นแหละ แต่ทำไมเราเห็นว่า เขาดี เขาสวยเหลือเกิน สวยกว่าคนอื่น ดีกว่าคนอื่น เขาจะเดินก็น่าดู มีสง่า เขาวิ่ง เราก็ชมว่าเอา การเอางานดี ร้องไห้ก็เห็นว่าน่าสงสาร ยิ้มก็มีเสน่ห์ หัวเราะก็น่าดู ผิดๆ เราก็ว่าดำขำ ถึงเขาจะ โกรธกระเพียดกระพาดอย่างไร ก็ยังน่ารักอยู่นั่นแหละ เขาว่าคนที่รักกันมากๆ จนกระทั่งหมา กระทั่งแมวบ้านนั้นก็น่าเอ็นดูไปหมด นี่เพราะอะไร? เพราะความรักบังใจท่านแล้วใช่ไหม? คราวนี้ ท่านลองนึกถึงคนที่ท่านชังดูซิ ! ความจริงเขาก็พอไปวัดไปวาได้ แต่เรารู้สึกว่าไม่เห็นมีอะไรเข้า ทำเลย เขาเดิน เราก็ว่าเขาซ้ำอืดอาด พอเขาวิ่ง เราก็ว่าเขาไม่มีกิริยา ร้องไห้ เราก็คิดสมน้ำหน้า ยิ้ม เราก็ว่าทะเล้น ผิดๆ เราก็ว่าซ้ำเหว่ ไม่ใช่ดำขำเหมือนของเรา นี่ก็เพราะความชังบังใจท่านแล้วใช่ไหม?

ท่านเจ้าคุณศาสนโคภาน (จตตสลโล แจ่ม) วัดมกุฏกษัตริย์ฯ ท่านสอนไว้ดีมาก ท่านสอนว่า

"โทษคนอื่นเราเห็นเป็นภูเขา

โทษของเราแลไม่เห็นเท่าเส้นขน

ตคนอื่นเหม็นเปื้อนเราเหลือทน

ตตของตนถึงเหม็นไม่เป็นไร"

นี่ก็เพราะเรื่องความรักตนนั่นเอง เราจึงไม่ค่อยเห็นโทษของตน คือความรักมันบังจิตเสีย แล้ว ที่ร้ายก็เห็นเป็นดีไปหมด กิเลสทำให้เห็นผิดอย่างนี้ คนเราลงได้เห็นผิดแล้ว การพิจารณาและการตกลงใจจะให้ถูกต้องได้อย่างไร ? เช่น คนที่โกรธจัดๆ มักจะเห็นตัวเองเก่งกล้าสามารถยิ่งกว่าใครๆ เห็นฝ่ายปรปักษ์กระจัดย่อยนิดเดียว อย่างที่ว่าเห็นช้างเท่าแมวนั่นเอง ลงได้เห็นผิดอย่างนี้แล้ว ก็โปรดคิดดูเอาเถอะว่าจะเกิดอะไรขึ้นต่อไป แน่ละ เมื่อเห็นผิดแล้ว การตัดสินใจก็ผิด การพูดก็ผิด เลยไปกันใหญ่

กิเลสทำให้จิตตื้น

นอกจากที่กล่าวแล้ว กิเลสยังทำให้จิตตื้นอีกด้วย ตื้นอย่างไร? ตื้นอย่างนี้ คือตื้นร่นที่จะเห็นวรั้งเอาสิ่งที่ตนรักมาเป็นของตน ตื้นร่นที่จะผลักไสสิ่งที่ตนชังให้ห่างไกลไปจากตน จิตที่ตื้นร่นแล้ว ชั้นตื้นก็หาช่องทาง คือคิดจะดำเนินในทางดี ในส่วนที่รักก็คิดจะซื้อจะขอ ในส่วนที่ชังก็คิดจะปลีกตัวออกห่าง แต่เมื่อคิดที่จะดำเนินการโดยละมุนละม่อมไม่สำเร็จ หรือไม่ทันความประสงค์ จิตก็แสในทางชั่ว คือดำเนินการหักโหม ที่อยากได้ก็คิดลักคิดโกง ที่ไม่ชอบก็คิดฆ่าคิดทำลาย พอเห็นช่องก็สั่งกายสั่งปาก ให้ทำให้พูดต่อไป ซึ่งเป็นการสร้างกรรมดังจะบรรยายข้างหน้า

การปล่อยจิตของตนให้ตื้นมากๆ ย่อมไม่มีผลดีเลย มีแต่ทางที่จะเสีย นอกจากเสียในทางเป็นเหตุให้ทำกรรมชั่วดังกล่าวแล้ว ยังเป็นการทำลายสมรรถภาพของจิตนั่นเอง ให้เป็นจิตเพลากำลังลง จนกลายเป็นจิตที่อ่อนแอ จริงอยู่กิเลสที่เกิดขึ้นอย่างรุนแรง อาจทำให้จิตเป็นไปอย่างรุนแรง และบางที่ยังทำให้กล้ามเนื้อกำลังมากขึ้นอย่างผิดปกติด้วย แต่สักครู่เดียว ทั้งจิตทั้งกายก็ต้องสูญเสียพลังงานไปมาก ขอให้สังเกตดู หลังจากความโกรธสงบลงแล้ว เราจะรู้สึกเพลียมากกว่าตอนก่อนเกิดความโกรธ คือ หมายความว่า กำลังที่เกิดเพราะความโกรธเราก็เสียไป ยังแถมเสียกำลังที่มีอยู่เดิมไปอีกด้วย จิตที่ตื้นร่นมากๆ ก็เหมือนกับคนตื้นมากๆ นั่นเอง หนักเข้าก็เหนื่อยหมดแรง บางคนจิตตื้นร่นมาก จนกินไม่ได้ นอนไม่หลับ ผอมโซลง เลยเจ็บป่วยไปก็มี

อันที่จริงความคิดความนึกก็เป็นอาหารของจิต (มนัสสัญญาเจตนาหาร) แต่ต้องคิดนึกให้เป็นจังหวะ คิดไปตามแนวตามแถว ต้องรู้จักยั้งคิดในที่ควรยั้ง รู้จักคิดคืบหน้าไปในที่ควรคิด ต้องฝึกจิตให้ได้แบบนี้ จึงจะได้ผลดี เหมือนกับการออกกำลังกาย ต้องทำให้ถูกวิธีด้วย ทำให้พอดีด้วย ร่างกายจึงจะแข็งแรงได้ ถ้าทำผิดวิธีหรือทำถูกวิธีแต่ทำเกินพอดี อาจตายเลยก็ได้

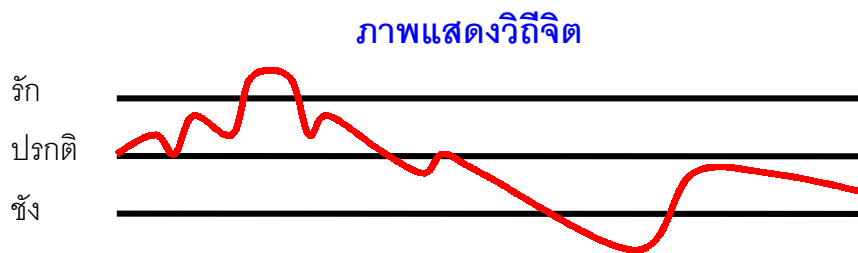
กิเลสทำลายสุขภาพ

กิเลสมิใช่จะทำลายแต่สมรรถภาพของจิตเท่านั้น แต่มันย่อมทำลายสมรรถภาพทางร่างกายด้วย หนังสือจิตวิทยาของ ดร. ม.ล. ตู๋ย ชุมสาย ได้กล่าวถึงผลการทดลองทางสรีรวิทยา มีใจความว่า ขณะที่กิเลสทำให้จิตผิดปกติ เช่นมีความโกรธ หรือมีความทุกข์กังวล งานของกระเพาะอาหารจะชะงักหรือผ่อนลง มากหรือน้อยตามกำลังของกิเลสที่เกิดขึ้นนั้น คนที่โกรธจัด น้ำย่อยอาหารจะออกเพียง 9 ลูกบาศก์เซ็นต์เมตรแทนที่จะเป็น 65-70 ลูกบาศก์เซ็นต์เมตรตามปกติ และหัวใจจะเต้นแรงขึ้น ทำให้เกิดความสีกหรือโดยทั่วๆ ไป คนที่มีความทุกข์กังวลมาก น้ำหนักตัวจะลดลง แก่เร็วเกินวัย และอาจเจ็บป่วยลงได้ง่าย

โทษของกิเลสที่เห็นกันได้ง่ายอีกอย่างหนึ่ง คือการทำลายสมรรถภาพโดยทั่วไปของบุคคล นักพูด นักเล่นกอล์ฟ นักดนตรี นักมวย นักฟุตบอล นักแม่นปืน และ ฯลฯ จะแสดงสมรรถภาพของตนได้ดีก็แต่ในขณะที่จิตใจอยู่ในระดับปกติเป็นส่วนมาก ถ้าจิตกำลังถูกกิเลสเล่นงานอยู่ เช่น กำลังโกรธจัดๆ ฝีมือจะตกทันที คนโกรธจัดๆ แม้จะคิดเลขง่ายๆ ก็ทำไม่ได้ ไม่ต้องพูดถึงว่าจะให้ทำงานที่สำคัญๆ เลย

กิเลสอาจทำให้เสียจริต

การปล่อยใจให้จิตตกไปในอำนาจกิเลสมากเกินไป คือ ไม่มีการบังคับยับยั้ง ย่อมเป็นโทษมาก เพราะฉะนั้น แม้ว่าเรายังตัดรักตัดชังไม่ได้เด็ดขาด เราก็ควรใช้สติยับยั้งจิต ในสิ่งที่ชอบก็อย่ารักจนเกินไป อย่าอยากจนเกินไป ในสิ่งที่เกลียดก็อย่าชังจนเกินไป การรักเกินไป ชังเกินไป ย่อมทำให้จิตเสียภาวะปกติของตน จนถึงเป็นจิตเดินนอกรทาง ละทิ้งจริตเดิมของตนเสียก็ได้ คนที่จิตละทิ้งจริตเดิมของตนแล้วนั้น ภาษาสามัญเรียกว่า **คนเสียจริต** หรือ **คนวิกลจริต** (คือคนบ้า) ข้าพเจ้าขอวาดภาพประกอบดังนี้



เส้นระดับ 3 เส้นนั้น สมมติว่าเส้นบนเป็นอารมณ์ที่รัก เส้นล่างเป็นอารมณ์ที่ชัง ส่วนเส้นกลางเป็นวิถีจิตปกติของจิต ตามที่เขียนคำว่า รัก ปกติ ชัง ไว้ที่เส้นนั้นๆ แล้ว เส้นจุดไข่ปลาแซกขึ้นๆลงๆ นั้น สมมติว่าความเป็นไปของจิตหรือความนึกคิด ตอนใดที่เส้นจุดๆ นี้พุ่งขึ้นข้างบน ตอนนั้นแสดงว่าจิตกำลังพุ่งไปหาความรัก เกิดความดีใจมากบ้าง น้อยบ้าง ถ้าพุ่งขึ้นสูงมากๆ ก็แสดงว่ากำลังดีใจมาก มีอาการหัวเราะ ตอนใดที่เส้นจุดๆ นี้พุ่งลงข้างล่าง แสดงว่า จิตตกลงไปสู่ความชัง เกลียด เสียใจ เศร้าโศก รำพัน ถ้าพุ่งลงไปต่ำมาก ก็หมายความว่า เสียใจมาก มีอาการร้องไห้ ตอนที่เส้นจุดๆ เดินอยู่ตามเส้นกลาง แสดงว่าจิตอยู่ในระดับปกติ (โปรดเข้าใจว่า อารมณ์ทั้งปวงที่จิตต้องเผชิญนั้น ว่าโดยย่อแล้วมีเพียง 2 อย่างเท่านั้น คือ **อิฏฐารมณ์** ได้แก่ อารมณ์ที่น่ารัก น่าปรารถนา 1 **อนิฏฐารมณ์** ได้แก่ อารมณ์ที่ไม่น่ารัก ไม่น่าปรารถนา 1 เพราะฉะนั้น ที่ข้าพเจ้าพูดว่า **รัก** ขอให้เข้าใจว่า หมายถึงอารมณ์ที่จิตชอบทั้งหมด ที่ข้าพเจ้าพูดว่า **ชัง** ก็ขอให้เข้าใจว่า หมายถึงอารมณ์ที่จิตไม่ชอบทั้งหมด และที่ว่ารักหรือชังนั้น ต้องขึ้นอยู่กับความต้องการแห่งจิตของ

แต่ละคน ของสิ่งเดียว อาจเป็นที่รักของคนหนึ่ง แต่เป็นที่ชังของอีกคนหนึ่งก็ได้) ท่านจะเห็นบางตอนสั้นๆ ฟุ้งสูงขึ้นจนเลยเส้นบน และบางตอนตกลงต่ำจนเลยเส้นล่าง ตอนนี้แสดงว่ากำลังดีใจมาก หรือกำลังเสียใจมากจนประคองจิตไม่อยู่แล้ว จิตที่เป็นไปถึงขนาดนี้แล้ว ย่อมปราศจากสติ อย่างที่เราพูดกันว่า คนเสียสติ ลงได้เสียสติแล้ว ก็เสียจริตด้วย คือทิ้งจริตเดิมของตนหมด เราจะสังเกตจริตทั้ง 6 อย่างจากคนที่เสียจริตแล้วไม่ได้

คนเสียจริตไปข้างดีใจ (เส้นจุดๆ ฟุ้งขึ้นเลยเส้นรัก) ก็จะมีอาการหัวเราะ แสดงอาการดีใจมากจนไม่เป็นสำ ดีใจวันยังค่ำ เราจะเห็นคนเสียจริตประเภทนี้ แสดงอาการยิ้มและหัวเราะอยู่คนเดียว ไม่รู้สึกเศร้าโศกกับใครเลย คนที่เสียจริตไปข้างเสียใจ (เส้นจุดๆ ตกลงเลยเส้นชัง) ก็จะมีอาการตรงกันข้ามกับที่กล่าวแล้ว เขาจะแสดงอาการเป็นทุกข์วันยังค่ำ เช่น บ่นพิไรพิไร หน้าน้ำคว่ำ ขมวด นิ่งซึ้ง งุนงัน บางคนก็ร้องไห้ไม่เป็นสำ

การหัวเราะและการร้องไห้

ตามธรรมชาติของร่างกาย ย่อมมีทั้งการรับและการระบาย เช่น หายใจเข้าแล้ว ก็หายใจออก ดื่มน้ำเข้าไป ก็ต้องถ่ายออกเป็นปัสสาวะและเหงื่อ จิตก็มีลักษณะคล้ายกัน คือเมื่อรับอารมณ์เข้าใจแล้ว ก็มักจะต้องระบายออก เช่น รู้เรื่องอะไรแปลกๆ ก็ทນบอกเล่าแก่คนอื่นไม่ได้ ถ้าได้เล่าเรื่องนั้นเสียแล้วก็โล่งใจ การแต่งหนังสือ การสอน การแสดงปาฐกถา การสนทนา ได้วาที เหล่านี้เป็นทางแสดงออกหรือระบายอารมณ์ออกจากจิตได้เหมือนกัน คนที่มีความทุกข์ทรมานมากๆ ถ้าได้บอกความทุกข์ของตนแก่คนอื่นเสียแล้ว (ปรับทุกข์) จิตใจก็จะรู้สึกสบายขึ้น รวมความว่า จิตมิใช่แต่จะต้องการรับอารมณ์เท่านั้น แต่จิตย่อมต้องการที่จะระบายอารมณ์ออกด้วย

ในบรรดาวิธีระบายอารมณ์ทั้งหลายนั้น การหัวเราะและการร้องไห้ก็เป็นวิธีระบายอารมณ์อย่างหนึ่ง จิตระบายอารมณ์ฝ่ายรักด้วยการหัวเราะ ระบายอารมณ์ฝ่ายชังด้วยการร้องไห้ คนเราเวลาจิตกระทบอารมณ์อย่างแรง ถึงแสดงอาการร้องไห้นั้น ท่อน้ำตา(ซึ่งเรียกในภาษาสรีรวิทยาว่า แกลนด์) ก็จะบีบน้ำตาให้ไหลออก แม้นในเรื่องดีใจที่เป็นไปอย่างซาบซึ้ง ปลื้มใจมาก ท่อน้ำตาก็จะปล่อยน้ำตาออกได้เหมือนกัน เช่น คนบางคนดีใจจนน้ำตาไหลก็มี เป็นการระบายอารมณ์ออกจากจิต และเป็นการแสดงระดับของจิตในขณะนั้น

สังเกตดูตามพระประวัติของพระพุทธเจ้า ไม่ปรากฏว่าพระองค์ทรงเคยพระสรวลหรือทวงกันแสงเลย (มีแต่เพียงทวงแสดงอาการแยมพระโอบุสฺสูในเมื่อพระองค์ต้องการที่จะให้ผู้ใดผู้หนึ่งทูลถาม เพื่อให้ได้แสดงธรรม) ที่เป็นดังนี้ก็เพราะจิตของพระองค์ดำเนินสายกลาง ไม่กระเดียดไปหา

รักหาซึ่งนั่นเอง แต่จิตของปุถุชนเราเนี่ย มักจะไปวนเวียนอยู่กับความรักหรือกับความซังกะตลกดเวลาที่จะดำเนินตามสายกลางนั้นหายาก เพราะฉะนั้น ปุถุชนจึงมักไปด้วยการหัวเราะ และมากไปด้วยการร้องไห้ แสดงอาการขึ้นๆ ลงๆ วันละนับครั้งไม่ถ้วน

สรุปได้ว่า กิเลสเกิดขึ้นในจิตแล้ว ย่อมทำความเสื่อมโทรมแก่จิตได้หลายสถาน กิเลสย่อมหุ้มห่อจิตมิให้บรรลุความดี ทำให้การตัดสินใจผิดพลาด ทำให้จิตดิ้นรนทำลายสุขภาพโดยทั่วไป และประการสำคัญ อาจทำให้เสียจริตได้ นี่ยกมาแสดงแต่โทษที่เห็นๆ กันอยู่ในปัจจุบัน ถ้าจะกล่าวโดยรวมยอด กิเลสย่อมเป็นเหตุให้ทำกรรม กรรมเป็นเหตุให้เราต้องเสวยผล การเสวยผลกรรมก็ทำให้เกิดกิเลสอีก เมื่อมีกิเลสก็เป็นเหตุให้ทำกรรม วนกันไปอีก ไม่มีที่สิ้นสุดที่เรียกว่า **วัฏสงสาร** เป็นการเดินวงกลม ไม่อาจถึงที่สุดทางได้ คือ ต้องเวียนว่ายตายเกิดอยู่รำไป

ความประมาทเป็นทางแห่งความตาย ความไม่ประมาท
สามารถต่อสู้กับกิเลสได้ ความไม่ประมาทคือการมีสติ
ระลึการู้สึกตัวตั้งมั่นต่อสิ่งที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน

